



T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



YAŞLILAR İÇİN İYİLEŞTİRME BAHÇELERİ
TASARIM İLKELERİ: KONYA-SELÇUKLU
İLÇESİ ÖRNEĞİNDE BİR TASARIM

Esra KARAKOÇ

YÜKSEK LİSANS

Peyzaj Mimarlığı Anabilim Dalı

Ocak-2020
KONYA
Her Hakkı Saklıdır

TEZ KABUL VE ONAYI

Esra KARAKOÇ tarafından hazırlanan “YAŞLILAR İÇİN İYİLEŞTİRME BAHÇELERİ TASARIM İLKELERİ: KONYA-SELÇUKLU İLÇESİ ÖRNEĞİNDE BİR TASARIM” adlı tez çalışması 22/01/2020 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / ~~oy çokluğu~~ ile Selçuk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Peyzaj Mimarlığı Anabilim Dalı’nda YÜKSEK LİSANS olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

Başkan

Prof. Dr. Serpil ÖNDER


Danışman

Prof. Dr. Ahmet Tuğrul POLAT

Üye

Doç. Dr. Mehmet Çağlar MEŞHUR

İmza


.....


.....


.....

Yukarıdaki sonucu onaylarım.

Prof. Dr. Mustafa YILMAZ
FBE Müdürü

TEZ BİLDİRİMİ

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını bildiririm.

DECLARATION PAGE

I hereby declare that all information in this document has been obtained and presented in accordance with academic rules and ethical conduct. I also declare that, as required by these rules and conduct, I have fully cited and referenced all material and results that are not original to this work.



İmza

Esra KARAKOÇ

Tarih:22.01.2020

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

YAŞLILAR İÇİN İYİLEŞTİRME BAHÇELERİ TASARIM İLKELERİ: KONYA-SELÇUKLU İLÇESİ ÖRNEĞİNDE BİR TASARIM

Esra KARAKOÇ

Selçuk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü
Peyzaj Mimarlığı Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Ahmet Tuğrul POLAT

2020, 104 Sayfa

Jüri

Prof. Dr. Serpil ÖNDER

Prof. Dr. Ahmet Tuğrul POLAT

Doç. Dr. Mehmet Çağlar MEŞHUR

Bahçe, sadece açık alan demek değildir. Doğanın bir parçası olan bahçe; insanların dinlenmek, eğlenmek, kendilerini iyi hissetmek, aktif veya pasif aktivitelerde bulunmak, inanma ihtiyacını gidermek ve inanç ritüellerini rahatça yerine getirmek için seçtikleri güvenli alanlar olarak tanımlanabilir. Yeşil alanların, çevrenin negatif enerjisini azalttığı bilinen bir gerçektir. Bu yüzden yeşil alanlar insanlar üzerindeki stresi azaltmasıyla hasta bireylerin iyileşmesine destek vermektedir. Bu maksatla tasarlanmış ve uygulanmış iyileştirme bahçeleri bu sürece katkı sağlamak ve bireyin refahını arttırmaktadır. Yaşlılar için tasarlanan bir iyileştirme bahçesi, yaşlıların fiziksel semptomlarını dindiren, stresi azaltan ve dolayısıyla kullanıcıların psikolojik olarak kendilerini daha sağlıklı hissettikleri doğal alanlar olarak tanımlanabilmektedir. Bu çalışma kapsamında, literatür araştırmaları ve anket çalışmaları doğrultusunda yaşlılar için iyileştirme bahçeleri tasarım ilkeleri ortaya konulmuş ve belirlenen tasarım ilkelerine göre Konya ili Selçuklu ilçesinde örnek bir ‘Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi’ tasarlanmıştır. Yaşlılar için tasarlanan iyileştirme bahçeleri, yaşlıların yaşam kalitesini arttırmakla birlikte kişilerin yaşadığı sağlık sorunları ile başa çıkmalarında olumlu etkiler sağlayacaktır.

Anahtar kelimeler: Bahçe, İyileştirme bahçesi, Peyzaj, Tasarım, Yaşlı

ABSTRACT

MS THESIS

DESIGN PRINCIPLES OF HEALING GARDENS FOR THE ELDERLY: A DESIGN IN THE EXAMPLE OF KONYA-SELÇUKLU DISTRICT

Esra KARAKOÇ

**Selçuk University Institute of Science
Department of Landscape Architecture**

Advisor: Prof. Dr. Ahmet Tuğrul POLAT

2020, 104 Pages

Jury

Prof. Dr. Serpil ÖNDER

Prof. Dr. Ahmet Tuğrul POLAT

Assoc.Prof.Dr. Mehmet Çağlar MEŞHUR

A garden is not just an open space. The garden, which is a part of nature; it can be defined as safe areas that people choose to rest, have fun, feel good, engage in active or passive activities, satisfy the need to believe, and comfortably perform their rituals. It is a known fact that green spaces reduce the negative energy of the environment. Therefore, green areas support the recovery of sick individuals by reducing stress on people. Healing gardens designed and implemented for this purpose contribute to this process and increase the well-being of the individual. A healing garden designed for the elderly can be defined as natural areas that relieve the elderly's physical symptoms, reduce stress, and thus feel psychologically healthier. Within the scope of this study, the design principles of healing gardens for the elderly have been introduced in line with the literature research and survey studies and an exemplary "Healing Garden for the Elderly" has been designed in the Selçuklu district of Konya, according to the design principles determined. Healing gardens designed for the elderly will increase the quality of life of the elderly and will have positive effects on coping with the health problems experienced by the people.

Keywords: Elderly, Design, Garden, Healing Garden, Landscape

ÖNSÖZ

Çalışmamın her aşamasında değerli katkı ve yönlendirmelerini esirgemeyen, bilimsel olduğu kadar manevi açıdan da her türlü desteğini ortaya koyan, lisans öğrenimimden bu yana mesleğim açısından kendimi geliştirmemde bana yardımcı olan değerli danışman hocam Sayın Prof. Dr. Ahmet Tuğrul POLAT'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Lisans eğitimimden bu yana Selçuk Üniversitesi Peyzaj Mimarlığı Bölümünde bulunan tüm hocalarıma bana olan desteklerini esirgemedikleri için hepsine ayrı ayrı çok teşekkür ederim.

Hayatımın her evresinde ailem kadar yanımda bulunan canım arkadaşlarım Merve İLARSLAN, Merve ÖZKAYA, Bilge YILDIRIM, Büşra ACAR, Elif AKGÜL ve GÜZELSARI ailesi Eda Nur-Serdar'a çok teşekkür ederim.

Çalışmam boyunca bana gösterdikleri tolerans ve destekleri için 'Park Yapı Peyzaj Kentsel Tasarım & İnşaat' ailesinden Aziz ARAS ve Mustafa EKİNCİ' ye çok teşekkür ederim.

Ve tabi ki canım AİLEM!

Tez çalışmam boyunca yaşadığım stresli dönemde verdiği büyük destek ve sevgisi ile yanımda olan meslektaşım, hayat arkadaşım, eşim Peyzaj Mimarı Mehmet KARAKOÇ'a çok teşekkür ederim.

Doğduğum andan beri hep arkamda dağ gibi duran, aldığım her kararımı destekleyen, mutlu olduğumda sevinen, takıldığımda yardım eden, moral veren, her zaman fedakâr olan annem Hayriye KELEŞ ve babam Ahmet KELEŞ'e, uzakta olsa bile desteğini bir an olsun esirgemeyen ağabeyim Emrah KELEŞ, düşünceleri ve sevgisiyle beni kardeşlerinden öte tutmayan yengem Canan KELEŞ, moral kaynaklarım bir tanecik yeğenlerime ve desteğiyle her kararımdayanımda bulunan değerli tartışılmaz ilk arkadaşım, kuzenim Ezgi GENÇ ile ailesine ve eşimin yanı başımda olmasını sağlayan kayınvalideme çok teşekkür ederim.

Esra KARAKOÇ
KONYA-2020

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
KISALTMALAR.....	ix
1. GİRİŞ.....	1
2. KURAMSAL TEMELLER.....	4
2.1. İyileştirme Bahçesi Tanımı.....	4
2.2. İyileştirme Bahçelerinin Tarihçesi	8
2.3. İyileştirme Bahçelerinin Faydaları	10
2.4. İyileştirme Bahçelerinin Türleri.....	11
2.4.1. Yaşlılar için iyileştirme bahçeleri	11
2.4.2. Engelli çocuklar için iyileştirme bahçeleri	12
2.4.3. Kanser hastaları için iyileştirme bahçeleri	14
2.4.4. AIDS/ HIV hastaları için iyileştirme bahçeleri.....	14
2.4.5. Alzheimer ve ruhsal bozukluğu olan hastalar için iyileştirme bahçeleri ..	15
2.4.6. Hastaneler için iyileştirme bahçeleri.....	16
2.4.7. Gaziler için iyileştirme bahçeleri	19
2.5. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçeleri Tasarım İlkeleri.....	22
2.5.1. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçeleri Yapısal Tasarım İlkeleri	22
2.5.2. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçeleri Bitkisel Tasarım İlkeleri.....	26
3. MATERYAL VE YÖNTEM	28
3.1. Materyal	28
3.2. Yöntem.....	30
4. ARAŞTIRMA BULGULARI.....	34
4.1. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesine Yönelik Anket Çalışmasının Bulguları	34
4.1.1. Kişisel verilerin değerlendirilmesi	34
4.1.2. Yeşil alanların kişi sağlığı üzerine pozitif etkisi farkındalığı.....	36
4.1.3. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi tercih edilmesi	37
4.1.4. İyileştirme bahçesi tasarım ilkelerinin belirlenmesi	37
4.2. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi Tasarım Süreci	46
4.2.1. Çevre analizi	46
4.2.2. Program geliştirme çizelgesi.....	51
4.2.3. Fonksiyon diyagramı.....	53
4.2.4. Sirkülasyon paftası	55
4.2.5. Konsept paftası.....	56
4.2.6. Avan paftası	57

4.2.7. Aplikasyon paftası.....	71
4.2.8. Plantasyon paftası	74
4.2.9. Detay paftası	86
4.2.10. Kesit paftası.....	87
4.2.11. 3 boyut paftası.....	88
5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER	89
5.1. Sonuçlar	89
5.2. Öneriler	90
KAYNAKLAR	92
EKLER	96
ÖZGEÇMİŞ.....	104



KISALTMALAR

AIDS	Acquired Immune Deficiency Syndrome (Edinilmiş Bağışıklık Eksikliği Sendromu)
HIV	Human Immunodeficiency Virus (İnsan Bağışıklık Yetmezliği Virüsü)
TBI	Traumatic Brain Injuries (Travmatik Beyin Yaralanmaları)
TSSB	Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TBI	Total Body Irradiation (Tüm Vücut Işınlaması)

1. GİRİŞ

Doğal ortamın kullanımı yüzyıllar boyunca farklılık göstermiş ve her kültürün inanç ve değerlerini yansıtmıştır. Tarihsel olarak, insanlar doğayı her zaman güçlü bir şifa kaynağı olarak kullanmıştır (Adevi ve Lieberg, 2012). Doğal açık alanlar, ormanlar, parklar, ağaçlar ve bahçeler gibi doğal unsurların, halk sağlığını ve refahını artırma fırsatları sağladığı bilinmektedir (Nilsson ve ark., 2011).

Yeşil alanlar; çevreyi güzelleştirmekte, günlük hayatın stresini azaltmakta, bireylerin gelişimine katkı sağlamakta ve sosyalleşmeyi desteklemekle birlikte, gelişen şehrin çoğu zararını engellemektedir. Hava kalitesini arttırmasının yanı sıra gürültü perdeleme, yaban hayatını barındırma ve bireylere dinginlik sağlama gibi farklı işlevlere de sahiptir. Yeşil alanlar arasında en küçük ama en çekici alanlar olan ev bahçelerinin çoğunun çim alanlar olarak tasarlanması bile çocuk ve yetişkinlere dinlenme imkânı tanırken, diğer yandan çevrenin negatif etkisini azaltmaktadır. Bahçeler içerdikleri doğal elemanlarla bireyleri kendine çekmekte; bitkilerle ve hayvanlarla birlikte açık havada olmak bireylerin streslerini azaltmakta, iyileşmelerini desteklemektedir (Keçecioglu, 2014).

Bahçe sadece açık alan demek değildir. Bahçe, insanlık deneyimini anlamlandıran ve ona özel anlamlar yükleyen mekân anlamına gelir. Bahçeler, insanın doğasında var olan inanma ihtiyacının giderilmesine ve inanç ritüellerini rahatça yerine getirmesine yardımcı olarak insan ruhunun doğayla iletişime geçtiği özel mekânlardır. Bu özel yerler ebedi tarih yolculuklarında her kültüre, dine ve döneme izlerini bırakarak insanlığı ve tarihi derinden etkilemişlerdir. İnsanlığın ilk dönemlerinden beri bahçeler de insanoğlu ile birlikte var olmuş, insanoğlunun gelişimiyle birlikte gelişmiş, farklı kültürlerle birlikte harmanlanarak bugüne kadar gelmiştir. Çağlar boyunca insanların günlük yaşamlarındaki sıkıntılarında kurtulup, doğaya ait varlıklarla bir arada olabilecekleri bir tür sığınak olmuştur (Pouya ve Demirel, 2015). Sadece bir bahçe alanına girmek bile hem uyarıcı hem de sakinleştirici özellik göstermektedir. Bahçe, bireylere aynı zamanda iyileştirici olanaklar sunmaktadır (Şensoy, 2017).

İyileşme sözcüğü, sadece bir hastalıktan kurtulup iyi olma hali değildir. İyileşme, fiziksel olduğu kadar ruhsal olarak da olumlu bir gelişmeyi ifade etmektedir. Kaplan ve Kaplan (1989)'a göre; bir çalışmada katılımcı olarak belirlenen tasarımcılardan, mimarlardan ve terapistlerden, hastaların iyileşme durumlarını tasvir etmelerini ve terapi alanlarının resimlerini çizmelerini istenmiştir. Bu resimlerdeki

elemanların %75'i doğa manzaraları, su, çiçekler, taşlar, kuşlar ve bitkiler gibi doğal elemanlardan oluşurken, %25'i de doğal alanın dışında kalan iç mekândaki oturma alanlarından oluşmaktadır (Karaçor ve Özdede, 2016).

Yirmi yılı aşkın bir süredir yapılan çalışmaların sonucunda elde edilen verilere göre; araştırmacıların çoğu, algılanan çevre ile sağlık-iyileşme arasında belirli ve tanımlanabilen bir ilişki olduğunu saptamıştır. Yapılan çalışmaların ve araştırmaların sonucunda, iyi bir deneyim yaşatmayı amaçlayan, maksimum fayda ve etki sağlayan bahçeler tasarlayabilmek için çeşitli tasarım ilkelerine ulaşılmıştır (Serez, 2011). Yapılan araştırmalar, iyileştirme bahçelerinin sadece hastaneler ve sağlık merkezlerinde değil, kentsel alanlardaki vatandaşlar için de özel bir yeri olduğunu göstermektedir. Bu araştırmalar, vejetasyona sahip kentsel yerleşim sakinlerinin daha fazla sosyal temasta bulunduğunu vurgulamaktadır (Pouya, 2017).

Çoğunlukla iyileşme sürecini ve stresten korunmayı destekleyen iyileştirme bahçeleri, genellikle bakım kuruluşlarının yanında veya onlara bitişik yer almakta olup; çoğunlukla Alzheimer, şizofreni, öğrenme güçlüğü, yanma vb. rahatsızlıkların ele alındığı ve gerektiğinde engelliler, yaşlılar ve çocuklar olmak üzere alt sınıflamalarla farklı hedef gruplara göre tasarımların yapıldığı ve ihtiyaçların karşılandığı alanlardır (Elings, 2006).

Pasif ya da aktif kullanımların olduğu, estetik ve işlevsel peyzaj düzenlemelerine sahip, fiziksel, kültürel ve sosyal anlamda bağlantıların sağlanabildiği, ergoterapi uygulamalarının yapıldığı, yaşam konforu ve kalitesi yüksek mekân organizasyonuna sahip, psikolojik anlamda olumlu klinik sağlık çıktılarına destek olan ve peyzaj mimarlarınca yapılmış iyileştirme bahçeleri, yoğun stres ve baskı altında olan psikiyatrik hastalara tüm isteklerinin karşılanacağı kentsel mekânlar yaratmak açısından önemli olduğu için ele alınması gereken bir konudur (Keçecioğlu, 2014).

Yaşlılık döneminde, bireyin sağlık problemleri nedeniyle hareketlerinin sınırlandığı, özellikle yardıma ihtiyaç duyduğu dönemlerde, bahçede çalışmanın, vakit geçirmenin gerek psikolojik gerekse fiziksel açıdan pek çok fayda sağladığı görülmüştür. Yeşil alanlarda yapılan fiziksel egzersizler bireylerin sağlık durumlarını olumlu yönde etkilediği için ve çeşitli kronik hastalıklara yakalanma riskini azaltmaya yönelik pozitif katkı sağlamaktadır. Yeşil alanlarda vakit geçirmenin çeşitli etkinliklerle doğa ile iç içe olmanın bireyleri psikolojik açıdan rahatlattığı, özellikle yaşlıların sosyalleşmesine katkı sağladığı görülmüştür.

Bu çalışmanın amacı; literatür araştırmaları ve anketlerden yola çıkılarak yaşlılar için iyileştirme bahçeleri tasarım ilkelerinin ortaya konulmasıdır. Bu ilkeler temelinde Konya ilinde yaşayan yaşlılara yönelik yaşam kalitelerini arttırmak, üzerlerindeki stresi en aza indirmek, sosyalleşmelerini sağlamak ve hem fiziksel hem de psikolojik olarak iyileşme süreçlerine katkı sağlamak amacıyla örnek bir iyileştirme bahçesi tasarımı yapılmıştır.

Yapılan araştırmalar sonucunda, iyileştirme bahçeleri tasarım ilkelerinin tam olarak belirlenmemiş olması bu bahçe örneklerinin tasarlanma ve uygulama çalışmalarını azaltmaktadır. Bu çalışma, Konya İli Selçuklu ilçesinde yaşlılar için bir iyileştirme bahçesi tasarımı örneği ortaya koyması ile yaşlı insanlar, park kullanıcıları, yerel yönetimler, ilgili kurum ve kuruluşlar için temel teşkil etmesi ile önem arz etmektedir.

Sonuç olarak bahçe, onu verimli bir şekilde kullanan kişiler için iyileştirici olabilmektedir (Akın, 2006). Bu çalışmada, “iyileştirme bahçesi” kavramına, tarihsel gelişimine, farklı alt başlıklar halinde ayrılan kullanıcı türlerine ve daha sonra yaşlılar için literatürden ve anket sonuçlarından elde edilen veriler temelinde iyileştirme bahçesi tasarım ilkeleri ortaya konulmuştur. Ortaya konulan tasarım ilkeleri doğrultusunda Konya ili Selçuklu ilçesinde örnek bir ‘Yaşlılar için İyileştirme Bahçesi’ tasarımı yapılmış ve bu tasarım sürecine ilişkin aşamalar sunulmuştur.

2. KURAMSAL TEMELLER

2.1. İyileştirme Bahçesi Tanımı

Bahçe kelimesinin aslı Farsça olup ‘küçük bağ’ anlamına gelmektedir. Genel olarak ise; çiçek, süs bitkileri, meyve, sebze ve şifalı otların yetiştirildiği, bunun yanı sıra doğanın güzelliğinin, yeşilliğinin, dinlendiriciliğinin insan eli ile denetim altına alındığı toprak parçası olarak da ifade edilmektedir (Demiröz, 2003).

Sağlık Bahçesi’ni tanımlayabilmek için tanımda geçen ‘sağlık’ kelimesinin de tam olarak ne anlama geldiği bilinmelidir. Türk Dil Kurumu’nun Büyük Türkçe Sözlüğünde sağlık kelimesi şöyle tanımlanmaktadır (Anonim, 2019);

1. Vücudun hasta olmaması durumu, vücut esenliği, esenlik, sıhhat, afiyet
2. Sağ, canlı, diri olma durumu.

Dünya Sağlık Örgütüne göre ise ‘sağlık’, kişinin sadece hastalığının olmaması durumu değil, fiziksel, zihinsel ve sosyal durumunun bir bütün olarak iyi olması anlamına gelmektedir (Serez, 2011).

Sağlık bahçesini oluşturan kelimeleri ayrı ayrı ele aldıktan sonra bir bütün olarak tanımlamalara bakılmalıdır. Clare Cooper Marcus ve Marni Barnes’a göre, sağlık bahçesi şöyle tanımlanmaktadır: Bir terim olarak sağlık bahçesi, bahçenin çeşitli özelliklerinden yararlanılarak, insanların duyularını harekete geçirerek stresten uzaklaşmalarını ve arınmalarını sağlayan; hastalar, ziyaretçileri, personel ve bakıcıların üzerinde pek çok olumlu etkisi bulunan yerler anlamında kullanılmıştır. Çevre psikoloğu Roger Ulrich’e göre bir yerin bahçe olarak nitelendirilebilmesi için yüksek oranda yeşil bitki örtüsü, çiçekli bitkiler ve su gibi doğal elemanlara sahip olması gerekmektedir (Ulrich, 1991; Marcus ve Barnes, 1995; Marcus ve Sachs, 2013).

Sağlık bahçesi, sürekli gelişen ve popülerliği giderek artan bir kavramdır. Sağlık bahçesi denildiğinde kişide iyileştirme etkisine sahip bir bahçe beklentisi oluşmaktadır (Serez, 2011).

‘Bahçe’ terimi, çok kültürlü ve derin bir tarihe sahiptir. Sağlık hizmetleri ortamı için tasarlanmış ve bu amaç için kullanılan herhangi bir yeşil alan bu terim içinde değerlendirilmektedir. Bahçede iyileştirme, hasta ve doğal çevre arasındaki direkt etkileşimle meydana gelmektedir. Bahçe, sadece ‘içinde bulunulan’ yerdir ve tıbbi personelinin arabuluculuğu olmadan tedavi edici olabilmektedir.

Bir terim olarak 'iyileştirme' oldukça sık kullanılmaktadır. Çoğunlukla kendini tamamıyla iyi hissetme hali olan yararlı bir süreci tanımlamaktadır. Bahçe ortamının iyileşme sürecine katkısını belirlemek için iyileşme sürecinin iki ana durumu üzerinde durulmaktadır (Akın, 2006). İyileştirmenin birinci şekli, fiziksel belirtilerin giderilmesi, bu belirtilerin farkında olunmasında yol kat edilmesidir. Bu durum ameliyat sonrası hastaları gibi, kişinin tedavi olduğu travma ya da akut hastalıkları olan bireylerin yaşamlarında belirgin bir faktördür. Ağrıyı yönetmek tedavide önemli bir bölüm olduğu için, iyileştirmenin bu ögesi süreğen hastalıkları olan hastaların yaşamında da ayrıca önemli bir rol oynamaktadır. İyileştirmenin ikinci şekli, medikal ortamda fiziksel ve duygusal olarak yorulan bireyleri rahatlatmak ve streslerini azaltmaktır. Stresi azaltma, rahatlama ve canlanmanın gereklilik olduğu görevliler ve ziyaretçiler için çok önemli bir unsurdur. Böylece, fiziksel gelişmenin sağlanmasının yanı sıra iyileşme de tüm duylarda gelişir. Süreğen hastalıkları olan bireyler için iyi olma hissi, faaliyet durumundaki artış ile ölçülür. İyileşme sürecindekiler için umut etme, gelişme oranına etki eden belirgin bir faktördür (Marcus ve Barnes, 1995).

Bahçeler birçok mekanizma yoluyla iyileştirici ve tedavi edici olabilmektedir. En belirginini, doğanın estetiğidir. Yani, açık havaya çıkmak için güçlü çekiciliği olan güzel, yeşil bir alan yaratmasıdır. Doğal ya da doğala benzer ortamlarda açık havada olmak, güneş ışığını hissetmek, ağaçları ve çiçekleri seyretmek, su ve kuş seslerini dinlemek, bahçeyi süsleyen bu ve diğer faktörlerin birleşimini fark etmek, büyük ölçüde stres ve kaygı azaltıcı etkiye sahiptir (Akın, 2006; Pouya ve Demirel, 2015). Bu ortamlarda insanlar fiziksel olarak rahatlayarak iyi olma hissini arttırma, hafızalarını yenileme, fiziksel hareketlerini ve motivasyonlarını arttırma gibi aktiviteler (dinlenme, gezinme, dolaşma, gözlemlenme, oturma, hissetme) gerçekleştirirler (Pouya ve Demirel, 2015).

İyileştirme bahçesinin en önemli özelliği; hastalar kadar hastalarla ilgilenen görevliler ve ziyaretçilerin de kendilerini iyi hissettikleri bir ortam olmasıdır. Bir alanın 'bahçe' olarak nitelenebilmesi için doğanın ürünlerini içermesi gerekir. Buradaki amaç, 'iyileştirme' başlığını geçerli kılmak için bu alanları kullananların üzerinde tedavi edici ve yararlı etkilerini ortaya koymaktır. Profesyonel tasarım dergileri tarafından 'iyi' olarak nitelendirilmiş olmasına rağmen olumsuz etkiler yarattığı bulunursa, sağlık hizmetleri açısından o çevrenin kötü ve yetersiz bir tasarım olduğu nitelendirilebilir. 'İyileştirme' teriminin kullanımı, sağlık hizmetleri bahçeleri açısından, tasarımcısının kişisel zevklerini ikinci plana atmasını ve kullanıcı merkezli tasarım anlayışıyla konuya

yaklaşımını sağlar. İyileştirme bahçesi tasarımcısı hastalardan ve görevlilerden elde edilen araştırma girdileri ile tasarım kurallarını ve yaratıcılığını kullanarak başarıya ulaşabilir. Bahçenin iyileştirici etkileri, çeşitli bitki türlerini içermesinin yanı sıra diğer araştırma sonrası faaliyetleri desteklemek için ayrıntılı ve titiz bir tasarımla daha güçlü olacaktır. Bunlar, insanların sosyalleşmeleri, istediklerinde yalnız zaman geçirmeleri, dolaşmaları, daha enerjik egzersizlerle meşgul olmaları, güneşte ya da gölgede olmayı seçmeleri gibi faktörleri destekleyen tasarım unsurlarını içerir. Bu durum alanda çekici bir doğa görüntüsü sağlaması açısından önemlidir. Görünen doğanın yanı sıra bahçenin diğer özelliklerinin de iyileştirici işlevini artırabildiği yer olan dış mekânda, hastaların zaman geçirmeleri için teşvik edilmesi gerekir (Marcus ve Barnes, 1995).

Alanında uzmanların doğayı sağlık sistemi ortamına sokma girişimleri, görgü tanıklığı bahçeleri, restoratif bahçeler, iyileştirici bahçeler ve terapötik bahçeler olarak çeşitli şekillerde tanımlanmıştır (Hebert, 2003).

Bir ‘iyileştirici bahçe’ sözcüğünde şifa sözcüğünün kullanılması, bu tanımlamaları bir ölçüde kapsar; ancak bir kişiyi tedavi edebileceği fikrini vurgulamak yerine, yararlarından yani stresin hafifletilmesi, yatıştırmak, gençleşmek veya zihinsel ve duygusal sağlığını iyileştirmek ve bunun yetenekleri ile daha fazla ilgilidir. Mekânın başlıca rolü tapınak sağlamak, meditasyona izin vermek veya bahçe kullanıcısının arzuladığı diğer nitelikleri uyandırmaktır (Vapaa, 2002).

Şifalı bir bahçe, stresli restorasyonu teşvik etmek ve hastalar, ziyaretçiler ve personel ya da bakıcılar üzerinde diğer olumlu etkilere sahip olan çeşitli ortak özelliklere sahip bahçe özelliklerini ifade etmektedir. (Ulrich, 1991; Hebert, 2003).

Tedavi edici bir bahçe, hastaların ve şifacılarının iyileştirici işlemin hedeflerine ulaşabileceği bir mekân sunmaktadır. Bahçe, temiz hava solunması, güneş ışınlarının sıcaklığını hissetmek vb. için lokaliteler, bitki örtüsünün çeşidi, mevsimlere ve çeşitli parfümlere bağlı olarak renklerin değişimini sunmaktadır (Georgi, 2005). İyileştirme bahçesi, tedavi planının bir parçası olarak değil, personeli, ziyaretçileri ve müşterileri tarafından kendi takdirine bağlı olarak kullanılmak üzere tasarlanmış bir sağlık kuruluşundaki bahçeye daha sık uygulanan bir terimdir (Relf, 2005). Gesler (1996)’e göre iyileştirici bir manzara, ‘fiziki ve yapısal çevrelerin, sosyal koşulların ve insan algılarının iyileşmeye elverişli bir atmosfer yaratmak için birleştikleri’ karakterizmadır (Grahm ve ark., 2010; Ivarsson ve Grahm, 2010). Terapi bahçesi, tıbbi personelin çeşitli üyeleri tarafından bir tedavi programının parçası olarak kullanılan bir bahçe tarif etmektedir. Örneğin, bir Açık PT odası olarak Fiziksel Terapist (PT) ile tasarlanmış dış

mekân egzersiz paspasları olarak kullanılmak için yürüyüş yolları ve basamakları veya çimlendirilmiş, yükseltilmiş yatakları içerebilmektedir (Relf, 2005).

Şifa-İyileştirmeyi tanımlarken en çok dikkat edilmesi gereken husus, iyileştirmenin, tedavinin sinonimi olmadığını vurgulanmasıdır. Bir bahçe kırık bir bacağı ya da kanseri tedavi edemez. Fakat (Marcus, 2005) 'a göre; stresi azaltarak birçok durumda, bedensel dengenin sağlanmasına yardım eder. Bir hastanın cesaretlenmesini sağlayarak, onun kendine özgü, içsel iyileştirici kaynaklarını ortaya çıkarmasına yardım eder. Çaresiz bir tıbbi durumda, bir hastanın kendine gelmesine yardım eder. Hastaneden uzakta, hasta-ziyaretçi etkileşimi için rahat bir ortam ve hastane personeline stresli iş ortamından uzaklaşma için olanak sağlamaktadır. Yeniden sağlık kazandıran, rehabilitasyon sağlayan, terapötik bir bahçe gibi de tanımlanabilir (Şakar, 2011).

Bir bahçeyi gerçek bir terapi bahçesi yapan birtakım özellikler vardır (Ekici, 2012):

- Bahçenin %70'i yeşil alan olmalıdır,
- İlginç, dikkat çekici ve gerçekçi olmalıdır,
- Ama diğer yandan da çok karmaşık olmamalı, huzur verici olmalıdır,
- Kuş, kelebek, tavşan, sincap gibi hayvanlar barındırmalı, her yaşa ve ihtiyaca hitap etmelidir,
- Geniş yürüyüş yolları olmalı, yüksek kaldırımlar olmamalı, yürüyüş alanlarının yanı sıra farklı tarzda oturma mekânları da tasarlanmalıdır,
- Bahçeler farklı duylara hitap edebilmelidir. Seçilen bitkilerin yapısına, rengine, yaydığı kokuya, zehirli olup olmadığına dikkat edilmelidir. Gözle görülen, dokunulan, koklanan, hissedilen ve duyulan her şey hastaları tatmin etmeli, rahatsız etmemelidir. Örneğin kemoterapi gören hastalar da düşünülerek fazla ağır kokular yayan bitkiler tercih edilmemelidir,
- Su temalı dekorasyon öğeleri dikkatli kullanılmalıdır. Örneğin sürekli damlayan bir musluk hissi veren fiskiyeler ya da yoğun yosun ve rutubet kokusu insanları rahatlatmak yerine rahatsız edebilmektedir,
- Bahçelere erişim kolay ve pratik olmalıdır.

2.2. İyileştirme Bahçelerinin Tarihçesi

Bahçelerin iyileştirici etkisinin Asya, Yunan ve Roma kültürlerine dayandığı, döneme ait el yazmaları ile kanıtlanmaktadır. Tarih boyunca insanoğlunun doğayla hep iç içe olduğu görülmektedir. Tanrılarının hastalara yardım edebilsin diye Çinlilerin iyileştirici tapınaklar inşa ettikleri, daha sonra da insanların ibadet etmek, misafir olarak kalmak, canlanmak ve iyileşmek için bu tapınaklara geldikleri bilinmektedir (Ulrich, 1991).

Hristiyan, Musevi ve İslam dinlerinde cennetin bahçe olarak tanımlanması, Buda inancında ağaçlara duyulan derin saygı ya da ateistlerin doğanın gücüne olan saygıları insanların dini seçimlerinin doğa ile iletişim kurmalarında bir yol olduğunu göstermektedir. Geçmişten bu yana bahçelerin insanlık tarihindeki rolü ve işlevi farklılık göstermiştir. Kültür, o bölgenin değerlerini kurarken değerler de dönemin mimari formunu yaratmıştır (Marcus ve Barnes, 1995).

Tarihte tıbbi aromatik bitkilerle desteklenen Orta Çağ'daki manastır bahçeleri, Avrupa'da iyileştirme bahçelerinin ilk örnekleri olarak gösterilmektedir. Hastaların, akıl hastalarının ve yatalakların bakımlarının yapıldığı bahçelerin bir hastane işlevini üstlendiği bilinmektedir. Eski Türklerin, bir avlu etrafında bulunan odalar, açık avlularda bitkilerle yapılan rehabilitasyon ve müzik terapileri ile tedavi ediş biçimi iyileştirme bahçelerinin tarihinin bu kapsamda Orta Çağ'dan da eskilere dayandığını göstermektedir.

Furgeson (2006)'ya göre; orta çağın iç avlularını dahil eden iyileşme sürecine ilişkin birçok kullanım, XX. yy' in sonlarında artan sağlık giderleri, yüksek teknoloji tıbbî cihazlar ve artan ilaç tüketimi nedeniyle doğanın iyileşme sürecindeki etkisi yeniden düşünölmeye başlanarak, hastanelerin ve bahçelerin tasarımının gözden geçirildiği bilinmektedir. Hasta merkezli hastaneler ve hasta merkezli bakım kavramı ile geniş yeşil alanlar, temiz hava, güneş ışığı gibi hasta için temel olan önemli ihtiyaçlar karşılanmaya çalışılarak hem iç mekân hem de dış mekânlardaki tasarımlar gözden geçirilmiş, doğal ya da doğala yakın elemanların kullanımı yaygınlaştırılmıştır. Böylelikle insan, zihniyle, ruhuyla ve bedeniyle bir denge içerisinde tam bir birey olarak ele alınarak, alternatif terapilerle iyileşme sürecinin yaşanacağı yaklaşımı benimsenmiştir (Marcus ve Barnes, 1995; Keçecioglu, 2014).

Ortaçağ'ın son bulmasıyla birlikte güneş ışığının bahçeye ulaşmasının ve temiz havanın alana girebilmesinin öneminin fark edilişi arttığından farklı arayışlara yönelmeler söz konusu olmuştur (Keçecioğlu, 2014).

Fransa ve İtalya'da, Rönesans döneminde hastane bahçeleri önem kazanmaya ve hastane bahçelerinin kriterleri ortaya atılmaya başlamıştır. Hastane binalarının çevrelediği bir iç avlu hem hastaların yürüyüş yapabilecekleri hem de pasif rekreasyon imkânı sunan bir alan olarak değerlendirilmeye başlanmıştır. Ancak bu avlularda da istenilen sonuç elde edilememiştir (Marcus, 2007).

Araştırmalarda, XIX. yy' in sonlarına doğru toplum sağlığı reformisti ve iyi bir hemşire olarak bilinen Florence Nightingale'in ortaya attığı iki-üç katlı hastane binalarının uzunca bir alanın sağında ve solunda boşluklu bir şekilde sıralanmasıyla oluşan pavyon düzeni ile bahçenin daha iyi havalandığı, her odaya daha fazla güneş ışığı girdiği ve her odanın bahçeye daha rahat bakabildiği belirtilmektedir. XX. yy' in başlarında Nightingale'in özellikle tüberküloz hastalarına ait yaptığı çalışma ile sanatoryumlar kurulduğu, tekerlekli yataklar ile hastaların bahçelere çıkarılıp güneşlendirildiği ve böylece temiz hava almaları sağlandığı bilinmektedir. Aynı yıllarda psikiyatrik hastalara verilen önemin de artmaya başladığı, onlar için özel hastaneler ve iyileştirme bahçeleri tasarlanmaya başlandığı bilinmektedir (Marcus ve Barnes, 1995; Marcus, 2007).

1950 ve 1990 arası dönemde iyileşme sürecinde bahçelerin göz ardı edilemez rolü yeniden canlanmaya başlamış (Marcus, 2007), yirminci yüzyılda meydana gelen sosyal değişikliklerin bahçelere de yansdığı görülmüştür. I. ve II. Dünya Savaşları'ndan sonra evlerine fiziksel ve ruhsal olarak yaralı dönen askerlerin rehabilitasyon merkezlerine olan talebinin 1950'lerden sonra arttığı ve bu merkezlerde tedavi amaçlı olarak doğal elemanların kullanılmaya başlandığını belirtmişlerdir. Ergoterapinin de (occupational therapy) kullanılmasıyla bireylerin mevcut semptomlarının azaltılmasında yardımcı olduğu, hatta tedavilerde hortikültürel terapi programlarının da kullanıldığı bilinmektedir (Marcus ve Barnes, 1995).

