

**T.C.
YALOVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**ETKİNLİK VE GERİ ÇEKİLME KURAMLARI
ÇERÇEVESİNDE YAŞLILARIN YAŞAM
DOYUMLARININ İNCELENMESİ -BİNGÖL İLİ ÖRNEĞİ-**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Emrah APAK

**Enstitü Anabilim Dalı: Sosyal Hizmet
Enstitü Bilim Dalı: Sosyal Hizmet**

Tez Danışmanı: Yard. Doç. Dr. Recep YILDIZ

TEMMUZ-2017

T.C.
YALOVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ETKİNLİK VE GERİ ÇEKİLME KURAMLARI
ÇERÇEVESİNDE YAŞLILARIN YAŞAM
DOYUMLARININ İNCELENMESİ: BİNGÖL İLİ
ÖRNEĞİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

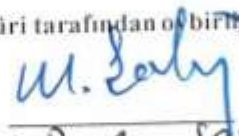
Emrah APAK (157203012)

Enstitü Anabilim Dalı: Sosyal Hizmet

Enstitü Bilim Dalı: Sosyal Hizmet

Bu tez 13/07/2017 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oyların birliği ile kabul edilmiştir.


Yard. Doc. Dr. Recep YILDIZ
Jüri Başkanı
 Kabul
 Red
 Düzeltme


Prof. Dr. Musa SAHİN
Jüri Üyesi
 Kabul
 Red
 Düzeltme


Prof. Dr. M. Zafar DANIŞ
Jüri Üyesi
 Kabul
 Red
 Düzeltme

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Emrah APAK

13.07.2017



ÖNSÖZ

Yaşlılık olgusu sanayi son yüzyılda dünya için yükselen sorun alanlarından biri haline gelmiştir. Türkiye için de doğurganlık oranlarında azalma ve yaşam süresinin uzaması ile birlikte gittikçe daha fazla oranda sorun olarak algılanmaya başlayacaktır. Yaşlılık olgusunun sorun haline gelmesiyle birlikte Batı'da, yaşlılığın nasıl daha mutlu ve başarılı geçirileceği ile ilgili çeşitli kuramlar ortaya atılmıştır. Bu kuramlardan Etkinlik ve Geri Çekilme Kuramları birbirine zıt fikirler öne süren iki kuramdır. Geri Çekilme Kuramı yaşlı bireyin toplumdan çekilerek yaşam doyumunun artacağını öne sürerken, Etkinlik Kuramı ise yaşlı bireylerin yaşlılık süresince etkin kalarak yaşam doyumlarının artacağını öne sürmektedir.

Buradan hareketle, bu kuramların Türkiye için geçerliliği, özelde daha az kentleşmiş bölgelerde geçerliliğinin sınanması bu çalışmada amaçlanmıştır. Yani yaşlı bireylerin daha mutlu bir yaşlılık dönemi geçirmelerinin, yaşlı bireylerin etkinlik düzeyleri veya toplum içerisinde yer alma ile ilişkili olup olmadığı bu çalışmada anlaşılmaya çalışılmış ve sonuçları verilmiştir.

Bu çalışmada öncelikle süreç boyunca beni yönlendiren ve desteğini eksik etmeyen danışmanım Yard. Doç. Dr. Recep YILDIZ hocama teşekkür ederim. Bununla birlikte süreç boyunca katkılarıyla bana yardımcı olan oda arkadaşım ve meslektaşım Arş. Gör. Mehmet Siyabend KAYA'ya teşekkür ederim. Anketlerin uygulanmasında bana yardımcı olan Öğr. Gör. Tuba YAZICIOĞLU ve anketörlere de teşekkürü borç bilirim.

Ayrıca, gerek düzeltmeler gerek önerilerle bana yardımcı olan diğer mesai arkadaşlarım ve hocalarım Yard. Doç. Dr. Mehmet YAZICI, Yard. Doç. Dr. Mehmet Seyman ÖNDER, Dr. Yunus BUCUKA, Arş. Gör. Ekrem DARENDELİOĞLU, Arş. Gör. İhsan YILKAN, Arş. Gör. Metin ERDEM'e ve diğer hocalarıma teşekkürlerimi sunarım. Ve sonsuz teşekkürlerimi en büyük destekçim Tuğba Gül KÖSE'ye sunarım.

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	iii
TABLolar LİSTESİ	v
ŞEKİLLER LİSTESİ	iii
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM: YAŞLILIK ÜZERİNE KAVRAMSAL ÇERÇEVE	5
1.1. Yaşlılık ve Yaşlanma	5
1.2. Tıbbi ve Bilimsel Açıdan Yaşlılık	6
1.3. Yaşlılık Türleri.....	6
1.4. Yaşlılık Kuramları	7
1.4.1. Etkinlik Kuramı ve Hipotezleri.....	13
1.4.2. Geri Çekilme Kuramı (Disengagement Theory) ve Kurama Yönelik Eleştiriler.....	15
1.5. Yaşlılık Dönemi Biyopsikososyal Özellikleri.....	23
1.5.1. Psikolojik Özellikler.....	23
1.5.2. Sosyal Özellikler	25
1.5.3. Biyolojik Özellikler.....	29
İKİNCİ BÖLÜM: YAŞLILIK VE YAŞAM DOYUMU	32
2.1. Yaşam Doymu Kapsamı ve İçeriği	32
2.2. Etkinlik Kuramının Yaşam Doymu Açısından İncelenmesi	33
2.3. Yaşam Doymuna Etki Eden Diğer Faktörler	37
2.3.1. Yaş ve Sağlık	37
2.3.2. Eğitim ve Gelir Durumu	38
2.3.3. Kişisel Özellik, Yaşam Olayları ve Rol Kaybı	38
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: ETKİNLİK VE GERİ ÇEKİLME KURAMLARI AÇISINDAN YAŞLILARDA YAŞAM DOYUMU ANALİZİ: BİNGÖL İLİ ÖRNEĞİ	40
3.1. Araştırmanın Yöntemi	40
3.1.1. Araştırmanın Modeli, Hipotezi	40

3.1.2. Sınırlılıklar	41
3.1.3. Araştırmanın Evreni, Örnekleme	41
3.1.4. Veri Toplama Araçları	42
3.1.5. Verilerin Toplanması ve Analizi	43
3.2. Türkiye’de Demografik Dönüşüm ve Nüfus Politikaları	45
3.2.1. Demografik Dönüşüm ve Türkiye	45
3.2.2. Türkiye’de Nüfus Politikaları	46
3.3. Yaşlıların Yaşam Doyumu Üzerine Bulgular	49
3.3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	49
3.3.2. Yaşlıların Demografik Özellikleri ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki	53
3.3.3. Aile ile İlişkiler ve Yaşam Doyumu	59
3.3.4. Yakın Çevre İle İlişkiler ve Yaşam Doyumu	69
3.3.5. Siyasi Katılım, Dernek Üyeliği ve Yardım Kuruluşlarının Etkinliklerine Katılım İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki	73
3.3.6. Günlük Bireysel Yaşam Etkinlikleri (Yalnız Yapılan Etkinlikler)	77
3.3.7. Dini Etkinlikler ve Yaşam Doyumu	82
SONUÇ	85
KAYNAKÇA	89
EKLER	108
ÖZGEÇMİŞ	113

KISALTMALAR

DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
BM	: Birleşmiş Milletler
ASPB	: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı
YD	: Yaşam Doyumu
YDÖ	: Yaşam Doyumu Ölçeği
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
vd.	: ve diğerleri



TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	49
Tablo 2: Cinsiyet ve Öğrenim Durumu Çapraz Tablo	52
Tablo 3: Medeni Durum ile Yaşam Doyumu Arasındaki t-testi Analizi.....	53
Tablo 4: Demografik Özellik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Anova Analizi	54
Tablo 5: Medeni Durum ve Yaşam Doyumu Arasındaki t-testi Analizi.....	59
Tablo 6: Aile İle İlişkilerin Betimsel Analizi	59
Tablo 7: Aile ile İlişkiler ve Yaşam Doyumu Anova Analizi	62
Tablo 8: Akraba, Komşu ve Arkadaşlar ile İlişkilerde Azalma Betimsel Analizler	69
Tablo 9: Akraba, Komşu ve Arkadaş ile İlişkiler ve Yaşam Doyumu Anova Analizi ..	70
Tablo 10: Formel Etkinliklerin Betimsel Analizi	73
Tablo 11: Formel Etkinlikler ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin t testi Analizi ..	74
Tablo 12: Formel Etkinlikler ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Anova Analizi.	75
Tablo 13: Yalnız Yapılan Etkinlikler ile Yaşam Doyumunun Anova Analizi.....	77
Tablo 14: Dini Etkinlikler ile Yaşam Doyumunun Anova Analizi.....	82

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Yaşlılık Kuramları ve Düşünsel Dayanakları..... 10



YAÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tez Özeti

Tezin Başlığı: Etkinlik ve Geri Çekilme Teorileri Çerçevesinde Yaşlıların Yaşam Doyumlarının İncelenmesi: Bingöl İli Örneği	
Tezin Yazarı: Emrah APAK	Danışman: Yard. Doç. Dr. Recep Yıldız
Kabul Tarihi: 13.07.2017	Sayfa Sayısı: vii (ön kısım) + 110 (tez) + (ekler)
Anabilimdalı: Sosyal Hizmet	Bilimdalı: Sosyal Hizmet
<p>Yaşlılık dönemi ile ilgili kuramsal çalışmalar 1950’li yıllara dayanmaktadır. Yaşlılık sürecinin nasıl daha başarılı geçirileceği, yaşlıların hangi durumlarda daha mutlu olacakları ve yüksek bir yaşam doyumunu elde edeceklerine dair birçok kuramsal çalışma ortaya konmuştur. Bu çalışmalardan en önde gelenleri Geri Çekilme ve Etkinlik Kuramlarıdır. Geri çekilme kuramı günümüzde artık doğruluğunu yitirmiş olsa da zaman zaman kurama yönelik çalışmalar yapılmaktadır. Etkinlik kuramının ise yapılan çalışmalara bakıldığında henüz geçerliliğini koruduğu görülmektedir. Geri çekilme kuramı yaşlı bireylerin toplumdan çekildikçe yaşam doyumlarının arttığını öne sürerken etkinlik kuramı aksine yaşlı bireylerin etkin oldukça yaşam doyumlarının arttığını ifade etmektedir. Bu çalışmada, etkinlik ve geri çekilme kuramları çerçevesinde Bingöl ilindeki yaşlı bireylerin yaşam doyumlarının etkinlik düzeylerine göre nasıl değiştiğinin anlaşılması amaçlanmıştır.</p> <p>Araştırmada, her iki kuramın öne sürdüğü etkinlik seviyesi ile yaşam doyumuna ilişkin hipotezleri sınamayı mümkün kılacak, demografik sorulardan ve etkinlik türlerinden oluşan anket soruları oluşturulmuştur. Anket soruları; yalnız yapılan etkinlikler, formel ve informal etkinlikleri kapsayacak şekilde hazırlanmıştır. Etkinlik türleri ile yaşam doyumunu karşılaştırmak için Diener vd. (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması Durak vd. (2010), tarafından yapılmıştır. Veriler, araştırmacı ve Bingöl ilinde ikamet eden anketörler tarafından yakın çevreden tanıdıklar vasıtasıyla yaşlılara ulaşılarak tamamlanmıştır. Araştırmada toplam 451 katılımcıya ulaşılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22 paket programıyla analiz edilmiştir. Analizlerde t-testi ve tek yönlü varyans analizi (Anova OneWay) testleri kullanılmıştır. Çoklu karşılaştırmalar için Post Hoc Tukey testi kullanılmıştır. Uygulanan ölçeğin iç tutarlılığı .82 bulunmuştur. Verilerin normallik dağılımı kontrol edilmiş ve Yaşam Doyumu Ölçeği için verilerin normal dağıldığı görülmüştür (Skewness: -.324, Kurtosis: -.879).</p> <p>Araştırmada elde edilen bulgulara bakıldığında, yaşlı bireylerin evli olmalarının, eşleri ve torunları ile birlikte yaşamlarının ve gelir durumlarının yaşam doyumunu üzerinde pozitif yönde etkisinin olduğu ($p<0.05$) görülmüştür. İnfomal etkinliklerden, yaşlı bireyin eşi ve torunları ile olan ilişkilerinin yaşam doyumuna anlamlı düzeyde etkisinin olduğu ($p<0.05$) bulunmuştur. Ancak çocukları ile olan ilişkilerinin yaşam doyumuna anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür ($p>0.05$). Formel etkinliklerden dernek üyeliği ve yardım kuruluşlarının etkinliklerine gönüllü katılımın yaşam doyumuna anlamlı etkisinin olduğu ($p<0.05$) görülmüştür. Yalnız yapılan etkinliklerden ise, daha sosyal boyutun ön planda olduğu alışverişe gitme ve çarşıya çıkma etkinliklerinin yaşam doyumunu üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğu ($p<0.05$) sonucuna ulaşılmıştır. Dini etkinliklerin ise hiç birinde yaşam doyumunu üzerinde anlamlı düzeyde etkiye rastlanmamıştır ($p>0.05$).</p> <p>Bu bulgulardan hareketle, yaşam doyumunu açısından etkinlik kuramının kısmen doğrulandığı, geri çekilme kuramının ise doğrulanmadığı ortaya konmuştur. Bingöl ili gibi daha orta düzeyde kentleşmiş bölgelerde de özellikle informal etkinliklerin yaşlıların yaşam doyumunu üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Bu nedenle, yaşlılara yönelik uygulamalarda informal etkinlik kapsamındaki çalışmaların göz önünde bulundurulmasının yaşlı bireylerin yaşam doyumlarına olumlu etki edeceği ifade edilebilir.</p>	
Anahtar kelimeler: Yaşlılık, Yaşam Doyumu, Etkinlik, Etkinlik Kuramı, Geri Çekilme Kuramı	

Yalova University Insitute of Social Sciences Master Thesis Summary

Thesis Title: Inverstigating Life Satisfaction of Elderly in the Context of Disengagement and Activity Theories: The Case of Bingöl	
Thesis Author: Emrah APAK	Advisor: Recep YILDIZ
Date of Acceptance: 13.07.2017	Total Number of Pages: vii (pre text) + 110 (main body) + (appendices)
Department: Social Work	Field of Study: Social Work
<p>Theoretical studies related to the last period of life extend to 1950's. Many theoretical perspectives has appeared in order to explain how aging process could be more successful, in which conditions elderly people become more satisfied and become happier. The most outstanding of these studies are disengagement and activity theories. Although disengagement theory has been falsified until today, there are studies that investigate this theory. However, activity theory still maintains its accuracy considering studies in this field. Disengagement theory suggests that the more elderly people disengages from society and social relations the more likely they become satisfied while on the contrary activity theory argues that elderly people become more satisfied at the rate of engaging in the social life and being active. In this study, it was aimed to understand how life satisfaction is affected by activity levels of elderly people in the context of disengagement and activity theories in Bingöl province.</p> <p>In the study, a questionnaire was used. The questionnaire consisted of questions related to demographic information and were to determine activity level of elderly people in order to investigate hypothesis about life satisfaction and activity level suggested by these theories. Questions were prepared as including formal, informal and solitary activities. The Satisfaction With Life Scale developed by Diener et al. (1985) was used in order to make analysis of life satisfaction and activity levels. The scale was adapted to Turkish language by Durak et al. (2010). Data was collected by researcher and pollsters residing in Bingöl through outreaching to elderly people by means of friends and acquaintances. Data was collected from 451 elderly people. Datas collected were analysed by SPSS package program. In the analysis, t-test and oneway analysis of variance were used. Post Hoc Tukey test was used for multiple comparisons. Internal consistency of the scale was found to be .82. Normality analysis were conducted and it was found that datas collected were distributed as normal for The Satisfaction With Life Scale (Skewness: -.324, Kurtosis: -.879).</p> <p>According to results obtained from the study; it was found that marital status, living with spouse and grandchildren and income state of elderly people have meaningful effect on life satisfaction of elderly people ($p<0.05$). Relationship of elderlies with their spouses and grandchildren which are included in informal activities were found to have meaningful effect on life satisfaction ($p<0.05$). However, it was seen that relationship with children has no meaningful effect on life satisfaction ($p>0.05$). It was found that association membership and participation in voluntary institutions activies which are in the context of formal activities have meaningful effect on life satisfaction ($p<0.05$). Within solitary activities, going to city center and shopping which are more social activities compared to other solitary activities were found to have meaningful effect on life satisfaction ($p<0.05$). Religious activities were not found to have effect on life satisfaction ($p>0.05$).</p> <p>Considering results obtained from the study, activity theory is partly confirmed while disengagement theory is not confirmed anyway. It can be said that especially informal activities have meaningful effect on life satisfaction of elderly people in areas like Bingöl which has urbanized moderately. Therefore, it can be argued that, policies that includes informal activities for elderly people may increase life satisfaction of people in the last period of their life.</p>	
Keywords: Aging, Life Satisfaction, Activity, Activity Theory, Disengagement Theory	

GİRİŞ

Yaşlılık bütün canlıların maruz kaldığı ölümle sonuçlanan biyolojik bir süreçtir. Sağlık koşullarının iyileşmesi, bebek ölümlerinin azalması ve gelişen yaşam koşulları ile beraber yaşam süresi uzamıştır. 20. yüzyıldan itibaren yaşlıların dünya nüfusu içindeki oranı artmaya başlamıştır. Bu artan yaşlanma olgusu Birleşmiş Milletlerin 2013 yılında yayınladığı Dünya Nüfus Yaşlanma Raporu'nda görülmektedir. Rapora göre, 2013 yılı itibari ile 813 milyon olan yaşlı nüfus ile dünya giderek yaşlanmaktadır ve bu sayının 2050 yılında 2 milyardan fazla olacağı tahmin edilmektedir (UN, 2013). Gelişmekte olan ülkeler için de aynı durum söz konusudur. Tam olarak sanayileşmeden önce, yaşlı nüfusun artış göstermesi, bu sorun alanı ile ilgili araştırmalar yapmak ve politikalar üretmeyi gerektirmektedir. Türkiye'de yaşlı nüfus oranı özellikle 1990 yılından itibaren hızlı bir şekilde artmıştır. Yaşlı nüfus; 1990 yılında 4.3 iken, 2000 yılında 5.7, 2007 yılında 7.1 ve 2015 yılında 8.2 olmuştur (TÜİK, 2015).

Yaşlılık olgusu özellikle Batı dünyası için 20. yüzyıldan sonra toplumsal sorun haline gelmeye başlamıştır. Batı ülkelerinde yaşlı nüfusun giderek artması, yaşlılara yönelik sorunlar üzerinde çalışmalarını da beraberinde getirmiştir. Türkiye için henüz sorun alanı haline gelmemiş olan fakat nüfus projeksiyonlarında önümüzdeki süreçte toplumsal bir sorun haline gelecek bu olgu için de çalışmalar hız kazanmaktadır. Batıda yaşlı bireylerin nüfusunun oransal olarak artışı, bu kesimin yaşlılık dönemini nasıl daha mutlu ve başarılı geçirebileceklerine dair teorik çalışmalar ortaya konmuştur. Gerontoloji biliminin 1950'li yıllarda E. W. Burgess tarafından kurulmasıyla birlikte yaşlılık alanında kuramsal çalışmalar başlamıştır. Bu süreçten sonra Geri Çekilme ve Etkinlik Kuramları ilk ortaya atılan kuramlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Sonrasındaki süreçte farklı kuramsal denemeler yapılmış; birinci, ikinci ve üçüncü kuşak gerontoloji kuramları ortaya konmuştur.

Geri çekilme ve etkinlik kuramları temelde yaşlı bireylerin nasıl daha başarılı bir yaşlanma geçirecekleri ile ilgilenmişlerdir. Bu kuramlardan ilkinde göre, yaşlı birey ile toplum karşılıklı birbirinden uzaklaşırlar. Sosyolojide, fonksiyonalist kurama dayanan geri çekilme kuramı, toplumun kendini devam ettirebilmesi adına, yaşlıyı dışarı ittiği ve ondan boşalan rollere yeni bireyleri getirdiğini, yaşlı bireylerin de toplumdan ve sosyal

ilişkilerden çekilerek ölüme hazırlandığını iddia eder. Böylece karşılıklı bir tatmin ilişkisi ortaya çıkacaktır. Kurama yönelik ciddi eleştiriler ortaya atılmıştır. Eleştirilerle beraber, yapılan bilimsel çalışmalar geri çekilmenin doğru olmadığını göstermektedir. Geri çekilme kuramına karşıt olarak ortaya konan etkinlik kuramı ise bu iddiaların tersini ileri sürmektedir. Kurama göre, yaşlı bireyler toplum içerisinde etkin oldukça, çeşitli rolleri yerine getirdikçe yaşamdan doyum alırlar. Yaşlı bireylerin yaşam doyumları onların toplum içerisindeki etkinliklerine bağlıdır. Etkinlik kuramı da genel olarak sadece aktif bir yaşlıyı model olarak göstermesinden dolayı eleştirilere maruz kalmıştır. Ancak, yine de yapılan çalışmalar etkinlik kuramının genel hatlarıyla doğruluğunu göstermektedir.

Bu kuramlardan hareketle yaşam doyum kavramı da tam anlamıyla üzerinde anlaşmaya varılmayan bir kavramdır. İlk olarak Neugarten vd. (1961) tarafından ortaya atılan bu kavramın genel olarak bakıldığında başarılı yaşlanma veya öznel iyilik hali başlıkları altında ele alındığı görülmektedir. Bununla birlikte mutluluk kavramı ile de benzer kullanıldığı çalışmalara da rastlanmaktadır. Ancak mutluluk ile yaşam doyum kavramları, yapılan çalışmalarda daha çok birbirinden ayrı olarak ele alınmıştır.

Yaşlıların yaşam doyumunun hangi koşullardan etkilendiği kavramın ilk ortaya atıldığı zamandan itibaren tartışıla gelmiştir. Geri çekilme kuramı ilk ortaya çıktığında, yaşlı bireylerin yaşam doyumunun pasiflik ile gelen bir yaşlılığa bağlı olduğunu iddia etmiştir. Ancak sonrasında yapılan çalışmalar, yaşam doyumunun pasiflik ile ilişkili olmadığını ortaya koymuşlardır. Etkinlik türleri ile açıklanmaya çalışılan çalışmalarda, yaşam doyumunun pasiflikten ziyade etkin olmak ile daha çok ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Yaşam tatminine etki eden faktörler ile ilgili alanyazında birçok çalışmaya rastlanmaktadır. Yapılan çalışmalar sonucunda yaşam tatminine etki edeceği düşünülen faktörler şöyle sıralanabilir: Yaşam tatmini ile ilişkili olan faktörler: Kişilik, cinsiyet, yaş, gelir, çalışma koşulları, sağlık, eğitimin, serbest zaman etkinlikleridir (Donovan vd., 2002).

Yaşlı nüfusunun artmaya başladığı Türkiye’de de, bu dezavantajlı grubun sosyal hizmet mesleği çerçevesinde onurlarının korunması, iyilik hallerinin yüksek tutulması için, yaşlandıklarında gerekli koşulların neler olduğuna dair çalışmalar yapılmalıdır. Bu çalışmalar sadece büyükşehir ve metropollerin yanı sıra daha geleneksel özellikler

gösteren illerde de yapılmalıdır. Bu nedenle çalışmada, geleneksel özellikler gösteren bir kent olan Bingöl İli örneklem olarak seçilecek ve ***yaşlıların hangi koşullarda daha istenilen bir yaşam sürdürebilecekleri*** –konusu- araştırılacaktır.

Yaşlılık bütün canlıların maruz kaldığı ölümle sonuçlanan biyolojik bir süreçtir. Sağlık koşullarının iyileşmesi, bebek ölümlerinin azalması ve gelişen yaşam koşulları ile beraber yaşam süresi uzamıştır. 20. yüzyıldan itibaren yaşlıların dünya nüfusu içindeki oranı artmaya başlamıştır. Bu artan yaşlanma olgusu Birleşmiş Milletlerin 2013 yılında yayınladığı Dünya Nüfus Yaşlanma Raporu'nda görülmektedir. Rapora göre, 2013 yılı itibari ile 813 milyon olan yaşlı nüfus ile dünya giderek yaşlanmaktadır ve bu sayının 2050 yılında 2 milyardan fazla olacağı tahmin edilmektedir (UN, 2013). Gelişmekte olan ülkeler için de aynı durum söz konusudur. Tam olarak sanayileşmeden önce, yaşlı nüfusun artış göstermesi, bu sorun alanı ile ilgili araştırmalar yapmak ve politikalar üretmeyi gerektirmektedir. Türkiye'de yaşlı nüfus oranı özellikle 1990 yılından itibaren hızlı bir şekilde artmıştır. Yaşlı nüfus; 1990 yılında 4.3 iken, 2000 yılında 5.7, 2007 yılında 7.1 ve 2015 yılında 8.2 olmuştur (TÜİK, 2015).

Artan yaşlı nüfus ile beraber, yaşlılarda öznel iyilik hali, başarılı yaşlanma, yaşam doyumu gibi kavramları öne çıkarmıştır. Yaşlanma sürecini daha erken yaşamaya başlayan ülkeler yaşlıların öznel iyilik hali, yaşam doyumlarına yönelik çalışmalar yapmışlardır. Bu doğrultuda çeşitli teoriler ortaya atılmıştır. 1960'larda ortaya atılan Geri Çekilme ve Etkinlik Teorileri, yaşlıların hangi koşullarda daha başarılı bir yaşlanma gerçekleştireceklerini sorgulamışlardır. Her iki teori de eleştirilmesine rağmen halen günümüz çalışmalarında etkilerini sürdürmeye devam etmektedirler. Yaşlıların toplum yaşamına katılım ve etkinlik düzeylerine göre bu teorilerde yaşlıların öznel iyilik halleri sorgulanmaktadır.

Öznel iyilik halinin bir bileşeni olarak kabul edilen yaşam tatmini (Andrews ve Withey, 1976: 5), 1961 yılında Neugarten vd. tarafından ortaya atılmış bir konudur. Yaşam tatminine etki eden faktörler ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda yaşam tatminine etki edeceği düşünülen faktörler şöyle sıralanabilir: Kişilik, cinsiyet, yaş, gelir, çalışma koşulları, sağlık, eğitimin, serbest zaman etkinlikleri (Donovan vd., 2002).

Yaşlı nüfusunun artmaya başladığı Türkiye’de de, bu dezavantajlı grubun sosyal hizmet mesleği çerçevesinde onurlarının korunması, iyilik hallerinin yüksek tutulması için, yaşlandıklarında gerekli koşulların neler olduğuna dair çalışmalar yapılmalıdır. Bu çalışmalar sadece büyükşehir ve metropollerin yanı sıra daha geleneksel özellikler gösteren illerde de yapılmalıdır. Bu nedenle çalışmanın amacı, Bingöl İli örnekleminde ***yaşlıların hangi koşullarda daha istenilen bir yaşam sürdürebileceklerinin tespit edilmesidir.***

Sosyal hizmet bilimi ve mesleği insanın değeri ve onurunu ön planda tutar ve bu doğrultuda uygulamalarını gerçekleştirir. Dezavantajlı gruplardan biri olan yaşlılık; yapılacak bilimsel çalışmalar, onların başarılı bir yaşlanma süreci geçirmeleri ve onurlarının yükseltilmesine yol açacaktır. Bu nedenle; başarılı yaşlanma, mutluluk, öznel iyilik hali, yaşam doyumu konusunda yaşlıları hangi faktörlerin daha mutlu edeceği, yaşamdan daha fazla doyum almalarını sağlayacağına yönelik çalışmalar yapılması gerekmektedir. Yapılan çalışmalar sadece büyükşehir ve metropollerle sınırlı kalmamalı, geleneksel yaşam örüntülerinin baskın olduğu kentlerde de bu tür çalışmaların yapılması gerekmektedir. Kentlerin sosyal yapıları arasında fark olması, yaşlılara yönelik tutum, yaşlıların hayata bakış açıları ve beklentilerini de farklılaştıracaktır. Bu araştırma, Bingöl İli gibi bu özelliklerin olduğu kentlerde yaşayan yaşlıların bu noktadaki durumlarının ortaya konması açısından önemlidir. Türkiye’de sosyal hizmet mesleğinin hizmet sunduğu yaşlı popülasyonu içinde henüz geleneksel özellikleri yapısında barındıran kentlerde yaşayanların var olması, bu kitleye yönelik yeni politikalar ve hizmetler sunulmasını gerektirmektedir. Çalışma, bu tür ***yeni hizmet ve politikalara ışık tutmak açısından*** da önemli olacaktır.

BİRİNCİ BÖLÜM: YAŞLILIK ÜZERİNE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Yaşlılık ve Yaşlanma

İnsan ömrünün ve diğer bütün canlıların son dönemi olan yaşlılık dönemi ile ilgili felsefi ve akademik tartışmalar yapılmıştır. Binlerce yıldan beri, yaşlılığın ne olduğu, ne zaman başladığı, nasıl bir süreç olduğu, yaşlılıktan ne anlaşılması gerektiği ile ilgili fikirler yürütülmektedir. Yaşlılık olgusunun bir bölümünü ele alacak olan bu çalışmada da öncelikle yaşlanma ve yaşlılık kavramlarının farkları belirtilecektir.

Yaşlanma, bugünkü gerontolojik bilgilere göre ana rahminde başlayan (Tufan, 2016: 18) ve yaşamın sonuna doğru yol alan bir süreçtir. Yaşlılık ise belli bir dönemi ifade eder, hayatın son dönemidir. Yaşlılık ve yaşlanma kavramlarını birbirinden ayıran faktör, başlangıç noktalarıdır (Akçay, 2011: 11). Yaşlılığın başlangıç noktasına bakıldığında ise, yaşlılık döneminin başlangıcı için net bir uzlaşmanın var olmadığı görülecektir. Tufan (2016: 18)'ın belirttiği gibi, Türkiye'de daha önce yaşlılığın başlangıcı olarak emeklilik yaşı esas alınırken, bugün artık bu durumdan vazgeçilmiştir. Yine benzer bir farklılık Birleşmiş Milletler(2013) ve Dünya Sağlık Örgütü (2015)'nün de raporlarında görülebilmektedir.

Birleşmiş Milletler (BM) ve Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), yaşlılığın başlangıcı olarak yaş ve emekliliği esas almışlardır. BM (2013), dünyadaki yaşlanma ile ilgili yayınladığı raporda 60 yaş ve üstü bireyleri yaşlı olarak kabul etmiştir. Bununla birlikte DSÖ (2015), yaşlılık ile ilgili yaptığı sınıflandırmada, artan yaşam süresi eğer sağlıklı bir hal alırsa, toplumsal yaşlanmanın, topluma birçok yönden katkı sunacağını, böylece 70 yaşın yeni 60 olabileceğini söylemektedir. Yani 70 yaşın, artık yaşlılığın yeni başlangıcı olarak kabul edilebileceğini ifade etmektedir. Başlangıç noktası genel olarak, kronolojik ve psikolojik açıdan ele alınmakta; fakat raporlarda ve bilimsel araştırmalarda, kronolojik süreç, yani yaş, yaşlılığın başlangıç noktası olarak kabul edilmektedir. Bununla birlikte, farklı yaşlılık türlerine yönelik de literatürde tanımlamalar bulunmaktadır.

1.2. Tıbbi ve Bilimsel Açıdan Yaşlılık

Yaşlılık sorunları ile ilgili “geriatri” ve “gerontoloji” olmak üzere iki kavram bulunmaktadır. Geriatri, yaşlılık ve yaşlılık dönemi hastalıklarını ele alan bir tıp dalıdır (Güler, 1998: 105). Gerontoloji ise, yaşlanmayı sosyo-ekonomik, biyolojik ve sosyolojik açıdan inceleyen (Durgun, 2015: 170) ve bunlara müdahale olanaklarını ortaya koyan (Tufan, 2016: 17) bilim dalıdır. 1960’lı yıllardan itibaren gelişim göstermeye başlayan bu disiplin; sosyoloji, psikoloji, biyoloji, kent planlaması gibi diğer bilim dallarıyla ilişkilidir (Durgun, 2015: 170).

Gerontoloji, sosyal ve biyolojik olmak üzere iki şekilde incelenmektedir. Biyolojik gerontoloji, yaşlıların fiziksel ve genetik yapılarını, hücre gelişimlerini, cinsiyete dayalı farklılıklarını inceler (Sevil, 2005: 23). Sosyal gerontoloji ise; sosyal özellikler, koşullar, statüler ve bireyin ikinci yaşamındaki rolleri, sosyal özellikleri, koşulları, statüleri; yaşlanan bireydeki uyum süreci, kişilik gelişimi ve zihinsel sağlık; biyolojik ve psiko-biyolojik süreçler ile -yaşlılıktaki performans ve sosyal kapasiteyi etkilediği ölçüde- ilgilenir. Ayrıca, sosyal gerontoloji yaşlının davranışları ve yaşlanmanın belirleyicileri olarak çevre, kültür ve sosyal değişimin rolünü ortaya çıkarmaya çalışır (Tibbitts, 1963: 339). Bu çalışma, özellikle sosyal çevre ve ilişkilerin yaşlı bireyler üzerindeki etkisini incelemesinden dolayı, kavramsal olarak sosyal gerontoloji başlığı içerisinde yer alacaktır.

1.3. Yaşlılık Türleri

Yaşlanma süreci ve yaşlılığa yüklenen anlamlar psikolojik, sosyal, bireysel, fizyolojik, ekonomik açılarından farklılık göstermektedir. Yalnızca yaşlılık kronolojik açıdan ele alınmamalıdır (Özgür ve Sabbağ, 2014: 12). Bu nedenle yaşlanma ile ilgili farklı tanımlamalar yapılagelmektedir. Buna göre, anne karnında başlayan ve vücutta meydana gelen yapısal ve işlevsel değişimleri ifade eden **biyolojik yaşlılık**, bireyin yaşam biçiminden hareketle yavaşlatılabildiği gibi hızlandırılabildiğini içermektedir (Tümerdem, 2006: 195). Diğer bir bakış açısıyla ileri sürülen yaşlılık türü de bireyin anılarını hatırlaması, geçmişe özlem duymaması, gelecek korkusu yaşamaması, kaygı ve üzüntü gibi yaşadığı duyguların tümünü bir yaşlanma perspektifi ile sunan **psikolojik yaşlılıktır** (Durgun, 2015: 169).

Diğer bir bakış açısına göre, insanın doğumundan itibaren içinde bulunduğu zamana kadar geçirdiği süreyi ifade eden (Akçay, 2011: 13) ve geçen zamana göre her bir yıl esas alınarak tanımlanan yaşlılık türü **kronolojik yaşlılıktır** (Güler, 1998: 105). Bu yaşlanma türü primer ve sekonder şeklinde incelenmektedir. Primer yaşlanma, kronolojik yaşın ilerlemesiyle birlikte vücutta meydana gelen değişimlerdir. Sekonder yaşlanma ise, yaşam şartlarının baskısı ile birlikte primer yaşlanmanın hızlanmasıdır (Hablemitoğlu ve Özmete, 2010: 19). Sekonder yaşlanma çoğu insanda görülür, fakat kaçınılmaz veya evrensel değildir (Bulut ve Özçakar, 1999: 4). Diğer bir yaşlılık türü; toplumdan topluma, kültürel durumlara ve sosyal özelliklere göre değişen, modern anlamda emeklilik ile beraber başlayan (Güler, 1998: 105), toplumun yaşlılık ile ilgili bilgilerine, geleneklerine, değer yargılarına bağlı olan (Tufan, 2016: 18) **sosyal yaşlılıktır**.

Başka bir tanım ise, bir toplumda var olan yaşlı nüfusunun bütün nüfusa oranı anlamına gelen **toplumsal yaşlılığı** belirlemede doğumda beklenen yaşam süresi ve toplumun ortalama yaşı kullanılır. Toplum içinde 65 ve üstü yaş bireylerin durumuna göre toplumsal yaşlılık belirlenir ve “genç, olgun ve yaşlı toplum” şeklinde tanımlanır (Hablemitoğlu ve Özmete, 2010: 21). Yaşlılığı ekonomik duruma göre tanımlayan **ekonomik yaşlılık**, emeklilik dönemi ile birlikte gelirden azalmanın olması ve statü kaybının yaşanması, dolayısıyla daha önceki sosyal ilişkilerin değişmesidir. Hem sağlık bakım maliyetinin artması hem gelirdeki azalma, yaşlıların yaşam biçiminde değişimleri zorunlu kılmaktadır (Hablemitoğlu ve Özmete, 2010: 20). Yaşlılık ile ilgili son tanım ise, zamanla bireyin anatomisinde ve fizyolojisinde değişimlerin meydana gelmesi, yaşlı bireylerin kalp-damar sistemi, boşaltım sistemi, beyin ve diğer iç organlarda işlevsel olarak yetersizliklerin meydana gelmesi anlamına gelen **fizyolojik yaşlılıktır** (Hablemitoğlu ve Özmete, 2010: 19).

