



**KADINLARIN MENOPOZ DÖNEMİNDE PSİKOLOJİK VE
FİZYOLOJİK AÇIDAN GİYSİ SEÇİMİNDEKİ TERCİHLERİN
BELİRLENMESİ**

Reyhan YAKUPOĞLU

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
GİYİM ENDÜSTRİSİ VE MODA TASARIMI EĞİTİMİ
ANABİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

MART, 2015

TELİF HAKKI ve TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren 2 yıl (24) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Reyhan
Soyadı : YAKUPOĞLU
Bölümü : Giyim Endüstrisi ve Giyim Sanatları Eğitimi
İmza :
Teslim tarihi :/03/2015

TEZİN

Türkçe Adı : Kadınların Menopoz Döneminde Psikolojik ve Fizyolojik Açından
Giysi Seçimindeki Tercihlerin Belirlenmesi
İngilizce Adı : Determining Clothing Preferences Of Women In Menopause From
Psychological And Physiological Aspects

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakların kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı : Reyhan YAKUPOĞLU

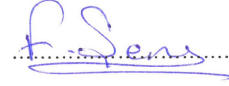
İmza :

Jüri Onay Sayfası

Reyhan YAKUPOĞLU tarafından hazırlanan “Kadınların Menopoz Döneminde Psikolojik ve Fizyolojik Açından Giysi Seçimindeki Tercihlerin Belirlenmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Giyim Endüstrisi ve Moda Tasarımı Eğitimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Yrd. Doç. Dr. H. Fatma ŞENER

(Giyim Endüstrisi ve Moda Tasarımı Eğitimi Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi)



Başkan: Yrd. Doç. Dr. Halime YÜCEER ARSLAN

(Giyim Endüstrisi ve Moda Tasarımı Eğitimi Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi)



Üye: Yrd. Doç. Dr. Özden DEMİRKAN

(Eğitim Programları ve Öğretimi Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi)



Tez Savunma Tarihi: 11/03/2015

Bu tezin Giyim Endüstrisi ve Moda Tasarımı Eğitimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Servet KARABAĞ

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü



Anneme

TEŐEKKÖR

Bu alıŐma Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Giyim Endüstrisi ve Giyim Sanatları Ana Bilim Dalı'nda Yüksek Lisans Tezi olarak hazırlanmıştır.

Araştırmanın birinci bölümünü; problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, varsayımlar, sınırlılıklar, tanımlar ve kısaltmalar, ikinci bölümünü; ilgili araştırmalar ve kavramsal çerçeve, üçüncü bölümünü; araştırmanın modeli, evren ve örneklem, verilerin toplanması ve analizi, dördüncü bölümünü; araştırmanın bulguları ve yorumlar, beŐinci bölümünü de; araştırma sonuçları ve öneriler oluşturmaktadır.

Araştırma konusunun seçilmesinde, araştırmanın yönlendirilmesinde ve geliştirilmesinde yapıcı eleŐtirileri ve tavsiyeleriyle desteğini esirgemeyen değerli tez danıŐmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. H. Fatma ŞENER'e, ve katkılarından dolayı ilk danıŐmanım Yrd. Doç. Dr. Gülçin ÜSTÖN'e, ve her zaman yanımda olan aileme teşekkür eder, saygılarımı sunarım.

Reyhan YAKUPOğLU

**KADINLARIN MENEPOZ DÖNEMİNDE PSİKOLOJİK VE
FİZYOLOJİK AÇIDAN GIYSİ SEÇİMİNDEKİ TERCİHLERİN
BELİRLENMESİ
(Yüksek Lisans Tezi)**

**Reyhan YAKUPOĞLU
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
Aralık 2014**

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, kadınların menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçimindeki tercihlerin belirlenmesidir. Araştırmada betimsel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Anketin hazırlanması aşamasında öncelikle konu ile ilgili literatür taranmıştır. Uzman görüşleri alınarak kadınlara uygulanmak üzere I. ve II. bölümden oluşan 29 soruluk anket hazırlanmıştır. Araştırmanın evrenini, menopoz dönemindeki kadınlar ve menopoz dönemini yaşamış kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini tespit etmek için örneklem büyüklükleri tablosu dikkate alınmış, çıkan sonuç doğrultusunda Ankara ili Çankaya ilçesi, Keçiören ilçesi ve Sincan ilçesinde yaşayan menopoz döneminde olan ve bu dönemi yaşamış 384 kadın belirlenmiştir. Uygulanan anketlerden elde edilen verilerin değerlendirilmesinde “SPSS 15” paket programı kullanılmıştır. Ankette yer alan görüşlerin frekans ve yüzde dağılımları hesaplanmıştır. Araştırmanın sonucunda elde edilen verilere göre; sıcak basması ve terlemenin çok olması nedeniyle kullandıkları giysilerin kumaşlarında daha çok pamuklu kumaşları tercih ettikleri, serin tutma özelliği olan keteni tercih etmeleri, daha açık yaka modelini tercih etmeleri, kol manşeti seçiminde ise en çok büzgülü manşeti tercih etmeleri, elbise modellerinden en çok bol modelleri tercih etmeleri, kullandıkları giysilerin renklerinde en çok açık rengi kullanmaları ve desensiz düz kumaşlardan giysileri tercih etmeleri ve daha çok kendilerine özgü giyinmeleri bu dönemi daha rahat geçirmelerine katkı sağladığını belirtmektedirler.

Bilim Kodu :

Anahtar Kelimeler : Menopoz, Kadın Sağlığı, Ergonomi

Sayfa Adedi : 60

Danışman : Yrd. Doç. Dr. H. Fatma ŞENER.

**DETERMINING CLOTHING PREFERENCES OF WOMEN IN
MENOPAUSE FROM PSYCHOLOGICAL AND PHYSIOLOGICAL
ASPECTS**

(Master's Thesis)

Reyhan YAKUPOĞLU

GAZI UNIVERSITY

INSTITUTE OF EDUCATION SCIENCES

March 2014

ABSTRACT

The aim of this research is to determine the clothes selection regarding women's psychological and physiological problems faced in menopause. In order to determine this choice the descriptive research method is used. Survey served as a tool of data collection in the research. While preparing the questionnaire, the literature about the subject was reviewed. 29 questions composed of the first and second part were prepared by taking account of the experts' opinions. The research population is constituted by women in menopause and postmenopause. To determine the sample of the research, the table of sample sizes has been taken into account, and with this result, the sample group was prepared with data from 384 women in menopause and postmenopause living around Sincan, Keçiören and Çankaya. In the survey, the 'SPSS 15 packet program was used to evaluate the data. The answers to the questions were calculated by frequency and percentage. According to the women's answers, their clothes choice minimizing the problems in menopause were determined. According to the research results, the fabric choice, collar model choice, sleeve hem choice, fashion plate choice, collar and pattern choice are effective in determining the clothes selection that will minimize women's psychological and physiological problems faced in the period of menopause. As women in menopause encounter many problems, they make clothes choice helping for feeling easy; they prefer cotton clothes against hot flashing and sweating, for its refreshing feature, linen is preferred, in collar model they prefer V and U, in sleeve cuff, they prefer the smocked ones, for fashion plate, the loose clothing is preferred, they use patternless straight fabric and light colour dresses and mostly they wear according to their own choices.

Science Code :

Key Words : Menopause, Woman's health, Ergonomy

Page Number : 64

Adviser : Assist. Prof. Dr. H. Fatma ŞENER

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	v
ÖZ	vi
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ	x
SİMGE ve KISALTMALAR LİSTESİ	xii
BÖLÜM I	
GİRİŞ	1
Problem	2
Amaç	3
Önem	4
Varsayımlar	4
Sınırlılıklar	5
Tanımlar	5
BÖLÜM II	
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	7
Giyim ve Konforu	7
Kumaş Özellikleri	10
Renk ve Model Özellikleri	14
<i>Renkler</i>	<i>14</i>
<i>Kup ve Çizgiler.....</i>	<i>16</i>
<i>Desen</i>	<i>16</i>
Kadın Psikolojisi	17
Kadınlarda Menopoz Dönemi	18
Menopozun Kadına Etkileri	18

Uyku Bozuklukları.....	19
Psikolojik Değişimler	20
Cilt'teki Değişimler	20
Vücut Şeklinin Değişmesi.....	20
Ateş Basmaları	21
Dünyada ve Ülkemizde Menopoz Dönemindeki Kadınlar	22
Menopoz Dönemi ve Giyim	23
İlgili Yayınlar	24
BÖLÜM III	
YÖNTEM	
Araştırmanın Modeli	29
Evren ve Örneklem	29
Verilerin Toplanması	30
Verilerin Analizi	32
BÖLÜM IV	
BULGULAR ve YORUM	
Araştırmaya Katılan Kadınların Demografik Özellikleri.....	33
Kadınların Menopoz Döneminde Hizmet ve Bilgi Alma Durumu Özellikleri.....	37
Kadınların Menopoz Döneminde Fizyolojik ve Psikolojik Açından Yaşadıkları Sağlık Problemlerinin Özellikleri.....	39
Menopoz Dönemindeki Kadınların Fizyolojik Açından Giysi Seçimindeki Tercihlerin Özellikleri.....	41
Kadınların Menopoz Döneminde Psikolojik Açından Giysi Seçimindeki Tercihlerin Özellikleri.....	44
BÖLÜM V	
SONUÇ ve ÖNERİLER	
Sonuç.....	47
Öneriler	49
KAYNAKLAR	
EKLER	
EK - 1. Anket Formu	57
ÖZGEÇMİŞ	
61	

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Menopoz Dönemini Yaşayan ve Yaşamış Kadın Nüfusu.....	29
Tablo 2. Uygulanan Anketlerin İlçelere Göre Dağılımı	30
Tablo 3. $\alpha= 0.05$ İçin Örneklem Büyüklükleri Tablosu	31
Tablo 4. Araştırmaya Katılan Kadınların Yaş ve Kilo Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	34
Tablo 5. Araştırmaya Katılan Kadınların Öğrenim Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	35
Tablo 6. Araştırmaya Katılan Kadınların Çalışma Durumu ve Yaklaşık Aylık Gelir Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	35
Tablo 7. Araştırmaya Katılan Kadınların Sağlık Güvencesi Olma Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	36
Tablo 8. Araştırmaya Katılan kadınların Menopoz Dönemine Girdikleri Yaş Aralıklarına İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	36
Tablo 9. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Dönemi Hakkında Bilgi Alma ve Bilgi Kaynağı Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	37
Tablo 10. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Sağlık Hizmeti Aldığı Yerler, Menopoz Döneminde Aldığı Sağlık Hizmetin Türüne İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	38
Tablo 11. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Yaşadığı Fizyolojik ve Psikolojik Problemlere İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	40
Tablo 12. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerde Rahatsızlık Veren Bölgelere İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	41
Tablo 13. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerde Kumaş Tercihlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	42

Tablo 14. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerde Tercih Ettikleri Yaka ve Kol Ucu Modellerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	43
Tablo 15. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Tercih Ettikleri Elbise Modeli Tercihine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	44
Tablo 16. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerin Renk Tercihlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	45
Tablo 17. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerin Kumaş Desenlerindeki Tercihlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımlar	45
Tablo 18. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Modayı Takip Etme Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	46

SİMGE ve KISALTMALAR LİSTESİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
DMH	: Dinlenme Metabolik Hızı
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
TL	: Türk Lirası
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problem durumuna, amacına, önemine, varsayımlarına, sınırlılıklarına ve araştırmada kullanılan terimlerin tanımlarına yer verilmiştir.

Giyim; insan vücudunu doğanın etkilerinden koruyan ve estetik görünüm sağlayan, sosyal, ekonomik, teknolojik gelişime paralel olarak değişen, gelişen çeşitli cinsteki giysiler ile bu giysilerin kullanım biçimi olarak da ifade edilebilir (Çağdaş, 2002, s. 1).

Giyim bir kültürdür ve insanları diğer canlılardan ayıran önemli özelliklerden biridir. Ayrıca, toplumda kişiler arası statünün de bir göstergesidir. Giyim-kuşam bireyin sözleri ve bedeni kadar beğenilerini, o anda içinde bulunduğu ruhsal durumu, karşısındakilere verdiği önemi ve değeri yansıtır. İnsanın başka insanların karşısına mümkün olduğu kadar temiz, düzenli, bakımlı ve iyi giyimli olarak çıkması, yani insanın kendine bakması, kendisine ve çevresine olan saygısının bir göstergesi olarak düşünülmektedir (Çivitci, 2004, s. 3).

Giyinme ihtiyacı ilk çağlarda insan vücudunu doğanın etkisinden koruma amacıyla başlamış ve daha sonra sosyal gereksinimi karşılama ve süslenme olarak devam etmiştir (Bayraktar, 1996, s. 50).

Giyim kişinin psikolojik, fizyolojik ve sosyal yaşantısını etkileyen önemli bir araçtır. Günümüzde giyim giderek kişilerin toplumsal ve sosyal durumlarını sembolize eder biçime dönüşmüştür. Dış görünüş bir imaj iletme şekli ya da iletişim biçimi haline gelmiştir. Bireyin kendini topluma kabul ettirmesi ve prestij açısından önemli olan giyim, kişiliğin yansıtılması açısından da ipucu oluşturmaktadır (Ataç, 2005, s. 10).

İnsanların güzel görünme, farklı olma gibi değişiklik arama çabaları, “*iyi giyim*” deyimini ortaya çıkarmıştır. Giyenin yaşayışına, kişiliğine ve fiziksel yapısına, giyme amacına, giyilecek ortama, sağlık koşullarına uygun olan, rahat, ekonomik ve estetik özellikleri bünyesinde taşıyan giyime “*iyi giyim*” denilebilir. İyi giyim için giyimle ilgili temel bilgilere sahip olmak gerektiğini, aksi halde çok para harcama ile de iyi giyinilemeyeceğini belirtmektedir (Ağaç ve Çeğindir, 2006, s. 1).

Giysinin ilk ögesi kullanılabilir ve rahat olmasıdır (Altunyuva, 1988, s. 23). Bireyin kendine yakışan giyimi, rengi, deseni, aksesuarı seçebilmesi için, vücut özelliğini ve tipini bilmesi gerekir. Kumaş model ve renk seçerken vücudun güzel taraflarına dikkat çekip, kusurlu tarafları saklanmalıdır (Bayraktar, 1995, s. 9).

Giyim bugün ise, sadece vücudu dış etkilere korumak amacıyla kullanılan bir vasıta değil, insan topluluklarının sosyal ihtiyaçlarını karşılayan, aynı zamanda süslenme ve zarif görünme isteğini yerine getiren bir vasıta olarak kullanılmaktadır. Bugün toplumların, uygarlık anlayışı içinde giyim, insanın maddi ve manevi varlığını tamamlayan, kaçınılmaz bir ihtiyaç haline gelmiştir (Kırzıoğlu, 1992, s. 30).

TÜİK'in 2013 yılında adrese dayalı nüfus sayımı sonuçlarına göre toplam nüfusun (76 667 864 kişi) % 49,8'ini kadınlar (38 194 504 kişi) oluşturmaktadır. Kadın nüfus belli yaş gruplarına göre incelendiğinde, kadın nüfusun % 20'sini 45-64 yaş grubu, % 7,9'unu 65-84 yaş grubu ve % 0,8'ini ise 85 ve daha yukarı yaştaki nüfus oluşturmaktadır (TÜİK,2013). Bu araştırmaya göre nüfusun % 28,7'si 45 yaş ve üstündeki kadınlardan oluşmaktadır. Ülkemizde yaşayan kadınların menopoza döneme girme alt yaş sınırının ortalama 45 yaş olduğu düşünülürse ve menopoza dönemini yaşayan ya da bu dönemi yaşamış olan oldukça büyük bir nüfusun olduğu görülmektedir.

Menopoza döneminde kadınların psikolojik ve fizyolojik özelliklerindeki değişimlerin kıyafet seçimlerinde farklılıklara neden olduğu bilinmektedir. Bu nedenle kadınların psikolojik ve fizyolojik özelliklerindeki değişimlere uygun giysi seçimleri gerekmektedir. Uygun giysi tercihleriyle bu dönem daha rahat atlatılabilmektedir.

Problem

Bu araştırmanın temel problemini kadınların menopoza döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçimindeki tercihlerin belirlenmesi oluşturmaktadır.

Araştırmanın genel amacına uygun olarak araştırma kapsamında aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır.

1. Araştırmaya katılan kadınların demografik özellikleri nelerdir?
2. Kadınların menopoza dönemi ile ilgili hizmet ve bilgi aldıkları sağlık kurumları nelerdir?
3. Kadınların menopoza döneminde fizyolojik ve psikolojik açıdan yaşadıkları sağlık problemleri nelerdir?

4. Kadınların menopoz döneminde psikolojik açıdan giysi seçimindeki tercihleri nelerdir?
5. Kadınların menopoz döneminde fizyolojik açıdan giysi seçimindeki tercihleri nelerdir?

Amaç

Temel fizyolojik ihtiyaçlardan biri olan giyinme vücudu dış etkilere korunma ve rahatlık sağlamanın yanı sıra bireyin ihtiyaçlarına cevap verebilmesi açısından da değer taşımaktadır. Giysilerin moda uygunluğu, hazırlanan kalıp, kumaş ve dikiş nitelikleri ile birlikte istenilen ölçülerde olması giysinin konforunu oluşturmaktadır. Menopoz dönemindeki kadının fiziksel ve psikolojik değişimleri sonucu giyinme ihtiyaçlarında da değişimler gözlemlenmektedir. Bu değişimler menopoz dönemindeki kadının kullandığı kıyafetten beklentilerinin değişmesine de neden olmaktadır. Kadının giyeceği kıyafetten beklentisi bu dönemde kendini rahat hissetmesini sağlamaya yardımcı olmalıdır.

Araştırmanın genel amacı; kadınların menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçimindeki tercihlere ilişkin görüşlerin belirlenmesidir.

Araştırma kapsamında araştırmanın alt amaçları;

1. Araştırmaya katılan kadınların demografik özelliklerini belirlemek
2. Kadınların menopoz dönemi ile ilgili hizmet ve bilgi aldıkları sağlık kurumlarını belirlemek
3. Kadınların menopoz döneminde fizyolojik ve psikolojik açıdan yaşadıkları sağlık problemlerini belirlemek
4. Kadınların menopoz döneminde psikolojik açıdan giysi seçimindeki tercihleri belirlemek
5. Kadınların menopoz döneminde fizyolojik açıdan giysi seçimindeki tercihleri belirlemek

Önem

Kadınların hayatlarında belirli kritik dönemler bulunmaktadır. Bu dönemlerden birini de kadınlarda psikolojik ve fizyolojik değişimlere sebep olan menopoz dönemi oluşturmaktadır. Bu dönemi kişinin rahat atlatabilmesinde kullandığı kıyafetlerin önemi

oldukça büyüktür. Bu alanda çok az sayıda araştırmanın yapılmış olması açısından da önem taşımaktadır.

Varsayımları

1. Araştırmanın kavramsal çerçevesini oluşturmak amacıyla taranan kaynaklar güvenilir ve yeterli bilgi vermektedir.
2. Anket uzman kanısına göre geçerlidir.
3. Araştırmada verilerin toplanacağı örneklem grubunun sorulara doğru cevap verdikleri varsayılmaktadır.
4. Örneklem evreni temsil etmektedir.

Sınırlılıklar

1. Bu araştırma menopoz dönemindeki ve bu dönemi yaşamış kadınlarla sınırlandırılmıştır.
2. Bu araştırma Ankara ili Çankaya, Keçiören, Sincan, ilçelerinde yaşayan kadınlar ile sınırlandırılmıştır.

Tanımlar

Giysi; bilimsel, teknik, teknolojik ve sanatsal bir bütünlüğün en estetik ve işlevsel ürünüdür (Çivitci, 2004, s. 65).

Giyim; insanların temel fizyolojik ihtiyaçlarından biri olarak vücudu koruyan, zamanla değişiklik gösteren ve insan vücuduna göre şekil alan ürünler olarak tanımlanabilir (Çivitci, 2004, s. 65).

Giysi Ergonomisi; bireyin anatomik, psikolojik ve biyolojik özelliklerini, statik ve dinamik antropometrik verilerini göz önünde bulundurarak daha rahat, kullanışlı, estetik ve fonksiyonel giysiler üretmeye ve geliştirmeye çalışan çok amaçlı bir bilimdir (Ada, 2010, s. 35).

Menopoz; kadınların son adet kesilmesine verilen isimdir. Menopoz sözcüğü ilk olarak 1812 yılında Gardanne isimli bir Fransız jinekolog tarafından kullanılmıştır. Latince

olarak Meno=Ay Pause=Son anlamına gelen kelimelerin birleşiminden türetilmiştir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 5).

Erken Menopoz; yani prematüre menopoz dediğimiz bir dönem vardır. Kadınların %1 'i 40 yaşından önce menopoza girebilmektedir. Uzmanlar özellikle kanser hastalarının, kemoterapi, veya herhangi bir ciddi hastalık geçirmiş kadınlarda erken menopozun görülebileceğini söylemektedirler (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 5).

Pamuklu Kumaşlar; pamuk bitkisinin işlenmesi ile elde edilen kumaşlara pamuklu kumaş denir (Gürcüm, 2005, s. 57).

Yünlü Kumaşlar; koyunların vücutlarını örten yumuşak ve kıvrıkcık liflere “yün” denir. Protein molekül zincirlerinden meydana gelen ve insan saçına çok benzeyen bir lifir (Gürcüm, 2005, s. 65).

Keten Kumaşlar; keten lifinin işlenmesi ile elde edilen kumaşlara keten kumaş denir (Gürcüm, 2005, s. 78).

Örme Kumaşlar; örme kumaşlar, üretim teknikleri ve bağlantı yapıları ile diğer üretilen tekstil ürünlerinden farklıdır. Örme kumaşlar üretim teknikleri bakımından iki temel sınıfa ayrılabilir. Bunlar; atkılı (tek iplikli) ve çözümlü örme kumaşlardır (Gürcüm, 2005, s. 140).

İpekli Kumaşlar; doğal ipek özel olarak yetiştirilen ipekböceğinden elde edilir. İpek böceğinin salgısıyla meydana gelir (Gürcüm, 2005, s. 87).

Madensel Kumaşlar; madensel lifler, organik (doğal) olmayan maddelerden elde edilen liflerdir. İnce tel haline gelebilecek madensel maddelere, çeşitli kimyasal işlemler uygulayarak elde edilir (Gürcüm, 2005, s. 90).

Karışık Kumaşlar; çeşitli liflerin karıştırılmasıyla dokunmuş kumaşlardır. Karışık kumaşlarda iki ayrı doğal lif bir arada dokunduğu gibi, doğal liflerle yapay liflerde karıştırılabilir (Bayraktar, 1996, s. 30).

Moda; toplumun büyük bir çoğunluğu tarafından geçici olarak benimsenmiş, zamana ve duruma göre toplum açısından uygun olarak algılanan bir davranış biçimidir (Çivitçi, 2004, s. 5).

Marka; bir malın belirlenmesi ve rakip mallardan ayrılması amacı ile kullanılan isim, işaret sembol, sözcük, harf, şekil ya da bunların karışımı olarak tanımlanabilir (Gönen, Bayraktar ve Özgen, 1993).

Fizyoloji; canlıyı oluşturan yapıların ve organların fonksiyonlarını ve bu fonksiyonların nasıl yerine geldiklerini inceleyen bir bilimdir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 7).

Psikoloji; davranışları ve zihinsel süreçleri inceleyen bir bilim dalıdır. İnsanların yaptıkları, düşündükleri, hissettikleri hatta bedensel fonksiyonlarını sürdürmelerini sağlayan biyolojik aktiviteler bile psikoloji biliminin çalışma alanı içine girmektedir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 9).

Kumaş; tekstil liflerinin düzgün bir yüzey ve değişmez kalınlıkta ince bir doku oluşturacak biçimde bir araya getirilmesiyle elde edilen her tür yapıya kumaş denilmektedir (Sezer, Bilgin ve Kayaoğlu, 1993, s. 36).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde; giysi ve konforu, renk ve model özellikleri, kumaş özellikleri ve kadınlarda menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik değişimler hakkında bilgilere yer verilmiştir.

Giysi ve Konforu

Giysi insanın üzerinde taşıdığı belki de tek endüstriyel ürün, hatta tek eşyadır ve giysi tamamlayıcılarıyla birlikte insanı kuşatır. Sosyal bir varlık olan insan üzerinde taşıdığı her şeye bedeni, yani kendisi kadar önem vererek kendini dış dünyaya tanıtmaktadır (Çivitci, 2004, s. 3).

Giysileri çeşitli şekillerde sınıflandırmak mümkündür. Elde edilişlerine göre sipariş ve hazır giyim, kullanıldıkları yerlere göre spor ve fantezi giyim, giyilme şekillerine göre alt ve üst giyim ve kullanıldıkları mevsimlere göre yazlık ve kışlık olarak sınıflandırılmaktadır (Bayraktar, 1996, s. 35).

Giysiler bireylerin duygularını, yaşam tarzlarını, yaşam kalitesini, moda eğilimlerini ve ihtiyaçlarını yansıtır. Giysiler aynı zamanda zevke kullanım ve bakım kolaylığına ve ergonomiye sahip olması gerekmektedir. İnsanların yaşam kalitesini kullandığı giysilerin kumaşları etkilediği gibi modelleri, renkleri desenleri de etkilemektedir.

Giysi konforu, bireyin giysi içerisinde kendini rahat hissetmesi anlamına gelmektedir. İnsan vücudunun yirmi dört saat boyunca bir tekstil ve hazır giyim ürünü ile temas halinde olduğu düşünülürse giysi konforunun gerekliliği daha kolay anlaşılacaktır. Dolayısıyla bireyin sürekli temas halinde olduğu bir ürünün konforlu olması beklentisi büyük önem kazanmaktadır (Vural, Uçar ve Çoruh, 2011, s. 111).

Giyim seçimini etkileyen etmenler: Yaş, iklim, vücut yapısı, ekonomik yapı, moda ve marka, yaşam tarzı ve çevre, zaman ve yer olarak sıralanabilir (Bayraktar, 1996, s. 39).

Yaş: Yaş giyim konusunda önemli bir yer tutmaktadır. Giysilerimizin modellerini kumaşlarını, renk ve desenlerini seçerken yaş çok önemlidir. Giyim yaşa göre çocuk giyimleri, genç giyimleri ve yetişkin giyimleri olarak 3 dönemde incelenir. Yetişkin kadının giyimine yaşı, sosyal durumu, iş ve aile hayatı etkilemektedir (Bayraktar, 1996, s. 40).

İklim: İlk insanların hayvan postları ve bitkilerle vücutları tabiatın etkilerinden korumaları iklim şartlarının giyimi etkileyen önemli bir etken olduğunu ortaya koymaktadır (Bayraktar, 1996, s.41). Soğğun etkisinden korunmak için yünlü kalın kumaşlar, yazın ise; vücudu serin tutan kumaşlar kullanılır. Mevsimler renkler üzerinde de etkisini göstermektedir. Kışın güneş ışınlarını çekme özelliği gösteren koyu renkler tercih edilirken yazın ise güneş ışınlarını yansıtan açık renkli ve ince kumaşlar tercih edilmektedir (Çağlayan, 1978, s. 108).

Vücut Yapısı: İnsanın doğumundan başlayarak geçirdiği anatomik ve fizyolojik gelişim düzeyi bir ara duraklama gösterip yaşlılık düzeyinde de geriye dönmektedir. Bu süreçte oluşan anatomik farklılıklar boy, kilo, yapısal genişlik vb. etkenler giysi seçimini büyük oranda etkilemektedir (Eray ve Aras, 2000, s. 132). İnsanın üzerine giydiği giysi, insan ile birebir sürekli temas halindedir. Giysi insanın vücut hareketlerini etkilediği gibi psikolojisi üzerinde de bir etkisi vardır. Dolayısıyla bir giysi tasarlanırken doğru antropometrik ölçülere bağlı olarak tasarlanması bir zorunluluktur (Akın ve Koca, 2002, s. 44).

Kişinin kendine yakışan rengi, deseni ve aksesuarları seçebilmesi için vücut özelliğinin ve vücut şeklinin bilinmesi gerekmektedir. Kumaş, model ve renk seçerken vücudun güzel bölgelerine dikkat çekilerek kusurlu tarafları gizlenmelidir (Akyüz, 2006, s. 31).

Ekonomik Yapı: Giyim için ayrılan kaynak, gelire, aile fertlerinin sayısına ve sosyal statüye göre değişmektedir (Bayraktar, 1996, s. 42). Yaşlıların hazır giyim tercihleri üzerine yapılan bir araştırmada yaşlıların hazır giysilere ilişkin sorunlarında, ikinci sırayı fiyatların çok yüksek olması almıştır (Özgen ve Ufuk 1999, s. 185).

Kişinin sahip olduğu harcanabilir geliri, tasarruf olanakları, borçları da ekonomik özellikler olarak satın alma davranışını etkileyecektir. Ürün tercihi ekonomik koşullardan oldukça etkilenmektedir. Harcanabilir gelir, tasarruf ve varlıklar, borç, ödünç alma gücü ve harcama tasarrufa karşı tavırlar, ürün tercihini etkileyen değişkenlerdir (Eser ve Korkmaz, 2011, s. 114).

Kullanılan gelir tüketicilerin satın alma olanaklarını, güçlerini gösterir. Kişi başına kullanılabilir gelir arttıkça tüketici bir ürünü yalnızca sağlayacağı fiziksel tatmin için değil de, onun kendisine sağlayacağı manevi tatmin için satın almaktadır (Çağman, 2010, s. 16).

Moda ve Marka: Moda, toplumun büyük bir çoğunluğu tarafından geçici olarak benimsenmiş, zamana ve duruma göre toplum açısından uygun olarak algılanan bir davranış biçimidir (Çivitçi, 2004, s. 5). Moda bir etki ve değişme isteğidir. Eskiye yeni tasarımlarla birleştirip devam ettiren moda bu nedenledir ki belirli etkileşimlere bağlı olarak toplumları yönlendirir (Altınay ve İşbilen, 1996, s. 272). Marka ise bir malın belirlenmesi ve rakip mallardan ayrılması amacı ile kullanılan isim, işaret sembol, sözcük, harf, şekil ya da bunların karışımı olarak tanımlanabilir. Tüketiciler için marka bir ürünü tanımanın en kolay yoludur (Gönen vd., 1991, s. 245).

Yaşam Tarzı ve Çevre: Bir kişinin eylemleriyle, ilgilendikleriyle, görüşleriyle açıklanabilen yaşam davranışlarıdır. “Yaşam tarzı, kişiyi çevresiyle etkileşimde bir bütün olarak gösterir. Kişinin bireyselliğini yansıtır” (Yükselen, 2003, s. 100). Yaşam tarzı bir kimsenin “bütün olarak” kendisinin çevresiyle karşılıklı ilişkisini belirler (Erdem, 2006, s. 84).

Aynı alt kültürden, sosyal sınıftan ve meslekten gelen insanlar farklı yaşam tarzlarına sahip olabilirler. Kişinin yaşam tarzı, faaliyetlerini, zevklerini, ilgi duydukları şeyleri ve fikirlerini içerir. Bu durum bir müşteri olarak da satın alma davranışını olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Çivitçi, 2004, s. 73). Tüketicilerin satın alma davranışını etkileyen faktörlerden biri de tüketicinin içinde yaşadığı sosyal sınıftır (Akyüz, 2006, s. 23). Her toplumda yüksek, orta-üst, orta ve alt gibi sosyal sınıflar bulunur. Bu sınıflar eğitim, gelir, servet, meslek gibi kriterlere göre belirlenir (Hatipoğlu, 1999, s. 33).

Zaman ve Yer: Giyimde kişisel standartlaşmayı etkileyen en önemli faktörlerden biri yer-zaman ilişkisidir. İnsanların yaşamlarındaki mesleki ve sosyal aktiviteler farklı ortam ve zamanlarda meydana geldiğinden doğal olarak giysileri de o yer ve zamana uyum göstermelidir. Yer ve zaman bazı durumlarda insanları önceden belirlenmiş giysileri giymek zorunda bırakabilmektedir. Dış görüşmeleri, özel gün ve geceler gibi durumlarda, karşı tarafın yapacağı yorumlar dikkate alınarak, belirli model, renk ve tarzda giyim tercih edilmektedir. Ancak giyim seçimi kişiliklerin gizlenmesi amacıyla, bir kamuflaj yöntemi olarak düşünülmemelidir. Amaç kişiye baştan şekil vermek değil, kendisini daha iyi ifade edebilmesini sağlamak olmalıdır (Tokgöz, 2007, s. 5).

Giysi konforu psikolojik konfor ve fizyolojik konfor olmak üzere iki temel bileşenden oluşmaktadır. Fizyolojik konfor da; termofizyolojik (termal veya ısı) konfor, duyuşal (sensorial) konfor ve vücut hareket konforu alt bileşenlerini içermektedir. Termofizyolojik konfor, sıcaklık ve ıslaklık açısından konforun sağlanmasıdır. Duyusal veya dokunsal konfor, tekstil materyalinin deriyle teması sonucu ortaya çıkan nörolojik algılardır. Vücut hareket konforu giysinin vücut hareketlerine olanak tanınması ve vücutta uygulanan basıncı minimuma indirmesidir. Psikolojik konfor, çoğunlukla estetik konfor olarak da adlandırılmaktadır. Estetik konfor, kişinin psikolojisini etkileyen giysi özelliklerinin duyu organlarıyla (göz, kulak, deri vb.) algılanan kısmıdır (Öner ve Okur, 2007, s. 21).

Kumaş Özellikleri

Tekstil liflerinin düzgün bir yüzey ve değişmez kalınlıkta ince bir doku oluşturacak biçimde bir araya getirilmesiyle elde edilen her tür yapıya kumaş denilmektedir (Sezer vd. 1993, s. 145). Piyasada bulunan kumaşlar; cinsine (yünlü, pamuklu vb.) örgü tekniklerine (saten triko, çuha vb.) göre isimlendirilirler (Çağlayan, 1978, s. 75).

Tüketici giysi alımında, öncelikle giysinin modaya uyumuna, rengine, modeline ve kumaş özelliklerine dikkat etmektedir. Ancak giysiye bakarak beğenen kişi, üzerine giyerek denediğinde, giysi içinde kendisini rahat hissetmek ve hareketlerini rahatlıkla gerçekleştirmek istemektedir. Bu nedenle de giyim konforu önem kazanmaktadır (Bozkurt, 1995, s. 158).

Kumaşın cinsi, çizgiler ve desen kadar önemlidir. Büyük bir bedende (44 bedenden büyük bedenlerde) tüylü ve kalın kumaş tavsiye edilmez. Kumaşın lif özelliği, kalınlığı, inceliği pürüzlü veya düz yüzeyli olusu, yumuşaklığı, sertliği gibi özellikleri üretimi yapılacak giysi çeşidini, modelini ve beden numaralarını etkileyecektir (Sezer vd.,1992, s. 145).

Lif özelliğine göre kumaş çeşitleri:

1. Pamuklu Kumaşlar: Pamuk; bir yıllık ömrü olan 1-2m. boyunda bir bitkidir. Sıcak iklimde ve fazla yağışlı olmayan yerlerde yetişir. Pamuk bitkisinin açık sarı veya pembe çiçekleri vardır. Bu çiçekler olgunlaşma zamanında patlayan ceviz büyüklüğünde kozalar haline gelirler. Üç-beş odacığa sahip kozanın her bir odacığı kahve tanesi büyüklüğünde on civarında tohum taneciği içerir. Her bir taneciğin yüzeyi çok ince tohum lifleri ile donatılmıştır. Hasat zamanı tohum lifleri patlamış kozalardan elle veya makinelerle toplanır. Tohum ile pamuk lifi çırçır makinelerinde yapılan çırçırılama işleminde birbirinden ayrılır. Bu lifler sıkıştırılarak balyalar halinde eğirme tesislerine götürülür (Gürcüm, 2005, s. 57).

Lif uzunluğu; kısa (26mm.), orta (27-29 mm.), uzun (30-38 mm.) ve çok uzun (38 mm ve daha fazla) şeklinde olabilir. Lif inceliği; lifin uzunluğu ile doğru orantılıdır. Uzunluğu arttıkça inceliği de artar. Kıvrım; mikroskop altında bakıldığında lifin kendi çevresinde helezonik şekilde kıvrılmış olduğu görülür. Renk; yetiştiği bölgeye göre değişir. Kar beyaz, beyaz, krem, gri, sarı, kahverengi şeklinde olabilir. Parlaklık; doğal bir matlığa sahiptir. Mercerizasyon (gergin bir şekilde sudkostik çözelti içerisinde geçirme) işlemi ile parlak hale getirilir. Nem çekme özelliği; kendi ağırlığının % 85'i kadar, aşırı nemli ortamda % 32'si kadar nem çeker. Buruşma özelliği; çok buruşur. Kopma dayanıklılığı; uzun lifler çok dayanıklıdır. Sürtünme ve aşınma sağlamlığı; sürtünme sağlamlığı fazladır. Sıcak tutma özelliği; çok azdır. Zararlılara karşı dayanıklılığı; küf mantarlarından çabuk etkilenir. Işığın etkisi; güneş ışınları belli bir süre sonra pamuğın dayanıklılığını düşürür (Gürcüm, 2005, s. 57).

2. Yünlü Kumaşlar: Koyunların vücutlarını örten yumuşak ve kıvrıcık liflere “yün” denir. Protein molekül zincirlerinden meydana gelen ve insan saçına çok benzeyen bir lifdir. Protein molekül zincirleri fibrilleri, fibriller ise demetler halinde hücrenin içini oluşturur. Lif yüzeyi incecik pulcuklardan oluşmaktadır. Sağlıklı koyunun yünü kırılarak kaliteye göre ayrılır. Yıkama ve karbonizasyon işlemi uygulandıktan sonra eğirme işlemine geçilir. Üç şekilde eğirme işlemi uygulanır. Bunlar kamgarn, yarı kamgarn ve ştrayhgardır. Renk; hayvanın cinsine göre değişir. Parlaklık; lif yüzeyindeki pulcukların büyüklüğüne göre parlaklığı değişir. İnce yünler daha mat, kalın yünler daha parlaktır. Nem çekme özelliği; su buharı şeklinde kendi ağırlığının % 40'ı kadar nem çeker. Buruşma özelliği ve elastikiyet; doğal lifler arasında en az buruşma özelliğine sahip lifdir. Ütü tutma özelliği iyi değildir. Kopma dayanıklılığı; çok azdır. İncelikle doğru orantılıdır. Sürtünme sağlamlığı; lif yüzeyindeki pulcuklar yüzünden azdır. Isı tutma özelliği; çok sıcak tutar. Haşerelere karşı dayanıklılığı; güvelere karşı korunmasızdır. Keçeleşme; nem, ısı ve basıncın etkileşmesiyle lifin yüzeyindeki pulcukların birbirine geçmesi ve birbirinden ayrılmamasıdır (Gürcüm, 2005, s. 65).

3. İpekli Kumaşlar: İpek, doğal lifler arasında önemli bir yer tutar. Doğal ipek özel olarak yetiştirilen ipekböceğinden elde edilir. Dünyaya Çin'den yayılan ipek Osmanlı döneminde Bursa'ya gelmiştir. İpek böceğinin salgısıyla meydana gelir. İpek böceği(krizalitler) kaynar suyun içerisinde, soğukta veya basınçla öldürülür. Sırasıyla sıcak ve ılık banyoya kozalar atılır. Bu sırada koza içerisindeki iplikleri birbirine yapıştıran madde yumuşar. Hareket halinde bulunan fırçalar, iplik ucunu yakalayarak kozadan ipliği çözer. Çıkrık üzerine sarılan life “ham ipek” denir. Ham ipek üzerindeki yapıştırmacı madde, liflerin sert ve mat olmasına sebep olur. İpek iplik ve kumaşların en önemli özelliği olan parlaklık ve yumuşaklığı elde etmek için pişirme işlemi uygulanır. Pişirme işleminde ipeğin yapısındaki yapıştırmacı madde (serisin) bir sabun banyosu ile arındırılır. Zambak uzaklaştırıldığında ipek elyafı ya da kumaş, kendine özgü krem-beyaz renge, mükemmel bir parlaklığa ve lüks bir yumuşaklığa sahip olur. Pişirme işlemde ortalama % 25'e varan ağırlık kaybı meydana gelir. Ağırlığının % 25'ini kaybeden ipeğe mineral maddeler, metal tuzlar, yapay reçineler emdirilerek elyafın şişmesi ve daha hacimli olması sağlanır. Lif uzunluğu “Çıkrık ipeği”, 1000 m. uzunluğa sahip bir filamenttir (kesiksiz elyaf). Çıkrık ipeğinin artıklarından elde edilen “şap ipeği”, 5-25 cm.'dir. Şap ipeği

artıklarından elde edilen “buret ipeği”nin uzunluğu da 2-5 cm. arasındadır. Lif inceliği ipek doğada bulunan en ince liftir (1-4 dtex). Kıvrım Kıvrımsız ve düzdür. Renk “Ham ipek”, sarı; pişirilmiş “çıkırık ipek”, duru beyaz; “yabani ipek” ler, bej, kırmızı, yeşil, kahve renktedir. Parlaklık ham ipek, üzerindeki tutkal yüzünden mat ve solgun; pişirilmiş çıkırık ipeği, güzel bir parlaklığa sahip; buret ipeği, kısa liflerden dolayı mattır. Nem çekme özelliği kendi ağırlığının %25’i kadar nem çekmesine rağmen ıslaklık hissedilmez. Buruşma özelliği pişirilmiş ipek çok esnek, buruşmaz, kendine has döküme sahiptir. Ağırıştırma işlemi fazla yapılmış olan ipek çok buruşur hatta kırılabilir. Haşerelere karşı korunma ve küflenme çok kirlenmedikçe olumsuz yönde etkilenmezler. Yüksek dirençlidirler. Ter haslığı çok hassas olduğu için ya çok bol kesilmeli ya da ter emici yüzeyler eklenmelidir. Işık haslığı çok hassastır rengi atabilir. Kuvvetli ışık ipeği, pamuk ve yünden daha çabuk yok eder. Kopma dayanıklılığı çok ince olmasına rağmen çok dayanıklıdır. Islandıkça bu dayanıklılık azalır sürtünme ve aşınma sağlamlığı çok kaygan olduğu için çok dayanıklıdır. Isı tutma özelliği kışın sıcak, yazın serin tutar (Gürçüm, 2005, s. 87).

4. Keten Kumaşlar: Keten lifi, bir yıllık ömrü olan keten bitkisinin saplarından elde edilir. Keten bitkileri uzun saplı, dalları az ve lifleri çok olan türdendir. Lifler gövdenin kabuk bölümünde birbirine yapışık olarak bulunur. Olgunlaşma devresinden sonra makineler aracılığı ile köküyle birlikte topraktan çıkartılır ve tohumlarından ayrıştırılır. Mekanik işlemlerden önce lifleri zamlı maddelerden arındırmak için çaylama işlemi yapılır. Odunsu kısımların kırma işlemiyle ezilmesinden sonra, kırılmış odun parçaları mengenerden geçirilerek çırpılır. Burada uzun ve kısa lifler ayrılır. İğne uçlu özel taraklarla tarandıktan sonra eğirme işlemi uygulanır. Lif uzunluğu; lif demetlerinin uzunluğu 30-90 cm. iken tek lif uzunluğu 2-4 cm. arasındadır. Kıvrım; düz ve kıvrımsızdır. Renk; mat sarı, gümüşü gridir, ağartma işlemleriyle beyazlatılabilir. Parlaklık; düz yüzeyinden dolayı hafif parlaktır. Nem çekme özelliği; yüksektir. Nemli havada kendi ağırlığının % 23’ü kadar nem çeker. Buruşma özelliği; çok fazladır. Kopma dayanıklılığı; çok yüksektir. Yaş kopma dayanıklılığı, kuru kopma dayanıklılığından %10 daha fazladır. Sürtünme sağlamlığı; pamuğa göre daha azdır. Aşınma sağlamlığı; az aşınır. Sıcak tutma özelliği; sıcak değil serin tutar (Gürçüm, 2005, s. 78).

5. Örme Kumaşlar: Örme kumaşlar, üretim teknikleri ve bağlantı yapıları ile diğer üretilen tekstil ürünlerinden farklıdır. Örme kumaşlar üretim teknikleri bakımından iki temel sınıfa ayrılabilir. Bunlar; atkılı (tek iplikli) ve çözgümlü örme kumaşlardır. Atkılı örme kumaşlar ipliğin yatay olarak kumaşın bir kenarından, diğer kenarına doğru kumaş eni boyunca yönlendiği ve örücü elemanlar tarafından atılan ipliğin ilmek formuna getirildiği, sökülebilir yapıya atkılı (tek iplikli) örme denir. Bu şekilde elde edilen kumaşlara da atkılı örme kumaşlar denir. Örme kumaşlar, örgü yapısını oluşturan ilmeklerin özel şekil bağlantıları nedeni ile esnek kumaşlardır. Bu nedenle dokuma kumaşlara göre vücuda uyum sağlamaları daha iyidir. Örme kumaşların genel özellikleri: Kendi ilmek yapıları nedeni ile doğal bir elastikiyete ve esnedikten sonra eski konumuna kolayca dönebilme özelliğine sahiptir. Kendilerine özgü bir yapı biçimi ve buna uygun katlanabilirlik özelliği vardır. Vücut hareketlerine kolayca uyum sağlar. Dokuma kumaşlarda pek bulunmayan, genişleyip daralan yapıda, vücudu sarma

özellikleri vardır. Durgun havada mükemmel yalıtım özelliğine sahiptir. Fakat örgü ilmek yapısı nedeniyle hava akımına karşı yalıtımı daha az sayılabilir. Bakımı kolaydır ve hafif bir ütöleme gerektirir ya da hiç gerektirmez. İlmeği kolay kaçar ve çözülebilir. İlmeğin oluşumundan ötürü ütü stabilitesi düşüktür. Örne kumaşlar, ipliklere ilmek formu verilerek oluşturulmuş için örne mamullerinde daima bir iç gerilim meydana gelir. Bu iç gerilimler nedeni ile örne kumaşların boyutsal değişimleri, yani kumaşın büzülme kabiliyeti çok yüksektir. Örne kumaşlar, hafif, yumuşak ve hacimli olmasından dolayı dökümlüdürler fakat zamanla giyimden dolayı sarkabilir. Örne kumaşların tutumları iyidir ve yumuşaktır (Gürcüm, 2005, s. 140).

6. Madensel Kumaşlar: Madensel lifler, organik (doğal) olmayan maddelerden elde edilen liflerdir. İnce tel haline gelebilecek madensel maddelere, çeşitli kimyasal işlemler uygulanarak elde edilir. En önemlileri: Kaya lifleri(Asbest), Metalik lifler, Cam lifleridir. Kaya Lifleri Söndürülemeyen, yok edilemeyen anlamına gelir. Asbest lifi serpentine ve hornblende kayaları arasında bazen enine bazen de boyuna damarlar halinde bulunur. Kayadan damarlar halinde bulunan lifi kayadan ayırarak ve gerekli işlemlerden geçirilerek elde edilir. Özel değirmenlerde öğütülür. Taş, toprak gibi yabancı maddelerden ayrılır. Dayanıklılığı fazla, elastikiyeti azdır. Yumuşak tutumlu, dokunulduğunda yayılmış gibi bir his uyandırır. 1150-1500 °C’ de eriyebilir. Yüzeyleri pürüzsüzdür. Asbestin en önemli özelliği asitlere ve ateşe karşı dayanıklı oluşudur. Kanserojen etkisi olduğundan, cilde direkt temas eden malzemelerde artık kullanılmamaktadır. Döküm ve kimya fabrikalarında çalışan işçilerin elbiselerinin ve gömleklerin yapımında kullanılır (Gürcüm, 2005, s. 90).

7. Karışık Kumaşlar: Çeşitli liflerin karıştırılmasıyla dokunmuş kumaşlardır. Karışık kumaşlarda iki ayrı doğal lif bir arada dokunduğu gibi, doğal liflerle yapay liflerde karıştırılabilir. Karışık kumaşların hangi liflerden dokunduğunu anlamak için çözgü ve atkı ipliklerinin ayrı ayrı yakma deneyi ile incelenmesi gerekir (Bayraktar, 1996, s. 30).

Günümüzdeki teknolojik gelişmeler sonucunda çok farklı özelliklere sahip kumaşlar üretilmektedir. Akıllı tekstiller; tekstil teknolojisi ve sentetik elyaflardaki gelişmelerle birlikte malzeme bilimi, tasarım, elektronik ve bilgisayar mühendisliği, tıp gibi disiplinler arası bir çalışma sonucu ortaya çıkmıştır. Başlangıçta daha ziyade tıp alanı, bebekler, yaşlılar ve özürülüler gibi bakıma muhtaç kişilerle askeriye ve uzay yolcuları için önem taşıyan akıllı tekstiller, son bir kaç yıl içerisinde tekstil ve hazır giyim sektörleri içerisinde önemli bir yer edinmeye başlamıştır. Gelecekte de akıllı tekstillerin değer yönünden tekstil ve hazır giyim sektörünün en önemli bölümünü oluşturacağı tahmin edilmektedir. Freudenberg firması, 0,01 dtex inceliğinde naylon-polyester mikro liflerden nonwoven kumaş üretimine başlamıştır. Bu kumaşın doğa sporlarında kullanılan giysilerde kullanımı amaçlanmaktadır. Hafif havlı ve şeftali yüzeyine benzer bir yüzeyi vardır. Yumuşak, buruşmaz ve terlemeyi kontrol etme özelliği bulunmaktadır. Teri bedenden uzaklaştırabilmekte ve ultraviyole (UV) koruma özelliği yıkamadan etkilenmemektedir. Hafif ve nefes alabilir yapıdaki kumaş rüzgarı kesme özelliğine de sahiptir. Bu kumaşın ağırlığı 120 g/m² olup, gramajı 200 g/m² olan bir kumaşla aynı ısı

faktörüne sahiptir. Diğer bir deyişle % 40 daha hafif olan kumaş, % 30 oranında daha çok ısıtmaktadır (Coşkun, 2007, s. 16).

Akıllı tekstillerin yaygınlaşması sonucu deterjan, ütü, ütü masası, çamaşır makinesi gibi birçok sektör derinden etkilenecek belki de tarihe karışacaktır. Bu değişimden moda sektörünün de önemli oranda etkileneceği beklenmektedir. Modanın temelini oluşturan kumaş ve kumaşın temelini oluşturan iplik ve elyaf teknolojilerindeki gelişmelerin sonucunda yeni tarz modacıların ve tasarımcıların ortaya çıkması beklenmektedir. Akıllı tekstillerin üretiminde elektronik bileşenlerin kullanılması nedeniyle giysinin kullanımındaki konfor sorunu ortaya çıkmaktadır. Akıllı tekstiller sınıfına giren, serinletme fonksiyonuna sahip olan giysilere en önemli örneklerden olan, Hydroweave® çok yönlü bir kumaş olup, birçok tür giysi, aksesuar uygulamaları için çok uygundur ve sıcaklığa karşı olağanüstü bir koruma sağlamaktadır. Yüksek sıcaklıktaki ortamlarda bu kumaştan yapılmış giysiyi giyen kişi aktif olarak serinletilmekte ve vücut sıcaklığı korunmaktadır. Su, yağ ve kir itici özelliklerden dolayı hem kıyafetin görünümü açısından hem de giyenin kullanım rahatlığı açısından büyük kolaylıklar sağlamaktadır. Deride meydana gelen su buharını ve teri çok hızlı bir şekilde uzaklaştırmakta ve cildin nefes almasını sağlamaktadır. Terin uzaklaştırılmasıyla beraber vücutta doğal bir serinleme hissi uyandırmaktadır (Coşkun, 2007, s. 19).

Renk ve Model Özellikleri

Model tasarımında göz önünde bulundurulması ve seçiminde dikkat edilmesi gereken moda ve modelle ilgili renk, çizgi, doku ve desen özellikleri bulunmaktadır (Sezer vd., 1992).

Renkler

Renk; insan davranışlarını ve psikolojisini etkileyen, günlük yaşamda ki karar ve seçimlerimizde etken olan önemli bir olgudur. Renk üzerine bilim insanları, araştırmacılar ve düşünürler geçmişten günümüze kadar çok sayıda çalışma yapmışlardır. Renkler ilk çağlardan itibaren öncelikle simgesel ve sembolik bir iletişim aracı olarak karşımıza çıkmıştır. İlk insanlardan günümüze kadar gelen mağara duvarlarında bulunan resimler o döneme ait yaşamlar hakkında bize bilgi vermektedir (Aydın ve Çakar, 1993, s. 267).

Renk bilimi temellerini fizik ve kimyadan almıştır. Bunları fizyoloji takip eder. Çünkü görme, gözün fizyolojik yapısına bağlıdır. Renk hisleri fiziki ve fizyolojik şartlara bağlı ise de, renk bilgisi psikolojik temellere bağlıdır. Seçilen renklerin insanların iç dünyasını yansıttıkları bilinmektedir. Renklerin insan üzerindeki etkileri incelendiğinde, sıcak

renklerin canlılık ve neşe, soğuk renklerin ise dinlendirici ve huzur verici özellikleri bulunmaktadır. Genellikle sıcak renkler yakın, soğuk renkler uzakmış hissi verirler. Kırmızı, sarı turuncu gibi sıcak renkler, sevinç uyandıran, enerji veren, kararlı dışa dönük ve yaşama gücü olanların tercih ettiği renklerdir. Mavi ve yeşil gibi soğuk renkler ferahlık, rahatlık, huzur ve mutluluk veren renklerdir. Mor asaleti ifade eder. Siyah acı ve hüznün sembolüdür. Beyaz siyah gibi çoğu zaman renk dışı olarak kabul edilir (Oğuztörel, 1995, s. 397). Giysiyi almak isteyen tüketiciyi ilk anda etkileyen öge renktir. Kişinin psikolojisini ortaya koyan ve açıklayan bir ögedir. Giysi tasarımcısı bu ögeyi aynı zamanda çizgi ögesinde olduğu gibi vücut problemlerini ortadan kaldırmak ve göz yanılmasına neden olmak amacıyla kullanır (Aydın ve Çakar, 1993, s. 267).

