

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
GERONTOLOJİ ANABİLİM DALI

**YAŞLILIKTA KADININ YALNIZLIĞI:
60+ TAZELENME ÜNİVERSİTESİ AKDENİZ
ÜNİVERSİTESİ KAMPÜSÜNDE EĞİTİME KATILAN
KADINLAR ÖRNEĞİNDE**

Şule Sidrenur ÖZTÜRK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

2024-ANTALYA

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
GERONTOLOJİ ANABİLİM DALI

YAŞLILIKTA KADININ YALNIZLIĞI: 60+
TAZELENME ÜNİVERSİTESİ AKDENİZ
ÜNİVERSİTESİ KAMPÜSÜNDE EĞİTİME KATILAN
KADINLAR ÖRNEĞİNDE

Şule Sidrenur ÖZTÜRK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN
Prof. Dr. İsmail TUFAN

Bu tez Akdeniz Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi tarafından proje numarası ile desteklenmiştir (**Destek almış ise**).

“Kaynakça gösterilerek tezimden yararlanılabilir”

2024-ANTALYA

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne;

Bu çalışma jürimiz tarafından Anabilim Dalı
.....Programında tezi olarak kabul
edilmiştir. .../...../.....

İmza

Tez Danışmanı : Prof. Dr. İsmail Tufan
Akdeniz Üniversitesi

Üye :Prof. Dr. Nilüfer Korkmaz Yaylagül
Akdeniz Üniversitesi

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Sibel Çaynak
Antalya Bilim Üniversitesi

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından
uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu'nun/...../..... tarih ve
...../..... sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

Enstitü Müdürü

ETİK BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı beyan ederim.

Şule Sidrenur ÖZTÜRK

İmza

Tez Danışmanı

Prof. Dr. İsmail TUFAN

İmza

TEŞEKKÜR

Sokrates’e göre “*Eğitim kıvılcımla ateş yakmaktır. Boş bir kabı doldurmak değildir*”. Her konuda zihnimde kıvılcımlar oluşturan tez danışmanım Prof. Dr. İsmail Tufan’a ve her zaman yanımda olan aileme desteklerinden dolayı teşekkür ederim.



ÖZET

Amaç: Ortalama yaşam süresinin kadınlarda erkeklerden daha uzun olması, yaşlı kadınların toplumda daha fazla görünür olmaları gerektiği beklentisini yaratsa da cinsiyet rolleri, ekonomik sınırlılıklar ve aile içi sorumluluklar gibi faktörler yaşlı kadınların sosyal etkinliklere katılımını kısıtlamaktadır. 60+ Tazelenme Üniversitesi ülkemizde yaşlı kadınlara topluma katılım olanağı oluşturarak yalnızlık duygusunu azaltma stratejilerinden biri olmuştur. Bu bağlamda toplumsal katılıma olanak sağlayan 60+ Tazelenme Üniversitesinde eğitime katılan yaşlı kadınların yalnızlık duygusu, sosyal izolasyonu ve beklentileri karşılamayan sosyal ilişkileri bağlamında incelenmek hedeflenmiştir.

Yöntem: Bu araştırmada “yalnızlık duygusu”, “sosyal izolasyon” ve “beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler” bağlamında korelasyon analizi ve yol analizi yöntemi kullanılarak analiz edildi.

Bulgular: Bireyin sosyoekonomik profiline yaşı, medeni durumu, sosyal güvenliği ve ikamet durumu etki etmezken, eğitim düzeyi ve gelir durumu, istatistiksel açıdan manidar düzeyde etki ettiği tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra deneklerin demografik özelliğinin dördü ile demografik yaşam profili arasında istatistiksel manidar ilişki saptanmıştır (yaş grubu, medeni durum, ikamet durumu ve gelir durumu).

Sonuç: Araştırmada, yaşlı kadınlarda yalnızlık duygusunun iki ana faktörden etkilendiği varsayılmıştır. Sosyal izolasyonun yalnızlık duygusuna katkıda bulunduğu, ancak kişinin görece geniş sosyal çevresi olmasına rağmen beklediği desteği ve tatmini alamaması durumunda da yalnızlık hissedilebileceği varsayılmıştır.

Anahtar Kelimeler: yaşlı eğitimi, yalnızlık, yaşlı kadın, 60+ Tazelenme Üniversitesi, sosyal izolasyon

ABSTRACT

Objective: Although the average lifespan of women is longer than that of men, leading to the expectation that elderly women should be more visible in society, factors such as gender roles, economic limitations, and family responsibilities restrict their participation in social activities. The 60+ Tazelenme University in our country has become one of the strategies to reduce feelings of loneliness among elderly women by providing opportunities for social participation. In this context, the study aims to examine the feelings of loneliness, social isolation, and unmet social relationships of elderly women participating in education at the 60+ Tazelenme University.

Method: This study analyzed "feelings of loneliness," "social isolation," and "unmet social relationships" using correlation analysis and path analysis methods.

Results: While age, marital status, social security, and residency status do not affect an individual's socioeconomic profile, education level and income status were found to have a statistically significant impact. Additionally, a statistically significant relationship was found between four demographic characteristics and the demographic life profile (age group, marital status, residency status, and income status).

Conclusion: The study hypothesizes that feelings of loneliness in elderly women are influenced by two main factors. It is assumed that social isolation contributes to feelings of loneliness, but loneliness can also be felt when a person has a relatively large social circle but does not receive the expected support and satisfaction.

Key words: adult education, loneliness, old age women, 60+ Tazelenme University, social isolation

İÇİNDEKİLER

ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar DİZİNİ	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ	x
SİMGELER ve KISALTMALAR	xi
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. Yaşlanma ve Yaşlılık Süreci	3
2.2. Kadının Yaşlılık Dönemindeki Özel Durumları	4
2.3. Yalnızlık	7
2.4. Yalnızlık ve Sosyal Durum	9
2.5. Yalnızlık ve Sağlık	10
2.6. Yalnızlık ve Psikolojik Durum	12
2.7. Yaşlı Eğitimi	13
2.8. Deprivasyon ve İzolasyon	15
3. GEREÇ ve YÖNTEM	17
3.1. Ön Açıklamalar	17
3.2. Yol Analizi	18
3.3. Doğrusal, Yinelemeli Model	19
3.4. İki veya Daha Fazla İkili Değişkenle Belirlenmici (Deterministik) Olmayan Eşdeğerliklerin Denklemler Aracılığıyla Formalizasyon	22
3.5. Hipotez Formülasyon	23
3.6. Araştırma Teorisi ve Hipotezleri	24
3.7. Veri Toplama ve Veri Analizi	27
3.8. Araştırma Tasarımı	28
3.9. Araştırmanın Evreni ve Örneklem Stratejisi	28
3.10. Soru Kağıdı	29
3.11. Araştırmanın Etik Boyutu	29
3.12. Araştırmanın Sınırlılıkları	30
	viii

3.13. Sorular	30
4. BULGULAR	33
4.1. Örneklem	33
4.2. Korelasyon Analizi	33
4.3. Modellerin Sınanması	35
4.3.1. Model 1	36
4.3.2. Model 2	43
4.3.3. Model 3	46
5. TARTIŞMA	49
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	52
6.1. Sonuç	52
6.2. Öneriler	52
KAYNAKLAR	
EKLER	
ÖZGEÇMİŞ	

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 2.1.	Sosyal ve duygusal yalnızlık	13
Tablo 3.1.	İki ikili değişkenin belirlenimci olmayan eşdeğerliklerinin denklem ve model (nedensel diyagram) biçiminde temsili	23
Tablo 3.2.	Yalnızlık kavramı üzerine görüşler	25
Tablo 3.3.	Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri	25
Tablo 3.4.	Araştırmanın teorisini sınamayı sağlayan nedensel modeller.	26
Tablo 3.5.	Araştırma Tasarımı	
Tablo 3.6.	Tanımlanan üç değişkenle ilgili sorular	31
Tablo 4.1.	Örneklem	33
Tablo 4.2.	Korelasyon matrisi	35
Tablo 4.3.	Model 1	36
Tablo 4.4.	Model 1 için tahmin edilen ve gerçek işaretlerin kontrolü	42
Tablo 4.5.	SPSS çıktısı (Model 1)	43
Tablo 4.6.	Model 2	44
Tablo 4.7.	Denklem	44
Tablo 4.8.	X1'in X2'ye etkisi	45
Tablo 4.9.	X2'nin X3' etkisi	46
Tablo 4.10.	Model 3	47

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 3.1.	Bir değişkenin bir başka değişkene direkt ve indirekt etkisi	21
Şekil 3.2.	Doğrusal, yinelemeli modeller	22
Şekil 3.3.	Soru kâğıdı oluşturma aşamaları	27



SİMGELER ve KISALTMALAR

TDK : Türk Dil Kurumu

TÜİK : Türkiye İstatistik Kurumu



1. GİRİŞ

Yalnızlık, yaşlılarda önemli bir sorundur. Dünya Sağlık Örgütü (2023) verilerine göre, yaşlıların dörtte biri sosyal izolasyon ve yalnızlık sorunu ile baş etmek zorunda kalmaktadır. Özellikle ortalama yaşam süresinin uzaması ile bu durum daha belirgin hale gelmektedir.

Türkiye’de kadınların ortalama yaşam süresi 81,1 yıl, erkeklerin ise 75,6 yıl (TÜİK, 2023) olarak hesaplanmıştır. Eşi vefat eden yaşlı kadınların sayısı, eşi vefat eden yaşlı erkeklerden 4,2 misli fazladır (TÜİK, 2023a). Dolayısıyla yalnızlık, yaşlılık dönemiyle ilişkili olarak ele alınacaksa, öncelikle bunun, kadının özel bir sorunu olduğunu kabul etmek gerekir.

Yaşlı kadınların toplumdaki rollerinin değişmesi, eş kaybı, çocukların evden ayrılması gibi faktörler nedeniyle yalnızlıkla daha sık karşılaştığı görülmektedir. Türkiye’de çoğunu 65 yaş ve üzeri kişilerin oluşturduğu “tek kişilik hane halkı” oranı % 26’ya yükselmiştir (TÜİK, 2023). Ülkemizde tek kişilik yaşlı hane halkının, toplam hane halkı içindeki oranı % 5,7’den (TÜİK, 2020) % 6,3’e (TÜİK, 2023) yükselmiştir.

Genel kanıya göre yaşlılık sosyal ilişkilerin azaldığı bir yaşam dönemidir. Bu yüzden bireyin yaşı ilerledikçe, bir taraftan doğal sebeplerden, diğer taraftan sağlık, psikolojik ve sosyal sebeplerden dolayı yalnızlığa sürükleniyor. Yaşlıların karşı karşıya olduğu önyargılardan birini Ursula Lehr şöyle dile getirmiştir: “Yaşlı insan toplumumuzda soyutlanır, yalnızlık çeker ve parçalanmış halde yaşar” (Lehr, 1987, s. 112).

Gerontopsikologlar (örneğin Lehr), yaşlılıkta yalnızlık sorununu aşmanın yollarından birinin aktif bir yaşam sürdürmek olduğu konusunda hemfikirdir. Aktif yaşam kavramı pek çok şeyi ifade edebilir. Örneğin dernek çalışmalarına katılımdan spora ve satranç oynamaya kadar uzanan pek çok aktiviteyle bağdaştırılabilir. Yaşlılıkta eğitime iştirak bu tez çalışmasında aktif yaşamın bir göstergesi olarak kabul edilmiştir ve Türkiye’de 2016’dan beri 60 yaş ve üzeri kişilere eğitime katılım imkânı sunan 60+ Tazelenme Üniversitesi’nde (Akdeniz Üniversitesi Kampüsü) eğitim gören (Tufan, 2022) kadınlarda yalnızlık duygusu incelenmiştir. Ancak sosyal gerontologlara göre yaşlı insanların eğitime katılımı sadece bireye bağlı değildir,

aynı zamanda “sosyal sınıfa özgü ve bireysel başlangıç koşulları önemlidir” (Tews, 2012, s.37). Başlangıç koşulları kavramı, bireyin geçmişi ve güncel durumuyla ilişkilendirilebilir. Burada güncel durumla bağdaştırılmaktadır.

Kadınlar sadece yaşlılık dönemi öncesinde değil, aynı zamanda yaşlılık döneminde de dezavantajlı bir konumdadır. Her ne kadar günümüzde kadınların yaşam tarzı değiştiyse de ve modern toplumlarda kadınlar giderek daha fazla kendi geçimlerini güvence altına alma çabası gösterebilirler de ve geleneksel kadın rolü giderek daha kırılgan hale gelse de, bunlar yaşlı kadınlarda ender halde geçerlidir. Bugünün yaşlı kadını genellikle kendini annelik ve ev kadını rolüne adanmıştır. Yalnızca istisnai durumlarda mesleki faaliyet yürütüyordu. “Kadın, (...) evin ve çocukların bakımıyla ilgilenmek zorundadır” (Berger ve Berger, 1992, s. 75). Yaşlı kadınlar genellikle düşük mesleki statüye sahiptirler, aile odaklı yaşam sürmüşlerdir ve sıklıkla yoksulluktan etkilenirler. Aile ilişkilerine odaklanarak, bu sosyal referans sistemine bağımlı hale gelirler (Prahl ve Schroeter, 1996, s. 134).

Yaşlılıkta yalnızlık, gerontopsikolojik veya sosyal gerontolojik açılardan incelenebilir. Bu çalışmada böyle bir sınıflandırma yapılmamıştır. Daha ziyade her iki perspektifle ilişkili bir yaklaşım benimsenmiştir. Bunun temel nedeni, konu hakkında yeterli ampirik bilgi birikiminin olmamasıdır. Ayrıca eğitime katılan “yaşlı” kadınlar, Türk toplumunun yaşlı kadın popülasyonunu yansıtmamaktadır (Tufan, 2022). Bu yüzden araştırmacının genellenebilir bulgulara erişmesi zordur. Bu yüzden bu çalışma, genelleme amacıyla değil, daha ziyade keşif amacıyla gerçekleştirilmiştir. Keşfedici araştırmaların amacı az bilinen veya hiç bilinmeyen bir konuyu veya olguyu ele alarak keşfetmek ve olguyu daha iyi anlamaktır (Oldenbürger 1996, Bortz ve Döring 2006). Bu araştırmada toplumsal katılıma olanak sağlayan 60+ Tazelenme Üniversitesinde eğitime katılan yaşlı kadınların yalnızlık duygusu, sosyal izolasyon ve beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler bağlamında incelenerek keşfedilmesi hedeflenmiştir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1 Yaşlanma ve Yaşlılık Süreci

Yaşlıların yakın sosyal çevresindeki insanlarla ilişkilerinin genellikle istikrarlı olması ve esenliklerine katkı sağlaması nedeniyle, yalnızlık, yaşlılığın özel bir sorunu olarak veya yaşlılıktan kaynaklanan bir sorun olarak görülmemektedir. Daha çok yalnızlığın belirli insanların yaşamlarının farklı evrelerindeki yaşam durumlarını karakterize ettiği kabul edilmektedir (Lang, 2004, s. 364, bk. Kruse ve Martin 2004).

Yalnızlığın sadece bireyi değil, toplumu da ilgilendiren sonuçlarına dikkat çeken araştırmacılara göre yalnızlık problemi ardındaki biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutlarıyla değerlendirilmelidir (Peplau, 1985, s. 271-272). Bu açıdan bakıldığında, yalnızlık problemiyle karşı karşıya kalan yaşlı kadınların bedensel ve ruhsal sağlığının risk altında olabileceği varsayımı göz ardı edilmemelidir.

Birey, yaşlanma sürecinde çocukluk, yetişkinlik ve yaşlılık gibi yaşam evrelerinden geçerek yaşlanmaktadır (Wahl ve Heyl, 2004; akt. Tufan, 2016). Yaşlanma, biyolojik açıdan doğum öncesi başlayan, doğum sonrasında sosyal ve psikolojik boyutların ve çevre faktörlerinin de etkilediği geniş kapsamlı olarak ele alınması gereken bir olgudur (Blackburn ve Dulmus, 2007, s. 3-19).

Yaşam dönemi olarak yaşlılık bazen “bilanço” terimiyle birlikte ele alınmaktadır. Bu bağlamda bireysel “yaşam bilançosu” olarak değerlendirilmektedir. Sözlük anlamıyla bilanço, “Girişilen herhangi bir işte, belirli bir süre sonunda elde edilen iyi ve kötü sonuçların karşılıklı durumu” olarak tanımlanırken (TDK, 2024), yaşam bilançosu, yaşlanan bireyin kazanç ve kayıplarının bileşkesi olarak tanımlanabilir. Bu anlamıyla, günümüzde 40 yıl sürebileceği dikkate alınması gereken yaşlılık döneminde “yaşam bilançosu” en kapsamlı halini alır. İnsanlar, kendi yaşlanma sürecinin belirli anlarında birçok “yaşam bilançosu” çıkarır. Bunlara “ara yaşam bilançoları” denilebilir. Bu sayede yaşamlarının o ana dek nasıl geliştiği konusunda bir değerlendirme yaparak, gelecek planları oluştururlar. Bu, öncelikle bireylerin kendi deneyimleriyle ilişkilidir (Birren, 1974; akt. Tufan, 2016). Bu açıdan bakıldığında, kadının yalnızlık problemi, nihai bir teşhis veya tespit olarak değil, yalnızca bir ara yaşam bilançosu olarak kabul edilebilir.

Doğum ile ölüm arasında sınırları kesin olarak tanımlanabilen yaşlanma sürecinin aksine, ne zaman başladığı giderek belirsizleşen yaşlılık dönemine ilişkin toplumsal imge ve gerçeklikler de birbirinden farklıdır. Yaşlılık; ırk, cinsiyet, yaş, sosyokültürel faktörler, hatta coğrafi bölgeye göre değişik görünümlere bürünmektedir (Achenbaum, 2007, s. 680). Kadın ve erkekler içinde yaşadıkları toplumun tanımladığı veya kabul ettiği yaşam evrelerinden geçerek yaşansalar da yaşlılık deneyimleri farklıdır (Wahl ve Heyl, 2004; akt. Tufan, 2016).

Ömür boyu devam eden yaşlanma ve yaşam dönemi olarak yaşlılığı hem birey hem de toplum açısından inceleyen Gerontoloji (örneğin sağlık, sosyal, psikolojik ve çevresel bağlamlar), bir taraftan yaşlanma olgusunu anlamaya ve açıklamaya çalışırken, diğer taraftan intervansiyon (müdahale) ve prevensiyon (önleme) uygulamalarıyla yaşlılıkta bedensel ve ruhsal sağlığı korumaya veya mevcut bedensel ve ruhsal sorunlarının olumsuz sonuçlarını ortadan kaldırmaya veya en azından hafifletmeye çalışmaktadır (Wahl ve Tesch-Römer, 2000, Baltes ve Baltes, 1992, Wahl ve Heyl, 2004; akt. Tufan, 2016). Gerontoloji; yaşlanma ve yaşlılık kavramları hakkında tıbbi, psikolojik, sosyal, kültürel olmak üzere pek çok tanım sunmaktadır (Kruse ve Wahl, 2010, Wahl ve Heyl, 2004).

Bu bilgilerin ışığında yaşlanma ve yaşlılık bütüncül bakış açısından değerlendirilince, yaşlılıkta kadının yalnızlık problemi, farklı faktörleri dikkate almayı gerekli kılan bir olgu olarak belirginleşmektedir.

2.2 Kadının Yaşlılık Dönemindeki Özel Durumları

Yaşam evrelerinin sınıflandırılmasında kronolojik yaş kullanılsa da aynı yaştaki bireylerin biyolojik, sosyal, psikolojik durumları birbirinden farklıdır. Genellikle kadın ve erkeğin yaşlanma sürecindeki sağlık durumları da farklı seyretmektedir.

Yaşlı erkekler, daha az ama daha ciddi sağlık sorunlarıyla karşılaşırken yaşlı kadınlar sayıca daha fazla olmalarına rağmen erkeklere kıyasla daha az riskli sağlık sorunlarına sahiptir. Astım, kronik bronşit, hipertansiyon, bel ağrısı ve artrit hastalıklar daha çok kadınlarda; buna karşın diyabet, kanser, amfizem gibi hastalıklar daha çok erkeklerde görülmektedir. Kardiyovasküler hastalıklar 75 yaş ve üzeri kadınlarda daha sık görülen bir sağlık sorunudur (Morewitz ve Goldstein, 2007, s.5-

7). Yaşlı erkeklerde kas-iskelet sistemi rahatsızlıklarına ve işitme kaybına daha sık rastlanmaktadır (Maddox vd., 2001, s. 919-920).