2.3. İyileştirme Bahçelerinin Faydaları

İnsanların kendilerini psikolojik ve fizyolojik yönden iyi hissetmeleri için tasarlanan ve uygulanan bahçelere sağlık bahçeleri denmektedir. Sağlık bahçeleri genellikle stresi azaltmayı ve sağlık durumunu iyi yönde etkilemeyi hedefleyen huzurevleri, rehabilitasyon merkezleri ve hastaneler gibi bakım kuruluşlarının bahçelerinde tasarlanmaktadır (Elings, 2006).

Hill ve Relf (1982); Beer (2003); Caspersen ve ark. (1991)'a göre ise son yıllarda yapılan çalışmalarda düzenlenmiş doğal alanların insanlar üzerinde pozitif etkiler yarattığını öne süren çalışmalar bulunmaktadır (Elings, 2006; Pouya ve Demirel, 2015).

İyileştirme bahçelerinin faydaları şöyle sıralanabilir (Bulut ve Göktuğ, 2006; Serez, 2011):

- İyileştirme bahçeleri, bireylere sosyalleşme fırsatı vermekle beraber, geniş alanda aktivite imkânı da (çim biçme, bahçecilik, çelik dikme vs.) sağlamaktadır.
- Yaşlı insanların, önceki ev hayatlarının hatırlanması ve uyarılmasına imkân sağlamaktadır. Aynı zamanda hafızalarını yenilemekte, hislerini ve dikkatli kalma sürelerini yükseltmeye yardımcı olmaktadır.
- Hastaların çeşitli aktivitelere katılması diğer bireylerle iletişimlerini arttırmaktadır.
- Yeşil alanda yapılan egzersizler, hastaların hem fiziksel hem de psikolojik açıdan sağlık durumlarına olumlu yönde katkıları bulunmaktadır. Örneğin; çeşitli kronik hastalıklara yakalanma riskini azaltmaya yönelik pozitif katkı sağlamaktadır.
- Açık alanda yapılan aktiviteler, hastaların fiziksel aktivitelerinin ve motivasyonlarının artmasına yardımcı olmaktadır.
- İyileştirme bahçeleri ile özellikle çocukta kendine güven, saygı, özgünlük ve kapasitede artış sağlanmaktadır. Çocuklar, bahçe içerisinde yapılan aktif veya pasif aktivitelerle mutlu olmaktadır.
- Hollanda Sağlık Konseyi çocuklar için doğru tasarlanmış dış mekânların, onları fiziksel aktivitelerde bulunmaya teşvik ettiğini ve bu aktivitelerin fiziksel veya psikolojik rahatsızlığa sahip çocuklar üzerinde pozitif katkılarının olduğunu;

özellikle yapılan aktivitelerin çocuk kas-iskelet gelişimini desteklediğini ve obezite gibi rahatsızlıkları minimize ettiğini açıklamıştır.

- Bütün bireyler üzerindeki en önemli etkisi; stresi azaltmasıdır.

2.4. İyileştirme Bahçelerinin Türleri

2.4.1. Yaşlılar için iyileştirme bahçeleri

Yaşlılık, insanın yaşam döngüsünde kaçınılmaz bir süreçtir. Yaşın ilerlemesiyle beraber insanda fizyolojik ve zihinsel değişimler ortaya çıkmakta ve insanın çevresine uyum sağlayabilme yeteneği bu değişimler sonucu etkilenmektedir. Yaşlılık döneminde gerek fiziksel gerekse sosyal çevre ile olan ilişkiler ve etkileşimler, yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyecek biçimde değişikliğe uğramaktadır (Oğuz ve ark., 2010).

Yaşlılık, bir insanın gelişiminde son dönemdir. Yaşlanma özellikleri görünür. Bu görünüm, bireylerde düşük yaşamsal aktivite, sınırlı fiziksel kaynakları, güç ve zihinsel süreçlerin hareketliliğinde azalma yönündedir (Göktaş, 2016).

Rodiek (2002)'e göre; yüzlerce yıldır doğa ve doğal yaşamın tedavi edici özelliği insanlar tarafından kullanılmaktadır. Ayrıca, çeşitli araştırmalar, doğal çevre ile iletişim halinde bulunmanın sağlık üzerinde olumlu etkiye sahip olduğunu ortaya koymuştur, ancak özel olarak yaşlı insanlar üzerinde yapılmış olan çok az deneysel çalışma bulunmaktadır. Peyzaj ve hortikültür üzerine çalışan uzmanlar, bahçe işleri ile ilgilenmenin yaşlılar üzerindeki tedavi edici sonucunu gözlemlemişlerdir (Karaçor ve Özdede, 2016).

Yaşlılık döneminde, bireyin sağlık problemleri nedeniyle hareketlerinin sınırlandığı, özellikle yardıma ihtiyaç duyduğu dönemlerde, bahçede çalışmanın, vakit geçirmenin gerek psikolojik gerekse fiziksel açıdan pek çok fayda sağladığı görülmüştür.

Sherman ve ark. (2005)'a göre; yakın zamanda gündeme gelen iyileştirme bahçeleri ile ilgili yapılan araştırmalar sonucunda insan mekanizmasının tabiatla birebir ilişkili olduğu bulunmuş olup, yaşam stresi ve psikolojik sarsıntılarla doğa arasında bir bağlantı kurulmuş ve doğanın insan yaşamında bir tampon görevi üstlendiği anlaşılmıştır (Whitehouse ve ark., 2001; Bulut ve Göktaş, 2006).

Minter (1995)'e göre; iyileştirme bahçesi tasarımı ile herhangi bir hastalığa sahip bireyin hastalığının, aklen iyileştirilmesine yardımcı olmak hedeflenir. Bitkilerle

uğraşmak, bitkilerin bize ihtiyacı olduğu temeline dayanır. Bitkilerin, gösterdiğimiz ilgiye tepkisi çok büyük bir zevk almamıza yol açar (Şakar, 2011).

Terapi bahçeleri; özel tasarlanmış alanlar olabildikleri gibi, yaşlı bakım evleri, sağlık kuruluşları bahçeleri, kent parkları ve yeşil alanlar içerisinde de yer alabilirler. Tıbbi ve aromatik bitkilerin bu bahçelerde estetik ve işlevsel çok önemli etkileri vardır (Arslan ve Peng, 2013). Terapi bahçeleri bünyesinde kullanılan tıbbi ve aromatik bitkiler ve yapılan çeşitli etkinlikler ile yaşlı kişilerin duyuları uyarılmaktadır (Arslan ve Katipoğlu, 2011; Arslan ve Ekren, 2017).

Genel olarak yaşlılar için gerçekleştirilen çalışmalar, rekreatif olarak onların fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden iyi olmalarını destekleyerek yaşam kalitelerini yükselmesini sağlamak amaçlı gerçekleştirilmektedir. Rekreatif faaliyetler, bireylerin yapısına bağlı olarak, kimi zaman spor yapmak, kimi zaman turistik veya kültürel faaliyetlere katılmak, kıraathaneye gitmek, kâğıt oynamak, örgü örmek, arkadaşlarla toplanmak, bir hayvan sahibi olmak ve hatta torun bakmak şeklinde gerçekleşebilmektedir. Bu kapsamda yaşlıların yaşam kalitesini yükseltecek rekreatif olarak gerçekleştirilen faaliyetlerin yararları; ‘fiziksel’ ve ‘sosyal, psikolojik, duygusal’ şeklinde iki farklı biçimde ele alınmaktadır (Aydın ve Tütüncü, 2018).

2.4.2. Engelli çocuklar için iyileştirme bahçeleri

Tasarımda amaç kullanıcının isteklerine yanıt verebilmektir. Bu amaçla kullanıcı özellikleri dikkate alınmalıdır. Örneğin; zihinsel ve fiziksel engelli çocuklar için şifa bahçesi tasarlanırken, öncelikle çocuklara yönelik öğelere yer verilmelidir. Aileler, hastane personeli ve ziyaretçilerin de beklentileri karşılanmalıdır. İyileşme çabası içerisinde olan çocuğun, psikolojik olarak desteklenmesi ve diğer çocuklar gibi vakit geçirebilmesi için her türlü kolaylık sağlanmalıdır.

Kellert ve Deer (1998); Said (2003)’e göre; şifa bahçelerinin çocuk gelişimi üzerinde de olumlu etkileri bulunmaktadır. Bu tarz bahçelerin çocukların kendine saygı, özgüven ve kişilik gelişimine olumlu etkisi vardır. Bahçeleri kullanan hasta çocuklar sürekli olarak farklı ortamları keşfedip daha neşeli ve paylaşımcı olmaktadır (Pouya ve Demirel, 2015).

Bitkilendirme yapılırken; alerjen ve zehirli özellik göstermeyen, dikensiz bitki seçimine özen gösterilmelidir. Bu özelliklere sahip bir bahçede şifalı bitkilerin

kullanılmasıyla, bahçe hem psikolojik olarak hem de içerdiği bitkiler nedeniyle iyileştirme bahçesi özelliğine sahip olur.

Çocuk ve çocuk gelişimi üzerine yapılan araştırmalarda, oyun terapisi ve doğal alanların çocuğun psikolojik olarak sağlıklı gelişimi açısından birçok olumlu etkiye sahip olduğu ispatlanmıştır. Zihinsel ve fiziksel engelli çocuklar için tasarlanan bir iyileştirme bahçesi, çocukların oyun oynamaları için kontrollü bir alan yaratmanın yanı sıra, çocukların fiziksel semptomlarını dindiren, stresi azaltan ve dolayısıyla çocukların psikolojik olarak kendilerini daha sağlıklı hissettikleri doğal alanlar şeklinde tanımlanabilir (Şakar, 2011).

Çocukların yetiştirilme sürecinde, problemlerinin çoğu, yetişkinlerin genellikle onların duygularını, iletişimlerini anlama ve onlara cevap verme eksikliklerinden kaynaklanmaktadır (Öğretir, 2008).

Sigmund Freud; oyunu, çocuğun duygusal problemleri hakkında bilgi edinmemizi sağlayan bir olgu olarak görmüştür. Oyun sayesinde çocuk gerçek yaşamın olumsuzluklarından geçici de olsa uzaklaştığı için, kendisini daha güçlü hissedecektir. Buradan yola çıkarak gerek sağlıklı çocukların, gerekse zihinsel ve fiziksel engelli çocukların, uygun oyun terapisi göz önüne alınarak, doğal alanlarda sağlıklı bir gelişme süreci geçirebileceklerini söylemek mümkündür (Şakar, 2011).

Engelli bir çocuğun ailesinde stres yaratan en önemli etkenler; çocuğun gelişim güçlükleri, sağlık sorunları ve anne-babaya bağımlılık düzeyidir. Ebeveynler, çocuklarının gelecekte korku ve engellenme yaşayabileceğini düşünmekte ve diğer çocuklar gibi gelişim gösterebilecekleri, öğrenebilecekleri ve bağımsız bir yetişkin olarak yaşayabilecekleri hususunda endişe duymaktadırlar (Özşenol ve ark., 2003). Bu kaygılara sahip ailelerin çocuklarıyla vakit geçirebilecekleri uygun alanların tesisine öncelik verilmelidir.

Çocukların aileleriyle ve oradaki görevlilerle rahatça vakit geçirecekleri, oturup bir şeyler paylaşabilecekleri alanların yanında, bahçede değişik aktivitelerin yapılabileceği ve çocukların istediklerinde yalnız kalabilecekleri çeşitli alanlara yer verilmelidir (Bulut ve Göktuğ, 2006). Çocuklar için tasarlanan iyileştirme bahçeleri; sadece hastane bahçelerinde değil, aynı zamanda ev, çocuk parkı, anaokulu gibi alanlarda da uygulanabilir.

2.4.3. Kanser hastaları için iyileştirme bahçeleri

Günümüzde birçok batılı ülkede kanser oranının çoğalmasıyla kanser klinikleri ile dış mekân-çevre tasarımları daha yaygın hale gelmektedir. Özellikle başarılı örneklerden biri olan Kaliforniya, San Francisco Mount Zion Üniversitesinin Tıp Merkezinde, önceden kasvetli bir avlu görünümünde olan sert zemin mekânı, kanser hastası ve peyzaj mimarı ile birlikte şifa bahçesine dönüştürülmüş ve bu alanı diğer hastaların da kullanması sağlanmıştır. Bahçede yürüyüş yolları, rahatlatıcı su sesleri, çekici bitki materyalleri, hastaların tek başına veya gruplar halinde oturarak sosyalleşecekleri alanlar tasarlanmıştır. Ayrıca bazı kemoterapi ilaçlarının hasta üzerindeki etkisini azaltmak için güneşten uzakta ve daha çok bitkilerden oluşturulmuş gölgelik alanlar yapılmıştır (Pouya ve Demirel, 2015). Marcus ve Barnes (1999)'tan alınan bilgilere göre, bu tarz hastanelerin bahçeleri hastaların tercihlerine göre tasarlanmıştır. Örneğin kanser hastalarının kemoterapi süreçlerinde kullandıkları yoğun ilaçlar kokulu çiçeklere hassas olmalarına yol açmaktadır. Bu yüzden bahçe tasarımlarında bahçeye yakın kafeterya veya restoran olmamalıdır (Pouya ve Demirel, 2015).

Kanser tedavisindeki veya tekerlekli sandalyede oturan hastalar, endişeli veya yaşlı ebeveynler, hasta çocuklar, stresli personel ve ergenlik çağındaki hastalar için özel sığınma evleri ve sakin yerlerde bol miktarda oturma yeri sağlanmalıdır.

2.4.4. AIDS/ HIV hastaları için iyileştirme bahçeleri

Babayigit ve Bakir (2004)'e göre; Human Immunodeficiency Virus (HIV) enfeksiyonu, konak hücre DNA'sına yerleşen retrovirüslerin neden olduğu asemptomatik taşıyıcılık durumundan ağır düşkünlük ve ölümcül hastalıklara kadar değişen geniş bir klinik tablo ile sonuçlanabilen bir enfeksiyondur. Bu enfeksiyona bağlı olarak meydana gelen sekonder bir bağışıklık eksikliği sendromu olan AIDS (Acquired Immun Deficiency Syndrome) ise fırsatçı enfeksiyonlar, malignite, nörolojik işlev bozukluğu gibi durumlarla kendini belli etmektedir.

Zorlu ve Çalım (2012)'e göre; HIV enfeksiyonu sadece erişkinleri değil bebek, çocuk, genç, yaşlı demeden herkesi etkileyebilen henüz virüsün vücuttan atılmasını sağlayabilecek tedavisinin ve aşısının bulunamadığı ciddi bir hastalıktır. Yan etkileri fazla ve ekonomik olarak büyük yük getiren tedavisine rağmen, hastalıktan ölüm hemen

hemen tamamen ortadan kalkmış, HIV enfeksiyonu ölümcül hastalık olmaktan çıkıp, yaşam boyu ilaç kullanımını gerektiren bir tür kronik hastalığa dönüşmüştür (Kasar ve Yıldırım, 2016).

Marcus ve Barnes (1999)'e göre; New York'ta Cardinal Cook Hastanesi'nde, Joel Schapner Hatıra Bahçesi önceden yüksek bir bina halindeyken tasarımcısı tarafından HIV/AIDS hastaları ve personel için yeşil ve renkli bir bahçe haline dönüştürülmüştür. Bu tarz bazı hastaların direkt güneş ışığından korunmaları oldukça önemli olduğundan gölgelik mekânlar oluşturulmuştur (Pouya ve Demirel, 2015).

2.4.5. Alzheimer ve ruhsal bozukluğu olan hastalar için iyileştirme bahçeleri

Alzheimer ve ruhsal bozukluğu olan hastaların daha çok bilinçleri üzerinde etkisi olduğu için uygun tasarım kriterleri diğer hastalıklara göre farklı olmaktadır. Bu tarz bahçelerde etkinlik çeşitliliği sunulmaktadır.

Kavrama ve idrak üzerinde etkisinin çok fazla olduğu bilinen Alzheimer, diğer hastalıklara oranla uygun tasarıma daha fazla yanıt veren bir hastalıktır. Bitkiler ve özelliklerinden yararlanılarak, belleğin uzun süreli kullanımı sağlanabilmekte, çocukluk anılarının canlandırılmasına yardım edilebilmekte ya da bugün ve dün yaşanan olayların hatırlanması sağlanabilmektedir.

Alzheimer ve diğer zihinsel hastalıklara sahip, açık alanda dolaşma eğilimi içerisinde olan hastalar için, kapalı bir 'arka bahçe' modeli uygulanmalıdır (Bulut ve Göktuğ, 2006; Şakar, 2011; Arslan ve Ekren, 2017).

Bahçedeki farklı etkinliklerin arasında, mekânsal algılama problemleri olan hastalara yardım etmek için basit yol sistemi ile binaya tek bir giriş/çıkış kapısı yapılmalı; bahçelerde yaşlılara yapılan açık alanlar, iç ortamdan dış alana gitmek için onları korumak amacıyla kapalı kademeli geçiş yolları ile desteklenmelidir. Çünkü bu tarz hastalarda kaybolma eğilimi fazladır. Hastaların kendilerini kötü hissetmemeleri için bahçenin etrafı çitler, duvarlar, ağaçlar ve çalılar ile örtülmelidir. Bu amaçla arka avlulu bakım evleri gizlilik ve yalnızlık arayan hastalar ve ziyaretçiler için uygun model olarak değerlendirilmektedir.

Brawley (2005)'e göre; hasta bireylere ev hayatlarını hatırlamaları için geniş alanlar, bahçe faaliyetleri için de doğal alanlarda bitki dikim alanları oluşturulmalıdır (Pouya ve Demirel, 2015).

2.4.6. Hastaneler için iyileştirme bahçeleri

Hastaların iyileşmesini ve sağlıklı kalmasını sağlayan hastaneler ve bahçeleri, hasta psikolojisi üzerinde büyük bir öneme sahiptir. Hastaların ve sağlıklı insanların kullandığı hastane bahçelerinin, onların fiziksel ve ruhsal gelişimlerine olan olumlu katkıları bakımından dünya standartlarına uygun olarak inşa edilmeleri son derece önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Aksu ve Demirel, 2012).

Marcus (2005)'a göre; hastanelerde iyileştirme bahçesi tasarımının yaratacağı muhtemel avantajlar şunlardır:

- Hastalar, ziyaretçiler ve hastane çalışanlarında stresi azaltır.
- Moral bozukluğunda azalma sağlar (özellikle bahçede çalışmalara katılma durumu söz konusu ise).
- Ölümcül hastalıklar ve hastalar için yüksek hayat kalitesi sağlar (özellikle bahçede bitki yetiştirme gibi faaliyetlere katılıyorsa) (Şakar, 2011).

Roger Ulrich'in 'Destekleyici Bahçe Tasarımı Teorisi', hastaneler için açık alan tasarımına başlamadan önce incelenmesi gereken önemli bir dizi kurallar içerir. Kısaca özetlemek gerekirse; temel amaç, stresi büyük ölçüde azaltmayı hedefleyen bahçeler tasarlamaktır. Bu kurallar (Şakar, 2011):

- Fiziksel hareket ve egzersiz için fırsatlar yaratmak.
- Seçim yapmak için fırsatlar sağlamak, kişinin mahremiyeti için alan yaratmak ve bir kontrol hissi yaşatmak.
- İnsanları bir araya toplayarak, birlikte hareket etmelerini sağlamak, böylece sosyal destek almaları için onları teşvik etmek.
- Doğa ve dikkati başka yöne çekmeye neden olan, diğer pozitif etmenlere erişim sağlamaktır.

Bu maddeler ile ilgili kısaca bilgi vermek gerekirse (Şakar, 2011; Anonim, 2019i);

- Fiziksel hareket ve egzersiz için fırsatlar yaratmak; egzersiz fiziksel ve psikolojik yönden birçok fayda sağlamakla birlikte, kardiyo-vasküler sisteme olumlu etki eder, ayrıca depresyon riskini azaltmak gibi faydaları vardır.
- Hastanelerde hortikültürel bir terapi programı oluşturulmalı ve buna uygun bir aktivite programı yaratılmalıdır. Böylelikle pasif/bağımsız ziyaretçilerin de (yani hastane dışından ziyaretçilerin) bahçeden zevk alması sağlanabilir, özel aktivitelerle de ziyaretçi sayısı artırılabilir.

- Seçim yapmak için fırsatlar sağlamak, kişinin mahremiyeti için alan yaratmak ve bir kontrol hissi yaşatmak gerekmektedir.
- Bahçe kullanımı için, bahçe kullanıcıları ile yapılan söyleşiler stresin azaltılması ve kontrolün yeniden onların eline verilmesi açısından büyük bir önem arz etmektedir. Dışarı çıkmak, bu baskıdan bir nevi kaçış anlamına gelmektedir.
- Marcus (2005)'a göre; bahçe vasıtası ile stresi azaltmak için, kullanıcıların kontrol duygusuna sahip olması kolaylaştırmalı ve kullanıcıların isteklerini bilmeli, bu istekler doğrultusunda tercih ettikleri şekilde bahçeden istifade etmeleri sağlanmalıdır.
- Bahçe tasarımı; alanda tek başına ya da başkalarıyla birlikte vakit geçirmek, güneşte ya da gölgede oturmak, uzak ya da yakın görünüm, sabit ya da taşınabilir oturma birimleri, farklı yürüyüş rotaları gibi bağımsızlık duygusunu destekleyecek zarif bir seçenek sunmalıdır.
- Araştırmalar sosyal destek alan kişilerin, genellikle daha az stresli olduğunu ve sağlık açısından daha iyi durumda olduklarını göstermektedir. Sosyal destek; iyileşme sürecini kısaltmakta, aynı zamanda hastaların hayatta kalma oranını arttırmaktadır. İnsanları bir araya toplayarak birlikte hareket etmelerini sağlayarak, sosyal destek almaları için onları teşvik edilmelidir.
- Doğa ve dikkati başka yöne çekmeye neden olan diğer pozitif etmenlere erişim sağlamak; bir iyileştirme bahçesi, zihni sakinleştirme, stresi azaltma ve değişik hisler uyandırma gibi etkilere sahip olabilir. Ayrıca, kişinin kendisi için de şifa kaynaklarını sıraya koymasına yardım edebilir. Bir bahçenin maksimum terapik fayda sağlaması için, çok sayıda bitkisel materyale sahip olması gerekmektedir.
- Marcus (2005)'a göre; bazı belirgin mevsimsel değişiklikler, yapraklar ya da çimlerin hafif bir rüzgâr ile taşınması; renk, doku ve yaprak şeklinden kaynaklanan farklılıklar, özellikle güçsüz insanların veya uzun süre aynı yerde oturan insanların, bahçeye bakarak yavaş yavaş hareket etmesini sağlayabilmektedir.
- Gökyüzünü ve bulutların formal değişikliklerinin seyredilmesine olanak sağlamalıdır. Havuzlar; gökyüzünü ya da ağaçları yansıtmalı ve yaban hayatının oluşumu için cazibe merkezi olmalıdır. Hastalıklara rağmen hayatın devam ettiği, manzarayı seyreden insanlara hatırlatılmalıdır. Su elemanları görülebilir

olmalı ve suyun hareketi ile meydana gelen ses duyulmalıdır. Ufuk görülebilmeli ve mümkün olduğunca doğal tasarımlara öncelik verilmelidir.

- Bitkilerin insanlar üzerinde yarattığı diğer bir etki ise, (bilinçsiz bir şekilde) bazı metaforlara neden olabileceğidir. Ağaçlar; sağlık, dayanıklılık ve süreklilik; çok yıllıklar yenilenme ve sebat, tek yıllıklar ise büyüme, tomurcuklanma, çiçek açma, tohum verme, çürüme, ölüm ve dönüşüm gibi metaforların oluşmasına yol açabilmektedir.

Roger Ulrich'in dört ülkede (A.B.D, İngiltere, Kanada, Avustralya) yüzden fazla hastane bahçesinde yapmış olduğu gözlemlerine dayanarak elde ettiği bulguların da dikkate alınması gerekmektedir (Şakar, 2011).

Bunlar (Şakar, 2011; Anonim, 2019i):

Görünürlük; bina ana giriş kapısı bahçe içerisinde farklı noktalardan görülebilmelidir. Bu durum gerek bitkilendirme gerekse yapısal tasarım nedeni ile sağlanamıyorsa, yönlendirici levhalar muhakkak alan içerisinde uygun yerlerde kullanılmalıdır.

Ulaşılabilirlik; genel olarak hastane bahçeleri normal bir rekreasyon alanı ya da ev bahçesi ile aynı sert zemin elemanları kullanılarak tesis edilmemelidir. Burada anlatılmak istenen; kullanılan zemin materyallerinin, tekerlekli sandalye veya koltuk değneği ile alanda gezinirken, takılma gibi durumlara sebebiyet vermemesi gerektiğidir. Ayrıca yol genişlikleri normal standartlara göre biraz daha geniş tutulmalıdır.

Bunun dışında; tüm bahçe elemanları ve donanımları seçilirken aktivite ve tecrübe alanlarına ulaşım mümkün olduğunca kolay olmalıdır. Ziyaretçi veya bahçıvanın bitkilerle çalışmak, bitkileri görmek, dokunmak ya da koklaması için herhangi bir zorluk olmamalı, kişinin istediği şekilde, istediği yürüme hızında, gösterişli bir bahçe yetiştiriciliği yapması için gerekli tüm şartlar sağlanmalıdır.

Aşinalık-samimiyet; stres durumunda insanlar tanıdık ve huzurlu bir çevre ihtiyacı hisseder. Hastane ortamında yoğun bir stres altında çalışan personel ve hastaların bahçeye çıktıkları zaman karşılaştıkları tanıdık ve samimi ortam, onlarda sakinleştirici bir etki yaratır.

Sessizlik; hastane içinde tekerlekli sandalye gibi çok ses çıkaran unsurlar, televizyondan kaynaklanan ve anonsların yaratmış olduğu gürültünün tam aksine, bir bahçenin tıbbi açıdan tedavi edici bir değere sahip olabilmesi için sessizliğe ihtiyacı vardır.

Konfor; hastanede tedavi gören hastalar kendilerini savunmasız hissederler. Yaşlı hastalar ya da engelliler, çıkış kapılarının yanında ya da parmaklıklara yakın yerlerde oturarak kendilerini güvende hissederler. Bazı insanlar ise; küçük bir balık akvaryumu gibi, etrafı çevrili bir alan içinde kendilerini daha da güvende hissederler. Alanın büyük oluşu, sınırlarının tahmin edilmemesi, insanları huzursuz edebilir. Bahçede fiziksel konfor sağlayabilmek için; güneşte ya da gölgede oturmak gibi bir seçenek sunulabilmelidir. Otururken yapılar ya da bitkiler vasıtasıyla rüzgârdan koruma sağlanmalıdır. Marcus (2005)'a göre; birçok sağlık kurumunda sigara içmenin yasaklanması ile sigara içenler, açık alan ya da bahçe gereksinimi duymaktadır. Pasif içicilikten kaynaklanan sıkıntıyı önlemek için, sigara içen ve içmeyen insanlar için ayrı mekânlar tesis edilmelidir.

Belirgin pozitif sanat; endişe ve rahatsızlık hissi içinde olan bazı insanların yakınındaki nesnelere dikkate alınarak, stres altındaki insanların eğilimleri üzerine bir araştırma yapılmıştır. Duygusal uyum kavramını geliştiren Niedenthal ve arkadaşları bir kişiye bir dizi çevresel uyarıcı sunarak, izleyicinin duygusal durumuna göre bu parçaları içerisinden büyük olasılıkla ilgi odağı olabilecek olanları seçmesini istemiştir. Sonuç olarak, soyut sanatın enteresan bir etkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Stres altında olmayan bir kişi tarafından büyüleyici olarak algılandığı, anksiyeteli (endişe, kaygı, sıkıntı gibi bir ruh haline sahip kişi) bir kişi tarafından ise korkutucu ya da tehdit olarak algılandığı gözlemlenmiştir. Bu yüzden bir hastanede stres belirtilerini artırdığı bilinen sanatsal öğelerin, belirgin pozitif mesaj vermesi gerekmektedir.

2.4.7. Gaziler için iyileştirme bahçeleri

Her savaşta, yüzlerce gazi yıllar boyu devam eden yaralanmaları yaşamaktadır. Fiziksel sorunlara ek olarak, zihinsel hastalık, maddeyi kötüye kullanım ve evsizlik gibi başka çeşitli sorunlarla da karşılaşabilmektedir.

Tanielian ve ark. (2008)'a göre; savaşlardan birçoğu, çoklu travma olarak adlandırılan ağır yaralanmalarla geri dönmektedir. Bunlar arasında uzuv kaybı, yanıklar ve omurilik yaralanmaları ve ayrıca 'görünmez savaş yaralanmaları', travmatik beyin yaralanmaları (TBI'ler), şiddetli depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu da dahil olmak üzere çarpışma ile ilgili stresten kaynaklanan duygusal rahatsızlıklar gibi görsel olarak belirgin hasarları bulunmaktadır.

Birçok gazi eve döndüklerinde fiziksel sakatlıklarla başa çıkmakta zorlanıyor olsa da zihinsel sağlık bozuklukları birçok kişiyi tedavi aramaktan alıkoymaktadır. Gaziler için tasarlanan iyileştirme bahçelerinde bazı fiziksel kurallar bulunmaktadır. Bunlar (Marcus ve Sachs, 2013);

Kontrol: Herhangi bir hastalıkta olduğu gibi, özellikle de çoklu travmalarda mücadele ile ilgili, birinin kontrol hissi ortadan kalkmaktadır. Vücut iş birliği yapmamaktadır. Akı güvenilmez haldedir. Arkadaşlar ve sevdikleri ile arasında ilişki olmayabilmektedir. Bu yüzden kontrolü tekrar kazanmak için fırsatlar sağlamak esastır: nerede oturulacağı, ne yapılacağı; kim ve ne ile etkileşime girileceği gibi. Bunun için hareket ettirilebilecek oturma yerleri, dokunulabilecekleri bitki ve su, besleyebilecek kuşlar alana dâhil edilmelidir.

Ulaşılabilirlik: Gaziler / yaralı savaşçılar için herhangi bir açık alan tamamen erişilebilir olmalıdır. Özellikle rehabilitasyon için tasarlanan bahçeler için peyzaj mimarları, terapistler gibi diğer meslek disiplinleri ile birlikte, dış mekân fiziksel zorluklarına karşı fırsatlar tasarlamak için yakın çalışmalıdır.

Fiziksel ve duygusal güvenlik / güvenlik: Hastalar ağır yaralanmalara, bilişsel ve duygusal rahatsızlıklara maruz kaldıklarında kaza riski daha yüksektir. Bazı tesislerde, bireyler çok farklı ve zor koşullar altında çevrelerinde gezinmektedir. Dış ortam hem uzaklaşmak hem de öğrenmek ve iyileşmek için güvenli bir yer olmalıdır. Başkalarının fiziksel zarar görmesine veya kendine zarar vermelerine karşı alınabilecek önlemler dikkate alınmalıdır.

Beklenti / sığınak dengesi: Savaşa girenlerin, özellikle de TSSB olanların kendilerini güvende hissetmeleri gerekmektedir. Araştırmaların ve inşa edilmiş eserlerin hemen hemen hepsi gizlilik ve bir dereceye kadar koruma sağlayan ancak klostronofobi hissi uyandırmayan bir alana (veya belki de mekân seçimine) olan ihtiyacı ortaya koymaktadır. Perspektif çizimler, modeller, 3B oluşturma ve hatta ölçeklendirme projeleri doğru dengeyi sağlamada yardımcı olabilmektedir.

UV ışınlarına maruz kalma, parlamaya ve görsel rahatsızlıkların önlenmesi: Birçok antidepresan ilacı, insanları güneş ışınlarının ultraviyole ışınlarına ve parlamaya daha duyarlı hale getirmektedir. Bahçede çeşitli gölgeli alanlar (bazıları binaya bitişik, bazıları gruplara izin veren, bazıları sadece bir veya iki kişiye izin veren) mutlak bir zorunluluktur. Asfaltlama ve diğer yüzeylerin rengi (sandalye, bank, masa, heykel) parlamayı en aza indirmelidir. TBI ve buna bağlı yaralanmalar insanları yer düzlemindeki koyu ve açık renklerin zıtlığıyla ortaya çıkan 'uçurumlara' daha duyarlı

hale getirmektedir. Tondaki değişim, sınıftaki bir değişiklik olarak algılanır ve en iyi ihtimalle insanları nerede yürüyecekleri konusunda rahat hissetmelerine neden olabilmektedir ve en kötüsü, bir basamak veya delik olarak algıladıklarında gezinmeye çalışan insanların düşmesine neden olabilmektedir.

Olumlu ve olumsuz duyusal uyaranlara dikkat: Artan duyusal deneyim nedeniyle, başkaları tarafından fark edilmeyen sesler, TBI veya TSSB' den muzdarip olanları rahatsız edebilmektedir. Ziyaretçileri etkileşime girmeye zorlamadan, bahçenin dokunması, koklaması ve tadında hoş ya da ilginç olan bitkiler gibi duyusal katılım için fırsatlar sağlaması gerekmektedir.

Tanıdık öğeler / ev gibi bir çevre: Ciddi travma geçiren kişilerin güvenli bir alanda rahatlığa ve güvenceye ihtiyacı vardır. Tanıdık ev gibi bir çevre, sağlık ortamından topluma geri dönmelerine yardımcı olmaktadır.

Toplanma yerleri, yalnız kalma yerleri: TSSB' si ve buna bağlı bozuklukları olan insanlar tecrit etme eğilimindedir, bu nedenle bir bahçe yalnızlık ve tefekkür anlarına izin vermeli, ayrıca birebir grup terapisi, sosyal etkinlikler ve törenler için kullanılabilir kapalı bir pavyon gibi toplantılar için geniş alanları düşünölmelidir.

Ritüel ve yansıtma yerleri: Parkins (2011) ritüel alanlarının gazi bahçelerinde önemli olduğunu bulmuştur. Örnekler arasında ikamet ve anıt alanları ile yansıtma yerleri (bazen bir yansıtma havuzu, sembolik su ve benzerleri gibi), kelimenin tam anlamıyla olumsuz düşünceleri, görüntüleri, acıyı, yükü, duyguları veya kullanıcının bırakmak istediği her şeyi 'yok etmek' isteyenler için manevi bir alan olarak kullanıldığı bir buluşma noktasıdır.

Çocuklar için yerler: Ailelere bahçede servis personeli eşlik edecekse, çocukların oynayabileceği bir yer bırakılmalıdır. Bu alanlar, evde çocuklarına geri dönecekleri, klinik olmayan bir ortamda çocuklarıyla tekrar bağlantı kurmaları için önemli yerler olabilmektedir. Bununla birlikte, çocukların yüksek sesleri (bazen oyun sırasında heyecanla) rahatsız edici olabilmekte ve hatta bazen üzücü olabilmektedir. Bu nedenle oyun alanlarının yerleştirilmesine dikkat edilmelidir.

Hizmet köpekleri için alanlar: Fiziksel ve/veya duygusal destek için yüksek oranda gazilere köpekler eşlik etmektedir. Bahçede, insanların egzersiz yapmaları ve hayvanlarıyla etkileşime geçmeleri için bir alan sağlamalıdır.

2.5. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçeleri Tasarım İlkeleri

2.5.1. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçeleri Yapısal Tasarım İlkeleri

Yaşlı kişilere yönelik düzenlenen iyileştirme bahçeleri yapısal tasarım ilkeleri aşağıda maddeler halinde belirlenmiştir. Bunlar (Bulut ve Göktuğ, 2006; Erer ve Atıcı, 2010; Şakar, 2011; Uslu ve Shakouri, 2012b; Demir, 2015; Güneş, 2015);

- Marcus (2005)'a göre; ilk olarak dikkat edilmesi gereken husus, tekerlekli sandalye veya koltuk değneği gibi yardımcı araçlarla bahçe içerisinde hareketin kolaylaştırılması ve herhangi bir kaza anında insanların en az zarar görmesini sağlayacak malzemelerin seçilmesidir.
- İyi tanımlanmış yürüme yolları ile algılanması kolay bir düzen yaratılmalıdır (Anonim, 2019g). Yaşlı kişiler için gerekli yönlendirmelerin yapılması ve yürüme yolları genişliğinin tekerlekli sandalye kullanımı için uygun olması önemlidir.
- Yürüme yolları tasarlanırken, belirli kriterlere dikkat edilmesi gerekmektedir. Sonu olan şeyler, yaşlı insanlara ölümü hatırlattığından dolayı, yollar bir döngü gibi devam edecek şekilde tasarlanmalıdır.
- Yürüme yolları kaplamasının keskin, köşeli, kaygan ve yansıyan malzemelerden seçilmemesi gerekmektedir.
- Yürüme yolları; minimum 1 m genişlikte olmalı, %5'ten fazla eğime sahip olmamalıdır. Eğer eğim %5'i geçerse tırabzan, basamak veya rampa yapılmalıdır.
- Yollar kolayca anlaşılabilir ve kargaşaya yol açmayacak şekilde düzenlenmelidir. Kolay algılanan yollar ve net tanımlamalarla huzur ve güvenlik duygusu yaratılmalıdır.
- Yaşlıların gidecekleri yeri kolayca bulmalarına yardımcı olacak odak noktaları tasarlanmalı, kişilerin nerede olduklarını saptayabilecekleri işaretler konulmalıdır.
- Tasarlanan kullanımlar arasında geçişler rahat ve uygun olmalıdır. Özellikle ortak kullanım alanlarından özel kullanım alanlarına geçişlerde özen gösterilmelidir.

