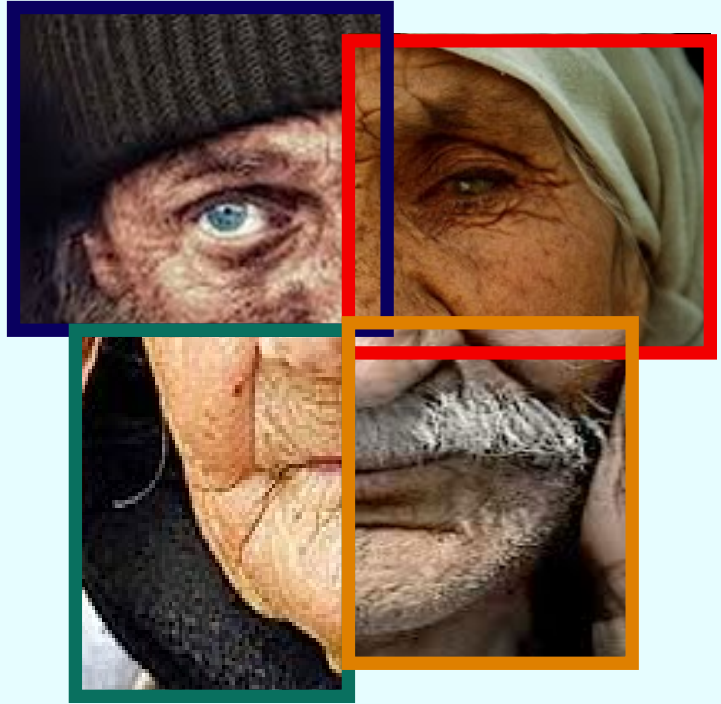


YAŞLILIK VE YALNIZLIK



Dr. Adem DAĞ



YAŞLILIK & YALNIZLIK

Dr. Adem DAĞ



Copyright © 2018 by iksad publishing house

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, including photocopying, recording, or other electronic or mechanical methods, without the prior written permission of the publisher, except in the case of brief quotations embodied in critical reviews and certain other non commercial uses permitted by copyright law. Institution Of Economic Development And Social Researches Publications®

(The Licence Number of Publicator: 2014/31220)

TURKEY TR: +90 342 606 06 75

USA: +1 631 685 0 853

E posta: kongreiksad@gmail.com

www.iksad.net

www.iksad.org

www.iksadkongre.org

It is responsibility of the author to abide by the publishing ethics rules.

Iksad Publications - 2018©

ISBN: 978-605-7510-89-1

Cover Design: İbrahim Kaya

October / 2018

Size = 148x210 cm

Adem DAĞ, Dr.

01/01/1979 yılında Adapazarı'nda doğan Adem DAĞ, ilk ve orta okul öğrenimini Adapazarı İsmet İnönü İlköğretim Okulu, Lise öğrenimini Sakarya Mithat paşa Lisesi'nde tamamladıktan sonra 1997 yılında Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Felsefe Grubu Öğretmenliği bölümünü kazandı. 2001 yılında Felsefe Grubu Öğretmenliği lisans programından mezun oldu. 2007 yılında Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Ana Bilim Dalında yüksek lisans çalışmasına başladı. 2009 yılında Sakarya Üniversitesi'nden Sosyoloji yüksek lisans derecesi aldı. 2016 yılında Gazi Üniversitesi Sosyoloji Anabilim Dalında Sosyoloji Doktorasını, 2017 yılında Yalova Üniversitesi Sosyal Hizmet Anabilim Dalında Sosyal Hizmet Doktorasını tamamladı. Yurdun çeşitli bölgelerinde 2001 yılından beri sınıf öğretmeni olarak görev yapan Adem DAĞ halen Sakarya İli Adapazarı İlçesi Korucuk Toki İlkokulu'nda sınıf öğretmeni olarak görev yapmaktadır. Adem DAĞ, anasınıfı öğretmeni Ayşegül DAĞ ile evli, Zeynep ve Mert Alper isimli iki çocuk babasıdır.

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR	3
GİRİŞ	6
1. Eş ve Arkadaş Kaybı, Emeklilik ve yalnızlık	14
2. Araştırma Hakkında	22
2.1. Araştırma ve Önem	23
2.2. Yöntem	23
3. Araştırmanın Bulguları	25
3.1. Emeklilik	26
3.2. Arkadaş	36
3.3. Eş	43
3.4. Çocuklar	49
3.5. Akraba	55
SONUÇ	62
KAYNAKÇA	66

ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR

Tüm dünyada yaşlı nüfus hızla artmaktadır. Yaşam süresinin uzaması beraberinde birçok problemi ortaya çıkartmaktadır. Yalnızlık ve sosyal izolasyon yaşlılık döneminde ortaya çıkan en önemli sosyal problemlerden bir tanesidir. Uzayan insan ömrü ve emekli olmakla birlikte yoksulluk riski, bağımlılık sorunları, yaşlının topluma sosyal ve kültürel yönden bütünlük sağlamasını engellemektedir. Aynı zamanda bu dönemde karşılaşılabilecek eş kaybı, yaşlıyı yalnız ve sosyal yönden korumasız hale getirmektedir.

Geniş aileden çekirdek aileye geçişle birlikte yaşlıyı destekleyici ev ortamında önemli değişiklikler yaşanmıştır. Her ne kadar Türkiye’de yaşlılık dönemi mevzuatı ile ilgili olarak sosyal hizmetler alanında önemli gelişmeler yaşanmışsa da, yaşlılık dönemi sorunları önemini hala tüm canlılığı ile korumaktadır. Özellikle ileri yaşlılık dönemi ile birlikte geri dönmek üzere bozulan sağlık durumu (demans, Alzheimer, kireçlenme, kalp rahatsızlıkları vb.) yaşlılık dönemini bir risk dönemi haline getirmektedir.

Kadınların erkeklerden daha uzun yaşaması, yaşlılık döneminde kadın sayısının daha fazla olmasına neden olmaktadır. Fakat kadının hayatı boyunca ücretsiz ev işçisi olarak çalışması ve eğitimsiz olması, yaşlılık döneminde yalnızlık problemi ile daha çok karşılaşmasına neden olmaktadır.

Yaşlılık multidisipliner bir alandır. Yaşlılığın 100'den fazla geleneksel ve modern teorisi bulunmaktadır. Günümüzde yaşlılık ve yalnızlık problemi için üretilebilecek kilit kavramlar; yerinde yaşlanma, yaşam kalitesi, sosyal içerilme, bağımsız yaşam, işlevsellik ve yaşlı sosyal politikaları olarak sıralanabilir. Yaşam boyu eğitim politikaları ve yaşlı dayanışma merkezleri, yaşlıların sosyal yönden güçlenmesini sağlayacaktır. Aynı zamanda gelişmiş ülkelerde (örneğin; Almanya ve Japonya) olduğu gibi bakım sigortası, yaşlı ve ailesine maddi destek sağlayacaktır.

Yaşlılık döneminde yalnızlık problemleri ile karşılaşmamak için, eş, çocuk ve akraba sosyal desteğini algılamak gerekmektedir. Aksi takdirde yaşlı destekleyici sosyal

çevreden mahrum kalacak ve yalnızlık problemi ile karşı karşıya gelecektir.

Kitabın yazılma sürecinde emeği geçen, yardımlarını ve desteğini esirgemeyen değerli eşim Ayşegül DAĞ'a çok teşekkür ederim.

Dr. Adem DAĞ

Sakarya Milli Eğitim Müdürlüğü

Toki İlkokulu Sınıf Öğretmeni

GİRİŞ

Dünya nüfusu hızla yaşlanmaktadır. Yaşam süresinin uzaması yalnızlık, sosyal izolasyon, yoksulluk, bağımlılık, sosyal entegrasyon, kültürel bütünleşme gibi problemleri beraberinde getirmektedir. Emeklilikle birlikte edilgen konuma gelmek, fiziksel istismar, ekonomik istismar, ayrımcılık ve ihmal, bağımlı hayat yaşlılık döneminin en önemli problemlerinden sadece bir kaçıdır. Geniş aileden çekirdek aileye geçişle birlikte kültür ve değer sistemindeki değişimler yaşlılığa bakış açısını ve yaşlının aile içerisindeki konumunu değiştirmiştir. Doğuşta beklenen yaşam süresinin uzamasına bağlı olarak, yaşlılık ile ilgili sosyal politikalarda önemli değişikliklere gidilmiştir.

İnsan hayatının bir dönemi olarak yaşlılık fiziksel ve ruhsal gerilemelere karşılık gelmektedir. Yaşlılık döneminde canlılar, fiziksel ve ruhsal güçlerini bir daha yerine gelemeyecek biçimde kaybederler (Kalınkara, 2011: 109). Yaşlılık hakkındayapılançalışmalar, insanın önüne gelecekte “uzun yaşama” olgusunun çıktığını göstermektedir. Uzun yaşamın iyi mi kötü mü olduğunu

insanoğlu daha fark etmemiştir (Akçay, 2011: 18). Maksimum mr uzunluğu 125 yıldır. Gelecekte 100 yaşını aşmış insan sayısı bu gün olduğundan daha çok olacaktır. Demografik değişimler beraberinde yaşlılık ile ilgili birçok sosyal problemde ortaya çıkartmaktadır. Bu problemlerden en önemlisi bağımlılık ve izole olmuş bir yaşamdır. Yaşlılık döneminde gerçekleşen sosyal ve ekonomik kayıplar yaşlıları daha bağımlı hale getirmektedir. Yaşlılığın kadınsallaşması, yaşlı nüfus oranında kadınların daha çok olması anlamına karşılık gelmektedir. Bu durum özellikle Türkiye gibi hızlı yaşlanan ülkelerde bağımlılık ve yalnızlık problemlerini daha fazla ön plana çıkartmaktadır. Yaşlı gruptaki kadınların eğitimsiz ve sosyal güvenceden yoksun olmaları daha izole bir yaşam sürmelerine neden olmaktadır. Bağımlılık seviyesi yüksek olan yaş grubu 80+ yaş grubundaki bireylerdir. 80+ yaş grubundaki bireylerin presbiakuzi, depresyon, deliryumvb. problemlerle karşılaşma oranları çok yüksektir. Geleneksel bakım anlayışının devam ettirilmesinin zorluğu ve uzun süreli bakım gerekliliği bu dönemde

Özellikle kadınlarda özel bakım gereksinimini ortaya çıkartmaktadır.