Birleşmiş Milletlerin Dünya Nüfus Beklentileri Raporuna (2022) göre 2011 yılında 50 yaş ve üzeri kadınların dünya nüfusunda oranı % 22 iken, 2021'de % 26'ya yükselmiştir. Dünyada kadın sayısının 2050'de 1,65 milyara ulaşması beklenmektedir (Kirchengast, 2024).

Yaşlanmanın biyolojik-tıbbi boyutuyla ilgilenen uzmanlara göre 50 yaş ve üstü kadınların menopoz semptomlarını iyi yönetmek ve nitelikli bir bakım sağlamak, kadının yaşlılık döneminde gelişebilecek hastalıkların olumsuz etkisini azaltabilir. Menopoz biyolojik bir olgudur, örneğin ateş basması, gece terlemesi, ürogenital problemler gibi yaşam kalitesini düşüren semptomlarla ilişkilidir. Kısa süreli semptomlarla gelişebilen ve uzun vadeli sonuçlara yol açan endokrinopatiye (iç salgı bezlerinden kaynaklanan hormon eksiklikleri veya fazlalıklarından kaynaklanan hastalıklar) neden olabilir. Bu, kadının yaşam kalitesini ve bağımsızlığını etkileyebilir (GM van Dijk, 2015; akt. Kirchengast, 2024).

Yaşlanma sürecinde kadının sosyal statüsünde dikkate değer bir değişim olmaz. Çünkü yaşlılık dönemi öncesi yaşam dönemlerinde de kadının sosyal statüsü düşüktür. Toplumun kadından beklentileri, kadının çalışma yaşamına daha fazla katılımı, ekonomik fırsatlara erişim imkânlarındaki görece olumlu değişimlere rağmen, yaşlı kadına toplumun atfettiği anlam ve değerlerde (Ceylan, 2011) anlamlı bir değişim göze çarpmaktadır (Maddox vd., 2001, s. 1062-1063).

Mesleki bakımından eşit olan kadın ve erkekler arasındaki maaş farkı 1960'lı yıllardan sonra azalmaya başlasa da aynı işi yapabilecek niteliklere sahip kadının maaşı, aynı iş için erkeğe verilen maaşa eşitlenememiştir (Goldin, 1990; akt. Maddox vd., 2001). Ayrıca kadınların düşük eğitim düzeyine bağlı düşük ücretli işlerde çalışmaları, doğum ve bakım (çocuk, engelli, yaşlı) için işten ayrılmaları, daha düşük emeklilik aylığı, sosyal güvence ve tazminat gibi mali çıktıları da olumsuz etkilemektedir. Özellikle işgücü piyasasında çalıştığı süreye ve maaşa bağlı olarak hesaplanan emekli aylığında kadınlar erkeklere göre dezavantajlıdır. Emekli kadın sayısı, emekli erkek sayısından belirgin şekilde daha azdır. Yaşlılık yoksulluğunun azaltılması ve refah seviyesinin artırılması için sosyal yardım ve sosyal güvence

kapsamları genişletilmiş olsa da bekâr ve dul yaşı kadınların yoksulluk riski devam etmektedir. Özellikle tek başına ikamet eden yaşı kadınlar, yalnızlığın yanı sıra yoksulluğun da etkisiyle yetersiz beslenme ve buna bağlı sağlık sorunlarıyla daha sık karşı karşıya kalmaktadır (Loue ve Sajatovic, 2008).

Toplumda “yaşı kadın” algısının olumsuz olması, yaşı kadının sosyal statüsüne etki eden bir diğer faktördür ve cinsiyetçi yaklaşımlardan kaynaklanan stereotiplemelere (basmakalıp görüşlere) zemin hazırlamaktadır. Diğer taraftan yaşılık döneminde tek başına yaşayan yaşı kadının “hane reisi” rolünü kazanmasının sosyal statüsünde etkili bir faktör olduğuna dikkat çekilmektedir (Loue ve Sajatovic, 2008).

Pawson vd., (2018) Avustralya’da “evsiz nüfus” içinde yaşı kadın oranının 2011-2016 yılları arasında % 31 oranında arttığını tespit etmiştir (Sutherland, 2021). Ancak araştırmacılar bunun gerçek oranı yansıtmadığına dikkat çekmektedir. Yaşı kadınların sosyoekonomik dezavantajlarını, kendilerine yönelik aile içi şiddeti, travma ve akıl sağlığı sorunlarını, yüksek kira ve yaşam maliyeti gibi nedenleri, damgalanma ve saldırıya maruz kalma kaygısıyla açığa vurmaktan çekindikleri için kendilerini “evsiz” olarak nitilemediklerine dikkat çekilmiştir (Petersen ve Parsell, 2014; akt. Sutherland, 2021).

Batı Avustralya’da yapılan araştırmada evsiz yaşı kadınların, aile bağlarının zayıflaması, aile içi şiddete ve istismara maruz kalmaları (akrabaların vefatı, meslekten zorla ayrılma) ve kadında yas döneminin daha uzun sürmesi gibi nedenlerden dolayı evsiz yaşamaya başladıkları tespit edilmiştir. Sokakta yaşamaya başlayınca kötüleşen yaşam koşullarından dolayı zihinsel sorunlar, kaygı ve stres gibi psişik ve psikolojik sorunların arttığı görülmektedir (Sutherland, 2021). Yani yaşı kadının (erkeğin de) sokakta yaşaması, sadece bir “konut meselesi” değildir. Aksine sosyal devletin çözmesi gereken bir toplumsal sorundur. Bunun içinde aile, sağlık, ruhsal ve bedensel problemler gibi farklı boyutlar vardır. Sonuçta bütün bunlar “sosyal devletin utancı” ve “yaşı kadının sefaleti” kavramları ile özetlenebilir.

Kadından genç, güzel, çekici olması, erkekten ise olgun, aklıselim, tecrübeli olması beklenir. Yaşı kadının bu beklentileri karşılaması zordur. Yaşı kadınlar, daha sağlıklı, daha zinde ve daha genç görünme konusunda baskı altındadır (McGann vd., 2016; akt. Bennet vd., 2024) ve bunlar yaşı kadın açısından önemli bir risk

oluşturmaktadır (Westwood, 2023; akt. Bennet vd., 2024). Bazı uzmanlara göre “aseksüellik” baskısı altındaki yaşlı kadında kırılabilirlik ve bağımlılık sorunları da ender değildir (Ayalon ve Tesch-Römer, 2017; akt. Bennet vd., 2024).

İlgaz ve Gözümlü’e (2020) göre Türk toplumunda yaşlı kadının yalnızlığının sebepleri arasında tek başına yaşamak ve sosyal çevre yetersizliği yer almaktadır. Özkul vd., (2017), yaşlı kadınların temel sorunlarının dulluk, eğitimsizlik, yoksulluk, hastalık, şiddet, engellilik, bakıma muhtaçlık ve yalnızlık olduğuna dikkat çekmektedir.

2.3 Yalnızlık

Amerikalı sosyolog Meehan (1995) “Fil kavramını bilmeyen onu göremez” (akt. Tufan, 2014) sözüyle sosyal olguların tanımlanmasının şart olduğunu vurgulamaktadır. Yalnızlık nedir? Neden hem bireysel hem de toplumsal bir sorundur? Bir şeyin (burada: yalnızlık) “sosyal problem” olarak tanımı, ilgili toplumun güncel değerleri, ekonomik ve sosyal sistemleri ile ilişkilidir (Maddox vd., 2001, s.943).

Lopato’ya göre (1969, s.249-250) yalnızlık, beklenen etkileşim biçimi veya etkileşim düzeyinden farklı hissedilen bir duygudur. Örneğin, üniversitede tanışma toplantısında birey, diğerleriyle sohbet etme fırsatı bulamaz veya onlarla bağlantı kuramazsa kendini yalnız hissedebilir.

Weiss’e göre (1973) yalnızlık, bireyin yalnız olmasından değil, ihtiyacı olan ilişkilerin eksikliğinden kaynaklanır. Örneğin, yeni bir şehre taşınan biri, henüz güçlü bir sosyal ağ kuramadığı için yalnızlık çekebilir.

Young’a göre (1982) yalnızlık psikolojik belirtilerin eşlik ettiği, tatmin edici sosyal ilişki yokluğudur (Peplau, 1985, s. 271-272). Örneğin, birey, arkadaşları ile birlikteyken bile duygusal ihtiyaçlarının karşılanmadığı bir sosyal çevredeyse yalnızlık hissedebilir.

Bu tanımlardan hareket ederek yalnızlık, bireyin beklentilerini karşılayan ilişki eksikliği ve olumsuz etkileri olarak kabul edilebilir. Fakat Moustakas’a göre (1975) yalnızlık, aynı zamanda bireyin gelişimine odaklanmasını sağlayan bir fırsattır. Buna karşın Rubenstein ve Shaver (1982) ve Russell, Peplau ve Cutrona’a göre (1980),

bireyde depresyon, boşluk ve çaresizlik gibi duygulara yol açan bir sorundur (Peplau, 1985, s. 272).

Yaşlılık döneminde, iş yaşamından ayrılma, yakın çevredeki bireylerin ve akranların ölümü veya başka yere taşınması, bireyin yetişkin çocuklarının “yuvadan ayrılması” gibi durumlar, bireyin sosyal ilişkilerinde azalma yaratır. Yaşlılıkta yalnızlığın toplum tarafından tanımlanması ve sosyal eylemin sonuçları açısından da bireyi olumsuz etkilemesi söz konusu olabilir. Örneğin, bir yaşlının toplum içine çıkmaması, sosyal etkinliklere katılmaması yaşlılığın doğal bir sonucu olarak görülebilir, sadece bayramlarda ziyaret edilmesi gereken bir statü atfedilerek yaşlılarla iletişim belirli sınırlar içine koyulabilir ya da mesai saatleri içinde otobüs ile seyahat eden yaşlılar otobüste istenmeyen birey olarak konumlandırılabilir.

Lopato'ya göre (1971) sosyal rol, kişi ve sosyal çevresi arasında, görevleri ve kişisel hakları içeren birbirine bağımlı ilişkiler dizisidir (akt. Maddox vd., 2001, s. 945) ve her yaşam dönemine özgü sosyal roller bulunmaktadır. Yaşlılık döneminde, emeklilik, çocukların evden ayrılması ve iş kaybı gibi nedenlerle oluşan rol kayıpları topluma katılamama ve bireyi toplumdan geri çekilmeye zorlayan hareket kısıtlılığı veya bakıma muhtaçlık gibi sorunlarla ilişkili sosyal ağ yoksunluğu, huzurevi gibi yatılı bakım kurumlarına yerleşme, çocuklarının yanında yaşama gibi istenmeyen yer değişiklikleri, sosyal yalnızlık sebeplerinden bazılarıdır. Ek olarak, toplumun yaşlılığa atfettiği olumsuz rol ve beklentileri, dışlama ve yaşcılık gibi sosyal davranışlar da sosyal yalnızlık sebepleri arasında yer almaktadır (Baran vd., 2020).

Lee vd., (2021), yalnızlığın, olumsuz sosyal uyaranlara karşı dikkati arttırdığını ve olumsuz önyargılar gibi bilişsel işlev bozukluklarına neden olabileceğini ortaya koydu. Yalnız olduğunu düşünen bireyin olumsuz sosyal anılarını hatırlamasının daha kolay olması, sosyal etkileşimlerinden olumsuz sonuç beklemesi ve sosyal bağlamları olumsuz değerlendirmesi daha olasıdır (Afrashteh vd., 2024). Örneğin, bir arkadaşı tarafından güveni sarsılan biri, ilişkilerinde bunu hatırlar ve diğer ilişkilerinde güvensizlik duygusuna kapılabilir.

Hemingway ve Jack (2013), yaşlıların yüksek iyilik halinin oluşması için topluma katılımı yalnızlık ve sosyal izolasyonun önlenmesi, toplumsal ve bireysel kimliğin

oluşturulması, toplumda rol üstlenme ve arkadaşlık ilişkilerinin geliştirilmesinin etkili olduğunu belirtmektedir.

Dhara ve Jogsan'a (2013) göre yaşlıların ailesiyle olumlu ilişkileri, depresyonu önler ve iyilik halinin devamına yardımcı olur (Afrashteh vd., 2024). Bu bağlamda aile sosyal desteğin bir parçası olarak görülmektedir.

Bai vd., (2021), sosyal sermaye düzeyi düşük yaşlıların ikili ilişkilerinde güven, topluma katılım ve iletişim düzeylerinin düşük olduğunu tespit etmiştir ve buna bağlı olarak yalnız yaşama olasılıklarının da yüksek olduğuna dikkat çekmiştir.

Yalnızlık sanıldığından daha yaygındır ve sadece yaşlılarla sınırlı bir sorun değildir. Yalnızlık hem mutsuzluk hem de hastalıkla ilişkilendirilir (Begum, 2008). Örneğin, genç bir erkek bir kız arkadaşı olmadığı için kendini yalnız hissedebilir ya da sosyal medyada popüler olduğunda gerçekten samimi ilişkilere sahip olmadığını fark ederek yalnızlık hissedebilir. Yaşlı birey de çocuklarıyla birlikte yaşamasına rağmen kendini yalnız hissedebilir.

2.4 Yalnızlık ve Sosyal Durum

Yaşlıların sosyal ilişkilerine yönelik araştırmalar, yaşlılık ve yalnızlık ilişkisi hakkında genelleme yapmayı güçlü şekilde sorgulamaktadır. Öncelikle yalıtılmışlık ve yalnızlık arasında ayrım yapılmalıdır. “Yalıtılmışlık” (izolasyon) terimi sosyal ilişki alanındaki nesnel gerçekleri yakalamayı amaçlarken, “yalnızlık” terimi sosyal etkileşim yapısının öznel deneyimini hedeflemektedir. Ancak öznel yalnızlık duygusu nesnel ilişki sıklığı ile belirlenmez. Bazı insanlar kendilerini yalnız hisseder ama hiçbir şekilde yalıtılmış değildir. Nispeten az sayıda sosyal ilişkisi olan ve dış dünyadan yalıtılmış gibi görünen insanların hepsi kendilerini yalnız hissetmiyorlar. “Yalnızlık duygusunun ölçüsü, fiili ilişkilerin bir fonksiyonu olmaktan ziyade, ebeveyn-çocuk-ilişkileri ve diğer sosyal ilişkiler ile bağlantılı beklentilerin fonksiyonudur” (Lehr, 2003, s. 292). Yalnızlık duygusu ile pasiflik ve can sıkıntısı arasında bir başka ilişki bulunmuştur. Öte yandan ilgi alanları sınırlı, hedef yönelimi düşük, gelecek yönelimi sınırlı, tatminsiz ve özgüveni düşük kişiler yalnızlıktan daha sık şikâyetçi olmaktadır. Burada Havighurst'un bulgularını hatırlamak gerekir: Etkinliklerin ritmine dikkat edilmediği takdirde çok çeşitli ilgi alanlarında bile sıkıntı duygusu ortaya çıkabiliyor (Lehr, 2003, s. 292).

Amerikalı sosyolog Ethel Shanas, henüz 1969 yılında, ABD ve birçok Avrupa ülkesinde yapılan uluslararası karşılaştırmalı araştırmalara dayanarak, yaşlılıkta, soyutlanmanın bir gerçeklik olmaktan ziyade bir efsane olduğunu ortaya koymuştur. Soyutlanmış ve diğerleri ile çok az ilişkisi olan yaşlılar vardır ama bu kişiler genellikle genç ve orta yaşlarda da izole olmuştu, başkalarıyla ilişki kurmakta zorlanıyordu, ev ya da aile dışı ilişkilerden kaçınıyordu (Lehr, 1987, s. 112).

Avrupa'da yapılan karşılaştırmalı araştırmada, yaşlılar arasındaki yalnızlık sorununun ulusal veya kültürel olarak belirlendiği görülmüştür. Bu araştırmanın bulgularına göre, tüm AB ülkeleriyle karşılaştırıldığında, örneğin, Yunanistan, Portekiz, İspanya ve İtalya'da 60 yaş üstü insanların en küçük oranı tek kişilik hanelerde yaşamaktadır ve yaşlıların ailesiyle en sık ilişkisi bu ülkelerdedir ama can sıkıntısından en çok şikâyet eden yaşlı oranına yine bu ülkelerde rastlanmıştır (Lehr, 2003, s. 293).

“Beklentilerin bir fonksiyonu” olarak ve “can sıkıntısı” veya “yeniden düzenlemenin bir fonksiyonu” olarak yalnızlığa, günlük, haftalık, aylık rutindeki ahenk eksikliğine ek olarak, yalnızlık ile bağımlılık arasında bir bağlantı olduğu görülmektedir. Bağımlı kişiler diğer insanlara daha çok ihtiyaç duyar ve bu nedenle sosyal ilişkinin azalması halinde kendilerini daha çok yalnız hissederler (Lehr, 2003, s. 293). Araştırmalar, yaşlıların gençlerden daha çok bağımlı olmadığını kanıtlıyor. Yaşlılık ve bağımlılık arasında bir ilişki kanıtlanabilseydi, bunun, ekonomik, fizyolojik ve sosyal faktörlere daha az dayanması gerekirdi; çünkü burada daha ziyade bilişsel ve duygusal süreçler önemlidir (Lehr, 2003, s. 294).

2.5 Yalnızlık ve Sağlık

Fizyolojik kayıplar, psikolojik ve sosyal strese karşı toleransın düşmesi, kırılganlığın oluşması ve bilişsel bozulma gibi durumlardan kaynaklanabilecek bakıma muhtaçlık, bireyin bedensel ve ruhsal sağlığını tehdit eden gelişmelerdir. Diğer taraftan olumsuz ruh haline bürünen birey, herhangi bir patolojik durum olmasa da kendisini “hasta” olarak hissedebilir (Akbaş vd., 2020).

Araştırmacılara göre sosyal ilişkilerinden tatmin olmayan yaşlılarda mortalite oranı daha yüksektir (Valtorta vd., 2016;akt. Akbaş vd., 2020). Sosyal ilişki memnuniyetsizliğinin bir ölüm sebebi gibi gösterilmesi için kesin kanıtlara ihtiyaç vardır. Eğer sosyal ilişkilerinden memnun olmayanlar gerçekten daha fazla ölüme

yakın olsaydılar, herhalde sadece yaşlılarda değil, aynı durumun gençlerde de tespit edilmesi gerekirdi. Şimdiye dek sosyal ilişki memnuniyetsizliğinin ölüme yol açtığına dair herhangi bir kanıtına rastlanmamıştır. Sosyal ilişkilerinden memnun olmayanlarda istatistiksel olarak daha yüksek mortalite oranına rastlanması, bunun gerçekte de böyle olduğunun bir ispatı değildir.

Öz bakım düzeyi yüksek olan bireyler daha az yalnızlık duygusuna kapılmaktadır. Araştırmacılara göre bunun sebebi, öz bakım düzeyi düşük olan bireylerin daha yüksek olan ölüm korkusuna sahip olmalarıdır (Afrashteh vd., 2024). Burada da sanki öz bakım düzeyi azaldıkça ölüm kokusu artıyor gibi bir durumdan bahsedilmektedir. Oysa bunun tam tersi de olabilir. Yani ölüm korkusu arttıkça, birey öz bakımını ihmal ediyor da olabilir.

Yüksek beden kitle indeksi ve düşük fiziksel aktivite ile yalnızlık arasında bir ilişki tespit edilmiştir. Yalnızlık, sağlık durumu, davranışı ve algısını etkilemektedir (Ahola vd., 2024). Ancak bu ilişkinin sebebi belli değildir. Yani beden kitlesi endeki ve fiziksel aktivite, yalnızlığın sebebi olması gerekmez. Bunun tam tersi de olabilir. Yani yalnızlık, daha yüksek beden kitle endeksine ve daha az aktiviteye yol açabilir.