1.4. Yaşlılık Kuramları

Yaşlılık ile ilgili farklı disiplinlerden farklı görüşler ve kuramlar bulunmaktadır. Yaşlılık Kuramları; yaşla birlikte ortaya çıkan sosyal ve psikolojik değişimleri, bu değişimlerin bireylerin yaşam kalitesini, ilişkilerini, sosyal yapı içindeki yerlerini, statülerini nasıl etkilediğini konu edinir. Yaşlılığın nasıl daha başarılı ve üretken geçirilebileceğine dair; Süreklilik, Etkinlik, Geri Çekilme gibi birçok kuram olduğu

gibi, biyolojik olarak da yaşlılığın geciktirilmesi ve yaşam kalitesinin artırılmasına yönelik kuramlar bulunmaktadır (Kaygusuz, 2008: 219). Yaşlılık ve yaşlanma ile ilgili ortaya çıkan kuramlar endüstri toplumlarında ortaya çıkmıştır. Çünkü daha önceki toplumlarda, yaşlılık toplumsal bir sorun olarak ele alınacak kadar önemli görülmemiştir (Ceylan, 2015: 40).

Yaşlılık ile ilgili kuramlar 1960 öncesinden itibaren sosyal gerontolojinin kurulması ile birlikte başlamıştır. 1960 yılından önce E. W. Burgess tarafından sosyal gerontoloji biliminin kurulmasıyla beraber, yapılan ilk sosyal gerontoloji çalışmaları daha çok betimleyici tarzdaydı (Rose, 1965: 359). Bu dönemde, “Kuram” kavramı genel olarak literatürde bulunmamaktaydı. (Lynott ve Lynott, 1996: 750). Yaşlılık alanındaki sosyolojik kuramlaşmaların ortaya çıkışı 1960 sonrasına denk gelmektedir. Kuramların ortaya çıkışı, gerontolojik düşünmedeki iki dönüşümün sonucu olarak tanımlanır. İlk dönüşüm Cumming ve Henry’nin 1961’de yazdıkları “Growing Old” (Yaşlanma) kitabı ile belirlenmiştir. Bu girişim birçok başka alternatif girişimlerin de başlamasına sebep olmuştur. İkinci dönüşüm ise 1970’lerin sonu ve 1980’lerin başlarında meydana gelmiştir. İkinci dönüşümde ele alınan konular yaşlılığın “gerçekleri” ile ilgili olmuştur ve yaş kavramsallaştırmalarının sosyal inşacı ve ideolojik boyutlarına –sosyal fenomenolojik ve Marksist ilgiler gibi- odaklanmışlardır. Daha sonraki yıllarda (1980’lerin sonu ile 1990’ların başı), bu sorunları ele almak için eleştirel kuram ve feminist kurama ilgi duyulmaya başlanmıştır (Lynott ve Lynott, 1996: 749).

Bengston vd. (1997), sosyal gerontolojide ortaya atılan kuramları sınıflandırmışlardır (Şekil 1). Yaptıkları sınıflandırmada kuramları üç kuşağa ayırmışlardır. Birinci kuşak olarak belirledikleri kuramlar: Etkinlik Kuramı, Geri Çekilme Kuramı, Modernleşme Kuramı, Alt Kültür Kuramıdır. İkinci kuşak kuramlar: Süreklilik Kuramı, Etiketleme Kuramı, Yaş Tabakalaşması ve Politik Ekonomidir. Üçüncü Kuşak Kuramlar ise; Sosyal İnşacı, Sosyal Değiş-Tokuş Kuramı, Yaşam Döngüsü, Yaş Tabakalaşması, Yaşlılığın Feminist Kuramı, Yaşlılığın Politik Ekonomisi ve Eleştirel Gerontolojidir. 1961 sonrasında ortaya atılan Geri Çekilme, Etkinlik ve Süreklilik Kuramlarının bazı yönlerden geçersiz olduğu ortaya kalsa da, bu kuramların bazı temel düşünceleri henüz güncel çalışmalarda kendini göstermektedir (Moynahan, 2015: 12).

Daha önce belirtildiği gibi geri çekilme ve etkinlik kuramlarının ortaya çıkmasından sonra günümüze kadar birçok yaşlılık kuramı denemesi yapılmıştır.

Süreklilik Kuramı (Continuity Theory), bu kuramların önde gelenlerinden birisidir. Atchley'nin süreklilik kuramı, etkinlik ve geri çekilme kuramlarının tek boyutlu ve küresel görüşlerine karşı çıkmaktadır. Bu yaklaşıma göre, bireyler yaşlandıkça sabit bir davranış çizgisini sürdürmeye meyillidirler. Bundan dolayı, bireyin yaşam doyumunu belirleyen, tek başına etkinlik düzeyi değil bundan ziyade, güncel etkinliklerin öncekilerle nasıl devamlı olduğudur. Başarılı yaşlanma, bireyin yaşam boyu tecrübeleri ve kişisel olarak normal şekilde alıştığı tecrübelerine dayanır (Lynott ve Lynott, 1996: 753).

Süreklilik kuramına göre, orta yaş ve daha yaşlı kişiler uyumlu tercihler yaparken devam eden içsel ve dışsal yapılarını sürdürmeye çalışırlar ve bunu yaparken geçmişteki kendi tecrübeleri ve sosyal dünyalarına bağlı stratejileri kullanırlar. Süreklilik hem toplumun onayı hem de bireyin tercihi tarafından teşvik edilen büyük bir uyum stratejisidir. Süreklilik kuramının merkezi bir öncülü şudur: Uyumlu tercihler yaparken, orta ve daha ileri yaşlılar devam eden içsel ve dışsal yapılarını korumaya çalışırlar ve bunu sürekliliği kullanarak yapmaya çalışırlar (örneğin, bilindik stratejileri yaşamın bilindik alanlarına uygulamak). Orta ve ileri yaşlarda bireyler normal yaşlanma ile bağlantılı değişimlerle mücadelede öncelikli uyum stratejisi olarak sürekliliği korumaya, geçmiş yaşam deneyimleri tarafından itilirler. Bu değişimin bireyin geçmişine dayandığı ve bağlantılı olduğu ölçüde, değişim sürekliliğin bir parçasıdır. Bireylerin hem kendi algıları ve sosyal çevrenin baskısının bir sonucu olarak, normal yaşlanmaya uyum sağlayan yaşlılar sosyal davranışlardaki dışsal devamlılık ve içsel psikolojik devamlılığa hem meyilli olurlar hem de motivedirler. Süreklilik kuramı, hem iç hem dışsal sürekliliği, hem bireyin tercihi hem de sosyal baskılar tarafından desteklenen sağlam uyum stratejileri olarak görürler (Atchley, 1989: 183).

Süreklilik kuramına yönelik ciddi boyutta eleştiri bulunmamasına rağmen, yaşlının gençlik yıllarında uyum yapmasını kolaylaştıran özelliklerini yaşlılık yıllarına taşımasının işe yaramayabileceği düşünülmelidir. Örneğin, kişinin daha önceki mesleğinde edindiği özellikleri yaşlılığa aktarması yaşlı için sorun oluşturabilir. Önceki

iş yaşamının bireyin otoriter olmasını gerektirmesinden dolayı bu özelliğin yaşlılıkta kullanılması bireyi zora sokabilir (Kaygusuz, 2008: 240).

Rol Bırakma Kuramı (Role Exit Theory), toplumsal işleyişi açıklamak için geliştirilen kuramlardan birisidir. Rol Bırakma kuramına göre, bireyler içine doğdukları toplumda kendisi doğmadan önce rolleri belirlenmiştir. Yani toplum bir sahnedir ve birey de o sahnede daha önceden hazırlanmış oyunda rol üstlenen bir aktördür. Bireyin oynayacağı rol; yeteneklerine, topluma, sosyo-ekonomik-kültürel duruma göre değişse de birey neticede bir oyuncudur ve rolü vardır. Bireyin sahip olduğu bu roller zaman içinde değişir ve birey bu rollerle hayatını sürdürür. Böylece başarılı yaşlanma için, yaşlı birey gençliğinde başarı elde ettiği rollerini kaybettiğini ve bu rollerin yerine yaşına uygun roller edinmesi gerektiğini anlaması ile karşılaşacağı uyum güçlüklerinin üstesinden gelebilir (Kaygusuz, 2008: 236-237).

Toplumsal Değiş-Tokuş Kuramı (Social Exchange Theory), Dowd tarafından 1975 yılında geliştirilmiştir. Kuram kuşaklar arasındaki alışveriş dengesine açıklamalar getirir. Kuramın ilgilendiği boyut, değiş tokuş davranışlarının yaşlı veya yaşlıların etkileşim içinde oldukları kişilerin koşullarını nasıl yansıttığıdır. Kuramda kullanılan temel kavramlar; sosyal gider ve faydalar, sosyal kaynaklar, sosyal etkileşim, karşılıklılık normları, sosyal güç ve altruizmdir (Bengston vd., 1997: 78). Yaşlanma ile birlikte güç kaynaklarının azalmasından dolayı yaşlı bireyler iletişim içinde oldukları diğer gruplar ile dengeli bir değiş tokuş ilişkisi kurmakta zorlanırlar. Bu açıdan bakıldığında geri çekilme, yaşlı bireyin görece gücünün değiş tokuş yapılacak kişilere oranla gittikçe kötüleştiği alışveriş ilişkilerinin bir sonucudur. Dengesiz bir değiş tokuş oranı bundan dolayı, yaşlının ayakta kalabilmek için uyumunu değiş tokuş etmesi ile sonuçlanır. Emeklilik olgusu bu nedenle yaşlılıktaki değiş tokuş sürecinin bir göstergesi olarak görülmektedir (Dowd, 1975: 584). Kurama göre, yaşlılar dışsal ve içsel ödüllere göre hareket ederler. Yaşlı bireylerin topluma sunacağı kaynaklar ile dışarıdan gelen kaynaklar denge içerisinde olmalıdır. Buradan hareketle yaşlı bireyin topluma olan katkısı düştüğünden dolayı yaşlı birey denge olarak statü kaybetmektedir (Yıldız, 2016: 28).

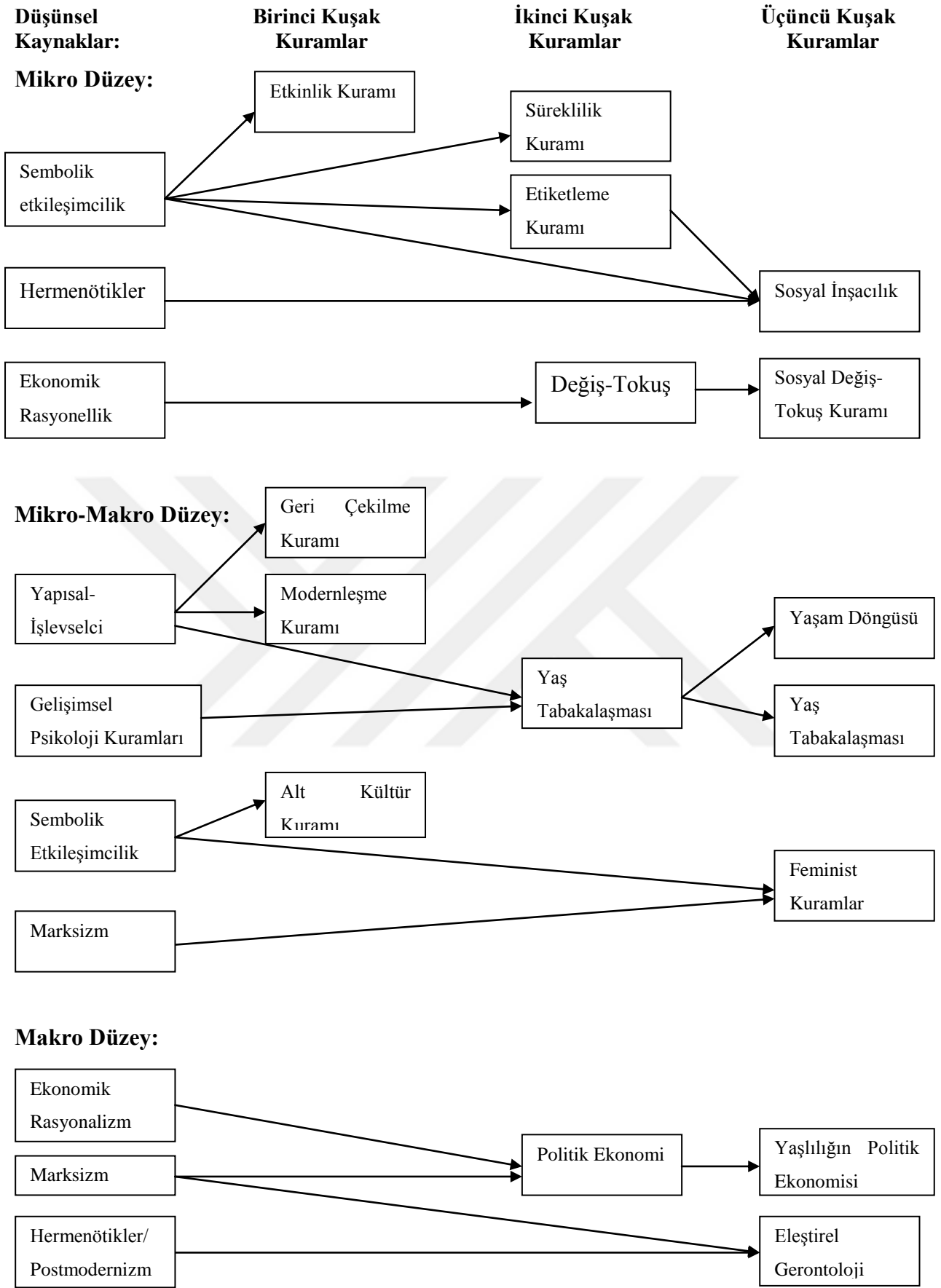
Alt Kültür Kuramı (Subculture Theory)'nin, etkinlik ve geri çekilme kuramları ile benzer özellikleri bulunmaktadır (Akçay, 2011: 58) ve Arnold Rose tarafından

geliştirilmiştir. Toplum içindeki belli bir grubun, diğer gruplardan daha fazla bir şekilde kendi içlerinde iletişim içinde olmaları durumunda altkültürün gelişmesi beklenir. Altkültürler, iki olası durumda gerçekleşir. İlk olarak, gruptaki bireylerin birbirlerinden ortak faydalarının olması, uzun süreli arkadaşlıklarının olması, ortak geçmiş ve ilgilerinin olması gibi pozitif yakınlıklara sahip olmaları gerekir. İkincisi ise, belli bir ölçüde yaşlı bireylerin, toplumdaki diğer gruplarla iletişimden dışlanmaları durumudur. Yaşlı bireyler her iki koşulu da yerine getirirler. Hem geniş olan genç gruptan dışlanırlar hem de kendi aralarında ortak ilgileri bulunmaktadır (Rose, 1962: 123).

Yaş Tabakalaşması Kuramı (Age Stratification Theory), yapısal işlevselciliğe dayanmaktadır. Bu kuram makro düzey kuramlardan biridir. Kuramın öncüsü ve savunucusu Matilda White Riley'dir ve gerontolojik kuramların en uzun süreli ve etkilisidir. Kuram, toplumsal yaş yapısının, bireylerin rolleri, benlikleri ve yaşam kalitesi üzerinde etkili olduğunu savunur. Kuram, toplumdaki emeklilik politikası gibi yapıların bireylerin yaşamı üzerindeki etkisini ele alır ve bunun gibi yapıların değişimini ele alır (Akçay, 2011: 63).

Aşağıdaki bölümde sırasıyla önce araştırmaya temel oluşturan Etkinlik ve Geri Çekilme Kuramları anlatılacak, bu kuramların yorumlamaları ve eleştirileri sunulacaktır. Özellikle Etkinlik Kuramı ile yaşam doyumu arasındaki ilişki ile ilgili yapılmış literatür taraması sunulacaktır. Ardından diğer yaşlılık kuramlarına kısaca değinilecektir.

Şekil 1. Yaşlılık Kuramları ve Düşünsel Dayanakları



Kaynak: Bengston vd. (1997)

1.4.1. Etkinlik Kuramı ve Hipotezleri

Etkinlik kuramı, geri çekilme kuramına karşıt olarak geliştirilmiştir. Havighurst ve arkadaşları tarafından geliştirilen bu kuram sembolik etkileşime dayanır. Bu kurama göre, yaşlı bireyler toplum içerisinde kaybettikleri rollerin yerine yenilerini koyarak toplumdaki katılımlarını devam ettirme ihtiyacı hissederler. Böylece karşılıklı etkileşim yolu ile sosyal düzenin sürdürülmesine yardım etmiş olacaktırlar (Kalınkara, 2014: 29). Geri çekilme kuramında yaşlının çekilmesi sosyal düzenin devamı için gerekli iken, etkinlik kuramında buna karşıt olarak yaşlının yeni roller üstlenmesi düzeni devam ettirecektir.

Kurama göre, yaşlılar etkinlik ve etkileşim içinde olurlarsa yaşamdan aldıkları zevk artacaktır ve olumlu benlik algısını sürdüreceklerdir (Lemon vd., 1972: 511). Kişinin olumlu benlik algısı ve yaşam doyumu onun sahip olduğu sosyal rollerle ilgilidir. Yaşlılıkta bu rollerin yeniden düzenlenmesi gerekir. Örneğin bir yaşlı toplum içindeki eş olma, ebeveyn olma, toplum gönüllüsü olma gibi rollerini sürdürürse emeklilik bu kişi için yıkıcı bir anlam taşımayacaktır. Bu nedenle yaşlılar kaybettikleri rollerinin yerine başka roller koyabilmelidirler ve bunun için yeteri beceriye sahiptirler (Durak, 2015: 282). Bu nedenle birey emekliliğe zorlandığında çalışma için telafiler bulmalı ve ölüm ile kaybettiği sevdikleri ve arkadaşlarının yerini de başkaları ile doldurmalıdır (Havighurst, 1968: 20).

Kuram, geri çekilme kuramının iddia ettiği, yaşlıların gençlere oranla daha az etkinlikte bulunduğu fikrini kabul eder, fakat geri çekilmenin yaşlıların doğal bir ihtiyacı olduğu düşüncesini kabul etmez (Kaygusuz, 2008: 233). Aksine yaşlılık ile karakterize olan azalan sosyal etkileşim, toplumun yaşlıdan çekilmesi sonucu oluşur ve etkileşimdeki azalma çoğu kadın ve erkek bireyin isteğine karşıt bir şekilde gelişir (Havighurst, 1968: 20). Bireyin yaşlanma nedeniyle bazı etkinlikleri yapamaması, onun diğer etkinlikleri de yapamayacağı anlamına gelmez. Yaşlıların etkinliklerden uzaklaşarak yaşamaları onlara mutlu ve huzurlu bir yaşam sunmayabilir. Aksine, bazı yazarlar mutlu olmaktan ziyade, bu durumun yaşlı bireyler için mutsuzluk kaynağı olduğunu iddia ederler. Tartler'e göre, bir birey için mutluluk kaynağı ancak bireyin bir şeyler başardığını ve başkalarının kendisine ihtiyaç duyduğunu hissetmesidir. Bu nedenle yaşlı bireyin

etkinliklerden uzaklaşması kendisi için ancak mutsuzluk kaynağı olabilir (Kaygusuz, 2008: 234).

Kurama göre yaş, insanları birbirinden ayıran temel unsur değildir. İnsanların yaptıkları etkinlikler ve yararlılıkları bu noktadaki belirleyici faktördür. Yaşlı bireyler orta yaştaki insanlarla aynı psikolojik ve sosyal ihtiyaçlara sahiptirler (Havighurst, 1968: 20). Pasiflik istenmeyen, bireyleri toplumdaki soyutlayan ve yalnızlık duygusunu ortaya çıkaran bir durumdur. Yaşlılıkta bireyin pasifliği onu mutsuzluğa iteceği için mutlaka engellenmelidir (Tufan, 2016: 147). Başka bir ifade ile Etkinlik Kuramı, yaşlı bireyler için başarının şartını yaşam alanının genişlemesine bağlamaktadır. Bu yaklaşımın sonucunda ortaya çıkan düşünce, her insanın yaşlandığında kendine yeni yaşam alanları oluşturması, devamlı uğraş içinde olması ve hala kendisine ihtiyaç duyulduğunu hissetmesi gerektiğidir. Bu nedenle emeklilik ile ortaya çıkan sorunların çözümü yaşlıya bırakılır. Mutsuzluğunun kaynağını yaşlının kendisine bırakır. Bunun dışında kabul edilebilecek tek durum yaşlıların fiziksel yönden aktif olmasının mümkün olmadığı engellilik, hastalık gibi durumlardır (Tufan, 2016: 148).

Yaşlının hayatta nasıl doyum alacağı veya huzur bulacağını yanıtını; yaş veya etkinlik dışında, bu sorunun yanıtını; cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, kişilik özellikleri, önceki yaşamındaki ilişkileri ve yaptığı iş gibi faktörlerde de aramak gerekir (Kaygusuz, 2008: 235). Havighurst (1968) yaptığı çalışmada başarılı yaşlanmanın tek bir kuram ile açıklanamamasını yaşlı bireylerdeki kişilik farklılığından kaynaklandığını ortaya koymuştur. Etkinlik seviyesi ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiler ayrıca kişilik yapısından da etkilenir (Havighurst, 1968: 23). Havighurst (1968) kişilik, etkinlik ve yaşam doyumunu ile ilgili yaptığı çalışmada, kuram ile ilişkili beş farklı kişilik özelliği ortaya koymuştur. Etkinlik ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiye bakarken kişiliğin de hesap edilmesi gerektiğini ifade etmiştir. Bir kişinin ne kadar etkin olduğu veya olmadığı, bireysel, öznel ve yaşam döngüsündeki olaylara bağlıdır. Geçmiş yaşantılarında sosyal katılımları yüksek olan bireylerin yaşlandıkça etkinlik seviyelerinde düşüş ihtimali de azdır (Videbeck ve Knox, 1965: 48). Bazı yaşlılar şaşırtıcı bir şekilde esnekler ve yetenekleri ile yaşam tarzlarını korumak için bütün sosyal ve kültürel imkanlardan yararlanabilirler. Bazıları da izolasyon, kızgınlık, acı,

kaygı, hastalık ve sonunda ölüm anlamına gelen toplumun dayattığı geri çekilmeyi kabul ederek yenilebilirler (Zborowski, 1962: 309).

Etkinlik kuramı için öne sürülen hipotezlere bakıldığında, kuram için ayrıntılı tanımlamaların sistemli hipotezlerin Lemon vd. (1972)'nin 411 yaşlı ile gerçekleştirdikleri çalışmada yapıldığı görülmektedir. Hipotezlerde, etkinlik türleri ile yaşam doyumu arasında ilişki kurulmuştur. Etkinlik türleri de üç farklı şekilde değerlendirilmiş ve yaşam doyumu ile ilişkilendirilmiştir. Hipotezler sunulmadan önce etkinlik türlerinin ne olduğunu bilmek gerekmektedir. Etkinlik, rutin fiziksel veya kişisel bakımın ötesinde düzenlenmiş olan etkinlikler şeklinde tanımlanır. Etkinliğin üç türü bulunmaktadır: 1) İnfornel etkinlik; akrabalar, arkadaşlar ve komşularla olan etkileşimi kapsar. 2) Formel etkinlik, resmi gönüllü kuruluşlara olan sosyal katılımdır. 3) Yalnız yapılan etkinlikler, televizyon izleme, kitap okuma ve hobiler gibi özünde yalnız yapılan uğraşlardır. Kurulan hipotezler ise aşağıdaki gibidir (Lemon vd., 1972: 513):

1. İnfornel etkinlik (arkadaşlar, akrabalar ve komşularla) yaşam doyumu ile doğrudan ilişkilidir.
2. Formel etkinlik (gönüllü kuruluşlara katılım) yaşam doyumu ile doğrudan ilişkilidir.
3. Yalnız yapılan etkinlikler(boş zaman uğraşları, ev işleri) yaşam doyumu ile doğrudan ilişkilidir.

Kuramın yaşam doyumu ile ilgili hipotezlerinden dolayı, İkinci Bölümde önce yaşam doyumu anlatılacaktır. Sonrasında ise yaşam doyumu ile etkinlik kuramının kesiştiği boyutlar anlatılarak, etkinlik kuramının genel bir değerlendirmesi yapılacak ve eleştirileri sunulacaktır.

1.4.2. Geri Çekilme Kuramı (Disengagement Theory) ve Kurama Yönelik Eleştiriler

Sosyoloji'de fonksiyonalist kuram temel alınarak geliştirilen Geri Çekilme Kuramı, Amerika'da 1950 yılında Kansas City'de 5 yıllık bir süreç içerisinde (Canatan, 2015: 368), sağlık bakımından iyi ve bağımsızlık için minimum düzeyde paraları olan 50 ile

90 yaşları arasındaki 275 kişi ile (Cumming, 1971: 3) yapılan bir çalışmadan yola çıkılarak geliştirilmiştir.

Kurama göre, azalan sosyal etkileşim karşılıklılık ile karakterize edilen bir süreçtir, yani yaşlı bireyin kabul ettiği hatta istediği, toplumun ve yaşlanan bireyin geri çekildiği bir azalan etkileşimdir (Havighurst, 1968: 20). Bu geri çekilme ya bireyin kendisi veya sistemdeki diğerleri tarafından başlatılır (Cumming, 1971: 3). Bireyin geri çekilmesinin psikolojik ve sosyal olduğu, kendiyile meşguliyetin arttığı ve çevredeki kişiler ile nesnelere duygusal yatırımın azaldığı iddia edilir. Böylece geri çekilmeyi süreç zorunlu kılmaz, aksine doğaldır. Bu bakış açısı ile psikolojik iyilik hali olan yaşlılar, daha büyük psikolojik bir uzaklık, değişmiş ilişki türleri ve çevresindekiler ile azalan sosyal etkileşim ile karakterize edilirler (Havighurst, 1968: 20).

Kuram sosyolojide yer alan fonksiyonalist temele dayandırılmıştır (Canatan, 2015: 368). Fonksiyonalist kurama göre, toplumsal yaşam ve birey yaşamında meydana gelen değişimlerin toplum için bir işlevi vardır. İnsanın ölümü dahi bu kurama göre yeni yaşamlara fırsat verdiği için işlevseldir. Bir düzenin son bulması yeni düzenlerin kurulmasına hizmet edecektir. Yani bu olaylar yıkım gibi görünürken aslında yapıcı birer işleve sahiptirler (Slattery, 2014: 276-277). Bu durumda toplum için yaşlılık süreci de önemli işlevleri olan bir dönemdir (Kaygusuz, 2008: 231). Yani toplumsal düzen yaşlıya rolsüz rolü veriyorsa yaşlı kişiler bu davranışı yaptıklarında toplumsal düzen devam etmiş olacaktır (Canatan, 2015: 368).

Kurama göre, toplum ve birey önceden en üst düzeydeki geri çekilmeye; zorunlu, kademeli ve karşılıklı doyum verici olan geri çekilme süreci ile hazırlanırlar. Bu kavramların her birisi, kuramı anlayabilmek için anlaşılmalıdır. Geri çekilme zorunludur, çünkü ölüm zorunludur. Süreç ölümün kaçınılmazlığı gibi algılamada net değişimlerin başladığı orta yaşta başlar (Cumming 1971: 6-10). İşlevselciliğin temel bir ilkesi olarak, toplum ve birey her zaman kendilerini varlığın katı gerçeklerine uyarlarlar. Toplum ve birey her zaman dengede durmaya ve çözümlerden kaçınmaya çalışır. Ölüm yaşlı bireye yakında gelmek zorunda olduğu için hem toplum hem birey buna kendini sosyolojik ve psikolojik olarak hazırlamalıdır ki ölüm geldiğinde birey kendini yaşamın işlevlerinden ve ilişkilerinden uzaklaştırmış ve ölüme hazırlanmış olsun. Böyle bir durumda bireyin ölümü, toplumun dengesi için zararlı değildir (Rose, 1965: 361).

Cumming ve Henry, geri çekilmeyi, soğuktan donmadan önce kademeli ve kaçınılmaz olarak sararan bir yaprağa benzetirler. Ölüme hazırlığın olabilmesi için bu sürecin kademeli olması gerekmektedir (Akçay, 2011: 40). Öncelikle, birey için bağlayıcı zorunluluklar ortadan kalkar, kamusal kayıpların telafi edilmesi zorlaşır. Giden kayıpların yerine yeni ödüller bulunur. Yaşlılığa özgü bulunan yeni ödüller geri çekilmeyi tamamlar. Sosyal ilişkiler daha az ödüllendirici olur ve anlam arayışı acil duruma gelirse, kayıpları telafi etmemeye doğru eğilim artar. Böylece yaşlılar daha az rol üstlenmeye başlar. Yaşlı kişi tekrar bireyselliğe doğru dönüş yaşar. Geri çekilme başladığında artık durdurulamaz, (Cumming 1971: 6-10). Başka bir ifade ile yaşlının aktif hale getirilmesi değil, yaşlılığın kişi ile uyumlu hale getirilmesi esastır (Yıldız, 2016: 21).

Yaşlılık ile başlayan bu süreç sadece tek yönlü değildir, bu bir çifte geri çekilmedir, yani bireyin toplumdaki çekilmesi ve toplumun bireyden çekilmesidir (Hochschild, 1975: 553). Yani karşılıklı doyum ilişkisidir (Rose, 1965: 361). Bir taraftan birey, sahip olduğu rollerini azaltarak, rol çeşitliliğini kısıtlayarak ve var olan ilişkilerinin yoğunluğunu zayıflatarak geri çekilmeyi istemektedir. Kalan ilişkiler ise niteliksel olarak daha pasif etkinliklerdir. Toplum, bireye yapısal kısıtlamalardan kurtulmak ve geri çekilmek için izin verir. Birey sosyal dünyadan çekilir ve sonrasında bu durum onu normatif kontrolden kurtarır. Bu durum geri çekilmenin doğrusal ilerlemesini sağlar (Hochschild, 1975: 553). Toplum ise, üyelerinden birinin ölümü devam eden işlevlere (çocuk yetiştirme, ekonomik üretkenlik gibi) zarar vermediği için memnundur (Rose, 1965: 361). Süreç, zamanlama ve bireyin fizyoloji, kişilik, geri çekilmenin başlama şekli ve yaşam durumuna göre farklılıklar gösterse de evrensel ve kaçınılmazdır (Hochschild, 1975: 553; Youmans, 1969: 254).

Başlangıçta geri çekilme sürecinin içsel olduğu yani dışarıdaki olaylar tarafından uygun şekilde açıklanmadığı söylenmekteydi (Maddox, 1964: 81). Fakat sonraki düzenlemelerinde söylenen hem kültür hem de sosyal yapıda bu geri çekilme için sebepler bulunmaktadır (Cumming, 1971: 10). Böylece, Cumming ve Henry sorunun açıklanmasında odağı bireyden sosyal sisteme çevirmişlerdir. Kişiler yaşlandıkça toplumsal işlevde direnç gösterirler, böylece yaşlandıkça yaptıkları işi daha az iyi yapmaya başlarlar. Bir sosyal sistem, bu nedenle, yaşlı sorunuyla başa çıkmak için

gerekli mekanizmayı sunmalıdır. Sosyal sistem bu soruna karşı geri çekilme mekanizmasını kullanarak cevap verir (Lynott ve Lynott, 1996: 751).

Diğer taraftan, geri çekilme kuramcıları bununla bireylerin uyum ve yaşam doyumları ile ilgilenmekteydiler. Geri çekilme ileri yaşlarda başarılı yaşlanmanın bir göstergesi olarak görülmekteydi. (Lynott ve Lynott, 1996: 751). Havighurst, geri çekilmenin bazı açılardan gelişimsel bir süreç olduğunu söylemiştir (Maddox, 1964: 81). Bu durumda yaşlı birey, ancak yaşlılıkla birlikte toplumsal ve psikolojik bağlarının giderek azalmasını zihinsel olarak kabul eder (Cumming ve Henry, 1961'den akt: Emiroğlu, 1995: 27) ve rollerini yavaş yavaş bırakırsa yaşlılığa uyum sağlar (Canatan, 2015: 368), kişisel doyum elde eder (Akçay, 2011: 40) ve başarılı bir şekilde yaşlanır. Kuram, mutluluğu aktif bir yaşamın ardından gelen pasiflik ile açıklar (Maddox, 1964: 83). Gençlik yıllarında çalışan ve yorulan yaşlı, yaşlandığında dinlenme ihtiyacı hisseder (Tufan, 2016: 149).

Geri çekilmeyi etkileyen unsurlardan birisi olarak, Cumming daha sonraki bir makalesinde (1971) yapılan işi göstermiştir. Toplumun önemli alanlarını etkileyen rolleri olan veya ender, kıymetli yetenekleri olan kişiler, daha az angaje olmuş kişilere göre daha uzun süre angaje kalırlar. Çünkü, büyük kararları şekillendiren değerler günlük normlardan daha yavaş değişirler ve bu değerler tarafından bilinçli bir şekilde sarılmış olan kişiler yaşlandığında onların devamlılığını sembolize edebilirler (Cumming, 1971: 9). Benzer olarak yine Cumming, bireyin topluma dahil olma durumuna göre geri çekilmenin etkilendiğini iddia etmiştir. Cumming'e göre dahil olmakta (engagement) çeşitli türler vardır. Toplumun geri kalanı üzerinde çok az nüfuz kullanan sosyal sistemlere *geniş şekilde* dahil olmak ve geniş bir insan kitlesini etkileyecek olan politika yapma gibi roller almayı gerektiren *derince* dahil olmak mümkündür. Meşhur bir bilim adamı, şair veya yurtsever olma yoluyla *sembolik* şekilde dahil olmak da mümkündür (Cumming, 1971: 4).

Kuram ortaya atıldıktan sonra, araştırmacılar tarafından kuramı destekleyecek çalışmalardan ziyade kurama eleştirilerin yapıldığı görülmektedir. Birçok araştırmacı, yaptıkları deneysel çalışmalar ile geri çekilme kuramını sınamaya çalışmışlardır. Ancak deneysel çalışmalar, geri çekilme kuramını çok az destekler niteliktedir. Achenbaum ve Bengston (1994: 760)'a göre, başlangıçtaki etkisi göz önünde tutulursa, "geri çekilme

tartışması” temel sorunları tamamen çözümlenmeden önce ortadan kalkmıştır. Mevcut kanıtlar, birçok yaşlının ana yetişkinlik rollerini kaybederken –erkek için iş, kadın için çocuk bakımı- bu kayıpların zorunlu olarak diğer sosyal ilişkilerden geri çekilmek anlamına gelmediğini iddia etmektedir (Youmans, 1969: 255). Geri çekilme ile yaşam doyumu arasında da mevcut literatür tarandığında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu ilişki ile ilgili tartışma “Yaşam Doyumu” bölümünde ele alınacaktır.

Kuramdaki en önemli ve tartışmalı önermelerden birisi geri çekilmenin evrensel olduğu iddiasıdır. Bunun anlamı, geri çekilme her yerde ve tarihin her döneminde meydana gelir şeklindedir (Hochschild, 1975: 555). Kuram, sürecin sadece belli bir grup veya toplum ile sınırlandırılmaması gerektiğini söylemesine rağmen, çelişkili olarak Cumming ve Henry Amerikan kültüründeki başarı mücadelesi ve geleceğe yönelimli olmanın, toplumu yaşlılığa karşı olumsuz hale getirdiği ve geri çekilmeyi desteklediğini ifade etmişlerdir (Rose, 1965: 361). Kuramın bu iddiasından dolayı, yaşamdan geri çekilmenin sadece belli bir kültür üzerinde analiz edildiği ve bunun başka ülkelere veya kültürlere uymayacağı eleştirilen noktalardan birisi olmuştur (Akçay, 2011: 2016). Kuramın ortaya atıldığı Amerika’daki yaşlıların çoğu yetişkin rollerini kaybetmeye meyillidirler. Fakat bu durum sadece Amerikan kültürünün bir gerçeğidir, her zaman evrensel değildir. Amerikan kültürü yaşlıya daha az değer atfeder, yani genç merkezli bir toplumdur. Başka bir çok toplum ise yaşlıya daha fazla değer ve prestij atfetmekte, onları yetişkin rollerinden çekmemektedir (Rose, 1965: 363).