Toplumların yaşlılara bakış açıları birbirlerinden oldukça farklıdır. Güney Avrupa devletlerindeki yaşlıya bakış açısı ile Doğu toplumlarında ki yaşlıya bakış açıları aynı değildir. Yaşlanmanın hızı da toplumdan topluma farklılaşmaktadır. Toplumda var olan kültürel yapıya bağlı olarak yaşlılık dönemi sosyal destek sistemleri değişmektedir. Yaşlıların birinci sosyal destek kaynakları aileleridir. Özellikle kırsal yaşlanmada geniş aile içerisinde yaşlının bakımı daha kolay olurken, aynı zamanda ikinci sosyal destek sistemi olarak akrabalarda destek sağlamaktadır. Fakat geniş aileden çekirdek aileye geçiş, kadınların çalışma hayatına dâhil olması beraberinde yaşlıya bakımı kimin üstlenmesi gerektiği problemini ortaya çıkartmaktadır. Çünkü kırsal kesimde bu görevi kadınlar üstlenirken, çekirdek ailede kadının çalışma hayatına dhilolması bakım probleminden kimin sorumlu olduğu sorusunu ortaya çıkartmaktadır. Toplumların nüfus yapısı, toplumun insan gücü hakkında

fikir verir, 60-65 yaş grubu yüksek olan toplumlar yaşlanan toplumlardır, bu bakımdan;

- Genç toplum: 65 yaş üzeri nüfus oranı % 4'ün altında olan toplumlar.
- Olgun toplum: 65 yaş üzeri nüfus oranı % 4-7 arasında olan toplumlar.
- Yaşlı toplum: 65 yaş üzeri nüfus oranı %7-10 arasında olan toplumlar.
- Çok yaşlı toplum: 65 yaş üzeri nüfus oranı %10'dan fazla olan toplumlar (Kalınkara, 2011: 110).

Türkiye hızla yaşlanan bir toplumsal yapıya sahip ülkedir. Fakat Türkiye'de yaşlılara yönelik gerçekleştirilen mevzuat düzenlemeleri yetersiz seviyededir. Bu gün toplum içerisindeki 65 yaşın üzerindeki insanların sayısı son yıllarda üç katına kadar artınca ve artışın devam edeceğinin farkına varılınca, yaşlılık sosyal bir problem olarak kavranmaya başlanmıştır (Tufan, 2003: 22). Günümüzde Türkiye'de huzurevi kavramının olumsuz etkisi geçmiş dönemlere kıyasla daha az seviyededir. Çünkü huzurevi

kavramlaştırması toplumdaki bireyler tarafından kabul edilmektedir. Geçmiş dönemlerde huzurevlerinde kalacak yaşlı bulunmazken bu gün için yaşlıların sıraya girdiklerini görmekteyiz. Bu durum Türkiye’de yaşlılık olgusunun hem sosyolojik hem de nüfus yapısı açısından değişim geçirdiğini göstermektedir. Artık eskisinden daha fazla yaşlı grupta birey vardır ve yaşam uzadıkça bu kişilerin; alzheimer, inme, demans, hipertansiyon, prostat sorunları, kalp yetmezliği vb. hastalıklara yakalanma oranları artmaktadır. Türkiye’de yaşlılara hizmet veren donanımlı personel sayısı gelişmiş batılı ülkelerle kıyaslandığında oldukça yetersiz olduğunu görmekteyiz. Bu durum resmi olmayan yaşlı bakıcılarının informal bakımlarını ön plana çıkartmaktadır.

Yaşlılık beraberinde yalnızlık gibi bir sorunu ortaya çıkartmaktadır. Çünkü bu dönemde emeklilik ve eş kaybı yaşlıyı yalnız yapmaktadır. Yalnızlık yaşlılık dönemini etkileyen önemli problemlerdendir. Yaşlılarda fiziksel ve psikolojik sağlık sorunları yalnız ve yanlış yaşamaya başladıklarında çoğalmaktadır (Canatan, 2008: 89). Yaşlılık döneminde birçok problem kategorisi (aile,

çevre, ekonomik vb.) sıralayabiliriz. Türkiye’de yaşlıların sayısı her geçen gün arttıkça, çekirdek aileye geçiş, kentsel yaşam ve kültürel yapıdaki değişimler, bu problemleri yaşama ihtimallerini çoğaltmaktadır. Yaşlılık dönemi problemlerini en asgari düzeyde yaşayabilmek için yerinde yaşlanma savunulmaktadır. Çünkü bu dönemde yaşlı çocuklarına yakın olmak ister. Anılarının geçtiği yerde hayatını devam ettirmek yaşlıya güç vermektedir. Tanımadığı bir ortama taşınmak ya da yaşamaya mecbur kalmak uyum problemlerini ortaya çıkartmaktadır. Yaşlılık döneminde yalnızlığı anlayabilmek için yaşlılık döneminin genel özelliklerini bilmekte fayda vardır.

Tablo 1. Yaşlılık Dönemi Genel Özellikleri

Dönem	Fiziksel Gelişim	Bilişsel Gelişim	Psikososyal Gelişim
Yaşlılık (60+)	Pek çoğu sağlıklı olmasına rağmen yine de sağlık ve fiziksel güçte azalma meydana gelir.	Bilişsel süreçler yavaşlamalar meydana gelir.	Emeklilik sebebiyle zamanını geçirebileceği faaliyetlere yönelir. Bireysel kayıplarla ve ölümlerle baş etme durumundadır. Ailesinin ve yakın arkadaşlarının bu dönemde sosyal desteği çok önemlidir.

Kaynak: Terzi, 2013: 31

Yaşlılıkta cinsiyet farklılığı önemlidir. Yaşlı kadınların yarısı hayatlarının üçte birini yalnız yaşamaktadır. Kadınlarda yalnız yaşama oranı erkeklere kıyasla iki kat çoktur. Türkiye’de kadınlar zor ekonomik koşullar altında değiller ise tekrardan evlenmezler (Canatan, 2008: 90-96). Kültürel değerler gereği, aile ve toplumun yaşlıya biçtiği rol, yaşlıyı yalnızlığa itebilmektedir. Yapılan araştırmalar özellikle dul kadınların ve sağlık durumları iyi olmayan yaşlıların çok fazla yalnızlık çekmeleri, bu tezi güçlendirmektedir (Akçay, 2011: 96). Aynı zamanda yaşlılarla iletişimi güçleştiren bazı faktörler bulunmaktadır. Yaşanan kuşak çatışması,

toplumun gençliğe verdiği önem, sosyal hayattaki değişiklikler, biyolojik ve psikolojik sınırlılıklar yaşlılarla iletişim kurmaya engel nedenlerdir (Arpacı ve Şahin, 2015). Yaşlılıkta eş kaybı sonrası yalnızlık erkeklere kıyasla daha çok kadınların problemidir. Eş kaybı sonrasında bakıma muhtaçlık aile içi sosyal ilişkileri olumsuz etkilemektedir. Aynı zamanda eğitimsiz ve gelir yetersizliği yaşayan yaşlının problemleri sadece kendisinin değil tüm ailesinin problemi haline gelecektir. Günümüz de yaşlının bakım problemi aile, devlet ve özel sektör tarafından paylaşılmakta olduğunu görmekteyiz. Bu faktörler yaşlılık döneminde yalnızlığı etkilemektedir. Yaşlılık döneminde, hayat süresini uzatmak değil, yaşam kalitesini arttırmak esastır. Hayata yaşam katabilmek için, yaşlılık döneminde sosyal ilişki ağlarını canlı tutabilmek gerekmektedir. Sosyal ilişki ağlarının canlılığını kaybetmemesi için arkadaş ilişkileri, akraba ilişkileri ve en önemlisi çocukları ile olan iletişim sıklığı ve kalitesi önemlidir.

1. Eş ve Arkadaş Kaybı, Emeklilik ve Yalnızlık

Yaşlılık döneminde yakın arkadaşlar ve akrabalar taşındıklarında ya da öldüklerinde yaşam daha izole ve yalnız hale gelir. Aynı zamanda yaşlılık dönemi yakın arkadaşların daha çok öldüğü bir dönemdir (Zastrow, 2014: 657). Yaşlılık döneminde arkadaşlar, aile bireyleri, iş arkadaşları ve ya sosyal destek grupları içinde bilgi ve duygu paylaşımı gerçekleşmektedir. Yaşlılar karşılarında dinleyici bulduklarında ve içinde buldukları şartları paylaştıklarında problemlerle baş edebilmekte daha kolaylaşmaktadır (Kahveci, 2013: 157). Yaşlı bireyler sadece alıcı konumda bulunmazlar, ailenin genç üyelerine maddi ve manevi yardımları sağlarlar. Aile desteği iki yönlü işlemektedir. Karşılıklı yardımlaşma ve maddi gereksinim olduğu zaman yaşlı ile genç kuşak arasında karşılıklı bağımlılık ortaya çıkar (Akçay, 2011: 123). Ailenin en tecrübeli üyesi olarak, yaşlı ile diğer fertler arasında karşılıklı sosyal destek ortaya çıktığında yaşlı bu dönemde yalnızlık hissetmeyecektir. Yaşlılık döneminde birey duygusal, bilişsel ve maddi sosyal desteğe daha çok ihtiyaç duymaya başlayacaktır. Sosyal

destek yaşının yalnızlıkla beraber ortaya çıkabilecek stres kaynaklarını bastırmasını sağlayacaktır. Bu dönemde yaşlı bireyin hayatında iki tür sosyal destek vardır bunlar: (1) gerçek sosyal destek, (2) algılanan sosyal destek olarak sıralanabilir. Yaşlılık dezavantajların çok olduğu bir dönemdir. Birey daha sık hastalanmakta, ekonomik olarak kayıp yaşamakta ve birçok yetisi geri gelmemek üzere kaybolmaktadır. Bu dönemde birey duygusal ilgiye daha fazla gereksinim duyabilmektedir. Özellikle eş kaybı sonrası duygusal sosyal destek ihtiyacı artmaktadır. Eş kaybı sonrasında kadın ve erkek farklı davranış kalıpları sergileyebilmektedir. Eş kaybı yaşayan kadınlar tekrardan evlenmek istememekte ve arkadaş, akraba ve aile desteği ile hayatlarına devam etmektedirler. Fakat erkekler eş kaybı sonrasında kişilerarası iletişim kurmakta zorlanmakta ve ev temizliği, yemek hazırlama, kişisel bakım problemleri gibi nedenlerle tekrardan evlenmek istemektedirler. Eş kaybı sonrası hem kadın hem de erkete informal sosyal destek ağları (eş, komşu, akraba ve çocuklar) tompon (buffer) görevi görmekte ve yaşının ruhsal sorun yaşamasını engellemekte ya da en asgari seviyeye

inmesine yardım etmekte olduğunu söyleyebiliriz. Birey yaşlılık dönemini huzurevi ortamında geçiriyorsa burada da formel sosyal destek ağlarını (kurum hemşiresi, kurum hekimi, sosyal çalışmacı, kurum müdürü ya da yardımcısı) kullanmak durumunda kalabilir. Yaşlılık döneminde eş kaybı sonrası ihtiyaç duyulan sosyal destek türlerini şu şekilde açıklayabiliriz:

Tablo 2. Yaşlılık Döneminde Sosyal Destek Türleri

Maddi Sosyal Destek	Yaşlılık döneminde emeklilik, çalışma hayatından çekilmek, özellikle kadınların ücretsiz ev işçisi olarak yıllarca çalışmaları ve sosyal güvenlik sisteminin dışında olmaları, yaşlılık döneminde maddi sosyal desteğe ihtiyaç duyma ihtimalini arttırdığını söyleyebiliriz.
Duygusal Sosyal Destek	Eş kaybı, daha sık hastalanma, yalnızlık, izole olma vb. durumlar karşısında yaşlı hayatında duygusal sosyal desteğe her zamankinden daha çok ihtiyaç duyabilir. Bu dönemde özellikle çocuklarının göstereceği sevgi ve şefkat duygularına daha çok ihtiyaç duyduğunu söyleyebiliriz.
Zihinsel Sosyal Destek	Çalışma hayatının dışında kalmak, algılama ve muhakeme etme yetilerindeki gerilemeler vb. nedenlerle yaşlının sağlık problemleri, resmi kurumlarda iş takibi, maddi kararlarda zihinsel desteğe ihtiyaç duyduklarını söyleyebiliriz.