Kronik hasta yaşlılar, diğerlerine göre daha sık yalnızlık duygusuna kapılmaktadır (Zhou vd., 2019). Bunun muhtemel sebebi, kronik hastalığından dolayı bireyin sosyal ilişkilerinin azalmasıdır. Birey, hastalığından dolayı sosyal ilişkilerinin bir kısmından geri çekilmek, hatta tamamen vazgeçmek zorunda kalabilir. Bu da o kişide yalnızlık duygusunu artırabilir. Nitekim Boekhout vd., (2021), Amerika’da kronik hasta yaşlıların % 66,4’ünde orta ile yüksek düzeyde yalnızlık duygusu tespit etmiştir. Yaşlılıkta kardiyovasküler hastalıklar, işlevsel kısıtlılıklar, bağışıklık sistemi arızaları, demans ve fiziksel sağlık sorunlarının da yalnızlık duygusuna yol açtığına dair bulgulara rastlanmıştır (Shi vd., 2023).

Yalnızlık ve hormonlar arasında da ilişkili olduğu ileri sürülmektedir. Güveni artıran, stresi düzenleyen, duyguların tanınmasını kolaylaştıran, olumlu sosyal davranışlarla ilişkilendirilen nöropeptidlerin (sinir sistemi hücreleri tarafından üretilen ve salgılanan küçük protein molekülleri) bu bağlamdaki rolünden bahsedilmektedir (Cacioppo vd., 2015). Hormonların (oksitosin nöropeptidlerin), insanlar arasındaki bağları güçlendirdiği ve sosyal etkileşimlerini olumlu yönde etkilediği ve yalnızlığı

önlendiği belirtilmektedir (Barton vd., 2024). Bu açıdan bakıldığında yalnızlık adeta nörobiyolojik mekanizmanın bir sorunu gibi görünse de kanımca yalnızlığın hormon salgısını etkilediği hipotezinden hareket edilmesi için daha kesinleşmiş çalışmalara ihtiyaç vardır.

2.6 Yalnızlık ve Psikolojik Durum

Yalnızlık, bir duygu olarak ele alındığında, psikoloji alanında değerlendirilmesi gereken bir sorundur.

Weiss'e (1973) göre yalnızlık, sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık olarak ikiye ayrılır: Sosyal yalnızlık, bireyin sosyal ağının olmaması veya dar kapsamlı olması ile ilişkilidir. Göç, iş kaybı veya dışlanma gibi durumlarda yalnızlık duygusu oluşabilir. Örneğin dernek üyesi olmak yalnızlıkla başa çıkmada fayda sağlayabilir ama duygusal yalnızlık daha ziyade samimi ilişki bağlarının yokluğundan kaynaklanır. Matem (yas) veya boşanma gibi durumlarda duygusal yalnızlık ortaya çıkabilir (Perlman ve Peplau 1998, s. 574, Begum, 2008, 12). Yetişkin çocukların evden ayrılması ("boşalan yuva"), boşanma, eş ve akran kaybı ile yaşlılarda daha sık görülen yakın sosyal çevre daralması ve bundan kaynaklanan duygusal bağların kopması, depresyon ve anksiyete ve duygusal yalnızlığın nedenleri olabilir (Kurt, 2008; akt. Akbaş vd., 2020).

Norbert Erlemeier, 1986-1992 yılları arasında yaşlılıkta intihar konusunu ele alan dört araştırmanın sonuçlarını şöyle özetlemektedir: Yalnızlık duygusu, yalnız yaşayanlarda (boşanmış, ayrılmış, dul, bekar), intihar düşüncesine eğilimli olanlarda veya intihara teşebbüse edenlerde daha yaygındır. İntihara teşebbüs veya intihar düşüncesine dul ve bekar erkeklerde daha sık rastlanırken, yaşlı kadınlarda ise boşanma durumunda daha sık görülmektedir. Bu bulgulardan hareketle yaşlı erkeklerin, yalnızlıkla başa çıkmada, kadınlara kıyasla daha az başarılı oldukları söylenebilir (Erlemeier, 1998, s.306).

Tian'a (2016) göre yaşlılıkta zihinsel sağlığın ve yaşam kalitesinin göstergelerinden biri de yalnızlıktır. Yalnızlık, ileri yaşlarda fiziksel ve zihinsel hastalıklara yakalanma riskini önemli ölçüde artırmaktadır (Afrashteh vd., 2024).

Afrashteh vd., (2024) huzurevindeki yaşlılar arasında yaptığı bir çalışmada, yaşamın anlamlı olduğunu düşünenlerde yalnızlık duygusu ve depresyon düzeyinin daha düşük olduğu, yalnızlık duygusunun ise bireyin kendisi hakkındaki düşüncelerini olumsuz yöne kaydırıldığı tespit edilmiştir. Bu kişiler genellikle dostluk kurmada zorluk yaşamaktadır ve aidiyet hissinde sorunlarla karşılaşmaktadır.

Hawley ve Cacioppo'nun (2010), yalnızlık duygusu ve psikopatoloji arasında var olduğu kabul edilen ilişkiyi açıklamaya çalışan modelinde yalnızlık, sosyal etkileşim algısını olumsuz etkileyerek, sosyal ilişkilerin kötüleşeceği beklentisini yaratmaktadır. Bunun sonucunda düşük özgüven, geri çekilme ve ruhsal sorunlar ortaya çıkmaktadır (Barton vd., 2024).

Tablo 2.1. Sosyal ve duygusal yalnızlık.

Weiss, 1973 Perlman ve Peplau, 1998, Begum, 2008	Sosyal yalnızlık Sosyal ağın yetersizliği	Duygusal yalnızlık Samimi ilişki bağlarının eksikliği
Erlemeier, 1998	Yaşlılıkta sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık, intihar eğilimine yol açmaktadır. Yaşlı erkekler kadınlara kıyasla yalnızlık sorununun üstesinden gelmede daha başarısız bir profil çizmektedir.	
Tian, 2016	Yaşlılıkta yalnızlık, bedensel ve zihinsel hastalıklara yakalanma riskini artırmaktadır.	
Afrashteh vd., 2024	Yaşamında anlam görenlerde yalnızlık duygusu ve depresyon daha azdır; yalnızlık duygusu, bireyin kendisi hakkındaki düşüncelere olumsuz etkilerle ilişkilidir.	
Hawley ve Cacioppo, 2010	Yalnızlık, sosyal etkileşim algısını olumsuz etkileyerek, sosyal ilişkilerin kötüleşeceği beklentisini yaratmaktadır.	

2.7 Yaşlı Eğitimi

Yaşlıların eğitime katılımını desteklemek, yaşlılıkta yalnızlık sorununun üstesinden gelinmesinde önemli araçlardan biridir. Bir taraftan yaşam boyu gelişimi destekleyen ve yaşlı bireyi daha aktif hale getirirken, diğer taraftan yalnızlık sorunuyla başarılı bir şekilde başa çıkmayı sağlamaktadır. Eğitime katılan yaşlıların yetenek, bilgi birikimi ve deneyimleri çoğalmaktadır (Birren, 2007, s. 41). Böylece yaşlı birey daha bağımsız ve kendine daha çok güven duymakta ve topluma katılım eğilimi artmaktadır. Dolayısıyla yaşlı eğitimi, son yıllarda sıklıkla dile getirilen ama içeriği giderek belirsiz hale gelen “aktif yaşlanma” kavramının içini anlamlı bir şekilde dolduran bir araç veya inisiyatiftir.

Türkiye’de 2016 yılından beri “yaşam boyu öğrenme” kavramına odaklanarak yaşlıların öğrenmeye devam etmelerini destekleyen bir seçenek olarak *60+Tazelenme Üniversitesi* hizmet vermektedir. Yaşlı eğitimi alanında üstlendiği önemli rol (Tufan, 2022) genel olarak kabul edilmiş gibi görünmektedir. Bunun önemli göstergelerinden biri ise 60+Tazelenme Üniversitesi sayısının hızla çoğalmasındır. Türkiye’de bugün 12 üniversitede 60+Tazelenme Üniversitesi kampüsleri açılmıştır.

Fransa’da 1973’te başlayan “üçüncü yaş üniversiteleri” yaşlı eğitimine farklı bir bakış açısı geliştirmiş ve Avrupa genelinde yaygınlaşmıştır. Bu “üniversiteler”, sağlıklı ve aktif yaşlanmayı teşvik etmekte, yaşlıların sosyal etkileşimlerini arttırmakta ve yaşam kalitesini iyileştirmektedir (Gu ve Dupre, 2021).

Türkiye’de Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Gerontoloji Bölümü Başkanı Prof. Dr. İsmail Tufan tarafından hayata geçirilen 60+Tazelenme Üniversitesi (Tufan, 2022), 60 yaş ve üstü kişilerin bireysel gelişimini, yeni beceriler kazanmasını ve sosyal etkileşimlerini arttırma gibi hedeflere odaklanmıştır. Bunun yaygınlaştırılması ile yaşam boyu öğrenme sürecine katılım desteklenmektedir ve ülkemizdeki yaşlıların yaşam kalitelerine katkı sağlanmaktadır. Böylece yaşlılık döneminde oluşabilecek hastalık, sosyal izolasyon, geri çekilme, rol kayıpları, zihinsel ve fiziksel işlevlerde azalma gibi yaşam kalitesini azaltan faktörlere karşı önlem alınmaktadır ve yaşlılıkta daha sağlıklı ve aktif bir yaşam için uygun bir zemini oluşturulmaktadır (Tufan, 2022).

Yaşam süresinin ortalama olarak kadınlarda erkeklerden daha uzun olması (TÜİK, 2023), yaşlı kadınların toplumda daha fazla görünür olmaları gerektiği beklentisini yaratsa da cinsiyet rolleri, ekonomik sınırlılıklar ve aile içi sorumluluklar gibi faktörler yaşlı kadınların sosyal etkinliklere katılımını kısıtlamaktadır (Aşut vd., 2018). Bunun, yaşlılıkta kadınların daha fazla yalnızlık hissetmesine ve izole olmasına neden olabileceği dikkate alınmalıdır. 60+Tazelenme Üniversitesi, yaşlı kadınlara katılım ve gelişim için “fırsat alanı” yaratarak (Tufan, 2016), toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini azaltıcı ve yaşlı eğitime kadına özgü bir boyut da kazandırmaktadır. Ayrıca 60 yaş ve üstü kişilere hem yaşlılarıyla hem de gençlerle bir araya gelme olanağı sunmaktadır. Genç ve yaşlı kuşakların birbirine yakınlaşmasını, yeni sosyal ilişkiler ve sosyal çevrenin genişlemesi açısından yeni bir

olanak sunmaktadır. Dolayısıyla 60+Tazelenme Üniversitesinin sosyal izolasyon ve yalnızlık riskinden bireyi koruyan etkileri de dikkat çekmektedir.

60+Tazelenme Üniversitesi dört yıllık eğitim süresinde sağlık, biyoloji, felsefe, hukuk, psikoloji, arkeoloji, tarih ve Japonca gibi dersler sunmaktadır. Hocalar gönüllü olarak çalışmaktadır. Bireye bilgi edinme, beceri geliştirme ve bunları pekiştirme olanakları sunmanın yanı sıra zihinsel uyarımı tetikleyerek bireyin zihinsel açıdan aktif kalmasını teşvik etmektedir. Böylece yaşlılıkta sağlıklı yaşam davranışlarının kazanılmasına da yardımcı olmakta ve sağlık bilincini geliştirmektedir. Sosyokültürel etkinliklerle, bireyin sosyal etkileşimini artırmakta ve bireyde “aidiyet duygusunu”, yani toplumun değerli bir üyesi olduğu hissini pekiştirmektedir. Sonuç olarak, yaşlı eğitimine katılım, yalnızlık ve sosyal izolasyon riskine karşı etkili bir yöntemdir. Sosyal ilişkileri, zihinsel ve duygusal uyarılmayı, aktif yaşam tarzını ve sağlık bilincini geliştirerek yaşlı bireylerin genel yaşam kalitesini artmaktadır (Tufan, 2022).

2.8 Deprivasyon ve İzolasyon

Sosyal bilimsel bir kavram olan *deprivasyon*, bedensel, duygusal veya ruhsal refah için gerekli bir şeyin eksikliği veya yoksunluğu demektir. *Maddi deprivasyon*, yiyecek, içecek, giysi, maddi kaynak gibi temel ürün ve malların veya kaynakların eksikliğidir. *Sosyal deprivasyon*, sosyal ilişki, destek veya entegrasyon eksikliğini ifade etmektedir; izolasyona veya dışlanmışlık hissine yol açmaktadır. *Duyusal deprivasyon*: duyusal uyarıların eksikliğini ifade etmektedir, sıkıntı, yönelim bozukluğu ve diğer psişik sorunlara yol açmaktadır. Duygusal deprivasyon, duygusal destek, sevgi veya bağlılık eksikliğini ifade etmektedir. İzolasyon, bir kişi veya bir grup insanın diğer kişiler veya gruplarla ilişkisi ve etkileşimden kopmuş olduğu bir durumdur; fiziksel ve psikolojik olabilir ve çeşitli nedenleri ve etkileri vardır. Sosyal ilişki ve destek eksikliğini ifade eden sosyal izolasyon, diğer insanlarla düzenli etkileşimde bulunmayı engelleyerek yalnızlık, depresyon ve anksiyete gibi sorunlara yol açar. *Kültürel izolasyon*, belirli bir grubun kültürel özellikleri nedeniyle toplumun geri kalanından ayrılması durumunda ortaya çıkar (Hillman, 2007). Deprivasyon ve izolasyon, birbirine yakın terimlerdir ama deprivasyon daha kapsamlıdır ve izolasyonu da bünyesinde barındırmaktadır.

Perlman ve Peplau (1984), yalnızlık olgusunun farklı boyutlarını içeren bir tanım yapmıştır (Skaff, 2007, s. 5): Yalnızlık, bireyin sosyal ilişkilerinde olmasını “beklediği nitelik veya nicelik” ile “gerçek nitelik veya nicelik” arasında önemli ölçüde farklılık olduğunda ortaya çıkan, birey açısından hoş olmayan bir deneyimdir. Nicelik kavramı, bireyin arkadaşının olmaması ya da istenilenden az olması durumunu; nitelik kavramı ise bireyin sosyal ilişkilerindeki yüzeyselliği ya da tatmin edici olmaması durumunu ifade etmektedir (Begum, 2008, s.9).

Bu tanım, diğerleriyle üç ortak noktayı paylaşmaktadır:

- Yalnızlık, kişinin sosyal ilişkilerindeki eksiklikten kaynaklanır. Yalnızlık, bir kişinin gerçek sosyal ilişkileri ile sosyal temasa yönelik ihtiyaç veya istekleri arasında bir uyumsuzluk olduğunda ortaya çıkar.
- Yalnızlık öznel bir deneyimdir ve sosyal izolasyonla eş anlamlı değildir. İnsanlar yalnız olmadıkları halde yalnızlık çekebilir, kalabalıkta da yalnızlık hissine kapılabilir.
- Yalnızlık deneyimi nahoştur, tatsız ve üzücüdür.

Yaşlı kadının yalnızlık probleminin incelendiği bu yüksek lisan tez çalışmasının çıkış noktasında *sosyal izolasyon* kavramı yer almaktadır. Duyguların ölçümünün aksine, sosyal izolasyonu ölçmek görece daha kolaydır. Sosyal izolasyon, sosyal ilişkilerin nesnel eksikliğini ifade etmektedir. Yalnızlık ve izolasyon olguları aynı şeyler değilse de aralarında örtüşmeler vardır. Burada bunları izleri takip edilerek sonraki kapsamlı araştırmalara yeni çıkış noktaları işaret edilecektir. Sosyal izolasyon, yaşlı kadında yalnızlık riskini artıran ve sosyal izolasyon ile bağlantılı olarak incelenebilecek bir olgu olarak kabul edilecektir.

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1 Ön Açıklamalar

Yaşlı kadının yalnızlık sorununu incelemek üzere bir araştırma modeli tasarlanabilir, bu model çerçevesinde veriler analiz edilebilir ve bir dizi bulguya ulaşılabilir. Bunlar araştırma öncesi tasarlanan *hipotezleri* ya doğrular ya da dışlar. İncelenen tezlerde genellikle bu yolun seçilmiş olduğu görülmektedir. Sonuç ne olursa olsun, yani modelin işe yaradığı veya yaramadığı anlaşılsın – eğer araştırmacı bilimsellik kriterlilerine uyduysa - çalışması bilimsel açıdan yeterli kabul edilir. Bu çalışmada yaşlı kadının yalnızlık sorunu sistematik bir şekilde ele alınmak istenmiştir.

Sosyal bilimcilerin sosyal fenomenlerin tarifleriyle yetinmeyip, bunları açıklamak isteği neredeyse tüm sosyal bilimsel literatürde tekrarlanan bir çağrıdır. Bu çalışmada yaşlı kadınlar arasında az veya çok yalnızlık sorunu olduğu tespitiyle yetinilmeyip, bunun *neden* böyle olduğu sorusuna odaklanıldı. Bu, araştırma yöntemi açısından sonuçları olan karar, *teorik* ifadelerle dayanan açıklamaların zorunlu olduğu sonucunu ortaya çıkardı. Yani, değişkenler arası kompleks ilişkilere odaklanılmasının gerekli olduğu anlaşıldı.

Sosyal bilimsel literatürde dile getirilen *yalnızlık* olgusuyla ilişkili *teorik ifadeler* üst düzeyde komplekstir. Teorik ifadeler çok miktarda değişken ile bağlantılıdır. Normal şartlarda ampirik araştırmalarda çok az sayıda değişken arasındaki ilişkinin dikkate alınır. “Genellikle iki veya en fazla üç değişken” (Opp ve Schmidt, 1976, s. 11)¹. Dolayısıyla teori ve ampirizm arasında kapatılması zor bir tutarsızlık vardır. Yani teorik ifadelerin kompleksliğine karşı ampirik araştırmaların basitliği, hiçbir sosyal olgunun – ilk bakışta ne kadar basit görünseler bile -iki veya üç değişken arasındaki ilişkiyle tam manasıyla açıklanamaz ama teorik komplekslik ve ampirik araştırmaların basitliği arasındaki tutarsızlık, uzmanlara göre, uygun istatistiksel yöntemlerle az veya çok iyi bir şekilde aşılabılır.

Çok değişkenli analiz, belirli faktörlerin (yani değişkenlerin) birbiriyle ilişkili olup olmadığını, eğer öyleyse, ne şekilde ve ne ölçüde ilişkili olduğunun belirlenmesine

¹ Almanya’da yayınlanan bu kitap, tez danışmanın Prof. Dr. İsmail Tufan’ın özel kütüphanesinde mevcuttur. Tez danışmanımla yaptığım görüşmelerde, bu kitabın önemli bir kısmını bana bizzat kendisi anlatmıştır ve Türkçe bir özetini de çıkarıp bana vermiştir. Kendisine bir kere daha teşekkür ediyorum.

yardımcı olabilir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 13). Bu açıdan bakıldığında çok değişkenli analiz, toplumun pratik tasarımına katkıda bulunabilir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 18).

İki özelliğe veya değere sahip değişkenler bu tez çalışmasında özellikle önemlidir. Bu tür değişkenlere *ikili değişken* denir. İkili değişkenlerin *niteliksel* (örneğin “cinsiyet”), *sıralı* (örneğin “yaşam memnuniyeti” değişkeninin “yüksek” ve “düşük” düzeyleri) ve *niceliksel* (örneğin “ortalama aylık gelir” değişkeninde “10.000 TL” ve “20.000 TL”) değişkenler olabileceğini belirtmek önemlidir. “Sıralı ve niceliksel ikili değişkenlerde, altta yatan sebeplerin sıralı veya niceliksel olduğu varsayılır, ancak belirli nedenlerden dolayı bunlar yalnızca ikili olarak ölçülmüştür.” (Opp ve Schmidt, 1976, s. 23).

3.2 Yol Analizi

Wright tarafından 1920’li yıllarda geliştirilen *yol analizi* (path analysis), “nedensel analizin anası” olarak tanınır. Regresyon analizi kesin bir şekilde bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında ayrım yaparken, buna karşın yol analizi, değişkenler arasındaki *karşılıklı ilişkilerin* de analizine izin vermektedir. Bu tür karşılıklı ilişkiler, değişkenlerin aynı anda hem bağımlı hem de bağımsız değişkenleri temsil edebilmesi gerçeğiyle somutlaşmaktadır. Her bir içsel (endojen) değişken için bir regresyon denklemi formüle edilir ve bu denklemlere *yapısal denklemler* denir. Etkileşimlerin dikkate alınması nedeniyle, yol analizi gerçeği regresyon analizine göre daha iyi yansıtabilmektedir (Weiber ve Mülhhaus, 2010, s.21).