Amerikan toplum yapısının özellikleri göz önünde bulundurularak daha çok kavramsallaştırma yapıldığı, kurama dair açıklamalardan anlaşılmaktadır. Youmans (1969: 256) geri çekilme mekanizmasını anlatırken, Amerikan toplum yapısında var olan özellikten yola çıkarak bunu ifade etmektedir. Youmans, geri çekilme mekanizması ile birlikte, kişinin henüz yaşlılıktan önceki yaşamında toplumun başarı için yaptığı baskının ortadan kalktığını ve yaşlılıkta, sosyal beklentilerin ve sosyal desteklerin yaşlı bireylerin yeteneklerinin altına hızla düştüğünü söylemektedir. Sonuçta yaşlı bireyin tipik olarak Amerika’da rolsüz rolü oynaması beklenir (Youmans, 1969: 256). Yine aynı durum Cumming’in (1971) kuram ile ilgili yazdığı başka bir makalede de göze çarpmaktadır. Cumming’e göre, modern toplumun örgütlenmesi, güçlü roller için mücadelenin başarıya dayalı olmasını gerektirir. Bu mücadeleler gençler lehinedir,

çünkü onların bilgileri daha yenidir. Ayrıca, gençlerin güçlü rollere olan baskıları, yaşlı bireylerin o rollerden çekilerek gençlere yer vermelerini gerektirir. Genç kişi yaşlıdan geri çekilir çünkü geçmişin onlar için gerçeklik payı azdır. Yaşlıları sadece çeperde düşünürler. Böylece, yaşlılara lütf ile yaklaşırlar veya utanmadan dolayı hiç yaklaşmazlar. Nesiller arasındaki bu fark gelecek yönelimli bir toplumun ürünüdür (Cumming, 1971: 10-11). Yaşlılıktaki değişimin faili olarak önceki düşüncelerden farklı olarak toplum yapısının etkili olduğunu belirtmesi bu kuramın farklı bakış açısı olarak görülebilir. Buradan yola çıkarak, farklı toplum yapılarında yaşlılıktaki dönüşümün durumun nasıl olduğunun ortaya konması gerekir.

Kuramın geçerli olmayabileceğinin görülmesi açısından toplumsal değişimleri de göz önünde bulundurmak gerekir. Kuramın geliştirildiği dönemdeki yaşlı nüfusun yaşam standartları ve toplumsal koşulların zaman içerisinde değiştiğini yapılmış araştırmalar ile görmek mümkündür. Bu durumu ilk defa ele alan Rose, toplumda meydana gelecek olan değişimlerin, yaşlıların uyumları ve geri çekilmeleri üzerinde de etkili olabileceğini ifade etmiştir. Bu nedenle, toplumsal değişimin bazı yönlerinin ele alınması gerektiğini söylemiştir. Aşağıda, Rose'un yaşlıların toplumsal değişimlerin hangi yönlerinden etkilenebileceğine dair iddiaları verilmiştir. Toplumdaki değişimlerin yaşlılar üzerindeki etkileri şöyle düşünülebilir (Rose, 1965:364):

1. Modern bilim ve sağlıktaki değişimler 65 üstünde olup iyi bir sağlık ve fiziksel özelliklere sahip olan yaşlıların oranını artıracaktır. Zindeliğin kaybedilmesi bir çok yaşlı için geri çekilmede önemli bir faktör olabilir. Eğer bu faktör ortadan kaldırılabılırsa, en azından geri çekilmenin motivasyonu ortadan kalkabilir.
2. Yaşlılar ekonomik olarak daha iyi olanaklara sahip olmaya başlamışlardır. Eğer yaşlı bireylerin harcayacakları daha çok paraları olursa, para gerektiren etkinlikleri sürdürmeye devam etmek isteyebilirler.

Bu iddiayı destekleyecek şekilde, Povlsen ve Larsen (1999: 29)'e göre, mevcut nesillerde, yaşlanan vücuda verilen değer fiziksel etkinlik ile bağlantılıdır. Bir nesil önce bu bağlantı daha azdı. Bu da göstermektedir ki, yaşlı bir beden toplumdaki sosyal, kültürel ve ekonomik değişimlerden etkilenecektir. Bu yazarlar, Danimarka'daki yaşlılar üzerinde yaptıkları çalışmada, Danimarka'da mevcut eğilimin, çeşitli fiziksel etkinlikleri yapmaya doğru kaydığını bulmuşlardır. Danimarka'da yaşayan yaşlıların

spor etkinliklerine katılma oranları artmaktadır. Bazı yaşlılar; uzun koşular, maratonlar, paraşütle atlama gibi etkinliklere katılarak kendilerini tehlikeye atmaktadırlar. Yarışmaya dayalı sporlar yaşlanan atletler için gelişmektedir. Yaşlılar için dünya çapında Olimpiyat oyunları gibi etkinlikler organize edilmektedir.

Pageot (1986: 27) yaptığı çalışmada, Danimarka'da olduğu gibi yaşlı Kanadalıların da son on yılda daha aktif hale geldiklerini göstermiştir. Boş zaman tutumları hem nitelik hem de niceliksel olarak genişlemiştir. Bu durum değişen topluma adaptasyonu göstermektedir. Ayrıca bu durum yaşlılığın durgunluk ile eş anlamlı olduğuna yönelik olan düşünceler ile ters düşmektedir. Pageot 1973 ile 1985 yıllarını gösteren çalışmasında yaşlıların daha pasif boş zaman etkinliklerinden daha aktif boş zaman etkinliklerine kaydıklarını göstermiştir. Yönelim, televizyon izleyen, kitap okuyan yaşlıdan; fitness yapan, bowling oynayan yaşlılara doğru olmuştur.

Geri çekilme kuramına karşı olarak yaşam seyri kavramı insanın yaşlanmasını anlamada nesil ile ilgili fenomenin önemini kabul eder. Şimdiki gençlerin farklı yaşam stilleri yaşlanmanın sosyal psikolojisini anlamada belirgin bir faktördür. Batıdaki her bir genç nesil farklı tarihsel tecrübelerle maruz kalmalarından dolayı önceki nesilden ayrışır (Youmans, 1969: 257). Bu bakış açısına benzer olarak Cravit (2008: 4-14), Amerika ve Avrupa'daki bebek patlaması kuşağını anlattığı kitabında, bu kuşağın yaşlılık ile ilgili algılarımızda farklılık meydana getirdiklerini iddia etmektedir. Bu kuşak daha önce kendi ebeveynlerinin yaşadıkları zorlukları yaşamamışlardır. Bu nedenle şımarık, bencil olarak yetişmiş ve her şeyi mahvetmişlerdir. Bu kuşak sessiz, sakin bir yaşlılığa direnç göstermektedirler. Ekonomik durumlar, teknoloji ve sağlıktaki gelişmeler gibi nedenler bu kuşağın farklı davranmalarına ve çalışmalarına yol açacaktır. Bu kuşak, emeklilik, cinsellik, ileriye yönelik planlama, teknoloji kullanımı, etkinlik gibi konularda yaşlılara yönelik kalıp yargıları kırabilirler. Benzer olarak Giddens (2007: 139-144), post-modern dönemdeki Avrupa'yı anlatırken yaşlılık ile ilgili Geri Çekilme kuramının tersine olacak iddialar öne sürmektedir. Giddens, Amerika'daki 65 ve yaş üstü bireylerin şimdi işlerinde kalmaya devam ettiklerini, yeni kariyerler peşinde koştuklarını söylemektedir. Araştırmalara göre, Amerikalıların yüzde ellisi, yetmişli yaşlarında çalışmaya devam etmeyi istemektedirler. Japonya'da ise, 55-

59 yaşları arasındaki bireylerin %78'i yasal emeklilik yaşı olan 60 yaşından sonra da çalışmayı düşünmektedirler.

Hochschild, Geri Çekilme kuramını yanlışlanamaz olmakla eleştirmiştir. Kansas Şehri Araştırmasında yaşlıların beşte birinin oldukça fazla rolü bulunmaktaydı ve üçte birinden fazlası günlük yaşamda başkaları ile iletişim içerisinde idiler. “Growing Old” kitabında, bu durum ile ilgili, yani bu yaşlıların kurama karşıt bir durum gibi algılanmasını önlemek için dört tane “arka kapı” açıklaması yapılmıştır. Birincisi, geri çekilmemiş olan yaşlılar “başarısız” geri çekilmemişler şeklinde tanımlanmıştır. Son aşamada başarılı olamamışlardır. Bir yaşlı ya başarılı geri çekilmiş veya başarısız geri çekilmiş şeklinde yorumlanır. İkincisi, yaşlı geri çekilmeyene zamanlamayı yanlış yapmış kişi denebilir. Yaşlı geri çekilmeyen kişi biyolojik ve muhtemelen psikolojik bir elit tabakanın bir üyesi olarak tanımlanabilir. Eğer karşı kanıt bu üç kapının herhangi birinden çıkamazsa bu sefer dördüncü bir seçenek olan geri çekilmenin farklı formlarından biri olma örneği bulunmaktadır (Hochschild, 1975: 555). Eğer bu kuram ile ilgili dünyanın herhangi bir yerindeki bir şehirde tekrarlama yapılmış olsaydı ve buranın insanların geri çekilmediği görülseydi, ayrıca şu “bulunacaktı”, bu insanlar ya “zamansız” ya “başarısız geri çekilme” ya da “biyolojik özellikleri” olan bir kabile olacaklardı (Hochschild, 1975: 557).

Rol kaybı da hem literatür hem de yapılan çalışmalar incelendiğinde görülmektedir ki, özellikle erkekler için yaşam kalitesi üzerinde olumsuz etkiye sahiptir (Elwell ve Maltbie-Crannell, 1981: 230). Yani Geri Çekilme kuramının iddia ettiği gibi, rollerdeki azalma olumlu bir iyilik hali ile ilişkili değildir. Lemon vd. (1972)'nin yaptıkları çalışmada rol kaybının fazla olmasının daha düşük yaşam doyumuna yol açacağı sonucuna ulaşmamışlardır. Bu sonuç için birkaç metodolojik sebep öne süren yazarlar, bu sebeplerden birinin seçilen örneklemin üst sınıftan oluşması ve bu örneklemin daha aktif bir yaşam için huzurevine geçmeyi düşünenlerden oluşması olarak söylemektedirler (Lemon vd., 1972: 519).

Başka bir eleştiri noktası ise, geri çekilme kuramının yoksulluk ve hastalık gibi yaşlılığın büyük sorunlarının etkileri ile ilgilenmemiş olmasıdır. Bireyin geri çekilmesinde sadece cinsiyet farklılığına bakılmıştır. (Cumming, 1971: 4). Ayrıca, geri çekilmenin istenilir olduğuna yönelik de eleştiriler bulunmaktadır (Rose, 1965: 363).

1.5. Yaşlılık Dönemi Biyopsikososyal Özellikleri

1.5.1. Psikolojik Özellikler

Yaşlanma ile birlikte birçok psikolojik sorun ortaya çıkmaktadır. Daha çok bireysel boyutta etkiye sahip olan psikolojik bozulmaların sosyal etkileri de bulunmaktadır. Meydana gelen bu değişimlerle birlikte yaşam kalitesinde ve yaşam doyumunda farklılaşma söz konusu olabilmektedir.

Bu değişimlerden biri zihinsel yapıda, yani beyinde meydana gelen farklılaşmadır. Zihinsel yapıda meydana gelen değişim bireyin sosyal yaşantısına da etki etmektedir. Yaşlanma ile birlikte algılamada ve yaratıcı yeteneklerde azalma, dikkatsizlik, düşünme hızında yavaşlama meydana gelebilir. Yaşlı bireyde öğrenme yeteneğindeki azalma ile birlikte hareketlerde de yavaşlama görülebilir. Yavaşlamaların nedeni olarak beyin işlevlerindeki fizyolojik bozukluklar gösterilebileceği gibi yaşlının genel psikolojik durumu yani isteksizlik hali veya öğrenmeye motive olamama gibi faktörler de etkilidir (Barut, 2008: 40). Bununla beraber çoğu araştırma göstermektedir ki beyin sendromlarının bulunmaması halinde dahi motor hızda ve bilgiyi işleme sürecinde yavaşlama meydana gelmektedir. Karşıdan karşıya geçme, sosyal iletişim, araba sürme ve bürokratik işlemleri halletmede yaşanan zorluklar bu durumun örnekleri olarak gösterilebilir (Lawton, 1980: 5). Zihinsel değişimler kişilik yapısında da değişimlere sebep olabilir. Yaşlı bireyler yeni durumlara uyum sağlama, yeni düşünceleri benimseme gibi hususlarda zorluk yaşayabilir ve yeni ilişkilerinde daha seçici olabilirler. Yaşamlarında dinamizmin yerini durağanlık almaya başlar. Çevreye yönelik ilgileri azalırken kendilerine olan ilgileri artabilir (Kalınkara, 2014: 105; Öz, 2002: 20). Buradan hareketle bireyin zihinsel yapısında meydana gelen değişimlerini yaşlının fiziksel yeteneklerinde de değişime yol açarak sosyal yaşantısını etkilediği söylenebilir.

Yaşlı bireyin sosyal yaşamının da beyin ile ilgili sorunlara yol açtığına dair bulgulara rastlanmaktadır. Bu sorunu artıran etmenlerden biri olarak kurum bakımı gösterilebilir. Kurum bakımında olan yaşlıların %58'i, kurum bakımı dışındakilerin %4-8'inin organik beyin sendromlarından kaynaklanan bilişsel bozukluğu vardır. Hafıza kaybı; zaman, yer ve kişiler ile ilgili yönelim bozukluğu; yanlış yargılama; uygun olmayan sosyal davranışlar; kendine bakım ve kendini koruma becerilerinde başarısızlık tipik sendromların içindedir (Lawton, 1980: 5). Ayrıca, düşük seviyedeki boş zaman

etkinlikleri de yine düşük seviyedeki zihinsel sağlık ile ilişkilidir (Everard vd., 2000: 208). Yani yaşlı bireyin yaşadığı zihinsel değişimler ve sosyal çevre ağının karşılıklı etkileşim içerisinde olduğu, bu durumun yaşlı bireyin yaşam doyumunu etkilediği söylenebilir.

Bu iddiayı destekleyecek bulgulara rastlanmaktadır. Örneğin, yaşlılıkta bu gerilemelere bağlı olarak yaşama gücü ve istekleri azalır (Barut, 2008: 40), anksiyete bozuklukları yaygın olarak görülür (Kalenderoğlu vd., 2007: 179). Bununla birlikte depresyon belirtileri de görülür. Bu belirtiler arasında, işe yaramazlık hissi, kendini yük olarak hissetme ve umutsuzluk bulunur. Daha önce çözüme kavuşturulamamış sorunları olan yaşlılar bu sorunları yaşamaya devam edeceklerdir. Yaşlanmanın getirdiği stresle birlikte bu sorunlar daha yoğun olarak yaşanır (Zastrow, 2014: 660). Yaşlı kadınlar arasında depresif belirtiler erkeklere oranla daha fazla görülmektedir. Ayrıca, depresyon belirtileri 65 ve üstü yaştaki bireylerde, gençlere göre daha fazla ve şiddetli olmaktadır (Yarış ve Ayanoglu, 2001: 118). Yaşlılıkta zihinsel gerilemelere bağlı sorunlar ile baş edebilmek için öneriler sunan araştırmacılar bulunmaktadır. Ünalın (1999: 3)'a göre, yaşlıların gönüllü etkinlikler içerisinde olmaları, sosyal çevrelerini ve etkileşimlerini sürdürmeleri, var olan rollerini devam ettirmeye çalışmaları, toplum tarafından kabul ediliyor olduklarını düşünmeleri, öğrenme etkinliklerine katılabilmeleri; bilişsel fonksiyonlarını korumaları anlamına gelir.

Yaşlılık dönemi için yaşam doyumuna etki edebilecek diğer bir genel özellik ise bu dönemde yalnızlığın ortaya çıkmasıdır. Yaşlı insan çoğu kez yalnız insandır. 70 yaş ve üzerindeki yaşlıların çoğu; dul, boşanmış ya da bekârdır. Uzun yıllar boyunca evli kalmış bir yaşlının eşinin ölmesi ile birlikte yaşlı birey için yalnızlığın boyutu artmaktadır (Zastrow, 2014: 660; Dykstra vd., 2005: 725). Eşin ölümü sonrasında çocuklarla olan ilişkiler yeniden düzenlenebilir. Erkeklerin yeniden evlenmesi ile birlikte yeni bir bağlanma unsuru bulmaya çalışırken aile içindeki ilişkilerin de niteliği değişir. Bazı yaşlı dullar ise, çocuklarının yanına ya da huzurevine taşınabilir böylece daha fazla duygusal ve sosyal desteğe ihtiyaç duyabilirler (Yıldız, 2012: 16). Bununla birlikte yalnızlık, sadece “tek başına kalmak” anlamına gelmemektedir. Kalabalık içinde olan bazı yaşlılar dahi kendini yalnız hissedebilmektedir. Bu nedenle yaşlılık döneminde yalnızlık olgusunu; akraba, çocuklar, arkadaşların desteklerinden yoksun

kalmak şeklinde değerlendirebiliriz (Özgür ve Sabbağ, 2014: 36). Hung ve Crompton (2005: 42)'in yaptıkları çalışmada da özellikle toplumsal değişmeye atıfta bulunmaktadır. Araştırmaya göre, yaşlılar geleneksel aile ortamından uzaklaşmaya başlamışlardır. Böylece daha çok yalnız yaşamak zorunda kalmışlardır. Benzer bir sonuç Bölükbaş ve Arslan (2003: 239)'ın 60 yaşlı ile huzurevinde yaptıkları çalışmada görülmüştür. Araştırmanın sonucuna göre, yaşlıların yarısına yakınının herhangi bir ziyaretçisinin gelmediği bu nedenle yalnızlık yaşadıkları bulunmuştur. Bununla birlikte huzurevine yerleşmenin yalnızlığı azaltmadığı (Dykstra vd., 2005: 725) aksine yalnızlığı artırdığı (Yüksel vd., 2016: 73), yaşlıların huzurevinde kalmayı istemedikleri (Özgür ve Sabbağ, 2014: 166) yapılan araştırmalarda ortaya çıkarılmıştır. Fakat işlevsel kapasitenin artması, sosyal ağın genişlemesi (Dykstra vd., 2005: 725), arkadaşlarla ve daha az ölçüde komşularla olan ilişkiler (Lee ve Ishii-Kuntz, 1987: 459) yalnızlığı azaltmaktadır. Fakat ocuklar ve torunlarla olan ilişkiler için böyle bir etkiden söz edilemez (Lee ve Ishii-Kuntz, 1987: 459). Düşük eğitim seviyesi de yine yalnızlığı artıran etmenlerdendir (Yüksel vd., 2016: 73).

Yaşlıların yaşadığı sorunlardan biri de uyku bozukluğudur. Uyku bozukluğu yaşayan yaşlılar yaşamayanlara göre daha fazla psikolojik bozukluk yaşamaktadırlar. Somatizasyon, depresyon ve özellikle aşırı endişelenme uykusuzluk sorunu yaşayan yaşlıların temel özellikleridir (Pallesen vd., 2002: 425).

1.5.2. Sosyal zellikler

Modernleşme ile beraber toplumların yapılarında meydana gelen değişimler ve kentleşmenin artması sonucunda yaşlılık bir sorun haline gelmiştir. Kentleşmenin beraberinde getirdiği değişimler yaşlıların sosyal alanda sorunlar yaşamasına neden olmaktadır.

Geleneksel dönemde bilge olarak kabul edilen yaşlılar, modern dönemde yerini bilgiye, teknolojiye kolaylıkla gençlere bırakmıştır. Bunun sonucunda yaşlılar sosyal yaşamdan çekilmeye başlamışlardır. Geleneksel dönemde değer olarak görülen ve sayęı gösterilen yaşlılar, modern dönemde sorun olarak görülen bireylere dönüşmüşlerdir (Ceylan, 2015: 49). Kurt (2008: 166), Sivas'ta yaptığı çalışmada, yaşlıların yaşları ilerledikçe, aile içi statülerinde, kendilerine verilen önem, sayęınlık ve kararlara katılım noktalarından geriledikleri sonucuna ulaşmıştır. Teknolojik gelişmelerin, toplum yapısı ve yaşam

biçimini değiştirmesiyle birlikte, yaşlının sorumluluk, gc ve rolleri de değişmiştir. Modernleşme ile birlikte bireyselleşme artarak, akrabalık bağları da zayıflamıştır. Buradan hareketle, yaşamın her dönemi için gerekli olan sevgi ve ilgi yaşlılık döneminde de bireylere gösterilmediği takdirde yaşlılarda yalnızlık ve depresyon görülme ihtimali artmaktadır (z, 2002: 20).

Modern dönemde yaşlı bireyleri etkileyebilecek olan yaşam olaylarından birisi de emeklilik dönemidir (Akçay, 2011: 210). Çalışma hayatının sona ermesi ile başlayan bu dönem, yaşlı bireyler için eski sosyal çevresinden ve ilişkilerinden soyutlanarak yalnızlaşma anlamına gelmektedir (Danış, 2009a: 74). Tarihsel bir geçmişi olmayan emeklilik ağdaş toplum tarafından üretilmiştir. Emeklilik dönemi ile birlikte, bireylerin amaç ve istekleri de değişir. Bedensel değişimler, statü ve rol değişimi, toplum yaşantısına etkin katılım ve aile içindeki uyum sorunları emekli olan bireyi etkileyebilmektedir. Yaşlı birey artık yeni roller ve statüler kazanır (Karataş, 2000: 158). Arpacı (2014)'nin yaptığı çalışmaya göre, yaşlılar için emekliliğin anlamı işe yaramazlık, maddi sıkıntı, yeni bir yaşam ve özgürlük anlamına gelmektedir (Arpacı, 2014: 83). Geri ekilme ve etkinlik kuramları çerçevesinde düşünüldüğünde, emeklilik döneminin daha durgun bir yaşama yol açtığı için yaşam doyumunu da etkilediği söylenebilir. Bu nedenle yaşlılığın yaşam doyumunu olumsuz yönde etkilememesi için emeklilikle başa çıkma yöntemleri önerilmektedir. Yapılan araştırmalar yaşlı bireylerin emeklilik dönemlerini daha çok pasif etkinliklerde geçirdikleri, fakat emeklilikle başa çıkma pasif olmayan etkinlik türlerinin kullanılması gerektiği ve bunun yaşam doyumunu olumlu etkilediği yndedir. Söz konusu araştırmaların sonuçları aşağıdaki gibidir.

Yaşlı bireyler için emeklilikle başa çıkma yöntemi ve emeklilik döneminde yapılan etkinlikler çeşitli araştırmalarda incelenmiştir. şirinkan vd. (2010: 48)'nin Erzurum'da emekli yaşlılar üzerine yaptıkları çalışmanın sonucuna göre; bireylerin çoğunluğu emekliliğe bağlı olarak meydana gelen serbest zamanlarını daha çok pasif şekilde geçirmektedirler. Hem erkek hem kadın katılımcıların yarısı günün çoğunu televizyon izleyerek geçirdiklerini belirtmişlerdir. Grove vd. (1997: 191) benzer olarak emeklilikle başa çıkma için yaşlıların başvurdukları başa çıkma yöntemlerini kabul, olumlu yorumlama, planlama ve etkin başa çıkma olarak bulmuşlardır. Ancak, yaşlı bireylerde

sporcu bir kişilik yapısının olmasının bireyler için emeklilik ile başa çıkmada ve duygusal, sosyal uyumda etkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Fiziksel ve psikolojik sağlık açısından emekliliğe bakıldığında, aynı yaşta olup çalışan yaşlılara göre emekli olanların daha fazla fiziksel ve psikolojik sorunlar yaşadığı görülmektedir (Bosse vd., 1987: 383). Emeklilik ile birlikte yaşam doyumu incelendiğinde, yüksek sosyo ekonomik seviyesi olanlar, evli olanlar, sağlık açısından iyi durumda olanların bu süreçte yaşam doyumlarının önceki yaşamlarına göre pek değişmediği görülmektedir (Pinquart ve Schindler, 2007: 453). Buradan hareketle, emeklilik döneminde yaşlı bireylerin daha çok durgun bir yaşam sürdürdükleri fakat etkinlik kuramının iddia ettiği gibi, yüksek bir yaşam doyumu için emeklilik döneminde daha aktif bir yaşamın sürdürülmesi gerektiği söylenebilir.

Yaşlı bireyler için yaşam doyumuna etki edebilecek sosyal özelliklerden birisi de sosyal destek sistemleridir. Yaşlılar çocuklarını büyütmiş ve evlendirmişlerdir. Onlar için artık anne babalık rolü bitmiş ve büyükannelik, büyükbabalık rolü başlamıştır (İlgar, 2008: 67). Bu aşamadan sonra yaşlılar artık çocuklarından veya yakınlarından gelecek ilgiyi beklemektedirler. Görgün-Baran (1996: 56)'ın huzurevinde yaptığı çalışma bunu desteklemektedir. Araştırmanın sonucuna göre, yaşlıların memnuniyeti yakınlarının kendilerini ziyaret etmeleri ile artmaktadır. Bununla beraber kurumdan ziyade çocuklarının kendilerine bakmalarını istemeleri de bu gerçeği daha güçlü kılmaktadır. Liu ve Guo (2008: 823), Çin'de boş yuva dönemindeki yaşlılarla yaptıkları çalışmada benzer sonuca ulaşmışlardır. Araştırmaya göre, boş yuva döneminde olan yani yakın sosyal desteğini kaybetmiş olan yaşlıların zihinsel sorun yaşama ve yaşamlarından doyum almama ihtimalleri artmaktadır. Ayrıca, çocukları ile olan ilişkilerinin ve sosyal desteklerinin güçlü olması, yaşlı bireylerin yaşam doyumunu olumlu yönde etkilemektedir.

Yaşlı bireyler için toplum tarafından dışlanmak, toplum içerisinde kısıtlanmak ve etiketlenmek de yaşam kalitesi açısından etkili olabilmektedir. Toplum engellilere, hastalara, eşcinsellere yaklaştığı gibi yaşlıları da ilk göze çarpan özellikleri olan yaşlarına göre etiketlerler. Şahin (2016: 93)'e göre, yaşlı bireyler; toplum tarafından geçimsiz, uyumsuz kişiler olarak tanımlanırlar. Toplum, ayrıca yaşlıyı ikinci sınıf birey şeklinde etiketler. Yaşlılıkla beraber ortaya çıkan ekonomik, sosyal, fiziksel ilişkiler

noktasından zayıfladığı için, yaşlılara ikinci sınıf vatandaş şeklinde muamele edilmektedir (Küçükkaraca, 2000: 113). Şanlı ve Tokyürek (2001: 316)'in yaptıkları araştırma bu veriyi desteklemektedir. Yaşlıların gençlerden neler beklediğini ortaya koyan bu çalışmanın sonucuna göre, erkek yaşlıların %96,07'si, kadınların ise %95,27'si gençlerden yaşlılara karşı saygı beklemektedirler.

Bununla birlikte birey yaşlandıkça kazanım ve fırsatlardan ziyade daha çok kısıtlanma ile karşı karşıya kalır (Freund ve Baltes, 1998: 541). Ayrıca yaşlılar, daha az rol ve sorumluluk üstlenirler. Daha önce kendisi ve başkaları için kararlar alıp belirleyici bir rol üstlenirken artık yaşlı birey daha az sorumluluk daha çok boş zaman sahibidir (İlgar, 2008: 63). Daha az sorumluluklarının olması onlar için istediklerini yapmak ve daha fazla üretmek açısından fırsat olarak değerlendirilebilir. Fakat toplumun artık yaşlılara ihtiyaç duymaması, toplumda istenmemeleri gibi nedenlerle yaşlılar kendilerini dışlanmış hisseder ve toplumun dışına çekilirler (Özgür ve Sabbağ, 2014: 40). Hatta artık toplum daha önce yapmadığı bir şey için cezalandırdığı yaşlıyı artık hoş görmektedir (İlgar, 2008: 66). Bu kısıtlanma, yaşam kalitesini etkilemesi noktasından bireyin günlük yaşantısında da kendini göstermektedir. Günlük yaşam aktivitelerinde bağımsız olan yaşlıların yaşam kaliteleri daha yüksek olmakta ve daha düşük depresyon riski yaşamaktadırlar (Ülgen, 2012: 72).

Yaşlılar için yaşamlarına etki edebilecek başka bir sosyal özellik onların sosyal uyum sorunlarıdır. Yaşlı bireylerin sosyal uyumları gençlere göre farklılık göstermektedir. Sosyal uyumun yani sosyalleşmenin sağlanması bireyin, toplum normlarını kabul etmesi ve içselleştirmesi ile mümkündür. Bu da bireyin kendi isteğini gerektirir. Yani etkin bir ilişki davranışı içinde bulunmak, bir anlamda etkin bir yaşam sürmeyi beraberinde getirecek sosyal uyum kolaylaşacaktır. Buradan hareketle yaşlı birey kendisi bir çaba göstermezse sosyal uyum konusunda sorun yaşayacaktır. Fakat aksi durumda ise sosyal uyumu kolaylaşacaktır. Sosyal uyum sorunu genellikle kent yaşamı ve çekirdek aile içerisinde daha fazla hissedilmektedir. Kırsal alanlarda daha homojen bir yapının var olması sosyal uyumu kolay hale getirirken (Görgün-Baran, 2000: 76), kent planlaması ise yaşlıların sosyal izolasyonuna neden olmaktadır (Kalınkara, 2000: 86). Bununla birlikte yaşlının artık söz sahibi olmaması, "son mercii" (Er, 2009: 141) olmaktan çıkması fonksiyonel bir yaşam sürmesini engellemektedir. Çünkü yaşlı

bireyin genç kuşaklar üzerindeki etkisi devam ettikçe uyumlu bir sosyal yaşamları olacaktır (Pekcan, 2000: 51).

Yaşlı bireylerde gençlere göre sosyal katılım zayıflamaktadır. Yaşlıların başkalarıyla geçirdikleri zaman yine gençlere nispeten azalmaktadır. Bu sonuç, yaşlılarla ilgili kuramlardan geri çekilmeyi desteklerken, süreklilik gibi kuramlara ters düşmektedir. Aynı zamanda sonuçlar, yaşlılar ve gençlerin farklı etkinlikler yaptıkları düşüncesini de desteklemektedir. Yaşlı bireylerin daha fazla serbest zamanları olmasına rağmen, bu zamanı yalnız yapılan etkinlikler için kullanmaya meyillidirler (Marcum, 2012: 631). Düşük yaşam şartları da; güvenli olmayan barınma ve gıda, düşük sosyal katılım yaşlının başarılı yaşlanması üzerinde etkilidir (Moynahan, 2015).

1.5.3. Biyolojik Özellikler

Yaşlıların yaşantılarına etki edebilecek diğer bir kategori ise onların biyolojik özellikleridir. Yaşlanma; molekül, hücre, doku, organ ve sistemler düzeyinde meydana gelen, geri dönüşü olmayan, yapısal ve fonksiyonel değişimlerdir (Hablemitoğlu ve Özmete, 2010: 16). Bu nedenle yaşlanma ile birlikte, yaşlı bireylerde gençlere göre duyu organları, nörolojik sistem, kalp sistemi, kas iskelet sistemi, solunum sistemi, uyku ve iç organlarda farklılık oluşmaya başlar. Yaş ilerledikçe yaşlıların eve bağımlı hale gelmeleri, daha pasif ve hareketsiz bir yaşam sürdürmeye başlamaları ile birlikte fizyolojik değişimlerin yanında çeşitli hastalıklar da meydana gelir (Özgür ve Sabbağ, 2014: 163) ve bu rahatsızlıklar yaşlı bireylerin bütçe harcamalarında genellikle en büyük yeri almaktadır (Yıldırım ve Şahin, 2015: 60). Bununla birlikte yaşlanma ile birlikte hastalıkların bu sürecin kaçınılmaz bir parçası olduğuna dair algılar, daha sağlıklı bir yaşamın edinilmesi ile zayıflamaktadır (Giddens, 2007: 141).

Bazı biyolojik faaliyetler yaş ilerledikçe pek değişmemekle birlikte (Saygılı, 2015: 128) ileri yaştaki bir yaşlının boyunda kısalma, kiloda azalma, solunum işlevinde yavaşlama görülebilir. Burun ve kulaklar büyümüş olur, çabuk yorulma, çabuk üşüme belirtileri görülebilir (Sevil, 2005: 14). Bununla birlikte yaşlılarda kötü beslenme, uyku bozuklukları, deliryum, bası yaraları (Gökçe-Kutsal ve Eyigör, 2012: 48), diyabet, süregen akciğer (Keskinoğlu, 2012: 75) gibi kronik hastalıkların sıklığı artış gösterir (Beğler ve Yavuzer, 2012: 3). Savunma mekanizmasının zayıflaması fizyolojik işlevlerde azalma, vücut bileşimindeki değişiklikler yaşlıların çevresel etkileşime

duyarlılığını artırmaktadır (Çamur ve Acar-Vaizoğlu, 2012: 31). Bu nedenle, hastalıklara karşı vücut direnci azaldığından tehlikeli hastalıklara daha çabuk yakalanabilirler (Bilen, 2009: 236). Örneğin yaşlılar iklim değişikliği ve küresel ısınmadan dolayı meydana gelen hava değişimlerinden en çok etkilenen ve ölümlerin en çok olduğu gruptur (Çamur ve Acar-Vaizoğlu, 2012: 31). Ayrıca, fiziksel etkinliklerin öneminin yeterince anlaşılabilmesi ve daha hareketsiz bir yaşam tarzının benimsenmesi de yaşlılar arasında kalp-damar hastalıkları, hipertansiyon, kemik erimesi gibi hastalıkları artırmaktadır (Balcı, 2012: 42). Bunun aksine olarak; araçsal, sosyal ve yüksek düzeydeki boş zaman etkinliklerinin ise yüksek fiziksel sağlık ile ilişkili olduğu görülmüştür (Everard vd., 2000: S208).

Yaşlılıkla birlikte gözle görülen ilk farklılık derideki değişimlerdir. Derinin yapısında değişikliklerle beraber yara iyileşme hızında, ısı düzenlenmesinde azalma ve yavaşlama görülür. Deriye renk veren hücrelerde azalma olmasından dolayı deride kahverengi lekeler görülür, deri soluk bir görünüm alır. Ter bezi sayısı azalır bu nedenle terleme de azalır. Yağ bezlerinin yağ üretme kapasitesi azalır fakat yağ bezlerinin büyüklüğü artar. Bu nedenle yüzde küçük kabartılar görülebilir (Karadeniz ve Dedeli, 2008: 20).

Yaşlanma ile birlikte gözde ve işitme sisteminde de farklılıklar oluşmaya başlar. Yakın objeler üzerinde odaklanmada yetersizlik ve ışığa uyumda azalma olur. Görme keskinliğinde de azalma yaşanır. Bununla birlikte göz kuruluğu da meydana gelir (Karadeniz ve Dedeli, 2008: 22). Görme fonksiyonunda azalmanın meydana gelmesi yaşlı bireyin yaşam kalitesini de olumsuz yönde etkilemekte (Brenner vd., 1993: 685) ve görme kaybı yaşayan yaşlılar işitme kaybı yaşayan yaşlılara oranla daha fazla sağlık, etkinlikler ve sosyal rollerde uyumsuzluk yaşamaktadırlar. (Crews ve Campbell, 2004: 823). Yaşlılıkta işitme merkezi ve iletiyi sağlayan sinirlerin fonksiyon kaybı nedeniyle, işitme duyusu da gün geçtikçe azalır (Karadeniz ve Dedeli, 2008: 22). Bu nedenle işitme duyusundaki hassasiyet çoğu bireyde yaş ilerledikçe azalmaktadır (Marshall, 1981: 236). İşitme duyusunda azalmanın psikososyal sonuçları ve iletişim üzerinde etkileri bulunmaktadır (Weinstein ve Ventry, 1982: 598).

Yaşlanma ile kemik, kıkırdak ve kas dokusunda hem miktar hem de nitelik yönünden değişimler meydana gelir (Karadeniz ve Dedeli, 2008: 23). Beslenmeye bağlı bozukluklarla birlikte kemik erimesi de görülebilir (Yertutan, 1991: 3). Yaşlı bireylerde

kötü beslenme akut hastalıklar ve diş kayıpları ile artış gösterir. Kötü beslenme ve akut hastalıklar arasındaki bu kısır döngü önemli bir ölüm sebebidir (Aslan, 2012: 37). Yaşlılıkta beyin ağırlığında azalma ve belli bölgelerde hücrelerin sayısında azalma meydana gelir. Bellek zayıflar, reflekslerde yavaşlama ve uyarılara zamanında tepki vermede zorluk yaşanır (Karadeniz ve Dedeli, 2008: 26). Kalp sisteminin yaşlanması basamaklı bir şekilde ilerler. Belirtiler ileri yaşlarda kendini belli eder (Kahveci, 2015: 168). İleri yaşlarda kalp, kan pompalama görevini yerine getirmede zorlanır. Kalpteki yağ dokusu artar (Karadeniz ve Dedeli, 2008: 26). Kalp sistemi, yaşamın uzunluğu ve kalitesini belirlemesinden dolayı hayati öneme sahiptir (Kahveci, 2015: 168).