- Yaşlı kişiler, fiziksel rahatsızlıklarından dolayı kendilerini güvende hissetmek için bazı yapılara ihtiyaç duymaktadırlar. Bu yüzden kaldırımlı yürüme yolları ve trabzanlar kendilerini güvende hissetmelerini sağlamaktadır.
- Bahçede, sırt ve kol dayanakları olan oturma birimleri kullanılması yaşlı kişiler için önemlidir.
- Ayrıca sandalye ve masaların rengi zemin malzemesinden farklı olmalıdır, yaşlı kişiler tarafından daha rahat algılanmalarını sağlayacaktır.
- Yaşlı insanların yön ve mekânı tanımlayabilmeleri için odak noktalar oluşturulmalıdır. Odak noktalarına saat kulesi, heykel, su ögesi, çiçek parterleri vb. konumlandırılarak desteklenmelidir.
- Bahçenin kullanışlı olması için yalnızca işaret ve uyarı levhaları yeterli değildir. Bahçe kullanımları ve bölümlerinin net bir şekilde algılanabilir olması gerekmektedir. Bitkilendirme ve yapısal tasarım levhalar ile desteklenmelidir.
- Bahçe tasarımının işlevsel olması alanın kullanıcı açısından sınırlarının belirlenmesi önemlidir.
- Alan içerisinde su ögesi mutlaka bulunmalıdır. Suyun dinlendirici ve sakinleştirici etkisine destek olarak alan içerisinde kuş evlerine de yer verilmelidir.
- Açık alanlarda güneş ve rüzgârın rahatsız edici etkisine karşı, tente, kamelya, pergola gibi gölge elemanları ve bitkisel perdeleme ile rüzgârın sert etkisi azaltılmalıdır.
- İyileştirme bahçelerinden yararlanan birçok insanın aynı zamanda duygusal bozukluklar ve stresle başa çıkmaya çalıştığı göz ardı edilmeden tasarım yapılırken bahçede kullanıcıların rahatlamaları amaçlanmalıdır.
- Simetrik ve asimetrik unsurların bir denge içinde kullanılması alanın durağan olarak hissedilmesi açısından önemlidir. Durağanlık kullanıcıların kendilerini güvende hissetmelerini sağlar (Anonim, 2019g).
- Tasarım yaşlı kişilerin fiziksel ihtiyaçlarına ve diğer gereksinimlerine hitap etmelidir.
- Bahçede kullanılacak olan bitkisel ve yapısal materyalin insan boyutuna uygun olması kullanıcıların kendilerini güvende hissetmeleri açısından önemlidir (Anonim, 2019g).

- Kimi yaşlıların sessiz, sakin ve barışçıl ortamlar ararlarken, bazılarının ise aktif veya pasif daha canlı ve uyarıcı alanlardan zevk aldığı belirtilmiştir. Bu yüzden tasarımda bu iki isteği de karşılayabilecek aktivitelerin bulunması gerekmektedir.
- Bahçede manevi, canlandırıcı, hayata bağlayıcı, estetik, güvenli ve rahat bir ortam oluşturulmalıdır.
- Fiziksel, zihinsel, sosyal ve serbest zaman etkinlikleri yapan bireylerde bilişsel durumu üzerine olumlu etkisi bulunmuştur. Sosyalleşmeleri için mekanlar yaratılmalıdır.
- Evcil hayvanların özellikle sub-akut veya kronik hastalıklardan etkilenen kişiler üzerindeki terapötik rolü yıllardır bildirilmektedir. Hayvan destekli uygulamalar, insan ve hayvan etkileşiminden yararlanarak, fizyolojik ve psikolojik mekanizmaları harekete geçiren, metabolizmada sağlığı olumlu yönde geliştiren değişiklikleri başlatan yardımcı uygulamalardır (Ballarini, 2003).

Bununla birlikte Hayvan Destekli Tedavi (HDT), Animal-Assisted Therapy (AAT), Pet Therapy, kronik bir hastalığı olup, uzun süre hastane tedavisine ihtiyaç duyan hastaların rehabilitasyon ve tedavilerini kolaylaştırmak için kullanılan, önemli yararları sahip bir müdahale programıdır. Bu program dahilinde bahçe içerisinde evcil hayvan terapi alanları konumlandırılmalıdır (Cevizci ve ark., 2009; İncalı ve ark., 2016).

- Rekreasyon bireyin yaşam kalitesini artırmak için serbest ve/veya boş zamanlarında, doğaya zarar vermeden gönüllü olarak yapılan faaliyetler şeklinde tanımlanabilir. En genel tanımıyla, rekreasyon terapisi, tedavi sürecinde yapılan rehabilitasyon faaliyetleridir.

Yaşlıların kuvvetini artıracak, eklem ve kas kırımlarını koruyacak, eklem bağlarını daha esnek yapacak, akciğerlerin kapasitesini artıracak, kalbin çalışmasını kolaylaştıracak, damarların elastikiyetini ve kuvvetini artıracak, yani tüm organ sistemlerinin çalışmasına yardımcı olacak, ruhen, zihnen ve sosyal yönlerden sağlıklı ve güçlü kalmak için egzersiz yapılmalıdır. Yaşlılara önerilen ideal fiziksel aktivite yürümedir. Yürüme en yaygın ve uygulanması kolay dayanıklılık aktivitesidir (Akın, 2017).

Yaşlılara uygulanan egzersiz programları fiziksel uygunluğu, çevikliği, kas kuvvetini, esnekliği, kemik sağlığını geliştirirler ve kardiyovasküler ve respiratuar

fonksiyonların, aktivite toleransının, kognitif fonksiyonların gelişmesine ve düşmelerin önlenmesine ve kişinin bağımsızlığında artmaya ve fonksiyonel engelliliğinin azalmasına yardımcı olur. Bu anlamda bahçe içerisinde egzersiz alanlarına, yürüyüş ve bisiklet yollarına yer verilmelidir (Tütüncü, 2012; Aydın ve Tütüncü, 2017; 2018).

- Tarihin bilinen ilk hekim modeli oldukları düşünülen Şamanların ritim, müzik ve dansın etkisiyle insanları adeta hipnotize ederek tedavi etmeye çalıştıkları bilinmektedir. Antik döneme kadar hastalıkları tedavi etmek ya da kötü ruhları bedenden çıkarmak için kullanılan hızlı, yavaş, sert ya da yumuşak melodiler ile ikna ve etki edici sözlerden oluşan şarkılar müzikle tedavinin temelini oluşturmuştur.

Hastalara iyi gelen makamlar ve iyi geldikleri hastalıklar şunlardır;

- ✓ Büzürk makamı; ateşli hastalıklara, zihni temizlemeye, vesvese ve korkuya,
- ✓ İsfahan makamı; zihin açmaya, zekayı artırmaya, anıları tazelemeye,
- ✓ Irak makamı; afakana ve dar mizaca
- ✓ Raks makamı; felce, epilepsiye,
- ✓ İstafahan makamı; zihni açmaya, zekayı arttırmaya, gönül tazelemeye, üşüten ve ateş verici hastalıklara,
- ✓ Rast makamı; havale ve felce,
- ✓ Zirevkent makamı; sırt ve eklem ağrılarına,
- ✓ Rehavi makamı; baş ağrısından uzaklaştırmaya,
- ✓ Neva makamı; kadın hastalıklarına,
- ✓ Zengule makamı; kalp hastalıklarına,
- ✓ Buselik makamı; kulunç ve bel ağrılarına,
- ✓ Uşşak makamı; kalp, karaciğer, sıtma ve mide hastalıklarına,
- ✓ Zirefgen makamı; çocukların dimağından kaynaklanan, fasial felç, felç ve sırt ağrısı, eklem ağrıları, kulunç hastalıklarına,
- ✓ Buselik makamı; kulunç ve kalça ağrısı, soğuk baş ağrısı ve çeşitli göz hastalıklarına iyi gelmektedir (Anonim, 2019h).

2.5.2. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçeleri Bitkisel Tasarım İlkeleri

Yaşlı kişilere yönelik düzenlenen iyileştirme bahçeleri bitkisel tasarım ilkeleri aşağıda maddeler halinde belirlenmiştir. Bunlar (Bulut ve Göktuğ, 2006; Şakar, 2011; Uslu ve Shakouri, 2012a);

- Tasarlanan mekânların bahçedeki herkes tarafından görülerek fark edilmesi olumsuz sosyal davranışların engellenebilmesi adına önemlidir. Seçilen bitkilerle mahremiyet sağlanmalıdır.
- Bahçenin fiziksel güvenlik ve terapötik yararlar açısından sürdürülebilir olması önemlidir.
- Horowitz (2012)'e göre; gürültü ve dikkat dağıtıcı etmenler minimuma indirilmelidir (Arslan ve Ekren, 2017).
- Açık hava aktivitelerine olanak sağlayacak mekanlar tasarlanmalıdır.
- Yaşlılar için soğuk renklerden (mavi, mor, yeşil) daha ziyade görmeleri ve algılamaları daha kolay olan sıcak renkler (kırmızı, turuncu, sarı) kullanılmalıdır (Anonim, 2019g).
- Duyuları ve hafızayı canlandırmak için farklı yaprak doku, form ve kokuları olan bitkilere yer verilmelidir. Yapılan araştırmalar, yaşlı kişilerin gençliklerinde yaygın kullanılan bitkileri içeren bahçeleri tercih ettiklerini ve bu bitkileri yetiştirmekten zevk aldıklarını göstermektedir.
- Bowers (2003)'e göre; bahçenin dört mevsim boyunca kullanıcılar üzerinde duyuşsal ilgi uyandırması önemlidir.
- Toksik etkiye sahip bitki materyalleri kullanılmamalıdır. Çünkü özellikle Alzheimer ve bunama hastalarının ilerleyen aşamalarında, hastalar buldukları her şeyi ağızlarına alma eğilimi göstermektedirler.
- Bitkiler ışığın kontrolünü sağlayabilecek ve yansımayı en aza indirecek şekilde seçilmelidir.
- Alan içerisine yaşlıların rahatlıkla ulaşabilecekleri bir alana (Hortikültürel Tedavi Alanı) bahçecilik/ekme-biçme ortamları oluşturulmalıdır.

✓ Hortikültürel tedavinin fiziksel faydaları;

El ve göz koordinasyonu sağlanır, kas ve eklemler güçlenir, esneklik kazanır pek çok kas grupları birlikte çalışır koklama, dokunma, görme, tatma gibi duyuları uyarır.

✓ Ruhsal/ psikolojik faydaları;

Başarma hissini verir, bitki bakımı, güven ve bağımsızlık duygusu yaratır, stresi azaltır.

✓ Sosyal faydaları;

Benzer ilgi alanına sahip bireyler arasında iletişim sağlanır.

✓ Entelektüel etkileri;

Sürekli bir öğrenim süreci başlar, gözlem, araştırma, merak duyguların beslenmesine ihtiyacı doğar, problem çözme ve karar verme yetisi güçlenir, yaratıcılık güçlenir.

3. MATERYAL VE YÖNTEM

3.1. Materyal

Konya ili; Anadolu Yarımadası'nın ortasında bulunan İç Anadolu Bölgesinin güneyinde yer almaktadır. İl topraklarının büyük bir bölümü, İç Anadolu'nun yüksek düzlükleri üzerine rastlar, Güney ve güney batı kesimleri Akdeniz Bölgesine dâhildir. Konya coğrafi olarak 36°41' ve 39°16' kuzey enlemleri ile 31°14' ve 34°26' doğu boylamları arasında yer almaktadır.

Yüz ölçümü 38.257 km²'dir (Göller hariç). Bu alanı ile Türkiye'nin en büyük yüz ölçümüne sahip olan ilidir. Ortalama yükseltisi 1.016 m'dir. İdari yönden; kuzeyden Ankara, batıdan Isparta, Afyonkarahisar, Eskişehir, güneyden İçel, Karaman, Antalya, doğudan Niğde ve Aksaray illeri ile çevrilidir (Anonim, 2019a).

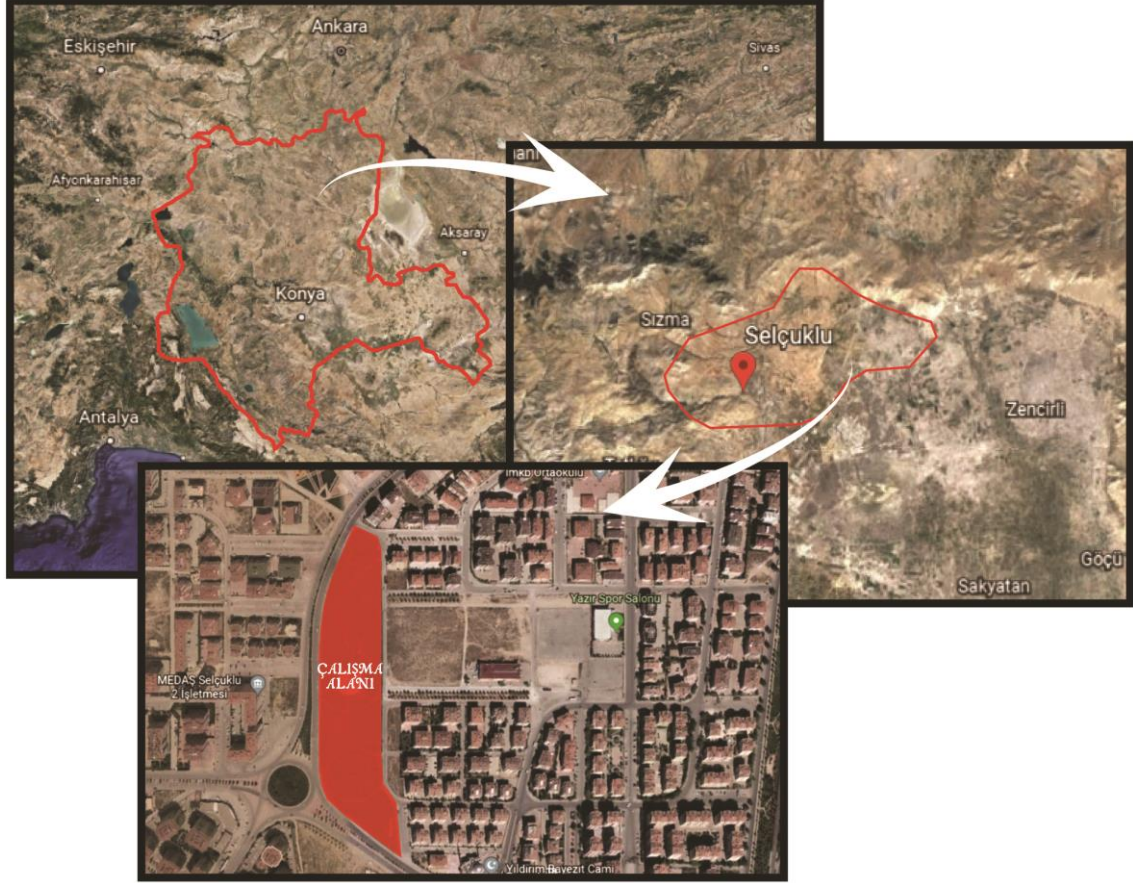
İklimi; İç Anadolu bölgesinin güney kısmında yer alan Konya'da kışlar sert, soğuk ve kar yağışlı, yazlar sıcak ve kurak geçmektedir. Yıllık ortalama sıcaklık 11,5°C'dir. Rastlanan en yüksek sıcaklık 40°C, en düşük ise -28,2°C'dir. Yılım ortalama 10 gününde sıcaklık -10°C'den düşüktür. Ortalama nisbi nem 60'tır. Konya'da yaklaşık 23 gün sisli geçmekte ve Türkiye'de bu konuda başta gelmektedir. Bunda şehrin bir çanak içinde kurulmuş olmasının da büyük rolü vardır. Konya'da yıllık ortalama yağış 326 mm olup, 45,4 mm ile mayıs ayı başta gelmektedir. Yıllık yağış 143,7 mm ile 544,9 mm arasında değişmektedir. Akdeniz'e yakın olan Hadim ve Taşkent'te Akdeniz iklimi görülmektedir.

Bitki örtüsü; Konya il topraklarının %60'ı ekili ve dikili alanlarla, %17'si orman ve fundalıklarla ve %15'i çayır ve meralarla kaplıdır. Konya büyük bir bozkırı andırmaktadır. İlkbahar yağmurları ile yemyeşil olan arazi kısa bir müddet sonra kavurucu sıcaklıkla sararmaktadır. Orman varlığı azdır (Anonim, 2019b).

Konya ili merkezinin nüfusu 2014 yılı adrese dayalı nüfus kayıt sistemine göre 1.220.793 kişidir ve şehir merkezi 38.873 km²'dir. Bu alanda yaşayan toplam nüfus yaklaşık 900.000'dir. Konya İli Büyükşehir statüsünde olup, merkez ilçeleri Selçuklu, Meram ve Karatay'dır (Anonim, 2019a).

Çalışma alanının bulunduğu Selçuklu ilçesi hakkında araştırılan bilgilere göre; Selçuklu, Konya iline bağlı merkez ilçedir (Şekil 3.1). Konya'nın kuzeyinde yer alan Selçuklu, Sarayönü, Kadınhanı, Derbent, Altınekin, Meram ve Karatay ilçeleriyle sınırdır. Selçuklu; 20.06.1987 tarih ve 3399 sayılı kanunla kurulmuş olup, nüfus ve

gelişmişlik bakımından Konya'nın en büyük merkez ilçesidir. 2.056 km²'lik alan ve 2019 yılı nüfus sayımına göre 648.850 kişilik nüfusa sahiptir (TUİK, 2019; Anonim, 2019d).

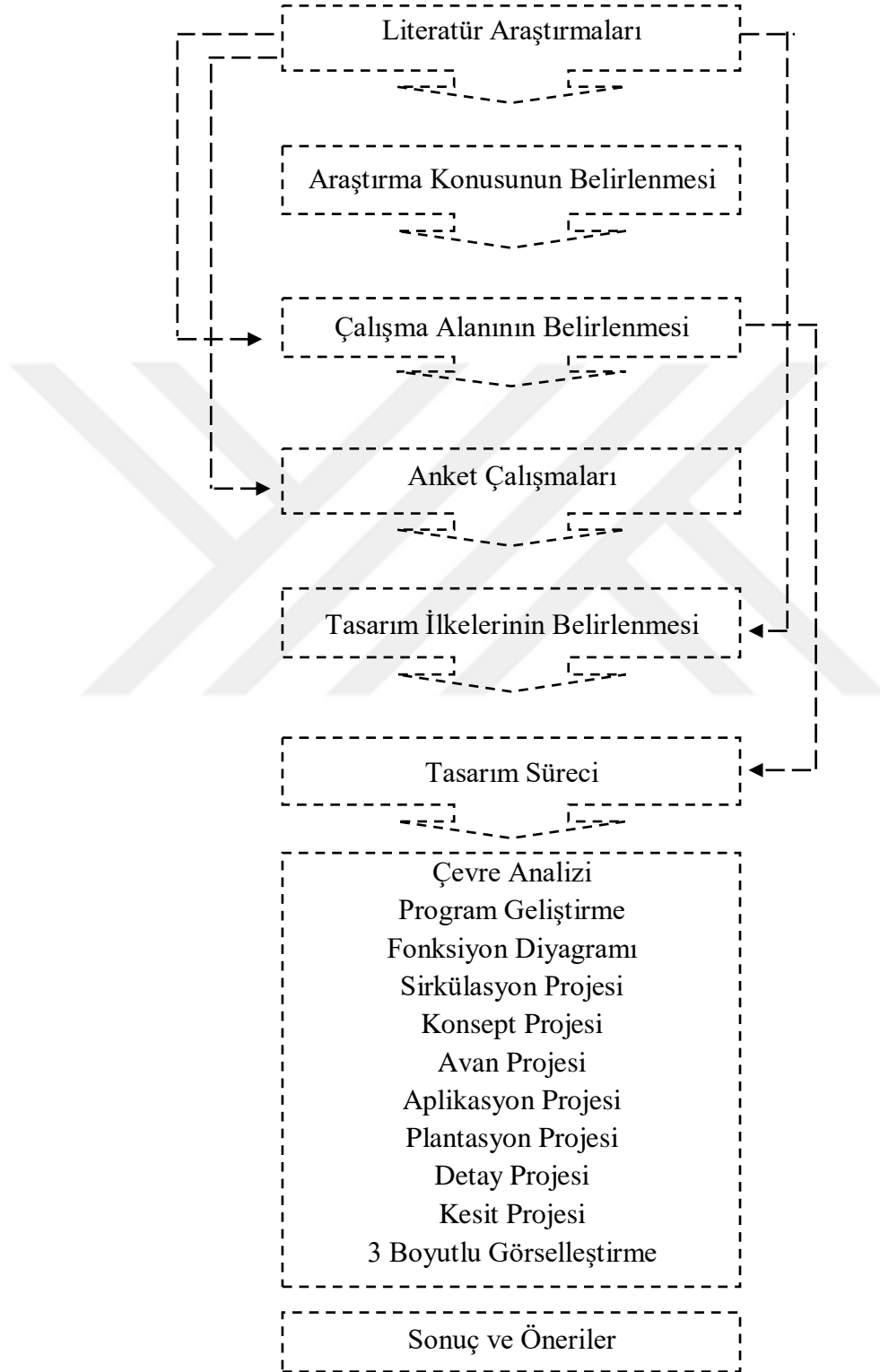


Şekil 3.1. Çalışma alanının Konya ili içerisindeki konumu (Anonim, 2019c; 2019f)

Tez çalışmasında, imar planları, uydu görüntüleri Konya Büyükşehir Belediyesi ve Selçuklu Belediyesi ile yapılan görüşmelerden yararlanılmıştır. Araştırmanın kuramsal temellerinin oluşturulmasında konu ile ilgili literatürlerden faydalanılmıştır. Anket çalışmalarında A4 boyutunda anket formlarından, çevre analizi çalışmalarında uydu görüntüleri, imar planları, ilgili belediyeden elde edilen teknik verilerden, dijital fotoğraf makinesinden, tasarım sürecinde AutoCAD 2018, Sketch-Up 2018, Lumion 8.0, Adobe Illustrator CC ve Adobe Photoshop CC yazılımlarından, anket sonuçlarının değerlendirmesinde ve tez yazım sürecinde Office 2016 ve SPSS 22 yazılımlarından faydalanılmıştır.

3.2. Yöntem

Araştırma yöntemi Şekil 3.2’de verilen akış diyagramına göre yürütülmüştür.



Şekil 3.2. Araştırma yöntemi akış şeması

Literatür araştırmaları sonucunda iyileştirme bahçelerinin bir envanteri çıkartılmıştır. Ülkemizde örneklerine fazla rastlanılmayan ve birçok kurum ve kuruluşa referans teşkil edecek ‘Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçeleri Tasarım İlkeleri: Konya İli Örneğinde Bir Tasarım’ adlı çalışma konusu ortaya konulmuştur.

Yaşlılar için iyileştirme bahçesi tasarımı için literatür araştırmaları sonucunda ortaya çıkarılmış tasarım kriterleri doğrultusunda Konya ili Selçuklu Belediyesi ile yapılan gürüşmeler sonucunda Selçuklu ilçesi, Yazır mahallesi imar planında Elmalılı Hamdi Caddesi üzerinde yeşil alan olarak ayrılmış yüz ölçümü 39.774,66 m² ve çevresi 1.092,18 m olan parsel çalışma alanı olarak belirlenmiştir. İyileştirme bahçesi tasarımına başlamadan önce Selçuklu ilçesinde ikamet eden 65 yaş üzeri 39158 kişi temel tutularak süreç planlanmıştır (TUİK, 2019). Ancak, anket çalışması için evren büyüklüğü Selçuklu ilçesi nüfusu (648.850 kişi) kabul edilerek aşağıdaki formüle göre (şekil 3.3);

$$n = \frac{Np(1-p)}{(N-1)\sigma_{p_x}^2 + p(1-p)}$$

Formülden

n = Örnek hacmi

N = Populasyondaki işletme sayısını

$\sigma_{p_x}^2$ = oranın varyansı

p = 0.5

şekil 3.3. Örnekleme büyüklüğünün hesaplanmasında kullanılan formül (Newbold, 1995; Miran, 2007)

%95 güven aralığında ve %10 hata payı ile ($p < 0.05$) örnekleme büyüklüğü 96 kişi olarak hesaplanmıştır. A4 kâğıdı boyutundaki anketler, kişisel bilgilerle (cinsiyet, yaş, eğitim ve gelir düzeyi) başlamış, kişilere yeşil alanların insan sağlığı üzerindeki pozitif etkisi hakkında bilgi sahibi olup olmadıkları sorulmuş ve yaşlılar için iyileştirme bahçesi tasarım kriterlerine yönelik sorular yüz yüze gürüşmeler şekilde uygulanmıştır. Anket çalışmalarıyla 65 yaş üzeri kullanıcıların iyileştirme bahçelerine yönelik tercihleri ve literatür araştırmaları sonucunda tasarım ilkeleri belirlenmiştir. Literatürlerle ortaya konulan yaşlılar için iyileştirme bahçeleri tasarım kriterleri ve anket çalışması temelinde belirlenen kullanıcı tercihleri ile alana yönelik peyzaj tasarım süreci çalışmaları yürütölmüştür.

Peyzaj tasarım süreci, (Collins ve Adleman, 1988; Wilson ve ark., 2003; Booth ve Hiss, 2012; Anonim, 2019e) yaptıkları çalışmalarda kullandıkları tasarım süreçlerinden sentezlenerek; çevre analizi, program geliştirme, fonksiyon diyagramı, sirkülasyon paftası, konsept planı, avan projesi, aplikasyon projesi(a/b), plantasyon projesi, detay projesi, kesit ve 3 boyut olmak üzere 11 aşamada gerçekleştirilmiştir.

Çevre analizi aşamasında; çalışma alanı etrafındaki kültürel ve fizikler varlıkların fotoğrafları alınmış, alanın topografik yapısını gösteren harita ya da son durumunu belirten plan koteler çıkarılmıştır. Araziye yapılan tüm tespitler sonucunda, korunması veya alandan kaldırılması gereken doğal ve kültürel varlıkların analizi, kış ve rüzgâr yönünün belirlenmesinin yapıldığı planlama aşamasıyla çevre analizi tamamlanmıştır.

Program geliştirme aşamasında; çevre analizi doğrultusunda bir iyileştirme bahçesi içerisinde yer alacak birimlerin ve bunların özelliklerine karar verilmiştir. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi tasarımı Konya ili Selçuklu ilçesinin mevcut durumu göz önüne alınarak gerçekleştirilmiştir.

Fonksiyon diyagramında alan içerisinde yer verilecek birimlerin fonksiyonları ve birbirleri ile ilişkileri grafiklerle gösterilerek, 65 yaş üzeri kişilerin rahatlıkla iyileştirme bahçesinden yararlanması dikkate alınarak belirlenmiştir.

Sirkülasyon paftasında; 65 yaş üzeri kişilerin alan içerisindeki yaya ve araç sirkülasyonu göz önünde bulundurularak oluşturulmuştur.

İyileştirme bahçelerine özel bir konsept ile tasarım gerçekleştirilmiştir. Tasarımda kullanılan donatı elemanları ve uygulamalar, birbirleri ile ilişkilerine bakılarak uygun yerlere serbest el çizimi lekeler halinde ölçeksiz olarak yerleştirilmiştir.

Konsept planının geliştirilmesi ile oluşturulan avan proje 1/200 ölçek ile tek pafta halinde oluşturulmuştur. Konsept planının lekeler halinde gösterilen uygulamaları, proje üzerine aktarılması ve biçimlendirilmesiyle avan proje hazırlanmıştır.

Tasarlanan projenin çeşitli tartışma ve revizyon aşamalarından sonra olgunlaşmış ve onaylanmış daha kesin ve daha detaylı çizilen avan projesinin iyileştirilmiş veya değiştirilmiş halinin üzerinde, 65 yaş üzeri kişiler için uygun malzemelerle yapısal alanların belirlenmesi, kentsel donatıların uygun yerlere konumlandırılması ile 1/100 ölçekle aplikasyon(a) paftası oluşturulmuş, kot ve arazi çözümlenmeleri ve ölçülendirilmeleri yapılarak 1/100 ölçekle aplikasyon (b) paftası oluşturulmuştur.

Oluşturulan aplikasyon projesi üzerine anket çalışmaları, iyileştirme bahçeleri literatür araştırmaları ve kişi görüşmeleri sonucunda belirlenen özelliklerdeki bitkilerin ve tasarımdaki tüm bitkilerin cins ve türlerini tanımlayan, belirtilen bitkilerin her biri

hakkında miktar, boyut, durum ve diğer önemli notları gösterilen bitki mahal listesi ile 1/100 ölçekte plantasyon projesi oluşturulmuştur.

Aplikasyon projesi (a) üzerinde gösterilen tüm detayların uygulama yapacak kişiler tarafından net bir şekilde anlamasına yardımcı olacak şekilde 1/5, 1/10, 1/20 ve 1/50 ölçeklerle detay projesi oluşturulmuştur.

Plantasyon projesi üzerinde gösterilen A-A', B-B' ve C-C' kesit çizgilerine göre alanın enine kesitleri alınarak 1/100 ölçekte yaşlılar için iyileştirme bahçesinin kesitleri çizilmiştir.

Tüm aşamalar tamamlandıktan sonra iyileştirme bahçesinin Sketch-Up 2018 ve Lumion 8.0 programı ile 3 boyutlu modelleme çalışması yapılarak 20 adet render alınmış ve peyzaj tasarım süreci tamamlanmıştır.



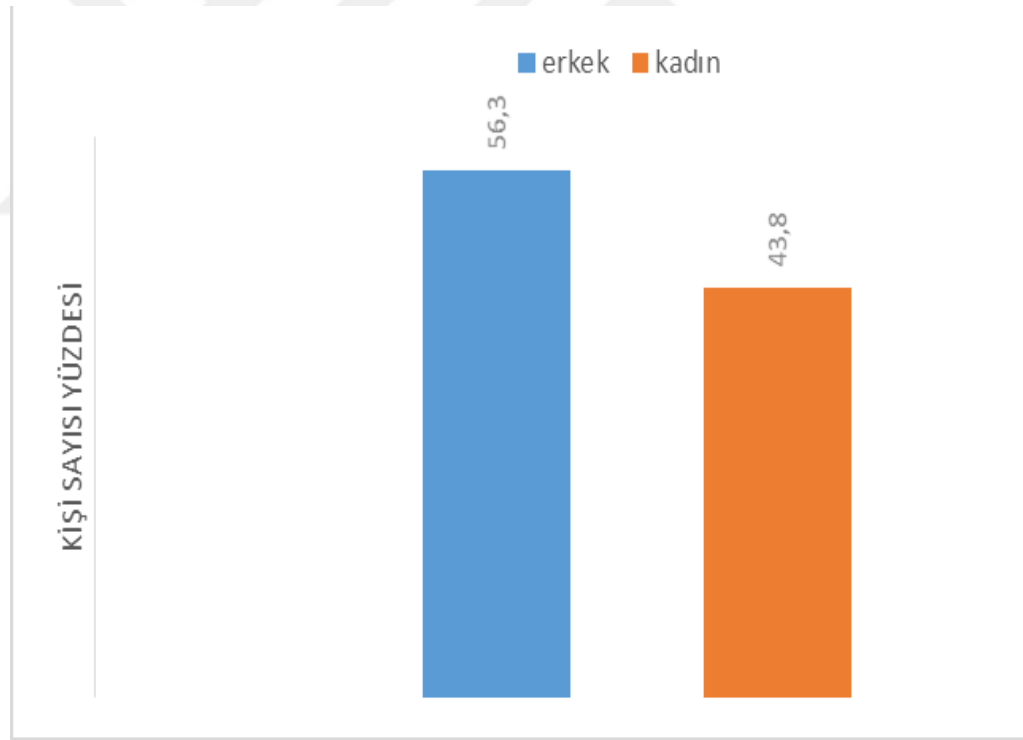
4. ARAŞTIRMA BULGULARI

4.1. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesine Yönelik Anket Çalışmasının Bulguları

Konya-Selçuklu ilçesi Elmalılı Hamdi Caddesi üzerindeki Selçuklu Belediyesi'ne ait yeşil alan üzerine yaşlılar için iyileştirme bahçesi tasarımı yapılmak üzere 65 yaş ve üzeri 96 kişiye yüz yüze görüşmelerle anketler yapılmıştır. Örnek anket formu EK-1'de verilmiştir.

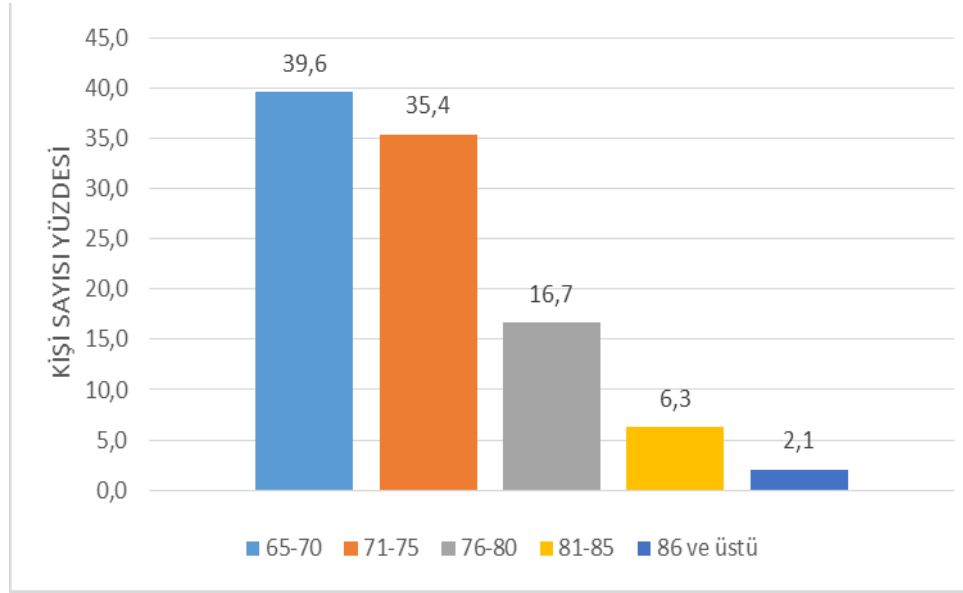
4.1.1. Kişisel verilerin değerlendirilmesi

Anket çalışmasının %56,3'ünü erkekler, %43,8'ini kadınlar oluşturmaktadır (Şekil 4.1).



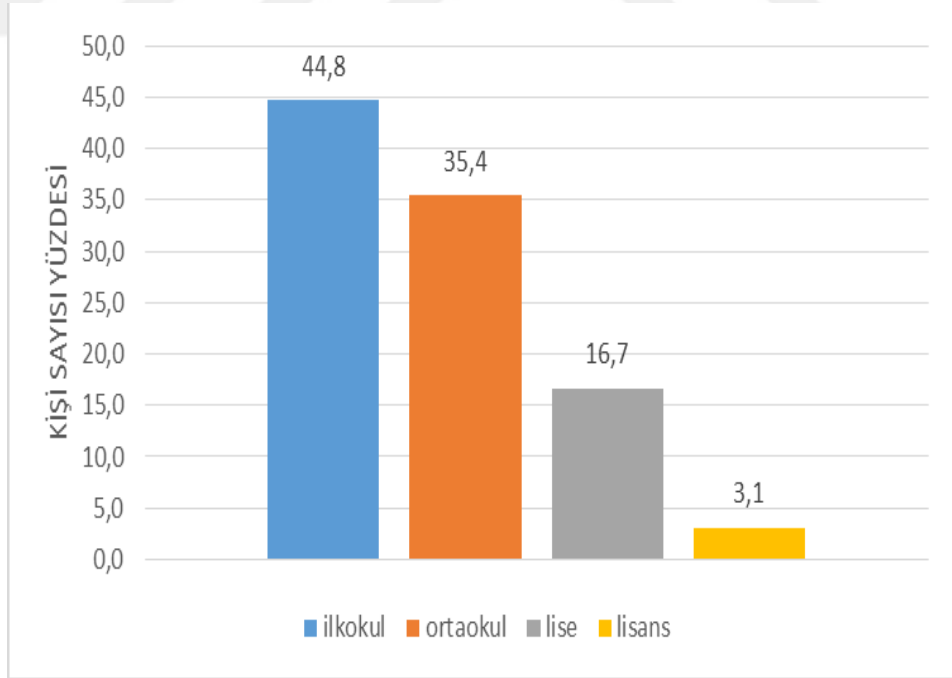
Şekil 4.1. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi anket çalışma kişilerin katılma oranları (Orijinal, 2019)

Yüz yüze görüşmeler ile yapılan anketlerin yaş aralığı (Şekil 4.2) verilmiştir. Anket yapılan kişilerin büyük çoğunluğu 65-75 yaş arasındaki yaşlılardan oluşmaktadır. Bu yaş aralığındaki bir çok kişi yeşil alanların üzerlerinde yarattığı etkinin kendilerini çok mutlu ettiğini belirten yorumlarda bulunmuşlardır.