Yol analizi, *yinelemeli* ve *yinelemeli olmayan* modeller arasında ayrım yaparak farklı model türlerini analiz etmek için kullanılabilir. Tüm değişkenler oklar kullanılarak çiftler halinde bağlanırsa ve net bir sıraya konulabilirse, bir modelin *yinelemeli* olduğu söylenir. Burada tüm nedensel oklar aynı yöndedir; bu, değişkenler arasında geri bildirim olmadığı anlamına gelir. Bu tür modeller *yinelemeli* (recursive) olarak adlandırılır, çünkü içsel (endojen) değişkenlerin açıklaması geriye doğru gerçekleşir (Weiber ve Mülhhaus, 2010, s. 28).

Yol analizinin temel özellikleri (Weiber ve Mühlhaus, 2010, s. 29):

- Yol analizinin ön koşulu, teorik ve/veya olgusal temelli nedensel ilişkilerin önsel (a priori) formülasyonudur; bu sayede *içsel*, *müdahaleci* ve *dışsal* değişkenler arasında ayırım yapılır. Tüm değişkenler *metrik* ölçek seviyesinde ölçülür.
- Değişkenler arasındaki *etkileşimler* dikkate alınır. Bu, bir değişkenin aynı anda bağımlı (endojen) ve bağımsız (yordayıcı) değişken olabileceği anlamına gelir. Birden fazla bağımlı değişken her zaman aynı anda dikkate alınır. Yalnızca bir bağımlı değişken varsa, yol analizi özel bir durum olarak regresyon analizini içerir.
- Nedensel modeldeki değişkenler arasındaki ilişkiler *yol diyagramı* kullanılarak grafiksel olarak gösterilmektedir.
- Her endojen değişken için bir regresyon denklemi oluşturulur. *Yol katsayılarını* tahmin etmek için, bir endojen değişkenin her denklemi için bir regresyon analizi yapılmalıdır. Değişkenlerin *korelasyon matrisi*, *giriş matrisi* olarak kullanılmalıdır. Değişkenler “standartlaştırılmış” olmalıdır. Bu durumda yol katsayıları *standartlaştırılmış kısmi regresyon* katsayılarına karşılık gelir. Dolayısıyla yol analizi, bir “dizi” *çoklu regresyon denkleminde* oluşur.
- Yol katsayıları bir modeldeki nedensel etkilerin yönünü ve gücünü gösterir. Bağımsız bir değişkenin bağımlı değişken üzerindeki *toplam nedensel etkisi*, doğrudan ve dolaylı etki olarak ikiye ayrılır. Yol katsayıları *doğrudan* etkileri yansıtırken, *dolaylı* etki, yollara ait yol katsayılarının çarpılmasıyla belirlenir.
- Endojen bir değişkenin varyansı, yordayıcı değişkenler tarafından *açıklanan varyans* ve *açıklanmayan varyans* oranlarına ayrıştırılabilir. *Üçüncü değişkenin* içsel bir değişken üzerindeki etkisi *kalıntı değişken* tarafından görünür hale getirilir.

3.3 Doğrusal, Yinelemeli Model

Doğrusal, yinelemeli (recursive) modelden önce birkaç temel bilginin verilmesi gerekmektedir. Değişkenler arası bağlantıdan söz edebilmek için en az iki değişkenin birbiriyle ilişkili olması gerekir. Örneğin nicel iki değişken okulluluk yılı sayısı ile ölçülen “eğitim düzeyi” ve ortalama aylık gelir ile ölçülen “gelir düzeyi” arasında bir

ilişki olduğunu kabul edersek, bunun nasıl bir ilişki olabileceği sorusu akla gelmektedir. Okulluluk süresi muhakkak gelir düzeyine etki eder. Daha kesin ifadeyle: Eğer okulluluk süresi görece yüksekse, o zaman aylık gelir de görece yüksektir. Okulluluk süresi ve gelir arasındaki bu ilişki *matematiksel bir formül* ile daha kesin bir şekilde ifade edilebilir. Örneğin belirli bir eğitim süresine sahip kişilerin, kişinin eğitim gördüğü yıl sayısının 200 katı kadar bir gelir elde ettiği varsayılırsa şu şekilde ifade edilebilir.

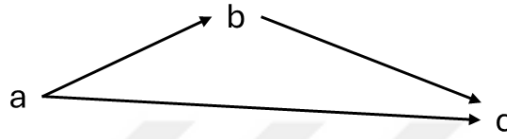
$$X_2 = 200X_1$$

Böyle bir denklem grafiksel olarak gösterilebilir ve grafikten bir kişinin hangi düzeyde eğitim aldığı ve ne kadar gelire sahip olacağı ön görülebilir. Lise eğitimi alanlar, bu tür grafikleri matematik dersinden tanımaktadır (örneğin “ $y=2x$ ” veya “ $y = - 4x$ ”). Örneklerden görüldüğü gibi değişkenler birbirleriyle *pozitif* veya *negatif* bir ilişkiye sahip olabilir.

Değişkenler, bir değişkenin diğerini etkilediğini iddia etmeden birbirleriyle *pozitif* bir ilişkiye sahip olabilir. Örneğin “yangın yerinde itfaiyeci sayısı” değişkeni ile “hasar düzeyi” değişkeni arasında pozitif ilişki olabilir. Çünkü değişkenlerden birinin yüksek düzeyi ile diğer değişkenin yüksek düzeyi birlikte ortaya çıkmaktadır. Buna rağmen itfaiyeci sayısının yangının hasarına etkisinden söz edilemez. X_1 ve X_2 değişkenleri arasında pozitif bir ilişki varsa ve eğer bir *etki* söz konusu ise (X_1 ’in X_2 ’ye etkisi), o zaman *pozitif direkt etki* veya *pozitif direkt efekt* vardır. Şu durumu da anımsamak gerekir: “İki değişken arasında pozitif bir ilişki varsa, pozitif bir etkinin olması gerekmez. Ancak bir değişkenin diğeri üzerinde pozitif etkisi varsa, değişkenler arasında her zaman pozitif bir ilişki de vardır” (Opp ve Schmidt, 1976, s. 25, *indirekt etkiler* de vardır). Örneğin “leylek sayısı” ile “doğum sayısı” arasında pozitif bir ilişki olabilir ama leyleklerin doğum sayısına veya doğumların leylek sayısına etkisinden söz edilemez.

Bilindiği gibi $X_2 = \pm bX_1$ tipindeki denklemler *doğrusal denklem* olarak adlandırılır ve b harfi ile bu denklemin *katsayısı* ifade edilir. Pek çok ifadede sadece iki değil, ikiden fazla değişken birbiriyle ilişkilendirilir. Aynı zamanda bir değişkenin başka bir değişken üzerinde yalnızca doğrudan değil aynı zamanda dolaylı etkisi de olabilir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 30).

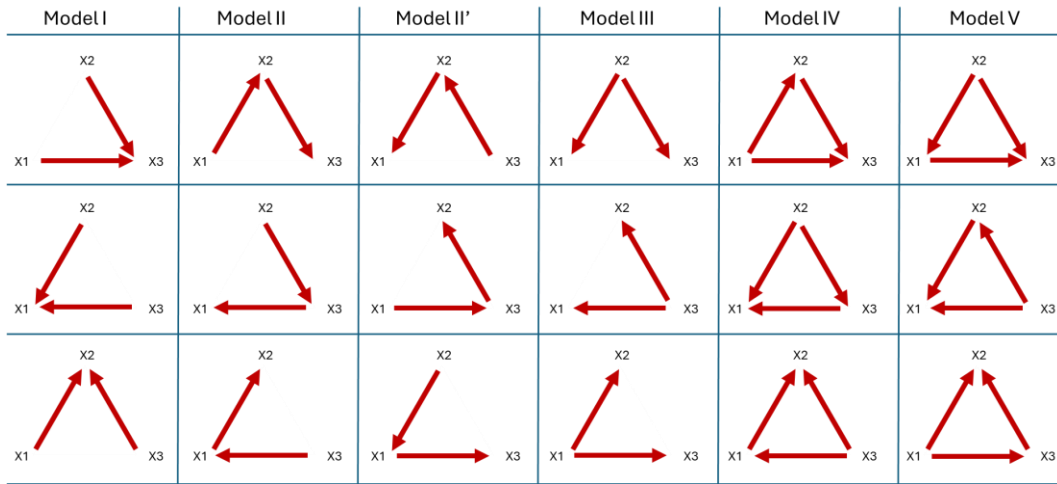
Doğrusal, yinelemeli modeller (lineer, rekürsif modeller), uzun süredir ampirik sosyal bilimsel araştırmalarda (Opp ve Schmidt, 1976) önemli bir yer edinmiştir. Karmaşık modellerin çoğu temel modellerin bir kombinasyonudur. Karl-Dieter Opp ve Peter Schmidt, üç değişkenli temel modelleri bir araya getirerek, bunların nasıl kullanıldıklarını detaylı şekilde açıklamışlardır (Opp ve Schmidt, 1976, s. 133). Örneğin aşağıda grafikte a, b ve c değişkenleri arasında etkisel ilişkiler gösterilmiştir. Burada a değişkeni c değişkenine *direkt*, diğer taraftan b değişkeni üzerinden *indirekt* etki etmektedir.



Şekil 3.1. Bir değişkenin bir başka değişkene direkt ve indirekt etkisi.

Literatürde “nedensel model” veya basitçe “model” terimi sıklıkla kullanılmaktadır. Bu, en az iki değişken arasındaki bağlantı hakkında bir açıklama anlamına gelir. Daha doğrusu: en az iki değişkenin birbiriyle etkiler yoluyla ilişkili olduğu iddiasıdır (Opp ve Schmidt, 1976, s. 32). Nedensel model sadece doğrusal formüllerle tanımlandıysa, o zaman *doğrusal modelden* veya *doğrusal nedensel modelden*² söz ederiz. Eğer bir modelde en az bir doğrudan veya dolaylı geri tepki varsa, bu *yinelemeli olmayan* bir modeldir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 33). Bu çalışmada yinelemeli olmayan modeller dikkate alınmamıştır. Aşağıda, üç değişken arasındaki doğrusal, yinelemeli nedensel modeller gösterilmiştir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 133-134).

² Güncel literatürde daha ziyade “yapısal denklemlerle modellenmesi” ifadesine rastlıyoruz (Weiber ve Mühhlhaus, 2010).



Şekil 3.2. Doğrusal, yinelemeli modeller

3.4 İki veya Daha Fazla İkili Değişkenle Belirlenimci (Deterministik) Olmayan Eşdeğerliklerin Denklemler Aracılığıyla Formalizasyonu

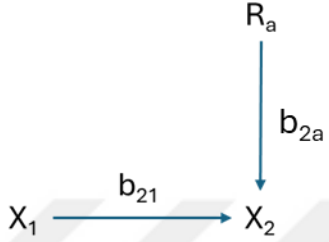
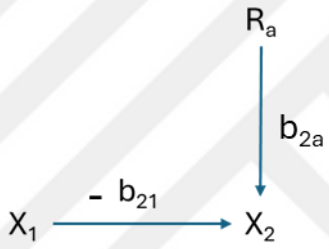
Sosyal araştırmalarda ender durumlarda deterministik değişkenlerle çalışılır. Prensipite hiçbir zaman deterministik değişkenlerle işlemiz olmaz. Sosyal araştırmacılık alanında (dolayısıyla gerontolojide de) öncelikle *belirlenimci olmayan* değişkenler kullanılır. Bu yüzden, belirlenimci olmayan hipotezleri denklemlere nasıl çevrilebileceği sorulmalıdır. Örneğin belirlenimci olmayan şu eşdeğerlikten (hipotez) hareket edelim: “*Ancak ve ancak işten memnuniyetsizlik varsa (X1), o zaman genellikle sendika üyeliği (X2)*” (Opp ve Schmidt 1976, s. 89 tarafından verilen örnek). Deterministik olmayan eşdeğerlikler bir bakıma deterministik eşdeğerliklerin yozlaşmış bir türü olduğundan, söz konusu eşdeğerliğin deterministik olmadığı bir denklem olarak nasıl ifade edilebilir?

1. Deterministik eşdeğerliklerde bağımlı değişkeni etkileyen değişkenler hipoteze dahil edilmediğinden, deterministik eşdeğerlik çürütülebilir. Bu tür değişkenler *üçüncü değişken* olarak adlandırılır.
2. Deterministik eşdeğerlikler *ölçüm hataları* nedeniyle çürütülebilir.

Dolayısıyla deterministik eşdeğerliklerin iki tür değişken tarafından çürütülebileceği söylenebilir: Üçüncü değişkenler ve ölçüm hatası değişkenleri. Bunlara *kalıntı değişkenler* veya *hata değişkenleri* olarak adlandırılır (bu değişkenler genellikle R (Residuum) harfiyle tanımlanır). Bu terimler, belirlenmeyen veya belirlenemeyen “kalıntı” değişkenler veya hesaba katılmayan veya katılamayan değişkenler şeklinde

bazı “hatalar” yapıldığını gösterebilir. Eğer deterministik eşdeğerliğin reddi, kalıntı değişkenlere bağlıysa, bu, bağımlı değişkenin sadece bağımsız değişkenlerden değil, aynı zamanda kalıntı değişkenlerden de etkilendiği anlamına gelir (Opp ve Schmidt 1976, s. 89).

Tablo 3.1. İki ikili değişkenin belirlenimci olmayan eşdeğerliklerinin denklem ve model (nedensel diyagram) biçiminde temsili. (Opp ve Schmidt 1976, s. 90).

Hipotez	Nedensel diyagram	Formül
Eğer, ve sadece eğer X_1 ise, o zaman genellikle X_2		$X_2 = b_{21}X_1 + b_{2a}R_a$
Eğer, ve sadece eğer X_1 değilse, o zaman genellikle X_2 (= eğer, ve sadece eğer X_1 ise, o zaman genellikle X_2 değil).		$X_2 = -b_{21}X_1 + b_{2a}R_a$

3.5 Hipotez Formülasyonu

Eğer hipotezler test edilecekse, bu mantıksal olarak onların ilk önce formüle edilmesi gerektiği anlamına gelir. Ancak tamamen sözlü bir formülasyon yeterli değildir; diğer hususların yanı sıra katsayıların tahmin edilmesi gerektiğinden, denklemlerin formüle edilmesi gerekir (yukarıda açıklandı). Metodoloji ve istatistik eğitimi almış sosyal bilimcilerin teori oluşturma süreci muhtemelen şöyle ilerleyecektir: başlangıçta (en az) bir bağımlı (endojen) veya (en az) bir bağımsız (eksojen) değişken olduğu varsayılır (Opp ve Schmidt 1976, s. 92):

- (En az) bir bağımlı değişken varsayılırsa, bağımsız değişken(ler) üzerinde doğrudan veya dolaylı etkisi olan diğer değişkenler aranır. Yani bağımlı değişkendeki nedensel olarak önce gelen değişkenler aranır.
- (En az) bir bağımsız değişken varsayılırsa, bağımlı ve diğer ilgili bağımsız değişkenler aranır.

Her iki durumda, bulunan değişkenlerin birbirini nasıl etkilediği de dikkate alınacaktır. Bunun sonucu en azından bir “eğer- o zaman” veya “ne kadar- o kadar” şeklinde ifadelerdir. Örneğin “Eğer kadının yaşı 50’nin üzerindeyse, o zaman hamilelik olasılığı çok düşüktür” veya “Gelir düzeyi ne kadar fazlaysa, aylık et tüketimi o kadar fazladır.” Buradaki yöntem kullanılıyorsa, varsayımlar sadece sözlü hipotezlere dönüştürölmüş formölasyon şeklinde olamaz. Denklemlerde kesinlik kazanmaları gerekir. “İlişkilerin doğası sözlü hipotezlerden ziyade denklemlerde daha kesin olarak belirtilir” (Opp ve Schmidt, 1976, s. 93).

Öncelikle hipotezlerin oluşturulması ve diğer şeylerin yanı sıra *katsayıların işaretlerinin* de verilmesi gerektiği anlamına gelir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 93). Araştırmacı, bağımsız değişkenin veya değişkenlerin bağımlı değişkene veya değişkenlere nasıl bir etki yaptığını veya yapabileceğini (pozitif veya negatif) önceden düşünmelidir. Bu, örneğin literatürden sağlanan teorik görüşlere dayandırılır. “*Bu nedenle teorik olarak iyi bir çalışma hazırlamak tavsiye edilir, bu da test edilecek hipotezlerin formöle edilmesi için çok çaba sarf edilmesi gerektiği anlamına gelir*” (Opp ve Schmidt, 1976, s. 93).

3.6 Araştırmanın Teorisi ve Hipotezleri

Yukarıda ampirik araştırmalarda formöle edilen hipotezlerin önemine dikkat çekilmiştir. Burada ise kendi araştırmamın kapsamında tasarlanan hipotezlerden söz edilecektir. İlk önce bağımsız ve bağımlı değişkenler adlandırılacaktır. Ardından bu kavramların tanımlarını verilecek ve daha sonra ampirik araştırma kapsamında analiz edilebilir hale getirip, matematiksel formölasyonları ifade edilecektir.

Bunun için yukarıda sunulan “yalnızlık” olgusu hakkındaki teorik düşünceleri tekrar hatırlamak gerekecektir. Tabloda, bunlar arasından en önemlilerini sunulmaktadır.

Tablo 1.2. Yalnızlık kavramı üzerine görüşler.

Yazar/Yazarlar	Yalnızlık Tanımı
Lapato, 1969	Bireyin beklentilerine cevap vermeyen etkileşim düzeyinin bir sonucu olarak ortaya çıkan duygu
Weiss, 1973	Bireyin ihtiyacı olan ilişkilerin eksikliğinden kaynaklanan bir duygu.
Moustakas, 1975	Bireyin gelişimi açısından bir fırsat.
Young, 1982	Bireyi tatmin eden sosyal ilişkilerin yokluğu.
Baran vd., 2020	Yaşlılıkta ortaya çıkan rol kayıplarının bir sonucu.

Diğer taraftan yukarıda “izolasyon” kavramı üzerinde duruldu ve yalnızlıkla ilişkisi dile getirildi. Sosyal ilişki ve destek eksikliği anlamına gelen sosyal izolasyonun, diğer kişilerle düzenli etkileşimi engelleyerek, diğerlerinin yanı sıra yalnızlık sorununa da yol açabileceği belirtildi.

Bu teorik görüşlerden hareket ederek artık bu çalışma kapsamında dikkate alınan bağımlı ve bağımsız değişkenlerin neler oldukları sorusuna da cevap verilebilecek bir noktaya erişildi:

Tablo 3.3. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri

Değişken	Tanım
Birinci bağımsız değişken	Sosyal izolasyon (X_1) : <i>nicel</i>
İkinci bağımsız değişken	Bireyin beklentilerini karşılamayan sosyal ilişkiler (X_2) : <i>özel</i>
Bağımlı değişken	Yalnızlık duygusu (X_3) : <i>özel</i>

Şimdiye kadar anlatılardan, “*yalnızlık duygusu*” (bağımlı değişken), burada bunu açıklamak için kullanılan iki bağımsız değişkenin etkisiyle ortaya çıkmaktadır. Yani önce “sosyal izolasyon” ve “bireyin beklediğinden farklı sosyal ilişkiler” olmalıdır

ki, yalnızlık duygusu ortaya çıkabilsin. **Böylece teorimi tanımlanmış oldu: *Yalnızlık, sosyal izolasyonun ve/veya beklentileri karşılamayan sosyal ilişkilerin doğurduğu bir duygudur.***

Bu teori ampirik verilerle test edilebilir beş ayrı model tasarımına olanak sunmaktadır. Bu nedensel modellerin diyagramları ve formülleri aşağıda görülmektedir:

- Birinci modelde X1 ve X2 değişkenleri X3'e etki etmektedir
- İkinci modelde X1 değişkeni X2 değişkeni üzerinden X3 değişkenine etki etmektedir.
- Üçüncü modelde X2 değişkeni X1 değişkeni üzerinden X3 değişkenine etki etmektedir.
- Dördüncü modelde X1 değişkeni hem X2 değişkeni üzerinden hem de doğrudan X3 değişkenine etki etmektedir.
- Beşinci modelde X2 değişkeni hem X1 değişkeni üzerinden hem de doğrudan X3 değişkenine etki etmektedir.
- Tüm formüllerde modellerin açıklayamadığı veya ölçüm hatalarına dayanan kalıntı değişkenlerine de yer verildiğine dikkat edilmelidir. Dolayısıyla bu modellerde deterministik olmayan eşdeğerlikleri ifade etmektedir. Böylece değişkenlerin etkileri veya efektleri olasılıksaldır.