Tablo 2’de yaşlılık döneminde sosyal destek türleri maddi, duygusal ve zihinsel olmak üzere üç türe ayrıldığını görmekteyiz. Yaşlı bu dönemde biyolojik, psikolojik, fizyolojik, bilişsel gerilemelere bağlı olarak bu destek türlerine ihtiyaç duyabileceğini söyleyebiliriz. Aynı zamanda yaşlılık döneminde algılanan sosyal desteği yapısal ve fonksiyonel olarak iki farklı başlığa ayırabiliriz. Yapısal olarak; yaşlı kaç kişiden sosyal destek sağlar, fonksiyonel olarak ta yaşlıya sağlanan sosyal desteğin yaşlının hayatında ne kadar önemli olduğudur. Yaşlılık döneminde algılanan destek sonuç olarak yaşlılık döneminin dezavantajlarına bir tampon görevi göreceğini, yaşlının yaşam kalitesine katkıda bulunacağını söyleyebiliriz. Yaşlı bu desteği doğrudan da hissedebilir ya da dolaylı olarak ta hissedebilir.

Terim anlamında emekli olma, kanunlarla öngörülen belli bir süre bir kurumda çalışma koşulunu sağlamış bireylerin kurumdan ayrılması ve çalıştığı süreye karşılık olarak bir gelire sahip olması olayına denilmektedir. Emekli olma olayından sonraki hayat dönemine emeklilik denilmektedir (Akçay, 2011: 207).

İnsanların bazıları açısından emekli olmak yeni bir başlangıç anlamına gelirken; bazıları için verimsiz, vazgeçebilirlik duygularına sebep olan, depresyona neden olan ve daha ciddi seviyelerde hemen ölme isteğinin ortaya çıkmasına sebep olan bir süreçtir. Yüksek statülü işlerde çalışan insanlarda daha yüksek iş tatmini ve daha az emekli olma isteği görülmektedir. Düşük statülü çalışanlar ise, daha çok ekonomik sebeplerle emeklilik sonrası çalışmaya devam etmektedirler (Demirbilek, 2007: 137). Yapılan araştırmalarda, emekliliğin bireyin kenara itilmesi, emekliliğin toplumsal statünün kaybolmasına sebep olması, yalnızlığa sebep olması ve ruhsal problemlerin daha fazla yaşandığı bir dönem olmasının medeni duruma göre farklılaştığı ve bekâr bireylerin evli bireylere göre daha olumsuz etkilendiği sonucu bulunmuştur (Arpacı, 2014). Emeklilik döneminde eş kaybı ya da yaşlı bireyin bu döneme eş kaybına uğramış bir şekilde girmesi emekliliğin olumsuz etkilerini daha derin bir şekilde hissetmesine neden olmaktadır. Aynı zamanda gelir azalması, çalışma ve aile yaşamında var olan dengenin bozulması, iş arkadaşları sosyal ağının kaybedilmesi gibi

problemler bu dönemde yaşı bireyin uyum sağlamasını güçleştirmektedir. Günümüzde ortaya çıkan yeni aile yapıları ve ihtiyaç duyulan sosyal desteğin sağlanamaması düşük statülü işlerde çalışarak emekli olan yaşlıların denge kurmasını engellemektedir. Emeklilik döneminde kırsal yaşlanma ve kentsel yaşlanma arasında yaşam kalitesi, yalnızlık ve sosyal destek ihtiyacı bakımından önemli farklılıkların görülmesinin temel nedeni, aile yapısındaki farklılaşmadır. Daha küçük evlerde üç kuşağın bir arada yaşaması imkânsız hale gelmektedir. Aynı zamanda kadının çalışma hayatına katılması, yaşlıya bakım sorumluluğunu kimin üstleneceği tartışmalarını ortaya çıkartmaktadır. Gerontoloji konusunda aşama kaydetmiş ve gerekli çalışmaları tamamlamış olan ülkelerde (Almaya, ABD, gibi) tarihsel süreç içerisinde yaşlılık ile ilgili çalışmalar (psikogeriatri, nörogerontoloji vb.) yapılmış, aynı zamanda bakım sigortası gibi mevzuat düzenlemeleri yapılmış olmasına rağmen, Türkiye’de emeklilik sonrası yaşlılar, düşük ücretli işlerde çalışmak zorunda kalmakta, ya da az gelire yaşama savaşı vermekte olduklarını söyleyebiliriz. Grileşen bir toplum

olarak Türkiye'nin emeklilik sonrası, bakım sigortası ve kimseye muhtaç olmadan onurlu bir şekilde yaşayabilecek kadar emekli geliri elde edilmesi konusunda çalışmaların yapılması gerektiğini söyleyebiliriz.

Yaşlıların büyük çoğunluğu düşük eğitilidir, bu duruma yaşlıların okumaktan, öğrenmeye ve kişisel gelişime odaklanma etkinliklerini daha az sevmelerine sebep olmaktadır. Gelirdeki keskin bir düşüş, her an başına bir şeylerin geleceğinden endişe etme, ulaşım koşullarındaki güçlükler ve devingenliğin azalması da yaşlıların hareketsiz yaşam tarzı benimsemesine neden olmaktadır (Zastrow, 2014: 649). Toplumda yaşa bağlı normlar sosyalleşme sürecinde kazanılır. Buna göre öğrenilen roller, görelî anlamda toplumsal bütünleşmeyi sağlar. Yaşlılık, sosyal rollerde bir farklılaşmaya ve çoğu zamanda bir kaybın ortaya çıkmasına yol açar. Çalışan bireyler açısından emeklilik, yaşlılıkla gelen en önemli farklılıklardan bir tanesidir (Kalınkara, 2011: 107). Toplumda görülen yaşa bağlı normlar onları daha fazla hareketsiz ve izole bir yaşama sevk etmektedir. Aynı

zamanda bir dezavantajlar dönemi olarak fizyolojik gerileme ile birlikte yaşlı daha az hareket etmeye başlamaktadır. Özellikle kadınların yetişkinlik döneminde ücretsiz ev işçisi olarak çalışmaları, emekli dahi olamamalarına neden olmaktadır. Canlıların genelinde dişiler daha uzun süre yaşadıklarını görmekteyiz. Bu nedenle emekli dahi olamayan, ataerkil aile yapısı içerisinde hayatını devam ettirmiş olan yaşlı kadınlar bu dönemde daha fazla sıkıntı ile karşı karşıya kalmaktadır. Topluma katılım, aynı anda birden fazla hastalığın ortaya çıkması yaşam bilançosunda olumsuzlukların daha fazla görülmesine neden olmaktadır.

Yaşlılık dönemi ve yalnızlık ile ilgili olarak bu bölümde emeklilik ve eş kaybını ön plana çıkarttık. Fakat unutmamak gerekir ki yaşlılık karmaşıktır. Yaşlılık döneminde yalnızlığı etkileyen daha birçok farklı (cinsiyet, yüksek statülü ya da düşük statülü bir işte çalışmak, eğitimsizlik, çocuk desteği, akraba desteği, fizyolojik sağlık, biyolojik sağlık ...) değişken vardır. Yaşlılık döneminde asıl amaç hayat süresini uzatmak

değildir. Yaşlılık ile ilgili olarak yapılan çalışmaların temel amacı hayat kalitesini artırmaktır. Günümüzde ölüm artık yaşamın ileri safhalarında gerçekleştiği bir gerçekliktir. İnsan ömrü hızla artmaktadır. Maksimum ömür uzunluğu beraberinde multimorbidite, psikosomatik hastalıkları ortaya çıkartmaktadır. Aynı zamanda duyma ve işitme yetilerinde gerilemeler ortaya çıkmaktadır. Tüm bunların yaşlının bağımlı yaşamasına neden olduğunu söyleyebiliriz.

2. Araştırma Hakkında

Tamamen nicel düşünce artık şüpheyile karşılanmaktadır; çünkü bu yaklaşım bireyleri ve olguları anlamaya veya niteliklerini kavramaya yönelik bir çaba göstermekten daha çok onları test eden, ölçen, deney veya hesap konusu haline getiren bir yaklaşım sergilemektedir (Mayring, 2011: 16). Nitel araştırma ise toplumsal gerçeklikleri, birey davranışlarını ve bu davranışların nedenlerinin neler olduğunu detaylı ve derin bir biçimde anlamayı hedefleyen bir yöntemdir (Güler, Halıcıoğlu ve Taşğın, 2015: 39). Nitel çalışmalarda elde edilen verilerin analizi için iki yöntem vardır; betimsel analiz ve içerik

analizi. Betimsel analiz, derinlemesine analize ihtiyaç duymayan verilerin işlenmesinde kullanılırken, içerik analizi elde edilen verilerin daha ayrıntılı incelenmesini ve bu verileri açıklayan kavram ve temalar oluşturulmasını gerektirmektedir. (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 86). Nitel araştırmaların özelliklerinden hareketle bu çalışmanın soruları, çalışma grubu, veri toplama araçları ve uygulaması açıklanmıştır.

2.1. Amaç ve Önem

Bu çalışmanın amacı yaşlılık ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi emeklilik, eş, çocuk, akraba ve komşu desteği değişkenleri bağlamında ortaya çıkartmaktır. Yaşlılık ve yalnızlık arasındaki ilişki genellikle likert ölçeklerle araştırılmıştır. Yalnızlık soyuttur, bu nedenle yaşlılık döneminde yalnızlığı ekolojik teorik bakış açısıyla ortaya çıkartmak bu araştırmayı önemli kılmaktadır.

2.2.Yöntem

Her insanın yaşlılık dönemi ve problemleri biriciktir. Herkes yaşlanmaya farklı anlamlar yüklemektedir. Aynı zamanda kültürel değer sistemleri de yaşlılık sürecine

bazı değerler atfetmektedir. Hayatımızın üçüncü boyutu olarak isimlendirebileceğimiz yaşıllık döneminde yalnızlığı anlayabilmek için nitel desenin en uygun çalışma yöntemi olacağına karar verilmiştir. Bu çalışma nitel desende tasarlanmış bir açıklayıcı durum çalışmasıdır. Araştırma yalnızlık ile ilgili araştırmalarla benzer sonuçlar bulduğundan inandırıcıdır. Araştırmacı veri toplama sürecinden rapor yazılımına kadar objektif olduğundan bu araştırma doğrulanabilir bir araştırmadır.

Bu çalışmadaki araştırma soruları;

- Emeklilikyaşıllık döneminde yalnızlığı arttırmakta mıdır?
- Birincil destek (aile) kaybı yaşıllık döneminde yalnızlığı arttırmakta mıdır?
- İkincil destek (akraba) kaybı yaşıllık döneminde yalnızlığı arttırmakta mıdır?
- Arkadaş kaybı yaşıllık döneminde yalnızlığı arttırmakta mıdır?

Araştırmanın çalışma grubu 65+ yaş grubunda 8 erkek, 2 kadın olmak üzere 10 bireydir. Araştırmada veri toplama aracı olarak 5 bölümden oluşan derinlemesine görüşme formu kullanılmıştır. Araştırmanın derinlemesine görüşme formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Yaşlılık ve yalnızlık arasındaki ilişki hali hazırda birçok kere kullanılmış olan nicel, likert ölçekler yerine, derinlemesine görüşme formu ile araştırılmak istenmiştir.

3. Araştırmanın Bulguları

Bu bölüm araştırmanın görüşme formundan elde edilen verilerin, emeklilik, arkadaş, eş, çocuk, akraba temalarının yaşlılık döneminde yalnızlığa yaptığı etkinin analizinden meydana gelmektedir. Araştırma verileri 5 temaya (emeklilik, arkadaş desteği, eş desteği, çocukların desteği ve akraba desteği) ayrılarak incelenmiştir. Yaşlılık döneminin en önemli sosyal destek kaynağı eşlerdir. Eşi hayatta olan yaşlılar daha az yalnızlık hissedecektir. Aynı zamanda hastalıkların artması, aynı anda birden fazla hastalığın ortaya çıkması ve azalan maddi gelir bu dönemde çocukların desteğini zorunlu hale getirdiğini söyleyebiliriz. Kırsal kesimde yaşlının,

yakın komşuluk ilişkileri nedeniyle kentsel yaşlanmaya göre daha fazla destek hissetmekte ve daha az yalnızlık yaşamakta olduğunu söyleyebiliriz. Emeklilik sonrası arkadaş sosyal ağındaki gerileme yaşlılık döneminde önemli bir yalnızlık kaynağı olduğunu söyleyebiliriz. Aynı zamanda yaşlı bu dönemde akrabalarını yanında görmek isteyebilir. Akrabaların verecekleri sosyal desteğin yalnızlığın etkisini azaltabileceğini söyleyebiliriz.

3.1.Emeklilik

Emeklilik teması, emeklilik öncesi ve sonrası olarak ikiye ayrılarak; emeklilik öncesi çalışma koşullarını özleyenler, özlemeyenler ve bazı yönlerden özleyip, bazı yönlerden özlemeyenler olarak kodlara ayrılarak incelenmiştir. Emeklilik öncesi çalışma koşullarını özleyenler genellikle daha yüksek statü ve gelire sahip meslekleri yerine getiren yaşlılar olduğunu söyleyebiliriz. Düşük statülü ve az gelirli işlerde çalışan yaşlılar, çalışma şartlarının ağırlığı ve gelir azlığına bağlı olarak emeklilik öncesi döneme özlem duymadıklarını söyleyebiliriz.

Tablo 3. Emeklilik dönemi sosyal ilişkiler ve yalnızlık

Tema	Kodlar	Görüş Bildiren	f
Emeklilik	Emeklilik öncesi dönemi özleyenler	Katılımcı 2 Katılımcı 6 Katılımcı 8 Katılımcı 9 Katılımcı 10	5
	Emeklilik öncesi dönemi bazı yönlerden özleyip, bazı yönlerden özlemeyenler	Katılımcı 3	1
	Emeklilik öncesi dönemi özlemeyenler	Katılımcı 1 Katılımcı 4 Katılımcı 5 Katılımcı 7	4

Geçmiş dönemlerde yaşlılar için gerekli sosyal güvenlik mevzuat düzenlemeleri yetersizdi. Yaşlılık dönemine kadar güvencesiz işlerde düşük ücretle çalışan yaşlılar, yetişkinlik dönemine özlem duymayacağını söyleyebiliriz. Yaşlıların istihdamı da ülkemizde gelişmiş batı ülkelerinin seviyesinde olmadığını görmekteyiz.

Yetişkinlik döneminde hayat şartlarının daha zor olduğunu Katılımcı 1 şu şekilde ifade etmektedir:

“şükrlr olsun halime. Eski zamanlarda çok zorluk vardı. Ben kimsenin yanına gitmiyorum.” (Katılımcı 1, erkek, 80 yaşında, Evli, 5 çocuğu var)

Yaşlılık risk dönemidir. Bu dönemde sağlık sorunları birikerek artar. Alzheimer, idrar tutmakta zorlanma, kemik erimesi, kronik hastalıklar vb. artmaktadır. Sadece hastalıklar değil aynı zamanda ev kazaları yaşlıları bağımlı hale getirebilmektedir. Yaşlılar gençlik yıllarındaki kuvvetlerine ve dirençlerine zlem duyabilirler. Yetişkinlik döneminde sağlıklı sıhhatli olduğunu, yaşlılık döneminde ise hiçbir şeye gücünün yetmediğini, arkadaşlarıyla ibadet etmek için bir araya geldiğini Katılımcı 2 şu şekilde ifade etmektedir:

“İnsan zler geçmişini, o güzel günlerini. O zamanlar sağlıklı sıhhatliydim, Gücüm yetiyordu her şeye. Gentim o zamanlar, hiç genç ile ihtiyar bir olur mu? Yaşlanınca uyuklayıp geziyor insan. şimdi Kur’an okumaya

gidiyorum arkadaşlarımla.” (Katılımcı 2, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

İleri yaşlılık döneminde birey sağlık sorunlarının artmasıyla birlikte bağımlı hale gelebilir. Yürüme bozuklukları, görmen bozuklukları, işitme bozuklukları vb. problemler ileri yaşlılık dönemi sorunlarından sadece bir kaçıdır. Bu dönemde yaşlı destekleyici fiziksel ve sosyal çevreye de ihtiyaç duyacaktır. İleri yaşlılık döneminde fiziksel aktivitelerin kısıtlanması ile birlikte yaşlının izole edilme riskinin artmakta olduğunu söyleyebiliriz. Özel bakım gereksinimleri ve uzun süreli bakım gereksinimleri bu dönemde yaşlıların öncelikli gereksinimleridir. Yetişkinlik döneminin özlenecek ve özlenmeyecek taraflarının bulunduğunu, kendisinin şu an engelli bisikleti ile bir yerden bir yere gittiğini Katılımcı 3 şu şekilde ifade etmektedir:

“Eskiden çalışma şartlarının özlenecek tarafı da var, özlenmeyecek tarafı da var. Ben Adapazarı’na ticari amaçla geldim. Hiçbir faaliyete katılamıyorum. Benim yapabileceğim hiçbir şey yok. Şu an sadece bu engelli

bisikleti ile bir yerlere gidebiliyorum.” (Katılımcı 3, erkek, 83 yaşında, Evli, 7 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde önemli sosyal problemler; soyutlanma ve yalnızlık olduğu söylenilebilir. Eşler hayatta ise, maddi gelirleri yeterli ise ve birbirlerine destek oluyorsa, yaşlı bu dönemde çocuklarına ya da akrabalarına bağımlı değildir. Yaşlılık döneminde yerinde yaşlanma, eş desteği, sağlık problemleri ile baş edebilme gücü yaşlının iyilik halini arttırdığını söyleyebiliriz. Kendisi için en önemli şeyin sağlığı olduğunu, hiçbir arkadaş grubu ya da organizasyona katılmadığını Katılımcı 4 şu şekilde ifade etmektedir:

“Sadece sağlığımı düşünüyorum. Emekliyim, Allah’a şükür. 5 vakit namaz kılarım, başka bir yere gitmiyorum. Başka kimseyle işim olmaz evime giderim.” (Katılımcı 4, erkek, 74 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yaşlanma ile birlikte yaşama nasıl dâhil olacağı problemi ortaya çıkmaktadır. Yaşlılar sosyal entegrasyon için gönüllü olarak ya da düşük ücretle bazı işlerde çalışmaktadır. Uzayan insan ömrü yaşlı istihdamı

sorunun ortaya çıkartmaktadır. Yaşlı kayıt dışı, güvencesiz işlerde çalışarak hayatını devam ettirebilir. Yetişkinlik döneminde çiftçilik yaptığını, çiftçilik mesleğini ve çalışma koşullarını kesinlikle özlemediğini Katılımcı 5 şu şekilde ifade etmektedir:

“Tarlaları sattık, çiftçilik yapıyordum. 30 sene oldu bırakalı. Şimdi mezarlıkları temizliyorum, hala çalışıyorum. Yok, çiftçiliği özlemiyorum.” (Katılımcı, 5, erkek, 72 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Kırsal kesimde ücretsiz ev işçisi olarak çalışarak hayatını devam ettiren kadınlar, eş kaybı ve çocukların şehre taşınması sonrasında daha çok yalnızlık hissettiğini söyleyebiliriz. Aynı zamanda daha çok kırsal kesimde olmak üzere kentlerde yaşayan yaşlı kadınlarında eğitimsiz ve güvencesiz olduklarını görmekteyiz. Yaşlılığın kadınsallaşması ve kadının hayatını emek yoğun işlerde düşük ücretlerle geçirmesi bu dönemin önemli bir problemidir. Yetişkinlik döneminde çiftçilik yaptığını ve artık o işleri yapabilecek dermanı olmadığını fakat yapmak istediğini Katılımcı 6 şu şekilde ifade etmektedir:

“Fındık toplamaya, ya da tarlaya artık gidemiyorum. Ancak bahçeye çıkabiliyor ve ev temizliği yapıyorum. Değnekle gitmek zor oluyor. Gitmek isterim ama gidemiyorum.” (Katılımcı 6, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde ekonomik olarak bağımlı olmak beraberinde birçok sosyal problemi ortaya çıkarttığını söyleyebiliriz. Düşük statülü işlerde, düşük ücretlerle çalışan kişilerin yaşlılık döneminde ekonomik desteğe ihtiyacı daha fazla olacağını söyleyebiliriz. Gelir azalması, yalnızlık, ilgisizlik vb. sosyal problemler yaşlının topluma katılımını engellediğini söyleyebiliriz. Yetişkinlik döneminde taş ocaklarında işçi olarak çalıştığını, yaptığı zor işe bağılı olarak o günleri özlemediğini ve hiçbir arkadaş grubuna katılmadığını Katılımcı 7 şu şekilde ifade etmektedir:

“Yaştan emekli oldum, taşocaklarında çalışıyordum. O günleri hiç özlemiyorum. Her şey zamanla olur. Taş ocağında çalışmak zor. Hiçbir kimsenin yanına gitmiyorum.” (Katılımcı 7, erkek, 74 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yetişkinlik döneminde yüksek statülü işlerde çalışan yaşlılar, gençlik ve yetişkinlik yıllarını daha çok özlemektedir. Yüksek statülü işlerde çalışmak, yüksek emekli maaşı, yaşlının topluma katılımını arttırdığını söyleyebiliriz. Maddi olarak diğer kişilere muhtaç olmamak ve sağlık sorunlarının asgari seviyede olması yaşlıyı bağımsız hale getirdiğini söyleyebiliriz. Mesleğini sevmesine bağlı olarak yetişkinlik dönemindeki çalışma koşullarını özlediğini fakat yaşlanmayla birlikte sosyal ilişkilerinde azalama meydana geldiğini Katılımcı 8 şu şekilde ifade etmektedir:

“Mesleği çok seviyordum. Özlemez miyim hiç, insanoğlu zaten gençliğini özlüyor. Şimdi selam yok bir şey yok, insan konuşmaya korkuyor birisiyle. Hiçbir yere katılmıyorum. Namaz kılmaya gidiyorum sadece, bir de kahvehaneye çay içmeye gidiyorum.” (Katılımcı 8, erkek, 77 yaşında, evli, çocuğu yok)

Yüksek statülü işlerde, iyi bir gelirle çalışan ve emekli olan yaşlılar çalışma hayatındaki günlerini ve arkadaşlarını özlüyorlar. Aynı zamanda bu sosyal ilişkilerin devam ettiğini görmekteyiz. Ekonomik olarak

diğer bireylere bağımlı olmayan yaşlıların sosyal ve ekonomik problem yaşamadığını söyleyebiliriz. Yetişkinlik döneminde yaptığı mesleği ve çalışma koşullarını özlediğini aynı zamanda sosyal ilişkilerinin canlılığını kaybetmediğini Katılımcı 9 şu şekilde ifade etmektedir:

“Yaşanmış hayatlar özleniyor. Arkadaş grupları mutlaka var. Ailece zaten görüşüyoruz.” (Katılımcı 9, erkek, 73 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yüksek statülü işlerde çalışan yaşlıların emeklilik sonrası eski günlerini aradıklarını söyleyebiliriz. Yetişkinlikte yapılan meslek emeklilik sonrası yaşlılık döneminde yaşlılığın yaşanış şeklini değiştirmektedir. Bu bağlamda yaşlılığı yetişkinlik döneminde icra edilen meslekten ve ekonomik güçten ayrı düşünemeyiz. Yüksek statülü işlerde çalışarak emekli olan yaşlılar için yaşlılığın negatif değil daha çok pozitif yönü ön plana çıkmaktadır. Yetişkinlik döneminde öğretmen olarak çalıştığını, öğretmenliği bir tutku olarak gördüğünü ve sosyal ilişkilerinin whatsapp aracılığıyla devam ettiğini arkadaş

gruplarıyla bu şekilde haberleştiklerini Katılımcı 10 şu şekilde ifade etmektedir:

“Öğretmenliği çok özlerim. İçimde bir tutkuydu. Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmenleri, Atatürk Üniversitesi Mezunları Watsapp grupları var, o şekilde görüşüyorum. Atatürk Üniversitesi mezunlarının toplantıları oluyor, bu yıl Samsun'daydı gidemedim.”
(Katılımcı 10, erkek, 65 yaşında, evli, 2 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde emeklilik ile birlikte birey hem ekonomik olarak bir gerileme yaşamakta hem de çalışma arkadaşlarının olmamasıyla, sosyal ilişkileri azalmaktadır. Yetişkinlik döneminde statüsü yüksek mesleklerde çalışan yaşlıların sosyal medya ya da whatsapp aracılığıyla bir birleriyle iletişim kurdukları sonucu bulunmuştur. Yetişkinlik döneminde ağır çalışma koşulları altında düşük ücretle çalışan yaşlıların, emeklilik öncesi döneme özlem duymadıkları görülmüştür. Ücretsiz ev işçisi olarak kırsal kesimde çiftçilik yapan kadın katılımcıların, sağlıklarının elverişsiz olmasına bağlı olarak eski günlerini özledikleri sonucu bulunmuştur.

Geçmiş dönemlerde yaşlılık bireysel bir sorun olarak algılanıyordu. Her birey kendi yaşlısından sorumluydu. Günümüzde ise yaşlıların problemleri sadece yaşının çocuklarının problemi olmadığını söyleyebiliriz. Günümüzde yaşının bakım görevi, devlet, özel sektör ve kendi ailesi arasında paylaşılmakta olduğunu görmekteyiz. Emeklilik döneminde yaşlı gelir azalmasına bağlı olarak sosyal hayatın içerisine daha az dâhil olmaktadır. Yaşlılık döneminde kadının eğitimsiz olması ve ücretsiz ev işçisi olarak hayatını geçirmesine bağlı olarak yoksulluk problemi ile karşı karşıya kaldığını söyleyebiliriz. Bütün bu nedenlerle yaşlılık döneminde yalnızlığı somut olarak görmek mümkün değildir.

3.2.Arkadaş

Bu bölümde arkadaşlık teması, yaşlılık sonrası arkadaşlık ilişkileri devam edenler ve yaşlılık sonrası arkadaşlık ilişkileri devam etmeyenler olarak kodlara ayrılarak incelenmiştir. Yaşlılık döneminde eş, çocuk, arkadaş, akraba ve komşu sosyal desteği yaşlılık dönemi problemlerinin üstesinden gelinmesinde önemlidir. Ana rahmine düşmek, çocuk olmak, genç olmak, yetişkin

olmak ve yaşlılık hayatın normal akış süreci içerisinde her bireyin yaşam çizgisini meydana getirmektedir. Yaşlılık her bireyde farklı olarak yaşanmasından dolayı özeldir. Her bireyin eş, çocuk, akraba ve arkadaş sosyal desteği de birbirinden farklı olacaktır. Arkadaşlarından ayrı düşmek, farklı bir mekâna taşınmak zorunda kalmak yaşlıyı arkadaşlarından ayırabilir. Aynı zamanda yaşlılık döneminde arkadaşların ölümleri yaşlıyı olumsuz etkileyebilir.

Tablo 4. Yaşlılık döneminde arkadaş kaybı ve yalnızlık

Tema	Kodlar	Görüş Bildiren	f
Arkadaşlık	Arkadaş ilişkileri devam ediyor.	Katılımcı 2, Katılımcı 9, Katılımcı 10	3
	Arkadaş ilişkileri devam etmiyor.	Katılımcı 1, Katılımcı 3, Katılımcı 4, Katılımcı 5, Katılımcı 6, Katılımcı 7, Katılımcı 8	7

Mekânsal uzaklığa bağlı olarak farklı illerde yaşayan yaşlılar gençlik yıllarında elde ettikleri arkadaşlarıyla daha az ya da hiç görüşemeyeceklerini söyleyebiliriz.

Arkadaş sosyal desteğinden mahrum olan yaşlıların daha çok yalnızlık hissedeceğini söyleyebiliriz. Yetişkinlik dönemindeki arkadaşlarıyla mesafeye bağlı olarak görüşmediğini Katılımcı 1 şu şekilde ifade etmektedir:

“Arkadaşım var ama birbirimizden ayırız. Birbirimizden uzaklarda olduğumuz için görüşmüyoruz.”

(Katılımcı 1, erkek, 80 yaşında, evli, 5 çocuğu var)

Yaşlılık dönemiyle birlikte arkadaş sosyal ağında önemli bir azalma meydana gelmektedir. Hem sevilen arkadaşların ölümü hem de daha az görüşebilme gibi durumlara bağlı olarak, arkadaş sosyal ağı önemli oranda gerilediğini söyleyebiliriz. Yaşlılık döneminde arkadaşlarının azaldığını, sadece bir iki tane güvendiği arkadaşı olduğunu Katılımcı 2 şu şekilde ifade etmektedir:

“Bir iki tane derdimi paylaştığım arkadaşım var. Her sırrımı tabii ki açıklamam. Sadece güvendiğim arkadaşlarla konuşuyoruz beraber, şu şekilde olur bu şekilde olur diye.” (Katılımcı 2, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

İleri yaşlılık döneminde arkadaş sosyal ağı tamamen eriyebilir. Gençlik ve yetişkinlik yıllarında elde edilen arkadaşlar hayatlarını kaybetmiş olabilir. Yetişkinlik dönemindeki arkadaşlarının öldüğünü, yaşlılık döneminde edindiği arkadaşlarının da öldüğünü Katılımcı 3 şu şekilde ifade etmektedir:

“Arkadaşlarımın çoğu öldü. 70 yaşında arkadaş edindim, onlarda öldü. Ben 83 yaşındayım 70 yaşındaki öldü, 65 yaşındaki öldü.” (Katılımcı 3, erkek, 83 yaşında, Evli, 7 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde arkadaş kayıpları ve ortaya çıkabilecek güven problemi yalnızlığa neden olabilir. Yetişkinlik dönemindeki arkadaşlarının öldüğünü, diğer insanlarla sosyal iletişim kurmaktan kaçındığını ve yalnızlığı sevdiğini Katılımcı 4 şu şekilde ifade etmektedir:

“Arkadaşlarımın bir kısmı öldü. Ben sokulmam kimseye, yalnızlığı severim. O nedenle kimseyle bir şey paylaşmam.”(Katılımcı 4, erkek, 74 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yaşlılık dönemiyle birlikte birey arkadaşlarını kaybetmiş olabilir ya da içine kapanmış olabilir. Arkadaş sosyal destek açısından mahrum olan yaşlıların daha fazla yalnızlık hissedeceğini söyleyebiliriz. Yaşlılık döneminde hiç arkadaşının olmadığını Katılımcı 5 şu şekilde ifade etmektedir:

“Benim arkadaşım yok” (Katılımcı, 5, erkek, 72 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Arkadaş sosyal desteği yaşlılık döneminde yalnızlık karşısında bir tampon görevi görebileceğini söyleyebiliriz. Herhangi bir sorun yaşadığında problemini paylaşacağı bir arkadaşının olmadığını, arkadaş olarak kızını gördüğünü Katılımcı 6 şu şekilde ifade etmektedir:

“Derdimi anlatabileceğim arkadaşım yok. Dertleşebildiğim kızım var. Aklımın yetmediğini ona danışırım. Köyde de başka kimse yok, oğluma kızıma anlatırım derdimi.” (Katılımcı 6, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Yaşlılık dönemiyle birlikte arkadaş sosyal destek ağının azaldığını söyleyebiliriz. Mesafe olarak uzak olmak arkadaş sosyal destek ağının yok olmasına neden olduğunu söyleyebiliriz. Yaşlılık döneminde arkadaşının olmadığını Katılımcı 7 şu şekilde ifade etmektedir:

“Arkadaşlıklar hep unutuldu. Zaten arkadaşlar memlekette kaldı. 54 yıl önce gelmişim.” (Katılımcı 7, erkek, 74 yaşında, Evli, 3 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde bazı bireylerin daha çok içe kapandıklarını söyleyebiliriz. Yaşlılık dönemindeki arkadaş ilişkilerinin, yetişkinlik dönemindeki nitelikte olmadığını Katılımcı 8 şu şekilde ifade etmektedir:

“Arkadaşlarla merhaba, merhaba o kadar. Yaşlanınca kimse seninle arkadaş olmaz sana yaklaşmaz bile, camide herkes kendi kendine. Herkes kendi kabuğuna çekilmiş.” (Katılımcı 8, erkek, 77 yaşında, evli, çocuğu yok)

Yüksek statülü işlerde çalışan ve ekonomik olarak daha güçlü olan yaşlıların arkadaş sosyal destek ağının canlılığını kaybetmediğini söyleyebiliriz. Yaşlılık

döneminde arkadaş ilişkilerinin devam ettiğini, telefonla ve yüz yüze arkadaşlarıyla görüştüğünü Katılımcı 9 şu şekilde ifade etmektedir:

“Çocukluk arkadaşlarım var onlarla halen görüşüyoruz. Telefonla, yüz yüze görüşüyoruz. Onlar bize biz onlara gidip geliyoruz.” (Katılımcı 9, erkek, 73 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yüksek statülü işlerde çalışan ve eski arkadaşlarıyla çeşitli şekillerde iletişim kuran yaşlıların arkadaş sosyal destek ağlarını devam ettirdikleri söylenebilir. Herhangi bir sorunla karşılaştığında arkadaşlarına danışabileceğini Katılımcı 10 şu şekilde ifade etmektedir:

“Arkadaşlarım var yakın çevremden, bir durum olduğunda onlara sorarım. (Katılımcı 10, erkek, 65 yaşında, evli, 2 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde arkadaş bölümünün analizinden elde edilen bulgular ve katılımcıların yetişkinlik döneminde yaptıkları meslekler karşılaştırıldığında; yüksek statülü işlerde çalışan, ya da öğretmenlik gibi mesleklerde çalışan yaşlıların, yetişkinlik dönemi arkadaş sosyal

ağlarının devam ettiği sonucu bulunmuştur. Düşük ücretle ve ağır koşullarda çalışarak emekli olmuş yaşlıların arkadaş sosyal ağlarının devam etmediği sonucu bulunmuştur. Yaşlılık döneminde arkadaşlık sosyal ağları ile yetişkinlik döneminde yapılan işin statüsü ve emeklilik dönemi ekonomik gücü arasında bir ilişki olduğu görülmüştür.

3.3. Eş

Eş desteği teması, yaşlılık döneminde eşiyile sorunlarını paylaşanlar ve eşiyile sorunlarını paylaşmayanlar olarak kodlara ayrılarak incelenmiştir. Yaşlılık döneminde en önemli sosyal destek kaynağının eş olduğunu söyleyebiliriz. Eşi hayatta olan yaşlılar daha çok duygusal ve bilişsel destek algılamaktadır. Eş kaybı sonrası stres ve ruhsal sarsıntı yaşama ihtimali artmaktadır. Aynı zamanda eşi hayatta olan yaşlıların hayatta kalma beklentisinin arttığını söyleyebiliriz. Birincil destek kaynağı olarak eş yaşlının bağlandığı en önemli destek kaynağıdır. Özellikle ileri yaş döneminde eş kaybı yaşayan yaşlı bireylerde hastalanma, psikolojik bunalıma girme ihtimalinin arttığını söyleyebiliriz.

Tablo 5. Yaşlılık döneminde eş desteği ve yalnızlık

Tema	Kodlar	Görüş Bildiren	f
Eş Desteği	Eşimle sorunlarımı paylaşırım	Katılımcı 1, Katılımcı 2, Katılımcı 3 Katılımcı 4, Katılımcı 5, Katılımcı 6 Katılımcı 7, Katılımcı 8, Katılımcı 9	9
	Eşimle sorunlarımı paylaşmam	Katılımcı 10	7

Yaşlılık döneminde en önemli sosyal destek kaynağı eştir. Eşler aynı zamanda birbirlerinin bakım görevlerini de üstlenmektedir. Eşinden duyduğu memnuniyeti ve sosyal desteği Katılımcı 1 şu şekilde ifade etmektedir:

“Hanım sağ, bana bakıyor. Sıkıntımı derdimi onunla paylaşıyorum.” (Katılımcı 1, erkek, 80 yaşında, evli, 5 çocuğu var)

Eş kaybı sonrasında yaşlı yas süreci yaşayabilir. Beraberinde soyutlanma ve yalnızlık ortaya çıkabilir.

Eşinin hayatta olmadığını ve eşinin sosyal desteğine olan ihtiyacını Katılımcı 2 şu şekilde ifade etmektedir:

“Eşim iyiydi, özliyorum onu. Şimdi yaşasaydı ona yemek yapardım konuşurduk bazı şeylerden.” (Katılımcı 2, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Erkek ve kadın yaşlılar eş kaybı sonrasında farklı davranışlar gösterebilir. Kadınlar eş kaybı sonrasında genellikle evlenmezken, erkeklerin evlenme eğilimi gösterdiklerini söyleyebiliriz. Kadın hayatını yalnız devam ettirebilirken, erkek ev temizliği vb. konularda daha bağımlı hale gelmekte ve evlenmek istemektedir. Bir erkek için eşin ne kadar önemli olduğunu, eşi ölen erkeğin yaşamak istemediğini Katılımcı 3 şu şekilde ifade etmektedir:

“Eşimden memnunum, eski eşimden de memnundum. Eşi olmayanlar ölümü bekliyor. Adamın gözünden yaş geliyor. Erkek hiçbir yere sığamıyor. Şuan evli olduğuma memnunum.” (Katılımcı 3, erkek, 83 yaşında, Evli, 7 çocuğu var)

Yaşlılık sürecinde birey eşine daha bağımlı ve diğer sosyal destek kaynaklarına karşı kapalı hale gelebilir. 50 yıldır eşiyle sade ve mutlu bir hayat yaşadığını ve bu durumdan duyduğu memnuniyeti Katılımcı 4 şu şekilde ifade etmektedir:

“50 sene oldu eşimle, çok şükür aynı devam ediyor sade bir hayat. Ben sıkıntıya gelmeyi sevmem.” (Katılımcı 4, erkek, 74 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde birincil destek kaynağı ailedir. Eş kaybı yaşayan yaşlı en önemli destek kaynağını kaybetmekte ve yalnız kalmaktadır. Eşini uzun yıllar önce kaybeden Katılımcı 5, rahmetli olan eşine duyduğu hasreti şu şekilde ifade etmektedir:

“Eşimin yokluğunu hissediyorum. 54 yaşındaydı öldüğünde. Şimdi yanımda olsaydı daha iyi olurdu.” (Katılımcı, 5, erkek, 72 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Eş kaybı yaşayan yaşlı, yalnızlık, kimsesizlik ve ilgisizlik sorunları ile karşılaştığını söyleyebiliriz. Bir kadın için eşini kaybetmenin kolay olmadığını, ev işlerinde rahmetli

olan eşini çok aradığını Katılımcı 6 şu şekilde ifade etmektedir:

“Çok arıyorum eşimi. Ev işlerini birlikte yapardık. Bazen ağlıyorum, yapamıyorum bazı şeyleri. Erkeğin yeri ayrı, gönül yorgunluğu var.” (Katılımcı 6, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde en önemli problemlerden bir tanesi bağımlı olmaktır. Eşinin hastalıklarının olduğunu Katılımcı 7 şu şekilde ifade etmektedir:

Hanım dizlerinden ve belinden ameliyat oldu. Evde oturur anca kapıya çıkar. Evde gelin ve torunlar var.” (Katılımcı 7, erkek, 74 yaşında, Evli, 3 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde en önemli destek kaynağı eştir. Eşi hayatta olan yaşlılar bu dönemde daha az yalnızlık hissedecektir. Yarım asırdır birlikte yaşayan insanların birbirlerine verecekleri desteğin yerini hiçbir şeyin tutmayacağını söyleyebiliriz. Eşinin kendisine destek olduğunu, eşinin hayatının anlamı olduğunu Katılımcı 8 şu şekilde ifade etmektedir:

“Birbirimize destek olmazsak zaten yaşayamayız. O olmazsa zaten hayat olmaz.” (Katılımcı 8, erkek, 77 yaşında, evli, çocuğu yok)

Yaşlılık döneminde en önemli destek kaynağı eştir. Eşinin yaşama amacı olduğunu ve hayatındaki en önemli sosyal destek kaynağı olduğunu Katılımcı 9 şu şekilde ifade etmektedir:

“Eşim olmazsa ben şuanda yaşayamam. Benim her şeyimi o karşılıyor. Derdimi tasamı ona anlatırım.” (Katılımcı 9, erkek, 73 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Eşler arasındaki eğitim farkı bilişsel sosyal destek sağlamakta bazen olumsuzluklara neden olabilir. Eşiyile çok fazla bir şey paylaşmadığını ve kendisinden sosyal destek almadığını Katılımcı 10 şu şekilde ifade etmektedir:

“Eşıme fazla bir şey sormam. İlkokul mezunu. Benimle ilgili bir konu varsa ona çok nadir anlatırım.” (Katılımcı 10, erkek, 65 yaşında, evli, 2 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde emeklilik ve ardından gerçekleşebilecek eş kaybı en önemli problemlerdir. Bu durumu kabullenmek oldukça uzun sürmektedir. Yaşlıların en önemli sosyal destek kaynakları eşleridir. Eşi hayatta olmayan yaşlılar yalnızlık ve depresyon gibi durumlar göstermektedir. Eşi hayatta olan, yarım asır birlikte yaşayan, hayatın her şeyini paylaşan insanların moral düzeyi daha yüksek olacaktır. Fakat eş kaybı yaşayan yaşlıların yas süreci yaşamaları, ardından depresyon, kimsesizlik, terk edilmişlik, yalnızlık, sağlık sorunları, beslenme sorunları vb. problemlerin ortaya çıkmasına neden olabilir.

3.4. Çocuklar

Çocuk desteği teması, çocuklarıyla mesafeli yakın olanlar ve mesafeli yakın olmayanlar olarak kodlara ayrılarak incelenmiştir. Yaşlılık döneminde hastalıkların artması ile en önemli destek kaynağı olan çocukların yaşlıların yalnızlık yaşama ihtimallerini azaltmakta oldukları söylenilebilir. Kırsal kesimde, geniş aile içerisinde zaten çocuklarıyla birlikte yaşayan yaşlılar için durum kentte tek başına yaşayan yaşlılara kıyasla daha iyi olduğunu

söyleyebiliriz. Kentte yalnız yaşayan yaşlı ya da kentte çift olarak yalnız yaşayan yaşlıların çocuk desteğinden mahrum olacaklar ve daha çok yalnızlık algılayacakları söylenilebilir.