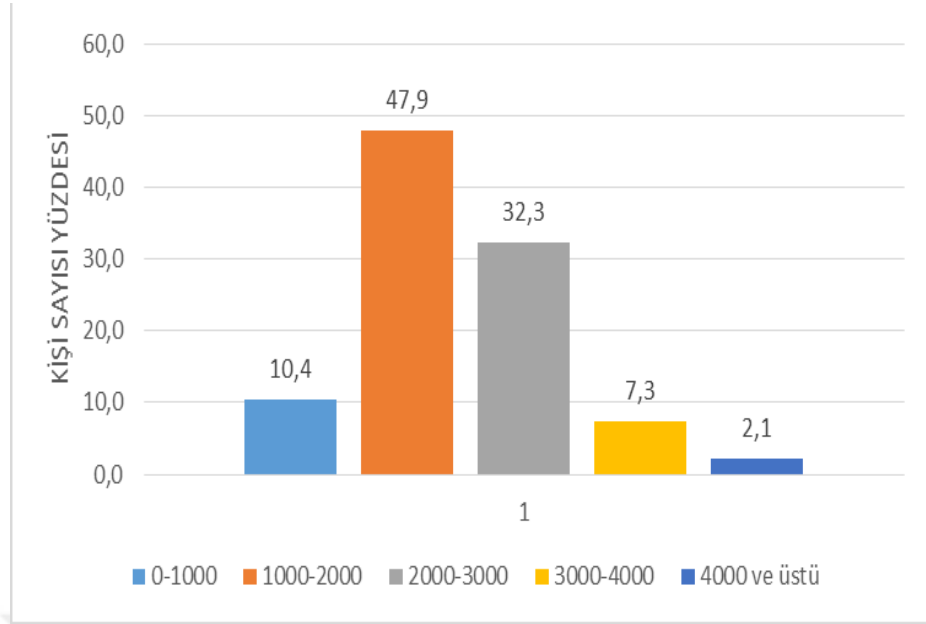
Şekil 4.2. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi anket çalışmasına katılan kişilerin yaş aralık oranları (Orijinal, 2019)

Yapılan görüşmelerdeki kişilerin bir çoğu ilkokul ve ortaokul mezunlarından oluşmaktadır (Şekil 4.3).



Şekil 4.3. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi anket çalışmasına katılan kişilerin eğitim düzeyi oranları (Orijinal, 2019)

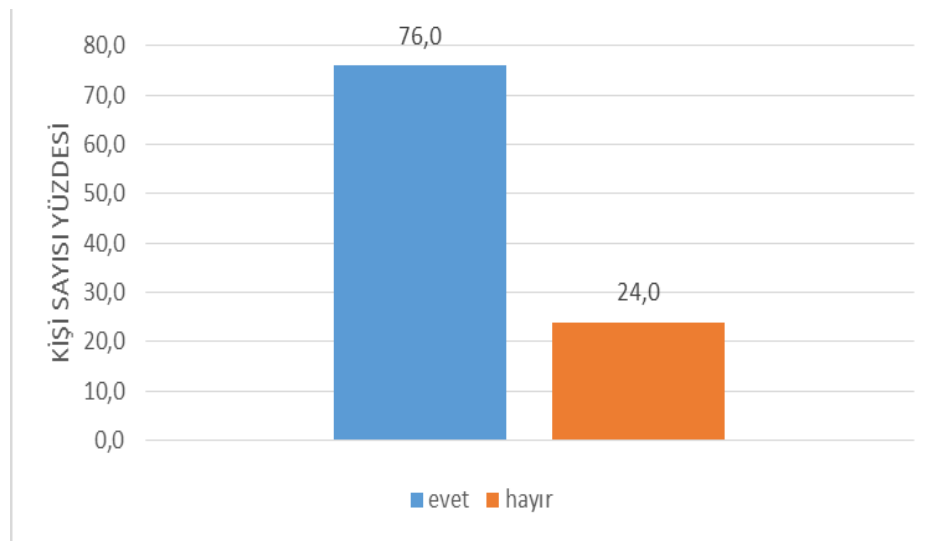
Anket çalışmalarının gerçekleştirildiği çoğu yaşlı 1000-3000 TL arasında alınan emekli maaşlarıyla geçimlerini sağlayan kişilerdir (Şekil 4.4).



Şekil 4.4. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi anket çalışmasına katılan kişilerin gelir düzeyi oranları (Orijinal, 2019)

4.1.2. Yeşil alanların kişi sağlığı üzerine pozitif etkisi farkındalığı

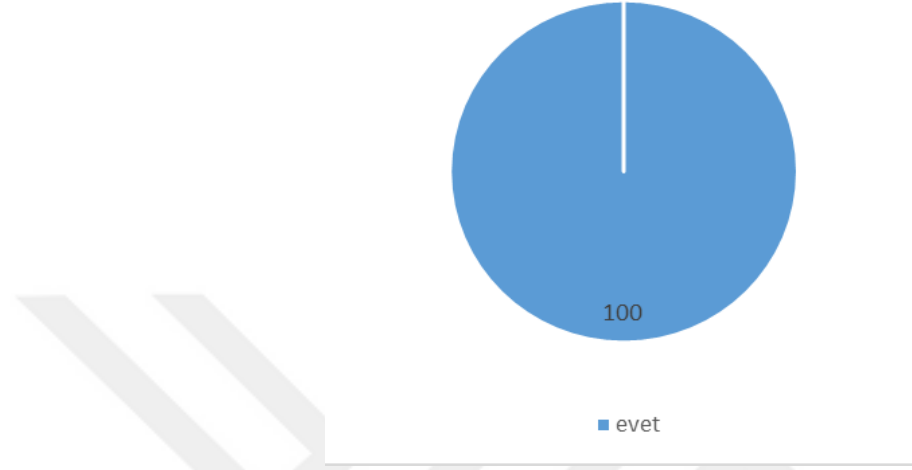
Kişilere ‘yaşadığımız bir sağlık sorunu ile başa çıkmanızda yeşil alanların üzerinizde yarattığı pozitif etkiyi biliyor musunuz?’ sorusu yönetilmiş ve kişilerin %76’sı ‘Evet’ yanıtını vererek bilgi sahibi olduğu ortaya konulmuştur. ‘Hayır’ yanıtını veren kişilere yeşil alanların insan sağlığı üzerindeki pozitif etkisi hakkında bilgi verilmiştir (Şekil 4.5).



Şekil 4.5. Yeşil alanların insan sağlığı üzerine pozitif etkisinin anket yapılan kişiler tarafından farkındalığı (Orijinal, 2019)

4.1.3. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi tercih edilmesi

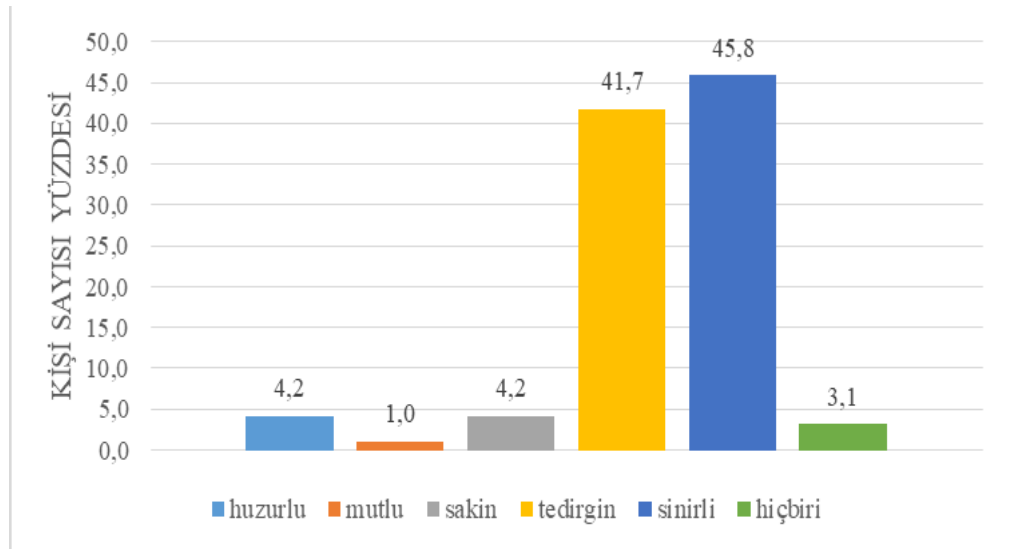
Toplam 100 kişi ile anket çalışması yürütülmüştür fakat ‘hayır’ yanıtını verenler ile çalışmaya devam edilmemiştir. Doğru sonuçlar elde edilmek üzere ‘evet’ yanıtını veren 96 kişi ile anket çalışması tamamlanmıştır (Şekil 4.6).



Şekil 4.6. Yaşlılar için iyileştirme bahçesinin Konya ili Selçuklu ilçesine tasarlanmasının tercih edilmesi (Orijinal, 2019)

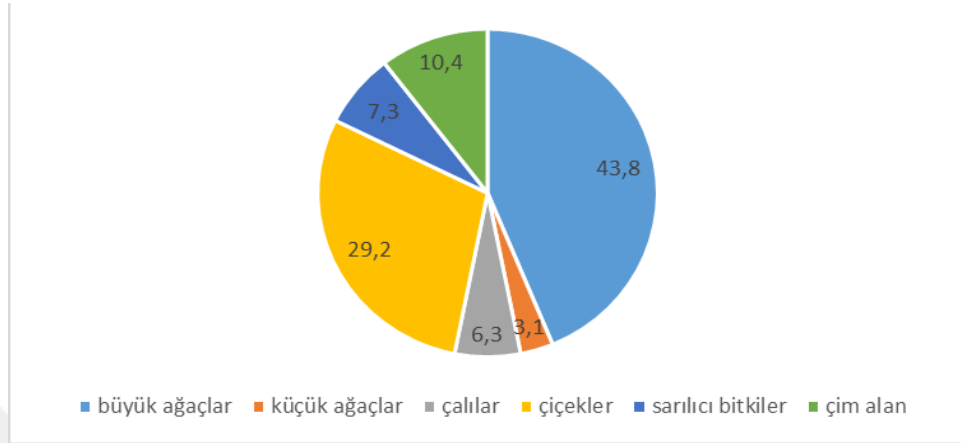
4.1.4. İyileştirme bahçesi tasarım ilkelerinin belirlenmesi

Anket çalışmasının yapıldığı 96 kişinin %45,8'i sert bir rüzgarın üzerlerinde ‘sınırlı’ bir etki bıraktığı sonucunu ortaya çıkarmıştır. Onun ardından %41,7’i ‘tedirgin’ hissettiğini söylemektedir (Şekil 4.7).



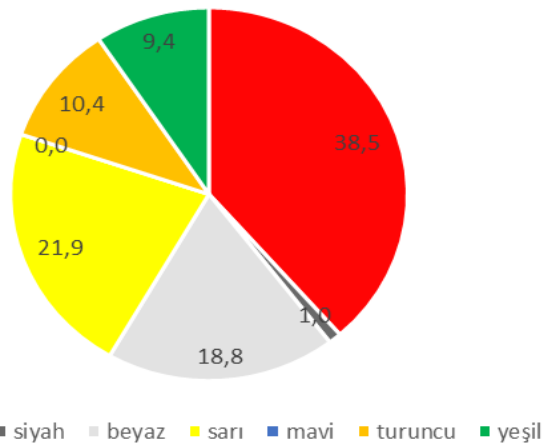
Şekil 4.7. Sert bir rüzgârın yaşlılar üzerinde bıraktığı psikolojik etki (Orijinal, 2019)

Yaşlı insanların kişisel özelliklerine ve fikirlerine dayanılarak çalışma alanı içerisinde %43,8 oranla ‘büyük ağaçlar’ tercih edilmiştir. Büyük ağaçlardan sonra %29,2 ‘çiçekler’ tercih edilmiştir. Tasarımda bu tercihler ön planda tutulmuştur (Şekil 4.8).



Şekil 4.8. Yaşlı kullanıcıların tercih ettiği bitki türleri (Orijinal, 2019)

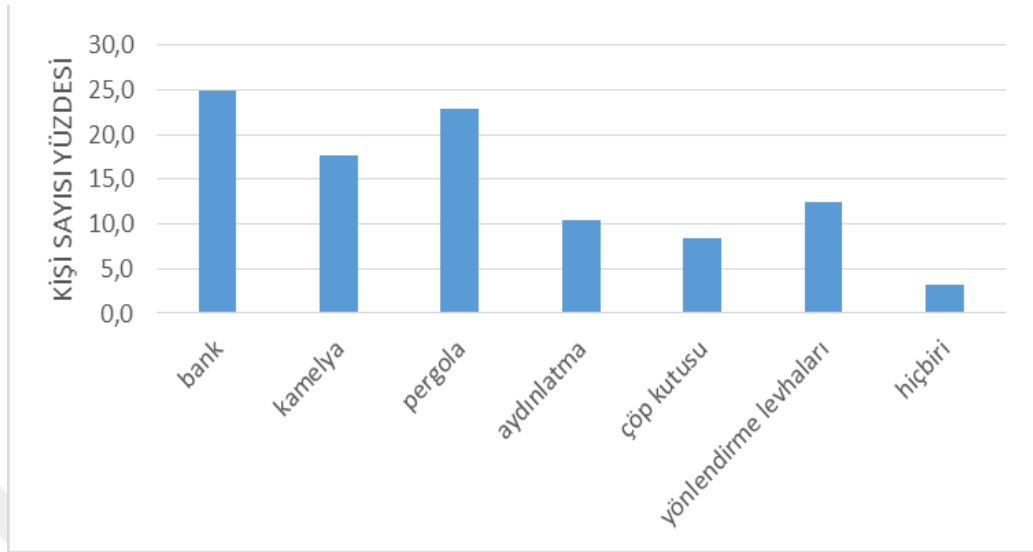
Mekanlar arasında herkes tarafından soğuk renklere göre rahatlıkla algılanan kırmızı %38,5 oranla tercih edilmiştir. Kırmızı renginin tercih edilmesinde yaşlı kişilerin cinsiyeti ve kişilerin gençliklerindeki duygu birikimleri, ‘kokulu kırmızı gül’ hatıraları etkili olmuştur (Şekil 4.9).



Şekil 4.9. Yaşlı kullanıcıların tercih ettiği bitki renkleri (Orijinal, 2019)

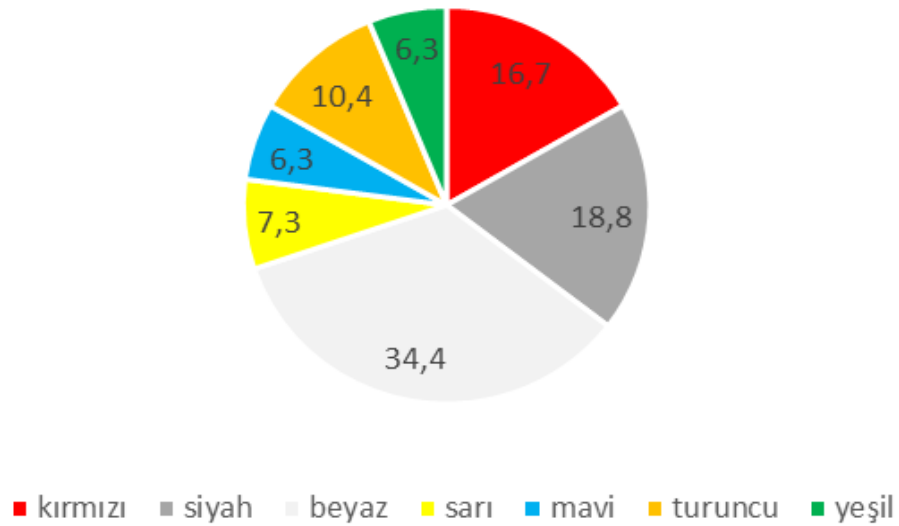
Yüz yüze yapılan görüşmeler sonucunda, donatı elemanları arasından en fazla %25 oranında ‘bank’ tercih edilmiştir. Tercih edilen bank, kamelya, pergola, aydınlatma ve çöp kutusu bahçe tasarımında kullanılmıştır. Yüksek oranda tercih edilen banklar

yaşlıların fiziksel durumlarına göre sık yerleştirilmiştir ve konfor bakımından yaşlılara özel olarak tasarlanmıştır (Şekil 4.10).



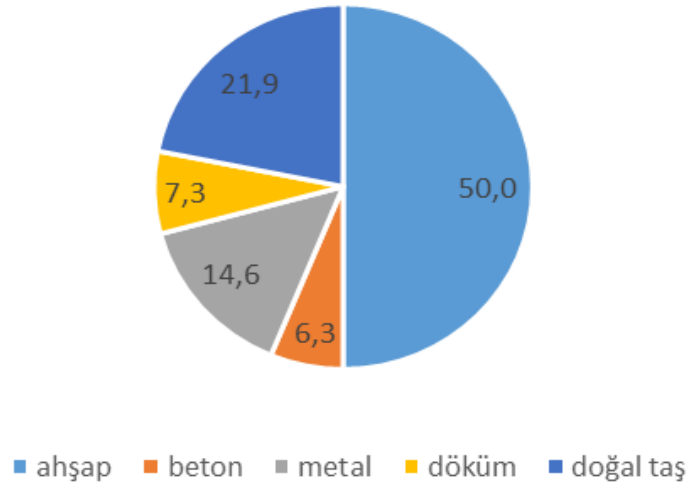
Şekil 4.10. Yaşlı kullanıcıların tercih ettiği donatı elemanları (Orijinal, 2019)

Yaşlı insanların sabitlenmiş donatıları görmeleri ve algılamaları için %34,4 oranda 'beyaz' renk tercih edilmiştir. Bu tercihle zemin ve donatı elemanının renk zıtlığı oluşturması gerektiği belirlenmiştir (Şekil 4.11).



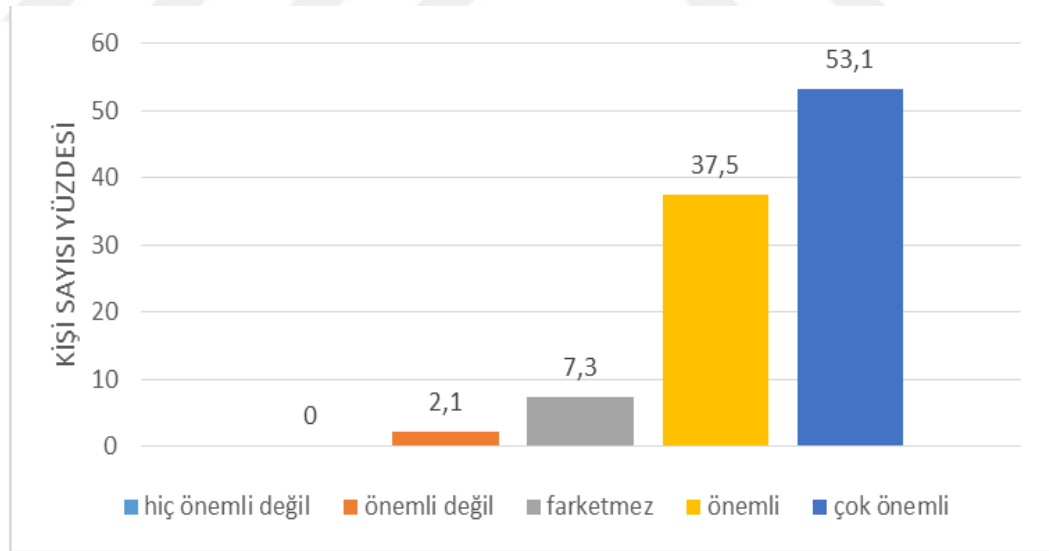
Şekil 4.11. Yaşlı kullanıcıların tercih ettiği donatı elemanlarının renkleri (Orijinal, 2019)

Yaz ve kış mevsimleri düşünülerek daha sıcak ve konfor açısından daha kullanışlı olduğu belirlenen 'ahşap' ürünler %50 oranıyla tercih edilmiştir (Şekil 4.12).



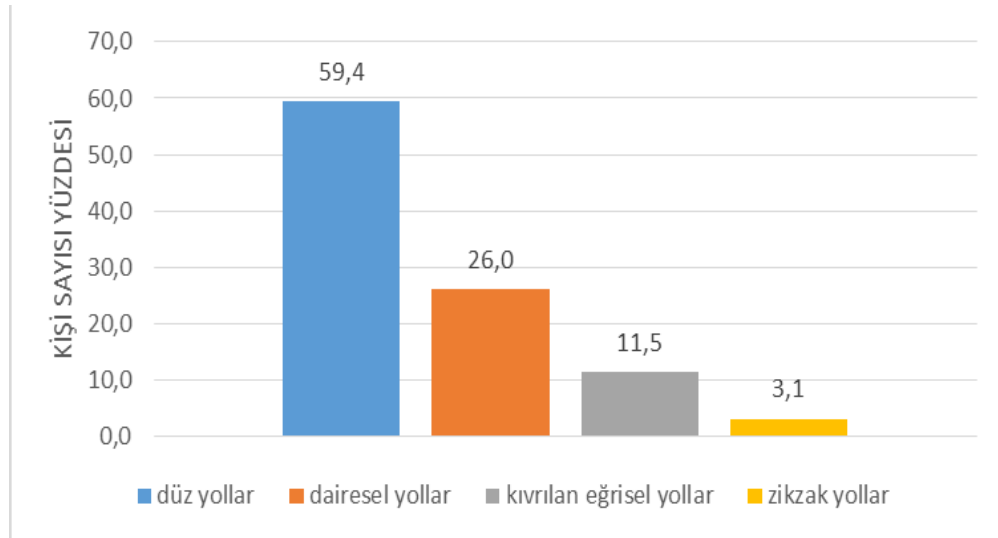
Şekil 4.12. Yaşlı kullanıcıların tercih ettiği donatı elemanlarının malzeme türleri (Orijinal, 2019)

Yaşlı kullanıcıların daha rahat hareket edebilmesi, tekerlekli sandalye kullanan kullanıcıların konforu ve kazalar sonucunda en az zarar görmesini sağlaması amacıyla yaya yollarının bir kısmının yumuşak bir malzeme ile kaplanması %53,1 oranla ‘çok önemli’ olarak tercih edilmiştir (Şekil 4.13).



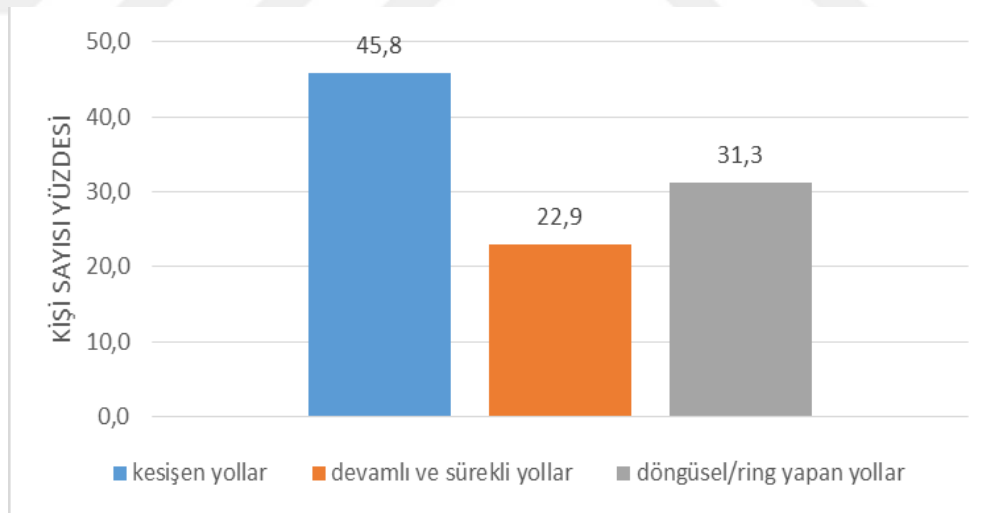
Şekil 4.13. Yaşlı kullanıcıların yumuşak zemin döşeme özelliğine yönelik fikirleri (Orijinal, 2019)

Yaşlılar fiziksel hareketlerine göre %59,4 oranla ‘düz yollar’ı tercih etmişlerdir. Düz yollar sayesinde kişilerin mekanlara ulaşılmasının daha rahat olduğu tespit edilmiştir. Akıl karmaşalarına ve mekanın tanımlanmasında zorluklara yol açacağı düşüncesiyle ‘zik zak yollar’ tercih edilmemiştir (Şekil 4.14).



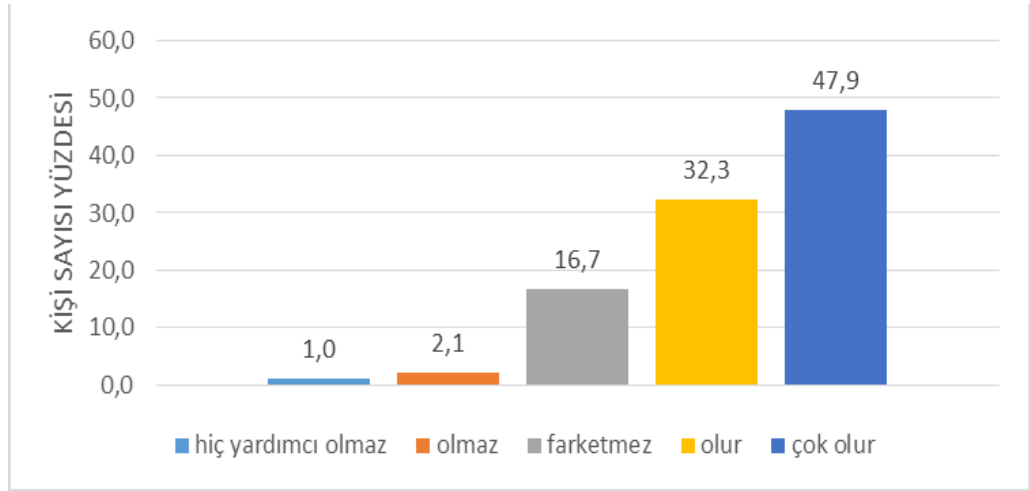
Şekil 4.14. Yaşlı kullanıcıların yolların formuna yönelik tercihleri (Orijinal, 2019)

Anket çalışması sonucunda tercih edilen düz yollar birbiriyle ‘kesişen yollar’ olarak düzenlenmesi aktivite ve mekanlar arası geçişleri kolaylaştırdığı %45,8 oranla belirlenmiştir (Şekil 4.15). ‘Devamlı ve sürekli yollar’ yaşlı kişilerin üzerinde sonu belli olduğu için ölümü hatırlatan herşey gibi tercih edilme oranı diğer seçeneklere göre çok düşüktür.



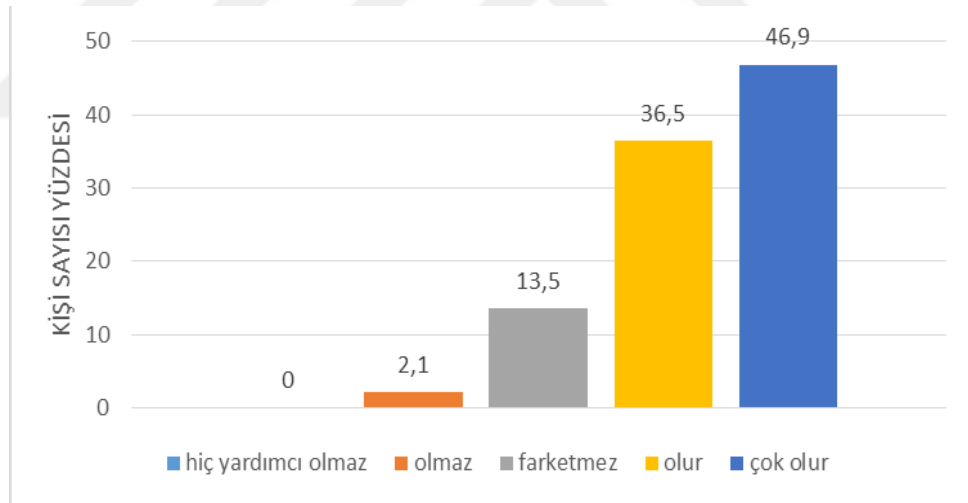
Şekil 4.15. Yaşlı kullanıcıların yolların düzenine yönelik tercihleri (Orijinal, 2019)

Anket yapılan kişilerin yaşları göz önünde tutularak fiziksel sorunlarla başa çıkmaya çalıştıkları için baston, koltuk değneği vb. gereçlerle yürüme desteği aldıkları da bilinmektedir. Bu nedenle kişilere konfor sağlamak amacıyla ana aks yollarının kenarlarında tırabzanların kullanılmasının önemi ‘çok yardımcı olur ve olur’ tercihleriyle ortaya konulmuştur (Şekil 4.16).



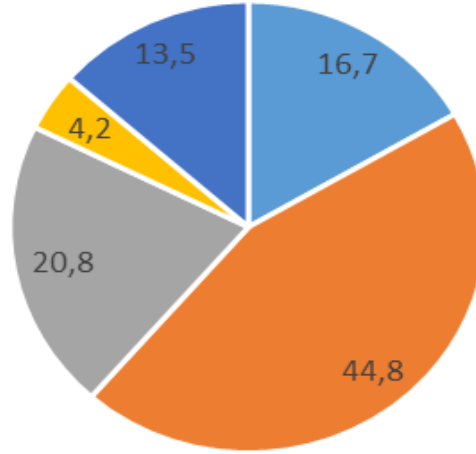
Şekil 4.16. Yaşlı kullanıcıların trapeznlara yönelik fikirleri (Orijinal, 2019)

Kullanıcıların yönlendirilmesi, mekan tanımlaması yapılması amacıyla oluşturulan odak noktalarının yaşlı kişilerce iyileştirme bahçesi içerisinde %83,4 oranla tercih edilmiştir (Şekil 4.17).



Şekil 4.17. Yaşlı kullanıcıların odak noktalarına yönelik fikirleri (Orijinal, 2019)

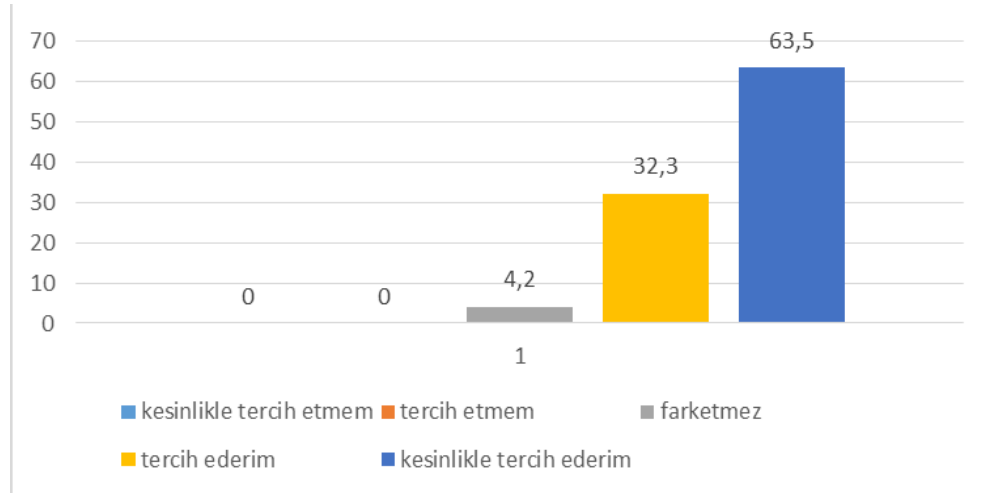
Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde su ögesine yer verilmesi gerekmektedir. Katılımcıların su ögesinin %44,8 oranla 'doğal göl' olmasını istedikleri tespit edilmiştir (Şekil 4.18). Görsel olarak farklılık ve psikolojik olarak sakinlik vermesi amacıyla tasarımda doğal göl tasarlanmıştır.



■ süs havuzu ■ doğal göl ■ şelale ■ su kanalı ■ fiske

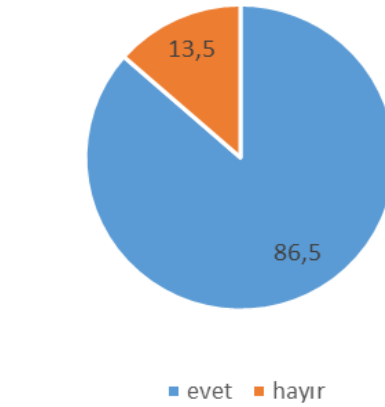
Şekil 4.18. Yaşlı kullanıcıların su öğelerine yönelik tercihleri (Orijinal, 2019)

İyileştirme bahçeleri şifa bahçeleriyle eş değerde tutulmaktadır. Şifa bahçelerinin içinde şifalı bitkilere yer verilmiştir. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi projesi tasarımı içerisinde kokulu çalı, çiçek, ağaç ve yer örtücülerden oluşturulan koku bahçesi için anket katılımcısı olan 65 yaş üzeri kişiler % 63,5 oranıyla ‘kesinlikle tercih ederim’ yanıtını vermiştir (Şekil 4.19).



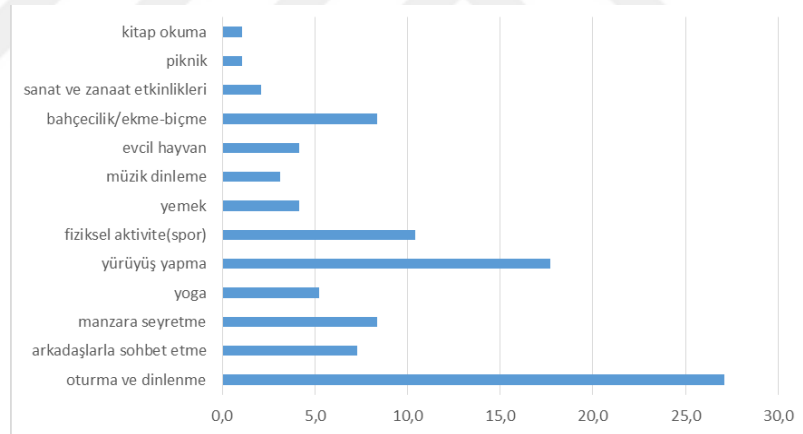
Şekil 4.19. Yaşlı kullanıcıların kokulu süs bitkilerine yönelik tercihleri (Orijinal, 2019)

Su öğesine yer verilen yaşlılar için iyileştirme bahçesinde, su sesinin sakinleştirici ve stresi azaltıcı etkisine destek vermek, kullanıcıların doğa ile daha çok iç içe olması sağlamak, kronik ve psikolojik rahatsızlıkla başa çıkmalarını kolaylaştırmak amacıyla %86,5 oranla kuş evlerine yer verilmesi gerektiği tespit edilmiştir (Şekil 4.20).



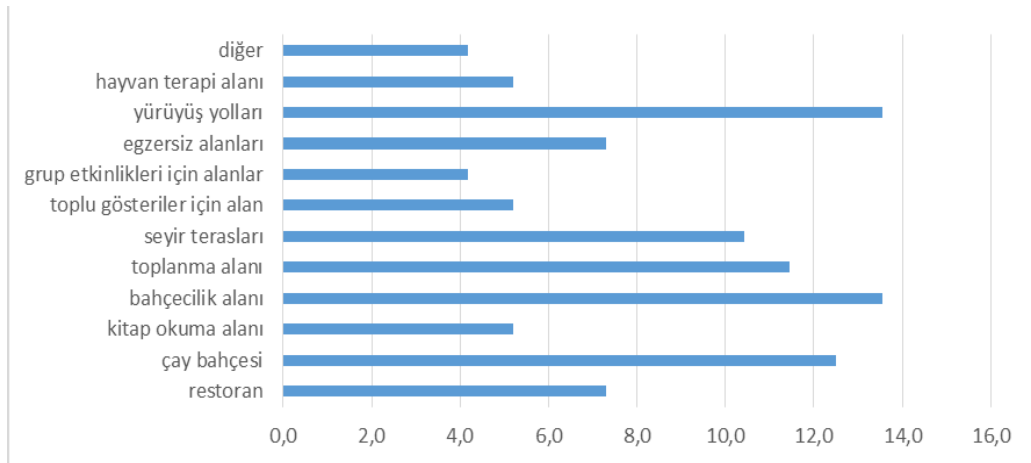
Şekil 4.20. Yaşlı kullanıcıların kuş seslerine yönelik fikirleri (Orijinal, 2019)

Yaşlılar için iyileştirme bahçelerinde olması gereken aktiviteler hakkında anket katılımcılarına yöneltilen soru kapsamında, kullanıcıların yaşları ve fiziksel sorunlarına bağlı olarak oturma dinlenme ve yürüyüş yapma aktivitelerini daha çok tercih etmektedirler (Şekil 4.21).