Tablo 3.4. Araştırmanın teorisini sınamayı sağlayan nedensel modeller.

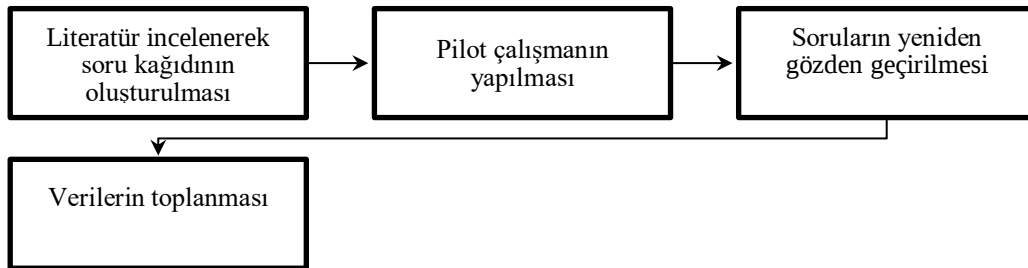
Nedensel diyagram	Formül
<pre> graph LR X1 -- b31 --> X3 X2 -- b32 --> X3 Ra -- b3a --> X3 </pre>	$X_3 = b_{31}X_1 + b_{32}X_2 + b_{3a}R_a$
<pre> graph LR X1 -- b21 --> X2 X2 -- b32 --> X3 Ra -- b2a --> X2 Ra -- b3b --> X3 </pre>	$X_2 = b_{21}X_1 + b_{2a}R_a$ $X_3 = b_{32}X_2 + b_{3b}R_a$

	$X_1 = b_{12}X_2 + b_{1a}R_a$ $X_3 = b_{31}X_1 + b_{3b}R_a$
	$X_2 = b_{21}X_1 + b_{2a}R_a$ $X_3 = b_{31}X_1 + b_{32}X_2 + b_{3b}R_a$
	$X_1 = b_{12}X_2 + b_{1a}R_a$ $X_3 = b_{32}X_2 + b_{31}X_1 + b_{3b}R_a$

Buraya kadar gerçekleştirilen sistematik girişimlerle bilimsel teori geliştirildi hem de bu teoriyi sınamayı mümkün kılan beş farklı nedensel model geliştirildi. Ayrıca bu tür “yol analizi” ile tasarlanan bilimsel modellerin ne denli faydalı olduklarını da gördük. Çünkü bu tarz modeller, dikkate alınan değişkenleri sadece bir bakışta görmeyi sağlamakla kalmıyor, aynı zamanda bunların adeta bir dama taşı gibi yerleri değiştirilerek akla uygun yeni model tasarımlarına olanak sağlıyor.

3.7 Veri Toplama Aracı ve Veri Analizi

Araştırmada veriler, araştırmacı tarafından hazırlanan standart soru kâğıdı ile yüz yüze olarak 2023 yılının eylül ve ekim aylarında toplanmıştır. Analizlerde IBM SPSS 27 paket programı kullanılmıştır.



Şekil 3.3. Soru kâğıdı oluşturma aşamaları.

3.8 Araştırma Tasarımı

Keşfedici ampirik nicel araştırmalar, genellikle daha önce az bilinen veya hiç bilinmeyen bir konuyu veya fenomeni anlamak amacıyla yapılan araştırmalardır. Bu tür araştırmalarda, genellikle çok sayıda veri toplanır ve analiz edilir. Ancak bu tür araştırmaların temel amacı “keşif yapmak” ve “fenomeni daha iyi anlamaktır” (Oldenb rger 1996, Bortz ve D ring 2006).

Ülkemizde yeterince araştırlmamış, prensipte bilinmeyen bir fenomen olan “yaşlı kadınların yalnızlık” sorununu incelemek amacıyla yapılan bu araştırmada, spesifik bir örneklem ve konu üzerine odaklanılmaktadır. Bu tür keşif araştırmalarında temel amaç, belirli bir olguyu veya konuyu daha iyi anlamak, başlangıç noktaları tespit etmek ve gelecekte daha kapsamlı araştırmalara veya genellemelere temel oluşturmaadır.

3.9 Araştırmanın Evreni ve  rneklem Stratejisi

Araştırmanın evrenini 60+Tazelenme  niversitesine katılan kadınlar oluşturmaktadır. Bu kadınların genel yaşlı kadın nüfusu temsil etme olasılığı yoktur. Eğer  rneklem, genel yaşlı kadın nüfusu temsil etmiyorsa, elde edilen sonuçları genellemek istatistik bilimi ve olasılık hesapları bakımından uygun değildir. Bu tür durumlarda, araştırma sonuçlarının genellemesi yerine örneklemdeki bireylerin deneyimlerine veya özelliklerine odaklanmak daha anlamlıdır. Araştırma sonuçları, sınırlı örneklem özgü durum ve eğilimleri aydınlatarak, bu gruba ait daha detaylı anlayış sağlayabilir.

Araştırmanın evreni, 60+ Tazelenme Üniversitesi Akdeniz  niversitesi kampüsünde eğitime katılan 492 kadından oluşmaktadır. Yazıcıoğlu ve Erdoğan’ın (2004, s.50) “a = 0,05   in  rneklem Büyüklükleri” tablosunda evreni 500 kişi, % 95 güven aralığında, p=0,05 örneklem hata payına sahip olan araştırmaların  rnelemi 217 kişi olarak belirlenmiştir (Demir, 2018, s.18). Bu araştırmada da bu bilgiye dayanarak en az 217 kişiye ulaşmak hedeflenmiştir.

Araştırmaya 244 kişi davet edilmiştir ancak 8 kişi anketi yarıda bırakmıştır. Bu nedenle araştırmaya hepsi kadın olan 236 kişi dâhil edilmiştir. Bu kişiler bundan

böyle “örneklem” kavramıyla anılacaktır, eğer kişi veya kişiler kastediliyorsa “denek veya denekler” kavramlarıyla anılacaktır.

Örnekleme dâhil olma kriterleri:

- Kadın olmak
- 60 yaş ve üzeri olmak
- 60+ Tazelenme Üniversitesi Akdeniz Üniversitesinde kayıtlı olmak

Örneklemden dışlama kriterleri:

- Erkek olmak
- 60 yaşın altında olmak
- 60+Tazelenme Üniversitesi Akdeniz Üniversitesinde kayıtlı öğrenci olmamak
- İletişim, anlama ve konuşma probleminin olması
- Tanılanmış bir psikiyatrik problem olması

Örneklem, rastgele örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Bu örnekleme yönteminde, her deneğin örnekleme seçilme şansı eşittir (Yağar ve Dökme, 2018).

3.10 Soru Kağıdı

Soru kağıdı demografik bilgiler, sosyal izolasyon, beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler, yalnızlık duygusu sorularından oluşmaktadır.

Soru kağıdında veriler “Evet/Hayır” yanıtlarıyla toplanmıştır.

3.11 Araştırmanın Etik Boyutu

“Yaşlılıkta Kadının Yalnızlığı: 60+ Tazelenme Üniversitesi Akdeniz Üniversitesi Kampüsünde Eğitime Katılan Kadınlar Örneğinde” konulu yüksek lisans tezi Karar no: KAEK-674, 23.08.2023 tarihli ve 2012-KAEK-20 Etik kodu ile Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu onayı almıştır.

Ayrıca 60+ Tazelenme Üniversitesi Akdeniz Üniversitesi Kampüsünde araştırma için Akdeniz Üniversitesi, Yaşlılık Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü tarafından 14.09.2023 tarih ve E-99931598-302.08.01-733260 sayılı belge ile de izin alınmıştır.

3.12 Araştırmanın Sınırlılıkları

Nicel araştırmaların başlıca özellikleri veri toplama, analitik yaklaşım ve istatistiksel analiz şeklinde özetlenebilir. Tutarlılık, geçerlilik ve güvenilirlik hem nicel hem de nitel araştırmalardan beklenir (Bortz ve Döring, 2006). Prensipde bu tez çalışmasının kapsamında yürütülen ampirik araştırmadan da bunlar talep edilebilir ama pratikte yerine gelmesi mümkün değildir. Araştırma süresi, örneklemin kapsamlı bir çalışmaya izin vermemesi ve araştırmacının araştırma için sahip olduğu – her tez çalışmasında olduğu gibi - imkanların yetersizliği dikkate alındığında, profesyonel araştırmalardan beklenen özelliklerin bu çalışmada karşılanması imkansızdır.

Ayrıca örneklemdaki denekler eğitim düzeyi, gelir durumu ve sağlık durumları da açısından çok daha iyi durumda oldukları için genel yaşlı kadın popülasyonundan farklıdır. Bu nedenle genel popülasyona genelleme yapılamamaktadır.

3.13 Sorular

Tasarlanan araştırma modellerinde üç tane anahtar niteliğindeki değişkenler şunlardır: *Sosyal izolasyon; beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler ve yalnızlık duygusu*. Tespit etmek istenilen değişkenin yalnızlık duygusu ve diğer iki değişkenin ise buna nasıl etki edebileceği modellerle ve bunlara ait matematiksel formüllerle tanımlandı.

Yalnızlık duygusunun, sosyal izolasyonun ve beklentileri karşılamayan ilişkilerin sonucunda ortaya çıktığı varsayımından hareket edildiğine de yukarıda dikkat çekildi. Tabii bu varsayımın tersi de düşünülebilir. Örneğin yalnızlığın sosyal izolasyona ve beklentileri karşılamayan sosyal ilişkilere yol açtığı da düşünülebilir. Bizi bu şekilde düşünebilmeye yönlendiren şey, yukarıda yapılan görece detaylı istatistiksel teorik analizlerdir. Her araştırmada olduğu gibi burada da araştırmacı hangi değişkenlerin daha önce hangilerinin daha sonra ortaya çıktığına karar vermek zorundadır. Ben, bu bağlamda nasıl bir karar verildiği, aslında yukarıda belirtilen teori ile verilmiştir ancak burada da tekrarlanacaktır: Önce sosyal izolasyon ve beklentilere cevap vermeyen sosyal ilişkilerin ortaya çıktıkları ve daha sonra bunların etkisiyle yalnızlık duygusunun ortaya çıktığını kabul edilmiştir.

Sosyal izolasyon, beklentileri karşılayamayan sosyal ilişkiler ve yalnızlık duygusu olarak tanımlanan her değişken hakkında 5'er adet *ikili* cevap seçeneği olan sorular tasarlandı ve toplam skorlarını hesaplanarak, tasarlanan nedensel modeller sınandı.

Tablo 3.6. Tanımlanan üç değişkenle ilgili sorular.

Değişken	Soru	Cevap
Sosyal izolasyon	- Son iki haftada arkadaşlarınızla yüz yüze görüşme fırsatınız oldu mu? (*) - Sosyal medyada geçirdiğiniz süre, yüz yüze etkileşimlerinizden daha fazla mı? - Kendinizi sık sık soyutlanmış hissediyor musunuz? - Sosyal etkinliklere katılımınızı azalttınız veya durdurdunuz mu? - Aile üyelerinizle düzenli olarak vakit geçiriyor musunuz? (*)	Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır
Beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler	- Sosyal ilişkilerinizden memnun olmadığınızı hissediyor musunuz? - Ailenizin veya arkadaşlarınızın size yeterince destek verdiğini düşünüyor musunuz? (*) - Yakın çevrenizdeki insanların sizin ihtiyaç beklentilerinizi anlamadıkları hissine kapılıyor musunuz? - İlişkilerinizde sık sık hayal kırıklığı yaşıyor musunuz? - Sosyal ilişkilerinizde kendinizin sık sık veya sürekli olarak ihmal veya göz ardı edildiği duygusuna kapılıyor musunuz?	Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır
Yalnızlık duygusu	- Kendinizi sık sık yalnız hissediyor musunuz? - Kalabalık ortamlarda bile kendinizi yalnız hissettiğiniz oluyor mu? - Duygularınızı paylaşabileceğiniz samimi dost bulmakta zorluk çekiyor musunuz? - Yalnızlık duygusuna kapıldığınızda bunu değiştirmek için girişimde bulunmaktan kaçınıyor musunuz? - Yalnızlık duygusunun genel yaşam kalitenizi olumsuz etkilediğini düşünüyor musunuz?	Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır

Yukarıdaki tabloda (*) işaretli sorular, analizlerde tersyüz edilmiştir. Böylece tüm sorularda “evet” cevabı “1” ve “hayır” cevabı “0” olarak kodlanabilmektedir. Yani her soru kategorinde maksimum “5” minimum “0” puan elde edilebilir. İlgili kategoride toplam puan yükseldikçe, o kategorideki değişkenin değeri artmaktadır. Dolayısıyla

toplam puan ne kadar yüksekse, *sosyal izolasyon, beklentilere cevap vermeyen sosyal ilişkiler ve yalnızlık duygusu* artmaktadır.



4. BULGULAR

4.1 Örneklem

Örneklemin “demografik durumu” (yani kişisel özellikleri) araştırmada altı değişken ile tespit edilmiştir (yaş, medeni durum, eğitim durumu, gelir durumu, sosyal güvence, ikamet durumu). Veri analizlerinde bu değişkenlerin kategori sayısı ikiye indirgenerek araştırma konusunun incelenmesine uygun hale getirilmiştir. Aşağıda (Tablo 4.1) bu işlemlerin ardından ortaya çıkan durum görülmektedir.

Tablo 4.1. Örneklem.

		Kod	Frekans	Yüzde	N
Yaş grubu	70’ten küçük	0	158	66,9	236
	70 ve üstü	1	78	33,1	
Medeni durum	Evli değil	0	130	55,1	236
	Evli	1	106	44,8	
Eğitim durumu	Temel eğitim	0	127	53,8	236
	Yükseköğretim	1	108	46,2	
Gelir durumu	Yeterli	0	76	32,2	236
	Yeterli değil	1	160	67,8	
Sosyal güvence	Yok	1	21	8,9	236
	Var	0	215	91,1	
İkamet durumu	Yalnız yaşıyor	1	100	42,4	236
	Başkalarıyla yaşıyor	0	136	57,6	

4.2 Korelasyon Analizi

Korelasyonlar iki değişken arasındaki ilişki düzeyi hakkında bilgi iletirler. Fakat olası ilişkinin yönü hakkında bir şey söylemezler. Sosyal izolasyon, beklentileri karşılamayan ilişkiler ve yalnızlık duygusu olarak tanımlanan değişkenler, tasarlanan nedensel modellerde kullanıldılar. Deneklerin sosyodemografik özellikleriyle bunların arasındaki korelatif ilişkilerin analizi aşağıdaki bulguları ortaya çıkarmıştır.

Yaş faktörü ile özellikle X_2 ve X_3 değişkenleri arasında görece güçlü bir ilişki tespit edilmiştir. Yaş yükseldikçe sosyal izolasyon ve özellikle de beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler ve yalnızlık duygusu artmaktadır.

Medeni durum faktörü ile X_1 , X_2 ve X_3 değişkenleri arasındaki ilişki daha ziyade düşük düzeydedir ama yalnızlık duygusu ile ilişki, diğer ikisine göre belirgin şekilde daha yüksektir. Bu ilişkilerle ilgili korelasyon katsayılarının önündeki “eksi” işareti, ilişki yönünü değil, “medeni durum” değişkenine atanan değerlerden ileri gelmektedir. “0” değeri “evli değil” ve “1” değeri “evli” anlamına gelmektedir. Bu dikkate alındığında, sosyal izolasyon, beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler ve yalnızlık duygusu olarak tanımlanan değişkenlere “evli değil” kategorisinde yer alan deneklerin daha güçlü bir eğilim gösterdiği kabul edilebilir.

Gelir durumu değişkeni ile sadece X_3 değişkeni arasında düşük düzeyli bir ilişkiye rastlanmıştır. Gelir durumunu “yeterli değil” olarak cevaplayan deneklerde “yalnızlık duygusuna” görece daha güçlü bir eğilim vardır ama “sosyal izolasyon” ve “beklentileri karşılamayan ilişki” faktörleri ile gelir durumu arasında korelatif ilişki tespit edilmediği için (hatırlanacağı gibi teoride bunlar yalnızlık duygusunun nedensel faktörleri olarak tanımlanmıştı), gelir ve yalnızlık duygusu arasındaki düşük ilişkinin ya ölçüm hatasından ya da ölçülmeyen başka faktörlerden kaynaklanabileceği görüşü kabul edilmiştir.

İkamet durumu ile X_1 , X_2 ve X_3 değişkenleri arasındaki ilişki düzeyleri dikkate değer niteliktedir. İkamet durumu ile üçü de korelatif ilişkiye sahiptir. “Yalnız yaşıyor” kategorisindeki deneklerde sosyal izolasyon, beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler ve yalnızlık duygusu, daha sık ortaya çıkmaktadır.

Eğitim düzeyi ile X_1 değişkeni arasında düşük düzeyde korelasyona rastlanmıştır. Eğitim düzeyi azaldıkça “sosyal izolasyon” eğiliminde artış meydana gelmektedir ama eğitim düzeyi ile beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler ve yalnızlık duygusu arasında korelatif ilişki tespit edilmemiştir.

Tabloda gösterilmeyen ama korelasyon analizinde dikkate alınan “sosyal güvence” faktörü ile X_1 , X_2 ve X_3 değişkenleri arasında ilişki tespit edilmemiştir. Dolayısıyla sosyal güvence sahibi olup olmamanın sosyal izolasyon, beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler ve yalnızlık duygusu ile bağlantısına rastlanmamıştır.

Tablo 4.2. Korelasyon matrisi

Korelasyonlar						
	X1	X2	X3	yas	med	birlikte
X1 Sosyal izolasyon toplam puan	-	0,26**	0,27**	0,19**	-0,17*	0,27**
X2 Tatmin etmeyen sosyal ilişkiler toplam puan	0,26**	-	0,46**	0,43**	-0,19**	0,33**
X3 Yalnızlık duygusu toplam puan	0,27**	0,46**	-	0,56**	-0,29**	0,40**
yas Bireyin yaşı	0,19**	0,43**	0,56**	-	-0,19**	0,17**
med 0: “evli değil”, 1: “evli”	-0,17*	-0,19**	-0,29**	-0,19**	-	-0,64**
Birlikte 0: “yalnız yaşamıyor”, 1: “yalnız yaşıyor”	0,27**	0,33**	0,40**	0,17**	-0,64**	-

** . Korelasyonlar 0,01 düzeyinde (2-yönlü) manidar. * . Korelasyonlar 0,05 düzeyinde (2-yönlü) manidar

Bu çalışmanın ilgi odağında X₁, X₂ ve X₃ değişkenleri arasındaki ilişkiler yer aldığı için bunların arasındaki korelasyonlar ayrı bir tabloda gösterilmiştir. Bunu sebebi sırf bu ilgi odağına dikkat çekmek değil, aynı zamanda tasarlanan modelleri anımsamak ve aşağıda yapılacak analizlere hazırlanmak içindir.

Belirtildiği gibi bu değişkenlerin her biri için hazırlanan 5’er soruya verilen cevapların “toplam puanı” dikkate alınmıştır. Burada özellikle dikkat edilmesi gereken husus, “yalnızlık duygusu” (X₃) ile hem “sosyal izolasyon” (X₁) hem de “beklentileri karşılamayan ilişki” (X₂) değişkenleri arasındaki korelasyonlardır. Daha önce belirtildiği gibi *“İki değişken arasında pozitif bir ilişki varsa, pozitif bir etkinin olması gerekmez. Ancak bir değişkenin diğeri üzerinde pozitif etkisi varsa, değişkenler arasında her zaman pozitif bir ilişki de vardır”* (Opp ve Schmidt, 1976, s. 25). Yani bu korelasyonlar X₃ değişkenine X₁ ve X₂ değişkenlerinin etki ettiğini göstermiyor. Sadece aralarında bir ilişkinin bulunduğunu göstermektedir.