Renkler, kişinin vücudunun görünüşünü etkilediği, dikkate alınarak vücut yapısına göre seçilmelidir. Özellikle orta yaş grubu kadınların kilo problemleri, vücut formlarında istemedikleri değişiklikler, daha genç görünme ve kendine güven duygusunun artırılması açısından renklerin rolü büyüktür. Çok koyu ve çok açık renk tonları vücut hatlarını belirginleştirir. Sıcak renkler vücudu olduğundan daha büyük gösterdiğinden büyük bedenler tarafından tercih edilmemelidir. Soğuk renkler ise vücudu olduğundan zayıf gösterir (Kırzioğlu, 1992, s. 55).

Çünkü soğuk renkler cisimleri küçük gösterir. Siyah bir elbise kişiyi olduğundan daha ince gösterir (Sezer vd., 1992, s. 125).

Renkler içerdikleri düşük ya da yüksek titreşimli enerjileri ile insanın duygusal, zihinsel ve fiziksel dünyasını etkileme gücüne sahiptirler. Renk psikososyal gereksinimlerin sağlanmasında da etkili olmaktadır. Bu nedenle renkleri yapısal olarak incelemek kadar psikoloji açısından da incelemek gerekmektedir. Bu özellikleri ile renkleri, uyarıcı oldukları kadar, bunaltıcı, yapıcı oldukları kadar da yıkıcı, itici ya da çekici olabilmektedirler (Koca ve Koç, 2008, s. 174).

Psikolojik olarak renk beynimizde oluşan bir duyumdur. Tad alma, duyma, dokunma ve koku alma da olduğu gibi, renklerin algılanışı da kişiden kişiye değişir. Bir rengi sıcak, soğuk, ağır, hafif, zayıf, kuvvetli, canlı, cansız, renkli (kromatik), renksiz (akromatik), heyecan verici, rahatlatıcı, parlak veya sakin olarak algılanabilmektedir. İnsanların renklere karşı değişik tepkiler vermesinde, kişilik oluşumları, eğitim durumları, bilinçaltındaki duyguları gibi birçok neden sayılabilmektedir. Bu nedenle rengi psikoloji açısından da incelemek gerekmektedir. Renk ile insan psikolojisi arasında mutlak bir ilişki vardır.

Seçilen giysinin rengi, yapılan makyajın rengi genellikle karşımızdaki kişi hakkında bize bilgi vermektedir (Aydın ve Çakar, 1993, s. 267).

Kup ve Çizgiler

Bir giysi modeli çeşitli kuplardan oluşan bir bütündür. Bu kuplar, bir yandan vücut hareketlerini kolaylaştırır diğer yandan modelin daha güzel görünmesini sağlar. Tasarımcı giysinin stilini kup yerlerini göstermek amacıyla, dikdörtgen, daire, dikey, yatay çizgiler kullanır. Ancak tasarımcının bu amaçlar için kullandığı kuplar ayrıca vücut problemlerini ortadan kaldıracı ve yanıltıcı bir özelliği de sahiptirler (Aydın ve Çakar, 1993, s. 268).

Düz çizgilerin boyuna kullanıldığında görünüşü uzattığı, enine çizgilerin ise görünüşü kestiği ve geniş gösterdiği bilinmektedir. Kullanılan çizgilerin sayısı, incelikleri, kalınlıkları, çizgiler arasındaki uzaklık ve yakınlık durumları ayrı ayrı görünüşü etkilemektedir. Genel olarak yuvarlak çizgiler, düz çizgilerden daha hareketli ve canlı bir etki yaratır (Sezer vd., 1992, s. 126).

Desen

Tekstil yüzeylerinde dokuma veya baskı yöntemiyle oluşturulmuş estetik öğeye desen denir. Tasarımcı düşüncesinin ürünü olan hammaddesinin dokusunu çiziminde gerçekmiş gibi bir görüntü ile sergilemelidir. Aksi takdirde ürünün hammaddesi ile ilgili görüntü yanlış algılanır doğru iletişim sağlanamaz. Tasarımcı dokuya esas görüntüyü sağlayan lif özelliğini çok iyi bilmek zorundadır. Giysi tasarımında ve üretiminde seçilen doku giysinin tüm bölümlerinde aynı özelliği göstermelidir (Aydın ve Çakar, 1993, s. 268).

Giysi tasarlamada amaç, insanı ikinci deri olarak kaplayan giysiyi, kişiyi fizyolojik ve psikolojik açıdan iyi tanıyarak ve hareket alanını bilerek, kişiye uygun giysi tasarlamaktır. Modaya uygun güzel renkli ve iyi dikilmiş bir giysinin herkese yakışması mümkün değildir. Vücutlar çeşitli özelliklerde olduğundan her renk ve modelin duruşu kişilerde farklılık arz edecektir. Bazı renkler ve bazı desenler şişman, kısa gösterirken bazıları da zayıf ve uzun göstermektedir. Örneğin; çok küçük desenler kullanıldığı zaman klasik ekose veya balık sırtı gibi desenlerin ölçüsü, geniş ve çarpıcı desenlerden daha az önemlidir. Desen, siluet ve tarzı tamamlamalıdır. Çarpıcı desenler, küçük hassas kumaşlarda tarzda

bozulma etkisi yapacaktır. Çünkü göz, modelin bedeni ile elbisenin hacmini karşılaştıracaktır (Çivitçi, s. 17).

Kadın Psikolojisi

Kadınlar için giyim estetik, rahat ve kullanışlı olmalıdır. Bu nedenlerden dolayı kadınların kıyafet seçiminde içinde buldukları fizyolojik ve psikolojik değişimlerin olduğu dönemleri de göz önüne aldıkları görülür. İnsan yaşamı bir süreç olarak düşünüldüğünde bu süreçte yaşam belli dönemlere ayrılarak incelenir. Çünkü her dönem farklı özellikler gösterir ve her dönemde insan fiziksel ve duygusal gelişimler içerisindedir. Kadın hayatı, kesin sınırları olmamakla birlikte beş dönemde incelenebilir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 12). Bu dönemler;

- 1- Çocukluk Dönemi 0-8 yaş
- 2- Ergenlik Dönemi 9-18 yaş (Puberte ve Adölesan)
- 3- Cinsel Olgunluk Dönemi 19-49 yaş
- 4- Klimakteryum ve Menopoz Dönemi 50-64 yaş
- 5- Yaşlılık (senium) dönemi 64 yaşın üzeri

Bu yaş süreleri kesin bir biçimde sınırlanamaz. Bireysel farklılıkların yanı sıra toplumsal gelişme, beslenme koşulları ve çevresel faktörler başlangıç ve bitiş sürelerini değiştirebilmektedir (Coşkun, 1995, s. 15).

Kadın, doğası gereği yaşamın başından sonuna kadar farklı evrelerden geçer. Bu evrelere damgasını vuran hormonal, bedensel ve ruhsal değişikliklere göre kadın hayatı birbirinden farklı özellikler taşıyan çeşitli dönemlere ayrılabilir. Bir çağdan diğerine geçişin kimde hangi yaşta olacağını belirleyen en temel etken anne ve babadan alınan kalıtsal özellikler olmakla beraber yaşanan yer, beslenme özellikleri ve çeşitli alışkanlıklar etkili olabilir. Kadın hayatı çocukluk, ergenlik, cinsel olgunluk, menopoz ve yaşlılık olmak üzere beş dönemden oluşur. Bu dönemlerden her biri kendine özgü fiziksel, psişik, hormonal farklılıklar gösterir. Her dönemin kendine göre özellikleri olmasına karşın buluş ve menopoz dönemleri kadın yaşamındaki etkileri ile en önemli dönemlerdir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 19).

Kadınlarda Menopoz Dönemi

Menopoz, yunanca men (ay) ve pausis (sonlanma, durma) kelimelerinden köken almıştır. Son menstrual periyoddan sonra en az 1 yıl menstruasyon görülmemesi menopoz olarak değerlendirilir. Çoğu kadında menopoz 45-55 yaşları arasında ortaya çıkar. Amerika'da menstrüal periyodun ortalama tamamlanma yaşı 51'dir. Bu süre içinde yumurtalıklar, iki kadınlık hormonu olan östrojen ve progesteron salınmasını yavaşlatır ve bir süre sonra da üretimini durdurur. Bir sene boyunca adet görülmemesi durumu menopoz olarak tanımlanmaktadır. Özellikle ilk yıllarda kadınlarda adet kesilme, ateş basması, terleme, çocuk doğurma yeteneğini kaybetme gibi bozukluklar eksik kadınlık, izolasyon, depresyon, içe kapanma, uykusuzluk, aşırı sinirlilik ve saldırganlığa neden olabilir. Bu durumda bir psikiyatrisin öneri ve tedavisine gerek vardır (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s.15).

Bazı kadınlar aylık adet kanamalarının bitmesi dışında, menopozu herhangi bir bulgu olmadan geçirirler. Diğer bazı kadınlarda ise östrojen düşüklüğü sıcak basmaları, terleme gibi fiziksel değişikliklere neden olur. Bu kısa dönemde ortaya çıkan değişiklikler orta derecede veya ciddi düzeyde olabilir ve bazen de uykusuzluk, anksiyete (sinirlilik) veya depresyona sebebiyet verebilir. Bu tarz hissedilen değişikliklere ek olarak vücutta farkına varılamayan değişiklikler de oluşmaktadır ki bunlar, osteoporoz ve kalp hastalıkları gibi gelecekteki sağlık ve yaşam kalitesini etkileyecek ciddi sağlık problemlerine yol açabilir (Görge ve Çakıroğlu, 2007, s. 16).

Menopoz'un Kadına Etkileri

Menopoz 45 ile 55 yaşlar arasında geçirilen, kadınlar için kendine özgü bir dönem olup bir hastalık değildir. Menopozu giren kadında hormonal bir dizi değişiklik olur. Bu dönemde kadın adet kesilir. Bu kesilme kadında hormon değişimleriyle ilgilidir. Bu dönem korkulmaması gereken bir dönemdir. Hatta bu dönemde hem hamile kalma korkusu yaşamadan cinsel ilişki söz konusu olduğu için, hem de artık kadın bu konuda tecrübeli olduğu için bu dönem kadının rahat, mutlu, kendine güvenli, huzurlu geçireceği bir dönem olmalıdır. Menopoz dönemine giren kadınları ürküten konulardan bir tanesi üretkenliğini kaybetmiş olmaktır. Bu konu hem çocuğu olan, hem de hiç çocuğu olmayan hanımları bir sıkıntı içine sokar. Özellikle hiç çocuk sahibi olmayan hanımlar bu dönemi daha sıkıntılı geçirirler. Bu çok normaldir. Bu dönemde hormon değişikliklerinden dolayı

fizyolojik olaylar ortaya çıkar. Bu döneme has özellikler olarak terleme, yüzde kızarma, iç sıkıntısı, huzursuzluk, yorgunluk, uyku problemleri görülür. Bu dönemde bazı kadınlarda cinsel istek artma, bazılarında ise azalma görülebilir. Psikolojik olarak bakıldığında düzenli bir yaşamı olan bir kadın bu dönemi çok zorlanmadan geçirir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 17).

Ergenlik dönemi gibi doğal ve gelip geçen bir dönemdir. Kadınlar arasında, menopozu sadece hormonal bir değişiklik olarak görenlerde süreç daha kolay atlatılmaktadır. Dolayısıyla sosyal hayata uyum daha sağlıklı olmaktadır. Menopozu bir sıkıntı olarak algılayanlarla yaşam arasında bir uyum sorunu başlamaktadır. Çünkü bu kadınlar menopoz döneminde kendilerini işe yaramaz ve yaşamdan kopmuş olarak algılamaktadırlar. Bu da sosyal ve psikolojik sorunların başlamasında da önemli bir etkidir. Menopoz, kadının davranışlarını ve dolayısıyla ilişki kurduğu tüm sosyal çevreyi etkilemektedir. Bu dönemde ortaya çıkan rahatsızlıkların giderilmesinde giysi konforunu etkin olabileceği fiziksel ve ruhsal durumlar aşağıda belirtilmiştir (Kıroğlu, 2005, s. 13).

Uyku Bozuklukları

Menopoz dönemi bir yandan ateş basmaları, öte yandan "tuhaf belirtiler" olarak gruplandırılan belirtiler topluluğunun etkisiyle uykusuzluğun ortaya çıkmasına veya uyku kalitesinin azalmasına neden olabilir. Ek olarak östrojen hormonu eksikliğinin beyine etki ederek direkt olarak uyku özelliklerini olumsuz etkilediği bilinmektedir. Uyku bozuklukları uzun süre devam ettiğinde gerginlik, sinirlilik, yorgunluk, halsizlik, unutkanlık, yorgun uyanma ve konsantrasyon bozukluklarına yol açabilmektedir. Menopoz döneminde ortaya çıkan uyku bozukluklarının tedavisinde östrojen hormonu tedavisinin önemli bir yeri vardır. Östrojen hormonunun uykuya dalma süresini kısalttığı ve uyku kalitesini artırdığı klinik deneylerde gösterilmiştir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 7).

Psikolojik Değişiklikler

Menopozla birlikte başlayan yaşam sürecinde, ortaya çıkan değişimlerin kadın psikolojisine yansması, bu sürecin en önemli semptomlarının da ortaya çıkmasına neden olur. Hatta çok genel bir yaklaşımla, menopozla ilgili yakınmaların birçoğunun psikolojik kökenli olduğu, hemen hemen tamamının psikolojik yansmasının bulunduğu söylenebilir (Ersoy, 1998, s. 37). Yapılan birçok alan çalışmalarında, menopoz döneminde majör

depresyon prevalansında artış saptanmamış, ancak depresif belirtilerde artış gözlenmiştir. Bu belirtilerin de daha çok premenopozal yıllarda olduğu, postmenopozal yıllarda ise psikiyatrik azalma gözlenmiştir. Uyku dağınıklığı, uyuyamama da tespit edilen diğer bulgulardandır (Kaptanoğlu, 1996, s. 29). Menopozda görülen duygu durum değişiklikleri; gerginlik, sinirlilik, halsizlik, isteksizlik, sık ve kolay ağlama, uykusuzluk, konsantrasyon güçlüğü, yaşam olaylarından kolay etkilenme, iştah artışı, karakter değişiklikleri, unutkanlık, erken uyanma, çabuk öfkelenme ve toplumdan uzaklaşma isteği şeklinde sıralanabilir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 21).

Cilt'teki Değişimler

Vücudumuzun bütün bölümünü örten cildin sağlamlığını ve elastikiyetini veren en önemli madde kollajen adlı bağ dokusudur. Son bilimsel veriler kadında östrojen hormonunun cildin kollajen içeriğini korumada önemli olduğunu göstermektedir. Cilt kırışıklıkları kalıtsal özelliklere bağlı olarak kişiden kişiye oldukça değişken olabilir. Vücudunda selülit, çatlak ve kırışıklık bulunan kadınlar menopoz dönemi ve sonrasında vücudunu gizlemek istemekte ve vücudunu kapatan giysileri tercih etmektedirler (Şener ve Atmaca, 2008, s. 63).

Vücut Şeklinin Değişmesi

Östrojen düzeyindeki değişme doğrudan doğruya veya dolaylı olarak diğer hormonları ve metabolizmayı etkiler. Değişen metabolizma iştahı artırmakta, yeme alışkanlığındaki değişimler, yaşlanmayla birlikte azalan dinlenme metabolik hız (DMH) ve azalmış fiziksel aktivite şişmanlığı ortaya çıkarmaktadır. Menopoz sonrasında kadınlarda özellikle android tıp şişmanlık görülmekte ve menopozda toplam yağ birikimi artmaktadır. Kilodaki değişiklikler menopozdan ziyade yaşlanmayla daha fazla ilişkili olsa da menopoza giren kadınlarda, yaş eşleştirmeli çalışma yapılan kadınlara göre daha yüksek düzeylerde vücut yağı ve daha merkezi bir yağ dağılımı bulunmuştur. Azalmış fiziksel aktivite sadece kilo artışıyla güçlü bir şekilde ilintili olmayıp, aynı zamanda postmenopozal kadınlarda gözlenen yağsız kitledeki kayıp ve vücut yağında artışla da ilgilidir. Menopoz dönemindeki kilo artışları kaygı yaratmaktadır. Çünkü; postmenopozal kadınlar, kısmen östrojen üretimindeki azalma ve buna eşlik eden total ve düşük dansiteli lipoprotein kolesterol

düzeylerinde artma yüzünden, artmış koroner kalp hastalığı riski altındadır (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 20).

Menopoz döneminde kadınlarda kalça, göğüs, omuz, bel ve sırtın üst kısımlarında yağlanma artarak vücut kalınlaşmaya başlar. Vücuttaki bu değişim kadınların giysi tercihlerini etkilemektedir. Kendilerini formda ve güzel gösteren vücudu koruyan giysileri giymeye özen göstermektedirler. Menopoz dönemi ile birlikte kadınlarda kilo atışı da görülmektedir. Kadınlar bu dönemde en fazla karın bölgesinden kilo aldıkları görülmektedir. Bu nedenle kadınlar kilolarını gizleyecek nitelikte renk, model ve desene sahip giysi tercih etmektedirler (Şener ve Atmaca, 2008, s. 63).

Ateş Basmaları

Ateş basması yüz bölgesinden başlayan, boyun ve göğüs kısmına, bazen tüm vücuda yayılabilen, bazen yoğun terlemeye neden olabilen bir "sıcak basması" olarak tarif edilebilir. Bedende hissedilen sıcaklığın önceleri yalnızca bir his olduğu düşünülmekteyken son bilimsel çalışmalar, ataklar esnasında bedensel ısının gerçekten arttığını göstermektedir. Ateş basması menopoz dönemindeki kadınların önemli bir kısmının yaşadığı bir belirtidir. Genellikle menopozun ilk yıllarında ortaya çıkan bu durum bazı kadınların günlük yaşamını etkileyecek kadar şiddetli olabilirken, bazılarında önemsenmeyecek kadar hafif geçebilmektedir. Ateş basması ataklarla seyrederek ve bazı kadınlarda ataklar çok ender ortaya çıkarken, bazılarında günlük atak sayısı 50 üzerinde olabilir. Ataklar bazı kadınlarda saniyeler sürerken, bazılarında birkaç dakika devam edebilir. Özellikle Adet Öncesi Gerginlik Sendromu yaşayan kadınlarda ateş basmaları menopoza geçiş döneminde ortaya çıkabilmekle beraber ateş basması, menopoz dönemine özgü bir belirti olarak kabul edilir. Ateş basması atakları genellikle menopozun ilk 1-2 yılında devam eder ve bu süre sonunda ortadan kalkar. Bazı kadınlarda ataklar 5 yıldan uzun süre devam edebilmektedir. Ataklar östrojen hormonu tedavisiyle çoğu durumda kontrol altına alınabilmekle beraber özellikle ruhsal stres durumlarında ek olarak başka ilaçların da tedaviye eklenmesi gerekebilmektedir (Görgel ve Çakıroğlu, 2007, s. 7).

İşte bu dönemde de kadını rahatlatarak ve bu dönemin daha rahat ve konforlu geçmesini sağlayacak serin tutan, terletmeyen, nemi emen, çabuk kuruyan kumaşlardan yapılmış giysiler oldukça giyene kolaylık sağlayacaktır. Yine bu dönemde kişinin daha rahat hareket

etmesini sağlayacak modeller ve ayrıca ruhsal durumunu rahatlatacak özelliğe sahip desen ve renkler bu dönemin daha rahat geçmesinde rol oynayacaktır.

Dünyada ve Ülkemizde Menopoz Dönemindeki Kadınlar

- Hintli kadınlar menopozu beklemekte, menopoz olduktan sonra olumlu bir döneme girmiş olmaktan dolayı mutlu olmakta ve vazomotor değişikliklerin etkisini hissetmemektedirler.
- Yunanlı kadınların ise, dönemle ilgili şikâyetlerinin fazla olduğu ve vazomotor değişimlerin etkisini yoğun hissettikleri belirtilmektedir (Bayraktar ve Uçanok, 1999, s. 192).
- Arapların ve Müslümanların yoğun olduğu Asya ülkelerinde kadınlar menopozu sosyal özgürlüğün başlangıcı olarak algılamaktadırlar. Menopozun bu kadınlar için farklı bir önemli yönü de menstruasyonlu iken yerine getiremedikleri ibadetlerini rahatça, kesintisiz yerine getirebilme düşüncesinin olmasıdır. Yine doğum kontrol yöntemlerini uygun bulmayıp çok sayıda çocuk doğuran bu kadınlar için menopoz farklı bir kurtuluş yoludur (Bayraktar ve Uçanok, 1999, s. 192).
- Ayrıca Kuzey Avrupalı kadınlarda da Yunanlı kadınlarla benzer etkiler görülmektedir.
- Asya’da yapılan çalışmada ortaya çıkan sonuçlar, bu kıtada kadınların klimakterik semptomları ciddi sorun olarak görüp yaşamasının oranlarının batıya göre çok düşük olduğunu göstermektedir (Bayraktar ve Uçanok, 1999, s. 191).
- Japon toplumunda kadınların % 65’inin hayatında menopozun önemi yoktur. Japon dilinde “sıcak basması” sözcüğüne karşılık gelen bir kelime bulunmamaktadır (Bayraktar ve Uçanok, 1999, s. 192).

Norveç’te ise, 45-55 yaşları arasındaki kadınlar üzerinde yapılan başka bir araştırmada da menopozun psikolojik etkisi ve psikosomatik rolü belirginleşmektedir. Bu çalışmada, menopozun yirmi dört şikâyeti arasındaki beş tanesinin daha fazla olduğu ortaya çıkmaktadır. Bunlar, belirsiz somatik yakınmalar, sinirsel yakınmalar, ruhsal dengesizlik, vazomotor rahatsızlıklar ve ürogenital rahatsızlıklardır. Cinsel kimlikle ilgili çeşitli tanımlamalar sinirsel yakınmalarla bağlantılı gösterilirken, bu beşlinin doğu toplumları için aynı yoğunlukta görülemeyeceği de bir gerçektir (Holte ve Mikkelsen, 1991, s. 211).

-Türk kadınlarında ise menopozal dönemi hem Asyalı hem de geneli Müslüman olan ülkelerin kadınlarından daha olumsuz ve menopozal yakınmaları daha sık yaşamaktadırlar. Türkiye’de farklı yerleşim birimlerinde yapılan çalışma sonuçlarına göre en yaygın görülen yakınmalar; eklem-kas ağrısı (% 77-83), gece terlemesi- sıcak basması (% 73-87), uykusuzluk-yorgunluk (% 71-82), sinirlilik-gerginlik (% 71-78) ve baş ağrısı-baş dönmesi (% 62-73.6) olarak belirlenmiştir (Tortumluoğlu, 2004, s. 6). Menopozal yakınmaları sıklıkla yaşayan Türk kadınlarında yapılan çalışmalarda menopozal döneme yönelik genel olarak olumsuz tutum içinde oldukları belirlenmiştir (Tortumluoğlu, 2004, s. 6). Türk kadının menopozu olumsuz algılamasının nedenleri arasında annelik rolünün kaybı, evlilik ilişkisinin ve kadınlık cazibesinin kaybı, vücut postüründeki değişiklikler, fiziksel güç kaybı ve cinsel yaşamın sonu biçimindeki algılama sayılabilir. Yine pek çok kültürde olduğu gibi menopoz Türk kültüründe doğurganlığın kaybıyla eş anlamlı tutulmaktadır. Toplumda menopozun “kayıplar dönemi” olarak ele alınması da henüz menopoza girmemiş kadınlarda bile korku oluşturmaktadır. Menstruasyonların da düzensizlikler olan kadınlar bile menopozu girdim diye büyük korkular yaşayabilmektedir (Işık, 1996, s. 40).

Menopoz Dönemi ve Giyim

Kadınların ilerleyen yaşlarda karşılaştığı en büyük sıkıntılar menopoz döneminde ortaya çıkmaktadır. Menopoz dönemi vücutta çok önemli değişikliklere yol açtığı için kritik bir dönem sayılmaktadır. Bazı fiziksel değişikliklerin hormonal yapıyla ilgili olduğu kabul edilmektedir. Önemli ölçüde değişiklikler yumurtalıkta meydana gelmekte; yumurtalık işlevselliğini yitirmektedir. Bu olay birdenbire veya yavaş yavaş gerçekleşebilmektedir. Fiziksel ve psikolojik belirtileri ve etkileri de gerçekleşme biçimine göre farklılık göstermektedir. Örneğin kadınların çoğu, zaman zaman sıcak bastığından şikayet etmektedir. Bu da giyim tercihlerini etkiler. Menopoz dönemindeki kadınlar, kalın giysiler yerine pamuklu teri emen, serin tutan kumaşlardan yapılmış giysileri tercih etmektedirler. Giysi seçimlerini genellikle açık yakalı kıyafetler yönünde yapmaktadırlar (Şener ve Atmaca, 2008, s. 64).

Renk ve desen özellikleri açısından düşünüldüğünde menopoz dönemindeki kadının psikolojisine ve vücut şekline göre değişmektedir. Giysilerde kullanılan renklerin kişinin formunu ve ölçülerini etkilediği bilinmektedir. Bu nedenle giysi seçimi yapılırken, kişinin vücut yapısı ve yüz şeklinin yanında, renk kombinasyonlarına da dikkat etmek gerekir. Oluşturulacak renk armonileri ve seçilen renklerle vücut hataları kapatılabileceği gibi,

vücut formu olduğundan ince ve uzun görünebilir. İri vücut yapısına sahip ve şişman kişileri açık renk giysiler olduğundan daha şişman göstereceği için, koyu ve mat renkleri tercih etmeleri, kontrast renklerden kaçınmaları gerekmektedir. Kalça ve bedeni arasında oran sorunu olan kişilerin, geniş olan kısımlarında koyu renkleri, dar olan kısımlarında açık renkleri tercih etmeleri, vücutlarının daha oranlı görünmesine neden olacaktır. Uzun boylu zayıf kişilerin kontrast renkleri kullanması görüntüleri açısından daha uygundur (Koca ve Koç, 2008).

Kalıp ve model özellikleri açısından düşünüldüğünde menopoza dönemindeki kadınların kullanım kolaylığı açısından giysilerin bol ve rahat olması, kolay giyinip çıkarılabilecek özellikte olması ve hareket serbestliği sağlayan modellerde olması gerekir. Yaka modellerinde kullanım kolaylığı olması açısından açık ferah yaka modelleri olması gerekir. Kol manşetlerinde de kullanım kolaylığı olması açısından rahat, hareket ve kullanım kolaylığı sağlayan modeller olması gerekir.

Menopozdan sonraki yıllarda vücutta başka değişikliklerde meydana gelmektedir. Birçok kadın kilo almakta fazla yağlar özellikle kalçada toplanmaktadır. Göğüsler yağ birikimi nedeniyle büyümektedir. Kadınlar kilolarını kapatmak için koyu renkler ve ince kumaşlardan oluşan giysileri tercih etmektedir. Bazı menopozlu kadınlar giysi satın alırken boyuna çizgili kumaşlar ve kuplu modelleri seçmekte, pamuklu kumaşlardan yapılmış göğüsleri küçük gösteren iç çamaşırı kullanmaktadırlar (Şener ve Atmaca, 2008, s. 63).

İlgili Yayınlar

Şener ve Atmaca, (2008) “Kadınların Menopoz Dönemi ve Giysi Tercihlerindeki Değişimler” konulu araştırmada; kadınların menopoz döneminde vücutlarındaki fiziksel ve psikolojik değişimler ile bu değişimler sonucu oluşan giysi tercihlerini ergonomik açıdan tespit etmek amacıyla yapılan bu araştırmada menopozun özellikleri, erken menopoz, menopoz döneminde yaşanan sağlık sorunları, kadınların yaşam kalitesini artıran giysi özellikleri ve kadınların hayatın bu döneminden de zevk alabilmesini sağlayan önemli ipuçları verilmeye çalışılmıştır. Araştırmanın materyalini Ankara ve Denizli il sınırları içerisinde menopoz dönemi ve sonrasında yaşayan tesadüfi ulaşılan 100 kadına uygulanan anketlerle elde edilen veriler ile ilgili kaynakların oluşturduğunu belirtmiştir.

Araştırmanın sonucunda kadınların büyük çoğunluğunun menopoz döneminde fiziksel görünümünde değişiklik olmaktadır. Bu sebeple giysi tercihlerinde menopoz dönemi

özelliklerine bağlı olarak farklı ihtiyaçlar ortaya çıkmaktadır. Bu ihtiyaçlar da renk, kumaş, model özelliği üçgeninde farklılık gösterdiğini belirtmiştir.

Şener ve Üstün, (2001) tarafından yapılan “Yaşlı Tüketicilerin Giysi Tercihleri” konulu araştırmada yaşlı kadınlarda yaşlanma ile birlikte oluşan fiziksel değişimleri ve buna bağlı olarak oluşan giysi tercihleri ile yaşadıkları sorunları ve beklentilerini tespit etmek amacıyla ile planlanmıştır. Araştırma bulguları yaşlı kadınlarda oluşan fiziksel değişimlerin nedeninin doğum ve yaşlılıktan kaynaklandığını, bu açıdan incelendiğinde ise en önemli fiziksel değişimin boyda kısalma olduğunu ortaya koymaktadır. Yaşlı kadınlar giysilerini bazen diktirdikleri bazen de hazır aldıkları, hazır aldıkları giysilerde omuz, göğüs, kalça, etek ve kol boylarında sorun yaşadıklarını, genellikle giysilerinde boydan kuplu bol ve rahat modeller ile düğmeli kapamaları tercih ettiklerini ifade etmişlerdir. Giysilerde vücuda uyum ve hareket serbestliği estetik unsurlardan önce geldiğinden giysilerin kalıp formunun oluşturulmasında vücudun anatomik yapısıyla birlikte mekanik yapısının da bilinmesi son derece önemli olduğunu belirtmiştir.

Eray ve Çivitçi, (2001) tarafından yapılan “Giyside Kullanılan Renklerin İnsan Üzerindeki Psikolojik Etkileri” konulu araştırmada, her insana değişik duygular çağrıştıran genellikle formlarla, biçimlerle, şekillerle hatırlanan renklerin birçok psikolojik etkileri bulunduğu bilinmektedir. Bu araştırmada giyside kullanılan renklerin insan üzerindeki psikolojik etkilerine ilişkin alt yapı unsurları belirlenerek giyside kullanılan renklerin insan üzerinde nasıl bir etki yaptığını ortaya çıkarmak amaçlanmıştır. Araştırma bu bilgilerin ışığında giyside kullanılan renklerin insan psikolojisini doğrudan etkilediğini ve giyside rengin önemli olduğu fikrinin doğruluğunu belirtmiştir.

Yurdakul, Eker ve Kaya, (2007) tarafından yapılan “Menopozal Dönemdeki Kadınların Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi” isimli araştırmanın amacı menopozal dönmedeki kadınların yaşam kalitesini ve etkileyen faktörleri incelenmektir. Araştırma Mersin Devlet Hastanesi Jinekoloji polikliniğine 1 aylık süre içinde başvuran ve araştırmayı kabul eden yatan toplam 83 kadın oluşturmuştur. Araştırmaya katılan kadınların % 48.2’si 1-5 yıl önce menopoza girdiği, % 72.3’ü herhangi bir sağlık hizmeti almadığı, % 61.4’ünün menopozal dönemle ilgili bilgi almadığı, %12.0’sinin düzenli egzersiz yaptığı, % 55.4’ünün menopozal dönemle ilgili sıkıntı yaşadığı, yaşanan sıkıntıların % 28.9’unun fiziksel, % 26.5’inin fiziksel ve psikolojik olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada yaş, eğitim, gelir düzeyi, yaşayan çocuk sayısı, hizmet alma, bilgi alma, tedavi alma ve egzersiz yapma ile yaşam kalitesi ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını belirtmiştir.

Vural, Çivitçi ve Ağaç, (2007) tarafından yapılan “Giysi Tasarımına Ergonomik Yaklaşım” konulu araştırmanın amacı; hazır giyim sektöründe üretilen ürünlerin tasarımlarında, ergonomik unsurların ne derece dikkate alındığını belirlemek ve konuya bakış açılarını ortaya koymaktır. Giysi estetik fonksiyonu, termal koruma sağlaması, tasarımı yada yapısı ile ilgili olarak bireyi etkilemesi, hatta insan sağlığını riske sokması olasılığı açısından ele alındığında ergonominin kapsamı içinde yer aldığını belirtmiştir.

Yeşilpınar ve Bulgun, (2007) tarafından yapılan çalışmada 25- 55 yaş grubundaki Türk bayanlarının giysi uyum problemlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada bayanların, giysi uyum problemleriyle en çok hangi giysi türlerinde ve giysilerin hangi bölgelerinde karşılaştıkları incelenmiştir. Çalışmada 589 Türk kadını rastgele seçilerek bir anket uygulaması yapılmıştır. Araştırmaya katılan bayan tüketicilerin sadece %9,2’lik bölümünün satın aldıkları giysilerde uyum problemi ile karşılaşmadıklarını belirtmiştir.

Kıroğlu, (2005) tarafından yapılan “Menopoz Döneminin Kadının Sosyal ilişkilerine Olan Etkileri” isimli araştırmanın amacı, Ankara’da yaşayan belirli bir gelir grubuna (orta sınıf) dâhil pre ve post menopoz dönemi kadınlarının yaşadıkları değişimleri, menopoza bakış ve yaşam tarzlarını inceleyerek, elde edilen araştırma bulgularını kadınların bu dönemi sorunsuz atlatalmaları ve bilgilendirilmeleri bağlamında tartışmaktır. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Kadın Doğum Bölümü Menopoz Servisi’nde menopoz süreci için tedavi gören veya düzenli kontrollerini yaptıran 40 kadından elde edilmiştir. Bu çalışmanın amacı, kadının yaşamında önemli bir dönem olan menopoz ve sonrasında psikolojik ve sosyal etkilerini incelemektir. Anket uygulanan kadınların menopozla ilgili bilgi ve bilinç düzeyi oldukça yüksek çıkmıştır. Bunda örneklemin hepsinin düzenli olarak menopoz kliniğine gelmesi ve hayat içinde birden çok kaynaktan durumlarıyla ilgili bilgi almaları etkilidir. Kadınların yarısı menopoz döneminin rahat geçtiğini belirtirken bir diğer yarısı sıkıntılı geçirmektedir. Büyük bir kısmı menopoz döneminde doktor kontrolünün gerekli olduğuna inanmaktadır. Kendilerinin menopoz sürecini oldukça rahat olarak değerlendirmelerinin sebebini de doktor kontrolünde olmaya ve düzenli ilaç kullanmaya bağlamaktadırlar. Örnekleme yer alan kadınların çoğu menopozu doğal bir dönem olarak tanımlamakta ve kendilerini yaşlanmış olarak değerlendirmektedirler. Çoğu çekirdek aile içinde yaşamaktadır ve sıkıntılarını eş ve çocuklarıyla, ayrıca arkadaşlarıyla paylaşmaya, onlardan destek görmeye ihtiyaç duymaktadırlar. Kadınlar arasında menopozdan sonra sakinleştirici kullanımı yaygınlaşmış ve yine menopozdan sonra kadın oldukları için pişman olanların oranı artmış olduğunu belirtmiştir.

Özkan, (1993) toplumsal yapı arasındaki farklara göre, menopoz dönemine giren kadının statüsünün artmasında veya azalmasında da farklar ortaya çıktığını belirtmektedir. Örneğin bazı toplumlarda menopoz sonrası dönemde kadına atfedilen değerler artmaktadır. Böylece bu pozitif algılama şeklinin de dönemi yaşanabilir hatta bir avantaj konumuna getirdiği görülmektedir. Menopoz sonrası kadınların toplumdaki saygınlığı, özgürlüğü, değeri, rolü ve kabul edilebilirliklerinin arttığı toplumlarda menopoza ilişkin psikolojik sorunlar da azdır. Değişik toplumlar, gençliği, güzelliği ve maddi üretkenliği çok önemli gördükleri için, genç kadınlar çoğunlukla, erişkinlikten itibaren, menopozu bir kayıp olarak görüp yıllar öncesinden kaygıyla beklemeye başladığını belirtmiştir.

Bilgin, (2004) Modernleşmeyle beraber değişen ve gelişen günümüzde kadının ve toplumun menopoza bakışında farklılıklar, az da olsa oluşmaktadır. Örneğin, sosyolog Alice Rossi 1992 yılında ABD’de yaptığı yeni bir araştırmanın sonuçlarına göre, bir çok kadın menopoz dönemini çok mutlu yaşamaktadır. Rossi’nin araştırmasının sonucunda kadınların % 23’ü adet kanamasının kesilmesinin ardından herhangi bir tepki göstermemişlerdir. Kalan yüzde 13.6’sı ise olumsuz tepkiler vermişlerdir. Kadınların yüzde 62’lik kısmı ise, bu yeni dönemi son derece olumlu karşılamışlardır. Bütün bu verilerin sonucunda Rossi; kadınların yaşlanmaktan korkmadığını ve yaşlanmayı kabul ettiğini savunmakta, menopozun artık kadınlar için travmatik bir dönem olmadığına dikkat çekmektedir. Bu dönemin yüzde yüz sorunsuz geçtiğini söylemek mümkün olmasa da, menopoza yüklenen anlamlarda bir iyileşme olduğu gözden kaçmadığını belirtmiştir.

Uçanok, (1996) Japon toplumunda kadınların % 65’inin hayatında menopozun önemi yoktur. Japon dilinde “sıcak basması” sözcüğüne karşılık gelen bir kelime bulunmamaktadır. Bir çalışmada ise, Hintli kadınlar menopozu beklemekte, menopoz olduktan sonra olumlu bir döneme girmiş olmaktan dolayı mutlu olmakta ve vazo motor değişikliklerin etkisini hissetmemektedirler. Yunanlı kadınların ise, dönemle ilgili şikâyetlerinin fazla olduğu ve vazo motor değişimlerin etkisini yoğun hissettikleri belirtilmektedir. Ayrıca Kuzey Avrupalı kadınlarda da Yunanlı kadınlarla benzer etkiler görülmektedir. Asya’da yapılan çalışmada ortaya çıkan sonuçlar, bu kıtada kadınların klimakterik semptomları ciddi sorun olarak görüp yaşamasının oranlarının batıya göre çok düşük olduğunu belirtmiştir.

Tortumluoğlu, (2004) tarafından yapılan “Asyalı ve Türk kadınlarda Menopoz” konulu araştırma menopozun iyi anlaşılabilmesi için biyolojik faktörlerin yanı sıra psikolojik, sosyal ve kültürel faktörlerinde dikkate alınması gerekmektedir. Yapılan çalışmalar

menopozun algılanması, menopozal tutum ve bu dönemde görülen yakınmalar açısından hem kültürler arasında hem de kültürlerin kendi içinde büyük farklılıklar olduğunu göstermiştir. Konuyla ilgili olarak yapılan çalışmalarda Asyalı kadınların menopozu diğer kadınlara göre daha olumlu olarak algıladıkları ve bu dönemi daha sorunsuz ve rahat geçirdikleri saptanmıştır. Türk kadınları menopozal dönemi hem Asyalı hem de geneli Müslüman olan ülkelerin kadınlarından daha olumsuz yaşamakta olduğunu belirtmiştir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın yöntemi, evreni ve örneklemini açıklanarak, veri toplama araçlarının nasıl hazırlandığına ilişkin bilgiler ile verilerin toplanmasında ve analizinde uygulanan istatistiklere yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Araştırmada menopoza dönemindeki kadınların psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçiminde yaşadıkları problemleri belirlemek amacıyla betimsel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Betimsel araştırmalar geçmişte ya da hâlâ var olan bir durumu var olduğu hâliyle betimlemeyi amaçlayan araştırmalardır. Betimsel (survey) araştırmalar kullanılan tekniklere göre; anket survey, mülakat survey, gözlem survey şeklinde sınıflandırılmaktadır (Kaptan, 1995, s. 59).

Bu araştırmada kadınların menopoza döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçiminde yaşadıkları problemleri belirlemeye ilişkin görüşlerinin anket yoluyla elde edilmesi nedeniyle anket survey tekniği uygulanmıştır.

Evren ve Örneklem

Tablo 1. Menopoz Dönemi Yaşayan ve Yaşamış Kadın Nüfusu

Türkiye Geneli Kadın nüfusu	38 194 504 kişi
Türkiye Geneli 45-80 Yaş arası Kadın Nüfus	8 607 781 kişi
Ankara İl Geneli 45-80 Yaş arası Kadın Nüfus	867 416 kişi

Kaynak: TÜİK, 2013 .

Araştırmanın evrenini; menopoz döneminde olan ve menopoz dönemini yaşamış kadınlar oluşturmaktadır. Bu bağlamda araştırmanın ekonomiklik ilkesine uygun ve zamandan tasarruf olması için evreni temsil ettiği inanan bir örneklem grubu seçilmiştir.

Araştırmanın örneklemini; Ankara ili Çankaya ilçesi, Keçiören ilçesi ve Sincan ilçesinde yaşayan menopoz döneminde olan ve bu dönemi yaşamış 384 kadın oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması

Bu araştırmada kadınların menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçiminde yaşadıkları problemlere ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan anket formları kullanılmıştır. Anket hazırlama aşamasında ilgili literatür taramasından sonra konu ile ilgili ulusal basındaki yayınlar incelenerek, uzmanların görüşleri alınarak belirlenmiştir.

Hazırlanan sorular önce 27 kişilik bir örneklem grubu üzerinde uygulanmış ve uzman gözetiminde anket geliştirilmiştir. Hazırlanan sorular uzman aracılığı ile kontrol edilmiştir. Araştırmaya katılan kişilerin sorulan sorulara tarafsız cevap verilmesi, vereceği cevapta açık ve anlaşılır olabilmesi için anket yöntemi tercih edilmiştir.

Aşağıdaki tabloda uygulanan anket sayıları verilmiştir.

Tablo 2. Uygulanan Anketlerin İlçelere Göre Dağılımı

İlçeler	Kişi Sayısı
Çankaya	122
Keçiören	137
Sincan	125
Toplam	384

Tablo 3. $\alpha= 0.05$ İçin Örneklem Büyüklükleri Tablosu

Evren Büyüklüğü	+ 0.03 örnekleme hatası (d)			+0.05 örnekleme hatası (d)			+0.10 örnekleme hatası (d)		
	p=0.5	p=0.8	p=0.3	p=0.5	p=0.8	p=0.3	p=0.5	p=0.8	p=0.3
	q=0.5	q= 0.2	q=0.7	q=0.5	q= 0.2	q=0.7	q=0.5	q= 0.2	q=0.7
100	92	87	90	80	71	77	49	38	45
500	341	289	321	217	165	196	81	55	70
750	441	358	409	254	185	226	85	57	73
1000	516	406	473	278	198	244	88	58	75
2500	748	537	660	333	224	286	93	60	78
5000	880	601	760	357	234	303	94	61	79
10000	964	639	823	370	240	313	95	61	80
25000	1023	665	865	378	244	319	96	61	80
50000	1045	674	881	381	245	321	96	61	81
100000	1056	678	888	383	245	322	96	61	81
1000000	1066	682	896	384	246	323	96	61	81
100 milyon	1067	683	896	384	245	323	96	61	81

Kaynak: Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004, s.50

Tablo 4'e bakıldığında, örnekleme hatasını azaltmak için örneklem büyüklüğünün artırılması gerektiği görülmektedir. Diğer yandan seçilen hata payına göre belli bir değerden sonra örneklem büyüklüğünün artmasına gerek olmadığı söylenebilir. Bu tabloya göre 384 kişiye anket uygulanması gerekmektedir.

Anketin 1. bölümünde araştırmaya katılan kadınların demografik özellikleri (yaş, kilo ve öğrenim durumu, çalışma durumu, yaklaşık aylık gelir, sağlık güvencesi olma durumu, menopoz dönemine girdikleri yaş aralıkları) ile ilgili sorulardan oluşmaktadır.

Anketin 2. bölümünde, kadınların menopoz dönemi ile ilgili hizmet ve bilgi alma durumu (menopoz dönemi hakkında bilgi alma durumu, menopoz dönemi hakkında bilgi kaynağı durumu, menopoz döneminde sağlık hizmeti alma durumu, sağlık kuruluşu türlerinden hizmet alma durumu, alınan hizmet türü), menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan yaşadıkları sağlık problemleri (sağlık problemleri), kadınların menopoz döneminde fizyolojik açıdan giysi seçiminde yaşadıkları problemler (en fazla hangi bölgenin rahatsızlık verme durumu, giysilerin kumaşlarında yapılan tercihler, yaka modellerinde

değişiklik yapma durumu, kol manşetlerinde değişiklik yapma durumu, manşet modeli tercih durumu, elbise modellerinde değişiklik yapma durumu, elbise modellerinden tercih durumu) ve kadınların psikolojik açıdan giysi seçiminde yaşadıkları problemler (giysilerin renklerinde değişiklik yapma durumu, renk çeşitlerinde tercih durumu, desen özelliklerinde değişiklik yapma durumu, desen özelliklerinde tercih durumu, modayı takip etme konusundaki düşüncenizin durumu) ile ilgili sorulardan oluşmaktadır.

Verilerin analizi

Ankete katılan kadınların görüşleri alınırken “Ek-1’de verilen anket formu ile elde edilen verilerin istatistiksel analizi için aşağıda belirtilen sıra izlenmiştir.

Ankete cevap veren örneklem grubunun kadınların menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçiminde tercihlere ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla hazırlanan ankete verdikleri cevaplardan elde edilen veriler SPSS 15.0 istatistiksel paket programında bilgisayar ortamına aktarılmış, frekans ve yüzde dağılımları hesaplanmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde araştırmanın alt problemlerine dayalı olarak bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir. Araştırmanın amacı menopoz dönemindeki kadının psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçimindeki tercihleri belirlemektir. Bu amaca yönelik hazırlanan sorulardan elde edilen bulgular ve yorumlar aşağıda tablolarda açıklanmıştır.

Araştırmaya Katılan Kadınların Demografik Özellikleri

Alt problem 1. Araştırmaya katılan kadınların demografik özellikleri nelerdir?

Demografik özelliklerden; yaş ve kilo, öğrenim durumu, çalışma durumu, yaklaşık aylık gelir, sağlık güvencesi olma durumu, menopoz dönemine girdikleri yaş aralıkları değişkenlerine yer verilmiştir.

Tablo 4. Araştırmaya Katılan Kadınların Yaş ve Kilo Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Yaş aralıkları	Sayı	Yüzde
51-55	55	14,3
56-60	65	16,9
61-65	98	25,5
66-70	102	26,6
71-75	57	14,8
76-80	7	1,8
Toplam	384	100,0
Kilo aralıkları	Sayı	Yüzde
60-65	2	0,5
66-70	96	25,0
71-75	124	32,3
76-80	131	34,1
81-85	27	7,0
86-90	4	1,0
Toplam	384	100,0

Tablo 4’de araştırmaya katılan kadınların yaş dağılımlarına göre sayı ve yüzdeler görülmektedir. En fazla yüzdeleri dilimi % 26,6 66-70 yaş, en az yüzdeleri dilimi %1,8 76-80 yaşında kadınların oluşturduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan kadınların çoğunun menopoz dönemini geçirmiş oldukları görülmektedir.

Tablo 4’de araştırmaya katılan kadınların kilo dağılımlarında en fazla %34,1 76-80 kilo, en az %0,5 60-65 kg aralığına sahip kadınlardan oluşmaktadır. Buna göre kadınların yaşları ilerledikçe fiziksel görünümünde değişiklikler olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Araştırmaya Katılan Kadınların Öğrenim Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Eğitim Durumu	Sayı	Yüzde
İlköğretim	86	22,4
Lise	156	40,6
Ön Lisans	113	29,4
Lisans	19	4,9
Yüksek Lisans	10	2,6
Toplam	384	100,0

Tablo 5’de araştırmaya katılan kadınların öğrenim durumu dağılımlarını en fazla % 40,6 lise mezunları, % 29,4 ön lisans mezunları, % 22,4 ilköğretim mezunları, % 4,9 lisans mezunları oluşturmaktadır. Kadınların % 2,6 yüzdeye sahip yüksek lisans mezunları oluşturmaktadır.

Tablo 6. Araştırmaya Katılan Kadınların Çalışma Durumu ve Yaklaşık Aylık Gelir Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Çalışma Durumu	Sayı	Yüzde
Çalışmıyor	146	38,0
Memur	28	7,3
Emekli	210	54,7
Toplam	384	100,0
Gelir Aralıkları	Sayı	Yüzde
900-1200TL	90	23,4
1300-1600TL	129	33,6
1700-2000TL	108	28,1
2100-2300TL	57	14,8
Toplam	384	100,0

Tablo 6’da araştırmaya katılan kadınların en fazla % 54,7 emekli, % 7,3 memur oldukları görülmektedir. Kadınların % 38 oranla çalışmadıkları görülmektedir. Türkiye’de yaşanan yoğun işsizlik sorunu da göz önüne alındığında çalışan kadınların oranı ülke nüfusuna göre çok düşüktür. Bununla beraber özellikle büyük kentlerde yaşayan kadınların çalışma

hayatına katılma oranı yüksektir. Ayrıca Ankara'nın başkent olması kamu hizmetlerinde iş olanaklarının fazla olmasının nedenidir.

Tablo 6'da araştırmaya katılan kadınların yaklaşık aylık gelirleri en fazla % 33,6 1300-1600TL, % 28,1 1700-2000 TL, % 23,4 900-1200TL gelire sahip oldukları ve en az % 14,8 2100-2300 TL gelire sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 7. Araştırmaya Katılan kadınların Sağlık Güvencesi Olma Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Sağlık Güvencesi Olma Durumu	Sayı	Yüzde
Evet	244	63,5
Hayır	140	36,5
Toplam	384	100,0

Tablo 7'de verilen bilgiler incelendiğinde araştırmaya katılan kadınların en fazla %63,5 sağlık güvencesi olduğu, %36,5 sağlık güvencesinin olmadığı görülmektedir.

Tablo 8. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Dönemine Girdikleri Yaş Aralıklarına İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Yaş Aralıkları	Sayı	Yüzde
49	6	1,6
50	59	15,4
51	98	25,5
52	101	26,3
53	85	22,1
54	25	6,5
55	5	1,3
56	5	1,3
Toplam	384	100,0

Tablo 8'de araştırmaya katılan kadınların menopoz dönemine girdikleri yaş en fazla % 26,3 52, % 25,5 51 , % 22,1 53, % 15,4 50, % 6,5 54, % 1,6 49 yaşında girdikleri ve en az % 1,3'ü 55-56 yaşında menopoz dönemine girdikleri görülmektedir. Kadınların kalıtım,

yaşam kalitesi, iklim ve çevre koşulları gibi birçok etken menopoza girme yaşını etkilemektedir. Gelişmiş ve gelişmekte olan ülkeler arasında da farklar olmakla birlikte Dünya Sağlık Örgütü'nün yayınladığı raporda doğal menopoz yaşının ortalaması 50'dir (Bilgin, 2004, s. 29).

Kadınların Menopoz Döneminde Hizmet ve Bilgi Alma Durumu Özellikleri

Alt problem 2. Kadınların menopoz döneminde yaşadıkları sağlık problemleri, hizmet ve bilgi aldıkları sağlık kurumları nelerdir?

Bu bölümde; kadınların menopoz dönemi hakkında bilgiye sahip olma özelliklerinden menopoz dönemi hakkında bilgi alma durumu, bilgi kaynağı durumu, menopoz döneminde sağlık hizmeti alma durumu, sağlık kuruluşu türlerinden hizmet alma durumu, alınan hizmet türü değişkenlerine yer verilmiştir.

Tablo 9. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Dönemi Hakkında Bilgi Alma ve Bilgi Kaynağı Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Bilgi Alma Durumu	Sayı	Yüzde
Evet	355	92,4
Hayır	29	7,6
Toplam	384	100,0
Bilgi alınan yer durumu	Sayı	Yüzde
Uzman	309	80,5
Kitap	46	12,0
Hiçbiri	29	7,6
Toplam	384	100,0

Tablo 9'da araştırmaya katılan kadınların menopoz dönemi hakkında en fazla %92,4 bilgi aldıkları ve %7,6 bilgi almadıkları görülmektedir. Kılıç 1998 yılında 40-60 yaş arası kadınlarla yaptığı araştırmada menopozla ilgili bilgilerin yaşı daha genç olan ve premenopoz evrede bulunan kadınlarda post menopoz evrede bulunan kadınlara göre daha fazla olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca eğitim seviyesi arttıkça menopozla ilgili bilgi sahibi olma oranı da artmaktadır

Tablo 9’da araştırmaya katılan kadınların menopoz dönemi hakkında en fazla %80,5 uzmandan bilgi aldıkları, %12 kitaptan bilgi aldıkları görülmektedir. Örneklemde yer alan bütün kadınların menopoz dolayısıyla tedavi gördükleri göz önüne alındığında bu beklenen bir sonuçtur.

Tablo 10. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Sağlık Hizmeti Aldığı Yerler, Menopoz Döneminde Aldığı Sağlık Hizmetin Türüne İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Hizmet Alma Durumu	Sayı	Yüzde
Evet	381	99,2
Hayır	3	0,8
Toplam	384	100
Hizmet Alınan Yerler	Sayı	Yüzde
Devlet hastanelerinden	118	30,7
Özel hastanelerden	123	32,0
Polikliniklerden	62	16,1
Özel polikliniklerden	78	20,3
Hiçbiri	3	0,8
Toplam	384	100,0
Hizmet türü	Sayı	Yüzde
Psikolojik tedavi	143	37,2
İlaçla tedavi	238	62,0
Hiçbiri	3	0,8
Toplam	384	100,0

Tablo 10’da araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde % 99,2 sağlık hizmeti aldığı, % 0,8 sağlık hizmeti almadığı görülmektedir. Ankete katılan kadınların büyük şehirde yaşamaları devlet ve özel hastane imkânlarının daha çok olması bu sonucu desteklemektedir.

Tablo 10’da araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde en fazla % 32 özel hastanelerden, % 30,7 devlet hastanelerinden, % 20,3 özel polikliniklerden, % 16,1 polikliniklerden sağlık hizmeti aldıkları ve % 0.8 oranla hiçbir sağlık kurumundan menopoz döneminde sağlık hizmeti almadıkları görülmektedir.

Tablo 10’da verilen bilgiler incelendiğinde araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde sağlık kurumlarından aldıkları hizmet türü % 62 ilaçla tedavi aldıkları, % 37,2 psikolojik tedavi aldıkları görölmektedir. Anket yapılan kadınlar da menopoz döneminde yaşadıkları sıkıntılardan tedavi yoluyla kurtulduklarını ve tıbbi yardım almadan bu dönemin zor atlatılacağını savunmaktadırlar.

Kadınların Menopoz Döneminde Fizyolojik ve Psikolojik Açıdan Yaşadıkları Sağlık Problemlerinin Özellikleri

Alt problem 3. Kadınların menopoz döneminde fizyolojik ve psikolojik açıdan yaşadıkları sağlık problemleri nelerdir?

Bu bölümde; araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde yaşadığı fizyolojik ve psikolojik sağlık problemlerine ilişkin değişkenlere yer verilmiştir.

Tablo 11. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Fizyolojik ve Psikolojik Açından Yaşadıkları Problemlere İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Sıkıntılar	Sayı		Yüzde		Toplam Sayı	Toplam Yüzde
	Evet	Hayır	Evet	Hayır		
Sıcak Basması	368	16	95,8	4,2	384	100
Yüzde Kızarma	239	145	62,2	37,8	384	100
Huzursuzluk	233	151	60,7	39,3	384	100
Uyku Problemi	283	101	73,7	26,3	384	100
İsteksizlik	158	226	41,1	58,9	384	100
Terleme	310	74	80,7	19,3	384	100
İç Sıkıntısı	274	110	71,4	28,6	384	100
Yorgunluk	284	100	74,0	26,0	384	100
Depresyon	238	146	62,0	38,0	384	100
Sinirlilik	208	176	54,2	45,8	384	100

Tablo 11’de araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde yaşadıkları sağlık problemlerinden en fazla % 95,8 sıcak basması, % 62,2 yüzde kızarma, % 60,7 huzursuzluk problemi, % 73,7 uyku problemi, % 41,1 isteksizlik, % 80,7 terleme, % 71,4 iç sıkıntı, % 74 yorgunluk, % 62 depresyon ve % 54,2 sinirlilik yaşadığı, görülmektedir. Bu durumun kişiden kişiye göre farklılık gösterdiği görülmektedir.

Menopoz Dönemindeki Kadınların Fizyolojik Açıdan Giysi Seçimindeki Tercihlerin Özellikleri

Alt problem 4. Menopoz dönemindeki kadınların fizyolojik açıdan giysi seçimindeki tercihleri nelerdir?

Bu bölümde; kadınların menopoz döneminde kullandıkları giysilerde kumaş tercihleri, tercih ettikleri yaka ve kol ucu modelleri, ve tercih ettikleri elbise modelleri değişkenlerine yer verilmiştir.

Tablo 12. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerde Rahatsızlık Veren Bölgelere İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Rahatsızlık Veren Bölgeler	Sayı	Yüzde
Yaka çevresi	173	45,1
Omuz ve sırt bölgesi	31	8,1
Kol çevresi	18	4,7
Göğüs çevresi	111	28,9
Bel bölgesi	22	5,7
Kalça çevresi	29	7,6
Toplam	384	100,0

Tablo 12’de verilen bilgiler araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde kullandıkları giysilerde en fazla % 45,1 yaka çevresi, % 28,9 göğüs çevresi, % 8,1 omuz ve sırt bölgesi, % 7,6 kalça çevresi, % 5,7 bel bölgesi ve en az % 4,7 kol çevresinin rahatsızlık verdiği görülmektedir.

Tablo 13. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerde Kumaş Tercihlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Kumaş Çeşitleri	En Çok		Orta		En Az		Hiç		Toplam	
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde
Yün	0	0	0	0	0	0	384	100,0	384	100
İpek	0	0	2	0,5	15	3,9	367	95,6	384	100
Jarse	0	0	0	0	0	0	384	100,0	384	100
Polar	0	0	0	0	0	0	384	100,0	384	100
Pamuk	316	82,3	63	16,4	3	0,8	2	0,5	384	100
Şifon	0	0	3	0,8	25	6,5	356	92,7	384	100
Triko	0	0	0	0	0	0	384	100,0	384	100
Keten	66	17,2	299	77,9	15	3,9	4	1,0	384	100
Sentetik	0	0	1	0,3	2	0,5	381	99,2	384	100
Penye	2	0,5	3	0,8	324	84,4	55	14,3	384	100

Tablo 13’de verilen bilgiler araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde kullandıkları giysilerin en çok % 82,3 pamuklu, % 17,2 keten, % 0,5 penye kumaşı tercih edildiği görülmektedir. Orta düzeyde ise % 0,5 ipek, % 16,4 oranla pamuk, % 77,9 keten, % 0,3 sentetik, % 0,8 penye tercih edildiği görülmektedir. En az ise % 3,9 ipek, % 0,8 pamuk, % 6,5 şifon, % 3,9 keten, % 0,5 sentetik, % 84,4 penye kumaş tercih edildiği görülmektedir. Yün, jarse, polar, triko kumaşların hiç tercih edilmediği görülmektedir. Menopoz döneminde bayanlarda sıcak basması ve terleme olması nedeniyle pamuklu kumaş tercih sebebinde teri hızlı emme özelliği çok büyük etkindir.

Tablo 14. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerde Tercih Ettikleri Yaka ve Kol Ucu Modellerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Yaka Modelleri	Sayı	Yüzde
V yaka	136	35,4
Kayık yaka	10	2,6
Şömiziye yaka	54	14,1
Kare yaka	62	16,1
U yaka	122	31,8
Toplam	384	100,0
Kol Ucu Modelleri	Sayı	Yüzde
Çift katlı manşet	6	1,6
Basit kol yırtmacı	27	7,0
Büzgülü kol ucu	161	41,9
Düz manşet	105	27,3
Hiçbiri	85	22,1
Toplam	384	100,0

Tablo 14’de verilen bilgiler araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde en fazla % 35,4 V yaka, % 31,8 U yaka seçildiği görülmektedir. % 16,1 kare yaka, % 14,1 şömiziye yaka, % 2,6 kayık yaka tercih edildiği görülmektedir. Diğer yaka türlerinden bisiklet yaka, bebe yaka ve hâkim yaka hiç tercih edilmemiştir. Menopoz döneminde kadınların daha açık yaka türünü seçmiş oldukları görülmektedir.

Tablo 14’de verilen bilgiler araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde çok % 41,9 büzgülü kol ucu, % 27,3 düz manşet, % 7 basit kol yırtmacı ve en az % 1,6 çift katlı manşeti tercih ettikleri görülmektedir.

Tablo 15. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Elbise Modeli Tercihlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Elbise Modelinde Değişiklik Durumu	Sayı	Yüzde
Evet	349	90,9
Hayır	35	9,1
Toplam	100,0	100,0
Elbise Model Çeşitleri	Sayı	Yüzde
Düz Robalı	60	15,6
Belden Evaze	19	4,9
Boydan Bol	226	58,9
Belden Büzgülü	44	11,5
Hiçbiri	35	9,1
Toplam	384	100,0

Tablo 15’de verilen bilgiler araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde en fazla % 58,9 boydan bol, % 15,6 düz robalı, % 11,5 belden büzgülü, % 4,9 belden evaze elbiselerin tercih edildiği görülmektedir. % 9,1 oranla elbise modellerinde değişiklik yapmadığı görülmektedir.

Kadınların Menopoz Döneminde Psikolojik Açıdan Giysi Seçimindeki Tercihlerin Özellikleri

Alt problem 5. Menopoz dönemindeki kadınların psikolojik açıdan giysi seçimindeki tercihleri nelerdir?

Bu bölümde; kadınların menopoz döneminde kullandıkları giysilerin renk tercihleri, desen tercihleri, modayı takip etme konusundaki değişkenlere yer verilmiştir.

Tablo 16. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerin Renk Tercihlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Renk Çeşitleri	Sayı	Yüzde
Açık Renkler	195	50,8
Koyu Renkler	19	4,9
Mat Renkler	152	39,6
Hiçbiri	18	4,7
Toplam	384	100,0

Tablo 16’da verilen bilgiler araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde kullandıkları giysilerde en fazla % 50,8 açık renkleri, % 39,6 mat renkleri ve en az % 4,9 oranla koyu renkleri tercih ettikleri görülmektedir. Açık renkleri tercih sebebi olarak da koyu renklerin güneş ışığını çekmesi ve daha çok sığa sebep olması nedeniyle açık renkleri tercih edilmiştir.

Tablo 17. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Kullandıkları Giysilerin Kumaş Desenlerindeki Tercihlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Desen Çeşitleri	Sayı	Yüzde
Boyuna Çizgili	53	13,8
Kareli	30	7,8
Desensiz	122	31,8
Çiçekli	42	10,9
Diğer	137	35,7
Toplam	384	100,0

Tablo 17’de araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde kullandıkları giysilerin desen çeşitlerinden en fazla %31,8 desensiz, %13,8 boyuna çizgili, %10,9 çiçekli ve %7,8 kareli kumaşları tercih ettiği görülmektedir. %35,7 ise değişiklik yapmadığı görülmektedir.

Tablo 18. Araştırmaya Katılan Kadınların Menopoz Döneminde Modayı Takip Etme Durumuna İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Modayı Takip Etme Durumu	Sayı	Yüzde
Modayı takip etmiyorum	157	40,9
Kendime özgü giyiniyorum	142	37,0
Daha çok klasik giysiler tercih ediyorum	59	15,4
Daha çok sportif giysiler tercih ediyorum	9	2,3
Modaya uygun giyinmeye çalışıyorum	17	4,4
Toplam	384	100,0

Tablo 18’de verilen bilgiler araştırmaya katılan kadınların modayı takip etme konusunda en fazla % 40,9 modayı takip etmediği, % 37 kendine özgü giyindiği, % 15,4 daha çok klasik giysileri tercih ettiği, % 4,4 modaya uygun giyinmeye çalıştığı, % 2,3 daha çok sportif giysileri tercih ettiği görülmektedir.

BÖLÜM V

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde kadınların menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçiminde tercihleri belirlemeye yönelik araştırmada elde edilen sonuçlar ve öneriler bulunmaktadır.

Sonuç

Bu bölümde kadınların menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçimindeki tercihleri belirlemek amacıyla uygulanan anket sonucunda elde edilen bulgulardan şu sonuçlar çıkarılmıştır.

1. Araştırmaya katılan kadınların % 40,6 lise, % 29,4 ön lisans, % 22,4 ilköğretim okulu mezunu olduğu görülmektedir.
2. Araştırma kapsamındaki kadınların yarısından fazlasının emekli olduğu görülmektedir.
3. Araştırma kapsamındaki kadınların % 33,6'sının gelirleri 1300-1600TL arasında olduğu görülmektedir.
4. Araştırma kapsamındaki 45 yaş ve üstü kadınlarda menopoz dönemi ile birlikte sıcak basmaları, yüzde kızarma, terleme, huzursuzluk, uyku problemi, iç sıkıntısı, isteksizlik, yorgunluk, depresyon ve sinirlilik görülmektedir. Bu dönemde konforlu giysi kadın hayatı için çok büyük öneme sahiptir.
5. Araştırmaya Ankara ili Çankaya, Keçiören, Sincan ilçe sınırları içinde menopoz dönemini yaşayan ve bu dönemi yaşamış 384 kadın katılmıştır. Kadınların yaşları ilerledikçe tablo 4'te kilo oranlarının arttığı görülmektedir.
6. Araştırmaya katılan kadınların % 63,5 oranla sağlık güvencesinin olduğu ve % 99,2 menopoz döneminde yardım aldıkları görülmektedir.

7. Araştırmaya katılan kadınların % 26,3 oranla 52 ve % 25,5 oranla 51 yaşında menopoza girdikleri görülmektedir.
8. Araştırmaya katılan kadınların menopoz hakkında bilgi alma durumları incelendiğinde eğitim seviyesi ile paralel olarak % 92,4 oranla bilgi aldıkları görülmektedir. Kadınların % 80,5 oranla uzmanlardan bilgi aldıkları görülmektedir.
9. Araştırma sonucuna göre kadınların % 99,2 oranla sağlık hizmeti aldığı, % 32 oranla özel ve % 30,7 oranla devlet hastanelerinden yardım aldığı görülmektedir. Alınan hizmet türünün % 62'si ilaçla tedavi olduğu ve % 37,2 oranla psikolojik tedavi olduğu görülmektedir.
10. Araştırma sonucuna göre kadınların menopoz döneminde % 95,8 oranla sıcak basması, % 80,7 oranla terleme, % 74 oranla yorgunluk, % 73,7 oranla uyku problemi, % 71,4 oranla iç sıkıntısı, % 62,2 oranla yüzde kızarma, % 62 oranla depresyon, % 60,7 huzursuzluk problemi, % 54,2 oranla sinirlilik ve % 41,1 oranla isteksizlik yaşadıkları görülmektedir. Bu dönemde kadınların yaşadığı problemler nedeniyle kullandıkları giysilerde değişime ihtiyaç duymaktadır.
11. Araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde tercih ettikleri giysilerde en çok % 45,1 oranla yaka çevresinde ve % 28,9 oranla göğüs çevresinde problem yaşadıkları görülmektedir.
12. Araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde giysilerin kumaşlarında yapılan tercihler incelendiğinde; % 82,3 oranla pamuk kullanıldığı, % 77,9 oranla keten kullanıldığı ve % 84,4 oranla penye kullanıldığı görülmektedir.
13. Araştırmaya katılan kadınların en çok % 35,4 oranla V yaka modeli seçilirken, % 31,8 oranla U yaka modeli tercih edildiği görülmektedir. Bu dönemde daha açık yaka modellerini tercih ettikleri görülmektedir. Giysilerin kol ucu modellerinde % 77,9 oranla değişiklik yaptığı görülmektedir. En çok % 41,9 oranla büzgülü kol modeli tercih edildiği görülmektedir. Elbise modellerinde en çok % 90,9 oranla değişiklik yaptığı ve % 58,9 oranla boydan bol elbise tercih edildiği görülmektedir.
14. Araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde kullandıkları giysilerin % 95,3 oranla renklerinde değişiklik yapıldığı, % 50,8 oranla açık renkleri tercih ettikleri görülmektedir. Bu dönemde sıcak basması yaşamalarından dolayı açık renkleri tercih ettikleri görülmektedir.

15. Araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde kullandıkları giysilerin desenlerinde % 64,3 oranla değişiklik yaptığı ve en çok % 31,8 oranla desensiz kumaşları tercih ettiği görülmektedir.
16. Araştırmaya katılan kadınların menopoz döneminde en çok % 40,9 oranla modayı takip etmedikleri ve % 37 oranla kendilerine özgü giyindikleri görülmektedir.
17. Araştırmanın sonucuna göre; sıcak basması ve terlemenin çok olması nedeniyle kullandıkları giysilerin kumaşlarında daha çok pamuklu kumaşları tercih ettikleri, serin tutma özelliği olan keteni tercih etmeleri, daha açık yaka modelini tercih etmeleri, kol manşeti seçiminde ise en çok büzgülü manşeti tercih etmeleri, elbise modellerinden en çok bol modelleri tercih etmeleri, kullandıkları giysilerin renklerinde en çok açık rengi kullanmaları ve desensiz düz kumaşlardan giysileri tercih etmeleri ve daha çok kendilerine özgü giyinmeleri bu dönemi daha rahat geçirmelerine katkı sağladığını belirtmektedirler.

Öneriler

Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, menopoz dönemindeki kadınların psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçiminde yaşadıkları problemleri belirlemek amacıyla yapılan bu araştırmada, ulaşılan sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

1. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre kadınların menopoz döneminde öncelikle fizyolojik ve psikolojik rahatsızlıkları için destek alması gerekmektedir.
2. Kadınların kendilerini rahat ve mutlu hissedecekleri ve zevk alabilecekleri giysileri seçmeleri gerekmektedir. Bunun için seçtikleri giysilerin kumaş özellikleri hem rahatsızlık vermeyecek hem de kendilerini güzel hissettirecek nitelikte olmalıdır.
3. Hazır giyim firmalarının kadınların hamilelik dönemine has giysiler hazırladıkları gibi menopoz dönemi ihtiyaçlarını karşılayacak giysileri de tespit edip özel çalışmalar yapmaları gerekmektedir.
4. Kadınların menopoz döneminde psikolojik ve fizyolojik açıdan giysi seçiminde tercih ettikleri kumaşları, giysi modellerini, desen özelliklerini, renk özelliklerini dikkate alarak tasarımlar yapmaları gerekmektedir.
5. Hazır giyim firmaları menopoz dönemine ait giysi üretimi için akıllı tekstillerin nefes alma özelliği, teri bedenden uzaklaştırabilme özelliği, vücut sıcaklığını dengeleyen ve

doğal serinleme hissi uyandıran özelliklerinden yararlanarak giysiler üretmeleri ile kadınların yaşadıkları problemlerin giderilmesine destek olacağı düşünölmektedir.

Yapılacak Araştırmalara Öneriler

1. Menopoz dönemi için hazır giyim firmaları tarafından özel kumaş tasarımı yapılması
2. Menopoz dönemi için hazır giyim firmaları tarafından özel model tasarımı yapılması
3. Araştırmanın örneklem grubunun farklı sosyo-kültürel çevreden tercih edilmesi
4. Menopoz alanında uzman olan kişilerle görüşölmesi ve bilgi alınması sağlanabilir.

KAYNAKLAR

- Ada, E. (2010). *Dağ sporlarında kullanılan giysilerdeki kumaş ve tasarım özelliklerinin ergonomik açıdan incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ağaç, S., & Çeğindir, N. (2006). Üniversite öğrencilerinin giyim ihtiyaçlarını karşılama ve moda konusundaki görüş ve davranışları. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-Dergisi*, 1(1-15.) 15 Kasım 2014 <http://www.sdergi.hacettepe.edu.tr/makaleler/sagac.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Akın, G., & Koca B. (2002). Ergonomide antropometrinin önemi. *Standart Dergisi*, TSE Kurumu Yayını, 490, 43-46.
- Akyüz, N. (2006). *Farklı eğitim düzeyindeki kadın tüketicilerin giyim eşyası satın alma davranışları*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Altınay, H., & İşbilen, A. (1996). *Hazır giyimde iş süreçlerinin yeniden tasarımı için 20. yy'da kadın giysi formalarındaki değişimlerin analizi*. Uluslararası Tekstil Konferansı'nda sunulmuş bildiri, Bursa.
- Altunyuva, Ş. (1988). *Kadın giyimi ve temel dikiş*. Ankara: Timasat.
- Arıkan, R., Yüceer, H., & Çakar G. (1994). *Kadınların giysi tüketimi ve giyim davranışları*. (387), 27-34.
- Ataç, S. (2005). *Büyük beden giysi kullanan kadınların hazır giyim tercihlerinin ve sorunlarının belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, S., & Çakar, G.E. (1993). *Çağdaş giysi tasarımında öge ve prensipler*. İstanbul: Gökhan.
- Bayraktar, F. (1995). *Kadın giyimi ve temel dikiş*. Ankara: Sim.

- Bayraktar, F. (1996). *Giyim*. Ankara: Sim.
- Bayraktar, R., & Uçanok, Z. (1999). Orta yaş gelişimi çerçevesinde menopozun değerlendirilmesi. *Sağlık Psikolojisi*. Ankara: Türk Psikologları Derneği.
- Bilgin, O. (2004). *Menopoz hakkında herşey*. İstanbul: Boyut.
- Bozkurt, B. (1995). *Vücut hareketlerinin giysi özelliklerine etkisi*. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Mühendislik Fakültesi, İzmir.
- Coşkun, A. (1995). Üreme sağlığının kadın yaşamındaki yeri. *Hemşirelik Bülteni*, 4 (38), 13-20.
- Coşkun, E. (2007). *Akıllı tekstiller ve genel özellikleri*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Çağdaş, M. (2002). *Kadın giyiminde kapanma payı ve yaka çizim teknikleri*. Ankara: Nobel.
- Çağlayan, E. (1978). *Giyim teknikleri*. Ankara: Semih Ofset.
- Çağman, S. (2010). *Çalışan kadınların giysi kullanım süreleri ve kullanım sonrası giysileri değerlendirme yöntemleri*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çivitci, Ş. (2004). *Moda pazarlama*. Ankara: Asil.
- Çivitçi, Ş. *Giysi seçimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayını.
- Eray, F., & Aras, E. (2000). Tüketicilerin giysi seçimini etkileyen faktörler. *Konfeksiyon Teknik Dergisi*, 9, 128-138.
- Erdem, A. (2006). *Tüketici odaklı bütünleşik pazarlama iletişimi*. (1. Baskı), Ankara: Nobel.
- Eray, F., & Çivitçi, Ş. (2001). Giyside kullanılan renklerin insan üzerindeki psikolojik etkileri. *Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Dergisi*, 2(1), 63-72.
- Ersoy, T. (1998). *Menopoz ve kültür, araştırma ve inceleme*. Ankara: Öteki.
- Eser, Z., & Korkmaz, S. (2011). *Pazarlamaya giriş*. Ankara: Siyasal.
- Eray, F., & Çivitçi, Ş.. (2001). Giyside kullanılan renklerin insan üzerindeki psikolojik etkileri.

- Gönen, E., Bayraktar, M. & Özgen, Ö. (1991). *Hazır giyim tüketiminde antropometri*. Ankara: Milli Prodüktivite Merkezi.
- Görgel, E., & Çakıroğlu, F. (2007). *Menopoz döneminde kadın*. Ankara Üniversitesi.
- Gürcüm, B. H. (2005). *Tekstil malzeme bilgisi*. (1. baskı). Ankara: Grafik.
- Hatipoğlu, Z. (1999). *Özet pazarlama*. İstanbul: Lebib Yalkın.
- Holte, A., & Mikkelsen, A. (1991). Psychosocial determinants of climacteric complaints. *Maturitas*, 13, 205-215.
- Işık, E. (1996, 30 Ekim-1 Kasım). *Psikiyatrik yönden menopoz*. IV. Ulusal Konsültan Liyezon Psikiyatrisi Kongresi'nde sunulmuş bildiri, İstanbul.
- Kaptan, S. (1995). *Bilimsel araştırma ve istatistik teknikler*. Ankara: Gazi Eğitim Fakültesi.
- Kaptanoğlu, C. (1996). *Psikiyatrik açıdan menopoz*. İstanbul: Gestet.
- Kılıç, S. (1998). *Kadınların menopoz dönemi sağlık sorunlarına ilişkin bilgileri*. Yayınlanmış Bilim Uzmanlığı Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kıroğlu, F. (2005). *Menopoz döneminin kadının sosyal ilişkilerine olan etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kırzioğlu, N. G. (1992). *Giyim sanatı ve kişisel görünüm*. Ankara: MEB.
- Koca, E., & Koç, F. (2008). Çalışan kadınların giysi seçimleri ve renk tercihleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. (24) 171-200. 15 Kasım 2014 tarihinde <http://asosindex.com/journal-article-abstract?id=1510#.VI7sydKsVe4> sayfasından erişilmiştir.
- Oğuztörel, A. (1995). Kumaş seçiminde renklerin insan üzerindeki psikolojik etkileri. *Tekstil ve Konfeksiyon Dergisi*, (5), 396-400.
- Öner, E., & Okur, A. (2007). Materyal, üretim teknolojisi ve kumaş yapısının termal konfora etkileri. *Tekstil ve Mühendis Dergisi*, 80 (17), 20-29.
- Özgen, Ö., & Ufuk, H. (1999). Yaşlıların giysi tüketimine yönelik davranışları ve sorunları. *H.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. 17(2), 181-198.
- Özkan, S. (1993). Kadın hastalıkları ve doğumun psikiyatrik yönleri. *Psikiyatrik Tıp: Konsültasyon, Liyezon Psikiyatrisi*, Aralık, 201-220.
- Sezer, H., Bilgin, F., & Kayaoğlu, A. (1992). *Hazır giyim üretimi*. Ankara: Bizim Büro.

- Şener, F., & Atmaca, Z. (2008). Kadınların menopoz dönemi ve giysi tercihlerindeki değişimler. *Mesleki Eğitim Fakültesi Dergisi*, Ocak, 3(4), 60-76.
- Şener, F., & Üstün G. (2001). Yaşlı tüketicilerin giysi tercihleri. *Mesleki Eğitim Fakültesi Dergisi*, 77-88.
- Tokgöz, N. (2007). *Çalışan kadınların hazır giyim ürünlerine yönelik markalı ürün tercihleri ve bağlılıklarının belirlenmesi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tortumluoğlu, G. (2004). Asyalı ve Türk kadınlarda menopoz. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, (9), 1-11.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2014). *2013 yılı istatistiklerle kadın nüfusu*. 15 kasım 2014 tarihinde (<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16056> sayfasından erişilmiştir.
- Uçanok, Z. (1996). Farklı yaş gruplarındaki kadınlarda menopoza ilişkin belirtilerin, tutumların ve yasama bakış açısının incelenmesi. *3P Dergisi: Psikoloji, Psikiyatri, Psikofarmoloji*, 4, 11-20.
- Vural, T., Çivitçi, Ş., & Ağaç, S. (2007, 25-26 Ekim). *Giysi tasarımına ergonomik yaklaşım*. 8. Ulusal Ergonomi Kongresinde Sunuldu, Dokuz Eylül Üniversitesi, İktisadi İdari Bilimler Fakültesi, İzmir.
- Vural, T., Uçar, Ö., & Çoruh, E. (2011, 14-16 Ekim). *Giysi konforu konusunda Türkiye'deki gelişmeler*. 17. Ulusal Ergonomi Kongresi'nde sunulmuş bildiri, Osmangazi Üniversitesi Mühendislik Mimarlık Fakültesi, Eskişehir.
- Yazıcıoğlu, Y., & Erdoğan, S. (2004). *SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Detay.
- Yeşilpınar, S., & Bulgun, E., (2007). *Garment fitting problems of Turkish females towards mass customization*, Proceedings of Autex, 2007, Tampere University of Technology, Finland.
- Yurdakul, M., Eker, A. & Kaya, D. (2007). Menopozal dönemdeki kadınların yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5 ,(21).
- Yükselen, C. (2003). *Pazarlama, ilkeler, yönetim*. Ankara: Detay.

EKLER

Ek 1. Anket Formu

ANKET FORMU

Bu çalışma “Menopoz Dönemindeki Kadınların Psikolojik ve Fizyolojik Açından Giysi Seçimindeki Tercihlerin Belirlenmesi” konulu yüksek lisans tezi gereği uygulanmaktadır. Anket içerisinde bulunan bölümlerdeki sorulara vereceğiniz cevaplar yapılan araştırmada belirleyici olacağından, soruları içten ve doğru cevaplamanızı ve CEVAPSIZ SORU BIRAKMAMANIZI önemle rica ederim. Zamanınızı ayırdığınız için teşekkür ederiz.

SAYGILARIMIZLA

Reyhan YAKUPOĞLU

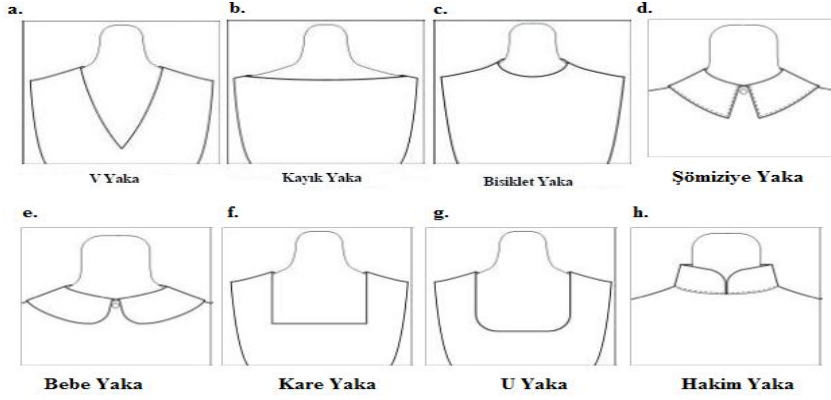
BÖLÜM 1 – KİŞİSEL BİLGİLER

- Yaşadığımız ilçe
- Yaşınız
- Kilonuz
- Öğrenim durumunuz İlköğretim Lise Ön Lisans
 Lisans Y.Lisans Diğer.....
- Çalışma durumunuz Çalışmıyor Serbest Meslek İşçi
 Memur Emekli Diğer.....
- Yaklaşık aylık geliriniz.....
- 7.
- Sağlık güvenceniz var mı?
 Evet Hayır
- Menopoz dönemine kaç yaşınızda girdiniz?
.....

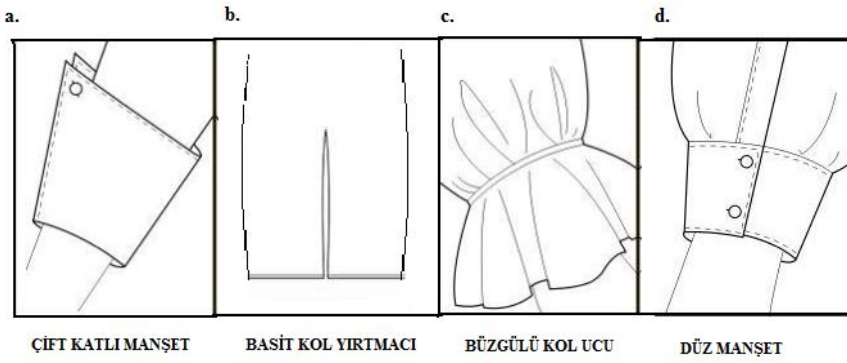
BÖLÜM 2- KONU İLE İLGİLİ SORULAR

- Menopoz dönemi ile ilgili yetkili bir uzman ya da kitaplardan bilgi aldınız mı?
a. Evet b. Hayır
- Cevabınız “EVET” ise kimden ya da nereden bilgi aldınız?
.....
- Menopoz dönemine girdikten sonra sıkıntı yaşadınız mı?
a. Evet b. Hayır
- Menopoz dönemine girdikten sonra yaşadığınız sıkıntılar nelerdir?

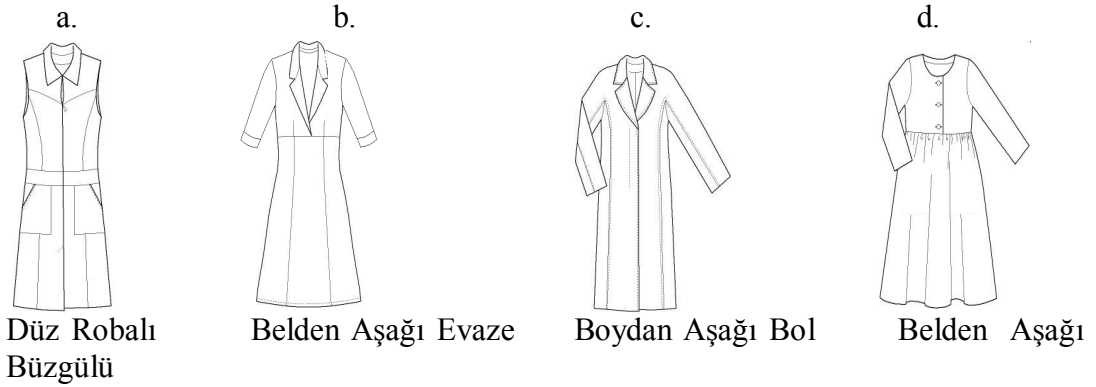
- a. Sıcak Basmaları
b. Yüzde Kızarma
c. Huzursuzluk
d. Uyku Problemleri
1. İsteksizlik
- e. Terleme
f. İç Sıkıntısı
g. Yorgunluk
h. Depresyon
i. Sinirlilik
5. Menopoz dönemine girdikten sonra herhangi bir sağlık kuruluşundan sağlık hizmeti aldınız mı?
a. Evet
b. Hayır
6. Cevabınız “EVET” ise ne tür bir sağlık kuruluşundan sağlık hizmeti aldınız?
a. Devlet hastanelerinden
b. Özel hastanelerden
c. Polikliniklerden
d. Özel polikliniklerden
e. Diğer
7. 5. Soruya cevabınız “EVET” ise ne tür bir hizmet aldınız?
a. Psikolojik destek hizmeti
b. İlaçla tedavi
c. Diğer
8. Menopoz döneminde ve sonrasında kullandığınız giysilerin **en fazla** hangi bölgesi size rahatsızlık verdi?
a. Yaka çevresi
b. Omuz ve sırt bölgesi
c. Kol çevresi
d. Göğüs çevresi
e. Bel bölgesi
f. Kalça çevresi
g. Diğer.....
9. Menopoz dönemine girdikten sonra kullanmakta olduğunuz giysilerin kumaşlarında değişiklik yapma ihtiyacınız oldu mu?
a. Evet
b. Hayır
10. Menopoz dönemine girdikten sonra hangi kumaşları tercih etmeye başladınız? Önem derecesine göre sıralayınız. (1.öncelikli- 2.öncelikli- 3.öncelikli)
() Yünlü () Pamuklu () Ketan
() İpek () Şifon () Sentetik
() Jarse () Triko () Penye
() Polar () Diğer belirtiniz.....
11. Menopoz dönemine girdikten sonra kullandığınız giysi yaka modellerinde değişiklik yaptınız mı?
a. Evet
b. Hayır
12. Soruya cevabınız “EVET” ise kullandığınız giysilerin yaka modellerinde **en fazla** ne tür bir değişikliği tercih ettiniz?



13. Menopoz dönemine girdikten sonra kullandığınız giysi kol manşet modellerinde değişiklik yaptınız mı?
a. Evet b. Hayır
14. Soruya cevabınız “EVET” ise kullandığınız giysilerin kol manşet modellerinde **en fazla** ne hangi tür manşeti tercih ettiniz?



15. Menopoz dönemine girdikten sonra kullandığınız giysi modellerinde değişiklik yaptınız mı?
a. Evet b. Hayır
16. Soruya cevabınız “EVET” ise kullandığınız giysi modellerinde **en fazla** hangi tür bir elbiseyi tercih ettiniz?



17. Menopoz dönemine girdikten sonra kullandığınız giysilerin renk tercihlerinde değişiklik yapma ihtiyacınız oldu mu?
a. Evet b. Hayır

18. Soruya cevabınız “EVET” ise kullandığınız giysi renklerinde **en fazla** hangi renkleri tercih ettiniz?
- Açık renkleri
 - Koyu renkleri
 - Canlı renkleri
 - Mat renkleri
 - Diğer
19. Menopoz dönemine girdikten sonra kullandığınız giysilerin desen özelliklerinde değişiklik yapma ihtiyacınız oldu mu?
- Evet
 - Hayır
20. Soruya cevabınız “EVET” ise kullandığınız giysi desenlerinde **en fazla** hangi desenleri tercih ettiniz?
- | | | |
|-------------------|------------------|------------------------|
| a. Boyuna çizgili | d. Enine çizgili | g. Büyük iri desenleri |
| b. Kareli | e. Çiçekli | ğ. Puantiyeli |
| c. Desensiz | f. Düz | h. Diğer..... |
21. Menopoz döneminde ve sonrasında modayı takip etme konusunda düşünceleriniz nelerdir?
- Artık modayı takip etmiyorum.
 - Kendime özgü giyiniyorum
 - Daha çok klasik giysiler giyiyorum
 - Daha çok sportif giysiler giyiyorum
 - Modaya uygun giyinmeye çalışıyorum
 - Diğer

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı Adı : Reyhan YAKUPOĞLU
Uyruğu : T.C.
Doğum tarihi ve yeri : 07.06.1984/Kastamonu
Medeni hali : Evli
E-posta : reyhan-yakup@hotmail.com

Eğitim Derecesi	Okul/Program	Mezuniyet Yılı
Lise	Kastamonu Anadolu Kız Meslek Lisesi	2002
Üniversite	Gazi Üniversitesi	2009
Yüksek Lisans	Gazi Üniversitesi	2014

İş Deneyimi, Yıl	Çalıştığı Yer	Görev
------------------	---------------	-------

Yabancı Dil

İngilizce

Yayımlar



GAZİ GELECEKTİR..