Tablo 6. Çocuklar, mesafeli yakınlık ve yalnızlık

Tema	Kodlar	Görüş Bildiren	f
Çocuklar	Mesafeli yakın	Katılımcı 1, Katılımcı 2, Katılımcı 3, Katılımcı 4, Katılımcı 5, Katılımcı 7, Katılımcı 10	7
	Mesafeli yakın değil	Katılımcı 6, Katılımcı 8, Katılımcı 9	3

Yalnızlık somut değildir. Yalnızlık ilişkiseldir. Bu nedenle yakın ilişkilerden mahrum olan yaşlılar daha fazla yalnızlık hissedeceklerdir. Fakat çocuklarıyla mesafe olarak yakın olan, yüz yüze ya da telefonla iletişim kurmaya devam eden yaşlılar daha az yalnızlık hissedeceklerini söyleyebiliriz. Çocuklarıyla yakın çevrede oturan, ya da aynı evi paylaşan yaşlılar avantajlıdır. Çocuklarıyla iletişimi devam ettiğini ve yüz

yüze görüştüklerini Katılımcı 1 şu şekilde ifade etmektedir:

“Kızım başka bir yerde yaşıyor. Zaten diğerleriyle birlikte aynı evde yaşıyoruz. Uzak değil kızım Adapazarı’nda 3 günde 5 günde bir yanıma geliyor.”
(Katılımcı 1, erkek, 80 yaşında, evli, 5 çocuğu var)

Cinsiyete dayalı olarak çocuklardan algılanan destek ve yalnızlık arasında bir ilişki olabilir. Oğullarının evlerine oturmaya gidebilirken, kızlarının evlerine gidemediğini Katılımcı 2 şu şekilde ifade etmektedir:

“Sadece bir çocuğuma telefonda her zaman konuşuyoruz. Diğer çocuklarımla haftada ya da iki haftada bir konuşurum. Oğullarımın evine oturmaya giderim. Kızlarımın fazla gitmiyorum.” (Katılımcı 2, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde çocuklarla olan mesafe önemlidir. Çocuklarının hepsiyle her gün görüştüklerini ve yakın çevrede yaşadıklarını Katılımcı 3 şu şekilde ifade etmektedir:

“Çocuklarım hep burada, oğullarımın dükkânı var. Her gün yanımdalar, çocuklarımdan memnunum.” (Katılımcı 3, erkek, 83 yaşında, Evli, 7 çocuğu var)

Mesafeye bağlı olarak yakındaki çocuklarıyla yüz yüze görüştüğünü, uzakta yaşayan çocuklarıyla telefon ile iletişim kurduğunu Katılımcı 4 şu şekilde ifade etmektedir:

“Çocuklarım aynı, yanımda, kızım İstanbul’da evli, diğer ikisi ile aynı evdeyiz. Kızımla da telefonla görüşüyoruz. Geçen buradaydı, yanıma gelir.” (Katılımcı 4, erkek, 74 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Telefon kullanmadığını çocukları, torunları özledikleri zaman yanına geldiklerini Katılımcı 5 şu şekilde ifade etmektedir:

“Üç çocuk yanımda benim, torunlarım var 2 tane. Benim telefonum yok, telefon kullanmıyorum. Onlar özledikleri zaman yanıma geliyorlar.” (Katılımcı, 5, erkek, 72 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Kızlarıyla oğullarından daha çok telefon ile iletişim kurduklarını ve çocuklarıyla olan bağının çok önemli olduğunu Katılımcı 6 şu şekilde ifade etmektedir:

“Oğlum haftada bir arar, kızlarım günde bir arar. Ben yurt dışındaki kızlarımı arayamıyorum, onlar beni arar. Çocuklarım varsa bende varım, çocuklarım yoksa bende yokum.” (Katılımcı 6, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Bir çocuğu ile mesafe olarak yakın olduklarını, diğer çocuklarıyla telefon ile iletişim kurduklarını Katılımcı 7 şu şekilde ifade etmektedir:

“Bir tane çocuğum yanımda, diğerleri başka yerde. Annesiyle daha çok konuşurlar. Benim büyük oğlum yurt dışında. Hepsi yanıma gelirler.” (Katılımcı 7, erkek, 74 yaşında, Evli, 3 çocuğu var)

Çocuğu olmadığını Katılımcı 8 şu şekilde ifade etmektedir:

“Çocuğum yok, 6 tane çocuğum oldu ama öldü.” (Katılımcı 8, erkek, 77 yaşında, evli, çocuğu yok)

Çocuklarıyla mesafe bakımından yakın olmadıklarını ve bu nedenle telefon ile iletişim kurduklarını, zor günlerinde çocuklarının yanında olduğunu Katılımcı 9 şu şekilde ifade etmektedir:

“Çocuklarım, İstanbul’da oturuyor. Her gün telefonla ararlar. Senede en az 6-7 kere gider geliriz. Her bayram gelirler. 2 sene önce Çapa Tıp Fakültesi’nde ameliyat oldum, kızlarım birer hafta ara ile yanımda kaldılar.”
(Katılımcı 9, erkek, 73 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Mesafe olarak yakın olan çocuğuyla yüz yüze görüştüğünü, diğer çocuğu ile telefon ile iletişim kurduğunu Katılımcı 10 şu şekilde ifade etmektedir:

“Bir oğlum evli, bir oğlum bekâr. Hatay’da ki oğlumla mecburen telefonla konuşuyorum. Haftada bir iki defa görüşüyoruz. Diğer oğlumla daha çok dertleşiriz, daha çok görüşürüz.” (Katılımcı 10, erkek, 65 yaşında, evli, 2 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde çocuklarla mesafeli yakınlık çok önemlidir. Yaşlılık döneminde hastalanma riski arttığından bu dönemde çocuklarına yakın oturan ya da

aynı ortamda yaşayan yaşlılar çok avantajlıdır. Çocuklarıyla sadece telefon ile iletişim kuran yaşlılar bu bakımdan dezavantajlı konumdadır.

3.5.Akraba

Akraba teması, yaşlılık döneminde akrabalarıyla iletişimi devam edenler ve akrabalarıyla iletişimi devam etmeyenler olarak kodlara ayrılarak incelenmiştir. Akraba temasına eş ve çocuklar haricindeki kişiler dâhil edilmiştir. Sosyal destek stres altında yaşayan bireylere tampon görevi gördüğünden yaşlılık döneminde önemli bir denge sağlayıcıdır. Yaşlılık döneminde eş kaybına uğramış ve çocukları uzaklarda yaşayan bireyler için akraba sosyal desteği ruh sağlığının korunmasında, kaynaklara ulaşmada önemlidir.

Tablo 7. Akrabalarla görüşme sıklığı ve yalnızlık

Tema	Kodlar	Görüş Bildiren	f
Akrabalar	Akrabalarla iletişimi devam eden	Katılımcı 2, Katılımcı 3, Katılımcı 6, Katılımcı 9, Katılımcı 10,	5
	Akrabalarla iletişimi kopmuş	Katılımcı 1, Katılımcı 4, Katılımcı 5, Katılımcı 7, Katılımcı 8	5

Mesafe olarak akrabalarından uzak olmak sosyal destek kaynaklarına ulaşmayı engellemektedir. Akrabalarıyla olan sosyal bağlarını mesafeye bağlı olarak kaybettiğini, akrabalarıyla görüşmediklerini Katılımcı 1 şu şekilde ifade etmektedir:

“Akrabalarım memlekette çok var. Ama 50 sene olmuş Adapazarı’na geleli, belki 2 kere 3 kere gitmişim memlekete. O nedenle akrabalarım ile görüşmüyorum.”

(Katılımcı 1, erkek, 80 yaşında, evli, 5 çocuğu var)

Akrabalarıyla olan yakınlık yaşlılık döneminde azalabilmektedir. Akrabalarıyla daha çok telefonla görüştiklerini yılda sadece 2-3 kere yüz yüze görüştiklerini Katılımcı 2 şu şekilde ifade etmektedir:

“Akrabalarım ile telefonla konuşuyorum. En sık kız kardeşimle telefonla konuşuyoruz. Erkek kardeşimin hanımı hasta onu genellikle ben arıyorum. Akrabalarım ile 3-4 ayda bir yüz yüze görüşüyorum” (Katılımcı 2, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Mesafeli uzaklığa bağlı olarak yüz yüze iletişim azalmaktadır. Uzak mesafede olan akrabalarıyla telefon

ile iletişim kurduklarını Katılımcı 3 Şu Şekilde ifade etmektedir:

“Ağrı’da, Kayseri’de, Iğdır’da ve İstanbul’da akrabalarım var. Telefonla görüşüyoruz. Ben ararım, onlar ararlar, hal hatır sorarız.” (Katılımcı 3, erkek, 83 yaşında, evli, 7 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde bazı bireylerin içe kapandıklarını sadece eşlerinden sosyal destek sağladıklarını söyleyebiliriz. Akrabalık bağlarının olmadığını Katılımcı 4 Şu Şekilde ifade etmektedir:

“Akrabalarımınla görüşmüyorum. Gerek yok, merhaba, merhaba o kadar. Sadece çağırdıkları zaman cemiyetlerine gidiyoruz.” (Katılımcı 4, erkek, 74 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde akrabalık ilişkileri zayıflayabilir. Akrabalarıyla iletişim kurmadığını ve bunun nedeninin kendisinin çalışması olduğunu Katılımcı 5 Şu Şekilde ifade etmektedir:

“Ben her gün çalıştığım için, akrabalarım ile görüşmüyorum.” (Katılımcı 5, erkek, 72 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Akrabalar arası ilişkiler yaşlılık döneminde gerileyebilir. Akrabalarıyla hem yüz yüze hem de telefonla az görüştüğünü Katılımcı 6 şu şekilde ifade etmektedir:

“Üvey annemin kızıyla, bazı akrabalarla görüşürüz. Bazen giderim, bazen de telefonla konuşuruz. Akrabalar sık sık aramaz. Gittiğim oluyor, babamın dayısının kızı var, onun yanına giderim.” (Katılımcı 6, kadın, 68 yaşında, dul, 5 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde hayatını maddi zorluklar altında devam ettiren yaşlıların akraba ziyaretleri yapamadıklarını söyleyebiliriz. Akrabalarının memlekette kaldığını, mesafeye bağlı olarak iletişimlerinin koptuğunu Katılımcı 7 şu şekilde ifade etmektedir:

“Akrabam yok benim burada, memlekette kaldılar. Erkek kardeşim var yanımda, bir de köylülerim var. Akrabalar

telefon etmezler.” (Katılımcı 7, erkek, 74 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde hayatını maddi zorluklar altında devam ettiren yaşlıların akraba ziyaretleri yapamadıklarını söyleyebiliriz. Yaşlanmaya bağlı olarak akrabalık bağlarının ortadan kaybolduğunu Katılımcı 8 şu şekilde ifade etmektedir:

“Akrabalar eskisi gibi değil. Ben telefon edersem onlarda telefon ediyor. Akrabalık yaşlanınca, kız kardeş, erkek kardeş ve bacanak, öldü o eski akrabalık. Ziyaret çok zor.”(Katılımcı 8, erkek, 77 yaşında, evli, çocuğu yok)

Akrabalar arasında sosyal ilişkilerin devam etmesiyle yaşlılık döneminde ki hayat seviyesi ve elde edilen maddi gelir arasında bir ilişki olduğunu söyleyebiliriz. Maddi olarak daha rahat bir hayat yaşayan yaşlılar akraba ziyaretlerini daha rahat bir şekilde yapabilirken, ekonomik olarak sıkıntı yaşayan yaşlılar aynı şekilde iletişimlerine devam edememektedir. Akrabaları ile olan

bağlarının devam ettiğini Katılımcı 9 şu şekilde ifade etmektedir:

“Akrabalarım ile olan aile bağlarım devam ediyor. Telefonla ve yüz yüze görüşüyoruz.” (Katılımcı 9, erkek, 73 yaşında, evli, 3 çocuğu var)

Yaşlılık döneminde maddi gelir ile akrabalık ilişkilerinin devam etmesi arasında bir ilişki olduğunu söyleyebiliriz. Maddi olarak rahat yaşayan ve yüksek statülü işlerde çalışarak emekli olan yaşlılar akrabalarını ziyaret etmekte ve sosyal ilişkilerini devam ettirmektedir. Akrabalarıyla hem telefonla hem de yüz yüze iletişim kurmaya devam ettiklerini Katılımcı 10 şu şekilde ifade etmektedir:

“Akrabalarım var burada, kardeşim var, dayımın oğlu var. Zaman zaman ben giderim, onlarda gelir. Telefon ile de görüşürüz.” (Katılımcı 10, erkek, 65 yaşında, evli, 2 çocuğu var)

Akrabalık bağları ile ekonomik güç arasında önemli bir bağlantı olduğu görülmüştür. Yaşlılık döneminde ekonomik gücü iyi olan katılımcılar akrabalarıyla yüz yüze ya da telefonla iletişim kurmaya devam etmektedir.

Ekonomik olarak yoksunluk yaşayan yaşlılar hem memleketlerine akrabalarının yanına gidememekte, hem de telefon ile iletişim kuramamaktadır. Yoksulluk sınırında yaşayan yaşlılar maddi nedenlerden ötürü akraba sosyal destek ağlarını kaybetmekte olduklarını söyleyebiliriz. Yalnızlık ve akraba desteği arasındaki ilişki incelendiğinde, akraba desteğini kaybetmenin en önemli nedeninin maddi nedenlerden dolayı akraba ziyaretinin yapılamaması olduğunu görmekteyiz.

SONUÇ

İnsan hayatında yalnızlığın en önemli özelliği somut olarak gözlerimizin önünde gerçekleşmemesidir. Yalnızlık bu bakımdan soyut olarak bireyin iç dünyasındaki algı ve hislerden meydana gelmektedir. Yaşlılık ve yalnızlık arasındaki ilişki daha çok cinsiyet değişkeni üzerinden okunabilir. Çünkü yaşlılığın kadınsallaşmasına bağlı olarak yalnız yaşayan yaşlıların büyük çoğunluğunun kadın olduğunu söyleyebiliriz. Günümüzde hem kırsal hem de kentsel kesimde yaşlı kadınların önemli bir bölümü yalnızdır. Günümüzde çocukların kentlere göç etmesi ile birlikte kırsal kesimde geniş aile yapısı artık ortadan kalkmak üzeredir.

Yaşlılık ve yalnızlık arasındaki ilişki çok boyutludur. Sadece sosyal ilişkiler boyutunda değerlendirmek eksik olur. Yalnızlık ve yaşlı sağlığı arasında da doğrudan ilişki vardır. Eş, çocuk, akraba ve komşu sosyal destek ağlarına sahip olan yaşlıların maddi problem, hastalık, bilişsel yardım gibi sorunlara daha kolay çözüm bulabileceğini söyleyebiliriz. Tabi ki yaşlının algılayacağı yalnızlık ile yaşadığı yer, maddi gelir, sağlık durumu vb. ilişki vardır.

Doğal olarak yaşlının kendi ailesi ona sosyal destek sağlayan yalnızlığını azaltan en önemli kaynaktır.

Dünya’da yaşam süresinin uzaması, hayatın üçüncü boyutu olarak yaşlılığın üzerine dikkatlerin çekilmesine neden olmaktadır. Yaşam süresinin uzaması, yalnızlık, sosyal izolasyon, bağımlı olmak, yoksulluk riski, istismar ve ayrımcılık gibi birçok sorunu ortaya çıkartmaktadır. Emeklilik beraberinde, eş kaybı, fiziksel ve biyolojik gerileme gibi problemlerle yaşlı bireyin yaşama dâhil olmasını olumsuz etkilemektedir.

Bu araştırmada yaşlılık ve yalnızlık ilişkisi beş başlık altında incelenmiştir. Yaşlılık döneminde yalnızlığın önemli belirleyicileri olarak; emeklilik, arkadaşlık, eş, çocuk ve akraba desteği bu başlıkları oluşturmaktadır. Geniş aileden çekirdek aileye geçiş süreci ile birlikte, emeklilik döneminde statü kaybı, arkadaş ilişkilerinin zayıflaması, eş kaybı, çocukların evlenmesi ve akraba desteğinin ortadan kaybolması yaşlının soyutlanma, yalnızlık, kaynaklara ulaşamama ve yakın ilişki özlemi sorunlarını ortaya çıkartmaktadır.

Emeklilik bir statü kaybıdır. Araştırmanın emeklilik dönemi ile ilgili elde edilen bulgularından emeklilik teması; yetişkinlikte yapılan mesleği özleyenler, yetişkinlikte yapılan mesleği özlemeyenler ve bazı yönlerden özleyip bazı yönlerden özlemeyenler olarak üç koda ayrılmıştır. Yetişkinlik döneminde yüksek statülü işlerde çalışan yaşlılar, emeklilik öncesi çalışma koşullarını özlerken, düşük ücret ve zor koşullarda emekli olan yaşlıların çalışma hayatını kesinlikle özlemediği sonucu bulunmuştur.

Yaşlılık döneminde, yetişkinlikte elde edilen arkadaşların bir bölümü ölmektedir. Araştırmanın arkadaş desteği ile ilgili elde edilen bulgularından katılımcıların büyük bir bölümünün arkadaş ilişkilerinin devam etmediği sonucu bulunmuştur. Yetişkinlik döneminde elde edilen arkadaş ilişkileri devam eden yaşlıların sosyal ve ekonomik seviye olarak iyi durumda olduğu sonucu bulunmuştur.

Yaşlıların en önemli sosyal destek kaynakları eşleridir. Araştırmanın eş desteği bölümünden elde edilen bulgulardan, katılımcıların büyük bir bölümünün eşlerine değer atfettikleri hayatlarındaki en önemli destek

kaynakları olduklarını belirttikleri görülmüştür. Eşini kaybetmiş olan katılımcıların eşlerini ve geçmiş günlerini özledikleri sonucu bulunmuştur. Eş desteği ile sosyal ve ekonomik seviye arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Geniş ailede yaşlıların bakımını çocuklar üstlenirken, günümüz çekirdek ailesinde bu durum pek mümkün değildir. Araştırmanın çocuk desteği bölümünden elde edilen sonuçlardan katılımcıların büyük bir bölümünün çocuklarıyla mesafeli yakın oldukları sonucu bulunmuştur.

Yaşlılık bireyseldir ve herkes yaşlılık sürecini farklı olarak yaşar. Yaşlılık döneminde akraba desteği, kaynaklara ulaşması ve sosyal ağlarının canlı tutulması açısından önemlidir. Kentsel yaşlanma sürecinde akrabalık bağlarında önemli gerilemeler olmaktadır. Araştırmanın akraba desteği bölümünden elde edilen bulgulardan, katılımcıların yarısının akrabalarıyla iletişimleri devam ederken, diğer yarısının akraba iletişimini devam ettirmediği sonucu bulunmuştur.

KAYNAKÇA

- Akçay, C. (2011). Yaşlılık Kavramlar Kuramlar ve Yaşlılığa Hazırlık. İstanbul: Kriter Yayınevi
- Arpacı, F. (2014). Emekli Bireylerin Emekliliğe Uyum Konusundaki Görüşleri ve Emekliliğin Yaşamlarında Meydana Getirdiği Değişikliklerin İncelenmesi. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı: 33, s.73-85
- Arpacı, F. Şahin, F. T. (2015). Yaşlı Bireylerin Yaşlı ve Çocuk Etkileşimine İlişkin Görüşleri. *TSA*, Yıl: 19, S: 1, s. 231-245
- Canatan, A. (2008). Sosyal Yönleriyle Yaşlılık. Ankara: Palme Yayıncılık
- Demirbilek, S. (2007). Yaşlılık ve Emeklilik İlişkinin Sosyolojik Boyutu. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, Cilt:10, Sayı:1-2, s.131-145.

- Güler, A. Halıcıoğlu, M. B. Tařđın, S. (2015). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma. Ankara: Seçkin Yayıncılık
- Kahveci, G. (2013). Fiziksel Gelişim Erken Erişkinlikten Geğ Erişkinliğe Kadar. *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişim Psikolojisi* (Edit. Hasan Bacanlı ve şerife (Işık) Terzi). İstanbul: Ağılım Kitap s.139-181
- Kalınkara, V. (2011). Temel Gerentoloji Yaşlılık Bilimi. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- Mayring, P. (2011). Nitel Sosyal Araştırmaya Giriş Nitel Düşünce İçin Bir Rehber (Çev. Adnan Gümüş - M. Sezai Durgun). Ankara: BilgeSu
- Terzi, ř. (2013) Yaşam Boyu Gelişim. *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişim Psikolojisi*(Edit. Hasan Bacanlı ve şerife (Işık) Terzi). İstanbul: Ağılım Kitap s.19-48
- Tufan, İ. (2003). Modernleşen Türkiye’de Yaşlılık ve Yaşlanmak Yaşlanmanın Sosyolojisi. İstanbul: Anahtar Kitaplar Yayınevi

Yıldırım, A. Şimşek H. (2016). Sosyal Bilimlerde Nitel
Araştırma Yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayıncılık

Zastrow, C. (2014). Sosyal Hizmete Giriş (Kitap Edit.
Durdu Baran Çifci). Ankara: Nika Yayınevi