4.3 Modellerin Sınanması

Tasarlanan modellerden hangisinin, bu çalışmanın amacına uygun olduğunu, hatta uygun olup olmadığını henüz bilmediği için tasarlanan *üç değişkenli, doğrusal*,

yinelemeli modellerin her biri ampirik veriler temelinde sınanacaktır.³ Bu işlemler aşağıda belirtilen 13 adımda gerçekleştirilir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 136-166):

1. Hipotezlerin, nedensel diyagramların ve denklemlerin formülasyonu
2. Yöntemi uygulama koşullarının kontrol edilmesi.
3. Değişkenlerin standardizasyonu.
4. Denklemlerin önceden belirlenmiş değişkenlerle çarpımı.
5. Ortalama değerlerin hesaplanması.
6. Hata değişkenleriyle önceden belirlenmiş değişkenler arasında korelasyon olmadığı varsayımı.
7. r-denklemlerinin çözümü ve korelasyon ve yol katsayılarının hesaplanması:
8. Beklenen ile belirlenen yol katsayısının işareti ve aralığının karşılaştırılması.
9. Açıklanan varyansın ve kalıntının belirlenmesi.
10. Değişkenlerin etkilerinin ayrıştırılması.
11. Nedensel bir modelin nedensel düzenlemesinin kontrol edilmesi.
12. Çeşitli nedensel modellerin karşılaştırılması
13. Nedensel modellerin modifikasyonu

4.3.1 Model 1

Tablo4.3'deki nedensel diyagram şu hipotezi ifade etmektedir: *Sosyal izolasyon (X1) ve beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler (X2), yalnızlık duygusuna (X3) etki etmektedir.* Diyagramda ifade edilen hipotez iki bağımsız (predeterministik) değişkeni içermektedir (X1, ve X2) ve bir tek *denklem* ile formüle edilmiştir. Ayrıca X3'e *kalıntı değişkeni* R_a etki etmektedir.

Tablo 4.3. Model 1



Denklemler doğrusal, model yinelemeli ve değişkenler ikilileştirilmiş olmalıdır. Ayrıca modelin üç değişkenden meydana gelmesi koşulu da bunlara eklenmelidir.

³ Bu çalışmada *doğrusal olmayan, yinelemeli modeller ve doğrusal olmayan, yinelemeli olmayan modeller* tartışılmayacaktır.

(Tartışılan yöntem, değişkenler nicel ise üçten fazla değişken içeren denklemlerde de uygulanabilir). Yukarıdaki denklem, bu koşulları karşılamaktadır.

Hipotez oluştururken değişkenlerin ham değerlerinden yola çıktık. Bunlar standart değerlere dönüştürülmelidir ve *r-denklemlerini* elde etmektir ⁴.

İki değişkenli modellerde denklem, önceden belirlenen, yani nedensel olarak önce gelen değişkenle çarpılır. Daha karmaşık modellerde, denklemin bağımlı değişkeni birden fazla değişkenden etkileniyorsa, her denklemi sırasıyla denklemin bağımlı değişkeninin doğrudan önceden belirlenen değişkenleriyle çarpmamız gerekir. Aşağıdaki denklem, Model 1'in temel denkleminin Z-değerlerine (standart değerlere) dönüştürülmüş şeklidir.

$$Z_3 = p_{31}Z_1 + p_{32}Z_2 + p_{3a}R_a$$

Şimdi bu denklem önceden belirlenmiş değişkenle çarpılacaktır. Bu denklemde önceden belirlenmiş değişken sayısı iki tanedir. Bu yüzden her biri ile ayrı ayrı çarpım işlemi yapılmalıdır. Hata değişkeni ile denklemin çarpım işlemine tabi tutulmadığına dikkat ediniz. Böylece aşağıdaki iki denklem elde edilmiş oldu.

$$Z_3Z_1 = p_{31}Z_1Z_1 + p_{32}Z_2Z_1 + p_{3a}R_aZ_1$$

$$Z_3Z_2 = p_{31}Z_1Z_2 + p_{32}Z_2Z_2 + p_{3a}R_aZ_2$$

Denklemlere dayanarak Z değerlerini ve bunların çarpımlarını ve ayrıca her bir analiz birimi için R ve Z değerlerinin çarpımlarının hesaplandığı düşünülürse, daha sonra bu değerler toplanıp N'ye bölünebilir:

$$\frac{\sum(Z_3Z_1)}{N} = p_{31} \frac{\sum(Z_1^2)}{N} + p_{32} \frac{\sum(Z_2Z_1)}{N} + p_{3a} \frac{\sum(R_aZ_1)}{N}$$

$$\frac{\sum(Z_3Z_2)}{N} = p_{31} \frac{\sum(Z_1Z_2)}{N} + p_{32} \frac{\sum(Z_2^2)}{N} + p_{3a} \frac{\sum(R_aZ_2)}{N}$$

⁴ r-denklemleri, Opp ve Schmidt tarafından kullanılan bir ifadedir. Şimdiye kadar kullandığımız denklemler *b-denklemleri* olarak tanımlanmıştır; Bu denklemlerdeki “b”, katsayıları ifade eder. Ham verilerin standardizasyonu sonucunda “b” değerleri de değişecektir; standardize edilmiş “b” değerleri yerine “r” değerleri geçeceği için *r-denklemleri* ifadesi kullanılmaktadır.

Böylece temel denklemleri *r*-denklemlerine dönüştürüldü. Çünkü yukarıdaki denklemler şöyle de yazılabilir:

$$r_{31} = p_{31} + p_{32}r_{21} + p_{3a}r_{1a}$$

$$r_{32} = p_{31}r_{21} + p_{32} + p_{3a}r_{2a}$$

Bu denklem sistemi iki denklemden oluşmaktadır. Yalnızca *p* bilinmeyen olarak sayılırsa denklem sistemi 3 bilinmeyenden oluşmaktadır: p_{31} , p_{32} , p_{3a} . İki denkleme karşın üç bilinmeyen olduğu için bu denklem sistemi çözümsüzdür. Ama belirli bir değişken için hata değişkenlerinin ve önceden belirlenmiş değişkenlerin birbiriyle ilişkili olmadığı varsayılırsa, denklem sistemi çözülebilir hale gelir. Yani X_1 ile R_a 'nın ve X_2 ile R_a 'nın korelatif ilişkisi olmadığı kabul edilir. Böylece *r* değerleri $r_{1a}=r_{2a}=0$ olur. Dolayısıyla yukarıdaki denklemlerin son terimleri ortadan kalkar ve aşağıdaki denklemler elde edilir:

$$r_{31} = p_{31} + p_{32}r_{21}$$

$$r_{32} = p_{31}r_{21} + p_{32}$$

Artık denklem sistemi iki denklemden ve iki bilinmeyenden meydana gelmektedir (p_{31} ve p_{32}).

Bilinmeyen *p*'nin ne kadar büyük olduğunu belirlemek için her bir *p*'yi *r*-katsayıları cinsinden ifade edilmeye çalışılmalıdır.

Önce yukarıdaki denklemlerden birincisi p_{31} 'e göre çözülüyor, yani p_{31} 'i denklemin sol tarafında tek başına bırakılıyor:

$$p_{31} = r_{31} - p_{32}r_{21}$$

Sonra bu p_{31} 'i diğer denklemde yerine koyulur ve ardından parantezi r_{21} ile çarparak açılır:

$$r_{32} = p_{32} + (r_{31} - p_{32}r_{21})r_{21}$$

$$r_{32} = p_{32} + r_{21}r_{31} - r_{21}^2p_{32}$$

$$r_{32} = r_{21}r_{31} + p_{32}(1 - r_{21}^2)$$

Şimdi de sonuç denklemi p_{32} 'ye göre çözülüyor, yani p_{32} 'yi denklemin solunda tek başına bırakılıyor:

$$p_{32} = \frac{r_{32} - r_{21}r_{31}}{1 - r_{21}^2}$$

Demek ki P_{32} korelasyon katsayılarının belli bir kombinasyonudur!

Bu denklem siteminde p_{31} 'de bilinmeyenlerden biridir ve aynı şekilde korelasyon katsayılarının belli bir kombinasyonu olarak ifade edilebilir. Bu kez aynı işlemleri p_{31} için yapıldığında aşağıdaki formül elde edilir ve yine korelasyon katsayılarının belli bir kombinasyonudur:

$$p_{31} = \frac{r_{31} - r_{21}r_{32}}{1 - r_{21}^2}$$

Artık denklem sistemini çözüldü, yani her *yol katsayısının* en az bir korelasyon katsayısının birleşimi olarak ifade edilebileceği bir biçime getirildi. En geç şimdi, yani denklem sistemi çözüldükten sonra veri matrisinden korelasyon katsayılarının hesaplanması gerekiyor. Fakat bunu yukarıda yapılmıştı. Korelasyon değerleri şimdi hesaplanılan denklemlere yerleştirilip hesaplandığında şu değerler elde edilir:

$$p_{32} = 0,42$$

$$p_{31} = 0,16$$

Sıra şimdi kalıntıların (R'ler) hesaplanmasındadır. Önce her bir denklem kalıntı ile çarpılır, ardından her bir denklem bağımlı değişkenle çarpılır. Sonra ortalama değerler hesaplanır (bu işlemler yukarıda açıklanmıştı) ve şu denklem elde edilir:

$$\frac{\sum(Z_3Z_3)}{N} = p_{31} \frac{\sum(Z_1Z_3)}{N} + p_{32} \frac{\sum(Z_2Z_3)}{N} + p_{3a} \frac{\sum(R_aZ_3)}{N}$$

$$r_{33} = 1 = p_{31}r_{13} + p_{32}r_{23} + p_{3a}r_{3a}$$

Z_3 denkleminde R_a 'yı elimine etmek için denklemi R_a ile çarpıp, sonra ortalama değerlerin hesaplanması gerekmektedir:

$$\frac{\sum Z_3R_a}{N} = p_{31} \frac{\sum(Z_1R_a)}{N} + p_{32} \frac{\sum(Z_2R_a)}{N} + p_{3a} \frac{\sum(R_aR_a)}{N}$$

$$r_{3a} = p_{31}r_{1a} + p_{32}r_{2a} + p_{3a}$$

Bağımsız değişkenlerin kalıntı değişkenlerle korelasyona sahip olmadığı varsayımına dayanarak: $r_{1a} = 0$ ve $r_{2a} = 0$ olur ve budan ortaya çıkan sonuç şudur:

$$r_{3a} = p_{3a}$$

Bunu denklemde yerine koyulunca ($r_{33} = 1 = p_{31}r_{13} + p_{32}r_{23} + p_{3a}r_{3a}$) elde edilen sonuç şudur:

$$r_{33} = 1 = (p_{31}r_{13} + p_{32}r_{23}) + p_{3a}^2$$

Denklemin paranteze alınan değerleri Z_3 'ün "açıklanabilen varyansı" iken, p_{3a}^2 değeri Z_3 'ün "açıklanamayan varyans" değerini vermektedir. Artık p_{3a} hesaplanabilir:

$$p_{3a} = \sqrt{1 - (p_{31}r_{13} + p_{32}r_{23})}$$

Şu kural da bilinmektedir:

$$r_{ab} = r_{ba} = p_{ab} = p_{ba}$$

Dolayısıyla kalıntı denklemini korelasyon katsayılarıyla ifade edilebilir:

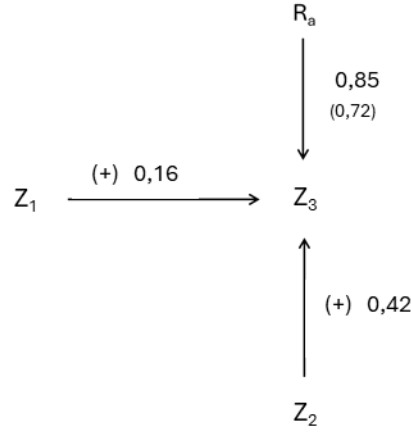
$$p_{3a} = \sqrt{1 - (r_{13}^2 + r_{23}^2)}$$

Yine korelasyon tablosundan yararlanarak bu değerleri yerine koyup hesaplandığında şu sonuç bulunur:

$$p_{3a} = \sqrt{1 - (0,27^2 + 0,46^2)}$$

$$p_{3a} = 0,85$$

Bu bulgular nasıl gösterilebilir? Opp ve Schmidt (1976, s. 143) tarafından aktarılan şu konvansiyon kullanılacaktır: Nedensel modeli anlaşılır bir şekilde diyagramla gösterebiliyorsa, *yol katsayıları* okların üzerine yazılmalıdır. Açıklanamayan varyans *kalıntı katsayısının* altına parantez içinde parantez içinde yazılmalıdır. Ayrıca beklenen işaretler, yani araştırma öncesinde etkinin yönü (eksi veya artı) parantez içinde okların çıkış noktasında yer almalıdır.



Bir X1 değişkeninin başka bir X3 değişkeni üzerindeki farklı etkilerini belirlemek isteniyorsa, X1 ve X3 için r-denklemleri hesaplanmalıdır (Opp ve Schmidt, 1976, s. 148). X1 ile X3 arasındaki korelasyona karşılık gelen denklem şöyledir:

$$r_{31} = p_{31} + p_{32}r_{21}$$

p_{31} , X1'in X3'e *direkt* etkisidir ama X1'in X3'e *indirekt* etkisi yoktur (model 1). Açıkçası X1 hala X3'ü etkilemektedir, çünkü X1 ve X2 korelasyonludur. X1'in X2 ile korelasyonu ve X2'nin X3 üzerindeki etkisi r_{31} korelasyon katsayısının seviyesini artırır veya azaltır. X1'in X2 aracılığıyla X3 üzerinde nedensel dolaylı etki anlamında etki ettiğini iddia edilemez. Ancak korelasyondan dolayı X1'in X3 üzerinde etkisi olduğunu, X1'in X2 ile ilişkili olduğunu ve X2'nin de X3 üzerinde etkisi olduğunu söylenebilir. Bu nedenle denklemdeki $p_{32}r_{21}$ 'i “dolaylı korelasyonlu (ilişkili) etki” olarak tanımlanabilir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 149).

$$r_{31} = p_{31} + p_{32}r_{21}$$

Yukarıdaki denklemdeki r_{21} 'in yerine p_{12} değeri konulduğunda aşağıdaki formül elde edilir. Bu formüldeki $p_{32}p_{12}$ 'nin anlamı nedir? r_{31} korelasyon katsayısı X2'nin aynı anda X1 ve X3 üzerindeki etkisini tanımlar. r_{31} 'in boyutu, bir değişkenin (X2) X1 ve X3 değişkenleri üzerindeki *eşzamanlı* etkisinden etkilenir. Başka bir deyişle: bu, bir *üçüncü değişkenin* aynı anda her iki ilişkili değişken üzerindeki etkisidir. Birçok *üçüncü değişkenin* etkisi olabileceği ve korelasyon katsayısının değerini azaltabileceği veya artırabileceği için, genellikle “*üçüncü değişken etkilerinden*” söz edilir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 149).

$$r_{31} = p_{31} + p_{32}p_{12}$$

$$r_{31} = 0,16 + 0,42 \cdot 0,26 = 0,27$$

Bir korelasyon katsayısı aşağıdaki etki (efekt) türlerine ayrıştırılabilir:

- ⇒ Doğrudan nedensel etki
- ⇒ Dolaylı nedensel etkiler
- ⇒ Dolaylı ilişkili etkiler
- ⇒ Üçüncü değişkenlerin etkileri

Bir korelasyonun farklı etkileri neden ayrıştırılır? Etkilerin ayrıştırılması, nedensel modellerin eleştirisi açısından önemlidir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 150).

Sonuç: Birinci model, yalnızlık duygusunu dikkate alındığında “sosyal izolasyon” (X1) ve “beklentileri tatmin etmeyen sosyal ilişkiler” (X2) değişkenlerinin aynı anda etki ettikleri durumda kısmen (düşük düzeyde) açıklayabilmektedir. Ampirik verilere dayanarak yapılan hesaplamalardan elde edilen bulgulara göre yalnızlık duygusuna X2’nin X1’den daha güçlü etkisi vardır. Etki yönü ise araştırma öncesi beklenildiği gibidir (+). Bu model yalnızlık duygusunu (X3) %26 (SPSS’e göre %23) oranında açıklıyor, kalıntı %74’tür (yani açıklanamayan varyans). SPSS tarafından hesaplanan değerler (standartlaştırılmış katsayılar, “beta”: X1 için 0,164 ve X2 için 0,419). Dolayısıyla hesaplanan değerlerle aynı sonuçlar veriliyor. Ancak gerçekleştirilen açıklamalı hesaplamalar, SPSS veya diğer yazılımların “arka planda” neleri gerçekleştirdiklerini sadece görmeye değil, anlamaya da katkı sağlamıştır.

İkiden fazla değişkenli modellerde bile öncelikle varsayılan işaretlerin verilere uyup uymadığı kontrol edilmeli, yani varsayılan işaretlerden hangilerinin doğrulandığı ve hangilerinin çürütüldüğü karşılaştırılmalıdır (Opp ve Schmidt, 1976, s. 144).

Tablo 4.4. Model 1 için tahmin edilen ve gerçek işaretlerin kontrolü.

Bağımlı değişken	Bağımsız değişken	Varsayılan işaret	Gerçek işaret	Varsayılan işaret çürütüldü
Z3	Z1 Z2	+ +	+ +	

X₁ değişkeninin başka bir X_n değişkeni üzerindeki *doğrudan* nedensel etkisi yol katsayısıdır. Bir X1 değişkeninin bir X2 değişkeni aracılığıyla bir X3 değişkeni üzerindeki *dolaylı* nedensel etkisi, bireysel nedensel ilişkilerin p₁₂ ve p₃₂ yol

katsayılarının çarpımına eşittir (Opp ve Schmidt, 1976, s. 148). Model 1’de sadece dorudan etki bulunmaktadır. Dolayısıyla X_1 ’in X_3 ’e ve X_2 ’nin X_3 ’e bireysel etkileri, hesapladığımız yol katsayılarıdır ($p_{31}=0,16$ ve $p_{32}=0,42$).

Tablo 4.5.2 SPSS çıktısı (Model 1).

Model Özeti				
Model	R	R-Kare	Düzeltilmiş R-Kare	Tahmincinin standart hatası
1	0,488 ^a	,238	,231	1,331

a. Etki değişkenleri : (Sabit), ilişki_toplam, sosizo_toplam

Katsayılar					
Model		Standartlaştırılmamış katsayılar		Standartlaştırılan katsayılar	Sig.
		Regresyon katsayısı B	Standart hata	Beta	
1	(Sabit)	,494	,229		,032
	sosizo_toplam	,230	,083	,164	,006
	iliski_toplam	,437	,062	,419	,000

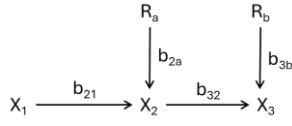
a. Bağımlı değişken: yalnızlık_toplam

SPSS’in “model özeti” başlığı altında verdiği tablo, regresyon analizinin kalitesi, yani modelin kalitesi hakkında bilgi iletmektedir. $R=0,488$ *çoklu korelasyon katsayısı* olarak tanımlanır. Bağımsız değişkenlerin regresyon modelinde bağımlı değişkenliğin ne kadarını açıkladığını gösteren $R\text{-Kare} = 0,238$ önemli bir istatistiksel ölçüdür. “Tahmincinin standart hatası” (1,331) *kalıntıların* standart sapma değeridir. $R\text{-Kare}$ (R^2) değeri, yalnızlık duygusu değişkenliğinin (varyasyonunun) %24’nün “beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler” ve “sosyal izolasyon” değişkenleriyle açıklanabildiğini ifade etmektedir.