Vücudun iç bölgesinde de yaşlanma ile birlikte değişimler oluşur. Örneğin, böbreklerin işleyişindeki değişim genel rastlanan sorunlardan biridir. Böbreklerin işlevi yaşlanma ile birlikte genel olarak azalır. Normal metabolizmanın ürünü olan kreatinin böbreklerce dışarı atılması böbreklerin işleyişini anlamada iyi bir ölçüttür. Kreatinin maddesinin atılmasında 20 ile 90 yaş arasında %35 düşüş görülür. Ayrıca böbreklerin salgı işlevi için önemli olan böbreklere kan pompalanması da yaş ile birlikte düşmektedir (Vestal, 1980: 5). Ayrıca, mesanenin işleyişinde de sorunlar oluşmaktadır, bu durum yaşlı erkeklerde prostata neden olurken kadınlarda ise idrar kaçırma sorununa yol açabilmektedir (Lymbery, 2005: 18).

Özgür ve Sabbağ (2014: 162)'ın kırsal alanda yaptıkları yaşlılık araştırmasında yaşlıların en sık karşılaştıkları rahatsızlıklar olarak; kas, kemik ve eklem hastalıkları, hipertansiyon ve kalp damar hastalıkları olduğunu bulmuşlardır. Yaşamın durağan olması ve dengesiz beslenme faktörleri bu hastalıkların oluşmasına etki etmektedir. Yaş ilerledikçe yaşlıların ihtiyaçları yakınları tarafından karşılanmaktadır. Erken yaşlılık döneminde bulunan yaşlılar ise ihtiyaçlarını kendileri karşılayabilmektedirler. Bu durum ise ileri yaşlılık döneminde daha fazla hastalık riski oluşturmaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM: YAŞLILIK VE YAŞAM DOYUMU

2.1. Yaşam Doymu Kapsamı ve İçeriği

Yaşam doymu ilk olarak 1961 yılında ortaya atılmış bir kavramdır. İlk olarak Neugarten vd. (1961: 296) tarafından kullanılan yaşam doymu kavramı ile ilgili literatür incelendiğinde farklı sınıflandırmaların mevcut olduğu görülmektedir.

Yaşam doymu kavramı öznel iyilik hali (subjective well-being) içerisinde değerlendirilmektedir. İyilik halini gösteren unsurlar nesnel ve öznel olmak üzere ikiye ayrılır. Mali hesaplamalar, doğum ve ölüm oranları, ücretler ve maaşlar, kimyasal kirliliğin boyutları (Andrews ve Withey, 1976: 5), boşanma oranları, suç oranları, barınma kalitesi, gelir seviyeleri ve sağlık imkânlarına ulaşma (Tabuk, 2009: 28) gibi unsurlar nesnel yaşam kalitesini göstermektedir. Öznel iyilik halinin bileşenleri ise mutluluk, moral, duygulanım ve yaşam doymudur (Andrews ve Withey, 1976: 5).

Yaşam doymu ile ilgili literatürde sıklıkla kullanılan mutluluk, iyilik hali ve yaşam doymu kavramlarını birbirinin yerine kullanan çalışmalar da bulunmaktadır. Yaşam doymu ile mutluluk ve iyilik halini farklı gören araştırmacılar olduğu gibi, üç kavramı birbirine benzer görenler de bulunmaktadır. Bunu desteklemek için ortaya atılan argüman, yaşam doymunun yüksek çıkması, mutluluk ve iyilik halinin de yüksek olduğunu gösteren çalışmalardır (Dockery, 2003).

Bilişsel, yargısal bir sürece işaret eden yaşam doymu (Diener vd., 1985: 71), bu çalışmada öznel iyilik halinin bir bileşeni olarak kabul edilecektir. Westerhorf vd. (2001) benzer şekilde, yaptıkları literatür taramasında, yaşam doymu kavramının başarılı yaşlanmanın işlevsel hale getirilmesi için kullanıldığını, ayrıca iyilik halinin bilişsel bileşeni olarak da kullanıldığını görmüşlerdir. Aynı yazarlar, yaşam doymunun bu kapsamda ele alınmasının daha olumlu olduğunu belirtmektedirler. Yaşam doymunu belirlemede ölçüt olan doymu yargıları, kişinin kendi koşulları ile olması gerektiğini düşündüğü uygun standartlar arasındaki bir karşılaştırmaya dayanır (Diener vd., 1985: 71). Yaşam doymu, bireyin bütün yaşamı ve yaşamının çeşitli boyutlarını kapsar. Yaşam doymu ile bireyin yaşamının bir bölümü veya belirgin bir olay karşısındaki yargılar değil, bütün yaşamındaki doymu kastedilir (Özer ve Karabulut, 2003). Neugarten vd. (1961: 301), yaşam doymunu tanımlamak için kullandıkları

bileşenleri belirlemişlerdir. Buna göre; günlük yaşam etkinliklerinden keyif almak, yaşamını anlamlı görmek ve geçmiş yaşantısını tereddütsüz kabul etmek, en önemli amaçlarını yerine getirebildiği için başarılı olduğunu düşünmek, benliğiyle ilgili olumlu bir yargısı olmak ve mutlu ve iyimser bir tutum içerisinde olmak yaşam doyumunun bileşenleridir.

2.2. Etkinlik Kuramının Yaşam Doyumu Açısından İncelenmesi

Etkinlik Kuramı, temelde yaşam doyumu, mutluluk gibi kavramlarla ilişkilidir. Kuram ile ilgili yapılan çalışmalarda daha çok bu kavramlar üzerinde durulmuştur. Kuramın öne sürdüğü iddialar çeşitli yazarlarca araştırılmıştır. Bunlara sırasıyla aşağıda değinilecektir.

İlk olarak Etkinlik Kuramı, toplumun yaşlıyı sosyal yaşamın dışına ittiğini kabul eder. Fakat Geri Çekilme Kuramının aksine olarak yaşlının bunu istemediğini iddia eder. Bu iddiayı Kaygusuz (2008) şu örnekle desteklemektedir. Örneğin yaşlıların toplum içerisinde eğlenceden uzak kalmaya çalıştıkları gözlenmektedir. Genel olarak yaşlılar eğlencenin gençler için olduğunu kendileri için uygun olmadığını düşünürler. Yaşlıların eğlence koşulları nedeniyle, uzun süreli eğlencelere dayanamayacaklarını söylemek mümkündür. Ancak, bunların aksine olarak yaşlıların kendi bedensel koşullarına uygun olan etkinlik veya eğlencelerden hoşlandıkları da gözlenmektedir. Hatta uygun koşulların sağlanması durumunda gençlerden daha iyi iş çıkardıkları da olası durumlardandır (Kaygusuz, 2008: 234). Bundan dolayı gerontologların yaşlılar için yeni roller, zorunluluklar geliştirme çabaları bu kuramda uygulamaya geçirilir. Bu çabalardan bazıları rekreasyon çalışmaları, gezi programları, emekli derneği grupları ve yaşlı merkezleridir (Canatan, 2015: 369).

Kuram, temelde yaşlılıkta yaşam doyumunun etkinlik düzeyi ile ilgili olduğunu öne sürmektedir. Fakat daha önce değinildiği gibi, yaşlıların gençler kadar etkin bir yaşam sürmesi, kuram tarafından öne sürülen bir durum değildir. Kuramın öne sürdüğü etkinlik seviyesi, optimal düzeydeki bir etkinliktir. Yani, yapabileceği kadarıyla bir yaşlının etkin kalmasıdır. Etkinlik seviyesinin yaşlıların yaşam doyumuna pozitif yönde etki ettiğine dair, kuramı destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Geri çekilme kuramından ziyade etkinlik kuramı daha çok destek görmüş ve hipotezlerinin doğru olduğu kanıtlanmıştır.

Havighurst vd. (1964: 286)'nin araştırmalarının sonucuna göre, etkinlik düzeyi azaldıkça, yaşlıların mevcut etkinlik durumları ile ilgili hoşnutlukları da azalmaktadır. Çalışmada yüksek etkinlik ile yüksek yaşam doyumunu; düşük etkinlik ile düşük yaşam doyumunu yüksek ilişkili çıkmıştır. Bununla birlikte çalışmaları geri çekilme kuramını da desteklemektedir. Greli olarak etkin olmalarına rağmen bazı yaşlılar sorumluluklarından uzak kalmak istemekte, bazı yaşlılar da daha durgun bir hayat istemektedirler. Artan yaş ile birlikte genel sosyal rollerde azalma olmasına rağmen aktif kalan bazı yaşlılar yüksek bir doyum seviyesi göstermektedir. En aktif olan yaşlılar daha mutlu olmalıdırlar. Fakat bu kuralın dışında kalan bir çok istisna da bulunmaktadır (Havighurst, 1968: 21). Başka bir çalışmada, yaşlının sosyal etkinliklere katılım sıklığının daha yüksek bir yaşam doyumuna yol açtığı bulunmuştur (Johnson vd., 2014: 147). Benzer olarak Daniş (2009b: 187), yaşlıların yaşam kalitesini ölçtüğü çalışmasının sonucunda, sosyal etkinliklere katılan yaşlıların yaşam kalitesi puanlarının katılmayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Günlük yaşam etkinlikleri ile serbest zaman için ayrılan sürenin fazla olmasının da yaşam doyumunu ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Ertekin vd. (2016: 48)'in huzurevinde yaptıkları araştırmanın sonucuna göre günlük yaşam etkinlikleri yapıldıkça, öz bakım puanları artmakta, öz bakım gücü arttııkça yaşam doyumunu da artmaktadır. Yine aynı araştırmaya göre, yaşlı bireyler etkinliklerini yerine getirdikleri oranda kendilerini gcl hissetmekte böylece yaşam doyumları artmaktadır. Bu araştırmadan farklı olarak Smith vd. (1986: 278), serbest zaman için ayrılan sürenin fazlalığının; günlük yaşam görevleri ve dinlenmeye ayrılan zamandan daha fazla şekilde yüksek yaşam doyumunu ile ilgili olduğunu bulmuşlardır. Her iki araştırma birlikte düşünüldüğünde, serbest zaman etkinliklerinin, günlük yaşam etkinliklerinden daha fazla yaşam doyumunu ile ilişkili olduğu söylenebilir. Bununla birlikte her iki etkinlik türü de yaşam doyumunu etkilemektedir. Yani etkinliğin türü fark etmeksizin yaşam doyumunu üzerinde etkinlik pozitif yönde etkilidir. Markides ve Martin (1979: 86) etkinliklere katılımın yaşam doyumunu için en gcl yordayıcı olduğunu belirtmişlerdir. Yani etkinlik azaldıkça yaşam doyumunu (Karaman, 2015: 104; Chen, 2000: 57) ve öznel iyilik hali de azalmaktadır (Okun vd., 1984: 45). Bu durumda, yapılan çalışmalar göz önünde

bulundurulduğunda, etkinlik türleri formel, informel, yalnız yapılan tarzında ayırt edilmese de, genel olarak etkinliklerin yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu sonucuna varılabilir.

Yaşlının yaşam doyumunu etkileyen unsurlardan birisi de toplumsal ilişkileri ve sosyal yaşamıdır. Sosyal yaşamın bileşenlerinden olan aile, yaşam doyumunu doğrudan etkilemektedir. Aile içindeki ilişkileri iyi olan yaşlı bireyin yaşam doyumunun da yüksek olması beklenir (Tabuk, 2009: 29). Sosyal destek; yalnızlık (Kapıkıran, 2016: 21), çalışma durumu ve yaşam doyumuna da aracı olmaktadır. Ayrıca yalnızlık da bağımsız değişken olarak yaşam doyumu üzerinde negatif yönde etkiye sahiptir (Uzun, 2016). Gönüllü etkinliklere katılmak yaşlı bireyin başkaları tarafından desteklendiği düşüncesini artırır, bu da yaşam doyumunun artmasına yol açar. Ayrıca, sosyal destek yaşam doyumu ile doğrudan ilişkilidir (Aquino vd., 1996: 480). Fakat Bowling vd. (1991: 563) yaptıkları araştırmada, sosyal ağın yaşam doyumunu yordamakta zayıf olduğunu bulmuşlardır.

Yaşlıların kiminle yaşadıkları da, sosyal destek ve yaşam doyumu açısından etkili olmaktadır. Evli olan bireylerin yaşam doyum düzeyleri boşanmış ve yalnız yaşayanlara göre daha yüksek olmaktadır (Görgün Baran vd., 2007: 10; Kapıkıran, 2016: 20). Yine benzer olarak çocukları ile birlikte yaşayan yaşlıların da, daha güçlü bir sosyal destek içerisinde olmalarından dolayı, yaşam doyumları yüksek olmaktadır. Bu doğrultuda, yalnızlık yaşam doyumu üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir (Kapıkıran, 2016: 20). Liu ve Guo (2008: 823), Çin'de boş yuva dönemindeki yaşlılarla yaptıkları çalışmada benzer sonuca ulaşmışlardır. Araştırmaya göre, boş yuva döneminde olan yani yakın sosyal desteğini kaybetmiş olan yaşlıların zihinsel sorun yaşama ve yaşamlarından doyum olmama ihtimalleri artmaktadır. Ayrıca, çocukları ile olan ilişkilerinin ve sosyal desteklerinin güçlü olması, yaşlı bireylerin yaşam doyumunu olumlu yönde etkilemektedir (Liu ve Guo, 2008:828). Özer (2001: 102), huzurevi ile aile ortamında yaşayan yaşlıları incelediği çalışmasında, aile ortamında yaşayan yaşlıların yaşam doyumunun daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Çalışma ile yaşam doyumunu inceleyen araştırmacılar ikisi arasında pozitif bir ilişki bulmuşlardır. Birçok çalışmanın sonucu 65 yaş ve üstündeki yaşlılardan çalışma hayatında aktif kalanların aynı yaş grubundaki emeklilere göre daha yüksek yaşam

doyumları olduğunu ortaya koymaktadır. (Conner vd., 1985; Shapiro ve Roos, 1982). Aquino vd. (1996: 486), çalışma ile yaşam doyumu arasında yaptıkları araştırmada, gönüllü ya da ücretli çalışmanın yaşlılar arasındaki yaşam doyumu ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yine yaşlı kadınlar için de çalışmanın yaşam doyuma etki ettiğini gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Riddick (1985: 383) 65 yaş ve üstü çalışan kadınların aynı yaş grubundaki emekli kadınlara göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Etkinlik türleri ile yaşam doyumunu test eden araştırmalar da bulunmaktadır. Bu araştırmalardan biri olan Lemon vd. her üç etkinlik düzeyini araştırmışlardır. Bu araştırmaya göre, informel etkinliğin daha fazla doğrudan yaşam doyumu ile ilişkili olduğu, formel etkinlik ve yalnız etkinliklerin rol desteği için olmadıkları ve yalnız etkinliklerde sadece sembolik veya zihnen inşa edilen dinleyiciler sunduğu için yeteri kadar rol desteği sağlamadığı sonucuna varmışlardır (Lemon vd., 1972: 518). Yine aynı çalışmada Lemon vd. arkadaşlığın yaşam doyumu için önemli olduğunu bulmuşlardır. Bu nedenle arkadaşlığın bir bireyin rol kimlikleri için derinlik ve devam hissi sağladığını, bunun özellikle hızlı değişen karmaşık bir toplumda yaşam doyumu için önemli olduğu sonucuna ulaşmışlardır (Lemon vd., 1972: 519). Bununla birlikte, Birey için sadece etkinlik yapmak tek başına bir anlam ifade etmez. Etkinlikler birey için anlam ifade etmelidir. Birey için anlam ifade etmeyen bir etkinliğin bireyin benlik algısını olumlu etkilemesi düşünülemez. Dolayısıyla bireyin yalnız yapacağı, başkaları ile birlikte yapabileceği veya resmi olarak yapacağı her bir etkinliğin birey için bir anlamı olmalıdır (Durak, 2015: 283).

Bunun dışında literatürde Etkinlik Kuramına yönelik eleştiriler de bulunmaktadır. Kurama yönelik en ciddi eleştiri her yaşlının yeteri kadar etkinlik alanı oluşturamayacağı ile ilgilidir. Her yaşlı yeteri kadar etkinlik alanı geliştiremez ve yaşamdan geri çekilme yolu ile yaşamlarını sürdürürler (Kaygusuz, 2008: 235).

Diğer bir eleştiri ise, yaşlıların etkinlik düzeyini oldukça basit tutmalarındadır. Yaşlıların bir çoğu etkinlik alanlarını dar tutmayı tercih ederler. Bununla birlikte bazı yaşlıların özellikle geniş etkinlik alanlarından uzak durmayı tercih ederler, torunlarıyla birlikte geçirdikleri vakit veya onların bakımını üstlenme bu yaşlılar için yeterlidir. Bu nedenle bütün yaşlıların geniş etkinlik alanlarını tercih ettiklerini söylemek doğru olmayabilir

(Kaygusuz, 2008: 235). Ayrıca kuram, yaşlıların eşit etkinlik şansına sahip olmadıklarını da gözden kaçırmaktadır (Tufan, 2016: 147).

Kuramın eleştirilen başka bir yönü ise sürekli olarak etkin olan bir yaşlıyı model olarak göstermesidir (Tufan, 2016: 147). Yaşlının etkinlik isteyip istemediği ise kuram tarafından sorulmaz, her yaşlının aktif kalması gerektiğinde diredir. Kişiler arasındaki ilişki kalitesinin, yaşlılıkta aynı kalması gerektiğini savunur. Kuram, “orta yaşlı ve aktif” insanın yaşlanınca da böyle olmasını ister fakat bunun nasıl olması gerektiğine cevap vermez. Bunun yanında söylemeden kabul edilen varsayımlardan birisi de genç yaştakilerin hepsinin aktif olduğudur (Tufan, 2016: 147).

2.3. Yaşam Doyumuna Etki Eden Diğer Faktörler

Yaşam doyumuna etki eden faktörler ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda yaşam doyumuna etki edeceği düşünülen faktörler şöyle sıralanabilir: kişilik, cinsiyet, yaş, gelir, çalışma koşulları, sağlık, eğitim, serbest zaman etkinlikleri (Donovan vd., 2002). Yukarıda etkinlik, çalışma ve serbest zaman etkinlikleri anlatıldığından, aşağıda yaş, sağlık, gelir durumu, kişisel özellik, yaşam olayları, rol kaybı ve eğitim durumu ile ilgili bilgiler verilecektir.

2.3.1. Yaş ve Sağlık

Yapılan araştırmalar yaş ile yaşam doyumunu arasında ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Yaş 65 ve üstüne doğru ilerledikçe yaşlılardaki yaşam doyumunu azalmaktadır (Chen, 2000: 57; Görgün Baran vd., 2007: 10).

Yaşam doyumunda önemli etkenlerden biri olan yaş ile beraber sağlık durumu da yaşam doyumunu etkileyen unsurlardandır. Yaşam doyumunu yüksek olan yaşlı bireyler sağlık durumu açısından daha iyi olanlardır denebilir (Karaman, 2015: 104; Görgün Baran, vd., 2007: 10). Markides ve Martin (1979: 86) yaptıkları çalışmada sağlığın yaşam doyumuna etki eden en güçlü yordayıcı olduğunu bulmuşlardır. Özellikle sağlık koşullarının etkisi aşırı kentsel bölgelerde daha fazla belirgin olmaktadır. Daire tarzı konutların olması, merdiven kullanımını gerektiren yüksek apartmanlar, yeşil alanlar ile dinlenme alanlarına erişimin daha zor olması gibi etkenler bu ilişkinin daha güçlü olmasına yol açmaktadır (Bowling vd., 1991: 563). Yine benzer olarak Öztürk ve Kızıldoğan (2017: 6) Eskişehir ilinde yaptıkları çalışmada kentsel mekânda rahat

hareket etme ve etkin olma durumu ile sağlık ve yaşam doyumunu ölçtükleri araştırmada, kentsel mekanda aktif olma durumu ile sağlık ve yaşam doyumunu arasında pozitif yönlü etkileşim olduğunu ortaya koymuşlardır. Liu ve Guo (2008: 828), yaptıkları araştırmada depresyonun yaşam doyumunu üzerinde güçlü bir etkiye sahip olduğunu, yine kronik rahatsızlıkların ise depresyona oranla daha az düzeyde etkili olduğunu ortaya koymuşlardır.

2.3.2. Eğitim ve Gelir Durumu

Chen (2001), Tayvan'daki yaşlılar üzerinde yaptığı çalışmanın sonucunda, yaşam doyumuna gelir durumunun etki ettiğini ifade etmiştir. Aynı sonuca Görgün Baran vd. (2007: 10) Ankara'da yaptıkları çalışma ile ulaşmışlardır. Markides ve Martin (1979: 86) ise, gelir durumunun yaşam doyumunu etkinlik yoluyla dolaylı olarak etkilediğini bulmuşlardır. Ayrıca, yaşam doyumunu yüksek bireylerin, eğitim seviyesi yüksek olan bireyler olduğu da yapılan çalışmalara dayanarak söylenebilir (Karaman, 2015: 104; Görgün Baran vd., 2007: 10).

2.3.3. Kişisel Özellik, Yaşam Olayları ve Rol Kaybı

Yaşam doyumunu hem kişisel özellikler, evli olmak gibi (Dockery, 2003), hem de yaşam olayları (Chen, 2000: 51) tarafından şekillenir. Kişilik, yaşam doyumunu ile sosyal rol etkinliği arasındaki ilişkiyi yordamada asıl boyut olarak görünmektedir. Normal kadın ve erkeklerde, yaş ile birlikte kişilikte keskin bir farklılaşma söz konusu değildir. Aksine kişilikte artan bir tutarlılık vardır. Örneğin, kişilik özelliği için pasif olarak tanımlanan yaşlılarda düşük etkinlik ve düşük yaşam doyumuna rastlanmıştır (Neugarten vd., 1965: 268). Yaşam doyumunu yaşam olaylarına göre şekillendiği gibi, pozitif bir yaşam doyumunu yargısı da kişinin yaşamına ve davranışlarına etki etmektedir (Huebner, 2004: 23). Örneğin olumlu bir iyilik halinin korunması, daha geniş kaynaklar oluşturmaya, olumsuz duygusal tecrübeleri dönüştürmeye ve sağlığını korumaya yardımcı olmaktadır (Frederickson, 1998: 315). Yetişkin bireyler üzerine yapılan çalışmalarda, pozitif yaşam doyumunun pozitif sosyal etkileşimler, daha geniş bir yaratıcılık, topluma etkin katılım, daha az fiziksel şikâyetler ve daha uzun bir yaşam ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Veenhoven, 1988: 333). Yüksel vd. (2016: 74), yaptıkları araştırmada, olumlu yaşam algısının yaşam kalitesi üzerinde etkili olduğu, yaşamın olumlu yönde

şekillendirilmesinin, yaşamdan keyif almaya neden olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca yaşlı bireylerin kendilerini değerli görmeleri nispetinde yaşamda yenilikler yapabilecekleri, bunun da psikolojik ve fizyolojik sağlıklarını olumlu yönde etkileyeceğini ifade etmişlerdir.

Rol kaybı da hem literatür hem de yapılan çalışmalar incelendiğinde görülmektedir ki, özellikle erkekler için yaşam kalitesi üzerinde olumsuz etkiye sahiptir (Elwell ve Maltbie-Crannell, 1981: 230). Yani Geri Çekilme Kuramının aksine olarak bireylerin yaşlandıkça rollerinden uzaklaşmalarının onları daha mutlu etmediği söylenebilir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: ETKİNLİK VE GERİ ÇEKİLME KURAMLARI AÇISINDAN YAŞLILARDA YAŞAM DOYUMU ANALİZİ: BİNGÖL İLİ ÖRNEĞİ

3.1. Araştırmanın Yöntemi

3.1.1. Araştırmanın Modeli, Hipotezi

Araştırmada nicel veri toplama ve analiz teknikleri kullanılmıştır. Nicel araştırmalar; olay ve olguların gözlemlenerek, ölçülerek veya deney yapılarak betimleme veya nedensellik yoluyla gerçeklerin ortaya çıkarılması anlamına gelmektedir. Nicel araştırmalar kuramlardan veya hipotezlerden hareket eder. Sayısal veriler kullanılarak elde edilen veriler evren için genelleştirilmeye çalışılır (Arıkan, 2013: 27). Araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama araştırması nicel araştırma yöntemlerindedir ve büyük popülasyonların taranmasında etkilidir. Ele alınan grupların özelliklerini, değer ve tutumlarını, beklentilerini, inançlarını anlamada önemli veriler sağlamanın yanında, olgular arasındaki ilişkilerin araştırılması ve hipotezlerin test edilmesinde de kullanılır (Bal, 2014: 138). Tarama araştırmalarından ilişkisel tarama bu çalışma için kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli iki veya daha fazla değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını ve bunun derecelerini belirlemeyi amaçlar (Karasar, 2014: 81). Bu araştırmada da hipotezler kurularak bu hipotezler test edilmiştir. Bu amaçla bağımsız ve bağımlı değişkenler kullanılmıştır. Belirlenen değişkenler arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bağımsız değişken olarak yaşlı bireylerin demografik özellikleri ile etkinlik türlerine katılım düzeyleri seçilmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkeni ise yaşam doyumu olarak belirlenmiştir. Araştırmanın hipotezleri literatürden ve etkinlik kuramı ile geri çekilme kuramının temel hipotezlerinden yola çıkılarak hazırlanmıştır. Hazırlanan hipotezler aşağıdaki gibidir:

H: Etkinlik düzeyinin yüksek olması yaşlıların yaşam doyumu üzerinde pozitif yönde etkilidir.

H1: İnfornel etkinliğin (akrabalar, komşular, çocuklarla görüşme gibi), yaşlıların yaşam doyumuna etkisi vardır.

H2: Formel etkinliklerin (gönüllü kuruluşlara, siyasi etkinliklere, kulüplere katılım), yaşlıların yaşam doyumunu üzerinde etkisi vardır.

H3: Yalnız yapılan etkinliklerin, yaşlıların yaşam doyumunu üzerinde etkisi vardır.

H4: Dini etkinliklerin yaşlıların yaşam doyumunu üzerinde etkisi vardır.

3.1.2. Sınırlılıklar

Araştırma Bingöl İli içerisinde yaşayan 65 yaş üstü yaşlı bireyler ile sınırlandırılmıştır.

3.1.3. Araştırmanın Evreni, Örneklemi

Araştırmanın evrenini Bingöl İli merkezinde yaşayan 65 ve üstü yaşta ki yaşlı bireyler oluşturmaktadır. Araştırma evreninin toplam sayısı TÜİK 2016 yılı nüfus verilerinden yola çıkılarak Bingöl İli Merkezinde yaklaşık 9000 kişilik bir sayı belirlenmiştir. Örneklem, evren içerisinde evreni temsil edebilmesi için %5 yanılığı düzeyine göre belirlenmiştir. (Bal, 2014: 190). Örneklemin evreni temsil etmesi ve geçerlik, güvenilirliği sağlaması hedeflenmiştir. Örneklem seçimi için Uygun/Kolay Ulaşılabilir Örneklem yöntemi (Büyüköztürk vd., 2016) kullanılmıştır. Bu örneklem yönteminde araştırmacı en ulaşılabilir öğeleri seçmeye çalışır. Bu yöntem daha hızlı ve masrafsız olmasından dolayı sosyal hizmet araştırmalarında sıklıkla kullanılır (Krysik ve Finn, 2015: 273). Bu araştırmada, Bingöl ili içerisinde yaşayan tanıdıklar ve kolay ulaşılabilir kişiler vasıtasıyla yeterli örneklem ulaşmaya çalışılmıştır. Ulaşılan örneklem sayısı 451 olmuştur. Bu durumda %95 güven düzeyine göre ulaşılması gereken sayıya (evren büyüklüğü 10.000 olduğunda 370 kişi) ulaşılmıştır (Bal, 2014: 191). Örnekleme yer alan katılımcılar; zihinsel sağlıkları yerinde olan, ağır yatalak olmayan, öz bakımlarını temel düzeyde yapabilen yaşlı bireylerden oluşmaktadır.

Örneklemin seçildiği yer olan Bingöl ilinin kentleşme durumu araştırmaya etki edebileceği için bu özelliklerini de anlamak gerekecektir. Öncelikle kentleşme olgusu Keleş (1983)'e göre sadece demografik verilerle açıklanamaz. Kentleşme ayrıca bir toplumun ekonomik ve

toplumsal yapısındaki değişmelere göre şekillenir. Bingöl ilinin de içerisinde yer aldığı Doğu Anadolu Bölgesi kentleşme düzeyi bakımından incelendiğinde diğer bölgeler içerisinde sondan ikinci sırada yer almaktadır (Bal, 1999: 56). Bingöl ili kentleşme durumu bakımından incelendiğinde ilin demografik, ekonomik ve sosyal açılardan elde edilen ortalama puanına göre henüz orta derecede kentleştiği görülmektedir (Yüceşahin ve Özgür, 2008). Ayrıca Bingöl ilinde kentleşmenin orta düzeyde olmasına rağmen henüz geleneksel toplum özelliklerini yapısında barındırdığı söylenebilir. Solak vd. (2016)'nin Bingöl ili için yayınladıkları rapora göre ilde henüz taziye geleneğinin oldukça canlı olduğu, erkek egemen bir toplum olduğu, aşiret yapısının varlığını koruduğu ve siyasi tercihlere yön verdiği gibi bulgulara ulaşımlardır. Bu bulgular İl'de geleneksel toplum yapısına ait örüntülerin devam ettiğini göstermektedir. Bu nedenle araştırma kapsamındaki örneklem, henüz geleneksel kültür ve ilişkileri yaşayan kişilerden oluşmaktadır.

3.1.4. Veri Toplama Araçları

Anket Formu: Veri toplamak amacıyla, araştırmacı tarafından önceden hazırlanmış, Geri Çekilme ve Etkinlik Kuramları bağlamında etkinlik düzeyleri ile yaşam doyumunu ölçmeyi mümkün kılacak sorulardan oluşan anket formu kullanılmıştır. Anket formunda demografik özellikler ile ilgili sorular dâhil toplam 54 soru kullanılmıştır. Sorular, her iki kuramın temel hipotezlerinden yola çıkılarak hazırlanmıştır. Hazırlanan anket soruları, demografik bilgilerle birlikte yaşlı bireylerin etkinlik türlerini ne ölçüde yaptıklarını ölçmeyi amaçlamaktadır. Anket soruları yalnız yapılan, formel ve informel etkinlik türlerini kapsamaktadır. Yalnız yapılan ve informel etkinliklerde 5'li likert tipinde (Hiç - Her zaman) sorular kullanılmıştır. Formel etkinlikleri ölçen sorular ise, katılım durumunu ölçen "Evet" ve "Hayır" şeklindedir. Ayrıca, yine formel etkinliklere katılım düzeyini ölçen sorular sorulmuştur.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ): Araştırma kapsamında, yaşlıların yaşam doyumlarının ölçülebilmesi amacıyla, Diener vd. (1985) tarafından geliştirilen yaşam doyum ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Durak vd. (2010), tarafından yapılmıştır. Daha önce de farklı kişilerce uyarlaması yapılan ölçek 5'li likert tipi 5 maddeden oluşmaktaydı. Ölçeğin İngilizce orijinalinde yer aldığı gibi 5 maddeden oluşan 7'li likert

tipinde olan bu ölçeğin kullanılmasını nedeni, bu uyarlamasının yaşlı bireyler üzerinde de yapılmış olmasıdır. Orijinal ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı (Cronbach Alpha) .82 ve test tekrar kat sayısı ise .86 bulunmuştur (Diener vd., 1985). Uyarlanan ölçeğin yaşlılara uygulandığı test sonuçlarında iç tutarlılık kat sayısı (Cronbach Alpha) .89 bulunmuştur (Durak vd., 2010). Araştırmada ise, ölçeğin iç tutarlılığı .82 bulunmuştur. Yaşam doyumu ölçeği için verilerin normal dağıldığı görülmüştür (Skewness: -.324, Kurtosis: -.879).

3.1.5. Verilerin Toplanması ve Analizi

Veriler, Bingöl İlinde ikamet eden deneyimli anketörler ile birlikte hane ziyaretleri yapılarak toplanmıştır. Anketörler, araştırmacı hariç 9 kişiden oluşmaktadır. Anketörlerin 4'ü halen öğretim elemanı olarak görev yapan Bingöllü kişilerden seçilmiştir. Geri kalan diğer anketörler ise halen üniversite öğrencisi olan ve daha önce anket uygulama deneyimi olan öğrencilerden seçilmiştir. Anketleri uygulayacak olan anketörlere araştırmacı tarafından uygulama öncesinde bilgilendirme toplantısı yapılmıştır. Toplantıda, anketleri uygularken dikkat edilmesi gereken noktalar, nasıl iletişim kurulacağı gibi noktalar ile ilgili bilgilendirmeler yapılmıştır. Veriler toplanmadan önce, araştırmacı tarafından pilot çalışma yapılmıştır. Pilot çalışmada YDÖ ile birlikte toplam 44 soru kullanılmıştır. 15 yaşlı birey ilk aşamada ziyaret edilerek, hazırlanmış olan anket formları doldurulmuştur. Bunun sonucunda düzenlenmesi gereken noktalar yeniden gözden geçirilerek yeniden form düzenlenmiştir. Yaşlı bireylerin anlamakta zorluk çektiği görüldüğünden dolayı YDÖ'de yer alan soruların altına alternatif açıklamalar eklenmiştir. Etkinlik türlerini ölçmeye yönelik soruların pilot uygulama sonrasında yetersiz kaldığının anlaşılmasından dolayı, yeni sorular eklenerek toplam soru sayısı 59'a çıkarılmıştır. Seçilen anketörlerin Bingöllü olmalarından dolayı Zazaca bilmeleri araştırma için kolaylık sağlamıştır. Anketler yaşlı bireylere verilmeksizin anketörler tarafından onlara sorularak doldurulmuştur. Görüşülen yaşlılardan Türkçe bilmeyenlere sorular tercüme edilerek sorulmuştur. Araştırmacının Zazaca bilmeyip Kürtçe biliyor olmasından dolayı, sadece Zazaca bilen yaşlı bireylerle anlaşmak için aynı evde kalan ve Zazaca bilen kişiler kullanılmıştır. Eksik çıkan ve geçersiz olan 5 anket formu çıkarıldıktan sonra geriye kalan anket formları sisteme girilmiştir. Geçerli olan toplam 451 anket formu sisteme (SPSS 22) girilmiştir.

Veri toplama sürecine etki edebilecek araştırmacının gözlemlediği diğer faktörler bulunmaktadır. Katılımcıların bizzat evlerine gidilerek anketler uygulanmıştır. Sohbet havasında geçen uygulamaların her biri yaklaşık bir saat kadar sürmüştür. Yaşlı bireyler ve ev sakinleri araştırmacıyı oldukça samimi ve misafirperver şekilde ağırlamışlardır. Bu nedenle anketlerin uygulanması sadece on dakika kadar kısa bir süreyi almasına rağmen her evde en az bir saat sohbet havası oluşmuştur. Gidilen her evde mutlaka çay ikramı olmuş, kimilerinde ise yemek veya tatlı ikramları da olmuştur. Anketler uygulandıktan sonra katılımcılar araştırmacının mutlaka tekrar ziyarete gelmesini talep etmişlerdir. Katılımcıların, veda ederken üzüldükleri araştırmacıya dualar ettikleri gözlemlenmiştir. Bu nedenlerden dolayı anketlere verilen cevapların doğruluk ihtimali artmaktadır. Anketler uygulanmaya başlamadan önce, araştırmanın amacı ve neden yapıldığı katılımcılara aktarılmıştır. Aksi takdirde katılımcıların, araştırmacıların yardım etmek için gelen devlet memurları olarak algılandığı görülmüş ve verilen cevapların yanlı olabileceği bu nedenle araştırmanın amacının ne olduğunun katılımcılara net olarak aktarılmıştır. Bununla birlikte, verilerin toplandığı dönemin siyasi olarak karışık olduğu bir dönem olmasından dolayı (15 Temmuz Kalkışması sonrasında Olağanüstü Hal Dönemi), katılımcıların siyasi konulardan mümkün oldukça uzak durmaya çalıştıkları, sadece sorulan sorulara yanıt verdikleri ancak siyasi kimliklerini gizlemekten korkmadıkları gözlenmiştir.

Veri toplama süresi yaklaşık üç ay kadar zaman almıştır. Anketlerin uygulanmasında her bir yaşlının evinde uzun vakit geçirilmesinden dolayı araştırmanın uygulama kısmı Mart, Nisan ve Mayıs aylarında tamamlanabilmiştir.

Veri analizi SPSS 22 paket programı ile yapılmıştır. Yapılan analizlerde verilerin normal dağıldığı görülmüştür. Sonrasında demografik değişkenler ve etkinlik türlerinin yaşam doyumuna etkisini ölçmek üzere t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA One Way) yapılmıştır. Demografik değişkenlerden; cinsiyet, medeni durum, sürekli hastalık, emeklilik, siyasi parti ve dernek üyeliğine göre yaşam doyumunu puanları t-testi ile ölçülmüştür. Medeni durum içerisinde yer alan dul, boşanmış, eşi ölmüş seçenekleri “bekar” kategorisinde değerlendirilmiştir. İkinci evlilik seçeneği ise “Evli” kategorisinde değerlendirilmiştir.

Anket formunda yer alan diğer demografik değişkenler ve etkinlik türlerine göre yaşam doyumu analizleri ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile yapılmıştır. Yapılan ikili karşılaştırmalar için Tukey testi kullanılmıştır. Yapılan analizler için anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Yapılan analizler sonucu anlamlı görülen ilişkilerin etki büyüklüklerinin anlaşılması için t-testinde etki büyüklüğüne, Anova analizlerinde ise Eta Kare değerlerine bakılmıştır.

3.2. Türkiye’de Demografik Dönüşüm ve Nüfus Politikaları

3.2.1. Demografik Dönüşüm ve Türkiye

Günümüzde yaşlılık, hem dünya hem Türkiye için sorun alanı olarak ortaya çıkmıştır. Yaşlılığın sorun haline gelmesi, sanayileşme ve kentleşme ile birlikte olmuştur. Kentleşme ve sanayileşme beraberinde demografik değişimleri getirmiş, yani yaşlı nüfusun toplum içerisindeki oranının artmasına neden olmuştur. Bu nedenle yaşlılık sorununun demografik boyutlarına bakmak gerekmektedir. Dünyada ve Türkiye’de 20. Yüzyılda demografik dönüşüm yaşanmıştır. Bununla birlikte nüfus politikaları da yaşlılığın oransal olarak nüfus içerisindeki yerini belirlemede etkili olmuştur. Aşağıdaki bölümde; demografik dönüşümler, ardından Türkiye için demografik dönüşüm ve nüfus politikaları genel hatları ile anlatılacaktır.

Demografik dönüşümde rol oynayan temel dinamikler doğurganlık oranı, doğuşta beklenen yaşam süresi, göç ve bebek ölümlerindeki değişimlerdir. Daha gelişmiş ülkelerde bir doğum kuşağından diğerine olan hayatta kalma süresindeki aşırı gelişmeler yaşlanmanın en temel sebebi olmuştur. Eğer nüfus yaşlanıyorsa veya gençleşiyorsa, doğurganlık, doğuşta beklenen yaşam süresi veya göç değişiyor demektir (Preston, 2012). Demografik dönüşümdeki bu faktörleri inceleyen ve değişimleri açıklamaya çalışan Demografik Geçiş ve Mikro Ekonomik Kuram gibi (Becker, 1960: 210) çeşitli kuramlar üretilmiştir. Bu kuramlardan bir tanesi doğurganlığın azalmasına etki eden faktörleri açıklamaya çalışan Demografik Geçiş Kuramıdır.

İngiliz Demograf Warren Simpson Thompson tarafından ortaya atılan Demografik Geçiş Kuramına göre, sanayileşme ve ekonomik gelişme ile doğum-ölüm hızları arasında ters

yönlü bir ilişki vardır. Ülkeler tarımdan sanayiye doğru değişim geçirirken hem doğum hem ölüm hızları azalır (Kirk, 1996). Bu değişim ilk olarak ölüm oranlarında azalmaya neden olur. Bu durum çocuk ölümlerini ve aile içi nüfusu azaltarak çocuk doğurganlığını azaltır. Kentleşme ve endüstrileşme; çocuk bakımının pahalı olduğu ve geniş aileye sahip olmanın korkutucu olduğu düşüncesine yol açar (Mason, 1997). Böylece, doğumlardaki azalmada önemli bir etken olan bilinçli doğum kontrolleri toplumda yaygınlık kazanarak demografik dönüşüme etkide bulunur (Hirschman, 1994: 227). Ortaya düşük doğurganlık, uzun yaşam ve yaşlı bir nüfus çıkar (Lee, 2003: 167).

Flegg (1992: 454)'e göre kadının eğitime az katıldığı ve eşitlikçi bir gelir dağılımının olmadığı az gelişmiş ülkelerde çocuk ölümlerinde ve doğurganlık oranında düşüş olması beklenemez. Bu durumu destekleyici olarak Boongarts ve Watkins (1996: 665) sosyo-ekonomik gelişmenin doğurganlık ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Fakat Davis (1956: 314)'e göre, gelişmemiş ülkelerde de 1940'tan sonra ölüm oranlarında azalma meydana gelmiştir. Bunun sebebi ise hastalıkların tedavisinde yeni metotların bulunması ve bunların gelişmiş ülkelere gönderilmesidir. Bundan dolayı Lee (2003: 167)'ye göre, demografik geçiş tüm dünyaya yayılmıştır. 1800'lü yıllarda başlamış olan geçişin 2100 yılında tamamlanması beklenmektedir.

3.2.2. Türkiye'de Nüfus Politikaları

Türkiye'de nüfusla ilgili tartışmalar Osmanlı Devleti'nin son dönemlerinden itibaren tartışılmaya başlanmıştır. Cumhuriyetin ilanından sonra da çok geniş topraklara sahip olan Türkiye'de nüfus meselesi tartışılmaya devam etmiştir. Türkiye'nin yaşadığı demografik değişim üç aşamalıdır. İlk aşama, pronatalist (nüfusun artırılması) nüfus politikalarının hakim olduğu 1923-1955 yılları arasındadır. İkinci aşama, antinatalist (nüfus karşıtı) politikalara geçişin yapıldığı 1955-1980 dönemidir. Son aşama ise antinatalist politikaların yerleştiği 1980 ve sonrası dönemdir (Koç vd., 2010: 48).

Cumhuriyet'in ilanından sonra 12,5 milyon olan nüfus zamanın yöneticiler tarafından tehlikeli olarak görülüyordu (Semiz, 2010: 464). Bu durumun farkında olan Mustafa Kemal, durumu Nutuk'ta şöyle belirtmiştir: "*Sıhhiye ve muavenet-i içtimaiye hususatında*

takip ettiğimiz gaye şudur: Milletimizin sağlığının korunma ve takviyesi, ölümlerinin azaltılması, nüfusun artırılması, emraz-ı içtimaiye ve sariyenin etkisiz bir hale getirilmesi, bu suretle efrad-ı milletin dinç ve çalışabilecek bir halde sahihül beden olarak yetiştirilmesi...” (Atatürk'ün Söylev ve Demeçleri, 2006: 128).

Bu dönemden itibaren nüfusun artırılmasına yönelik politikalara ağırlık verilmiş, özellikle Nutuk'ta belirtildiği gibi sağlık konusuna önem verilmiştir. Nüfusun artırılması için doğrudan veya dolaylı yasal düzenlemeler yapılmıştır¹. Uygulanan politikaların başarısının nüfus sayımlarında görülmesi ümit edildi. 1927'de yapılan ilk yapılan bilimsel nüfus sayımından (Karadayı, 1974: 12) sonra ülke nüfusu 13,5 milyon olarak kaydedilmiştir (Lewis, 2007: 309; Karadayı, 1974: 12). Bundan sonra sayım 5 yılda bir düzenli olarak tekrarlanmıştır. 1935 teki sayımda nüfus 16 milyon olmuştur (Lewis, 2007: 39). Sonraki yıllarda nüfus artış hızı devam etmiş ve nüfus artmıştır (Karadayı, 1974). Kısaca bu dönemde, yani 1923-1965 yılları arasında nüfus artırıcı politikalarla nüfusta patlama yaşanmış ve nüfus 1965te 31.4 milyona ulaşmıştır (Tufan, 2007: 31).

1965 yılı Türkiye'de nüfus politikalarında bir dönüm noktasıdır. 1965 sayılı 557 Sayılı Nüfus Planlaması Hakkında Kanun Türkiye'de pronatalist politikalarından antinatalist politikalara geçişin resmi belgesidir. Kentleşmenin de artışıyla birlikte bu tarihten sonra doğurganlık hızında geri dönüşsüz şekilde düşme yaşanmaya başlamıştır (Koç vd., 2010: 53). Doğurganlık oranlarının düzenli olarak azalması (Karadayı, 1974), ortalama yaşam beklentisinin ise düzenli olarak artması ve çocuk ölümlerinin azalması Türkiye'de yaşlı nüfusunun artmaya başlamasına sebep olmuştur. Önceki yıllarda, 1955te yüzde 3.4 ve 1965'te ise yüzde 4 olan yaşlı nüfus sayısı artmaya devam etmiştir (Cillov, 1974: 65). 1980 sonrasında ise antinatalist nüfus politikaları Aile Planlaması kavramı ile Anayasa'da yer almıştır (Koç vd., 2010: 55). Yaşlı nüfus oranı özellikle 1990 yılından itibaren hızlı bir şekilde artmıştır. Yaşlı nüfus; 1990 yılında 4.3 iken, 2000 yılında 5.7, 2007 yılında 7.1 ve 2015 yılında 8.2 olmuştur (TÜİK, 2015).

¹ Bu düzenlemelerden bir tanesi de evlilik çağına gelmiş olup henüz evlenmeyenlerden alınması öngörülen “bekarlık vergisi”dir. Bu vergi mecliste ve kamuoyunda çokça tartışılmıştır. Ayrıntılı bilgi için bkz: Semiz, Yaşar (2010). 1923-1950 Dönemlerinde Nüfusu Arttırma Gayretleri ve Mecburi Evlendirme Kanunu (Bekarlık Vergisi)

Türkiye'nin yaşadığı demografik dönüşüm, demografik yapının gelenekselden moderne doğru evrilmesini sağlamıştır. Fakat bu süreç henüz tamamlanmamıştır (Koç vd., 2010: 56). Türkiye'de geçici bir gençleşme yaşanmakta fakat bunun ardından hızla yaşlanma gerçekleşecektir. Yani Türkiye bir taraftan genç nüfus yapısını korurken bir taraftan da yaşlanmaktadır. Daha önce piramidin tabanında meydana gelen nüfus patlaması ilerleyen yıllarda tavanda gerçekleşecektir (Tufan, 2007: 34).

Gelişmekte olan ülkelerdeki yaşlı nüfus artışı, bu ülkeleri yaşlılık sorunu ile karşı karşıya getirecektir. Uzun yaşam ile birlikte yalnızlık, yoksulluk, engellilik, kronik hastalıklardan dolayı bakım gereksinimi artmaktadır (Öztürk, 2015: 23). Gelişmekte olan ülkeler bundan dolayı, yeni ortaya çıkan yaşlı sorunları ile ilgili sosyal refah politikaları üretmeye çalışmaktadırlar (Karataş, 2000: 156).

3.3. Yaşlıların Yaşam Doyumu Üzerine Bulgular

Araştırmada, etkinlik kuramının öne sürdüğü iddiaları ölçmeye yönelik olarak örneklemin yaşam doyumlarını karşılaştırmak için farklı etkinlik türleri belirlenmiştir. Bu etkinlikler; yalnız yapılan, formel ve informel etkinlikler şeklindedir. Her bir etkinlik türü ile ilgili farklı sorular sorulmuştur:

Yalnız yapılan etkinlikler için; yürüyüş yapma, televizyon izleme, kitap okuma, yalnız ibadet etme, Kuran veya dini kitaplar okuma, parka gitme, çarşıya gitme, alışverişe gitme, örgü örme, ev işleri veya tamiratı yapma, bağ-bahçe işleri ile uğraşma ile ilgili sorular sorulmuştur.

İnformel etkinlikler için; kahvehaneye gitme, cemaat ile namaz kılma, dini sohbetlere gitme, mevlit, taziye, hasta ziyaretler, düğünlere katılım, komşu, akraba, aile, arkadaş, çocuklar, torunlar ile ilgili sorular sorulmuştur.

Formel etkinlikler için ise; dernek üyeliği, oy kullanma, siyasi parti üyeliği, yardım kuruluşları ile ilgili sorular sorulmuştur.

Aşağıda sırasıyla, örneklem grubunun demografik bilgilerine ilişkin betimsel analizler verildikten sonra, hem demografik değişkenler hem de etkinlik türleri ile yaşam doyumu arasındaki etkiyi ölçmeye yönelik analizler verilmiştir.

3.3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Demografik Özellikler	N	%
Cinsiyet	Erkek	42.1
	Kadın	57.9
	Toplam	100.0
Yaş	65-74	67.8
	75-84	24.6
	85+	7.5
	Toplam	100.0
Medeni Durum	Evli (İkinci evlilik, evli)	66.7
	Bekar (Dul, boşanmış, eşi ölmüş)	33.3
	Toplam	100.0

Tablo 1'in devamıdır

Demografik Özellikler		N	%
Öğrenim Durumu	Okuryazar Değil	246	54.5
	Okuryazar	54	12.0
	İlkokul Mezunu	99	22.0
	Ortaokul ve Üstü	52	11.5
	Toplam	451	100.0
Emeklilik	Emekli	165	36.6
	Emekli Değil	286	63.4
	Toplam	451	100.0
Çalışma Durumu	Çalışmıyor	392	86.9
	Çalışıyor	59	13.1
	Toplam	451	100.0
Çalışılan Saat	1-5 saat	23	5.1
	5-8 saat	22	4.9
	8-12 saat	14	3.1
	Çalışmıyor	392	86.9
	Toplam	451	100.0
Geçim Kaynağı	Emekli Maaşı	152	33.7
	Kira Geliri	21	4.7
	Çocuk veya akraba yardımı	65	14.4
	Çalışıyor	40	8.9
	2022 yaşlı. dul. engelli maaşı	82	18.2
	Diğer	91	20.1
	Toplam	451	100.0
Aylık Ortalama Gelir	0-500	111	24.6
	501-1000	102	22.6
	1001-1500	141	31.3
	1501-2000	58	12.9
	2000 ve üzeri	39	8.9
	Toplam	451	100.0
Daha Önce/Emekli Olmadan Önce Yaptığı İş	İşçi	23	5.1
	Esnaf/Tüccar	48	10.6
	Serbest Meslek	78	17.3
	Memur	19	4.2
	Öğretmen	6	1.3
	Çiftçi	29	6.4
	Ev Hanımı	246	54.4
	Diğer	2	0.4
	Toplam	451	100.0
Sürekli Hastalık	Evet	331	73.4
	Hayır	120	26.6
	Toplam	451	100.0
Hastalık Sosyal Yaşamı Etkiliyor mu?	Hiç	138	30.6
	Az	115	25.5
	Çok	198	43.9
	Toplam	451	100.0

Yapılan betimsel analiz sonucu, cinsiyet durumlarına göre, katılımcıların %57.9'unu kadınlar, %42.1'ini erkekler oluşturmaktadır. Bu veri TÜİK (2017)'in son verileriyle de

benzer görünmektedir. TÜİK'in verilerine göre Türkiye'de 2016 yılında yaşlı erkek nüfusun oranı %43.9 iken kadın nüfus oranı %56.1 olmuştur.

Araştırmanın katılımcıları yaş bağımsız değişkeni açısından incelendiğinde, katılımcıların %67.8'i 65-74 yaş aralığındaki kişiler , %24.6'sı 75-84 yaş aralığındaki kişiler ve %7.5'i 85 ve üstü yaştaki kişilerdir.

Katılımcıların %66.7'sini evli olanlar, %33.3'ünü ise bekâr olanlar kişi oluşturmaktadır. İstatistiksel amaçlardan dolayı, ikinci evlilik yapmış olanlar 'Evli' kategorisinde değerlendirilmiş; dul, boşanmış ve eşi ölmüş olanlar ise 'Bekâr' kategorisinde değerlendirilmiştir.

Katılımcılar, öğrenim durumlarına göre cinsiyet temelinde değerlendirildiğinde, katılımcıların %54.5'ini okuryazar olmayanlar (43 erkek, 203 kadın), %22'sini ilköğretim mezunları (66 erkek, 33 kadın), %12'sini okuryazar olanlar (33 erkek, 21 kadın) ve %11.5'ini ortaokul ve üstü mezunları (48 erkek, 4 kadın) oluşturmaktadır.

Katılımcıların %63.4'ü emekli olmayanlar, %36.6'sı emekli olanlardır.

Çalışma durumuna göre değerlendirildiğinde, katılımcıların %86'sını çalışmayanlar, %14'ünü çalışanlar oluşturmaktadır.

Katılımcıların geçim kaynaklarına bakıldığında, %33.7'si emekli maaşı ile, %20.1'i diğer yöntemlerle, %18.2'si yaşlı, dul veya engelli maaşı ile, %14.4'ü çocuk veya akrabalarından aldığı yardım ile, %4.7'si kira geliri ile geçimlerini sürdürmektedir. Diğer kategorisinde değerlendirilen cevapların tamamı yaşlı bireyin eşinden kalan emekli maaşı şeklindeki cevaplardır.

Katılımcıların aylık ortalama gelirlerine göre betimsel analizlerinin sonucuna göre, örneklemin %31.3'ü aylık 1001-1500 TL gelire, %24.6'sı 0-500 TL gelire, %22.6'sı 501-1000 TL gelire, %12.9'u 1501-2000 TL gelire ve %8.9'u 2000 TL üzeri gelire sahiptir.

Emekli olmadan önce veya daha önce çalıştıkları iş açısından bakıldığında, katılımcıların %54.4'ü ev hanımı, %17.3'ü serbest meslek yapan, %10.6'sı esnaf/tüccar, %6.4'ü çiftçi, %5.1'i işçi, %4.2'si memur ve %1.3'ü öğretmendir.

Katılımcıların %73.4'ünün sürekli bir hastalığı bulunurken, %26.6'sının sürekli bir hastalığı bulunmamaktadır.

Hastalığın sosyal yaşamı etkileme durumu incelendiğinde, katılımcıların %30.6'sı hiç etkilemediğini, %25.5'i az etkilediğini, %43.9'u ise çok etkilediğini belirtmiştir.

Tablo 2. Cinsiyet ve Öğrenim Durumu Çapraz Tablo

		Okuryazar Değil	Okuryazar	İlkokul Mezunu	Ortaokul Mezunu ve Üstü	Toplam
Cinsiyet	Erkek	43	33	66	48	190
	Kadın	203	21	33	4	261
	Toplam	246	54	99	52	451

Katılımcılar, öğrenim durumlarına göre cinsiyet temelinde değerlendirildiğinde, katılımcıların %54.5'ini okuryazar olmayanlar (43 erkek, 203 kadın), %22'sini ilkokul mezunları (66 erkek, 33 kadın), %12'sini okuryazar olanlar (33 erkek, 21 kadın) ve %11.5'ini ortaokul ve üstü mezunları (48 erkek, 4 kadın) oluşturmaktadır. Kadınların %77.7 gibi bir bölümünün okuryazar olmadığı görülmektedir. Bu oran toplam katılımcılar içerisinde değerlendirildiğinde okuryazar olmayanların %82'sinin kadın olduğu görülmektedir. Bu durum bize Bingöl ilinde yaşlı kadınların eğitim haklarından mahrum bırakıldığını göstermektedir. Türkiye'de özellikle kırsal alandaki eşitsizliğe dikkat çeken Öztürk (2015: 35), kırsal alanda okuma yazma bilmeyen yaşlı kadın sayısının 450 binin üstünde olduğunu yaşlı erkek sayısının ise 125 binin üzerinde olduğunu, yani erkekler lehine bir oran olduğunu ortaya koymaktadır. Benzer veriler TÜİK (2016) bulgularında da görülmektedir. TÜİK'in verilerine göre okuma yazma bilmeyen kadınların oranı okuma yazma bilmeyen erkeklerin oranından dört kat daha fazladır. Yani okuryazar olmayan kadınların oranı %32.6 iken erkeklerin oranı %8.2'dir.

3.3.2. Yaşlıların Demografik Özellikleri ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

Tablo 3. Medeni Durum ile Yaşam Doyumu Arasındaki t-testi Analizi

	Medeni Durum	N	\bar{X}	ss	T	P
Yaşam	Evli	301	23.17	7.59	3.10	0.002
Doyumu	Bekar	150	20.80	7.65		

p<0.05

Yaşlı bireylerin medeni durumlarının yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığını anlamak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem için t testinde, evli olan yaşlıların test puan ortalaması ile ($\bar{X} = 23.17$) bekar olan yaşlıların test puan ortalaması ($\bar{X} = 20.80$) arasında anlamlı bir fark olduğu $t(499) = 3.10$, $p < 0.05$ görülmüştür. Bu durumda evli olmanın, başka bir ifadeyle bireyin eşinin olmasının bireyin yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu ve bu etkinin büyük olduğu ($d = .99$) söylenebilir. Betimsel analizlerde belirtildiği gibi, ikinci evlilik yapmış olanlar 'Evli' kategorisinde değerlendirilmiş; boşanmış ve eşi ölmüş olanlar ise 'Bekâr' olanlar kategorisinde değerlendirilerek analizler yapılmıştır.

Tablo 4. Demografik Özellik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Anova Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken		N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta squared (η^2)
Yaşam Doyumu	Öğrenim Durumu	1.Okuryazar Değil	246	21.82	7.91	Gruplar Arası	352.98	4	2.000	0.113		
		2.Okuryazar	54	22.12	7.37	Gruplar İçi	26250.57	446				
		3.İlkokul Mezunu	99	22.74	7.57	Toplam	26602.86	450				
		4.Ortaokul ve Üstü	52	24.74	6.88							
		Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	Kiminle Yaşadığı	1.Yalnız	15	21.00	7.41	Gruplar Arası	1390.86	6	4.082	0.001*		0.05
		2.Eş ile birlikte	100	23.20	7.79	Gruplar İçi	25212.0	444				3-2
		3.Çocuklarla birlikte	106	19.69	7.73	Toplam	26602.86	450				3-4
		4.Eş ve çocuklarla	200	23.08	7.50							3-5
		5.Torunlarla birlikte	13	26.38	4.51							
		6.Akrabalarla birlikte	5	19.60	7.12							
		7.Eş ve torunlarla birlikte	12	26.33	6.69							
Toplam	451	22.38	7.68									
Yaşam Doyumu	Ortalama Gelir	1.0-500 tl	111	20.86	7.90	Gruplar Arası	1072.88	4	4.686	0.001*		0.04
		2.501-1000 tl	102	20.80	8.39	Gruplar İçi	25529.98	446				1-4
		3.1001-1500 tl	141	23.23	6.98	Toplam	26602.86	450				1-5
		4.1501-2000 tl	58	24.43	7.17							2-4
		5.2000 tl ve üzeri	39	24.74	6.84							2-5
		Toplam	451	22.38	7.68							

*p<0.05

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, öğrenim durumlarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, okuryazar olmayanların ortalaması ($\bar{X}=21.82$), okuryazar olanların ortalaması ($\bar{X}=22.12$), ilkokul mezunu olanların ortalaması ($\bar{X}=22.74$), ortaokul ve üstü bir okuldan mezun olanların ortalaması ($\bar{X}=24.74$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmemiştir [$F(4-446)=2.000, p>0.05$].

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, kiminle yaşadıklarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, eşi ile birlikte kalanların ortalaması ($\bar{X}=20.15$), her zaman vakit geçirenlerin ortalaması ($\bar{X}=23.20$), çocukları ile birlikte kalanların ortalaması ($\bar{X}=19.69$), eşi ve çocuklarıyla birlikte kalanları ortalaması ($\bar{X}=23.08$) ve torunlarıyla birlikte kalanların ortalamasınının ($\bar{X}=26.38$) en az ikisi arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir [$F(4-446)=7.300, p<0.05$]. Yani, çocuklarıyla birlikte kalan yaşlıların yaşam doyumlarının; eşi ile birlikte kalan, eşi ve çocuklarıyla birlikte kalan ve torunlarıyla birlikte kalan yaşlıların yaşam doyumlarından daha düşük olduğu görülmüştür. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.05$) bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir.

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, aylık ortalama gelir durumlarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, 0-500 tl geliri olan yaşlıların ortalaması ($\bar{X}=20.86$), 501-100 tl geliri olan yaşlıların ortalaması ($\bar{X}=20.80$), 1001-1500 tl geliri olan yaşlıların ortalaması ($\bar{X}=23.23$), 1501-200 tl geliri olan yaşlıların ortalaması ($\bar{X}=24.43$) ve 2000 tl üzeri geliri olan yaşlıların ortalamasınının ($\bar{X}=26.38$) en az ikisi arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir [$F(4-446)=4.686, p<0.05$]. Yani, 0-500 tl arası gelir olan yaşlıların yaşam doyumları 15001 tl ve üzeri geliri olan yaşlıların yaşam doyumlarından daha düşük olduğu, ayrıca 501-1000 tl gelire sahip olan yaşlıların yaşam doyumlarının 1501 tl ve

üzeri gelire sahip olan yaşlıların yaşam doyumlarından daha düşük olduğu görülmüştür. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.04$) bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir.

Araştırmada ilk olarak bakılan demografik değişkenler ile yaşam doyumu arasındaki ilişki olmuştur. Sonuçlara göre 85 ve üstü yaşlıların yaşam doyumu ortalamaları diğer yaş gruplarından daha yüksek çıkmasına rağmen, yaş ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu sonuç, literatürdeki başka çalışmalarla uyumlu olduğu gibi (Ardahan vd., 2012: 64; Çetinkaya, 2011: 62; Dahlan vd., 2010: 76) literatürde zıt yönde bulgulara da rastlanmaktadır (Chen, 2000: 57; Ertekin vd., 2016: 48; Gerstorf vd., 2008: 1148; Görgün Baran vd., 2007: 10; Melendez vd., 2009: 293; Mollaoğlu vd., 2010: e115). Yaş arttıkça yaşam doyumunun arttığına yönelik çalışmalar bulunmaktadır. Ertekin vd. (2016: 48), farklı olarak 76-96 yaş aralığındaki yaşlıların yaşam doyumlarının, 75 yaş altı yaşlıların yaşam doyumlarından daha yüksek olduğunu, aralarında anlamlı fark bulunduğunu bulmuşlardır. Altay ve Avcı (2009: 278)'nin bulgularına göre, 75 yaş üstü yaşlıların yaşam doyumu ortalaması daha yüksek bulunmuş fakat anlamlı fark görülmemiştir. Yine benzer olarak Dahlan vd. (2010: 76), 70-79 yaşları arasında yaşam doyumunun daha yüksek olduğunu bulmalarına rağmen anlamlı fark görülmemiştir.

Araştırmanın sonuçlarından farklı olarak, yaş ile yaşam doyumu arasında ters yönlü ilişki bulan çalışmalar bulunmaktadır. Yani, yaşlı bireylerde yaş ilerledikçe yaşam doyumu azalmakta (Chen, 2000: 57; Görgün Baran vd., 2007: 10; Melendez vd., 2009: 293; Mollaoğlu vd., 2010: e115) hatta hızlanmaktadır (Gerstorf vd., 2008).

Yaşlıların, yaşlılığın ilk yıllarında emeklilik dönemine girmiş olmaları yaşam doyumunda ani bir düşüşe sebep olabilir. Bundan dolayı sonraki yıllarda yaşlılığa uyum sağlanması, durumun kabul edilmesi ve mevcut koşullara rıza göstermeye başlamaları (Dahlan vd., 2010: 76) ilerleyen yıllarda yaşam doyumunun artışına neden olarak düşünülebilir. Ancak katılımcılarımızın çoğunluğunu emekli olmayanların oluşturması yaş grupları arasında anlamlı bir farka yol açmamıştır denebilir.

Çalışmada gelir durumu ile yaşam doyumu arasında anlamlı fark olduğu görülmektedir. Yani yüksek geliri olan yaşlı bireylerin yaşam doyumları da daha yüksek olmaktadır. Bu sonuç literatürdeki çalışmalarla benzerlik göstermektedir (Çetinkaya, 2011: 63;

Chen, 2001: 54; Görgün Baran vd., 2007: 10; Melendez vd., 2009: 293; Usui vd., 1985: 110; Uzun, 2016: 34). Ayrıca Markides ve Martin (1979: 86) ise, gelir durumunun yaşam doyumunu etkinlik yoluyla dolaylı olarak etkilediğini bulmuşlardır.

Yaşam doyumu ortalamalarında cinsiyete göre bakıldığında, cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Benzer olarak literatürde de cinsiyetler arasında anlamlı fark bulan çalışmaya rastlanmamıştır (Altay ve Avcı, 2009: 278; Altıparmak, 2009: 162; Ardahan vd., 2012: 64; Berg vd., 2006: 257; Ertekin vd., 2016: 46; Kaçan Softa, 2015: 12; Liang, 1982: 100; Melendez vd., 2009: 293; Mollaoğlu vd., 2010: e117). Bu durum kadınlar ve erkekler arasında yaşam tatminine aynı nedensel mekanizmanın etki ettiğini göstermektedir (Liang, 1982: 100).

Tıbbi veya kronik bir rahatsızlığı olan ve olmayan yaşlıların yaşam doyumları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bu sonuç literatürdeki bazı çalışmalar ile de uyumludur (Altay ve Avcı, 2009: 279; Altıparmak, 2009: 163; Ertekin vd., 2016: 46; Mollaoğlu vd., 2010: e117). Huzurevinde kalan yaşlıların sürekli hastalığın var olma durumuna göre yaşam doyumlarında anlamlı fark bulunmuştur (Ardahan vd., 2012: 65). Liu ve Guo (2008: 823) ise depresyonun yaşam doyumu üzerinde güçlü bir etkiye sahip olduğunu fakat kronik rahatsızlıkların daha az düzeyde etkili olduğunu bulmuşlardır.

Çalışmanın sonuçlarından farklı olarak sağlık durumuna göre yaşlıların yaşam doyumları arasında anlamlı fark bulan çalışmalar da bulunmaktadır. Markides ve Martin (1979: 86) yaptıkları çalışmada sağlığın yaşam doyumuna etki eden en güçlü yordayıcı olduğunu bulmuşlardır. Özellikle sağlık koşullarının etkisinin aşırı kentsel bölgelerde daha fazla belirgin olduğunu ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Bowling vd., 1991: 563; Öztürk ve Kızıldoğan, 2017: 6).

Araştırmada literatürdeki bazı araştırmalardan farklı sonuçlar alınmasının nedeni olarak, ilin yapısının kentleşme özelliklerini barındırmıyor olması düşünülebilir. Sağlık durumuna göre anlamlı fark bulan çalışmaların aşırı kentsel bölgelerde yapılmış olması bu düşüncüyü güçlendirmektedir. Ayrıca bu çalışmanın örneklem grubunda depresyon gibi hastalıkları olmayan ve huzurevinde yaşamayan yaşlıların olmasının da bu sonucu ortaya çıkardığı düşünülebilir.

Çalışmada eğitim düzeyine göre bakıldığında eğitim düzeyi yükseldikçe yaşam doyumu artmasına rağmen yaşam doyum puanları arasında anlamlı farka rastlanmamıştır. Aynı sonuca Altay ve Avcı (2009: 278), yaptıkları çalışmada ulaşmışlardır. Farklı olarak Melendez vd. (2009: 293), Fernandez-Ballesteros vd. (2001: 25), Li vd. (2006: 559), eğitim durumları arasında anlamlı fark bulmuşlardır. Yani eğitim düzeyi yükseldikçe yaşam doyumu da artmaktadır. Bunun aksine olarak Mollaoğlu vd. (2010: e117), Eğitim durumları ile yaşam doyumu arasında negatif yönlü anlamlı fark bulmuşlardır. Yani eğitim düzeyi yükseldikçe yaşam doyumu azalmaktadır.



3.3.3. Aile ile İlişkiler ve Yaşam Doymu

Bu başlık altında yaşlı bireylerin aile çevresi ile ilişkileri ele alınacaktır. Yaşlı bireyin eşi ile olan ilişkileri veya eşinin olup olmaması, çocukları ile ve torunları ile olan ilişkileri, ailesi ile olan ilişkilerinin ne derece azaldığı, kiminle yaşadığı gibi faktörler incelenecektir. Bu faktörlerin yaşam doyumu ile ilişkilerini anlamak açısından analizler yapılacaktır.

Tablo 5. Medeni Durum ve Yaşam Doymu Arasındaki t-testi Analizi

	Medeni Durum	N	\bar{X}	ss	T	p
Yaşam	Evli	301	23.17	7.59	3.10	0.002
Doymu	Bekar	150	20.80	7.65		

p<0.05

Yaşlı bireylerin medeni durumlarının yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığını anlamak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem için t testinde, evli olan yaşlıların test puan ortalaması ile ($\bar{X} = 23.17$) bekar olan yaşlıların test puan ortalaması ($\bar{X} = 20.80$) arasında anlamlı bir fark olduğu $t(499) = 3.10$, $p < 0.05$ görülmüştür. Bu durumda evli olmanın, başka bir ifadeyle bireyin eşinin olmasının bireyin yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu ve bu etkinin büyük olduğu ($d = .99$) söylenebilir. Betimsel analizlerde belirtildiği gibi, ikinci evlilik yapmış olanlar 'Evli' kategorisinde değerlendirilmiş; boşanmış ve eşi ölmüş olanlar ise 'Bekâr' olanlar kategorisinde değerlendirilerek analizler yapılmıştır.

Tablo 6. Aile İle İlişkilerin Betimsel Analizi

Aile ile İlişkiler		N	%
Torunlarımla Oyun Oynarım	1. Hiçbir Zaman	145	32.2
	2. Nadiren	83	18.4
	3. Bazen	99	22.0
	4. Çoğu Zaman	79	17.5
	5. Her Zaman	45	9.9
	Toplam	451	100.0
Çocuklarımla Akşam Yemeği Yerim	1. Hiçbir Zaman	24	5.3
	2. Nadiren	24	5.3
	3. Bazen	72	16.0
	4. Çoğu Zaman	110	24.4
	5. Her Zaman	221	49.0
	Toplam	451	100.0

Tablo 6'nın devamıdır

Aile ile İlişkiler		N	%	
Çocuklarımla Sohbet Ederim	1. Hiçbir Zaman	18	4.0	
	2. Nadiren	20	4.4	
	3. Bazen	56	12.4	
	4. Çoğu Zaman	151	33.5	
	5. Her Zaman	206	45.7	
	Toplam	451	100.0	
Eşimle Vakit Geçiririm	1. Hiçbir Zaman	163	36.1	
	2. Nadiren	14	3.1	
	3. Bazen	40	8.9	
	4. Çoğu Zaman	96	21.3	
	5. Her Zaman	138	30.6	
	Toplam	451	100.0	
Eşimle Vakit Geçiririm	Evli	1. Hiçbir Zaman	13	4.3
		2. Nadiren	14	4.7
		3. Bazen	40	13.3
		4. Çoğu Zaman	96	31.9
		5. Her Zaman	138	45.8
		Toplam	301	100.0
Eşimle Vakit Geçiririm	Bekâr	1. Hiçbir Zaman	150	100.0
		Toplam	150	100.0
Yaşlandıkça Aile ile İlişkilerde Azalma		Hiç azalmadı	222	49.2
		Az azalma oldu	176	39.0
		Çok azalma oldu	53	11.8
		Toplam	451	100.0

Katılımcıların torunları ile olan ilişkileri incelendiğinde, torunları ile hiçbir zaman oyun oynamadığını belirten %32.2, nadiren oynayan %18.4, bazen oyun oynayan %22, çoğu zaman oynadığını belirten %17.5 ve her zaman oynadığını belirten ise %9.9 olmuştur.

Çocukları ile olan ilişkilere bakıldığında, yaşlı bireylerin yarısına yakını hem çocukları ile yemek yeme (%49) hem de çocukları ile konuşma (%45.7) durumunu her zaman olarak belirtmiştir.

Eşi ile vakit geçirme durumuna bakıldığında, yaşlı bireylerin %36.1'i hiç vakit geçirmediğini, %3.1'i nadiren, %8.9'u bazen, %21.3'ü çoğu zaman, %30.6'sı ise her zaman vakit geçirdiğini belirtmiştir. Ancak bekar olanların tamamının hiç vakit geçirmediği göz önüne alındığında, yeniden yapılan betimsel analizde evli olan yaşlı bireylerin %70'ten daha fazla bir oranda çoğu zaman ve her zaman eşleriyle vakit geçirdikleri ortaya çıkmaktadır.

Bütün değişkenleri birlikte incelendiğinde, yaşlı bireylerin eş olma rollerinin diğerlerinden daha baskın hale geldiği görülmektedir. Bununla birlikte çocukları ile olan ilişkileri yani anne baba rolleri de henüz devam etmektedir. Yaşlı bireylerin, henüz

bekar olan çocukları ile beraber yaşıyor olma ihtimallerinin, büyükanne-büyükbaba olma rollerinde nispeten daha az bir niceliğe sebep olduğu söylenebilir.

Aile içi ilişkilerde zaman geçtikçe azalma durumu incelendiğinde, katılımcıların %49.2'si hiç azalmadığını (222 kişi), %39'u azalmanın az olduğunu (176 kişi), %11.8'i ise (53 kişi) çok azaldığını belirtmiştir.



Tablo 7. Aile ile İlişkiler ve Yaşam Doyumu Anova Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta squared (η^2)	
Yaşam Doyumu	Torunlarla Oynama	1.Hiçbir Zaman	145	21.75	7.51	Gruplar Arası	764.39	4	3.299	0.011*	1-4 2-4	0.02
		2.Nadiren	83	20.63	7.43	Gruplar İçi	25839.47	446				
		3.Bazen	99	22.58	7.53	Toplam	26602.86	450				
		4.Çoğu Zaman	79	24.70	7.79							
		5.Her Zaman	45	23.11	8.09							
		Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	Kiminle Yaşadığı	1.Yalnız	15	21.00	7.41	Gruplar Arası	1390.86	6	4.082	0.001*	3-2 3-4 3-5	0.05
		2.Eş ile birlikte	100	23.20	7.79	Gruplar İçi	25212.0	444				
		3.Çocuklarla birlikte	106	19.69	7.73	Toplam	26602.86	450				
		4.Eş ve çocuklarla birlikte	200	23.08	7.50							
		5.Torunlarla birlikte	13	26.38	4.51							
		6.Akrabalarla birlikte	5	19.60	7.12							
		7.Eş ve torunlarla birlikte	12	26.33	6.69							
		Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	Eşiyle vakit geçirme	1.Hiçbir Zaman	163	20.55	7.76	Gruplar Arası	1575.54	4	7.019	0.000*	1-5 4-5	0.06
		2.Nadiren	14	23.35	6.95	Gruplar İçi	25027.32	446				
		3.Bazen	40	22.55	7.78	Toplam	26602.86	450				
		4.Çoğu Zaman	96	21.53	7.69							
		5.Her Zaman	138	25.0	6.95							
		Toplam	451	22.38	7.68							

*p<0.05

Tablo 7'nin devamıdır

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken		N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta squared (η^2)
Yaşam Doyumu	Torunların bakımı ile ilgilenme	1.Hiçbir Zaman	159	22.91	7.72	Gruplar Arası	370.71	4	1.576	0.18		
		2.Nadiren	59	20.08	6.94	Gruplar İçi	26232.15	446				
		3.Bazen	79	22.68	7.21	Toplam	26602.86	450				
		4.Çoğu Zaman	78	22.47	7.80							
		5.Her Zaman	76	22.65	8.38							
		Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	Çocuklarımla sohbet ederim	1.Hiçbir Zaman	18	21.38	7.49	Gruplar Arası	731.19	4	3.151	0.014*		
		2.Nadiren	20	20.6	5.82	Gruplar İçi	25871.67	446				
		3.Bazen	56	21.91	8.33	Toplam	26602.86	450				4-5
		4.Çoğu Zaman	151	21.07	8.02							
		5.Her Zaman	206	23.73	7.25							
		Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	Çocuklarımla akşam yemeği yerim	1.Hiçbir Zaman	24	22.29	7.37	Gruplar Arası	433.07	4	1.845	0.119		
		2.Nadiren	24	19.95	5.36	Gruplar İçi	26169.78	446				
		3.Bazen	72	20.81	8.71	Toplam	26602.86	450				
		4.Çoğu Zaman	110	22.52	7.41							
		5.Her Zaman	221	23.09	7.65							
		Toplam	451	22.38	7.68							

*p<0.05

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, torunlarla oynama durumlarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklemeler için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, hiçbir zaman torunlarıyla oynamayan yaşlıların yaşam doyumu ortalaması ($\bar{X}=21.75$) ile çoğu zaman oynayanların ortalaması ($\bar{X}=23.11$), arasında ve nadiren oynayanların ortalaması ile ($\bar{X}=20.63$) yine çoğu zaman oynayanların ortalaması ($\bar{X}=23.11$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir [$F(4-446)=3.299, p<0.05$]. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.02$) bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir. Yani, torunlarıyla her zaman oynayan yaşlıların yaşam doyumlarının, hiçbir zaman ve nadiren oynayan yaşlıların yaşam doyumlarından yüksek olduğu söylenebilir.

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, eşiyile vakit geçirme durumlarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklemeler için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, hiç vakit geçirmeyenlerin ortalaması ($\bar{X}=20.15$) ile her zaman vakit geçirenlerin ortalaması ($\bar{X}=24.84$), arasında ve çoğu zaman vakit geçirenlerin ortalaması ile ($\bar{X}=21.79$) yine her zaman gidenlerin ortalaması ($\bar{X}=23.11$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir [$F(4-446)=7.300, p<0.05$]. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.06$) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Yani, eşiyile her zaman vakit geçiren yaşlıların yaşam doyumlarının, hiçbir zaman ve çoğu zaman vakit geçiren yaşlıların yaşam doyumlarından yüksek olduğu söylenebilir.

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, kiminle yaşadıklarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklemeler için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, eşi ile birlikte kalanların ortalaması ($\bar{X}=20.15$), her zaman vakit geçirenlerin ortalaması ($\bar{X}=23.20$), çocukları ile birlikte kalanların ortalaması ($\bar{X}=19.69$), eşi ve çocuklarıyla birlikte kalanları ortalaması ($\bar{X}=23.08$) ve torunlarıyla birlikte kalanların ortalamasınının ($\bar{X}=26.38$) en az ikisi arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir [$F(4-446)=7.300, p<0.05$]. Yani, çocuklarıyla birlikte kalan yaşlıların yaşam doyumlarının; eşi ile birlikte kalan, eşi

ve çocuklarıyla birlikte kalan ve torunlarıyla birlikte kalan yaşlıların yaşam doyumlarından daha düşük olduğu görülmüştür. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.05$) bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir.

Araştırmada yaşlı bireylerin medeni durumlarına göre yaşam doyumları puanları arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür. Araştırma daha önce yapılmış çalışmalarla tutarlı görünmektedir. Berg vd. (2006: 257)'nin yaptıkları çalışmada dul olan yaşlıların yaşam doyumu puanlarının anlamlı derecede daha düşük olduğunu bulmuşlardır. Aynı doğrultuda Li vd. (2006: 551), evli olan yaşlı bireylerin yaşam doyumlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmadan farklı olarak, medeni durum ile yaşam doyumu arasında anlamlı farkın bulunmadığı çalışmalar da bulunmaktadır (Altıparmak, 2009: 163; Çetinkaya, 2011: 62).

Ele alınan bu değişkenler informel etkinlikler kapsamında değerlendirilmektedir. Etkinlik kuramının öne sürdüğü kadarıyla, informel etkinlikler yaşam doyumuna pozitif yönde etki etmelidir. Buradan hareketle yapılan analizlere bakıldığında bu değişkenlerden eş ve torunlar ile olan ilişkilerin yaşam doyumu üzerinde anlamlı etkisinin olduğu görülmüştür. Yaşlıların eşleri ile zaman geçirmelerinin yaşam doyumlarına etki ettiği söylenebilir. Bu veri ile uyumlu olan diğer değişkenlere bakıldığında, evli olan yaşlıların ve eşleriyle birlikte yaşayan yaşlıların da yaşam doyumlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Yaşlı bireyler için eşinin olması sosyal destek anlamına gelmektedir. Eşiyle zaman geçiren ve eşiyle birlikte yaşayan yaşlıların yaşam doyumlarının yüksek olması, sosyal destek sistemlerinin artması ile açıklanabilir. Altıparmak (2009: 163)'a göre sosyal destek; bireye eşi, ailesi ve arkadaşları tarafından sağlanan maddi ve manevi desteklerdir. Yaşlı bireylerin sosyal destekleri arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı farklı çalışmalarda görülmektedir (Aquino vd., 1996: 486; Çetinkaya, 2011: 57). Araştırmanın bulguları ile uyumlu olarak, yapılan başka çalışmalarda da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Bu çalışmalara göre yaşlıların kiminle yaşadıkları, sosyal destek ve yaşam doyumu açısından etkili olmaktadır. Evli olan bireylerin yaşam doyum düzeylerinin, boşanmış ve yalnız yaşayanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Görgün Baran vd., 2007: 10; Kapıkıran, 2016: 20). Benzer olarak, huzurevi ile aile ortamında yaşayan yaşlıların incelendiği çalışmalarda, aile ortamında yaşayan yaşlıların yaşam doyumunun daha

yüksek olduğu bulunmuştur. Yani akraba, aile ve arkadaşlarının olması yaşlı bireylere yeni ilişkiler kurma ihtimalini vermektedir. Böylece yaşlı bireyin yaşlılığa uyumu ve yaşam doyumu daha yüksek olmaktadır (Özer, 2001: 102; Kaçan Softa vd., 2015: 12). Bu durumu destekleyecek şekilde Uzun (2016), yalnız yaşayan yaşlıların yaşam doyumunu incelediği çalışmada, yalnızlığın yaşam doyumu üzerinde negatif yönde etkisi olduğunu bulmuştur. Bu açıdan bakıldığında, hem sosyal desteği artırması hem de yalnızlığı önlemesinden dolayı yaşlı bireyin eşi ile olan ilişkileri yaşam doyumuna etki etmektedir. Dolayısıyla, etkinlik kuramının öne sürdüğü, informel etkinliğin yaşam doyumuna etki ettiğini bu bulgu desteklemektedir.

Yaşam doyumuna etki ettiği görülen diğer informel etkinlik kapsamındaki değişken, torunlar ile olan ilişkilidir. Yaşlıların torunları ile vakit geçirmeleri ve torunları ile birlikte yaşayan yaşlıların yaşam doyumunu ortalamaları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Hem eş hem torunlarla olan ilişkileri inceleyen Özgür ve Sabbağ (2014: 165), erkek yaşlıların “huzuru” eşlerinde bulduğunu, kadın yaşlılar için ise ninelik rollerinin daha belirgin olduğunu bulmuşlardır. Torunlar ile geçirilen zaman ve ilişkiler, daha önceki çalışmalarda informel etkinlik kategorisi altında veya aile ve sosyal ilişkiler başlığı altında değerlendirilmiştir. Bu çalışmalarda informel etkinliklerin ve sosyal ilişkilerin (Fernandez-Ballesteros vd., 2001: 25; Warr vd., 2004: 172) yaşam doyumunu ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu veriyi destekleyecek şekilde, informel etkinlikler ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalarda etkinlik kuramını da destekleyecek şekilde diğer etkinlik türlerine nispeten informel etkinliğin daha fazla yaşam doyumuna etki ettiği görülmektedir (Litwin, 2000: 343). Adams vd. (2010), 1995-2009 yılları arasında etkinlik türleri ile iyilik durumu ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerinin ele alındığı çalışmaları inceledikleri araştırmalarında, yaşam doyumunu üzerinde en etkili faktörün informel etkinlikler olduğu sonucuna varmışlardır. Ayrıca etkinlik kuramının bu çalışmalarda doğrulandığı sonucuna da ulaşmışlardır.

Yaşlıların yaşam doyumları üzerinde torunların etkisi olduğu düşünüldüğünde, mülga 2828 sayılı Sosyal Hizmetler Kanununda yer alan “...çocuk yuvalarının, huzurevleri ile aynı mahallerde tesis edilerek dede-torun, nine-torun ilişkilerinin sağlanması esas alınır” ibaresi akla gelmektedir. Dolayısıyla torunların yaşlılar üzerindeki etkisi söz

konusu olabilmektedir. Bu duruma farklı bir örnek olarak Amerika'daki bir huzurevinde gerçekleştirilen uygulama gösterilebilir. Uygulamada 400'den fazla yaşlının yaşadığı bir huzurevi içerisinde anaokulu açılmıştır. Kuşaklar arası öğrenme merkezi olarak açılmış olan bu anaokulunda, çocuklar ile yaşlılar iletişime geçmektedirler. Programın çocuklara; yaşlılar ile sağlıklı iletişim kurma, yaşlanma sürecini öğrenme, yaşlılara duydukları korkuların ortadan kalkması gibi yararları olduğu gibi asıl fayda yaşlılar için olmaktadır. Yaşlılar için; bilgi ve deneyimlerini aktarma, işe yarar olduklarını hissetme, çocuklarla beraber daha güzel ve verimli zaman geçirme, rol model olma gibi faydaları bulunmaktadır. Yaşlıların sorunlarından olan tecrit olmuş ve önemsiz olduğunu hissetme gibi olumsuz duyguların böylece azalma ihtimali bulunmaktadır Özellikle yaşlıların kendilerini değersiz görme düşünceleri, çocukların eğitimlerine katkıda bulunmaktan dolayı azalmaktadır. Çünkü yaşlı bireyler aynı zamanda çocukların sosyalizasyon süreçlerine yardım etmektedirler² (<http://washington.providence.org>). Türkiye'de ise, hayata geçirilmeye çalışılan ve pilot çalışması yapılmaya başlanan politikalardan birisi olan “ Kadın İstihdamının Desteklenmesi İçin Büyükanne Projesi” isimli protokoldür. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ile Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı arasında imzalanan protokole göre belirli şartları sağlayan babaannelere, torunlarına bakmaları durumunda karşılıksız aylık ödeme yapılması planlanmaktadır (www.aile.gov.tr).

Yine benzer bir uygulamanın İstanbul'da Esenler Belediyesi tarafından gerçekleştirildiği görülmektedir. “Dede-Torun Merkezi” adı altında bir hizmeti 2016 yılında hayata geçirmişlerdir. Bu merkezde, yaşlı bireyler ile çocuklar arasındaki kuşak çatışmalarının önüne geçilmesi, yani kuşaklar arasında karşılıklı ilişkilerin güçlendirilmesi, geleneklerin yeni kuşaklara aktarılması gibi amaçlara ulaşmaya çalışılmaktadır. Merkezde; toplantı odası, berber salonu, satranç odası, el işi atölyesi, kafe ve müzik odası bulunmaktadır. Yaşlılar ile çocuklar beraber burada vakit geçirmektedirler (www.esenler.bel.tr). Araştırmanın bulguları açısından bakıldığında yaşlı bireylerin yaşam doyumlarının artırılması için uygun olabilecek hizmetlerden birisi olarak görülebilir.

² Konu ile ilgili olarak, internet sitesinde yer alan bilgilerin bilimsel temele dayalı olup olmadığı, modeli uygulayan kuruma mail yoluyla sorulduğunda: bu bilgilerin bilimsel veriler değil kendi gözlemleri olduğu cevabı alınmıştır. Bu nedenle modelin uygunluğunun anlaşılması açısından bilimsel çalışmalar yapılması uygun olabilir.

Yaşlı bireylerin kendi çocukları ile ilişkileri ve beraber yaşamalarının yaşam doyumları üzerinde etkili olmadığı da araştırmada ulaşılan bulgulardan biridir. Bu sonuçla uyumlu olarak, Ardahan vd. (2012: 65); Litwin ve Shiovitz-Ezra (2006: 230); Ritchey vd. (2001: 13) yaşlı bireylerin çocuklarıyla görüşme durumuna göre yaşam doyumunda anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşmamışlardır. Baiyewu ve Jegede (1992: 256) ise çocukların yakınlık durumunun yaşlıların yaşam doyumunu üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Yaşlı bireylerin yarından fazlasının çocukları ile telefonda görüşmelerine rağmen (Öztop ve Telsiz, 2001: 283), yaşlı bireylerin, eşleri ve torunlarının aksine çocukları ile olan ilişkilerinin yaşam doyumunu üzerinde etkili olmaması, yaşlıların kendilerini yük gibi algılamalarından kaynaklandığı söylenebilir.

Yukarıda verilen analizler birlikte düşünüldüğünde, yaşlı bireylerin anne babalık rollerinin aksine; büyükanne, büyükbaba rolleri ve eş olma rollerinin ön plana çıktığı görülmektedir. Ayrıca, yaşlı bireylerin aile içi ilişkilerinde azalmanın düşük düzeyde olduğu da görülmektedir. Etkinlik kuramının öne sürdüğü, informel etkinliğin yaşam doyumuna pozitif yönde etki ettiği iddiasına göre değerlendirildiğinde, kuramın bu açıdan kısmen doğrulandığı görülmektedir. Aile üyelerinden eş ve torun faktörünün yaşam doyumunu etkilediği görülürken, çocuklar ile ilgili olan seçeneklerin hiçbirisinde yaşam doyumunun etkilendiği görülmemiştir. Geri çekilme kuramının iddia ettiği, yaşlı bireylerin sosyal ilişkilerden soyutlandığı iddiasının desteklenmediği görülmektedir. Ancak etkinlik kuramının iddia ettiği genel olarak aile ilişkilerinde devamlılığın yaşam doyumuna olumlu etki edeceği iddiasına da ulaşamamıştır.

3.3.4. Yakın Çevre İle İlişkiler ve Yaşam Doyumu

Tablo 8. Akraba, Komşu ve Arkadaşlar ile İlişkilerde Azalma Betimsel Analizler

Sosyal İlişkilerde Azalma		N	%
Yaşlandıkça Akrabalar ile İlişkilerde Azalma	Hiç azalmadı	180	39.9
	Az azalma oldu	203	45.0
	Çok azalma oldu	68	15.1
	Toplam	451	100.0
Yaşlandıkça Komşular ile İlişkilerde Azalma	Hiç azalmadı	211	46.8
	Az azalma oldu	175	38.8
	Çok azalma oldu	65	14.4
	Toplam	451	100.0
Yaşlandıkça Arkadaşlar ile İlişkilerde Azalma	Hiç azalmadı	192	42.6
	Az azalma oldu	192	42.6
	Çok azalma oldu	67	14.9
	Toplam	451	100.0

Akrabalar ile ilişkilerde zaman geçtikçe azalma durumu incelendiğinde, katılımcıların %39.9'u hiç azalmadığını, %45'i azalmanın az olduğunu, %15.1'i ise çok azaldığını belirtmiştir.

Komşular ile ilişkilerde zaman geçtikçe azalma durumu incelendiğinde, katılımcıların %46.8'i hiç azalmadığını, %38.8'i azalmanın az olduğunu, %14.4'ü ise çok azaldığını belirtmiştir.

Arkadaşlar ile ilişkilerde zaman geçtikçe azalma durumu incelendiğinde, katılımcıların %42.6'sı hiç azalmadığını, %42.6'sı azalmanın az olduğunu, %14.9'i ise çok azaldığını belirtmiştir.

Tablo 9. Akraba, Komşu ve Arkadaşlar ile İlişkilerde ve Yaşam Doyumu Anova Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta squared (η^2)
Yaşam Doyumu	Komşu Ziyaretleri Yapma	1.Hiçbir Zaman	45	23.73	7.48	Gruplar Arası	131.75	4	0.555	0.69	
		2.Nadiren	71	22.43	7.89	Gruplar İçi	26471.11	446			
		3.Bazen	119	22.61	8.02	Toplam	26602.86	450			
		4.Çoğu Zaman	128	21.83	7.45						
		5.Her Zaman	88	22.14	7.56						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Arkadaşlarla Sohbet Ederim	1.Hiçbir Zaman	17	23.23	8.75	Gruplar Arası	352.11	4	1.496	0.20	
		2.Nadiren	48	20.70	7.85	Gruplar İçi	26250.75	446			
		3.Bazen	100	22.63	7.70	Toplam	26602.86	450			
		4.Çoğu Zaman	156	21.78	7.53						
		5.Her Zaman	130	23.43	7.59						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Arkadaşları Ziyaret Ederim	1.Hiçbir Zaman	59	22.66	7.91	Gruplar Arası	61.83	4	0.260	0.90	
		2.Nadiren	76	22.46	7.32	Gruplar İçi	26541.04	446			
		3.Bazen	127	21.87	8.24	Toplam	26602.86	450			
		4.Çoğu Zaman	114	22.83	7.19						
		5.Her Zaman	75	22.28	7.77						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Aile İle İlişkilerde Azalma	1.Hiç	222	22.66	7.69	Gruplar Arası	66.27	2	0.559	0.57	
		2.Az	176	21.90	7.87	Gruplar İçi	26536.59	448			
		3.Çok	53	22.79	7.08	Toplam	26602.86	450			
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Akrabalar İle İlişkilerde Azalma	1.Hiç	180	23.13	7.71	Gruplar Arası	324.74	2	2.768	0.06	
		2.Az	203	21.44	7.70	Gruplar İçi	26278.12	448			
		3.Çok	68	23.20	7.36	Toplam	26602.86	450			
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Komşular İle İlişkilerde Azalma	1.Hiç	211	22.58	7.87	Gruplar Arası	41.53	2	0.350	0.70	
		2.Az	175	22.01	7.45	Gruplar İçi	26561.33	448			
		3.Çok	65	22.75	7.76	Toplam	26602.86	450			
		Toplam	451	22.38	7.68						

Araştırmada; arkadaşlar, komşular, akrabalar ile görüşme, bu görüşmelerde azalmanın meydana gelmesi durumlarına göre yaşam doyumlarında anlamlı fark görülmemiştir. Literatürde de akraba (Ardahan vd., 2012: 65) ve yakın arkadaşlarıyla (Ardahan vd., 2012: 65; Baiyewu ve Jegede, 1992: 256) görüşme sıklığına göre yaşam doyumunda anlamlı fark görülmeyen bulgulara rastlanmaktadır. Bununla birlikte, arkadaşlarla düzenli görüşme (Choi vd., 2017: 132; Danış, 2009a) ve arkadaşlarını/akrabalarını ziyaret etmenin (Ritchey vd., 2001: 13; Rodriguez vd., 2008: 170) yaşam doyumunu üzerinde etkili olduğunu bulan çalışmalar da bulunmaktadır. Literatürde bu etkinlik türü ile ilgili farklı sonuçlara ulaşılması, ilişkinin niceliği ile değil kalitesi ile açıklanabilir. Yani bir yaşlının, arkadaşlarıyla, komşularıyla, akrabalarıyla olan ilişkilerinin sıklığı tek başına yaşam doyumunu üzerinde etkili olmayabilir. Bunun ötesinde, bu ilişkilerdeki kalitenin, yaşam doyumunu üzerinde daha etkin rol oynama ihtimali bulunmaktadır. Bu yorumu destekleyecek şekilde Litwin ve Shiovitz-Ezra (2006: 225); Litwin (2000: 343); Berg vd. (2006: 262), sosyal ilişkilerin kendisinden ziyade, kalitesinin yaşam doyumunu üzerinde etkili olduğunu bulmuşlardır. Benzer şekilde Adams vd. (2010), 1995-2009 yılları arasında etkinlik türleri ile iyilik durumu ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerinin ele alındığı çalışmaları inceledikleri araştırmalarında, iyilik hali ve yaşam doyumunu üzerinde sadece etkinliğin tek başına etkili olmadığını ifade etmektedirler. İyilik hali ve yaşam doyumuna daha çok kişilik, seçim, anlam, algılanan etkinlik kalitesi gibi faktörlerin rol oynadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu durumda, yaşlı bireylerin sadece yakın çevresi ile ne kadar etkileşim içerisinde olduklarına göre, ne kadar başarılı yaşlandıkları sonucuna ulaşmak doğru olmayabilir. Etkinlik kuramının iddiaları doğru olsa da, tamamen yaşam doyumunu, başarılı yaşlanma ve iyilik hali gibi kavramların etkinlik türlerinin kendisiyle açıklanması doğru olmayabilir. Dolayısıyla, yaşam doyumunu ve başarılı yaşlanma kavramlarının açıklanmasında yaşlı bireylerin beklentileri, kişilikleri, ilişkilerinin kaliteleri gibi unsurlar da faktör olarak kullanılabilir. Holmes (2006: 210), başarılı yaşlanma, iyilik hali ve yaşam doyumunu ile ilgili yaptığı çalışmada benzer bir eleştiri sunmaktadır. Holmes, ana akım başarılı yaşlanma, iyilik hali ve yaşam doyumunu gibi kavramların çoğu yaşlı için geçerli olamayacağını söylemektedir. Çünkü bu kavramlar, yaşlıların ancak hastalık ve engelden kaçınmaları, bilişsel ve fiziksel işlevlerini korumaları ve hayata katılımlarını devam ettirmeleri koşuluyla başarılı yaşlanacaklarını öne sürerler. Fakat Holmes, kendi yaptığı çalışmada

iyilik halinin temel unsurları olarak; saygı, tinsellik, başkalarıyla anlamlı ilişkiler, bağımsızlık (kendi evlerinde kalabilmek, huzurevine gitmemek) ve güvenli bir çevre faktörleri sonucuna ulaşmıştır.

Ayrıca yaşlıların yaşam doyumlarının toplumsal faktörler göz önünde bulundurulmaksızın sadece etkinlik düzeyi ile ölçülmesi geçerli olmayabilir. Araştırmada yaşlı bireylerin eş ve torun dışında diğer informel etkinliklere katılımlarının yaşam doyumları üzerinde etkili olmaması bu faktörlerle de açıklanabilir. Daha az kentleşmiş bu bölgelerde yaşayan yaşlıların önceki yaşantılarında şimdiye nispeten daha fazla zorluk yaşamış olmaları, şimdiki yaşantılarında nispeten daha yüksek bir refah seviyesi içerisinde yaşıyor olmaları yaşam doyumlarına etki edebilir. Bu durumu Görgün-Baran (2008: 86), bireyin sosyalizasyon süreci, kültürel sermayesi ve toplumsal sınıfı ile açıklamaktadır. Görgün-Baran'a göre alt sosyo ekonomik düzeyde olan yaşlıların deneyimleri ile daha üst sınıftaki yaşlıların kültürel sermayeleri farklı olacaktır. Bu durum ise bireylerin yaşam kalitesi anlayışlarını farklılaştıracaktır. Görgün-Baran'ın kendi ifadesi ile *“Alt sosyo ekonomik düzeydeki yaşlının yiyecek olarak ekmeğini soğanla katık etmek onun için mutluluğun en büyük kaynağıdır ve belki onun için yaşam kalitesi budur”* (s.93)

3.3.5. Siyasi Katılım, Dernek Üyeliği ve Yardım Kuruluşlarının Etkinliklerine Katılım İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

Tablo 10. Formel Etkinliklerin Betimsel Analizi

Formel Etkinlik Sıklığı		N	%
Dernek Üyeliği	Üyeliğim var	18	4.0
	Üyeliğim yok	433	96.0
	Toplam	451	100.0
Dernek Etkinliklerine Katılım	Hiçbir zaman	415	92.0
	Bazen	16	3.5
	Her zaman	20	4.4
	Toplam	451	100.0
Yardım Kuruluşlarının Etkinliklerine Katılım	Hiçbir zaman	195	43.2
	Bazen	129	28.6
	Her zaman	127	28.2
	Toplam	451	100.0
Seçimlerde Oy Kullanma	Oy kullanırım	419	92.9
	Oy kullanmam	32	7.1
	Toplam	451	100.0
Siyasi Parti Üyeliği	Parti üyeliği var	31	6.9
	Parti üyeliği yok	420	93.1
	Toplam	451	100.0
Seçim Çalışmalarına Katılım	Katılıyorum	44	9.8
	Katılmam	407	90.2
	Toplam	451	100.0

Katılımcıların %96'sının dernek üyeliği yokken, %4'ünün dernek üyeliği bulunmaktadır.

Dernek etkinliklerine katılım durumu incelendiğinde, katılımcıların %92'si hiç katılmadığını, %3.5'i bazen katıldığını, %4.4'ü ise her zaman katıldığını belirtmiştir.

Yardım kuruluşlarının etkinliklerine katılım durumu incelendiğinde, katılımcıların %43.2'si hiç katılmadığını, %28.6'sı bazen katıldığını, %28.2'si ise her zaman katıldığını belirtmiştir.

Katılımcıların %92.9'u seçimlerde oy kullanırken, %7.1'i seçimlerde oy kullanmamaktadır.

Katılımcıların %93.1'inin siyasi parti üyeliği bulunmazken, %6.9'unun siyasi parti üyeliği bulunmamaktadır.

Katılımcıların %90.2'si seçim herhangi bir seçim çalışmasına katılmazken, %9.8'i seçim çalışmalarına katılmaktadır.

Tablo 11. Formel Etkinlikler ile Yaşam Doymu Arasındaki İlişkinin t testi Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken		N	\bar{X}	ss	T	p
Yaşam Doymu	Dernek Üyeliği	Var	18	26.11	6.45	2.10	0.036*
		Yok	433	22.23	7.70		
Yaşam Doymu	Seçimlerde Oy Kullanma	Kullanırım	419	22.66	7.59	2.77	0.006*
		Kullanmam	32	18.78	8.10		
Yaşam Doymu	Seçim Çalışmalarına Katılım	Katılırim	44	22.02	7.88	-0.32	0.742
		Katılmam	407	22.42	7.67		
Yaşam Doymu	Siyasi Parti Üyeliği	Var	31	22.16	8.32	-0.15	0.866
		Yok	420	22.40	7.65		

*p<0.05

Yaşlı bireylerin dernek üyesi olma durumlarının yaşam doymu üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığını anlamak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem için t testinde, dernek üyesi olan yaşlı bireylerin test puan ortalaması ile ($\bar{X} = 26.11$) dernek üyesi olmayan yaşlıların test puan ortalaması ($\bar{X} = 22.23$) arasında anlamlı bir fark olduğu $t(499) = 2.10$, $p < 0.05$ görülmüştür. Bu durumda yaşlılar için dernek üyesi olmanın, yaşam doymu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu ve bu etkinin büyük olduğu ($d = .99$) söylenebilir.

Yaşlı bireylerin oy kullanma durumlarının yaşam doymu üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığını anlamak amacıyla yapılan ilişkisiz örneklem için t testinde, oy kullanan yaşlı bireylerin test puan ortalaması ile ($\bar{X} = 22.18$) oy kullanmayan yaşlıların test puan ortalaması ($\bar{X} = 18.78$) arasında anlamlı bir fark olduğu $t(499) = 2.10$, $p < 0.05$ görülmüştür. Bu durumda yaşlılar için oy kullanmanın, yaşam doymu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu ve bu etkinin büyük olduğu ($d = .99$) söylenebilir.

Tablo 12. Formel Etkinlikler ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Anova Analizi

	Formel Etkinlikler		N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta Squared (η^2)
Yaşam Doyumu	Yardım	1.Hiçbir zaman	195	20.97	8.04	Gruplar Arası	826.31	2	7.181	0.001*		0.03
	Kuruluşlarının	2.Bazen	129	22.75	7.28	Gruplar İçi	25776.51	448			1-3	
	Etkinliklerine	3.Her zaman	127	24.22	7.14	Toplam	26602.86	450				
	Katılım	Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	Dernek	1.Hiçbir zaman	415	22.26	7.65	Gruplar Arası	100.29	2	0.848	0.429		
	Etkinliklerine	2.Bazen	16	24.75	6.69	Gruplar İçi	26502.57	448				
	Katılım	3.Her zaman	20	22.90	9.17	Toplam	26602.86	450				
		Toplam	451	22.38	7.68							

*p<0.05

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, yardım kuruluşlarının etkinliklerine katılım durumlarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, hiç katılmayanların ortalaması ($\bar{X}=20.97$) ile her zaman katılanların ortalaması ($\bar{X}=24.22$), arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir [F(4-446)=7.181, p<0.05]. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.03$) bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir. Yani, yardım kuruluşlarının etkinliklerine her zaman katılan yaşlıların yaşam doyumlarının, hiçbir zaman katılmayan yaşlıların yaşam doyumlarından yüksek olduğu söylenebilir.

Formel etkinlik başlığı altında, yaşlı bireylerin oy verme, siyasi parti üyesi olma, dernek üyesi olma, seçim çalışmalarına katılma ve yardım kuruluşlarının etkinliklerine katılma durumlarının yaşam doyumu üzerindeki etkileri analiz edilmiştir. Yapılan analizlerde, dernek üyesi olma durumu ile yardım kuruluşlarının etkinliklerine katılma durumunun yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Araştırma sonucu ile uyumlu olarak Warr vd. (2004: 172), yardım kuruluşlarının etkinliklerine katılımın yaşam doyumu ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bununla birlikte, formel etkinliklerin tamamının değerlendirildiği çalışmalarda yine formel etkinlik türlerinin yaşam doyumu ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Ritche vd., 2001: 14). Li vd. (2006: 551)'nin formel etkinlikleri de içerisinde barındıran, serbest zaman etkinlikleri ile yaşam doyumunu incelediği çalışmasında bu etkinlik türlerinin yaşam doyumu ile ilişkili çıktığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırmada bulunan sonuçlardan yola çıkarak, yaşlı bireyler için yardım kuruluşlarının etkinliklerine katılımın onlar için kendini değerli görme algısında olumlu etki meydana getirdiği söylenebilir. Başkasına yardım etme düşüncesi yaşlı bireyler için yardımlaşma ve başkasını düşünme gibi duyguları harekete geçirebilir. Böylece, yaşlı birey hem yardım kuruluşlarının etkinlikleri hem de dernek üyesi olma gibi etkinliklerle toplum için faydalı olduğu düşüncesini kazanabilir. Dolayısıyla yaşlı bireylerin bu tür etkinliklerle yaşam doyumlarının artıyor olacağı söylenebilir. Etkinlik kuramında, formel etkinliklerin yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu ifade edildiğinden, araştırmanın bu sonucu yine etkinlik kuramını doğrulamaktadır.

3.3.6. Günlük Bireysel Yaşam Etkinlikleri (Yalnız Yapılan Etkinlikler)

Tablo 13. Yalnız Yapılan Etkinlikler ile Yaşam Doyumunun Anova Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken		N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta squared (η^2)
Yaşam Doyumu	Çarşıya Gitme	1.Hiçbir Zaman	116	22.20	8.31	Gruplar Arası	734.655	4	2.481	0.043*		0.02
		2.Nadiren	98	20.96	7.61	Gruplar İçi	25868.21	446				
		3.Bazen	129	21.84	7.33	Toplam	26602.869	450				2-5
		4.Çoğu Zaman	59	24.23	8.11							
		5.Her Zaman	49	24.38	5.72							
		Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	Yürüyüş Yapma	1.Hiçbir Zaman	149	20.85	7.96	Gruplar Arası	579.14	4	2.481	0.43		
		2.Nadiren	107	23.13	7.75	Gruplar İçi	26023.72	446				
		3.Bazen	107	22.66	7.68	Toplam	26602.869	450				
		4.Çoğu Zaman	58	23.75	6.82							
		5.Her Zaman	30	23.70	6.77							
		Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	Alışverişe Gitme	1.Hiçbir Zaman	124	22.85	8.05	Gruplar Arası	977.18	4	4.252	0.002*		0.03
		2.Nadiren	68	19.42	7.35	Gruplar İçi	25625.68	446				2-1
		3.Bazen	109	21.76	7.70	Toplam	26602.869	450				2-4
		4.Çoğu Zaman	75	24.10	6.93							2-5
		5.Her Zaman	75	23.48	7.40							
		Toplam	451	22.38	7.68							
Yaşam Doyumu	TV İzleme	1.Hiçbir Zaman	43	24.13	7.94	Gruplar Arası	505.15	4	2.158	0.073		
		2.Nadiren	36	20.11	6.66	Gruplar İçi	26097.71	446				
		3.Bazen	82	23.62	7.81	Toplam	26602.869	450				
		4.Çoğu Zaman	109	21.64	7.88							
		5.Her Zaman	181	22.30	7.53							
		Toplam	451	22.38	7.68							

*p<0.05

Tablo 13'ün devamıdır

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	N	\bar{X}	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta squared (η^2)
Yaşam Doyumu	Gazete/Kitap Dergi Okuma	1.Hiçbir Zaman	333	21.99	7.68	Gruplar Arası	609.03	4	2.612	0.035*	
		2.Nadiren	39	21.0	8.33	Gruplar İçi	25993.83	446			
		3.Bazen	35	24.94	6.59	Toplam	26602.869	450			
		4.Çoğu Zaman	26	25.42	6.48						
		5.Her Zaman	18	23.77	8.44						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Örgü Örme	1.Hiçbir Zaman	269	22.88	7.47	Gruplar Arası	613.44	4	2.632	0.034*	
		2.Nadiren	33	20.00	6.63	Gruplar İçi	25989.42	446			
		3.Bazen	39	19.51	9.29	Toplam	26602.869	450			
		4.Çoğu Zaman	37	23.27	7.05						
		5.Her Zaman	73	22.71	7.93						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Ev İşleri/Tamiratı Yapma	1.Hiçbir Zaman	137	22.32	8.02	Gruplar Arası	147.13	4	0.620	0.648	
		2.Nadiren	49	21.04	8.03	Gruplar İçi	26455.73	446			
		3.Bazen	62	22.12	6.95	Toplam	26602.869	450			
		4.Çoğu Zaman	70	23.18	7.06						
		5.Her Zaman	133	22.64	7.88						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Bahçe İşleri ile Uğraşma	1.Hiçbir Zaman	189	22.85	7.95	Gruplar Arası	93.89	4	0.395	0.812	
		2.Nadiren	56	22.55	6.95	Gruplar İçi	26508.97	446			
		3.Bazen	68	21.80	8.34	Toplam	26602.869	450			
		4.Çoğu Zaman	65	22.09	7.08						
		5.Her Zaman	73	21.83	7.52						
		Toplam	451	22.38	7.68						

*p<0.05

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, çarşıya çıkma durumlarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklemeler için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, nadiren gidenlerin ortalaması ($\bar{X}=20.96$) ile her zaman gidenlerin ortalaması ($\bar{X}=24.38$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir [$F(4-446)=2.481$, $p<0.05$]. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.02$) bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir. Yani, çarşıya her zaman gidenlerin yaşam doyumlarının, nadiren gidenlerin yaşam doyumlarından yüksek olduğu söylenebilir.

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları arasında fark olup olmadığını sınamak için, alışverişe gitme durumlarına göre yaşam doyumu puanlarının ortalamaları ilişkisiz örneklemeler için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış, test sonunda, nadiren gidenlerin ortalaması ($\bar{X}=19.42$) ile çoğu zaman gidenlerin ortalaması ($\bar{X}=23.48$) ve her zaman gidenlerin ortalaması ($\bar{X}=22.38$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmiştir [$F(4-446)=4.252$, $p<0.05$]. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0.03$) bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir. Yani, alışverişe çoğu zaman ve her zaman gidenlerin yaşam doyumlarının, nadiren gidenlerin yaşam doyumlarından yüksek olduğu söylenebilir.

Yalnız yapılan etkinlikler için yapılan analizlerde diğer değişkenlere göre daha sosyal sayılabilecek olan çarşıya gitme ve alışverişe gitme değişkenlerine göre yaşam doyumları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bunun dışındaki bağımsız değişkenlere göre (TV izleme, kitap okuma, yürüyüş yapma, örgü örme, ev işleri yapma) yaşam doyumu ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Araştırma sonucu ile literatürde yer alan diğer çalışmaların sonuçları bu açıdan uyumlu görünmektedir. Televizyon izleme, radyo dinleme, gazete veya kitap okuma, müzik dinleme, yazma, elle yapılan hobiler, bahçe işleri ile uğraşma, dışarıda yürüyüş yapma (Litwin ve Shiovitz-Ezra, 2006: 233; Menec, 2003: S80; Warr vd., 2004: 176), yemek yapma (Rodriguez vd., 2008: 170), ev işleri ile uğraşma (Ritchey vd.; 2001: 13) gibi yalnız yapılan etkinliklerin yaşam doyumu ile anlamlı ilişkisinin olmadığı görülmektedir. Aynı şekilde, Maher ve Conroy (2015: 1), oturarak yapılan etkinliklerin yaşam doyumu üzerinde olumsuz etkiye sahip olduğunu bulmuşlardır. Benzer olarak, Smith vd. (1986:

278) serbest zaman için ayrılan sürenin fazlalığının, dinlenmeye ayrılan zamandan daha fazla şekilde yüksek yaşam doyumu ile ilgili olduğunu bulmuşlardır. Her üç etkinlik kategorisini değerlendiren Ritchey vd. (2001: 14), yaşam doyumu üzerinde en az etkili kategorinin yalnız yapılan etkinlikler olduğu sonucuna ulaşırken, Litwin (2000: 357); Lemon vd. (1972: 518), yalnız yapılan etkinliklerin yaşam doyumu üzerinde etkili olmadığını ortaya koymuşlardır. Farklı olarak McAuley vd. (2000: 608), yürüyüş yapma gibi fiziksel etkinliklerin yaşam doyumu ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Hem yapılan araştırma hem de yapılan çalışmalara genel olarak bakıldığında yalnız yapılan etkinliklerin yaşam doyumu ile ilişkili olmadığı görülmektedir.

Yalnız yapılan etkinliklerin yaşam doyumuna etki etmemesinin sebebi olarak yalnız yapılan etkinliklerin yaşlı bireye rol desteği sunmadıkları ve yalnız etkinliklerde sadece sembolik veya zihnen inşa edilen dinleyiciler sunulduğu için yaşam doyumu üzerinde etkili olmadığı söylenebilir (Lemon vd., 1972: 518). Böylece, etkinlik kuramının öne sürdüğü, yalnız yapılan etkinlikler ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin, hem yapılan araştırma hem de mevcut literatür değerlendirildiğinde doğrulanmadığı görülmektedir. Ancak araştırmada, “çarşıya gitme” ve “alışveriş yapma” değişkeninin yaşam doyumuna etki etmesinin diğer değişkenlerden farklı olduğu görülmüştür. Çarşıda gezme eylemi yalnız yapılan bir etkinlik iken, Bingöl il merkezinin nüfus olarak az olmasından dolayı, çarşıya çıkan bir yaşlının tanıdığı insanlara denk gelme ihtimali bulunmaktadır. Yürüyüş yapma etkinliği ve tanıdıkları ile çarşıda görüşebilme ihtimalinin birleşmesi, yaşlının bu etkinlik yoluyla sosyal etkileşim içerisine girmesini sağladığı söylenebilir.

Araştırmada çarşıya gitme ve alışverişe gitme değişkenleri dışında fiziksel etkinlik ile ilgili olan değişkenlerin yaşam doyumu üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ancak literatüre bakıldığında aksi yönde sonuçların var olduğu görülecektir. Yürüyüş yapma gibi fiziksel etkinliklerin yaşam doyumu ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Fernandez-Ballesteros vd., 2001: 25; McAuley vd., 2000: 608). Bununla birlikte genel olarak etkinlik ile yaşam doyumuna bakıldığında, araştırma sonucunda özellikle informel ve formel etkinlik türlerinin yaşam doyumuna etki ettiği bulunmuştur. Literatürde de benzer sonuçlar bulunmaktadır (Chen, 2000: 54; Karaman, 2015; Markides ve Martin, 1979: 86; Nimrod ve Adoni, 2006). Janke vd. (2008: 83) ise

Özellikle dul kaldıktan sonra etkinliklerdeki azalma ile yaşam doyumunu arasında ilişki bulunmuştur. Sosyal ilişkiler açısından bakıldığında, araştırmada özellikle eş ve torunlarla olan sosyal ilişkilerin yaşam doyumunu yordamada etkili olduğu bulunmuştur. Genel olarak sosyal ilişkilerin yaşam doyumunu üzerinde etkili olduğu da daha önceki çalışmalarda ortaya konmuştur (Fernandez-Ballesteros vd., 2001: 25; Johnson vd., 2014: 147; McAuley vd., 2000: 608).



3.3.7. Dini Etkinlikler ve Yaşam Doyumu

Tablo 14. Dini Etkinlikler ile Yaşam Doyumunun Anova Analizi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta squared (η^2)
Yaşam Doyumu	Dini Kitap/Kuran Okuma	1.Hiçbir Zaman	195	22.31	7.60	Gruplar Arası	282.82	4	1.198	0.311	
		2.Nadiren	33	21.60	6.84	Gruplar İçi	26320.04	446			
		3.Bazen	39	20.87	7.92	Toplam	26602.86	450			
		4.Çoğu Zaman	61	21.77	7.87						
		5.Her Zaman	123	23.48	7.84						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Tek Başına Namaz Kılma	1.Hiçbir Zaman	24	21.0	9.14	Gruplar Arası	514.24	4	2.198	0.068	
		2.Nadiren	25	24.6	7.0	Gruplar İçi	26088.62	446			
		3.Bazen	33	23.96	7.64	Toplam	26602.86	450			
		4.Çoğu Zaman	86	20.69	7.46						
		5.Her Zaman	283	22.63	7.62						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Cemaatle Namaz Kılma	1.Hiçbir Zaman	112	21.88	7.71	Gruplar Arası	383.89	4	1.633	0.165	
		2.Nadiren	73	22.23	7.23	Gruplar İçi	26218.97	446			
		3.Bazen	90	21.38	7.96	Toplam	26602.86	450			
		4.Çoğu Zaman	69	22.23	7.73						
		5.Her Zaman	107	23.95	7.59						
		Toplam	451	22.38	7.68						
Yaşam Doyumu	Dini Sohbetlere Katılım	1.Hiçbir Zaman	103	22.63	7.61	Gruplar Arası	105.92	4	0.446	0.776	
		2.Nadiren	78	21.89	7.72	Gruplar İçi	26496.94	446			
		3.Bazen	89	22.39	7.25	Toplam	26602.86	450			
		4.Çoğu Zaman	79	21.69	7.53						
		5.Her Zaman	102	23.03	8.29						
		Toplam	451	22.38	7.68						

Tablo 13.

Tablo 14'ün devamıdır

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	F	p	Fark	Eta squared (η^2)
Yaşam Doyumu	Mevlilere Katılım	1.Hiçbir Zaman	50	21.66	7.56	Gruplar Arası	522.11	4	2.232	0.065	
		2.Nadiren	46	20.36	7.38	Gruplar İçi	26080.75	446			
		3.Bazen	77	22.32	6.97	Toplam	26602.86	450			
		4.Çoğu Zaman	113	21.73	8.09						
		5.Her Zaman	165	23.64	7.71						
		Toplam	451	22.38	7.68						

Yaşam doyumu ile ilişkili olabileceği düşünülen değişkenlerden birisi de yaşlı bireylerin dini etkinlikleridir. İformel etkinlik kapsamında değerlendirilebilecek olan cemaatle namaz kılmanın ve formel etkinlikler kapsamında değerlendirilebilecek olan dini sohbetlere ve mevlitlere katılmanın ve yalnız etkinlikler içerisinde değerlendirilebilecek olan tek başına namaz kılmak ile kuran veya dini kitaplar okumanın, yaşam doyumu üzerinde anlamlı düzeyde etkisi görülmemiştir. Daha önce yapılan çalışmalarda, mevcut sonuçların aksi yönde bulgulara ulaşılmıştır. Yapılan çalışmalarda dindarlık (Park vd., 2012: 641), dini etkinliklere katılım (kilise, cami, sinagoga katılım) ve dini gruplara katılımın (Choi vd, 2017: 132; Litwin ve Shiovitz-Ezra, 2006: 233; Ritchey vd., 2001: 14; Warr vd., 2004: 172) yaşam doyumu ve iyilik hali üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Yine Dahlan vd. (2010: 76)'nin yaşamından memnuniyet ile ilgili yaşlı bireylere sordukları sorularda yaşlı bireyler en çok “Elhamdulillah” ve “Şükür” kelimelerini kullanmışlardır. Araştırmacılar, bu durumu yaşlıların kendi durumları ile ilgili rıza ve kabullenme hallerine bağlamışlardır. Benzer bir sonuca Adıyaman-Samsat ilçesinde Özgür ve Sabbağ (2014: 161-165) ulaşmışlardır. Araştırmacıların yaptığı nitel çalışmada, yaşlılar daha fazla mal istemediklerini ve maneviyatlarını güçlendirmek istediklerini belirtmişlerdir. Ayrıca, yaşlılar maddi birikimlerini daha çok “umreye gitmek” için kullanmak istediklerini söylemişlerdir. Yazarlar, yaptıkları görüşmelerde en çok geçen kelimenin “Allah” olduğunu ifade etmişlerdir. Emiroğlu (1985: 137), yaşlı bireylerin yaşadıkları fiziksel ve toplumsal kayıpları dinsel pratiklerle telafi ettiklerini, dinsel pratiklerin yaşlıların sosyal uyumunda etkili olduğunu ifade etmektedir.

Araştırma örneklemini için dini etkinliklere katılımın yaşam doyumuna etki etmemesi, diğer faktörlerin daha etkili olabileceğini düşündürmektedir. Daha önceki analizlerle birlikte düşünüldüğünde, eşi ve torunları yanında olan bir yaşlının yaşam doyumunun, eşi ve torunları yanında olmayıp dini etkinleri yerine getiren bir yaşlıdan daha yüksek bir yaşam doyumunun olacağı söylenebilir. Yaşlılar için bu durumda kentleşme düzeyi orta olan kentlerde sosyal desteğe ihtiyacın diğer faktörlerden daha ön planda olduğu söylenebilir. Kapıkıran (2016: 21)'in yaptığı çalışmada ulaştığı sonuç da bu yorumu desteklemektedir. Kapıkıran, kırsal alanda yaşayan yaşlıların yaşam doyumlarının ve sosyal destek algılarının kentte yaşayan yaşlılara göre düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır.

SONUÇ

Geri Çekilme ve Etkinlik Kuramları çerçevesinde yaşlı bireylerin etkinlik düzeyleri ile yaşam doyumlarının incelendiği araştırmada, yaşam doyumuna etki edecek bağımsız değişkenler belirlenmiştir. Bu değişkenler, yaşlı bireyin demografik özelliklerini gösteren yaş, medeni durum, cinsiyet, gelir durumu, eğitim durumu, birlikte yaşadığı kişiler, çalışma durumu, emeklilik gibi etkenlerle beraber etkinlik türleri altında yer alan formel, informel ve yalnız yapılan etkinliklerdir. Bu etkinlik türleri ve demografik değişkenlerin yaşam doyumunu üzerindeki etkileri incelenmiştir.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre, yaşlı bireylerin torunları ile zaman geçirmelerinin yaşam doyumunu üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Ancak yaşlı bireylerin çocukları ile olan ilişkileri, onlarla birlikte yaşamalarının yaşam doyumları üzerinde etkili olmadığı görülmüştür. Araştırmadan elde edilen diğer bir veri yaşlı bireylerin evli olmaları, eşleriyle birlikte yaşıyor olmaları ve eşleri ile vakit geçirmelerinin yaşam doyumları üzerinde anlamlı olumlu etkisinin olduğu görülmüştür. Bunlarla beraber yaşlı bireylerin zaman geçtikçe aile ile ilişkilerinde azalmanın düşük düzeyde olduğu, yani anne-baba ve dede-nine rollerini yerine getirmeye devam ettikleri görülmüştür.

Demografik değişkenlerden gelir durumu ve medeni durumun yaşam doyumunu üzerinde anlamlı düzeyde pozitif etkisi görülürken; eğitim durumu, yaş, cinsiyet, emeklilik durumu ve çalışma durumunun yaşam doyumunu üzerinde anlamlı düzeyde etkisinin olmadığı görülmüştür.

Araştırmada, yalnız yapılan etkinliklerin (kitap okuma, TV izleme, yürüyüş yapma, ev işleri yapma, örgü örme) yaşam doyumunu üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür. Bu etkinliklerden yalnızca, daha sosyal yönleri olan alışverişe gitme ve çarşıya gitme değişkenlerinin yaşam doyumunu üzerinde anlamlı pozitif etkisinin olduğu görülmüştür.

Araştırmada etkinlik türlerinden olan informel etkinlikler açısından bakıldığında, eş ve torunlar ile olan ilişkilerin yaşam doyumuna etki ettiği görülmektedir. Ancak diğer informel etkinlikleri ölçen değişkenlerin; yani akrabalar, komşular ve arkadaşlar ile olan ilişkiler ile kahvehaneye, düğünlere, taziyelere gitme değişkenlerinin yaşam doyumları

üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte, yaşlı bireylerin yaşları arttıkça akraba, komşu ve arkadaşları ile olan ilişkilerinin azalmasının düşük düzeyde olduğu bulunmuştur.

Diğer etkinlik türü olan formel etkinlikler açısından yaşam doyumu değerlendirildiğinde, yaşam doyumu puanlarına dernek üyesi olma ve yardım kuruluşlarının etkinliklerine katılımın anlamlı düzeyde pozitif yönde etki ettiği görülmüştür. Bunun dışında kalan, siyasi parti üyeliği, seçim çalışmalarına katılım, dernek etkinliklerine katılım değişkenlerinin yaşam doyumu üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür. Yaşlı bireylerin formel etkinliklere katılımının da düşük olduğu görülmektedir. Sadece oy kullanma değişkeninde yaşlı bireylerin tamamına yakını oy kullanırken, dernek üyeliği, dernek etkinlikleri, seçim çalışmaları gibi etkinliklere yaşlı bireylerin oldukça az bir kısmının katıldığı görülmektedir.

Dini etkinlikler ile yaşam doyumunun ölçüldüğü analizlere bakıldığında hiçbir dini etkinliğin yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sonucu elde edilmiştir. Tek başına namaz kılma, cemaatle namaz kılma, dini sohbetlere katılım, mevlilere katılım, kuran veya dini kitaplar okuma gibi değişkenlerin yaşam doyumu üzerinde anlamlı pozitif etkisi görülmemiştir.

Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, literatürle de uyumlu olacak şekilde etkinlik kuramı kısmen doğrulandığı geri çekilme kuramının iddialarının ise doğrulanmadığı görülmüştür. Yalnız yapılan etkinliklerin yaşam doyumu üzerinde anlamlı etkisi görülmezken; formel ve informel etkinliklerin ise yaşam doyumu ile kısmen ilişkili olduğu görülmektedir. Geri çekilme kuramının öne sürdüğü gibi yaşamdan ve sosyal etkinliklerden çekilmenin yaşam doyumuna yol açtığı sonucuna ulaşılamamıştır. Bu kuramın geçerli olabilmesi için sosyal etkinliklerden geri çekildikçe yaşlı bireylerin yaşam doyumunda artış olması beklenirdi. Ancak, hiçbir değişkende etkinlik düzeyi ile yaşam doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir etkiye rastlanmamıştır. Yani her ne kadar yaşlı bireylerin etkinlik düzeyleri azalmasına rağmen yaşam doyumları olumlu yönde artmamıştır. Kuramın öne sürdüğü mutluluk ile pasif bir yaşamın doğru orantılı olduğu iddiası bu açıdan bakıldığında doğrulanmamaktadır. Marcum (2012), yaptığı çalışmada yaşlı bireylerin gençlere göre sosyal katılımlarının azaldığını ve bunun geri çekilme kuramını desteklerken, süreklilik ve etkinlik gibi kuramlarla ters düştüğünü

ifade etmektedir. Ancak, Marcum, bu durumu yaşam doyumu, başarılı yaşlanma gibi kavramlarla değerlendirmeden bu sonuca varmıştır. Hem geri çekilme hem de etkinlik kuramı, etkinlik düzeyi arttıkça veya azaldıkça, yaşam doyumunun bundan etkileneceğini iddia etmektedirler. Geri çekilme kuramın, yaşlı bireyin toplumdan çekilmesinin karşılıklı tatmini ortaya çıkaracağını söylemektedir. Bu nedenle yaşlı bireylerin sosyal yaşamdan çekilmesinin geri çekilme kuramını doğruladığını iddia etmek doğru bir yargı olmayabilir.

Rose (1965: 364), yaşlı bireylerin daha iyi bir fiziksel sağlığa kavuşmaları ve ekonomik olarak daha iyi bir konuma gelmeleri ile birlikte sosyal etkinliklerden çekilme ihtimallerinin azalacağını ifade etmiştir. 2000'li yıllara gelindiğinde bu iddiayı destekler şekilde Giddens (2007: 139-144), post-modern dönemdeki Avrupa'yı anlatırken yaşlılık ile ilgili geri çekilme kuramının tersine olacak iddialar öne sürmektedir. Giddens, Amerika'daki 65 ve yaş üstü bireylerin şimdi işlerinde kalmaya devam ettiklerini, yeni kariyerler peşinde koştuklarını söylemektedir. Araştırmalara göre, Amerikalıların yüzde ellisi, yetmişli yaşlarında çalışmaya devam etmeyi istemektedirler. Japonya'da ise, 55-59 yaşları arasındaki bireylerin %78'i yasal emeklilik yaşı olan 60 yaşından sonra da çalışmayı düşünmektedirler. Bu bakış açısına benzer olarak Cravit (2008: 4-14), Amerika ve Avrupa'daki bebek patlaması kuşağını anlattığı kitabında, bu kuşağın yaşlılık ile ilgili algılarımızda farklılık meydana getirdiklerini iddia etmektedir. Bu kuşak daha önce kendi ebeveynlerinin yaşadıkları zorlukları yaşamamışlardır. Bu nedenle şımarık narsist, bencil olarak yetişmiş ve her şeyi mahvetmişlerdir. Bu kuşak sessiz, sakin bir yaşlılığa direnç göstermektedirler. Ekonomik durumlar, teknoloji ve sağlıktaki gelişmeler gibi nedenler bu kuşağın farklı davranmalarına ve çalışmalarına yol açacaktır. Bu kuşak, emeklilik, cinsellik, ileriye yönelik planlama, teknoloji kullanımı, etkinlik gibi konularda yaşlılara yönelik kalıp yargıları kırabilirler.

Ancak araştırmada, yaşlı bireylerin alandaki başka çalışmalarla uyumlu olarak, daha çok fiziksel çaba gerektirmeyen yani pasif etkinlikleri tercih ettiklerini göstermektedir. Bununla birlikte çalışmalar yaşlı bireylerin artık daha etkin bir yaşam tarzı yaşamaya başladıklarını göstermektedir (Povlsen ve Larsen, 1999: 29; Pageot, 1986: 27). Daha hareketli bir yaşamın ise daha yüksek bir yaşam doyumu ile ilişkili olduğu ise daha önceki bölümlerde belirtilmişti. Bundan dolayı Çifçili (1999: 11), işlevselliğin

korunması için yaşı bireylerin fiziksel anlamda mümkün olduğunca etkin olmaları gerektiğini ifade etmektedir. Bu bağlamda DSÖ, yaşı bireylerin yaşamın her alanında katılımlarının desteklenmesi gerektiğini belirtmektedir. Daha önceki bölümde belirtildiği gibi, Türkiye yaşıllık sorunu ile karşı karşıya gelmeye başlamış olmasına rağmen Bingöl ili düşünüldüğünde, henüz yaşı bireylerde bu dönüşüm gerçekleşmemiştir. Ancak gelecek yaşı kuşakların, Amerika'daki bebek patlaması kuşağına benzer bir dönüşüm yaşama ihtimalinden söz edilebilir. Eğitim seviyesinin artıyor olması, sağlık koşullarının daha iyi olması, gelecek yaşı kuşaklar için daha hareketli bir yaşam tarzının öngörülebileceğini göstermektedir. Yani Rose'un 1965 yılında öngördüğü değişim, bugün Bingöl gibi kentleşme düzeyi orta derecede olan iller için de düşünülebilir.

KAYNAKÇA

ACHENBAUM, W. Andrew ve Vern L. Bengston; (1994), "Re-engaging the Disengagement Theory of Aging: On the History and Assesment of Theory Development in Gerontology" *The Gerontologist*, Vol. 34, No. 6, pp. 756-763.

ADAMS, Kathryn Betts, Sylvia Leibbrandt ve Heehyul Moon; (2010), "A Critical Review of the Literature on Social and Leisure Activity and Wellbeing in Later Life", *Ageing and Society*, Vol. 31, No. 14, pp. 683-712.

AKÇAY, Cengiz; (2011). *Yaşlılık Kavramlar, Kuramlar ve Yaşlılığa Hazırlık*, Genişletilmiş 2. Baskı, İstanbul, Kriter Yayınevi.

ALTAY, Birsen ve İlknur Aydın Avcı; (2009), "Huzurevinde Yaşayan Yaşlılarda Özbakım Gücü ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki" *Dicle Tıp Dergisi*, Yıl: 36, Sayı: 4, s. 275-282.

ALTIPARMAK, Saliha; (2009), "Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Yaşam Doyumu, Sosyal Destek Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler", *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, Yıl: 23, Sayı: 3, s. 159-164.

ANDREWS, F. M. ve S. B. Withey; (1976), *Social Indicators of Well-Being: Americans' Perceptions of Life Quality*, New York, Plenum Press.

AQUINO, Juan A., Daniel W. Russell, Carolyn E. Cutrona ve Elizabeth M. Altmaier; (1996), "Employment Status, Social Support, and Life Satisfaction Among the Elderly", *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 43, No. 4, pp. 480-489.

ARDAHAN, Melek, Özüm Erkin Balyacı ve Atiye Genç; (2012) "Yaşlıların Algıladıkları Aile Desteğinin Yaşam Doyumlarına Etkisi", *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, Yıl: 21, Sayı: 2, s. 61-69.

ARIKAN, Rauf; (2013), *Araştırma Yöntem ve Teknikleri*, Geliştirilmiş 2. Basım, Nobel Yayıncılık, Ankara.

ARPACI, Fatma; (2014), “Emekli Bireylerin Emekliliğe Uyum Konusundaki Görüşleri ve Emekliliğin Yaşamlarında Meydana Getirdiği Değişikliklerin İncelenmesi” *Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, Yıl: 33, s. 73-85.

ASLAN, Dilek; (2012), “Sağlıklı Beslenme ve Yaşlılık”, Editörler: Aslan, Dilek ve Melikşah Ertem, *Yaşlı Sağlığı: Sorunlar ve Çözümler*, Ankara, Halk Sağlığı Uzmanları Derneği Yayınları, s. 37-41.

ASPB (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı); (2017), <http://www.aile.gov.tr/haberler/buyukanne-projesi-nedir>, 05 08, 2017

Atatürk'ün Söylev ve Demeçleri (Cilt I); (2006), Ankara, Atatürk Araştırma Merkezi Yayınları.

ATCHLEY, Robert C.; (1989), “A Continuity Theor of Normal Aging”, *The Gerontologist*, Vol. 29, No. 2, pp. 183-190.

BAIYEWU, Olusegun ve R. Olukayode Jegede; (1992), “Life Satisfaction in Elderly Nigerians: Reliability and Factor Composition of the Life Satisfaction Index Z”, *Age and Ageing*, Vol. 21, pp. 256-261.

BAL, Hüseyin; (1999), *Kent Sosyolojisi*, Ankara, Turhan Kitabevi Yayınları.

BAL, Hüseyin; (2014,. *Sosyolojide Yöntem ve Araştırma Teknikleri*, Ankara, Sentez Yayınları.

BALCI, Elçin; (2012), “Bedensel Etkinlik ve Yaşlılık”, Editörler: Aslan, Dilek ve Melikşah Ertem, *Yaşlı Sağlığı: Sorunlar ve Çözümler*, Ankara, Halk Sağlığı Uzmanları Derneği Yayınları, s. 42-47.

BARUT, Yaşar; (2008), “Yaşlılık Dönemi Zihinsel ve Ruhsal Özellikleri”, Editörler: Ersanlı, Kurtman ve Melek Kalkan, *Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık*, Ankara, Pegem Akademi, s. 39-62.

BECKER, G. S.; (1960), *Demographic and Economic Change in Developed Countries*, Columbia University Press.

BEGER, Tanju ve Hakan Yavuzer; (2012), “Yaşlılık ve Yaşlılık Epidemiyolojisi”, *Klinik Gelişim Dergisi*, Yıl: 25, Sayı: 3, s. 1-3.

BENGSTON, Vern L., Elisabeth O. Burgess ve Tonya M. Parrott; (1997), "Theory, Explanation, and a Third Generation of Theoretical Development in Social Gerontology", *Journal of Gerontology*, Vol. 52B, No. 2, pp. S72-S88.

BERG, A. I., L. B. Hassing, G. E. McClearn ve B. Johansson; (2006), "What Matters For Life Satisfaction in the Oldest Old?", *Aging & Mental Health*, Vol. 10, No. 3, pp. 257-264.

BİLEN, Mürüvvet; (2009), *Sağlıklı İnsan İlişkileri*, 7. Baskı, Ankara, Anı Yayıncılık.

BONGAARTS, J. ve S. C. Watkins; (1996) "Social Interactions and Contemporary Fertility Transitions", *Population Council*, Vol. 22, No. 4, pp. 639-682.

BOSSE, Raymond, Carolyn M. Aldwin, Michael R. Levenson ve David J. Ekerdt; (1987), "Mental Health Differences Among Retirees and Workers: Findings From the Normative Aging Study", *Psychology and Aging*, Vol. 2, No. 4, pp. 383-389.

BOWLING, Ann, Morag Farquhar, ve Peter Browne; (1991), "Life Satisfaction and Associations With Social Network and Support Variables in Three Samples of Elderly People", *International Journal of Geriatric Psychiatry*, Vol. 6, pp. 549-566.

BÖLÜKBAŞ, Nurgül ve Hatice Arslan; (2003), "Huzur Evinde Kalan Yaşlıların Psikososyal Yönlerinin İncelenmesi", *Düşünen Adam*, Yıl: 16, No: 4, s. 235-239.

BRENNER, M. Harvey, Barbara Curbow, Jonathan C. Javitt, Marcia W. Legro ve Alfred Sommer; (1993), "Vision Change and Quality of Life in the Elderly: Response to Cataract Surgery and Treatment of Other Chronic Ocular Conditions", *Arch Ophthalmol*, Vol. 111, No. 5, pp. 680-685.

BULUT, Ülkü ve Nilgün Özçakar; (1999), "Nasıl Yaşlanıyoruz", *Turkish Family Physician*, Yıl: 3, Sayı: 1, s. 1-5.

BÜYÜKÖZTÜRK, Şener, Ebru Kılıç Çakmak, Özcan Erkan Akgün, Şirin Karadeniz, Funda Demirel; (2016), *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, 20. Baskı, Ankara, Pegem Akademi.

CANATAN, Ayşe; (2015), “Yaşlılar ve Toplum”, Editörler: Bacanlı, H. ve Ş. Işık Terzi, *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*, 3. Baskı, İstanbul, Açılım Kitap. s. 357-392.

CEYLAN, Harun; (2015), “Sosyal Değerden Sosyal Soruna Yaşlılık”, Editör, Ceylan, H., *Modern Hayat ve Yaşlılık*, Ankara, Nobel Kitap, s. 25-53.

CHEN, Chaonan; (2000), “Aging and Life Satisfaction”, *Social Indicators Research*, Vol. 54, No. 1, pp. 55-79.

CHOI, Young, Kwang-Sig Lee, Jaeyong Shin, Jeoung A. Kwon ve Eun-Cheol Park; (2017), “Effects of a Change in Social Activity on Quality of Life Among Middle-Aged and Elderly Koreans: Analysis of the Korean Longitudinal Study of Aging (2006-2012)”, *Geriatrics and Gerontology International*, Vol. 17, pp. 132-141.

CİLLOV, Haluk; (1974), “The Structure of the Turkish Population”, Editörler: Karadayı, F., S. Timur, M. Macura, S. Yener, H. Cillov, H. Tezmen, Ü. Sunday, H. A. Kışnişçi, *The Population of Turkey*, Ankara, Hacettepe University The Institute of Population Studies, s. 57-86.

CONNER, Karen A., Lorraine T. Dorfman ve Jean B. Tompkins; (1985), “Life Satisfaction of Retired Professors: The Contribution of Work, Health, Income, and Length of Retirement”, *Educational Gerontology*, Vol. 11, pp. 337-347.

CRAVIT, David; (2008), *The New Old: How the Boomers Are Changing Everything...Again*, Toronto, ECW Press.

CREWS, John E. ve Vincent A. Campbell; (2004), “Vision Impairment and Hearing Loss Among Community-Dwelling Older Americans: Implications for Health and Functioning”, *American Journal of Public Health*, Vol. 94, No. 5, pp. 823-829.

CUMMING, M. Elaine; (1971), “New Thoughts on the Theory of Disengagement”, Editör: Kastenbaum, R., *New Thoughts on Old Age*, 3. Edition, New York, Springer Publishing Company, pp. 3-18.

ÇAMUR, Derya, Songül Acar-Vaizoğlu; (2012), “Sağlıklı Yaşlanma İçin Çevre”, Editörler: Aslan, D. ve M. Ertem, *Yaşlı Sağlığı: Sorunlar ve Çözümler*, Ankara, Halk Sağlığı Uzmanları Derneği Yayınları, s. 31-36.

ÇETİNKAYA, Eda; (2011), *Emekli Bireylerde Yaşam Doyumunu Yordayıcıları Olarak Sosyal Destek ve Öz Yeterlilik*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

DAHLAN, Akehsan, Margaret Nicol ve Donald Maciver; (2010), “Elements of Life Satisfaction Amongst Elderly People Living in Institutions in Malaysia: A Mixed Methodology Approach”, *Hong Kong Journal of Occupational Therapy*, Vol. 20, No. 2, pp. 71-79.

DANIŞ, Zafer; (2009a), *Kurumlarda Kalan Yaşlıların Yaşam Kalitesi ve Bunu Etkileyen Faktörler: Ankara Örneğinde Bir Alan Araştırması*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

DANIŞ, Zafer; (2009b), “Türkiye’de Yaşlı Nüfusun Yalnızlık ve Yoksulluk Durumları ve Sosyal Hizmet Uygulamaları Açısından Bazı Çıkarımlar”, *Toplum ve Sosyal Hizmet*, Yıl: 20, Sayı: 1, s. 67-84.

DAVIS, Kingsley; (1956), “The Amazing Decline of Mortality in Underdeveloped Areas”, *The American Economic Review*, pp. 305-318.

DIENER, Ed, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen ve Sharon Griffin; (1985), “The Satisfaction With Life Scale”, *Journal of Personality Assessment*, Vol. 49, No. 1, pp. 71-75.

DOCKERY, Alfred Michael; (2003), “Happiness, Life Satisfaction and the Role of Work: Evidence From Two Australian Surveys”, *School of Economics and Finance Working Paper No. 03.10*. Curtin Business School.

DONOVAN, Nick, David Halpern ve Richard Sargeant; (2002), *Life Satisfaction: The State of Knowledge and Implications For Government*, London, Cabinet Office Strategy Unit.

DOWD, James J.; (1975), “Aging as exchange: a preface to theory”, *Journal of Gerontology*, Vol. 30, No. 5, pp. 584-594.

DUPUIS, S. L. ve M. Alzheimer; (2008), “Leisure and Ageing Well”, *World Leisure Journal*, Vol. 50, No. 2, pp. 91-107.

DURAK, Mithat; (2015), “Yaşlılık Döneminde Psikososyal ve Bilişsel Gelişim”, Editörler: Bacanlı, Hasan ve Şerife Işık Terzi, *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*, 3. Baskı, İstanbul, Açılım Kitap, s. 275-310

DURAK, Mithat, Emre Şenol Durak ve Tülin Gençöz; (2010), “Psychometric Properties of the Satisfaction With Life Scale Among Turkish University Students, Correctional Officers and Elderly Adults”, *Social Indicators Research*, Vol. 99, No. 3, pp. 413-429.

DURGUN, Bülent; (2015), *Yaşlılık ve Yaşlılara Sunulan Hizmetler*, 2. Baskı, İstanbul, Yalın Yayıncılık.

DYKSTRA, Pearl A., Theo G. van Tilburg ve Jenny de Jong Gierveld; (2005), “Changes in Older Adult Loneliness: Results from a Seven-Year Longitudinal Study”, *Research on Aging*, Vol. 27, pp. 725-747.

ELWELL, F. ve Alice D. Maltbie-Crannell; (1981), “The Impact of Role Loss Upon Coping Resources and Life Satisfaction of the Elderly”, *Journal of Gerontology*, Vol. 36, No. 2, pp. 223-232.

EMİROĞLU, Vedia; (1995), *Yaşlılık ve Yaşlının Sosyal Uyumu*, Genişletilmiş 2. Baskı, Ankara, Şafak Matbaacılık.

ER, Dilek; (2009), “Psikososyal Açıdan Yaşlılık”, *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, Yıl: 4, Sayı: 11, s. 131-144.

ERTEKİN PINAR, Şükran ve Gülbahtiyar Demirel; (2016), “Huzurevinde Yaşayan Orta Yaş ve Yaşlı Bireylerde Günlük Yaşam Aktiviteleri, Öz Bakım Gücü ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi”, *Yaşlı Sorunlar Araştırma Dergisi*, Yıl: 9, s. 39-52.

EVERARD, Kelly M., Helen W. Lach, Edwin B. Fisher ve M. Carolyn Baum; (2000), “Relationship of Activity and Social Support to the Functional Health of Older Adults”, *Journal of Gerontology*, Vol. 55B, No. 4, pp. S208-S212.

FERNANDEZ-BALLESTEROS, Rocio, Maria Dolores Zamarron ve Miguel A. Ruiz; (2001), "The Contribution of Socio-Demographic and Psychosocial Factors to Life Satisfaction", *Ageing and Society*, Vol. 21, No. 1, pp. 25-43.

FLEGG, A. T.; (1982), "Inequality of Income, Illiteracy and Medical Care as Determinants of Infant Mortality in Underdeveloped Countries", *Population Studies*, Vol. 36. No. 3, pp. 441-458.

FREDERICKSON, Barbara L.; (1998), "What Good are Positive Emotions", *Review of General Psychology*, Vol. 2, No. 3, pp. 300-319.

FREUND, Alexandra M. ve Paul B. Baltes; (1998)," Selection, Optimization and Compensation as Strategies of Life Management: Correlations with Subjective Indicators of Successful Aging", *Psychology and Aging*, Vol. 13, No. 4, pp. 531-543.

GERSTORF, D., N. Ram, R. Estabrook, J. Schupp ve G. G. Wagner; (2008), "Life Satisfaction Shows Terminal Decline in Old Age: Longitudinal Evidence From the German Socio-Economic Panel Study (SOEP)", *Developmental Psychology*, Vol. 44, No. 4, pp. 1148-1159.

GIDDENS, Anthony; (2007), *Europe in the Global Age*, Cambridge, Polity Press.

GÖKÇE-KUTSAL, Yeşim ve Sibel Eyigör; (2012), "Klinisyen Gözüyle Yaşlılık Döneminde Sık Görülen Hastalıklar", Editörler: Aslan, D. ve M. Ertem, *Yaşlı Sağlığı: Sorunlar ve Çözümler*, Ankara, Halk Sağlığı Uzmanları Derneği Yayınları, s. 48-59.

GÖRGÜN BARAN, Aylin, Velittin Kalıncara, Neriman Aral, Galip Akın, Gülen Baran ve Yasemin Özkan; (2007), "Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Yaşlıların Gündelik Yaşamdan Tatmin Düzeyleri: Ankara Kentsel Kesit Örneği", *Turkish Journal of Geriatrics*, Yıl: 10, Sayı: 1, pp. 10-18.

GÖRGÜN-BARAN, Aylin; (1996), "Kurum Bakımındaki Yaşlıların Sosyal Yaşam Koşulları: Ankara Örneği", *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, Yıl: 13, Sayı: 2, pp. 19-58.

GÖRGÜN-BARAN, Aylin; (2000), “Yaşlılıkta Sosyal Uyum Sorunu”, Editörler: Erkan, Gönül ve Vedat Işıkhan, *Antropoloji ve Yaşlılık Vedia Emiroğlu'na Armağan*, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayınları, s. 68-76.

GROVE, J. Robert, David Lavalley ve Sandy Gordon; (1997), “Coping With Retirement From Sport: The Influence of Athletic Identity”, *Journal of Applied Sport Psychology*, Vol. 9, No. 2, pp. 191-203.

GÜLER, Çağatay; (1998), “Yaşlılıkta Tanımlar ve Yaşlılık Üstüne Söylenenler”, *Turkish Journal of Geriatrics*, Yıl: 1, Sayı: 2, s. 105.

HABLEMİTOĞLU, Şengül ve Emine Özmete; (2010), *Yaşlı Refahı Yaşlılar İçin Sosyal Hizmet*. Ankara, Kilit Yayınları.

HAVIGHURST, Robert J.; (1968), “Personality and Patterns of Aging”, *The Gerontologist*, Vol. 8, No. 1, pp. 20-23.

HAVIGHURST, Robert J., Bernice L. Neugarten ve S. S. Tobin; (1964), “Disengagement, Personality, and Life Satisfaction in the Later Years”, Editör: Neugarten, D. A., *The Meanings of Age Selected Papers*, Chicago, The University of Chicago Press, s. 281-287.

HIRSCHMAN, Charles; (1994), “Why Fertility Changes”, *Annual Review of Sociology*, Vol. 20, pp. 203-233.

HOCHSCHILD, Arlie Russel; (1975), “Disengagement Theory A Critique and Proposal”, *American Sociological Review*, Vol. 40, No. 5, pp. 553-569.

HOLMES, Jeanne; (2006), *Successful Ageing: A Critical Analysis*, New Zealand, Unpublished Doctor of Philosophy Thesis.

HUEBNER, E. Scott; (2004), “Research on Assesment of Life Satisfaction of Children and Adolescents”, *Social Indicators Research*, Vol. 66, pp. 3-33.

HUNG, K. ve J. L. Crompton; (2005), “Exploration of the Ageing Phenomenon in Hong Kong and Its Implications for Leisure Service Delivery”, *World Leisure Journal*, Vol. 47, No. 3, pp. 42-53.

İLGAR, Lütfü; (2008), “Yaşlılık Dönemi Sosyal Özellikleri ve Serbest Zaman Etkinlikleri”, Editörler: Ersanlı, K. ve M. Kalkan, *Psikoloji, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık*, Ankara, Pegem Yayıncılık, s. 63-96.

JANKE, Megan C., Galit Nimrod, Douglas A. Kleiber; (2008), “Reduction in Leisure Activity and Well-Being During the Transition to Widowhood”, *Journal of Women and Aging*, Vol. 20, No. 1-2, pp. 83-98.

JOHNSON, Justin D., Carol J. Whitlatch ve Heather L. Menne; (2014), “Activity and Well-Being of Older Adults: Does Cognitive Impairment Play a Role”, *Research on Aging*, Vol. 36, No. 2, pp. 147-160.

KAÇAN SOFTA, Havva, Gülşen Ulaş Karaahmetoğlu, Orhan Erdoğan ve Semih Yavuz; (2015), “Yaşlılarda Yaşam Doyumunu Etkileyen Bazı Faktörlerin İncelenmesi”, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, Vol. 8, No. 1, pp. 12-21.

KAHVECİ, Gül; (2015), “Fiziksel Gelişim”, Editörler: Bacanlı, Hasan ve Şerife Işık Terzi, *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*, 3. Baskı, İstanbul, Açılım Kitap, s. 139-186

KALENDEROĞLU, Aysun, Mehmet Yumru, Salih Selek, Neslihan Cansel, Osman Virit ve Haluk A. Savaş; (2007), “Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Yaşlılık Psikiyatrisi Birimi'ne Başvuran Hastaların Sosyodemografik ve Klinik Özellikleri”, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, Vol. 8, pp. 179-185.

KALINKARA, Velittin; (2000), “Yaşlılıkta Sosyal Katılım ve Kent Hizmetleri”, Editörler: Erkan, Gönül ve Vedat Işıkhhan, *Antropoloji ve Yaşlılık*, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayınları, s. 77-86

KALINKARA, Velittin; (2014), *Temel Gerontoloji Yaşlılık Bilimi*, 2. Baskı, Ankara, Nobel Yayınları.

KAPIKIRAN, Şahin; (2016), “Yaşlılarda Yalnızlık ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki: Sosyal Desteğin Aracılık Rolünün Sınanması”, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, Vol. 9, No. 1, pp. 13-25.

KARADAYI, Figen; (1974), “Population Growth in Turkey”, Editörler: Karadayı, F., S. Timur, M. Macura, S. Yener, H. Cillov, H. Tezmen, Ü. Sunday, H. A. Kışnişçi, *The Population of Turkey*, Ankara, Hacettepe University The Institute of Population Studies, s. 11-26

KARADENİZ, Gülten ve Özlem Dedeli; (2008), “Yaşlılık Dönemi Fiziksel Özellikleri”, Editörler: Ersanlı, K. ve M. Kalkan, *Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık*, Ankara, Pegem Akademi, s. 19-38

KARAMAN, Merve; (2015), *Rekreasyonel Amaçlı Spor Yapan Bireylerin Yaşam Tatmini ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

KARASAR, Niyazi; (2012), *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, 24. Basım, Ankara, Nobel Yayıncılık.

KARATAŞ, Sultan; (2000), “Sosyal Değişme ve Yaşlılık”, Erkan, Gönül ve Vedat Işıkhani, *Antropoloji ve Yaşlılık*, Ankara, H. Ü. Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayınları, s. 152-162.

KAYGUSUZ, Canani; (2008), “Yaşlılık Kuramları”, Ersanlı, Kurtman ve Melek Kalkan, *Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık*, Ankara, Pegem Akademi, s. 215-250

KELEŞ, Ruşen; (1983), *100 Soruda Türkiye'de Şehirleşme, Konut ve Gecekondu*, Genişletilmiş 3. Baskı, İstanbul, Gerçek Yayınevi.

KESKİNOĞLU, Pembe; (2012), “Yaşlılık ve Yeti Yitimi”, Editörler: Aslan, D. ve M. Ethem, *Yaşlı Sağlığı: Sorunlar ve Çözümler*, Ankara, Halk Sağlığı Uzmanları Derneği Yayınları, s. 75-79

KILAVUZ, Mehmet Akif; (2002), “Emeklilik Döneminde Çalışma, Boş Zaman ve Din Eğitimi”, *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, Vol. 11, No. 1, pp. 71-86.

KIRK, D.; (1996), “Demographic Transition Theory”, *Population Studies*, Vol. 50, No. 3, pp. 361-387.

KOÇ, İsmet, Mehmet Ali Eryurt, Tuğba Adalı ve Pelin Seçkiner; (2010), *Türkiye'nin Demografik Dönüşümü*. Ankara, Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü.

KURT, Gökhan; (2008), *Türkiye'de Yaşlılık Olgusuna Sosyolojik Bir Bakış (Sivas İl Örneği)*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

KÜÇÜKKARACA, Nilgün; (2000), “Başarılı Yaşlanma ve Yaşlı İstismarı”, Editörler: Erkan, Gönül ve Vedat Işıkha, *Antropoloji ve Yaşlılık*, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayınları, s. 107-117

KRYSIK, Judy L. ve Jerry Finn; (2015), Etkili Uygulama için Sosyal Hizmet Araştırması, Çev. Ed.: ERBAY, Ercüment, Ankara, Nika Yayınevi.

LAWTON, M. Powell; (1980), “Psychological Vulnerability”, *IRB: Ethics and Human Research*, Vol. 2, No. 8, pp. 5-7.

LEE, Gary R. ve Masako Ishii-Kuntz; (1987), “Social Interaction and Emotional Well-Being Among the Elderly”, *Research on Aging*, Vol. 9, pp. 459-482.

LEE, Ronald; (2003), “The Demographic Transition: Three Centuries of Fundamental Change”, *Journal of Economic Perspectives*, Vol. 17, No. 4, pp. 167-190.

LEMON, Bruce W., Vern L. Bengston ve James A. Peterson; (1972) “An Exploration of the Activity Theory of Aging: Activity Types and Life Satisfaction Among In-Movers to a Retirement Community”, *Journal of Gerontology*, Vol. 27, No. 4, pp. 511-523.

LEWIS, Bernard; (2007), *Modern Türkiye'nin Doğuşu*, Çev., M. Kıratlı, Ankara, Türk Tarih Kurumu Yayınları.

LI, Chunbo, Wenyuan Wu, Hua Jin, Xu Zhang, Haibo Xue, Yanling He, Shifo Xiao, Dilip V. Jeste, Mingyuan Zhang; (2006), “Successful Aging in Shanghai, China: Definition, Distribution and Related Factors”, *International Psychogeriatrics*, Vol. 18, No. 3, pp. 551-563.

LIANG, Jersey; (1982), “Sex Differences in Life Satisfaction Among the Elderly”, *Journal of Gerontology*, Vol. 37, No. 1, pp. 100-108.

LITWIN, Howard; (2000), "Social Network and Well-Being: An Empirical Examination", *Canadian Journal on Aging*, Vol. 19, No. 3, pp. 343-362.

LITWIN, Howard ve Sharon Shiovitz-Ezra; (2006), "The Association Between Activity and Wellbeing in Later Life: What Really Matters?", *Ageing and Society*, Vol. 26, No. 2, pp. 225-242.

LIU, Li-Juan ve Qiang Guo; (2008), "Life Satisfaction in a Sample of Empty-Nest Elderly: A Survey in the Rural Area of a Mountainous County in China", *Quality of Life Research*, Vol. 17, No. 6, pp. 823-830.

LYMBERG, Mark; (2005), *Social Work With Older People Context, Policy and Practice*. London, Sage Publications.

LYNOTT, Robert J. ve Patricia Passuth Lynott; (1996), "Tracing the Course of Theoretical Development in the Sociology of Aging", *The Gerontologist*, Vol. 36, No. 6, pp. 749-760.

MADDOX, George L.; (1964), "Disengagement Theory: A Critical Evaluation", *The Gerontologist*, Vol. 4, No. 2, pp. 80-82.

MAHER, Jaclyn P. ve David E. Conroy; (2015), "Daily Life Satisfaction in Older Adults as a Function of (In)Activity", *Journals of Gerontology, Psychological Sciences*, Vol. 00, No. 00, pp. 1-10.

MARCUM, Christophen Steven; (2012), "Age Differences in Daily Social Activities", *Research on Aging*, Vol. 35, No. 5, pp. 612-640.

MARKIDES, Kyriakos S., Harry W. Martin; (1979), "A Casual Model of Life Satisfaction Among the Elderly", *Journal of Gerontology*, Vol. 34, No. 1, pp. 86-93.

MARSHALL, Lynne; (1981), "Auditory Processing in Aging Listeners", *Journal of Speech and Hearing Disorders*, Vol. 46, pp. 226-240.

MASON, Karen Oppenheim; (1997), "Explaining Fertility Transitions", *Demography*, Vol. 34, No. 4, pp. 443-454.

MCAULEY, Edward, Bryan Blissmer, Gerald Jerome, Gerald J. Jerome, Arthur F. Kramer ve Jeffrey Katula; (2000), "Social Relations, Physical Activity, and Well-Being in Older Adults", *Preventive Medicine*, Vol. 31, pp. 608-617.

MELENDEZ, Juan Carlos, Jose Manuel Tomas, Amparo Oliver ve Esperanza Navarro; (2009), "Psychological and Physical Dimensions Explaining Life Satisfaction Among the Elderly: A Structural Model Examination", *Archives of Gerontology and Geriatrics*, Vol. 48, pp. 291-295.

MENEC, Verena H.; (2003), "The Relation Between Everyday Activities and Successful Aging: A 6-Year Longitudinal Study", *Journal of Gerontology*, Vol. 58B, No. 2, pp. S74-S82.

MOLLAOĞLU, Mukadder, Fatma Özkan Tuncay, Tülay Kars Fertelli; (2010), "Mobility Disability and Life Satisfaction in Elderly People", *Archives of Gerontology and Geriatrics*, Vol. 51, pp. e115-e119.

MOYNAHAN, Zoe; (2015), *Ageing Well at Different Standards of Living: Experiences of Older People*, Unpublished Master Thesis, Massey University Psychology, New Zealand.

NEUGARTEN, Bernice L., Robert J. Havighurst ve Sheldon S. Tobin; (1961), "The Measurement of Life Satisfaction", Editör: Neugarten, D. A., *The Meanings of Age Selected Papers*, Chicago, The University of Chicago Press, s. 296-313.

NEUGARTEN, Bernice L., Robert J. Havighurst, Sheldon S. Tobin; (1965), "Personality and Patterns of Aging", Editör: Neugarten, D. A., *The Meanings of Age Selected Papers*, Chicago, The University of Chicago Press, s. 264-269

NIMROD, Galit ve Hanna Adoni; (2006), "Leisure-Styles and Life Satisfaction Among Recent Retirees in Israel", *Ageing and Society*, Vol. 26, No. 4, pp. 607-630.

OKUN, Morris A., William A. Stock, Marilyn J. Haring ve Robert A. Witter; (1984), "The Social Activity/Subjective-Well Being Relation", *Research on Aging*, Vol 6, No. 1, pp. 45-65.

ÖZ, Fatma; (2002), “Yaşamın Son Evresi: Yaşlılık Psikososyal Açıdan Gözden Geçirme”, *Kriz Dergisi*, Vol. 10, No. 2, pp. 17-28.

ÖZER, Melek; (2001), *Huzurevinde ve Aile Ortamında Yaşayan Yaşlıların Öz Bakım Gücü ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

ÖZER, Melek ve Özlem Özsoy Karabulut; (2003), “Yaşlılarda Yaşam Doyumu”, *Turkish Journal of Geriatrics*, Yıl: 6, Sayı: 2, s. 72-74.

ÖZGÜR, Özge, Çiğdem Sabbağ; (2014), *Kırsal Alanda Yaşlılık Adıyaman Samsat Örneği*. Ankara, SABEV Yayınları.

ÖZTOP, Hülya, Muhteşem Telsiz; (2001), “Yaşlı Ana-Babaların Yetişkin Çocuklarıyla İlişkileri ve Bu Konuda Beklentiler: Kuşaklararası Bir Değerlendirme”, *1. Ulusal Yaşlılık Kongresi*, Ankara. s. 285-299

ÖZTÜRK, Ayşen Çelen, Ebru Turan Kızıldoğan; (2017), “Yaşlı Bireylerin Kentsel/Kamusal Mekanları Kullanım Analizi: Eskişehir Örneği”, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, Yıl: 10, Sayı: 1, pp. 1-13.

ÖZTÜRK, Hayriye; (2015), *Yaşlanma ve Kırsal Yaşlılık*. Ankara, Kalkınma Atölyesi.

PAGEOT, Jean-Claude; (1986), “The Leisure of the Aged Canadians”, *World Leisure & Recreation*, Vol. 28, No. 2, pp. 26-27.

PALLESEN, Stale, Inger Hilde Nordhus, Gerd Kvale, Odd E. Havik, Geir Hostmark Nielse, Bjorn Helge Johnsen, Svein Skjotskift ve Linda Hjeltnes; (2002), “Psychological Characteristics of Elderly Insomniacs” *Scandinavian Journal of Psychology*, Vol. 43, No. 5, pp. 425-432.

PARK, Jisung, Soonhee Roh ve Younsook Yeo; (2012), “Religiosity, Social Support, and Life Satisfaction Among Elderly Korean Immigrants”, *The Gerontologist*, Vol. 52, No. 5, pp. 641-649.

PEKCAN, Hikmet; (2000), “Yaşlılık”, Editörler: Erkan, Gönül ve Vedat Işıkan, *Antropoloji ve Yaşlılık Vedia Emiroğlu'na Armağan*, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayınları, s. 51-54.

PINQUART, Martin ve Ines Schindler; (2007), "Changes of Life Satisfaction in the Transition to Retirement: A Latent-Class Approach", *Psychology and Aging*, Vol. 22, No. 3, pp. 442-455.

POVLSEN, Jorgen ve Knud Larsen; (1999), "Aging and Leisure in Denmark", *World Leisure & Recreation*, Vol. 41, No. 3, pp. 25-29.

PRESTON, Samuel H.; (2012), "Sources of Population Aging in More and Less Developed Countries", *Population Council*, Vol. 38, No. 2, pp. 221-236.

RIDDICK, Carol Cutler; (1985), "Life Satisfaction for Older Female Homemakers, Retirees, and Workers", *Research on Aging*, Vol. 7, No. 3, pp. 383-393.

RITCHEY, Lynn Harper, P. Neal Ritchey ve Bernadette. E. Dietz; (2001), "Clarifying the Measurement of Activity", *Adaptation and Aging*, Vol. 26, No. 1, pp. 1-21.

RODRIGUEZ, Ariel, Pavlina Latkova ve Ya-Yen Sun; (2008), "The Relationship Between Leisure and Life Satisfaction: Application of Activity and Need Theory", *Social Indicators Research*, Vol. 86, No. 1, pp. 163-175.

ROSE, Arnold M.; (1962), "The Subculture of the Aging: A Topic for Sociological Research", *The Gerontologist*, Vol. 2, No. 3, pp. 123-127.

ROSE, Arnold M.; (1965), "A Current Theoretical Issue in Social Gerontology", Editörler: Rose, A. M. Rose ve W. A. Peterson, *Older People and Their Social World*. Philadelphia, F. A. Davis Company, s. 359-366.

ROSE, Arnold M.; (1965), "The Subculture of the Aging: A Framework for Research in Social Gerontology", Editörler: Rose, A. M. Rose ve W. A. Peterson, *Older People and Their Social World*. Philadelphia, F. A. Davis Company, s. 3-16.

SAYGILI, Sefa; (2015), *Yaşlılık Psikolojisi*, İstanbul, Türdav Yayın Grubu.

SEMİZ, Yaşar; (2010), "1923-1950 Döneminde Türkiye'de Nüfusu Arttırma Gayretleri ve Mecburi Evlendirme Kanunu (Bekarlık Vergisi)", *Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, Vol. 27, pp. 423-469.

SEVİL, Hüseyin Tekin; (2005), *Yaşlılığın Sosyal Anatomisi*, Ankara, SABEV Yayınları.

SHAPIRO, Evelyn ve Noralou P. Roos; (1982), “Retired and Employed Elderly Persons: Their Utilization of Health Care Services”, *The Gerontologist*, Vol. 22, No. 2, pp. 187-193.

SLATTERY, Martin; (2014), *Sosyolojide Temel Fikirler*, 6. Baskı, Çev., Ümit Tatlıcan, İstanbul, Sentez Yayıncılık.

SMITH, Nancy Riopel, Gary Kielhofner ve Janet Hawkins Watts; (1986), “The Relationships Between Volition, Activity Pattern, and Life Satisfaction in the Elderly”, *The American Journal of Occupational Therapy*, Vol. 40, No. 4, pp. 278-283.

SOLAK, Adem vd.; (2016), *Bingöl İli Sosyal Analiz Çalışması*, Ankara, HEGEM Vakfı.

ŞAHİN, Musa; (2016), “Toplumsal Yaşlanma ve Yaşlıların Sosyal Sorunları”, Editörler: Abay, Ali Rıza, Fethi Güngör, *Yaşlılarla Sosyal Hizmet*, Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Yayınları, s.87-99.

ŞANLI, Nedime ve Şadan Tokyürek; (2001), “Yaşlıların Gençlerden Beklentileri”, *1. Ulusal Yaşlılık Kongresi*, Ankara, s. 310-317.

ŞENER, Arzu; (2009), “Yaşlılık, Yaşam Doyumu ve Boş Zaman Faaliyetleri”, *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-dergisi*, 1-18.

ŞİRİNKAN, Ahmet, Erkan Çalışkan, Kerim Gündoğdu, ve Seher Şirinkan; (2010), “50 Yaş ve Üzeri Emekli İnsanların, Serbest Zamanlarındaki Alışkanlık ve Davranışları (Erzurum Örneği)”, *Atatürk Journal of Physical Education and Sport Sciences*, Vol.10, No. 3, pp. 43-53.

TABUK, Mustafa Ertan; (2009), *Elit Sporcularda İş-Aile Çatışması ve Yaşam Tatmini İlişkilerinin İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

TIBBITTS, Clark; (1963), “Introduction Social Gerontology: Origin, Scope and Trends”, *International Social Science Journal*, Vol. 15, No. 3, pp. 339-354.

TUFAN, İsmail; (2007), *Birinci Türkiye Yaşlılık Raporu*, Antalya, Gero Yay.

TUFAN, İsmail; (2016), *Antik Çağdan Günümüze Yaşlılık ve Yaşlanma*, Genişletilmiş 2. Baskı, Ankara, Nobel Yayıncılık.

TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu); (2015), www.tuik.gov.tr, 05.02.2017.

TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu); (2017), www.tuik.gov.tr, 05.02.2017

TÜMERDEM, Yıldız; (2006), “Gerçek Yaş (Real Age)”, *Turkish Journal of Geriatrics*, Yıl: 9, Sayı: 3, pp. 195-196.

UN (United Nations); (2013), *World Population Ageing*, New York: United Nations.

USUI, Wayne M., Thomas J. Keil, K.Robert Durig; (1985), “Socioeconomic Comparisons and Life Satisfaction of Elderly Adults”, *Journal of Gerontology*, Vol. 40, No. 1, pp. 110-114.

UZUN, Gizem; (2016), *The Associations of Activities of Daily Living with Quality of Life and Life Satisfaction Among Turkish Elderly Population: The Mediating Role of Loneliness*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

ÜLGEN, S. Yaprak; (2012), *Evde Yaşayan Yaşlılarda Sosyal Katılımı Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

ÜNALAN, Pemra C.; (1999), “Aktif Yaşlanma: Bilişsel ve Sosyal Boyut”, *Turkish Family Physician*, Vol. 3, No. 1, pp. 13-17.

VEENHOVEN, Ruut; (1988), “The Utility of Happiness”, *Social Indicators Research*, Vol. 20, pp. 333-354.

VESTAL, Robert E.; (1980), “Physical Vulnerability”, *IRB: Ethics and Human Research*, Vol. 2, No. 8, pp. 5-5.

VIDEBECK, Richard ve Alan B. Knox; (1965), “Alternative Participatory Responses to Aging”, Editörler: Rose, A. M. ve W. A. Peterson, *Older People and Their Social World*, Philadelphia, F. A. Davis Company, s. 37-48

WARR, P., V. Butcher ve I. Robertson; (2004), “Activity and Psychological Well-Being in Older People”, *Aging and Mental Health*, Vol. 8, No. 2, pp. 172-183.

Washington Provice; (2017), <http://washington.providence.org/senior-care/mount-st-vincent/services/child-care/>, 05 08, 2017

WEINSTEIN, Barbara E. ve Ira M. Ventry; (1982), “Hearing Impairment and Social Isolation in the Elderly”, *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, Vol. 25, pp. 593-599.

WESTERHOF, Gerben J., Freya Dittmann-Kohli ve Toine Thissen; (2001), “Beyond Life Satisfaction: Lay Conceptions of Well-Being Among Middle-Aged and Elderly Adults”, *Social Indicators Research*, Vol. 56, No. 2, pp. 179-203.

WHO (World Health Organization); (2015) *World Report on Ageing and Health*, Luxemburg.

YARIŞ, Füsün ve Serhat Ayanoglu; (2001), “Yaşlılık ve Depresyon”, *1. Ulusal Yaşlılık Kongresi*, Ankara, s. 114-118

YERTUTAN, Canan; (1991), “Yaşlılıkta Ortaya Çıkan Fiziksel Değişiklikler”, *Aile ve Toplum*, Vol. 1, No. 2.

YILDIRIM, Şeyda ve Fatih Şahin; (2015), “Yaşlılık ve Sosyal Hizmet”, Editör: Ceylan, H., *Modern Hayat ve Yaşlılık*, Ankara, Nobel Yayıncılık, s. 55-95

YILDIZ, Murat; (2012), “Bağlanma Kuramı Açısından Yaşlılık Dönemine Genel Bir Bakış”, *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Yıl: 36, Sayı: 1, s. 1-30.

YILDIZ, Recep; (2016), “Yaşlılık Üzerine Teorik Yaklaşımlar”, Editörler: Abay, Ali Rıza, Fethi Güngör, *Yaşlılarla Sosyal Hizmet*, Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Yayınları, s.16-37.

YOUMANS, E. Grant; (1969), “Some Perspectives on Disengagement Theory”, *The Gerontologist*, Vol. 9, No. 4, pp. 254-258.

YÜCEŞAHİN, M. Murat ve E. Murat Özgür; (2008), “Türkiye Kentlerinin Kentleşme Düzeylerinin Demografik, Ekonomik ve Sosyal Değişkenlerle Belirlenmesi”, *Coğrafi Bilimler Dergisi*, Yıl: 6, Sayı: 2, s. 115-139.

YÜKSEL, Müge, Berke Kırıkkanat, Süheyla Hatice Yılmaz ve Erdem Sevim; (2016), “Investigation of Life Satisfaction, Meaning in Life and Loneliness Levels of a Group of Elderly Individuals in Terms of Some Demographic Variables”, *Toplum ve Sosyal Hizmet*, Yıl: 27, Sayı: 1, s. 65-75.

ZASTROW, Charles; (2014). *Sosyal Hizmete Giriş*, 2. Baskı, Çev., Durdu Baran Çiftci, Ankara, Nika Yayınevi.

ZBOROWSKI, Mark; (1962), “Aging and Recreation”, *Journal of Gerontology*, Vol. 17, No. 3, pp. 302-309.



EKLER

EK 1: Anket Formu ve Yaşam Doyumu Ölçeği

Saygıdeğer Katılımcı,

Bu anket yüksek lisans çalışmamız için kullanılacaktır. Anketimiz gönüllülük esasına dayanmaktadır. Vereceğiniz cevaplar bilimsel çalışmalar için veri sağlayacaktır. Lütfen anketi doldururken isminizi belirtmeyiniz. Vereceğiniz bilgiler tamamen gizli tutulacaktır. Anketimiz 48 sorudan oluşmaktadır. Çalışmaya vereceğiniz katkıdan dolayı teşekkür ederiz.

Arş. Gör. Emrah APAK

- Soru 1.** Cinsiyetiniz?
1 () Erkek 2 () Kadın
- Soru 2.** Yaşınız?
1 () 65-74 2 () 75-84 3 () 85+
- Soru 3.** Medeni durumunuz?
1 () Evli 2 () Bekâr 3 () Eşim Öldü
4 () Boşanmış 5 () İkinci evlilik
- Soru 4.** Öğrenim düzeyiniz nedir?
1 () Okuryazar değil 2 () Okuryazar 3 () İlkokul 4 () Ortaokul
5 () Lise 6 () Yüksekokul 7 () Üniversite
8 () Diğer.....
- Soru 5.** Kiminle yaşıyorsunuz?
1 () Yalnız 2 () Eşim ile birlikte 3 () Çocuklarımla birlikte
4 () Eşim ve çocuklarımla birlikte 5 () Torunlarımla birlikte
6 () Akrabalarımın yanında 7 () Eşim ve torunumla birlikte
- Soru 6.** Ne kadar süredir burada yaşıyorsunuz?
1 () 0-3 yıl 2 () 3-5 yıl 3 () 5-10 yıl 4 () 10 yıldan fazla
- Soru 7.** Emekli misiniz?
1 () Evet 2 () Hayır
- Soru 8.** (Emekliler için) Emekli olmadan önce ne iş yapıyordunuz?
1 () İşçi 2 () Esnaf / Tüccar 3 () Serbest Meslek 4 () Memur
5 () Öğretmen 6 () Çiftçi 7 () Diğer.....
- Soru 9.** Çalışıyorsanız şimdi ne iş yapıyorsunuz?
1 () Çalışmıyorum 2 () Esnaf / Tüccar 3 () Serbest Meslek 4 () Çiftçi
5 () İşçi 7 () Hayvancılık 6 () Diğer.....
- Soru 10.** Çalışıyorsanız günde kaç saat çalışıyorsunuz?
1 () 1-5 saat 2 () 5-8 saat 3 () 8-12 saat
- Soru 11.** Geçiminizi nasıl temin ediyorsunuz?
1 () Emekli maaşı 2 () Kira geliri 3 () Çocuk veya akrabaların yardımı
4 () Çalışıyor 5 () 2022 yaşlı maaşı, engelli, dul maaşı
6 () Diğer.....

Soru 12. Aylık ortalama geliriniz ne kadardır?

1 () 0-500

2 () 501-1000

3 () 1001-1500

4 () 1501-2000

5 () 2000 ve üzeri

	Aşağıda verilmiş olan etkinlikleri ne sıklıkta yaptığınızı belirtiniz.	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
Soru 13.	Yürüyüş yaparım					
Soru 14.	Çarşıya gezmeye giderim					
Soru 15.	Parka giderim					
Soru 16.	Tek başıma dışarıda gezerim					
Soru 17.	Torunların bakımı ile ilgilenirim					
Soru 18.	Kahvehaneye giderim					
Soru 19.	Alışverişe giderim					
Soru 20.	Torunlarımla birlikte dışarıda gezeriz					
Soru 21.	Torunlarımla birlikte oyun oynarız					
Soru 22.	Çocuklarımla sohbet ederim					
Soru 23.	Çocuklarımla birlikte beraber akşam yemeği yeriz					
Soru 24.	Komşu ziyaretleri yaparım					
Soru 25.	Arkadaşlarla sohbet ederim					
Soru 26.	Televizyon izlerim					
Soru 27.	Gazete, kitap, dergi okurum					
Soru 28.	Tek başıma namaz kılarım					
Soru 29.	Kuran veya dini kitaplar okurum					
Soru 30.	Örgü örerim					
Soru 31.	Ev işleri yaparım / Ev tamiratı düzenlemesi yaparım					
Soru 32.	Eşimle vakit geçiririm					
Soru 33.	Mevlîtlere Katılırım					
Soru 34.	Taziyelere Giderim					
Soru 35.	Hasta Ziyaretleri Yaparım					
Soru 36.	Düğünlere Giderim					
Soru 37.	Dini Sohbetlere Katılırım					
Soru 38.	Cemaatle Namaz Kılarım					
Soru 39.	Bağ bahçe işleri ile uğraşırım					
Soru 40.	Arkadaşların evlerine ziyarete giderim					
Soru 41.	Diğer					

		Hiç/ Hiçbir zaman	Az/ Bazen	Çok/Her zaman
Soru 42.	Yaşınız ilerledikçe aileniz ile ilişkilerinizde azalma oldu mu?			
Soru 43.	Yaşınız ilerledikçe akrabalarınız ile ilişkilerinizde azalma oldu mu?			
Soru 44.	Yaşınız ilerledikçe komşularınız ile ilişkilerinizde azalma oldu mu?			
Soru 45.	Yaşınız ilerledikçe arkadaşlarınız ile ilişkilerinizde azalma oldu mu?			
Soru 46.	(Önce 49. Soruya cevap veriniz) Hastalığınız sosyal yaşamınızı ve ilişkilerinizi ne kadar etkilemektedir?			
Soru 47.	(Önce 50. Soruya cevap veriniz) Üyeliğiniz varsa dernekteki etkinliklere katılıyor musunuz?			
Soru 48.	Yardım kuruluşlarının etkinliklerine katılırim (Suriyeli mültecilere yardım, yoksullara yardım vs.)			

		Evet	Hayır
Soru 49.	Sürekli bir hastalığınız var mı? Varsa nedir?.....		
Soru 50.	Herhangi bir dernek veya sivil toplum kuruluşuna üye misiniz?		
Soru 51.	Seçimlerde oy kullanır mısınız?		
Soru 52.	(Siyasi görüş belirtilmeden) Siyasi parti üyeliğiniz var mı?		
Soru 53.	Seçim çalışmalarına katılır mısınız?		

Soru 54. 39: Seçimlerdeki durumunuz nedir?

1 () Sadece oy kullanırım

3 () Oy toplama faaliyetlerine katılırim

5 () Mitinglere katılırim

2 () Seçim kahvelerine giderim

4 () Aday ile birlikte çalışmalar yürütürüm

6 () Diğer.....

Yaşam Tatmini	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Ne katılmıyorum ne katılmıyorum	Çok az katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
Pek çok açıdan ideale yakın bir yaşamım var							
Yaşam koşullarım mükemmeldir							
Yaşamım beni tatmin ediyor							
Şimdiye kadar yaşamda istediğim önemli şeyleri elde ettim							
Hayatımı yeniden yaşama şansım olsaydı hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim							

Yaşam Tatmini ölçeği için katılımcıların daha iyi anlamalarını sağlamak amacıyla her bir soru için aşağıdaki şekilde açıklamalar yapılabilir:

- 1. Madde için:** Bu hayatın sizin istediğiniz bir hayat olduğunu düşünüyor musunuz? Yani tam istediğime yakın bir hayatım var.
- 2. Madde için:** Her şeyimin tam olduğunu düşünüyorum. Her şeye sahip olduğumu düşünüyorum.
- 3. Madde için:** Hayatımdan mutluyum
- 4. Madde için:** Şimdiye kadar ne istediysem çoğunu elde ettim
- 5. Madde için:** Size fırsat verilseydi yaşamınızda değişimler yapar mıydınız?

Anket Uygulanırken Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar:

- Yaşlılara karşı kibar olunmalıdır.
- Anketin yaşlıya verilmeden, ona sorularak doldurulması gerekir.
- Her bir soru sorulduktan sonra, gerek olması halinde yaşlı bireyin durumuna uygun şekilde açıklanmalıdır.
- Seçim ve siyaset ile ilgili sorular sorulmadan önce; onların siyasi tercihlerini sorulmadığı, sadece ne yaptıklarının sorgulandığı ifade edilmelidir.
- Anketi doldurduktan sonra, gözlemlerinizi arka sayfaya not alabilirsiniz.
- Anketi uygulamadan önce, bu anketin niçin ve nerede kullanılacağı anlatılmalıdır.
- İsimlerinin kaydedilmediği, bu bilgilerin gizli kalacağı hususları ifade edilmelidir.

Anketi Uygulayanın

Adı Soyadı:

İmza:

Uyguladığı Tarih:

EK 2: Anket Uygulama İzni

T.C.
BİNGÖL VALİLİĞİ
İl Emniyet Müdürlüğü

14.03.2017 * 1143

Sayı :10310190.9676/(91108)-
Konu :Anket Çalışması

10./03/2017

YALOVA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi :13.02.2017 tarih ve 76051854-100-E.1700003866 sayılı yazınız.

İlgi sayılı yazı ile "Üniversiteniz Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı sosyal Hizmet Doktora Programı 157203012 öğrencisi Emrah APAK'ın "Yaşlılık Kuramları Çerçevesinde Yaşlılık Olgusunun Değerlendirilmesi" konulu tez çalışması ile ilgili anketini Bingöl ilimizde yapabilmesi için gerekli izinlerin verilmesi" istenmiş olup;

Bahse konu anket çalışmasını gerçekleştirecek öğrencinizin Kabahatler Kanununun Rahatsız Etme başlıklı 37. Maddesi hükmüne aykırı hareket etmemesi, 5442 sayılı İl İdaresi Kanununun ilgili hükümlerince; huzur ve güvenliğinin, kamu esenliğinin bozulmaması, genel asayiş ve huzuru bozacak olaylara sebebiyet vermeyecek ve kişilerin huzur ve sükunu bozmayacak şekilde çalışma yapması koşulu ile müdürlüğümüzce herhangi bir sakıncanın olmadığı değerlendirilmektedir.

Arz ederim.

Murat Yaşar ÇETİN
İl Emniyet Müdürü A.
İl Emniyet Müdür Yardımcısı
2.Sınıf Emniyet Müdürü

Bingöl İl Emniyet Müdürlüğü Güvenlik Şb. Mod. 12100/İBNGÖL.
Fikri Mülkiyet Suç. Müc. Br.-Bus-Yay- İzl.Br.

Ayrıntılı Bilgi için İrtibat: H.KORKMAZ
Tel: 0 (426) 2132370- Dahili 5320

ÖZGEÇMİŞ

Emrah APAK Muş'ta doğdu. İlk ve Ortaöğrenimini Malatya'da tamamladı. 2012 yılında Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü'nden mezun oldu. 2012-2013 yılları arasında Ankara'da gençlere yönelik çeşitli STK'larda görev yaptı. 2013-2014 yılları arasında Sudan'da Uluslar arası Afrika Üniversitesi'nde Arapça eğitim aldı. 2014 yılından itibaren halen Bingöl Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü'nde araştırma görevlisi olarak görev yapmaktadır.