Şekil 4.21. Yaşlı kullanıcıların bahçe içinde yer alacak etkinlik alanlarına yönelik tercihleri (Orijinal, 2019)

Betonlaşan dünya ile yer yüzünde kalan yeşil alanların bir bir yok edilmesi bilhassa yaşlılar için doğa özlemi meydana getirmektedir. Toprağın vücuttaki negatif enerjiyi alarak psikolojik olarak rahatlamalarına olanak sağlaması, yeşil alanların iyileştirici etkisini kanıtlamaktadır. Yaşlıların bir ağaç gölgesinin altında oturması, kokulu bitkiler arasında yürüyüş yapması, ellerindeki bitkileri kendileri için ayrılan bölmelere dikmesi gibi aktiviteler hem sosyalleşmelerini hem de fiziksel ve psikolojik olarak iyi halde olmalarına olanak sağlamaktadır. Bu gerekçeler doğrultusunda tercih edilen tesisler aşağıda verilmiştir (Şekil 4.22).

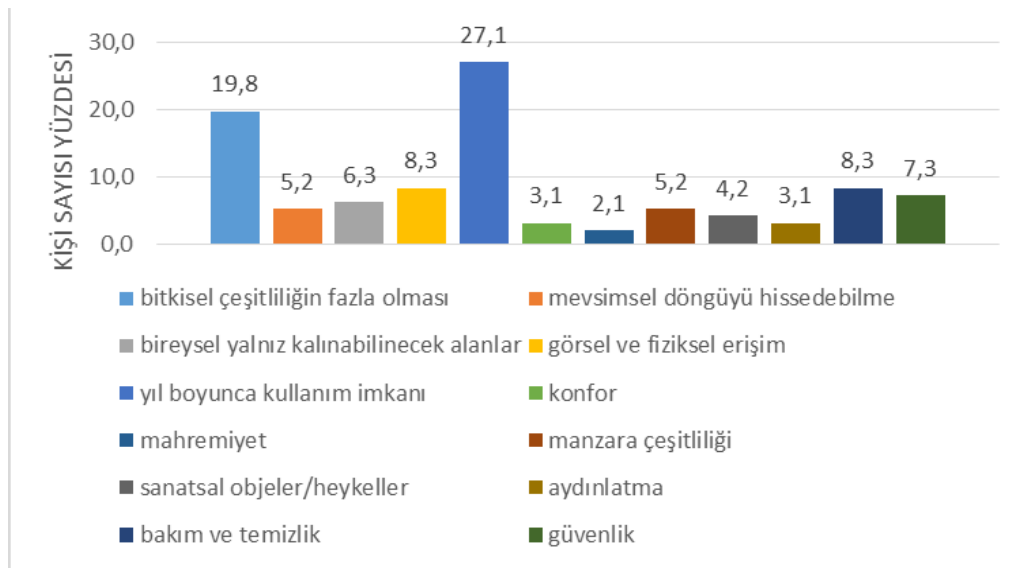


Şekil 4.22. Yaşlı kullanıcıların bahçe içinde yer alacak tesislere yönelik tercihleri (Orijinal, 2019)

Yaşlı kullanıcıların bir iyileştirme bahçesi içerisinde tercih ettikleri özellikler Konya ili Selçuklu ilçesinde tasarlanan yaşlılar için iyileştirme bahçesi projesinin tasarı aşamalarına destek olmuştur.

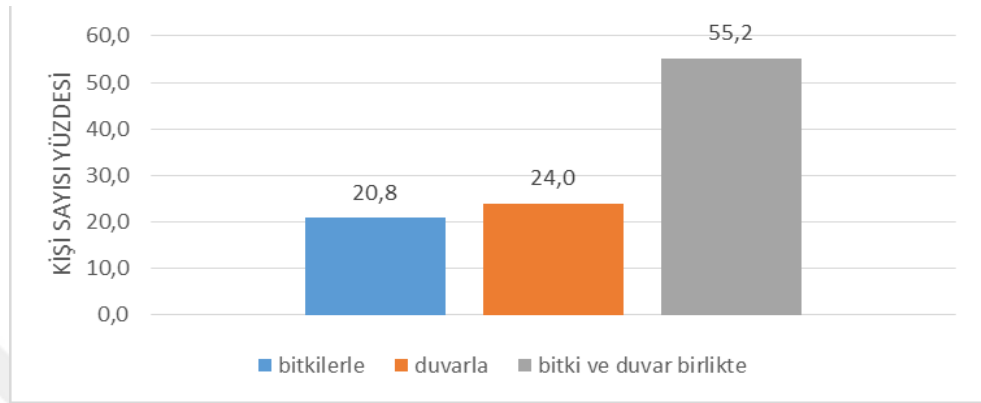
Kullanıcılar tarafından bu özellikler arasında en çok;

- Bitkisel çeşitliliğin fazla olması,
- Yıl boyunca kullanım imkanı,
- Mahremiyet ve konfor tercih edilmiştir. Bu tercihler doğrultusunda tasarım gerçekleştirilmiştir (Şekil 4.23).



Şekil 4.23. Yaşlı kullanıcıların bahçe kullanımına yönelik tercihleri (Orijinal, 2019)

Kullanıcıların yaşları göz önüne alındığında güvenlik korkusu yaşamaktadırlar. Bu korku yüzünden çoğu yaşlı kullanıcı dışarı çıkmak istememektedir. Bu korkunun yenilmesi, yeşil alanların güvenliği ve sınırlaması nasıl olması gerektiği sorulduğunda yaşlıların %55,2'si 'bitki ve duvar birlikte' kullanılmalıdır yanıtını vermektedir. Bu yanıtlar doğrultusunda tüm çalışma alanı duvar ve bitki birlikte sınırlandırılmıştır (Şekil 4.24).



Şekil 4.24. Yaşlı kullanıcıların bahçe sınırlandırma elemanlarına yönelik tercihleri (Orijinal, 2019)

4.2. Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi Tasarım Süreci

Yaşlılar için iyileştirme bahçesi peyzaj tasarım süreci; çevre analizi, program geliştirme, fonksiyon diyagramı, sirkülasyon paftası, konsept planı, avan paftası, aplikasyon paftası (a/b) plantasyon paftası, detay paftası, kesit ve 3 boyutlu modelleme paftası olmak üzere 11 aşamada gerçekleştirilmiştir.

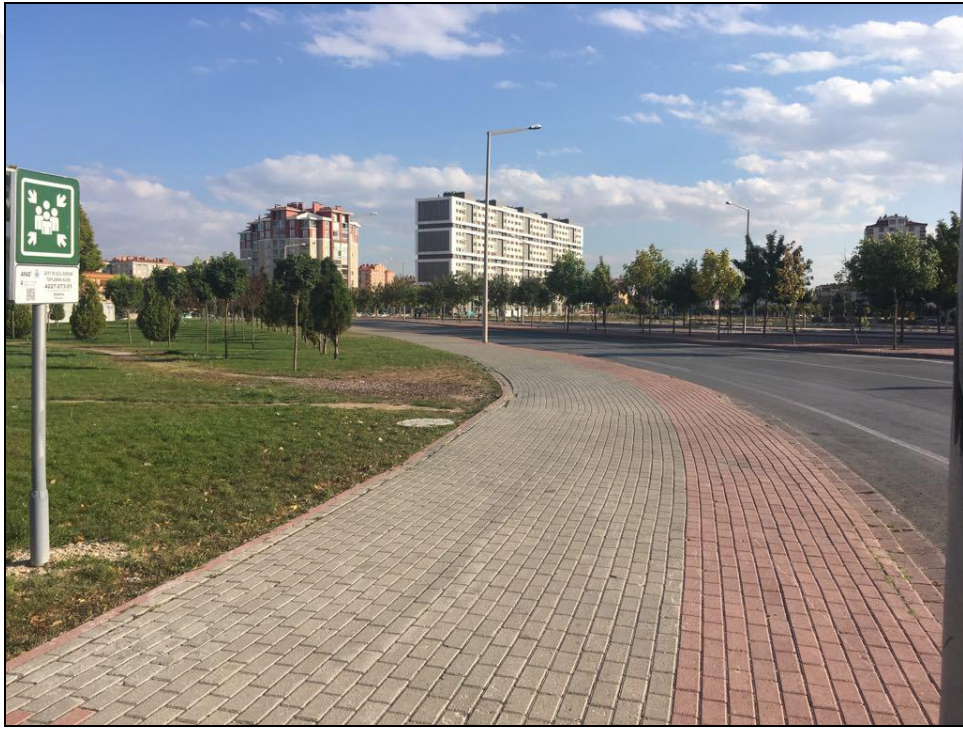
4.2.1. Çevre analizi

Yaşlılar için iyileştirme bahçeleri genel olarak; hastane bahçelerinde, huzur evlerinde, yaşlılara yönelik gündüz bakım evlerinde, parklarda ve rekreasyonel alanlarla başarılı bir şekilde uygulanabilmektedir. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi peyzaj tasarımına başlamadan önce yapılması gereken en önemli süreç çevre analizidir (Şekil 4.29).

Çalışma alanı Konya-Selçuklu ilçesi Yazır Mahallesi Elmalılı Hamdi Hoca Caddesi üzerinde 39.111,3 m² yüz ölçümüne sahiptir. Alanın etrafından yol geçmektedir. Elmalılı Hamdi Hoca Caddesi ve Dr. Sıddık Özmerzifonlu Caddesi alanın sınırından geçen ana caddelerdir. Toplu taşıma araçlarıyla rahatlıkla ulaşımın sağlanacağı dolmuş ve otobüs durakları mevcuttur.

Çalışma alanının etrafında ticaret alanları, toplu konutlar, konutlar, okullar, ibadet yerleri ve yeşil alan bütünlüğünü bozmayacak yeşil bantlar bulunmaktadır. Alan içinde %1 oranda hissedilmeyecek bir eğim bulunmaktadır. Bu eğim projede drenaj eğiminin oluşturulmasında kolaylıklar sağlamıştır.

Alanın kış rüzgâr yönü, Kuzeybatı; yaz rüzgâr yönü, Güneybatı olarak belirlenmiştir. Peyzaj tasarımında ana yollardan gelecek toz ve gürültüleri en aza indirecek çalışmalar yapılmıştır. Elmalılı Hamdi Hoca Caddesi ve Dr. Sıddık Özmerzifonlu Caddesi kesişimi çalışma alanına en çok toz ve gürültü tehdidi oluşturan bölge olarak saptanmıştır (Şekil 4.25). Peyzaj tasarımında gürültü ve toza karşı önlemlerin alınması gerektiği not edilmiştir.



Şekil 4.25. Elmalılı Hamdi Hoca Caddesi ve Dr. Sıddık Özmerzifonlu Caddesi kesişimi (Orijinal, 2019)

Yaya ve araç sirkülasyonunun en yoğun olduğu bölgeler belirlenmiştir. Yaya toplanma merkezleri olarak toplu taşıma araç duraklarına yakın yerler belirtilmiştir (Şekil 4.26).



Şekil 4.26. Çalışma alanı Dr. Sıddık Özmerzifonlu Caddesi üzerindeki otobüs durağı (Orijinal, 2019)

Yaya sirkülasyonunun belirlenmesinde yayaların sıklıkla kullandıkları patikalar ve araç sirkülasyonu için ara sokaklarla birleşim noktaları ön planda tutulmuştur (Şekil 4.27).

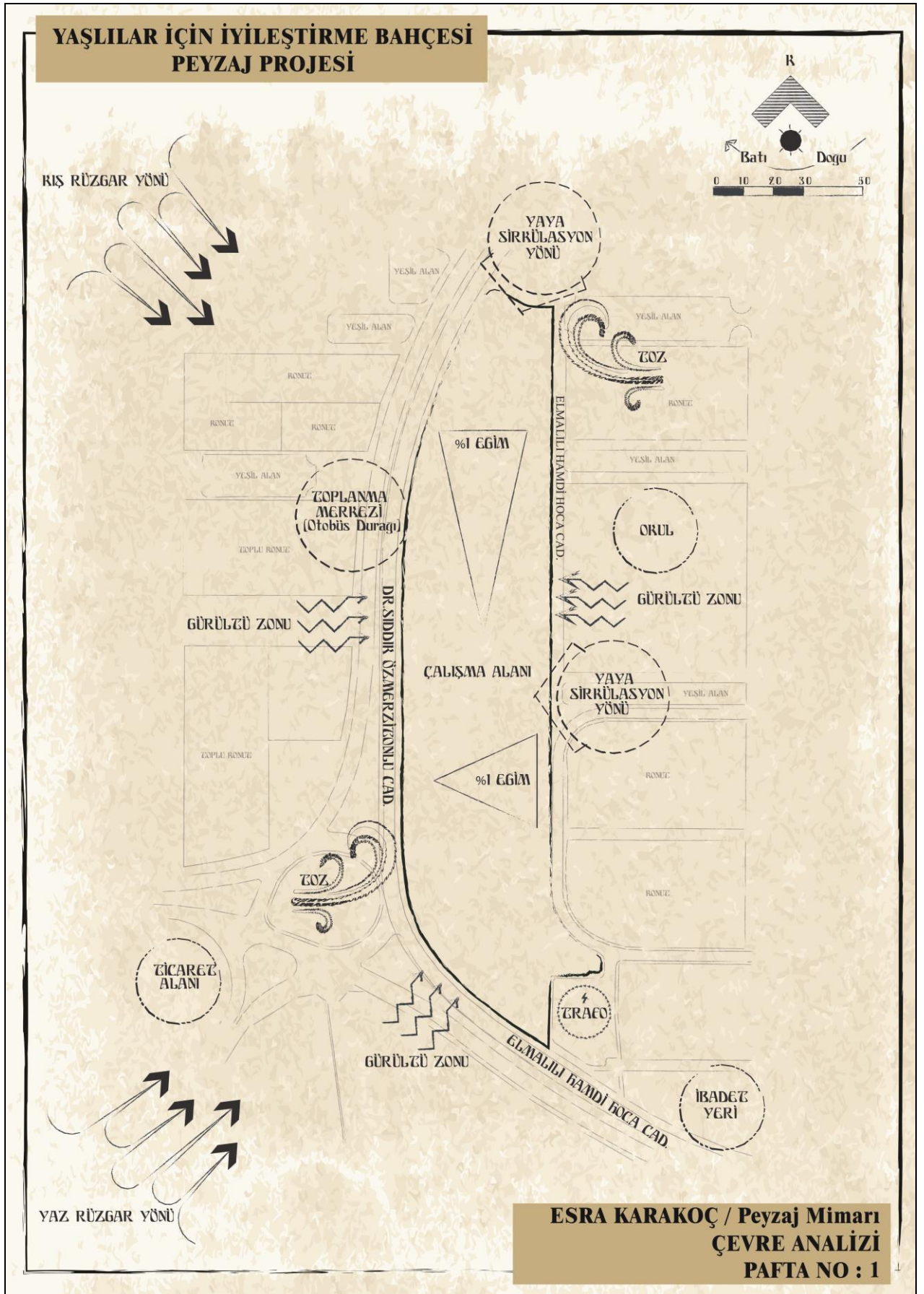


Şekil 4.27. Çalışma alanı içindeki yaya sirkülasyon izleri (Orijinal, 2019)

Mevcut trafo çalışma alanı sınırları içerisinde bulunmamaktadır (Şekil 4.28) fakat alanın durumu göz önünde bulundurulduğunda herhangi olumsuz duruma yol açmaması ve yaşlıların kendilerini güvende hissetmeleri için tasarımda trafonun gizlenmesi için çalışmalar planlanmıştır.



Şekil 4.28. Elektrik trafosu (Orijinal, 2019)



Şekil 4.29. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi çevre analizi paftası (Orijinal, 2019)

4.2.2. Program geliştirme çizelgesi

Çevre analizinden sonra peyzaj tasarımına geçilmeden önce yapılması gereken en önemli aşamayı program geliştirme çizelgesi oluşturmaktadır (Şekil 4.30).

Anket çalışmaları sonucunda;

- Bitkisel çeşitlilik,
- Aktiviteler,
- Bahçenin bakımı ve sakinliği,
- Aydınlatması,
- Rekreasyon alanları,
- Güvenliği

yüksek oranda tercih edilmesi sonucunda tasarımda yer verilmiştir.

Bu aşama sayesinde peyzaj tasarım projesinde kullanılması gereken aktiviteler, tesisler ve mekânların yaklaşık olarak hesaplanan alanları, kullanılacak donatıların adetleri belirtilmiştir. Belirlenen tesislerin alanları, çalışma alanının mevcut m²'si ile olan oranları, anket çalışmaları sonuçları ve literatür çalışmaları ile belirlenmiştir. Ana aksların ve yürüyüş yollarının genişliği hakkında tekerlekli sandalye kullanan kullanıcılar düşünülerek 4 m genişlikte tasarlanmıştır.

Araç ve yaya sirkülasyonuna göre bahçenin otopark ve yaya ana aks alanı hesaplanmıştır. Hesaplanan alanların toplamı belirlenmiş ve mevcut alan m²'sinden çıkartılarak kalan alan m²'si yeşil alan olarak belirlenmiştir.

Yaşlılar için iyileştirme bahçesi özellikleri anket çalışmaları ve literatür araştırmaları sonucunda önem tercihleri belirlenmiş peyzaj tasarımda bu özellikler ön planda tutularak tasarım yapılmıştır.

YAŞILAR İÇİN İYİLEŞTİRME BAHÇESİ PEYZAJ PROJESİ

YAŞILAR İÇİN İYİLEŞTİRME BAHÇESİ PEYZAJ PROJESİ PROGRAM GELİŞTİRME ÇİZELGESİ			
KONTROL LİSTESİ		GEREKİNİMLER	
		ÖLÇÜ	ADET
1.	ARAÇ OTOPARKI VE ARAÇ YOLU	2000 m ²	100 ARAÇLIK
2.	OTURMA ALANLARI	---	---
*	KAMELYA	90 m ²	10
*	PERGOLA	100 m ²	10
*	BANK	44 m ²	60
3.	ANA AKS YOLU	3000 m ²	---
4.	YÜRÜYÜŞ YOLU	9600 m ²	---
5.	BİSİKLETYOLU	9600 m ²	---
6.	BİTKİSEL TERAPİ ALANI	400 m ²	---
7.	İÇ MEKAN AKTİVİTE ALANI	450 m ²	---
8.	MÜZİK AKTİVİTE ALANI	200 m ²	---
9.	SU ÖGESİ	600 m ²	---
10.	EVÇİL HAYVAN TERAPİ ALANI	550 m ²	---
11.	EGZERSİZ ALANLARI	200 m ²	---
12.	AYDINLATMA	---	100
13.	ÇÖP KUTUSU	---	100
14.	KOKU BAHÇESİ	650 m ²	---
15.	GİRİŞ SAÇAKLARI	350 m ²	---
TOPLAM ALAN:		39.111,3 m ²	
YEŞİL ALAN:		29.363,3 m ²	

ÖZELLİKLER		ÖNEM		
		YÜKSEK	ORTA	ZAYIF
1.	MAHREMİYET	---	#	---
2.	REKREASYON	---	#	---
3.	BAKIM	#	---	---
4.	İŞLETME	---	---	#
5.	HOBİ ALANLARI	#	---	---
6.	RENK (AĞAÇLAR/ÇİÇEKLER)	#	---	---
7.	GÜNEŞ	---	#	---
8.	GÖLGE	---	#	---
9.	KOKU BAHÇESİ	---	#	---
10.	GÜVENLİK	#	---	---
11.	OTOPARK	---	#	---
12.	EVÇİL HAYVAN TERAPİ ALANI	#	---	---
13.	SAKİNLİK	#	---	---
14.	MÜZİK TERAPİ ALANI	#	---	---
15.	OTURMA ALANI	#	---	---
16.	KUŞLAR İÇİN YAŞAM ALANI	---	#	---
17.	TRAFİK ETKİSİNİ AZALTMAK	#	---	---
18.	AÇIK YEŞİL ALAN	#	---	---
19.	GÖLGE ELEMANLARI	#	---	---
20.	YÜRÜYÜŞ VE BİSİKLET YOLU	---	#	---
21.	BİTKİSEL TERAPİ ALANI	#	---	---
22.	SU ÖGESİ	---	#	---
23.	EGZERSİZ ALANLARI	---	#	---
24.	AYDINLATMA	---	#	---
25.	ANA AKSLAR	#	---	---

ESRA KARAKOÇ / Peyzaj Mimarı
PROGRAM GELİŞTİRME ÇİZELGESİ
PAFTA NO : 2

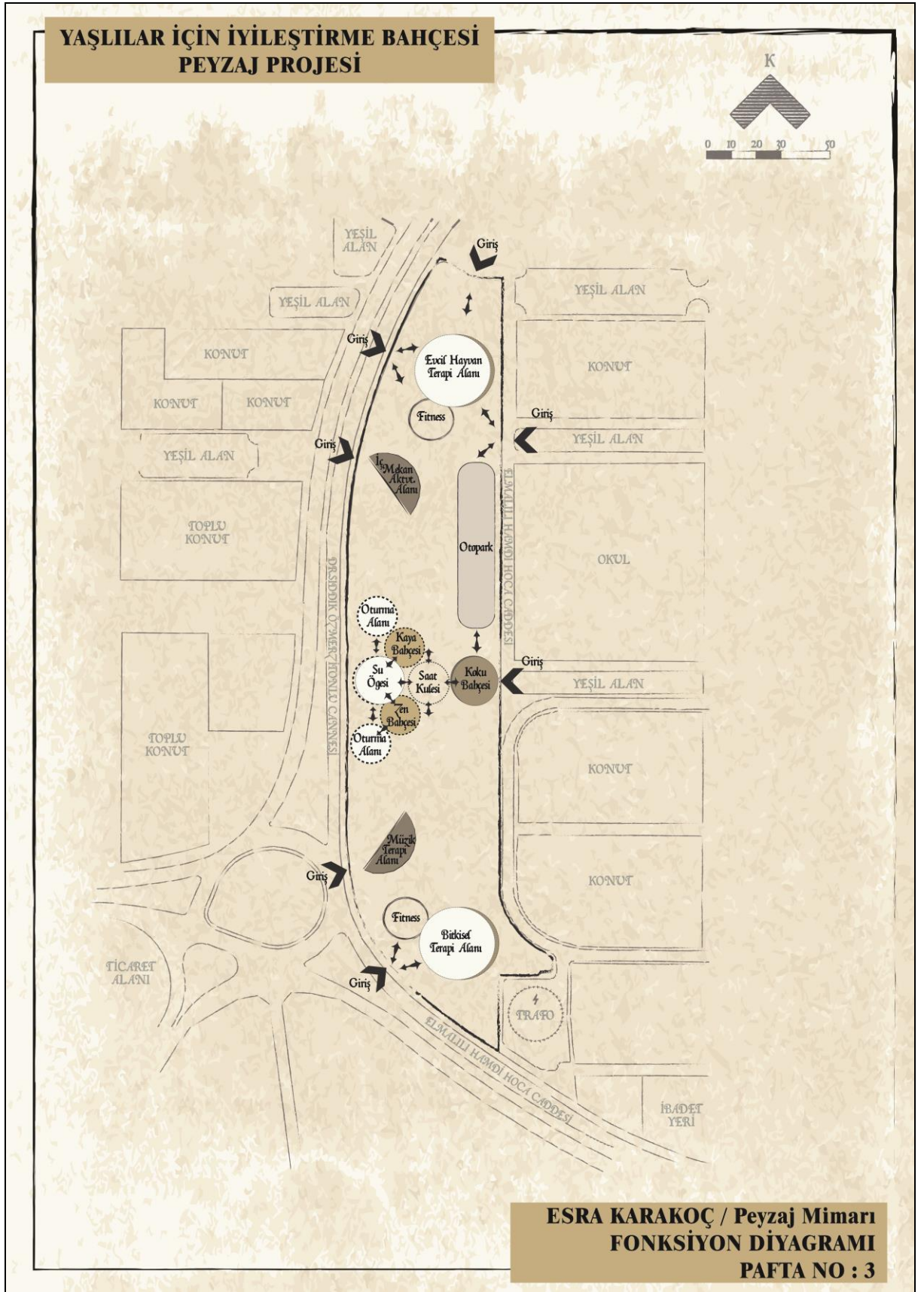
Şekil 4.30. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi program geliştirme çizelgesi (Orijinal, 2019)

4.2.3. Fonksiyon diyagramı

Program geliştirme çizelgesinde ön görülen işlevlerin, çalışma alanı içerisindeki konumları ve birbirleri ile olan ilişkileri fonksiyon diyagramında belirtilmiştir (Şekil 4.31). Çalışma alanına yaya ve araç yolları dikkate alınarak girişler gösterilmiştir. 65 yaş ve üzeri 96 kişi ile yüz yüze yapılan anket çalışması ve literatür araştırmalarına dayanılarak çalışma alanı içerisinde;

- Otopark,
- Oturma alanları,
- Saat kulesi,
- Su ögesi,
- Zen bahçesi,
- Kaya bahçesi,
- Koku bahçesi,
- İç mekân aktivite alanı,
- Hayvan terapi alanı,
- Müzik terapi alanı,
- Bitkisel terapi alanı,
- Egzersiz alanlarına (Fitness) yer verilmiştir.

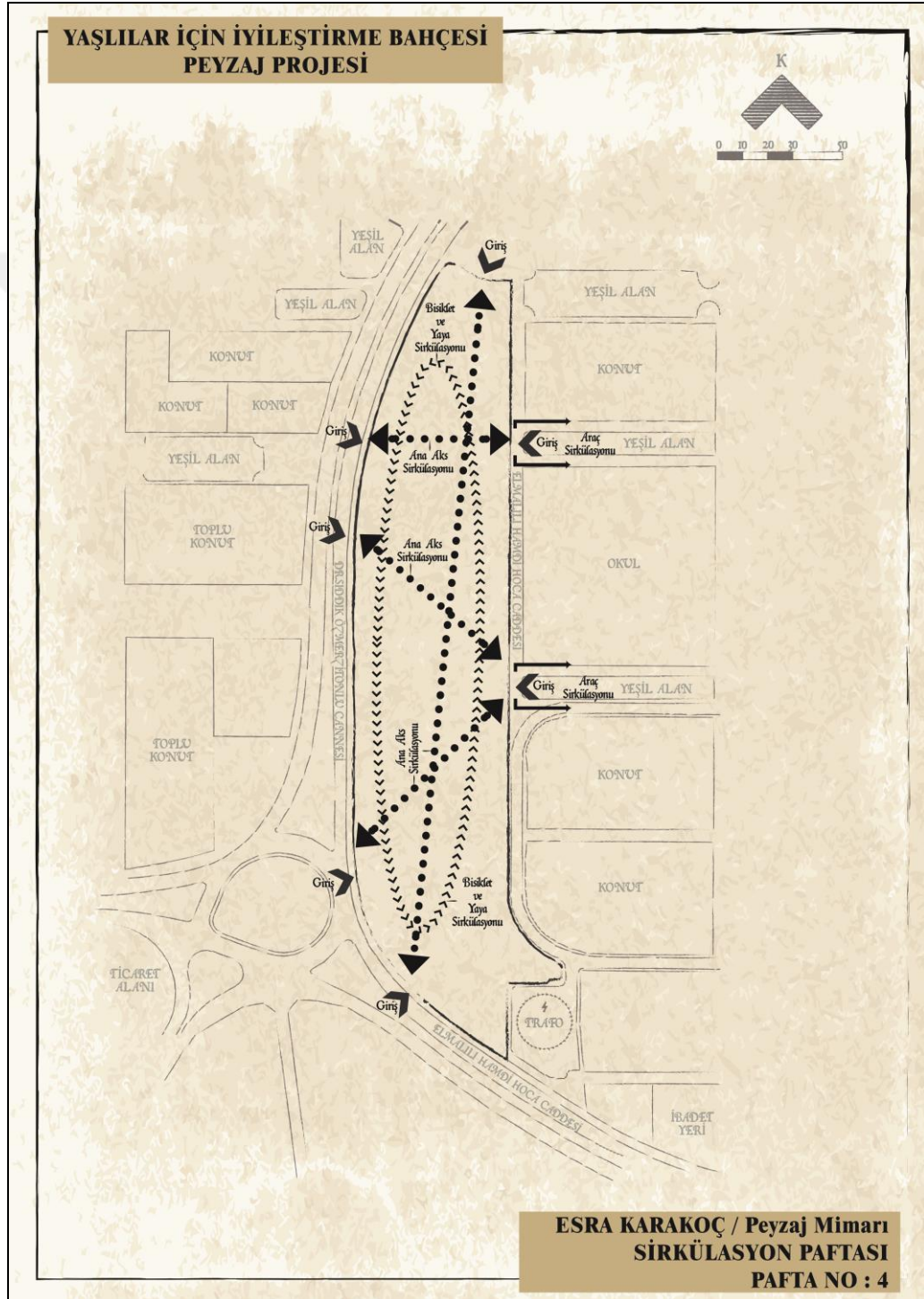
Belirlenen birimlerin kendileri ve diğer birimler arasındaki ilişkileri net bir şekilde gösterilmiştir.



Şekil 4.31. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi fonksiyon diyagramı (Orijinal, 2019)

4.2.4. Sirkülasyon paftası

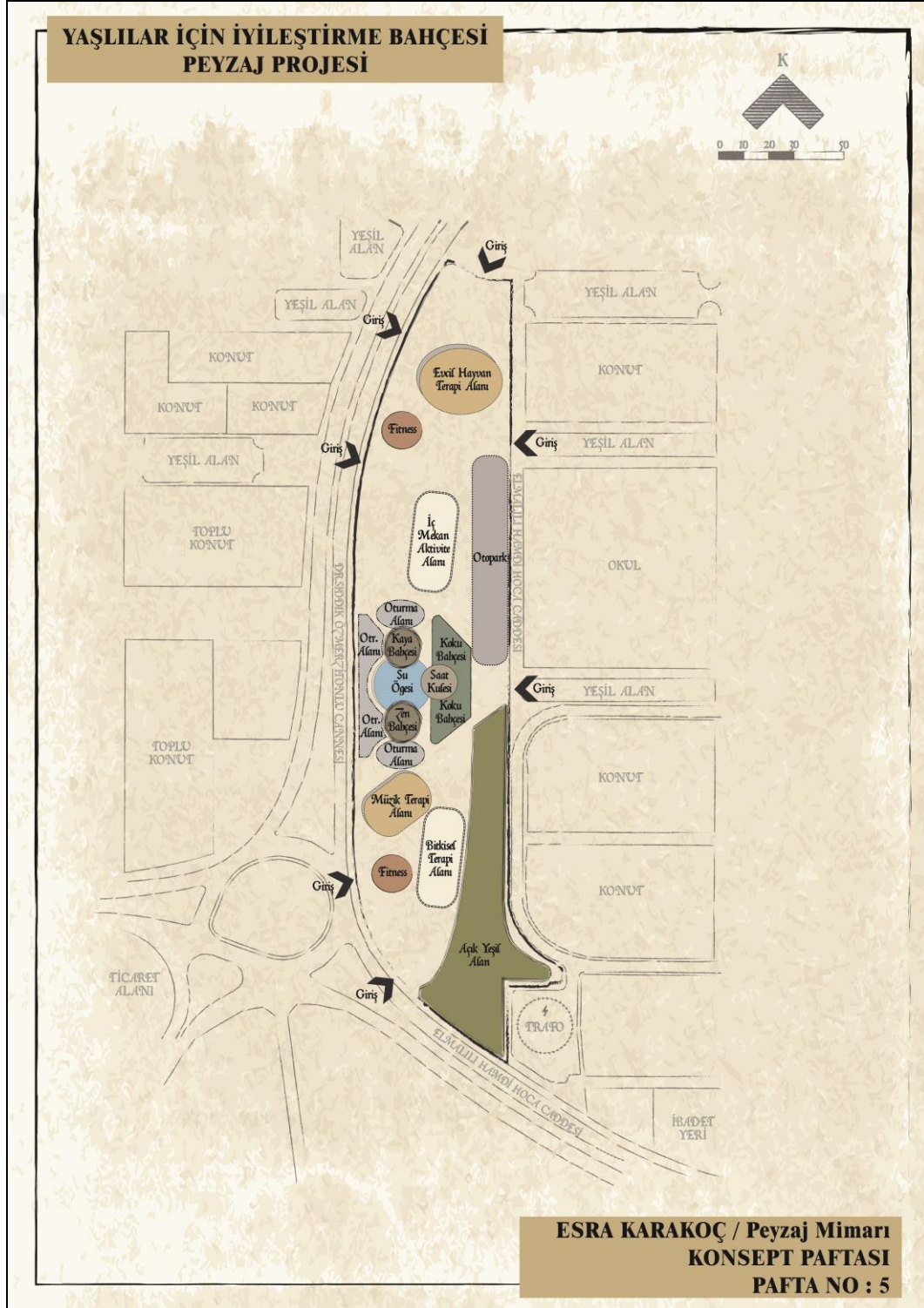
Çevre analizi, anket çalışmaları ve fonksiyon diyagramındaki aktivitelerin yerleri göz önüne alınarak ana aks sirkülasyonu, bisiklet ve yaya yolu sirkülasyonu ve araç yolu sirkülasyonu belirlenmiştir (Şekil 4.32).



Şekil 4.32. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi sirkülasyon paftası (Orijinal, 2019)

4.2.5. Konsept paftası

Fonksiyon diyagramındaki aktiviteler ve tesisler çalışma alanı içerisinde yaklaşık alan m²'lerine uygun olarak lekeler halinde yerleştirilmiştir (Şekil 4.33).



Şekil 4.33. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi konsept paftası (Orijinal, 2019)

4.2.6. Avan paftası

Yaşlılar için iyileştirme bahçesi avan paftası 1/200 ölçekte çizilmiştir ve EK-2’de verilmiştir. Avan paftası kapsamında;

- Meydan,
- Yürüyüş ve bisiklet yolu,
- Ana aks yolları,
- Kuşatma ve güvenlik,
- Bitkisel terapi alanları,
- Müzik terapi alanı,
- Evcil hayvan terapi alanı,
- Kaya bahçesi
- Zen bahçesi,
- Yapay gölet,
- İç mekân aktivite alanı,
- Oturma/Dinlenme alanı,
- Koku bahçesi,
- Egzersiz alanları,
- Giriş takları,
- Otopark,
- Açık yeşil alan kullanılmıştır.

Meydan: Yaşlılar için iyileştirme bahçesinin tam merkezinde diğer tesislere ve aktivitelere kolaylıkla ulaşabilmek amacıyla 154 m² alan üzerine yerleştirilmiş meydan ‘Yaşlı insanların yön ve mekânı tanımlayabilmeleri için odak noktalar oluşturulmalıdır’ ilkesinden yola çıkılarak tasarlanmıştır. Kullanıcıların zaman farkındalığı yaratmak için merkezine saat kulesi yerleştirilmiştir. Meydan etrafına 4 adet pergola ve altında banklara yer verilmiştir (Şekil 4.54).



Şekil 4.34. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi meydanı (Orijinal, 2019)

Yürüyüş ve Bisiklet Yolu: İyileştirme bahçesi içerisindeki ana aks yollarının düz olmasından dolayı monotonluk oluşmaktadır. ‘Yürüme yolları tasarlanırken, belirli kriterlere dikkat edilmesi gerekmektedir. Sonu olan şeyler, yaşlı insanlara ölümü hatırlattığından dolayı, yollar bir döngü gibi devam edecek şekilde tasarlanmalıdır’ ilkesinden yola çıkılarak bir döngü halinde 1,2 m yürüyüş yolu ve 1,2 m bisiklet yolu tasarlanmıştır (Şekil 4.35).



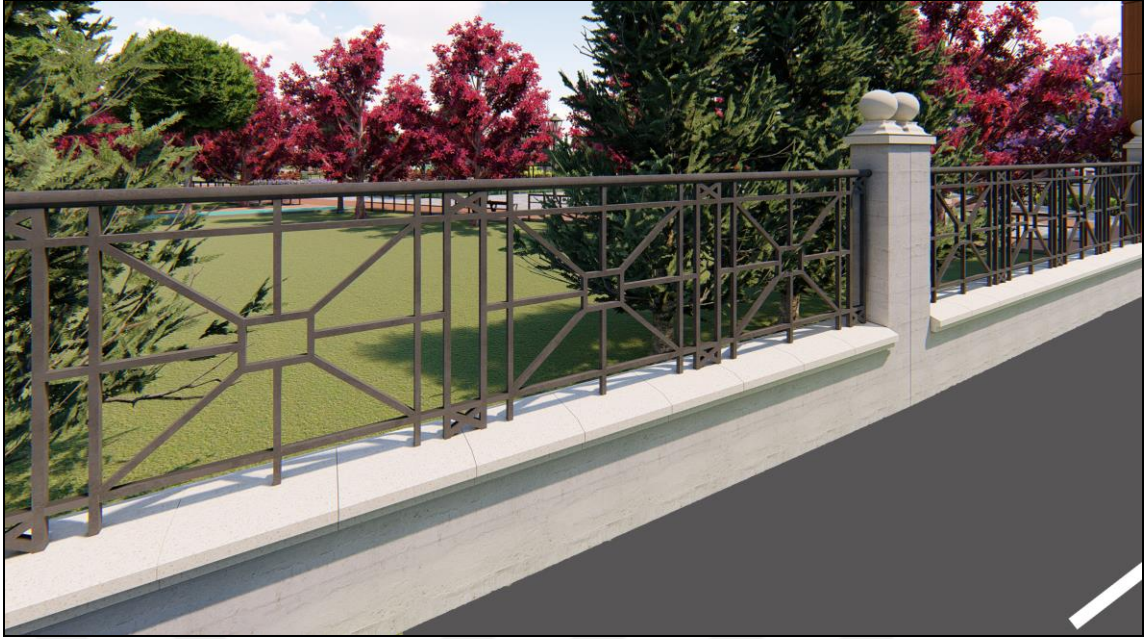
Şekil 4.35. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi yürüyüş ve bisiklet yolu (Orijinal, 2019)

Ana Aks Yolları: Bahçe içerisindeki ana aksların ‘İyi tanımlanmış yürüme yolları ile algılanması kolay bir düzen yaratılmalıdır. Yaşlı kişiler için gerekli yönlendirmelerin yapılması ve yürüme yolları genişliğinin tekerlekli sandalye kullanımı için uygun olması önemlidir’ ilkesinden yola çıkılarak tekerlekli sandalyeli kullanıcıların rahatlıkla hareket edebilmeleri için 2 m dökme kauçuk zeminle ve 2 m andezit döşeme ile oluşturulmuştur (Şekil 4.36). Ayrıca baston veya koltuk değneği kullanan yürüme zorluğu çeken kullanıcılara destek vermek amacıyla kauçuk yolların kenarlarına tırabzanlar yerleştirilmiştir.



Şekil 4.36. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi ana aks yolu ve tırabzanlar (Oriijinal, 2019)

Kuşatma ve güvenlik: İyileştirme bahçelerinin etrafı ‘Açık alanlarda güneş ve rüzgârın rahatsız etkisine karşı, tente, kamelya, pergola gibi gölge elemanlarına ve bitkisel perdeleme ile rüzgârın sert etkisi azaltılmalıdır’ ilkesine dayalı 40 cm yükseklikte duvar ve 1 m yükseklikte ferforje olarak yapılan duvardan sonra bitkisel perdeleme uygulanmıştır. Yaşlıların kendilerini daha güvende hissetmeleri için mahremiyet sağlanmıştır (Şekil 4.37).



Şekil 4.37. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi kuşatma elemanı (Orijinal, 2019)

Bitkisel Terapi Alanları: Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde ‘Alan içerisinde yaşlıların rahatlıkla ulaşabilecekleri bir alana bahçecilik/ekme-biçme ortamları oluşturulmalıdır’ ilkesinden yola çıkılarak 312 m² alan üzerine içerisinde 60 cm yükseklikte olacak şekilde inşa edilmiş ekim yerleri, 136 m²’lik sera ve 40 m²’lik depoya yer verilmiştir (Şekil 4.38).



Şekil 4.38. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi bitkisel terapi alanı (Orijinal, 2019)

Müzik Terapi Alanı: Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde kullanıcıların kişisel tercihleri ile ruhsal rahatlamalarını sağlayacak müziklerin kullanılacağı 100 m² alan üzerine oluşturulmuştur (Şekil 4.39).



Şekil 4.39. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi müzik terapi alanı (Orijinal, 2019)

Evcil Hayvan Terapi Alanı: ‘Hayvan Destekli Tedavi (HDT), Animal-Assisted Therapy (AAT), Pet Therapy, kronik bir hastalığı olup, uzun süre hastane tedavisine ihtiyaç duyan hastaların rehabilitasyon ve tedavilerini kolaylaştırmak için kullanılan, önemli yararları sahip bir müdahale programıdır’ ilkesinden yola çıkılarak kullanıcıların evcil hayvanlarıyla vakit geçirmeleri, oyun ve yemek yemelerini sağlamak amacıyla 250 m² alan üzerine, kedi ve köpek bölümleri ayrı bir şekilde yerleştirilmiştir. Etrafı duvar ve yol üzeri kısmı panel çit ile çevrilmiştir (Şekil 4.40).



Şekil 4.40. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi evcil hayvan terapi alanı (Orijinal, 2019)

Kaya Bahçesi: İyileştirme bahçesi içerisindeki su ögesinin ve oturma alanlarının merkezinde 132 m² alan üzerine yaşlıların kendilerini doğa ile iç içe hissetmeleri için içerisinde kuş evleri ve kuş havuzunun bulunduğu kaya bahçesi oluşturulmuştur (Şekil 4.41; Şekil 4.42).



Şekil 4.41. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi kaya bahçesi (Orijinal, 2019)



Şekil 4.42. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi kaya bahçesi içerisine yerleştirilmiş kuş evleri ve kuş havuzu (Orijinal, 2019)

Zen Bahçesi: Japon kültürüne göre zen bahçeleri, ruhun ve bedenin dinlenip huzur bulması için bireylerin kendine döndüğü önemli merkezler haline gelmiştir. Kaya bahçesinin tam simetrisinde su ögesi ve oturma alanlarının merkezinde Japon kültürüne dayalı 132 m² alan üzerine zen bahçesi tasarlanmıştır. Zen bahçesinde çakıllar okyanusları ve kayalar ise dağları simgelemektedir (Şekil 4.43).



Şekil 4.43. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi zen bahçesi (Orijinal, 2019)

Yapay Gölet: ‘Alan içerisinde su ögesi mutlaka konumlandırılmalıdır. Suyun dinlendirici ve sakinleştirici etkisine destek olarak kuş evlerine de yer verilmelidir’ ilkesinden yola çıkılarak 455 m²'lik yapay gölet oturma alanı merkezine yaşlıların dinlenmeleri ve sakinleşmelerini sağlamak amacıyla yerleştirilmiştir (Şekil 4.44).



Şekil 4.44. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi yapay gölet (Orijinal, 2019)

İç Mekân Aktivite Alanı: Yaşlılar için ‘fiziksel, zihinsel, sosyal ve serbest zaman etkinlikleri yapan bireyler de bilişsel durumu üzerine olumlu etkisi bulunmuştur. Sosyalleşmeleri için mekânlar yaratılmalıdır’ ilkesine dayalı 390 m²'lik alan üzerinde zihinsel aktivitelerini geliştirmek, sosyalleşmek ve serbest zaman geçirmek amacıyla oluşturulmuştur (Şekil 4.45). Dış ve iç mekân olarak tasarlanan mekân içerisinde tavla, okey, masa satrancı ve zemin satrancı bulunmaktadır. Dış mekânda konumlandırılan masaların üzerine taşınabilir gölge sistemleri yerleştirilmiştir. Alan etrafına konumlandırılan banklarla mekân oturma birimleri açısından zenginleştirilmiştir.



Şekil 4.45. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi iç mekân aktivite alanı (Orijinal, 2019)

Oturma/Dinlenme Alanı: Anket çalışmaları ve literatür araştırmaları sonucunda ‘Ayrıca sandalye ve masaların renginin zemin malzemesinden farklı olması yaşlı kişiler tarafından daha rahat algılanmalarını sağlayacaktır’ ilkesine dayanarak oturma birimleri yerleştirilmiştir. Anket çalışmaları sonucuna göre ahşap birimler kullanılmıştır. Yaşlıların fiziksel durumları düşünülerek 10 m aralıklı dökme kauçuk üzerine ortasında destek elemanı bulunan banklar yerleştirilmiştir (Şekil 4.46, Şekil 4.47, Şekil 4.48).



Şekil 4.46. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi bank (Orijinal, 2019)

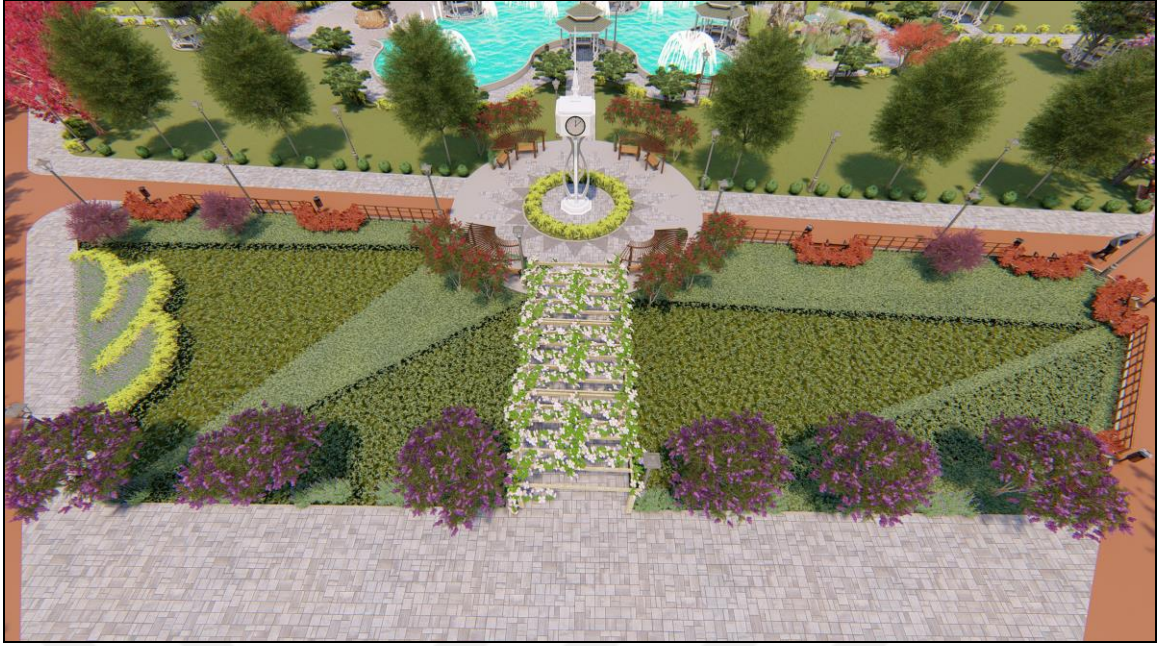


Şekil 4.47. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi kamelya (Orijinal, 2019)



Şekil 4.48. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi pergola ve bank (Orijinal, 2019)

Koku Bahçesi: İyileştirme bahçeleri şifa bahçeleriyle eş değerde tutulmaktadır. Şifa bahçelerinin içinde şifalı bitkilere yer verilmiştir. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi projesi tasarımı içerisinde kokulu çalı, çiçek, ağaç ve yer örtücülerden oluşturulan 520 m²'lik koku bahçesi tasarlanmıştır (Şekil 4.49). Bahçe içerisindeki bitkiler plantasyon projesi bölümünde açıklanmıştır.



Şekil 4.49. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi koku bahçesi (Orijinal, 2019)

Egzersiz Alanları: ‘Yaşlıların kuvvetini artıracak, eklem ve kas kırışlerini koruyacak, eklem bağlarını daha esnek yapacak, akciğerlerin kapasitesini artıracak, kalbin çalışmasını kolaylaştıracak, damarların elastikiyetini ve kuvvetini artıracak, yani tüm organ sistemlerinin çalışmasına yardımcı olacak, ruhen, zihnen ve sosyal yönlerden sağlıklı ve güçlü kalmak için egzersiz yapılmalıdır. Yaşlılara önerilen ideal fiziksel aktivite yürümedir. Yürüme en yaygın ve uygulanması kolay dayanıklılık aktivitesidir. Bahçe içerisinde egzersiz alanlarına, yürüyüş ve bisiklet yollarına yer verilmelidir’ ilkesinden yola çıkılarak yaşlılar için iyileştirme bahçesinde iki adet fitness alanına yer verilmiştir (Şekil 4.50). Fitness alanları etrafından yürüyüş yolu ring yaparak yürüyüş aktivitesiyle ilişkisi sağlanmıştır. Zemin döşeme özellikleri aplikasyon projesi (a)’nde gösterilmiştir.



Şekil 4.50. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi fitness alanı (Orijinal, 2019)

Giriş Takları: Yaşlılar için iyileştirme bahçesi yedi adet girişten oluşmaktadır. Bütün girişler 'giriş tak'ları ile belirtilmiştir. İyileştirme bahçesine taklar haricinde giriş bulunmamaktadır (Şekil 4.51).



Şekil 4.51. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi giriş takı (Orijinal, 2019)

Otopark: 186 m² lik zemin üzerinde 8 araçlık engelli otoparkı ve 82 araçlık normal araç otoparkı yer almaktadır (Şekil 4.52). Otoparka 2 giriş bulunmaktadır. Otoparktan iyileştirme bahçesine 1.2 m'lik yollar ile bağlantı sağlanmıştır.

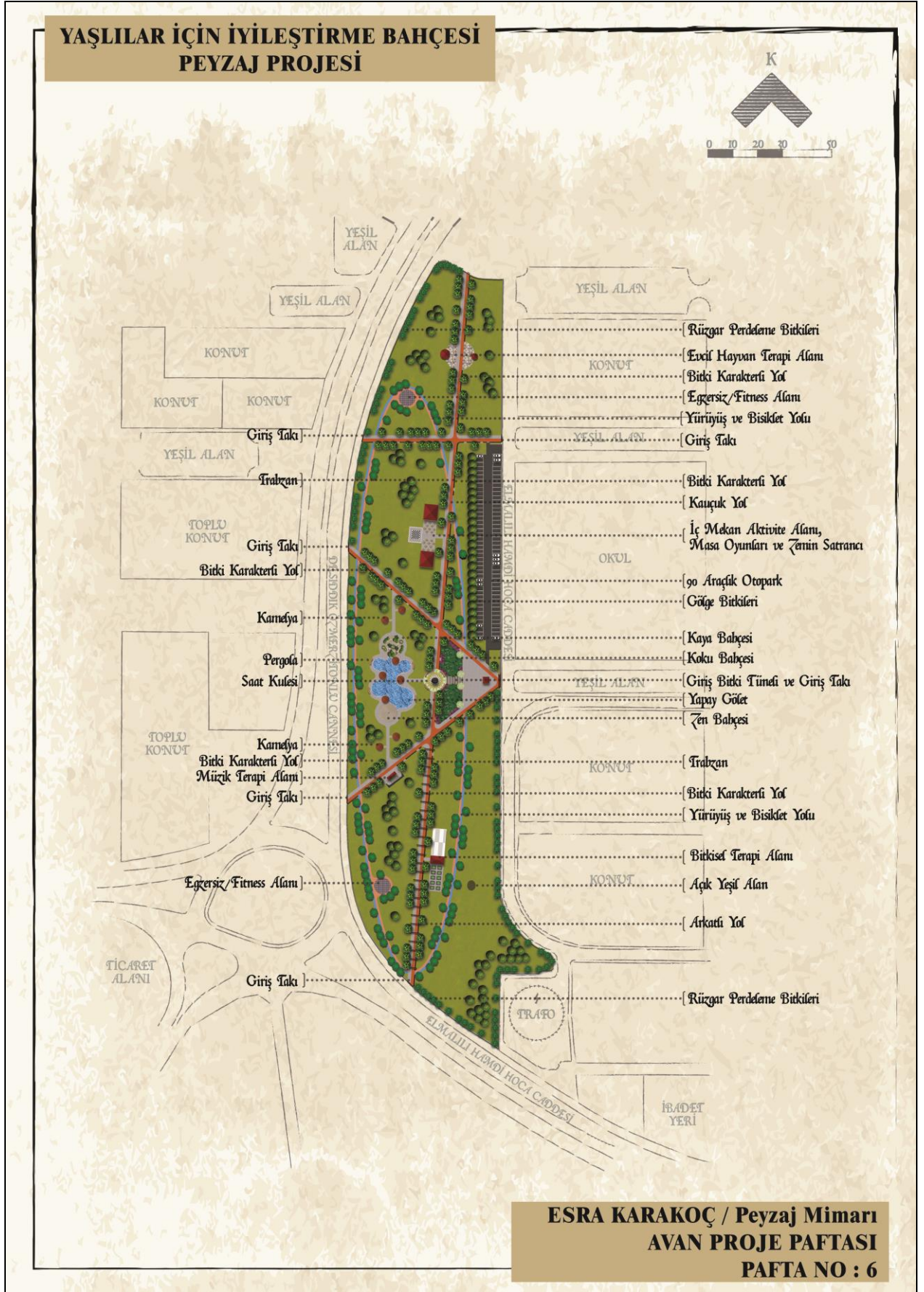


Şekil 4.52. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi 90 araçlık otopark (Orijinal, 2019)

Açık Yeşil Alan: ‘Açık hava aktivitelerine olanak sağlayacak mekanlar tasarlanmalıdır’ ilkesi doğrultusunda 6.450 m²'lik açık yeşil alan bırakılmıştır (Şekil 4.52).



Şekil 4.53. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi açık yeşil alan (Orijinal, 2019)



Şekil 4.54. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi avan proje paftası (Orijinal, 2019)

4.2.7. Aplikasyon paftası

Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde kullanılan bütün materyaller ve ölçüler ayrıntılı 1/100 ölçekte işlenmiştir (Şekil 4.55; Şekil 4.56).

Ana aksların 2 m 'lik bölümünde 4x40x60 cm ölçülerinde andezit döşeme, 10x15x50 cm ölçülerinde andezit bordür ve 2 m'lik diğer kısmında ise yaşlı kullanıcıların rahatlıkla hareket edebilmesi için dökme kauçuk zemin kullanılmıştır. Yaşlıların sık sık dinlenme ihtiyaçlarından dolayı 10 m aralıklarla banklar ve çöp kutuları yerleştirilmiştir.

Meydan kısmında renkli kilit taşlar ile projedeki şekil oluşturulmuştur. Alan içerisinde fitness alanları etrafında ring oluşturan yürüyüş yolunda turuncu renk suni çim ve yürüyüş yolunun yanında konumlandırılan bisiklet yolunda mavi renk beton boyası kullanılmış, üzerine beyaz beton boyası ile bisiklet sembolleri çizilmiştir. Fitness alanları 4x40x40 cm'lik bordo-yeşil karo kauçuk ile kaplanmıştır. Yaşlılara özel olarak üretilmiş egzersiz aletleri yerleştirilmiştir.

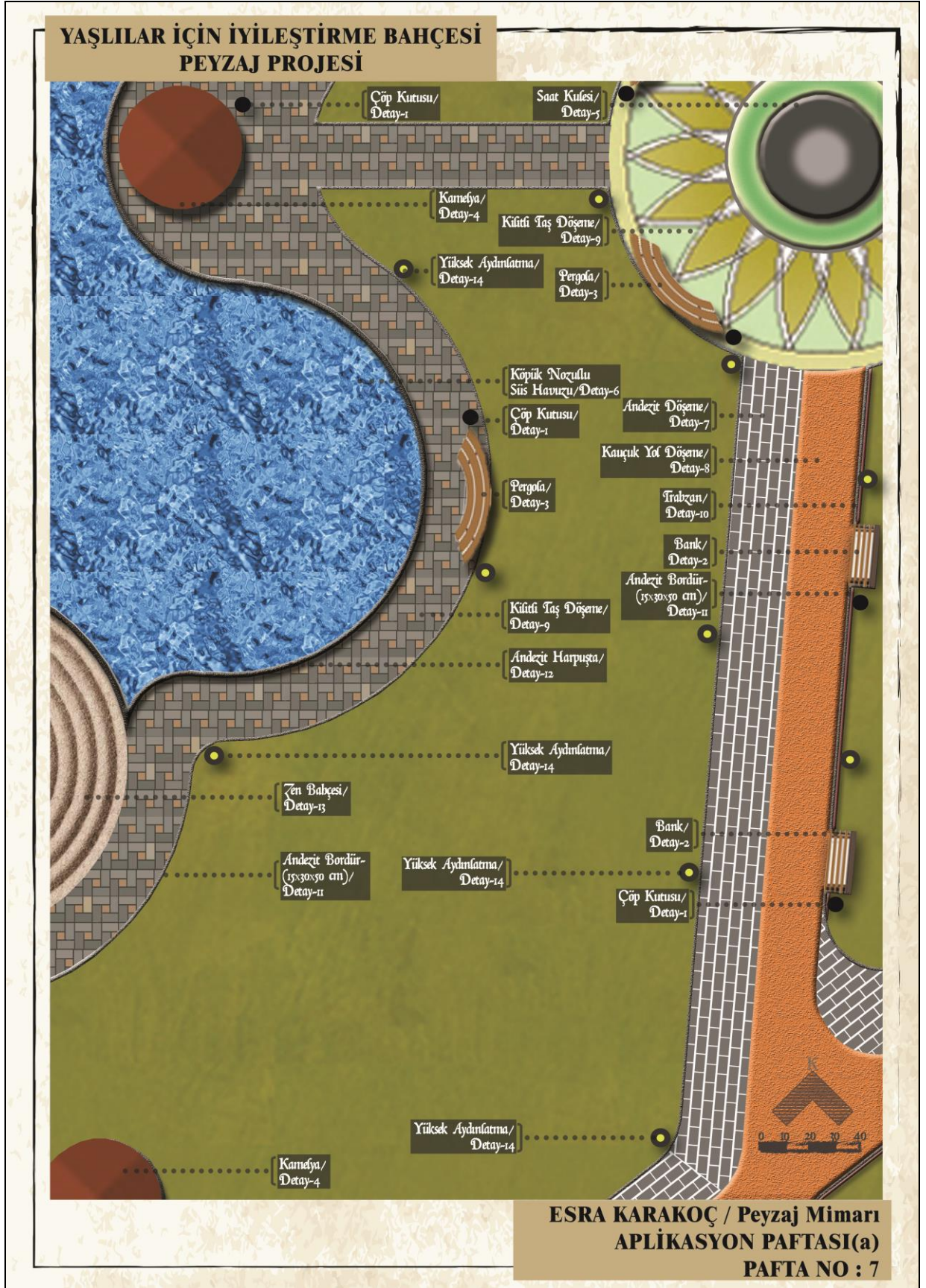
Aydınlatma direkleri 10 aralıklarla alan içinde homojen olarak dağıtılmıştır. Doğal göl etrafında 4 adet pergola, 8 adet kamelya ve zemin döşemesi için baskı beton kaplama kullanılmıştır.

İç mekân aktivite alanında terasları baskı betonla, zemin satrancı ise cs25 beton üzerine sap atılarak 60x60 cm'lik siyah-beyaz kareler çizilerek oluşturulmuştur. Teras üzerinde yerleştirilen oyun masalarının üzeri taşınabilir tente ile kapatılmıştır. Mekânda masa ve sandalye haricinde 8 adet banka yer verilmiştir.

Hayvan terapi alanı baskı betonla oluşturulmuş, içerisinde hayvanlar için birer adet kulübe, mama alanları ve oyun alanları mevcuttur. Müzik terapi alanı; özel günlerde kullanılmak üzere piyanodan esinlenerek bazalt ve andezit plak taşlarla kaplanmış bir sahne bulunmaktadır. Sahne ekranı ve 3 basamaklı amfi ile sahne alanı tamamlanmıştır. Kullanıcıların zevklerine göre istediklerini bulabilecekleri bir müzik arşivi oluşturulmuştur.

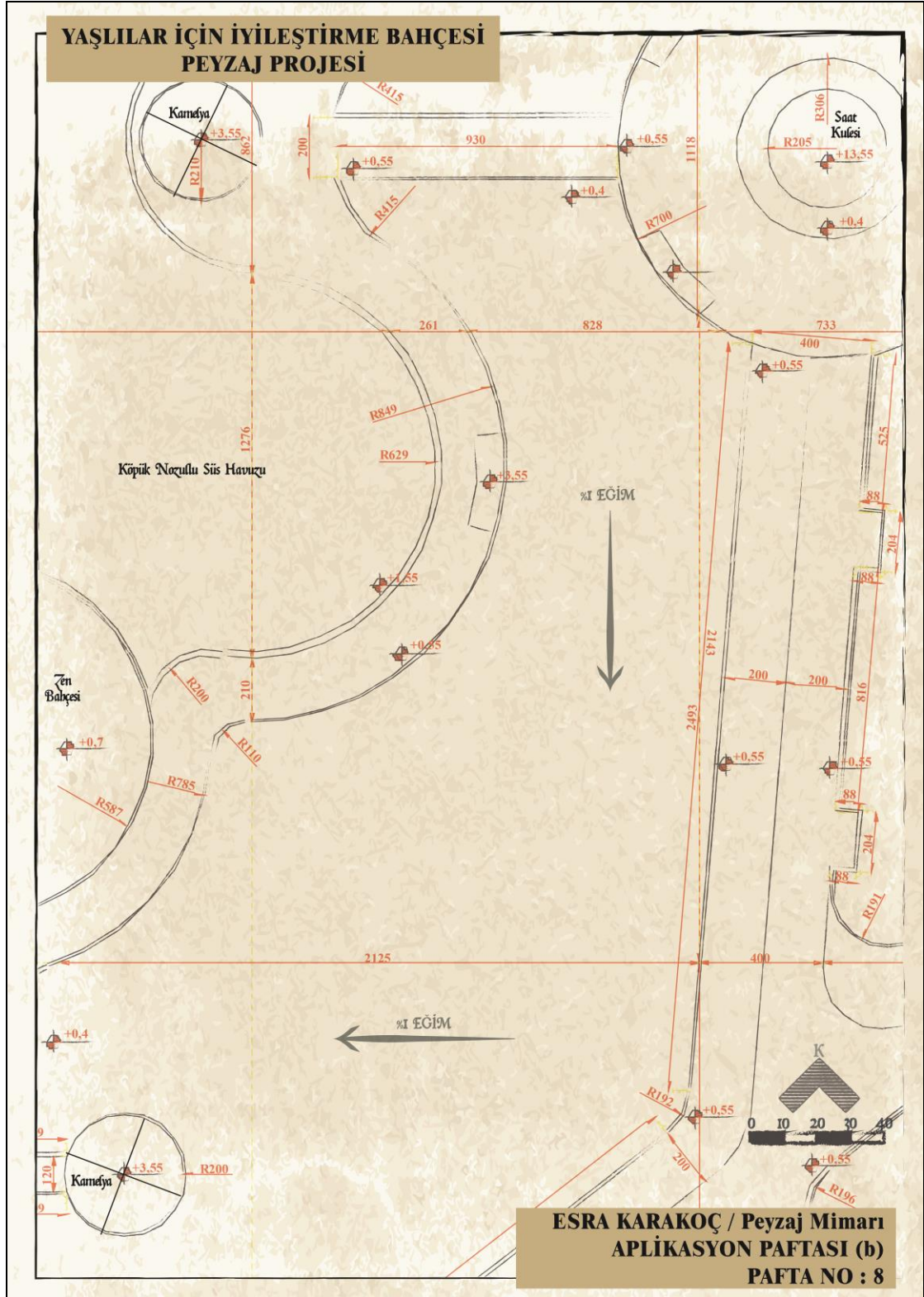
Bitki terapi alanı; 60 cm yükseklikte oturarak ekme-dikim yapabilecekleri alanlar bulunmaktadır. Dikim alanlarında ihtiyaç duyulan malzemeleri koymak için bir adet depo ve mevsim şartlarına göre iç mekânda dikim yapılması için bir adet sera bulunmaktadır. Zeminde hava şartlarından etkilenmemesi için emprenye işlemi görmüş ahşap latalar yer almaktadır.

90 araçlık otopark alanında asfalt döşeme kullanılmıştır.



Şekil 4.55. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi aplikasyon paftası (a) (Orijinal, 2019)

Belirlenen referans çizgileri doğrultusunda projenin tüm ölçüleri verilmiştir. Çalışma alanı içerisindeki %1'lik eğim drenaj eğimi olarak kullanılmış ve yeşil alan üzerinde eğim gösterilmiştir.

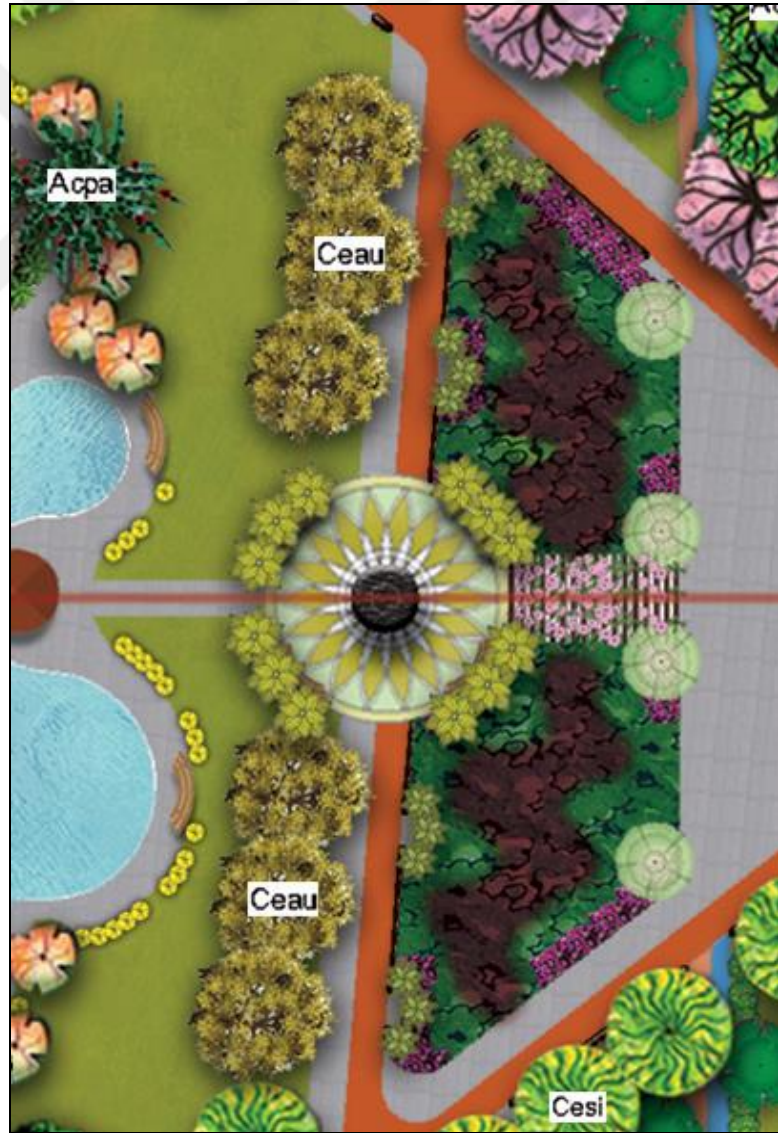


Şekil 4.56. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi aplikasyon paftası (b) (Orijinal, 2019)

4.2.8. Plantasyon paftası

Yaşlılar için iyileştirme bahçesi peyzaj projesi içerisindeki aktivite ve mekânlarda kullanılan bitkiler 1/100 ölçekte çizilmiştir ve aşağıda başlıklar halinde açıklanmıştır. Örnek plantasyon paftası EK-3'te verilmiştir (Şekil 4.73).

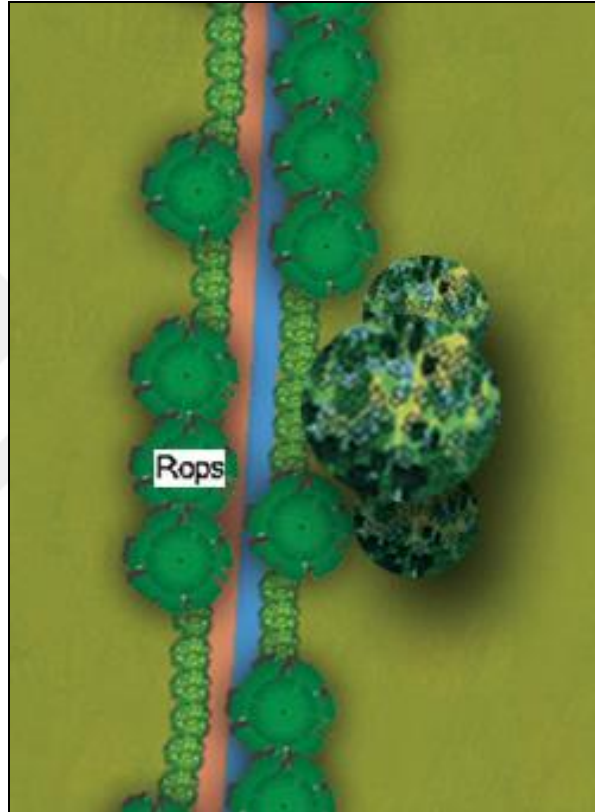
Meydan: Alan etrafı mevsimsel döngünün hissedilebilmesi için Alev Çalısı (*Photinia fraseri Redrobin*) grupları ile çevrilmiştir. Saat kulesi çevrenmesi için Taflan Çalısı (*Euonymus japonicus 'variegata'*) kullanılmıştır. Meydanda kullanılan pergolalar, kokusu yaşlı kullanıcıların stresten uzaklaşmasına destek vermek amacıyla Hanımeli Sarmaşığı (*Lonicera caprifolium*) ile sarılmıştır (Şekil 4.57).



Şekil 4.57. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi meydan bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

Yürüyüş ve Bisiklet Yolu: Top Akasya (Robinia pseudoacacia) ile alle ağaçlandırma uygulanmıştır. Her ada bölümünde farklı çalı gruplarına yer verilmiştir (Şekil 4.58);

- Şimşir (*Buxus sempervirens*),
- Kırmızı yapraklı kadıntuzluğu (*Berberis Thunberg. Atrop.*),
- Pembe çiçekli gaura (*Gaura lindheimeri Rosea*),
- Kızılcık (*Cornus mas*),
- Yaban gülü (*Rosa canina*)

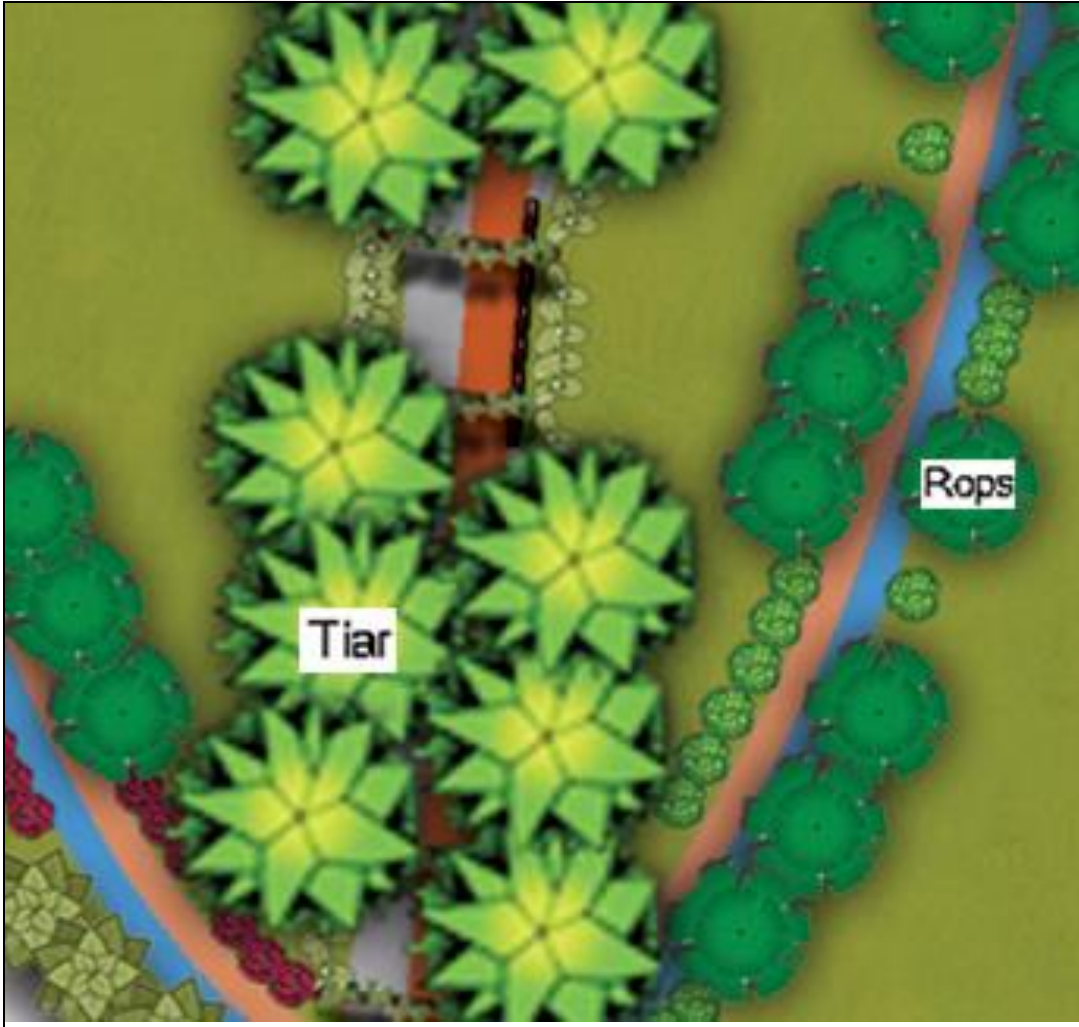


Şekil 4.58. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi yürüyüş be bisiklet yolu bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

*Ana Aks Yolları: Çalışma alanını adalara bölen ana akslarda yaşlı kullanıcıların mekan tanımlaması için karakteristik özellik ve renklere sahip büyük ağaçlar olarak Sivri Meyveli Dişbudak (*Fraxinus angustifolia*), Süs Eriği (*Prunus cerasifera var. 'Piss. Nigra'*), Süs Elması (*Malus floribunda*), Aşılı Süs Kirazı (*Prunus serrulata 'Kanzan'*), Pembe Çiçekli Erguvan (*Cercis siliquastrum*) ve Gümüşü Ihlamur (*Tilia argentea*) ağaçları ile alle uygulaması yapılmıştır (Şekil 4.58). Ihlamurlu yolda yapısal materyal olarak kullanılan arkatlarda Kaya Sarmaşığı (*Hedera helix*) ve Amerikan Sarmaşığı (*Parthenocissus quinquefolia*) kullanılmış ve mekân tanımlaması yapılması için mekana özellik katılmıştır (Şekil 4.59; Şekil 4.60).*

Her karakteristik özelliğe sahip büyük ağaçların altında çalı gruplarına yer verilmiş ve bitkisel çeşitlik sağlanmıştır. Ana aks yollardaki alle ağaçlandırmaların altında kullanılan çalı grupları ise;

- Çalı Hanımeli (*Lonicera pileata*),
- Süs Fındığı (*Corylus avellana* 'Concorta'),
- Papatya (*Matricaria chamomilla*),
- Lavantin (*Santolina chamaecyparissus*),
- Yeşil Taflan (*Euonymus japonicus*),
- Yıldız Çalısı (*Pittosporum tobira*),
- Kartopu (*Viburnum lantana*),
- İnci çalısı (*Symphoricarpos albus*),
- Filbahri (*Philadelphus coronarius*)'dir.

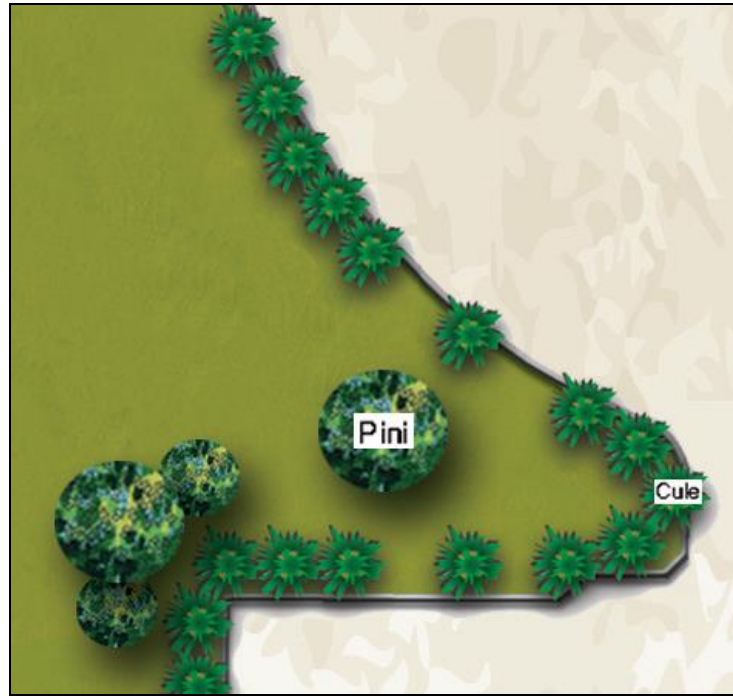


Şekil 4.59. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi ana aks bitkilendirme örneği (Orijinal, 2019)



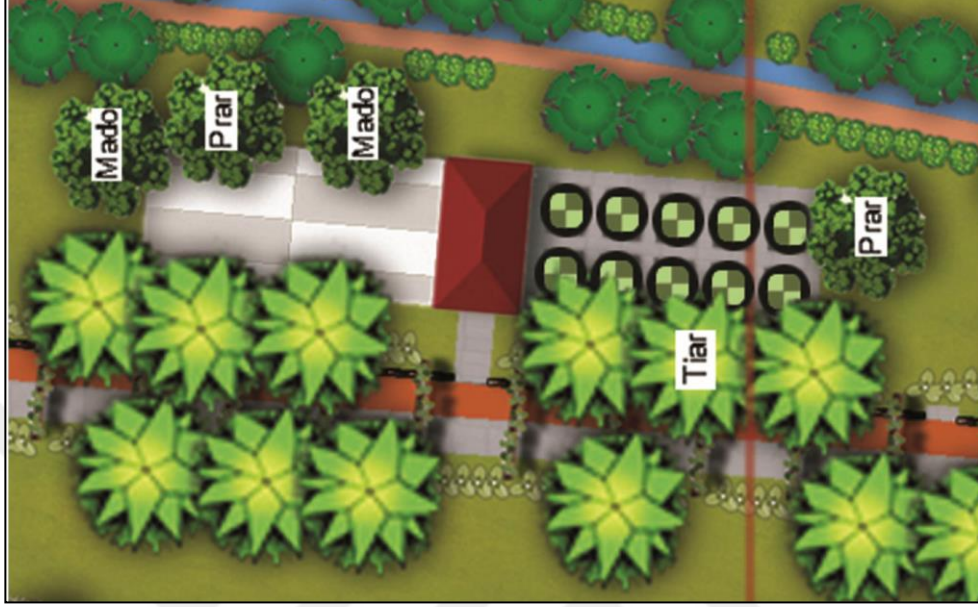
Şekil 4.60. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi arkatlı yol (Orijinal, 2019)

Kuşatma ve güvenlik: Yaşlılar için iyileştirme bahçesi çevresinde rüzgâr, toz ve gürültü perdelemesi yapılması ve mahremiyet sağlanması için Melez Servi (*Cupressocyparis leylandii*), Mavi Servi (*Cupressus arizonica*) ve Piramit Mazı (*Thuja orientalis Pyramidalis*) sınır duvarları etrafında kullanılmıştır (Şekil 4.61).



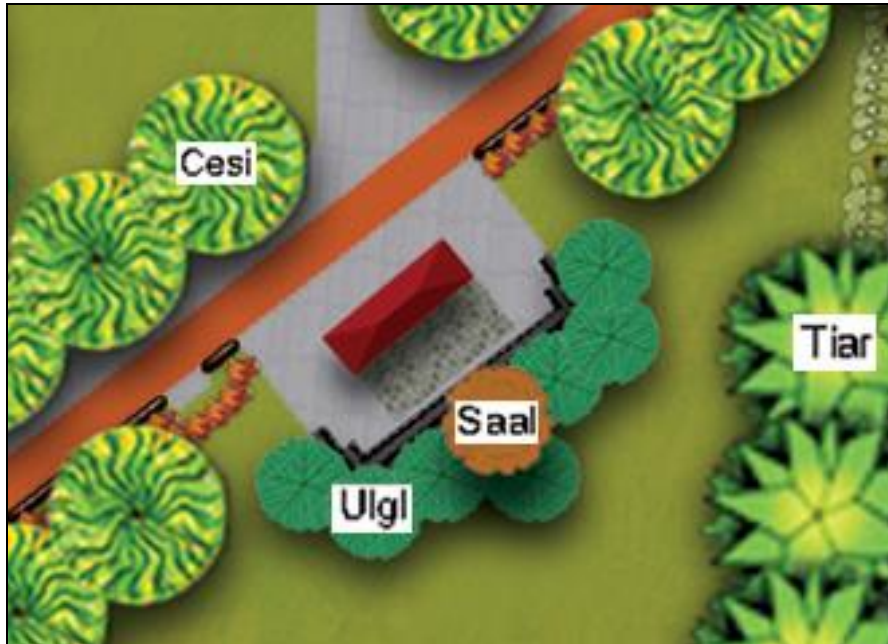
Şekil 4.61. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi etrafı kuşatma olarak melez servinin kullanım örneği (Orijinal, 2019)

Bitkisel Terapi Alanları: Yaşlıların ekme-biçme aktivitesini gerçekleştirdikleri mekân olduğu için Elma (*Malus domestica*) ve Kayısı (*Prunus armeniaca*) Meyve Ağaçları kullanılmıştır (Şekil 4.62).



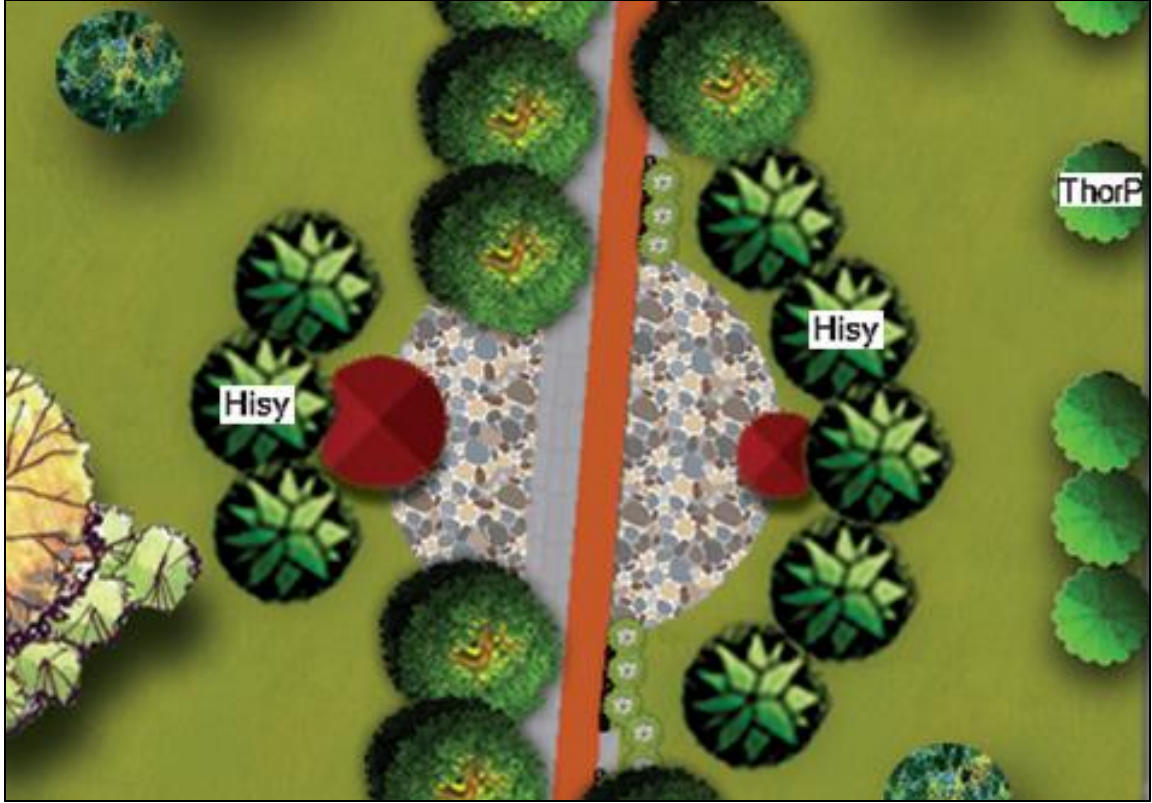
Şekil 4.62. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi bitkisel terapi alanı bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

Müzik Terapi Alanı: Amfi arkasında gölge vermek amacı ile Aksögüt (*Salix alba*) ve Karaağaç (*Ulmus glabra*) kullanılmıştır (Şekil 4.63).



Şekil 4.63. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi müzik terapi alanı bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

Evcil Hayvan Terapi Alanı: Birçok evcil hayvan bir arada bulunduğu için koku meydana gelebilmektedir. Bu kokunun kullanıcıları rahatsız etmemesi için alanın etrafında hoş kokuya sahip Ağaç Hatmi (*Hibiscus syriacus*) gruplar halinde yerleştirilmiştir (Şekil 4.64).



Şekil 4.64. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi evcil hayvan bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

Kaya Bahçesi: Alan içerisinde Japon Akçaağacı (*Acer palmatum*), Avize Çiçeği (*Yucca filamentosa*), Pampas Otu (*Cortaderia selloana*) ve Ilgın (*Tamarix tertandra*) bitkileri kayalarla homojen bir şekilde kullanılmıştır. Alan etrafındaki yollarına yerleştirilmiş Ters Dut (*Morus nigra Pendula*) ve Alacalı Taflanlarla (*Euonymus Japonicus 'variegata'*) birlikte oturma birimlerini kullanan kullanıcılara manzara çeşitliliği ve görsel estetik değer kazandırılması amaçlanmıştır (Şekil 4.65).



Şekil 4.65. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi kaya bahçesi bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

Yapay Gölet: Alanın etrafındaki yollarda oturma birimlerine manzara çeşitliği ve doğal bir görüntü sağlanması amacıyla kaya bahçesi başlığında da bahsedildiği gibi Ters Dut (*Morus nigra Pendula*) ve Alacalı Taflan (*Euonymus Japonicus 'variegata'*) kullanılmıştır (Şekil 4.66).



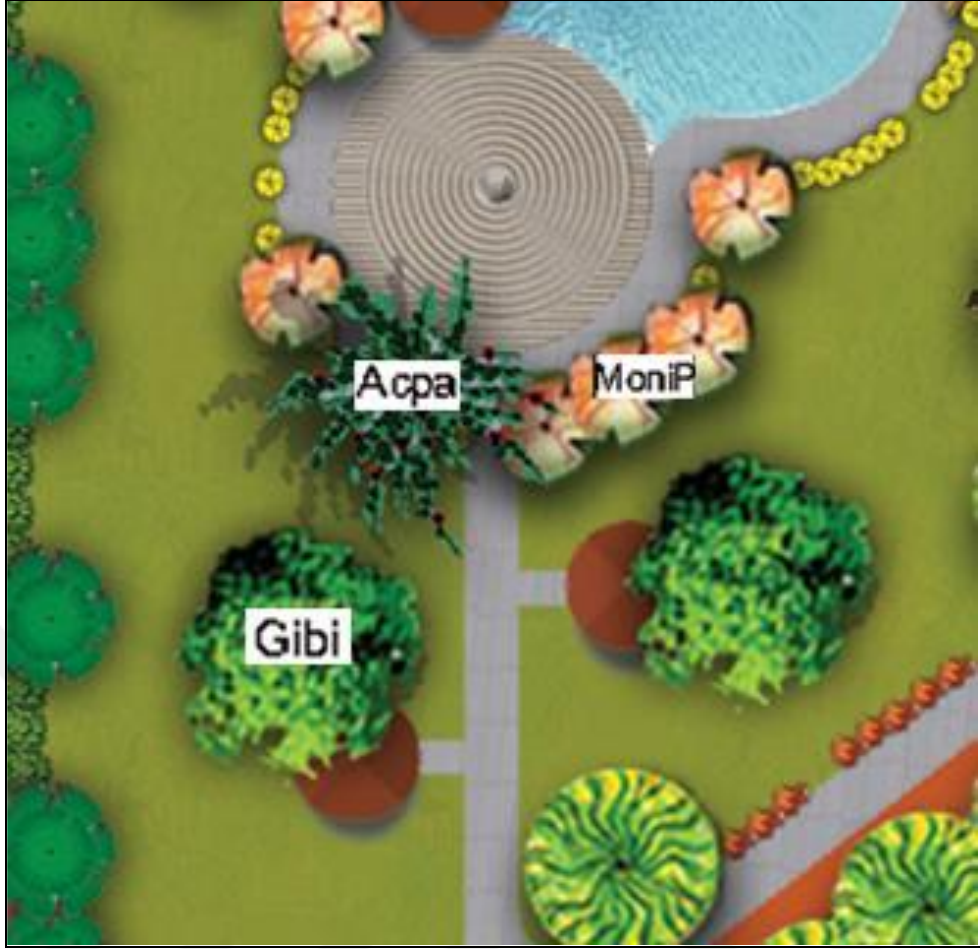
Şekil 4.66. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi yapay gölet bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

İç Mekân Aktivite Alanı: Yaşlı kullanıcıların yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde çoğunlukla vakit geçirebilecekleri alan olarak tanımlanmıştır. Bitkilendirmesinde mahremiyet sağlamak amacıyla zemin satrancı etrafında Sarı Melez Servi (*Cupressocyparis goldrider*), arkasında ve binaların yanlarında hoş kokusu vermesi için Süs İğdesi (*Hiphophae salicifolia*) ile Oya Ağacı (*Lagerstroemia indica*), anıt ağaç olarak ise Aşılı Kırmızı Yapraklı Akçaağaç (*Acer platanoides 'Crimson King'*) kullanılmıştır (Şekil 4.67).



Şekil 4.67. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi iç mekân aktivite alanı bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

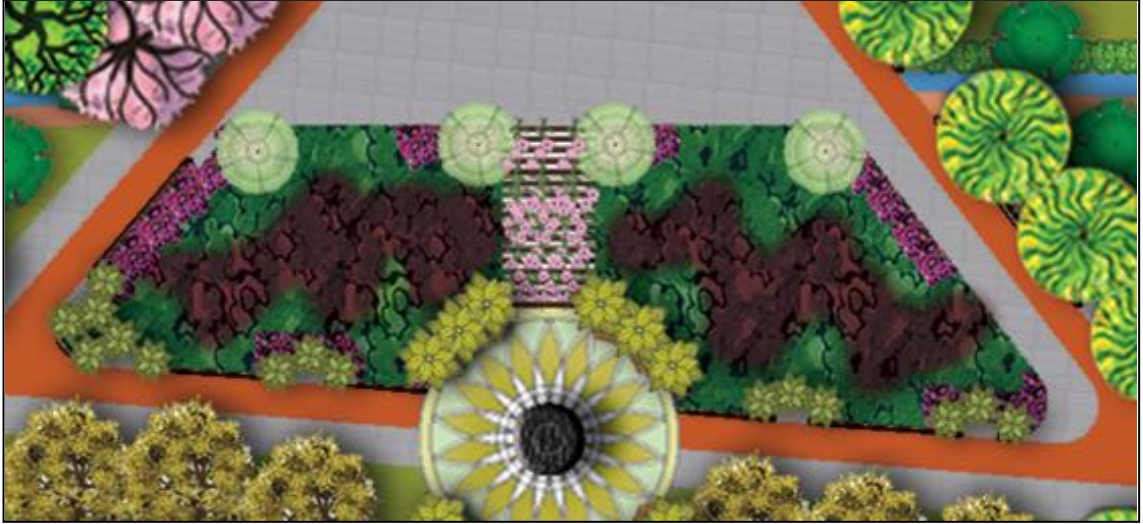
Oturma/Dinlenme Alanı: Alan içerisinde kullanılan banklar, kamelyalar ve pergolalar oturma birimi olarak tanımlanmaktadır. Banklar yaşlı kullanıcıların dinlenmesi için daha önce bahsedildiği gibi 10 m aralıklarla gölge alanlar yaratmak amacıyla alle ağaçlandırmalar altına yerleştirilmiştir. Alanı tanımlayabilmek için Mabet Ağacı (*Ginko biloba*) her kamelya yanında ve pergolalarda Hanımeli Sarmaşığı kullanılmıştır (Şekil 4.68).



Şekil 4.68. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi kamelya yanı mabet ağacı (Orijinal, 2019)

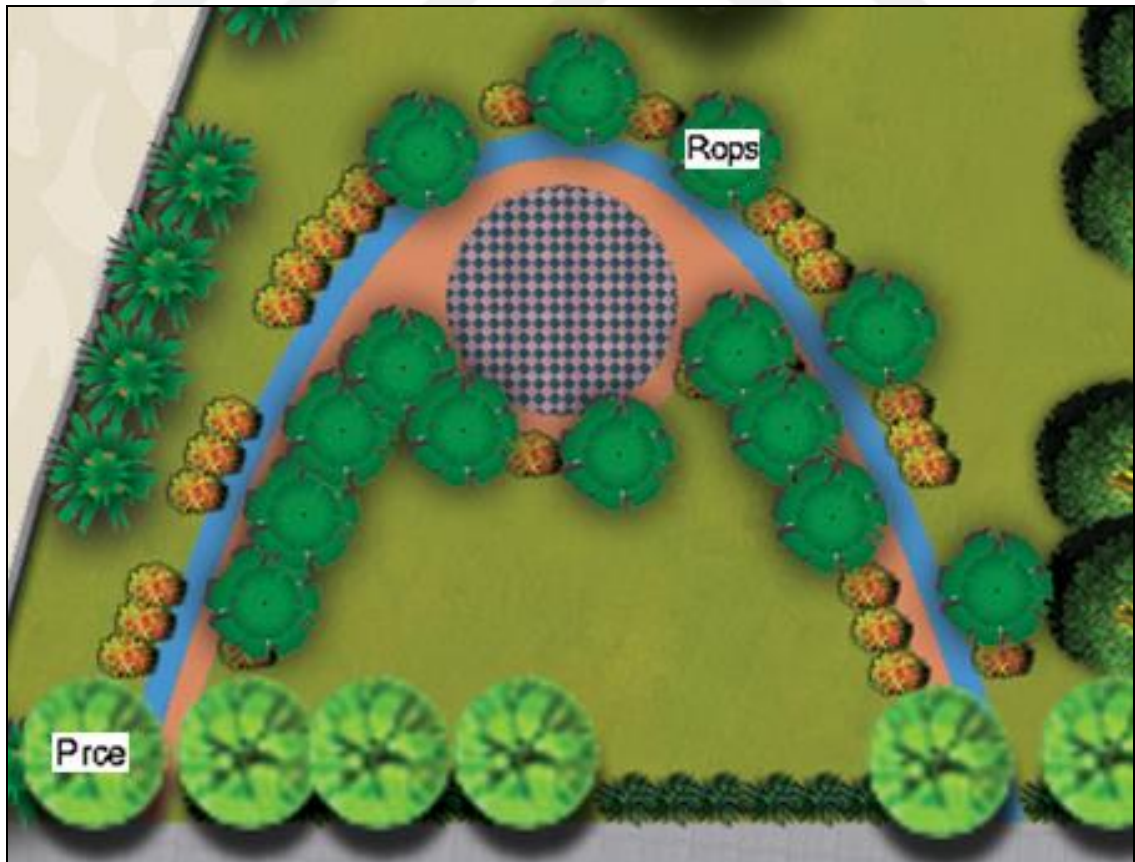
Koku Bahçesi: Yaşlılar için iyileştirme bahçesi ana girişinde konumlandırılmıştır. Kullanıcıların güzel kokularla karşılanması için meydan ile giriş saçağının birleşim yolundaki arkatta Mor Salkım Sarmaşığı (*Wisteria sinensis*), yolun sağı ve soluna konumlandırılan koku bahçesi içerisinde;

- Adaçayı (*Salvia officinalis*),
- Biberiye (*Rosmarinus officinalis*),
- Duman Ağacı (*Cotinus coggygria*),
- Gül (*Rosa sp.*),
- Lavanta (*Lavandula officinalis*),
- Yayılıcı Ardıç (*Juniperus horizontalis*),
- Yayılıcı Kekik (*Thymus serpyllum*),
- Fare Kulağı (*Anagallis arvensis*),
- Leylak (*Syringa vulgaris*) kullanılmıştır (Şekil 4.69).



Şekil 4.69. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi koku bahçesi (Orijinal, 2019)

Egzersiz Alanları: Fitness alanlarına yerleştirelen egzersiz aletlerini kullanan kullanıcılara gölge vermesi amacıyla yürüyüş ve bisiklet yolunun ring yapması doğrultusunda Top Akasya (*Robinia pseudoacacia*) ile alle ağaçlandırma yapılmıştır (Şekil 4.70).



Şekil 4.70. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi egzersiz alanı bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

Otopark: 90 araçlık otopark için yeşil alan oluşturmak ve araçlara gölge vermesi amacıyla Çınar Yapraklı Akçağaç (*Acer platanoides*) kullanılmıştır (Şekil 4.71).



Şekil 4.71. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi 90 araçlık otopark bitkilendirmesi (Orijinal, 2019)

Açık Yeşil Alan: Yaşlılar için iyileştirme bahçesini kullanan yaşlılar ve diğer kullanıcıların çim alan içerisinde vakit geçirmeleri için, sadece çim alan ve sınırlandırma bitkisi olarak Melez Servi (*Cupressocyparis leylandii*) ile aralarda gruplar halinde Karaçam (*Pinus nigra*)'ların kullanıldığı, merkezinin ise boş bırakıldığı alan olarak tanımlanmaktadır (Şekil 4.72).



Şekil 4.72. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi açık yeşil alan (Orijinal, 2019)

YAŞILAR İÇİN İYİLEŞTİRME BAHÇESİ PEYZAJ PROJESİ



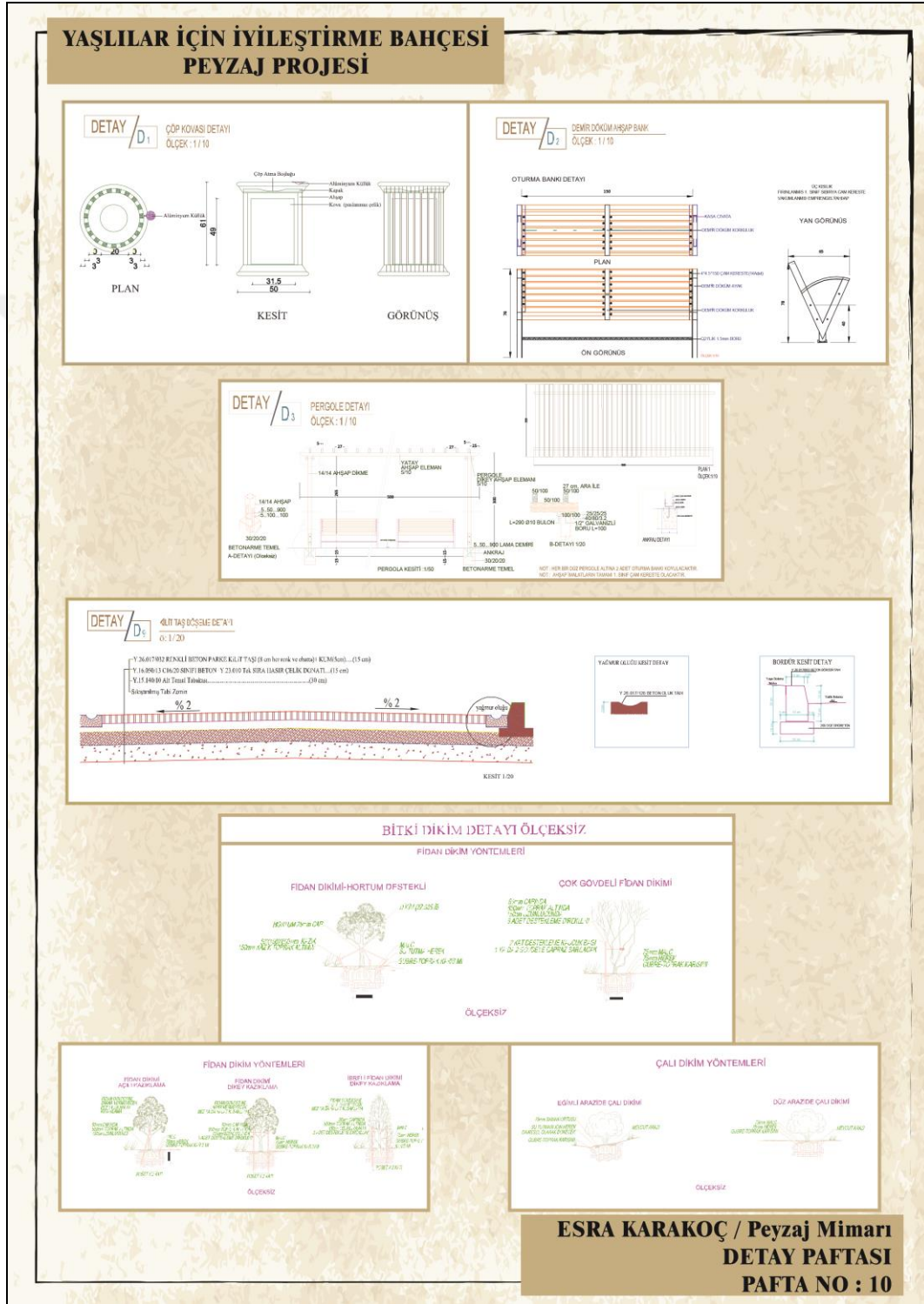
		BİTKİ MAHAL LİSTESİ		MİNE YERİ Dİ	YERİ Dİ	TOPLAM ADET
KOD	RESİMİ	LATİNCİ ADI	TURKÇE ADI			
Flar		Fraxinus angustifolia	Sivri meyveli dipodak	10/20	300	20
Shal		Salix alba	Ak oğlak	14/16	200	1
Tiar		Tilia argentea	Gümrüğü İhtamar	10/18	300	28
AZG		Acer platanoides	Çiner yapraklı akçakağaç	10/20	300	20
LİG		Liriodendron	Karabağ	10/16	250	6
Rhop		Robinia pseudoacacia	Yalancı akasya	10/20	300	124
Flor		Platanus orientalis	Doğu çınarı	10/20	300	3
Matt		Malus floribunda	Sis Elması	14/16	200	18
Pror		Prunus cerasifera var. Prun. nigra	Sis Elni	10/18	200	10
Ces		Cercis aliquidum	Erişvan	10/18	200	16
Hily		Hibiscus syriacus	Ağaç Hişim	14/16	200	8
Mor		Morus nigra Pendula	Ters Duda	14/16	200	22
Cela		Celtis australis	Çiğdemik	14/16	200	6
Acyr		Acer palmatum	Japon Akçakağaç	14/16	200	2
AKPK		Acer platanoides 'Crimson King'	Ağaç Kırmızı Yapraklı Akçakağaç	10/18	200	2
Lan		Lagerstroemia indica	Çiya Ağacı	14/16	200	6
Prun		Prunus serrulata 'Kanzan'	Ağaç Sise Kirazı	10/18	200	15
GB		Ginkgo biloba	Mabul Ağacı	10/18	200	4
Hoa		Hippophae salicifolia	Sis İğnesi	14/16	200	3
Mado		Malus domestica	Elma	14/16	200	2
Prar		Prunus americana	Kayısı	14/16	200	2
					TOPLAM:	325
BİTKİ MAHAL LİSTESİ						
Cue		Cupressocyparis arylata	Mektöz Seme		200	130
Cuar		Cupressocyparis Goldkider	Sarı Mektöz Seme		200	12
Phur		Cupressus arizonica	Mavi Seme		200	16
Phur		Pinus pungens Glauca	Mavi Ladin		200	3
Phy		Thuja orientalis Pyramidalis	Piramit Mızık		200	50
Pris		Pinus nigra	Kara Çam		200	22
					TOPLAM:	225
BİTKİ MAHAL LİSTESİ						
Beth		Berberis thunbergii Altop	Kır. Yap. Hanım Tuz.	3/5	60	60
Salt		Gaura andromeda Rosa	Pembe Çiçekli Gaura	3/5	60	100
Phoc		Philadelphus commutatus	Fibelen	3/5	60	30
Syal		Symphoricarpos albus	İnci Çalı	3/5	60	30
Rosa		Rosa sp.	Gül	3/5	60	100
Vita		Viburnum lantana	Kartopu	3/5	60	75
Corn		Cornus mas	Kozalak	3/5	60	80
Rosa		Rosa canina	Yaban gülü	3/5	60	90
Pho		Philosporum kobus	Yıldız Çalısı	3/5	60	100
Eulv		Eucalyptus japonicus 'Vasegata'	Alcaali Taltan	3/5	60	100
Eija		Eucalyptus japonicus	Yeşil Taltan	3/5	60	30
Rosa		Rosa sempervirens	Sınger	3/5	60	60
Phala		Phytolacca fraseri Red Rubin	Akay Çalısı	3/5	60	12
Rosa		Rosa rugosa	İbretiyer	3/5	60	45
Syva		Syringa vulgaris	Leylak	3/5	60	32
Japo		Jasminum nudicaule	Yaprıncı Arıy	3/5	60	50
Lavr		Lavandula officinalis	Lavanta	3/5	60	100
Sack		Salvia chamaecyparissae	Lavanta	3/5	60	80
Tus		Yucca filamentosa	Avcı Çiçeği	3/5	60	6
Cose		Cortaderia selkiana	Pampas Otu	3/5	60	5
Ther		Thymus serpyllum	Yaprıncı Kötük	3/5	60	200
Choc		Cultivar coccinea	Duman Ağacı	3/5	60	2
Coar		Corylus avellana 'Concordia'	Sis Fındığı	3/5	60	120
Lija		Ligustrum japonicum	Kurtbağ	3/5	60	130
Lopi		Lonicera pileata	Çiğ Hanemeli	3/5	60	50
Tan		Tamarix borealis	İğne	3/5	60	1
Azar		Azarparva arvensis	Fare Kutuğu	3/5	60	30
Sadr		Salvia officinalis	Adaçayın	3/5	60	20
Mach		Malvastrum coccinea	Papalya	3/5	60	100
					TOPLAM:	1800
SARILIK HESABI						
Hedra		Hedera helix	Kıvrık Sarmıyığı		200	20
Par		Parthenocissus quinquefolia	Amerikan Sarmıyığı		200	20
Lonic		Lonicera caprifolium	Hammeli		200	22
Wes		Wisteria sinensis	Mor Salkım		200	16
					TOPLAM:	60
YEŞİL ALAN HESABI						
■ YEŞİL ALAN MİKTARI (şim alan m²):					TOPLAM (m²)	
					29.264 m²	
■ ÇİM TOHUMU MİKTARI (50 gr/m²):					TOPLAM (kg)	
					585.280 kg	
■ GÜBRE MİKTARI (1,5 cm / m²):					TOPLAM (m³)	
					439 m³	
■ BİTKİSEL TOPLAM MİKTARI (15 cm):					TOPLAM (m³)	
					4.305,6 m³	
		Karışım oranları:				
		Lobelia perennans		% 30		
		Festuca rubra rubra		% 25		
		Festuca rubra commutata		% 25		
		Poa pratensis		% 20		

ESRA KARAKOÇ / Peyzaj Mimarı
PLANTASYON PAFTASI
PAFTA NO : 9

Şekil 4.73. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi plantasyon paftası (Orijinal, 2019)

4.2.9. Detay paftası

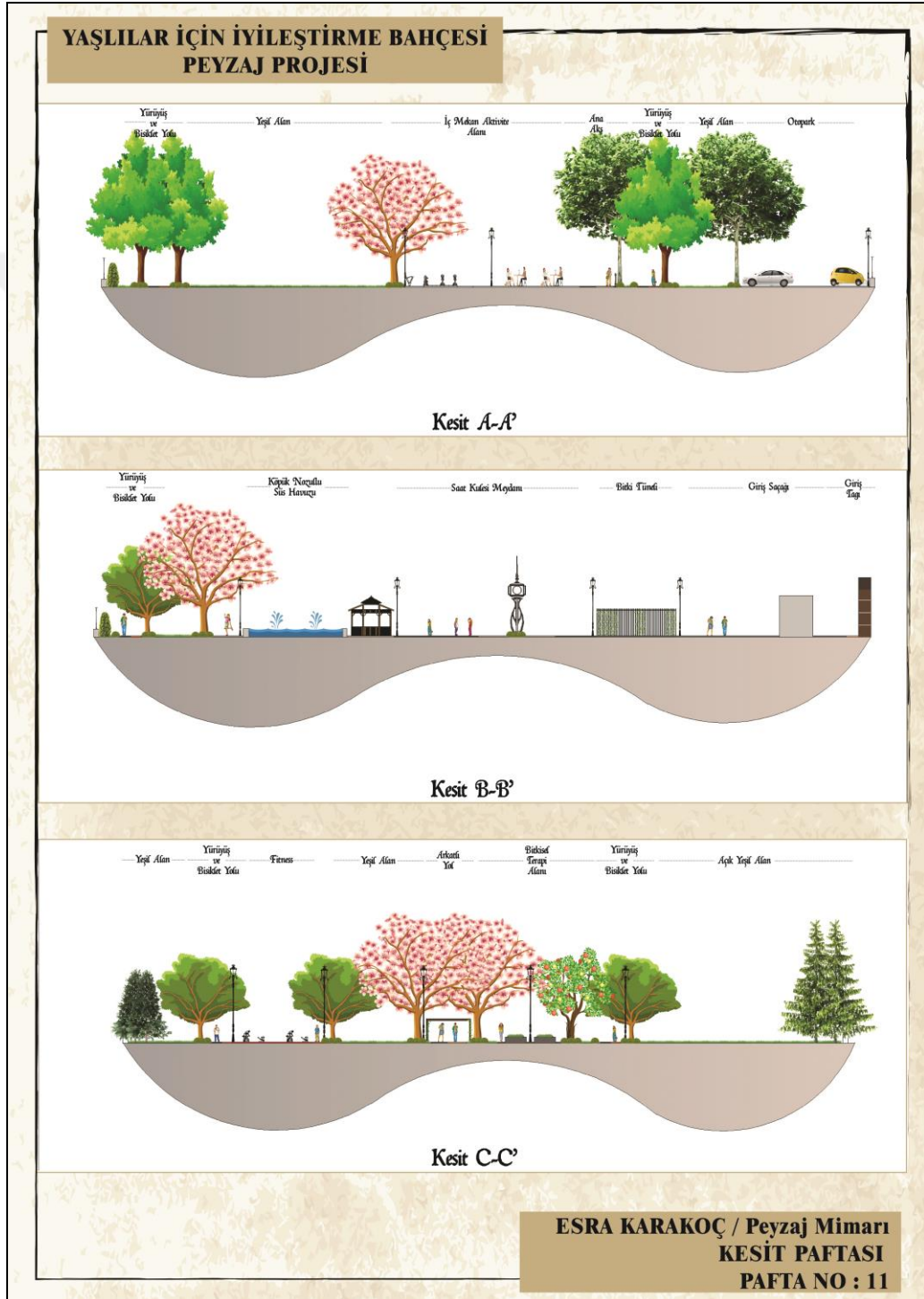
Yaşlılar için iyileştirme bahçesi aplikasyon projesi (a) üzerinde gösterilen detaylar 1/5, 1/10, 1/20 ve 1/50 ölçeklerde çizilmiştir (Şekil 4.74).



Şekil 4.74. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi detay paftası örneği (Orijinal, 2019)

4.2.10. Kesit paftası

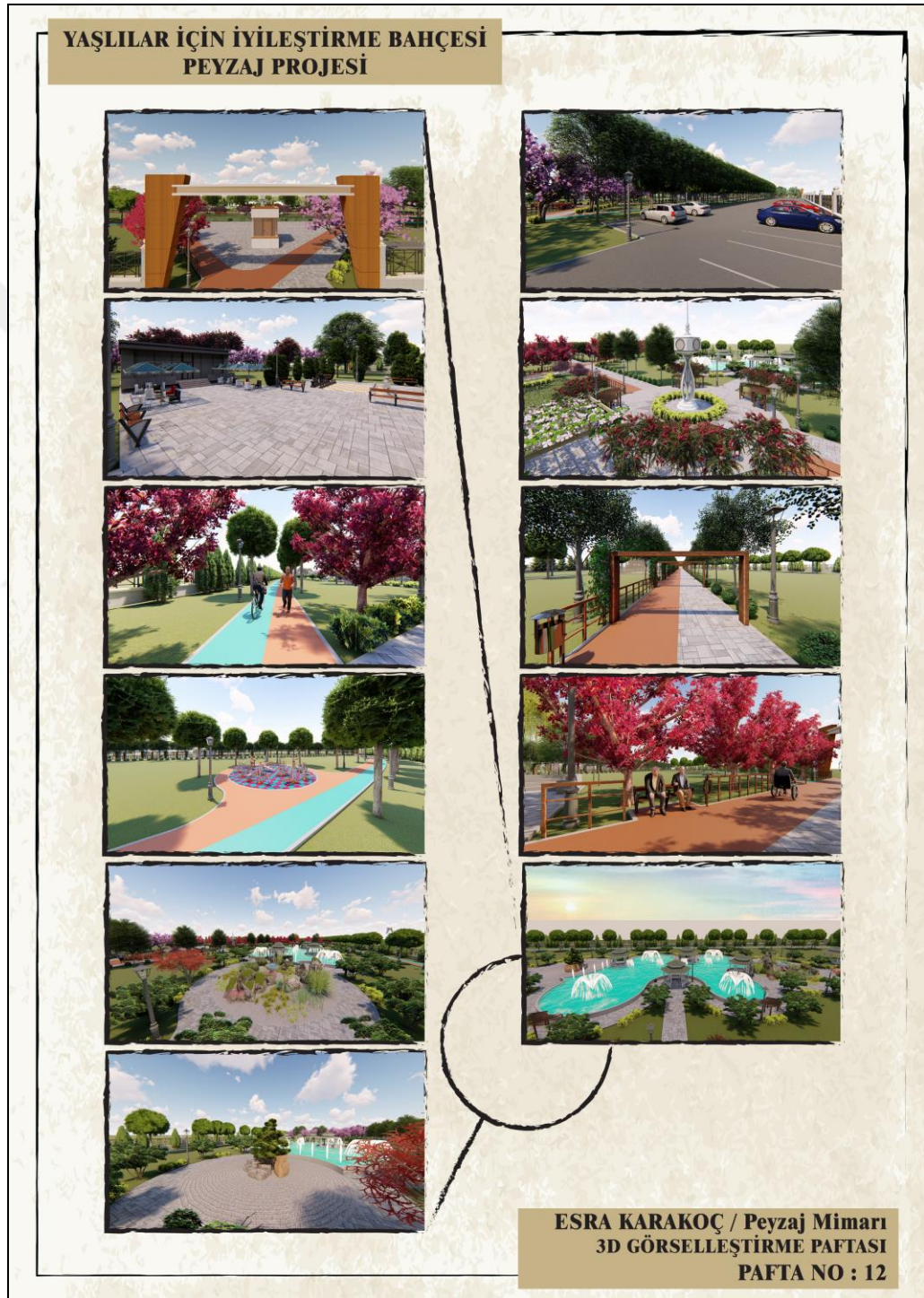
Yaşlılar için iyileştirme bahçesi plantasyon paftası üzerinde gösterilen A-A', B-B' ve C-C' kesit çizgilerine göre A-A', B-B' ve C-C' kesitleri 1/100 ölçekle ayrıntılı olarak çizilmiştir (Şekil 4.75).



Şekil 4.75. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi kesit paftası (Orijinal, 2019)

4.2.11. 3 boyut paftası

Yaşlılar için iyileştirme projesinin Sketch Up ve Lumion programları ile 3 boyutlu modellemeleri ve Photoshop programı ile düzeltme ve düzenlemeleri yapılmıştır (Şekil 4.76).



Şekil 4.76. Yaşlılar için iyileştirme bahçesi 3 boyut paftası (Orijinal, 2019)

5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

5.1. Sonuçlar

Öncelikle belirtmelidir ki iyileştirme bahçelerinin tedavi etme amacı yoktur. İyileştirme bahçelerinin hedefi sadece farklı hastalıklara sahip hastaların iyileşme sürecinde doğayla etkileşim içinde bulunması ile iyileşme süreçlerine katkı sağlamaktır.

İyileştirme bahçesinin en önemli özelliği, kullanıcılar üzerindeki stresin azalmasını sağlamaktır. İyileştirme bahçeleri tasarlanırken hangi kullanıcı grubuna yönelik olarak çalışılacaksa, o grubun istekleri üzerine tasarım yapılmalıdır. Bu tez çalışması kapsamında Konya ili Selçuklu ilçesinde tasarlanan yaşlılar için iyileştirme bahçesi için literatür araştırmaları yapılmıştır. Toplanan envanterler ve literatür araştırmalarından yola çıkılarak 65 yaş ve üzeri 96 kişi üzerinde anket çalışması gerçekleştirilmiştir. Anket çalışmaları doğrultusunda yaşlı bireylerin tercihleri değerlendirilmiştir.

Yaşlılar için iyileştirme bahçesinin hitap ettiği grubun sağlığı üzerinde pozitif bir etki sağlamasına destek vermek amaçlanmıştır. 96 yaşlı kullanıcı ile yüz yüze yapılan görüşmelerle uygulanan anket çalışması sonucunda kişilerin tercihleri doğrultusunda tasarım ilkelerine katkı sağlanmıştır. Günümüz koşullarında betonlaşan bir ülkeye doğru gitmemiz göz önüne alınarak yaşlı insanların doğa ile iç içe olması için yeşil alanlar tasarlanmıştır. Sosyalleşmelerine, kendilerine güvenmelerine, stresten uzaklaşmalarına ve fiziksel aktiviteler yapmalarına olanak sağlanmıştır.

Çalışma alanı içerisinde;

Yaşlıların tercihleri ve fiziksel gereksinimleri doğrultusunda düz ve birbirini kesen yollar oluşturulmuştur.

Ana akslar 4 metre genişliğinde tasarlanmış ve anket çalışması sonucunda 2 metresi hareketi kolaylaştıracak yumuşak zemin olarak belirlenmiştir.

Yürüyüş ile bisiklet yolu, yürüyüş yolunun egzersiz alanlarından 'ring' yapmasıyla tüm alanda fiziksel aktivite olanağı sağlanmıştır.

Bitkisel terapi alanı, müzik terapi alanı, evcil hayvan terapi alanı, iç mekân aktivite alanı ve koku bahçesi ile yaşlıların üzerindeki stresi azaltmak ve kişisel refahını arttırmak amaçlanmıştır.

Oturma alanlarında anket çalışması sonucunda belirlenen ahşap kaplamalar kullanılarak hem psikolojik hem de fiziksel olarak sıcak bir mekân oluşturulmuştur.

Alan içerisinde mekanı tanımlayabilmek için yaşlı kullanıcıların tercihi ile odak noktası olarak meydan ve merkezinde saat kulesi kullanılmıştır.

Çalışma alanı içerisinde anket çalışması ile su ögesi olarak yaşlı kullanıcılar tarafından en çok tercih edilen yapay gölet konumlandırılmıştır.

Her ne kadar yaşlılara yönelik bir bahçe tasarımı yapılmış olsa da tüm halk tarafından kullanılmasına olanak sağlayacak özelliklere yer verilmiştir.

5.2. Öneriler

Ülkemizin günümüzdeki durumuna bakıldığında iyileştirme bahçelerine yeteri kadar önem verilmemektedir. İnşa edilen toplu konutlarla yeşil alanlar betonlaşmakta ve gözümüzün gördüğü yeşil alanlar uzun ve geniş binalarla kaplanmaktadır. 3 Temmuz 2017 tarihinde yayımlanan 'Planlı Alanlar İmar Yönetmeliği' ile Konya ili genelinde 75 daire ve üzeri konutlarda peyzaj projesi zorunlu hale getirilmiştir. Fakat ülke ve il nüfusuna oranla yeteri kadar yeşil alan oluşturulamamaktadır.

Tasarlanan yeşil alanlar ve parkların yaşlı kullanıcılar ve diğer hasta gruplarına yönelik iyileşme süreçlerine destek vermek amacıyla belirlenen tasarım ilkeleri kapsamında, iyileştirme bahçeleri tasarlanmalıdır. Bu bahçeler tasarlanırken farklı meslek disiplinlerinin (mimarlar, peyzaj mimarları, psikologlar, mühendisler ve şehir bölge plancıları) bir arada çalışması tavsiye edilmektedir.

Yaşlılar için iyileştirme bahçelerinde kullanılan yolların tasarımı belirlenmiş tasarım ilkelerine uygun olmalıdır. Örneğin; yolların iki farklı döşeme ile kullanılması, tekerlekli sandalye kullanan kullanıcıların rahat hareket etmesi için uygun döşeme ve genişliğin seçilmesi gerekmektedir. Kentsel mobilyalar yaşlı ve engelli kullanıcılar göz önünde tutularak seçilmelidir. Banklarda sırt ve kol desteğine yer verilmelidir. Aydınlatmaların göz hizasından yüksek ve rahatsız etmeyecek yerlere konumlandırılması gerekmektedir. Bahçe içerisinde duyuları ve hafızayı canlandırmak için farklı yaprak doku, form ve kokuları olan bitkilere yer verilmelidir. Kullanılan bitkilerle gürültü, toz ve dikkat dağıtıcı etmenler minimuma indirilmeli, belirli bölgelerde mahremiyet sağlanmalıdır.

Tüm bu ilkeler kapsamında iyileştirme bahçesini sadece yaşlılara yönelik değil diğer kullanıcılar da düşünülerek tasarım yapılmalıdır. Yaşlılar için iyileştirme bahçeleri sadece huzur evleri ve hastane bahçelerinde değil kentin herhangi bir bölgesinde de tasarlanabilmelidir.

İyileştirme bahçelerine yeteri kadar önemin verilmesi için sivil toplum kuruluşları, psikologlar ve peyzaj mimarları gibi farklı meslek disiplinleri ile bir komisyon oluşturulmalı ve hep birlikte ortak kararlar alınmalıdır. Alınan kararlar büyükşehir ve ilçe belediyelerine, diğer çeşitli kurum ve kuruluşlara sunulmalıdır. Tez çalışması kapsamında belirlenen ‘yaşlılar için iyileştirme bahçesi tasarım ilkeleri’nin, ilgili kişiler ile gerekli görüşmeler sağlanarak iyileştirme bahçelerinin arttırılması için bir kaynak oluşturması sağlanmalıdır.



KAYNAKLAR

- Adevi, A. A. ve Lieberg, M., 2012, Stress rehabilitation through garden therapy: A caregiver perspective on factors considered most essential to the recovery process, *Urban forestry & urban greening*, 11 (1), 51-58.
- Akın, G., 2017, Yaşlanmada Fiziksel Aktivite ve Egzersizin Yeri, *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (AEÜSBED)*, Cilt 3, Sayı 2., 271-280.
- Akın, Z., 2006, Çocuklar için iyileştirme bahçeleri, Yüksek lisans tezi, *Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- Aksu, Ö. V. ve Demirel, Ö., 2012, Hastane bahçelerinde peyzaj tasarımları: Trabzon Kenti örneği, *Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 12 (2), 236-250.
- Anonim, 2019a, Konya İli Genel Bilgileri, http://www.konya.bel.tr/images/cevregurultuharitalari/finalrapor_proje.pdf:
- Anonim, 2019b, Konya İklimi, <http://www.cografya.gen.tr/tr/konya/iklim.html>:
- Anonim, 2019c, Selçuklu İlçesi Genel Bilgileri, http://www.selcuklu.bel.tr/files_upload/ilcemizmenu/1462456525.pdf:
- Anonim, 2019d, Konya İli Selçuklu İlçesi, https://www.turkcebilgi.com/sel%C3%A7uklu_konya:
- Anonim, 2019e, Peyzaj Tasarımında Projelendirme Süreci, <http://www.avrupaparkbahceler.com/makale.php?baslik=peyzaj-tasariminda-projelendirme-sureci&yazar=15&no=22>:
- Anonim, 2019f, Google Earth, <https://earth.google.com/web/@37.76335341,33.00662367,1065.00873635a,140200.91730209d,35y,2.76948995h,0t,0r>:
- Anonim, 2019g, University of Minnesota Extension, <https://extension.umn.edu/animals-and-livestock>:
- Anonim, 2019h, Türklerde Akıl Hastalarının Müzikle Tedavisi, https://www.rehabilitasyon.com/makale/Turklerde_Akil_Has-2_CJarDG_91:
- Anonim, 2019i, Therapeutic Garden Characteristics https://www.ahta.org/assets/docs/therapeuticgardencharacteristics_ahta reprint permission.pdf:
- Anonim, 2019ı, Sağlık Nedir?, http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=kelime&guid=TDK.GTS.5c2dbefd352c07.10029708:
- Arslan, M. ve Katipoğlu, E., 2011, Kentsel çevrede yaşlı kişilerin sağlığı ve etkinlikler için bitki yetiştiriciliğinin önemi, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 4 (1-2), 44-52.
- Arslan, M. ve Peng, M., 2013, Taiwan ve Türkiye’de Tıbbi ve Aromatik Bitki Türlerinin Kullanımı, *V. Süs Bitkileri Kongresi bildiriler kitabı içinde*, (ss. 163-169). *Yalova: Atatürk Bahçe Kültürleri Merkez Araştırma Enstitüsü*.
- Arslan, M. ve Ekren, E., 2017, Yaşlı Kişilerin Sağlığı Ve Etkinlikleri İçin Terapi Bahçeleri, *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3 (2), 361-372.
- Aydın, İ. ve Tütüncü, Ö., 2017, Yaşlılık ve Rekreasyon, *Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, Cilt 28, Sayı 22, Güz: 315 - 321.

- Aydın, İ. ve Tütüncü, Ö., 2018, Rekreasyon Terapisi Kamplarının Sosyal Etkilerinin Değerlendirilmesi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu, Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, Cilt 29, Sayı 21, Bahar: 106 - 112.
- Babayigit, M. A. ve Bakır, B., 2004, HIV enfeksiyonu ve AIDS: Epidemiyoloji ve korunma, *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 3 (11), 280-290.
- Ballarini, G., 2003, Pet therapy Animals in human therapy, *ACTA BIO MEDICA*, 74; 97-100.
- Beer, A., 2003, How do we know what users of spaces need-those less able bodied Environmental settings to support the particular needs of those who have difficulties moving around the problems of the elderly. [http, www.Thesteelvalleyproject info.](http://www.Thesteelvalleyproject.info)
- Booth, N., K ve Hiss, J., E, 2012, Residential Landscape Architecture "Design Process For The Private Residence", p.
- Bowers, D. A., 2003, Incorporating restorative experiential qualities and key landscape attributes to enhance the restorative experience in healing gardens within health care settings.
- Brawley, E., 2005, Raising the bar in designing senior environments, *The 12th Annual Affordable Housing Conference Spokane Convention Center.*
- Bulut, Y. ve Göktuğ, T. H., 2006, Sağlık bulma yönünde çevresel bir etken olarak iyileştirme bahçeleri, *Gaziosmanpaşa Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 2006 (2).
- Caspersen, C. J., Bloemberg, B. P., Saris, W. H., Merritt, R. K. ve Kromhout, D., 1991, The prevalence of selected physical activities and their relation with coronary heart disease risk factors in elderly men: the Zutphen Study, 1985, *American journal of Epidemiology*, 133 (11), 1078-1092.
- Cevizci, S., Erginöz, E. ve Baltaş, Z., 2009, İnsan Sağlığının İyileştirilmesine Yönelik Hayvan Destekli Tedaviler, *TAF Preventive Medicine Bulletin, Derleme/Rewiev Article*, 8(3).
- Collins, J., F ve Adleman, M., I, 1988, Livable Landscape Design, p.
- Demir, N., 2015, Hastane Bahçelerinin Peyzaj Mimarlığı Açısından İncelenmesi: Ankara Altındağ İlçesi Örneği, *ANKARA ÜNİVERSİTESİ FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ, PEYZAJ MİMARLIĞI ANABİLİM DALI, YÜKSEK LİSANS TEZİ.*
- Demiröz, Z., 2003, Tarihsel Süreç İçinde İslam Bahçe Sanatı Hint-Moğol Bahçeleri Örneği Ve İslam Bahçeleri'nin Türk Bahçe Sanatı'na Etkileri, *Fen Bilimleri Enstitüsü.*
- Ekici, K., Ö, 2012, Yeşil Terapi İyileştiren Doğa, *TÜBİTAK Bilim ve Teknik Dergisi.*
- Elings, M., 2006, People-plant interaction: the physiological, psychological and sociological effects of plants on people, In: Farming for health, Eds: Springer, p. 43-55.
- Erer, S. ve Atıcı, E., 2010, Selçuklu ve Osmanlılarda müzikle tedavi yapılan hastaneler, *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 36 (1), 29-32.
- Furgeson, M., 2006, Healing gardens. Sustainable Urban Landscape Information Series, <http://www.sustland.umn.edu/design/healinggardens.html>:
- Georgi, N. J., 2005, Landscape Preference Evaluation for Therapeutical Gardens.
- Gesler, W., 1996, Lourdes: healing in a place of pilgrimage, *Health & Place*, 2 (2), 95-105.
- Göktaş, A., Pekçetin, S, Tekindal, B, Kayıhan, H Ve Uyanık, M, 2016, Yaşlı Bireylerde Aktivite Tercihlerinin Bilişsel Beceriler ve Yaşam Memnuniyeti Üzerine Etkisi, *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 4(1) 2016, 2011-2014.

- Grahn, P., Tenggart Ivarsson, C., Stigsdotter, U. K. ve Bengtsson, I.-L., 2010, Using affordances as a health-promoting tool in a therapeutic garden, *Innovative approaches to researching landscape and health*, 1 (5), 116-154.
- Güneş, G., Y, 2015, Yaşlılarda Egzersizin Fiziksel Aktivite, Hareket Korkusu, Yorgunluk Ve Uyku Kalitesine Etkisi, *HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Programı, YÜKSEK LİSANS TEZİ, Ankara.*
- Hebert, B. B., 2003, Design guidelines of a therapeutic garden for autistic children.
- Hill, C. O. ve Relf, P. D., 1982, Gardening as an outdoor activity in geriatric institutions, *Activities, Adaptation & Aging*, 3 (1), 47-54.
- Horowitz, E., 2012, Fundamentals of programming languages, Springer Science & Business Media, p.
- İncazlı, B., S , Özer, S. ve Yıldırım, Y., 2016, Rehabilitasyon Hemşireliğinde Hayvan Destekli Uygulamalar, *BALIKESİR SAĞLIK BİLİMLERİ DERGİSİ, DERLEME.*
- Ivarsson, C. T. ve Grahn, P., 2010, Patients' experiences and use of a therapeutic garden: from a designer's perspective| Patients' experiences and use of a therapeutic garden: from a designer's perspective, *Schweizerische Zeitschrift für Forstwesen*, 161 (3| 2010), 104-113.
- Kaplan, R. ve Kaplan, S., 1989, The experience of nature: A psychological perspective, CUP Archive, p.
- Karaçor, K., Elif ve Özdede, S., 2016, Projesi, Düzce Huzurevi Müdürlüğü Çevre Düzenleme
- Süreci Ve Tasarım, *Tmd Uluslararası Hakemli Tasarım Ve Mimarlık Dergisi.*
- Kasar, S., K ve Yıldırım, Y., 2016, HIV/AIDS Hastalarında Yorgunluk Ve Hemşirelik Bakımı, *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2): 72-79.
- Keçecioğlu, P., 2014, Ruh Sağlığı Kurumlarında İyileştirme Bahçelerinin İrdelenmesi Ve Peyzaj Tasarım İlkelerinin Belirlenmesi, *Fen Bilimleri Enstitüsü.*
- Kellert, S. R. ve Deer, V., 1998, A National Study of Outdoor Wilderness Experience.
- Marcus, C., 2005, No Ordinary Garden, *Landscape Architecture*, 26-39.
- Marcus, C. C. ve Barnes, M., 1995, Gardens in healthcare facilities: Uses, therapeutic benefits, and design recommendations, Center for Health Design Concord, CA, p.
- Marcus, C. C. ve Barnes, M., 1999, Healing gardens: Therapeutic benefits and design recommendations, John Wiley & Sons, p.
- Marcus, C. C., 2007, Healing gardens in hospitals, *Interdisciplinary Design and Research e-Journal*, 1 (1), 1-27.
- Marcus, C. C. ve Sachs, N. A., 2013, Therapeutic landscapes: An evidence-based approach to designing healing gardens and restorative outdoor spaces, John Wiley & Sons, p.
- Minter, S., 1995, The Healing Garden: A Natural Haven for Body, Senses and Spirit, Tuttle Publishing, p.
- Miran, B., 2007, Temel İstatistik, İzmir.
- Newbold, P., 1995, Statistics for Business and Economics, Prentice-Hall International, New Jersey, p.
- Nilsson, K., Sangster, M. ve Konijnendijk, C. C., 2011, Forests, trees and human health and well-being: Introduction, In: Forests, trees and human health, Eds: Springer, p. 1-19.
- Oğuz, D., Çakıcı, I., Sevimli, G. ve Özgür, Ş., 2010, Yaşlı bakım evlerinde dış mekân tasarımı, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 3 (1-2), 23-33.

- Öğretir, A. D., 2008, Oyun ve oyun terapisi, *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 94-100.
- Özşenol, F., Işıksan, V., Ünay, B., Aydın, H., Akın, R. ve Gökçay, E., 2003, Engelli çocuğa sahip ailelerin aile işlevlerinin değerlendirilmesi, *Gülhane Tıp Dergisi*, 45 (2), 156-164.
- Parkins, M., 2011, Soft Touch for a Silent Voice: Creating Outdoor Healing Environments for Veterans with Post Traumatic Stress Disorder, *Master of landscape architecture thesis, University of Oregon*.
- Pouya, S. ve Demirel, Ö., 2015, What is a healing garden?, *Mediterranean Agricultural Sciences*, 28 (1).
- Pouya, S., 2017, Mega Kentlerde iyileştirme bahçeleri; Tahran Örneği.
- Relf, P. D., 2005, The therapeutic values of plants, *Pediatric Rehabilitation*, 8 (3), 235-237.
- Rodiek, S., 2002, Influence of an outdoor garden on mood and stress in older persons, *Journal of Therapeutic Horticulture*, 13 (1), 13-21.
- Said, I., 2003, Garden as an environmental intervention in healing process of hospitalised children.
- Serez, A., 2011, Tarihsel Süreç İçinde Sağlık Bahçeleri, *Fen Bilimleri Enstitüsü*.
- Sherman, S. A., Shepley, M. M. ve Varni, J. W., 2005, Children's environments and health-related quality of life: Evidence informing pediatric healthcare environmental design, *Children Youth and Environments*, 15 (1), 186-223.
- Şakar, E., 2011, Şifalı bitkiler ve şifa bahçeleri tasarımı üzerine araştırmalar.
- Şensoy, N., 2017, Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireyler için Duyu Bahçesi Tasarımı.
- Tanielian, T. L., Tanielian, T. ve Jaycox, L., 2008, Invisible wounds of war: Psychological and cognitive injuries, their consequences, and services to assist recovery, Rand Corporation, p.
- TUIK, 2019, Konya ili Selçuklu ilçesinde yaşayan 65+ yaş üzeri Nüfus.
- Tütüncü, Ö., 2012, Rekreasyon ve Rekreasyon Terapisinin Yaşam Kalitesindeki Rolü, *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, Cilt 23, Sayı 2, Güz: 248, 252, 2012.
- Ulrich, R. S., 1991, Effects of interior design on wellness: Theory and recent scientific research, *Journal of health care interior design*, 3 (1), 97-109.
- Uslu, A. ve Shakouri, N., 2012a, Zihinsel ve Fiziksel Engelliler İçin Hortikültürel Terapi, *Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 12 (1), 134-143.
- Uslu, A. ve Shakouri, N., 2012b, Kentsel Peyzajda Engelli/Yaşlı Birey İçin Bağımsız Hareket Olanğı ve Evrensel Tasarım Kavramı, *Kastamonu Üni., Orman Fakültesi Dergisi*, 2014, 14 (1), 7-14.
- Vapaa, A. G., 2002, Healing Gardens: Creating places for restoration, meditation, and sanctuary, *Virginia Tech*.
- Whitehouse, S., Varni, J. W., Seid, M., Cooper-Marcus, C., Ensberg, M. J., Jacobs, J. R. ve Mehlenbeck, R. S., 2001, Evaluating a children's hospital garden environment: Utilization and consumer satisfaction, *Journal of environmental psychology*, 21 (3), 301-314.
- Wilson, D., Wilson, J., T ve Tlusty, G., W, 2003, Planning and Designing Your Home Landscape.
- Zorlu, M. ve Çalım, S. İ., 2012, İşyerinde Damgalama ve Ayrımcılık Faktörü Olarak HIV/AIDS, *Calisma ve Toplum*, 35 (4).

EKLER

EK-1: Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi Anket Çalışması

EK-2: Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi Avan Proje Paftası

EK-3: Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi Plantasyon Paftası



EK-1: Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi Anket Çalışması Örneği**ANKET FORMU**

Bu anket formu Selçuk Üniversitesi Fen Bilimler Enstitüsü'nde yürütülmekte olan **“Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçeleri Tasarım İlkeleri: Konya İli Örneğinde Bir Tasarım”** başlıklı yüksek lisans tez çalışması için yapılmaktadır. Sizlerden edinilecek bilgiler tamamen bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Katkılarınız bizim için önemlidir. Şimdiden değerli katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Prof. Dr. Ahmet Tuğrul POLATSelçuk Üniversitesi/ Ziraat Fakültesi
Peyzaj Mimarlığı Bölümü (Tez Danışmanı)**Esra KARAKOÇ**Selçuk Üniversitesi/ Ziraat Fakültesi
Peyzaj Mimarı (Yüksek Lisans Öğrencisi)

İyileştirme bahçesinin en önemli özelliği; hastalar kadar hastalarla ilgilenen görevliler ve ziyaretçilerin de kendilerini iyi hissettikleri bir ortam olmasıdır. Bir alanın “bahçe” olarak nitelenebilmesi için doğanın ürünlerini içermesi gerekir. Buradaki amaç, “iyileştirme” başlığını geçerli kılmak için bu alanları kullananların üzerinde tedavi edici ve yararlı etkileri ortaya koymaktır (Marcus ve Barnes, 1995).

1- Lütfen size uygun cevabı işaretleyiniz.

KİŞİSEL BİLGİLER						
1.1	Cinsiyetiniz	Erkek ()	Kadın ()			
1.2	Yaşınız	65-70 ()	71-75 ()	76-80 ()	81-85 ()	86 ve üstü ()
1.3	Öğrenim Durumunuz	İlkokul ()	Ortaokul ()	Lise ()	Lisans ()	Lisans Üstü ()
1.4	Gelir Düzeyi	0-1.000 ()	1.000-2.000 ()	2.000-3.000 ()	3.000-4.000 ()	4.000 ve üstü ()

2- Yaşadığınız bir sağlık sorunu ile başa çıkmanızda “Yeşil Alanların” üzerinizde yarattığı pozitif etkiyi biliyor musunuz?

Evet ()

Hayır ()

“Bahçe, sadece açık alan demek değildir. Doğanın bir parçası olan bahçe; insanların dinlenmek, eğlenmek, kendilerini iyi hissetmek, aktif veya pasif aktivitelerde bulunmak, inanma ihtiyacını gidermek ve inanç ritüellerini rahatça yerine getirmek için seçtikleri güvenli alanlar olarak tanımlanabilir. Yeşil alanların, çevrenin negatif enerjisini azalttığı bilinen bir gerçektir. Bu yüzden yeşil alanlar insanlar üzerindeki stresi azaltmasıyla hasta bireylerin iyileşmesine destek vermektedir.”

3- Konya ili Selçuklu İlçesinde bir iyileştirme bahçesi yapılmasını ister misiniz?

Evet ()

Hayır ()

Yanıtınız “Evet” ise;

4- Dış mekânda sert bir rüzgâr üzerinizde aşağıdaki etkilerden hangisini bırakır?

- Huzurlu ()
 Mutlu ()
 Sakin ()
 Tedirgin ()
 Sınırlı ()
 Hiçbiri ()

5- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisindeki bitki türlerinden hangisinin olmasını tercih edersiniz?

- Büyük Ağaçlar ()
 Küçük Ağaçlar ()
 Çalılar ()
 Çiçekler ()
 Sarılıcı Bitkiler ()
 Çim Alan ()

6- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisindeki çalı ve çiçeklerin sizin tarafınızdan daha rahat görülmesi ve algılanması daha kolay olan hangi renkten oluşmalıdır?

- Kırmızı ()
 Siyah ()
 Beyaz ()
 Sarı ()
 Mavi ()
 Turuncu ()
 Yeşil ()

7- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde hangi donatının bulunmasını istersiniz?

- Bank ()
 Kamelya ()
 Pergola ()
 Aydınlatma ()
 Çöp Kutusu ()
 Yönlendirme Levhaları ()
 Hiçbiri ()

8- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisindeki cansız materyallerin sizin tarafınızdan daha rahat görülmesi ve algılanması daha kolay olan hangi renkten oluşmalıdır?

- Kırmızı ()
 Siyah ()
 Beyaz ()
 Sarı ()
 Mavi ()
 Turuncu ()
 Yeşil ()

9- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde kullanılan oturma birimlerini daha iyi algılayabilmeniz için hangi türde kaplamayı tercih edersiniz?

- Ahşap ()
 Beton ()
 Metal ()
 Döküm ()
 Doğal taş ()

10- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde tekerlekli sandalye veya koltuk değneği gibi yardımcı araçlarla hareketi kolaylaştırmak ve herhangi bir kaza anında insanların en az zarar görmesini sağlayacak zemin malzemeleri sizin için ne kadar önemlidir?

- Hiç önemli değil ()
 Önemli değil ()
 Fark etmez ()
 Önemli ()
 Çok Önemli ()

11- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisindeki yolların şekli sizce nasıl olmalıdır?

- Düz yollar ()
 Dairesel yollar ()
 Kıvrılan eğrisel yollar ()
 Zik zak yollar ()

12- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisindeki yolların düzeni sizce nasıl olmalıdır?

- Kesişen yollar ()
 Devamlı ve sürekli ()
 Döngüsel ring yapan yollar ()

13- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisindeki yürüyüş yollarında kullanılan trabzanlar size ne derecede yardımcı olur?

- Hiç yardımcı olmaz ()
 Olmaz ()
 Fark etmez ()
 Olur ()
 Çok olur ()

14- Yaşlılar için iyileştirme bahçesinde yönünüzü ve konumunuzu bulabileceğiniz bir odak noktası size ne derecede yardımcı olur?

- Hiç yardımcı olmaz ()
 Olmaz ()
 Fark etmez ()
 Olur ()
 Çok olur ()

15- Su ögesi olarak yaşlılar için iyileştirme bahçesinde hangisini tercih edersiniz?

- Süs havuzu ()
 Doğal Göl ()
 Şelale ()
 Su Kanalı ()
 Fıskiye ()

16- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içinde kokulu bitkileri ne derecede tercih edersiniz?

- Hiç tercih etmem ()
 Tercih etmem ()
 Fark etmez ()
 Tercih ederim ()
 Kesinlikle tercih ederim ()

17- Yaşlılar için iyileştirme bahçesinde kuş ve kuş sesi olmasını ister miydiniz?

- Evet () Hayır ()

18- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde hangi aktivitenin olmasını tercih edersiniz?

- Oturma ve dinlenme ()
 Arkadaşlarla sohbet etme ()
 Manzara seyretme ()
 Yoga ()
 Yürüyüş yapma ()
 Fiziksel aktivite (spor) ()
 Yemek ()
 Müzik dinleme ()

- Evcil hayvan ()
 Bahçecilik - ekme biçme ()
 Sanat ve zanaat etkinlikleri ()
 Piknik ()
 Kitap okuma () Diğer.....

19- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi içerisinde hangi tesisin olmasını tercih edersiniz?

- Restoran ()
 Çay Bahçesi ()
 Kitap Okuma Alanı ()
 Bahçecilik alanı ()
 Toplanma alanı ()
 Seyir terasları ()
 Toplu Gösteriler İçin Alan ()
 Grup Etkinlikleri İçin Alanlar ()
 Egzersiz Alanları ()
 Yürüyüş yolları ()
 Hayvan terapi alanı () Diğer.....

20- Yaşlılar için iyileştirme bahçesinde kendinizi daha iyi hissetmenize yardımcı olabilecek diğer özellikler nelerdir?

- Bitkisel çeşitliliğin fazla olması ()
 Mevsimsel döngüyü hissedebilme ()
 Bireysel yalnız kalına bilinecek alanlar ()
 Görsel ve fiziksel erişim ()
 Yıl boyunca kullanım imkânı ()
 Konfor ()
 Mahremiyet ()
 Manzara çeşitliliği ()
 Sanatsal objeler heykeller ()
 Aydınlatma ()
 Bakım Temizlik ()
 Güvenlik () Diğer.....

21- Yaşlılar için iyileştirme bahçesi sınırları nasıl belirlenmelidir?

- Bitkilerle ()
 Duvarla ()
 Bitki ve duvar birlikte ()

Katkılarınız İçin Teşekkür Ederim!

Esra KARAKOÇ
 Peyzaj Mimarı

EK-2: Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi Avan Proje Paftası

EK-3: Yaşlılar İçin İyileştirme Bahçesi Plantasyon Paftası

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Esra KARAKOÇ
Uyruğu : T.C
Doğum Yeri ve Tarihi : Karatay/ 1993
Telefon : 0553 020 7907
e-mail : esrakeles.pm@gmail.com

EĞİTİM

Derece	Adı, İlçe, İl	Bitirme Yılı
Lise	: Naciye Mumcuoğlu Lisesi / Meram / Konya	2010
Üniversite	: Selçuk Üniversitesi - Peyzaj Mimarlığı / Selçuklu / Konya	2016

İŞ DENEYİMLERİ

Yıl	Kurum	Görevi
2016-2016	Tok Botanik Peyzaj ve Fidancılık / Konya	Peyzaj Mimarı
2017-2018	ANKA Grup / Ankara	Peyzaj Mimarı
2018-Halen	Park Yapı Peyzaj Kentsel Tasarım & İnşaat / Konya	Peyzaj Mimarı

UZMANLIK ALANI

YABANCI DİLLER

YAYINLAR

6th International Conference On Sustainable Agriculture And Environment (ICSAE-6)
 October 3-5, 2019 – Konya / Design Principles Of Healing Gardens For Disabled
 Children