4.3.2 Model 2

Burada şu hipotez ifade edilmektedir: *Sosyal izolasyon (X_1) beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler (X_2) üzerinden yalnızlık duygusuna (X_3) etki etmektedir.*

Tablo 4.6. Model 2



$$X_2 = b_{21}X_1 + b_{2a}R_a$$

$$X_3 = b_{32}X_2 + b_{3b}R_b$$

Yukarıda açıklanan işlemleri burada da her iki denklem için sırasıyla yapılmaktadır:

Standart değerlere dönüştürme

$$Z_2 = p_{21}Z_1 + p_{2a}R_a \text{ ve } Z_3 = p_{32}Z_2 + p_{3b}R_b$$

Denklemlerin önceden belirlenmiş değişkenlerle çarpımı

$$Z_1Z_2 = p_{21}Z_1Z_1 + p_{2a}R_aZ_1 \text{ ve } Z_2Z_3 = p_{32}Z_2Z_2 + p_{3b}R_bZ_2$$

Ortalama değerlerin hesaplanması

$$\frac{\sum(Z_1Z_2)}{N} = p_{21} \frac{\sum(Z_1^2)}{N} + p_{2a} \frac{\sum(R_aZ_1)}{N} \text{ ve } \frac{\sum(Z_2Z_3)}{N} = p_{32} \frac{\sum(Z_2^2)}{N} + p_{3b} \frac{\sum(R_bZ_2)}{N}$$

$$r_{12} = p_{21}r_1 + p_{2a}r_a \text{ ve } r_{32} = p_{32}r_2 + p_{3b}r_b$$

Bağımsız değişkenlerin kalıntı değişkenlerle korelasyonunun sıfır olduğu varsayımı

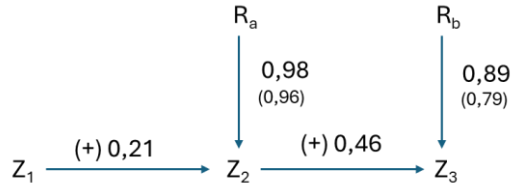
$$\Rightarrow r_{12} = p_{21} \text{ ve } r_{32} = p_{32}$$

$$\Rightarrow r_{12} = 0,21 \text{ ve } r_{32} = 0,46$$

Kalıntıların hesaplanması: a) Her bir denklem kalıntı ile çarpılır; b) Her bir denklem bağımlı değişkenle çarpılır; c) Ortalama değerler hesaplanır.

Tablo 4.7. Denklem

$Z_2 = p_{21}Z_1 + p_{2a}R_a$ (çıkış noktasındaki denklem) $R_a Z_2 = p_{21}Z_1 R_a + p_{2a} R_a^2$ $Z_2 Z_2 = 1 = p_{21}Z_1 Z_2 + p_{2a} R_a Z_2$ $\frac{\sum(Z_2^2)}{N} = p_{21} \frac{\sum(Z_1 Z_2)}{N} + p_{2a} \frac{\sum(R_a Z_2)}{N}$ $r_{22} = 1 = p_{21}r_{12} + p_{2a}r_{2a}$ $\frac{\sum(R_a Z_2)}{N} = p_{21} \frac{\sum(R_a Z_1)}{N} + p_{2a} \frac{\sum(R_a^2)}{N}$ $r_{2a} = p_{21}r_{1a} + p_{2a}$ Bağımsız ve kalıntı değişkenler arasında korelasyon olmadığı varsayımı nedeniyle: $r_{2a} = p_{2a}$ Tüm bu işlemlerin ardından artık p_{2a} korelasyon katsayılarıyla ifade edilebilir: $r_{22} = 1 = p_{21}r_{12} + p_{2a}^2$ $p_{2a} = \sqrt{1 - r_{12}^2}$ Korelasyon tablosundan değerleri denklemde yerine koyunca hesaplanan p_{2a} değeri: $p_{2a} = 0,98$	$Z_3 = p_{32}Z_2 + p_{3b}R_b$ (çıkış noktasındaki denklem) $R_b Z_3 = p_{32}Z_2 R_b + p_{3b} R_b^2$ $Z_3 Z_3 = 1 = p_{32}Z_2 Z_3 + p_{3b} R_b Z_3$ $\frac{\sum(Z_3^2)}{N} = p_{32} \frac{\sum(Z_2 Z_3)}{N} + p_{3b} \frac{\sum(R_b Z_3)}{N}$ $r_{33} = 1 = p_{32}r_{23} + p_{3b}r_{3b}$ $\frac{\sum(R_b Z_3)}{N} = p_{32} \frac{\sum(R_b Z_2)}{N} + p_{3b} \frac{\sum(R_b^2)}{N}$ $r_{3b} = p_{32}r_{2b} + p_{3b}$ Bağımsız ve kalıntı değişkenler arasında korelasyon olmadığı varsayımı nedeniyle: $r_{3b} = p_{3b}$ Tüm bu işlemlerin ardından artık p_{3b} korelasyon katsayılarıyla ifade edilebilir: $r_{33} = 1 = p_{32}r_{32} + p_{3b}^2$ $p_{3b} = \sqrt{1 - r_{32}^2}$ Korelasyon tablosundan değerleri denklemde yerine koyunca hesaplanan p_{3b} değeri: $p_{3b} = 0,89$
--	--



Z_1 değişkeninin bir Z_2 değişkeni aracılığıyla bir Z_3 değişkeni üzerindeki *dolaylı* nedensel etkisi, bireysel nedensel ilişkilerin $p_{12} = 0,21$ ve $p_{32} = 0,46$ yol katsayılarının çarpımına eşittir. Yani $0,21 \times 0,46 = 0,097$. Dolayısıyla “sosyal izolasyon” değişkeninin “beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler” değişkeni üzerinden “yalnızlık duygusu” değişkeni üzerindeki etkisi çok küçüktür.

SPSS de aynı sonuçlara ulaşmaktadır:

X1'in X2'ye etkisi:

Tablo 4.8. X1'in X2'ye etkisi

Model Özeti (X1'in X2'ye etkisi)				
Model	R	R-Kare	Düzeltilmiş R-Kare	Tahmincinin standart hatası
2	,208 ^a	,043	,039	1,426

a. Etki değişkenleri: (Sabit), sosizo_toplam

Model		Standartlaştırılmamış katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar
		Regresyon katsayıları	Standart hata	Beta
1	(Sabit)	1,068	,217	
	sosizo_toplam	,243	,075	,208

a. Bağımlı değişken: ilişki_toplam

Tablo 4.9. X2'nin X3'e etkisi:

Model Özeti (X2'nin X3'e etkisi)				
Model	R	R-Kare	Düzeltilmiş R-Kare	Tahmincinin standart hatası
2	,464 ^a	,215	,211	1,346

a. Etki değişkenleri: (Sabit), ilişki_toplam

Model		Standartlaştırılmamış katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar
		Regresyon katsayıları	Standart hata	Beta
2	(Sabit)	1,018	,135	
	iliski_toplam	,482	,060	,464

a. Bağımlı değişken: yalnızlik_toplam

4.3.3 Model 3

Yukarıdaki modellerin yaşlı kadının yalnızlık duygusunu açıklamada başarılı oldukları kabul edilemez. “Beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler” ve “sosyal izolasyon” olarak toplamda 10 soru (her biri için beşer soru) ile tasarlanan değişkenler, henüz tatmin edici sonuçlara erişilmesini sağlamadıysa da yine beş soru ile belirlenen yalnızlık duygusu değişkeni varyasyonunun %20-24'ünü bu modellerle açıklandı. Her halükarda artık araştırma öncesi bilgi eksikliğinin bir kısmı giderilmiş

oldu. Artık bu faktörlerin şu veya bu şekilde yalnızlık duygusunda rol oynadıkları hipotezini ortaya koyulabilir.

Yalnızlık duygusuna sosyodemografik özelliklerin etkisi şimdiye kadar incelenmedi. Burada bu faktörleri de regresyon analizine dahil ederek, yeni bir modelde, bunların etkilerine bakılacaktır. Burada tüm model varyasyonlarını denemek, bu yüksek lisans tezinin sınırlarını aştığı için, tek bir modelde sosyodemografik değişkenleri de modele ekleyerek duruma bakılacaktır.

Burada yukarıda yapıldığı gibi “elle” hesaplama girişimine başvurulmayacak, SPSS ile analiz edilecektir. Çünkü artık “arka planda” hangi işlemler yapıldığı bilinmektedir.

Bu modelde “sosyal izolasyon” (sosizo_toplam) ve “beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler” (iliski_toplam) değişkenlerine ek olarak, deneklerin “yaşı” (yas), “eğitim düzeyi” (eğitim) ve “medeni durumu” (med) değişkenleri analize dahil edilmiştir.

Bulgular, bu modelin önceki iki modele kıyasla daha iyi bir model olduğunu ortaya koymaktadır. Çünkü bu üç sosyodemografik faktörü de modele dahil edince, yalnızlık duygusu varyasyonunun $R^2 = \% 42$ ’si açıklanabilmektedir. “Katsayılar” tablosundan ise yalnızlık duygusuna en güçlü etkinin “YAŞ” değişkeni tarafından yapıldığı görülmektedir.

Tablo 4.10. Model 3

Model Özeti				
Model	R	R-Kare	Düzeltilmiş R-Kare	Tahmincinin standart hatası
3	,647 ^a	,419	,406	1,169

a. Etki değişkenleri : (Sabit), med (medeni durum), eğitim (eğitim durumu), yas (yaş), sosizo_toplam, iliski_toplam

b. Bağımlı değişken: yalnızlik_toplam

Katsayılar

Model	Standartlaştırılmamış katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	T	Sig.
	Regresyon katsayıları	Standart hata	Beta		
3 (Sabit)	-7,521	1,141		-6,591	,000
sosizo_toplam	,174	,075	,124	2,338	,020
iliski_toplam	,221	,060	,212	3,679	,000
egitim	,252	,156	,083	1,617	,107
yas	,128	,017	,422	7,479	,000
med	-,489	,158	-,161	-3,091	,002

a. Bağımlı değişken: yalnızlik_toplam

5. TARTIŞMA

Bu çalışmada yaşlı kadınlarda yalnızlık duygusunun iki faktörden etkilendiği (“sosyal izolasyon” ve “beklentileri karşılamayan ilişkiler”) varsayımından hareket edilerek, birbiriyle bağlantılı korelasyon analizi ve yol analizi yöntemleriyle istatistiksel bulgulara ulaşıldı. Çalışma kapsamında, üç model tasarlandı ve bunlar analiz edildi. İlk iki modelde “sosyal izolasyon” ve “beklentileri karşılamayan ilişkiler” değişkenleri ile yetinen modeller incelendi. Sonuncu modele deneklerin sosyodemografik özelliklerinden üçü eklenerek (yaş, eğitim, medeni durum) analiz yapıldı ve bu faktörlerin eklenmesiyle, yaşlı kadının yalnızlık duygusunu daha iyi açıklayabilen bir model olduğu görüldü.

Yalnızlık duygusu hakkında yapılan tarama sonucunda yalnızlık duygusunu araştırmanın kolay bir girişim olmadığını, bu kompleks olgu hakkında literatürde farklı görüşlere yer verildiği görülmüştür.

Araştırma olanaklarının profesyonel bir araştırmanın olanaklarına göre çok daha kısıtlı olması nedeniyle mevcut olanaklarını en iyi şekilde nasıl kullanılabileceği ve buna rağmen bilimsel çalışmalara nasıl katkı sağlanabileceği sorusuna odaklanıldı. Araştırmacının bu soruya verdiği cevap, araştırmanın şeklini de belirlemiştir.

Türkçe kaynaklı literatür incelendiğinde, araştırma yöntemleri ve istatistiksel analizler konusunda boşluklar olduğu görülmüştür. Bu nedenle, yaşlı kadınlarda yalnızlık duygusu incelenirken, metodolojiye daha çok ağırlık vermenin faydalı olacağı sonucuna varıldı. Nihayetinde kıt olanaklarıyla “yaşlı kadının yalnızlığı” konusuna kapsamlı bir cevap verilemeyeceği, henüz araştırma öncesinden belli olmuştu ama ağırlık noktasını metot tarafına kaydırarak olursa, yine de faydalı bir çalışmanın ortaya çıkacağı öngörüldü ve bu doğrultuda bir çalışma ortaya koyuldu.

Araştırmanın örneklemini 60+Tazelenme Üniversitesi Akdeniz Üniversitesi kampüsü öğrencisi 60 yaş ve üzeri kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmanın *keşifsel* olması ve bu alanda yapılan çalışmaların ülkemizde görece yetersiz olmasından dolayı örnekleme *temsiliyet* özelliğinin sadece ikinci planda önemli olduğunu kabul edilmiştir. Ayrıca araştırmanın ağırlık noktası “metot” kısmına koyuldu ve sadece SPSS’in tablo, grafik ve bulgularını kullanmak yerine, bu bulgulara “nasıl” ulaşıldığı

sorusuna cevap verildi. Bu nedenle, yaşı kadında yalnızlık duygusu konusu, *üç değişkenli, doğrusal yinelemeli modeller* ile incelendi. Tasarlanan beş modelden ikisi “elle hesap” yaparak, adım adım nasıl sonuca varıldığı gösterildi ve böylece *yol analizi* yöntemi ile tasarlanan teorik bir modelin, korelasyon ve regresyon analizleriyle nasıl ele alınabileceği sorusuna görece detaylı cevaplar verildi.

Sosyal izolasyon, beklentileri karşılamayan ilişkiler ve yalnızlık duygusu arasındaki olası ilişkileri literatürde dile getirilen görüşlerden hareket ederek, her biri için 5’er soru tasarlandı. Normal koşullarda (profesyonel araştırmalarda) bunları güvenilirlik, geçerlilik ve sağlamlık testlerinden geçirmesi gerekirdi ancak Türkiye menşeli literatürde profesyonel araştırmacıların bile sadece “güvenilirlik” (reliabilite) ile yetindiklerinden yola çıkılarak bu araştırmada böyle bir girişimde bulunulmadı. Bunların yanı sıra bu araştırmanın gelecekteki benzer çalışmalara metodolojik ve çalışmanın sonuçları itibarıyla bir adım olması amaçlanmıştır.

Tasarlanan üç değişkenli modeller “yaşı kadının yalnızlık” duygusunu tam manasıyla açıklanamayacağı öngörülmüş ve sonuç itibarıyla de ortaya koyulmuştur. Fakat araştırma, mevcut olan büyük bilgi boşluğunun biraz olsun daralmasına katkı sağlayabildiği düşünülmektedir. En azından ortaya koyulan “basit” modellerin yaşı kadının yalnızlık problemine az-çok açıklama getirebildiği görülmüştür.

Deneklerin, ülkemizin yaşı kadın popülasyonunu temsiliyeti bulunmamaktadır. Denekler, daha ziyade eğitim düzeyi ve gelir durumu bakımından genel kadın popülasyonundan çok daha iyi bir profil çizmektedir. Ayrıca neredeyse yarısı üniversite mezunudur ve başarılı bir mesleki geçmişe sahiptir. Ayrıca sağlık durumları da genel yaşı kadın popülasyonundan daha iyi bir görünüm sunmaktadır. Örneğin aralarında ağır kronik hasta, bakıma muhtaç ve elbette demans hastası da yoktur. Gerontolojide “genç yaşı” olarak tanımlanan grubun Türkiye’deki temsilcileri olarak kabul edebilecek bu yaşı kadınların, haftada iki gün ve dört yıl boyunca “eğitim” almak için 60+Tazelenme Üniversitesine geleceği dikkate alındığında, bu kadınlarda “sosyal izolasyon” probleminin olabileceği akla pek de yatan bir varsayım değildir. Ancak bilimsel literatürde yalnızlık duygusunun “kalabalık ortamlarda” bile ortaya çıkabileceğine dikkat çekilmektedir ve bazı kişiler, bu ortamlarda da çevredekilerden izole olabilir. Diğer taraftan sosyal ilişki sıklığı, henüz bireyin sosyal ilişkilerinden beklediklerini alabildiği anlamına da

gelmemektedir. Dolayısıyla bu iki faktör, araştırma konusu açısından önemli bulunduğu için bu faktörleri yalnızlığın sebepleri olarak kabul edildiğinde, yalnızlık duygusu, belirtilen beş modelle incelenmiştir.



6. SONUÇ ve ÖNERİLER

6.1 Sonuç

Sosyal İzolasyon ve Beklentileri Karşılamayan İlişkiler: Araştırmada, yaşlı kadınlarda yalnızlık duygusunun iki ana faktörden etkilendiği varsayılmıştır. Sosyal izolasyonun yalnızlık duygusuna katkıda bulunduğu, ancak kişinin görece geniş sosyal çevresi olmasına rağmen beklediği desteği ve tatmini alamaması durumunda da yalnızlık hissedilebileceği varsayılmıştır.

Metodolojik Yaklaşımın Önemi: Araştırmada, Türkçe literatürdeki metodolojik eksikliklere dikkat çekilmiş ve çalışmada metodolojiye odaklanarak bu eksiklikleri giderilmeye çalışılmıştır. Bu bağlamda, yalnızlık duygusunun incelenmesinde korelasyon analizi ve yol analizi gibi istatistiksel yöntemler kullanılarak daha detaylı ve güvenilir sonuçlar elde edilmiştir.

Örneklem Özellikleri ve Sınırlılıkları: Araştırmanın örneklemini oluşturan 60 yaş ve üzeri kadınların genel popülasyonu tam anlamıyla temsil etmediği belirtilmiştir. Bu kadınların eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik durumları genel popülasyona göre daha yüksek olup, sosyal izolasyon problemi yaşamalarının beklenmemesi gerektiği vurgulanmıştır. Ancak kalabalık ortamlarda bile yalnızlık hissedilebileceği gerçeği göz önünde bulundurulmuştur.

Model ve Bulgular: Araştırmada kullanılan üç değişkenli modellerle, yaşlı kadınlarda yalnızlık duygusu tam anlamıyla açıklanamasa da bir nebze olsa da konuya açıklama getirilebilmiştir. Yalnızlık duygusunun karmaşıklığı ve tek bir çalışmayla tam olarak açıklanamayacağı gerçeği kabul edilmiştir.

6.2 Öneriler

Yapısal denklem modelleri, hipotez sistemlerinin ampirik testi için standart aracı temsil ettikleri için tüm bilimsel disiplinlerde son derece önemli olmasına rağmen, genellikle bu güçlü yöntem paketine erişimde büyük engeller vardır: İlk bakışta konunun göz korkutucu düzeyde karmaşıklığı, matematiksel gösterimle ilgili çekinceler, yöntemler ve bunların uygulamaları hakkında olası bilgi eksikliği gibi (Weiber ve Mühhaus, 2010, XVII). Araştırmanın konusu yaşlı kadının yalnızlığı olarak tanımlanmıştır. Bunun iki değişkenle olan bağlantıları incelenmiştir.

Daha Geniş ve Çeşitlendirilmiş Örneklemeler: Gelecek araştırmalarda, yalnızlık duygusunun daha geniş ve çeşitli örneklemelerle incelenmesi gerekmektedir. Bu, elde edilen bulguların genellenebilirliğini artıracaktır. Özellikle farklı sosyo-ekonomik ve eğitim düzeylerine sahip yaşlı kadınların dahil edilmesi, daha kapsamlı sonuçlar elde edilmesine yardımcı olacaktır.

Metodolojik Geliştirmeler: Türkçe literatürdeki metodolojik eksiklikler göz önüne alındığında, araştırmacıların geçerlilik, güvenilirlik ve sağlamlık testlerine daha fazla önem vermesi gerekmektedir. Bu bağlamda, yalnızca güvenilirlik testleriyle yetinmeyip, geçerlilik testlerinin de yapılması önerilmektedir.

Kombine Yöntemler: Yalnızlık duygusunu anlamada sadece nicel yöntemlerle yetinmeyip, nitel yöntemlerin de kullanılması, bulguların derinlemesine incelenmesine olanak sağlayacaktır. Görüşmeler, *problem merkezli mülakat* (Witzel ve Reiter, 2022; akt. Tufan, 2024, “Problem Merkezli Mülakat” Dersleri) gibi yöntemler, yalnızlık duygusunun nedenlerini daha iyi anlamaya yardımcı olabilir.

Sosyal Destek Programları: Yaşlı kadınların yalnızlık duygusunu azaltmak için sosyal destek programlarının geliştirilmesi önemlidir. Bu programlar, yaşlı kadınların sosyal ilişkilerini güçlendirmeyi ve sosyal izolasyonu azaltmayı hedeflemelidir.

Eğitim ve Farkındalık: Toplumda yalnızlık duygusu ve sosyal izolasyonun etkileri konusunda farkındalığın artırılması, bu sorunlarla mücadelede önemli bir adım olabilir. Bu bağlamda, eğitim programları ve kamuoyu bilgilendirme kampanyaları düzenlenmelidir.

Araştırma İşbirlikleri: Üniversiteler, araştırma kurumları ve sivil toplum kuruluşları arasında işbirlikleri teşvik edilmeli, bu sayede daha kapsamlı ve çok yönlü araştırmalar yapılmalıdır. Bunlar, yaşlılarda yalnızlık duygusunu anlamada ve çözüm önerileri geliştirmede önemli katkılar sağlayabilir.

Araştırmanın metodolojik ağırlığının yanı sıra, yalnızlık duygusunu anlamada önemli bir adım attığı, gelecek araştırmalara yol gösterici nitelikleri ve yaşlı kadınların yaşam kalitesini artırmaya yönelik önemli bazı ipuçları sunduğu görülmüştür.

KAYNAKLAR

Afrashteh, M. Y., Meczoobi, M. R., Janjani, P., & Forstmeier. (2024). *The relationship between the meaning of life, psychological well-being, self-care, and social capital, with depression and death anxiety in the elderly living in nursing homes: The mediating role of loneliness*. Heliyon, Cilt 10, Sayı 9.

Ahola, A., J., Suojanen, L., U., Joki, A. & P., K. H. (2024). *Loneliness and its cross-sectional associations with health, health behaviours, and perceptions in Finnish patients with overweight or obesity taking part in the healthy weight coaching*. Preventive Medicine

Akbaş, E., Yiğitoğlu, G. T., & Çunkuş, N. (2020). *Yaşlılıkta sosyal izolasyon ve yalnızlık*. OPUS International Journal of Society Researches, 15(26), 4540-4562. <https://dergipark.org.tr/pub/opus/issue/52966/648658>

Aşut, Ö., Vaizoğlu, S., Bozyel, F., Sucuoğlu, A., Pektekin, C., Asif, G., Karahancı, E. C., İncebıyık, M. & Cali, S. (2018). *Lefkoşa'nın bir bölgesinde altmış beş yaş ve üzeri bireylerin sosyal yaşama katılımı*. Cukurova Medical Journal, 43(2), 398-410. https://dergipark.org.tr/en/pub/cumj/article/334944#article_cite

Bai, Z., Wang, Z., Shao, T., Qin, X., & Hu, Z. (2021). *Association between social capital and loneliness among older adults: a cross-sectional study in Anhui Province, China*. BMC geriatrics, 21, 1-10. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12877-020-01973-2>

Baran, A. G., Günay, B., Bereketli, B., & Işıl, I. (2020). *Sosyal Sermaye, Güven Ve Yalnızlık Açısından Yaşlıların Yaşam Deneyimleri Üzerine Nitel Bir Araştırma*. Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi, 13(2), 72-89. <https://dergipark.org.tr/en/pub/yasad/issue/58755/775885>

Barton, S., Zovko, Ana., Müller, C., Krabichler, Q., Schulze, J., Wagner, S., Grinevich, V., Shamay-Tsoory, S. & Hurlemann, R. (2024). *A translational neuroscience perspective on loneliness: Narrative review focusing on social interaction, illness and oxytocin*. Neuroscience & Biobehavioral Reviews. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0149763424002033#bib22>

Begum, J. (2008). *Study of loneliness in urban middle class women of Assamese society* (Order No. 10112719). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (1789626139). <https://www.proquest.com/dissertations-theses/study-loneliness-urban-middle-class-women/docview/1789626139/se-2>

Bennet, E., Welch, K. A. & Fischer, O. (2024). "I tried to appreciate it in a different way": Older lesbian, bisexual, and queer women's body image and embodiment across the life course. *Body Image, Cilt* 48 <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1740144523001961>

Birren, J. (2007). *Encyclopedia Of Gerontology*. Elsevier. Second Edition.

Blackburn, J. A., & Dulmus, C. N. (Ed). (2007). *Handbook of Gerontology. Evidence-Based Approaches to Theory, Practise and Policy*. John Wiley & Sons.

Boekhout, J. M., Volders, E., Bolman, C. A., de Groot, R. H., & Lechner, L. (2021). Long-term effects on loneliness of a computer-tailored intervention for older adults with chronic diseases: a randomized controlled trial. *Journal of Aging and Health*, 33(10), 865-876. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/08982643211015027>

Bortz, J., & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler*. Heidelberg: Springer.

Cacioppo, S., Balogh, S. & Cacioppo, J. T. (2015). Implicit attention to negative social, in contrast to nonsocial, words in the Stroop task differs between individuals high and low in loneliness: Evidence from event-related brain microstates. *Cortex. Cilt* 70, *Sayfa* 213-233. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0010945215002221>

Ceylan, T. (2011). *Toplumsal Sistem Analizinde Toplumsal Statü ve Rol*. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 15(1). <https://dergipark.org.tr/en/pub/ataunisobil/issue/2827/38286>

Demir, E. (2019). *Örnekleme Kuramı*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Ölçme ve Değerlendirme Anabilim Dalı. https://www.researchgate.net/publication/331224034_Ornekleme_Kurami

Dünya Sağlık Örgütü. (2023). *It's time to harness the power of connection for our health and well-being*. <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/it-s-time-to-harness-the-power-of-connection-for-our-health-and-well-being>

Erlemeier, N. (1998). *Suizidalitaet im Alter*. A. Kruse içinde, *Psychosoziale Gerontologie - Grundlagen*, Bd.1, *Jahrbuch der Medizinischen Psychologie* 15 (s. 299-314). Göttingen: Hogrefe.

Gu, D. & Dupre, M. E. (2021). *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*. Springer *Nature*. <https://libgen.is/book/index.php?md5=3F09B31CDF35ED3CC70AE98B16C40F6B>

Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). *Loneliness matters: a theoretical and empirical review of consequences and mechanisms*. *Annals of behavioral medicine* : a publication of the Society of Behavioral Medicine, 40(2), 218–227.
<https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>

Hemingway, A., & Jack, E. (2013). *Reducing social isolation and promoting well being in older people*. *Quality in ageing and older adults*, 14(1), 25-35.
<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/14717791311311085/full/html>

Hillmann, K.-H. (2007). *Wörterbuch der Soziologie*, 5., vollst. überarb. u. erw. Aufl. Stuttgart: Alfred Kröner Verlag.

Ilgaz, A., & Gözümlü, S. (2020). *Kentsel Alanda Yaşayan Yaşlı Kadınlarda Yalnızlık Sıklığı ve Etkileyen Faktörler*. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 13(2), 67-73.
https://dergipark.org.tr/pub/deuhfed/issue/53759/665006#article_cite

Kirchengast, S. (2024). *Menopause in a globalized world – A systematic literature review focussing on the challenge of health problems associated with menopausal transition among women with a migration background*. *Maturitas*.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378512224001403#bb0025>

Kruse, A. & Martin, M. (2004). Vorwort. A. Kruse, & M. Martin içinde, *Enzykladie der Gerontologie: Alternsprozesse in multidisziplinarer Sicht* (s. 9-10). Bern, Göttingen, Toronto, Seattle: Huber Verlag.

Lehr, U. (1987). *Zur Situation der älterwerdenden Frau. Bestandsaufnahme und Perspektiven bis zum Jahre 2000* . München: C. H. Beck.

Lehr, U. (2003). *Psychologie des Alterns*, 10.Aufl. Wiebelsheim: Quelle & Meyer.

Loue, S. & Sajatovic, M. (2008). *Encyclopedia of Aging and Public Health*. Springer.
<https://libgen.is/book/index.php?md5=C782324EAC550B36022665D0166C680D>

Maddox, G. L., Atchley, R. C., Evans, J. G., Hudson, R. B., Kane, R. A., Masoro, E. J., Mezey, M. D., Poon, L. W., Siegler, I. C., & Sussman, S. W., (2001). *The Encyclopedia Of Aging A Comprehensive Resource In Gerontology And Geriatrics*. Springer Science+Business Media, LLC.
<https://libgen.is/book/index.php?md5=CDD6CD66DA93F9338F581569348C6C91>

Morewitz, S. J., & Goldstein, M. L. (2007). *Aging and Chronic Disorders*. Springer.
<https://libgen.is/book/index.php?md5=70320E9E5B2094C078C45E36FBD36CD8>

Opp, K. D., & Schmidt, P. (1976). *Einführung in die Mehvariablenanalyse. Grundlagen der Formulierung und prüfung komplexer sozialwissenschaftlicher Aussagen*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Verlag.

Özkul, M., Kalaycı, I., & Aslan, A. (2017). *Yaşlılık Ve Kadın Sorunlarını Toplumsal Sermaye Perspektifinden Düşünmek*. Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi(27), 366-386.
https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbe/issue/38545/296668#article_cite

Peplau, L. (1985). *Social Support: Theory, Research and Applications*. Martinus Nijhoff Publishers Dordrecht, Boston, Lancaster. <https://peplau.psych.ucla.edu/wp-content/uploads/sites/141/2017/07/Peplau-85.pdf>

Perlman, D. & Peplau, L. A. (1998). *Loneliness. Encyclopedia of Mental Health*. <https://peplau.psych.ucla.edu/wp-content/uploads/sites/141/2017/07/Perlman-Peplau-98.pdf>

Prahl, H.-W., & Schroeter, K. (1996). *Soziologie des Alterns*. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh.

Russell, D., & Cutrona, C. E. (1984). *The social and emotional loneliness scales: A reliability and validity study*. Journal of Personality and Social Psychology, 46(6), 1313-1321. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.6.1313>

Shi, Y., Yang, Y., Wang, L. & Zhang, J. (2023). *The lived experiences of loneliness of older adults with chronic conditions aging at home: A qualitative systematic review and metaaggregation*. Geriatric Nursing. Cilt 51, Sayfa 274-285. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0197457223000897#bib0008>

Skaff, M. L. (2007). *Predicting longitudinal loneliness in older adults* (Order No. 3274840). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (304857305). <https://www.proquest.com/dissertations-theses/predicting-longitudinal-loneliness-older-adults/docview/304857305/se-2>

Sutherland, G., Bulsara, C., Robinson, S. & Codde, J. (2021). *Older Women's Perceptions Of The Impact Of Homelessness On Their Health Needs And Their Ability To Access Healthcare*. Australian and New Zealand Journal of Public Health. Cilt 46, Sayı 1, sayfa 62-68. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S132602002300362X#bazph13156-bib-0003>

Terzi, Y. (2018). *Temel İstatistik II Ders Notları*. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi İstatistik Bölümü Ders Notları. <https://ist-fen.omu.edu.tr/en/hakkimizda/ders-notlari/TEMEL%20%C4%B0ST%20II-2018.pdf>

Tews, H. P. (2012). *Die "neuen" Alten - Ergebnis des Strukturwandels des Alters*. F. Karl içinde, *Das Altern der "neuen" Alten* (s. 23-40). Berlin: LIT Verlag.

Tufan, İ. (2016). *Antik Çağdan Günümüze Yaşlanma ve Yaşlılık*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Tufan, İ. (2022). *Türkiye'de Yaşlı Eğitimi: 60+Tazelenme Üniversitesinin İlk Dört Yılı: Değerlendirme ve Öneriler*. Nobel Yayıncılık.

Tufan, İ. (2014). *Türkiye'de Yaşlılığın Yapısal Değişimi*. Koç Üniversitesi Yayınları.

Türk Dil Kurumu (08 Mayıs 2024). *Bilanço*. Güncel Türkçe Sözlük. <https://sozluk.gov.tr/>

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2020). *İstatistiklerle Yaşlılar 2019*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaşlılar-2019-33712#:~:text=En%20az%20bir%20ya%C5%9Fl%C4%B1%20fart%20bulunan%205%20milyon%20629%20bin,%C3%BCn%C3%BC%20ise%20ya%C5%9Fl%C4%B1%20erkekler%20olu%C5%9Fturdu.&text=Ya%C5%9Fl%C4%B1%20n%C3%BCfus%20oran%C4%B1n%C4%B1n%20en%20y%C3%BCkse%C5%9F%20oldu%C4%9Fu%20il%2C%202019%20y%C4%B1%C4%B1nda,18%2C8%20ile%20Sinop%20oldu.>

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2023). *İstatistiklerle Yaşlılar 2022*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaşlılar-2022-49667>

Türkiye İstatistik Kurumu. (2023). *Hayat Tabloları 2018-2020*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hayat-Tablolari-2018-2020-37226>

Türkiye İstatistik Kurumu. (2023a). *İstatistiklerle Yaşlılar, 2022*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=%C4%B0statistiklerle-Ya%C5%9Fl%C4%B1lar-2022-49667&dil=1>

Wahl, H. & Heyl, V. (2004). *Gerontologie: Einführung und Geschichte*, Stuttgart: Kohlhammer.

Weiber, R., & Mühlhaus, D. (2010). *Strukturgleichungsmodellierung: Eine anwendungsorientierte Einführung in die Kausalanalyse mit Hilfe von AMOS, SmartPLS und SPSS*. Heidelberg: Springer.

Weis, R. S. (1973). *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. The MIT Press Classics.

https://books.google.com.tr/books?id=Wt9NEAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=tr&source=gbs_ViewAPI&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Witzel, A., & Reiter, H. (2022). *Das problemzentrierte Interview - eine praxisorientierte Einföhrung*. Weinheim, Basel: Beltz, Juventa.

Yağar, F., & Dökme, S. (2018). *Niteliksel Araştırmaların Planlanması: Araştırma Soruları, Örnekleme Seçimi, Geçerlik ve Güvenirlik*. Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3(3), 1-9. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/563245>

Zhou, Z., Mao, F., Zhang, W., Towne Jr, S. D., Wang, P., & Fang, Y. (2019). *The association between loneliness and cognitive impairment among older men and women in China: a nationwide longitudinal study*. International journal of environmental research and public health, 16(16), 2877. <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/16/2877>

EK 1- Gönüllü Katılımcı Bilgilendirme Formu

Değerli Katılımcılar,

Bu anket, Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Gerontoloji Bölümünde yürütmekte olduğum yüksek lisans tezi için gereklidir. Amacım, yaşlılıkta kadının yalnızlık deneyimini derinlemesine anlamak ve sağlık, sosyal ve psikolojik durum üzerindeki etkilerini incelemektir. Verdiğiniz cevaplar yalnızca bu tez çalışması için kullanılacak olup, hiçbir şekilde başka bir amaçla kullanılmayacaktır. Gizlilik ve anonimlik konusunda büyük önem veriyoruz. Bu nedenle, tüm katılımcılarımızın kişisel bilgileri anonimize edilecek ve kimlikleri korunacaktır. Cevaplarınız hiçbir şekilde sizinle ilişkilendirilmeyecek ve herhangi bir şahsa veya kuruma aktarılmayacaktır.

Araştırmanın sonuçları, yaşlılıkta kadının yalnızlık deneyimi hakkında daha kapsamlı bilgi sağlamayı ve bu alanda daha iyi hizmetlerin geliştirilmesine katkıda bulunmayı hedeflemektedir. Bu çalışma, yaşlı bireylerin sosyal, sağlık ve psikolojik durumları gibi önemli faktörlerin yalnızlık üzerindeki etkilerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Katılımınız bu araştırmanın başarılı bir şekilde tamamlanmasına ve yaşlılıkta kadının yalnızlık konusundaki bilgilerin artmasına yardımcı olacaktır. Verdiğiniz cevaplarınızın değerli olduğunu ve önemsedığimizi belirtmek isterim. Eğer bu araştırmayla ilgili herhangi bir sorunuz veya endişeniz olursa, lütfen bana ulaşmaktan çekinmeyin. Katılımınız ve desteğiniz için şimdiden teşekkür ederim.

İmza:

Saygılarımla,

Şule Sidrenur ÖZTÜRK

Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Gerontoloji Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi

EK 2- Soru Kağıdı (Soru Formu)

A. Katılımcılar hakkında demografik bilgiler

No	Soru	Cevap
1	Kaç yaşındasınız?	☐ 60-64 ☐ 65-69 ☐ 70-74 ☐ 75-79 ☐ 80-84 ☐ 85-90 ☐ 90 ve üzeri
2	Medeni durumunuz nedir?	☐ Evli ☐ Bekar ☐ Boşanmış ☐ Eşi vefat etmiş ☐ Diğer:
3	Eğitim durumunuz. Yani en son hangi okuldan mezun oldunuz?	☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Ön lisans ☐ Lisans ☐ Lisansüstü ☐ Diğer:.....
4	Sizden şimdi gelir durumunuzu öğrenmek istiyorum. Detaylı bilgi vermenize gerek yok. Sadece şu anki gelir durumunuzu nasıl değerlendirdiğinizi öğrenmek istiyorum.	☐ Gelirim yok. ☐ Gelirim giderimden az. ☐ Gelirim giderimle eşit. ☐ Gelirim giderimden çok. ☐ Diğer:.....
5	Sosyal güvenlik bugün herkesin tartıştığı bir meseledir. Sizin sosyal güvenlik durumunuz nedir?	☐ Sosyal güvenliğim var ☐ Sosyal güvenliğim yok ☐ Diğer:.....
6	Şimdi hane halkınız hakkında bilgi vermenizi istiyorum. Yani kiminle beraber yaşıyorsunuz?	☐ Yalnız yaşıyorum ☐ Eşimle birlikte yaşıyorum ☐ Çocuğumla/çocuklarımla birlikte yaşıyorum ☐ Çocuğumla/çocuklarımla ve torunumla/torunlarımla birlikte yaşıyorum ☐ Torunumla/torunlarımla yaşıyorum ☐ Ev/oda arkadaşı ile birlikte yaşıyorum ☐ Diğer:.....

B. Yalnızlık, Sosyal, Sağlık ve Psikolojik Durum İle İlgili Sorular

Değişken	Soru	Cevap
Sosyal izolasyon	- Son iki haftada arkadaşlarınızla yüz yüze görüşme fırsatınız oldu mu? (*) - Sosyal medyada geçirdiğiniz süre, yüz yüze etkileşimlerinizden daha fazla mı? - Kendinizi sık sık soyutlanmış hissediyor musunuz? - Sosyal etkinliklere katılımınızı azalttınız veya durdurdunuz mu? - Aile üyelerinizle düzenli olarak vakit geçiriyor musunuz? (*)	Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır
Beklentileri karşılamayan sosyal ilişkiler	- Sosyal ilişkilerinizden memnun olmadığınızı hissediyor musunuz? - Ailenizin veya arkadaşlarınızın size yeterince destek verdiğini düşünüyor musunuz? (*) - Yakın çevrenizdeki insanların sizin ihtiyaç beklentilerinizi anlamadıkları hissine kapılıyor musunuz? - İlişkilerinizde sık sık hayal kırıklığı yaşıyor musunuz? - Sosyal ilişkilerinizde kendinizin sık sık veya sürekli olarak ihmal veya göz ardı edildiği duygusuna kapılıyor musunuz?	Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır
Yalnızlık duygusu	- Kendinizi sık sık yalnız hissediyor musunuz? - Kalabalık ortamlarda bile kendinizi yalnız hissettiğiniz oluyor mu? - Duygularınızı paylaşabileceğiniz samimi dost bulmakta zorluk çekiyor musunuz? - Yalnızlık duygusuna kapıldığınızda bunu değiştirmek için girişimde bulunmaktan kaçınıyor musunuz? - Yalnızlık duygusunun genel yaşam kalitenizi olumsuz etkilediğini düşünüyor musunuz?	Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır Evet / Hayır

EK-3 - ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı	Şule Sidrenur	Uyruğu	
Soyadı	Öztürk	Tel no	
Doğum tarihi		e-posta	

Eğitim Bilgileri

Mezun olduğu kurum		Mezuniyet yılı
Lise	Özel Koçaş Koleji	2016
Lisans	Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Gerontoloji Bölümü	2021
Yüksek Lisans		
Doktora		

İş Deneyimi

Görevi	Kurum	Süre (yıl-yıl)
Gerontolog	İbradı Belediyesi	2021-2024
Gerontolog	Konya Meram Devlet Hastanesi	2024-...

Yabancı Dilleri	Sınav türü	Puanı

Proje Deneyimi

Proje Adı	Destekleyen kurum	Süre (Yıl-Yıl)

Burslar-Ödüller:

Yayınlar ve Bildiriler:

