



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sosyal Hizmet Anabilim Dalı

**YALNIZ YAŞAYAN YAŞLILARIN YAŞLILIK ALGILARI, YAŞAM
DENEYİMLERİ VE GEREKSİNİMLERİ**

Edip AYGÜLER

Doktora Tezi

Ankara, 2022

YALNIZ YAŞAYAN YAŞLILARIN YAŞLILIK ALGILARI, YAŞAM DENEYİMLERİ
VE GEREKSİNİMLERİ

Edip AYGÜLER

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sosyal Hizmet Anabilim Dalı

Doktora Tezi

Ankara, 2022

KABUL VE ONAY

Edip Aygüler tarafından hazırlanan Yalnız Yaşayan Yaşlıların Yaşlılık Algıları, Yaşam Deneyimleri ve Gereksinimleri başlıklı bu çalışma, 03.06.2022 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Emrah AKBAŞ (Başkan)

Prof. Dr. Sema BUZ (Danışman)

Prof. Dr. Aylin GÖRGÜN BARAN (Üye)

Prof. Dr. Kasım KARATAŞ (Üye)

Doç. Dr. Özgür ALTINDAĞ (Üye)

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.

Prof. Dr. Uğur ÖMÜRGÖNÜLŞEN

Enstitü Müdürü

YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kağıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinleri yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan **“Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge”** kapsamında tezim aşağıda belirtilen koşullar haricince YÖK Ulusal Tez Merkezi / H.Ü. Kütüphaneleri Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

- Enstitü / Fakülte yönetim kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren 2 yıl ertelenmiştir. ⁽¹⁾
- Enstitü / Fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren ay ertelenmiştir. ⁽²⁾
- Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir. ⁽³⁾

...../...../.....

[İmza]

Edip AYGÜLER

¹“Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge”

- (1) Madde 6. 1. Lisansüstü teze ile ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez **danışmanının** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulu** iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.
- (2) Madde 6. 2. Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internette paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç imkanı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez **danışmanının** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulunun** gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.
- (3) Madde 7. 1. Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, **tezin yapıldığı kurum** tarafından verilir *. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, **ilgili kurum ve kuruluşun önerisi** ile **enstitü** veya **fakültenin** uygun görüşü üzerine **üniversite yönetim kurulu** tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir. Madde 7.2. Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir.

* Tez **danışmanının** önerisi ve **enstitü anabilim dalının** uygun görüşü üzerine **enstitü** veya **fakülte yönetim kurulu tarafından karar verilir.**

ETİK BEYAN

Bu çalışmadaki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, kullandığım verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, yararlandığım kaynaklara bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu, tezimin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu, **Prof. Dr. Sema BUZ** danışmanlığında tarafımdan üretildiğini ve Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Yönergesine göre yazıldığını beyan ederim.

Edip AYGÜLER

TEŞEKKÜR

Doktora eğitiminin son aşaması olan bu tez çalışmamı yoğun emek ve çaba harcayarak tamamladım. Bununla birlikte bu süreçte yanımda olan, destek sunan ve katkı yapan çok fazla insan oldu.

Öncelikle bana güvenerek içini açan, yaşam deneyimlerini aktaran ve bu çalışmanın ortaya çıkmasını sağlayan katılımcılara çok teşekkür ederim. Bundan ötürü bu çalışmanın onlara yönelik politika ve hizmetlerin oluşturulması için yararlı olmasını tüm samimiyetimle diliyorum.

Tez sürecimin tamamında yanımda olan, bu sürecin her aşamasında bilgi ve deneyimini cömertçe benimle paylaşıp yol gösteren, üretkenliği ve akademik başarısını hep örnek alacağım danışman hocam Prof. Dr. Sema BUZ'a şükranlarımı sunarım.

Tezimin başından sonuna kadar değerli fikirlerini paylaşan, çalışmayı zenginleştiren komite üyelerim Prof. Dr. Aylin GÖRGÜN BARAN'a ve Prof. Dr. Emrah AKBAŞ'a yardımları ve katkıları için teşekkür ederim.

Tez savunma sınavımda yer alarak çalışmamı değerlendiren, önerileri ve değerlendirmeleri ile çalışmamı zenginleştiren Prof. Dr. Kasım KARATAŞ'a ve Doç. Dr. Özgür ALTINDAĞ'a teşekkür borçluyum.

Katılımcılara ulaşmam konusunda oldukça fazla gayret gösteren ve çalışmanın zenginleşmesine vesile olan Özlem GÖKSEL AKYILDIRIM'a ve Nilay OĞULTÜRK'e en içten teşekkürlerimi iletiyorum.

Lisansüstü eğitim sürecimde yollarımızın kesiştiği, yanımda olan ve desteklerini hissettiğim Gökçe CEYLAN'a, Görkem KELEBEK KÜÇÜKARSLAN'a, Merve Deniz PAK GÜRE'ye ve Sultan Ebru BULGURCUOĞLU'ya, Hilal ALTUNDAL DURU'ya ve Sevilay ERGÜN ARSLANLI'ya teşekkür borçluyum.

Zor ve stresli zamanlarımda yanımda olan, her daim sevgi ve sıcaklıklarını hissettiğim, geç tanıdığım ama iyi ki tanıdığım Gamze ERÜKÇÜ AKBAŞ ve İsmail ORBAY'a çok teşekkür ederim.

Yalnızca eğitim sürecinde değil yaşamımın her anında yanımda olan, tez çalışmam dahil her konuda fikir ve yardımlarını aldığım, desteklerini hissettiğim Cemre BOLGÜN ve Mustafa Çağrı AYALP'e minnettarım.

Bugünlere gelmemde emeği olan, her zaman beni koruyan ve her daim yanımda olan annem, babam ve kardeşlerime, tez sürecinde yaşamıma giren, çalışmayı bitirmek için beni motive eden ve her türlü desteği sunan eşime sonsuz teşekkürler.

ÖZET

AYGÜLER, Edip. *Yalnız Yaşayan Yaşlıların Yaşlılık Algıları, Yaşam Deneyimleri ve Gereksinimleri*, Doktora Tezi, Ankara, 2022.

Yalnız yaşayan yaşlıların, aileleriyle ve kurum bakımında kalan yaşlılara göre farklılaşan sorun ve gereksinimlerinin olduğunu, onlara göre daha dezavantajlı olduklarını fakat bu dezavantajlarını giderecek hizmetlerin olmadığını ortaya koyan yeterli sayıda çalışmanın olmayışı ile bu nüfus grubuna yönelik mevcut politika ve sosyal hizmetlerin yetersizliği bu çalışmanın problemidir. Bu çalışmayla yalnız yaşayan yaşlıların yaşlılık algılarını, yalnız yaşam nedenlerini, gündelik rutinlerini, sahip oldukları ilişkilere yönelik değerlendirmelerini keşfetmek ve yaşamlarındaki deneyimlerden hareketle gereksinimlerini tespit edip bu gereksinimleri giderecek hizmetlerin geliştirilmesi için politika ve sosyal hizmet önerileri sunmak amaçlanmıştır. Niteliksel araştırma yöntemiyle yürütülen bu çalışmada fenomenolojik yaklaşım kullanılmıştır. Araştırmanın katılımcıları amaçlı örneklem yoluyla belirlenmiştir. Bu çalışma kapsamında Ankara’da ikamet eden farklı sosyodemografik özelliklere sahip 35 yalnız yaşayan yaşlıyla yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşme gerçekleştirilmiştir. Tümevarımsal tematik analiz tekniğinin kullanıldığı bu çalışmanın analiz sürecinde MAXQDA Plus 2020 paket programından yararlanılmış ve beş temaya ulaşılmıştır. Araştırma bulguları “Yaşlılığa İlişkin Değerlendirmeler”, “Yalnız Yaşama İlişkin Düşünceler”, “Gündelik Yaşam Deneyimleri”, “İlişkiler” ve “Politika Önerileri” isimli beş tema altında sunulmuştur. Bu çalışmada yalnız yaşayan yaşlıların sahip oldukları dezavantajlara rağmen yalnız yaşama motivasyonlarının çok yüksek olduğu, sosyal izolasyon ve yalnızlığa maruz kaldıkları ve gündelik yaşam döngüsü içinde birçok noktada destek gereksinimlerinin olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca sosyodemografik özelliklerin, bir diğer ifade ile sahip olunan sosyal, kültürel ve ekonomik sermayenin, yalnız yaşayan yaşam deneyimlerini etkilediği ve bundan ötürü yalnız yaşayan yaşlıların kendi içlerinde tek tip bir grup olmadığı ortaya çıkarılmıştır. Araştırma sonucunda yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları dezavantajları giderecek, maruz kaldıkları yalnızlığı azaltacak ve sahip oldukları sosyodemografik özelliklere göre farklılaşan gereksinimlerini karşılamaya yardımcı olacak öneriler geliştirilmiştir.

Anahtar Sözcükler

Yalnız yaşlı, Yaşlılık, Yaşlanma, Yaşlılık ve yalnızlık, Yaşlılık ve sosyal hizmet, Yaşlılık ve sosyal politika

ABSTRACT

AYGULER, Edip. *Old Age Perceptions, Life Experiences and Needs of Older Adults Living Alone*, Ph. D. Dissertation, Ankara, 2022.

The problem of this study is the lack of sufficient number of studies revealing that the older adults living alone have different problems and needs compared to the older adults living with their families and in institutional care, that they are more disadvantaged, but that there are no services to overcome these disadvantages, and that the current policy and social services for this population group are insufficient. With the present study, it is aimed to explore the old age perceptions, reasons of living alone, daily routines, and evaluations of the relationships of older adults living alone have and to identify their needs based on their life experiences and to offer policies and social service recommendations to meet these needs. The phenomenological approach was used in this study, which was carried out with the qualitative research method. The participants of the study were determined by purposeful sampling. Within the scope of the present study, semi-structured in-depth interviews were conducted with 35 older adults living alone with different sociodemographic characteristics residing in Ankara. Using the inductive thematic analysis technique, the MAXQDA Plus 2020 package program was used in the analysis process and five themes were reached. The research findings are presented under five themes: "Evaluations Regarding Aging", "Ideas About Living Alone", "Everyday Life Experiences", "Relationships" and "Policy Suggestions". It has been understood that the older adults living alone have a very high motivation to live alone despite their disadvantages, they are exposed to social isolation and loneliness, and they need support at many points in their daily life cycle. In addition, it has been revealed that sociodemographic characteristics, in other words, social, cultural and economic capital, affect the experiences of living alone. Therefore, the older adults living alone are not a homogeneous group in themselves. As a result of the research, suggestions have been developed to eliminate the disadvantages of the older adults living alone to reduce the loneliness they are exposed to and to help meet the needs that differ according to their sociodemographic characteristics.

Keywords

Alone older adults, Old age, Aging, Old age and loneliess, Old age and social work, Old age and social policy

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI	ii
ETİK BEYAN	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	viii
KISALTMALAR DİZİNİ	xv
TABLolar DİZİNİ	xvi
ŞEKİLLER DİZİNİ	xvii
GİRİŞ	1
1. BÖLÜM: GENEL BİLGİLER	5
1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ	5
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI	8
1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	9
1.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	10
1.5. ARAŞTIRMANIN TANIMLARI	11
2. BÖLÜM: KAVRAMSAL ÇERÇEVE	13
2.1. YAŞ, YAŞLANMA VE YAŞLILIK KAVRAMLARI	13
2.1.1. Yaş.....	13
2.1.2. Yaşlanma.....	15
2.1.3. Yaşlılık.....	18
2.2. TARİHSEL SÜREÇTE YAŞLILIK ALGISI	20

2.3. YAŞLI NÜFUSA İLİŞKİN İSTATİSTİKLER.....	29
2.3.1. Dünya’da Yaşlı Nüfus.....	30
2.3.2. Avrupa’da Yaşlı Nüfus.....	31
2.3.3. Türkiye’de Yaşlı Nüfus	33
2.4. YAŞLILIK DÖNEMİNDE KARŞILAŞILAN SORUNLAR	34
2.4.1. Yoksulluk ve Gelir Azlığı.....	35
2.4.2. Yetersiz Sosyal Koruma	37
2.4.3. Sağlık Sorunları.....	41
2.4.4. Aile Yanında Bakımın Azalması	43
2.4.5. Bakım Hizmetlerinin Yetersizliği	45
2.4.6. Ayrımcılık ve Kalıp Yargılar	48
2.4.7. Sosyal İzolasyon ve Yalnızlık	51
2.5. TÜRKİYEDE YAŞLILARA YÖNELİK POLİTİKA VE HİZMETLER .	53
2.5.1. Eğitim	54
2.5.2. Sağlık	57
2.5.3. Barınma.....	60
2.5.4. İstihdam.....	62
2.5.5. Sosyal Hizmetler	64
2.6. DÜNYA’DA YAŞLILARA YÖNELİK POLİTİKA VE HİZMETLER... 	66
2.6.1. İngiltere.....	67
2.6.2. Finlandiya	72
2.6.3. Almanya	76
2.7. YAŞLILIKTA YALNIZ YAŞAM.....	80
2.7.1. Yalnızlık ve Sosyal Dışlanma	82
2.7.2. Eş/Partner Desteği Eksikliği	84
2.7.3. Hane Gelirinin Azalması.....	86

2.7.4. Mutluluk Düzeyinin Azalması	88
2.7.5. Yaşam Kalitesi ve Tatmininin Azalması	89
2.7.6. İhmal ve İstismara Maruz Kalma İhtimalinin Artması	91
2.8. YAŞLILIKTA YALNIZ YAŞAM DENEYİMİNİ ETKİLEYEN UNSURLAR	93
2.8.1. Cinsiyet.....	93
2.8.2. Yaşanılan Yer.....	97
2.8.3. Ekonomik Durum.....	98
2.8.4. Eğitim Düzeyi	99
2.8.5. Sağlık Durumu.....	101
2.8.6. Sosyal Sermaye	103
3. BÖLÜM: YÖNTEM	109
3.1. KONU SEÇİMİ.....	109
3.2. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	113
3.3. VERİ OLUŞTURMA ARACI	115
3.4. KATILIMCILAR.....	116
3.5. GÖRÜŞMELER.....	130
3.6. VERİLERİN ANALİZİ	133
3.7. GEÇERLİK /GÜVENİRLİK.....	135
3.8. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE GÜÇLÜ YÖNLERİ.....	137
3.9. ETİK KONULAR	138
4. BÖLÜM: BULGULAR VE YORUM	142
4. 1. YAŞLILIĞA İLİŞKİN DEĞERLENDİRMELER	145
4.1.1. Yaşlı Olmaya İlişkin Düşünceler.....	146

4.1.2. Yaşlılık Dönemine İlişkin Değerlendirmeler: “Eskiden turp gibiydik şimdi döndük hıyara”	153
4.1.3. Yaşlı Kişiyi Tanımlamaya Yönelik İfadeler	157
4.1.4. Yaşlılığın Olumlu Yönleri	164
4.1.5. Yaşlılığın Sebep Olduğu Olumsuzluklar: “Bir başkasına ihtiyaç duymak”	169
4.1.6. Yaşlılara Yakışmayan Davranışlar	172
4.2. YALNIZ YAŞAMA İLİŞKİN DÜŞÜNCELER	178
4.2.1. Yalnız Yaşama Nedenleri: “Çocuklara gidip kendimi yamayacağıma, kendi evimde kalmak istedim.”	180
4.2.2. Yalnız Yaşamla Değişenler	183
4.2.3. Yalnız Yaşama Başlandığında Hissedilenler: “Yetim gibi kaldım”	188
4.2.4. Yalnız Yaşamın Avantajları: “Evimde istediğim gibi hareket ediyorum”	189
4.2.5. Yalnız Yaşamın Dezavantajları: “Bu durum ağrıma gidiyor. Yalnız olmak zor”	191
4.2.6. Yalnız Yaşamın İlk Dönemi ile Şimdiye İlişkin Karşılaştırmalar: “Zamanla acım azaldı, evimle mutlu oldum” ...	194
4.2.7. Yalnız Yaşamadan Kaynaklı Gereksinimler	196
4.2.8. Yalnız Yaşam ve Gelecek	202
4.3. GÜNDELİK YAŞAM DENEYİMLERİ	208
4.3.1. Sosyal Konuma Göre Farklılaşan Yaşamlar: Gündelik Rutin	210
4.3.2. Ev Dışında Yapılanlar: Komşularla sosyalleşen kır kökenliler, kafelerde takılan kentliler.....	218
4.3.3. Genel Refah	221
4.3.4. Sağlık: “Sağlığım için bana ne iyi gelmezse ona yanaşmıyorum”	229

4.3.5. İyilik Hali: “Mutluyum bu yaşıyım, sağlığım iyi, çok şükür diyorum.”	234
4.3.6. Katılım	239
4.3.7. Akıllı Telefon Kullanımı: “Yok ben telefonda anlamam” diyenlere “Bu zamanda akıllı telefonu olmayan kaldı mı” diye soranlar	246
4.3.8. Boş Zaman: “Valla televizyonda dizilerime bakıyorum”	250
4.3.9. Tekrar Evlenme	255
4.3.10. Özel Günler: “Kurban çok kötü geçiyor. Çok buruk”	259
4.3.11. Gençlik Döneminde Yaşlılığa Hazırlanma: “Yaşlılıkta yalnız kalacağım aklıma gelmezdi”	262
4.3.12. Pişmanlıklar: “Keşke sevgi dolu bir ailem olsaydı”	263
4.3.13. Vasiyet.....	266
4. 4. İLİŞKİLER	267
4.4.1. Çocuk, Gelin ve Torunlarla İlişkiler.....	269
4.4.2. Komşularla İlişkiler: “Buradaki komşularım aile gibi bana”	281
4.4.3. Arkadaşlarla İlişkiler: “Çok candan dostluklarımız var, emeklilikten sonra kopmadık”	284
4.4.4. Akrabalarla İlişkiler: “Bacımdan Allah bir kere değil bin kere razı olsun”	288
4.4.5. Esnafla İlişkiler: “Sağ olsunlar tek olduğumu biliyorlar”	289
4.4.6. Muhtarla İlişkiler: “Muhtar bana çok yardımcı olur” ve “Yaptığı bir şey yok”	291
4.4.7. “En” Kişiler.....	292
4.4.8. Yalnız Yaşayan Yaşlı Tanıma ve Etkileşim Kurma: “Onun da beyi yok benim de beyim yok. Gidip geliyoruz”	295
4.4.9. Yalnız Yaşamla Değişen İlişkiler: “İşte dul bir kadınsanız erkekler bir şansını deniyor”	296

4.4.10. Dışlanmışlık Deneyimi: “Kocam öldükten sonra arka döndüler hep”	299
4. 5. POLİTİKA ÖNERİLERİ	301
4.5.1. Mevcut Hizmetlere İlişkin Bilgi Düzeyi: “Yani bildiğim kadarıyla birtakım hizmetler var”	303
4.5.2. Yalnız Yaşlılar İçin İstenen Hizmetler.....	308
4.5.3. Huzurevleri Hakkındaki Algılar	312
4.5.4. Huzurevinde Kalmaya İlişkin Düşünceler: “Huzurevi benim için en son çare. Ölümünden önceki son durak”	315
4.5.5. Yalnız Yaşlılara Özgü Etkinliklere Yönelik Düşünceler	319
4.5.6. Gönüllü Gençlerle Bir Araya Gelmeye İlişkin Değerlendirmeler.....	323
4.5.7. Gönüllü Ailelere Sahip Olmaya İlişkin Düşünceler: “Güzel olur aile oluruz. Ekmek paramı bile onlara veririm”	326
4.5.8. Yaşlı Sitelerine Yönelik Tutumlar: “Çok ideal bir şey olur o dediğin”	327
4.5.9. Teknoloji Temelli Uygulamalara Bakış: “Hatta bana su içmeyi bile anımsatmalı”	331
5. BÖLÜM: SONUÇ VE ÖNERİLER	333
5. 1. ARAŞTIRMANIN SONUÇLARI.....	333
5.1.1. Araştırmanın Genel Sonuçları	333
5.1.2. Yaşlılığa İlişkin Deneyimler	335
5.1.3. Yalnız Yaşama İlişkin Düşünceler	336
5.1.4. Gündelik Yaşam Deneyimleri	338
5.1.5. İlişkiler	341
5.1.6. Politika Önerileri	343
5.2. ÖNERİLER.....	345
5.2.1. Hizmet Verenlere Yönelik Öneriler	345

5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	363
5.2.3. Katılımcılardan Araştırmacıya Yaşama İlişkin Öneriler	365
KAYNAKÇA	368
EKLER	410
EK 1. GÖNÜLLÜ ONAM FORMU.....	410
EK 2. YARI YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME YÖNERGESİ.....	411
EK 3. GÖRÜŞMELERE İLİŞKİN BİLGİLER.....	413
EK 4. ETİK KOMİSYON İZİNİ	415
EK 5.ORİJİNALLİK RAPORU	416

KISALTMALAR DİZİNİ

ASHB	: Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı
AB	: Avrupa Birliği
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
EYHGM	: Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü
HBOGM	: Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü
SYGM	: Sosyal Yardımlar Genel Müdürlüğü
TDK	: Türk Dil Kurumu
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1: Katılımcılara İlişkin Bilgiler	118
---	-----

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1: Temalar.....	142
Şekil 2: Temalar ve Alt Temalar	143
Şekil 3: Kodlanmış Bölümlere İlişkin Sayısal Veriler	144
Şekil 4: Yaşlılığa İlişkin Değerlendirmeler	145
Şekil 5: Yalnız Yaşama İlişkin Düşünceler	179
Şekil 6: Gündelik Yaşam Deneyimleri	209
Şekil 7: İlişkiler.....	268
Şekil 8: Politika Önerileri.....	302

GİRİŞ

İnsan yaşamı, doğumla başlayan ve ölümlle sona eren gelişimsel dönemlerden oluşan bir yaşam döngüsü olarak tanımlanabilir. Yaşlılık da bu yaşam döngüsünde yer alan gelişim dönemlerinin sonuncusudur. Yaşlılık, yalnızca kronolojik olarak ele alınamayan biyolojik, psikolojik, sosyal ve toplumsal boyutları olan bir olgudur.

Yaşlılık döneminin kaç yaşında başladığı ya da kimin yaşlı olarak nitelendirildiği tarihsel süreç içerisinde zamana ve içinde yaşanılan topluma göre değişiklik göstermiştir. Yaşlının toplumsal statüsü ve değeri de benzer şekilde toplumdan topluma farklılaşmıştır. Yaşlılar, tarım ile hayvancılığa dayalı ekonomik faaliyetlerin yaygın ve dayanışma bağlarının güçlü olduğu geleneksel toplumlarda sahip oldukları tecrübe ve deneyimden ötürü değer görerek toplum içinde yüksek statüye sahip olmuşlardır. Kuşkusuz bu dönemlerde yaşlı nüfus miktarının az olması ve ortalama yaşam süresinin günümüze göre daha kısa olması yaşlıların toplumsal statülerini arttıran önemli sebepler olmuştur.

Bilim ve teknolojiadaki ilerlemeler ile nüfus yapısı arasında doğrusal bir ilişki bulunmaktadır. Teknoloji ve sağlık alanında meydana gelen ilerlemeler sonucunda sağlık hizmetleri gelişmiş, o zamana kadar tedavisi mümkün olmayan hastalıklar tedavi edilebilmiş, ölümcül hastalıklara karşı aşılarda geliştirilmiş ve erken ölümler önlenmiştir. Bu olumlu gelişmelerin sonucunda ortalama yaşam süresi uzamış ve toplum içindeki yaşlı nüfus oranı artmıştır. Diğer yandan Sanayi Devrimi ile başlayıp günümüze kadar devam eden kentleşme ve modernleşmeden ötürü yaşlıların toplumsal konumları ile toplumun onlara yönelik bakışları olumsuz bir değişime uğramış, yaşlıların toplumsal statülerinde azalma meydana gelmiştir.

Yaşlıların sanayileşme ve kentleşme sonucunda ortaya çıkan modern toplumlarda statülerini kaybederek, kamusal ve özel alanlarda zorluklarla

karşılaşmalarının çeşitli nedenleri bulunmaktadır. Bunların ilki genellikle gençlerden oluşan çalışma çağındaki nüfusun iş olanaklarının az olduğu, eğitim, ulaşım ve sağlık hizmetlerinin kısıtlı olduğu kırsal bölgelerden kent merkezlerine doğru göç etmeleri sonucunda yaşlıların yalnız kalmalarıdır. İkinci neden ise geleneksel toplumlardaki geniş aile yapısının çekirdek ve hatta tek kişilik hanelere dönüşmüş olmasıdır. Üçüncü neden modern toplumlarda geleneksel dayanışma ağlarının yaşlıya sunduğu koruyuculuğun azalmasıyla kişinin bireysel refahı ve iyilik halinin daha çok ön plana çıkmasıdır. Kadınların çalışma yaşamına girmesinden ötürü hane içinde yaşlıya bakım sağlayacak bir üyenin kalmaması da son nedendir. Bu gelişmeler sonucunda eskiden geleneksel aile kurumu içerisinde çözülen yaşlı refahına ilişkin konular ailenin yükümlülüğü olmaktan çıkarak, devletin sorumluluk alması gereken bir alana dönüşmüştür.

Günümüzde yaşlılar daha uzun süre yaşamalarına karşın toplum tarafından dışlanarak ayrımcılığa maruz kalmakta ve yalnızlaştırılmaktadırlar. Artan sağlık giderlerine rağmen emekli olmaları ya da istihdam piyasasına girememelerinden ötürü gelirlerinde azalma meydana gelmektedir. Boş zamanlarını kaliteli bir şekilde değerlendirememekte ve ana akım toplum üyeleriyle bir arada sosyalleşememektedirler. Değişen toplum yapısı, gereksinim duydukları zamanlarda çocuk ve torunlarından oluşan yakın aile üyelerinden destek almalarını engellemektedir.

Yaşlılar büyük oranda özel koşullarından ötürü yaşadıkları topluma göre dezavantajlı olsalar da engelli, yalnız, kadın, yoksul ve eğitim düzeyi düşük olan yaşlılar, genel yaşlı nüfusuna göre yaşlılık dönemindeki dezavantajları daha yoğun bir şekilde deneyimlemektedirler.

Yalnız yaşayan yaşlılar gelirleri azaldığından ve yaşamlarında önemli bir yeri olan eş ve çocuk desteğine erişim imkânına sahip olmadıklarından yaşlı nüfus içinde daha incinebilir konumdadırlar. Yalnız yaşadıkları için eşiyile veya çocuklarıyla yaşayan ya da kurum bakımında kalan yaşlılara göre daha fazla sorumluluğa sahiptirler. Ev işleri ile temel yaşam gereksinimlerini karşılamaya diğer yaşlılara

göre daha çok zaman ve enerji harcamaktadırlar. Özellikle ileri yaşlılık döneminde yakın arkadaşların kaybı ile çocuk ve torun gibi birinci derece akrabaların uzak yerlerde yaşamaları durumunda sosyal izolasyona maruz kalarak toplumun diğer üyeleriyle sınırlı bir iletişim kurabilmektedirler.

Türkiye'nin yaşlılara yönelik mevcut hizmet ve politikaları incelendiğinde bu alanda önemli eksikliklerin olduğu görülmektedir. Yaşlılara yönelik sosyal hizmetlerden birinci derece sorumlu olan Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın (ASHB) yaşlılara yönelik kurum bakımı dışındaki hizmetlerine bakıldığında yaşlı maaşı ve evde bakım aylığı dışında bir hizmeti bulunmadığı anlaşılmaktadır. Baskın olan neoliberal politikalardan dolayı bu yardımlardan yararlanmanın zor kriterlere bağlı olduğu ve bundan dolayı sadece en yoksul yaşlıların yararlanabildiği düşünülmektedir.

Kamunun yaşlılara yönelik politika ve hizmetlerinin amacı; yaşlılığı bir sorun alanı olmaktan çok, bireyin yaşam dönemin içerisinde yer alan imkânların olduğu bir dönem olarak tasarlayıp, yaşlılara kaliteli yaşlanma imkânı sunmak olmalıdır. Mevcut duruma bakıldığında ise Türkiye'nin yalnız yaşayan yaşlılara yönelik politikalar bir yana, etkin yaşlılık/yaşlanma politikaları bulunmadığı görülmektedir.

Ülkeler, yaşlı toplumların sürdürülebilir bir dengede devam etmeleri, yaşlı bireylerin sağlıklı, eğitilmiş ve üretken olmalarının teşvik edilmesi ve yoksullaşmalarının önlenmesi şeklinde yaşlılık politikalarına sahip olmalıdır. Yaşlılara yönelik politika ve hizmetler planlanırken, yalnız yaşayan yaşlıların sayılarının günden güne arttığı dikkate alınarak hizmet sunumunda her yaşlı bireyin kendi özel koşulları içinde ele alınarak hareket edilmesi oldukça önemlidir.

Bu çalışmada insan hakları ve sosyal adalet ilkelerini merkeze alan bir disiplin olan sosyal hizmet odağında yalnız yaşayan yaşlıların yaşlılık algıları, yalnız yaşama nedenleri, gündelik yaşam deneyimleri, ilişkileri ve gereksinim duydukları hizmetler ele alınmıştır. Yalnız yaşayan yaşlıların deneyimlerinden hareketle gereksinimlerini giderecek, yaşamlarını bağımsız bir şekilde ve kendi hanelerinde

südürmelerini kolaylaştıracak ve dezavantajlarını azaltacak politika önerileri geliştirilmiştir.

1. BÖLÜM: GENEL BİLGİLER

1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Türkiye, yaşlı nüfus oranının %7'yi geçmesi nedeniyle demografik açıdan yaşlı bir ülke olarak nitelendirilmekte ve yaşlanmış bir nüfus yapısına sahip olduğu anlaşılmaktadır (Arun, 2018b). Toplumların yaşlanma süreci birbirlerini de etkileyen üç önemli nedenle ilişkilidir. Bunların ilki doğurganlığın azalması, ikincisi gelişen sağlık hizmetlerine bağlı olarak ölüm oranlarının düşmesi ve üçüncüsü de göçün hızlanmasıdır. Doğurganlığın azalması, genel nüfus içindeki bebek ve çocuk sayısının azalmasına neden olduğundan toplumun ortalama yaşını yükseltmektedir. Ölüm oranlarının düşmesi ise toplumdaki yaş almış kişi sayısını arttırarak toplumdaki yaş ortalamasını yukarı çıkarmaktadır. Ölüm oranlarının düşmesi aynı zamanda beklenen ortalama yaşam süresini de uzatmaktadır (Buz, 2015, s. 268). Kırsal alanlardan kentlere doğru gerçekleşen göç hareketleri ile birlikte aile yapısındaki değişim de doğum oranlarını azaltmakta, toplumun yaşlanma hızını arttırmaktadır.

Tarımın öneminin azalması, geniş ailenin çekirdek aileye doğru evrilmesi, göçlerin artması, kentleşme, eğitimde geçirilen sürenin uzaması, toplum içindeki yaşlı nüfus oranı ve miktarının artması, teknoloji, sosyal yapı ve kültürde meydana gelen hızlı değişimler yaşlılara yönelik olumsuz tutum ve yargıların gelişmesine doğrudan ya da dolaylı olarak sebep olmaktadır (Kalınkara, 2000, s. 77). Bu durum yaşlıyı, devleti ve toplumu kültürel, sosyal ve ekonomik alanlar başta olmak üzere birçok alanda etkilemektedir.

Bireyler yaşlılık dönemlerinde ekonomik, toplumsal ve bedensel açıdan ciddi dezavantajlarla karşılaştıklarından incinebilir gruplara mensup üyeler olarak alınmaktadır. Yaşlılar, yaşlarından ötürü çalışmamakta, çalışmak istediklerinde

ayrımcılığa maruz kalmakta, yaşa bağlı ortaya çıkan sürekli artan sağlık giderleriyle karşılaşmakta ve daha önceki yaşam dönemlerinde çalışan bireyler emeklilik dönemlerinde gelirlerinin düşmesi gibi ekonomik sorunlarla karşılaşmaktadır (Buz, 2015, s. 271). Yaşlılar, toplumun ve medyanın sürekli gençliğe, çevikliğe ve tüketime yaptığı vurgunun etkisiyle de toplumsal açıdan “işlevini yitirmiş bireyler” olarak görülebilmekte, sürekli yardıma ihtiyacı olan, kendi başına bir şey yapamayan kişiler olarak damgalanmaktadır (Baybora, 2010, s. 9).

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından yayınlanan istatistiklere göre son beş yılda (2016-2021) yaşlı nüfus miktarı %24 oranında artmış ve toplam nüfus içindeki yaşlı nüfus oranı %9,5'e yükselmiştir (TÜİK, 2022). Yaşlı sayısı günden güne artarken kentleşme başta olmak üzere değişen toplum yapısından kaynaklı nedenlere bağlı olarak çekirdek aile yapısının yaygınlaşması, kadının çalışma yaşamı içerisinde daha fazla yer almaya başlaması gibi nedenlerden ötürü yalnız yaşayan yaşlıların sayısı artmıştır (Ceylan, 2015). Nitekim TÜİK verilerine göre, Türkiye'deki 65 yaş ve üstü yaştaki 7 milyon 953 bin 555 yaşlının 1 milyon 478 bin 346'sı bir diğer ifadeyle yaşlıların yaklaşık %18,5'i yaşamını yalnız sürdürmekte ve yalnız yaşayanların %75,3'ünü de kadınlar oluşturmaktadır (TÜİK, 2021). Bu veriler gün geçtikçe daha çok sayıda yaşlının yaşlılık dönemini kendi evinde ve yalnız başına geçirdiğini açığa çıkarmaktadır.

Yaşlıların sevdikleri ve geçmiş yaşam dönemlerinde yaşadıkları yerlerde yaşlanmaları anlamına gelen “yerinde yaşlanma” yaşlıların esenliği için çok önemli olsa da yalnız yaşayan yaşlıların sahip oldukları dezavantajlar ve bu dezavantajları gidermeye yönelik hizmet ve politikaların olmayışı onları önemli risklerle karşı karşıya bırakmaktadır.

Yalnız yaşayan yaşlılar yaşam giderlerini tek başlarına üstlenmek durumunda olduklarından ekonomik zorluklarla karşılaşmakta, eş, çocuk ya da aynı hanede yaşayan başka bir üyeden destek görememekte, bakım veya ev işlerini gerçekleştirme adına yardım alamamaktadırlar. Bunlara ek olarak, enformel

dayanışma ağlarının önemini yitirdiği modern toplumda sosyal izolasyona maruz kalarak toplumla bağlarını koparmak durumunda kalabilmektedirler. Nitekim yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir araştırmada katılımcıların %60'ının çocuklarından maddi veya manevi destek almadığı, %55'inin akrabalarına gidemedikleri, %40'ının akrabaları tarafından ziyaret edilmediği ve %70'inin yalnız olduklarını ifade ettikleri ortaya konulmuştur (Buz ve Beydili, 2015, s. 567). Halbuki yaşlıların, yaşlılık dönemine ve topluma yönelik uyumlarının sağlanması için, toplumun bir parçası olarak görülmeleri, toplumdan izole edilmemeleri bilakis topluma katılımlarının teşvik edilmesi (Görgün Baran, 2000, s. 75), günlük yaşamlarında başarı duygusu deneyimlemeleri ve toplumsal sorumluluklara sahip olmaları oldukça önemlidir (Görgün Baran, 2011).

Yalnız yaşayan yaşlılar sağlık başta olmak üzere kamu tarafından sunulan temel hizmetlere erişim konusunda da yaşlı nüfusun geneline göre daha dezavantajlı konumdadırlar. Bir araştırmada yalnız yaşayan katılımcıların %65'inin sağlık hizmetlerinden memnun olmadığı, sağlık kurumlarına ve hizmetlerine erişim konusunda zorluklarla karşılaştıkları tespit edilmiştir.(Buz ve Beydili, 2015, s. 565). Bu durum kendilerine yönelik politika ve hizmetler geliştirilmediği sürece, yaşlıların tek başlarına yaşam sürdürmelerinin yaşam kalitelerini olumsuz anlamda etkilediğini ve onları daha incinebilir kıldığını gözler önüne sermektedir.

Yalnız yaşayan yaşlıların aileleriyle yaşayan ya da kurum bakımında olan yaşlılardan farklılaşan kendilerine özgü birtakım sorun ve gereksinimleri olmasından dolayı onlara yönelik politika ve sosyal hizmetlerin geliştirilmesi büyük öneme sahiptir. Mevcut durumda sosyal politikalar ve sosyal hizmetler aile üzerinden sunulduğundan yalnız yaşayan yaşlılar hakları olan hizmetleri alamamakta, aile içerisinde olmadıkları için "hak sahibi" olamamaktadırlar (Arun, 2008, s. 314).

Yalnız yaşayan yaşlıların pek çok alanda incinebilir konumda olduğunu ve bunları giderebilecek hizmetlerin olmadığını ya da yetersiz olduğunu onların gözünden yansıtan çalışmaların eksik olduğu düşünülmektedir. Bundan hareketle bu

araştırmanın problemi yalnız yaşayan yaşlıların yaşam deneyimlerini ve bu deneyimlerden hareketle gereksinimlerini ele alan araştırmaların eksikliği ve bu hassas nüfus grubuna yönelik mevcut politika ve sosyal hizmetlerin yetersizliğidir.

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın temel amacı, yalnız yaşayan yaşlıların yaşlılık algılarını, yalnız yaşama nedenlerini, gündelik rutinlerini, sahip oldukları ilişkilere yönelik değerlendirmelerini keşfetmek ve yaşamlarındaki deneyimlerden hareket ederek gereksinimlerini tespit edip bunları giderecek hizmetlerin geliştirilmesi için politika ve sosyal hizmetlerle ilgili öneriler sunmaktır.

Bu genel amaca uygun olarak aşağıda yer alan sorulara yanıt aranmıştır.

- Katılımcıların yaşlılık algısı nasıldır?
- Katılımcıların yalnız yaşama motivasyonunun altında ne yatmaktadır?
- Katılımcıların yalnız yaşamdan kaynaklı gereksinimleri nelerdir?
- Katılımcıların yalnız yaşamaya ilişkin değerlendirmeleri nasıldır?
- Katılımcıların günlük rutinleri nasıldır?
- Katılımcıların iyilik hali nasıldır?
- Katılımcıların teknoloji kullanımı nasıldır?
- Katılımcılar boş zamanlarını nasıl geçirmektedir?
- Katılımcıların toplumsal ve siyasal katılımı nasıldır?
- Katılımcıların genel refahı nasıldır?
- Katılımcıların çevreleriyle (çocuk, torun, akraba, komşu, arkadaş) olan ilişkilerine yönelik değerlendirmeleri nasıldır?
- Katılımcıların gelecek hakkındaki plan ve düşünceleri nelerdir?
- Katılımcıların mevcut sosyal hizmetler hakkındaki bilgi düzeyleri nasıldır?
- Katılımcıların gereksinim duydukları sosyal hizmetler nelerdir?

1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Ulusal alanyazın incelendiğinde, oldukça hızlı bir şekilde artan yaşlı nüfusa rağmen yaşlılık olgusunun akademik açıdan yeterince çalışılmadığı, mevcut çalışmaların daha çok geriatri, hemşirelik ve sosyoloji disiplinleriyle bağlantılı olduğu anlaşılmakta ve bu araştırmaların da daha çok kurum bakımında kalan veya belirli hastalıklara sahip olan yaşlılarla gerçekleştirildiği ve çeşitli ölçeklerin uygulandığı niceliksel çalışmalar olduğu görülmektedir.

Yaşlıların veya yaşlılık alanının konu edinildiği çalışmalar son yıllarda gerçekleşen niceliksel artışa karşın sosyal hizmet disiplini içerisinde yeterince yer edinememişlerdir. Yalnız yaşayan yaşlılarla ise oldukça sınırlı çalışma bulunmaktadır. Bu araştırma yaşlı nüfus popülasyonu içinde oranları günden güne artan yalnız yaşayan yaşlıların sorunlarını niteliksel yöntemle ele almakta ve yalnız yaşayan yaşlıların yaşam deneyimlerini ve deneyimlerinden hareketle gereksinimlerini bütüncül bir bakış açısıyla ortaya çıkarmaktadır.

Bu çalışmanın alanyazın açısından önemi yalnız yaşayan yaşlıların sorunları ve gereksinimlerini onların gözünden ele alarak, insan hakları ve sosyal adalet ilkelerini merkeze alan bir akademik disiplin ve uygulama temelli bir meslek olan sosyal hizmet bakışıyla bütüncül bir çerçeveye ortaya konulması sonucunda literatürdeki önemli bir boşluğun doldurulmuş olmasıdır. Ayrıca bu çalışmanın yaşlılık alanında yeni araştırmalara yol gösterecek olması ve akademik birikime katkı sunmuş olması bu araştırmanın alanyazına ilişkin önemini arttırmaktadır.

Yaşlılar sahip oldukları koşullar ve maruz kaldıkları ayrımcılıktan ötürü dezavantajlı gruplarla çalışan ve onlar adına hak savunuculuğu yapan bir meslek olan sosyal hizmetin müracaatçı gruplarından birini oluşturmaktadırlar. Yalnız yaşayan yaşlılar ise genel yaşlı popülasyonuna göre daha fazla dezavantaja sahiplerdir. Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilmiş bu çalışma sonucunda ortaya koyulan bilgiler sonucunda sosyal hizmet disiplininin temel müracaatçı

gruplarından birine yönelik bilgi birikimi ve farkındalığı artmıştır. Kuşkusuz bu durum bu çalışmanın sosyal hizmet disiplini açısından önemini arttırmaktadır.

Bu çalışmanın yaşlılara yönelik hizmet sunumunda bulunan kamu kurumları, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları bünyesinde görev yapan sosyal hizmet uzmanları başta olmak üzere profesyonel meslek mensupları açısından önemi, yalnız yaşayan yaşlılara yönelik farkındalıklarını arttırması ve yalnız yaşayan yaşlılar için geliştirilecek hizmet ve uygulamaların kanıta dayalı bir şekilde onların bakış açılarından ortaya konulmuş olmasıdır.

Bu çalışmanın yalnız yaşayan yaşlılar açısından önemi, yaşamlarındaki sosyal izolasyon ve yalnızlığı, sahip oldukları dezavantajları, gündelik yaşam rutinlerini ve yaşamlarını kolaylaştıracak hizmetlerin geliştirilmesi için önerileri ortaya koyması ve bu süreçte onların deneyimlerinden hareket edilmiş olmasıdır.

1.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırma kapsamında sınırlılık olarak değerlendirilen temel olarak dört unsur bulunmaktadır. Bunlar aşağıda detaylı bir şekilde açıklanmaktadır.

İlk olarak araştırmacı katılımcılara ulaşmak adına Ankara Büyükşehir, Çankaya ve Yenimahalle Belediyelerine başvurarak kendilerinden hizmet alan yalnız yaşayan yaşlıların iletişim bilgileri talep edilmiş fakat yerel yönetimler tarafından Kişisel Verilerin Korunması Kanunu'nun hizmet alanların isim, telefon ve adres gibi kişisel bilgilerini paylaşmayı yasakladığını belirtilerek yalnız yaşayan yaşlıların bilgileri araştırmacıyla paylaşılmamıştır. Bu durum araştırma sahasının Ankara'daki dokuz ilçeye sınırlandırılmasına neden olmuştur.

İkinci olarak yalnız yaşayan yaşlıların yaşam deneyimlerinin ele alınarak gereksinimlerinin ortaya çıkarıldığı bu çalışmada hiç evlenmemiş yalnızca bir katılımcıya ulaşılabilmemiş daha fazla sayıda katılımcıya ulaşılamamıştır. Ayrıca

hiçbir LGBT+ katılımcıya ulaşamamıştır. LGBT+ bireylere yönelik hizmet sunumunda bulunan iki sivil toplum kuruluşu ile bu alanda çalışan akademisyenler aracılığıyla 65 yaştan büyük olan ve yalnız yaşayan LGBT+ katılımcılara ulaşılmaya çalışılmış ancak ne yazık ki sonuç alınamamıştır.

Üçüncü olarak yalnız yaşayan yaşlı kadın sayısının yalnız yaşayan erkek sayısının yaklaşık üç katı olmasından ötürü bu araştırmada eşit sayıda kadın ve erkek katılımcıya yer verilememiş ve daha az sayıda erkek katılımcıyla (21 kadın, 14 erkek) derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

Son olarak bu çalışma pandemi döneminde gerçekleştirildiğinden, bazı katılımcılarla yüz yüze görüşme yerine online ya da telefonla görüşme gerçekleştirilmiş ve bu durum bir sınırlılık olarak değerlendirilmiştir.

1.5. ARAŞTIRMANIN TANIMLARI

Yalnız yaşayan yaşlı: Ankara ili sınırları içerisinde bir hanede tek başına ikamet eden, 65 yaşın üstünde olan ve derinlemesine görüşme yapılmasını engelleyecek sağlık sorunu bulunmayan kişi.

Kır kökenli katılımcı: Genellikle kırsal ilçelerde yaşayan, eğitim düzeyi düşük ve geleneksel toplumun sunduğu dayanışma ağlarına sahip olan katılımcılardır.

Kent kökenli katılımcı: Genellikle merkezi ilçelerde yaşayan, eğitim düzeyi orta ya da yüksek olan ve geleneksel toplumun sunduğu dayanışma ağlarına sahip olmayan katılımcılardır.

Sağlık durumu iyi olan katılımcı: Yaşamına tam bağımsız bir şekilde devam edebilen, yaşlanmaya bağlı veya kronik ciddi rahatsızlığı bulunmayan, fiziksel açıdan güçlü ve aktif olan katılımcılardır.

Sağlık durumu kötü olan katılımcı: Yaşamına tam olarak bağımsız bir şekilde devam edemeyen, yaşlanmaya bağlı veya kronik hastalıkları olan, düzenli ilaç kullanan ve önceki yaşam dönemlerine göre fiziksel açıdan birtakım zorluklarla karşılaşan katılımcılardır.

Ekonomik durumu iyi olan katılımcı: Yaşamına kendi evinde devam eden, aylık geliri yüksek, temel yaşam giderleri dışında hobi, seyahat, tatil vb. etkinlikler için maddi kaynak ayırabilen, çocuk ve torunlarına maddi yardımda bulunabilen ve gereksinim duydukları hizmetleri piyasadan alabilen katılımcılardır.

Ekonomik durumu kötü olan katılımcı: Yaşamına yalnız devam eden, aylık geliri düşük, geliri yalnızca temel yaşam giderlerini karşılamaya yeten, çocuk ve akrabalarından ekonomik destek alan veya çocuk ve yakınlarına maddi destek sunamayan katılımcılardır.

Kırsal ilçe: Ankara şehir merkezine uzak olan, nüfusu görece az, akrabalık bağlarının görece güçlü olduğu ve bu çalışma kapsamında görüşme yapılan Kızılcahamam, Kahramankazan, Beypazarı ve Sincan ilçeleridir.

Merkez ilçe: Ankara ili merkezinde yer alan, nüfusu görece kalabalık olan, akrabalık bağlarının görece zayıf olduğu ve bu çalışma kapsamında görüşme yapılan Çankaya, Yenimahalle, Etimesgut, Keçiören ve Altındağ ilçeleridir.

2. BÖLÜM: KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. YAŞ, YAŞLANMA VE YAŞLILIK KAVRAMLARI

Bu başlık altında yaş kavramı ile genellikle birbirleri yerlerine kullanılan yaş ve yaşlanma kavramları detaylı bir şekilde açıklanacaktır.

2.1.1. Yaş

Yaş, bir canlının olay ya da olgunun ortaya çıkış/meydana geliş sürecinden sonra geçen süreyi belirleyen zamandır (Sevil, 2005, s. 7). Canlı organizmalar için düşünüldüğünde yaş; doğumdan mevcut döneme kadar geçen süre olarak tanımlanmaktadır. Canlı organizmalar doğumdan ölüme kadar kendilerini azalan bir hızda ve miktarda da olsa yenilemektedir. Bu yenilenmenin hızı ve miktarı her canlıda farklı olduğundan her bir canlının yaşı kendine özgüdür (Ü. Şentürk, 2020, s. 19). Yaş yalnızca kronolojik olarak değil biyolojik, psikolojik ve sosyal açılarından ele alınıp tanımlanabilecek bir olgudur (von Humboldt ve Leal, 2014, s. 109).

2.1.1.1. Kronolojik Yaş

Kronolojik yaş insanın doğduğu andan itibaren geçen süreyi tanımlamak için kullanılan yaş türüdür. Genellikle bir yıllık periyotlar baz alınarak hesaplanmaktadır. Kamusal alandaki tüm resmi işlerde kronolojik yaş dikkate alınmaktadır (Tufan, 2014, s. 11). Örneğin evlenme, ehliyet alma, seçme ve seçilme, askerlik, emekli olma ve sosyal yardım alma gibi işlemlerde kronolojik yaşa bakılmaktadır. Kronolojik yaş insanlar arasında bir standart oluştursa da bireysel koşul ve özellikleri dikkate almamaktadır (Cengiz, 2018, s. 23). Nitekim

bazı kişiler çalışma motivasyonuna sahip olmalarına rağmen kronolojik yaşları 65 olduğu için emekli olmak durumunda kalmaktadırlar.

2.1.1.2. Biyolojik Yaş

Biyolojik yaş bedende meydana gelen değişimlere göre tanımlanan yaşdır. Biyolojik yaş, anatomik ya da fizyolojik yaş olarak da adlandırılmaktadır (Gürsoy Çuhadar ve Lordoğlu, 2016, s. 65). Saçların beyazlaması, görmede zorluklar yaşanması, işitme problemleri ve yaşlılık döneminde ortaya çıkan hastalıklar biyolojik yaşlanma sonucunda meydana gelmektedir (Çunkuş, Yiğitoğlu ve Akbaş, 2019, s. 61).

Biyolojik yaşı belirleyen unsur insan bedenindeki olumsuz değişim ya da hasarın miktarı ve kalıtsal özelliklerdir (Öksüzokyar vd., 2019, s. 37). Bedende biriken molekül ve hasarlı hücreler çeşitli deformasyonların ve hastalıkların ortaya çıkmasına sebep olmakta ve bireyin sağlığını olumsuz etkilemektedir. Biyolojik yaş vücuttaki organların durumuna göre şekillendiğinden sağlığına dikkat eden bireylerin biyolojik yaşı kronolojik yaşlarından daha küçük olabilmekte ya da tam tersi alkol ve sigara gibi bağımlılık yapıcı zararlı maddeleri tüketenlerin biyolojik yaşı kronolojik yaşlarından büyük olabilmektedir.

2.1.1.3. Psikolojik Yaş

Bireyin zeka, dikkat, dil, öğrenme gibi bilişsel ve zihinsel yeteneklerinde meydana gelen ve genelde olumsuz bir şekilde ortaya çıkan değişim ile davranışsal uyum yeteneğinde meydana gelen yaşa bağlı değişimler psikolojik yaş olarak tanımlanmaktadır (Aslan ve Hoccoğlu, 2017, s. 53; Karakaş ve Durmaz, 2017, s. 33).

Psikolojik yaş bireyin yaş alma veya yaşlı olma durumlarına ilişkin duygu, düşünce ve algılarına göre şekillenmektedir (Ağar, 2020, s. 76). Psikolojik yaş en

basit şekilde insanın hissettiği yaş ve biyolojik yaşına uyum durumudur. Psikolojik yaş kişinin kendisine ve çevresine karşı olan tutumunu etkilemektedir (Ü. Şentürk, 2020, s. 23). Yetişkinlik başta olmak üzere geçmiş yaşam dönemlerinde hedeflerine erişmiş ve çevresiyle iyi ilişkiler kurabilmiş kişilerin yaş almış olmayı kabul ettikleri diğer yandan geçmişten gelen olumsuzluklara sahip olan bireylerin ise yaşlanmanın olumsuz etkilerine odaklanacağı tahmin edilmektedir (Arpacı, 2005, s. 19). Psikolojik yaş yalnızca olumsuz deneyimlerle değil, tecrübeye dayalı bilgi, tecrübeden kazanılan bilgelik, baskılarla başa çıkabilme ve ilişkileri sürdürebilme yeteneği, mutluluk ve anlam gibi olumlu kavramlarla ele alınmalıdır.

2.1.1.4. Sosyal Yaş

Sosyal yaş, üyesi olunan toplumun yaşlılık ve yaşlanma normlarıyla ilişkilidir (Erkuran, 2020, s. 27). İnsanlar içinde yaşadıkları toplumdan bağımsız olmadıkları için toplumsal yapı, gelenek ve kültürden etkilenmekte ve bunu yaşamlarına yansıtmaktadır. Sosyal yaş, bireylerin toplumsal konumlarının, ilişkilerinin ve rollerinin yaşa bağlı olarak geçirdiği değişimi irdelemektedir (Ü. Şentürk, 2020, s. 25). Somutlaştırmak gerekirse toplum tarafından belirlenen ideal evlilik ve çocuk sahibi olma yaşları ya da belirli bir yaşın üstündeki kişilerin renkli kıyafetler giyinmelerinin ayıplanması gibi olgular toplumsal yaşlanmayla yakından ilişkilidir.

Sosyal yaş, bireylerin yaşlılık döneminde sosyal çevreleri ile olan ilişkilerine ve bu ilişkilerde meydana gelen farklılıklara odaklanarak, yaşlanma dönemlerinde toplumdan izole olmama ve topluma aktif bir şekilde katılma gerekliliğini vurgulamaktadır (Aslan ve Hoccoğlu, 2017, s. 53).

2.1.2. Yaşlanma

Toplumsal yaşamın kaçınılmaz olgularından biri olan yaşlanma anne karnında başlayan ve vefatla son bulan bir olgudur. Bir diğer ifade ile yaşlanma canlı bir

organizmanın yaşamı sona erene kadar geçirdiği süreçtir (Görgün Baran, 2016b, s. 77). İnsan yaşamının ilk dönemlerinde hücreler hızlı bir şekilde bölünerek işlevlerini sürdürebilirlerken zamanla hücrelerin bölünme ve yenilenmesi yavaşlamakta ve yaşlanma belirtileri daha görünür bir şekilde ortaya çıkmaktadır (Sevil, 2005, s. 11).

Yaşlanma kişiden kişiye farklılık gösteren bir hızla ilerlemektedir (Beğer ve Yavuzer, 2012, s. 3). Benzer şekilde bireyin vücudundaki organların yaşlanma hızı da değişebilmekte, bazı organlar diğerlerine göre daha hızlı yaşlanabilmektedir (Gilbert ve Keiffer, 2003, s. 12). Sağlıklı yaşam tarzına sahip olan, fiziksel ve zihinsel açıdan zorlu işlerde çalışmayan kişilerin görece daha yavaş yaşlandığı düşünülmektedir (Akın, 2017, s. 273).

Bilim ve teknolojide meydana gelen ilerlemelerden ötürü fiziksel etkileri azaltılsa ve başlangıcı geciktirilse de yaşlanma önüne geçilmesi imkânsız bir olgudur (Sevil, 2005, s. 29). Doğal gençleşme yöntemleri, yaşlanma belirtilerinin ortaya çıkmasını önlemede, bir diğer ifade ile yaşlanmayı geciktirmekte başarılı olsa da yaşlanmayı engelleyememekte veya belirli bir aşamada durduramamaktadır (Gilbert ve Keiffer, 2003, s. 27).

Yaşlanma süreci yaşam tarzı, kişilik, çevreyle ilişkiler, mensubu olunan toplum, ait olunan kültür, meslek gibi etmenlerden etkilenmektedir (Aslan ve Hocaoğlu, 2017, s. 53). Sağlıklı beslenme, fiziksel aktivite, genetik özellikler, sigara ve alkol gibi sağlığa zararlı maddeleri kullanmama, stressiz yaşam, ılıman bölgelerde yaşama gibi değişkenler yaşlanma hızını düşürebilmektedir (Arpacı, 2005, s. 16).

Yaşlanma fizyolojik, toplumsal, psikolojik ve kültürel boyutları olan bir süreçtir (Aguar ve Macário, 2017, s. 4356). Yaşlanma fizyolojik açıdan ele alındığında insan vücudunda ilk olarak eklem hücrelerinin yaşlandığı, onları sinir ve kas hücrelerinin izlediği ve cinsel hücreler ile epitel hücrelerin en geç yaşlanan hücreler olduğu bilinmektedir (Gilbert ve Keiffer, 2003, s. 14).

Toplumsal açıdan önemli bir olgu olan yaşlanma, toplumu, devleti ve politikaları etkilemektedir (Hendricks ve Leedham, 2020, s. 51). Nüfusun yaşlanması, yalnızca gelişmiş ülkelerin karşılaştığı bir durum değil bilakis refah sistemlerinin yeterince kapsayıcı olmadığı ve kişi başına düşen ortalama gelirin gelişmiş ülkelere göre daha düşük olduğu gelişmekte olan ülkelerin de karşılaştığı bir olgudur. Nitekim yapılan bir nüfus projeksiyonu çalışmasına göre 2050 yılında dünyadaki her 10 yaşlının sekizinin gelişmekte olan ülkelerde yaşayacağı öngörülmektedir (Ü. Şentürk, 2020, s. 3).

Gelişmiş ülkeler her ne kadar fazla yaşlı nüfus oranına sahip olsalar da gelişmekte olan ülkeler daha büyük yaşlanma hızına sahiplerdir. Örneğin Fransa'da yaşlı nüfus oranının %7'den %14'e çıkması yaklaşık 100 yıl sürmüştürken Brezilya 25 yılda bu oranı yakalamıştır (Powell, 2014, s. 138). Fransa gibi gelişmiş ülkeler uzun sürede yaşlandıklarından zenginleşme, belirli bir yaşam standardını yakalama ve gerekli politikaları oluşturma açısından yeterli zamana sahip olmuşken Türkiye gibi gelişmekte olan ülkeler hızlı yaşlandıklarından bu imkânlarla sahip olamamışlar ve bir diğer ifade ile zenginleşmeden yaşlanmışlardır (Arun, 2018a, s. 36; Powell, 2010, s. 3).

Doğum ve ölüm oranlarında meydana gelen azalmalardan dolayı yaş ortalamasının toplumun yönetebileceğinden fazla artması, teknoloji ve otomasyonda meydana gelen ilerlemelerden ötürü istihdam piyasasında yaşlılar yerine gençlerin tercih edilmesi, teknoloji ve iş alanlarının hızlı bir şekilde değişmesi gibi gelişmeler sonucunda yaşlıların toplumsal konumu zayıflamıştır. Emekli sayısının artmasına bağlı olarak emeklilerin gelir ve statü kaybına maruz kalmaları, sosyal değişimin hızlanması ve kentleşmenin artışı yaşlıların toplum içindeki prestijini azaltarak yaşlanmanın toplumsal ve ekonomik açıdan "sorun" haline gelmesine sebep olmuştur (Kalaycıoğlu, Tol, Küçükural ve Cengiz, 2003, s. 19).

2.1.3. Yaşlılık

Yaşlılık canlı yaşamında yer alan gelişimsel evrelerin sonuncusudur. İnsan yaşamının ilk dönemi olan bebeklik ile son dönemi olan yaşlılık dönemleri birinin yardımına gereksinim duyulması açısından benzeşmekte ve diğer gelişimsel dönemlerden ayrılmaktadır (Canatan, 2016, s. 140).

Yaşlılığın ne zaman başladığını kesin olarak belirlemek mümkün değildir çünkü yaşlanma süreci oldukça eşitsizdir (Gilbert ve Keiffer, 2003, s. 12). Fizyolojik, psikolojik ve sosyokültürel alanlardaki farklılıklar nedeniyle yaşlanmanın kaç yaşında başladığı toplumdaki topluma değişmekte ve evrensel bir yaşlılık sınırı üzerinde mutabık kalınamamaktadır (Korkmaz ve Korkut, 2018, s. 259). Örneğin Japonya gibi yaşlı nüfus oranının yüksek olduğu ülkelerde yaşlılık sınırı daha yüksekken, Somali gibi ülkelerde daha düşüktür. Benzer şekilde yaşlılıkla ilgili belirleyicilerden biri olan emeklilik yaşı ülkelerin refah sistemlerine, nüfus yapısına ve istihdam durumlarına göre değişebilmektedir.

Yaşlılık döneminin kaç yaşında başladığı noktasında bir uzlaşma bulunmamakta, kurumlar farklı yaşları yaşlılık döneminin başlangıcı olarak kabul etmektedir. Ülkeler demografik yapıları, istihdam koşulları ve sosyal güvenlik sistemlerine göre 60, 65, 67 gibi değişen yaşları emeklilik yaşı olarak kabul etmekte, üretici konumdan çıkılan bu yaş aynı zamanda yaşlılık sınırı olarak da kabul edilmektedir (Koşar, 1996, s. 5). Bazı kurumlar tarihsel süreç içerisinde kendi baz aldıkları sınırı bile değiştirebilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 1999 yılında 65 yaş ve üstündeki bireyleri yaşlı olarak kabul ederken (Konak ve Çiğdem, 2005), nüfusun yaşlanmasından ötürü 2018 yılında yaşam dönemleriyle ilgili yeni bir sınıflandırma oluşturarak, 0-17 yaş arasını ergenlik, 18-65 yaş arasını gençlik, 66-79 yaş arasını orta yaş ve 80-99 yaş aralığını ise yaşlılık dönemi olarak tanımlamıştır (DSÖ, 2015). Birleşmiş Milletler Ekonomik ve Sosyal İşler Departmanı ise 60 yaşını yaşlılık döneminin başlangıç sınırı olarak kabul etmektedir (UN-DESA, 2017).

Türkiye açısından değerlendirildiğinde genel olarak, emeklilik yaşı da olan 65 yaşın yaşlılık döneminin başlangıcı olarak kabul edildiği görülmektedir. Bununla birlikte kurumların yaşlılık döneminin başlangıcı olarak farklı yaşları kullandıkları bilinmektedir. Örneğin Türkiye İstatistik Kurumu çalışmalarında, yaşlılık sınırını 65 olarak kabul etmektedir. Diğer yandan ASHB ise, “Huzurevleri ile Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri Yönetmeliği’nde” 60 yaş ve üstündeki kişiyi yaşlı olarak tanımlarken, “65 Yaşını Doldurmuş Muhtaç, Gücsüz ve Kimsesiz Türk Vatandaşları ile Engelli ve Muhtaç Türk Vatandaşlarına Aylık Bağlanması Hakkında Yönetmeliği”ndeki yaşlı tanımında 65 yaş ve üstündeki kişilerin yaşlı olduğunu belirtmektedir. Aynı kurumun iki farklı yönetmeliğinde yaşlılık sınırının farklı olması, yaşlanma sınırının bir takım sosyal ve ekonomik etmenlerden etkilendiğini göstermektedir.

Yaşlılık yalnızca takvime dayalı gün hesabı yapılarak ortaya konulamayan, biyolojik, psikolojik, sosyal ve hukuki boyutları olan bir yaşam dönemidir (Muis, Agustang ve Adam, 2020, s. 41). Yaşlılık sosyal algılar, normlar, beklentiler, roller ve değerler tarafından şekillenen toplumsal bir tasarımdır (Tufan, 2014, s. 6). Yaşlılık dönemi içinde bulunulan toplumsal koşullara göre erken ya da geç başlayabilmektedir. Yaşlılığın nasıl ele alındığı ve anlamlandırıldığı yaşanan bölge ve ortalama yaşam süresi gibi etmenlere bağlı olarak değişmektedir (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 11).

Yaşlılık dönemi fiziksel, psikolojik ve sosyal açılardan bağımsızlığın yitirildiği bir dönem olarak nitelendirilse de (İçli, 2016, s. 57) yaşlılık dönemine ilişkin deneyimlerin bireysel olduğunu, herkesin yaşlılık sürecini aynı şekilde yaşamadığını, bireysel farklılıkların dikkate alınması gerektiğini belirten görüşler bulunmaktadır (Akçay, 2011, s. 11; Görgün Baran, 2017, s. 261).

Toplumsal bir olgu olan yaşlılık bazıları için yalnızlık, bağımlılık, hastalık, zayıflık ve ölüm gibi negatif anlamları çağrıştıırken, bazılarına göre de deneyim, bilgelik ve tecrübe gibi daha pozitif anlamlara sahiptir (Akdemir, Çınar ve Görgülü, 2007, s. 217; Ceylan, 2015, s. 26; Görgün Baran, 2008, s. 87). Yaşlılık yalnızca güç

kaybı ve çevreye uyumda azalma değil, aksine fiziksel, psikolojik, sosyal, kültürel ve tarihsel boyutları olan çok boyutlu bir süreçtir.

2.2. TARİHSEL SÜREÇTE YAŞLILIK ALGISI

Bireyin refah ve esenliğinden ziyade toplumunkinin ön planda olduğu ilkel toplulukların yaşlıya yönelik bakışı zamana ve topluma göre değişmiştir (Özkul ve Kalaycı, 2015, s. 260). Yaşlılık, avcı ve toplayıcı ya da göçebe yaşam tarzına sahip olan ilkel toplumlarda kronolojik yaştan ziyade üretim süreçlerinde yer alabilme ve hızlı şekilde hareket edebilme ile ilişkilendirilmiştir (Tezcan, 1982, s. 171).

Avcı ve toplayıcı niteliğe sahip olan ilkel toplulukların önemli bir kısmında hayatta kalmak için üretmek zorunludur. Üretim, hayvanları kontrol etme ve avcılık gibi bedensel güç kullanmayı gerektirecek faaliyetlerle gerçekleştirilmektedir (Sevil, 2005, s. 41-43).

Besin kaynaklarının görece az olduğu, elverişli iklim koşullarının olmadığı ve toplulukların sürekli hareket halinde olduğu Eskimolar, Arawaklar gibi avcı ve toplayıcılıkla uğraşan ilkel topluluklarda yaşlılar topluluğun diğer üyeleri tarafından ölüme terk edilmişlerdir. Örneğin Eskimolarda aktif ve üretici olma özelliklerini kaybeden yaşlıların toplum tarafından ölmeye teşvik edildikleri, resmi bir tören düzenlenerek yaşamlarının son bulacağı yere az miktarda yiyeceklerle birlikte götürüldükleri bilinmektedir (Sevil, 2005, s. 41).

Besin kaynaklarının bol ve yaşam koşullarının elverişli olduğu yerlerde bulunan topluluklardaki yaşlılar, gençler kadar hızlı hareket edemediklerinden avlanmaya gitmeyerek üretim süreçlerinde yer almamış lakin çocukların bakımı ile araç ve gereçlerin onarımı gibi görevler üstlenmişlerdir. Bu durum yaşlıların tüketici olduğu şeklinde bir algı oluşmasına ve toplum içindeki saygınlıklarının

azalmasına neden olmuştur. Bunun sonucunda grup içerisindeki lider pozisyonlarından feragat etmişlerdir (Akın, 2006, s. 34).

Yaşlılar, yazıya geçmemiş yerleşik toplumlarda gelenek ve görenekleri bildikleri ve daha da önemlisi hastalık, afet vb. durumlarda ne yapılması gerektiği konusunda bilgili oldukları için toplum içinde yüksek statüye sahip olmuşlardır (Simmons, 1962, s. 37). Örneğin, yerleşik yaşama geçmiş ve tarımsal üretime başlamış bazı ilkel topluluklarda temel geçim kaynakları olan tarım ve hayvancılıkla ilgili önemli bilgi ve tecrübeye sahip oldukları için deneyimlerine önem verilmiştir.

Yerleşik tarım toplumlarında, göçebe toplumlara göre yaşlıların sahip oldukları deneyimden gelen bilginin önemli olması ve yapabilecekleri çeşitli işlerin olması, geniş ailelerin yaygın oluşu, yerleşim konularında bilgi sahibi olmaları ve üretim süreçleriyle ilgili teknik bilgilerinin olması gibi sebepler toplum içinde önemli bir konuma sahip olmalarını sağlamıştır (Palmore ve Manton, 1974, s. 205). Yaşlılar sahip oldukları çocuk sayıları veya mensubu oldukları topluma geçmişte yapmış oldukları katkılardan dolayı hürmet görmüşlerdir. Hatta bazı toplumlar, toplumdaki yaşlı oranının oldukça düşük olmasından dolayı yaş almanın özel güçler sayesinde mümkün olduğunu kabul ederek yaşlıların büyücü ya da bilge olduklarına dair inançlar geliştirmişler ve yaşlılara yüksek toplumsal itibar vermişlerdir (Kalınkara, 2016a, s. 21).

Eski Yunan ve Roma dönemleri incelendiğinde, avcı ve toplayıcı toplumlara benzer şekilde, oldukça az sayıda kişi “tesadüfen” yaşlanma olanağına sahip olduğundan insanlar yaşlılık olgusunu bir sorun olarak görmemiş ve hatta yaşlılık olgusunu üzerine düşünmemişlerdir. Antik Yunan ve Roma Medeniyeti mensupları, o dönemin sanat eserlerinde de görülebileceği üzere, gençliğe, güzelliğe ve fiziksel güce önem vermişlerdir (Tufan, 2016, s. 43).

Milattan Önce 400'lü yıllarda yaşamış, Antik Dönemdeki önemli bilim insanlarından biri olan Hipokrat, insanda yaradılıştan gelen bir ısı olduğunu ve

insanların yaşamları boyunca bu ısıyı kullandıklarını, yaşlılık döneminde bu ısının azaldığını ve en nihayetinde bittiğini bundan dolayı da insanların yaşamlarının sonlandığını savunmuştur (Ü. Şentürk, 2020, s. 54).

Antik Dönemde yaşayan bazı düşünürler ise yaşlılık dönemini olumsuz bir dönem olarak ele almışlardır. Örneğin Demokritos yaşlılığı “muhtaçlık” olarak görmüş, yaşlılıkta organların eksildiğini, kuvvet ve güzelliğin kaybedildiğini, yaşlılık döneminin aynı zamanda akılsızlık dönemi olduğunu belirtmiştir. Platon “Politika” adlı eserinde, yaşlıların gençlik dönemlerinin yasını tutan, ailelerinden ve toplumdan haksız yere şikâyetle bulunan mutsuz bireyler olduklarını ifade ederek yaşlılığı korkulması gereken bir dönem olarak nitelendirmiştir. Aristoteles de “Retorik” adlı eserinde, hocasıyla benzer şekilde, yaşlıları geçmişe takılmış, paragöz, septik, korkak, bencil ve mizahtan anlamayan kişiler olarak nitelendirmiş ve gençlik döneminin yaşlılık dönemini şekillendirdiğini belirtmiştir (Emiroğlu, 1995, s. 16-17). Aristoteles, insanların uyuma, beslenme vb. yaşamsal etkinliklerle ateşlerini beslediklerini ve bu ateşin yaşlılıkta söndüğünü belirtmiştir. Ayrıca hastalık gibi bazı dışsal durumların ateşin erken sönmeye bir diğer ifadeyle yaşamın sonlanmasına neden olduğunu ifade etmiştir (Yazıcı, 2014, s. 25).

Platon ve Aristoteles’ten çok sonra yaşayan ve Antik Yunan döneminin bir başka ünlü düşünürü olan Cicero ise yaşlıların hayatlarından memnun olduklarını ve kendilerine saygılarının olduğunu ifade etmiştir. Toplumun yaşlılar hakkındaki, tatmin edici uğraş bulamadıkları, fiziksel güçten düşmüş oldukları, hiçbir şeyden zevk almadıkları ve ölümden çok korktukları şeklindeki düşüncelerin yanlış olduğunu ortaya koymaya çalışmıştır. Cicero, yaşlıların yaşlılık döneminde zihinsel güçlerinin azalmadığını, bilakis yaşam döngüsü içerisinde geliştiğini belirtmiş, yaşlılık döneminde sahip olunan deneyim ve bilgeliğin önemini vurgulamış ve son olarak da yaşlıların sürekli ölüm korkusu ile yaşamadıklarını, yaşlılıkta ölümün doğal bir şey olduğunu, gençlerin de ölebildiğini ve asıl gençlerin ölümlerinin doğal olmadığını belirtmiştir (Ü. Şentürk, 2020, s. 17).

Milattan Sonra 65 yılında yaşamı sona eren Seneca yaşlılığı bir hastalık olarak nitelendirmiş; Galen bir asır sonra, Seneca'ya karşı çıkararak her insanın yaşlandığını ve bundan dolayı yaşlılık döneminin bir hastalık olarak nitelendirilemeyeceğini ifade etmiştir (Tufan, 2016, s. 42).

Roma Dönemi'ndeki yaşlıların toplumsal konumu incelendiğinde, aile babası konumundaki yaşlı erkeklerin çocukları üzerinde mutlak hakimiyeti olduğu ve bundan ötürü çok güçlü pozisyona sahip oldukları anlaşılmaktadır. Roma Dönemi'nde erkek çocuklar, ancak babalarının ölümünden sonra kendi yaşamlarını şekillendirebilmiş ve bağımsız bir şekilde mülk edinebilmişlerdir. Çocuklar işlerini ve eşlerini babalarının kararları doğrultusunda seçmişlerdir. Çocukların, gelinlerin ve torunların koşulsuz saygı duydukları, hane reisi konumundaki yaşlı birey, kendini ve ailesini ilgilendiren tüm meselelerin karar mercii olmuştur. Bundan ötürü bu dönemde toplumu oluşturan bireyler hane reisi konumundaki yaşlılara, mal ve mülk üzerinde tek yetkili olmalarından ötürü saygı göstermişlerdir (Tufan, 2016, s. 103). Yaşlılar, ölene kadar sözlerinden çıkılmaması ve kızdırılmamaları gereken kişiler olarak kabul edilmişlerdir.

Orta Çağ'da ortalama yaşam süresinin 20-25 yıl olmasından dolayı yaşlı ve yaşlılık dönemi, daha önceki dönemlerde olduğu gibi, özel olarak ele alınmamış ve yaşlılara genelde olumsuz yaklaşmıştır. Orta Çağ'da yaşlıların aile için ekonomik yük olduğu kabul edilmiştir. Bu dönemde yaşayan yaşlılar feodal yönetim sistemine bağlı olarak derebeylerin "malı" olarak kabul edildiklerinden derebeylerin takdiriyle yetinmek zorunda kalmışlardır (Tufan, 2014, s. 40).

Orta Çağ'da sosyal refah mekanizmalarının gelişmemesine bağlı olarak devletin vatandaşların geçimini sağlama ve onlara sosyal güvence sunma gibi bir görevi bulunmamaktadır ve bundan ötürü yaşlı bireyler üretim süreçlerinin dışına çıkamamışlardır. Bu dönemde emeklilik ve çalışma yaşı için bir sınır oluşmamış, bireyler yaşamlarının son anına kadar ya da fiziksel durumları elverdiği ölçüde kendi hesaplarına ya da aile işçisi olarak çalışmışlardır (Tufan, 2014, s. 60).

16. ve 17. yüzyıllarda, ortalama yaşam süresi uzun olmadığından, fiziksel gücü azalan veya sahip olduğu yetkiyi ve toplumdaki konumunu genç kuşaktan birilerine devreden kişiler yaşlı olarak kabul edilmişlerdir. Eski güç ve konumlarını kaybeden yaşlılar toplumun önemli bir kısmı tarafından “yük” olarak algılanmış ve “işlevsiz” oldukları düşünülerek, yaşlılığın ölümün ilk basamağı olduğu şeklinde bir inanç geliştirilmiştir (Güler, 2017, s. 182). Yaşlılara karşı olumsuz bir tutum olsa da nüfus içindeki yaşlı oranının az oluşu yaşlılık döneminin özel olarak ele alınmasını gerektirmemiştir.

18. yüzyıla kadar olan dönem özetlendiğinde; çocuk yetiştirmenin maliyetinin olmayışı, çocuğun aile ekonomisine katkı sunması, gelenekler ve dini inanışların geniş aileyi teşvik etmesi ve çocuğun ebeveynlere bakım sunacak kişi olarak görülmesinden dolayı yüksek doğum oranları görülmüş ne var ki bulaşıcı ve salgın hastalıklar, yetersiz beslenme, savaşlar ve doğal afetler gibi sebepler ölüm oranlarını yükseltmiş ve bu durum nüfusun artmasını engellemiştir (Ü. Şentürk, 2020, s. 69). Yüksek doğum oranına rağmen nüfus artış hızının düşük ve nüfus içindeki yaşlı sayısının az oluşu yaşlılığın bir sorun olarak değerlendirilmesini engellemiştir.

18. yüzyıla gelindiğinde, yaşlılara yönelik olumsuz ve damgalayıcı bakış değişmeye başlamıştır. Toplumsal ahlak alanındaki çalışmaların artması, tıpta meydana gelen gelişmelerle birlikte ortalama yaşam süresinin uzaması ve toplumdaki yaşlı birey sayısının az da olsa artması sonucunda insanlar kendilerinin de yaşlanabileceklerini düşünmeye başlamışlardır. Bunun sonucunda yaşlılık dönemlerinde karşılaşılabilecek sorunlar, yaşlıların gereksinimleri ve sahip oldukları dezavantajlar üzerinde düşünülmeğe başlanmıştır. Fransız İhtilali ardından daha eşitlikçi bir toplumsal yapının oluşması, eğitim ve öğretim kurumlarının artmasına bağlı olarak eğitilmiş insan sayısının çoğalması gibi gelişmeler yaşlılara yönelik olumsuz bakışta yaşlıların lehine değişiklik gerçekleştirmiştir (Tufan, 2016, s. 99-101).

19. yüzyılda tıp ve farmakoloji alanlarındaki gelişmelerin hızlanması, toplumsal hijyenin sağlanması, bulaşıcı hastalıklara çare bulunabilmesi, yeni ameliyat tekniklerinin geliştirilmesi gibi gelişmeler insanların daha uzun süre yaşayabilmelerini mümkün kılmış yine de insanlar günümüz şartlarına göre oldukça kısa bir ortalama yaşam süresine sahip olmuşlardır. İnsanlar bu dönemde 35 yaşından sonra yaşlanma belirtileri göstermeye başlamışlardır. Örneğin Birleşik Krallık Ordusu'na mensup askeri hekimler 38 yaşındaki işçileri yaşlı oldukları gerekçesiyle askere almamışlardır (Gilbert ve Keiffer, 2003, s. 11). Yine bu dönemde endüstrileşmenin artması, teknolojinin ilerlemesi ile bu ilerlemenin hem çalışma yaşamına hem de sosyal yaşama aktarılabilmesi yaşam süresinin artmasına yardımcı olmuştur.

19. yüzyılda İngiltere'de ortaya çıkan ve yaklaşık 70 yıl içinde tarım toplumu yapısındaki Birleşik Krallık'ı endüstri toplumuna çeviren Sanayi Devrimi de toplumsal yapıyı etkilemiştir. Sanayi Devrimi ile yaşam koşullarının zor ve iş olanaklarının kısıtlı olduğu kırsal alanlardan fabrikaların olduğu şehirlere doğru bir göç hareketi gerçekleşmiş ve kırdaki geniş aile yapısı, şehirde çekirdek aile yapısına dönüşmüştür (Kremer, 1993, s. 682; Popkin, 1999, s. 1907).

Sanayi Devrimi'nin başında eğitimin öneminin kavranmaması ve çocuğa yönelik bakışın modern çocukluk paradigmasıyla uyumsuzluğundan ötürü, çocuklar işgücü olarak görülmüş ve haneye daha fazla miktarda para girişi sağlamak isteyen ebeveynler fazla sayıda çocuk sahibi olmuşlardır. Bundan ötürü kısa sürede çok çocuklu aile sayısı artmış ve doğal olarak da ülke nüfusu kısa sürede ciddi miktarda artmıştır. Bu sayede ülkelerin nüfusları demografik açıdan genç kalmıştır (Mahiroğulları, 2005, s. 45)

Sanayi Devrimi sonrasında geleneksel toplumlarda nüfus içindeki yaşlı sayısının da az olmasının da etkisiyle yaşlılık bir sorun olarak algılanmamış (Tuncel ve Uzun, 2019, s. 313), yaşlılar toplum içinde güçlü konuma sahip olmuşlardır (Beauvoir, 1970, s. 140). Örneğin Çin ve Japon toplumları başta olmak üzere, Asya toplumlarında yaşlılar bilge olarak görülmüş ve saygıyla yaklaşılan bireyler

olmuşlardır. Yaşlılar aile ve toplum içinde her alanda hane halkı tarafından üstün tutulmuş ve hürmet görmüşlerdir (Omachi, 1962, s. 74).

20. yüzyılda bebek ölüm oranlarının azalması, kaba doğum oranlarında düşmesi, sağlık alanındaki gelişmeler ve yaşam koşullarında meydana gelen ilerlemeler sonucunda ortalama yaşam süresi uzamıştır (Buz, 2015, s. 269). Eş zamanlı olarak çocuğun ekonomik değeri azalmış ve bunun sonucunda çok çocuğa sahip olma yönündeki motivasyon düşmüştür. Bu dönemde toplumun eğitim düzeyinin yükselmesi toplumsal bilinçlenmeyi arttırmış ve az çocuklu aile sayısı artmaya başlamıştır. Bu gelişmelerin sonucunda genel nüfus içindeki yaşlı oranı artmıştır (Aksu, 1998, s. 303).

Sanayileşmiş ülkeler, hammadde arayışları ile makineleşmiş üretim sayesinde ürettikleri bol miktardaki ürünleri satacak pazar bulmak için karşı karşıya gelmişler ve bu durum çok sayıda savaşın gerçekleşmesine neden olmuştur. Bu savaşlarda gençlerin ölmesi de toplumdaki yaşlı nüfus oranının artmasına ve yaşlıların daha görünür olmasına sebep olmuştur (Gürsoy Çuhadar ve Lordoğlu, 2016, s. 65). Ayrıca savaşlar sonrasında halkın yoksullaşması ve kadınların cephelerdeki erkekler yerine üretim süreçlerinde yer almak için istihdama girmeleri savaşlar sonrasında doğum oranlarının daha da düşmesine ve kadının istihdam alanında kalıcılaşmasına sebebiyet vermiştir (Aksu, 1998, s. 230).

21. yüzyılda kentleşme, modernleşme ve küreselleşme sonucunda, yaşlılar önceki dönemlerde sahip oldukları toplumsal statüyü kaybetmiş, toplumun yaşlılara yönelik tutumu olumsuz yönde değişmiştir (Mavili, 2015, s. 8).

Küreselleşme ve sanayileşmenin etkisi altındaki bu dönemde gençler başta olmak üzere toplumun önemli bir kısmı kırsal yerleşim yerlerinden ayrılarak iş, eğitim ve sağlık olanaklarının daha iyi olduğu kentlere doğru göç etmiş ve bunun sonucunda hızlı bir kentleşme süreci başlamıştır. Kentlerde modern bir kültürün gelişmesi sonucunda yeni toplumsal değerler oluşmuş, kuşak farklılıkları

artmıştır. Bunun sonucunda gençler ile yaşlılar arasındaki diyalog kopmaya ve yaşlıların toplum içindeki etki, değer ve önemi azalmaya başlamıştır.

Teknoloji alanındaki hızlı ilerlemeler ile sanayi alanındaki gelişim ve dönüşümden ötürü üretimde yüksek teknoloji kullanılmış ve bu durum yaşlıların istihdamını zorlaştırarak daha çok gençlerin istihdam edilmesine ve yaşlıların bilgisiz olarak görülmesine neden olmuştur (Ü. Şentürk, 2020, s. 63).

Kırdan ayrılıp kente gelen yaşlılar da kendilerinden sonraki kuşaklardan daha eğitimsiz olmaları, makine kullanacak fiziksel güce ve teknik bilgiye sahip olmamaları gibi sebeplerden ötürü de şehirlerde sanayi üretimine katılmayarak önemli dezavantajlarla karşılaşmışlardır. Kırsal bölgelerde kalanlar ise çocuklarından destek alamamış, tarım ve hayvancılıkla geçimlerini sürdürememişlerdir. Bundan ötürü yaşlılık az sayıda kişiyi ilgilendiren bir durum olmaktan çıkarak toplumsal bir “sorun” olarak ele alınmaya başlanmıştır (Emiroğlu, 1995, s. 34).

Deneyimine önem verilen, saygı duyulan, ailede bir değer olarak görülen, akıl, güç ve otorite figürü olan yaşlı, bir anda tüketici olarak tanımlanarak değersiz bir konuma itilmiştir.(Ceylan, 2018, s. 510). Ayrıca gençler topluma katkı sunan, üretici bir grup olarak görülürken, yaşlılar ise bağımlı ve tüketici olarak damgalanmakta, toplumun dışına itilmekte ve yalnızlaştırılmaktadırlar (Özmen, 2013, s. 114). Yaşlılığa biyolojik odakla yaklaşılması ve yalnızca kronolojik yaşın göz önünde tutulması bu duruma sebep olmaktadır. Yalnızca biyolojik açıdan değerlendirilen yaşlılar, kurum bakımında ya da hastanede kalması gereken bağımlı bireyler olarak görülmektedirler (Giddens, 2005; Onur, 2014, s. 356).

Medya, özellikle sanayileşmiş ülkelerde, yaşlılık ve bağımlılık konularının bir arada ele alınmasına ve yaşlıların bağımlı bir imaja sahip olmasına neden olmuştur. Medyanın genç ve güzel olmaya aşırı vurgu yapması, yaşlıları görmezden gelmesi gibi sebepler kamuoyunu yönlendirmekte ve yaşlılara karşı olumsuz bakış açısının oluşmasına sebep olmaktadır. Reklam ve dizilerde

gençliğin ve güzelliğin aşırı ön plana çıkarılması, yaşlıların yalnız ve bağımlı oldukları şeklinde olumsuz imajla sunulmaları yaşlıların damgalanma sürecine katkı sunmaktadır (Müftüler, 2018, s. 183). Nitekim bir araştırmada medyada yaşlıların güçten düşmüş, fiziksel ve zihinsel olarak gerilemiş, ağrıları olan, huysuzluk yapan, tahammülden yoksun, sözü geçmeyen, yaşam enerjisi olmayan kişiler olarak damgalandıkları ortaya konulmuştur (Kalaycıoğlu, 2016, s. 160).

Kentlerde yaşayan bireylerin, tarım toplumuna özgü olan erken evlenme, ebeveyn olma, çok sayıda çocuk yapma, yaşlılık döneminde çocuklarından bakım bekleme, her koşulda evliliğini sürdürme, içinde buldukları topluluk kurallarının dışına çıkmama gibi değerlere bağlılıkları düşüktür. Bu bireyler daha çok akıl ve mantıkla hareket etmekte ve “ben merkezli” yaşam sürmektedirler. Nitekim evlenme yaşının yükselmesi, yalnız yaşayan kişi sayısının artması ve artan boşanma oranları bu durumun somut örnekleridir (Ü. Şentürk, 2019, s. 508).

Günümüz çağdaş toplumlarında çocuk sahibi olmak, bireylerin tüketim olanaklarını kısıtlayan, sosyal statü kaybı yaratan pahalı bir unsur haline gelmiştir. Bu durum bireylerin çocuk sahibi olma motivasyonunu düşürmektedir. Günümüzde çalışan iki ebeveynin olduğu ama çocuğun olmadığı yeni bir aile türü ortaya çıkmıştır. Diğer yandan yalnız yaşam ve evlilik olmadan birlikte yaşayan çift sayısı artmıştır.

Günümüzde kadınlar, eğitim, çalışma yaşamına katılım gibi olgular sayesinde üzerlerindeki aile, gelenek ve göreneklerden kaynaklı rol ve beklentilerden sıyrılabilmişlerdir. Eğitimli modern kadınların ilk evlenme yaşının yükselmesi ile kadının istediği ve hazır olduğu zaman çocuk yapabilmesi gibi gelişmeler doğurganlığın azalmasına neden olmuştur. Bu gelişmeler nüfusun yenilenme hızını azaltmıştır (Ü. Şentürk, 2020, s. 74). Dünya genelinde doğum oranlarının düşmesi ve ortalama yaşam süresinin uzaması sonucunda yaşlı nüfus oranı artmıştır. Yaşlı nüfusun fazlalığı, yaşlılık döneminin sosyal sorun olarak algılanmasına neden olmuştur (Ceylan, 2018, s. 508).

Yaşlı nüfusun artması ve ortalama yaşam süresinin yükselmesi sonucunda sağlık, bakım, emeklilik ve sosyal hizmetler başta olmak üzere sosyal refah alanlarından daha fazla yaşlı, daha uzun süre yararlanmaya başlamış (Arpacı, 2005, s. 26) ve bundan ötürü yaşlanma ve yaşlılık olguları ailelerin baş etmeleri gereken aile içi bir konu olmanın dışına çıkarak sosyal ve politik bir boyut kazanmıştır (Yıldırım, 2021, s. 1890). Modern dönemde, sosyal güvenlik ve emeklilik sistemlerinin gelişmesiyle yaşlılara çalışma yaşamından ayrılacakları dönem için gelir güvencesi sağlanmış ve bunun sonucunda insan yaşamında yaşlılıkla özdeşleştirilen emeklilik dönemi ortaya çıkmıştır (Müftüler, 2018, s. 200). Bu durum toplumun yaşlılara yönelik olumsuz bakışını artırmış ve yaşlıların sosyal refah sistemleri başta olmak üzere toplum üzerinde yük oldukları yönünde yargıların gelişmesine sebep olmuştur (Ceylan, 2018, s. 508).

Yaşlılar günümüzde birçok ülkede sağlık sistemine ve ekonomiye yük olarak görülmekte, refah kaynaklarından haksız yere fazlaca pay aldıkları iddia edilmektedir (Çilingiroğlu ve Demirel, 2004, s. 226; Müftüler, 2018, s. 184). Modern toplum, yaşlı bireylerin gereksinimlerini dikkate almamakta ve yaşlılara karşı görmezden gelme, saygı duymama, görüşmeme, temas etmeme gibi olumsuz örüntüler oluşturmaktadır (McGuire, Klein ve Chen, 2008, s. 11).

2.3. YAŞLI NÜFUSA İLİŞKİN İSTATİSTİKLER

Dünya genelinde, ortalama yaşam süresinin uzaması ile azalan doğurganlık oranından ötürü küresel çapta demografik yapıda benzeri görülmemiş dönüşüm meydana gelmekte ve günden güne yaşlı nüfus oranı artmaktadır (Breheny, Pond ve Lilburn, 2020, s. 1). Yaşlıların, insanların geçmiş dönemlere nazaran daha uzun süre yaşamalarından dolayı, genel nüfus içindeki oranı hızla artmaktadır (UN-DESA, 2020). Yaşlı nüfus oranının artışı ve nüfusun yaşlanması, yaşlılık döneminde karşılaşılan dezavantajlardan ötürü yeni hizmet ve politikaların geliştirilmesini zorunlu kılmaktadır. Bireylerin yaşlılık döneminde ortaya çıkan dezavantajları ile bunları gidermeye yönelik hizmet ve politikaları ele almadan önce yaşlı nüfusa ilişkin niceliksel verilere yer verilecektir.

2.3.1. Dünya’da Yaşlı Nüfus

Birleşmiş Milletler Ekonomik ve Sosyal İşler Departmanı (UN-DESA) 2019 yılında yaklaşık 7,7 milyar olan dünya nüfusunun 2030’da 8,5 milyar, 2050’de 9,7 milyar ve 2100’de 10,9 milyar olacağını ve bu nüfus artışının büyük bir kısmının Sahra altı Afrika’da gerçekleşeceğini öngörmektedir. Diğer yandan, Doğu ve Güneydoğu Asya, Orta ve Güney Asya, Latin Amerika ve Karayipler ile Avrupa ve Kuzey Amerika’daki nüfusun bu yüzyıl sonlanmadan en yüksek miktara ulaşacağı ve hemen ardından azalmaya başlayacağı tahmin edilmektedir (UN-DESA, 2020).

Nüfusun yaşlanmasının nedenlerinden biri gelişen teknoloji ve sağlık hizmetlerinden ötürü ortalama yaşam süresinin uzamasıdır. UN-DESA’nın verilerine göre 2019 yılında dünya genelinde yaşayan 7,7 milyar insanın yaklaşık 727 milyonu 65 yaşından büyüktür. 30 yıl gibi görece kısa bir sürede 65 yaş ve üstündeki yaşlı sayısının iki kattan fazla artarak 1,5 milyar civarına ulaşacağı ve genel nüfus içindeki oranının %16’ya erişeceği beklenmektedir. Nitekim 2018 yılında dünya tarihinde ilk defa 65 yaş üstündeki kişi sayısı, beş yaş ve altındaki çocuk sayısını geçmiştir. Buna ek olarak doğumda beklenen yaşam süresi 1990 yılından beri sekiz yıl artarak 77,1’e çıkmıştır. Yapılan projeksiyonlar 2050 yılına kadar 65 yaş üstündeki yaşlı nüfusun beş yaşa kadar olan çocuk nüfusunun iki katından fazla olacağını hatta 65 yaş ve üstündeki kişi sayısının 15-24 yaş arasındaki genç nüfusu da geçeceğini göstermektedir (UN-DESA, 2019).

Doğuştaki beklenen yaşam süresinin uzaması nüfusun yaşlanmasının bir diğer sebebidir. İstatistiklere bakıldığında dünya nüfusu için doğuştaki beklenen yaşam süresinin 1990’dan bu yana 8 yıldan uzun bir süre arttığı görülmektedir. Dünyada doğuştaki beklenen yaşam süresi 2019’da 72,6 yıla ulaşmış olmakla birlikte, 2050’de yaklaşık 77,1 yıl olacaktır (UN-DESA, 2020).

Canlı doğumların azalması bir diğer ifade ile kaba doğum hızının düşmesi de nüfusun yaşlanmasına neden olmaktadır. Birleşmiş Milletler Ekonomik ve Sosyal

İşler Departmanı'nın verileri incelendiğinde kadın başına düşen doğum sayısının ciddi bir şekilde azaldığı anlaşılmaktadır. 1975-1980 döneminde %23 olan kadın başına beş ve daha fazla doğum düşmesi anlamına gelen yüksek doğurganlık oranı 2010-2015 döneminde %8'e düşmüştür. 2019'da kadın başına düşen doğum oranı 2,1 olarak hesaplanmıştır. Kadın başına 2,1'den daha az doğumun gerçekleşmesi doğum oranının düşük olduğu anlamına gelmektedir (UN-DESA, 2020).

2.3.2. Avrupa'da Yaşlı Nüfus

Avrupa İstatistik Kurumu (EUROSTAT) verilerine göre Avrupa Birliği'nin (AB) 2001'den 2021'e kadar geçen 20 yıllık sürede toplam nüfusu 18 milyon artarak, 429 milyondan 447 milyona ulaşmış bir diğer ifade ile AB nüfusunda %4'lük bir artış gerçekleşmiştir. Buna karşın 2001 yılında %16 olan 65 yaş üstü yaşlı nüfus oranı, beş puan artış göstererek 2020 yılında %21'e; 2001 yılında %3,4 olan 80 yaş üstü yaşlı nüfus oranı ise yaklaşık iki kat artarak 2020 yılında %6'ya ulaşmıştır. 2020 yılında %15 olan 0-14 yaş aralığındaki çocuk nüfusun genel nüfusa oranı %17'ye erişmiştir (EUROSTAT, 2021, s. 3-4). Bu veriler AB nüfusundaki yaşlı birey sayısının çocuk sayısından fazla olduğunu ve nüfusun yaşlandığını göstermektedir.

EUROSTAT'a göre 2050 yılında AB nüfusu 441,9 milyona erişecek ve bu nüfusun 129.8 milyonu 65 yaş üstündeki yaşlı kişilerden oluşacaktır. Aynı dönemde 65-74 yaş aralığındaki kişi sayısının %16,6 oranında, 75-84 yaş aralığındaki kişi sayısının %56,1 oranında ve son olarak 85 üstündeki yaşlı nüfusun ise %113,9 oranında artacağı öngörülmektedir. 85 yaş ve üstündeki nüfus sayısı 12,5 milyondan 26,8 milyona erişecek ve bunların yaklaşık yarım milyonu 100 yaşın üstünde olacaktır (EUROSTAT, 2020, s. 17).

Ortalama yaşam beklentisinin artması nüfusun yaşlanmasının nedenlerinden biridir. AB genelinde 2001 yılında 77,6 olan doğumda beklenen yaşam süresi, 3,7 yıl artarak 2019 yılında 81.3'e yükselmiştir. Doğumda beklenen ortalama yaşam

süresi kadınlar için 84, erkekler için ise 78,5 olarak hesaplanmıştır (EUROSTAT, 2021, s. 13).

Medyan (ortanca) yaş, nüfus yapısına ilişkin bilgi veren değerlerden biridir. Medyan yaş, yeni doğan bebekten en yaşlıya kadar nüfusu oluşturan kişilerin yaşları küçükten büyüğe doğru sıralandığında ortada kalan kişinin yaşıdır. Nüfus yaşlandıkça medyan yaş büyümekte, nüfus gençleştikçe de küçülmektedir. EUROSTAT'a göre AB'nin 2001 yılında 38 olan medyan yaşı, 2010 yılında 41'e, 2021 yılında ise 44'e yükselmiştir (EUROSTAT, 2021, s. 8). 2050 yılında medyan yaşın 48,2 olacağı hesaplanmaktadır (EUROSTAT, 2020, s. 21).

Doğum sayısı, ilk kez anne olma yaşı ve evlilik sayısı da genel nüfus yapısını şekillendiren önemli etmenlerdir. Doğum sayısı arttıkça nüfus yenilenmekte ve ortalama yaş (medyan yaş) azalmaktadır. İlk kez anne olma yaşı büyüdükçe sahip olunabilecek çocuk sayısı azalmakta ve nüfus artış hızı düşmektedir. Günümüz modern kentli toplumunda çocuk sahibi olmak için resmi olarak evli olmak gerekmez de resmi evliler arasında çocuk sahibi olmak daha yaygındır. EUROSTAT'ın bu alanlara ilişkin verileri incelendiğinde AB genelinde 2001 yılında 4,4 milyon canlı doğum ve 4,2 milyon vefat gerçekleştiği, 2020 yılında ise canlı doğum sayısının 4 milyona düştüğü ve vefat sayısının ise 5,2 milyona çıktığı görülmektedir. Bu veriler AB'de doğumdan çok vefat gerçekleştiğini ve kaba nüfus miktarının azaldığını gözler önüne sermektedir (EUROSTAT, 2021, s. 9). Diğer yandan veriler incelendiğinde 2013 yılında 28,8 olan ilk kez anne olma yaşının 2019 yılında 29,4'e yükseldiği anlaşılmıştır (EUROSTAT, 2021, s. 11). Son olarak AB'de 2001 yılında her bin kişide 4,8 olan kaba evlilik sayısı 2019 yılında 4,3'e düşmüştür, 2001'de 1,7 olan kaba boşanma hızı, 2,1'e yükselmiştir. AB genelinde 2001 yılından 2019 yılına kadar olan geçen sürede ilk evlilik yaşı beş yaş artmıştır (EUROSTAT, 2021, s. 23). Bu veriler AB nüfusunun yaşlandığını ve nüfus artış hızının çok azaldığını gözler önüne sermektedir.

Son olarak belirtmek gerekirse İtalya %23'lük oranla AB üyeleri arasında yaşlı nüfusu en yüksek ülke konumundadır. Onu %22'lik yaşlı nüfus oranlarıyla

Yunanistan, Portekiz, Almanya, Finlandiya ve Bulgaristan izlemektedir. %15'lik yaşlı nüfus oranıyla Lüksemburg ve %14'lük yaşlı nüfus oranıyla İrlanda AB üyesi ülkeler arasında en genç nüfus yapısına sahip ülkelerdir (EUROSTAT, 2021, s. 5).

2.3.3. Türkiye'de Yaşlı Nüfus

Türkiye'de Avrupa ve hatta dünya genelinde olduğu gibi günden güne yaşlı nüfus oranı ve yaşlı kişi sayısı artmaktadır. Nitekim, Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre, Türkiye yaşlı nüfus oranına göre dünyada 167 ülke arasında 66. sırada yer almaktadır. En yaşlı nüfus oranına sahip ülkeler ise %33,5'lik oranla Monako ve %28,5'lik oranla Japonya'dır (TÜİK, 2021).

TÜİK verilerine göre son beş yılda yaşlı nüfus oranında %24'lük (1 milyon 593 bin 621) artış gerçekleştirmiş ve yaşlı nüfus yaklaşık olarak 8,25 milyona ulaşmıştır. 2016 yılında genel nüfus içinde %8,3 olan yaşlı nüfus oranı 2021'de %9,7'ye yükselmiştir. Yaşlı nüfus oranının 2025 yılında %11, 2030 yılında %12,9, 2060 yılında %22,6 olacağı öngörülmektedir. 2020 yılı verilerine göre yaşlı nüfusun %63,8'inin 65-74 yaş arasında olduğu, %27,9'unun 75-84 yaş grubunda olduğu ve %8,4'ünün 85 yaşın üstünde olduğu görülmektedir (TÜİK, 2022).

Türkiye'deki yaşlı nüfus, yaş aralığına göre incelendiğinde, yaşlıların %64,7'sinin 65-74 yaş aralığında, %27,3'ünün 75-84 yaş aralığında ve %8,0'nin 85 ve daha yukarı yaş grubunda yer aldığı görülmektedir (TÜİK, 2022).

Nüfusun yaşlanmasının sebeplerinden biri de ortalama yaşam süresinin uzamasıdır. TÜİK'e göre Türkiye'de ortalama yaşam süresi 78,6 yıldır. Cinsiyete göre bakıldığında erkeklerin ortalama yaşam süresi 75,9 iken kadınların ortalama yaşam süresi 5,4 yıl artarak 81,3 olmaktadır. Buna ek olarak 15 yaşında olan biri için yaşaması beklenen ortalama süre 64,6 yıl, 30 yaşında olan birinin yaşaması beklenen ortalama süre 50 yıl, 50 yaşında olan birinin yaşaması beklenen

ortalama süre 30,9 yıl ve 65 yaşında olan birinin yaşaması beklenen ortalama süre 18 yıl olarak hesaplanmıştır. 65 yaşında olan birinin yaşaması beklenen süre cinsiyete göre ele alındığında bu sürenin erkekler için 16,3 yıl kadınlar için ise 19,6 yıl olduğu hesaplanmıştır (TÜİK, 2020).

Nüfusun yaşlanması ile ilgili göstergelerden biri olan ortanca yaş 2015 yılında 31 iken 2020'de 32,7'ye 2021'de ise 33,1'e yükselmiştir. Cinsiyete göre bakıldığında erkeklerin ortanca yaşı 32,4, kadınların ise 33,8 olarak hesaplanmıştır. Ortanca yaşın 2025 yılında 34,1 ve 2060 yılında 42,3 olacağı düşünülmektedir. Diğer yandan çalışma çağındaki yüz kişiye düşen yaşlı sayısı ile hesaplanan yaşlı bağımlılık oranının 2016'da %12,3, 2020'de %14,1 olduğu ve 2021'de ise %14,3'e ulaştığı görülmektedir (TÜİK, 2021, 2022).

Bu veriler, Türkiye'de yaşlı nüfus oranının diğer nüfus gruplarına göre daha hızlı arttığını ve Türkiye'nin kısa sürede demografik açıdan çok yaşlı ülkeler sınıflandırmasına dahil olacağını ortaya çıkarmaktadır. Nitekim yaşlı nüfus oranının genel nüfus içindeki payı %10'u geçen ülkeler demografik açıdan çok yaşlı ülke olarak nitelendirilmektedir (Akgün, Bakar ve Budakoğlu, 2004).

2.4. YAŞLILIK DÖNEMİNDE KARŞILAŞILAN SORUNLAR

Günümüzde teknolojinin gelişmesi ve bunun sağlık alanına yansması sonucunda ortalama yaşam süresi artmış ve doğal olarak da yaşlılık dönemi uzamıştır. Emeklilikle başlayan yaşlılık döneminin uzaması (Acar ve Kitapçı, 2008, s. 81), aile gibi geleneksel kurumlardan alınan desteğin azalması (Dural ve Con, 2011, s. 485) ve neo-liberal anlayışın sosyal politikalar üzerindeki etkileri; bireyleri yaşlılık döneminde karşılaşılan sorunlara karşı savunmasız bırakmış ve incinebilirliklerini arttırmıştır (Schwiter, Berndt ve Truong, 2018, s. 379). Bu durum yaşlıların olağan yaşamlarında birtakım sorunlarla karşılaşmalarına ve birçok disiplinin yaşlılık dönemini ele almasına sebep olmuştur (Vines, Pritchard, Wright, Olivier ve Brittain, 2015, s. 2).

Bireyler yaşlılık döneminde; hastalık, yalnızlık, eş ya da yakınların vefatı, fiziksel ve zihinsel yeteneklerinde gerileme, ekonomik açıdan yetersizlik, başkalarının yardımına gereksinim duyma gibi durumlarla karşılaşabilmektedirler (Sevil, 2005, s. 123).

Yaşlıların karşılaştıkları sorunlar genel olarak düşük yaşam standartları, yoksulluk ve gelir azlığı, sosyal güvenlik sisteminin yeterli korumayı sunmaması, yalnız yaşayan yaşlı sayısındaki artış, elverişsiz barınma koşulları, aile bakım ve desteğinin azalması, yaşlıların maruz kaldığı ayrımcılık ve dışlanma şeklinde sıralanabilir (Karacan, 2017, s. 639). Ayrıca yetersiz beslenme, sağlıklı olmama, temel kamu hizmetlerine erişmeme, ve güvenli olmayan çevre yaşlıların yaşamlarını zorlaştırmaktadır (Özmete, Hablemitoğlu ve Yıldırım, 2012, s. 2).

2.4.1. Yoksulluk ve Gelir Azlığı

Birçok ülke, resmî belge, veri ve mevzuat düzenlemelerinde yaşlılık dönemini aktif istihdamın dışına çıkarılan, bir diğer ifade ile emekli olunan, 65 yaşında başlatmaktadır. Bu durum emeklilerin yaşlı olarak damgalanmasına sebebiyet vermekte ve aynı zamanda emeklilik döneminde gelirden meydana gelen düşüş göz önünde bulundurulduğunda bireylerin yaşlılık döneminde yoksullukla karşılaşma ihtimallerinin artmasına neden olmaktadır.

Yaşlılık döneminde bedende meydana gelen biyolojik ve fizyolojik değişimler sonucunda vücudun kendini onarım hızı düşmekte; bundan ötürü yaşa bağlı birtakım hastalıklar ortaya çıkmaktadır. Bu rahatsızlıkların tedavisi için harcanan maddi kaynaklar yaşlıların azalan gelirlerine rağmen artan sağlık giderleriyle karşılaşmalarına neden olmaktadır (Kurtkapan, 2019, s. 39). Bu sebeplerden ötürü yaşlılık dönemi bireylerin ekonomik refahlarını arttırmalarını engelleyen ve yaşam kalitelerini düşüren bir özelliğe sahiptir (Ak ve Közleme, 2017, s. 198).

İstihdam piyasasında karşılaşılan zorluklar, yaşlı yoksulluğunun nedenlerinden bir diğeridir. Yaşlılar işe giriş süreçlerinde ayrımcılıkla karşılaşmaktadır. İşe girebilen yaşlılar ise kayıt dışı işlerde ve gelirin görece düşük olduğu tarım gibi alanlarda çalışmak durumunda kalmaktadır (Danış, 2009, s. 71). Bu durum yeterli gelir elde edememelerine ve yoksullaşmalarına neden olmaktadır.

Emekli ve yaşlı aylıklarının yetersiz olması yaşlı yoksulluğuna etki eden önemli olgulardan biridir. Türkiye vatandaşlarına bağlanan ve sosyal güvenlik sisteminin vergilerle finanse edilen kısmını oluşturan yaşlı aylığı (65 yaş maaşı) oldukça düşüktür. Nitekim bir çalışmada da bu durum ortaya konulmuş ve OECD verilerine göre yaşlı aylıklarının ortalama kazancın yalnızca %6'sına denk geldiği tespit edilmiştir. Buna ek olarak prime dayalı emekli aylıklarının yoksulluk sınırına oranının yıllar geçtikçe azaldığı ve emeklilerin yoksullaştığı ortaya konulmuştur (Karadeniz ve Durusoy Öztepe, 2013, s. 95).

Yaşlı yoksulluğunun konu edinildiği bir araştırmada katılımcıların yaklaşık %40'ının borçlu olduğu ve kendilerini kısmen ya da tamamen yoksul hissettikleri, %20'sinin yaşamını sürdürmek için ekonomik destek aldığı, %60'ının tasarruf yapamadığı, yaklaşık %80'inin maddi sorunlar nedeniyle kendilerini bazı şeylerden kısıtladıkları ve katılımcılarının tamamının emekli maaşını yetersiz bulduğu ortaya konulmuştur (Ak ve Közleme, 2017, s. 202-203).

Yaşlılık döneminde deneyimlenen yoksulluk yalnızca emeklilik sonrasında gelirin düşmesiyle ya da istihdamdan çıkılmasıyla değil, gençlik ve yetişkinlik döneminde elde edilen gelir, kayıtlı istihdama ve sosyal güvenliğe erişim gibi olgularla da yakından ilişkilidir. Geçmiş yaşam döneminde istihdama katılamamış ya da kayıt dışı istihdamda yer almış ve sosyal güvenlik sistemine dahil olamamış kişilerin yaşlılık döneminde yoksullukla karşılaşma ihtimali oldukça yüksektir (Karadeniz ve Durusoy Öztepe, 2013, s. 92).

Yaşlı yoksulluğu cinsiyete göre ele alındığında, kadınların yaşlılık döneminde yoksullukla karşılaşma riskinin erkeklere göre daha fazla olduğu görülmektedir.

Kadınlar önceki yaşam dönemlerinde erkeklere nazaran istihdama girememekte, girebilseler de kayıt dışı ve düşük gelir elde edebilecekleri işlerde çalışmak durumunda kalmakta ve prime dayalı emekli aylığına hak kazanamamaktadırlar. Eşleri üzerinden aldıkları aylıklarla yaşamlarını ekonomik açıdan yeterli koşullara sahip olmadan sürdürmek durumunda kalmaktadırlar (Dural ve Con, 2011, s. 486). Bir çalışmada yoksul yaşlıların yaklaşık %60'ının kadın olduğu, okur yazar olmayan kadınların %81,9'unun yaşamını yoksulluk içinde devam ettirdiği, yaşlı kadınlar arasında emekli aylığı alanların düşük oranda olduğu ve yaşlı kadınların genellikle "dul ve yetim" maaşları aldıkları ortaya konulmuştur (Karadeniz ve Durusoy Öztepe, 2013, s. 86-88).

Yaşlılık döneminde karşılaşılan yoksulluk yalnızca yaşam kalitesini düşürmemekte aynı zamanda yaşlıların sağlık hizmetlerinden yeterince yararlanamamalarına neden olmakta, yaşlıları sağlıklı olmayan koşullarda yaşamaya zorlamakta ve toplumsal hayata katılımlarını azaltmaktadır (Sarı, 2021, s. 164).

Türkiye'deki sosyal güvenlik sistemi ve yaşlılara yönelik sosyal refah/ sosyal yardım uygulamaları incelendiğinde gelirin adil dağılımını içeren yeniden dağıtım mekanizmalarının yeterli olmadığı ve bundan ötürü uzun vadede yaşlı yoksulluğunun anlamlı bir şekilde azaltılamayacağı öngörülmektedir.

2.4.2. Yetersiz Sosyal Koruma

Emeklilik sistemleri; yasal olarak belirlenmiş bir yaşın üstünde olan ve mevcut dönemde çalışma yaşamında yer almayan ya da alamayan kişilere yaşamlarını idame ettirmeleri için ödeme yapan sistemlerdir (Acar ve Kitapçı, 2008, s. 78). Tanımdan da anlaşılacağı üzere emeklilik sistemleri yaşlılara temel bir güvence sağlamakta, yoksulluğu önlemekte ve adil gelir dağılımına katkı sunma amacı taşımaktadırlar.

Emeklilik sistemleri, yaşlı yoksulluğunu önlemek ve artık çalışmayan bireylere yeterli gelir desteği sağlamak amacıyla ilk olarak Almanya'da ortaya çıkmıştır (Werbrouck, 2019, s. 328). Türkiye'de ise modern anlamda emeklilik sistemi 1945 yılında İşçi Sigortaları Kurumu'nun kurulmasıyla oluşturulmaya başlanmıştır. İlk dönemde iş kazası, meslek hastalıkları ve doğum izni sigorta kapsamına alınırken süreç içinde diğer tıbbi rahatsızlıklar ve yaşlı aylıkları da sosyal güvenlik sistemine dahil edilmiştir. Yaşlı nüfusun artması sonucunda sosyal güvenlik sisteminde finansmana ilişkin sorunlar ortaya çıkmış ve bundan ötürü 1999 ve 2008 yıllarında çeşitli reformlar yapılarak emeklilik yaşı kademeli olarak yükseltilmiş ve emekli aylığı hesaplama yöntemi değiştirilmiştir (Sarıca, 2019, s. 478-482).

Türkiye'de emeklilik sistemi birçok ülkede olduğu gibi kamu kontrolündedir ve hem prim sistemiyle hem de vergilerle finanse edilmektedir. Emeklilik sisteminin vergilerle finanse edilen ayağında 2022 sayılı kanun kapsamında verilen 65 yaş ya da yaşlı aylığı diye bilinen, asgari ücretin üçte birinden az geliri olan ve hiçbir şekilde emeklilik geliri veya kaydı bulunmayan kişilere ödenen aylık yer almaktadır. Türkiye'deki emeklilik sistemin primlerle finanse edilen ayağında ise işverenlerin çalışanlar adına çalıştıkları süre boyunca aylık maaşlarına göre değişen tutarlarda ödedikleri primler yer almaktadır. Çalışanlar emekli olduktan sonra vefat edene kadar Sosyal Güvenlik Kurumu'ndan emekli maaşı almaktadırlar (Alper, Değer ve Sayan, 2012).

Türkiye'de emeklilerin yaşadığı yoksulluk AB üyesi ülkeler ile karşılaştırıldığında daha ciddi boyuttadır. Bu durum Türkiye'deki emeklilik sisteminin kapsamının yetersiz olduğu ve yaşlı nüfusun aldığı emekli maaşlarının onlara yeterli sosyal koruma sunmadığı savlarını güçlendirmektedir (Sarıca, 2019, s. 479).

Emekliler Sendikası'nın verilerine göre Türkiye'de, Sosyal Sigortalar Kurumu'ndan (4A) emekli olanların ortalama maaşı 2.206 TL, BAĞ-KUR (4B) emeklilerinin ortalama maaşı 1.684 TL ve Emekli Sandığı'ndan (4C) emekli olanların ortalama maaşı ise 2.735 TL tutarındadır (Kızılkaya ve Bakiler, 2021).

Aralık 2021 döneminde dört kişilik bir ailenin aylık sınırının 4.013,26 TL olduğu (Türk-İş, 2021) göz önünde bulundurulduğunda emekli maaşlarının yeterli sosyal koruma sunma noktasından oldukça uzak olduğu ve yaşlıların yoksulluk yaşamalarına sebep olduğu anlaşılmaktadır. Diğer yandan emekli aylığı olmayan ve hiçbir geliri bulunmayan yaşlılara 2022 sayılı Kanun kapsamında verilen 65 yaş maaşı da Ocak 2022 dönemindeki olağan yılbaşı artışına rağmen 1296 TL tutarına çıkmıştır. Bu tutarın da yaşlıların insan onuruna yaraşır ve kendilerini gerçekleştirebilecekleri bir yaşam sürdürmelerine imkân sunmadığı ortadadır.

Türkiye’de çalışma çağındaki nüfusun yalnızca üçte birlik kısmı sosyal sigorta kapsamındadır. Cinsiyete göre bakıldığında her beş kadından birinin sosyal sigorta kapsamında olduğu, sosyal sigorta kapsamında olan erkek sayısının kadın sayısının yaklaşık üç katı olduğu ifade edilmektedir (Sarıca, 2019, s. 484). Bu veriler kayıtlı istihdama erişemeyen bireylerin ve özellikle de kadınların yaşlılık döneminde yeterli sosyal korumaya erişemeyeceklerini, yoksulluk riskiyle karşılaşacaklarını ve yaşlılık dönemini dezavantajlı bir şekilde geçireceklerini düşündürmektedir.

Türkiye, AB üyesi ülkeler arasında yaşlı yoksulluğunun en yüksek olduğu yedinci ülke konumundadır. Yoksulluk oranının AB üyesi ülkelere göre yüksek olmasında kayıtlı istihdamın az olması ile sosyal koruma uygulamaları kategorisinde yer alan emekli aylıklarının düşük olması ve 65 yaş maaşına başvuru şartlarının zor ve tutarın da yetersiz olması önemli sebepler olarak gösterilmektedir. Hollanda’da emekli aylıkları olmazsa yaşlı yoksulluk oranının %92,4 olacağı fakat emekli aylıklarının sunduğu sosyal koruma sayesinde yaşlılar arasında yoksulluk oranının %5,3’e indiği, Türkiye’de ise emekli aylıklarının yaşlı yoksulluk oranını yalnızca %53 puan düşürdüğü belirtilmektedir (Sarıca, 2019, s. 488).

Bir çalışmada, sosyal güvenlik sisteminin vergilerle finanse edilen ayağını oluşturan, hiçbir sosyal güvenlik kaydı olmayan ve asgari ücretin üçte birinden az geliri olan yaşlıların hak sahibi olabildiği 65 yaş maaşını alanların toplam yaşlı nüfusun %0,8’i civarında olduğu ve bu aylığı alan yaşlıların %51,4’ünün yoksul

olduğu ortaya konulmuştur. Aynı çalışmada gelir dilimine göre en düşük %20'lik dilimde yer alan nüfusun Türkiye'deki emekli aylığı ödemelerinin yalnızca %2,4'ünü, en yüksek %20'lik dilimde yer alan nüfusun ise %39,5'ini aldığı saptanmıştır (Sarıca, 2019, s. 490-495). Bu bulgular Türkiye'deki yaşlılara yönelik sosyal korumanın yetersiz olduğunu, alınan yardıma rağmen yoksulluk sarmalından çıkılamadığını ve hatta en yoksul %20'lik grubun emekli aylıklarına bile erişemediğini gözler önüne sermektedir.

Geleneksel toplumsal değerlerin hâkim olduğu bir dönemde yetişen günümüz yaşlılarının yardımları hak etmediklerini düşünmeleri, yoksul olarak damgalanma korkuları veya alabilecekleri sosyal yardımlar konusunda yeterli bilgiye sahip olmamaları yaşlıların sosyal yardım başvuruları yapmalarını engelleyebilmektedir. Ayrıca sosyal yardıma hak kazanabilmek için kanunlarda belirlenen yoksulluk eşiğinin düşük olması da yardımlardan yararlanma oranını düşürmektedir (Karadeniz ve Durusoy Öztepe, 2013, s. 90).

Gelişmiş ve temel sosyal sorunlarını refah sistemleri aracılığıyla çözmüş ülkelerde bile yaşlılar tüketici olarak nitelendirilip dışlanırken, gençlere yeterli hizmetlerin sağlanamadığı gelişmekte olan ülkelerde sahip olunan sınırlı kaynaklardan ötürü yaşlılar tamamıyla yok sayılmakta, toplumsal hayat içerisinde bir başlarına bırakılmakta ya da aile ve komşulardan oluşan enformel destek mekanizmalarının insafına terk edilmektedirler. Ülkeler, neo-liberal politikalara uygun olarak kendini geçindirebilecek yaşlılara ve ailelerine destek olmamakta yalnızca yoksul yaşlılara yoksulluğun etkisini azaltmak için sınırlı kaynak aktarımı yapmaktadır (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 20-22). Sonuç olarak yerel yönetimler, merkezi yönetim ve sivil toplum kuruluşları tarafından geliştirilecek düzenleme ve iş birlikleri ile yaşlılara yeterli sosyal korumanın sunulması, yaşlılara yalnızca sınırlı ayni ve nakdi yardım sunmakla yetinilmemesi, refahtan adil pay almaları için yapısal düzenlemelerin gerçekleştirilmesi oldukça önemlidir.

2.4.3. Sağlık Sorunları

Yaşlılık döneminde meydana gelen fizyolojik değişimlerden ötürü bedende yıpranma ve deformasyon meydana gelmekte ve bundan ötürü birtakım rahatsızlıklar ortaya çıkmaktadır (Beğler ve Yavuzer, 2012, s. 1). Diğer yandan yaşlılık döneminde karşılaşılan rol değişimi, toplumsal dışlanma, ekonomik sorunlar gibi sebepler de yaşlıların ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir (Karakaş ve Durmaz, 2017, s. 34). Yaşlılık döneminde en sık görülen fizyolojik hastalıkların hipertansiyon, osteoartrit, kronik kalp yetersizliği ve diyabet; en yaygın ruhsal hastalıkların ise demans, alzheimer, depresyon ve madde kullanımı olduğu belirtilmektedir (Aslan ve Hocoğlu, 2017, s. 55).

Türkiye’de 65 yaşın üzerindeki nüfusun %90’ında genel olarak bir, %35’inde iki ve %23’ünde ise üç veya daha fazla sayıda kronik rahatsızlık bulunmaktadır. Ülkelerin gelişmişlik ve eğitim düzeyi arttıkça bu oranlar düşmektedir. Örneğin Fransa’da 65 yaş ve üzeri erkeklerde kronik hastalığa sahip olma oranı %49,8 iken, kadınların %58,5’i kronik rahatsızlığa sahiplerdir (Gökbunar, Uğur ve Duramaz, 2016, s. 113). ABD’de gerçekleştirilen bir çalışmada bireylerin yaşamları boyunca gerçekleştirdikleri sağlık harcamalarının %60’ını 65 yaşından sonra yaptıkları ve 85 yaş üstündeki bireylerin sağlık harcamalarının ülkedeki toplam sağlık harcamalarının yaklaşık %10’u kadar olduğu ortaya konulmuştur (Alemayehu ve Warner, 2004, s. 634). Yine ABD’de gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise ortalama yaşam süresi arttıkça, yaşam kalitesi geliştikçe ve gelir yükseldikçe sağlık harcamalarının arttığı saptanmıştır (Hall ve Jones, 2004, s. 40-41).

Yaşlılık döneminde önceki yaşam dönemlerine göre genelde daha fazla sayıda hastalık veya sağlıkla ilgili problem görülmekte ve bu durum yaşlılık döneminin “gerileme dönemi” olarak nitelendirilmesine sebep olmaktadır. Diğer yandan yaşlandıkça bir takım biyolojik, fizyolojik ve bilişsel değişimlerle karşılaşılsa da insan gelişimi ömür boyu sürmektedir. Bundan ötürü yaşlılıkta bağımsızlık,

yaratıcılık ve yeterliklerin korunması ve hatta geliştirilmesi oldukça önemlidir (Tufan, Seeberger, Öztürk, Ayan ve Özgür, 2018, s. 51).

Yaşlıların toplumun diğer üyelerine göre daha fazla sayıda fizyolojik ve ruhsal hastalığa sahip olmaları onları daha dezavantajlı kılmaktadır. Yaşlılar hastalıklarından ötürü sağlık kurumlarına daha fazla başvurmak durumunda kalmakta ve bu durumda birtakım ekonomik giderlerle karşılaşmaktadırlar (Schrimper ve Clark, 1985, s. 235). Ayrıca sahip oldukları hastalıklar sosyal yaşama ve topluma katılımlarını olumsuz etkilemektedir.

Yaşlılar sağlık hizmeti almak için ulaşım, muayene ve ilaç katkı payı ücretleri ödemektedirler. Buna ek olarak kamu hastanelerindeki bekleme sürelerinin fazla oluşu, tetkikler için ileri tarihlere randevu verilmesi ve kronik hastalıklarını takip eden hekimlerin genellikle ücret ve çalışma koşulları açısından daha cazip olanaklar sunan özel sağlık kuruluşlarında görev yapmaları gibi sebeplerden ötürü sağlık hizmetlerini piyasadan almak durumunda kalabilmektedirler. Bahsedilen sebeplerden dolayı artan sağlık giderlerine rağmen yaşlılık döneminde gelirin azaldığı göz önünde bulundurulduğunda sağlık sorunlarının yaşlıların yaşamını etkileyen önemli bir unsur olduğu daha anlaşılır olmaktadır.

Kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların kent merkezlerinde yaşayanlara göre sağlık hizmetlerine erişim konusunda daha dezavantajlı oldukları düşünülmektedir (Dural ve Con, 2011, s. 488). Nitekim bir araştırmada kırsal bölgelerde yeterli donanım ve personele sahip hastanelerin olmadığını ve bundan ötürü yaşlıların yaşadıkları yerde asgari sağlık hizmetlerine erişemeyip uzun mesafeler kat ederek farklı sağlık kurumlarına gittikleri ortaya konulmuştur (Küçük, 2016, s. 45).

Yaşlıların özellikle de yatağa bağımlı olanların (evlerinden çıkıp sağlık kurumlarına gidemeyenlerin) ruh sağlığı hizmetlerine erişim konusunda dezavantajlı oldukları bilinmektedir (Reifler ve Bruce, 2014, s. 242). Halbuki yaşlılık döneminde meydana gelen yeti yitimi, kronik rahatsızlıklar, bağımsızlığın yitirilmesi, ekonomik zorluklar ve yaşam tarzındaki değişiklikler, yaşam

hedeflerinin gerçekleştirilememiş olması, yakın çevrede meydana gelen kayıplar sonucunda ortaya çıkan yas, eş kaybı sonucunda ortaya çıkan yalnızlık ve izolasyon depresyona olan yatkınlığı arttırmaktadır. Yaşlıların ruh sağlığını olumsuz etkileyen etmenlerden ziyade bedensel şikayetlerine odaklanmaları, hekimlerin depresif belirtileri yaşlanmanın doğal bileşenleri olarak görmeleri gibi sebepler ise yaşlılık depresyonu tanısını zorlaştırmaktadır. Yaşlılık çağı depresyonunun kadınlarda, boşanmışlarda, yalnız yaşayanlarda, düşük sosyoekonomik düzeye sahip olanlarda ve yeterli sosyal destek kaynağı olmayan yaşlılarda genel yaşlı nüfusa göre daha yaygın olduğu belirtilmektedir (Tamam ve Öner, 2001, s. 51-54).

Yaşlılık döneminde ortaya çıkan tıbbi rahatsızlıkların yaşlılar, toplum ve sağlık sistemi üzerindeki etkileri göz önünde bulundurulduğunda hastalıklar ortaya çıkmadan önleyici müdahalelerde bulunarak hastalıkları önlemek, yaşlıların yaşam kalitelerini arttırmak ve sağlık harcamalarını kontrol altında tutmak açısından oldukça önemlidir. Koruyucu faaliyetlerin ileri yaşlılarda bile hastalıkların ortaya çıkmasını önlediği, ilerlemeleri yavaşlattığı ve komplikasyonları azalttığı bilinmektedir (Bilir, 2006, s. 4-6; A. Öztürk, Özenç, Canmemiş ve Bozoğlu, 2016). Fakat koruyucu çalışmaların planlanması sürecinde tüm yaşlıların aynı koşullara ve hastalıklara sahip olmadıkları, bazılarının akranlarına göre çok sağlıklı olduğu bazılarının da çok sayıda rahatsızlığa sahip olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

2.4.4. Aile Yanında Bakımın Azalması

Modernleşmeyle birlikte bilimsel, teknolojik ve idari değişimler meydana gelmiş ve bu süreç sonucunda siyaset, din, ekonomi, sanat ve aile yaşamı eski dönemlere göre farklılaşmıştır. Kongar (2000, s. 24) modernleşme ile birlikte ekonomi ve kültür başta olmak üzere toplumsal yaşamın evrildiğini ve modernleşmenin aslında endüstrileşmenin bir sonucu olduğunu ifade etmektedir.

Modernleşme ile aynı dönemde meydana gelen sanayileşme ve dijitalleşme gibi etmenlere bağlı olarak ortaya çıkan sosyal ve ekonomik gelişmeler sonucunda değişen toplum yapısı, gençlerin iş olanaklarının ve temel kamu hizmetlerinin kısıtlı olduğu kırsal bölgelerden büyük şehirlere doğru göç hareketliliği, aile yapısında görülen küçülme ve kadının çalışma yaşamına girmesi gibi sebepler yaşlının bakım ve barınmasını aile içinde halledilen bir olgu olmaktan çıkararak yaşlı bakımının bir “soruna” dönüşmesine sebep olmuştur (Karacan, 2017, s. 637).

Teknoloji ve tarım dışı üretim temeline dayalı olarak toplumun yeniden örgütlenmesi sonucunda ortaya çıkan kentleşme ve sosyal hareketlilikler ailelerin küçülmesine ve parçalanmasına neden olmuştur (Uyanık, 2017, s. 81). Buna ek olarak kentleşme sonucunda yaşlı insanların geleneksel toplumlarda aktif, yol gösterici ve önemli olmalarını sağlayan bilgi, beceri ve deneyimleri önemsizleşmiş bu da toplumsal konumlarının düşmesine sebep olmuştur (Görgün Baran, 2004, s. 50).

Türkiye’de toplam nüfus içindeki yaşlı oranının git gide yükselmesine ve dayanışma ağlarının zayıf olduğu kentlerde yaşayan yaşlı sayısının artmasına rağmen devletin yaşlıların bakımı konusunda sorumluluklarını azaltarak aile yanında bakımı (enformel bakımı) ön plana çıkardığı görülmektedir (Ağcasulu, 2021, s. 175). Mevut durumda çok sayıda yaşlı bireyin alışık olduğu ortamdan ayrılmasına sebep olan yatılı hizmet modelinin tek seçenek olduğu görülmekte ve ülke genelinde huzurevi sayısının da kapasite açısından yetersiz olduğu düşünülmektedir.

Mevcut politika ve hizmetler incelendiğinde yaşlılara evlerinde yeterli, standart ve profesyonel bir bakım desteğinin sunulmadığı ve buna ek olarak yaşlı aile üyesine evinde bakım sağlayan kişilere, tortusal bir refah anlayışı sonucunda yalnızca yaşlının yaşamını tek başlarına devam ettiremeyecek kadar ağır engelli olması ve hanede kişi başına düşen ortalama aylık gelirin asgari ücretin üçte ikisinden düşük olması durumunda oldukça sınırlı bir ekonomik destek sunulduğu

anlaşılmaktadır (Aygüler ve Ayalp, 2018, s. 6). Nitekim Antalya’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir araştırmada ihtiyacı olduğunu düşünen daha fazla sayıda kişi olmasına rağmen katılımcıların yalnızca %8,6’sının evde bakım aylığı aldığı ortaya konulmuştur (Tufan vd., 2018, s. 55).

2.4.5. Bakım Hizmetlerinin Yetersizliği

Modernleşme kuramı, toplumlar modernleştikçe birinci tip akrabalarla özellikle de ebeveynlerle çok yakın ilişkilere sahip olunan geleneksel aile yapısından çekirdek aile yapısına doğru bir evrim gerçekleşeceğini ve erişkin çocukların yaşlıların bakımı konusunda sorumluluk almayacağını ileri sürmektedir (Sılaaydın, 2008, s. 99). Bununla birlikte yaşlı nüfus içinde en riskli grupta olan ve bakım gereksinimi en fazla olan seksen yaş ve üstündeki yaşlı nüfus oranı artarken, bu gruba enformel şekilde bakım sağlayan eş, çocuk ve gelinlerin sayısı azalmaktadır (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 22). Sonuç olarak toplumsal ve demografik yapıda meydana gelen değişimler yaşlı bakımını bir sorun alanına dönüştürmektedir.

Yaşlılar motor becerilerinde meydana gelen değişimlerden ötürü ev kazalarına karşı daha kırılgan olmakta, basit kazalarda bile yaralanma ve sakatlık yaşayabilmekte, günlük yaşamlarını sürdürme noktasında zorluklarla karşılaşmaktadırlar (V. M. S. Lee, Wong ve Lau, 1999, s. 96). Ayrıca yaşın artması kazaların yaşlılar üzerindeki olumsuz etkilerini arttırmaktadır (Yapıcı, Kurt, Öner, Şaşmaz ve Buğdaycı, 2019, s. 1). Bu durum yaşlıların yaşamlarını bağımsız, sağlıklı ve elverişli bir şekilde sürdürmelerini zorlaştırmaktadır.

Bakım gereksinimi olan fakat bakım sunacak bir yakını bulunmayan ve ekonomik durumu bakım hizmetini piyasadan alma olanağı bulunmayan yaşlıların insan onuruna yaraşır ve Birleşmiş Milletlerin belirlediği Yaşlı Prensiplerinden biri olan bağımsızlık ilkesine uygun bir yaşam sürdürebilmeleri adına desteklenmeleri sosyal devletin zorunlu olarak yerine getirmesi gereken bir görevdir (Cantor ve Brennan, 2000, s. 3-7). Nitekim bağımsızlık ilkesi; yaşlıların aile ve toplum tarafından desteklenmelerini, ihtiyaçlarına uygun bakım hizmetleri almalarını,

yaşamlarını kendi başlarına sürdürmelerini sağlayacak ve gerektiğinde destek alabilecekleri sosyal hizmet ve yasal düzenlemelerin olmasını desteklemektedir. Birleşmiş Milletler Yaşlı prensipleri, yaşlıların bakımı konusunda kurum bakımının mümkün mertebe tercih edilmemesini, tercih edilecekse de kurum yaşamında yaşlıların ihtiyaçlarına, mahremiyetlerine, inançlarına ve kendi kararlarını vermelerine saygı gösterilmesi gerektiğini salık vermektedir (Genç ve Barış, 2015, s. 39-40).

Yaşlıların gereksinimlerine uygun konut ve yaşam alanlarının oluşturulması ya da evlerinde desteklenmeleri hem yaşlılara yerinde yaşlanma imkânı sunulması hem de sağlık ve bakım maliyetlerinin azaltılması için oldukça önemlidir. ABD, İngiltere ve İsveç gibi gelişmiş ülkelerde genellikle yerel yönetimler tarafından yaşlılara evde bakım hizmetleri sunulurken, yaşlı evleri inşa edilerek veya gerekli ev içi düzenlemeler yapılarak yaşlıların elverişli barınma koşullarına sahip şekilde yerinde yaşlanmaları sağlanmaktadır (Gökbunar vd., 2016, s. 118).

Türkiye’de yaşlılara yönelik hizmetler ASHB, yerel yönetimler ve sivil toplum örgütleri tarafından sunulmaktadır. Yaşlılara yönelik bakım hizmetleri kurum bakımı ve evde bakım olarak iki başlık altında ele alınmaktadır. Yaşlıların barınması konusunda sunduğu kurum bakımı seçeneğinde huzurevleri ile yaşlı bakım ve rehabilitasyon merkezleri yer almaktadır.

Huzurevleri, 60 yaşından büyük ve bakım gereksinimi olmayan bir diğer ifade ile bağımlı olmayan kişilerin kalabildiği, 24 saat hizmet veren gerçek ya da tüzel kişiler tarafından kurulan kurumlardır. Huzurevlerinin açılması, işletilmesi ve denetlenmesi ASHB’nin kontrolündedir. Yaşlı huzurevi ve rehabilitasyon merkezlerinde ise yalnız başına günlük ihtiyaçlarını karşılayamayan yaşlıların bakım ve barınması sağlanmaktadır (Şenol ve Erdem, 2017, s. 35).

Yaşlıların barınma sorununun yalnızca huzurevi ile çözülmesi mümkün değildir. Çünkü yaşlıların içinde buldukları sosyoekonomik koşullara göre farklılaşan beklentileri ve sorunları bulunmaktadır. Huzurevlerini tüm yaşlılara barınma

konusunda tek seçenek olarak sunmak bireysel farklılıkların göz ardı edilmesine, huzurevlerinin yapımı ve işletilmesinde yüksek giderler ile karşılaşılmasına ve huzurevlerinde kalacak yaşlı sakinlerin alışık oldukları çevrelerden uzaklaşarak genellikle şehrin dışındaki yerlerde kentsel mekândan soyutlanmalarına neden olmaktadır (Sılaaydın, 2008, s. 102).

Evde bakım, ihtiyaçları kendi ya da yakınları tarafından giderilemeyen yaşlıların gereksinimlerinin, yaşadıkları sosyal çevreden bir takım profesyonel hizmetler aracılığıyla giderilmesidir (Genç ve Alptekin, 2013, s. 77). Evde bakım hizmetleri yaşlıların bağımsızlıklarına saygı duyan, yaşam kalitelerini yükselten, yaşlıların üyeleri oldukları aile sistemlerini destekleyen ve kurum bakımına göre daha düşük maliyetlere sahip ve bireyselleştirilmiş hizmetlerdir (Genç ve Barış, 2015, s. 48). Türkiye’de evde bakım desteği kapsamındaki çalışmalar ASHB, Sağlık Bakanlığı ve yerel yönetimler tarafından sunulmaktadır.

Evde bakım hizmetleri oldukça geniş yelpazede sunulabilen, kişinin istek ve ihtiyaçlarına cevap veren, insan odaklı ve düşük maliyetli hizmetlerdir. Bu hizmetler yaşlıların kurum bakımında kalma gereksinimlerini azaltmakta veya geciktirmektedir (Genç ve Barış, 2015, s. 48). Gelişmiş ülkelerde evde bakımın evde yardım, evde takip, evde sağlık, evde süreli bakım ve evlere yemek servisi gibi çeşitli alt türleri vardır. Evde bakım hizmetleri sağlık masraflarını, hastane yatış sürelerini ve hastane enfeksiyon riskini azaltmakta, iyileşme sürecini hızlandırmakta, zaman açısından tasarruf sağlamakta ve yaşlı yaşadığı ortam dışına çıkmadığından kaygı yaşamasını engellemektedir (Gökbunar vd., 2016, s. 116).

Evde bakım yalnızca tıbbi bakım, tedavi ve rehabilitasyon değil sosyal hizmet ve psikoloji gibi çeşitli mesleklerin müdahalelerini de içeren ve farklı disiplinlerin birlikte çalışmasını gerektiren bir hizmet modelidir. Bundan dolayı farklı aktörlerin iş birliği içerisinde ve birbirlerini tamamlayacak şekilde çalışmaları oldukça önemlidir. Ne var ki Türkiye’de evde bakım hizmetlerinin daha çok sağlık boyutuyla planlandığı ve bundan dolayı evde sağlık hizmetleri ile karıştırıldığı ve

kurumlar arası iş birliğinin olmadan bakım hizmetlerinin organize ve sistemli olmayan sosyal yardımlarla yürütülmeye çalışıldığı ifade edilmektedir (Ağcasulu, 2021, s. 179).

ASHB tarafından sunulan evde bakım aylığına ilişkin mevcut yasal düzenlemeler incelendiğinde evde bakım desteğinin yetersiz olduğu, alınması için oldukça ağır şartların karşılanması gerektiği ve yaşlıya bakım sunma karşılığı sözleşme imzalayan ve emeği karşılığında cüzi bir sosyal yardım alan bakım verenlerin sosyal güvenlik kapsamına alınmadıkları anlaşılmaktadır (Aygüler ve Ayalp, 2018, s. 12; Özateş Gelmez, 2015, s. 66).

Yerel yönetimler tarafından yaşlı bakımı konusunda sunulan hizmetlerin niteliği ve niceliği arasında önemli farklılıklar bulunmaktadır. Ev temizliği, ayni ve nakdi yardımlar ile sıcak yemek dağıtımı genellikle yerel yönetimlerin tamamı tarafından sunulmaktayken bazı belediyeler yaşlıların gün içinde zaman geçirerek sosyalleşebilecekleri ve çeşitli etkinlikler gerçekleştirebilecekleri merkezler açmakta, kültürel turlar ve geziler düzenlemekte, yaşlılar için seminer, panel ve eğitim gibi çeşitli etkinlikler organize etmektedirler. Hatta bazı belediyeler huzurevleri açarak yaşlılara yatılı bakım hizmeti sunmaktadır. Bununla birlikte yerel yönetimler tarafından sunulan yaşlı bakımına ilişkin hizmetler arasında standardın olmayışı önemli bir sorundur.

2.4.6. Ayrımcılık ve Kalıp Yargılar

Yaşa dayalı ayrımcılık, bir kişiye yaşından ötürü ayrımcı tutum alma ve davranışlarda bulunma olarak tanımlanabilir (Horhota, Chasteen ve Crumley-Branyon, 2018, s. 595). Yaş ayrımcılığının temelinde kişinin yaşına yönelik olumsuz düşünceler olduğundan doğal olarak gençler ve yaşlılar yaş ayrımcılığından mustarip olan nüfus gruplarıdır (Cohen, 2001, s. 577). Gençler, genç oldukları için yeterli tecrübeye sahip olmadıkları, bilgisiz oldukları ve akılcı düşünemedikleri şeklinde önyargılarla karşılaşmakta ve toplum tarafından fikirleri önemsenmemektedir. Yaşlıların ise eski kafalı oldukları, bunadıkları, akılcı

düşünmedikleri, duygusal ve alıngan oldukları vb. gerekçelerle fikirleri önemsenmemekte ve yaşlarından dolayı ayrımcılığa maruz kalmaktadırlar (Çayır, 2012, s. 3-8).

Yaşlıların maruz kaldığı yaşa dayalı ayrımcılığın birkaç nedeni bulunmaktadır. Bunların ilki ölüm korkusudur. Yaşlılık dönemi ölümden önceki son dönem olduğundan ve bu dönemde bazı sağlık sorunları ortaya çıktığından yaşlılık dönemi ölümlle ilişkilendirilmektedir. Diğer yandan medya ile ön plana çıkarılan bedensel güzelliğe, çekiciliğe, genç olmaya verilen önem bu özellikleri taşımadığı düşünülen yaşlı bireylerin ötekileştirilmesine neden olmaktadır (Demez, 2012, s. 516). Yaşlıların istihdamda yer almadıkları için üretken olmadıkları, toplum kaynaklarıyla geçindikleri ve bundan ötürü sosyal güvenlik sistemine yük oldukları şeklindeki düşünceler ile yaşlıların bakıma muhtaç oldukları şeklindeki kabuller yaşlılara karşı ayrımcı tutumların gelişmesine neden olmaktadır (Buz, 2015, s. 269; Müftüler, 2018, s. 185; North ve Fiske, 2013, s. 720).

Yaşlıların maruz kaldıkları ayrımcılık, hasta, bağımlı ve muhtaç olarak damgalanma, muhatap alınmama, toplumsal yaşamdan dışlanma ve hatta istismara uğrama şeklinde ortaya çıkabilmektedir (Buz, 2015, s. 270-271). Yaşlılık döneminde sağlık sorunlarının görülme olasılığı önceki yaşam dönemlerine göre daha yüksek olsa da her yaşlının hasta olacağı, başkasının bakım ve desteğine bağımlı olacağı şeklindeki düşünceler yanlıştır. Nitekim yaşlılık döneminde çocuk ile torunlarına maddi ve manevi katkı sunan, yaşamını bağımsız bir şekilde sürdüren ve yüksek işlevselliğe sahip olan çok sayıda yaşlı bulunmaktadır.

Toplum yaşlıların kendi seçimlerini yapamayacaklarını düşünmekte ve bundan ötürü kendileriyle ilgili konularda bile yaşlılar yerine yakınlarıyla iletişim kurmayı tercih etmekte ve bundan ötürü farkında olmasalar da ayrımcılık yapabilmektedirler (Müftüler, 2018, s. 183-185). Örneğin bir hekim muayene edeceği yaşlının şikayetini kendisine sormak yerine ona refakat eden genç birine sorabilmektedir. Bu durum yaşlıların sahip oldukları deneyimleri

önemsizleştirmekte, iradelerini hiçe saymakta ve onları başkalarına bağımlı kılmaktadır.

Yaşlılar maruz kaldıkları ayrımcılık sonucunda ekonomik ve fiziksel istismara maruz kalabilmektedirler. Örneğin yakınları yaşlı bireyin ekonomik açıdan kendini yönetemeyeceğini düşünüp maaşını alabilmekte ya da giyimine müdahale edebilmekte ve onu ilgilendiren konularda fikrini sormayabilmektedirler. Bu durumlar yaşlıların maruz kaldıkları yaş ayrımcılığını gözler önüne sermektedir.

Yaşlılar gündelik ve sosyal yaşamları dışında iş yaşamında da ayrımcılığa maruz kalmaktadırlar. Esnek olmadıkları, kendilerini geliştirmedikleri, takım çalışmasına yatkın olmadıkları, sürekli hastalık izni kullanacakları şeklinde önyargılarla karşılaşmaktadırlar (Aydın, 2017, s. 1637; Topgül, 2016, s. 382). Yaşlılara yönelik bu önyargılar, onların istihdama girmelerini, görevde yükselmelerini engellemekte ve terfi almalarını zorlaştırmaktadır (Baybora, 2010, s. 39)

Yaşlı kadınlar, yalnızca yaşlarından dolayı değil üstüne biyolojik cinsiyetlerinden ötürü de ayrımcılığa maruz kalmakta ve yaş ayrımcılığını erkeklere göre daha şiddetli deneyimlemektedirler (Buz ve Beydili, 2015, s. 558; Irmak ve Artan, 2018, s. 239). Ayrıca geçmiş yaşam dönemlerinde sahip oldukları dezavantajlar yaşlılık dönemine taşınmakta ve yaşlılığın kadınlaşması olarak adlandırılan bu durum sonucunda kadınlar erkeklere göre daha zor bir yaşlılık dönemi geçirmektedirler (Buz ve Aygüler, 2019, s. 184; Davidson, DiGiacomo ve McGrath, 2011, s. 1032; Ünlütürk Ulutaş, 2009, s. 33). Cinsiyete ek olarak etnik köken, çocukluk döneminde eğitime erişebilme durumu, gençlik döneminde düzenli bir işe sahip olma ve medeni durum gibi değişkenler de bireylerin yaşlılık döneminde maruz kaldıkları ayrımcılığı arttırmaktadır (Arun ve Karademir Arun, 2011, s. 1518). Örneğin hiç evlenmemiş ya da yaşlılık döneminde eşini kaybetmiş / eşinden ayrılmış kişilerin maruz kaldığı ayrımcılık diğer yaşlılara göre daha fazla ve şiddetlidir.

Yaşlıların maruz kaldıkları ayrımcılığı engellemek adına gereksinim duydukları mekanizmalara kolaylıkla erişmelerini ve refahtan pay almalarını sağlayacak sosyal hizmetler geliştirilmeli, yaş ayrımcılığını engelleyen mevzuat düzenlemeleri yapılmalı, yaşlıların yaşam boyu öğrenme, çalışma, sağlık, sosyal güvenlik ve barınma hakları güvenceye alınmalıdır.

2.4.7. Sosyal İzolasyon ve Yalnızlık

Sosyal izolasyon, kişinin sosyal açıdan ait olma hissini yitirmesi ve toplumun diğer üyeleriyle ilişkisinin olmaması olarak tanımlanabilir. Sosyal izolasyon güçsüzlük, soğukluk, yabancılaşma ve anlamsızlık duygularını içermektedir (Gierveld, Tilburg ve Dykstra, 2018, s. 392; Nicholson, 2009, s. 1343). Yalnızlık ise bireyin sosyal ilişki ağlarının zayıflığından, yetersizliğinden veya olmamasından kaynaklanan rahatsız edici, öznel ve olumsuz bir durum olarak tanımlanabilir (Görgün Baran, 2016b, s. 80). Yalnızlık bir kişinin arzuladığı ve yaşadığı ilişki arasındaki uyumsuzluk sonucunda oluşan olumsuz bir duygudur (Akbaş, Yiğitoğlu ve Çunkuş, 2020, s. 4543).

Aile, arkadaşlar, akrabalar ve sosyal çevre ile olan ilişkiler, sağlık durumu, bağımsız hareket edebilme, moral düzeyi, maddi koşullar, dini ve ruhsal alan, yaşanılan bölge ve serbest zaman aktiviteleri yaşlıların sosyal izolasyon ve yalnızlık duyguları deneyimlemelerine sebep olmakta ve yaşam kalitelerine etki etmektedir (Görgün Baran, 2016b, s. 78). Ayrıca yaşlılık döneminde meydana gelen fizyolojik değişiklikler, süregelen hastalıklar, emeklilik, eş kaybı, çocukların evlenmesi, toplumsal rollerin azalması ve ekonomik kayıplar yaşlıların benlik saygıları ile sosyal ilişkilere girme imkân ve motivasyonlarını azaltarak sosyal izolasyona maruz kalmalarına neden olmaktadır. Buna ek olarak toplumsal yapıda meydana gelen hızlı değişimler bireylerin yaşlılık döneminde meydana gelen değişimlere uyum göstermesini zorlaştırarak sosyal izolasyon ve yalnızlık duygusunu daha yoğun bir şekilde yaşamalarına sebebiyet vermektedir (Akbaş vd., 2020, s. 4542).

Cinsiyet, çocuk sahibi olma, sağlık durumu gibi bazı sosyodemografik özellikler yaşlılık döneminde yaşanması olası yalnızlık ve sosyal izolasyonu etkilemektedir. Eşini kaybeden ve bundan dolayı yaşamına yalnız devam eden kadınların erkeklere nazaran daha fazla oluşu kadınların daha çok yalnızlık ve sosyal izolasyona maruz kalmalarına neden olmaktadır. Ayrıca çocuk ve arkadaşların da yalnızlık ve izolasyonu önlemede oldukça önemli bir yere sahip oldukları belirtilmektedir. Bundan ötürü arkadaşlarıyla görüşebilen ve çocuklarıyla iletişim içinde olan yaşlılar, çocuğu olmayanlara göre daha avantajlıdır. Bağımsız hareket edemeyen ya da birtakım rahatsızlıkları olan yaşlıların, sağlıklı ve bağımsız olanlara göre yalnızlık ve sosyal izolasyon duygularını daha yoğun yaşadıkları ve kısıtlandıklarını hissettikleri düşünülmektedir. Diğer yandan yalnızlık yaşayanların ve sosyal izolasyona maruz kalanların ruh sağlığı hastalıkları başta olmak üzere hastalıklara karşı daha kırılgan oldukları belirtilmektedir (Görgün Baran, 2016b, s. 81-82).

Yaşlıların yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdikleri, ait hissettikleri kendi evlerinden ayrılarak çocuklarının yanında ya da huzurevinde kalmaları komşu ve arkadaşlarından uzaklaşmalarına böylelikle yalnızlık ve sosyal izolasyon yaşamalarına neden olmaktadır (Akça ve Şahin, 2008, s. 191; Gökler Danışman ve Aydın, 2011, s. 77). Diğer yandan huzurevinde kalan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da katılımcıların yaklaşık yarısının yalnız kalmamak adına huzurevini seçtiği ortaya konulmuştur (Kahraman, Zincir, Erten ve Özkan, 2011, s. 10). Bu durum aslında yaşlılık dönemindeki sorunlarla, yalnızlık ve sosyal izolasyon arasındaki karşılıklı ilişkiyi açığa çıkarmaktadır.

Sosyal bir canlı olan yaşlıların eş ve arkadaşlarının kaybı kişilerarası iletişimlerini azaltmakta ve yalnızlıklarını arttırmaktadır. Yaşlılık döneminde özellikle emeklilik sonucunda rollerin ve sosyal çevrenin azalması yalnızlaşmaya neden olmaktadır. Buna ek olarak bedende meydana gelen değişimler yaşlıların yetersiz hissetmelerine ve yeni sosyal ağlara katılma motivasyonlarının düşmesine ve aynı zamanda gerek duyabilecekleri sosyal destek kaynaklarının azalmasına sebep olmaktadır. Düşük sosyal destek duygusuna sahip olmak deneyimlenen

yalnızlık ve sosyal izolasyonu daha da arttırmaktadır. Bu durum yaşlıların yaşam kalitelerine zarar vermektedir (Akbaş vd., 2020, s. 4550; Görgün Baran, 2008, s. 86).

Akraba desteği de yaşlılık dönemindeki sosyal izolasyonun azalmasında önemli bir etmendir. Eşleri haricinde çocuk ve kardeş gibi birinci derece olanlar başta olmak üzere akrabalarla sahip olunan olumlu ilişkiler yalnızlık yaşanmasını önlemektedir. Akraba desteğine sahip olmayan yaşlıların gönüllü faaliyetlere katılmaları, sivil toplum örgütlerine üye olmaları insanlarla bir araya gelmelerini sağlamakla bu durum faydalı olma hissini yaratmakta ve sosyal izolasyon risklerini azaltmaktadır (Görgün Baran, 2016b, s. 84-85).

Bir çalışmada; elverişli sağlık koşullarına sahip olmayanların, düşük moral ve motivasyona sahip olanların, yaşamı bağımsız sürdüremeyip birinin yardımına gereksinim duyanların ve ulaşım imkânlarının sınırlı olduğu şehrin dış çeperlerinde oturanların sosyal izolasyon ve yalnızlık duygularını daha yoğun bir şekilde deneyimledikleri ortaya konulmuştur (Edelbrock vd., 2001, s. 173). Diğer yandan başka bir çalışmada da yalnızlık deneyimleyen ve sosyal izolasyona maruz kalan yaşlıların daha fazla depresif semptomla sahip oldukları tespit edilmiştir (Cacioppo, Hawkley ve Thisted, 2010, s. 453). Bu bulgular yaşlılık döneminde ortaya çıkan değişimlerin yalnızlık ve sosyal izolasyona sebep olduğunu açığa çıkarmakta, aynı zamanda sosyal izolasyon ve yalnızlığın da yaşlılık dönemindeki sorunların şiddetini arttırdığını ve yaşlılık dönemini zorlaştırdığını ortaya koyarak bir kısır döngünün mevcut olduğunu göstermektedir.

2.5. TÜRKİYEDE YAŞLILARA YÖNELİK POLİTİKA VE HİZMETLER

Doğum oranlarının düşmesi ve genel nüfus içinde yaşlı nüfusun artması olarak tanımlanabilen demografik yaşlanma 20. yüzyılda gelişmiş ülkeleri, 21. yüzyıl

itibariyle de Türkiye'nin de içerisinde yer aldığı gelişmekte olan ülkeleri ilgilendiren önemli bir sorun olmuştur.

Yaşlıların korunması ve gereksinimlerinin karşılanmasında geleneksel toplumlarda başat role sahip olan aile kurumunun modernleşme ve kentleşme sonucunda çözünerek çekirdek aileye evrilmesi sonucunda yaşlılık bir sorun alanı olarak görülmeye başlamıştır. Buna ek olarak yaşlılık döneminde karşılaşılan fizyolojik değişimlere rağmen yaşlıların geleneksel toplumlarda sahip olduğu aile büyüğü, lider gibi rollerin aşınması yaşlıların toplum içindeki saygınlığını azalmıştır. Bunun sonucunda yaşlıların sorunlarının giderilmesi ve gereksinimlerinin karşılanması kamusal bir yükümlülük olarak görülmeye başlanmıştır.

Merkezi hükümetler yaşlı vatandaşlarının gereksinimlerini karşılamak adına çeşitli sosyal politika ve hizmetler geliştirmek durumunda kalmıştır (Çolak ve Özer, 2015, s. 116). Sosyal hakların sübjektif ölçütüne göre haklar öncelikle korunması gereken topluluklara sunulmaktadır. Bundan ötürü toplum içinde ayrı bir topluluk olarak ele alınan yaşlılara sahip oldukları temel sosyal hakların yanında bu gruba özgü birtakım hakların sunulması gereklidir (Dural ve Con, 2011, s. 484). Diğer yandan yerel yönetimler, sivil toplum kuruluşları ve çeşitli kurumlar da yaşlıların aktif yaşlanmaları ve yaşam memnuniyetlerini arttırmaları için çeşitli çalışmalar gerçekleştirmişlerdir.

Bu başlık altında temel sosyal politika alanları olan eğitim, sağlık, barınma, istihdam ve sosyal hizmet alanları özelinde Türkiye'deki yaşlılara yönelik sosyal politika ve hizmetlere yer verilecek ve bu alanlardaki eksikliklere değinilecektir.

2.5.1. Eğitim

Dünya genelinde ortalama yaşam süresi uzamakta, yaşlı nüfus artmakta ve bu durum yaşlıların yaşamlarındaki anlam ve memnuniyete ilişkin konuları gündeme

getirmektedir (Aydın ve Aydın Sayılan, 2014, s. 76). DSÖ tarafından ortaya konulan aktif yaşlanma kavramı da yaşlıların ekonomik, kültürel ve sosyal etkinliklere katılımları, istihdam sürelerinin olabildiğince uzun olması ve sağlıklı geçirilen sürenin artması gibi konulara dikkat çekmekte ve yaşlıların yaşam memnuniyetini arttırmaya yönelik önlem ve politikalara odaklanmaktadır (DSÖ, 2002). Aktif yaşlanma, yaşlıların topluma ve toplumsal etkinliklere katılımları (Altun, 2021, s. 33) ile deneyimlerini genç kuşaklara aktarmalarını teşvik ederek yaşlıların yaşamdan zevk almalarının gerekliliği ve önemini vurgulamaktadır (Çolak ve Özer, 2015, s. 117). Ayrıca hükümetleri yaşlıların aktif katılımlarının sağlanması için uygun koşullar yaratmaya, hizmet sunmaya ve politika geliştirmeye teşvik etmektedir.

Tüm vatandaşlar için temel bir hak olan eğitim, yaşlıların yaşamlarını aktif bir şekilde sürdürmeleri ve sahip oldukları deneyimleri genç kuşaklara aktarmaları için oldukça elverişli bir politika alanıdır. Türkiye’de yaşlılara yönelik eğitim alanındaki mevcut politika ve uygulamalar incelendiğinde yaşlılara özgü ya da yaşlıları da içeren eğitim imkânlarının oldukça sınırlı olduğu görülmektedir (Altun, 2021, s. 39). Yalnızca birkaç ilde yerel yönetimler, sivil toplum kuruluşları ve üniversiteler tarafından açılan yaşlılara yönelik merkezlerde birtakım kurslar bulunmakta ve birkaç üniversite bünyesinde üçüncü yaş ya da tazelenme üniversiteleri adı altında yaşlılara yaşam boyu öğrenme programlarına dayalı eğitim hizmetlerinin sunulduğu görülmektedir.

Yaşam boyu öğrenme kavramı 1970’lerden itibaren önem kazanmaya başlamıştır (Eynon ve Malmberg, 2021, s. 569). Yaşam boyu öğrenme, okul dışı öğrenmeye önem vermesi, bireyi merkeze alan bir yaklaşım benimsemesi ve eğitimi belirli bir döneme sığdırmayıp yaşamın geneline yayması açısından diğer eğitim türlerinden farklılaşmaktadır (Oğlak ve Canatan, 2020, s. 132).

Yaşam boyu öğrenme yalnızca birey için değil toplumun sağlığı ve esenliği için de oldukça önemlidir (Tuckett, 2017, s. 235). Ayrıca yaşlıların toplumla bütünleşmelerinin sağlanması, aktif katılımlarının artırılması, sosyal izolasyon ile

ayrımcılığa maruz kalma risklerinin azaltılması ve genel refahlarına katkı sunulması için faydalı bir araçtır (Suyono, 2021, s. 205).

Yaşam boyu öğrenme, çocukların evden ayrılması ve eş kaybı gibi olaylar sonucunda yalnızlaşan ve toplumun yaşlılara yönelik ayrımcı tutumundan ötürü sosyal yaşamdan dışlanan (Buz, 2015, s. 272; Canatan, 2019, s. 280) yaşlıların iyilik hallerinin korunması ile yaşlılık döneminde karşılaşılabilecek olası yoksulluğa karşı bir strateji olarak kalifiye olmalarını sağlamaktadır. Ayrıca geçmiş yaşamında çeşitli nedenlerle eğitime erişememiş yaşlıların eğitim açıklarını kapatmalarına yardımcı olmaktadır. Yaşam boyu öğrenmede, yaşlanan toplumlarda yaşlıların istihdama katılımları, ekonomiye katkıları (Aydın, 2017, s. 1634), bilgi ve deneyimlerin sonraki kuşaklara aktarımı oldukça değerlidir (Altan ve Tarhan, 2018, s. 26). Emeklilik sonrası yaşam boyu öğrenme aktivitelerine katılım yaşlıların bakım gereksinimini azaltmakta (Oğlak ve Canatan, 2020, s. 134), yaşlılar arasında pek yaygın olmayan bilgisayar ve sanal ağlar başta olmak üzere bilgi teknolojilerinin kullanımını arttırmaktadır (Dural ve Con, 2011, s. 488).

Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü'ne (HBOGM) göre yaşam boyu öğrenme programlarına ülke nüfusunun yalnızca yaklaşık %10'u katılmaktadır. 65 yaş üstü nüfusun kurslara erişimleri yeterli değildir. Bundan ötürü 65 yaş üstündeki kişilerin yaşam boyu öğrenme programlarına katılımlarının sağlanmasına yönelik tedbirlerin alınması gereklidir. Ayrıca genç emekli nüfusun işgücü olarak değerlendirilmelerini mümkün kılacak kursların açılması gerektiği tespit edilmiştir (HBOGM, 2021).

Dağlı (2018, s. 511), yaşam boyu öğrenme kapsamında yaşlılar için sağlıklı yaşam, serbest zaman, teknoloji kullanımı, iş/meslek, kamusal haklar ve finans yönetimi gibi eğitimler sunulmasının yararlı olacağını ifade etmekte, yaşlıların sosyal izolasyona maruz kalmamaları adına kurs ve eğitimlere farklı yaşlarda olan kişilerle bir arada katılımlarının önemli olduğunu vurgulamaktadır. Farklı yaşlarda katılımcıların birlikte olduğu eğitim ve kurslar sayesinde toplumun yaşlılığa ilişkin farkındalığının artacağını belirtmektedir. Son olarak yaşam boyu

öğrenme anlayışına dayalı eğitim ve kursların yaşlıların yaşamlarını pasif bir şekilde geçirmelerinin önüne geçeceği ve zamanlarını kaliteli bir şekilde geçirme imkânı sunarak nörolojik rahatsızlıklar başta olmak üzere sağlık sorunlarını azaltacağı ifade edilmektedir (Tufan, 2016, s. 139).

Yapılan araştırmalar, yaşam boyu öğrenme fırsatlarına erişimde önemli eşitsizlikler olduğunu göstermektedir. Ekonomik açıdan iyi durumda olan, geçmiş yaşamında daha istikrarlı işlere ve iyi bir eğitim geçmişine sahip olanların yaşam boyu öğrenme fırsatlarına daha kolay erişebildikleri ortaya konmuştur (Goldthorpe, 2016, s. 96). Bu noktada ülke genelinde yaşlı nüfusun sosyoekonomik yapısı göz önünde bulundurularak, yerel dinamikler, kültürel özellikler ve yaşlıların istekleri dikkate alınarak yaşlılar için yaşam boyu öğrenme programlarının oluşturulması gereklidir.

2.5.2. Sağlık

Yaşlılık döneminde vücuttaki onarım ve yeniden yapım mekanizmalarının yavaşlamasıyla bedende yıpranma ve bozulma meydana gelmekte ve bunun sonucunda sağlık problemleri ve hastalıklar ortaya çıkmaktadır (Beğler ve Yavuzer, 2012, s. 1).

Yaşlılık döneminde meydana gelen rol değişimi, maruz kalınan ayrımcılık ve dışlanma gibi çeşitli toplumsal nedenler yaşlı bireylerin iyilik halini ve ruh sağlığını olumsuz etkilemekte ve psikolojik rahatsızlıklarla karşılaşmalarına neden olmaktadır (Karakaş ve Durmaz, 2017, s. 34). Ayrıca hareketsiz yaşam tarzı, içinde bulunulan çevre koşulları ve stresli yaşam da yaşlılık döneminde olumsuz psikolojik değişikliklerle karşılaşma ihtimalini arttırmaktadır (Ağar, 2020, s. 75).

Günümüzde ortalama yaşam süresinin uzaması ve yaşlı nüfus oranının artması gibi nüfus yapısında meydana gelen değişimler ile ilaç kullanımının kolaylaşması, biyoteknoloji ve eczacılık alanındaki gelişmeler sağlık harcamalarının artmasının

nedenleri arasında gösterilmektedir (Gökbunar vd., 2016, s. 113). Yaşlılık döneminde hastalıkların artması yaşlıların yaşam kalitesini olumsuz etkileyerek sağlık kurumlarına gitme sıklığını ve sağlık giderlerini arttırmaktadır. Yaşlılık döneminde gelirden meydana gelen azalma göz önünde bulundurulduğunda yaşlıların sağlık alanında dezavantajlı oldukları ve bu durumu giderecek politika ve müdahalelerin geliştirilmesi gerekliliği anlaşılmaktadır.

Türkiye'nin sağlık alanına ilişkin politikaları incelendiğinde, önceki yaşam döneminde kayıtlı istihdamda yer alabilmiş ya da kendisi yer alamadıysa birinci derece yakını yer almış ve bu sayede sosyal güvenlik sistemine erişmiş yaşlıların sağlık hizmetlerinden genel olarak ücretsiz yararlandıkları, yalnızca ilaç ve muayene katkı payı ödedikleri anlaşılmaktadır. Sosyal güvencesi olmayan ve maddi yoksunluk içinde olan yaşlıların ise 5510 sayılı "*Sosyal Sigortalar ve Genel Sağlık Sigortası Kanunu*" kapsamında, sağlık hizmetlerinden sosyal güvenlik kaydı olan yaşlılar gibi ilaç ve muayene katkı payı ödeyerek yararlandıkları görülmektedir. Bunun için başvurusu olan ve sağlık sigortası primlerini ödemek için yeterli geliri olmadığını beyan eden yaşlılar yaşadıkları yerleşim yerindeki sosyal dayanışma ve yardımlaşma vakfında gelir incelemesine tabi tutulmaktadır. Bu inceleme sonucunda yeterli geliri olmadığı tespit edilen tüm yaşlıların sosyal güvenlik primleri vakıflar tarafından ödenmektedir.

Bazı çalışmalarda, yaşlıların vatandaş olmalarından dolayı sahip oldukları sağlık hakkının yakın dönemde gerçekleştirilen "sağlıkta dönüşüm" planından ötürü kısıtlandığı, sağlık sisteminin piyasalaştığı, temel bir kamu hizmeti olma niteliğini kaybederek ücretle alınabilecek bir hizmet olmaya doğru evrilme sürecinde olduğu belirtilmekte; sağlık harcamalarında kamunun payının azalmasına ve özel hastanelerden yararlanan hasta sayısının artışına dikkat çekilmektedir (Belek, 2014; Çetin, 2017, s. 289; Pala, 2018).

Evde sağlık hizmeti, yaşlılar için merkezi hükümet tarafından sunulan sağlık alanına ilişkin bir diğer sosyal politika uygulamasıdır. 2005 yılında çıkarılan "*Evde Bakım Hizmetlerinin Sunumu Hakkında Yönetmelik*" gereğince yaşlı, engelli ve

süreğen hastalığa sahip bireyler, ilk basamak sağlık hizmetlerinden sağlık kuruluşuna gitmeden ikamet ettikleri yerde yararlanabilmektedirler. Evde sağlık hizmetlerine ilişkin yasal düzenlemelere göre hastaların tıbbi takipleri yaşadıkları ortamda gerçekleştirilmekte, yaşlı ya da engelli bireyin sağlık kurumlarına erişimlerinden kaynaklı dezavantajlarının önüne geçilmek hedeflenmektedir. 2011 yılında yapılan iyileştirmeler sonucunda ağız ve diş sağlığı merkezleri, eğitim ve araştırma hastaneleri gibi ihtisaslaşmış sağlık kurumlarında sunulan poliklinik hizmetleri de evde sağlık hizmetleri kapsamında sunulan hizmetlere dahil edilmiştir. Buna ek olarak daha önce teşhis almış hastalara ev ortamında uygulanabilecek tedaviler gerçekleştirilmeye başlanmıştır. 2015 yılında evde sağlık ve bakım hizmetleri arasında koordinasyonun sağlanması, psikososyal desteklerin sunulması ve daha kapsamlı hizmetlerin oluşturulması adına bakanlıklar arasında protokol imzalanmış ne yazık ki bu protokol fiilen uygulanmaya başlanmamıştır (Çevik, 2019, s. 74).

Evde sağlık hizmetine ilişkin yeterli veri bulunmamakla birlikte, 2011 ile Temmuz 2020 dönemi arasında 1,7 milyon kişinin evde sağlık hizmetinden yararlandığı belirtilmektedir. 2016 yılında 307.742 kişinin evde sağlık hizmetinden yararlandığı ve bu sayının Temmuz 2020 döneminde 519.549 kişiye ulaştığı ifade edilmektedir. Bu veriler evde sağlık hizmeti yararlanıcılarının günden güne arttığını göstermektedir (Anadolu-Ajansı, 2020; Çevik, 2019, s. 74).

Evde sağlık hizmetlerini ele alan çalışmalar incelendiğinde, evde sağlık hizmetlerinin mevcut haliyle kapsayıcı olmadığını, multidisipliner ekip anlayışına dayanmadığını, yaşlı nüfus artış hızı göz önünde bulundurulduğunda yetersiz olduğunu bulgulayan ve yaşlıların psikososyal gereksinimleri ile iyilik hallerini önemseyen, merkezi hükümet, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları işbirliğiyle sunulacak kurumsal evde bakım hizmetlerinin oluşturulmasını öneren araştırmalar olduğu görülmektedir (Çatak vd., 2012, s. 13; Çubukçu ve Yazıcıoğlu, 2016, s. 325; Uzan, Eğici ve Toprak, 2017, s. 117). Bu noktada yaşlılara yönelik sağlık alanındaki az sayıdaki politikadan biri olan evde sağlık

hizmetlerinin yaşlıları biyopsikososyal bakış açısıyla bütüncül bir şekilde ele alacak şekilde geliştirilmesi oldukça önemlidir.

2.5.3. Barınma

Temel bir insani ihtiyaç olmasından ötürü bir sosyal politika alanı olarak ele alınan barınma (Carmon ve Mannheim, 1979, s. 336) kişinin yaşamını güvenli, insan onuruna yaraşır ve asgari gereksinimlerini karşılayabilecek bir şekilde devam ettireceği bir yerde kalması olarak tanımlanabilir (King, 2019, s. 228). Barınma her ne kadar tüm bireylerin yaşamında oldukça önemli bir unsur olsa da sahip oldukları dezavantajlar ve yaşlarından kaynaklı özel gereksinimlerinden dolayı yaşlılar için daha fazla önemli bir konudur.

Yaşlıların barınma ve bakımına yönelik politika ve uygulamalar incelendiğinde, bu konunun, yaşlının kendi aile ve yakın çevresi tarafından çözülmesi gereken bir durum şeklinde ele alındığı anlaşılmaktadır (Ergin, 2016, s. 12). Mevcut düzenlemeler, aileleri yaşlıyla birlikte kalmaya teşvik etmektedir. Yaşlının çocuklarıyla değil de eşiyile ya da tek başına yaşadığı durumlarda ise merkezi hükümet tarafından özel bir destek sunulmamakta, yaşanan il ve ilçeye göre değişmekle birlikte belediyelerin ev temizliği, eve yemek getirme, evde bakım gibi oldukça sınırlı sayıda ve uzun bekleme sürelerinin olduğu hizmetlerden söz edilmektedir (Tanman Zıplar, 2015, s. 186). Engelli olmayan, ailesi yanında kalmayan ya da kalmayı tercih etmeyen lakin yaşamına bağımsız bir şekilde devam edemeyen yaşlıların barınması konusunda huzurevlerinin, merkezi hükümet tarafından sunulan tek seçenek olduğu görülmektedir (Sılaaydın, 2008, s. 98). Yaşlılarla gerçekleştirilen ve yaşamayı tercih ettikleri yere ilişkin bulguları olan araştırmalar ise yaşlıların huzurevi yerine alışık oldukları çevreleri içinde ve kendi evlerinde yaşamayı tercih ettiklerini göstermektedir (Aydiner Boylu, 2013, s. 148; Grant, 2006, s. 109; Öğüt, Öğüt Düzen ve Polat, 2017, s. 522; Özmete vd., 2012, s. 7).

ASHB'ye bağlı Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü (EYHGM) tarafından yayınlanan istatistiklere göre Kasım 2021 döneminde bakanlığa bağlı toplam 164 huzurevi bulunmaktadır. Bunların yatak kapasitesi 17.032'dir. Bakanlığa bağlı huzurevlerinde 12.623 yaşlı kalmaktadır. Diğer yandan 20.501 kapasiteli ASHB dışındaki kamu kuruluşlarına bağlı (genellikle yerel yönetimler) ve özel kişilere ait 288 huzurevinde toplam 13.185 yaşlı barınmaktadır. Bakanlık tarafından sunulan veriler incelendiğinde bakanlığa bağlı huzurevlerinin ülkedeki toplam huzurevi sayısına oranının %36 olduğu ve son dönemlerde özel huzurevlerinde meydana gelen artış sayısı/oranının kamuya ait kuruluşların artış oranından fazla olduğu anlaşılmaktadır (EYHGM, 2021, s. 61-63).

Türkiye'de 8 milyon civarında yaşlı olduğu, yaşlıların yalnızca dörtte birinin aile yanında yaşadığı ve %75,3'ü kadın olmak üzere 1 milyon 478 bin 346 yaşlının yalnız yaşadığı (TÜİK, 2021) dikkate alındığında yaşlıların barınmalarına ilişkin tek seçeneğ olan huzurevi sayısı ve kapasitesinin yetersiz olduğu anlaşılmaktadır. Nitekim bu durum çeşitli çalışmalarda da ortaya konulmuş, huzurevlerinin yurt genelinde ihtiyaca göre dağılmadığı ve çekirdek aile yapısının yaygın olduğu büyükşehirlerde huzurevleri ihtiyacının olduğu ve yaşlıların barınma gereksinimlerinin karşılanması için yeni müdahale ve hizmetlerin geliştirilmesi gerektiği sonucu elde edilmiştir (Ardahan, 2010, s. 25; Artan ve Irmak, 2018, s. 65; Kurt Magrebi ve Akçay, 2020, s. 2102).

Avrupa ülkeleri ve Amerika Birleşik Devletleri'nde 1950'lerden itibaren yaşlıların psikososyal iyilik hallerini olumsuz etkilemesi, yaşlıların sosyal çevrelerinden kopmalarına sebep olması, yaşlıların sosyal çevreleri ile sahip oldukları ilişkilere zarar vermesi ve kendi kaderini tayin ilkesine aykırı olması gibi nedenlerden ötürü yatılı kurum bakımından vazgeçilmeye ve evde bakım uygulamaları teşvik edilmeye başlanmıştır (Danış, 2004, s. 74). Benzer şekilde Avustralya, Yeni Zelanda ve İsrail gibi iyi ekonomik imkânlarla ve gelişmiş sosyal refah sistemlerine sahip olan ülkelere yaşayan yaşlılar toplu olarak kalınan yatılı kurumlar yerine, yaşamlarını bağımsız alanlarda sürdürebildikleri, katılımlarını önceleyen hizmet modelleri ve uygulamalara erişebilmekte ve bu sayede alışık oldukları çevre

dışında yaşamanın sebep olduğu stres ve kaygıyı yaşamamaktadırlar (Arsenijevic ve Groot, 2018; Demirci Aksoy ve Günay, 2017, s. 6; Jacobs, Hammerman-Rozenberg ve Stessman, 2018). Buna ek olarak konutlarında yaşamlarını sürdüren yaşlıların yaşamlarını kolaylaştırmak için teknolojik imkânlardan yararlanılmakta, yaşlıların evlerine kurulan ekipmanlarla ev içi durumları kontrol edilerek gerekli durumlarda hızlıca müdahalede bulunulabilmektedir (Menghi, Papetti ve Germani, 2019, s. 394). Bahsi geçen ülkelerde yaşayan yaşlılar “terk edilmeden veya kendi hallerine bırakılmadan” yerinde yaşlanma imkânına sahip olmaktadır. Bu noktada Türkiye'nin de buna benzer politika ve hizmet sunumları geliştirmesi gerekmektedir.

2.5.4. İstihdam

Emeğin üretim sürecine dahil edilmesi olarak tanımlanabilen istihdam, çalışan bağlamında ele alındığında kişinin ücret karşılığında işgücünü bir işverene kiralaması olarak tanımlanabilir (Ülgener 1976; akt: Ay, 2012, s. 322). İstihdamda yer almak ekonomik açıdan bağımsız bir yaşam sürdürme olanağına sahip olmayı sağlamakta, geleceğe ilişkin kaygıları azaltmakta ve özellikle yaşlı bireyler açısından sosyalleşme ve aktif kalma imkânı sunmaktadır (Aydın, 2017, s. 1634).

Bireyler, emeklilik ile başlayan yaşlılık döneminde istihdam piyasasından ayrılmak durumunda kalmakta ve bundan ötürü gelirlerinde azalma meydana gelmektedir (Kesavayuth, Rosenman ve Zikos, 2016, s. 734; Palomäki, 2019, s. 735). Ayrıca yaşlılık döneminde ortaya çıkan hastalıklardan ötürü sağlık giderleri artabilmekte (Kurtkapan, 2019, s. 39) ve geçmiş yaşam dönemlerinde kendi başlarına yaptıkları birtakım hizmetleri piyasadan karşılamak durumunda kalabilmektedirler. Bu durum ekonomik sıkıntılarla karşılaşmalarına neden olmaktadır.

İstihdama erişim ekonomik açıdan dezavantajlı konumda olan yaşlıları yoksulluk riskine karşı korumak açısından oldukça önemlidir (Mohd, Senadjki ve Mansor, 2018, s. 90). Diğer yandan ekonomik açıdan bir sıkıntılar olmasa bile kronolojik

yaşlarından ötürü yaşlı olarak nitelendirilen lakin çalışma istek ve motivasyonuna sahip olan bireylerin istidama erişimleri de temel bir haktır. İstihdam piyasası incelendiğinde ise yaşlıların istihdama erişiminde ciddi dezavantajlarla ve önyargılarla karşılaştıkları görülmektedir (Aydın, 2017, s. 1637). Yaşlı yoksulluğu ve ihtiyaçlarının ele alındığı bir çalışma kapsamında, yaşlılık döneminde istihdamda yer almanın hem aktif kalma hem de yaşam kalitesinin iyileştirilmesi noktalarındaki önemine rağmen katılımcıların yalnızca %4,8'inin istihdamda yer alabildiği bulgulanmıştır (Özmete vd., 2012, s. 40).

Yaşlıların istihdam piyasasına girişte karşılaştıkları ilk zorluk sosyal güvenlik sistemiyle ilgili yasal düzenlemelerden kaynaklanmaktadır. Mevcut düzenlemelere göre emekli olduktan sonra kayıtlı bir işte çalışmaya devam eden yaşlıların emekli maaşından çalıştıkları işe ve sosyal güvenlik sistemindeki statülerine göre kesinti yapılmaktadır (SGK, 2021). Bu durum hak etmiş oldukları emeklilik maaşlarının azalmasına neden olmakta ve ayrıca güvenli ve kayıtlı istihdama girme motivasyonlarını azaltmaktadır. Nitekim Türkiye'de son 15 yılda 55 yaş ve üstünde kayıt dışı çalışma oranı yükselmektedir. 2004 yılında %14,6 olan bu oran 2018 %25,6'ya yükselmiştir (Ulukan, 2020, s. 106).

İşverenlerin ve hatta toplumun yaşlılara yönelik ayrımcı tutumları yaşlıların istihdama erişimleri önündeki ciddi yapısal engellerden biridir. Yaşlılar hakkındaki "geri oldukları, kendilerini teknolojik yeniliklere uyarlayamayacakları, yavaş oldukları, sık hastalandıkları, huysuz ve önyargılı oldukları, çok söylendikleri, zihinsel gerileme yaşadıkları" şeklindeki önyargılar işverenlerin yaşlıları istihdam etme motivasyonunu azaltmaktadır (Baybora, 2010, s. 35; Buz, 2015, s. 274; Özen ve Özbek, 2017, s. 556). Nitekim yaşlı nüfusun istihdamına ilişkin verilere bakıldığında işgücüne katılım oranının %12 olduğu, bu oranın erkekler için %20,1 kadınlar için ise yalnızca %5,6 olduğu, bir diğer ifadeyle işgücüne girebilen her dört erkeğe karşın bir kadının işe girebildiği görülmektedir. Üstelik istihdamda yer alan yaşlıların %64,7'si diğer alanlara göre düşük gelir getiren tarım alanında çalışmaktadır (TÜİK, 2021).

Gelişmiş refah sistemlerine sahip ve yaşlı nüfus popülasyonu fazla olan ülkelerin yaşlıların istihdama katılımını arttırmak adına kota uygulaması, vergi indirimi, maaş desteği gibi çeşitli kolaylaştırıcı müdahale araçları kullandığı, istihdam piyasasına erişimde yaş ayrımcılığını önleme adına yasal düzenlemeler yaptığı görülmektedir (Debroux, Jaussaud ve Martine, 2017, s. 33; Kondo ve Shigeoka, 2016, s. 1010; Martine ve Jaussaud, 2018, s. 228). Rusya Federasyonu'nda gerçekleştirilen bir çalışma ile devletin yaşlıların istihdamı için teşvik edici düzenlemeler içeren politika oluşturmasının yaşlı istihdamını arttırdığı tespit edilmiştir (Zavyalova ve Krotova, 2019, s. 657). Araştırmaya dayalı somut veriler yaşlıların istihdama erişimi için spesifik bir politika ve uygulamaya sahip olmayan Türkiye'nin de yaşlı istihdamını arttırmak adına birtakım araçlar geliştirmesi gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır (Yıldırım, 2021, s. 1897). Bu noktada yaşlı çalışanların yeni bilgi ve teknolojiler sonucunda işgücü piyasasının değişen taleplerini karşılamaları ve yeteneklerinin eskimemesi için sürekli eğitim imkânlarından yararlanmalarının sağlanması oldukça önemlidir (Aydın ve Aydın Sayılan, 2014, s. 79).

2.5.5. Sosyal Hizmetler

Sosyal hizmetler, belirli bir yasa çerçevesinde, vatandaşların yaşamlarında maruz kaldıkları ya da deneyimledikleri dezavantajlı durumlarla mücadele etmelerini kolaylaştırmak için çoğunlukla kamu veya sivil toplum kuruluşlarınca sunulan hizmetlerdir. Sosyal politikanın bir alt boyutu ya da uygulama alanı olarak nitelendirilebilen sosyal hizmetler incinebilir durumdaki bireylerin insan onuruna yaraşır bir yaşam sürmeleri için sosyal adalet anlayışıyla desteklenmelerini ve gereksinimlerinin bütüncül bir şekilde karşılanmasını hedeflemektedir (Bolgün ve Sahin, 2019, s. 1331).

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Türkiye'deki sosyal hizmetlerin planlanması ve uygulanmasından sorumlu olan merkezi kuruluştur. Sosyal Yardımlar Genel Müdürlüğü'ne (SYGM) göre ayni ve nakdi yardımlar, kira yardımı, engelli bakım

aylığı, engellilerin içerilmesine dönük yardımlar vb. birçok sosyal yardım ve sosyal hizmet türü bulunmaktadır (SYGM, 2021).

Yaşlılara yönelik sosyal hizmetler genel olarak Sosyal Yardımlar Genel Müdürlüğü ile Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü (EYHGM) tarafından sunulmaktadır. Bunlara ek olarak çeşitli sivil toplum örgütleri ve toplum da ihtiyaç sahibi yaşlılara çeşitli yardımlarda bulunmaktadır.

Yaşlılar SYGM tarafından verilen gıda ve yakacak yardımlarından, elektrik tüketim desteğinden, aşevi hizmetlerinden toplumun tüm üyeleri gibi yararlanabilmektedirler. Bununla birlikte başvuruların 65 yaş ve üstünde olması gerekliliğinden ötürü yaşlılara özgü tek yardım türü yaşlı aylığı diye bilinen nakdi yardımdır (SYGM, 2021).

Yaşlı aylığı, SYGM tarafından bütçe tahsis edilen ve ülke genelinde her il ve ilçede bulunan sosyal yardımlaşma ve dayanışma vakıfları tarafından 1 Temmuz 1976 yılında çıkarılan *“2022 sayılı 65 Yaşını Doldurmuş Muhtaç, Güçsüz ve Kimsesiz Türk Vatandaşlarına Aylık Bağlanması Hakkında Kanun”* kapsamında 65 yaş ve üstündeki ihtiyaç sahibi vatandaşlara ödenmektedir. 2022 yılı ocak ayı itibariyle aylık 1055 lira olan yaşlı maaşına hak kazanılmak için başvuranın 2022 yılı döneminde aylık 1282 liradan daha düşük bir gelirin olması ve sosyal güvenlik kaydının olmaması gerekmektedir. 2021 yılı Haziran dönemi itibariyle bu sosyal yardımdan yararlanan kişi sayısı 825.573 kişiye ulaşmıştır (SYGM, 2021).

Yaşlı aylığına yalnızca sosyal güvenlik kaydı bulunmayan, bir diğer ifade ile çalışmayan, emekli maaşı almayan, buna ek olarak aylık geliri yaklaşık 1280 liradan az olan yaşlıların başvurabilmeleri, ihtiyaç sahibi olmalarına rağmen çok fazla yaşlının bu yardıma erişememelerine neden olmaktadır. Yaklaşık 8 milyonluk yaşlı nüfusun yoksulluk oranının %14,2 olduğu (TÜİK, 2021) göz önünde bulundurulduğunda yoksul yaşlıların tamamının bile bu yardımdan yararlanamadığı anlaşılmaktadır (8 milyonluk nüfusun %14,2’si yaklaşık 1.1 milyon kişidir fakat yaşlı aylığı alan kişi sayısı ASHB raporlarına göre yaklaşık

825 bindir). Ayrıca 2021 yılı aralık ayı için dört kişilik bir ailenin aylık sınırının 4.013TL, yoksulluk sınırının ise 13.073TL olduğu göz önünde bulundurulduğunda (Türk-İş, 2021) aylık 1296TL'lik bir yardımın yeterli olmadığı ve yaşlıların insan onuruna yaraşır bir yaşam sürdürmeleri için bu yardımın artırılması gerektiği anlaşılmaktadır.

EYHGM tarafından sunulan “evde bakım aylığı” her ne kadar spesifik olarak yaşlılara yönelik bir sosyal yardım olmasa da yaşlılık döneminde ortaya çıkan kronik hastalıklar ve fizyolojik değişimlerden ötürü engelli hale gelen, yaşamını bağımsız bir şekilde devam ettiremeyen ve birinin desteğine gereksinim duyan yaşlılara bakım verenler bu uygulamadan sıklıkla yararlanmaktadır. EYHGM tarafından sunulan verilere göre 2021 yılı Kasım ayı itibarıyla 535.700 bakım veren evde bakım aylığı almaktadır (EYHGM, 2021).

Evde bakım aylığına başvurmak için bakım verilecek engelli kişinin Sağlık Bakanlığı bünyesindeki tam teşekküllü bir hastaneden ağır engelli olduğuna dair ibare bulunan, engel oranı en az %50 olan sağlık raporunun olması, hanede kişi başı ortalama aylık gelirin asgari ücretin 2/3'ünü aşmaması, bakım verenin çalışmaması ve bakım veren ile engellinin aynı hanede yaşaması gibi şartlar vardır. Ayrıca evde bakım aylığı alan kişinin 24 saat esasına dayalı olarak engelli yaşlıya bakım sunması gereklidir. Evde bakım aylığı alma şartları incelendiğinde, bu aylığın sosyal yardım olmadığı, bakım hizmeti karşılığında engelli yakınına devlet tarafından ödenen sosyal güvenlik sistemine dahil edilmeyen asgari ücret altında bir “maaş” olduğu, bakım verenlerin istihdama girmelerini engellediği ve toplumsal cinsiyet rollerini pekiştirdiği şeklinde eleştiriler vardır (Aygüler ve Ayalp, 2018, s. 10; Özateş Gelmez, 2015, s. 60).

2.6. DÜNYA'DA YAŞLILARA YÖNELİK POLİTİKA VE HİZMETLER

Bu başlık altında yüksek yaşlı nüfus oranına sahip olan ve aynı zamanda gelişmiş refah sistemleri bulunan İngiltere, Finlandiya ve Almanya'nın yaşlılara yönelik politika ve hizmetleri aktarılmaya çalışılmıştır. Bu ülkelerin seçilmesinin esas

nedeni Avrupa ve hatta Dünya genelinde en fazla yaşlı nüfus oranına sahip ülkeler arasında olmalarıdır. Diğer yandan farklı refah rejimlerine sahip olan bu ülkelerde yaşlı refah alanına ilişkin hizmetlerin sunumunun farklı oluşunun da metni zenginleştireceği düşünülmektedir. Nitekim İngiltere’de yaşlı refahına yönelik hizmet sunumundan sivil toplum kuruluşları, Finlandiya’da belediyeler ve Almanya da ise Sosyal Güvenlik Kurumu ön plandadır.

2.6.1. İngiltere

Yalnız yaşayan birey sayısının sürekli ve hızlı bir şekilde artmasından ötürü “Yalnızlık Bakanlığı” kurulan İngiltere’de doğal olarak genel yaşlı nüfus popülasyonu içinde yalnız yaşayan yaşlı sayısı da fazladır (Euronews, 2018). Yaşlı nüfusun refah düzeyini arttırmayı ve maruz kaldıkları yalnızlığı azaltmayı hedefleyen sosyal politikalara sahip olan İngiltere’de yaşlılar için Türkiye’ye nazaran oldukça geniş yelpazede hizmet sunumu bulunmaktadır. Yalnız yaşayan yaşlılar gereksinim duydukları hizmet ve yardımları refah karması anlayışı sonucunda ulusal hükümet, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşlarından oluşan üçlü bir yapıdan alabilmektedirler (Valtorta ve Hanratty, 2012, s. 520).

Ulusal hükümetin yaşlı refahına ilişkin sorumlulukları, merkezi düzeydeki birimleri aracılığıyla genellikle ülke genelinde uygulanacak yaşlı refah alanına ilişkin standartları belirleme, yerel yönetimleri denetleme, yerel yönetimlere bütçe sunma ve sivil toplum kuruluşlarını fonlama şeklindedir.

Yasal düzenlemelere göre, yerel yönetimler yaşlı refah alanına ilişkin hizmetlerden biri olan evde bakım hizmetlerinin sunumundan birinci derecede sorumludurlar (İngiltere Başbakanlığı, 2022). Evde bakım hizmetleri, yaşamına kendi evinde devam eden fakat bu süreçte birtakım zorluklar deneyimleyen yaşlı bireyler için sunulan hizmetlerdir (Hautsalo, Rantanen ve Astedt-Kurki, 2013, s. 2954).

İngiltere’de yaşlıların yaşamlarını bağımsız şekilde sürdürebilecekleri ve evlerinde kalarak yerinde yaşlanabilecekleri süreyi uzatmak adına gereksinim duydukları evde bakım hizmetleri yerel yönetimler tarafından sunulmaktadır. Yerel yönetimler, yaşlıların başvuruları sonucunda sosyal inceleme gerçekleştirmekte ve bu inceleme sonucunda yatak bakımı, banyo ve yıkama desteği, yemek hazırlama, eve asansör montajı, ev içi tadilatlar, yaşlıları gezdirme, akraba ve tanıdıklarını ziyaret etmelerine yardımcı olma gibi çeşitli uygulamaları içeren hizmetlerden uygun olanları sunmaktadırlar. Diğer yandan isteyen yaşlılara da yapılan inceleme sonucunda yararlanmaları uygun görülen hizmetleri piyasadan temin etmeleri için doğrudan ödeme yapılmaktadır(Age-UK, 2022a). Bu sayede yaşlılar özellikle de yalnız yaşayanlar güvendikleri kişilerden bakım hizmeti satın alma imkânına sahip olmaktadır.

İngiltere’de evde bakım hizmetlerinden yararlanmak isteyen yaşlıların sosyal incelemesi gerçekleştirilirken, gündelik rutinleri, sosyal gereksinimleri, kültürel ve dini geçmişleri, sahip oldukları riskler ve zorluklar, sağlık ve barınma ihtiyaçları ile yakınlarının düşünceleri göz önünde bulundurulmaktadır. Gerek duyulması durumunda yaşlının hekimi ve hizmet aldığı diğer sağlık personeliyle iletişim kurulmaktadır.

Yerel yönetimler, sundukları evde bakım hizmetleri için yaşlılardan gelirlerine göre değişen tutarlarda aylık ücret almakta fakat bu tutar yaşlıların geçinebilecekleri ve insan onuruna yaraşır bir yaşam sürdürebilecekleri bir gelire sahip olmalarını engelleyecek kadar yüksek olmamaktadır. Yaşlının maddi durumu bu hizmetleri almak için yeterli değilse bu hizmet ücretsiz şekilde sağlanmaktadır.

Yerel yönetimler, ilgili birimleri tarafından yapılan ve ulusal kriterler doğrultusunda şekillenen değerlendirme sonucunda yaşamına evde bakım hizmeti almadan devam edebileceği yönünde karar verilen fakat yine de evde bakıma benzer hizmetlerden yararlanmak isteyen yaşlıları sivil toplum kuruluşlarına yönlendirmektedirler. Sivil toplum kuruluşları aracılığıyla yaşlıların alışverişleri,

bahçe işleri, ev işleri vb. gönüllüler tarafından ücretsiz bir şekilde yapılmaktadır. Yaşlıların gönüllü hizmetlerden yararlanmak istememeleri durumunda ise yerel yönetimlerce bu hizmetleri piyasadan uygun şekilde tedarik etmeleri için yaşlılara seçenekler ve danışmanlık sunulmaktadır.

İngiltere sınırları içerisinde evde bakım hizmetleri alanında çalışan özel kuruluşlar Bakım Kalitesi Komisyonu'na kayıtlı olmak zorundadır. Bu komisyon kamudan veya piyasadan evde bakım hizmeti alan yaşlılara sunulan bakım hizmetlerinin niteliğini denetlemektedir. Bununla birlikte Birleşik Krallık Evde Bakım Derneği de yaşlıların uygun, doğru ve hızlı hizmet alabilmeleri çeşitli görevler üstlenmektedir.

İngiltere'de çeşitli sivil toplum kuruluşları yaşlılar ve özellikle de yalnız yaşayanlar için çok sayıda hizmet sunmakta ve çalışma gerçekleştirmektedir. Yaklaşık 75.000 gönüllüsü bulunan "Age UK" da ülke genelinde yaşlılara yönelik hizmet sunumunda bulunan en büyük sivil toplum kuruluşlarından biridir. Age UK yaşlıların evlerinde yaşlanmaları, maruz kaldıkları sosyal izolasyon ve yalnızlığın azaltılması ve yaşamlarındaki zorlukların giderilmesi için ülke genelinde metnin ilerleyen kısımlarında detaylı şekilde değinilen faaliyetleri gerçekleştirmektedir (Age-UK, 2022b).

Age UK tarafından yaşlılar için ülke genelindeki çok sayıda kafe ve restoran açılmıştır. Bu restoranlar yaşlılara uygun fiyata taze, ev yapımı ve sağlıklı yemek yeme imkânı sunmakta ve aynı zamanda yaşlıların insanlarla bir araya gelerek maruz kaldıkları sosyal izolasyon ve yalnızlığın azaltılmasına yardımcı olmaktadır. Ayrıca bu işletmelerden elde edilen gelir yaşlılara yönelik projelerin fonlanmasında ve maddi durumu iyi olmayan yaşlıların bu kafelerden ücretsiz hizmet almalarının sağlanmasında kullanılmaktadır.

Age UK tarafından sunulan hizmetlerden birisi de yakınlarına ya da ebeveynlerine bakım sunan bir diğer ifadeyle "bakıcı" rolü olan kişilere yönelik destek hizmetidir. Age UK tarafından ülkenin çeşitli yerlerinde yürütülen ve ücretsiz şekilde dahil olunan grup çalışmaları sayesinde bakıcılar bakım

sürecinde karşılaştıkları zorlukları ele almakta, bakım sürecine ilişkin bilgi edinmekte ve demans gibi özel bakım gerektiren hastalıklar hakkında farkındalık kazanmaktadırlar.

Age UK tarafından yaşlıların yaşam kalitelerinin yükselmesi ve maruz kaldıkları yalnızlık ve izolasyonun azalması için sunulan hizmetlerden birisi de gündüzlü merkezlerdir. Bu merkezlerde yaşlılar akranlarıyla bir araya gelerek sosyalleşmektedirler. Ayrıca gündüzlü merkezlerde bulunan gönüllüler yaşlıların el işi, sanat ve gezi gibi çeşitli etkinlikler gerçekleştirmelerine yardımcı olmaktadır. Buna ek olarak bu merkezlerde yaşlılara uygun fiyatlı kuaför vb. hizmetler sunulmaktadır. Bağımsız hareket edemeyen fakat gündüzlü merkezlerden yararlanmak isteyen yaşlılar evlerinden alınmakta ve akşamları da evlerine bırakılmaktadırlar.

Age UK'nın demans teşhisi konmuş yaşlılara yönelik de birtakım hizmetleri bulunmaktadır. Demanslı hastalar, hastalığın derecesine göre değişmekle birlikte Age UK gönüllüleri tarafından evlerinde ziyaret edilmektedir. Ayrıca bu yaşlılara hastalığın ilerlemesini yavaşlatacak egzersizler öğretilmektedir. Diğer yandan ileri seviyedeki hastalar haftanın bir günü gündüzlü merkezlerde konuk edilmekte ve bu sayede bakıcılarının dinlenmesine olanak tanınmaktadır. Demanslı yaşlılar evlerinden alınmakta ve gün sonunda evlerine bırakılmaktadırlar. Merkezlerde hafızalarını geliştirecek oyun ve etkinliklere dahil edilmektedirler.

Age UK yaşlılık döneminde fiziksel aktiviteyi sürdürmenin yaşlıların sağlığına ve iyilik haline olumlu etki ettiğini göz önünde bulundurarak merkezlerinde yaşlılara dans, pilates, yoga, tai chi ve zumba gibi kurslar düzenlemektedir. Buna ek olarak yürüyüş kulüpleri oluşturarak yaşlıların açık alanlarda sosyalleşmelerine olanak sunmaktadır.

Age UK yaşlılara hayatlarını kolaylaştırmak ve güvenli hale getirmek için tamir ve tadilat işleri konusunda destek sunmaktadır. Age UK bünyesinde çalışan teknikerler yaşlıların küçük tamirat işlerini, bahçe işlerini, ev güvenliğine yönelik

düzenlemeleri piyasaya göre daha düşük ücretle gerçekleştirmektedirler. Age UK'nın bu hizmeti hem yaşlıların bütçelerine katkı sunmakta hem de gereksinim duydukları hizmetleri güvenli ve hızlı şekilde almalarını sağlamaktadır.

Age UK tarafından yalnız yaşayanlar başta olmak üzere yaşlılar için sunulan hizmetlerden biri de alışveriş desteğidir. Age UK yaşlıların market alışverişini kolaylaştırmak için farklı modeller sunmaktadır. İlk olarak markete gidebilecek kadar fiziksel kabiliyeti olan fakat alışveriş sırasında yardım gereksinimi duyan yaşlılara gönüllü veya ücretli refakatçi bulunmakta ve bu sayede yaşlıların ev dışına çıkmaları sağlanarak maruz kaldıkları yalnızlık ve sosyal izolasyon azaltılmaktadır. Refakatçiler Age UK çalışanları ya da gönüllüler olabilmektedir. Age UK, markete gidemeyecek durumdaki yaşlılar için de çeşitli hizmetler sunmaktadır. Bu kapsamda ya yaşlıların istedikleri ürünleri alarak evlerine teslim etmekte ya da bilgisayar ve internet kullanamayan yaşlılar için online alışveriş yapmaktadırlar.

Age UK tarafından sunulan hizmetlerden biri de “yardımcı bulma” hizmetidir. Bu hizmet kapsamında yaşlılar gündelik ev işlerinin yapılması konusunda ücret karşılığında olsa da güvenilir, eğitilmiş ve deneyimli kişilerden destek alma imkânına sahip olmaktadır. Age UK, yaşlıların yardımcılarda olmasını istedikleri kriterleri göz önünde bulundurarak veri tabanında yer alan ve taleplerini karşılayan yardımcıyı yaşlıya yönlendirmektedir. Buna ek olarak bazı bölgelerde sürekli bakım gereksinimi olan yaşlılara bakıcı bulunması konusunda aracı olmaktadır.

Age UK yalnız yaşayanlar ve engelliler başta olmak üzere yaşlılara ulaşım konusunda da destek sunmaktadır. Yaşlılar evlerinden alınarak gitmek istedikleri yere bir refakatçi eşliğinde ve tekerlekli sandalye başta olmak üzere özel ekipmanlara sahip bireylerin kullanımına uygun hale getirilmiş araçlarla götürülmektedirler. Bu hizmetten yararlanan yaşlılar yalnızca yakıt giderini karşılamakta, bunun dışında ek bir ücret ödememektedirler. Bu hizmet toplu

taşıma olanaklarının görece daha sınırlı olduğu kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların yaşam kalitelerini arttırmaktadır.

Age UK'nın 80'den fazla merkezinde sunulan hizmetlerden birisi de güzellik ve bakım hizmetidir. Yaşlılar Age UK merkezlerinde saçlarının kesimi ve bedensel bakım (cilt, ayak, vb.) hizmetleri piyasaya göre daha uygun fiyata alabilmektedirler.

Age UK tarafından yaşlılara sunulan hizmetlerden birisi de bilişim teknolojileri kurslarıdır. Age UK merkezlerinde düzenlenen kurslarla yaşlılar tablet, bilgisayar, internet, sosyal medya uygulamaları gibi araçları kullanmayı öğrenmektedirler.

2.6.2. Finlandiya

Kuzey Avrupa ülkelerinden biri olan Finlandiya'nın nüfusu, Finlandiya İstatistik Kurumu'na göre 5,55 milyondur ve genel nüfus içindeki yaşlı nüfus oranı %22'dir (Finlandiya İstatistik Kurumu, 2022). Finlandiya'da yaşlıların yaşamlarına bağımsız bir şekilde devam edebilmeleri, gereksinim duydukları hizmetlerin sağlanması ve psikososyal esenliklerinin korunması için oldukça kapsamlı politika ve hizmetler bulunmaktadır. Kuşkusuz kamu tarafından sunulan hizmetler yaşlıların yaşam kalitelerini arttırmakta, refah ve mutluluk düzeylerini yükseltmektedir. Nitekim Finlandiya uzun yıllardır Dünya'nın en mutlu ülkesi konumundadır (BBC, 2022). Bu veri genel nüfusun yaklaşık beşte birini oluşturan yaşlıların da mutlu olduklarını göstermektedir.

Ulusal Sağlık ve Refah Enstitüsü (USRE) Finlandiya'da yaşlı refah alanına ilişkin hizmetlerin tasarlanması ve izlenmesi konusunda ulusal düzeyde sorumluluğa sahip bir kurumdur. Bu kurumun yaşlı refah alanına ilişkin temel hedefleri; yaşlılar için eşit, iyi koordine edilmiş ve kapsayıcı hizmetler geliştirmek, yaşlılık olgusunu multidisipliner bir anlayışla ele alarak aktif yaşlanmayı destekleyecek politika ve hizmetler oluşturmak, yaşlıların yerinde yaşlanmalarını teşvik etmek için evde

bakım hizmetlerini geliştirmek ve bakıcı aile sistemi ile gereksinim duyan yaşlıların yakınları tarafından desteklenmelerini sağlamaktır (USRE, 2022a)

Finlandiya'nın yaşlılık politikaları incelendiğinde, Birleşmiş Milletler Yaşlılık İlkeleri'ne uygun şekilde, yaşlıların yaşamlarının sonuna kadar evlerinde yaşamalarını teşvik eden "yeryinde yaşlanma" politikalarına sahip olduğu ve bundan ötürü gelişmiş ve kapsamlı evde bakım hizmetlerinin bulunduğu görölmektedir. Nitekim bu politikayı belirleyen Sağlık ve Sosyal işler Bakanlığı'nın (SSİB) temel hedefi de yaşlıların işlevselliklerini sürdürmeleri, bağımsız yaşamaları ve topluma aktif katılımlarını teşvik etmek şeklindeydir (SSİB, 2022).

Finlandiya'da yaşlılara yönelik evde bakım hizmetlerin sunumundan belediyelerin sorumlu olduğu; merkezi hükümetin ise kaynak sağlama, standart oluşturma ve kontrol gibi denetime ve koordinasyona yönelik görece daha sınırlı role sahip olduğu anlaşılmaktadır. Nitekim Ulusal Refah ve Sağlık Denetleme Kurumu, sosyal ve sağlık hizmetleri sunan kamu ve özel kuruluşları denetlemekte, lisanlarını yenilemekte ve gerekli durumlarda rehberlik hizmeti sunmaktadır (USRE, 2022a). Bununla birlikte sivil toplum kuruluşlarının da yaşlılar için savunuculuk çalışmaları gerçekteştirdikleri ve yaşamlarının kolaylaşması adına hizmet sunumunda buldukları görölmektedir (Tiirinki vd., 2020, s. 650).

Finlandiya'da sunulan evde bakım hizmetlerinin nihai amacı ülke genelinde, yaşlıların kurum bakımına mecbur kalmadan yaşamlarına bağımsız bir şekilde devam etmelerini sağlamaktır. Yerel yönetimler evde bakım hizmetleri için yaşlılardan ekonomik durumlarına göre değişen tutarda ücret talep etmekte, yaşlıların ekonomik durumu bu ücreti karşılayabilecek düzeyde değilse sosyal devlet anlayışından hareketle merkezi yönetim tarafından sunulan fonlar kullanılmaktadır (USRE, 2022a).

Finlandiya'da sunulan evde bakım hizmetlerinin, düzenli evde bakım, konut bakımı, hemşire bakımı ve uzun süreli bakım gibi çeşitli türleri bulunmaktadır. Bunlara ek olarak son zamanlarda gelişmiş konut bakımı adı verilen evde bakım

türü yaygınlaşmıştır. Bu bakım türü kapsamında yaşlıların evlerinde gerekli tadilatlar ve ev içi düzenlemeler yapılarak yaşamlarını kolaylaştırmak ve evde kalış süreleri uzatılmak amaçlanmaktadır (Arslan, 2019, s. 49).

Finlandiya’da yemek, sağlık, hijyen, ulaşım, temizlik ve transfer gibi alanlara ilişkin hizmetler de evde bakım hizmetlerine entegre şekilde sunulmaktadır. Evde bakım hizmetlerinden yararlanan yaşlıların yaklaşık yarısı bu alanların en az birinden, yaklaşık üçte biri de ikisinden yararlanmaktadır. Bununla birlikte yemek, yaşlıların genel olarak en sık yararlandığı hizmet alanıdır (Arslan, 2019, s. 50). Buna ek olarak 2021 yılı verilerine göre Finlandiya’da evde bakım hizmetinden yararlanan yaşlıların beşte biri günde en az üç defa ziyaret edilmekte ve bunun için evde bakım birimlerinde 17 bin hemşire görev yapmaktadır (USRE, 2022b)

Finlandiya’da yerel yönetimlerin evde bakım hizmetleri dışında yaşlı refah alanına ilişkin birtakım sorumlulukları bulunmaktadır. İleriki kısımda detaylı olarak sunulacak bu sorumluluklar yaşlıların yaşamlarına bağımsız bir şekilde devam edip edememe durumlarına göre değişmektedir (Arslan, 2019, s. 51).

Yerel yönetimlerin, herhangi bir yardım gereksinimi olmadan bağımsız bir şekilde kendi evinde yaşayabilen yaşlıların, yaş dostu, kolay erişilebilir ve güvenli konutlarda oturmaları, yaşlıların yoğun olarak buldukları bölgelerde ulaşım ve trafik hizmetlerinin iyi olması ve son olarak da yaşlı nüfusun yoğun olduğu bölgelerde yeterli alışveriş olanakları bulunması noktalarında sorumlulukları bulunmaktadır.

Yerel yönetimlerin yaşamına destek almadan bağımsız bir şekilde devam edemeyen yaşlılara karşı sorumlulukları oldukça kapsamlıdır. 24 saate kadar bakım sunulması, yemek ve ilaç takiplerinin yapılması, evde gerekli tadilat ve değişikliklerin yapılması, özellikle kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların hekim tarafından düzenli aralıklarla ziyaret edilmeleri ve yaşlıların maruz kaldığı sosyal izolasyon ile yalnızlığın azaltılması konusunda gönüllü programların oluşturulması gibi sorumlulukları bulunmaktadır.

“Bakıcı Aile Sistemi” (*Foster Care*) yerel yönetimler tarafından yürütülen yaşlı refah alanına ilişkin bir hizmet alanıdır. Bakıcı aile sistemi, yaşlıların yaşamlarına evlerinde devam etmelerini hedefleyen bir sistemdir. Bu sistemde, yaşlıların aile bireylerinden birine yaşlıyla yaşaması ve yaşlının bakım gereksinimlerini karşılması karşılığında ücret ödenmektedir. Bu sistem ciddi bir tıbbi bakım ihtiyacı olmayan yaşlıların gündelik yaşamlarıyla ilgili gereksinimlerinin karşılanması ve kurum bakımına yönelik talebin azaltılması noktasında oldukça işlevseldir. Bakıcı aile sistemine dahil olarak bir yaşlının gereksinimlerini karşılama taahhüdü veren bakıcılar yaşlıların yemek, alışveriş, ilaç kullanımı, kaliteli boş zaman geçirme ve sosyalleşme ihtiyaçlarını karşılamaktadırlar. Buna karşılık da devletten aylık ücret almakta, ücretsiz sağlık sigortasına sahip olmakta, bakım sorumluluklarıyla alakalı konularda malzeme desteğine erişmekte ve çeşitli eğitim ile tatillerden katılımcı olarak yararlanmaktadırlar (Leinonen ve Kuukkanen, 2020, s. 441-443).

Finlandiya’da günden güne yaygınlaşan bakıcı aile sistemine dahil olarak bakıcı olmak isteyenler yerel yönetimler tarafından eğitime tabi tutulmakta ve bu eğitimi başarıyla tamamlayanlar sisteme dahil edilmektedirler. Buna ek olarak bakıcılar süreç içerisinde belirli aralıklarla eğitimlere tabi tutulmakta, sundukları bakım ve aldıkları eğitimler belediyeler tarafından takip edilmektedir (USRE, 2022c).

Bakıcı aile sistemine girerek bakıcı olan kişilere devlet tarafından bakım verdikleri süre sonunda tazminat ödenmekte, bakıcıların izin hakları olmakta, bakıcılar izin deyken bakım sundukları yaşlıya belediye tarafından geçici bir süre bakıcı temin edilmekte ve bakımın sebep olduğu psikolojik yük ile yaşlı bakımı konusunda güncel yaklaşımların konu edinildiği eğitimler sunulmaktadır.

Belediyelerin yaşlılara yönelik hizmetlerde sivil toplum kuruluşlarıyla iş birliği yapmaktadırlar. Yaşlıların sosyal katılımlarını ve refah düzeylerini arttıran, maruz kaldıkları sosyal dışlanmayı azaltan sivil toplum kuruluşları tarafından gerçekleştirilen çalışmaları fonlamaktadırlar (USRE, 2022d). Buna ek olarak yaşlılar için gönüllülerin sorumluluk alacağı etkinlikler düzenlemekte ve

çalışmalar gerçekleştirmektedirler. Yaşlılara yönelik faaliyetlerin planlanması sürecinde belediye meclisi gibi karar verme mekanizmalarında yaşlıları dinlemekte ve gereksinimlerini direkt muhataplarından öğrenmektedirler.

Sonuç olarak Finlandiya’da 2013 yılında yürürlüğe giren kanunla birlikte yaşlıların işlevselliklerini ve bağımsızlıklarını destekleyen, belediye tarafından sunulan kendilerine yönelik veya onları etkileyen hizmetlere katılımlarını arttıran, yaşlıların gereksinim duydukları hizmetlere ulusal standartlar göz önünde bulundurularak hızlı bir şekilde erişimlerini sağlayan ve yaşlıların kendilerini gerçekleştirmelerini mümkün kılacak genel refah düzeyine ve koşullara sahip olmalarını önemseyen bir paradigmaya geçilmiştir (USRE, 2022a).

2.6.3. Almanya

Gelişen sağlık hizmetlerinden ötürü ortalama yaşam süresinin uzaması ülkelerin yaşlı bakımına yönelik politikalar oluşturmalarını ve çeşitli hizmetler geliştirmelerini zorunlu kılmıştır. Dünya’nın en yaşlı üçüncü ülkesi olan Almanya’da (TÜİK, 2021) bakım başta olmak üzere yaşlılara yönelik oldukça kapsamlı politika ve hizmet bulunmaktadır.

Almanya’da yaşlılara yönelik politika ve hizmetler incelendiğinde yaşlıların “temel güvence” (Grundsicherung) kapsamında oldukları ve bu sayede geçimini sağlayamayacak düzeyde olanlara bu kapsamda aylık ödemeler yapıldığı görülmektedir. Ayrıca bu güvenceden yararlanan yaşlıların hastalık ve bakım sigorta primleri devlet tarafından karşılanmaktadır. Bunlara ek olarak sağlık durumu açısından yatılı bir hizmet kurumunda kalması gereken ve bu kurumların yüksek aylıklarını karşılayamayan yaşlıların ödeyemedikleri tutarlar devlet tarafından karşılanmaktadır. Kendi evi olmayan fakat yaşamına bağımsız şekilde devam edebilen yaşlılara da buldukları eyalet ve illere göre değişmekle birlikte kira yardımları yapılmakta ya da konutlarının 45 metrekareye kadar olan kira tutarı devlet tarafından karşılanmaktadır (Çağlar, 2015a, s. 236).

Almanya'nın yaşlılara yönelik politikaları incelendiğinde son dönemlerde, gelişmiş refah sistemlerine sahip ülkelerin genelinde olduğu gibi, yaşlı bakım ve rehabilitasyon merkezleri ve huzurevlerinden oluşan kurumlar yerine evde bakım hizmetlerinin ön plana çıkarıldığı ve böylece yaşlılara alışık oldukları yaşam çevrelerini değiştirmeden yaşlanma imkânı sunulmak istendiği anlaşılmaktadır (Çağlar, 2015a, s. 239).

Almanya çalışanların ödediği bakım sigortasını, sosyal güvenlik sistemine zorunlu bir şekilde dahil eden ve bu uygulamayı günümüze değin başarılı bir şekilde sürdüren ilk ülkedir (Çağlar, 2015c, s. 209). Almanya'da sunulan evde bakım hizmetlerinin finansmanı zorunlu prim ödeyerek dahil olunan bakım sigortası (Pflegekasse), merkezi hükümet tarafından sunulan destekler ve son olarak bazı durumlarda yaşlı bireyler tarafından yapılan ek ödemelerden sağlanmaktadır (Handbook Germany, 2022). Çalışanların brüt gelirlerinin %2,35'i bakım sigortasına aktarılmakta ve aktarılan tutarın yarısını iş verenler yarısını da çalışanlar karşılamaktadır. Emeklilerin de aynı şekilde aylıklarının %2,35'i bakım sigortasına ödenmekte fakat bu tutarın yarısını devlet karşılamaktadır. Çocuğu olmayan çalışanlardan alınan bakım sigortası ise %2,6'ya çıkmaktadır. Maddi durumu iyi olmayan veya çalışmayanların bakım sigortası primleri ise merkezi hükümet tarafından ödenmektedir (Çağlar, 2015c, s. 210).

1995 yılında yürürlüğe giren Bakım Sigortası Kanunu'yla ailenin sorumlu olduğu, devletin gelir testlerine tabi tutarak yoksul insanlara sınırlı destek sunduğu yaşlı bakımı, sosyal güvenlik sistemi tarafından sağlanmaya başlamış ve ailelerin sahip oldukları sorumluluklar azaltılmıştır (Kocabaş ve Kol, 2020, s. 287).

Zorunlu bakım sigortasının, bakım gereksinimi olan yaşlıların insan onuruna yaraşır bir şekilde bağımsız bir yaşam sürmeleri, aile ortamında kalmaları ve bakım gereksinimlerinden kaynaklanan finansal, mental ve zihinsel yüklerinin azaltılması gibi kapsamlı amaçları bulunmaktadır (Kocabaş ve Kol, 2020, s. 289).

Bakım sigortası kapsamında sunulan ilk hizmet olan evde bakımdan yararlanmak isteyen yaşlılar ilk olarak buldukları bölgedeki sosyal güvenlik kurumu temsilciliğine başvurumaktadırlar. Sigorta bünyesinde görev yapan bilirkişiler veya sigorta tarafından yönlendirilen görevliler tarafından yapılan incelemelerden sonra yaşlıların gereksinim duydukları bakım seviyesi ortaya konulmaktadır (Çağlar, 2015c, s. 214). Mevcut sistemde bakım gereksinimi bir ile beş arasında derecelendirilmektedir. Bakım gereksinim derecesi belirlendikten sonra sigortada görev yapan profesyonel meslek elemanları ile başvuru sahibi yaşlılar ve aile üyeleri arasında bir görüşme gerçekleştirilerek yaşlının evde bakım hizmetlerden nasıl yararlanacağı ve bu sürecin nasıl yürütüleceği tartışılmaktadır.

Bakım sigortasına göre, yemek hazırlama, beden temizliği, tuvalet ihtiyacı, fiziksel aktivite, ev temizliği ve alışveriş gibi eylemleri devamlı ya da en az altı ay süresince yerine getiremeyecek durumda olan kişiler “bakım gereksinimi olan” yaşlı olarak kabul edilmekte ve evde bakım hizmetlerinden yararlanmak için hak sahibi olarak kabul edilip ve evde bakım hizmetleri kapsamında bu konularda bakım desteği alabilmektedirler.

Almanya’daki mevcut düzenlemelere göre yaşlılar bakım sigortasından iki farklı şekilde yararlanma imkânına sahiptirler. Bakım sigortasından nakdi yardım olarak akrabası ya da herhangi bir tanıdığından bakım almak isteyen yaşlılara, bakım gereksinimi seviyelerine göre değişen tutarlarda aylık ücret ödenmektedir. İkinci durumda ise yaşlılar, bakım gereksinimi derecelerine göre sigorta tarafından kendilerine tahsis edilen bakıcıdan hizmet almaktadırlar. Bununla birlikte her iki durumda da yaşlının bakım hizmeti için sigortadan her ay alabileceği maksimum bir tutar bulunmakta, bu tutarın aşılması durumunda aradaki farkı ya yaşlının kendisi ya da sosyal inceleme sonucunda merkezi yönetim tarafından sağlanan fon karşılamaktadır (Handbook Germany, 2022; Kocabaş ve Kol, 2020, s. 292).

Almanya’daki evde bakım sistemi incelendiğinde yalnızca bakım alan yaşlıların değil bakım verenlerin de sosyal devlet anlayışıyla korundukları anlaşılmaktadır

(Çağlar, 2015b, s. 122). Evde bakım hizmeti içerisinde yer alan ve yakınlarına bakım sunan bakıcılara da birtakım haklar tanınmaktadır.

Evde bakım ihtiyacı olan yakınına veya akrabasına bakan ve bunun için evde bakım ücreti alan bakım veren kişilerin yıpranacağı ve yorulacağı göz önünde bulundurularak evde bakım sigortasında bir düzenleme yapılmış ve bakıcılara yılda bir ay izin hakkı tanınmıştır. Bakıcıların izinde olduğu dönemde evde bakım hizmeti alan yaşlının bakımının aksamaması için sigorta tarafından bir aylığına yedek bakıcı temin edilmekte ve bakıcıdan izin döneminde ücret kesintisi yapılmamaktadır. Ayrıca bakım verenlerin hasta oldukları dönemlerde de evde bakım gereksinimi olan yaşlılara yedek bakıcı tahsis edilmektedir.

Evde bakım hizmetinden yararlanan yaşlıya bakım sunan yakınlarının, mevcut dönemde istihdamda olmamaları ve bundan ötürü sağlık ve emeklilik sigorta primleri ödememelerinden dolayı yaşamlarının ileriki dönemlerinde dezavantajlarla karşılaşmamaları için bakım verenlerin emeklilik ve işsizlik sigortaları bakım sigortası tarafından ödenmektedir.

Almanya'da evde bakım hizmetleri kapsamında eve teknolojik ürünlerin gönderilmesi, araç ve gereç temini ile bakım elemanı görevlendirilmesi gibi çeşitli hizmetler sunulmaktadır. Almanya'daki yaşlı refah ve bakımına ilişkin düzenlemeler kapsamında bakım sigortası yaşlıların yaşamlarını evinde devam ettirmeleri için tadilat ve ev içi değişiklik gibi işlere yönelik kaynak ayırmakta ve bu kapsamda yaşlılara 4.000 Euro'ya kadar ödeme yapılmaktadır. Buna ek olarak evde bakım hizmetinden yararlanan yaşlıların, fizik tedavi ve rehabilitasyon merkezlerinde gördükleri destekleyici tedaviler de bakım sigortası tarafından karşılanmakta ve hekim tarafından reçete edilen yürüteç ve tekerlekli sandalye gibi ekipmanların ücretleri sigorta tarafından ödenmektedir (Handbook Germany, 2022).

Almanya'daki yaşlı refah ve bakımına ilişkin politikalar kurum bakımı yerine evde bakımı desteklediğinden evde bakım hizmetinden yararlanan yaşlılarla,

yakınlarıyla ve evde bakım hizmeti sunan “bakıcı” konumundaki bireylerle yılda en az iki defa görüşülmekte ve bu sayede evde bakım hizmeti alan yaşlıların psikososyal esenlikleri kontrol edilebilmektedir. Diğer yandan yaşlı yakınlarına ve bakım verenlere danışmanlık ve bakımla ilgili teknik eğitimler verilmektedir.

Almanya’daki yaşlı refah alanına ilişkin bakım sigortası tarafından sunulan hizmetlerden biri de kısmi bakımdır. Bu bakım gündüzleri veya geceleri sunulabilmektedir. Bu bakım türü kapsamında evde bakımın yeterli olmadığı durumlarda yaşlılar gündüzleri veya geceleri bakılmak üzere evlerinden yatılı bir kuruma getirilmekte veya evlerine kendilerine bakım sunacak biri gönderilmekte ve 12 saat boyunca bakımları sağlanmaktadır. Yaşlılar bu bakım hizmetinden tek başlarına yararlanabilecekleri gibi, evde bakım hizmetiyle birlikte, tamamlayıcı bir unsur olarak, kısmi bakımdan da yararlanabilmektedirler. Örneğin bakım gereksinimi olan ve evde bakım hizmeti kapsamında çocuğundan bakım alan yaşlılar, çocuklarının işte olduğu sürelerde kısmi bakımdan yararlanabilmektedirler (Çağlar, 2015b, s. 110).

Almanya’da yaşlı bakımına ilişkin son hizmet ise yatılı kurum bakımındır. Evde bakım ve kısmi bakım hizmetlerinin yetersiz kalacağı koşullarda olan yaşlılar yaşamlarının sonuna kadar ya da belirli bir süre boyunca kurum bakımında kalmaktadırlar.

2.7. YAŞLILIKTA YALNIZ YAŞAM

Doğurganlık ve ölüm oranlarının düşmesi, boşanma oranlarının artması, kadınların işgücüne katılmaları ve iletişim teknolojisindeki ilerlemeler sonucunda yalnız yaşayan yaşlıların sayısında önemli artış meydana gelmiştir (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 16).

TÜİK verilerine göre, Türkiye’deki 65 yaş ve üstü yaşta olan 7 milyon 953 bin 555 yaşlının 1 milyon 478 bin 346’sı bir diğer ifadeyle yaşlıların yaklaşık %18,5’i yalnız

yaşamaktadır. Yalnız yaşayan yaşlıların cinsiyete göre dağılımına bakıldığında %75,3'ünü kadınların oluşturduğu görülmektedir (TÜİK, 2021).

Yetişkin çocukların yaşlı ebeveynleriyle aynı ilde/ülkede yaşamamaları, kentlerdeki konutların görece küçük olmasından ötürü ebeveynlere oda/alan kalmaması, kentteki büyük evlerin maliyetlerinin dar ve orta gelirli ailelerin ekonomik gücünü aşması, yetişkin çocukların küçük evlerde kendi çekirdek aileleriyle yaşamaları, kadınların ekonomik yaşama girmelerinden dolayı yaşlı ebeveynlere eşlik edememeleri, kentte yaşamış, çalışmış ve eğitim düzeyi yüksek olanlar başta olmak üzere yaşlıların bağımsız yaşama isteği ve son olarak da sağlık ile teknoloji alanlarında meydana gelen ilerlemeler sonucunda bağımsız yaşama olanaklarının gelişmesi gibi sebepler yalnız yaşayan yaşlı sayısının artmasına sebep olmuştur (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 24).

Yalnız yaşayan yaşlılar, yaşamlarına yalnız devam etmelerinden ötürü genel yaşlı nüfusa nazaran daha ciddi dezavantajlarla karşılaşmaktadırlar. Yalnız yaşayan yaşlılar, yaşlıların geneline göre yalnızlık ve sosyal izolasyon yaşamakta, hane gelirlerinde düşüş meydana gelmekte, eş desteğine erişememekte, mutluluk düzeyleri düşmekte, yaşam kaliteleri azalmakta ve son olarak da ihmal ve istismara karşı daha incinebilir olmaktadır (Grundy, 2006, s. 124; Jakobsson ve Hallberg, 2005, s. 494; Victor, Scambler, Bond ve Bowling, 2000, s. 407).

Yalnız yaşayan yaşlıların sahip olduğu dezavantajlar dikkate alındığında devletin, aile ve toplumu yaşlıların özellikle de yalnız yaşayanların bakımı konusunda asli unsur olmaktan çıkartması ve hatta hem yalnız yaşlıları hem de ailelerini destekleyecek refah uygulamaları geliştirmesi gerektiği açıktır. Nitekim sosyal refah anlayışı, vatandaşları yaşamlarındaki risklere karşı korumayı ve insan onuruna yaraşır bir yaşam sürmelerini sağlamayı gerektirmektedir (Koşar, 1996, s. 13). Ne var ki mevcut politika ve hizmetler yalnız yaşayan yaşlıların dezavantajlarını giderme noktasında yeterli katkı sunmamaktadır. Bu başlık altında da yalnız yaşayan yaşlıların sahip oldukları dezavantajlar ve yalnız

yaşayan yaşlıların sosyodemografik özelliklerinin yalnız yaşam deneyimleri üzerindeki etkilerine değinilecektir.

2.7.1. Yalnızlık ve Sosyal Dışlanma

Yalnızlık, sosyal ve psikolojik boyutları olan, sosyal ilişki ağlarının zayıflığından kaynaklanan ve kişiyi rahatsız eden olumsuz bir durum olarak tanımlanabilir. Yalnızlık sonucunda umutsuzluk, boşlukta olma ve özlem duyma hisleri açığa çıkmaktadır (Çakır ve Oğuz, 2017, s. 418; Yıldız ve Duy, 2014, s. 195). Bu tanım incelendiğinde yalnızlığın olumsuz bir olgu olduğu yönünde bir kanı ortaya çıksa da yalnızlık bazı kişiler için bir zorunluluk değil bilakis arzu edilen bir olgudur. Bundan ötürü yalnızlığı sorun hale getiren unsur istemli olup olmadığıdır (Görgün Baran, 2016b, s. 80).

Yaşlılar arasında yalnız yaşamayı tercih edenler olmakla birlikte bu konuda yapılan çalışmalar yaşlıların çoğunluğunun çocuklarıyla birlikte ya da çocuklarına yakın bir yerde yaşamak istediklerini göstermektedir (Arpacı ve Ersoy, 2009, s. 88; Öğüt vd., 2017, s. 522). Ne var ki yukarıda yer verilen sebeplerden ötürü yaşlılar yalnız yaşamak zorunda kalmaktadır. Yalnız yaşayan yaşlılar karşılaştıkları sorunları da kendi başlarına çözmek durumunda kalmakta ve bu durum onları daha incinebilir kılmaktadır. Çözemedikleri sorunlar ise yetersizlik hissi yaşamalarına neden olmakta ve yaşam doyumlarını azaltmaktadır (Canatan, 2016, s. 144). Ayrıca yalnız yaşayan yaşlılar genel yaşlı popülasyonunun maruz kaldığı sosyal dışlanmayı daha yoğun yaşamaktadır.

Sosyal dışlanma kavramı basitçe bireylerin ana akım toplumdaki dışlanması olarak tanımlanabilir (Moffatt ve Glasgow, 2009, s. 1292). Sosyal dışlanma kaynaklardan, haklardan ve hizmetlerden dışlanma, bunlara erişememe veya toplumdaki üyelerin çoğunun sahip olduğu ilişki ve aktivitelere katılmama durumudur (Miranti ve Yu, 2015, s. 112). Bir diğer tanıma göre bireyin toplum ile sosyal bütünleşmesini şekillendiren sosyal, ekonomik, politik veya kültürel

sistemlerden kısmen ya da tamamen dışlanmış olmaktadır (Korkmaz Yaylagül, Barlın ve Kırışik, 2021, s. 207).

Neo-liberal politikaların yaygınlaşmasının sonucunda sosyal politika ve hizmetlerde vatandaşların aleyhine birtakım değişimler meydana gelmiştir. Bu değişimlerin sebep olduğu olumsuzluklar yaşlıları toplumdaki diğer bireylere göre daha çok etkilemiş, sosyal dışlanma risklerini arttırmıştır. Bu durum yaşlıların sosyal dışlanma kavramını ortaya çıkarmıştır. Bu kavram yaş aldıkça kaynakların, hakların, malların ve hizmetlerin azalışı ya da sınırlandırılmasına dikkat çekerek, yaşlıların gençler ve yetişkinler tarafından erişilebilen ilişki ve faaliyetlere katılmadıklarının altını çizmekte ve sosyal dışlanma, yaşlılık ve yalnız yaşam arasındaki kesişimselliği somutlaştırmaktadır (Walsh, Scharf ve Keating, 2017, s. 82).

Sosyal dışlanma çok yönlü, dinamik ve etkileri birikimsel olarak artan bir süreçtir. Sosyal dışlanmaya maruz kalanlar topluma katılamamaktadırlar. Örneğin yaşlılar yalnızca iş piyasasından dışlanmamakta sosyal ilişkilerini kaybederek toplumdan ve hatta alışık oldukları yaşam yerlerinden dışlanmaktadır ve bunun sonucunda yalnızlaşmaktadırlar (Miranti ve Yu, 2015, s. 114; Van Regenmortel vd., 2018, s. 1175).

Yalnız yaşayanların, kadınların, LGBT+ların, göçmenlerin, azınlık üyelerinin, kırsal bölgelerde yaşayanların, süregen hastalığa sahip olanların, engellilerin ve yoksulların sosyal dışlanma olasılıkları genel yaşlı nüfusuna göre daha yüksektir (Adana, Durmaz, Özvurmaz, Akpınar ve Yeşilfidan, 2022, s. 2; Korkmaz Yaylagül vd., 2021, s. 209). Nitekim yalnız yaşayan yaşlıların, eş ya da aileleriyle yaşayan yaşlılara göre daha incinebilir olduklarını ve bundan ötürü yoksulluk, sosyal dışlanma, ruhsal hastalıklar ile yalnızlığa maruz kalma ihtimallerinin daha olası olduğunu açığa çıkaran çalışmalar bulunmaktadır (Arun ve Karademir Arun, 2011, s. 1521; Buz ve Beydili, 2015; H. Kim, Kwon, Hong ve Lee, 2018, s. 2).

Yaşlılar özellikle de yalnız yaşayanlar sosyal ilişkiler, finansal ürünler, uygun konut ve toplu taşıma, kentsel aktiviteler, bilgiye erişim, yerel olanaklar/hizmetler, yaygın tüketim ürünleri, sağlık hizmetleri ve kültürel aktiviteler olmak üzere oldukça farklı alan ve boyutlarda sosyal dışlanmaya maruz kalmaktadırlar (Çunkuş vd., 2019, s. 95).

İş ve aile ile ilgili roller yaşlılık döneminde en önemli değişimlerin meydana geldiği alanlardır. Eşin vefatı, aile üyeleriyle ve arkadaşlarla eskisi kadar görüşememe, zorunlu olarak yaşanılan yeri değiştirme, eski komşu ve çevreden ayrılma gibi etmenler yaşlıların sahip oldukları ilişki ağlarını yitirmelerine ve yalnızlaşmalarına neden olmaktadır (Kalınkara, 2000, s. 78). Toplumda hâkim olan önyargı ve kalıp yargılardan dolayı yaşlıların ayrımcılığa maruz kalmaları da ana akım toplumdan dışlanmalarına ve yalnızlaşmalarına sebep olmaktadır. Ayrıca yoksulluk, elverişli olmayan barınma koşulları, ileri yaş ve kötü sağlık durumu gibi sosyodemografik özellikler de yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldığı sosyal dışlanmayı ve yalnızlığı arttırmaktadır (Miranti ve Yu, 2015, s. 114). Ülkelerin yaşlılara yönelik sosyal koruma politikaları ve hizmetleri de yaşlıların sosyal dışlanmışlıklarını etkilemektedir. Sosyal korumanın kapsamının daraltılması, sosyal yardımların sınırlandırılması, emeklilik sisteminin değiştirilmesi ve kamunun yalnız yaşayan yaşlıya destek noktasında sorumluluğu aileye yüklemesi yaşlıların maruz kaldığı yalnızlığı arttırmaktadır. Bu durum sosyal dışlanma ve yalnızlığın ortaya çıkmasında yalnızca kişilerin değil, toplum, sivil toplum örgütleri, hükümetler ve yerel yönetimler olmak üzere birden fazla aktörün etkili olduğunu açıkça ortaya çıkarmaktadır (Korkmaz Yaylagül vd., 2021, s. 209).

2.7.2. Eş/Partner Desteği Eksikliği

Eş desteği, eşlerin birbirlerine karşı destekleyici olmaları olarak tanımlanabilir. Eş desteğinin unsurları olan eşlerin birbirlerine karşı kabul edici bir tutum takınmaları, saygı duymaları, birbirlerini takdir etmeleri ve sosyal anlamda birlikte olmaları sağlıklı bir aile ortamı için oldukça önemlidir (Dehle, Larsen ve Landers, 2001, s. 308).

Eş desteği evlilik sürecinin tamamında gerekli ve önemli bir unsur olmakla birlikte birtakım rollerin yitirildiği, arkadaş ve akranlarının yaşamlarının sonlanmaya başladığı, ekonomik ve fizyolojik sorunların baş gösterdiği yaşlılık döneminde büyük önem kazanmakta (K. Lee ve Martin, 2019, s. 429), yaşlıları stres, depresyon ve kanser gibi süreğen hastalıklara karşı korumakta (Schulz ve Schwarzer, 2004, s. 716) ve yaşlıların iyilik hallerini olumlu etkilemektedir (Robles, Slatcher, Trombello ve McGinn, 2014, s. 140). Bununla birlikte eş desteği almak kadar vermenin de yaşlı birey üzerinde faydaları bulunmaktadır. Yaşlılık döneminde eş desteğinin konu edinildiği bir çalışmada eşe duygusal destek sağlamanın ölüm oranlarını azalttığı ortaya konulmuştur (Brown, Nesse, Vinokur ve Smith, 2003, s. 320).

Yukarıda sonuçlarına yer verilen çalışmalar yaşlılık dönemini eşi ya da partneriyle geçiren ve eş desteği alabilen bir yaşlı ile eşini kaybetmiş ya da hiç evlenmemiş birinin yaşam koşulları arasında ciddi farklılıklar bulunduğunu ortaya çıkarmakta; evli olan ve eş/partnerleriyle birlikte yaşayan yaşlıların, yaşlılık döneminde karşılaşılan sorunlarla baş etme noktasında daha avantajlı olduklarını açığa çıkarmaktadır.

Ankara'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlılık döneminde evli olanların eşlerinden maddi ve manevi destek aldıkları, başkalarının bakım ve yardımına daha az gereksinim duydukları ve partner desteğine sahip olmayan yaşlılara göre daha az yalnızlık hissi deneyimledikleri ortaya konulmuştur (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 77). Eşini kaybeden ve bundan dolayı yalnız kalan yaşlılar, yaşlılık döneminde maruz kaldıkları ayrımcılık ve dışsal engellere ek olarak eş kaybının sebep olduğu olumsuzlukları deneyimlemek durumunda kalmaktadırlar. Hiç evlenmemiş olan yalnız yaşlılar ise, çocuklarından destek alamamakta, az sayıda akrabaya sahip olmalarından ötürü de çok boyutlu bir yalnızlık deneyimlemektedirler.

2.7.3. Hane Gelirinin Azalması

Yaşlılık döneminde bireylerin gelirinde azalma meydana gelmektedir. Yaşlılar maruz kaldıkları ayrımcılıktan ötürü istihdama girememekte, girebilenler de düşük gelir getiren işlerde çalışmak durumunda kalmaktadır. Önceki yaşam dönemlerinde kayıtlı istihdama girmiş olanların gelirlerinde emeklilik sonucunda bir düşüş meydana gelmekte, istihdama girememiş olanlar ise temel sosyal koruma araçlarından biri olan emekli maaşı alamamakta bunun yerine yaşlı aylığı adı altındaki sosyal yardıma başvurmak durumunda kalmaktadırlar. Aynı dönemde sağlık giderleri artmakta, birtakım hizmetler piyasadan alınmak durumunda kalmakta ve bunlar da giderlerin artmasına sebep olmaktadır. Bundan ötürü yaşlıların yaşamlarını bağımsız şekilde sürdürmelerini ve gereksinimlerini karşılayacak yeterli gelire sahip olmamaları hem onları hem de toplumu ilgilendiren önemli bir sorundur.

Emekli maaşı alamayan ve yalnız yaşayan yaşlılar ekonomik sorunlardan diğer yaşlılara göre daha çok etkilenmekte, dengeli beslenme, ısınma ve sağlık hizmetlerinden yararlanma konusunda yeterli imkânlarla sahip olamamaktadırlar (Sevil, 2005, s. 111). Bir çalışmada yaşamına yalnız devam eden yaşlıların evlilere nazaran hane zenginliği, aylık gelir ve yoksulluk riski açılarından daha incinebilir oldukları ortaya konulmuştur (Arun ve Karademir Arun, 2011, s. 1521). Birleşmiş Milletler Ekonomik ve Sosyal İşler Departmanı tarafından hazırlanan bir raporda da Amerika Birleşik Devletleri'nde yalnız yaşayan yaşlıların yoksulluk riskinin yalnız yaşamayanlara göre üç kat daha fazla olduğu saptanmış ve yaşlılıkta yoksulluk riskinin, sosyal koruma kapsamının yetersiz olduğu ve yaşlıların tamamen aile desteğine bağımlı olduğu az gelişmiş ülkelerde genellikle daha yüksek olduğu vurgulanmıştır (UN-DESA, 2020, s. 12).

Yalnız yaşayan yaşlılar kira, aidat, fatura gibi giderleri tek başlarına karşılamak durumunda kalmaktadırlar. Önceki yaşam dönemlerinde evlenmemişlerse yaşamlarını kolaylaştıracak ve refahlarını arttıracak eş gelire sahip olamamakta, istihdamda yer almamışlarsa yaşlılık döneminde ekonomik

kırılganlıklarını azaltacak ve bağımsız yaşamlarını mümkün kılacak emekli maaşı almaya hak kazanamamaktadırlar. Bundan ötürü önceki yaşam dönemlerinde yeterli birikime sahip olmadan yaşlananlar bir diğer ifade ile zenginleşmeden yaşlananlar yalnız yaşam süreçlerinde ekonomik zorluklarla karşılaşarak yoksulluk içinde yaşamaktadırlar (Arun, 2018b, s. 31).

Yaşam seyri boyunca maruz kalınan olumsuzluklar yaşlılık dönemine taşındıklarından kadınlar yalnız yaşam sürecinde erkeklere göre daha fazla zorlukla karşılaşmaktadırlar. Önceki yaşamlarında eğitime ve istihdama erişim gibi konularda bariyerlerle karşılaşan ve bundan ötürü yeterli birikimi olmadan yaşlanan kadınların yalnız yaşamlarında ciddi bir güvencesizlik ve yoksulluk deneyimi söz konusudur. Kadınlar erkeklere göre daha uzun süre yaşadıklarından yaşlılık döneminde karşılaştıkları güçlüklerle daha uzun süre tek başlarına mücadele etmektedirler. Eş desteği alamadıklarından ve vefat eden eşlerinin kesinti uygulanan emekli maaşlarıyla geçinmek durumunda olduklarından (kendi maaşlarının olmaması durumunda) yaşam memnuniyetleri azalmakta ve yıpranmaktadırlar.

Ankara'da yalnız yaşayan yaşlı kadınlarla gerçekleştirilen bir çalışmada kadınların %67'sinin yaşamları boyunca istihdam piyasasında yer almadıkları ve %62'sinin asgari ücretin altında gelire sahip olduğu ve %57'sinin geçim sıkıntısı yaşadığı ortaya konulmuştur. Buna rağmen kadınların %77'sinin sosyal yardım alamadığı, eşlerinden ya da babalarından kalan düşük tutardaki emekli maaşı almalarının sosyal yardımlara başvurmalarını engellediği bulgulanmıştır (Buz ve Beydili, 2015, s. 563).

Yalnız yaşayan yaşlıların toplumdaki diğer gruplara göre günlük yaşamlarının tamamında ya da bir kısmında daha fazla dezavantaja sahip oldukları ortaya konulursa, yaşlılıkta yalnız yaşam bir sorun olarak kabul edilebilir. Yaşamın idame ettirilmesi için gerekli maddi ve manevi kaynakların azalması dezavantaj olarak tanımlanırsa ve bu dezavantajların yalnız yaşam döneminde arttığı kanıtlanabilirse müdahale araçları geliştirilebilir (Tufan, 2014, s. 37). Bu noktadan

hareketle yalnız yaşlıların gündelik yaşamlarında maruz kaldıkları yoksulluk başta olmak üzere sorunlarının ortaya konulması oldukça önemlidir.

2.7.4. Mutluluk Düzeyinin Azalması

Mutluluk, yaşam kalitesini etkileyen ve bireyin sahip olduğu olumlu duyguları ifade eden oldukça geniş kapsamlı bir kavramdır. Bireyin yaşamdan genel olarak memnun olması, çevreyle başarılı duygusal ilişkilere sahip olması, yaşamdan tatmin olmasıdır. Mutluluk sosyoekonomik özellikler, benlik saygısı, depresyon ve sahip olunan hastalıklarla yakından ilişkilidir (Kawachi ve Berkman, 2014, s. 153).

Toplumsal yapının değişmesi sonucunda yaşlılar, geçmiştekilere göre daha farklı bir yaşam sürmektedirler. Günümüz yaşlıları daha küçük ailelerde veya tek başlarına yaşamak durumunda kalmaktadırlar. Bu durum kendi ebeveynlerine bakım sunan ama kendi yakınlarından yeterli destek alamayan ya da alamadığını düşünen yaşlıların toplumdaki uzaklaşarak mutsuz bir yaşlılık geçirmelerine sebep olmaktadır. Nitekim yaşamına yalnız devam eden yaşlıların evlilere nazaran daha az mutlu oldukları, fiziksel ve zihinsel sorunlarla daha fazla karşılaştıklarına dair araştırma bulguları bulunmaktadır (Arun ve Karademir Arun, 2011, s. 1521; Raymo, 2015, s. 1267). Örneğin Ankara'da gerçekleştirilen bir çalışmada eş kaybından ötürü yaşamına yalnız devam eden yaşlı kadınların yaklaşık %70'inin mutsuz hissettikleri ortaya konulmuştur (Buz ve Beydili, 2015, s. 561).

Sosyal ilişkiler ve bir ağın mensubu olmak yaşlılar için oldukça önemlidir. Sosyal bir ağın mensubu olmak yaşlıya ilgi, saygı, yakınlık gibi psikososyal destek ve fiziksel bakım, ekonomik yardım gibi unsurları içeren araçsal destek sağlamaktadır (Küçükkaraca, 2000, s. 110). Sosyal destek mekanizmalarına sahip olma ile akraba ve komşuluk ilişkilerinin varlığı yalnız yaşayan yaşlıların karşılaşmaları olası psikososyal problemleri azaltmaktadır. Sosyal çevresiyle sıkı ilişkilere sahip olan mutlu yaşlıların, sosyal izolasyona maruz kalmış ve toplumsal katılımı düşük olan yaşlılara göre daha iyi fiziksel, ruhsal ve zihinsel sağlığa, daha

yüksek yaşam enerjisine ve daha düşük strese sahip oldukları belirtilmektedir (Danış ve Efe, 2016, s. 271).

Yalnız yaşayan yaşlı kadınlarla gerçekleştirilen bir çalışmada mutluluk ile sahip olunan hastalık sayısı, fiziksel ağrı ve depresif belirtilerin varlığı gibi etmenler arasında negatif, benlik saygısı ile pozitif bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur (J. Kim, Song, Kim ve Park, 2019, s. 352). Bu bulgular yaşlılık dönemini yalnız geçiren yaşlıların, yaşlı popülasyonunun geneline göre daha mutsuz olduklarını ortaya çıkarmaktadır.

2.7.5. Yaşam Kalitesi ve Tatmininin Azalması

Yaşam kalitesi bireylerin olgu ve olaylara ilişkin öznel yorumlarını içermektedir. Bireylerin sahip oldukları koşullar yaşam kalitelerine yönelik algılarını etkilemektedir. Çünkü yaşam kalitesi kişilerin yaşam amaçlarının ne kadarının gerçekleştiğine göre değişen bir olgudur (Görgün Baran, 2008, s. 86).

Yaşam kalitesi hem objektif hem de sübjektif ölçütlere göre değerlendirilebilir. Kişinin yaşamdan aldığı hazzı ve memnuniyete göre şekillenen özellikler yaşam kalitesinin sübjektif boyutunu oluşturmaktadır. Gelir, eğitim, sağlık durumu gibi objektif ölçütlerden oluşan sosyodemografik değişkenler ise yaşam kalitesi hakkında fikir sağlayan objektif ölçütlerdir (Görgün Baran, 2008, s. 90).

Toplumsal sınıfların birbirlerinden farklı özelliklere ve kültürel sermayeye sahip olmaları tüm yaşlıların homojen bir grup olarak ele alınmasını engellemekte ve bireylerin yaşlılık dönemini farklı şekillerde deneyimlemelerine sebep olmaktadır. Düşük sosyodemografik özelliklere sahip yaşlılar ile yüksek sosyodemografik özelliklere sahip yaşlıların yaşama bakışları ve yaşam kalitesine ilişkin değerlendirmeleri doğal olarak farklılaşmaktadır (Görgün Baran, 2008, s. 93). Somutlaştırmak gerekirse çok varlıklı olan ve yaşamında yeterli sosyal ilişkilere sahip olmayan bir yaşlı düşük yaşam kalitesine sahip olduğunu düşünürken,

ekonomik sıkıntıları olan ama çocuklarıyla oldukça sıkı ilişkilere sahip olan bir yaşlı kaliteli bir yaşama sahip olduğunu düşünebilmektedir.

Yalnız yaşayan yaşlı nüfus ile yaşlı sayısının artması sonucunda ileri yaşlılık döneminde beslenme, temizlik gibi temel günlük rutinlerini yerine getiremeyen, sağlık sorunlarına rağmen yaşamını yalnız sürdüren yaşlı sayısında artış meydana gelmiştir. Buna karşın merkezi yönetim tarafından yalnız yaşayan yaşlıların bu gereksinimlerini karşılamaya yönelik hizmet ve uygulamalar geliştirilmemiş bu konudaki sorumluluk kanuni düzenlemelerle belediyelerle paylaşılmıştır (Aygen, 2014, s. 175). Sonuç olarak merkezi hükümet ve yerel yönetimlerin yalnız yaşayan yaşlılara yönelik özel birtakım hizmetler sunmaması yalnız yaşayan yaşlıların gereksinimlerinin karşılanmamasına neden olarak yaşam kaliteleri ve tatminlerinin azalmasına sebep olmuştur.

Yalnız yaşayan yaşlılar yukarıda değinildiği üzere yaşamlarında yalnızlık ve sosyal izolasyon ile karşılaşmakta, yeterli sosyal desteğe sahip olamamakta ve bu durum yaşamdan aldıkları haz ile yaşam kalitelerini düşürmekte ve yaşam tatminlerini azaltmaktadır (Gow, Pattie, Whiteman, Whalley ve Deary, 2007, s. 112). Diğer yandan yalnız yaşama birlikte hane gelirinin azalması ve giderlerin artması gibi maddi sebepler de yalnız yaşayan yaşlıların yaşam tatminlerini azalmakta ve bir takım ruhsal sorunlarla karşılaşmalarına neden olmaktadır. Bir çalışmada yalnız yaşayan yaşlıların evde aileleriyle yaşayan ya da huzurevi gibi yatılı sosyal hizmet kurumlarında kalan yaşlılara göre daha yüksek depresyon düzeyi ve yalnızlık hissine sahip oldukları ortaya konulmuştur (Ağırman, Gençer, Arıca, Kaya ve Eğici, 2017, s. 234). Avrupa genelinde gerçekleştirilen bir çalışmada yalnız yaşayan yaşlıların yaşam memnuniyetlerinin düşük olduğu bulgulanmıştır (Gaymu ve Springer, 2010, s. 1153). Birleşmiş Milletler Ekonomik ve Sosyal İşler Departmanı tarafından hazırlanan bir raporda da yalnız veya kurumlarda yaşayan yaşlıların, eşleri veya diğer aile üyeleriyle birlikte yaşayanlardan daha yüksek ölüm riskine sahip oldukları tespit edilmiştir (UN-DESA, 2020, s. 1). Buna ek olarak Ankara'da kurum bakımında kalan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada ziyaret edilmeyenlerin, ziyaret edilenlere göre daha

yüksek ölüm kaygısına sahip oldukları bulgulanmıştır (S. Karataş, Karataş ve Şenol, 1989, s. 675). Başka bir çalışmada aileleriyle kuvvetli iletişime sahip olan yaşlıların kuşaklar arasında karşılıklı destek ve dayanışma imkânına sahip oldukları, yalnız yaşlıların bu imkâna sahip olmadıkları ve bu durumun yalnız yaşayan yaşlıların yaşam kalitelerini olumsuz etkilediği sonucuna varılmıştır (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 17). Nitekim aile üyeleri, akrabalar, komşular ve arkadaşlardan oluşan sosyal destek mekanizmaları, yaşlıları yalnızca yalnızlıktan kurtaran mekanizmalar değil aynı zamanda bakım gereksinimlerini enformel şekilde karşılayan yapılardır.

2.7.6. İhmal ve İstismara Maruz Kalma İhtimalinin Artması

Yaşlı istismarı, yaşlıyı kasıtlı olarak zihinsel veya fiziksel yaralamak ya da iyilik halini sürdürmesi için gerekli kaynaklardan yoksun bırakmak şeklinde tanımlanmaktadır. Yaşlıyı korkutma, fiziksel, duygusal ya da ekonomik açıdan zarar verme, manipüle etme yaşlı istismarının genel belirleyicileridir (Hugman, 1994, s. 73).

Yaşlı istismarı, yaşlının mensup olduğu toplumda kendini gerçekleştirmesini, fiziksel, duygusal ve ekonomik alanlarda bağımsızlığını ve içinde bulunduğu toplumun değerli bir üyesi olduğunu hissetmesini engelleyen tüm toplumsal inanç ve düşünceler, kamusal politika ve hizmet eksiklikleridir (Küçükkaraca, 2000, s. 111). Bu tanımdan hareket edildiğinde yaşlıların sağlık sorunlarını zamanında çözemeyen sağlık sistemi ile iyi bir yaşlılık deneyimi sunmayan politikaların yaşlı istismarını ürettiği anlaşılmaktadır (Ü. Şentürk, 2020, s. 190).

Yalnız yaşayan yaşlıların, genel yaşlı nüfusa göre sahip oldukları dezavantajlardan dolayı, desteklenmeleri gereklidir (Danış, 2004, s. 28). Örneğin yalnız yaşayan ileri yaştaki yaşlıların alışveriş yapma ve yiyecek hazırlama noktasında yardım gereksinimleri, yeterli geliri olmayan yalnız yaşlıların sosyal yardım gereksinimleri veya tek başına sağlık kurumlarına gidemeyen yaşlıların refakatçi gereksinimleri bulunmaktadır. Yalnız yaşayan yaşlıların önemli bir kısmı

gereksinimlerini karşılama noktasında yakınları veya kamu tarafından desteklenmedikleri için ihmale maruz kalmaktadır. Nitekim yaşlıların evde ya da kurumda yeterince desteklenmemeleri yaşlı ihmal ve istismarına neden olmaktadır (Arpacı ve Bakır, 2017, s. 691). Yaşlı nüfusun hızla ve yaşlı nüfus içinde yalnız yaşayan yaşlıların oranının günden güne artmasına rağmen sosyal güvenlik ve formel destek sistemlerinin yetersiz oluşu yalnız yaşayan yaşlıların ihmal ve istismara maruz kalma risklerini arttırmaktadır.

Yalnız yaşayan yaşlıların ekonomik, cinsel, fiziksel, duygusal ve sözel istismara maruz kalma olasılıkları yüksektir. Örneğin yalnız yaşayan yaşlılar komşuları tarafından yok sayılabilmektedir. Bununla birlikte aileleriyle yaşayan yaşlıların fiziksel ve psikolojik istismara, yalnız yaşayan yaşlıların ise daha çok ekonomik istismara maruz kaldıkları ve yaşlıların maruz kaldıkları istismarı, istismarcılarına gereksinimlerini karşılamaları adına bağımlı olmalarından ötürü, bildirme konusunda kaçınmacı davrandıkları belirtilmektedir (Arpacı ve Bakır, 2017, s. 693).

Yaygın görülen istismar türlerinden biri olan kendini ihmal yalnız yaşayan yaşlılar arasında sıklıkla görülmektedir. Yaşlının kendini ihmali, kendi sağlığını veya güvenliğini tehdit edecek şekilde davranması olarak tanımlanabilir. Kendini ihmal yeterli yiyecek, su, giysi, kişisel hijyen, ilaç ve güvenlik önlemleri sağlamama şeklinde kendini göstermektedir (M. Lee ve Kim, 2014, s. 117). Yapılan çalışmalar kendini ihmal eden yalnız yaşayan yaşlıların ölüm oranlarının daha yüksek olduğunu, elverişli barınma koşullarına sahip olmadıklarını, hastane yatışlarının daha uzun olduğunu ve kurum bakımına alınma durumlarının yaygın olduğunu göstermekte; ayrıca sosyal izolasyon, sosyal desteğe erişememe ve yoksulluğun yaşlının kendini ihmali arttırdığını ortaya çıkarmaktadır (Dong ve Simon, 2013, s. 911; Dyer, Goodwin, Pickens-Pace, Burnett ve Kelly, 2007, s. 1671).

Yalnız yaşayan yaşlıları ihmal ve istismara karşı korumak adına aileleri başta olmak üzere sosyal çevrelerinden alamadıkları maddi ve manevi desteğe erişimlerini sağlamak, yaşamlarında karşılaşılabilecekleri güçlük ve sorunları

minimize etmek için gereklidir. Buna ek olarak yalnız yaşayan yaşlıları korumaya yönelik çalışmalarda ailenin sağlayacağı koruma ve destek imkânına sahip olmadıklarının farkında olunması oldukça önemlidir (Koşar, 1996, s. 19).

2.8. YAŞLILIKTA YALNIZ YAŞAM DENEYİMİNİ ETKİLEYEN UNSURLAR

Yaşlılık dönemine ilişkin değerlendirmeler yapılırken tüm yaşlıların aynı koşullarda yaşlanmadıkları, yalnız yaşayanlar gibi genel yaşlı nüfus içinde yer alan bazı grupların, yaşlıların geneline göre, birtakım eşitsizliklere ve dezavantajlara sahip oldukları belirtilmektedir (Arun, 2016a, s. 29). Bu noktadan hareket edildiğinde yalnız yaşayan yaşlıların tamamının aynı şans ve imkânlara sahip olmadıkları, cinsiyet, yaşanılan yer, ekonomik durum, eğitim düzeyi, sağlık durumu ve sosyal sermayeye sahip olma gibi faktörlerin yalnız yaşayan yaşlıların yaşlılık dönemini şekillendirdiği düşünülmektedir.

Yaşlılık döneminde akraba ilişkileri dışında geliştirilen sosyal ilişki ağlarına sahip olmanın sosyal izolasyon ve yalnızlığı önlemede etkili olduğu (Görgün Baran, 2016b, s. 95) göz önünde bulundurulduğunda, sosyal ilişkilere sahip olan ve bunun sonucunda sosyal sermayesini arttıran yalnız yaşayan yaşlıların yalnız yaşam deneyimlerinin diğer yalnız yaşayan yaşlılara göre daha kolay olacağı çıkarımı yapılabilir. Diğer yandan düşük sosyoekonomik düzey, eğitim seviyesi ve sosyal katılım yaşlıların yaşamını zorlaştırırken, gelirin artması, eğitim seviyesinin yükselmesi ve yeterli sosyal katılım yaşlıların yaşamlarını kolaylaştırmaktadır (Emiroğlu, 1995, s. 133). Bu başlık altında yalnız yaşayan yaşlıların yaşam deneyimlerini şekillendiren unsurlar ele alınacaktır.

2.8.1. Cinsiyet

Türkiye’de yaşayan 65 yaş ve üstündeki 7 milyon 953 bin 555 yaşlının 3 milyon 513 bin 892’si erkek, 4 milyon 439 bin 663’ü ise kadındır. Bu verilere göre yaşlı

kadınların sayısı yaşlı erkeklere göre yaklaşık bir milyon daha fazladır. Buna ek olarak Türkiye’de yalnız yaşayan 1 milyon 478 bin 346 yaşlının %75,3’ünü kadınlar, %24,7’sini ise erkekler oluşturmaktadır (TÜİK, 2021). Bu istatistikler yaşlılık döneminde bulunan kadınların daha fazla olduğunu ve yaşlılıkta yalnız yaşamın kadınlar arasında daha yaygın olduğunu ortaya çıkarmaktadır.

Erkekler, kadınlara göre daha ağır işlerde çalışmaları ve buna bağlı olarak beden yıpranmalarının ve yaşam risklerinin daha yüksek olması, tıbbi rahatsızlıklarını kadınlara göre daha az ifade etmelerinden kaynaklı erken teşhis ve tedaviye erişimlerinin düşük olması, kadınlara göre daha fazla riskli davranışa (sigara içme, alkol tüketme ve madde kullanma) sahip olmaları ve ev dışı alanlarda daha çok zaman geçirmelerine bağlı olarak yaşam risklerinin daha fazla olması gibi sebeplerden ötürü kadınlara göre daha erken vefat etmekte ve yaşlılık döneminde kadın sayısı artmaktadır (Sevil, 2005, s. 40)

Yukarıda yer alan verilerde görüldüğü üzere eşini kaybeden ve bundan dolayı yaşamına yalnız devam eden kadınların sayısı erkeklere nazaran çok daha fazladır ve “yaşlılığın kadınlaşması” olarak kavramsallaştırılabilecek bu durum dünya genelinde benzerdir (Kurtkapan, 2019, s. 34). Bir çalışmada yaşlı kadınların yalnız yaşama riskinin yaşlı erkeklere göre 2,74 kat daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur (Adana vd., 2022, s. 5). Yaşlı erkeklere göre yalnız yaşayan kadın sayısının daha fazla olmasının çeşitli nedenleri bulunmaktadır.

İlk neden dünya genelinde kadınların ortalama yaşam süresinin erkeklere nazaran daha uzun olmasıdır (Bayın, 2016, s. 94). Daha düşük ortalama yaşam süresine sahip olan erkek vefat ettiğinde kadın eş geride kalmaktadır.

İkinci neden ataerkil toplumsal yapı ile toplumsal cinsiyet anlayışının kadınların eşlerinin vefatından sonra tekrar evlenmelerine karşı çıkmasıdır. Kadınlar eş kaybından sonra tekrar evlenmeye mesafeli yaklaşmaktadırlar (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 30). Ankara’da yalnız yaşayan yaşlı kadınlarla gerçekleştirilen bir çalışmada kadınların yaklaşık %85’inin eşleri vefat ettiği için yalnız yaşadığı ve

katılımcıların %99,5'inin toplumun uygun görmemesi, çocukların istememesi ve çocuklarının bakımına odaklanmaları gibi nedenlerden ötürü tekrar evlenmeyi düşünmedikleri ortaya konulmuştur (Buz ve Beydili, 2015, s. 559-561).

Kadınların erkeklere göre akraba, komşu ve arkadaşlarından daha fazla destek almaları da tekrar evlenme motivasyonlarını azaltan ve yalnız yaşayan yaşlı kadın sayısının artmasına neden olan üçüncü etmendir (Ü. Şentürk, 2020, s. 212).

Feminist hareketin güçlenmesiyle birlikte toplumsal farkındalık artmış, kadınların yaşlılığı erkeklere göre daha zor koşullar altında deneyimledikleri, kadınların yaşamları boyunca maruz kaldıkları dezavantajların birikerek yaşlılık dönemlerini zorlaştırdığı, yaşlılık döneminde yoksulluk, yalnızlık ve hastalıklar açısından daha incinebilir oldukları ortaya konulmuştur. Kadınların geçmiş yaşam dönemlerinde erkeklere nazaran eğitime erişim, istihdama giriş ve kamusal yaşama katılım açısından daha az fırsata sahip olmalarının yaşlılık dönemine daha sınırlı kazanç ve daha küçük birikimle girmelerine neden olduğu ve bundan ötürü yaşlılık döneminde erkeklere göre daha fazla zorlukla karşılaştıkları bilinmektedir (Powell, 2014, s. 141).

Yalnız yaşayan yaşlı kadınlar, erkeklere göre daha uzun süre yaşadıklarından yaşlılık döneminde karşılaştıkları güçlüklerle tek başlarına mücadele etmektedirler. Yaşlı kadınlar daha ciddi kronik rahatsızlıklar ve sağlık giderleriyle karşılaşmaktadırlar. Bu esnada eş desteği alamadıklarından ve vefat eden eşlerinin kesinti uygulanan emekli maaşlarıyla geçinmek durumunda olduklarından yaşam memnuniyetleri azalmakta ve yıpranmaktadırlar. Yaşlı kadınlar eşlerinin ölümünden sonra yalnızlaşarak yaşam gereksinimlerini karşılayabilme konusunda dışarıya daha bağımlı olmaktadır (Tufan, 2016, s. 126).

Kız çocuklarının, özellikle de en küçük kız çocuğunun, ebeveynlerine bakma sorumlulukları evlenmelerini geciktirmekte hatta engelleyebilmektedir. Bu kişiler

evlenmediklerinden ya da çocuk sahibi olamayacak yaşta evlendiklerinden genellikle yaşlılık dönemlerini yalnız geçirmek durumunda kalmaktadır (Ü. Şentürk, 2019, s. 509). Hiç evlenmemiş yaşlı kadınların, eşlerini kaybedip yalnız yaşamaya başlayan kadınlara göre daha iyi ekonomik koşullara sahip oldukları lakin çocukları olmadıkları için bakım desteğine erişemedikleri ve sosyal dışlanmaya maruz kaldıkları belirtilmektedir (Buz ve Beydili, 2015, s. 560).

Yukarıda detaylıca açıklanmaya çalışıldığı üzere yalnız yaşayan yaşlı kadınların yaşamları boyunca maruz kaldıkları engeller yaşlılık dönemlerini dezavantajlı geçirmelerine neden olmaktadır. Diğer yandan yaşlılık dönemi yalnız yaşayan erkekler için de yalnız yaşamayan yaşlı erkeklere göre birtakım sorunlar barındırmaktadır.

Ataerkil toplum yapısı içerisinde yetişen erkekler yaşamlarını yalnız sürdürme konusunda kadınlara göre daha fazla zorluk yaşamaktadırlar. Yaşlılık döneminde yalnız kalmak, o zamana kadar ev işi yapmamış ve genellikle ev dışında zaman geçirmiş olan yaşlı erkekleri bağımlı kılmaktadır. Bu durum erkeklerin tekrar evlenme motivasyonlarını arttırmaktadır. Ayrıca toplum erkeklerin tekrar evlenmesini teşvik etmektedir (Buz ve Beydili, 2015, s. 560). Yaşlı erkekler tekrar evlenme sürecinde ekonomik istismara maruz kalabilmektedirler. Evlenme vaadiyle kandırılabilenkte ya da evlilik karşılığında sahip oldukları mal varlığının bir kısmını eşlerine devredebilmektedirler.

Yalnız yaşayan yaşlı erkekler akrabalık, arkadaşlık ve komşuluk gibi sosyal ağlardan kadınlara göre daha az yararlanmakta, sosyal ilişkilerini sürdürme konusunda kadınlar kadar başarılı olamamaktadırlar. Bundan ötürü daha sınırlı sosyal destek ağlarına sahip olmaktadır. Örneğin eşini kaybeden yaşlı erkeklerin çocuklarıyla aynı hanede yaşama olanakları daha sınırlıdır. Erkekler çocuk bakımı ya da yemek yapma gibi ücretsiz hane işlerini yaparak eve katkı sunamadıklarından “yük” olarak algılanabilmektedirler. Emekli olarak istihdamdan ayrılmak durumunda kalan erkekler, yaşlılık dönemine kolay alışmamakta ve bu dönemi kadınlara göre farklı deneyimlemektedirler. Erkekler

yaşamlarının önceki dönemlerinde evde vakit geçirmeye alışık olmadıklarından yaşlılık dönemine uyum konusunda ciddi sorunlar yaşayabilmektedirler (Powell, 2014, s. 140).

2.8.2. Yaşanılan Yer

Kırsal bölgelerde iş, sağlık, eğitim ve kamu hizmetlerine erişim imkânları oldukça sınırlıdır. Bu sebeplerden ötürü kırsal bölgelerden kent merkezlerine doğru sürekli bir göç hareketliliği gerçekleşmekte ve kırsal bölgelerde yaşlı nüfus yoğunluğu artmaktadır.

Kırsal bölgelerde yaşayan yaşlılar kentlerde yaşayan yaşlılara nazaran sağlık, bakım ve güvenlik gibi temel kamu hizmetlerine ve yaşam standartlarını yükseltecek olanaklara erişim konusunda zorluklarla karşılaşmaktadırlar. Örneğin kırsal kesimlerde yaşayan yaşlılar yerel yönetimler tarafından işletilen ve yaşlılara kurs, eğitim vb. etkinlikler sunan gündüzlü kuruluşlara kayıt yaptıramamakta ve bunun sonucunda buralarda verilen hizmetlerden faydalanamamaktadırlar. Ayrıca kırsal bölgelerdeki başat ekonomik faaliyetin tarım olmasından ötürü insanlar yaşamları boyunca yeterli gelir elde edememekte ve çoğunlukla sosyal güvenlik kaydı olmadan çalışmak durumunda kalmaktadırlar. Bu durum kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların geçmiş yaşam dönemlerinde maruz kaldıkları yoksulluğu yaşlılık dönemlerinde daha şiddetli deneyimlemelerine neden olmaktadır.

Bir çalışmada kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların tam zamanlı hizmet veren hekime erişemedikleri ve yaşadıkları yerdeki sağlık birimlerinde yalnızca ilaç yazdırabildikleri ortaya konulmuştur (H. Öztürk, 2015, s. 29). Bölgeler arasındaki sosyal eşitsizlikler, farklı yaşlanan ve yaşlılığı farklı şekilde deneyimleyen grupları ortaya çıkarmaktadır. Bölgesel gelişmişlik seviyesi düşük olan kırsal bölgelerde yeterli sağlık ve bakım hizmetleri bulunmamakta, buralarda orta yaşlılar ya da yaşlılar, ileri yaşlı bireylere bakım sunmak zorunda kalmaktadır (Tufan, 2014, s. 76-77)

Toplumsal dayanışmanın yaygın, akrabalık ve komşuluk bağlarının güçlü olduğu kırsal bölgelerde ikamet eden yalnız yaşayan yaşlıların kentte yaşayanlara göre daha fazla sosyal desteğe sahip oldukları düşünülmektedir. Kırsal bölgelerde yaşayan yaşlılar gündelik yaşamlarında çocuk ve torun gibi aile üyelerinden destek alabilirken, kentte yaşayan yaşlılar yakınlarından yardım alamamaktadırlar. Kentte konut yapısının geniş aile için uygun olmaması, çekirdek aile yapısı, kadının istihdamda olması yaşlıları yalnızlığa, izolasyona, ihmal ve istismara itmektedir (Ü. Şentürk, 2020, s. 66).

Kentlerde, kırsal yerleşim birimlerine göre sağlık hizmetleri, boş zaman geçirmeye yönelik donatılar ve sosyal hizmetler daha gelişmiş olsa da bu hizmetlerden yararlanmak için birinden destek alma gerekliliği de kentlerde yalnız yaşayan yaşlıların bu hizmetlerden yararlanmasını engellemektedir.

Kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların kentte yaşamaya yönelik görüşlerinin ele alındığı bir çalışmanın sonuçları incelendiğinde, kentlerde yaşamın pahalı olduğunu, kentlerde insanların birbirlerine saygı duymadıklarını, kentlerdeki aile, komşuluk ve arkadaşlık bağlarının çözüldüğünü, geleneksel dayanışma örüntülerinin aşındığını, kentin aşırı kalabalık ve pahalı olduğunu, kentteki hava ve suyun kirli olduğunu belirttikleri görülmüş ve kentte yaşamaya sıcak bakmadıkları keşfedilmiştir (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 33).

2.8.3. Ekonomik Durum

Yaşlılık döneminde istihdam piyasası dışına çıkıldığından yaşlıların gelirlerinde önemli bir azalma meydana gelmektedir. Bu durum yaşlıları ekonomik açıdan kırılganlaştırmaktadır. Bireylerin önceki yaşam dönemlerinde sahip oldukları ekonomik sorunlar yaşlılık dönemlerini şekillendirmektedir. Nitekim bir çalışmada yoksul yaşlıların varsıl yaşlılara göre yalnız yaşama olasılığının 2,84 kat fazla olduğu ortaya konulmuştur (Adana vd., 2022, s. 5).

Ekonomik durum, yalnız yaşanan yaşlılık dönemini etkileyen ve bu dönemdeki yaşam kalitesini belirleyen önemli bir unsurdur. Yalnız yaşama artan giderleri karşılayacak düzenli ve yeterli bir gelir yaşlıların gereksinim duydukları fakat kamu tarafından karşılanmayan hizmetleri piyasadan tedarik etmelerini sağlamaktadır. Yetişkinlik döneminde yaşlılık için birikim yapamamış bir diğer ifade ile ekonomik açıdan yaşlılığa hazırlanamamış olan bireyler bu hizmetleri temin edememekte ve bunun sonucunda yalnız yaşam dönemini daha zor geçirmektedirler. Yeterli gelirin olmayışı yalnız yaşayan yaşlıları başkalarına bağımlı kılmakta, sahip oldukları seçenekleri azaltmakta ve yaşam kalitelerini olumsuz etkilemektedir (Ü. Şentürk, 2020, s. 40). Birleşik Krallık'ta gerçekleştirilen bir çalışmada iyi bir maddi durumun, yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarının sonuna kadar evlerinde kalmalarına olanak tanıdığı tespit edilmiştir. Diğer yandan aynı çalışmada maddi koşulları yeterli olmayan yaşlıların yaşamlarının sonlarına doğru palyatif hizmetler başta olmak üzere kurum bakımına alınma olasılıklarının daha yüksek olduğunu ortaya çıkarmıştır (Rolls, Seymour, Froggatt ve Hanratty, 2011, s. 650).

Sahip olunan ekonomik koşullar yalnız yaşayan yaşlıların yalnız yaşam ve yaşlılığa ilişkin değerlendirme ile deneyimlerinin farklılaşmasına sebep olmaktadır. Düşük ekonomik imkânlarla sahip yaşlıların, varlıklı yaşlılara göre yaşam kalitesine ilişkin değerlendirmelerinin daha olumsuz olduğu bilinmektedir (Görgün Baran, 2008, s. 93). Nitekim Ankara'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir araştırmada sosyoekonomik koşullar ile yaşlıların yaşam memnuniyeti arasında ilişki olduğu, sosyoekonomik durumu yüksek olan yaşlıların kendilerini daha mutlu hissettikleri, aile üyeleriyle daha az çatışma yaşadıkları ve yaşamlarından daha memnun oldukları ortaya konulmuştur (Görgün Baran vd., 2005, s. 265).

2.8.4. Eğitim Düzeyi

Eğitim bireylerin bilgi, beceri, tutum ve değerlerini etkileyen bir süreçtir. Eğitim sonucunda bireylerin yaşamında kalıcı ve istendik değişiklikler meydana

gelmektedir. Bireyler, eğitim sürecinde edindikleri yeterlilikler, yaşam felsefesi ve mesleki bilgi gibi çıktılar sonucunda toplumsal konumlarını, yaşam olanaklarını, ekonomik imkânlarını vb. şekillendirmektedirler (Özkan, 2006, s. 35).

Eğitim, olağan yaşam evrelerinden biri olan yaşlılık döneminde, tıpkı yaşamın genelinde olduğu gibi, önemli etkiye sahiptir çünkü bireyin eğitim düzeyi yaşlılık deneyimini şekillendirmektedir. Yaşlı bireylerin işsizlik, yoksulluk, eşitsizlik ve güvencesizlikle yüzleşme olasılıkları toplumun diğer üyelerine göre daha fazladır (Sapançalı, 2005, s. 120). Ne var ki eğitim düzeyi yüksek yaşlılar bu olumsuzluklarla eğitim düzeyi düşük olan yaşlılara göre daha kolay mücadele edebilmektedirler ve bu durum eğitim düzeyi ile yaşlılık döneminde karşılaşılan sorunlarla baş etme arasında doğrusal bir ilişki oluşmasına sebep olmaktadır.

Gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde eğitim sayesinde iyi gelir elde edip yaşlılık dönemine zenginleşerek ulaşabilmiş bir yaşlının yaşlılık deneyimi ile eğitim durumu yeterli olmadığı için iyi bir gelir getirecek bir işe erişememiş bir yaşlının yaşlılık deneyimi aynı değildir. Örneğin eğitim düzeyi yüksek olan yaşlılar teknolojik aletleri alacak imkân ve kullanacak becerilere sahip olduklarından teknolojik gelişmelere daha kolay uyum sağlamaktadırlar. Bunları kullanamayan ve maddi durumları elvermediği için alamayan yaşlılar ise sosyal yaşamın dışında kalarak dışlanabilmektedirler (Görgün Baran, 2016a, s. 109).

Eğitim sayesinde yetişkinlik döneminde tatmin edici bir yaşam süren ve yaşlılık dönemine mutlu girebilen yaşlıların yalnız yaşam süreci daha kolay olmaktadır. Buna ek olarak yaşlılık döneminde sosyalleşme ve kültürlenme imkânları daha çok, sağlık ve beslenme gibi konularda farkındalıkları daha fazla ve ortalama yaşam beklentileri daha yüksek olmaktadır.

Eğitim düzeyi yüksek olan yalnız yaşayan yaşlıların kültürel faaliyetlere katılma ve yaşlılara yönelik olumsuz algıları benimsememe konularında daha başarılı oldukları düşünülmektedir. Nitekim bir araştırmada eğitim düzeyi yüksek olan yaşlıların eğitim düzeyi düşük olanlara göre kendilerine ve yaşlılara ilişkin negatif

algılarının daha az olduğu ile eğitim düzeyi yükseldikçe kendini değersiz hissetme durumunun aşamalı olarak azaldığı ortaya konulmuştur (M. Şentürk ve Altan, 2015, s. 219). Çin Halk Cumhuriyeti'nde yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da eğitim düzeyi yükseldikçe algılanan sosyal desteğin arttığı ortaya konulmuştur (Chen, Hicks ve While, 2014, s. 432).

Yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada eğitim düzeyi düşük olan katılımcıların yoksulluğu yalnızca temel ihtiyaçları karşılayamama olarak tanımladıkları buna karşın eğitim düzeyi yüksek olan yaşlıların yoksulluğa ilişkin değerlendirmelerinde çalışamama, mutlu olmama ve istediğini alamama gibi vurguların olduğu ortaya konulmuştur (Türkan ve Sezer, 2017, s. 49). Bu sonuçlar eğitim düzeyi yüksek yaşayanların kaliteli yaşama ve hak temelli hizmetlere ilişkin farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

2.8.5. Sağlık Durumu

Yaşlılık dönemi bedende meydana gelen fizyolojik ve biyolojik değişimlerden ötürü hastalıkların yaygın olarak görüldüğü bir dönemdir. Yaşlılar, sahip oldukları dezavantajlardan ötürü sosyoekonomik eşitsizliklerin sağlık üzerindeki olumsuz etkilerini daha belirgin bir şekilde deneyimlemektedirler (Bahar ve Aydoğdu, 2012, s. 110).

Yalnız yaşayan yaşlılar yaşlılık döneminde ortaya çıkan hastalıkların ve bozulan sağlığın sebep olduğu sıkıntıları yaşlı nüfusun geneline göre daha zorlu bir şekilde deneyimlemektedirler. Herhangi bir hastalığa sahip olmayıp yalnız yaşayan yaşlıların, yaşamlarına yalnız devam etmeleri onları sağlık sistemi açısından incinebilir kılmaktadır (Huang ve Lin, 2002, s. 227). Nitekim yalnız yaşayan yaşlıların, yalnız yaşamayan yaşlılarla karşılaştırıldıkları bir çalışmanın sonuçları, yalnız yaşayan yaşlıların sağlık durumlarının daha kötü ve psikolojik rahatsızlıklara ilişkin semptomlarının daha fazla olduğunu ortaya çıkarmıştır (Mui ve Burnette, 1994, s. 19). Bu durum sayıları günden güne artan ve akrabalarından bakım desteği alamayan yalnız yaşayan yaşlıların sahip oldukları

hastalıkların ve bu hastalıkların sebep olduğu gereksinimlerin ülkelerin sağlık ve sosyal politika sistemleri için üstesinden gelinmesi gereken önemli bir zorluk olduğu anlaşılmaktadır (Evans, Allotey, Imelda, Reidpath ve Pool, 2018, s. 2062).

Sağlıklı bireyler, yalnız yaşamdan kaynaklı zorluklarla daha kolay baş edebilmektedirler. Sağlık durumu iyi olan yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarını sürdürme noktasında başkalarına bağımlı olmamaları ve ev dışı alanlara daha çok çıkabilmeleri yaşamlarını pozitif yönde etkilemektedir. Örneğin sağlık durumu elverişli olan ve bağımsız hareket edebilen yalnız yaşayan yaşlılar park, yeşil alan gibi sosyalleşme alanlarına, kütüphane ve gündüzlü merkez gibi kaliteli boş zaman geçirilebilecek kuruluşlara gidilebilmekte ve bu sayede maruz kaldıkları yalnızlık ve izolasyonu azaltabilmektedirler.

Elverişli sağlık koşullarına sahip olmayan yalnız yaşayan yaşlıların yaşam deneyimi, sağlık durumu iyi olanlara göre daha zorlayıcı olmakta ve sağlıklı yaşlanma olanakları azalmaktadır. Sağlıklı yaşlanma, yaşlıların sağlıklı davranışlar gerçekleştirerek fiziksel ve zihinsel işlevselliklerini sürdürmeleri, yaşam ile topluma aktif katılıma devam etmeleri ve kişilerarası ilişkilerini sürdürmeleri olarak tanımlanmaktadır (Özerdoğan, Yüksel, Çelik, Oymak ve Bakar, 2018, s. 91). Bununla birlikte yaşlıların sahip oldukları hastalıklar, sağlıklı yaşlanma kavramının unsurlarından olan bağımsız hareket edebilme becerilerini, sosyal yaşam ile topluma katılma düzeyleri ile insanlarla sahip oldukları ilişkilerinin niteliğini şekillendirmekte ve yalnız yaşam dönemine ilişkin deneyimlerini olumsuz yönde etkilemektedir.

Çanakkale’de yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışma sonucunda kronik hastalığa sahip olanların, günlük yaşam aktivitelerini bağımsız bir şekilde gerçekleştiremeyenlerin, son altı ay içerisinde ev içinde veya dışında düşme hikayesine sahip olanların, geçmişe yönelik pişmanlık duyanların ve bedensel engele sahip olanların yaşam kalitelerinin yaşlı nüfusun geneline göre daha düşük olduğu ortaya konulmuştur (Özerdoğan vd., 2018, s. 97). Bir başka çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiş ve eğitim düzeyinin yükselmesi,

sosyoekonomik durumun iyileşmesi, algılanan sosyal desteğin artması, yaşlılık dönemine ekonomik birikimle girilmesi ve üst sosyal sınıfa mensup olunmasının yaşlıların sağlık durumunu olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir (Bahar ve Aydoğdu, 2012, s. 111-114).

2.8.6. Sosyal Sermaye

Sosyal sermaye bireylerin sahip oldukları bağlantılar ya da üye oldukları gruplar aracılığıyla ulaştıkları, yalnız ekonomik kaynaklarla sınırlandırılmayan, sosyal ilişkilere gömülü ve bu ilişki ağına üye olan herkesin erişebileceği somut kaynaklardır (Kawachi ve Berkman, 2014, s. 291). Bir başka tanıma göre de sosyal sermaye bireylerin beşeri sermayelerini aile üyeleri, akrabalar, komşular, sivil toplum kuruluşları vb. ağlar aracılığıyla toplumun diğer üyeleri ile paylaşımları ve aynı şekilde toplumun diğer üyelerinin beşeri sermayelerinden yararlanmalarını sağlayan süreçtir (Aydın Sayılan ve Aydın, 2019, s. 235-239).

Sosyal sermaye insanların kolektif şekilde hareket etmelerini sağlayan norm ve ağlardır (Woolcock, 2001, s. 15). Sosyal ilişkiler sonucu ortaya çıkan güven, iş birliği ve karşılıklı bağımlılık gibi kavramlarla ilişkilidir. Sosyal sermaye bireylerin belirli başarılar elde etmelerinde ve toplumların sosyoekonomik kalkınmalarında önemli bir unsurdur (Türk, 2015, s. 129). Bourdieu, Coleman ve Putnam sosyal sermaye kavramı üzerinde çalışan ve sosyal sermaye kavramını açıklarken farklı noktaları ön plana çıkaran önemli sosyologlardır.

Bourdieu'ya göre insanlar içinde buldukları sosyal sınıfın özellikleri çerçevesinde sosyalleşmektedirler. Bundan ötürü mensubu olunan sınıf, bireylerin yalnızca ekonomik imkânlarını değil zevklerini, duruşlarını, alışkanlıklarını, tavırlarını ve beğenilerini şekillendirmektedir.

Bourdieu sosyal sermaye dışında iki sermaye türü daha bulunduğunu belirtmektedir. Bunlar ekonomik sermaye ve kültürel sermayedir. Ekonomik

sermaye kaynaklarla ilişkilidir ve bireylerin sahip oldukları maddi değeri olan unsurlara ilişkindir. Kültürel sermaye bireylerin ekonomik imkânları sonucunda elde ettikleri pratiklerdir. Konuşma dili, biçimi, beğeniler, iletişim örüntüleri, davranış şekilleri sahip olunan kültürel sermayeyi yansıtmaktadır. Bireyin formel eğitim kurumlarından ve ailesinden edindiği becerileri içermektedir. Kültürel sermaye bireyin tüm öğrenmelerini, bilgi ve deneyimlerini, alışkanlıklarını ve inançlarını içermektedir (Bourdieu, 1986, s. 247).

Bazı sosyologlara göre sosyal, ekonomik ve kültürel sermayelere ek olarak, onların içinde yer alabilen ve aynı zamanda onlardan bağımsız da var olabilen sembolik sermaye adı altında dördüncü bir sermaye türü bulunmaktadır. Sembolik sermaye doğuştan ve sonradan elde edilen tüm sıfat ve sosyal konumların toplamıdır. Kişinin kendini geliştirmesine, sahip olduğu bilgiye ve toplumsal kabule dayanan sermaye türüdür (Görgün Baran, 2008, s. 89).

Bourdieu sermayeyi geniş bir kavram olarak ele almakta, ekonomik, kültürel ve sosyal sermaye arasında ayırım yapmaktadır. Sermayenin karşılıklı bir alıp verme sistemi olduğunu savunmaktadır. Sermayenin bireyin sahip olduğu toplumsal gücü, statüyü ve fırsatları şekillendirdiğini belirtmektedir (Bourdieu, 1986, s. 247). Sosyal sermaye tanınma, saygı ve arkadaşlık gibi öznel duygulara veya hukuki haklar gibi objektif unsurlara dayanabilmektedir (Portes, 1998, s. 2). Sosyal sermaye bir gruba duyulan aidiyet, coğrafi yakınlık, ilişkilerin niteliği ve sosyal yakınlık tarafından şekillenmektedir (Aydın Sayılan ve Aydın, 2019, s. 237; Polat, 2015, s. 1240).

Bourdieu sosyal hiyerarşi üzerinde durmakta ve sosyal sermayenin elit ve güçlü kesim için var olduğunu, daha fazla kaynak ve bilgiye sahip olan kişilerle kurulan sosyal ağların daha etkili olduğunu savunmaktadır (Yarcı, 2011, s. 133).

Coleman sosyal sermayenin beşerî sermaye üretme ve eğitim çıktıları üzerindeki rolü ile ilgilenmiştir. Sosyal sermaye ile çocukların eğitim alanındaki başarı düzeyleri ve sosyal eşitsizlikler arasında ilişki kurmuştur. Sosyal sermayesi olan

çocukların diğer çocuklara göre okulda daha başarılı olduklarını savunmuştur (Yaralı, 2011, s. 128).

Coleman'a göre sosyal sermaye sosyal etkileşim aracılığıyla somutlaşır. Aile, arkadaşlar ve topluluk üyeleri arasındaki sosyal ağ ve destek sistemlerinin bir ürünü olan sosyal sermaye sosyal yapıların oluşmasına katkı sağlamaktadır. Coleman'a göre aile ve akrabalar sosyal sermayenin merkezinde yer almaktadır. Coleman sosyal sermayenin dezavantajlı gruplar için bir kaynak görevi gördüğünü, bireylere ya da ailelere ait olma rolü kazandırdığını vurgulamaktadır (Hawkins ve Maurer, 2010, s. 178).

Coleman'ı Bourdieu'dan ayıran temel iki nokta bulunmaktadır. Coleman, Bourdieu'dan farklı olarak sosyal sermayenin yalnızca elit ve güçlü kesime ait bir unsur olduğu ile yalnızca üst sınıfların yararına olduğu fikirlerine karşı çıkmış dezavantajlı, damgalanmış ve ötekileştirilmiş tüm grup ve aile yapılarının da sosyal sermayeye sahip olduklarını ve sosyal sermayenin onlara da önemli kazanımlar sağladığını savunmuştur. İkinci olarak Coleman sosyal sermaye kavramını açıklarken sosyal gruplara, örgütlere ve sivil topluma da yer vererek bu kavramı toplumsallaştırmıştır (Aydın Sayılan ve Aydın, 2019, s. 237; Büyükelikmen, 2015, s. 47).

Putnam sosyal sermayeyi yararlanıcıların özel mülkiyeti olarak görmeyip kamu yararı olarak değerlendirmiş ve bundan ötürü sosyal sermayeyi bireylerin sahip oldukları bir olgu olmaktan çıkararak toplumsal boyuta taşımıştır (Polat, 2015, s. 1240).

Putnam'a göre güven, normlar ve ağlar sosyal sermayeyi oluşturan üç temel unsurdur. Sosyal sermaye bu ağlar sayesinde kendini güçlendirmektedir. Putnam'a göre daha çok kişiyle iletişim kurmak (daha geniş ağlara sahip olmak) insanlara daha çok güvenilmesini sağlamaktadır. İnsanlara daha çok güvenen bireyler iletişime daha açık hale gelmekte ve ortak hedeflere ulaşma adına birlikte çalışma motivasyonuna sahip olmaktadır (Tatlı, 2013, s. 89).

Putnam'a göre sosyal sermayenin bağlayan (topluluk içi) ve köprüleyen (topluluk dışı) sermaye olmak üzere iki türü bulunmaktadır. Bağlayan sermaye dışlayıcıdır. Aile, akrabalar ve arkadaşlar gibi güçlü bağlara sahip, güven ve karşılıklılığın esas olduğu ilişkilerde ortaya çıkmaktadır. Genellikle toplumsal olarak benzer özelliklere sahip homojen gruplar arasında görülmektedir. Aynı grup içerisindeki bireyler için sosyal ve psikolojik destek sağlamaktadır. Köprüleyen sermaye ise kapsayıcıdır. İnsanları kendi yakın çevreleri dışındaki insanlara bağlamakta, sosyal ayrışmaları önemsizleştirerek farklı insanları yatay düzlemde bir araya getirmekte, bireyi daha geniş bir toplumsal yapıya bağlamakta ve sonuç olarak kolektif kimliğin inşasına katkı sunmaktadır (Büyükilikmen, 2015, s. 47; Fernandez ve Nichols, 2002, s. 105).

Putnam kişinin yalnızca bağlayan veya köprüleyen sosyal sermayeye sahip olacağını iddia etmemekle birlikte kişinin içinde bulunduğu ağa göre bağlayan veya köprüleyen sermayelerden birinin daha baskın olacağını belirtmektedir. Örneğin benzer dini görüşteki insanlar arasında bağlayıcı sosyal sermaye daha güçlüyken, sosyoekonomik özellikleri farklı olan insanların bir arada olduğu ağlarda köprüleyen sermaye daha güçlüdür.

Putnam'ı Bourdieu ve Coleman'dan ayıran üç temel nokta bulunmaktadır. Putnam sosyal sermaye kavramını toplumsal boyuta taşımakta, sosyal sermayeyi fiziksel ve beşerî sermayeden ayırmakta ve sosyal sermayenin her zaman olumlu değer sağlamadığını belirtmektedir (Fernandez ve Nichols, 2002, s. 104).

Sermaye kavramı üzerinde çalışan üç önemli sosyoloğun görüşlerini özetlemek gerekirse Bourdieu'nun sosyal sermayeyi belli grupların sosyal konumlarını korumak amacıyla kullandıkları bir kaynak olarak tanımladığı, Coleman'ın bir aktörün kendi sosyal bağlantılarıyla ulaşabileceği yararlı bir kaynak, bireysel olan ile kolektif olan arasında köprü kurma girişimi olarak ele aldığı ve Putnam'ın ise sosyal sermayenin toplumsal seviyedeki işlevlerine odaklanarak ve sosyal sermayeyi daha çok sivil toplum üzerinden açıklayarak karşılıklı çıkar için

koordinasyon ve iş birliği sağlayan ağlar olarak tanımladığı anlaşılmaktadır (Aydın Sayılan ve Aydın, 2019, s. 236; Görgün Baran, 2016b, s. 89).

Sosyal sermaye ve yaşlılık arasında oldukça önemli bir keşimsellik bulunmaktadır. İyi bir sosyal, kültürel ve ekonomik sermayeye sahip olmak tüm yaşam dönemleri için oldukça önemli olmakla birlikte, yaşlılık döneminde ortaya çıkan dezavantajlar ve maruz kalınan olumsuzluklar dikkate alındığında, yaşlılık döneminde güçlü bir sosyal sermayeye sahip olmak oldukça önemlidir. Yaşlı birey eğitimi, geliri, kültürü ve bunların etkisi altındaki yaşam biçimiyle elde ettiği sermaye türleriyle yaşlılık dönemini deneyimlemektedir (Ü. Şentürk, 2020, s. 31).

Sosyal sermaye, bireylerin yaşlılık dönemlerinde karşılaştıkları dezavantajlı durumlarla mücadele etme kabiliyetlerini arttırmaktadır. Sosyal sermaye yaşlıları, yaşlılık döneminde karşılaşılan ve yaşam kalitelerini olumsuz etkileyen yoksulluk ve gelir azlığı, yalnızlık, yetersiz sosyal koruma ve aile üyeleriyle ilişkilerin azalması gibi sorunlara karşı korumaktadır. Nitekim yapılan araştırmalar sosyal ağlara üye olan ve sosyal sermayeye sahip olan yaşlıların duygusal ve fiziksel açıdan daha sağlıklı olduklarını, daha hareketli ve bağımsız bir yaşam sürebildiklerini ortaya çıkarmıştır (Cao ve Rammohan, 2016, s. 11).

Sosyal sermaye ve sağlık arasında oldukça yakın bir ilişki bulunmaktadır. Yapılan çalışmalar sosyal sermayenin, yaşlılık döneminde yaygın olarak görülen intihar, kalp krizi, depresyon ve kanser oranlarını düşürdüğünü ortaya çıkarmaktadır. Buna ek olarak bireylerin hastalıklarla mücadele etme ve iyileşme becerilerini arttırdığı gözler önüne sermektedir (Büyükilikmen, 2015, s. 45; Putnam, Feldstein ve Cohen, 2004).

Yalnız yaşayan yaşlılar genel yaşlı nüfusa göre fazla zorluk ve dezavantajla karşılaşmaktadırlar. İlk olarak yaşamlarına yalnız devam ettikleri için aile ve sosyal çevreleriyle daha sınırlı bir temasa sahip olmakta ve bu durum sahip oldukları sosyal sermayeyi sınırlandırmaktadır. Coleman'ın sosyal sermayenin merkezine aile ve akrabaları yerleştirdiği ve sosyal sermayenin yaşlıların da

içinde oldukları dezavantajlı gruplar için önemli bir kaynak sağladığı yönündeki düşünceleri göz önünde bulundurulduğunda yalnız yaşayan yaşlıların yeterli sosyal sermayeye sahip olamayabilecekleri çıkarımı güçlenmektedir. Diğer yandan sosyal sermayeyi toplumsal boyuta taşıyan ve sosyal sermayenin bireyin ilişkili olduğu ağlar aracılığıyla oluştuğunu vurgulayan Putnam'ın değerlendirmeleri de yalnız yaşadıkları için toplumdan izole olma ihtimali daha yüksek olan ve sınırlı sayıda ağa mensup olabilen yalnız yaşayan yaşlıların dezavantajlı oldukları savını güçlendirmektedir (Hawkins ve Maurer, 2010, s. 178; Tatlı, 2013, s. 89).

3. BÖLÜM: YÖNTEM

Yöntem başlığı altında, birçok çalışmada olduğu gibi, bu araştırma konusunu seçme nedenimi, araştırma sürecimi, araştırmanın modeli, veri oluşturma aracı, katılımcıları, veri oluşturma süreci, verilerin çözümlenmesi, araştırmanın geçerlik ve güvenilirliği, araştırma sınırlılıkları ile güçlü yönleri ve son olarak da etik konular başlıklarına yer verdim. Bu başlıklar vasıtasıyla araştırmanın başından sonuna kadar nasıl bir süreç deneyimlediğimi, nelere dikkat ettiğimi, hangi konularda zorlandığımı ve saha sürecimi raporlama esnasında yaşadıklarımı aktarmayı hedefledim.

3.1. KONU SEÇİMİ

Bu çalışmanın konu seçiminde üç önemli nedenin olduğunu belirtmek istiyorum. Bunların ilki araştırmacı olarak konuya kişisel ilgidir. Yaşlandıklarında “yalnız kalmasınlar, ihtiyaçları olursa zorluk çekmesinler” gibi düşüncelerden hareket ederek babam ve amcalarımın ortak kararıyla büyükannem ve büyükbabam için 10 yıl önce ailemin de yeni taşındığı sitede aynı blokta bir ev alındı. Büyükannemler yıllarca oturdukları mahallelerinden ayrılmış oldular ama oldukça şık, merkezi, güvenli ve o zamanın şartlarına göre de lüks bir konuta geçtiler. Sosyal ilişkileri sınırlandı ama ikisi de istedikleri zaman komşularına, eski mahallelerine gidebileceklerdi bunun yanında eski evlerini kiralayıp gelir elde edecekleri için refah düzeyleri de yükselecekti ve ek olarak büyük annemler için yeni ev eşyaları alınmıştı. Yani her şey harikaydı.

Büyük annemler oldukça mutlulardı. Her ne kadar oğullarına bağımlı olmasalar da onlarla aynı ilde yaşayan iki oğullarından biriyle aynı binada yaşıyorlardı. Bizleri daha sık görüyorlardı. Büyükbabam yıllardır kar elde edemediği ve daha çok yapacak başka bir şey olmadığı ve orada sosyalleştiği için açık tuttuğu

dükkanına gidip geliyordu. Yeni ailede herkes çok mutluymuştu, babam ve amcalar “hayırlı evlatlar” olarak çevrenin takdirini kazanmışlardı. Yeni evde ilk zamanlar oldukça güzel geçti ama kısa bir süre sonra büyük babamın birinci seviyede olan Alzheimer hastalığı oldukça hızlı şekilde ilerlemeye başladı. Nedenini sordüğümüz hekimler mekân ve çevre değişiminin tetikleyici bir faktör oluşturmuş olabileceğini ama kesin nedenin bilinmediği söylediler. Bunu duyunca yaşlılık ve Alzheimer ile ilgili araştırmalara baktım ve mekân değişiminin çok tavsiye edilir bir şey olmadığını gördüm lakin kimsenin kötü bir amacı yoktu. Sonuçta amaç büyük anneleri yalnız bırakmamaktı. Kısa bir süre sonra büyükbabam vefat etti ve yaklaşık sekiz yıl önce büyükannem yalnız yaşamaya başladı.

Büyükannem yalnız yaşamında çok zorlandı çünkü o zamana kadar hemen hemen hiç ev alışverişi yapmamış, fatura ödememiş, resmî kurumlara gitmemişti. Ev dışındaki işler ve süreçler hakkında bilgi sahibi değildi. Ekonomik açıdan hiçbir sorunu yoktu ve o zaman akranlarına göre daha sağlıklıydı, fiziksel olarak aktifti ama bağımsız değildi. Bizler olmasak kendi işlerini yapamıyordu. Vergisini ödemeyi ya da bankaya gidip maaşını çekmeyi bilmiyordu. Büyükanneme dışarıda ailem ve evde olduğum yaz dönemlerinde ben sürekli eşlik ediyorduk.

Büyükannem genel olarak mutlu durmuyordu. Mutlu olmama nedenlerini sorguladığımda büyükbabamın yokluğunun ve yalnızlığın temel iki neden olduğunu anlamıştım. Büyükbabamı geri getirme konusunda bir şey yapamazdım ama yalnızlığını azaltmak için elimden gelen bir şeyler olabilir diye düşündüm. Bundan dolayı büyükannemi yalnız bırakmamak adına çaba harcamaya başladık. Mesela akşam yemeklerimizi birlikte yiyorduk. Her zaman bizde yemiyor, arada ona da gidiyorduk böylece “bağımlı” hissetmemesini hedefliyorduk. Sonra her gün birimiz, büyükanneme, insanlarla temasını koparmaması, eve kapanmaması, yürüyüş yaparak zaman geçirmesi için sitenin parkında refakat ediyorduk. Komşuluk ilişkilerinin eski evine göre oldukça sınırlı olduğu yeni bir binada, komşuların olmayışının neden olduğu boşluğu doldurma adına ekstra çaba harcıyorduk.

Tabi tek çocukları babam değildi ve bizden başka torunları vardı ama diğerleri farklı şehirlerde oturuyorlardı, isteseler de yılda bir ya da iki haftalığına bile gelemiyorlardı. Zaman içinde büyükannemin bizim evde gün içinde geçirdiği süre arttı ve bu durum olağanlaştı. Ailenin büyüğü konumunda olan büyükbabamın vefatından sonra eve gelen misafir sayısının azalmasından dolayı büyükannemin sosyal ilişkileri zayıflamıştı ve doğal olarak en yakın hissettiği kişilerle vakit geçirmek istiyordu. Bu durum bir süre sonra annemin ve kardeşlerimin gündelik rutinlerini bozmaya başladı. Örneğin bazı günler büyükannem bizde olduğu için annemin gitmeyi planladığı gezmeler iptal oldu ya da ailece birine davetli olduğumuz akşam yemeğine bizi rahatsız etmemek, ayak bağı olmamak için gelmek istemeyen büyükannemi yalnız bırakmamak adına gidilmedi. Bunlar gibi görünürde ufak ama birikerek büyüyen sebepler aile içinde gerginliklere neden oldu.

Zaman içinde büyükannemde yaşlanmaya bağlı birtakım hastalıkların ortaya çıkması (görme alanının ve işitme düzeyinin azalması, yürüme ve eşya taşımada zorluklar vb.) ve bu hastalıkların yaşamını bağımsız şekilde sürdürmesini zorlaştırması ailemin büyükannemle ilgili daha fazla sorumluluk almasını gerektirdi. Büyükannem yılın bazı dönemleri bir çocuğuna gitmek istemiyordu çünkü bunu evini terk olarak algılıyordu ancak hiçbir amcam da destek almadan yaşayamayan, alışverişi, doktoru, resmi işleri, vb. ev dışındaki tüm işleri ailem tarafından yapılan annelerine kısa bir dönem için bile eşlik etmiyor, aile içinde bu konu konuşulmasına rağmen ailemin en azından bir dönem rahatlaması için tam olarak sorumluluk almıyorlardı/alamıyorlardı.

Bu bölümü kaleme aldığım süreç içerisinde de büyükannemin yaşamı ile ilgili bir şeyin değişmediğini, hiçbir amcamın büyükannemi yalnız bırakmamak için iki haftalığına yanına gitmemesinden dolayı ailemin hep birlikte bana gelme planının iptal olduğunu, babamın büyükannemi yalnız bırakmamak için evde kaldığını belirtmek isterim. Bu şekilde sanırım yukarıda ifade etmeye çalıştığım süreç daha somut anlaşılacaktır. Yalnız yaşayan büyükannemin yaşamında maruz kaldığı bu zorluklar ve bu zorlukları azaltmayı hedefleyen kamusal uygulamaların olmayışı

benim kişisel olarak bu konuya ilgi duymamı sağladı. Biz de olmasaydık, babaannem ne yapardı diye düşünmeye başladım ve nihayetinde doktora tezimi bu konu hakkında yazmaya karar verdim.

Toplumda, Türkiye'nin genç ve dinamik bir nüfusa sahip olduğu şeklinde bir kanı olsa da Türkiye'nin doğum hızı günden güne azalmakta, ortalama yaşam süresi ve yaşlı nüfus oranı artmaktadır. Özellikle büyük şehirlerde yaşayan yaşlıların önemli bir kısmı, kentlerdeki çekirdek aile yapısı ve sosyal dokudan dolayı yaşamlarını yalnız sürdürmektedirler. Kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların çoğunluğu da çocuklarının farklı yerlerde yaşadıklarından elverişli koşullara sahip olmasalar bile yaşamlarına yalnız ve desteksiz bir şekilde devam etmektedir. Kuşkusuz başka seçeneklerinin olmayışı ve kültürel kodlar bu durumun en önemli nedenidir.

Toplumsal yapının değişmesi sonucunda yaşlılar eskiden aile ve komşuluk kurumlarından aldıkları yardım ve desteğe erişememekte ve bu durumun neden olduğu dezavantajlara maruz kalmaktadır. Merkezi devlet, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşlarının yalnız yaşayan yaşlıların diğer bireylere göre daha incinebilir olmalarına neden olan etmenleri (yalnızlık, gelirin azalması, hastalıklar, ev dışı işler vb.) azaltmaya yönelik politika, hizmet, çaba ve belki de farkındalıklarının azlığının sosyal çalışmacı olarak dikkatimi çektiğini söyleyebilirim. Ayrıca Sağlık Bakanlığı'na bağlı bir eğitim ve araştırma hastanesinde sosyal hizmet uzmanı olarak çalıştığım dönemde hastaneye sık sık yalnız yaşayan yaşlıların başvurduğunu ve yanlarında refakatçi olmayışının tedavi, yatış ve bakım süreçlerinde önemli sorunlara neden olduğunu deneyimlemiştim. Sosyal hizmet mesleğinin temel müracaatçı gruplarından biri olan yaşlılar içinde de daha incinebilir konumda olan yalnız yaşlıların hizmet gereksinimlerini kanıta dayalı bir araştırma sonucunda ortaya koyarak onlar için savunuculuk yapmak istememin bu konuyu seçmemde etkili olan ve mesleki kimliğimle alakalı ikinci neden olduğunu belirtmek isterim.

Son olarak, araştırmanın amaç ve problem başlıklarında da belirtildiği gibi, sosyal hizmet literatüründe sosyal hizmet açısından önemli bir müracaatçı grubu olan yaşlıları ele alan çalışmaların az olması ve yalnız yaşayan yaşlıları ele alan oldukça sınırlı çalışma olması sosyal hizmet akademisyeni olmayı hedefleyen bir araştırmacı olarak ilgimi çekmiş ve bu konuya yönelmemi sağlayan üçüncü neden olmuştur.

3.2. ARAşTIRMANIN MODELİ

Dünya genelinde olduğu gibi Türkiye’de de son yıllarda yorumsamacı ve eleştirel yaklaşımların bilimsel niteliğe sahip olduğu düşüncesi daha geniş kesimler tarafından kabul edilmeye başlanmıştır (Kümbetoğlu, 2012, s. 11).

Nitel araştırmaların dayandığı felsefe olan yorumsamacı yaklaşım, herkes için geçerli bir gerçeklik olmadığını, gerçeğin sosyal olarak inşa edildiğini bundan dolayı her bireyin gerçekliğinin farklı olduğunu savunur. İnsanlar arasındaki etkileşime ve iletişim süreçlerine odaklanır. İnsanların gerçekliğine yönelik bir anlam/kavrayış geliştirmek için insanlardan doğrudan ve ayrıntılı bilgi elde edilmesini gerekli görür (Holliday, 2016, s. 13).

Yalnız yaşayan yaşlıların, yaşlılığa ilişkin algılarını, yalnız yaşam deneyimlerini, gündelik yaşamlarını, sahip oldukları ilişkileri ve gereksinim duydukları hizmetleri keşfetmek amacıyla bu çalışmayı birkaç nedenden ötürü nitel yöntemle yürütmemin doğru olacağını düşündüm. Danışman hocam ve tez izleme komite üyelerim de bu çalışmanın nitel yöntemle yürütülmesini uygun gördüler. Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen çalışmaların azlığı göz önünde bulundurulduğunda keşfedici niteliğe sahip olan çalışmamla derin ve detaylı bilgi elde ederek alana katkı sunmayı hedeflemem beni nitel araştırma yapmaya iten ilk nedendi. Pozitivist bir araştırmacının sahip olması gereken objektif duruşa sahip olmamam, yalnız yaşayan yaşlılara hak temelli yaklaştığım için onların karşılanmayan gereksinimleri olduğunu düşünmem ve onların sesi olmak istemem nitel araştırmayı tercih etmemin ikinci nedenidir. Nitekim “yanlı” olma ve

katılımcıların sesi olmayı isteme nitel araştırmanın doğasında bulunmaktadır (Kümbetoğlu, 2012, s. 30). Nitel araştırmaya yönelmemin son nedeni ise araştırmacı olarak katılımcılarla eşit düzlemde ilişki kurmaya ve katılımcıların kendilerini özgürce ifade etmelerine önem vermemdir. Özet olarak hem araştırma amacım hem de yukarıda değindiğim nedenlerim beni nitel araştırma yapmaya yönlendirdi. Creswell (2018) de araştırmacı bir konuyu keşfetmek istediğinde, belirli bir grupla çalıştığında veya pozitivist anlayışa dayalı ölçümler yapmak istemediğinde nitel araştırma yapılabileceğini belirtmektedir.

Durum çalışması, anlatı araştırması, etnografik araştırma, kuram oluşturma ve fenomenolojik araştırma olmak üzere nitel araştırmalarda kullanılan beş farklı araştırma yaklaşımı bulunmaktadır (Creswell, 2018, s. 69). Ben bu çalışmada fenomenolojik yaklaşımı kullanmayı tercih ettim.

Fenomenoloji, bireylerin bir fenomenle veya kavramla ilgili duygu, düşünce ve algılarını ortaya koymalarını sağlayan ve bu fenomeni nasıl deneyimlediklerini keşfetmek için kullanılan bir nitel araştırma yöntemidir. Farkında olduğumuz ancak ayrıntılı bir anlayışa sahip olmadığımız olgulara odaklanmaktadır (Tekindal ve Uğuz Arsu, 2020, s. 156). Fenomenolojik yaklaşım bireylerin kendi sosyal dünyalarını inşa ettiklerini, bireylerin sosyal dünyalarını kurgularken deneyimlerinin ve algılarının etkisinde kaldıklarını bu yüzden sosyal dünyayı anlamak için bireylerin ona yüklediği anlam sistemini kavramanın önemli olduğunu savunmaktadır (Spencer, Pryce ve Walsh, 2014, s. 83). Fenomenolojik yaklaşım bireylerin kendi öznel deneyim ve düşünceleriyle oluşturdukları dünyalarını anlamak için basitçe olguları bir araya getirmenin, istatistiki hesaplama yapmanın ve insanları gözlemlemenin işe yaramayacağını, bireylerin deneyimlerinin ve bu deneyimlere ilişkin düşüncelerin özüne inilerek insanları anlamak ve yorumlamak gerektiğini vurgulamaktadır (Kümbetoğlu, 2012, s. 22-28; Patton, 2014, s. 104; Spencer-Carver, 2008).

3.3. VERİ OLUŞTURMA ARACI

Nitel yöntem kullandığım ve fenomenolojik yaklaşımı benimsediğim bu çalışmada katılımcılardan derinlemesine bilgi elde etmek, yaşa ve yaşlılığa ilişkin algılarını, yalnız yaşam deneyimlerini, gündelik rutinlerini ve gereksinim duydukları hizmetleri keşfetmek adına yarı yapılandırılmış görüşme yönergesi kullandım (Ek. 2)

Görüşmeler esnasında odağımı kaybedip çalışmamın amacı dışına çıkmamak adına görüşme yönergesi olmadan görüşme yapmak istemedim. Diğer yandan yapılandırılmış görüşme yönergesiyle katılımcıları belirli sınırlar içine sıkıştırmak (Tutty, Rothery ve Grinnell, 1996) da isteyebileceğim bir durum değildi. Bu noktada yarı yapılandırılmış görüşme yönergesi hazırlayarak denge kurmaya çalıştım. Yarı yapılandırılmış görüşme yönergelerinin hem görüşmeci hem de katılımcı için güvenli bir ortam hazırlaması (Brinkmann, 2014, s. 277) ile veri ve zaman kaybını azaltmasının (Creswell, 2018) benim için çok kolaylaştırıcı olacağını düşündüm.

Yarı yapılandırılmış görüşme yönergemi hazırlamadan önce uzun bir süre alana ilişkin okuma yaptım. Görüşme yönergemi, yalnız yaşayan yaşlıların yaşamını detaylı bir şekilde ortaya koyma ve yaşamlarından hareketle gereksinimlerini keşfetme amaçlarımı gözeterek olabildiğinde kapsamlı bir şekilde hazırlamak için çaba harcadım. Yarı yapılandırılmış görüşme yönergemi geliştirirken Patton (1987, s. 116) ve Kümbetoğlu (2012, s. 84-86) tarafından nitel görüşmelerde mutlaka yer alması gereken sorular olarak nitelendirilen, demografik, deneyim/davranış, fikir/inanç, duygu, bilgi ve duyumsal alanlara dayalı sorulara yer verdim. Soruların genelden özele doğru uygun bir şekilde sıralanmalarına, katılımcıyı rahatsız etmeyecek bir üslupta, katılımcının kendini rahatça ifade etmesini mümkün kılacak yapıda, açık/anlaşılır olmalarına, değer yüklü ve yönlendirici olmamalarına dikkat ettim.

Yarı yapılandırılmış görüşme yönergemi hazırlarken tez izleme komitemde yer alan bir hocamın tavsiyesiyle yaşlılık alanında çalışan iki akademisyenle iletişime geçerek görüşlerini aldım. Literatürü ve araştırma amaçlarımı göz önünde bulundurarak hazırladığım görüşme yönergemi önce aynı anabilim dalında doktora yapan/yapmış arkadaşlarımla paylaşıp fikirlerini aldım. Ardından tez danışmanımla birlikte görüşme yönergem üzerinde çalıştık. Hocamın değerlendirmeleri ve katkıları sonucunda gerekli değişiklikleri yaparak tez izleme komitemde yer alan hocalarımla görüşlerine sundum. Hocalarımdan gelen öneriler doğrultusunda yönergeme son şeklini verdim.

16 Aralık 2020 tarihinde yaptığım ilk görüşmeyle birlikte başlayan saha sürecimde, yarı yapılandırılmış görüşme yönergem üzerinde gerekli durumlarda ufak birkaç değişiklik yaptım. Genel olarak görüşme yönergemde büyük bir değişim yapmadığımı ve sorularımın katılımcılar tarafından anlaşılır bulunduğunu ve doyurucu cevaplar aldığımı belirtmek isterim.

3.4. KATILIMCILAR

Çalışmamı Ankara'da ikamet eden, kendi bağımsız konutunda en az altı aydır tek başına yaşayan 65 yaş üstündeki yaşlı bireylerle gerçekleştirdim. Çalışmayı Ankara'da gerçekleştirme nedenlerim, Ankara'nın yaşlı nüfus miktarının en fazla olduğu üç ilden biri olması (TÜİK, 2019), çalışmayı planladığım sırada Ankara'da yaşamam ve coğrafi açıdan Türkiye'nin merkezinde yer alan Ankara'da farklı sosyal kesimlere ve geçmişe sahip bireylerin varlığı şeklinde üç sebebe dayanmaktadır. Ayrıca Ankara'da gerçekleştirilen geniş kapsamlı bir çalışmada yaşlıların yalnızca %64,5'inin eşleriyle birlikte yaşadığı, %35,5'inin çeşitli sebeplerle yaşamlarına yalnız devam ettikleri bulgulanmıştır (Özmete vd., 2012, s. 33). Bu veri Ankara'daki yalnız yaşayan yaşlı nüfusun Türkiye'deki genel ortalamadan yüksek olduğunu göstermekte ve bu çalışma için uygun kılmaktadır. En az 65 yaşındaki katılımcılarla çalışma gerekçem ise ulusal mevzuatta 65 yaşın emeklilik yaşı olması ve Türkiye İstatistik Kurumu'nun yaşlı istatistiklerinin 65 yaş ve üstündeki bireyleri kapsamamasından dolayıdır.

Bu çalışma kapsamında 35 kişi ile derinlemesine görüşme gerçekleştirdim. Katılımcılara ulaşmak için amaçlı örneklem tekniğini kullandım. Amaçlı örneklem, araştırmacının küçük bir kitle içinde evreninin farklı karakteristiklerini barındıran bir kesite ulaşmasını sağlamaktadır (Black, 2002, s. 54; akt: Kümbetoğlu, 2012, s. 99). Amaçlı örneklem araştırmacıya ele aldığı konuyu detaylı bir şekilde keşfetme ve anlama fırsatı sunmaktadır. Çalışılan nüfus grubu içinde kendini ifade edebilen ve veri oluşturma potansiyeli yüksek kişilere ulaşılmasını sağlamaktadır (Neuman, 2014). Tekindal ve Uğuz Arsu (2020, s. 167) da benzer şekilde fenomenolojik yaklaşımın kullanıldığı araştırmalarda herkesin katılımcı olamayacağını, katılımcıların yaşadıkları deneyimleri keşfetmeye ilgi duyan ve bunu ortaya koymak isteyen kişiler arasından amaca göre seçilmesi gerektiğini ifade etmektedirler.

Amaçlı örneklem tekniği kullanmam sayesinde farklı özelliklere sahip katılımcılara ulaşma imkânım oldu. Yaş, cinsiyet, medeni durum, yaşanılan ilçe, yalnız yaşama süresi, eğitim düzeyi, sağlık durumu, eğitim durumu ve sosyal konum bağlamında farklı özelliklere sahip katılımcılara çalışmamda yer verebildim. Katılımcılara ilişkin bilgiler Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1: Katılımcılara İlişkin Bilgiler

Katılımcı	Yaş	Cinsiyet	Medeni durum	İlçe	Yalnız Yaş. Sür.	Eğitim Düzeyi	Sağlık Durumu	Ekonomik Durum	Sosyal Konum
Katılımcı 1	84	Kadın	Eşi vefat etmiş	Keçiören	19 yıl	Okula erişememiş	Kötü	Kötü	Kır kökenli
Katılımcı 2	81	Erkek	Eşi vefat etmiş	Yenimahalle	1 yıl	Üniversite	Kötü	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 3	79	Kadın	Eşi vefat etmiş	Keçiören	15 yıl	Okula erişememiş	Orta	Orta	Kır kökenli
Katılımcı 4	76	Kadın	Eşi vefat etmiş	Keçiören	18 yıl	Okula erişememiş	Kötü	Kötü	Kır kökenli
Katılımcı 5	88	Erkek	Eşi vefat etmiş, tekrar evlenmiş ve boşanmış	Altındağ	4 yıl	İlkokul	İyi	Kötü	Kır kökenli
Katılımcı 6	70	Kadın	Eşi vefat etmiş	Beypazarı	4 yıl	İlkokul	İyi	İyi	Kır kökenli
Katılımcı 7	76	Kadın	Eşi vefat etmiş	Beypazarı	2 yıl	Sanat okulu	İyi	Orta	Kır kökenli
Katılımcı 8	78	Erkek	Eşi vefat etmiş	Beypazarı	2 yıl	Sanat okulu	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 9	73	Erkek	Eşi vefat etmiş	Kahramankazan	7 yıl	Köy Enstitüsü	İyi	Orta	Kent Kökenli
Katılımcı 10	74	Kadın	Eşi vefat etmiş	Kızılcahamam	19 yıl	Okula erişememiş	Orta	Kötü	Kır kökenli
Katılımcı 11	67	Kadın	Eşi vefat etmiş	Kahramankazan	9 yıl	Sanat okulu	Orta	Orta	Kır kökenli
Katılımcı 12	66	Kadın	Eşi vefat etmiş	Kahramankazan	6 yıl	İlkokul	Orta	Orta	Kır kökenli
Katılımcı 13	75	Kadın	Eşi vefat etmiş	Sincan	3,5 yıl	Okula erişememiş	Kötü	Kötü	Kır kökenli
Katılımcı 14	76	Kadın	Eşi vefat etmiş	Çankaya	2,5 yıl	Köy Enstitüsü	Orta	Orta	Kır kökenli
Katılımcı 15	75	Kadın	Hiç evlenmemiş	Yenimahalle	8 yıl	Köy Enstitüsü	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 16	75	Kadın	Eşi vefat etmiş	Keçiören	22 yıl	İlkokul	Kötü	Orta	Kent Kökenli
Katılımcı 17	74	Kadın	Eşi vefat etmiş	Çankaya	3 yıl	Lise	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 18	66	Erkek	Boşanmış	Etimesgut	14 yıl	Üniversite	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 19	74	Erkek	Boşanmış	Çankaya	23 yıl	Üniversite	İyi	İyi	Kent Kökenli

Katılımcı 20	76	Kadın	Eşi vefat etmiş, tekrar evlenmiş ikinci eşi de vefat etmiş	Kızılcahamam	14 yıl	Okula erişememiş	Kötü	Kötü	Kır kökenli
Katılımcı 21	78	Erkek	Eşi vefat etmiş	Kızılcahamam	7 yıl	Askeri Lise	Orta	İyi	Kır kökenli
Katılımcı 22	77	Erkek	Eşi vefat etmiş	Sincan	4 yıl	İlkokul	Orta	Orta	Kır kökenli
Katılımcı 23	69	Kadın	Eşi vefat etmiş, şu an ilişkisi var.	Etimesgut	13 yıl	İlkokul	İyi	Orta	Kent Kökenli
Katılımcı 24	78	Erkek	Boşanmış, şu an ilişkisi var	Etimesgut	22 yıl	Üniversite	Kötü	Orta	Kent Kökenli
Katılımcı 25	81	Kadın	Eşi vefat etmiş	Çankaya	21 yıl	İlkokul	Orta	Orta	Kent Kökenli
Katılımcı 26	70	Kadın	Boşanmış	Çankaya	18 yıl	Köy Enstitüsü	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 27	70	Kadın	Eşi vefat etmiş, tekrar evlenmiş ve boşanmış	Yenimahalle	23 yıl	Köy Enstitüsü	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 28	68	Erkek	Eşi vefat etmiş	Yenimahalle	0.5 yıl	Üniversite	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 29	80	Kadın	Eşi vefat etmiş	Yenimahalle	21 yıl	İlkokul	Orta	Orta	Kır kökenli
Katılımcı 30	69	Erkek	Eşi vefat etmiş	Çankaya	3 yıl	İlkokul	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 31	80	Erkek	Eşi vefat etmiş	Çankaya	11 yıl	Üniversite	Orta	Orta	Kent Kökenli
Katılımcı 32	86	Erkek	Eşi vefat etmiş	Yenimahalle	15 yıl	Lise	İyi	İyi	Kent Kökenli
Katılımcı 33	66	Kadın	Eşinden ayrı yaşıyor	Çankaya	5 yıl	Açık lise	İyi	Orta	Kent Kökenli
Katılımcı 34	67	Kadın	Boşanmış	Çankaya	26 yıl	Üniversite	İyi	Orta	Kent Kökenli
Katılımcı 35	66	Erkek	Boşanmış	Altındağ	16 yıl	İlkokul	Kötü	Kötü	Kır kökenli

Katılımcılara ilişkin bilgilerin yer aldığı Tablo 1’de görüldüğü üzere katılımcıların yaş ortalaması 74,5 olarak hesaplanmıştır. 65-75 yaş aralığındaki katılımcı sayısının 19 ve 76-85 yaş aralığındaki katılımcı sayısının ise 16 olduğu görülmektedir. Katılımcıların 21’i kadın, 14’ü erkektir. Çankaya’da dokuz, Yenimahalle’de altı, Keçiören’de dört, Etimesgut, Beypazarı, Kahramankazan ve Kızılcahamam’da üçer, Altındağ ve Sincan’da ikişer katılımcı yaşamaktadır. Katılımcıların ortalama yalnız yaşama süresi 11,5 yıldır. Eğitimi olmayan katılımcı sayısının altı, ilkokul mezunu sayısının 10, lise ve sanat okulu mezunlarının beş, köy enstitüsü mezunu sayısının beş ve son olarak üniversite mezunu sayısının ise yedi olduğu anlaşılmaktadır. Sağlık durumu baz alındığında katılımcıların 17’sinin sağlığının iyi düzeyde, 10’unun orta düzeyde ve sekizinin ise kötü düzeyde olduğu görülmektedir. Katılımcıların ekonomik durumu değerlendirildiğinde 13’ünün ekonomik koşullarının iyi, 15’inin orta ve kalan yedi katılımcının ise kötü olduğu ortaya konulmuştur. Son olarak katılımcıların sosyal konumları incelendiğinde katılımcıların 19’unun kent kökenli, 16’sının ise kır kökenli davranış pratiklerine sahip oldukları bilgisi yer almaktadır. Katılımcıların bireysel özelliklerine ilişkin bilgiler, her bir katılımcıyı özgün kılan yönleri vurgulayacak şekilde, aşağıda yer almaktadır.

Katılımcı 1: 84 yaşındadır. Kadındır. 45 yıl önce eşini kaybetmiştir. Eşinin kaybindan sonra yedi çocuğunun üçü vefat etmiştir. En küçük oğlu evlendikten sonra gelini ve oğluyla birlikte yaşamış ve torunları büyüdükten sonra kendi ifadesiyle “ortaya çıkan huzursuzluklardan ötürü” Keçiören’de bir apartmanın giriş katındaki kapıcı dairesini kiralamıştır. 19 yıldır aynı yerde yaşamına yalnız olarak devam eden katılımcı, yalnızca bir erkek çocuğuyla görüşmekte, iki kızı ve diğer oğluyla görüşmemektedir. Elverişli ekonomik koşullara sahip olmayan özne okuma ve yazma bilmemektedir. Komşularıyla oldukça iyi ilişkileri vardır ve komşuları tarafından destek görmektedir. Yaşamını olumsuz etkileyen bir takım sağlık sorunları bulunmaktadır.

Katılımcı 2: 81 yaşındadır. Erkektir. Emekli öğretmendir. Eşini 6 yıl önce kaybetmiştir. Eşinin vefatından sonra beş yıl İstanbul'daki kızında kalmıştır. Torunu ve kızının ekonomik istismarına maruz kaldıktan sonra (yaklaşık 300 bin lirası haberi olmadan hesabından alınmıştır) onlarla iletişimini keserek kendi evine dönmüştür. Bir yıldır Yenimahalle'de bulunan eşi vefat etmeden önce birlikte yaşadıkları evde yaşamına yalnız olarak devam etmektedir. Üç kızının ikisiyle konuşmamaktadır. Komşu desteği de olmayan katılımcı üniversite mezunudur ve sahip olduğu ekonomik koşullar iyidir.

Katılımcı 3: 79 yaşındadır. Kadındır. 15 yıl önce eşini kaybetmiştir ve o zamandan beri Keçiören'de kendi evinde yaşamını yalnız sürdürmektedir. İkisi Ankara'da biri başka ilde yaşayan üç erkek çocuğu olan katılımcı 3 yakınında oturan oğlu başta olmak üzere çocuklarından sosyal destek ve gündelik işleri için yardım almaktadır. Eğitim durumu düşük ve ekonomik durumu orta düzeydedir. Kendi gibi yalnız yaşayan iki yaşlı komşusu vardır ve her gün ortalama beş altı saati birlikte geçirmektedirler.

Katılımcı 4: 76 yaşındadır. Kadındır. Eşini 36 yıl önce kaybetmiştir. Ankara'da yaşayan oldukça seyrek görüştüğü iki erkek çocuğu vardır. Küçük oğlu onaylamadığı biriyle evlendiği için çok istemesine rağmen çocuğuna evlendikten sonra birlikte yaşamayı teklif etmemiştir. 18 yıldır yaşamını Keçiören'de kendi evinde sürdürmektedir. Eşinin vefatından sonra dokuz yıl boyunca çocuklarının eğitim masrafları için gündelikçi olarak çalışmıştır. Ekonomik durumu kötü olan katılımcı 4 eğitim alamamıştır ve bazı sağlık problemleri vardır. Katılımcı 3'ün de dahil olduğu yalnız yaşayan yaşlı kadınlardan oluşan bir komşu grubu bulunmaktadır.

Katılımcı 5: 88 yaşındadır. Erkektir. Eşini 10 yıl önce kaybetmiş ve ardından tekrar evlenmiştir. Altı yıl süren bu evliliğini yabancı uyruklu bir kadınla gerçekleştirmiş, ekonomik istismara maruz kalmış ve boşanmıştır. Dört yıldır Altındağ'da bir gecekonduya yaşamına yalnız olarak devam etmektedir. Oldukça dinç bir yapıya sahiptir, hiçbir ilaç kullanmamaktadır. Üçü kız, üçü erkek olmak

üzere altı çocuğu vardır. Kızlarının ikisi ve bir oğluyla görüşmemektedir. Ankara'da yaşayan iki erkek çocuğundan ve torunlarından sosyal destek ve birçok konuda yardım almaktadır. Tekrar evlenmek istemektedir.

Katılımcı 6: 70 yaşındadır. Kadındır. Eşiyile Almanya'ya işçi olarak gitmiş ve 23 yıl önce emekli olarak Beypazarı'na kesin dönüş yapmıştır. Eşini dört yıl önce kaybeden katılımcı 6, üç yıldan beri yalnız yaşamaktadır. İlkokul mezunudur, ekonomik durumu oldukça iyidir. Dört çocuğu bulunmaktadır ve çocuklarının tamamı Almanya'da yaşamaktadır. Sınırlı akraba ve komşu desteğine sahiptir. Kendine ait, zamanının büyük bir kısmını bahçesinde geçirdiği müstakil bir evde yaşamaktadır. Yaşadığı muhitte "Almancı teyze" olarak damgalandığını düşünmektedir.

Katılımcı 7: 76 yaşındadır. Kadındır. Eşini iki yıl önce kaybetmiş ve o zamandan beri Beypazarı'nda kendi evinde yalnız yaşamaktadır. Lise mezunudur ve ekonomik durumu orta düzeydedir. İkisi üvey, biri öz olmak üzere üç çocuğu bulunmaktadır. Çocukları farklı illerde yaşadıklarından sınırlı görüşme imkânına sahiptir. Yalnız yaşayan ve hiç evlenmemiş kardeşini yaşamındaki en büyük yardımcısı olarak tanımlamaktadır.

Katılımcı 8: 78 yaşındadır. Erkektir. Aktif çalışma yaşamına devam etmekte, kendi dükkanını işletmektedir. Ayrıca emekli maaşı almaktadır. İki yıl önce eşini vefat etmiştir ve o zamandan beri Beypazarı'nda kendi evinde yaşamına yalnız devam etmektedir. Bir kızı vardır. Kız kardeşleri aynı binada, kızı yan binada yaşamaktadır. Kızı ve kardeşlerinden yemek, temizlik vb. konularda destek almaktadır. Eğitim düzeyi yüksek ve ekonomik durumu iyidir. Çocuğuna ve torunlarına maddi destek sunmaktadır.

Katılımcı 9: 73 yaşındadır. Erkektir. Emekli öğretmendir. Eşinin yedi yıl önce vefat etmesiyle yalnız yaşamaya başlamıştır. Kahramankazan'da kendi evinde yaşamaktadır. Eğitim durumu yüksek, ekonomik durumu orta düzeydedir. İkisi erkek, biri kız olmak üzere toplam üç çocuğu vardır. Çocuklarından destek ve

yardım almaktadır. Arkadaşlarıyla her gün görüşmekte ve görece uzun zaman geçirmektedir. Aktif olarak araç kullanmaktadır. Siyaset ve sivil toplum alanlarında aktif geçmişe sahiptir.

Katılımcı 10: 74 yaşındadır. Kadındır. Bir kızı ve bir oğlu bulunmaktadır. Eşi 20 yıl önce vefat etmiş ve bir yıl kadar Etimesgut'ta yaşayan oğlunda kalmış, geliniyle yaşadığı anlaşmazlık sonucunda tekrar Kızılcahamam'daki evine dönmüştür. 19 yıldır yalnız yaşamaktadır. Komşularıyla sıcak ilişkilere sahiptir. Kızı, damadı ve komşularından destek almaktadır. Kendisi gibi yalnız yaşayan yaşlı komşuları vardır. En sık görüştüğü yalnız yaşayan yaşlı komşusu yaşamına tek devam edemediği için köyde yaşayan bir bakıcının yanına taşınmak durumunda kalmış ve bu durum katılımcı 10'u oldukça üzmüştür.

Katılımcı 11: 67 yaşındadır. Kadındır. Biri kız biri erkek olmak üzere iki çocuğu vardır. Kızı İstanbul'da yaşamaktadır. 23 yıl önce eşi vefat etmiş ve çocukları evlendikten sonra yalnız yaşamaya başlamıştır. Son dokuz yıldır Kahramankazan'da kendi evinde yaşamına devam etmektedir. Eğitim düzeyi yüksek ve ekonomik durumu orta düzeydedir. Geliniyle konuşmamasından ötürü oğluyla iletişiminin sekteye uğradığını ifade etmiştir. Kardeş ve komşu desteğine sahiptir. Kendinden bir yaş küçük kız kardeşi de yalnız yaşamaktadır.

Katılımcı 12: 66 yaşındadır. Kadındır. 15 yıl önce eşi kronik bir rahatsızlık sonucunda vefat etmiştir. Altı yıldır yalnız yaşamaktadır. İki çocuğu üniversite eğitimi için genellikle ayrı şehirde olsalar da tam anlamıyla altı yıldır yalnız yaşamaktadır. Kahramankazan'da, iki katlı müstakil ve bahçeli bir evde yaşamaktadır. Oğlu alt katında oturmaktadır. Eğitim durumu ve ekonomik durumu orta düzeydedir. Katılımcı 11'in kardeşidir. Kız kardeşleriyle yakın ilişkiye sahiptir. Bir takım sağlık sorunlarından dolayı dönemsel olarak ağrıları olmaktadır. Kuran kursu hocalığından emekli olduğu için toplumun geniş bir kesiminden itibar gördüğünü belirtmiştir.

Katılımcı 13: 75 yaşındadır. Kadındır. 3,5 yıl önce eşi vefat etmiştir ve o zamandan beri yalnız yaşamaktadır. Son bir yıldır yaşamına yatağa bağımlı şekilde devam etmektedir. Aylık geliri çok düşük olmasına rağmen bakım ücreti ödemekte ve bu durum onu daha da incinebilir kılmaktadır. Sağlık durumu kötüdür. Sincan'da kendine ait olan müstakil ve sobalı bir evde yaşamaktadır. İki erkek, biri kız olmak üzere üç çocuğu vardır. Erkek çocuklar İstanbul'da, kız Altındağ'da yaşamaktadır. Kızından sosyal destek almaktadır. Çocukları yalnızca yılda bir defa Kurban Bayramı'nda gelmektedirler.

Katılımcı 14: 76 yaşındadır. Kadındır. 2,5 yıl önce eşinin vefat etmesiyle yalnız yaşamaya başlamıştır. Emekli öğretmendir. Tıbbi nedenlerden ötürü çocukları olmamıştır. Çankaya'da kendi evinde yaşamına devam etmektedir. Eğitim düzeyi yüksektir. Sağlık durumu ve ekonomik durumu orta düzeydedir. Yeğenleri, kardeşleri ve arkadaşlarından oldukça fazla destek görmektedir. Geçmiş yaşamında sivil toplum alanında aktif olarak sorumluluk almış, dernek başkanlığı yapmıştır. Şu an iki üniversite öğrencisinin eğitim masraflarına katkı sunmaktadır.

Katılımcı 15: 75 yaşındadır. Kadındır. Hiç evlenmemiştir. Sekiz yıl önce, annesinin vefatı sonucunda yalnız yaşamaya başlamıştır. Yenimahalle'de, kendi evinde yaşamaktadır. Ekonomik koşulları ve sağlık durumu oldukça iyidir. Emekli öğretmendir. Gerek duyduğunda akraba ve arkadaşlarından destek alabildiğini, arkadaşlarıyla çok sık görüştüğünü ifade etmiştir. Yaz aylarının büyük kısmını evi dışında tatilde geçirmektedir.

Katılımcı 16: 75 yaşındadır. Kadındır. Eşinin vefatı sonucunda 22 yıldır yaşamına yalnız devam etmektedir. Keçiören'de yaşamaktadır. Bir çocuğu vardır. Kızının isteğiyle evini satmış ve kızının da eklediği parayla, kızına yakın yeni bir ev satın alarak oraya taşınmıştır. Taşınmadan ötürü eski komşularıyla sahip olduğu ilişkileri, ortamı ve onlardan aldığı desteği yitirmiştir. İşitme sorunu olduğu için insanlarla iletişim kurmada zorluk yaşadığını belirtmektedir. Çocuğundan sosyal destek ve yardım almaktadır. Ekonomik durumu orta düzeydedir.

Katılımcı 17: 74 yaşındadır. Kadındır. 37 yıl önce eşi vefat etmiştir. Biri kız, biri erkek iki çocuğu vardır. Çocukları küçük olduğu için evlenene kadar birlikte yaşamışlardır. Oğlu kısa süren bir evlilikten sonra boşanmış ve ardından tekrar bir dönem kendisiyle yaşamıştır. Son üç yıldır yalnız yaşamaktadır. Çocukları farklı illerde yaşamlarına devam etmektedir. Eğitim düzeyi yüksektir. Ekonomik durumu oldukça iyidir. Eşinin vefatından sonra kısa süren bir evlilik yapmıştır. Yurt içi ve dışında gezmeyi oldukça sevmektedir. Aktif bir yaşama sahip olduğunu, arkadaşlarıyla çok sık görüştüğünü belirtmiştir. Çeşitli kurslara devam etmekte ve bazı sivil toplum örgütleri ve topluluklarda görevleri bulunmaktadır.

Katılımcı 18: 66 yaşındadır. Erkektir. Emeklilik sonrasında özel sektörde aktif çalışmaya devam etmektedir. Etimesgut'ta kendi evinde yaşamaktadır. 14 yıl önce eşinden boşanmıştır. Ardından uzun süren birkaç birlikteliği olduğunu lakin evlenmemeyi tercih ettiğini ifade etmiştir. Bir oğlu vardır. Komşu ve akrabalarıyla sınırlı iletişime sahiptir. Üniversite mezunudur. Maddi durumu ve sağlık durumu iyidir. Profesyonel resimler yapmakta aynı zamanda çeşitli yayınevleri tarafından basılmış edebi kitapları bulunmaktadır. Haftanın dört günü en büyük tutkum diye tanımladığı tango ve Flamenko gecelerine katılmaktadır.

Katılımcı 19: 74 yaşındadır. Erkektir. Emekli olduktan sonra alanından farklı bir sektörde evinden çalışmaya devam etmektedir. Boşanmayla sonlanan iki uzun evlilik gerçekleştirmiştir. Bir oğlu vardır. 23 yıldır yalnız yaşamaktadır. Çankaya'da bir evde kiracı olarak yaşamına devam etmektedir. Arkadaş grubuyla sosyalleşmekte ve onlardan destek almaktadır. Akraba desteği yoktur. Bir siyasi partide aktif olarak görev yapmaktadır. Yayımlanmış kitapları bulunmakta ve bir internet sayfasında köşe yazarlığı yapmaktadır. Sağlık durumu ve ekonomik koşulları iyidir. Üniversite mezunudur.

Katılımcı 20: 76 yaşındadır. Kadındır. İlk eşinin vefatından bir süre sonra tekrar evlenmek durumunda kalmış ve ikinci eşi de 20 yıl önce vefat etmiştir. İki kızı vardır. Eşi vefat ettikten sonra altı yıl kadar kızı ve ailesiyle yaşamış, kızının farklı bir köye taşınması sonucunda yalnız yaşamaya başlamıştır. Eğitimi yoktur.

Ekonomik durumu iyi değildir ve günlük yaşamını olumsuz etkileyecek derecede sağlık sorunları vardır.

Katılımcı 21: 78 yaşındadır. Erkektir. Eşi yedi yıl önce vefat etmiştir ve o zamandan beri Kızılcahamam'da kendi evinde yaşamına devam etmektedir. Bir kızı ve bir oğlu vardır. Çocukları farklı illerde yaşamaktadır. Askeri lise mezunudur. Çok fazla hastalığı olmakla birlikte hastalıkların yaşamını zorlaştırmadığını ifade etmiştir. Emekli maaşı dışında ek geliri vardır ve çocuklarını maddi konularda desteklemektedir. Bir komşusu ona "yardımcı" olarak gelmektedir. Çocuklarına sık sık gitmektedir. Yalnız yaşamı sevmemesine rağmen ekonomik istismara maruz kalmamak adına evlilik düşünmemektedir.

Katılımcı 22: 77 yaşındadır. Erkektir. Yıllardır yatağa bağımlı olan ve kendisinin baktığı eşi dört yıl önce vefat etmiştir ve o zamandan beri yaşamına Sincan'daki kendi evinde devam etmektedir. Biri kız, ikisi erkek toplam üç çocuğu vardır. Erkek çocuklar farklı şehirlerde yaşamaktadır. Kızı çok yakınında oturmaktadır ve her gün akşam yemeğine kızına gitmektedir. Binasında başka yalnız yaşayan yaşlılar da bulunmakta, karşısında oturan yalnız yaşlıyla çok uzun zaman harcamaktadır. Apartman bahçesi ile ilgilenerek zaman geçirmektedir.

Katılımcı 23: 69 yaşındadır. Kadındır. Eşinin 13 yıl önceki vefatından beri tek başına yaşamaktadır. Eşi vefat ettikten bir yıl sonra masraflarını karşılayamadığı için evini değiştirmiş ve Etimesgut'a daha küçük bir eve taşınmıştır. Birkaç defa çocuklarının yüklü borcunu ödemek durumunda kalmıştır. Ankara'da yaşayan iki oğlu ve farklı bir ilde yaşayan kızı vardır. Oğullarıyla yakın bir iletişime sahip değildir. Yılda birkaç defa görüşüklerini aktarmıştır. Dönem dönem kızına gitmekte, yazları da kızı ona gelmektedir. Sağlık durumu iyidir. Ekonomik durumu orta düzeydedir. Mevcut dönemde biriyle duygusal ilişkisi vardır fakat birlikte yaşamamaktadır.

Katılımcı 24: 78 yaşındadır. Erkektir. 22 yıl önce eşinden boşanmıştır. Çok sınırlı iletişime sahip olduklarını söylediği iki kız çocuğu vardır. Boşanma sonrasında

yıllar boyunca aşırı alkol tükettiğini ancak yakın geçmişte ortaya çıkan hastalıklardan dolayı alkolü bıraktığını belirtmiştir. Bir dönem Dikili'ye yerleştiğini, kendi ifadesiyle “aradığını bulamadığı için” Ankara'ya döndüğünü aktarmıştır. Etimesgut'ta kendi evinde yaşamına yalnız devam etmektedir. Ekonomik durumu orta düzeydedir. Katılımcı 23 ile ilişkisi vardır.

Katılımcı 25: 81 yaşındadır. Kadındır. Eşi 15 yıl önce kronik rahatsızlığından dolayı vefat etmiştir. O zamandan beri yalnız yaşamaktadır. İki kızı vardır. Bir kızı kendine çok yakın oturmaktadır. Diğer kızı şehir dışındadır. Kızından sosyal destek almaktadır. Birtakım sağlık problemleri vardır, ekonomik durumu orta seviyedir. Çankaya'da yaşamaktadır. Daha iyi bir eve taşınmayı istemekte ama ekonomik imkânlarının kısıtlılığından dolayı gerçekleştirememektedir. Arkadaşlarıyla haftada birkaç defa görüştüğünü belirtmiştir.

Katılımcı 26: 70 yaşındadır. Kadındır. 25 sene önce eşinden boşanmış ve oğlu üniversite eğitimine başlayana kadar onunla yaşamıştır. Son 18 yıldır yaşamını yalnız olarak sürdürmektedir. Çankaya'da yaşamaktadır. Emekli öğretmen olmasına rağmen bir anaokuluna danışmanlık yapmaya devam etmektedir. Kendine ait otomobili vardır ve aktif olarak kullanmaktadır. Ciddi bir sağlık problemine sahip değildir ve ekonomik koşulları elverişlidir. Oğlu yurt dışında yaşamaktadır. Spor salonu başta olmak üzere birtakım kurumsal üyelikleri bulunmaktadır. Teknolojiyi yaşamının birçok alanında aktif olarak kullanmaktadır.

Katılımcı 27: 70 yaşındadır. Kadındır. 23 sene önce eşi vefat etmiş, ardından birtakım ilişkileri olmuş lakin evlenmemiştir. Kadın olmasından dolayı toplum baskısı hissettiğini ifade etmektedir. İki kızı vardır, biri Ankara'da diğeri yurt dışında yaşamaktadır. Yılın büyük bir kısmını Yenimahalle'deki evinde kalanını da yazlığında geçirmektedir. Aktif olarak araç kullanmaya devam etmektedir. Teknolojiye hakimdir. Sağlık durumu ve ekonomik koşulları iyidir. Emekli öğretmendir.

Katılımcı 28: 68 yaşındadır. Erkektir. Eşini altı ay önce kanser hastalığından ötürü kaybetmiştir. Biri yurtdışında diğeri farklı bir ilde yaşayan iki çocuğu bulunmaktadır. Aktif olarak kendi işinde çalışmaya devam etmektedir. Eşinin vefatının üzerinden uzun zaman geçmediği için yalnız yaşama alışma döneminde olduğunu belirtmiştir. Sağlık durumu ve ekonomik durumu iyidir. Üniversite mezunudur. Yenimahalle'de yaşamaktadır. Komşularından destek almakta, eşinin akrabalarıyla görüşmemektedir.

Katılımcı 29: 80 yaşındadır. Kadındır. Eşi 21 yıl önce vefat etmiştir ve o zamandan beri Yenimahalle'deki kendi evinde yaşamına devam etmektedir. Ankara'da yaşayan üç oğlu, farklı bir ilde yaşayan bir kızı vardır. Çocuklarıyla çok sık görüşmemekte ve destek almamaktadır. Bir takım sağlık problemleri vardır. Kendi gibi yalnız yaşayan kadınlardan oluşan komşuları vardır ve sık sık görüşerek dayanışmaktadırlar. Eğitim düzeyi düşük ve ekonomik durumu orta seviyededir.

Katılımcı 30: 69 yaşındadır. Erkektir. 3 yıl önce eşinin ani vefatından sonra yalnız yaşamaya başlamıştır. Eşinin ilk evliliğinden olan ve farklı şehirlerde yaşayan üç çocuğu bulunmaktadır. Çocuklarından oldukça sınırlı destek almakta lakin maddi açıdan çocuklarını desteklemektedir. Yaşadığı ilçe olan Çankaya Belediye'sine ait gündüzlü tesisden yararlanmaktadır ve geniş bir arkadaş çevresi vardır. Maddi durumu ve sağlık durumu iyi olan katılımcı 30'un eğitim seviyesi düşüktür. Sosyal destek alabildiği geniş bir çevresi bulunmaktadır.

Katılımcı 31: 80 yaşındadır. Erkektir. 11 yıl önce eşi kanserden vefat etmiştir. Bir oğlu ve bir kızı vardır. Kızı yurtdışında oğlu da yakınında yaşamaktadır. Kendi evini satıp oğluna ev ve araba almıştır. Şu an kirada oturmaktadır. Üniversite mezunudur. Sağlık durumu iyidir. Yazları çok sık seyahat etmektedir. Emeklilik döneminden sonra özel sektörde bir süre çalışmış ve o esnada dolandırılarak belli bir miktarda ekonomik kayıp yaşamıştır. Aktif olarak sivil toplum faaliyetlerine katılmakta ve arkadaşlarıyla çok sık görüşmektedir. Çankaya Belediyesi'nin yaşlılara yönelik tesisinde gerçekleştirilen faaliyetlere katılmaktadır.

Katılımcı 32: 86 yaşındadır. Erkektir. 15 yıl önce eşi vefat etmiştir ve o dönemden beri yalnız yaşamaktadır. Yenimahalle'de yaşamaktadır. Eşinin vefatından sonra birtakım ilişkileri olmuş lakin evlenmemiştir. Üç çocuğu vardır. Bir kızı kendisine ait olan alt katındaki dairede yaşamaktadır. Maddi durumu oldukça iyidir. Çocuk ve torunlarına maddi konularda destek olmaktadır. Eğitim durumu ve sağlık durumu iyidir. Yaş engelinden ötürü araç kullanamamakta ve bu duruma üzülmektedir.

Katılımcı 33: 66 yaşındadır. Kadındır. Maddi koşullardan ötürü eşinden boşanamamaktadır lakin son beş yıldır oğlunun aldığı Çankaya'da bulunan evde yaşamına devam etmektedir. Üç çocuğu vardır. Bir kızı yurt dışında yaşamaktadır ve her yıl bu kızını ziyaret etmek için yurt dışına gitmektedir. Aktif siyasi geçmişe sahiptir. Aktif olarak spor yapmakta, arkadaşlarıyla sosyalleşmektedir. Çocuklarından, özellikle de yurt dışındaki kızından maddi destek almaktadır. Belediye'nin koro çalışmalarına katılmakta ve akranı olan yalnız yaşayan kadın komşusuyla sosyalleşmektedir.

Katılımcı 34: 67 yaşındadır. Kadındır. 35 yıl önce eşinden ayrılmıştır. Bir oğlu vardır. Çocuğunun okul için evden ayrılmasıyla birlikte yalnız yaşam deneyimi başlamıştır. 26 yıldır yalnız yaşamaktadır. Dönem dönem ilişkileri olmuş fakat evlenmemiştir. Yakın zamanda emekli olmuştur lakin bina yöneticisi olarak çalışmaya devam etmekte ve az da olsa gelir elde etmektedir. Çankaya'da yaşamaktadır. Sınırlı akraba ve komşu desteğine sahiptir. Belediyenin İngilizce ve bilgisayar gibi her yaşta bireyin katılabildiği kurslarına devam etmektedir. Teknoloji kullanımı üst düzeydedir.

Katılımcı 35: 66 yaşındadır. Erkektir. İki evlilik gerçekleştirmiştir. Boşanmayla biten ilk evliliğinden bir çocuğu vardır. İkinci eşi vefat etmiştir ve o evliliğinden de iki çocuğu bulunmaktadır. İkinci evliliğinden olan çocukları devlet koruması altında yaşamlarına devam etmektedirler. Yaşamının hiçbir döneminde kayıtlı istihdamda yer alamamıştır. Son bir yıldır yatağa bağımlı şekilde ve elverişli olmayan koşullarda Altındağ'da yaşamına yalnız olarak devam etmektedir.

Huzurevine öncelikli olarak yerleştirilmesi için ilgili kurumlardan karar çıkmıştır. Kısa süre içerisinde kurum yerleştirilmesi gerçekleştirilecektir. Maddi koşulları ve sağlık durumu kötüdür. Kendi tabiriyle yaşlı maaşıyla yaşamını devam ettirmektedir.

3.5. GÖRÜŞMELER

Bu çalışmada katılımcıların deneyimlerini ortaya çıkarmak adına derinlemesine görüşme tekniğini kullandım. Niteliksel araştırmalarda en çok kullanılan veri oluşturma tekniklerinden biri olan derinlemesine görüşme; katılımcılara açık uçlu soruların sorulması, katılımcıların yanıtlarının dinlenmesi, gerek duyulursa ek sorularla daha detaylı bilgi edinilmesini sağlayan, araştırmacıya oldukça kapsamlı bir bilgi sunan etkileşime dayalı bir tekniktir (Kümbetoğlu, 2012, s. 71; Patton, 2014).

Bu çalışma kapsamında Ankara'nın farklı sosyoekonomik dokudaki ilçelerinde ikamet eden, en az altı ay yalnız yaşama deneyimine sahip 35 kişi ile 16 Aralık 2020 ile 20 Nisan 2021 tarihleri arasında görüşme gerçekleştirdim. Görüşmelere ilişkin bilgiler Ek 3'te yer almaktadır.

Fenomonolojik yaklaşıma dayalı nitel çalışmalarda en az ya da en çok kaç kişiyle görüşüleceği konusunda sınır bulunmamaktadır. Katılımcılardan alınan bilgiler birbirini tekrar edene kadar bir diğer ifade ile doyuma (satürasyona) ulaşana dek görüşmelere devam edilmelidir (Tekindal ve Uğuz Arsu, 2020, s. 168). Doyum noktası, görüşmelerin birbirini tekrar etmeye başladığı, önceki görüşmelere göre yeni bir bilgi ve deneyimin keşfedilmediği ve daha fazla görüşme yapmanın gereksiz olduğunu anlatmak için kullanılan bir kavramdır (Fusch ve Ness, 2015, s. 1408). Bu çalışmada görüşmelerin birbirlerini tekrar etmeye başladığını yani doyuma ulaştığını 30. görüşmede fark ettim yalnız olabildiğince çeşitli bir katılımcı profiline yer vermek ve doyuma ulaştığımdan emin olmak adına görüşmelerime devam ettim ve 35. görüşmeden sonra saha sürecimi tamamladım.

Katılımcıların büyük bir çoğunluğuyla evlerinde görüştüm. Birkaç nedenden ötürü katılımcılarla evlerinde görüşmek istedim. Katılımcıların yaşamları, ekonomik

durumları ve sosyal konumları hakkında daha derin bir kavrayışa sahip olmak için onları evlerinde görmenin iyi olacağını düşünüyordum. Ayrıca kafe gibi daha az kontrol sahibi olduğum gürültülü bir ortamda görüşme yaparken başkaları tarafından duyulma ve rahatsız edilme ihtimalimiz vardı ve bu durum görüşme sürecine zarar verebilirdi. Katılımcıların ev dışında bulunduğumuz yerde rahat etmezlerse görüşmeyi devam ettirme motivasyonları da azalabilirdi. Bundan dolayı ev benim için en iyi seçenektir.

Katılımcılarıma ulaşmama yardımcı olmaları için belediyelere başvurmayı planlıyordum. Resmi işlemlere başlamadan önce tanışmak, çalışmamın amacını aktarmak ve önden bağlantı kurmak adına bazı belediyelerin sosyal hizmet şube müdürlüklerine gidip yetkililerle ve bu birimlerde görev yapan sosyal hizmet uzmanlarıyla görüştim. Görüştüğüm kişiler bana çok sıcak davrandılar. Gerçekten yardımcı olmayı çok istiyorlardı ama yasal düzenlemelerden ötürü yararlanıcılarının kişisel bilgilerini benimle paylaşmalarının mümkün olmadığını, bu bilgilerin kişisel veri olduğunu ifade ettiler. Örneğin Çankaya Belediyesi'ndeki yetkililer pandemi koşulları bitip yaşlılara yönelik gündüzlü kuruluşlar olan Bahar Evleri'ni açarlarsa bu kuruluşlarında vakit geçirerek katılımcı bulabileceğimi belirttiler. Pandeminin ne zaman sonlanacağı belli olmadığından ve çalışmamda yalnızca Çankaya'da yaşayan katılımcılara yer vermek istemediğimden Bahar Evleri'nin açılmasını beklemedim. Kendi sosyal çevremi ve imkânlarımı kullanarak katılımcılara ulaştım. Öncelikle Altındağ, Çankaya, Etimesgut, Keçiören, Mamak, Sincan ve Yenimahalle ilçelerini buldukları coğrafi konum ve sahip oldukları nüfus miktarını göz önünde bulundurarak merkezi ilçe olarak gruplandırıdım. Diğer ilçeleri uzaklık ve nüfus miktarlarından dolayı kırsal ilçe olarak ele aldım. Çankaya ilçesinde ikamet eden ve Bahar Evleri'ne devam eden bazı katılımcılara da tesadüfen denk geldim.

Pandemi koşullarının görüşmelerim üzerinde birtakım etkileri oldu. Öncelikle görüştüğüm katılımcılara hastalık bulaştırmama adına görüşme döneminde çok dikkatli davranmak durumundaydım. Bunun için saha dönemindeyken mümkün olduğunca kendimi dış dünyadan izole ettim. Her görüşme arasında boşluk bırakmaya çalıştım. Taşıyıcı olma ihtimalime karşı önlem aldım. Ayrıca görüşme

için evine gittiğim tüm öznelere maske, dezenfektan ve kolonyadan oluşan bir set hediye ettim. Bu önlemlere ek olarak olası bulaş riskini azaltmak adına katılımcıların evinde mümkün mertebe içecek yada içecek tüketmemeye, maskemi çıkarmamaya dikkat ettim.

Pandemi koşullarından ötürü bazı öznelerim yüz yüze görüşme yerine telefonla ya da Whatsapp uygulaması aracılığıyla görüşme gerçekleştirmeyi tercih edeceklerini söylediler. Danışman hocam ve tez izleme komitesinde yer alan hocalarıma bu durumu ilettim ve bu şekilde görüşme gerçekleştirmeme onay verdiler. Ben de telefonla görüşme yapabilmek adına çeşitli hazırlıklar yaptım. Örneğin telefonda görüşme ilkeleri ile ilgili birtakım okumalar yaptım. İnternet kesintisi ya da telefon bağlantısının kopmaması için önlemler aldım. Sekiz görüşmemi bu şekilde gerçekleştirdim.

Yüz yüze yaptığım 27 görüşmenin üçü hariç tamamını katılımcıların evlerinde gerçekleştirdim. Bir görüşmeyi katılımcının talebi üzerine ona ulaşmama aracı olan muhtarın ofisinde gerçekleştirdim. Diğer iki görüşmeyi ise kapalı olmalarına rağmen kafelerde gerçekleştirdik. Bu kafeler katılımcıların olağan yaşamlarında sık sık gittikleri ve bundan dolayı tanıdıkları kişiler tarafından işletilen evlerine yakın yerlerdi. Pandemi koşullarından ötürü yaşlıların sokağa çıkma yasaklarının olması ve kafelerin kapalı olması görüşmelerin büyük çoğunluğunu yaşlıların evlerinde yapabilme noktasında bana avantaj sağladı.

Telefonda gerçekleştirdiklerim de dahil olmak üzere görüşmelerimin tamamında, katılımcıların onayıyla ses kaydı aldım. En kısa görüşmem 63 dakika, en uzun görüşmem 129 dakika sürdü. Tüm görüşmelerimin toplam süresi 3205 dakika (53 saat 25 dakika); ortalama bir görüşme süresi ise 92 dakika uzunluğuna sahip oldu.

İlk gerçekleştirdiklerim başta olmak üzere görüşmelerimin 15'ini yardımcı görüşmeci eşliğinde yürüttüm. Sosyal hizmet anabilim dalında nitel araştırma modeli ile yürüttüğüm doktora tez çalışmasına devam eden, çalışmamın amacını bilen ve yarı yapılandırılmış görüşme yönergemin hazırlanması sürecinde görüşüne başvurduğum ve bundan dolayı görüşme yönergeme hâkim olan bir

arkadaşım yardımcı görüşmeci olarak görüşmelerime katıldı. Pandemi koşullarından ötürü katılımcılara virüs bulaştırma ihtimalini azaltma adına görüşmelerin çoğunluğunu yalnız gerçekleştirdim.

3 6. VERİLERİN ANALİZİ

Nitel araştırmalarda veri oluşturma ve analiz aşamalarını ayırmak çok olanaklı değildir. Analiz, katılımcılarla yapılan görüşmelerde ortaya çıkan deneyim ve etkileşimin araştırmacının zihninde yer etmesiyle başlayan bir süreçtir (Patton, 2014, s. 436). Bu noktada araştırmacı olarak yaptığım ilk görüşmeden sonra amaçlarım doğrultusunda görüşmelerle ilgili çıkarımlarda bulunduğumu, sorularımı sorarken hangi kelime ve kavramları kullanırsam kendimi daha doğru ifade edebileceğimi, görüşmelerde katılımcıların deneyimlerinin beni hangi kavramlara götürdüğünü ve ortaya konan anlatıları hangi kavramlarla tartışılabileceğimi düşünmeye başladığımı belirtmek isterim.

Görüşme sürecim devam ederken, görüşmelerimi metne dökmeye başladım. Katılımcılarla yaptığım derinlemesine görüşmelerin tamamını kendim metne döktüm. Görüşmelerimin toplam uzunluğu (53 saat 25 dakika) göz önünde bulundurulduğunda bu süreçte çok zaman ve emek harcadığımı belirtmek isterim. Bu süreci iki aşamada tamamladım. İlk aşamada gerçekleştirdiğim görüşme tarihine göre görüşmeleri sırayla metne döktüm. İkinci aşamada dökümünü yaptığım metinleri görüşme kayıtlarını tekrar dinleyerek eş zamanlı okudum. Bu şekilde ilerleyerek ilk aşamada yanlış anladığım veya hatalı yazdığım yerleri düzeltmiş oldum. Görüşme dökümleri, dökümlerinin sayfa ve kelime sayısı ile ilgili detaylar Ek 3'te yer almaktadır.

Görüşmelerin metne dökümünde profesyonel hizmet ya da yakınlarımdan destek alabilirdim lakin bu durum hem katılımcıların anlatılarının başkaları tarafından bilinmesine hem de görüşme içinde geçen detaylardan dolayı katılımcıların tanınmalarına neden olacaktı. Katılımcılarımın gizliliğini ihlal etmek en son isteyeceğim şeydi ve etik ilkelere aykırı bir durumdu. Üstelik profesyonel hizmet alma durumunda, olağan yaşamımda tanımadığım birilerinin yazıya aktarmak için

görüşme kaydını dinlemeleriyle katılımcıların yaşamı, ekonomik koşulları vb. hakkında detaylı bilgi edineceklerini ve bu durumun katılımcıların güvenliği için risk oluşturabileceğini düşündüm. Diğer yandan yazıya aktarımı benim yapmamın veriyle bütünleşme ile düşünümsellik sağlama açılarından katkıları olduğunu ve kodlama sürecini kolaylaştırdığını düşünüyorum çünkü bir görüşmenin ses kaydını dinleyip metne dönüştürürken bir yandan da katılımcının anlatıları hakkında düşünme ve ufak notlar alma fırsatım oldu.

Görüşmeleri sesin kelime olarak metne döküldüğü, görüşme sürecinde düşünürken ortaya çıkan ve anlam ifade etmeyen ‘ııı, eee’ gibi ifadelerin dahil edilmediği “Düzeltilmiş Motamot Döküm” tekniğine bağlı kalarak gerçekleştirdim (Mayring, 2014, s.45; akt. Ademhan Tunaç, 2018, s. 86). Yazıya döküm sürecinde yürütme hızını azaltma özelliği bulunan VLC Media Player’ı kullandım.

Saha sürecimde her görüşmeden sonra o görüşmeye ait ses kaydını yazıya aktarmaya çalışsam da iş yaşamımdaki sorumluluklarım, çalışmamın saha sürecindeyken aynı zamanda farklı bir ile taşınma hazırlıkları yapmam, bazı görüşmelerin katılımcıların uygunluklarından dolayı üst üste gelmesi gibi nedenlerden ötürü görüşmelerin büyük çoğunluğunu görüşmeler bittikten sonra yazıya aktarabildiğimi belirtmek isterim.

Görüşmelerin metne dökümü tamamlandıktan sonra başlayan kodlama ve tema oluşturma sürecinde bilgisayar destekli nitel veri analizi programlarından biri olan MAXQDA Plus 2020 paket programını kullandım. Nitel analizin kodlama ve tema oluşturma aşamalarında program kullanımı oldukça yaygın olmakla birlikte bu programların analiz yapmadığını, yalnızca araştırmacının işini kolaylaştırdığını göz önünde bulundurmak gereklidir. Bu programlar verileri görselleştirme, düzenleme, bir araya getirme ve birleştirme süreçlerinde oldukça faydalıdır (Creswell, 2018, s. 201; Patton, 2014).

Çalışmamda katılımcıların ifade ve deneyimlerini tematik kodlama ve sınıflamalar yoluyla ortaya koymayı amaçlayan tümevarımsal tematik analiz tekniğinden yararlandım (Neuman, 2014, s. 481). Tümevarımsal tematik analiz için Braun ve

Clarke (2006, s. 87) tarafından önerilen ve aşağıda detayları yer alan altı aşamalı süreci izledim.

İlk adım olan “verileri yakından tanıma” aşamasında görüşme kayıtlarını metne döktüm, tamamını en az iki defa okudum ve analize ilişkin ilk çıkarımlarım hakkında notlar aldım. İkinci adım olan “öncül kodların belirlenmesi” sürecinde ilk kodlamalarımı gerçekleştirdim. Olabildiğince fazla kod oluşturarak olası veri kaybının önüne geçmeye ve her katılımcının deneyimlerini yansıtmaya çalıştım. Üçüncü adım olan “temaların araştırılmasında” birbiriyle ilgili kodlarımı bir araya getirerek tema ve alt temaların altında toplamaya başladım. Dördüncü adım olan “temaların gözden geçirilmesi” sürecinde temalar altına yerleştirdiğim kodları birleştirme, ayırma ve farklı yerlere taşıma gibi aşamaları gerçekleştirdim. Kod sistemimi kontrol ederek gerekli değişiklikleri yaptım. Beşinci adım olan “temaları tanımlama ve adlandırma” esnasında kod, alt tema ve temalarımın son isimlerini verdim. Altıncı ve son aşama olan “raporun hazırlanması” sürecinde çalışmamın raporlanmasında yer vereceğim katılımcı ifadelerini tespit ettim. Alıntılarımın amaçlarım ve literatür ile uyumlu olup olmadığını değerlendirdim.

3.7. GEÇERLİK /GÜVENİRLİK

Geçerlik, araştırmacı tarafından ortaya konan bulguların değerlendirilmesi ve doğrulukları hakkında çıkarımda bulunulması süreci olarak tanımlanabilir. “Üçgenleme”, “akran incelemesi veya sorgulaması” ile “zengin ve yoğun betimleme” geçerlik değerlendirmeleri için yaygın olarak kullanılan stratejilerdir (Abdalla, Oliveira, Azevedo ve Gonzalez, 2018, s. 68; Creswell, 2018, s. 250-252).

“Üçgenleme” stratejisinde araştırmacılar farklı kaynak, yöntem ve teorileri analizlerini destekleme adına kullanırlar. Araştırmacılar oluşturdukları tema ve kodları geçerli kılmak için farklı çalışmaların bulgularını incelerler (Golafshani, 2003; Patton, 2014).

“Akran incelemesi veya sorgulamasında” araştırma süreci dışarıdan biri tarafından kontrol edilir. Akran incelemesi ya da sorgulaması stratejisinde araştırmacının arkadaşları, hocası ya da anonim bir hakem çalışmayı değerlendirerek, Creswell (2018, s. 251)’in tabiriyle “şeytanın avukatlığı” rolünü üstlenir.

“Zengin ve yoğun betimleme” araştırmacının bir durumu anlatırken ya da bir temayı sunarken yoğun betimleme yapması, detaylı bilgi vermesi ve okuyucu ikna etmeye çalışmasına dayalı bir geçerlik stratejisidir (Creswell, 2018, s. 252; Moustakas, 1990, s. 49).

Bu çalışmanın geçerliğini artırma adına “üçgenleme”, “akran incelemesi veya sorgulaması” ile “zengin ve yoğun betimleme” stratejilerine başvurdum. Çalışma raporumda temaları sunarken benzer ve farklı bulguları olan çalışmalara referans verdim. Ayrıca temaların sunumunda belirli sınırları gözeterek (okuyucu bunaltmama ve metni aşırı uzatmama) katılımcılara ait ifadelere olabildiğince fazla yer vererek zengin ve yoğun bir betimleme oluşturmaya çalıştım. Son olarak tez izleme komitemde yer alan üç hocamdan aldığım görüş ve değerlendirmeleri akran incelemesi veya sorgulaması stratejisi kapsamında değerlendirdim.

Nitel araştırmalarda güvenilirlik birden çok şekilde ele alınabilir. Araştırmacının ses kaydı alabilmesi, görüşme notu tutması, kodlamanın birden fazla kişi tarafından yapılması gibi etmenler güvenilirliği arttırmaktadır. Creswell (2018, s. 253) niteliksel araştırmada birden fazla kodlayıcının olmasının ve bu kişilerinin kodlamaları arasında tutarlılık olmasının güvenilirlik açısından oldukça önemli olduğunu vurgulamaktadır.

Birden fazla kodlayıcının kodlamaları arasındaki uzlaşmanın güvenilirlik açısından önemli olduğunu göz önünde bulundurarak nitel araştırma deneyimine ve sosyal hizmet anabilim dalında doktora derecesine sahip iki arkadaşımın yardım istedim. Kod sistemim ve kodlanmamış üç görüşmeden oluşan bir MAXQDA dosyasını onlarla paylaşarak görüşmeleri kodlamalarını rica ettim. Arkadaşlarım görüşmeleri kodlayıp bana yolladılar ve MAXQDA programı aracılığıyla kodlayıcılar arası uzlaşma testi yaparak (Kappa Testi) uzlaşma oranını hesapladım.

Kodlayıcılar arası uzlaşma testi, araştırmacının sahadan elde ettiği veriyi kendine göre kodlamayıp belirli bir mantık içinde hareket ederek kodladığını ortaya koyan bir testtir (Kuckartz ve Rädiker, 2019, s. 278).

Kodlayıcılar arası uzlaşma testinde katılımcıların aynı kodları kodlayıp kodlamadığına (kod varlığı) ve her bir kodu kaç defa kullandıklarına (kod frekansı) bakılmaktadır. % 80'den yüksek benzerliğe sahip olan çalışmaların oldukça güvenilir olduğu kabul edilmektedir (Lu ve Shulman, 2008). Bu çalışma için gerçekleştirdiğim kappa testinde kod varlığı üzerinden %92,6; kod frekansı üzerinden ise %86,3 oranlarında benzerlik tespit edilerek "çok iyi düzeyde uyum" sağlanmıştır. Kappa testinden elde edilen skorlar bu çalışmanın güvenilir niteliğe sahip olduğunu göstermektedir.

3.8. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE GÜÇLÜ YÖNLERİ

Bu çalışma kapsamında katılımcılara ulaşmak için herhangi bir kurumdan veri (iletişim bilgileri, adres vb.) ve destek alınamaması, katılımcılar arasında köyde yaşayan yalnızca bir kişinin olması, hiç evlenmemiş sadece bir katılımcıyla görüşme yapılabildiği olması ve heteroseksüel olmayan herhangi bir katılımcıya ulaşamaması önemli sınırlılıklar olarak ele alınmaktadır.

Bu çalışmanın amaçlı örneklem tekniği ve maksimum çeşitlilik ilkesine uygun olarak Ankara'nın dokuz ilçesinde yaşayan, farklı yalnız yaşama süresi, gelir düzeyi, sağlık durumu ve sosyal konuma sahip katılımcılarla gerçekleştirilmesi yalnız yaşayan yaşlıların homojen bir grup olarak değerlendirilmelerini engellemiş, katılımcıların yaşlılık algılarının, gündelik yaşam deneyimlerinin ve gereksinimlerinin sosyal hizmet meslek ve disiplininin temelinde yer alan "her bireyin biricikliği" ilkesi çerçevesinde farklılıklara yer vererek ortaya konulmasını sağlamıştır.

Bu çalışmanın niteliksel yöntem ve fenomenolojik yaklaşımla gerçekleştirilmesi sonucunda yalnız yaşayan yaşlıların deneyimleri hakkında oldukça kapsamlı bilgi

ve deneyim elde edilerek politika yapıcılar ile sosyal hizmet kuruluşları için yalnız yaşayan yaşlılara yönelik geliştirilebilecek olası hizmetler hakkında kapsamlı bir çerçeve çizilmiştir.

3.9. ETİK KONULAR

Doktora tezim kapsamında gerçekleştirmek istediğim araştırmanın etik açıdan uygunluğunun değerlendirilmesi için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'na başvurduğum ve komisyonun 8 Aralık 2020 tarihinde gerçekleştirilen toplantısında başvurum incelenerek etik açıdan uygun bulundu (Ek 4).

Sosyal hizmet anabilim dalında gerçekleştirdiğim doktora tez çalışmamı, Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyon ilke ve kurallarına ek olarak sosyal hizmet araştırmadaki etik ilkeleri gözeterek planladım ve gerçekleştirdim. Araştırmamı planlarken sosyal hizmet araştırmalarının insan sorunlarını çözme ve uygulanabilir yeni bilgiler üretmesi gerekliliğini (Grinnell ve Unrau, 2005, s. 22) göz önünde bulundurarak sosyal hizmetin temel müracaatçı gruplarından biri olan yaşlılarla ve hatta yaşlı nüfus içinde daha da incinebilir olan yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirmek için hazırlık yaptım. Ayrıca sosyal hizmet araştırmalarında olması gereken politika, yasa ve hizmet oluşturmak için araştırma sonuçlarıyla karar vericileri etkileme (Alston ve Bowles, 2020, s. 4; Krysik ve Finn, 2013, s. 28) hedefi doğrultusunda hareket ettim. Hizmet gereksinimi olan bu grubun maruz kaldığı dezavantajları, eşitsizlikleri ve gereksinimleri ortaya çıkarmaya ve politika önerileri geliştirmeye çalıştım.

Doktora tez çalışmamın yalnızca planlaması ve sonuçlarının alana olası katkıları noktasında değil, katılımcı bulma, veri oluşturma, analiz ve raporlama başta olmak üzere çalışmamın tüm süreçlerinde (Buz ve Akçay, 2015) tarafından üç başlık altında toplanan ve sosyal hizmet araştırmacılarının uyması gereken etik ilkeler olarak nitelendirilen kuralları göz önünde bulundurarak hareket ettim.

Görüşme yapmayı planladığım katılımcılara kim olduğumu, neden bu çalışmayı gerçekleştirmek istediğimi, bu çalışmanın amacının ne olduğunu anlattım. Bu çalışmanın doktora tezime olduğunu, bu çalışmayla yalnız yaşayan yaşlıların yaşam deneyimlerini anlamak ve onların gereksinimlerini gidermek için politika önerileri geliştirmek istediğimi söyledim. Görüşmenin tahminen ne kadar süreceği, görüşme esnasında her soruya cevap vermek zorunda olmadıklarını, istedikleri zaman hiçbir gerekçe belirtmeden çalışmaya katılmaktan vazgeçebileceklerini ifade ettim. Katılımcıların duydukları veya tanık oldukları yaşlı istismarı vakalarından ötürü gönüllü onam formumu (Ek 1) imzalamaya sıcak bakmamaları sonucunda, bilgilendirilmiş onam formumu okuyarak sözlü onam almakla yetindim, imza almak için ek bir çaba harcamadım. Ses kaydının başında bu durumu belirttim.

Katılımcılara bu çalışmaya katılımlarının tamamen gönüllük esasına dayalı olduğunu ve bu çalışmaya katılmamaları durumunda herhangi bir olumsuzlukla karşılaşmayacaklarını belirttim. Katılım konusunda tereddütleri olan katılımcıları teşvik ettim ama hiçbir zaman onları baskı ya da tahakküm altına almaya çalışmadım. Örneğin görüşme için evine gittiğim ama son anda çalışmaya katılmaktan vazgeçen altı kişiye hiçbir şekilde olumsuz algılanabilecek bir tepki vermedim, görüşme yapmama kararlarına saygı duyduğumu onlara ifade ettim.

Katılımcılara gizlilik ilkesine koşulsuz bir şekilde uyacağımı, görüşme esnasında ses kaydı alacağımı lakin bu ses kayıtlarına ve katılımcıların isim, telefon, adres gibi bilgilerine ben ve tez danışmanım dışında herhangi bir kimsenin erişemeyeceğini, katılımcılarla ilgili bilgileri hiçbir koşulda üçüncü bir tarafla paylaşmayacağımı ve ses kayıtlarının şifreli bir harici diskte arşivleneceğini ve bu çalışma dışında başka hiçbir amaç için kullanılmayacağını söyledim. Çalışma raporunda yer verdiğim katılımcı ifadelerini anonimleştireceğimi ve hiçbir koşulda katılımcının tanınmasına neden olabilecek kişisel bir özelliğe yer vermeyeceğimi söyleyerek olası bir olumsuz durumun tüm sorumluluğunu üstüme aldım. Görüşmelerin büyük bir çoğunluğunu katılımcıların evinde gerçekleştirerek başkalarının görüşmeyi dinlemesi veya görüşme hakkında bilgi edinmesinin

önüne geçmiş oldum. Telefonla gerçekleştirdiğim görüşmelerde evde olmaya ve böylece başka birisi tarafından duyulmamaya dikkat ettim.

Katılımcılara zarar vermeme ilkesini de göz önünde bulundurdum. Bu ilke gereği, katılımcılara çalışmaya katılmaları durumunda herhangi bir riskle karşılaşmayacakları ve çalışmanın kendilerine ifade ettiğim dışında veya ifade ettiğimden farklı bir amacının olmadığını söyledim. Bu çalışmaya katılmalarından dolayı herhangi bir fiziksel ya da psikolojik zarar görmeyeceklerini anlattım.

Bu çalışmayı gerçekleştirirken herhangi bir kuruluştan katılımcılara ulaşma konusunda destek almadım. Bir kurumdan hizmet alan katılımcılarla görüşmedim. Bundan dolayı çalışmamı gerçekleştirmek için etik komisyon dışında herhangi bir izin almayı gerekli bulmadım.

Saha çalışmam boyunca önyargılardan kaçınmak için elimden gelenin en iyisini yapmaya çalıştım. Örneğin görüşmeye gitmeden önce katılımcının oturduğu ilçe ya da semt üzerinden katılımcıyla ilgili herhangi bir çıkarım yapmadım. Bazı katılımcıların görüşme esnasında keşfettiğim siyasi görüşleri, hayata bakışı ve genel yorumlarıyla benzer düşüncelere sahip değildim lakin bunun görüşmenin devamıyla ilgili bir önyargıya ve tek tipleştirilmeye dönüşmesine izin vermedim. Hiçbir zaman katılımcıları güçsüzleştirecek ve motivasyonlarını azaltacak dönütte bulunmadım. Ses tonuma, beden dilime ve jest ve mimiklerime her zaman dikkat ettim. Pandemi koşullarından ötürü evlerine görüşmeye gittiğim tüm katılımcılara kolonya, maske ve dezenfektan hediye ettim ve tüm katılımcılara aynı marka ve boyutta almaya dikkat ettim.

Görüşme planlama ve sürdürme konusunda yetkin olmam hem öznelere karşı etik sorumluluğum hem de bilimsel bir araştırma yaptığım için gereklilikti. Bunun için birtakım hazırlıklar yaptım. Sosyal hizmet eğitimimin bu konuda çok yardımcı olduğunu söylemeliyim. Görüşme ilke ve teknikleri, iletişim becerileri ve sosyal hizmet kuramları gibi derslerde öğrendiklerimin çok faydasını gördüğümü belirtmek isterim. Ayrıca nitel araştırmalarda görüşme ile ilgili oldukça detaylı bir

içerik okuyarak ve notlar alarak görüşmelere hazırlandım (Kümbetoğlu, 2012, s. 82-96).

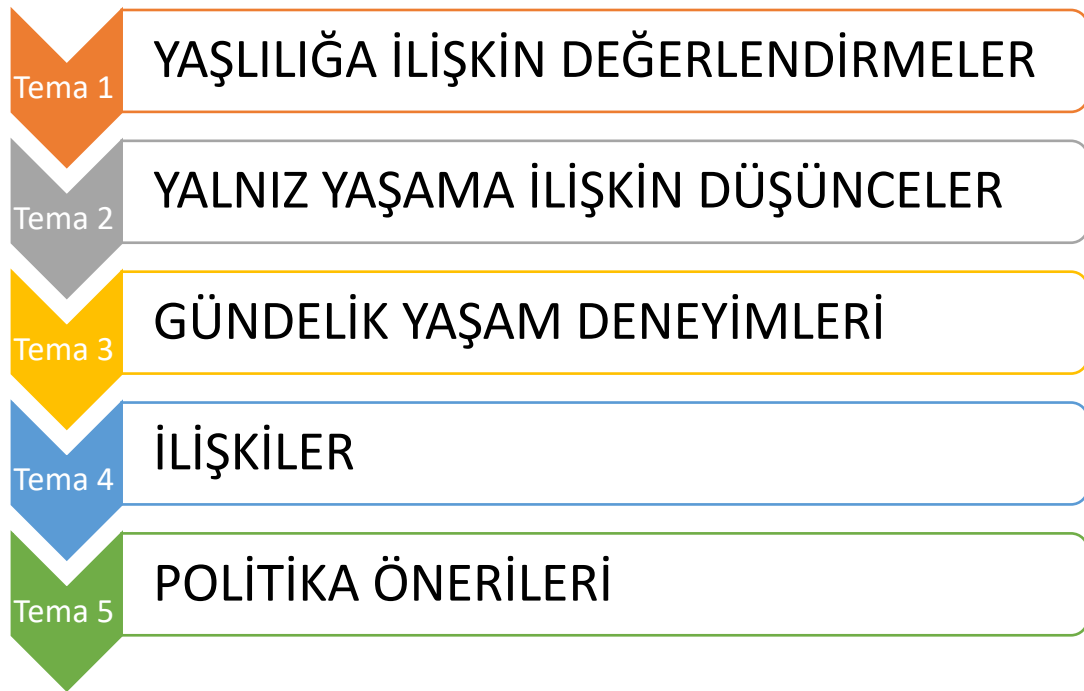
Çalışma raporunda yer verdiğim öznelere ait olan ifadelerde tanınmalarına sebep olabilecek tüm detayları anonimleştirdim. Katılımcıların isimlerini kullanmak yerine Katılımcı 1, Katılımcı 2 şeklinde adlandırmalar kullanmayı tercih ettim.

Bana zaman ayırarak, yaşlılık algılarını ve yalnız yaşam deneyimlerini detaylı bir şekilde paylaşan, sahip oldukları ilişkilerle ilgili sorularımda aile içi ilişkileri hakkında özel bilgiler veren katılımcıları kesinlikle çalışma için bir araç olarak görmedim ve onları nitel araştırmanın doğasına uygun olacak şekilde (Kümbetoğlu, 2012, s. 106-114) veri oluşturduğum süreçte ortak, paydaş olarak değerlendirdim. Görüşme esnasında açığa çıkan ve danışmanlık gereksinimi olan konularda görüşme atmosferini bozmama adına görüşmeden sonra danışmanlık verdim. Örneğin bazı katılımcılara Çankaya'da Bahar Evleri adında gündüzlü yaşlı merkezlerinin olduğundan bahsederek onları erişebilecekleri birtakım hizmetlere yönlendirdim. Bazılarına başvurabilecekleri sosyal yardımlar ve süreç hakkında fikir verdim.

4. BÖLÜM: BULGULAR VE YORUM

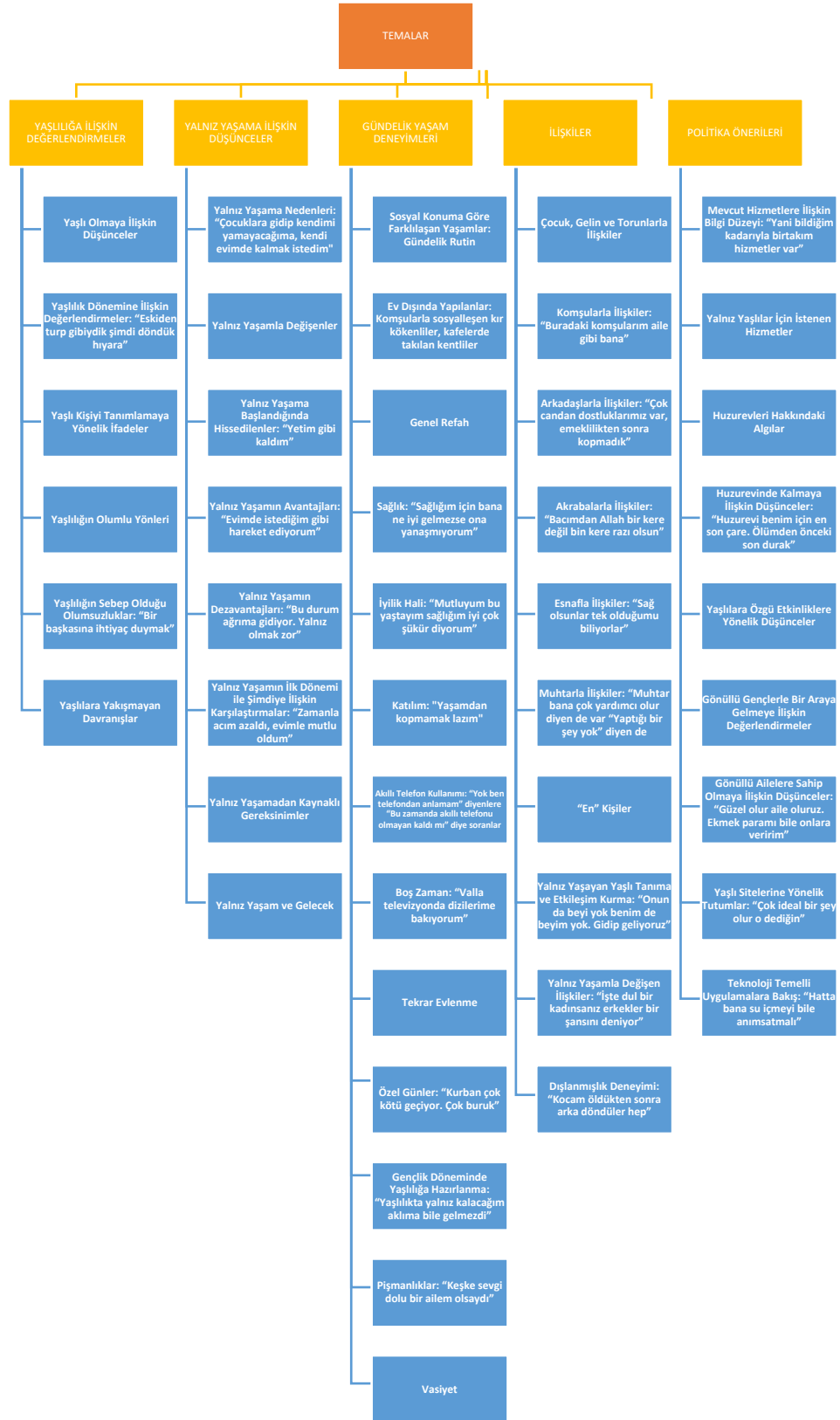
Bu çalışma kapsamında gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmelerden elde edilen veriler çalışmanın amaçları ve soruları göz önünde bulundurularak tasnif edilmiş ve beş tema altında kümelendirilmiştir. Şekil 1’de bu temaların isimleri yer almaktadır.

Şekil 1: Temalar



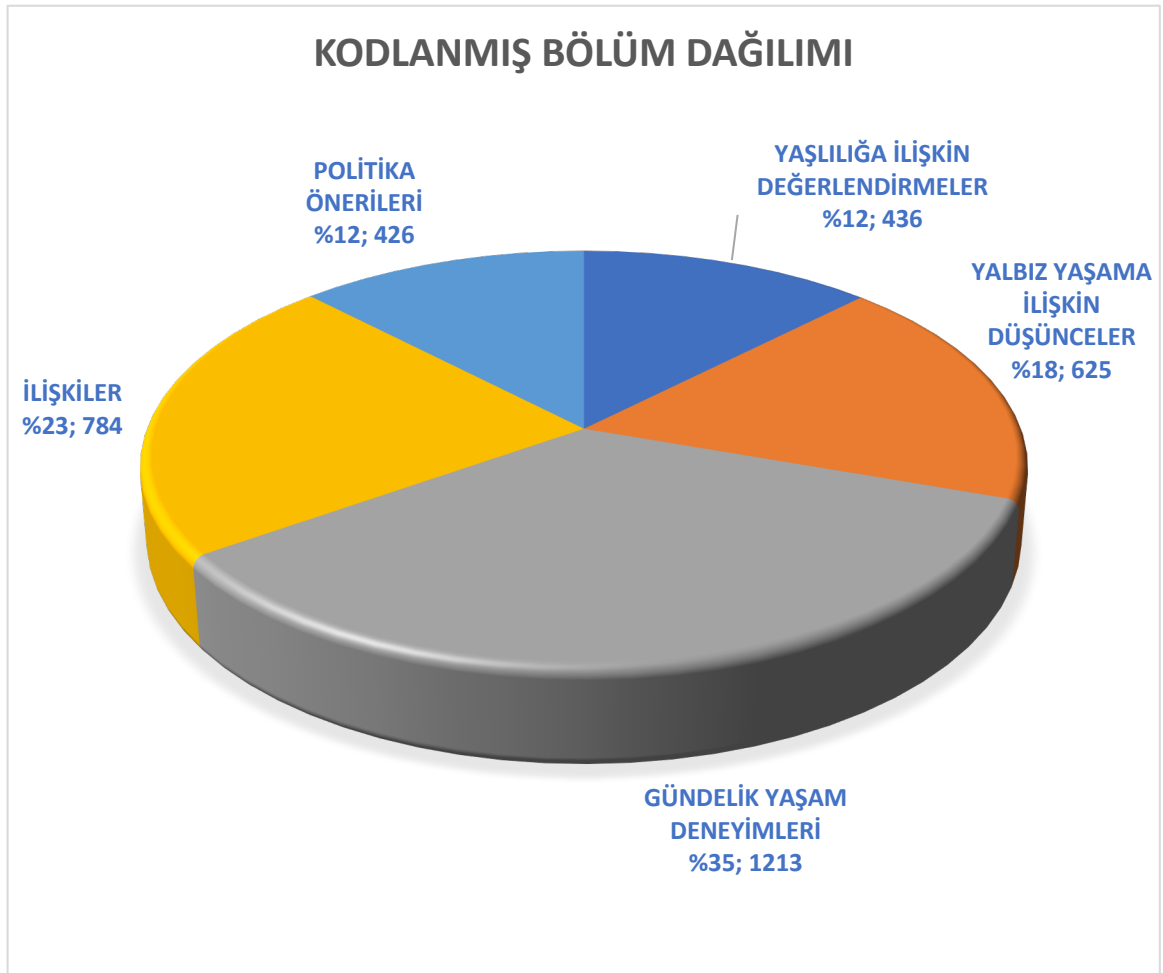
“Yaşlılığa İlişkin Değerlendirmeler” teması altında katılımcıların yaşlı olmaya affettikleri anlam ve yaşlılığa ilişkin deneyimlerine, “Yalnız Yaşama İlişkin Düşünceler” temasında katılımcıların yalnız yaşama nedenleri ve yalnız yaşam hakkındaki düşüncelerine, “Günlük Yaşam Deneyimleri” temasında katılımcıların günlük yaşamlarının nasıl olduğuna, “İlişkiler” temasında katılımcıların yaşamlarında sahip oldukları ilişkilere ve ilişkileriyle ilgili düşüncelerine yer verilmiştir. “Politika Önerileri” isimli temada katılımcıların gereksinim duydukları hizmetler ve araştırmacı tarafından literatür doğrultusunda oluşturulan önerilere yönelik değerlendirmeleri yer almıştır. Bu çalışma kapsamında verilerin kümelendiği beş temanın altında 46 alt tema yer almaktadır. Şekil 2’de tema ve alt temalar detaylı olarak sunulmaktadır.

Şekil 2: Temalar ve Alt Temalar



Bu çalışmanın analiz sürecinde bilgisayar destekli nitel veri analizi programlarından biri olan MAXQDA Plus 2020 programı kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından dökümleri yapılan 35 görüşmeye ait 709 sayfa uzunluğundaki metin üzerinde 3480 kodlama yapılmıştır. Kodlanmış bölümlerin %35'i Gündelik Yaşam Deneyimleri, %23'ü İlişkiler, %18'si Yalnız Yaşama İlişkin Düşünceler, %12'si Yaşlılığa İlişkin Değerlendirmeler ve %12'si Politika Önerileri temaları altında yer almaktadır. Kodlanmış bölümlerin temalara göre sayısal ve yüzdelik dağılımları Şekil 3'te yer almaktadır.

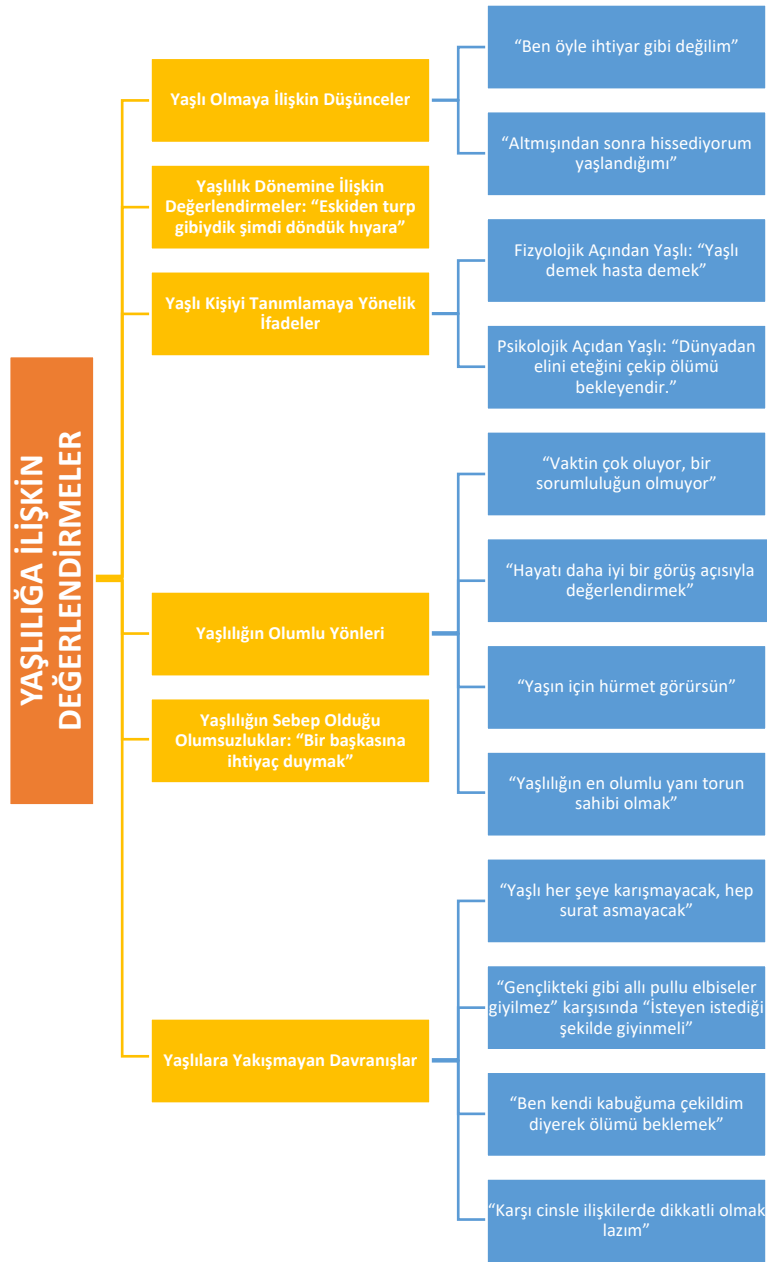
Şekil 3: Kodlanmış Bölümlere İlişkin Sayısal Veriler



4. 1. YAŞLILIĞA İLİŞKİN DEĞERLENDİRMELER

Bu tema altında katılımcıların yaşlı olup olmadıklarına ilişkin kişisel değerlendirmeleri ve genel olarak yaşlılık dönemini nasıl anlamlandırdıklarını ortaya çıkaran anlatılar yer almaktadır. Şekil 4'te detaylı görülebileceği üzere bu tema altında altı alt temaya yer verilmiştir.

Şekil 4: Yaşlılığa İlişkin Değerlendirmeler



4.1.1. Yaşlı Olmaya İlişkin Düşünceler

Bu alt tema altında katılımcıların kendilerini yaşlı olarak nitelendirme motivasyonlarına ve bunun altında yatan sebeplere dair anlatılarına iki farklı kategori altında yer verilmiştir.

4.1.1.1. “Ben öyle ihtiyar gibi değilim”

Katılımcıların yaşlı olmaya ilişkin değerlendirmeleri incelendiğinde büyük bir kısmının yaşlı olmadıkları yönünde düşüncelere sahip oldukları anlaşılmıştır. Katılımcıların anlatıları yaşlı olmamalarını, kronolojik yaşlarına rağmen işlevselliklerini sürdürebiliyor olmalarına ve gençler tarafından sergilendiklerini düşündükleri davranış pratiklerini devam ettirmelerine, bir diğer ifade ile yaşlı gibi hareket etmemelerine bağladıkları anlaşılmaktadır.

Yaşlı olmadığını düşünen katılımcılar yaşlanma sınırının herkes için aynı olmadığını ve yaşlanma sınırını belirlemek için kronolojik yaştan ziyade hissedilen yaşın göz önünde bulundurulması gerektiğini belirtmişlerdir. Alanyazında yer alan çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda da kronolojik yaşın bir standart oluşturmak adına gerekli olduğunu belirten fakat kronolojik yaşın, yaşlıları homojenleştirdiği, insanları yaşam dönemlerine göre değerlendirirken sahip olunan sosyal, bilişsel ve fiziksel yetenekleri göz ardı ettiği (Meisner, 2021, s. 57) ve yaşlılara yönelik ayrımcı düşüncelerin pekişmesine neden olduğu konusunda eleştiriler bulunduğu görülmektedir (N. P. Kılıç, 2017, s. 70).

Kronolojik yaşlarından ötürü yaşlı olarak kabul edilen fakat kendilerini yaşlı olarak nitelendirmeyen bir diğer ifade ile yaşlı olmadıklarını düşünen katılımcılar genç hissetme, kendi işini görebilme, sağlıklı olma ve çevreden kopmama durumları üzerinden yaşlı olmadıklarını anlatmaya çalışmaktadırlar. Ayrıca gülmek, eğlenmek, giyimine dikkat etmek gibi “gençler tarafından yapıldığını

düşündükleri” davranışları sergilemeye devam ettikleri için genç oldukları yönünde kaniya sahiptirler.

Üretime ve tüketime endekslenmiş modern dünyada artık üretmediğine ve topluma katkı sunmadığına inanılan yaşlı insanlara ihtiyaç duyulmamakta, yaşlılar iş yaşamı, günlük yaşam ve toplumsal alanlar başta olmak üzere birçok yerde ayrımcılığa maruz kalmaktadırlar. Yaşamlarının her alanında ayrımcılık ve dışlamaya maruz kalan yaşlılar, farkında olarak ya da olmadan toplumun yaşlılık söylemini benimsemekte, yaşamlarını toplumun uygun gördüğü şekilde sınırlandırmakta, toplumun uygun gördüğü pratiklerle yetinmekte ve bu kalıp yargılara kendileri de inanmaktadırlar (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 49). Katılımcıların deneyimleri ele alındığında yaşlı olmadığını düşünenlerin yaşlılara yönelik ayrımcı düşünceleri içselleştirdikleri görülmektedir. Yaşlı olmadığını düşünen, yaşlıları şık giyinmeyen, sanatsal üretimde bulunamayan, espri yapamayan, her şeyden vazgeçenler olarak nitelendirip kendileri böyle olmadığını için yaşlı olmadığını aktaran katılımcıların deneyimleri aşağıda yer almaktadır.

“Ben hala şımarabilen, sokakta giderken takla atabilen, 20 yaş grubu çok arkadaşı olan biriyim. İçimdeki çocuğu, çılgınlıklarımı, kaybetmedim. Motora binme, şık giyinme, saçımı uzatıp bağlama duygumu kaybetmedim. Hala bir yerlerde konser vermek, hala sergi açmak, hala tango yapıp tango öğretmek, hala festival yapıp orda gösteriye çıkmak istiyorum. Bundan dolayı yaşlı olduğumu düşünmüyorum.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

“İnsanın bir gönül yaşı var bir de nüfus yaşı var. Siz ruhen hangisine yakınsanız onu yaşıyorsunuz. Mesela birçok arkadaşım 65 yaşın üstünde olduğumu pandemi döneminde sokağa çıkamadığım zaman öğrendi ve şok oldu. Çünkü çok enerjiktim, rahattım, espriliydim onlardan hiçbir farkım yoktu. Hatta bazı konularda onlardan daha gençtim.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Eğer gönlümü bırakırsam her şeyden vazgeçersem aman burası da batsın ne edeceğim bunları dersem o zaman yaşlanırım anladın mı? Ben öyle ihtiyar gibi değilim. Genç gibiyim. Giyimime dikkat ederim, sonra gülerim, eğlenirim.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

Yaşlılık dönemini ele alan kuramlardan biri olan aktivite kuramı yaşlılık döneminde aktif olmanın önemli olduğunu vurgulamaktadır. Yaşlıların önceki

yaşam dönemlerinde aktif olmalarını sağlayan faaliyetleri devam ettirmeleri, devam ettiremeyenlerin yerlerine yenilerini koymaları gerektiğini belirtmektedir. Ayrıca yaşlıların toplumun onları izole etme yönündeki tutumuna direnmeleri gerektiğini savunmaktadır (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 10). Aktivite teorisi insanları birbirlerinden ayıran unsurun yaştan ziyade, etkin olup olmama ve çevrelerine yarar sağlayıp sağlamama olduğunu belirtmekte, pasif olmanın yaşlıların toplumdan soyutlanmalarına ve işe yaramaz oldukları yönünde inançlar geliştirmelerine neden olduğunu savunmaktadır. Bu çalışma kapsamında görüşülen bazı katılımcıların yaşlı olmaya ilişkin deneyimlerinin aktivite kuramıyla örtüştüğü anlaşılmıştır. Nitekim katılımcıların ifadelerinden iyi hissetmek, hareketli ve enerjik olmak, giyimine dikkat etmek ile huysuz olmamak gibi davranışları gençlik dönemiyle özdeşleştirdikleri ve bu davranış örüntülerine sahip oldukları için yaşlı olmadıkları yönünde algıya sahip oldukları anlaşılmaktadır. Ayrıca kent kökenli, eğitim düzeyi yüksek ve ekonomik durumu iyi olan bazı katılımcılar da yaşlı hissetmemelerine ek olarak topluma ve çevrelerine katkı sundukları ya da önceki yaşam dönemlerinde sahip oldukları rutinelere devam ettikleri için yaşlı olmadıkları yönündeki düşüncelerini paylaşmışlardır.

Denizli'de gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlı katılımcılar bedenlerinde meydana gelen fiziksel değişimlere ve yeni bir takım sağlık sorunlarına rağmen ruhen genç hissettiklerini ve genç gibi davrandıklarını ifade etmişler ve kişinin yaşlı olarak tanımlanmasında bedensel özelliklere değil, ruhuna bakılması gerektiğini vurgulamışlardır (İçli, 2010, s. 5). Ankara'da 65 yaş ve üstündeki bireylerle gerçekleştirilen bir çalışma da eğitimin yaşlı hissetme üstündeki etkisini gözler önüne sermektedir. Bu çalışmada okuma yazma bilmeyen katılımcıların %82,7'sinin yaşlı olduklarını düşündükleri, üniversite mezunları arasında ise bu oranın %26,7'ye kadar gerilediği tespit edilmiştir (Karaağaoğlu ve Karakaya, 2004, s. 9). Katılımcıların yaşlı olmadıklarına ilişkin ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Eğer siz aktifseniz ondan sonra topluma ya da kendinize halen bir şeyler katabiliyorsanız ve bir yerde dediğim gibi çok da fazla yük olmuyorsanız o zaman niye yaşlı olursunuz ki. Ama toplum ve devlet politikaları evet öyle diyor. Yani bence haksızlık.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

“Belli bir siyasi kimliğim var, angajmanım var. Bu çerçevede mesela bir haber sitesi var belirli periyotlarla yazım yayınlanıyor benim orada. Sonra mesela bir süre önce kitabım çıktı. Daha önce başka kitaplarım da vardı. Yani bunu anlatmaya çalışıyorum. Yazar olarak işte dünyayı Türkiye’yi değerlendirip buradan bir şeyler üretme anlamında topluma faydam olduğunu düşünüyorum. Bundan dolayı yaşlı olduğumu düşünmüyorum.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

Yaşlılık döneminin, gerileme, hastalık veya toplumdaki çekilme gibi olgularla ele alınmasının altında toplumun yaşlılara yönelik ayrımcı düşünceleri ve yaşlılık dönemini hastalık, zayıflık ve muhtaçlık olarak nitelendiren medikal yaklaşımın etkisi yer almaktadır (Sever, 2018, s. 3). Bazı katılımcıların, günlük işlerini ve öz bakımlarını bağımsız bir şekilde gerçekleştirebildikleri, bir diğer ifade ile medikal modelin ürünü olan yaşlılar muhtaç ve zayıftır genellemesine uymayarak, “kendi işimi görüyorum” bundan dolayı yaşlı değilim algısına sahip oldukları görülmüştür. Yaşlıların kendilerine ilişkin bu şekildeki olumsuz yargıları maruz kaldıkları yaşlı ayrımcılığını pekiştirmekte ve yaşlıların toplumsal bir fail olabilme becerilerini azaltmaktadır (Kalaycıoğlu, 2016, s. 159). Bu katılımcıların deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Valla bana göre gencim bilmiyorum sen ne dersin. Kendi işini yapamayanlar, muhtaç olanlar yaşlıdır. Çok şükür ben kendi işimi yapıyorum, kendi başımın çaresine bakıyorum.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

“Birçok melekelerini kaybeden, sağlık sorunları olan insan yaşlı sayılır. Yaşlı derken yıl olarak algılamıyorum ben kalkamaz, yürüyemez, yatamaz, yiyemez, içemez kişidir. Ama ben yaşlı değilim çünkü o tür emareler yok bende. Kendi işimi kendim yaparım kimseye bağlı değilim. Kendimi yaşlı grubunda saymıyorum ben.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

Bazı kent kökenli katılımcılar da yaşlı olarak nitelendirilmelerine sebep olacak fiziksel belirti göstermediklerini, yaşlanmaya bağlı herhangi bir değişim ile rahatsızlığa sahip olmadıklarını ve sosyal çevrelerinden kopmadıkları için yaşlı olmadıklarını düşünmektedirler. Bu bulguyla örtüşen şekilde, büyük çoğunluğu

yaşlılardan oluşan katılımcıların yer aldığı bir çalışmada, yaşlıların, güçten düşmüş, fiziksel olarak kayıp yaşamış, zekâsı gerilemiş, sağlık sorunları yaşayan, ağrı çeken, huysuzlaşan, duygusallaşan, çocuklaşan, aksileşen, artık sözü geçmeyen, statü kaybeden, yorgun, güçsüz, kimsesiz, bakanı olmayan, kendini izole eden, toplumdan elini eteğini çeken, kendi işini kendi göremeyen kimseler olarak nitelendirdikleri ortaya konulmuştur (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 52). Fiziksel belirti göstermedikleri için yaşlı olmadıklarını düşünen katılımcıların deneyimleri aşağıdaki şekildedir.

“Ben yaşlı hissetmiyorum kendimi yani öyle düşünüyorum bilmiyorum. Belki hani kilo falan almadım, hani fiziksel olarak da pek öyle göstermediğimi söylüyorlar. Ben hala hareketli bir insanım, aktif bir insanım. Yaşa bağlı hastalıklarım yok.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

“Çevremden kopmamaya çalışıyorum. Yani ben hala arkadaşlarımla görüşüyorum, evime misafir kabul ediyorum. Kendi günlük işimi yapıyorum. Bulmaca çözüyorum, alışveriş yapıyorum neden yaşlı olayım ki?” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

4.1.1.2. “Altmışından Sonra Hissediyorum Yaşlandığımı”

Yaşlanma algısı, yaşam boyunca şekillenen ve her yaşlının yaşam deneyimleri, eğitimleri, inançları ve değer yargılarının bir ürünüdür. Yaşlanma algısı sağlığın ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesini içerir (Kalaycı, Özkul ve Tuna Uysal, 2021, s. 154). Bu çalışma kapsamında görüşülen katılımcıların yaşlı olmaya ilişkin düşünceleri genel olarak yaşlı olmadıkları yönünde olsa da alanyazınla örtüşen şekilde sağlık durumu ile ekonomik durumun katılımcıların yaşlı hissetmelerini etkileyen önemli sosyodemografik değişkenler olduğu görülmüştür. Nitekim katılımcıların deneyimleri kent kökenli, eğitim düzeyi yüksek ve sağlık durumu iyi olanların genellikle kendilerini yaşlı olarak değerlendirmediklerini buna karşın kır kökenli olanların ve daha düşük sosyodemografik özelliklere sahip olanların yaşlı olduğunu düşündüklerini ortaya çıkarmıştır.

Sağlık durumu iyi olmayan katılımcılar, önceki yaşam dönemlerine göre fiziksel açıdan güçlüklerle karşılaştıklarını ve daha çabuk yorulduklarını bundan ötürü artık yaşlandıklarını hissettiklerini aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“55-60’a kadar yaşlı hissetmiyordum genç kız gibiydim. Altmışından sonra hissediyorum yaşlandığımı. Fizikten de belli oluyor hareketlerden, yürümeden, iş yapmadan her şeyden belli oluyor. Gençken mesela bir evi temizlemede hiç yorulmuyorsun, 2-3 ev temizlersin ama şimdi bir evi temizleyemiyorsun yani yaş ilerleyince.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

“Ben aslında yaşlı olduğumu düşünmüyordum da son zamanlarda yaşlı olduğumu anladım. Ya bak az önce pazara gittim annem ben şurayı zor çıktım. Ben kalçalarımı zor götürdüm, üç kere oturdum o yolu yokuşu çıkıncaya dek. Eskiden şimşek gibi çıkardım yavrurum. Bu sefer dayandım dayandım (dinlenmek için duvara yaslanmış), niyeyse kalçalarım hiç tutmuyor bacaklar düşüyor.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Yaş ilerledikçe aile üyelerinin eğitim, evlenme ve çalışma gibi nedenlerden ötürü evden uzaklaşmaları ve eş başta olmak üzere sosyal çevrelerinde yer alan kişilerin kaybedilmesi sonucunda yaşlıların sosyal ağları küçülmekte ve bunun sonucunda yalnızlaşmaktadırlar (Ü. Şentürk, 2020, s. 196). Eş ve akranlarını kaybeden ve bundan ötürü yalnızlaşan bireylerin yaşlı olduklarına dair düşünceleri kuvvetlenmektedir. Yaşlılık dönemini açıklamayı hedefleyen teorilerinden biri olan geri çekilme teorisi, yaşlanmanın bireyin toplumdan çekilmesine sebep olan doğal bir süreç olduğunu kabul etmekte, yaşlının toplumdan geri çekildiği süre zarfında mutlu olacağını iddia etmektedir. Bu kuram yalnızlaşan ve rolleri azalan yaşlıların toplumdan soyutlanmalarını oldukça normal bir olgu olarak değerlendirmektedir (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 10). Bu çalışmada da bazı katılımcıların eşlerinin vefatından sonra yaşlı olduklarını düşünmeye başladıklarını gösteren ve geri çekilme teorisiyle örtüşen deneyimleri bu durumu doğrulamaktadır. Katılımcılar konuya ilişkin deneyimlerini aşağıdaki anlatılarda olduğu şekliyle aktarmışlardır.

“Aslında eşim öldükten sonra yaşlandığımı fark ettim. Yani birimiz gidince X bak yaşlandın dedim kendi kendime.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Yaşlandık tabi oğlum. Mesela dün benim bir tanıdığım öldü pat diye. Ölen tanıdığım benle yaşıtı. İşte yavaş yavaş arkadaşlarım da hep gidiyorlar benle yaşıtı olanlar, yani bana da az kaldı demektir bu. Zaten amcan vefat ettiğinden beri böyle düşünüyorum. Her an bekliyorum.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

Bazı katılımcılar geçirdikleri ameliyat ya da tedaviden sonra yaşamlarına eski rutinleriyle devam edemediklerini ve bundan ötürü yaşlı hissetmeye başladıklarını, bunun öncesinde yaşlı oldukları yönünde bir algılarının olmadığını aşağıdaki ifadelerle açığa çıkarmışlardır.

“Ya bir iki sene öncesine kadar düşünmüyordum yani kendimi daha genç, daha enerjik hissediyordum. Fakat iki sene önce işte kalp ameliyatı geçirdim by-pass. Ondan sonra zonaya yakalandım. Çok hırpaladı beni bir buçuk sene geçmesine rağmen sancıları tamamen sıfırlamadı. İki seneden beri de enerjimin azaldığının farkındayım ve bu durumdan ötürü yaşlı hissetmeye başladığımı söyleyebilirim.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

“Millet der ki sen genç görünüyorsun bana. Ben şimdi hasta olunca göçtüm. Ameliyattan sonra tüm bu işleri azalttım. Artık bahçeyi çok ekmiyorum. Kendimi eskisi kadar yoramıyorum. Eskiden ekmeğimi bile kendim yapardım. Şu an çok şeyi dışarıdan alıyorum. Yani ben bu ameliyatı olana kadar gençtim ama bu ameliyattan sonra yaşlandım.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

Bazı katılımcılar, biyolojik, fizyolojik ya da psikolojik belirtilere sahip olmadıkları ve hatta yaşlı hissetmedikleri halde resmi/kronolojik yaşlarından ötürü yaşlı oldukları gerçeğiyle karşılaştıklarını belirtmişlerdir. Yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, kadınların 50 ile 80 yaş arasındakileri yaşlı olarak nitelendirdikleri, erkeklerin ise yaşlılık dönemi üst sınırını 88 yaşına kadar çıkardıkları lakin her iki cinsiyete de mensup katılımcıların 60 yaşından sonrasını güçten düşülen ve verimsiz bir dönem olarak nitelendirdikleri görülmüştür (Küçük, 2016, s. 39). Başka bir çalışmada da yaşlılara yaşlılık döneminin kaç yaşında başladığı sorulmuş ve katılımcıların yanıtlarının ortalaması 63 olarak hesaplanmıştır. Bununla birlikte yaşlı katılımcıların %40'ının kendilerini yaşlı hissetmedikleri ve %80'inin fiziksel görünüşlerinden memnun oldukları fakat sosyoekonomik düzey düştükçe yaşlı hissetme ve görünüşünden memnun olmama oranının yükseldiği bulunmuştur (Özmete vd., 2012, s. 54-56). 3740 yaşlı bireyle gerçekleştirilen bir

çalışmada katılımcıların %75'inin kronolojik yaşlarından daha genç hissettikleri, %14'ünün kronolojik yaşlarında hissettikleri ve yalnızca %11'inin kronolojik yaşlarından daha yaşlı oldukları yönünde hisse sahip oldukları tespit edilmiştir (Thyagarajan vd., 2019, s. 4). Bu sonuç kronolojik yaşın yaşlanma sınırını belirlemede tek başına yeterli olmadığını gözler önüne sermektedir. Alanyazında yer alan bulgularla örtüşen ve kronolojik yaşlarından dolayı yaşlı hisseden katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıdaki şekildedir.

“68 yaşındayım ben. Sigortacı olduğum için de biliyorum. Emeklilik yaşı 65 olduğu için bu yaşı geçenler resmi işlemlerde, bankalarda orada burada yaşlı sayılıyor. Ben de bundan dolayı artık yaşıyım. Yani kimliğime baktı mı biri bana amca diyor, abiliği geçtim artık.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

“Tabii yaşlandık yavrum. Şubat'ın 5'inde 80'e girdim. Yalnız yaşıma deyince kimse inanmıyor. Geçen fatura ödemeye gitmiştim. Sıradan biri sen 70 var mısın diye sordu, 80 deyince inanmadı. Yalnız kimlikte de yaş belli, vücut belli. Yaşlandık tabii ki oğlum.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

4.1.2. Yaşlılık Dönemine İlişkin Değerlendirmeler: “Eskiden turp gibiydik şimdi döndük hıyara”

Bu alt tema altında katılımcıların yaşlılık dönemine ilişkin değerlendirmeleri ve bu dönemi nasıl anlamlandırdıkları hakkındaki ifadeleri yer almaktadır. Katılımcıların yaşlılık dönemine ilişkin değerlendirmeleri ele alındığında yaşlılık dönemini hastalıklarla ve kendini idare edememekle ilişkilendirdikleri ve bazılarının da yaşlılık dönemini doğal bir süreç olarak gördükleri görülmektedir.

Toplumun ve hatta yaşlıların kendilerinin de sahip oldukları önyargılardan ötürü büyüme ve olgunlaşma dönemi olan yaşlılık (Arpacı, 2005, s. 16) hastalıkların olduğu ve aktif yaşamın dışında geçirilen bir dönem olarak nitelendirilse de bu düşünce yanıltıcıdır. Yaşlıların sağlık durumu çeşitlilik göstermektedir. Sosyal sınıf ve toplumsal cinsiyet yaşamın genelinde olduğu gibi yaşlılık döneminde sağlık durumunu etkileyen iki unsurdur (Arun, 2016b, s. 9). EUROSTAT tarafından yayınlanan ve bu savı doğrulayan verilere göre gelir ve algılanan

sağlık düzeyi arasında doğrusal bir ilişki bulunmaktadır. En düşük %20'lik dilimde yer alan yaşlıların %30,1'i sağlık durumunu iyi veya çok iyi olarak nitelendirirken, en yüksek %20'lik dilim içinde yer alan yaşlılarda sağlığını iyi veya çok iyi olarak nitelendirenlerin oranı %52,6'dır (EUROSTAT, 2020, s. 56). Bu çalışmada da bazı katılımcılar, alanyazınla örtüşen şekilde sahip oldukları hastalıklara yaşlılık döneminin sebep olduğunu belirtip yaşlılık dönemini hastalıkların olduğu bir dönem olarak nitelendirmişlerdir. Katılımcılar hastalık sayısı ya da hastalığın yaşamları üzerindeki olumsuz etkileri arttıkça daha yaşlı hissettiklerini ifade etmişlerdir. Halbuki bireylerin yaşlılık dönemlerinde hastalıklarla karşılaşmalarının ve sağlık durumlarının iyi olmayışının yalnızca yaş almış olmalarından kaynaklandığı savı doğru değildir. Yaşlıların sağlık durumu kuşkusuz yaşam seyirleri boyunca sahip oldukları yaşam tarzı ve koşulların sonucudur. Daha açık ifade etmek gerekirse önceki yaşam dönemlerinde ağır koşullarda çalışarak bedeni yıpranmış, sağlık hizmetlerine erişememiş, sürekli strese maruz kalmış bireylerin yaşlılık dönemlerinde hastalıklarla karşılaşmama ihtimalleri düşüktür. Bu katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Eskiden turp gibiydik şimdi döndük hıyara. Ben de öyleyim. Eskiden ne rahatsızlığım vardı ne ilaç kullanırdım. Şimdi tansiyonlar şunlar şekerler bunlar falan filan yaşlılık hastalıkları öyle gösteriyor kendisini.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

“Şu an kendimi çok yaşlı hissetmiyorum genelde ama işte daha bir hastalık derecem ilerledikçe ayaklarım, dizlerim ağrıdıkça yaşlılık kendini hissettiriyor, ben buradayım, kendini unutma diyor.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“Valla hiç tarif edilmeyen bir şey yavrumsun, diyorsun ki, ben nasıl geldim bu yaşa nasıl, bazen şarkıdaki gibi diyorum ki nasıl geçti habersiz o güzelim yıllarım. Bazen aynada yüzüne bakıyorum, eski resimlerime bakıyorum. Gençlik gibi olur mu diyorum, ne güzeldim diyorum. Şimdi kırıştım diyorum, bir sürü hastalığım var diyorum.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle).

Yaşlılar toplum tarafından güçten düşmüş, fiziksel ve zihinsel açıdan gerilemiş, heves ve arzularını yitirmiş, sağlık sorunları olan, hasta, duygusal, tahammülsüz, statü kaybeden, tat almayan, yorgun, bakını olmayan ve kendi işini göremeyen kişiler olarak nitelendirilmektedirler (Monahan, Macdonald, Lytle, Apriceno ve

Levy, 2020, s. 890; Nymberg vd., 2019, s. 46). Yaşlılık dönemini açıklama çabasındaki teorilerden en eskisi olan eksiklik teorisi de yaşlılık dönemini benzer şekilde ele almaktadır. Yaşlılığı yalnızca biyolojik bir süreç olarak ele alan bu teori insanların yaş aldıkça, yeteneklerinde gerileme ve zekâ seviyelerinde düşme meydana geldiğini ve yaşlıların sahip oldukları olumsuz özelliklerden ötürü toplumdaki diğer bireylerden ayrıldığını savunmaktadır. Savlarına temel olarak da Amerika Birleşik Devletleri Ordusu'nun asker ihtiyacını nitelikli personel ile karşılamak için Amerikan Psikoloji Derneği tarafından geliştirilen zekâ testlerinde 30 yaşından büyük kişilerin skorlarının git gide düşmesini göstermektedir (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 9). Eksiklik teorisi bireylerin yaşlanma sürecinde karşılaştıkları kayıpların sebeplerini ve yaşlılar açısından önemini sorgulamamakta yaşlılığı “çocukluğa geri dönüş” olarak tasavvur etmekte ve bu durum yaşlıların “bağımlı” olduğu yönünde yaygın bir inancın oluşmasına sebep olmaktadır (Tufan, 2016). Bazı katılımcılar, alanyazın ve her ne kadar günümüzde geçerliliğini yitirmiş olsa da eksiklik teorisiyle örtüşen şekilde, yaşamlarını başkasının desteğine gereksinim duymadan bağımsız bir şekilde idame ettirme noktasında yetersizlik yaşadıklarını ve içinde buldukları durumun yaşlı olmalarından kaynaklandığını aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“Yaşlılık kötü bir şey. Benden daha yaşlı olanların eli ayağı tutmuyor ya da bastonla geziyorlar. Birinin yardımı olmadan yaşamları çok zor oluyor. Yemek yapmak, doktora gitmek gibi şeyleri bir başına halledemiyorsun.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

“Yaşlılar her türlü ihtiyaçlarını gidermede sorun yaşıyorlar. Kendi kendilerine idare edemiyorlar. Yani bundan dolayı zor bir dönem. Allah torunların filan da vicdanlı merhametlisini versin. Komşunun bile merhametlisi yaşlısın diye kapını çalıyor yardımcı oluyor. Yani yakınlar olmasa, onların desteği olmazsa tek başına yaşanabilecek bir dönem değil. Eski kuvvet kalmıyor ki.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

Ankara'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların sosyoekonomik düzeyleri yükseldikçe sahip oldukları sağlık sorunlarının azaldığı, yaşlılık dönemine uyumlarının arttığı ve yaşama bakışlarının olumlu olduğu tespit edilmiştir (Görgün Baran vd., 2005, s. 263). Bu çalışmada da alanyazınla örtüşen

şekilde ekonomik durumu iyi olan kent kökenli katılımcıların sağlık durumlarına ilişkin değerlendirmelerinin ekonomik durumu kötü olan katılımcılara göre daha olumlu olduğu anlaşılmıştır. Ekonomik durumu iyi olanların sahip oldukları ekonomik sermaye sayesinde daha sağlıklı beslenebilmeleri, ihtiyaç duydukları sağlık hizmetlerini piyasadan alabilecek imkânlarının olması ve sosyal sermayelerinin onlara sağladığı bağlantılar sonucunda hekime erişimlerinin daha kolay oluşu gibi etmenlerin bu duruma katkı sağladığı düşünülmektedir. Ayrıca sahip oldukları ekonomik sermaye sayesinde önceki yaşam dönemlerinde bedenen daha az yıpranacakları işlerde çalışmış olmalarının da yaşlılık döneminde zinde kalmalarını kolaylaştırdığı anlaşılmaktadır.

Çoğunluğu kent kökenlilerden oluşan ve sağlık durumu iyi olarak nitelendirilebilen katılımcıların ifadeleri yaşlılık dönemine ilişkin olumsuz bir düşünceye sahip olmadıklarını ve yaşlılığı yaşam döngüsü içinde olağan bir süreç olarak değerlendirdiklerini ortaya çıkarmaktadır. Bu katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Normal karşılayacaksın ya dünyanın kuruluşu bu geleceksin, yaşayacaksın ve gideceksin. Bunun için vah bana ne olacak şöyle olacak böyle şeyleri düşünmeye bile değmez. Mühim olan dediğim gibi güzel yaşayabilmek. Hısımınla akrabanla çoluğunla çocuğunla kimseyi kırmadan insanlarla dünyanın güzelliklerini paylaşmak.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Yaşlılık gayet normal yani doğduğumuz gibi yaşlı ağaçlar yapraklar çiçekler onlarda öyle normal yani gayet normal yavaş yavaş yaşlanacağız işte elden ayaktan düşmemek mühim olan o.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Yaşlılık doğal bir şey. Günü zamanı geldi mi ihtiyarlıyorsun. Bu ömürde olacak bir şey. Ha bizim gibi gençliğinde cefa çekenler, yoksul olanlar erken ihtiyarlıyor o ayrı ama bir eli yağda bir eli balda olan, dert çekmeyen, kaynanası olmayanlar ise daha geç yaşlanıyor.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Bazı katılımcılara ait yukarıdaki ifadelerde yer alan “mühim olan elden ayaktan düşmemek”, “ele ayağa koymamak” şeklindeki ifadeler katılımcıların “doğal bir süreç” olarak değerlendirdikleri yaşlanma döneminde olabildiğince bağımsız olmayı, bakım ve destek gereksinimi duymayacak şekilde yaşamlarını devam

ettirmeyi arzuladıklarını göstermektedir. Bu katılımcıların mevcut koşullarında meydana gelebilecek olası olumsuz değişimlerin yaşlılık dönemine ilişkin değerlendirmelerini değiştirebileceği düşünülmektedir.

4.1.3. Yaşlı Kişiyi Tanımlamaya Yönelik İfadeler

Yaşlılığa ilişkin değerlendirmeler temasının üçüncü alt teması olan “yaşlı kişiyi tanımlamaya yönelik ifadeler” teması altında katılımcıların yaşlı kişiyi nasıl tanımladıklarını ve yaşlı olma olgusuna ne tür anlamlar yüklediklerini açığa çıkaran anlatılar yer almaktadır.

Yaşlılık deneyimi kişinin sağlık, sosyal ve psikolojik durumuna, içinde bulunulan topluma, yaşanılan döneme, kültüre ve bulunulan yere göre farklılaşan bundan ötürü oldukça sübjektif bir niteliğe sahip olan bir dönemdir (Arun, 2017, s. 26). Bu alt tema altında sunulan anlatılara bakıldığında katılımcıların yaşlı kişileri genellikle olumsuz çağrışımlı olan kavramlar kullanarak tanımladıkları görülmektedir. Katılımcıların yaşlı kişiyi betimleyen düşünceleri incelendiğinde; yaşlı olmayı sağlık, fiziksel belirti, güç azalması gibi fizyolojik özellikler ve toplumdan soyutlama, muhtaçlık, huysuzluk gibi psikolojik özellikler üzerinden tanımladıkları anlaşılmaktadır. Bu alt tema altındaki ifadeler iki kategori altında toplanmıştır.

4.1.3.1. Fizyolojik Açıdan Yaşlı: “Yaşlı demek hasta demek”

Katılımcıların sağlık olgusu ve yaşlılık dönemi arasında, daha önceki bölümlerde görüldüğü üzere, yakın ilişki kurduğu ve yaşlı kişiyi tanımlamaya yönelik ifadelerinde “yaşlı kişi sağlıksızdır” vurgusunun kır kökenli, eğitim durumu düşük, ekonomik durumu kötü ve sağlık durumu iyi olmayan katılımcılar başta olmak üzere neredeyse tüm katılımcılar tarafından ön plana çıkarıldığı görülmüş ve bu durum yaşlı kişiyi tanımlamaya yönelik deneyimlere de yansımıştır. Yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, süregelen hastalıklar, eş kaybı, yalnızlık hissi, maruz

kalınan ayrımcılık ve toplumsal dışlanma gibi etmenlerin katılımcıların yaşlı hissetmelerine neden olduğu ortaya konulmuştur (Sever, 2018, s. 146). Başka bir çalışmada da sağlık durumu iyi olmayan yaşlıların, sağlık durumu iyi olanlara göre daha yalnız, kaygılı, hüzünlü ve çaresiz hissettikleri, hayattan daha az keyif aldıkları ve geleceğe ilişkin daha karamsar oldukları sonucuna ulaşılmıştır (Aközer, Nuhurat ve Say, 2011, s. 115-116). Yaşlı kişiyi sağlıksız ve hasta kişi olarak tanımlayan katılımcıların değerlendirmeleri aşağıda sunulmuştur.

“Güçsüzlüğün olur, yemeğini az yersin, uykusuzluğun olur, yaptığın işi ondan sonra beğenmezsin, ağzında diş kalmıyor, saçlar kalmıyor ondan sonra nerde o simsiyah saçların diyorsun, karyagdı gibi oldu diyorsun işte idare maslahat deyip ondan sonra bakıyorum işime. Hastalıklar çıkıyor. Gönül de düşüyor. Uykusuzluk hep oluyor.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Eski şeyinizi biraz kaybediyorsunuz ondan sonra evde kalmanız icap ediyor. Ağrınız oluyor, hareketsizliğe bağlı hastalıklar ve sağlık sorunları ortaya çıkıyor. Bir olumsuzluk başladı mı gerisi çorap sökücü gibi geliyor. Yaşlı demek hasta demek.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“Yavrum yaş 70 iş bitmiş. 70’ten sonrası yani yaşıyorsun işte ama kılçıkla, gidiyor günlerin. Yaşlı yürüyemez. Zorlanır. Destek ister. Birinin yürüyüşüne baktın mı yaşlı olup olmadığını anlarsın. Çünkü hastalıklardan dolayı ağır aksak yürür.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Katılımcıların yaşlı kişiyi fiziksel açıdan tanımlayan ifadelerinde sağlık sorunları kadar ön plana çıkan bir diğer unsur ise fiziksel özelliklerdir. Katılımcılar, yaşlı kişilerde, yaşlı olduklarını ortaya çıkaran veya onları yaşlı olmayanlardan ayıran bir takım fiziksel belirtilerin olduğunu aşağıdaki gibi ifade etmişlerdir.

“Bak senin suratında ne güzel buruşuğun yok, eğriliğin yok. Ama bana bak buruşmuşum, dişlerim dökülmüş. Hah yani ben anlıyorum ki yaşıyım ben yaşlanmışım diyorsun. Kendime otur diyorum.” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“İhtiyarların vücudu dik durmaz, elinde bastonu olur, ilacı olur ne bileyim herkesin değişik. Herkes farklı. Hareketleri yavaş olur, gücü yetmediğinden kalkamaz oturamaz.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Kimisinin saçına bakarım beyaz mı diye. Çoğu ihtiyarların ağarmıştır saçları, saçı dökülmüş olanlar da vardır. Beden görünümünde genç gibi değildir daha farklıdır, biraz daha kamburlaşmıştır yani. Yürüyüşü değişmiştir.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

Yaşlıların eğitim durumu, ekonomik durum, meslek ve toplumsal konum gibi konularda eşit imkânlarla sahip olmadıkları göz önünde bulundurulduğunda yaşlılığın ve yaşlanma deneyiminin her birey için farklı olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir (Görgün Baran, 2018, s. 589). Bazı katılımcıların deneyimlerine bakıldığında yaşlı kişiyi tanımlarken bedensel gücü ön plana çıkardıkları, yaşlıların gençlere göre daha güçsüz oldukları yönünde kanıya sahip oldukları anlaşılmıştır. Yaşlıyı gücü azalan kişi olarak tanımlayanların ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Valla çabuk yoruluyorsun. İş yapmak istemiyorsun. Önceden 70 yaşında hiç böyle değildim. Eskisi gibi gezmek mümkün olmuyor çünkü yoruluyorum. Ben eskiden yorulmuyordum, geziyordum.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

“Yaşlılık öyle güçlü olunan, para kazanılan bir dönem değil. Yattığın ve başkasına bağlı olduğun bir zaman. Yani bir gençken yaşantın başka bir de ihtiyarlayınca yaşantın başka şu merdivenlerden çıkarken mesela gençken onu sen iki dakikada çıkmışsındır ama ben bir saatte çıkıyorum.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

Kır kökenlilerin yoğunlukta olduğu katılımcılar, yaşlı kişiyi fiziksel belirti ve güçsüzlüğe ilişkin deneyimlerle örtüşen şekilde tek başına yaşamını idame ettiremeyen ve dışarıdan destek alma gereksinimi duyan kişi olarak tanımlamışlardır. Bu katılımcıların konuya ilişkin düşünceleri aşağıda yer almaktadır.

“Hani yürüyemeyenlere, hani bakıma muhtaç olanlara yaşlı derim. Bir iş göremiyorlar. Yani başkasına muhtaçlar, ekmeğini alamayan, aşını yapamayan yaşlıdır.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

“Bence insanlar yaşantılarını idame edemiyorsa o zaman yaşlı denir. Mesela kendine bakamadığı zaman insan yaşlı olur. Kendine bakamayacak duruma geldiğinde atıyorum bir ekmek almaya gidemezse atıyorum işte bir bardak

suyunu içemezse atıyorum işte bir tabak yemeğini önüne koyamıyorsa yaşlı bunlardır yani bence.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan).

4.1.3.2. Psikolojik Açıdan Yaşlı: “Dünyadan elini eteğini çekip ölümü bekleyendir.”

Bazı katılımcıların yaşlı kişiyi tanımlayan ifadelerinde fizyolojik unsurlardan ziyade psikolojik noktalara değindikleri görülmüştür. Yaşlı kişiyi daha çok psikolojik özelliklerden hareket ederek betimleyen katılımcılar yaşlıları hayattan vazgeçmiş, huysuz, kendini toplumdan soyutlayan ve ölüme yaklaşmış kişiler olarak değerlendirmişlerdir. Halbuki aktif bir yaşama sahip olan, boş zamanlarını değerlendirebilen ve yaşamında sosyal faaliyetlere yer verebilen yaşlıların daha yüksek bir yaşam tatmini ile daha olumlu bir benlik duygusuna sahip oldukları, geleceğe umutlu baktıkları ve yaşlılık dönemindeki olumsuzluklara daha az odaklandıkları düşünülmektedir (Sever, 2018, s. 125). Yaşlı kişiyi psikolojik bağlam kullanarak hayattan vazgeçmiş bireyler olarak kavramsallaştıran katılımcıların ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Bence yaşlı dünyadan elini eteğini çekip ölümü bekleyendir. Bilmiyorum yani yaşam sevinçleri yok içlerinde bilmiyorum niye öyle yapıyorlar.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Hayattan ümidini kesmiş olanlara yaşlı derim. Evde oturup hiçbir şey yapmadan vakit geçirenlere yaşlı derim. Bu durumu kendilerine yaptıkları haksızlık olarak görürüm.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

“Yaşlı bence var ya artık şurası (kalbi) çarpmayan artık kalkıp ta dışarı gezmeye gitmeyen arkadaş bulmak için çaba sarf etmeyen kişidir.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

Süreklilik teorisi, bireylerin sahip oldukları ilişki, rol ve sorumlulukları sürdürme motivasyonuna sahip olmalarına rağmen yaşlılık döneminde yitirdiklerini söylemektedir. Diğer yandan yaşlılık döneminde bireylerin toplumdan izole olmamaları için mevcut alışkanlık ve rollerini korumaları gerektiğini ve bundan ötürü kaybettikleri rol ve sorumluluklar yerine yeni rol, sorumluluk ve görevler üstlenmeleri gerektiğini savunmaktadır. Süreklilik teorisi, yaşlanma sürecinde

kazanılan becerilerin kimlik ve özgüvenin korunması için oldukça elzem olduğunu vurgulamaktadır (Eroğul ve Zabun, 2021, s. 642). Yaşlılık döneminin kişinin “en mutsuz yaşam dönemi” olmaması için emeklilik ile birlikte kaybedilen rollerin yerlerine yenilerinin konmasının önemli olduğunu, toplumdaki soyutlanmamak için çaba harcanması gerektiğini ve yaşlıların kendilerine hala ihtiyaç duyduğunu görmelerinin yaşam motivasyonlarını arttıracaklarını savunmaktadır

Bazı kent kökenli katılımcılar, yaşlı kişiyi tanımlarken, süreklilik teorisinin unsurlarını ön plana çıkararak, sosyal ilişkilerin azaltılması, toplumdaki izole olunması, kamusal alanlarda bulunmanın tercih edilmemesi ve aktif olunmaması noktaları üstünde durmuşlardır. Bir çalışmada sosyal, kültürel ve ekonomik sermaye sahibi olan ve bu sayede yaşamlarını aktif bir şekilde sürdürerek kendini toplumdaki izole etmeyen katılımcıların kendilerini yaşlı hissetmedikleri, sosyal çevreleriyle görüşmeye, istedikleri etkinliklere katılmaya ve hobilerini gerçekleştirmeye devam ettikleri tespit edilmiş ve bu kişilerin yaşlılık döneminde önceki yaşam dönemlerine göre çok değişik yaşamadıklarını düşündükleri anlaşılmıştır (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 87). Bourdieu da bireyin sahip olduğu sermayenin büyüklüğü ile toplum içerisinde dahil olduğu ya da etki ettiği sosyal ağların büyüklüğü arasında orantı bulunduğunu belirtmektedir (Gerşil ve Keskin, 2018, s. 161). Bu noktadan hareket edildiğinde yeterli sermayeye sahip olan yaşlıların üye oldukları veya etki sahibi oldukları ağlar aracılığıyla sosyalleşebildiği, yeterli sermayesi olmayan yaşlıların ise kendilerini toplumdaki geri çekmek durumunda kaldıkları anlaşılmaktadır. Kendini toplumdaki çeken kişilerin yaşlı olduğunu düşünen katılımcıların ifadeleri aşağıda aktarılmaktadır.

“Valla yaşlı demek kendini her şeyden soyutlayıp bir köşede oturan bir insan benim için yaşlı. Ne bileyim bir şeye faydası olmayan, yani bulunduğu durumu daha da böyle abartan insandır. İşte çok yaşlandım ben diye gezer.”
(Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Bazı arkadaşlarımız var hani rektörlük yapan, öğretim üyeliği yapmış emekli olmuş profesör. Şimdi onlara baktığım zaman evlerine kapanıyorlar kendi başınalar. İnsanlardan kopmuşlar. İşte bunlar yaşlı olarak tanımlanır.”
(Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

“Kuşadası’na gitmişim o kalabalığı görünce lanet olsun bir daha gitmem dedim. Bu ne korkunç kalabalık dedim. Anlatabildim mi yani belki genç olsa insan ne biliyim 20- 30 yaşlarında olsa o kalabalık rahatsızlık verici gelmez ama artık veriyor. Kalabalıktan ayrılmak, görmemek tercih edilir oluyor.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

Genelde kır kökenli olan katılımcılar, yaşlılık dönemini yaşamın son aşaması olarak ele almış ve yaşlı kişileri ölüme yaklaşan kişiler olarak nitelendirmişlerdir. Kırsal bir ilçede yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların zamanlarını ev işleri, bağ ve bahçe işleriyle geçirdikleri, genelde büyük şehirlerde ya da buldukları il merkezinde yaşayan çocuklarıyla sınırlı iletişime sahip oldukları, komşu ve akrabalarıyla görüşme sıklıklarının ve toplumsal katılımlarının azaldığı tespit edilmiştir (Küçük, 2016, s. 40). Başka bir çalışmada ise eşini kaybettikten sonraki yalnız yaşam döneminde toplumsal katılımı düşük olan yaşlıların toplumsal katılımı yüksek olanlara göre ölümü daha sık düşündükleri ve eş kaybının sebep olduğu olumsuzlukları daha çok deneyimledikleri görülmüştür (İçli, 2010, s. 10). Bu iki araştırmanın sonucu birlikte düşünüldüğünde, toplumsal yaşama katılımları azalan kır kökenli katılımcıların yaşlılığı ölümle ilişkilendirme sebebi anlaşılmaktadır. Yaşlılığı, yaşamın son aşaması ve ölüme yaklaşılacak bir dönem olarak nitelendirenlerin ifadeleri aşağıda sunulmaktadır.

“Hiç istemiyorum yaşlılığı. Gençlik yaşlılıktan çok daha iyi. Hem bir de ölmekten korkuyorum. Yaşlılık demek ölüme yaklaşmak demek.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

“Yaşlı, arkadaşları vefat etmeye başlayanlardır. Sürekli birilerinin kötü haberini alıyorsun. Buna alışılıyorsun bir süre sonra ama sıranın sana da gelebileceğini biliyorsun.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Ben yaşlıyım mesela. 76 yaşına girdim çevrem hep ölmeye başladı. Benle yaşıt olan arkadaşlarım hep öldüler. Yani sıra her an bana gelebilir. Allah’ın huzuruna gitmeyi isterim tabii ama hayat da güzel hem bir de sağlıklıyım.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

Kent kökenli erkek katılımcıların yoğunlukta olduğu bir grup, yaşlıyı çabuk öfkelenen, dediklerinin yapılması konusunda ısrarcı olan ve eskiye göre daha

huysuz olarak tanımlamaktadır. Alanyazında ise yaşlıları ön yargılar sonucunda huysuz, öfkeli vb. şeklinde tek tipleştiren bu tarz düşüncelerin yaşlıların ihmal ve istismarına neden olduğunu bulgulayan çalışmalar bulunmaktadır (Levy, 2003, s. 208; Shepherd ve Brochu, 2021, s. 6). Bu katılımcılara ait ifadeler aşağıda sunulmuştur.

“Yaşlılar mutluluk salgılarını kaybeden, olumsuzlaşıp, oraya gitme, arabayı buraya koyma, çok gürültü oluyor, pat pat çıkma falan diye böyle herkese şey yağdıran insanlar da olabiliyor, her şeye olumsuz bakabilen insanlar olabiliyor.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

“Yaşlılarda eskisine göre çok daha fazla huysuzluk görülebiliyor. Yani insanlara çabuk öfkelenme, kendi dediklerinin dikkate alınmamasından fazla rahatsız olma işte bak demiştim sana öyle yapma diye bak yaptın, sonunun ne olduğunu sonucun ne olduğunu gördün anlamında ya da eskiden üzerinde titizlenilmeyen bazı konularda aşırı huysuz ve titiz davranma gibi şeyleri var yaşlıların.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

Kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek olanların yoğunlukta olduğu bir grup katılımcının yaşlı kişiyi tanımlamaya yönelik ifadeleri, kişinin kendi hislerinin belirleyici olduğu ve kişinin hissettiği yaşta olduğu minvalindedir. Alanyazında da bu savın doğru olduğunu belirten çalışmalar bulunmaktadır (Yıldız, 2012, s. 10). Bu katılımcıların konuya dair düşünceleri aşağıda sunulmuştur.

“Siz kendinizi nasıl hissederseniz öylesinizdir. Yaşlı hissedersiniz gücünüz yetmez bir yere gidemezsiniz bir şey yapamazsınız yalnız başınıza. Yaşla yaşlılık olmaz. Tamamen hissetmesiyle alakalı diyorum. Eğer insan kendine yetemiyorsa yaşlı o kişidir.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Aziz Nesin’in güzel bir şeyi vardır. Yaş konusunda diyor ki işte 50 yaşına gelince ben ne yapacağım diyor. 50 yaş geliyor bakıyor ki adamın kafa yapısı iyi olduğu için bir sorun yok. O zaman diyor ki 60’a gelirse ne yapacağız. Zaman geçiyor 60’a geliyor bakıyor yine aynı pek sorunu yok diyor ki herhalde 70’e gelince bir şeyler olacak. Yani buradaki demek istediği şey dünyaya bakış açısı dünyayı ve insanları sevme olayıdır. İnsan yoksa 35 yaşında da ihtiyar olursun anlatabildim mi? Tamamen kişinin kendi hisleriyle alakalı bir durum. Yaşlı hissedersen yaşlısındır.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

Yaşlıların geçmiş yaşamları hakkında konuşma ve paylaşımlarda bulunma motivasyonlarının yaşlı olmayanlara göre daha fazla olduğunu ve yaşlıların genelde geçmişe takılı kaldığını ifade eden ve geneli eğitim düzeyi yüksek ve kent kökenli olan katılımcıların konu hakkındaki düşünceleri aşağıda sunulmaktadır.

“Benim kendi çevremde görebildiğim bir özellik, bilmiyorum sizin açınızdan ne kadar anlamlıdır, benim yaşımda olanlarda geçmişe çok sık referans yapılıyor. Biz işte gençliğimizde şöyle yapardık, 1960’larda bunu yapardık, 70’lerde durum şöyleydi falan diye. Benim tanıdığım belli bir yaşın üzerindeki insanlarda en belirgin özelliklerinden bir tanesi geçmişe çok sık referansta bulunmak.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Gördüğüm kadarıyla yaşlı kim diye bir şey diye sorarsanız bir tanesi dediğim gibi geçmişle fazla yaşayan, günümüze dair fikri olmayan kişidir derdim. Nostalji mi ne öyle bir şey” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların yaşlı olmaya ilişkin aktarımları incelendiğinde yaşlılara yönelik algı ve tanımlamalarının genellikle olumsuz ifadeler içerdiği anlaşılmaktadır. Bu durum yaşlıların medyadaki temsili ve toplumun yaşlılara yönelik tutumundan kaynaklanmaktadır. Ayrıca katılımcıların kendilerinin de sürekli maruz kaldıkları olumsuz düşünceleri benimseyerek kendi akranlarına yansıtıklarını göstermektedir. Nitekim yaşlılar dizi ve film sektöründe genellikle aciz, mutsuz, hasta, zihinsel becerileri gerilemiş, cinsel gücü azalmış, bağımlı, çirkin, depresif, huysuz, yoksul, yaşamdan kopuk ve yardıma muhtaç kişiler olarak yer almaktadır (Ü. Şentürk, 2020, s. 175). Benzer şekilde toplumun geneli teknoloji kullanamayan, yeni toplumsal yapıya aşina olmayan ve kent kültürüne adapte olamayan yaşlıları “modası geçmiş” bireyler olarak görmektedir (Emiroğlu, 1995, s. 14).

4.1.4. Yaşlılığın Olumlu Yönleri

Katılımcıların anlatıları, yaşam seyri içerisinde oldukça fazla öneme sahip olan yaşlılık döneminin kendine özgü bir takım olumlu ve olumsuz yanlarının olduğunu açığa çıkarmıştır. Bu alt tema altında katılımcıların düşünce, deneyim ve

algılarından hareketle keşfedilen yaşlılık dönemine ilişkin olumlu noktalara değinilmiştir.

Katılımcıların yaşlılığın olumlu yönleri alt teması altında toplanan deneyimleri genel olarak yaş almanın torun sahibi olmayı mümkün kıldığı, toplumsal saygıyı arttırdığı, rahatlık sağladığı ve gelecek kaygısı ile sorumlulukları azalttığı; bilgelik ve olgunluk sunduğu şeklinde tasnif edilerek dört kategori altında toplanmıştır.

4.1.4.1. “Vaktin çok oluyor, bir sorumluluğun olmuyor”

Kent kökenli olan ve genel olarak eğitim düzeyi yüksek olan katılımcıların yoğun olduğu bir grup yaşlılık döneminde aktif çalışma yaşamı dışında olunmasından ötürü fazla boş zamana sahip olunmasını, işle ilgili yükümlülüklerin olmayışını, çocukların evlenmiş ya da kendi yaşamlarını idame ettirecek kadar büyümüş olmalarından ötürü ebeveyn sorumluluklarının azalmasını ve gelecek kaygılarının ortadan kalkmasını yaşlılığın olumlu yönü olarak ifade etmişlerdir. Bir çalışmada sağlık durumu iyi, toplumsal katılımı yüksek ve boş zamanlarını kaliteli şekilde geçirebilen yaşlıların fiziksel, bilişsel ve ruhsal açılardan daha olumlu bir yaşlılık deneyimine sahip oldukları ve yaşlılık döneminde önceki yaşam dönemlerine göre kendilerine daha çok vakit ayırabildikleri için mutlu oldukları ortaya konulmuştur (Sever, 2018, s. 143). Bu çalışmada da belirli bir sermaye birikimine sahip olan yaşlıların yaşlılık döneminde boş zamanlarını çeşitli etkinliklerle geçirdikleri görülmüştür. Bu durum sahip olunan sermaye ile mensubu olunan sosyal sınıfın yaşlılık dönemi üzerindeki önemli etkisini gözler önüne sermektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Yaşlılık aslında gezilebilecek, eğlenecek bir dönem. Çok boş vakit var çünkü. İşe gitmek zorunda değilsin, çocuk bakmak zorunda değilsin, eşine bakmak zorunda değilsin.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

“Yaşlılığın güzel tarafları da var. Vaktin çok oluyor, bir sorumluluğun olmuyor. Ekonomik açıdan artık özgürsün, çocukları ya da geçim derdini düşünmüyorsun. Yaşlılık boş vakit demek, ben sabahtan akşama

televizyona bakarım ondan sonra geceleri sabahlara kadar film seyrediyorum.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

“Bir yerde çalışmadığım için, çocuk ya da torunlarla ilgilenmediğim için çok boş zamanımın olduğu bir dönemdeyim. Ben de boş zamanları değerlendirmeyi o kadar çok seviyorum ki. İşte yürüyüş yaparım, kitap okurum. Arkadaşlarımla görüşürüm. Pilates yaparım. Yoga ve sanat müziği kurslarına devam ediyorum.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

4.1.4.2. “Hayatı daha iyi bir görüş açısıyla değerlendirmek”

Yaşlılık dönemini açıklama çabasındaki teorilerden biri olan ve eksiklik teorisine tepki olarak ortaya çıkan yeterlilik teorisi, yaşam sürecinde bireylerin sahip oldukları yeterliklerin farklı şekilde değişip geliştiğini, yaşlılık döneminde bireylerin yeterliliklerinin gerilediğinin doğru olmadığını, insanların ileri yaşlara kadar gelişebilme potansiyeline sahip olduklarını ve yaşlılık döneminde olgunlaştıklarını savunmaktadır (Tufan, 2016).

Kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek katılımcılar yaşamları boyunca edindikleri tecrübe ve bilgiyi, geçmişte sahip oldukları hırs, kaygı vb. durumlardan uzaklaşmalarını ve belirli bir olgunluğa erişerek yaşamdan neler istediklerine dair farkındalıklarının artmasını yeterlilik teorisiyle uyuşan şekilde yaşlılığın olumlu yönü olduğunu ifade etmişlerdir. Bireyin yaşlılık dönemine ilişkin değerlendirmeleri sahip olduğu kültürel sermayeye göre şekillenmektedir (Görgün Baran, 2008, s. 91). Bireylerin yaşam seyirleri boyunca sahip oldukları koşulların, sermayelerin, şanslarının ve imkânlarının yaşlılık dönemlerini şekillendirdiği bilinmektedir (Sever, 2018, s. 4). Bu noktadan hareket edildiğinde geçmiş yaşamın dönemlerini olumlu geçiren kişilerin yaşlılık dönemine daha olumlu yaklaştığı görülmektedir. Yaşlılık dönemini olgunluk ve farkındalıkların artması noktasında öne çıkaran katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda yer almaktadır.

“Valla bana olumlu gelen yönü şu, şimdi mesela ben eskiden insanlara, olaylara daha dar belki de deyim yerindeyse daha sekte bakardım. Şimdi eskisine göre daha geniş açıdan bakmaya çalışıyorum ve bunu

başarabildiğimi zannediyorum. Yani eskiden olsa belki de ciddi tepki gösterebileceğim durumlara ya da olaylara bugün daha bilgece ve bütüncül bakabiliyorum.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Hiçbir zaman çok hırslı bir adam olmadım ama yaşam kaygısı, küçük hırslar, koşturmalar ve gençlikten doğan şeyler şimdi yerini böyle bir şey olgunluğuna bıraktı, böyle bir derviş olgunluğuna bıraktı. Kavgadan uzaklaşan hoşgörülü empati yapmayı bilen doğadaki bütün canlılara saygı gösteren bir insan oluyorsunuz” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

“Bir defa yaşlanınca ne olup ne olmadığını ne isteyip ne istemediğinizi çok iyi biliyorsunuz artık gerçekten. Yani şimdi herkesin bir kapasitesi var yani ben ne olup ne olmadığını çok iyi biliyorum öyle düşünüyorum. Daha olgunlukla bakabiliyorum. Ama gençlik de öyle değildi çok dalgalanıyor insanın hayatı. Belki çok daha fazla üzüyorsunuz. Yaşlılıkla olgunlaşıyorsunuz.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

4.1.4.3. “Yaşın için hürmet görürsün”

Geleneksel toplumlarda yaşlılar aile ve toplum için akıl, güç ve otorite figürü olarak görülmektedir (Ceylan, 2018, s. 509; Mavili, 2015, s. 8). Bu çalışmada da geleneksel toplum özelliklerinin görülmeye devam ettiği kırsal bölgelerde yaşayan katılımcılar başta olmak üzere katılımcıların önemli bir kısmı yaşlılık dönemlerinde içinde buldukları çevre tarafından, önceki dönemlere göre daha çok saygı gördüklerini, kendilerinin fikirlerine ve düşüncelerine daha fazla önem verildiğini ifade etmişlerdir. Bu katılımcıların deneyimlerini aktardıkları ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Ben yaşlı olduğum için komşularımdan ailedenmişim gibi hürmet görüyorum. Ben yaşlıyım diye bana kıymet gösteriyorlar. Çok seviyorlar. Bunu niye yapıyorlar, yaşlı olduğum için ama aynı zamanda onlara karşı iyi olduğum için.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Yaşlanınca insanların bana sevgileri daha da arttı. Bir de sevgiye saygı eklendi. Bu çok güzel bir duygu, toplumdaki saygı ve hürmet görmek. Mesela, pazara gidiyorum hemen koşup elimden alıyorlar. Yolda geçerken arkadaşlarım, eşim dostum saygıda bulunuyorlar. Mesela bizim binada en yaşlı ben oldum şimdi. En yaşlı olunca yani herkes seviyor.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Olumlu yöne bakarsan yaşın için hürmet görürsün, onu da saygılı insanlardan görürsün herkesten görmezsin. Onu bilenler bilir onlar büyüklere karşı saygısı vardır, onlar hürmet gösterirler. Onlar şey yapar yani, toplumdaki herkes hürmet etmez.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

Kadın, eğitim düzeyi yüksek ve kent kökenli katılımcılar yaşlılık döneminin düşündüklerini daha rahat söylemelerine imkân tanıdığını ve maruz kaldıkları toplumsal baskıyı azalttığını ifade etmişlerdir. Kadın bir katılımcı bu durumu *“kadın olmaktan çıkıp teyze olunca rahat oldum”* şeklinde ifade ederek, gençliğinde toplumsal cinsiyet ve ataerkil yapıdan dolayı maruz kaldığı baskıların azaldığını ve bu durumun yaşlılığın olumlu bir yönü olduğunu aşağıdaki sözcüklerle ifade etmiştir.

“Annemde de vardı şimdi bende de var daha rahat patpat konuşuyoruz. Yani insanların hatalarını böyle sert değil ama çok rahatça söylüyorum. Eskiden düşünüp de söylüyordum Şimdi yaşıyorum ya artık sanki benim hakkımmış gibi geliyor bazı şeyler, böyle yaşlılık haklarımı kullanıyorum.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Yaş aldıkça ucuzladım. Toplum ne deri daha az düşünmeye başladım. Bu da yaşlanmanın bana sağladığı avantaj oldu. Kadın olarak daha rahat hareket etmeye başladım. Yani kadın olmaktan çıkıp teyze olunca daha rahat oldum ama hala bu mahalle baskısını bazen hissediyorum.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

4.1.4.4. “Yaşlılığın en olumlu yanı torun sahibi olmak”

Katılımcıların geneli tarafından torun sahibi olmaya çok fazla önem verildiği, torun sahibi olmanın evlat sahibi olmaktan daha farklı belki de daha özel bir duygu olduğu ve torunlardan ilgi görmeyen yaşlılığın olumlu bir yönü olduğu aşağıdaki ifadelerle ortaya konulmuştur.

“Yani yaşlanmanın da güzel tarafları var. Evlatlarım, torunlarım oluyor. Yani nasıl tarif edeyim mutluluk veriyor, Torunların seninle ilgileniyor, işte hafta sonları arıyorlar, arada ziyaret ediyorlar. Başarılarıyla övünüyorsun, daha ne olsun.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Tabii ki var her yaşın bir güzelliği var mesela en büyük şey ben babaanne ve anneanne oldum, bu zevki tattım. O kadar güzel bir duygu ki size

anlatamam. Yani tanrının herkese nasip etmesini umuyorum (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Yani torunun olması ve sana bakacak olması çok güzel. Allah herkesi torun sahibi yapsın. Evlattan daha ötesi varsa o eş değil torundur.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

4.1.5. Yaşlılığın Sebep Olduğu Olumsuzluklar: “Bir başkasına ihtiyaç duymak”

Katılımcılarla yapılan görüşmelerde yaşlılık döneminin kendine özgü bir takım olumlu ve olumsuz yanları olduğu keşfedilmiş ve bir önceki alt temada olumlu yönler değinilmişti. Bu alt tema altında ise katılımcıların yaşlılığın sebep olduğu olumsuzluklara ilişkin anlatılarına yer verilmiştir.

Katılımcılar yaş almalarından ötürü bedenlerinde meydana gelen değişimleri “gerileme” olarak nitelendirmiş, bu gerilemelerden dolayı hareket kabiliyetlerinin azaldığını, günlük işlerini yapmalarının zorlaştığını ve bazı durumlarda yapmak istedikleri etkinliklerden mahrum kalarak toplum dışında kaldıklarını belirtmişlerdir. Yaşlıların, yaşları ilerledikçe yaşamlarını bağımsız bir şekilde sürdürmeleri ve kendi ihtiyaçlarını karşılamaları zorlaşmaktadır. İleri yaşlılar market, fatura ödeme vb. görece basit işler için dışarı çıkamamakta ve hatta sahip oldukları ilişkileri seyreltmekte ve bundan ötürü sosyal izolasyona maruz kalmaktadırlar. Alanyazında ise yaşlıların toplumdaki hâkim yaşlılık söylemine karşı direndikleri ve toplumsal açıdan aktif kalmaya çalıştıkları belirtilmektedir (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 48). Buna karşın mevcut duruma bakıldığında yaşlıların sosyal izolasyonunu önleyecek politika, hizmet ve uygulama olmadığından toplum ve devlet yaşlının sosyal izolasyonun önüne geçememekte ve hatta bu durumu hızlandırmaktadır (Ü. Şentürk, 2020, s. 198). Katılımcılar bu konuya ilişkin düşüncelerini aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“Bak bir de sen fizik olarak çöküyorsun. Mesela ben eski sporculardanım şimdi bakıyorum imreniyorum gençlerin hoplmasına zıplamasına. Ben şu an onların yirmide birini bile yapacak durumda değilim. Eskiden olsa koşarak

10 tur atacağım yerde yürüyerek üç tur gidemiyorum.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Yaşlılık da istediğini yapamıyorsun gidip gezemiyorsun hani şimdi Birinci Caddenin ilerde alışveriş yerleri var büyük mandıralar oraya zorlanıyorum gidemiyorum. Sonra işte yakın yerlere gidip uzağa gitmeyince dizler çalışmayı unutuyor. İşte insan kilo alıyor. Öyle yani.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Bazı katılımcılar, bedende meydana gelen değişimlere ek olarak yaşlılık döneminde ortaya çıkan sağlık problemlerini aşağıdaki sözcükleri kullanarak yaşlılığın olumsuz yönü olarak paylaşmışlardır.

“Şimdi yaşlılıkta hızlanan bir şekilde elden ayaktan düşüyorsun, hareketlerin kısıtlanıyor. Şimdi zaten artık her yaşlıda Alzheimer’in başlangıcı var. Yani yavaş yavaş unutkanlıklar başlıyor.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

“Tansiyon sorununuz çıkıyor mutlaka yani hastalıklar çıkıyor. Daha fazla dikkat etmek gerekiyor, daha kolay kilo alıyorsunuz. Fiziksel olarak daha çabuk yoruluyorsunuz. Tüm bu olumsuz şeyler yaşlılık belirtisidir.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Fiziksel açıdan organlar yaşlanıyor ve hastalıklar kendini belli etmeye başlıyor. İşte ben mesela çok tatlıya düşkünüm ama şeker yüksek çıkıyor. Kolesterol yükseliyor, yok işte tansiyon sorunu oluyor şu oluyor bu olabiliyor.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

Katılımcılar yaşlılık döneminde ortaya çıkan hastalık ya da fiziksel değişimlerden ötürü bazı konularda destek gereksinimi duymalarını ve toplumun yaşlılara sürekli “bir şey isteyecek” şeklinde yaklaşımının yaşlılık açısından olumsuz bir yan olduğunu belirtmişlerdir. Yaşlılar medyanın da etkisi sonucunda toplum tarafından “bağımlı ve birilerinden sürekli bir şeyler isteyen” olarak görülmektedir. Halbuki yaşlılar çevrelerine katkı sunabilen bireylerdir. Yaşlılar torun bakımı, evle ilgili işler, üretim faaliyetlerine katılma, aile içindeki ilişkileri düzenleme ve kendinden sonraki kuşaklara maddi ve manevi konularda destek olma gibi rollere sahiptirler (Güven, 2000, s. 94). Bu noktada toplum tarafından “muhtaç” olarak nitelendirilmelerinin yaşlılığın olumsuz yanı olduğunu düşünen katılımcıların deneyimlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Bir başkasına ihtiyaç duymak, çok fazla ihtiyaç duymak. Yani evinin işini yapma konusunda, bir dışarı çıkıp tek başına dolaşabilme konusunda, bir yere seyahat edebilme konusunda yardım alınması yaşlılığın olumsuz yanıdır. Belki de en olumsuz yanıdır. Birine minnet etmeni gerektirir.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Mesela ben biriyle karşılaşırsam hemen yüzünü döndürüyor. Ah vah diyor ya da korkuyor ondan bir şey isteyeceğimi sanıyor. İşte böyle yaşlılık durumu bu. Herkes bana sanki her şeye muhtaçmışım, onlardan bir şey isteyeceğim gibi davranıyor.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

Geçmişte sahip oldukları yaşam deneyimi ve yaş nedeniyle ailenin akıl, güç ve otorite kaynağı olarak görülen ve saygı duyulan yaşlılara yönelik toplumsal bakış, modernleşme ile değişmiştir (S. Karataş, 2000, s. 179). Yaşlılar, bireyciliğin ön plana çıkması sonucunda “yük”; kentleşme, aile yapısının değişmesi ve kadının çalışma yaşamında girmesinden ötürü çekirdek ailede bakımı karşılanamayan “bağımlı”; neo-liberalizmin etkisindeki piyasa açısından da “tüketici” olarak ele alınmaya başlamışlardır. Bu durum yaşlıların kendilerine yönelik algılarını olumsuz etkilemekte, yaşam kontrollerini yitirdikleri ve güçsüz oldukları yönünde şemalar geliştirmelerine neden olmaktadır (Mavili, 2015, s. 8). Katılımcılar da alanyazınla örtüşen şekilde, toplumun yaşlılara ilişkin tutumunun günden güne olumsuzlaştığını bu durumun yaşlıların toplum tarafından yetişkinlik döneminde olduğu kadar saygı görmemelerine neden olduğunu aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“Bir arkadaşınla oturunca ya da kahveye gidince bana senin pilin bitmiş diyorlar. Yaşlandım diye çalışmadığım için hiç çekinmeden öyle diyebiliyorlar. Toplumda töre kalmamış, büyüğün yeri unutulmuş ne yazık ki.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

“Benim bir gün acele bir işim vardı. Yolda duran ve konuşan gençler de vardı. Biraz bekledim, baktım devam ediyorlar, korna çaldım. Çocuklardan biri bana dedi ki lan niye korna çalıyorsun? Ben de acele işim var neden yolda duruyorsun dedim. Baktım bu bana bağırdı, seni acele yoldan diğer dünyaya yollarım dedi. Ah işte ihtiyarlığın kötü tarafı da bu. Beni genç olarak görse, bana böyle diyebilir miydi?” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Toplumda yaşlıya saygı kalmamış. Ben şimdiye kadar resmi dairelerde hiçbir öncelik görmedim. Maaşımı almaya gidiyorum memur yüzüme bile bakmıyor. Ya da ne bileyim bir yerde sıraya giriyorum, sıradaki hiç kimse

bana demiyor ki amca sen yaşlısın, hadi sen öne geç. Mesela geçen postaneye gittim, bir sürü kişiyi sırada bekledim. Biri de bana amca sen öne geç demedi” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

Katılımcılar yaşlılık döneminin sebep olduğu bir olumsuzluk olarak yaşlıların gündelik yaşamlarında kötü niyetli kişiler tarafından sık sık kandırılmak için hedef alınmalarını ve bunun yaşlılara yönelik ayrımcı tutum ve kalıp yargılardan kaynaklandığını aktarmışlardır. Konuyla ilgili bir katılımcının ifadeleri aşağıdaki şekildedir.

“Yav azıcık aklının ermediği bir konuda bir şey olduysa seni her zaman kandırmaya çalışırlar. Sonra mesela para verirsin üstünü alamazsın. Bazen bir şey alırım bana para üstü vermezler ya da eksik verirler. Bu yaşlı anlamaz derler. Ben verdiğim parayı biliyorum ama itiraz edersem ancak alırım.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

4.1.6. Yaşlılara Yakışmayan Davranışlar

Bu alt tema altında, katılımcıların yaşlılara yakıştırmadığı ve bundan dolayı yapılmaması gerektiğini düşündükleri davranışlara yer verilmiştir. Katılımcılar bu kategori altındaki kodlarda yer verilen, yaşlılara yakışmayan davranışları sürdürmelerinin toplumun özellikle de gençlerin yaşlılara karşı algılarını olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir.

4.1.6.1. “Yaşlı her şeye karışmayacak, hep surat asmayacak”

Tamamı kadınlardan oluşan bir grup katılımcı, huysuzlanmanın ve gençlere karışmanın, onların tercih ve yaşamlarına müdahale etmenin doğru olmadığını söyleyerek bunun gençlerin yaşlıları sevmemelerine ve kuşaklararası çatışma yaşanmasına sebep olduğunu ifade etmişlerdir. Giresun ilinde yaşlı akrabalarına bakım veren kadınlarla gerçekleştirilen bir çalışmada kadınların bakım verdikleri yaşlıların “her şeye karışmasından” rahatsız oldukları ve yaşlıların da kendilerine bakacak başka kimse olmadığı için gelinlerin “her şeylerine” karışmama yönünde hareket ettikleri bulgulanmıştır (Doğanay ve Güven, 2019, s. 351). Konya’da

gerçekleştirilen bir çalışmada da yaşlılardan sonraki iki kuşağa mensup katılımcıların yaşlıların “her şeye karışmasının” onlarla yaşadıkları en büyük sorun olarak gördükleri tespit edilmiştir (Altunsu Sönmez, 2019, s. 1159). Katılımcıların deneyimleri incelendiğinde mevcut araştırma bulguları ile uyumlu olduğu, yaşlıların çocuk ve torunlarının yaşamlarına aşırı müdahale etmelerinin doğru olmadığı konusunda uzlaşa olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların huysuzlanma ve gençlere karışmayı yaşlılara yakışmayan davranışlar olarak nitelendirdikleri cümleler aşağıdaki gibidir.

“Yaşlıların yapmaması gereken, yakışmayan, hoş olmayan şu var. Gençlere huysuzlanmak. İşte mesela sokakta gençler arada coşuyorlar ya işte şarkı söylüyorlar vs. bazı huysuzlar da hemen kızıyorlar. Bu olmaz, gençlere daha güzel bir dil ve üslup kullanılmalı. Yani yaşlılar bilhassa gençlere daha uysal olmalılar.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Huysuzluk yakışmaz. Bir insan sürekli huysuzluk yapıyorsa o kişi hayatla pek barışık değildir. Her şeye burun kıvrırmak bir yerden sonra o kişinin ilişkilerine zarar verir, aksi ve huysuz olmak hoş değil, ne gerek var yani?” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“Şöyle kendimde de onu hissediyorum, kendi kendimi de zaman zaman tenkit ediyorum. Çocuklarımız, torunlarımız bizim istediğimiz gibi giyinsinler, konuşsunlar istiyorum. İster istemez karışmış oluyorum. Halbuki yaşlıyım ya da anneyim diye birine karışmam hiç doğru değil, hiç hoş değil.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

4.1.6.2. “Gençlikteki gibi allı pullu elbiseler giyilmez” karşısında “İsteyen istediği şekilde giyinmeli”

Kır kökenli kadınların yoğunlukta olduğu, eğitim düzeyi düşük bundan ötürü ekonomik, kültürel ve sosyal sermayesi az olan katılımcılar yaşlıların yaş almış olmalarından dolayı giyim alışkanlıklarında değişiklik yapmaları gerektiğini belirtmişlerdir.

Toplumda, yaşlıların toplumsal yaşamdan dışlanmış olduklarını gösteren bir yaşlılık söyleminin olduğu ve yaş ayrımcılığının toplumdaki yaşlılık söylemini besleyen en önemli etmen olduğu bilinmektedir. Bu savla örtüşen şekilde bir

çalışmada yaşlı bireylerin, hâkim yaşlılık söyleminin etkisi altına girdikçe cinsellik, gezme, eğlenme, dışarıda vakit geçirme ve renkli kıyafet giyinme gibi toplumun diğer kesimleri için gayet “normal” olarak görülen etkinliklerden uzaklaştıkları ortaya konulmuştur (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 48). Benzer şekilde yaşlıların kıyafet tercihlerinin ele alındığı bir çalışmada da yaşlıların yaşadıkları çevrenin giyimleri üzerinde büyük bir etkisinin olduğu, sosyal ortamlarda göze batacak renkli kıyafetler almamaya dikkat ettikleri ve yaşlıların göz alan, ışıltılı vb. kıyafetler giymelerini doğru bulmadıkları tespit edilmiştir (Kacar, 2019, s. 52). Bu araştırmada ortaya konulan konuya ilişkin deneyimleri ve bahsedilen iki çalışmanın sonucu yaşlıların toplum tarafından kendileri adına karar verilip uygun görülen davranışları içselleştirerek uyguladıklarını ortaya çıkarmaktadır. “Genç gibi” giyinmenin yaşlılara uygun olmadığını, gençlik dönemlerinde giydikleri “renkli, allı, pullu” kıyafetleri tercih etmelerinin yakışık olmadığını düşünen katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Gençlikteki gibi allı pullu elbiseler giyilmez. Hoş değil yani. Mesela benim gençliğimden hiç giymediğim bir bluzum vardı giyince çiçek şuraya (tam göğsüne) geliyor bu benim yaşıma gitmez diye hiç giymedim bluzu birine verdim.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

“Yaşlı giyimine dikkat etmeli. Yavrum mesela bazı yaşlılar kırmızı giyiyor, renkli giyiyor. Ben sevmem de giymem de. Erkekler şort giyiyor. Yaşına başına bak, bir de şu giyindiğine bak derim. Allar yakışırken eller bakışırken diye söz var oğlum. Büyüklerimiz boşuna mı demişler?” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Kır kökenli bazı katılımcılar yaşlıların “genç gibi giyinmelerinin” dini ritüeller ve inançlar açısından da uygun olmadığını, yaşlıların diğer dünyaya hazırlanmaları gerektiğini aşağıdaki şekilde açıklamışlardır.

“Ben önceden başım açık geziyordum ama kapandım artık yaşımı aldım dedim. İnsan daha bir kendini ölüme hazır gibi hissediyor. Böyle ileriki yaşama hazırlık için gerekli oluyor. Sonuçta ben genç değilim yaşlandım dedim ve kapandım. Genç gibi saçım boyalı ve açık gezmem de yakışık olmaz zaten.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“İşte geleneklerde ve Müslümanlıkta var ya aşırıya kaçmama. Ben de buna katılıyorum. Artık gençken hevesini aldığımız şeylerden uzak durmamız lazım. Hem toplum için uygun değil hem de diğer dünyaya hazırlık için gerekli.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Bazı katılımcıların genç gibi giyinmeyi dini gerekliliklerden bağımsız olarak yaşlıya yakıştırmadıkları ve bu katılımcıların toplum baskısı ya da dini sebepler dışından güzellik algısıyla ilişkili sebepler sundukları görülmüştür. Bu katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Yaşlılar için kıyafet kısıtlamalarını çok doğru bulmasam da ben bu yaşta tabii bu vücutla bikini giymiyorum, her şeyin bir şeyi var, o zaman komik olurum ben kendimi de beğenmem. Ama yerinde, zamanında, her şeyi ayarında yaparsanız hem size yakışır hem de etraftan daha çok ilgi ve iltifat görürsünüz.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Mesela ben yaşlı olarak makyaj yapabilirim, bak mesela şimdi makyajlıyım ama böyle hani abartılı değil, bir genç gibi değil. Ya da bak mesela üstümde tayt var, bunda tabii ki sorun yok ama bir genç kadar abartılı dekolte giymem doğru değil.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

Kent kökenli, eğitim düzeyi yüksek ve ekonomik durumu iyi olan, bir diğer ifadeyle ekonomik ve sosyal sermayesi fazla olan katılımcılar genellikle kır kökenli kadın katılımcıların benimsediği yaşlıların renkli, desenli vb. türde kıyafetler giymemeleri yönündeki düşüncelerine katılmamakta, yaşlıların giyim konusunda kısıtlanmalarına katılmadıklarını ve insanların özgürce istediklerini giyebilmeleri gerektiğini aşağıdaki sözcükleri kullanarak ifade etmişlerdir.

“Yaşlı insanlara şu yakışmaz, yaşlı şunu yapmamalı öğütleyeceğim şeyler yok. İsteyen özgürce her istediğini yapabilmeli diye düşünüyorum. Mesela isteyen istediği şekilde giyinmeli. Yaşlıları koyu renklere hapsetmenin doğru olmadığını düşünüyorum.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Şimdi benim arkadaşlarım botoks yaptırıyor ve ben buna karşı değilim. Mesela eskiden yaşlı kırmızı giyemez şeklinde düşünceler vardı ama şimdi öyle bir şey yok. Ben bana yakıştığını düşündüğüm her kıyafeti giyerim yani başkası yakıştırmayabilir o ayrı mesele. Benim için bu yönde bir yasak olamaz.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

“Hanımlar yaşlandıkça daha karamsarlaşıyor. Mesela yazın tatilde gelen yaşlı turistleri görüyorum hepsi çok canlı, çok renkli giysiler giyiyorlar yani giyimleri bile çok canlı. Ama bizim hanımlarımız yaşlanınca ben onu giyemem, onu yapamam, o bana yakışmaz, o renk bana gitmez gibi karamsarlıklara kapılıyorlar, ben bunları kabul edemiyorum. Gençlikte nasıl giyinebiliyorsa yaşlılıkta da öyle giyinmeli.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

Kır kökenli kadın katılımcıların geneli, maruz kaldıkları mahalle baskısı ve ataerkil toplum yapısının etkisiyle, kıyafet konusundaki hassasiyetlerine ek olarak, yaşlıların gece belirli bir saatten sonra dışarıda olmalarının yakışık olmadığını düşünmektedirler. Geçmiş yaşamında farklı bir ülke ve doğal olarak kültür içinde yaşamış olan katılımcı 6'nın aşağıda yer alan ifadeleri toplum tarafından özellikle kadın yaşlıların maruz kaldığı baskıyı çarpıcı bir şekilde ortaya çıkarmaktadır.

“Elli yaşıma kadar Almanya'dayken çocukları alır konsere giderdim. Yalnız artık gitmiyorum. Daha olmaz ayıp olur yani bu yaşta kadının gecenin bir vakti konserde ne işi var derler. Oğlum burada ayıp ama yurt dışında değil. Orada böyle teşvik de ederler, git eğlen derler. Mesela ben Almanya'da çok daha fazla gezerim. Burada olunca kendi üzerimde bir baskı hissederim. Gitsem beni ayıplarlar derim.” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“Gece 22:00 bitti miydi ben gelirim durmam çok. O saatten sonra dul yaşlı kadının dışarıda olması uygun olmaz. Köyde dedikodusu çıkar. Yakışık olmaz.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

4.1.6.3. “Ben kendi kabuğuma çekildim diyerek ölümü beklemek”

Eğitim durumu yüksek ve ekonomik durumu iyi olanların yoğunlukta olduğu bir grup katılımcı, yaşlıların kendilerini toplumdan geri çekmelerinin doğru olmadığını, sosyal çevreleriyle ilişkilerini sürdürmeleri gerektiğini ve bunun yaşlılar için gerekli olduğunu ifade etmişlerdir. Avusturalya'da gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlılık döneminde kaliteli bir yaşam sürmek için yaşlıların kendilerini toplumdan izole etmemeleri gerektiği lakin yaşlılara yönelik mevcut politika ve hizmetlerin yetersiz oluşunun yaşlıların ayrımcılığa ve sosyal izolasyona maruz kalmalarına sebep olduğu ortaya konulmuştur (Minichiello, Browne ve Kendig, 2000, s. 253).

Doğumla başlayan ve yaşam boyu devam eden sosyalizasyon, içinde bulunulan toplumun yapma, duyma ve düşünme edinimlerinin öğrenilmesi ve içselleştirilmesi olarak tanımlanabilir. İçsel ve dışsal uyaranlar yoluyla sosyalleşen bireylerin öğrendikleri ile topluma uyumlu hale gelmeleri amaçlanır (Görgün Baran, 2008, s. 88). Yaşlıların “evde kalması, ortalıkta dolaşmaması, ayak bağı olmaması” gerektiğini düşünen ve bunu teşvik eden toplumsal yapıdan ötürü yaşlıların genelinin kendilerini toplumdan geri çekmeleri kaçınılmaz olmaktadır. Bununla birlikte, ekonomik durumu iyi ve eğitim düzeyi yüksek olan katılımcılar sahip oldukları sosyal, ekonomik ve kültürel sermaye sayesinde kendilerine çizilen sınırların dışına çıkabilmektedirler. Bu katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda aktarılmaktadır.

“Yaşlılığa yakışmayan ben kendi kabuğuma çekildim diyerek ölümü beklemek. Mesela bizim yaşlılar arasında toplantılarımız oluyor. Okumalarımız oluyor. Yasin okuyorduk. Cuma günleri toplanıyorduk pandemiden evvel güzel bir arkadaşlığımız vardı yani.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya).

“Yaşlılar her gün dışarı çıkmak zorunda değil ama evine kapanıp bir gazete okumak yakışmaz. Toplumdan soyutlanmak hoş değil. Çevreyle irtibatı koparmamak lazım. Hiçbir şey yapmazsan hiç olmazsa mezun olduğun okulun, odanın lokaline gidip orada birkaç kişiye merhaba demek, beraber bir çay içmek bile sana bir gün sonraya daha rahat bir hareket veriyor.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

4.1.6.4. “Karşı cinsle ilişkilerde dikkatli olmak lazım”

Erkek katılımcılardan oluşan bir grup katılımcı, yaşlıların duygusal ilişki veya partner arayışlarında ölçülü olmaları gerektiğini belirterek aksi durumun hoş olmadığını ifade etmişlerdir. Bu katılımcıların anlatıları aşağıda yer almaktadır.

“Belirli bir yaşa geldikten sonra karşı cinsle ilişkilerde dikkatli olmak lazım. Kendinden yaşça çok küçük insanlarla diyalogda bir iç disiplin olmalı. Yani affedersin ama yaşından başından utanmadan her kadına kur yapmak hiç hoş olmaz, yakışmaz.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Yani öyle insanlar tanıyorum ki adam 80 yaşına gelmiş daha af edersin karı kız peşinde. Adama diyorum ki bak senin torunun yaşında ayıp değil mi,

kızıyorum. Bu yaştan sonra olmaz, yapılmaması lazım. Başkasının kızına, eşine, çocuğuna bakılmaz ama hele yaşlılık da hiç bakılmaz.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

Kent kökenli erkeklerin çoğunlukta olduğu bazı katılımcılar, eşlerinin vefatından ya da ayrıldıktan sonra tekrar evlenmemeleri/ilişki kurmamaları yönünde bir toplumsal baskıya/mahalle baskısına maruz kaldıklarını lakin eşi vefat eden ya da eşinden boşanan katılımcılar tekrar duygusal ilişkisi olmaması gerektiği yönündeki kısıtlamalara katılmadıklarını aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

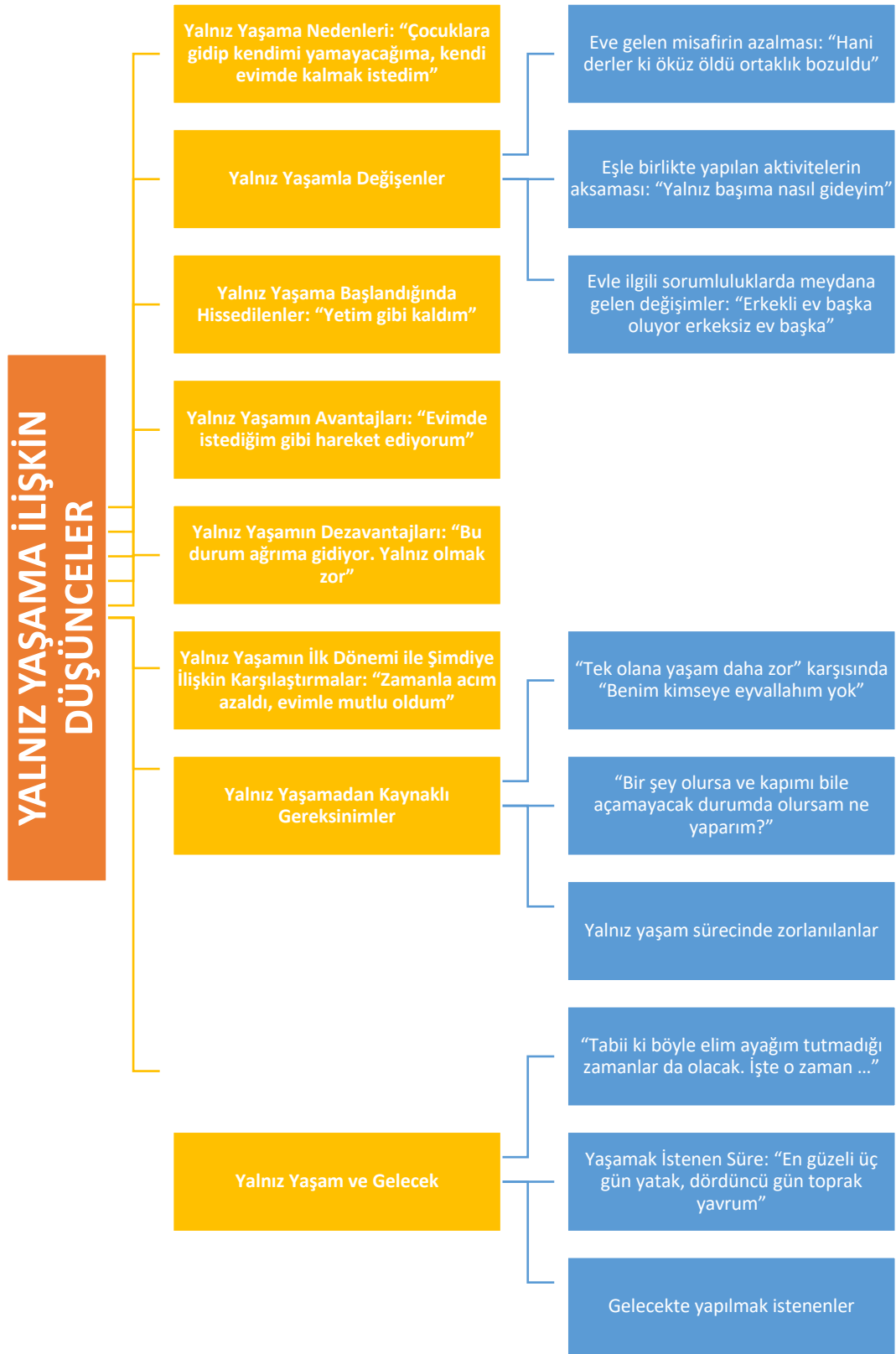
“Yaşlıya yakıştırmadığım bir şey yok. Herkesin kendi sınırları içinde nasıl mutlu olacağı o şekilde davranmasının doğru olduğunu düşünüyorum. Yani bu sınırların kim tarafından hangi amaçla konulduğunu sorgulamak gerekli bence. Mesela biri eşinin vefatından sonra ya da eşinden boşandıktan sonra tabii ki kendine uygun biriyle ilişki kurabilir. Kendine uygun derken de herhangi bir toplumsal kısıtlamadan ziyade, karşı cins partnerde olması gereken özellikleri belirttiğimi de vurgulamak isterim.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

“Mesela ben ilişkilerim olunca çok kişi tarafından ayıplandım, böyle çocuklarım dahil bazıları bana cephe aldılar. Ben pes etmedim, kabul etmedim. Her şeyi yapabiliriz dedim kimse karışamaz dedim. Hayatta çalışıp çocuklarıma karşı vazifelerimi yapmışım onları okutmuşum, istikballerini hazırlamışım, ev bark vermişim onlara ne benim hayatımdan.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

4.2. YALNIZ YAŞAMA İLİŞKİN DÜŞÜNCELER

Bu tema altında katılımcıların yalnız yaşam deneyimleriyle ilgili algılarını ve yalnız yaşam hakkındaki düşüncelerini betimleyen ifadeler yer almaktadır. Şekil 5'te detaylı yer aldığı üzere bu tema altında sekiz alt temaya yer verilmiştir.

Şekil 5: Yalnız Yaşama İlişkin Düşünceler



4.2.1. Yalnız Yaşama Nedenleri: “Çocuklara gidip kendimi yamayacağıma, kendi evimde kalmak istedim.”

Bu alt tema altında katılımcıların yalnız yaşama nedenleri aktarılmaya çalışılmıştır. Katılımcıların deneyimleri eşlerin vefatı ya da boşanma sürecinin yalnız yaşama neden olduğunu ortaya çıkarmıştır. Katılımcıların ifadeleri boşanmadan ötürü yalnız yaşayanlar ile eşini yaşlılık döneminden önce erken yaşta kaybeden katılımcıların çocukları büyüyüp evden ayrıldıktan sonra yalnız yaşamaya başladıklarını ortaya çıkarmıştır. Eşini yaşlılık döneminde kaybeden katılımcıların ise genellikle vefatın hemen ardından yalnız yaşamaya başladıkları fakat az sayıda kır kökenli, eğitim durumu düşük kadın katılımcının yalnız yaşamamak adına çocuklarıyla yaşamayı tercih ettiği, süreç içinde mutlu olamayıp kendi evine dönerek yalnız yaşamaya başladıkları öğrenilmiştir.

Katılımcıların yalnız yaşama nedenleri farklılık gösterse de çocukların evinde rahat edilemeyeceği yönündeki inançlar, çocuklara “yük olmama” isteği, yalnız yaşamın sunduğu özgürlük/rahatlık ve evi terk etmek istememe gibi nedenler katılımcıların genelinin ifadelerinde yer alan yalnız yaşama sebepleri olarak öne çıkmıştır. Nitekim Ankara’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada çocukları yanında yaşayanların, ev içinde huzursuzluklara meydan vermemek ve sakin bir yaşam geçirebilmek için çoğunlukla kendi isteklerini bastırma ve çok konuşmama yönünde stratejiler geliştirdiklerini, günümüz yaşantısını ve gençlerin tercihlerini benimsemeseler de ses çıkarmadıklarını ortaya çıkarmıştır (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 82).

Çocuklarla birlikte ya da onlara yakın yaşamak, fiziksel veya zihinsel sağlığında bir düşüş ve kişisel bakım ihtiyacında artış olan ileri yaşlardaki ebeveynler için oldukça işlevsel bir destek mekanizması olsa da (UN-DESA, 2020, s. 1), yaşlıların genel olarak kendi evlerinde özgürce yaşamak istedikleri ama aynı zamanda ihtiyaç duymaları durumunda onlara kolayca ulaşmaları ve daha sık görüşebilmeleri için de çocuklarıyla aynı sokak, mahalle ya da muhitte yaşamayı tercih ettiklerini saptayan çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Görgün Baran vd.,

2005; Sever, 2020, s. 7). İstanbul'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir araştırmada yaşlıların %20,9'unun yalnız yaşadığı ortaya konulmuş ve yaşlıların genelinin çocuklarına yakın yaşadıkları tespit edilmiştir (M. Şentürk ve Altan, 2015, s. 163). Eşi vefat ettikten sonra, çocuğuyla yaşamak istemeyen, yalnız yaşamayı tercih eden katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Eşim vefat etti, o zaman genç sayılırdım ama çocuklarım evlenmişti. Ben de çocuklara gidip kendimi yamayacağıma, kendi evimde kalmak istedim.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut).

“Ben yalnız yaşamayı arzu ettim yoksa çocuklarıma deseydim ki ben sizin yanınızda oturayım damadım da kızım da seve seve alırlardı yanlarına. Ama beni yalnız bırakın dedim. Anne yalnız oturacaksın böyle dediler yakın olalım diye çok dediler. Hatta onlar dubleks oturuyor sen yukarda biz aşağıda otururuz dediler. Ama ben böyle daha mutluyum. Uzaktan daha tatlı. Ne bileyim onların iyi günleri olur kötü günleri olur ev hali bu. Onlar bir şey der falan ben üzülürüm.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

Eşini 36 yıl önce kaybeden ve eşinin vefatından sonraki ilk 18 yıl çocukları ile yaşayan, küçük çocuğunun evlenmesi sonucu, çocuğu ve gelini onun evinde yaşamadığı için, yalnız yaşamak zorunda kalan bir katılımcının konu hakkındaki deneyimi aşağıda yer almaktadır.

“Ben 18 senedir yalnız yaşıyorum. Eşimin vefatında çocuklarım vardı. Onlar evlenince ayrıldılar. Bana gel demediler deseler de gitmezdim niye her şey yerinde güzel. Ben orada yamalık gibi olurdum. Ne edeceksin de emanetçi gibi gideceksin. Eğer arzu ediyor olsalardı onlar benim yanımda kalırlardı. Ben de benle oturun demedim. Desem kabul edeceklerine dair emare görmedim.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Eş kaybı, önceden yaşanılan ve samimi ilişkilere sahip olunan yakın çevreyi değiştirmeme isteği ve kuşaklar arasındaki farklılıkların sebep olabileceği çatışma ihtimali gibi nedenlerden ötürü yaşlılar, özellikle de uygun ekonomik koşullara ve sağlık durumuna sahip olanlar, çocuklarına taşınmak yerine kendi evlerinde yalnız yaşamayı tercih etmektedirler (Sever, 2020, s. 4). Bununla birlikte kır kökenli kadınlar başta olmak üzere, yeterli sosyal ve ekonomik sermayesi olmayan yaşlılar kendi evinde yalnız yaşamayı istememekte ya da yaşayacak imkânlarla sahip olmamakta ve bundan dolayı çocuklarıyla yaşamak

durumunda kalmaktadırlar. Nitekim kırsal bir ilçede yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da eşi vefat eden yaşlı kadınların, yalnız yaşamak yerine çocuklarında kalmayı tercih ettikleri, huzurevi gibi yatılı bir sosyal hizmet kuruluşunda kalmak istemedikleri ortaya konulmuştur (Küçük, 2016, s. 39). Çocuğunun ailesiyle yaşayan yaşlılar süreç içerisinde bir takım sorunlar yaşayabilmekte ve bu durum aile ilişkilerine zarar verebilmektedir (Altunsu Sönmez, 2019, s. 1159). Eşini kaybettikten sonra yalnız yaşamamak adına çocuklarıyla yaşamayı tercih eden bazı katılımcıların da tam da alanyazına uygun şekilde aile içi sorunlardan dolayı kendi evlerine döndüklerini açığa çıkaran deneyimleri bulunmaktadır. Bu katılımcıların ifadeleri aşağıda sunulmaktadır.

“Oğlumla bir süre yaşadım. Baktım durumlarına gelinin suratı düşüyor, kavga edip duruyorlar. Kalp kıracağıma dedim ki oğlum ben artık ayrılıyorum sizden, yeter hepiniz büyüdünüz, çocuğunuz oldu. Ben ayrılacağım.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Yavrum benim eşim nerdeyse 20 yıl oluyor vefat etti. Ben de eşim vefat ettikten sonra önce bir çocuğumun yanına yaklaşık bir sene gittim sonra kendi evime döndüm. Zaten bu evi bozmamıştım. İyi ki de bozmamışım. Orada kalışım uzadıkça gelinin suratı da değişmeye başladı. En son baktım benim yüzümden evde her gün kavga var evime geçtim.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Elde edinilen deneyimler, katılımcıların yalnız yaşama nedenleri arasında cinsiyete dayalı çarpıcı bir farklılık olduğunu göstermiştir. Erkek katılımcıların bazıları, ataerkil toplum yapısından dolayı çevrelerinde yer alan birçok kişinin tekrar evlenmelerini tavsiye ve hatta teşvik ettiğini belirtmişlerdir. Eşlerine olan bağlılıklarından ve ekonomik istismara maruz kalmaktan çekindiklerinden bu yönde bir adım atmadıklarını belirten ve geneli kır kökenli olan erkek katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Eşim vefat ettikten sonra ben kendim yalnız yaşamayı istedim. Vallahi evlenmek istemedim çok arkadaşlarım teklif ettiler hiçbirini kabul etmedim bu yaştan sonra dedim daha şey edemem anlaşılamam eşim gibi dedim bulamam yarın daha kötü olur ayrılсан zor ayrılmasan zor hep onları düşündüm onun için yalnız yaşamaya karar verdim.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

“Ben yalnız yaşamak istedim. Eşimin yerine başka birisini koyamadım. Şimdi yaşlılıkta işte toplumda güveneceğin insan hiç kalmadı. Yenişehir Camisi'nin orda bir arkadaşım var beş defa evlendi. Geldiler parasını pulunu aldılar gittiler. Ben gelirse şunu alırım, bunu alırım. Yani bu tür değerler doğrultusunda ben hiç evlenmeyi düşünmedim.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

4.2.2. Yalnız Yaşamla Değişenler

Katılımcılar yalnız yaşam sürecine başladıktan sonra yaşamlarında birtakım değişimler meydana geldiğini belirtmişlerdir. Bu değişimler üç kategori altında ele alınmıştır.

4.2.2.1. Eve gelen misafirin azalması: “Hani derler ki öküz öldü ortaklık bozuldu”

Bu kategori altında katılımcıların eşlerinin vefatının ardından eve gelen misafir sayısının ciddi şekilde azaldığını ve yalnızlaştıklarını anlatan deneyimlere yer verilmiştir.

ABD’de yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada nesiller arası birlikte yaşama eğilimi ile kuşaklararası temasın ciddi bir şekilde azaldığı ve çoğu yaşlının oldukça izole bir yaşam sürdüğü ortaya konulmuştur (Ruggles, 2007, s. 964). Avrupa’da da benzer bir durumun olduğu düşünülmektedir. Nitekim EUROSTAT tarafından yayımlanan verilere göre 65 yaş ve üstündeki yaşlı kadınların yalnızca %29,2’si erkeklerin ise %20,7’si aile üyeleriyle günlük iletişim kurmaktadır. 75 yaş ve üstündeki yaşlıların yaklaşık %6’sı son bir yılda aile üyeleriyle ve %9,3’ü arkadaşlarıyla hiç iletişim kurmamışlardır. 65-74 yaş aralığındaki katılımcıların %8,2’sinin, 75 ve üstü yaştaki katılımcıların ise %9,6’sının kişisel konularda danışabilecekleri biri bulunmamaktadır (EUROSTAT, 2020, s. 162-168). Türkiye’de gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların yalnızlıktan, sosyal ilişkilerinin kopmuş olmasından ve önceki yaşam dönemlerinde sahip oldukları değer ile statülerini yitirmiş olmalarından dolayı günlük yaşamlarında stres yaşadıkları ve ev ziyaretleri, danışmanlık gibi

psikososyal hizmetlere gereksinim duydukları ortaya konulmuştur (Danış, 2004, s. 162). Bu çalışmada da elde edilen deneyimler katılımcıların alanyazınla örtüşen şekilde eşlerinin vefatının ardından yalnızlaştıklarını ve sosyal izolasyona maruz kaldıklarını ortaya çıkarmaktadır. Sosyal çevreleriyle yeterli sosyal teması olmayan yaşlıların mortalite riskinin yükseldiği ve sağlık durumlarının kötüleştiği göz önünde bulundurulduğunda maruz kaldıkları yalnızlığın ne kadar yıkıcı olduğu daha net anlaşılmaktadır (Akbaş vd., 2020, s. 4540; Feng, Falkingham, Liu ve Vlachantoni, 2017, s. 9). Katılımcıların konuya ilişkin değerlendirmeleri aşağıda yer almaktadır.

“Hani derler ki öküz öldü ortaklık bozuldu. Eşim öldükten sonra ne eşimin ne de benim akrabalarımın birisi de uğramaz ancak telefonla ne yapıyorsun, nasılsın o kadar. Yani bir gün evime gelip de oturan bir akrabam olmadı. Akrabaları geç çocuğum gelmedi. Mesela hadi çocuklar Ankara’da değil yeğenlerden hiçbiri amca şu senin evi bir temizleyelim şu perdelerini yıkayalım diye bir şey demedi. Kendim ağlaya ağlaya inlerim yaparım geri takarım.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

“Eskiden çok misafir geliyordu. X amcan sülalenin büyüğüydü. İki güne bir kesin misafir gelirdi. Haftada bir iki defa yemeğe gelen olurdu. Eltimin, kayınımın, görümcemin çocukları hep bendelerdi eskiden. Ömer Amcan vefat ettikten sonra gelen azaldı. Şimdi çok çok nadir gelirler. Öyle eski yakınlık yok artık. Herkesin işi var oğlum. Zaman da değişti.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

Katılımcıların anlatılarından eve misafir olarak gelen akrabaların azalmasıyla paralel şekilde eve gelen arkadaş ve komşuların da azaldığı ve bu durumdan hoşnut olmadıkları yönünde deneyimler keşfedilmiştir. Katılımcıların bu konuyla ilgili ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Ziyaretçilerim oluyor ama eskisi gibi çok değil. Daha çok telefonda konuşuruz. Artık eskiye göre daha az gelen oluyor. Amcan hayattayken uzun bir süre hastalık çekti, ondan dolayı gelen gidenin ardı arkası kesilmezdi. Amcanın iş arkadaşları, komşular falan çok gelirdi. Ama o vefat ettikten sonra eskisi kadar böyle yoğun bir misafir olmadı.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Kadınlar, erkeklere göre yalnız yaşama daha kolay adapte olabilmektedirler. Yalnız yaşayan erkekler, arkadaşlık, akrabalık vb. sosyal ağlara kadınlar kadar

dahil olmamakta ve bundan dolayı sosyal izolasyona maruz kalmaktadırlar. Bu durum aynı zamanda yaşamlarında daha az sosyal destek kaynaklarına sahip olmalarına neden olmaktadır (Powell, 2014, s. 140). Alanyazına uygun şekilde eve gelen misafir sayısının azalması yönünde deneyimlerini aktaran erkek katılımcılar çocuklarının da evlerine gelmediğini ve bu durumun erkek olmalarıyla ilgili olduğunu aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Eve gelen giden kimse olmuyor oğlum. Kızlarım ve çocuklarını belki on sene oldu görmeyeli. Ha benim hanım sağken hepsi gelirdi. Annem diye gelir giderlerdi ama ne zaman anaları öldü o zamandan beri benle de görüşmeyi kestiler. Hani derler ya inek öldü, hap kesildi, dana öldü hep kesildi. (İki taraf arasındaki bu tür dostluğun dayanağı yok olunca, bu yakınlık, dostluk da biter. Hap, süt.)” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Yalnız kaldın mı evladın bile eskiye göre gelmez. Hanım varken herkes girip çıkıyordu hanım gittikten beri gelen olmadı. Yani şimdi kadın her yere sığıyor da erkek şey etmiyor yani. Sen gidemezsin zaten sen kalmazsın zaten onlarda şey etmez yani erkek olarak kabul eden olmaz yani.” (Katılımcı 22, 77, Erkek, Sincan)

4.2.2.2. Eşle birlikte yapılan aktivitelerin aksaması: “Yalnız başıma nasıl gideyim”

Katılımcılar eşlerinin vefatından sonra onlarla birlikte yaptıkları piknik, tatil vb. aktivitelerin azaldığı ya da artık yapılmadığı yönünde deneyim paylaşmışlardır. Ankara’da yalnız yaşayan yaşlı kadınlarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların yaklaşık dörtte birinin yalnız hissettikleri, yaklaşık üçte birinin eşleri olsaydı yaşamlarının daha kolay ve daha sosyal olacaklarını düşündükleri ortaya konulmuştur (Buz ve Beydili, 2015, s. 567). Bu sonuç yaşlılıkta eş desteğinin ne kadar önemli olduğunu gözler önüne sermekte ve yaşamını yalnız sürdürenlerin dezavantajlarını ortaya çıkarmaktadır. Eşi vefat ettiği için yalnızlaşan ve eski rutinini yitiren katılımcıların deneyimleri ataerkil toplum yapısından dolayı kadınların erkeklere nazaran daha fazla kısıtlandığını gözler önüne sermektedir. Katılımcıların konu hakkındaki ifadelerine aşağıda yer verilmektedir.

“Yazın bahçemize giderim vakit geçiririm. İyi oluyor. Haftada iki üç gün gidiyorum. Amcan yaşarken yazları orada kalıyorduk ama amcanın vefatından sonra hiç kalmadım. Bahçe evi olduğu için تنها birazcık. Çekiniyorsun. Bir de eskiden daha çok giderdik, şimdi ancak benle gelen birileri olursa, yalnız başıma nasıl gideyim.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Eşim hayattayken piknik yapmaya, tiyatroya, sinemaya her hafta sonu kamplara, gezmeye giderdik. Her pazar gideceğimiz yer vardı. Şimdi öyle yerlere götürülen olmadığı için artık gidemiyorum. Yani eşim öyle şeyleri çok severdi. Şimdi damadım bazen götürür, her defasında rahatsız etmek istemem, bazen giderim.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

4.2.2.3. Evle ilgili sorumluluklarda meydana gelen değişimler: “Erkekli ev başka oluyor erkeksiz ev başka”

Kadınlar yaşlılık döneminde bakım verme gibi toplumsal cinsiyete bağlı rollerini sürdürmektedirler. Önceki yaşam dönemlerinde çocuklarına bakım sunan kadınlar yaşlılık döneminde torunları ve eşlerinin bakım sorumluluğunu üstlenmektedirler (Buz ve Beydili, 2015, s. 559). Diğer yandan eşlerini kaybettikleri için bakım vermeleri gereken kimsenin kalmayışı kadınların sahip oldukları yükümlülükleri azaltmaktadır. Bu kategori altındaki aktarımlar da alanyazına uygun şekilde kadınların toplumsal cinsiyete dayalı yapıdan ötürü sahip oldukları sorumlulukların azaldığını ortaya çıkarmıştır.

“Eşimin vefatından sonra tüm rutinim değişti. Yani bir anda evcimen olan ben, artık dışarıda daha çok zaman harcar oldum. Sonra koşuşturmacam çok azaldı. Bundan kaynaklı da bir değişim oldu. Evet bu her zaman istediğim bir şeydi ama o zaman istediğim şeyi buruk bir şekilde karşıladım.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Eşimin kaybından sonra biraz daha fazla çıkar oldum çünkü evde bekleyenim yoktu bir de eşim şu konuda titizdi yemek seçmezdi fakat her gün taze yemek isterdi. Yani koşturmadan hiçbir zaman kendim için bir şey yapamadım bana vakit kalmazdı ama şimdi değişti.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

“Tabii ki erkekli ev başka oluyor erkeksiz ev başka oluyor yani illaki. Benim yüküm azaldı çünkü çocuklara, eve ve eşime koşturuyordum. Eşimin vefatıyla biraz boşluğa düştüm.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

Arkadaşlarının deneyimlerinden hareketle kadınların yalnız yaşama sürecinde ev içi sorumluluklarının azalmasına ek olarak eşlerinden maruz kaldıkları baskı ve tahakkümün de azaldığını, kadınların dışarıda daha çok zaman geçirebildiğini ve bir nevi “özgürleştiğini” ifade eden kendisi hiç evlenmemiş bir katılımcının ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Mesela bazı arkadaşlarımla kocaları öldü, kaç sene çektik, ay ne kadar rahatlık varmış diyorlar. Yavrum ev işlerinin dışında erkekler yaşlanınca da daha şey oluyorlar pımpirikli. Mesela kadın geliyor güne geliyor işte saat 16:00 oldu mu, ay eşim müsaade etmiyor eve gideceğim diye kalkardı. Ne kadar saçma değil mi? Kadının kocası öleli iki sene oldu şimdi birine gittik mi kadın en son kalkıyor, 19:00- 20:00’de kalkıyor, ya acısını çıkarıyor. Anla yani en basiti bu.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

Kır kökenli ve eğitim düzeyi düşük olan kadınlar, ev içi yükümlülüklerinin azalmasının yanında erkeğin egemenlik alanında olan resmi işleri vb. yapmak zorunda kalmakta ve bundan dolayı sorumluluk artışıyla karşılaşmaktadır. Önceki yaşam dönemlerinde ev dışına çıkma şansı elde etmemiş olan kadınların, yalnız olmalarından ötürü alışık olmadıkları bu işleri yapmak zorunda kalmaları yalnız yaşam deneyimlerini zorlaştırmaktadır. Bir kadın katılımcının bu konuya ilişkin deneyimine aşağıda yer verilmiştir.

“Beyim varken zaman bambaşkaydı. Eşim varken ben çarşıya falan gitmezdim. Daire işidir, fatura işidir işte diğer şeylerdi eşim hallederdi. Şimdi bu işleri ben yapıyorum. Mesela dün doğalgazımı yatırmaya gidecektim, gidip faturayı ödemeye korktum. Soğuktu yavrum, bir de kayıp düşerim maazallah her yer kar ama eşim olsaydı o öderdi. Şimdi her şeye ben.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Eşinin vefatından sonra yalnız yaşama sürecinde ev işlerini yapmak zorunda kaldığı için öğrenen, eskiden bu işleri yapmayan bir erkek katılımcının ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Şimdi yalnız yaşamamanın özelliği şu işini kendin görüyorsun. Mesela ben yemek yapmayı öğrendim. Ev işlerini yapma becerilerim arttı. Çamaşır yıkama, ütü yapma gibi şeyleri öğrendim.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

4.2.3. Yalnız Yaşama Başlandığında Hissedilenler: “Yetim gibi kaldım”

Yaşlılık döneminde yaşlının yaşamını zorlaştırabilecek çok sayıda unsur olsa da kuşkusuz eş kaybı bunların en önemlisi ve etkisi baş edilmesi en zor olanıdır. Eşini kaybeden yaşlılar bu durumun sebep olduğu ve ruh sağlığını olumsuz etkileyen duruma ek olarak yaşlılık döneminde karşılaştıkları zorluklarla tek başlarına mücadele etmek durumunda kalmaktadırlar (Yıldız, 2012, s. 13). Geride kalan yaşlılar, eskiden eşlerinden aldıkları desteğe erişememekte, bağımsız yaşama kapasiteleri azalmakta ve mutsuzlukla karşılaşmaktadırlar (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 101). Nitekim Konya’da eşini kaybeden yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcılar eş kaybını “hayatın yarısını kaybetmek, dünyayı kaybetmek” olarak tarif etmiş, eskiden eşlerinin üstlendikleri sorumlulukları üstlenmek durumunda kalmalarının kendilerine yük olduğunu belirtmiş ve eşlerinin yokluğuna alışamadıklarını vurgulamışlardır. Aynı çalışmada eşini kaybeden yaşlıların yeterli sosyal desteğe erişemedikleri, sosyal izolasyona maruz kaldıkları ve tekrar evlenmeye sıcak bakmadıkları anlaşılmıştır (Kiremitçi ve Akçay, 2019, s. 26-30). Muğla’da gerçekleştirilen bir çalışmada da boşanmış ya da eşi vefat etmiş yaşlıların yaklaşık %80’inin içinde buldukları şiddetli yalnızlığa rağmen tekrar evlenmek istemedikleri ortaya konulmuştur (Türkan ve Sezer, 2017, s. 44).

Eşinin vefatından ötürü yalnız yaşamaya başlayan katılımcıların yalnız yaşama ilişkin korku ve kaygılarla birlikte eşin vefatından dolayı üzüntü ve şok duygularını yaşadıkları, belirli bir süre sonra hem yalnız yaşamaya hem de eşlerinin kaybına tam olmasa da alıştıklarına dair anlatılarından oluşan ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Valla işte şey biz mesela 50 seneyi bulmuştuk. Eşin birdenbire vefat etmesi insanları tabii ki çok zorluyor. Başlarda çok kötü oldum. Yatak odasına gidip yatamadım. Zamanla dünyanın olgusu bu, böyle olacak ya sen ya eşin birinizden biriniz zaman içerisinde öleceksiniz önce o öldü diye kendimi teskin etmeye çalıştım.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Çok ağladım, çok ağladım. Bazen Almanya’ya gidiyordu bir haftalığına sanki ev başıma yıkılıyordu burada güzelim ya. Hani ben böyle boşluğa düştüm. Allah insana öyle bir sabır veriyor ki güzel rabbime kurban olayım.” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“İlk başta zordu alışık değildim, yetim gibi kaldım. Sonra alıştım, kabullendim, tek başıma işlerimi halledebilir oldum.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

Eşini genç yaşta kaybedip belirli bir süre evdeki bekar ya da küçük çocuklarıyla kalan veya eşinden boşandığı için yalnız yaşamaya başlayan katılımcıların da yalnız yaşama başladıkları dönemde alışma süreci geçirdikleri ve çeşitli zorluklar deneyimledikleri görülmüştür. Türkiye’de gerçekleştirilen bir çalışmada eğitim durumu gibi diğer sosyoekonomik değişkenlerden bağımsız olarak yaşlıların yalnızlığı eş kaybıyla ilişkilendirdiği, yalnız yaşamayan, çocukları olan ve çocuklarından destek alan yaşlıların bile eşlerinin kaybından sonra yalnız hissettikleri ve zorlandıkları tespit edilmiştir (Türkan ve Sezer, 2017, s. 47). Bu çalışmada da katılımcıların alanyazınla örtüşen, eş kaybının hemen ardında yalnız yaşamaya başlamayan katılımcıların zorlandıklarını belirten deneyimleri aşağıdadır.

“Çok bocaladım. Yalnız kalmaktan bocaladım. Artık hiçbir işe yaramayan etkisiz bir eleman gibi hissettim. Benim yaşamımda bir amacım varsa ben çok mutluyum. Yani çocuklarım gidince amacım kalmamış gibi hissettim. Öyle kötü oldum.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Eşimden sonra, annem vardı yanımda. Bir sene sonra annemin ölümünden sonra yalnız yaşamaya başladım. O zaman çok kötü hissettim ben. Yani yalnız hiç kalmamıştım hayatım boyunca. Yalnız kalınca çok mutsuz oldum, korktum.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

4.2.4. Yalnız Yaşamın Avantajları: “Evimde istediğim gibi hareket ediyorum”

Bu alt tema altında katılımcıların yalnız yaşama ilişkin avantaj olarak nitelendirdikleri noktalar aktarılmaya çalışılmıştır. Katılımcıların yalnız yaşamın zorlukları olsa da başkalarıyla bir arada yaşamadıklarından özgür oldukları, özel alana sahip oldukları, boş zamanlarının olduğu, aile içi sorunlarla karşılaşma

ihtimalinin azaldığı ve kısıtlanmadıkları yönünde deneyimleri bulunmaktadır. Gaziantep'te yapılan bir çalışmada, çocuklarının evlerinde bir süre yaşama deneyimine sahip olan ve sonradan yaşamlarına ayrı bir evde tek başlarına devam eden yaşlıların, çocuklarının evlerinde yaşadıkları dönemde gece gürültü olmaması adına televizyon izlemedikleri, banyo ve tuvaleti rahat kullanamadıkları, acıktıklarında yemek saatini bekledikleri, mutfağı istedikleri gibi özgürce kullanamadıkları, sabahları ailenin diğer üyelerinin uyanmalarını bekledikleri, yaşam ritimlerinin özellikle torunlardan çok farklılaştığı ortaya konulmuştur (Sever, 2020, s. 4). Yalnız yaşayan yaşlı kadınlarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların %60'ı çocuklarına yük olmama, kendi evinden ayrılmak istememe ve çocuklarının evlerinde rahat hareket edemeyeceklerini düşünme gibi sebeplerle yalnız yaşamayı tercih ettiklerini belirtmişlerdir (Buz ve Beydili, 2015, s. 564). Katılımcıların alanyazınla örtüşen deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Mesela canın isterse yatıyorsun. Canın isterse kalkıyorsun. Canın istedi mi yiyorsun. Arkandan laf eden yok, suratını ekşiten yok. İstedin mi televizyonu açıyorsun. Ben burada çok özgürüm.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Yavrum evimde istediğim gibi hareket ediyorum canımın istediğini pişiriyorum, komşularıma gidiyorum gün yapıyorum, komşularımı eve alıyorum, özgürüm. Çocukla yaşasam gelin razı olur mu? Anam babam diye çocuklarım bayramda bana geliyor evde gelin olsa onların kahrını çeker mi?” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

“Yalnız olunca başına buyruksun, rahatsın. İsteddiğini yapıyorsun. Bak bana çocuklarım ya da torunlarım ziyarete gelince inanır mısın ben hayatımı yaşamıyorum onların hayatını yaşıyorum. Oturduğun yerde haberleri izleyeceksin ama torun şey çizgi film istiyor ve bir şey diyemiyorsun.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

Yalnız yaşayan yaşlı kadınlar, ev içi işleri yapabilmeleri ve komşularıyla sahip oldukları ilişkilerden ötürü destek alabilmeleri gibi nedenlerden ötürü yalnız yaşam sürecini erkeklere göre daha bağımsız ve başarılı şekilde devam ettirebilmektedirler (Kalaycıoğlu vd., 2003, s. 32). Buna ek olarak bir erkeğe bakmak durumunda olmamaları iş yüklerini azaltmaktadır. Kadın katılımcılardan oluşan bir grup yalnız yaşadıklarından, eşleri ya da bir başkası için yemek,

temizlik vb. herhangi bir iş yapmadıklarını, ev işlerinin azaldığını ve bu durumun yalnız yaşamın olumlu bir yönü olduğunu aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Şöyle bir şey var, eskiye göre yorulmuyorum hani çok kalabalık gibi durumlarım yok. Kalabalığa iş yetiştirmek için üzerimde hani manevi bir baskı yok. Kendi işimi de görüyorum zaten. Benden çeşit çeşit yemek bekleyen eş, işte ütü bekleyen oğul, yok bilmem ne bekleyen torun olmayınca ben niye yorulayım ki. Kirleten olmazsa ben neden evi temizleyeyim ki?” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Oğlum bak en basitinden ablam var. O da tek kalıyor, yeğenlerim de o da çok ısrar ediyor, gel ikimiz bir dairede birlikte kalalım diyorlar ama ben istemedim. Yok dedim istemem kızım ben kendi başıma oturacağım dedim. Tek olunca daha rahat oluyorsun, şimdi ben ablamla yaşasam hem ona bağlanacağım hem benden büyük diye ona hizmet edeceğim. Ev işlerim artacak. Ne gerek var?” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

4.2.5. Yalnız Yaşamın Dezavantajları: “Bu durum ağırıma gidiyor.

Yalnız olmak zor”

Erkekler çoğunlukta olmak üzere katılımcıların önemli bir kısmı yalnız yaşam sürecinde insanlarla daha az iletişim kurabildiklerini, özellikle evde oldukları zamanlarda sohbet edecek, duygusal paylaşımda bulunacak birinin olmayışının deneyimledikleri yalnızlığı arttırdığını ve bunun sonucunda, stres gibi olumsuz duygular yaşadıklarını belirtmiş ve bu durumun yalnız yaşama bağlı bir dezavantaj olduğunu ifade etmişlerdir.

Kadınların iş yaşamına girmesi sonucunda bebek bakımı sorumluluğunu kadının annesi ya da kayınvalidesi üstlenmiş ve bu sayede yaşlı kadınlar toplumsal ve ailesel önemini nispeten koruyabilmişlerdir. Torun bakan ya da çocuklarının ev işlerine yardım eden yaşlı kadınlar bu sayede çocuklarıyla daha sık iletişim kurma imkânına erişmişlerdir. Diğer yandan “kendi işini yapamayan, hizmet bekleyen ve ilgilenilmesi gereken kişi” konumundaki baba ya da kayınpeder önem kaybederek, birlikte yaşanılması cazip olmayan kişiye dönüşmüştür (Özmen, 2013, s. 112). Buna ek olarak kadınların eski dönemlere göre çalışma yaşamında daha fazla yer almaları baba ya da kayınpeder rolüne sahip yaşlı erkeklerle

görüşme ve onlara yardımcı olma imkânını azaltmakta ve bu durum yaşlı erkeklerin, kadınlara göre daha izole olmalarına sebebiyet vermektedir. Katılımcıların bu konuya ilişkin deneyimlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Mesela akşam herkes evine çekiliyor. Evde yalnız oturuyorsun. Bir, üç, beş gece tamam ama sürekli yalnız olursan biriyle konuşamazsan duvarlarla konuşursun. Bu durum ağrıma gidiyor. Yalnız olmak zor.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Yani o evin içinde yalnız kalmak var ya sanki dünyam kararıyor, duvarlarla konuşuyorsun. Evde televizyon olmasa hiç ses yok. Yalnız başına kalkıp da bir bardak çay koymayı canım istemiyor. Ne yediğim belli ne içtiğim belli ne gezdiğim belli.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

Yaşlılık döneminde evli kalmak yaşam kalitesini arttıran bir unsurdur. Evlilerin hane gelirleri evli olmayanlara göre daha yüksektir. Ayrıca evliler eşlerinden gerek duyduklarında bakım ve destek alabilmektedir (Arun, 2020, s. 55). Bu çalışmada da alanyazınla örtüşen şekilde, özellikle sağlık durumu elverişli olmayan veya süregelen hastalığa sahip olan yalnız yaşlıların, hastalık dönemleri gibi bakım gereksinimleri olduğu özel zamanlarda yanlarında birinin olmayışını yalnız yaşama bağlı bir dezavantaj ve kaygı unsuru olarak ele aldıkları ortaya konulmuştur. Modernleşme sonucunda toplum yapısında meydana gelen değişimden ötürü genç kuşakların yaşlılara bakım sunma ve destek olma motivasyonları azalmıştır (Çunkuş vd., 2019, s. 62). Bu durum yalnız oldukları için eş ve çocuk desteğine sahip olmayan ve bu desteği kamudan alamayan katılımcıların zorlanmalarına neden olmaktadır. Katılımcıların konu hakkındaki ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Şöyle hadi gece aniden öldüm olur ya hastalanırım, düşerim bir şey olur. Yalnızım. Belki kalp krizi geçireceğim ama yardım isteyemeyeceğim. İşte benden bir iki gün haber alınamayacak çoluğum çocuğum gelecek kapıyı pencereyi kıracak. O bakımdan kötü.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Abisi gücüme gidiyor ama ne yapayım. Cenabı Allah kimseyi yalnız bırakmasın. Suyum bitiyor şurada adam bekliyorum şu suyum doldursun diye, sonra işte hasta olunca hele çok daha kötü. Yalnız işte şu anda bir şekilde idare ediyorum.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

Erkek katılımcılar yalnız yaşam sürecinde daha az sosyal ilişkiye sahip olmaları ve yalnızlaşmalarından dolayı sıkıldıklarını ve bu durumun ruh sağlıklarını olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir. Yakın zamanda Türkiye gibi geleneksel toplumsal özelliklerinin baskın olduğu Japonya ve Çin’de gerçekleştirilen bir çalışmada da yalnız yaşayan yaşlı erkeklerin öznel iyi oluşlarının yalnız yaşayan yaşlı kadınlara göre daha düşük olduğu ve kadınların yalnız yaşam sürecinde öncesine göre öznel iyi oluşlarında anlamlı bir değişim olmazken erkeklerin yalnız yaşamla öznel iyi oluşlarının azaldığı ortaya konulmuştur (Matsuura ve Ma, 2022, s. 903). Katılımcıların konu hakkındaki deneyimleri aşağıdadır.

“Ben bir insanla oturup konuşmak isterim çünkü benim kafamı dağıtır. Yalnızken bütün geriyeye giderim böyle, geçmişi düşünür dururum. Yani yalnızlık buna sebep olur. Yanımda biri olsa ben o zaman daha farklı olurum, bu can sıkıntım olmaz.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Moral bozukluğu, çöküntü ve can sıkıntısı yalnız yaşamın olumsuz yanları. Yani zaman zaman kendimle konuştuğum anlar oluyor yani. Uzun süre biriyle görüşmezsem ya da konuşmazsam daha negatif ve melankolik bir ruh haline dönebiliyorum.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

Erkek katılımcıların deneyimleri toplumsal cinsiyet kalıpları ve ataerkil toplum yapısından dolayı geçmiş yaşamlarında ev işleri yapmamalarından ötürü yalnız yaşam sürecinde daha fazla zorlandıklarını göstermektedir. Nitekim, erkek katılımcılar yalnız yaşamdan kaynaklı sorumlulukların artmasına ilişkin deneyimlerinden bahsederken ev işlerini sık sık vurgulamışlardır. Yaşlılık döneminde ev temizliği, ütü, küçük tamiratlar, yemek hazırlama, bulaşık yıkama gibi işleri gerçekleştirmek için zorluklarla karşılaşılrsa da (Danış, 2004, s. 149) yaşlılık döneminde bu işlerle karşılaşmak, önceki yaşam dönemlerinde bu işlere ilişkin sorumluluğu olmayan erkekleri dezavantajlı konuma düşürmüştür. Katılımcıların bu konuyla ilgili deneyimleri aşağıda yer almaktadır.

“Yalnız yaşayınca işte işlerin artıyor. Sonra mesela kendi işini göremiyorsan daha muhtaç oluyorsun. Ya bir şekilde öğreniyorsun ya da yemek için dışarı gidiyorsun, temizlik için bir kadın bulmak zorunda kalıyorsun. Bu açılardan yalnız yaşamak zor.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

Eskiden eşim ev işini yapıyordu. Ben başka bir şey yapıyordum veyahut yemek yaparken bazen yardım ediyordum. İşte evde bir arıza olursa yapıyordum. Şimdi bütün yük bende tabii tek başınasın her şeyi sen yapmak zorundasın. Bu çok zor, büyük sorumluluk.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

Bir erkek katılımcının ataerkil toplum yapısından dolayı yalnızlığının arttığı, toplumsal baskıdan dolayı evine gidip gelen olmadığı ve bu durumun onu daha dezavantajlı kıldığı yönündeki ifadeleri aşağıdadır.

“Şunu bilin eşi ölen erkeğin kapısını kimse çalmaz, kimse gelip gitmez, yanlış anlaşılır diye. Benim binada bile belki ara sıra yönetici gelir o da aidat almak için gelir kapıdan gider bu kadar. Netice itibariyle yani kimse kapısını açmaz. Yalnız kalınca bu şekilde içine kapanıyorsun acaba ben ne oldum diyorsun.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

4.2.6. Yalnız Yaşamın İlk Dönemi ile Şimdiye İlişkin Karşılaştırmalar: “Zamanla acım azaldı, evimle mutlu oldum”

Bu kategori altında katılımcıların yalnız yaşama başladıkları ilk dönem ile şimdiye ilişkin deneyimlerinin karşılaştırmasına yer verilmiştir. Katılımcılar genel olarak, yalnız yaşama başladıkları ilk dönem daha çok zorlandıklarını, süreç içinde bu duruma alıştıklarını ama bu defa da yaşlanmaya bağlı hastalıkların ortaya çıktığını ve bu durumun da yeni zorluklara neden olduğunu aktarmışlardır.

Sağlık durumu ile ekonomik durumu iyi olan ve çevresiyle kuvvetli etkileşim içindeki katılımcılar, yalnız yaşamaya başladıkları ilk dönemde şimdiye göre daha fazla zorlukla karşılaştıklarını, yalnız yaşamaya süreç içerisinde alıştıklarını aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“O zamanki duygularla şimdiki duygu izah edilemez o zamanki dünyaya bakış açım duygularım düşüncelerim bugün çok çok farklı. Ya o zaman çok olumsuz düşünüyordum acaba şöyle olsa, böyle olsa gibi düşüncelerim oluyordu, hani eşimin vefatında benim ihmalem var mı, evliyken onu üzdüm mü, yalnız yaşamaya alışabilecek miyim diye şeyler oluyordu şimdi olmuyor.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“İlk zaman şeydi diyorum ya özlem duygusu olduğu için daha zordu. Şimdi yavaş yavaş alıştım. Ondan sonra da geri gelemeyeceğini şey olamayacağını kabullenmek mecburiyetinde kalınca daha kolay gelmeye başladı. Hala tam olarak kabullenemiyorum, hiçbir zaman kolay bir şey değil bunu kabul etmek ama sızısı azalıyor. Alışmaya çalışıyorum.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“Çok zor geldi sonra zaman geçtikçe alıştım. Tabii özlüyorsun, eşini arıyorsun ya elden gelen bir şey yok yavrum. Zamanla acım azaldı, evimle mutlu oldum, evimi yavaş yavaş yenilemeye başladım işte o zaman alışmaya başladım sanırım.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Boşanma nedeniyle yaşamına yalnız bir şekilde devam eden katılımcılar da ilk dönemlerde çocukların sorumluluğunu tek başına alma gibi konularda çeşitli zorluklarla karşılaştıklarını ve süreç içerisinde kendilerine güvenlerinin arttığını aşağıdaki gibi aktarmışlardır.

“İlk dönem daha zordu çünkü daha az maaş alıyordum oğlum okuldaydı yani ekonomik olarak zordu açıkçası. Bu da insanı üzüyor açıkçası yani birçok şeyi yetiştiremiyorsun borçlu kalmak istemiyorsun. Ondan sonra belki almayı çok arzu ettiğin bir şey var ama onu alamıyorsun.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Ya benim yalnızlıkla ilgili hiç kaygım olmadı ama tabii eşimden ayrı yaşamam nedeniyle bir travmam oldu. Böyle çok şiddetli bir travma değil ama yani yıllarca yaşadığınız insandan ayrılıyorsunuz, evinizi ayırıyorsunuz yani ne biliyim bir travma oluyor adını veremeyeceğim şekilde fakat onu daha sonra atlattım. Alıştım süreçle. İlk yapabilecek miyim, başarabilecek miyim şeklinde çok düşüncem vardı.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

Sağlık durumu iyi olmayan ve yaşamını bağımsız bir şekilde sürdürme konusunda zorlanan katılımcılar yalnız yaşam sürecinde tek yaşamaya alıştıklarını buna karşın yalnız yaşamaya başladıkları ilk dönem sağlıklı ve hareketli oldukları için daha kolay idare edebildiklerini şimdi daha çok zorlandıklarını belirtmişlerdir. Sağlık durumu yaşamın her döneminde olduğu gibi yaşlılık döneminde de bireyin yaşam kalitesi, refah ve esenliğini etkilemektedir. Bir çalışmaya göre sağlık durumu iyi olmayan ve yaşamını bağımsız bir şekilde sürdüremeyen yalnız yaşayan yaşlılarda sosyal izolasyon, depresyon ve yalnızlık görülmekte, bu olumsuz duygular yalnız yaşayan yaşlıların tansiyon ve diyabet değerlerinin kötüleşmesine neden olmakta ve bu durum yalnız yaşayan yaşlıların

yaşamlarını daha da zorlaştırmaktadır (Hwang ve Sim, 2020, s. 2). Bu çalışmada görülebileceği üzere elverişli sağlık durumuna sahip olmamak yalnız yaşayan yaşlıların olumsuz duygular deneyimlemelerine ve bu olumsuz duygular da sağlık durumlarını daha da kötüleştirecek hastalıkların ortaya çıkmasına neden olmakta ve bir nevi kısır döngü oluşturmaktadır. Bu çalışma kapsamında elde edilen tıbbi rahatsızlıkların yalnız yaşamı zorlaştırdığını açığa çıkaran deneyimler aşağıda sunulmuştur.

“Allah kuvvet verdi, sabır verdi alıştım yalnız o zaman daha gençtim yani 54 yaşındaydım. O zaman daha gücüm kuvvetim yerindeydi her işimi kendim yapıyordum, kimseden yardım istemiyordum. Şimdi daha zorlaştı, bağımlı oldum. Herhalde yalnızlığa alıştım ama şimdi de daha bağımlı oldum.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Şimdi yürüyemiyorum aha bu yatağa düşüp kaldım. Ama dua ediyorum ben bırakıp giden nur içinde yatsın yavrum. Hamdolsun bana maaşını bıraktı gitti ama az ama çok yettiğini yetmeyen o kadar yavrum.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

“Allah sabrını veriyor zamanla ama genel olarak şimdi daha zor, şimdi tuvalete bile gidemiyorum. Neden dersen o zaman çocuklarım yanımdaydı, ben o zaman çalışıyordum, yürüyebiliyordum. Şu anda tek başıma ne yapıyım ben.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

4.2.7. Yalnız Yaşamadan Kaynaklı Gereksinimler

Bu alt tema altında katılımcıların yaşam deneyimlerinden hareketle aileleriyle veya kurum bakımında kalan yaşlılara göre farklılaşan gereksinimlerine yer verilmiştir. Katılımcıların bu alt tema kapsamındaki deneyimleri üç kategoriye ayrılmıştır.

4.2.7.1. “Tek olana yaşam daha zor” karşısında “Benim kimseye eyvallahım yok”

Bu kategori altında katılımcıların yalnız olmaktan kaynaklanan dezavantajlarını açığa çıkaran deneyimleri sunulmuştur. Kır kökenli, düşük eğitim düzeyi ve

ekonomik durumu olan kadın katılımcılar yalnız oldukları için dezavantajlı olduklarını, eşleriyle birlikte yaşama imkânı olsa, ev dışı olanlar başta olmak üzere sahip oldukları sorumlulukların azalacağını ve bu sayede daha mutlu olacaklarını alanyazınla örtüşen şekilde (Kalaycı ve Özkul, 2017; Kiremitçi ve Akçay, 2019) aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“Tek olana yaşam daha zor. Her şeyi üstüne alıyorsun. Mesela amcan derdi ki kadın kadındır. 100 yaşına girse kadın kendini koruyacak der. Mesela şuradan geçen biri ters baksa tamam. Yani yalnız yaşadığın evine hırsız mı girecek, ırzına bir şey mi yapacak yani o şeyi yaşıyorsun, korkuyorsun. Ama eşin oldu mu o şey olmuyor” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Benim beyim şimdi yaşasaydı benim için her şey daha güzel olurdu. Bazı konularda rahatım yavrum ama beyim olsun isterdim. İlla gözün arıyor kuzum. Evde öyle birinin varlığı yetiyor kuzum.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Bak mesela benim eşim olsaydı yaşam daha kolay olurdu yavrum. Böyle sabahtan akşama kadar yalnız kalmazdım. Yani yalnız olmayana yaşam daha kolay, ben yürüsem kendi işimi gücümü görsem ne güzel olurdu. Mesela ben çok isterdim yürüyeyim hatır almayı çok severdim yavrum.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

Sağlık ve eğitim durumu orta ile üst düzeyde olan, ekonomik sıkıntı yaşamayan kent kökenlilerin çoğunlukta olduğu katılımcılar yalnız yaşamdan kaynaklı ciddi zorluklarla karşılaşmadıklarını, yalnız yaşamın özgürleştirici olduğunu ve birilerine gönül borcu duymalarını engellediğini ifade etmişlerdir. Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da benzer bulgular elde edilmiş ve ekonomik durumu iyi, eğitim düzeyi yüksek ve sağlık durumu iyi olan yaşlıların yalnız yaşamayı tercih ettikleri ortaya konulmuştur (Sever, 2020, s. 4). Bu durumun maddi durumu iyi olan katılımcıların ekonomik sermayeleri sayesinde gereksinim duydukları hizmetleri piyasadan satın alabilmeleri ve sahip oldukları sosyal sermaye sayesinde yalnız yaşamın sebep olabileceği izolasyonu engelleyebilmeleriyle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Şöyle benim yaşantım başka yalnız olmayan yaşlının yaşantısı başka. O belki kendine güvenemez ondan sonra yaşamını kendi kendine idare ettiremez ama ben kendi kendime yetebiliyorum. Yalnız kaldığım bu süre beni güçlendirdi. Ben yalnızım böyle üzüleyim şey yapayım, yok öyle bir durum yok mesela. Ben kendi kendime yeterim Allaha şükürler olsun.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“Mesela bir arkadaşım ben eve gitmem lazım eşim bekler diyor benim öyle bir derdim yok o anlamda ben daha özgürüm. Onlar mesela çocuklarının sorunlarıyla çok ilgili çok daha fazla kafa yoruyorlar benim o şekil dertlerim yok. Beni bağlayan şeyler yok.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Mesela diyelim ki annen ya da baban senin yanında oturuyor. İşte onların boynu bükük oluyor çünkü o kadınların oğlu ne derse o oluyor. Oğlan resmen emir veriyor anne şunu yapacaksın baba bunu yapacaksın ama ben her şeye kendi başıma karar veriyorum. Ben özgürüm, kafa rahatlığına sahibim.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

Alanyazında yer alan çalışmalar kadınların yaşlılık döneminde de bakım yüklerinin devam ettiğini ortaya çıkarmakta ve yalnız yaşam sürecinde eşlerine ilişkin bakım yükümlülüklerinin olmayışı ile ev içi sorumluluklarının azalmasının kadınları rahatlattığını savunmaktadır (Arun ve Karademir Arun, 2011, s. 1520; Buz ve Beydili, 2015, s. 560). Bir katılımcı da alanyazınla uyumlu şekilde, eşyle yaşayan yaşlı kadınların, yalnız yaşayan yaşlı kadınlara göre daha dezavantajlı olduklarını, bu kadınların hem kendilerine hem de eşlerine bakmaları gerektiğini ve bundan dolayı sorumluluklarının arttığını aşağıdaki şekilde ifade etmiştir.

“Kadınlar dezavantajlı değiller avantajlılar. Eşyle yaşayanlar avantajlı değil eğer eşi de yaşlı o da yaşlıysa nasıl avantajlı olsun. Dezavantajlı olan eşyle yaşayan yaşlı kadınlar. Kadın hem kendine hem de eşine bakmak zorunda kalıyor. İhtiyar da olsa eşin şeyi oluyor.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

4.2.7.2. “Bir şey olursa ve kapımı bile açamayacak durumda olursam ne yaparım?”

Yaşlılık döneminde yalnız yaşamının bizatihi kendisi bireyin yaşam kalitesini olumsuz etkileyen bir unsurken bu duruma hastalıkların eşlik etmesi yaşlıların yalnız yaşama ilişkin kaygı ve streslerini arttırmakta ve onları bağımlı kılmaktadır

(Akbaş vd., 2020, s. 4540; Yanguas, Pinazo-Henandis ve Tarazona-Santabalbina, 2018, s. 303). Bu kategori altında da alanyazınla örtüşen şekilde, katılımcıların yalnız olmalarından ötürü ev kazaları ve hastalık durumlarına ilişkin korkularını açığa çıkaran deneyimlere yer verilmiştir. Sağlık durumu iyi olmayan katılımcıların ev kazası yaşamaları durumunda kendilerine müdahale edecek birinin olmamasından ve hastalık dönemlerini yalnız geçirmelerinden ötürü kaygı ve korku duydukları anlaşılmıştır. Katılımcıların konuya ilişkin aktarımları aşağıda sunulmaktadır.

“Aslında çok korkum yok. Yalnız bazen evde bir kaza yaşarsam, hasta olursam ne yaparım diye düşünmüyorum değilim. Yani insanın başına her an bir şey gelebilir.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“Bir şey olursa ve kapımı bile açamayacak durumda olursam ne yaparım? Yardım ulaşmasını nasıl sağlayabilirim diye bazen aklıma düşünceler geliyor.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Yani tek başımayım başıma bir hastalık gelirse ne olur diye korkuyorum, bazen düşünüyorum onun dışında bir sıkıntım yok.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

4.2.7.3. Yalnız Yaşam Sürecinde Zorlanılanlar

Bu kategori altında katılımcıların yalnız yaşamlarında karşılaştıkları ve onların yaşamını genel yaşlı nüfusa göre daha zorlu hale getiren etmenlerle ilgili düşüncelerine yer verilmiştir. Katılımcılar yalnız olmanın kendilerini zorladığını, tek olmaya alışamadıklarını, sohbet edebilecekleri ve paylaşımda bulunacakları birini aradıklarını belirterek yalnızlığın onları diğer yaşlılara göre dezavantajlı kıldığını belirtmişlerdir.

Gelişmiş toplumlarda emeklilik ile birlikte iş yaşamında çekilme ve gelirden meydana gelen azalma, yaşlılara yönelik olumsuz bakış ve ayrımcı tutumdan ötürü toplumdan soyutlanma, çocukların evlilik, eğitim, çalışma vb. nedenlerle evden ayrılmaları, eş başta olmak üzere akraba, arkadaş ve komşuların kaybı

gibi etmenler yaşlıların yalnızlık duygusunu deneyimlemesine neden olmaktadır (Koşar, 1996, s. 9).

Yaşlılık döneminde maruz kalınan yalnızlık, bireylerin bunama, depresyon, kaygı ve intihar olasılığını arttırmaktadır. Uzun süreli yalnızlık deneyimi kronik rahatsızlıkların ortaya çıkmasına sebep olmakta, bilişsel işlevlerinde bozulmalara yol açmakta ve yaşlıların yaşam kalitesini düşürmektedir (Göker, Tekedere ve Arpacı, 2020, s. 1631; Y. Lee ve Ko, 2018, s. 1340). Yalnızlığın yaşlılar üzerindeki olumsuz etkileri göz önünde bulundurulduğunda yalnız yaşayanların yaşlı nüfus popülasyonuna göre sahip oldukları riskler daha anlaşılır olmaktadır. Katılımcıların alanyazınla örtüşen konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Bir defa karabasan gördüm rüyamda. Ne kadar cebelleştığimi hatırlamıyorum, sonra uyandım ve o kadar korkmuştum ki ellerimi uzattım hani birini bekliyorum elimi tutsun diye. Yalnızlık ne kadar acı bir şey geldi bana bir bilerseniz. Ben var ya elimi tutsun diye böyle bekliyorum hani böyle elimi biri tutsun diye. Sabaha kadar yatamadım, ezan okundu ondan sonra uyuyakaldım ama o zaman yalnızlığın acısını gördüm. Yalnız yaşamın en kötü yanı bu.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

“Hayata ne kadar olumlu bakarsan bak insanların yaratılış dolayısıyla en az bir kişiyle, iki kişiyle birlikte olması lazım. İnsanın şurada oturup iki laf yapması bile çok değerli. Anlatabildim mi, moral olarak seni düzeltir. Bir nefes yetiyor. Beni en çok zorlayan kimsenin olmayışı, yalnız olmam oldu.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

Yalnızlıktan dolayı zorluk çeken bazı katılımcıların yalnız kalmamak adına yanlarında birinin olmasını istedikleri keşfedilmiştir. Aşağıda yer alan ifadelerde de görüleceği üzere yalnız yaşayan yaşlılar ilk seçenek olarak torunlarıyla bunun mümkün olmadığı durumda ise maddi koşulları yeterli olmayan bir öğrencinin ya da devlet koruması altındaki bir çocuğun yanlarında kalması yönünde isteklerinin olduğu keşfedilmiştir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Yani torunlarımdan birisi olsa gelseydi çok güzel yaşardım. Öyle bana çok iyi gelirdi. Her şey güzel olacaktı yemem, içmem, gezmem, oturmam. Bak en

basitinden kapının önünde amcanın arabası duruyor, torun onu kullanırdı. Gezerdik. Yalnız olmazdım.” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“Ben çok istedim yanıma kimsesiz çocuk alayım hani şöyle 9-10 yaşında kimsesi olmayan sahip çıkayım onu eğittireyim, okutturayım yanımda olsun. Orda bile beni korkuttular. Yoksa yani isterdim keşke böyle kimi kimsesi olmayan bir çocukla beraber otursaydım.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Çok isterim hatta ben evde yalnızım ya çok istedim. Hani yeter ki şu gönlüme hitap etsin. Çok güzel insanlar var, çok güzel gençler var böyle en azından bana bir nefes olur diye düşündüm. Hemen evimin yanına X Üniversitesi'ne gittim. Oradakilere sordum, maddi durumu olmayan biri bende kalsın dedim. Bana sakın birini almayın seni kandırır, başına bela olur dediler.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

Katılımcılar sağlık durumları ile ekonomik koşullarının yalnız yaşamlarını zorlaştırdığını belirterek, sağlıkla ve maddi durumla ilgili sıkıntılarının olmaması durumunda yaşamlarının daha güzel geçeceğini ifade etmişlerdir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Ha benim de bazısı gibi daha çok param olsa, onlar temizlikçi çağırırsam, daha çok gezsem, imkânlarım farklı olsa daha güzel olurdu.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Ya maddi durum, beni bu yaşamımda en çok zorlayan şey maddi durum. Hani canım bir şey istedi mi alamıyorum ne biliyim yani maddi durumun olmadıktan sonra dışarı bile çıkamıyorsun, bir çay, kahve falan alamıyorsun.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

“Mesela vertigodan krizim geldiğinde ya da az da olsa ağrım olduğunda perişan olurum. Evde birine bana yardım edin bile diyemiyorsun o vertigoda bilincini falan yitiriyorsun o kadar kötü. Yani öyle işte tabii kötü tarafları da var aklıma gelince bazen bu büyük evde kendimi kedi yavrusu gibi hissedirim.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

Kadın katılımcılar yalnız oldukları için alışveriş ve tadilat gibi işlerde birinden yardım/destek alamadıklarını ve bu durumu yalnız yaşamlarını zorlaştıran bir unsur olarak deneyimlediklerini aşağıdaki gibi ifade etmişlerdir.

“Yok yani şu an da hiç zorlandığım bir şey yok ama çocuklarım yardım etmese o zaman en zor şey dışarıdaki toplu alışveriş olur. Ben o kadar ağır

taşıyamam, o kadar uzak markete gidemezdim. Gross marketler her yerde yok ki.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Eşim öldükten sonra bulduğum ustalar çok zorladı beni. Genel olarak da ustaların yaptığı işi de hiç beğenmedim ona çok üzülüyordum. Onlar herhalde kadını diyerek beni ciddiye almadılar. Eşim varken ustayı falan o bulurdu, güzel ve temiz iş yaptırırdı. Evde erkek olsa, onlarla muhatap olsa böyle kötü iş yapmazlardı diye düşünüyorum” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

Eşini yaşlılık döneminden önce kaybeden ve büyükşehirde yaşayan kadın katılımcılar, yalnız yaşam sürecinde erkeklerin sözlü ve psikolojik tacizine maruz kaldıklarını ve erkeklerin bu tutumunun yalnız yaşamlarını zorlaştırarak kendilerini toplumdan soyutlamalarına neden olduğunu aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Hani dul olunca sanki bütün her şey mubahmış gibi böyle abuk subuk teklifler geldi. En yakınlarımızdan da oldu ne yazık ki. Böyle af edersin ağzı sulu sulu böyle erkekler bakar ya o taciz beni çok zorladı. Ondan dolayı kendimi bir sürü şeyden geri çektim. Bu durum beni en çok zorlayan şeydi.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Yalnız kaldığım ilk dönemde sözlü olarak çok taciz edildim, yalnız kaldığım ilk yıllarda çok gençtim, kötü sözlere, kötü bakışlara çok maruz kaldım. Telefon sapığım oldu iş mahkemeye kadar gitti. Onun dışında erkekler gözleriyle çok taciz ettiler beni dulluğuma çok atıfta bulundular. Eşim erken öldüğü için gençtim ve maalesef bunları çok yaşadım. Yalnız yaşamımda beni en çok zorlayan unsur bu oldu.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

4.2.8. Yalnız Yaşam ve Gelecek

Bu alt temada katılımcıların gelecekte yapmak istediklerine, yaşamak istedikleri süreye ve gelecekte yalnız yaşama devam etme motivasyonlarına ilişkin anlatılara yer verilmiştir.

4.2.8.1. “Tabii ki böyle elim ayağım tutmadığı zamanlar da olacak. İşte o zaman ...”

Katılımcıların geneli yaşamlarını bağımsız bir şekilde sürdürebilecek zihinsel ve bedensel koşullara sahip oldukları sürece yalnız yaşamı sürdürme noktasında ortak bir görüşe sahiplerdir. Bununla birlikte yaşamlarını bağımsız sürdüremeyecek kadar hastalandıkları noktada yapılmak istenilenler ve yaşamak istenen mekânlar değişmektedir.

Eğitim düzeyi yüksek, ekonomik koşulları yerinde, sağlık durumu oldukça iyi kent kökenli katılımcıların bir kısmı yaşamlarına bağımsız bir şekilde devam edemeyecekleri noktada “kimseye yük olmadan” bir bakıcıdan destek alarak evlerinde kalmak istediklerini ifade etmektedir. Huzurevlerinin kişisel özgürlüğün kaybedildiği ve görevlilerin kötü davranışlarına maruz kalınan bir yer olarak görülmesi gibi yanlış inançlar, yaşlıların kurum bakımında yaşama motivasyonlarını azaltmaktadır (Sever, 2020, s. 8). Nitekim Birleşmiş Milletler tarafından oluşturulan Yaşlılık İlkeleri’nden biri olan Bakım ilkesi de yaşlıların bakım gereksinimlerinin istek ve ihtiyaçları doğrultusunda karşılanması gerektiğini ve yaşlıların bakımının mümkün mertebe kendi evlerinde sağlanması gerektiğini belirtmektedir (Buz, Ertan Kocak ve Gozen, 2018, s. 391). Bu katılımcıların aşığıda yer alan deneyimleri de huzurevlerinin yaşamak açısından iyi olmadığını düşündükleri için orada kalmayı tercih etmediklerini ortaya çıkarmaktadır.

“Şu an 86 yaşındayım. Yaşlılığımdan dolayı bir sıkıntım yok. Yalnız ileride bunun böyle devam etmeyeceğini biliyorum, tabii ki böyle elim ayağım tutmadığı zamanlar da olacak. İşte o zaman parasını verip bakıcı tutacağım artık. Bu yaştan sonra huzurevine ya da çocuğuma gitmem çok mümkün değil.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

“Yani dediğim gibi sağlıklı olduğum sürece buna devam edeceğim. Yalnız ben kimseye de yük olmayı istemem. Muhtemelen bakıcı tutar, kendi evimde yaşamıma devam ederim diye düşünüyorum. İlerisi için de huzurevi düşünmüyorum. Yani ben şeylerin Türkiye’deki huzurevi altyapısının çok iyi olduğu düşüncesini taşımıyorum.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

Kent kökenli, sağlık ve ekonomik durumu orta düzeyde olan katılımcılar ise yaşamlarına yalnız devam edebilecek işlevselliğe sahip olmamaları durumunda çocuklarının yaşamını aksatmama, kimseye gönül borcu duymama ve bakıcıyla sorun yaşamama gibi gerekçeler sunarak huzurevine yerleşmek istemektedirler. Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir araştırmada kent kökenli, sosyal ve ekonomik sermayesi görece yüksek olan katılımcıların huzurevlerini çaresiz kalınması durumunda “son tercih” olarak değerlendirdikleri tespit edilmiştir (Sever, 2018, s. 101). Denizli’de kır kökenli davranış pratiklerine sahip ve kültürel sermayelerin kent kökenlilerden farklı olan yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların huzurevlerinde kalanları “evsiz ve parasız olup çocukları ya da akrabaları yanında kalma imkânı olmayan” kişiler olarak nitelendirdikleri tespit edilmiştir (İçli, 2010, s. 10). Bu iki araştırma sonucu birlikte ele alındığında kent kökenli olan, bakım hizmetini bir kurum ya da kişiden ücreti karşılığında alabilecek olan yaşlıların sahip oldukları kültürel sermaye ve içinde buldukları sosyal ortamın da etkisiyle normal bir durum olarak ele aldıkları, buna karşın sosyal çevresinde huzurevinde kalan oldukça az sayıda kişi olan düşük sosyal ve kültürel sermayeye sahip olan katılımcıların bu durumu tabulaştırdıkları görülmektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Yalnız sağlıklı değilsem ve imkânım olursa bir bakımevine gitmek isterim. Öyle aşırı lüks olmasına gerek yok, asgari şartları karşılarsın yeter. Maksat kimseye gönül borcum olmasın, kimsenin baskısı, emri altında olmayayım.”
(Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

“Vallahi iyi bir huzurevi olabilir. Ay yatağa bağlı olursam yani bir şeye karar vermem icap ederse bakım evine gitmeyi tercih ederim evde bakıcı istemem kesinlikle çünkü çevremde onu deneyen arkadaşlarım oldu hiç biri de memnun kalmadı. Yabancı bir insanla aynı evi paylaşmak çok zor. Herkesin kendine göre örf ve âdeti var usulleri var. Zaten genelde o bakıcılar da yabancı oluyor dilini bilmiyorsun. Ben huzurevlerinde kalmayı tercih ederim.”
(Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

Çoğunluğu kadınlardan oluşan ve buldukları sosyal sınıftan bağımsız olarak geleneksel toplumsal yapının görece güçlü olduğu ilçelerde yaşayan katılımcılar yaşamlarına yalnız devam edememeleri durumunda çocuklarında yaşamak

istediklerini belirtmişlerdir. Bu katılımcıların çocuklarının yanında kalma motivasyonlarının altında çocuklarında daha rahat edebileceklerini düşünmeleri ve çocuklarının “ebeveynlere bakmayan” kişiler olarak damgalanmalarını istememeleri gibi sebepler yer almaktadır. Türkiye’de her ne kadar aile yapısı geniş aileden çekirdek aileye doğru evrilse de kır kökenli davranış özelliklerine sahip yaşlılar çocukların ve akrabaların kendilerine bağlılık duymalarını, bakım vermelerini ve geçim sorumluluklarını üstlenmelerini beklenmektedir (Emiroğlu, 1995, s. 68). Bundan ötürü yaşamlarını bağımsız bir şekilde sürdüremeyecek noktaya geldiklerinde, yatılı bir sosyal hizmet kuruluşunda kalmak yerine çocukların evine gitmeyi istemektedirler. Diğer yandan huzurevlerine yönelik olumsuz bakış ve bu kurumlarla ilgili yanlış inançlar da yatılı bir kurum yerine çocuğun evini tercih edilir kılmaktadır (Karaca, 2010, s. 66; Şenol ve Erdem, 2017, s. 47).

Kent kökenli olan, düşük eğitim seviyesine sahip, geleneksel toplumsal yapıya ait unsurları taşıyan yaşlıların huzurevlerine yerleşme motivasyonlarının düşük olmasının altında bu kurumları “istenmeyenlerin, düşkünlerin, çocukları tarafından bakılmayanların” kaldığı yer olarak görmeleri yatmaktadır. Özellikle kır kökenli kadınlar huzurevlerinde kalmaları durumunda çocuklarının annelerine bakmayan kişiler olarak görüleceğini ve bundan ötürü ayıplanarak dışlanacaklarını düşünmektedirler. Katılımcıların sosyal çevrelerinden duydukları ve medyada da yer alan yanlış ve çarpıtılmış bilgilerden dolayı huzurevlerine karşı yanlış inançlar ve negatif tutumlar geliştirmiş olması da huzurevlerine bakışlarını olumsuz etkileyen bir etmendir. Nitekim yaşlılarla gerçekleştirilen bir araştırmada huzurevlerinde kalanların kötü muameleye maruz kaldıklarının düşünüldüğü ve medyadaki huzureviyle ilgili içeriklerin buralara yönelik bakışı olumsuz etkilediği bulgulanmıştır (Aközer vd., 2011, s. 123). Geleneksel toplumsal yapıda yetişen ve bunu sürdüren kır kökenli katılımcıların yaşamlarını bağımsız sürdüremeyecekleri noktada çocuklarında kalmak istediklerini açığa çıkaran ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“75 yaşındayım oğlum artık ne kadar ömrüm kaldı Allah bilir. Allah elden ayaktan düşürürse de evladım varken onları niye tutup dışarıya gideyim başka bir kuruma gidip de evlatlarımın onuruyla oynamam asla. Yani evde mutlu olmasam bile ses etmem, evlatlarımın adını çıkarmam.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Elim ayağım tutuyor, işimi de yapıyorum, yemeğimi de yapıyorum. Ama yaşlanınca, yatağa bağlı olursam mecbur bakım almam gerekirse, kızımın kalırım ona nazım geçer. Gelinlerle ya da bakıcıyla kalamam.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

4.2.8.2. Yaşamak İstenen Süre: “En güzeli üç gün yatak, dördüncü gün toprak yavrum”

Katılımcıların geleceğe ilişkin istek ve planlarını anlatan ifadeleri, yaşamak istedikleri yaşa ve koşullara ilişkin düşüncelerini açığa çıkarmıştır. Katılımcıların genelinin “birine muhtaç olmadan” ya da “elden ayaktan düşmeden” yaşayabilecekleri kadar yaşama ve yaşamına bağımsız devam edemeyecekleri noktaya gelmeden vefat etmiş olmayı isteme noktasında ortak bir fikre sahip oldukları keşfedilmiştir. Yaşlılarla gerçekleştirilen bir araştırmada da bu çalışmada elde edilen deneyimlerle örtüşen şekilde yaşlıların elden ayaktan düşmek, başkalarına muhtaç olmak, yoksulluk, yalnız kalmak ve yalnız ölmek şeklinde korku ve endişelerinin olduğu ortaya konulmuştur (Küçük, 2016, s. 40). Katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Valla şimdi ben her zaman hocanın selasını bekliyorum yani. Şu an sağlıklıyım çok şükür ama yarın ne olacağım belli değil. Yani Allah bize hayırlı ölüm versin rabbim, elden ayaktan düşürmesin, yatağa bağlamasın. Ben her zaman onu diliyorum.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“Öyle çok yaşayayım gibi bir beklentim yok. Allah elden ayaktan düşürmesin, ölümün de temizini versin oğlum. Her zaman dua ediyorum Allah'ım kimseye muhtaç olmadan emanetini al derim. Kimseye yük olmayayım isterim. En güzeli üç gün yatak, dördüncü gün toprak yavrum. Üç günde sevdiklerinle tanıdıklarınla helalleşirsin sonra da toprağa gidersin kuzum. Bunu çok isterim.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Valla elden ayaktan düşmeden hatta bunamadan öleyim. Çünkü zaten bunayınca bilmeyeceğim ki ne yaşadığımı. Yani o kadar yaşamamın da bir

manası yok. Zihinsel aktivitelerim kaybolduğunda ben yaşamıyım daha iyi.”
(Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

4.2.8.3. Gelecekte yapılmak istenenler

Bu kategori altında katılımcıların yalnız yaşamlarının ileriki dönemlerinde gerçekleştirmek istedikleri faaliyetlere yer verilmiştir. Kır kökenli, eğitim düzeyi düşük ve çoğunluğu kadın katılımcıların hacca gitmek, kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek olan katılımcıların ise yaşamlarını sahip oldukları ekonomik, fiziksel ve ruhsal koşullarda sürdürmek yönünde isteklerinin olduğu keşfedilmiştir. Bununla birlikte bir kent kökenli katılımcının sahip olduğu sosyal ve ekonomik sermayeyi kullanarak yaşlılar için merkez açma şeklinde planının olduğu keşfedilmiştir. Kurum bakımında kalan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların gelecekte yalnızca yatağa düşmeden ölme şeklinde beklentilerinin olduğu tespit edilmiştir (Karaca, 2010, s. 64). Bu çalışmada deneyimlerine yer verilen katılımcıların tamamının da yaşamlarının bağımsız sürdürebildikleri kadar uzun olması yönünde temennileri bulunduğu göz önünde bulundurulduğunda benzer sonuçlara ulaşıldığı düşünülmektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“İmkânım şu an yok ama olursa Hacca gitmek isterdim vefat etmeden ama mümkün değil yavrum maddi gücüm yok. Aldığım ucunu başını bulmuyor işte idare maslahat ediyorum yani.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

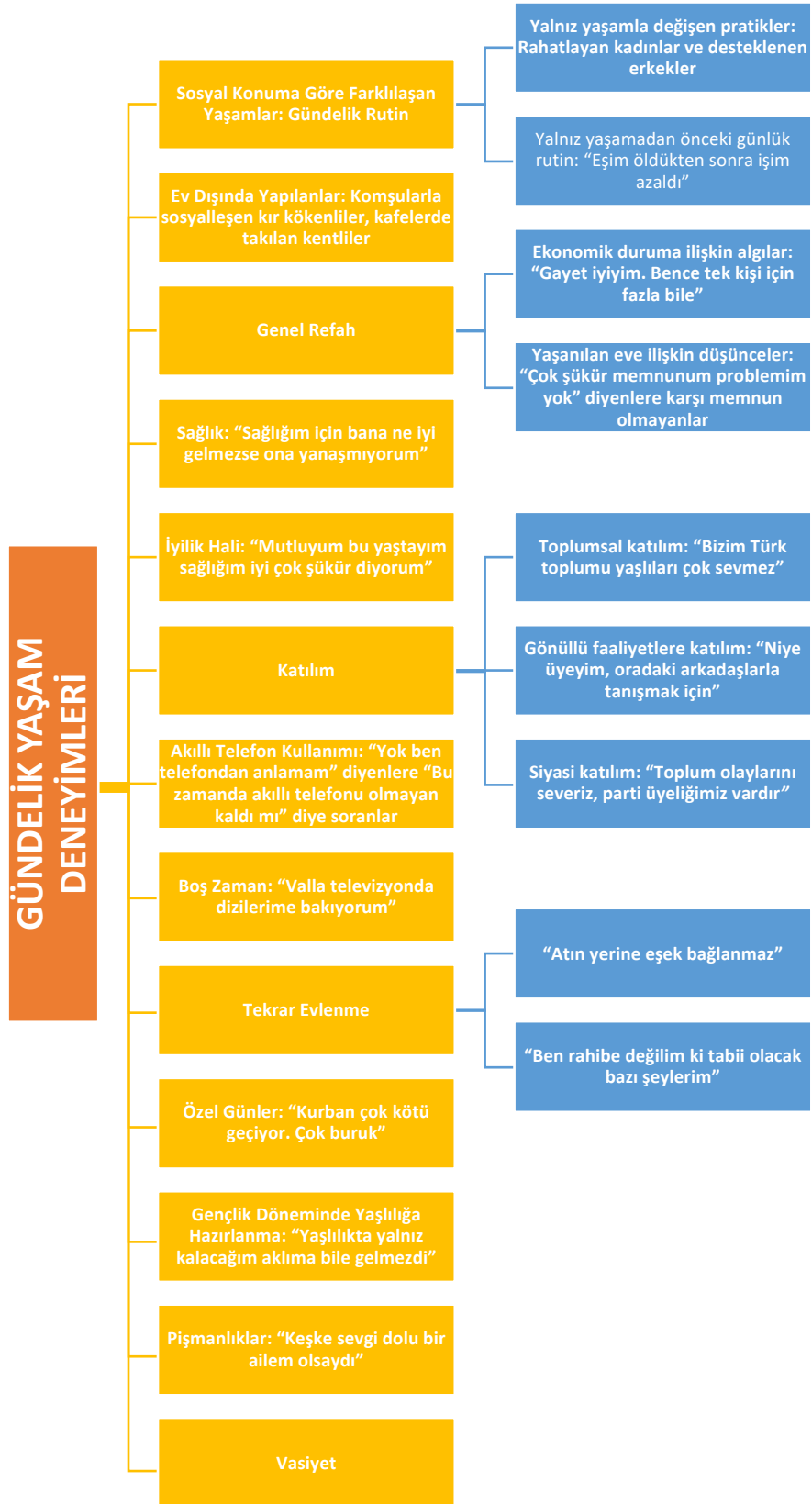
“Alzheimer hastanesi yapacağım veya yaşlı bakımevi yapacağım. Orada işte isteyen yaşlılara çok güzel şekilde bakılacak. İhtiyaçları karşılanacak, ihmal edilmeyecekler.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

“Hayatımda bir değişiklik yapmayı düşünmüyorum. Biraz böyle yine gezmeye çıkmak istiyorum bu yaz. Bu yasaklarla dank etti, bundan sonra yaşamıma daha fazla seyahat sığdırmak, daha çok yer görmek istiyorum.”
(Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

4.3. GÜNDELİK YAŞAM DENEYİMLERİ

Gündelik yaşam deneyimlerinin ele alındığı bu tema altında katılımcıların yalnız yaşamaya başladıkları dönemden günümüze kadar yaşamlarını nasıl geçirdikleri ortaya konulmaya çalışılmıştır. Katılımcıların bu tema kapsamına giren ifadeleri kapsamında oluşturulan alt tema ve kategoriler Şekil 6'da detaylı şekilde yer almaktadır.

Şekil 6: Gündelik Yaşam Deneyimleri



4.3.1. Sosyal Konuma Göre Farklılaşan Yaşamlar: Gündelik Rutin

Bu alt temada katılımcıların alışveriş, ev işleri ve yemek gibi unsurları içeren gündelik rutinlerine ilişkin deneyimleri yer almaktadır. Ayrıca katılımcıların olağan yaşamlarında bir günlerinin nasıl geçtiği, gün içinde neler yaptıkları ve gündelik yaşamlarının yalnız yaşamadan önceki döneme göre nasıl farklılaştığı ortaya koyulmaktadır.

4.3.1.1. Yalnız yaşama değişen pratikler: Rahatlayan kadınlar ve desteklenen erkekler

Kırsal bölgelerde yaşayan ya da kır kökenli olan kadın katılımcıların genellikle günlerini evde geçirdikleri, televizyon izleme ve komşulara gidip gelme etkinliklerini sık yaptıkları, hava almak, yürüyüş ya da ihtiyaçları karşılamak adına ev dışına çıktıkları ve dini etkinliklerin gündelik yaşamlarında geniş bir alan kapladığı keşfedilmiştir. Isparta ilinde yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların, bu çalışmada elde edilen deneyimlerle benzer şekilde, gün içinde örgü örme, Kuran okuma, bahçe işleriyle uğraşma ve kahveye gitme etkinliklerini gerçekleştirdikleri tespit edilmiştir (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 101). Diğer yandan başka bir araştırmada yaşlıların sosyal ilişkilerden uzaklaşmanın, statü kaybının, maruz kaldıkları ayrımcılığın, sağlık sorunlarının ve eş kaybının sebep olduğu stresi gidermek için gündelik yaşamlarında dua ve ibadete başvurdukları ortaya konulmuştur (Danış, 2004, s. 5). Bu gruba mensup katılımcıların gündelik rutinlerini yansıtan ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Sabahleyin namaza kalkarım, namazımı kılar geri yatarım. Saat en geç 9:00’da kalkarım ondan sonra hemen bir elimi yüzümü yıkarım. Yatağımı kapatırım, çayımı korum çayımı içerim. Evimi toparlarım oturur Kuran’ımı okurum yani vaktim öyle geçer. Her gün öğleden sonra komşulara geçerim ya komşular bana gelirler. Saat 15:00 gibi biraz hafif bir şeyler atıştırıyoruz. Akşam da 20:00 gibi falan yemeğimi yiyorum. Akşam gelen komşu olursa sohbet ediyoruz. Sonra yatıyorum.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Sabah kalktıktan sonra bir balkona çıkarım biraz çiçeklerimle uğraşırım bakarım onlarla yarım saat bir saat sonra oturur kahvaltımı yaparım. Ekmek

mi alınacak bir şey mi alınacak kahvaltıdan sonra bir saat kadar çıkıyorum. Yani o gün bir şey lazım değilse bile dışarı çıkar yürüyüş yaparım. Hatta bazen gerekenleri bir kerede almam, maksat yürüyüş olsun iki defada gideyim derim. Ondan sonra da evimin işini, yemeğimi yaparım, temizlikse temizlik yaparım öyle işte. İşlerim ne zaman biterse ondan sonra otururum televizyon izlemeye. Haber izlerim. Belgesel izlerim. Bazı dizilerim var birkaç tane dizi izlerim.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

Kır kökenlilerin yaşamlarında ise bu tarz etkinlikler yer almamaktadır. Ankara'nın görece düşük sosyoekonomik koşullara sahip insanların ikamet ettiği ilçelerinden biri olan Altındağ'da yaşayan yalnız yaşayan yaşlı kadınlarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların yaklaşık yarısının ayda yalnızca birkaç defa dışarı çıktıkları ve dışarı çıkma gerekçelerinin sağlık sorunları, alışveriş vb. zorunlu haller olduğu ortaya konulmuştur (Buz ve Beydili, 2015, s. 568). Bu sonuçlar yalnız yaşayan katılımcıların ciddi bir sosyal izolasyona ve dışlanmaya maruz kaldıklarını ortaya çıkarmaktadır. Diğer yandan kent kökenli kadınlar gündelik rutinlerinde, kır kökenli kadınlardan farklı olarak, arkadaşlarla dışarıda buluşma, kitap okuma, internet kullanma ve spor yapma gibi aktivitelere de yer vermekte ve sık sık evden çıkmaktadırlar. Ekonomik, sosyal ve kültürel sermayesi kır kökenlilere göre fazla olan kent kökenli katılımcıların gündelik rutinlerine ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmaktadır.

“9:00 gibi kalkıyorum, kahvaltımı yapıyorum aradan 2 saat geçtikten sonra kesinlikle pilates yapıyorum. Burada belediyenin salonu var oraya gidiyorum spor yapıyorum geliyorum. Öğleden sonra muhakkak bir arkadaşım ile görüşüyorum. Bazen evde, bazen dışarıda buluşuyoruz. Yalnız olmuyorum genelde ama yalnızsam da kitap okuyorum. Kendimi geliştirmek için okurken not alıyorum. Sonra yogaya gidiyorum, halk oyunlarına gidiyorum. Yani sürekli bir aktiflik var yaşamımda. Yani zamanımı öldürmemeye çalışıyorum.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

“Ben sabah insanıyım 6:30'da uyanırım. Sonra telefondan gazeteleri okurum. Sonra kahvaltı yaparım. Ondan sonra işte evi toparlıyorum. Hava iyiyse işte çıkıyorum şimdi parkta yürüyoruz X hanımla birlikte başka çare yok. İşte ne bileyim ihtiyaçlarımı alışverişimi yaparım asla apartman görevlisine yaptırmam çünkü bir hareket bu yani. Yürüyüşten geldikten sonra öğle yemeği hazırlarım. Ondan sonra bu pandemi dönemi için söz edeyim işte kitap okuyorum. Netflix var onun üyesiyim çok güzel belgeseller var böyle film gibi çekilmiş onları izliyorum, güzel diziler izliyorum.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların gündelik rutinlerini etkileyen unsurlardan biri de cinsiyettir. Nitekim katılımcıların gündelik rutinlerine ilişkin ifadeleri erkeklerin kadınlardan farklı olarak komşularına gitmediklerini, onun yerine arkadaşlarıyla park, kahvehane vb. ev dışı alanlarda buluştuklarını ve kadınlara göre dışarıda daha fazla zaman geçirdiklerini yansıtmaktadır. İstanbul'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada kadınların günlerini genellikle ev içinde geçirdikleri, erkeklerin lokal, kahvehane, cami gibi mekânlarda, bir diğer ifade ile ev dışı alanlarda sosyalleştikleri sonucuna ulaşılmıştır. Yine aynı çalışmada eğitim düzeyi yükseldikçe ve sağlık durumu elverdikçe katılımcıların gündelik faaliyetlerinin değiştiği, gazete ve kitap okuma, internet kullanımı ve haber izleme etkinliklerine daha çok zaman ayırdıkları bulgulanmıştır (Otrar ve Kurtkapan, 2015, s. 182). Erkek katılımcıların, kadın katılımcılara göre gündelik rutinlerinde ev dışında daha fazla bulduklarını açığa çıkaran ifadeleri aşağıda sunulmuştur.

“Şimdi kalktım kahvaltımı yaptım. Soframı kaldırdım. İşte evimi, kendimi topladım. Öğleye kadar otururum, hava güzel olursa dışarıya gider parkta biraz bir iki saat hava alırım. Evde oturup televizyon açarım işte maçları seyrederim, dizi seyrederim, uyurum yapacak başka şey yok.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Ben sabah 6:00'da kalkar, akşam saat 22:00 oldu mu da yatarım. Sabah kalkınca önce bir kendime geliyorum. Ardından hemen çayı koyuyorum. Kahvaltılık yiyorum. Sonra yalnız kalıyorum, düşünüyorum, canım sıkılıyor. Erken olduğu için bir yere de çıkamıyorum. Canım sıkılıyor. Vakit geçince buraya muhtarımın yanına geliyorum. Burada onunla biraz konuşuyoruz. Sonra tekrar eve gidiyorum. Biraz dinleniyorum. Sonra tekrar çıkıyorum kahveye gidiyorum bazen ondan sonra lokantaya gidiyorum, sonra kahveye. Oradan eve, evden tekrar dışarıya. Zamanım öyle geçer.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

Sağlık durumunun da katılımcıların gündelik rutinleri üzerinde önemli bir etkisi olduğu düşünülmektedir. Nitekim araştırmalar sağlık durumu iyi ve yeterli kaynaklara sahip olan yaşlıların, sağlıkları elverişli olduğu sürece yaşamlarını yalnız sürdürme motivasyonuna sahip olduklarını, gündelik rutinleri içerisinde çocuk, komşu ve arkadaşlarıyla bir araya gelmelerini sağlayacak etkinliklere yer vermeye çalıştıklarını ortaya çıkarmaktadır (UN-DESA, 2020, s. 9). Bu çalışmada alanyazına uygun şekilde, sağlık sorunları olan veya yatağa bağımlı yaşayan

katılımcıların günlük rutinlerinde çok fazla etkinliğe yer veremedikleri genellikle yalnızca televizyon izleyebildikleri keşfedilmiştir. Sağlık durumu kötü olan katılımcıların gündelik rutinlerine ilişkin ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Hep bu yataktayım bir yerden bir yere gidemiyorum yavrum. İşte sabah uyanıyorum, bakıyorum erken tekrar yatıyorum, gün içinde televizyon izliyorum, Müge Anlıya bakıyorum yavrum. En çok Kanal 7’yi izliyorum yavrum. Uzun etekliler var ya, siyah olanlar (Hint dizilerini kastediyor) onları izliyorum. İşte Zeynep günde üç defa gelir, yemeğimi yapar, önüme getirir yavrum. Arada beni kaldırır banyoya götürür. Kuran okurum bol bol. Sonra pencereden dışarıyı izlerim.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

“Günüm tamamen yatarak geçiyor. Bu yataktan kalkamıyorum. İşte gördüğün bu televizyonu izliyorum. Sonra nadiren arkadaşlarım geliyor muhabbet ediyoruz. Yani her gün gel, hep gel diyemezsin ki adamların da işi var gücü var. Ben yatalak olduğum için yemek ya da herhangi bir iş yapamıyorum abisi. Bir yere gidemiyorum. Böyle çiçekmiş gibi hareketsiz yaşıyorum” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

Katılımcıların büyük bir kısmı yaşlılık döneminde meydana gelen fiziksel değişimden ötürü eski güçlerinin kalmadığını, karşılaştıkları hastalıklardan ötürü daha incinebilir olduklarını ifade ederek ev işleri konusunda dışarıdan destek aldıklarını aktarmışlardır. Katılımcıların konu hakkındaki ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Ayda bir sefer kadın alıyorum camlara falan çıkamadığım için ondan sonra diğer işlerimi de kendim yapmaya çalışıyorum yani. Yememi içmemi kendim yapıyorum.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“Ayda iki defa kadın alıyorum, kadın çok güzel temizliyor, canla başla çalışıyor. Hem ben kadına iki defa 150 lira ödeyebiliyorum, ona ekonomik gelir oluyor. Kadın almasan ne yapacaksın ki oğlum.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

Katılımcıların neredeyse tamamı ev işleri konusunda “yardımcı” aldıklarını belirtmiş olsa da yardım alma sıklığı ile yardım alınan kişinin katılımcıların sosyodemografik özelliklerine göre değiştiği görülmüştür. Ekonomik durumu iyi kent kökenli katılımcıların ev işlerini ücret karşılığında piyasadan buldukları kişilere yaptırdıkları keşfedilmiştir. Diğer yandan erkek katılımcılarla

gerçekleştirilen görüşmeler, erkeklerin toplumsal cinsiyet rollerinden ötürü kadının yapması gereken bir iş olarak görülen ev işlerini yapma konusunda becerilerinin olmadığını ve ev işleri için destek aldıklarını lakin yardım aldıkları kişinin yaşadığı bölge ya da kentsel veya kırsal kökenli olmaya göre değiştiğini göstermiştir. Değişen toplumsal yapıdan dolayı kentsel bölgelerde yaşayan yetişkinler, özellikle sosyal güvenlik kapsamında olmayan yoksul, yoksun ve kimsesiz yaşlıların bakımını devletin görevi olarak görmekte bu konuda bir sorumluluk almak istememektedirler (Ak ve Közleme, 2017, s. 198). Buna karşın geleneksel toplumsal düşüncenin baskın olduğu bir kültürde yetişen ve bu değerleri benimsemiş, genellikle kırsal kökenli yetişkinler ebeveynlerinin sorumluluğunu almayı bir görev olarak kabul etmektedirler. Bu çalışmada, kent kökenli ve ekonomik sermayesi fazla olan erkeklerin deneyimleri alanyazınla örtüşen şekilde, ücretli “yardımcı” aldıklarını, kırsal kökenli olan veya kırsal bir ilçede yaşayan erkek katılımcıların anlatıları ise enformel aile desteğine sahip olduklarını ve çocuklar başta olmak üzere aile üyelerinden destek aldıklarını ortaya çıkarmıştır. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Ben eve yardımcı alırım. Ayda birkaç kez gelir. Ben ne zaman dersem gelir. Eve gelen kadın, çamaşırları yıkıyor, bulaşıkları yıkıyor, yemeklerimi yapıyor iki üç günlük geri kalanını da ben yapıyorum artık.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Temizlik falan yapmam, kadın getiriyorum. Ayda bir iki defa gelir. Ufak tefek işlerdir, bulaşıktır falan ben hallediyorum zaten. Makinaya atıyorum.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

“Mesela yaşlı erkeklerin en zorlandığı şey temizliktir, ev içi düzenlemeler, işte bulaşık yıkama yani evi şey yapmadır. Çok şükür bizimkilerin dediğim gibi üçü de birden bu işe sahip çıkıyorlar. Üçünde de anahtar var. Hangisi müsaitse bir uğrar etrafı elden geçirir. Sonra eskiden daha nadir gelen temizlikçi artık daha sık gelir.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Temizlik sorunum yok. Çocuklar geldiğinde sık sık çamaşırımı, evin temizliğini yaparlar. Temizliği zaten gelince 10-15 günde bir geliyorlar ya evi tepeden aşağıya temizliyorlar. Benim tek temizliğim yediğim üç dört tane tabağı yıkamak onun dışında temizlik sorunum yok.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir araştırmada maddi durumu iyi olan, bir diğer ifade ile ekonomik sermayesi fazla olan katılımcıların ev işleri için yardımcı aldıkları, maddi durumu iyi olmayanların ise kendileri yapmak durumunda kaldıkları yapamıyorlarsa da çocukları ve komşularından destek talep ettikleri tespit edilmiştir. Çocuklarından ve komşularından destek alamayanların yani yeterli sosyal sermayeye sahip olmayanların ise yapabildikleri kadarıyla yetinmek durumunda kaldıkları görülmüştür. Ayrıca gündelik ev işlerini yapabilenlerin yapamayanlara göre daha yüksek yaşam memnuniyetine sahip oldukları, yardım istemek durumunda kalanların bağımlı hissettikleri ve bu durumun onları olumsuz etkilediği tespit edilmiştir (Sever, 2018, s. 107-109). Bu çalışma da ekonomik durumu iyi olmayan az sayıdaki katılımcının, alanyazınla örtüşen şekilde, yardımcı almak isteseler de maddi imkânlarından ötürü alamadıklarını ve “yapabildikleri kadarıyla yetinmek” durumunda kaldıklarını açığa çıkarmıştır. Bu araştırmanın bulguları ile alanyazında yer alan çalışmanın sonuçları arasındaki uyumluluk yalnız yaşayan yaşlıların gereksinimlerini giderecek hizmetlerin oluşturulmasının önemini somut bir şekilde ortaya çıkarmakta ve yalnız yaşanan dönemde sahip olunan sosyal ve ekonomik sermayenin katılımcıların yaşamları üzerindeki etkisi açıkça görülmektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Yok, yapabildiğim kadar kendim yapıyorum. Bir de maddiyattan da gelemiyor. Maddi imkânım daha iyi olsa belki isterdim. Şimdi yapamadığım yerleri görmezden geldiğim oluyor.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Yavrum el elin işini düzgün yapar mı? Hem gelen kadına para yeter mi? Kadının yevmiyesini vereceksin, yemeğini vereceksin sonra ilaçları bol bol idaresiz kullanacak. Benim bu kadar durumum yok yavrum. Kendim yapıyorum.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Katılımcıların gündelik rutin içindeki olağan faaliyetlerden biri olan yemek yapma olgusuna ilişkin deneyimleri de farklılaşmaktadır. Erkeklerin ifadeleri yemek konusunda kadınlardan farklı olarak, temizlik ve ev işleri konularında olduğu gibi, çocuklarından veya yakınlarından destek aldıklarını (çocukları yemek yapıp getiriyor ya da çocuklarına yemeğe gidiyorlar) veya dışarıdan sipariş verdiklerini göstermektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki şekildedir.

“Genelde yemek yapmam. Şu anda benim dolapta çocuklarımın yaptığı en az birkaç aylık yemek vardır, konserve olarak. Taze fasulye, kuru fasulye, dolma, sarma her türlü yemeği sağ olsun çocuklarım getirirler dondurucuya koyarlar oradan çıkarıp ısıtıp yerim. Bu konserveleri de kendileri yaparlar, hazır almazlar hani.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“Çoğunlukla yemeklerimi eve gelen kadın yapar. Olmadığı zaman da dışarıdan getirttiririm eve yakın bir kebabçı var oradan söylerim.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

Bir çalışmada yalnız yaşayan yaşlıların tek olmalarından ötürü yemek pişirme konusunda isteksizlik yaşayabildikleri ortaya konulmuştur (Arpacı, 2005, s. 44). Bu çalışmada da alanyazınla örtüşen şekilde, bazı kadın katılımcıların deneyimleri yalnız olmalarından ötürü daha seyrek ve daha az çeşit yemek yaptıklarını, yemek saatleri konusunda daha esnek davrandıklarını ve yemeği eskiye göre ihmal ederek daha az önem gösterdiklerini açığa çıkarmıştır. Katılımcıların konu hakkındaki deneyimleri aşağıda sunulmuştur

“Yeri gelince rakı da içerim yeri gelince yaparım yani yapmam değil. Tabi eşimle olduğum döneme göre daha az yapar oldum. Yani evliymiş gibi o nizam olmuyor, bazen geçiştiriyorum.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Her gün yemek yapmıyorum çünkü yaparsam 2-3 gün yiyorum. Tek olduğum için bitmiyor. Her ne kadar az yapmaya çalışsam da bir yaptığımı birkaç defa yemiş oluyorum. Dışarıdan da söylediğim oluyor. Bir de hamur işlerini çok seviyorum. Sabahları pastaneden bir şeyler alıyorum.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

Yalnız yaşayan yaşlılar, gıda alışverişi yapma ve yiyecek hazırlama gibi işleri zorlaştıracak fiziksel rahatsızlıklara sahiplerse veya yemek pişirme konusunda yetkin değillerse sağlıklı beslenememektedirler (Arpacı, 2005, s. 44). Yaşamını bağımsız bir şekilde devam ettiremeyen katılımcıların deneyimleri alanyazınla örtüşen şekilde, yemek konusunda bakıcılarına ya da komşularına bağımlı olduklarını, bakıcılarının pişirdikleri ya da komşularının gönderdikleri dışında bir seçeneklerinin olmadığını göstermiştir. Katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Ben yatalak olduğum için yemek yapamıyorum abisi. Bana bazen komşular getirirler, bazen de dışarıdan aldırırım. Sonra her gün sabah da belediyeden gelip yemek getiriyorlar. Üç öğünlük yemek bırakıyorlar.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

“Ben yataktan kalkamıyorum. Zeynep'im yapıyor Allah razı olsun ondan. Ne yapayım diye sorar. Sen ne istersen onu yap yavrum diyorum. İşte o ne isterse yapar, önüme kor ve gider.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

4.3.1.2. Yalnız yaşamadan önceki günlük rutin: “Eşim öldükten sonra işim azaldı”

Katılımcıların gündelik rutinlerine ilişkin deneyimleri mevcut rutinleri ile yalnız yaşamadan önceki rutinlerinin farklı olduğunu açığa çıkarmıştır. Kadın katılımcılar yalnız yaşamaya başlamadan önce, hasta eşlerinin bakımı, ev işleri ve varsa torun bakımı gibi sorumluluklarının olduğunu belirterek yalnız yaşamla birlikte bu sorumluluklarının ve toplumsal cinsiyet rollerine dayalı işlerinin azaldığını ifade etmişlerdir. Bu durum yalnız yaşamaya başlayan kadınların toplumsal cinsiyete dayalı bakım rolleri ve enformel dayanışmadan doğan sorumluluklarının azaldığı anlamına gelmektedir. Katılımcıların konu hakkındaki ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Altı sene hastalık çektim, kanser hastasıydı eşim. O hasta olunca ben ona baktım. Öyle bir altından falan alma işimiz olmadı da mesela yemeğini yapıyordum, ilacını veriyordum, yanında oturuyordum. Gece hiç uyumazdı. Hastaneye gidiyorduk kemoterapi alıyordu. Günlerim çok yorucu ve yoğun geçiyordu. Onu görmek için gelen giden çok oluyordu.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Her şey evlendim evleneli hep benim üstümdeydi. Ev işlerinden sobasından gazından odunundan kömüründen her şey üstümdeydi. Beyim hastaydı. O zaman da şu anda hiç yardımcı olanım yok. Eşim öldükten sonra işim azaldı. Hele çocuklar evlenip evden ayrıldığında işlerim çok çok azaldı.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Sabah namazına kalktım mesela bekliyordum güneş doğuyor ondan sonra zaten amcan varken o rahatsızdı 6-7 senedir hastaydı nasıl yatacaktım yatmazdım sabah kahvaltısını hazırlardım. O bir kere mutlaka sabah söylemesi ayıp çorba yemedi kahvaltısını yapamazdı. Hazırım yoksa onu

yapıyordum. Ondan sonra yeniden yemek derdine düşerdim yemeklerine çok dikkat ederdi.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

Kadın katılımcıların bazıları, yalnız yaşama başladıktan sonra, eskiden eşleri tarafından yapılan ev dışı işleri yapmak zorunda kaldıklarını belirtmişlerdir. Kadınların ev dışına bir diğer ifade ile kamusal alana çıkabilmeleri olumlu bir durum olsa da kadınların alışık olmamaları ve onlara yardım sağlayacak mekanizmaların olmayışı üzerinde durulması gereken bir durumdur. Nitekim Ankara’da gerçekleştirilen bir çalışmada fatura ödeme, alışveriş yapma, şehir içi ulaşım gibi faaliyetlerin yaşlılar için zorlayıcı olduğu ortaya konulmuştur (K. Karataş ve Duyan, 2008, s. 1073). Yaşlı kadınların, erkeklere göre daha düşük eğitim düzeyine sahip olmaları ve önceki yaşam dönemlerinde daha çok ev içindeki işlere yönelik sorumluluk almış olmaları, eşlerinin vefatından sonra ev dışı işlerde zorluklarla karşılaşmalarına ve kamusal alanda daha sınırlı düzeyde var olabilmelerine neden olmaktadır (Arun, 2020, s. 54). Önceki yaşam dönemlerinde eğitime erişebilmiş ve bunun sonucunda istihdama girebilmiş kültürel ve ekonomik sermayesi yüksek olan yalnız yaşayan yaşlı kadınlar ise ev dışında yaptıkları fatura ödeme, alışveriş, resmi işlemler vb. konularında eğitim seviyesi düşük olanlara göre daha az zorluklarla karşılaşmakta ve bu işlerin üstesinden daha kolay gelmektedirler (Sever, 2018, s. 111).

4.3.2. Ev Dışında Yapılanlar: Komşularla sosyalleşen kır kökenliler, kafelerde takılan kentliler

Katılımcıların gündelik yaşam deneyimlerine yönelik ifadeleri ev dışında arkadaşlarla buluşma ve arkadaş, komşu, akraba gibi yakın hissedilen kişilere gitme şeklinde çeşitli etkinlikler gerçekleştirdiklerini ortaya çıkarmaktadır. Katılımcıların ev dışında geçirdikleri zaman ve gerçekleştirdikleri etkinlikler cinsiyet, yaşanılan yer ve mensubu olunan sosyal sınıfa göre değişmektedir

Erkek ve kent kökenli kadınlardan oluşan katılımcıların yoğun olduğu bir grup, arkadaşlarıyla dışarıda çay bahçesi ya da kafe tarzı yerlerde vakit geçirdiklerini

belirtmişlerdir. Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da katılımcıların arkadaşlarıyla vakit geçirdikleri, birlikte sosyalleştikleri ve özellikle kadınlar için arkadaşlarla vakit geçirmenin önemli olduğu ve arkadaşlarla geçirilen zamanın yalnız yaşayan kadınların sosyalleşmesi ile enformel destek hissetmesinde önemli olduğu ortaya konulmuştur (Eshbaugh, 2009, s. 13). Arkadaşlarıyla ev dışında sosyalleşen katılımcıların deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Bu pandemi çıkmadan evvel her gün 14:00’de çıkardım 17:00’ye kadar çay bahçesine giderdim. Bir iki arkadaşımınla buluşurduk. Sonra hemen bu marketin sahibi filan onlarla oturur konuşurdum.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Efendim akşama doğru hava müsaitse buluşup dışarda oturuyoruz çay bahçesinde veya yürüyüş yapıyoruz. Ondan sonra geliyoruz.” (Katılımcı 22, 77, Erkek, Sincan)

“Yani normal zamanda arkadaşlarımla mesela bir kafede buluşup kahve içiyoruz, bir yere öğlen yemeğine gidiyoruz. Hobi olarak sokak fotoğrafçılığı yapıyoruz. Normal zamanda pazartesinin dışında pek evde durmuyorum ben. Yani hiçbir şey yapmasak bir arkadaşla kahve dünyasında oturup bir iki sohbet ediyoruz.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

Kır kökenli olan veya kırsal ilçelerde yaşayan kadınların deneyimi akraba ya da komşularına giderek ev dışında zaman geçirdiklerini göstermektedir. Yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların ifadeleri gün içinde istedikleri zaman komşularının evlerine rahatlıkla gidebildiklerini ve komşu olarak birbirlerini gözettiklerini ortaya çıkarmıştır. Buna ek olarak kırsal bölgelerde kadınların erkeklere göre komşuluk ilişkilerini sürdürme konusunda daha çok çaba harcadıkları tespit edilmiştir (Akçakaya ve Suzuki Him, 2021, s. 10). Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıdadır.

“Her cuma toplantımız olur. Kuran okur, dua ederiz. Sonra da yer içeriz. Virüsten dolayı aksadı şu an. Şimdi her gün Meziyet abla ve Şerife’yle buluşuruz. Birimize gideriz.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Çıkarsam evin önünde otururum çok böyle her yere gitmem. Gidersem de komşularıma giderim, onda da hepsine değil, samimi olduğuma giderim.”

Yani öyle her gün gitmem, sanki evi yokmuş çarıklymış gibi ne öyle! Bir gün giderim, iki gün gitmem. Bazen onlar gelir.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

Katılımcılar işleri olmasa dahi fiziksel aktivite, temiz hava alma gibi çeşitli amaçlarla dışarı çıktıklarını ifade etmişlerdir. Bununla birlikte erkekler dışarıda arkadaşlarıyla buluşurken, kır kökenliler çoğunlukta olmak üzere kadınlar tek başlarına da olsa evlerinin etrafında yürüyüş yapma, markete girme gibi etkinlikler gerçekleştirmektedir. Ayrıca erkeklerin namaz vakitlerinde camiye gitmeleri de dışarıda insanlarla buluşmalarına ve aktivite gerçekleştirmelerine olanak tanımaktadır. Bu durum cinsiyetin ev dışı alanda geçirilen zamanı ve yapılan etkinlikleri şekillendirdiğini gözler önüne sermektedir.

“Hastalıktan önce arkadaşlarla camide buluşurduk. Namazımızı kıldıktan sonra oturur sohbet ederdik. Sonra işte bazen kahveye giderdik, bazen yürüyüş yapardık ya da parka giderdik camiden sonra.” (Katılımcı 22, 77, Erkek, Sincan)

“Hep evde durmam. Bazen dışarıya çıkar öylesine dolaşır gelirim. Markete girerim, sokakları dolaşıp gelirim. Şimdi sadece caddeye kadar iniyorum hava soğudu ya. Yaz olunca Dutluk’a kadar falan gidiyorum.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Ben her gün çıkıyorum öyle bir dönüp dolaşıyorum kendi evime geliyorum sonra. 2-3 saat vakit geçiriyorum dışarıda yavrum. Bazen dışarıda parkta falan arkadaşlarla da yürürdük, otururduk.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Babamın bir sözü var, insanoğlu her gün evinden dışarı çıkıp temiz oksijen almalıdır yağmurda karda doluda yağsa. Ben de hep yapıyorum muhakkak dışarı çıkıp bir saat de olsa yarım saat de olsa hava alıyorum. Geziyorum, yürüyüş yapıyorum.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

Bu kategori altındaki anlatılar, erkek katılımcılar ile kent kökenli katılımcıların ev dışında arkadaşlarıyla buluştuklarını ama kır kökenli katılımcıların birbirlerine gitmeyi tercih ettiklerini ortaya çıkarmaktadır. Ayrıca pandemi döneminde 65 yaş ve üstündeki kişilerin sokağa çıkmasını engelleyen yasaklar ve kafe/restoranların kapalı olması durumunun katılımcıların ev dışındaki etkinliklerini olumsuz

etkilediği anlaşılmıştır. Katılımcıların ev dışında yaptıkları etkinliklere ilişkin anlatıları aşağıda yer almaktadır.

4.3.3. Genel Refah

Katılımcıların genel refah düzeylerini betimleyen bu alt tema altında katılımcıların ekonomik durumlarına ilişkin algılarına, en çok harcama yaptıkları alanlara, tatil ya da seyahate gidebilme durumlarına ve yaşadıkları konuta ilişkin düşüncelerine yer verilmiştir.

4.3.3.1. Ekonomik duruma ilişkin algılar: “Gayet iyiyim. Bence tek kişi için fazla bile”

Katılımcıların ekonomik durumlarına ilişkin algıları ele alındığında çoğunluğunun yeterli gelire sahip olduğu yönünde deneyim paylaştığı görülmüştür. Katılımcıların çoğunluğu maaş almaları ve bakmakla yükümlü oldukları kimselerin olmayışı gibi nedenlerin ekonomik durumlarını iyileştirdiğini ve gelirlerinin kendilerine yettiğini aktarmışlardır.

Ankara’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların %51,7’si ekonomik durumlarını orta olarak nitelendirmişlerdir. Buna ek olarak katılımcıların %45,7’si faturalarını rahatlıkla ödeyebilecek, %46,4’ü sağlık ihtiyaçlarını karşılayacak, %47,7’si dengeli beslenmek için gerekli gıda ihtiyaçlarını alacak, %49,8’i kıyafet gibi giyinme ihtiyaçlarını karşılayacak ve %79,1’i gezme, seyahat gibi faaliyetlere ayıracak yeterli gelirleri olmadığını belirtmişlerdir (Özmete vd., 2012, s. 63-70). Bununla birlikte bahsi geçen çalışma kapsamında elde edilen veriler ilçelere göre incelendiğinde; kır kökenli, maddi durumu kötü ve eğitim düzeyi düşük olan bir diğer ifadeyle ekonomik ve sosyal sermayesi yeterli olmayan Altındağ ve Sincan gibi ilçelerde yaşayan katılımcıların maddi durumlarına yönelik değerlendirmelerinin genele göre daha olumsuz olduğu, Yenimahalle ve Çankaya gibi ilçelerde ise değerlendirmelerin daha olumlu olduğu

anlaşılmaktadır. Niteliksel yöntemle gerçekleştirilen bu çalışmada da benzer durum söz konusudur. Katılımcıların geneli maddi durumunu yeterli olarak değerlendirmiş olsa da içinde bulunulan sınıf kişinin ihtiyaçlarını şekillendirmektedir. Örnek vermek gerekirse kültürel ve ekonomik sermayesi yüksek kent kökenli katılımcılar kafe ve restoranlarda arkadaşlarıyla buluşma, yılda bir veya daha fazla sayıda tatil/seyahat, çocuk ve torunlarına maddi destek sunma vb. giderlere sahiplerken kır kökenli ve ekonomik sermayesi düşük katılımcılar bu giderlere sahip değildir. Buna karşın kent kökenliler de kır kökenliler de gelirlerinin genel olarak yeterli olduğu şeklinde değerlendirmelere sahiplerdir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Ya bana hem babamdan hem de eşimden maaş geliyor. İki maaşım var. Yavrum bana yeter de artar. Çok şükür fazlam var eksikim yok. Ben daha fazla gelire ne yapayım ki? Evim de benim, kiram falan yok. Bin bereket. Yeter Allah bereket versin.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Gayet iyiyim. Bence tek kişi için fazla bile. 5-6 bin lira gelirim var yavrum yeter bana ne olacak kiram yok bir şeyim yok. Sonra babamdan kalan biraz malım ve biraz birikimim var. Oradan da gelirim oluyor. Daha ne olsun ki.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

Katılımcıların genelinin ekonomik durumlarına ilişkin deneyimleri gelir ve yaşam koşulları bağlamında alanyazınla uyumlu şekilde oldukça kanaatkâr bir düşünce yapısına sahip olduklarını göstermiştir. Türk Dil Kurumu (TDK) kanaatkâr kavramını azla yetinen, elindekiyle idare eden olarak tanımlamaktadır (TDK, 2022). Bu çalışma kapsamındaki deneyimler de yalnız yaşayan yaşlıların kendileri için daha fazla gelir etmek istemediklerini yansıtmaktadır.

Alanyazında yer alan bir çalışmada da Türkiye’de yaşlıların yaşam memnuniyetlerinin yüksek olmasında bir etkenin de yaşlıların şükretme, kanaat etme ve sabretme gibi sosyal değerlere sahip olmaları olarak ifade edilmiştir. Yaşlıların büyük bir çoğunluğunun Müslüman olması ve dini değerlere bağlı olmaları bu değerlerin oluşması ve korunmasına katkı sunmaktadır. Ayrıca yaşlıların yaşadıklarının imtihan olduğunu düşünmeleri, kader inancı ve başa gelen olumsuzlukların Allah’ın takdiri olarak görülmesi yaşlılık döneminde

karşılaşılan olumsuzlukların doğal karşılanmasına sebep olmaktadır (Ü. Şentürk, 2020, s. 221). Katılımcıların konuya ilişkin anlatıları aşağıda sunulmuştur.

“Allah’a çok şükür. Çok olsa ne yapacağım. Gelirim kimseye muhtaç olmayacak şekilde yaşamama yetiyor. Şimdi rahatım yetiyor. Allah bana bugünümü de aratmasın.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Oğlum Allah’a bin şükür. Daha ne olsun. Ben böyle kalayım bana yeter. Daha fazlası olmasın yavrum. Aç değilim, açıkta değilim. Çok olsa ne yapacağım. Gençlerin olsun, bak genç olduğu halde iş bulamayan, çalışmayan kaç kişi var. Allah’ım sana ve onlara yardım etsin kuzum. Ben olanla yetinmeyi biliyorum yavrum.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Eğitim düzeyi yüksek ve kent kökenli olan bazı katılımcılar kanaatkâr bir tutuma sahip olup ekonomik durumlarının iyi olduğunu söylemekle birlikte aktif çalışma yaşamına devam etmemeleri ya da çocuklarından destek almamaları durumunda şimdiki imkânlarla sahip olamayacaklarını aktarmışlardır. Katılımcıların konuya ilişkin ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Ben orta seviyenin altında sayılırım. Bir tek emekli maaşım olsaydı asla geçinemezdim. Emekli maaşım 3200 lira. Acenteden de bir o kadar geliyor öyle geçiniyorum. Yalnız ne yazık ki yani bütün emekliler açlık sınırında. Allaha bin şükür benim bir evim var, arabam var ev kiram yok.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

“Emekli olmama rağmen çocuğumun da desteğiyle daha mutluyum. Yalnız oğlumun desteği olmazsa ve yöneticilikten kazanmazsam bu standartlarımı sürdürmem. Ne bileyim hani bir sinemaya giderken bile bazen düşünüyorsunuz. Ya da mısır falan almıyorsunuz. Evim kira olmasaydı daha rahat yaşardım ama buna rağmen eskiye göre şu an daha rahatım, ekonomik açıdan iyiyim.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

“Emekli bir öğretmen olarak gelirim bana zor yetiyor. Birçok şeyden kısmak zorunda kalıyorum. Mesela belki devlet ücretsiz konut sağlasa daha iyiydi. Ya devlet bir kere sosyal devlet değil birçok konuda eksiği var. Ayrıca geniş halk kesimleri yani insan onuruna yakışmayacak bir şekilde yaşıyorlar. Ay sonunda cebimde 100 lira kalmıyor. Çok üzücü.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

Katılımcıların en çok harcama yaptıkları alana ilişkin deneyimleri incelendiğinde genellikle kira, gıda, ısınma, faturalar, sağlık ve “yardımcı” gibi kalemlerin ön

plana çıktığı görülmüştür. Katılımcıların en çok harcama yaptıkları alana ilişkin ifadeleri aşağıda aktarılmıştır.

“Yardımcıya, yememe içmeme ve hastaneye harcıyorum. Kadına ayda 800 civarında para harcarım. Yememe içmeme belki bir o kadar harcarım geri kalanı da işte hastaneye falan giderim. Ben bir de doğalgaza çok para ödüyorum.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Ben şimdi en çok işte doğalgaza, elektriğe, telefona veriyorum. Mutfak masraflarına veriyorum. Mutfak alışverişi çok arttı yavrum. Çok şükür elhamdulillah tabii yetiyor da çoluğa çocuğa da yerine göre yani destek bile oluyorum.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

Maddi durumu orta ve üst seviyede olan katılımcıların anlatıları sahip oldukları maddi imkânlarını öğrencilere burs ve yakınlarına hediye almak gibi amaçlarla da kullandıklarını ortaya çıkarmıştır.

“Hediyelere falan harcarım. Teyzeyim, halayım, babaanneyim, anneanneyim. Doğum günleri var, bayramlar var, yılbaşı hediyeleri var. Bunlar hep maddiyat işte. Sevdiklerime sık sık hediye alırım.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“En çok iki öğrencime harcıyorum. Onlara harçlık ayırıyorum. Sonrasında gıdaya harcıyorum, faturalara harcıyorum. Giyimi eşimden sonra biraz bıraktım azalttım. Eskisi kadar gezmediğim için yeni kıyafet almamaya başladım ha pandemi de bir etken oldu.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

Eğitim düzeyi yüksek kent kökenli katılımcıların en çok harcama yaptıkları alana ilişkin deneyimlerinde, kır kökenlilerden farklı olarak, gün, tatil, hobi, kuaför, sosyal etkinlikler, otomobil giderleri ve çocuklara yapılan maddi yardımların ortaya çıktığı keşfedilmiştir. Bu katılımcıların en çok harcama yaptıkları alana ilişkin aktarımları aşağıdaki gibidir.

“Valla mesela gıdamı ben asla kesmem yani Allah göstermesin. İstedğim şeyi alıyorum ama daha çok hangi alana masraf ediyorum dersem ben üst başa çok meraklıyım. Sonra işte hobilere para verdim bu ara boya aldım, fırçalar alıyorum işte panolar için çerçeveler alıyorum efendim bir sürü malzeme aldım. Sonra manikür, pedikür ve kuaförüne harcarım. Beni mutlu eder. Arkadaşlarımla buluşmalarına, gezi kulübüme harcarım. Sonra yurtdışı seyahatlerime harcarım.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Banka uygulaması gösteriyor ya bir grafik işte harcama dağılımınız budur diye. Ona bakınca en çok gıda oluyor. Sonra yakıta çok harcıyorum araba kaskosu, sigortası ve vergisine çok gidiyor. Sonrasında barınma yani faturalar vb.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Çocuklarıma harcıyorum. Onlara veriyorum paraları. Aylık benim işte 30 bin liraya yakın bir gelirim var çocuklara destek oluyorum. Oğlan torunu özel üniversitede okutuyorum. Bir de diğer torunumun kirasını ödüyorum. Bana da 10 bin lira falan kalıyor. Ne yapayım kime vereyim parayı.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

Katılımcıların genel refah seviyelerine ilişkin bilgi veren bir unsur da tatile ve seyahate gidebilme durumudur. Avrupa İstatistik Kurumu verilerine göre, 2018 yılında AB genelinde yaşayan 65 yaş ve üstündeki bireylerin %49'u turizm amaçlı seyahat gerçekleştirmiştir (EUROSTAT, 2020, s. 158). Buna karşın Ankara'da yaşayan yaşlılarla yürütülen bir çalışmada katılımcıların yaklaşık %65'inin yurtiçi ve %90'ının yurtdışı gezme amaçlı seyahatlere gidemedikleri ortaya konulmuştur. Eğitim düzeyi düşük ve ekonomik durumu kötü olan katılımcıların yoğun yaşadığı Altındağ, Sincan ve Keçiören gibi ilçelerde yaşayan ve düşük sermayeye sahip olan katılımcıların, diğer ilçelerde yaşayanlara göre daha az seyahat edebildikleri ve bu ilçelerde yaşayanların neredeyse hiçbirinin yurtdışı seyahate gidemedikleri görülmüştür (Özmete vd., 2012, s. 102-103).

Bu çalışma kapsamında açığa çıkarılan deneyimler, katılımcıların mensubu oldukları sosyal konum ile sahip oldukları ekonomik koşulların tatil algılarını şekillendirdiğini ortaya çıkarmıştır. Kent kökenli katılımcılar, turistik amaçla yurt içinde ya da yurt dışında bir yerlere gitmeyi tatil olarak nitelendirmekte ve bu yönde paylaşımlarda bulunmaktadırlar. Kent kökenli ve sermaye sahibi katılımcıların tatile gitme durumlarına ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Geçen yıl yeğenlerimle İspanya'ya gittik. Araba kiraladılar, çok çok gezdik. Ben Japonya'ya gittim, Küba'ya gittim. Avrupa'da gitmediğim görmediğim yer yok. Türkiye'nin her yerini karış karış biliyorum. Yani mutlu olmak için o kadar çok anılarım o kadar çok şeylerim var ki. Ya hiçbir şey yapmasam bile anılarımla bile mutlu oluyorum. Ay ne güzel diyorum fotoğraflara bakıyorum iyi ki yapmışım iyi ki gezmişim iyi ki gitmişim diyorum.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Mesela evvelki yaz kendi başıma Uşak’a gittim, Uşak’taki harabeleri gezdim çok ilgimi çekti. Herkes deli misin ne var orda dedi. Bir hafta kaldım Uşak’ta öğretmenevinde. Sonra Fethiye’deki kanyonları falan gezdim. İşte böyle yani yazında gezerim genelde. Valla bazen üç ayı bulur tatilim. Yüzmeyi çok severim.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Seyahati çok seviyorum, dünyayı görmeyi çok istiyorum. Başta Avrupa’da birçok yeri de Allah’a şükür gördüm yani belki birçok insanın giremediği yerlere de gittim. Mesela Mısır medeniyetini çok merak ediyordum Mısır’a gittim ve beni Nobyalıların kültürü beni çok etkiledi.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Ekonomik durumu kötü veya orta düzeyde olan kır kökenli katılımcıların deneyimleri akraba veya memleket ziyaretlerini tatil olarak algıladıklarını ortaya çıkarmaktadır. Nitekim Diyarbakır’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, katılımcıların yaklaşık yarısının akraba ziyareti sebebi ile il dışına çıktıkları, il dışına çıkma durumu ile cinsiyet arasında güçlü bir ilişki olduğu, erkeklerin %82,6’sının il dışına çıktığı, kadınlarda ise bu oranın %67,4 olduğu bulgulanmıştır (Altındağ, 2020, s. 245). Bu katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda aktarıldığı gibidir.

“Memlekete gidiyorum. Ne kadar kalacağım belli olmuyor. Ne zaman gideceğim de. Canım sıkılmazsa daha çok duruyorum ama sıkılırsam hızlı dönüyorum. Tatilde tanıdıklarla vakit geçiriyorum. İyi oluyor. Çocukluğumu geçirdiğim otlaklara gidiyorum. Orda koyun, kuzularla, taşlarla, kendimle konuşuyorum. Dertleşiyorum.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Bir defa, 10 yıl falan olmuştur, Marmaris’e torunumun yanına gittim. Çok ısrar ettiler, sen otobüse atla biz seni alacağız dediler, ben de onları kırmadım. Bunların dışında işte yazları Kırıkkale’ye kızıma giderim ona da gitmişken köye giderim.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Tatile ya da seyahate gidemeyen katılımcıların deneyimleri incelendiğinde ekonomik koşulların öncelikli sebep olduğu görülmektedir. Ayrıca bir katılımcının eşinin vefatından sonra tek başına tatile gitmek istemediği ve aynı zamanda kızı ve damadına yük olmamak adına onlara eşlik etmediğine yönelik deneyime sahip olduğu keşfedilmiştir. Tatile gidemeyen katılımcıların bu konu hakkındaki düşünceleri aşağıda verilmiştir.

“Valla ben hayatımda bir defa gittim. Onda da gençtim ve arkadaşlar götürmüştü. Şu an gitmek isterdim ama imkânım yok, götürerim de yok. Tek başıma gidemem.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Yani öyle denizmiş falan hiç oralara gitmedim yani. Yalnız imkânım olsa mesela gitsem bir yerde gezsem güzel olurdu. Mesela ben hiç İstanbul’a gitmedim. Konya’ya Mevlana’ya gitmeyi çok isterdim ama nasip olmadı. Çanakkale’de atalarımızı ziyaret etmeyi de isterdim” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Tatilim, gezmem yok artık. Eskiden eşimle gidiyorduk. Mesela 15 gün tatile gidiyorduk pansiyon ya da bir daire kiraliyorduk, denize giriyorduk, kendi çapımızda eğleniyorduk. Uludağ’a gidiyorduk. Yaşlandıktan sonra bitti artık yani. Çocuklar diyor Antalya’ya falan gidiyorlar onlar her sene anne senide götürelim bir hava al ama ben onlara ayak bağı olmayayım diye gitmiyorum.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

4.3.3.2. Yaşanılan eve ilişkin düşünceler: “Çok şükür memnunum problemim yok” diyenlere karşı memnun olmayanlar

Katılımcıların yaşadıkları konuta ilişkin memnuniyetlerinin ele alındığı bu kategori altında katılımcıların büyük bir kısmının evleri ile ilgili olumlu düşüncelere sahip oldukları keşfedilmiş olmakla birlikte bazı katılımcıların evlerinden memnun olmadıklarına ilişkin deneyimleri olduğu anlaşılmıştır.

Katılımcıların geneli, uzun süredir aynı evde yaşama, yakın zamanda tadilat yaptırma, oda sayısının yeterliliği, ısınma durumunun iyi olması ve özellikle eşleriyle ilgili hatıraların olması gibi sebeplerden dolayı yaşadıkları konutlardan memnun olduklarını belirtmişlerdir. Ankara’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da yaşlıların yaşadıkları konuttan memnun oldukları, yaklaşık %90’ının 3-4 odalı evde oturdukları fakat sosyoekonomik düzey düştükçe ya da yalnız yaşam yaygınlaştıkça sahip olunan oda sayısının azaldığı tespit edilmiştir (Özmete vd., 2012, s. 45). Avrupa İstatistik Kurumu tarafından yapılan çalışmada da benzer şekilde 65 yaş üstündeki yalnız yaşayan yaşlıların %60,9’unun kendi konutuna sahip olduğu, kendi konutuna sahip olmayan, bir diğer ifade ile kiracı olanların yalnızca %21,9’unun piyasa fiyatından kirada oturduğu kalanların sosyal konut yardımı kapsamında indirimli konutlarda yaşadığı ve son olarak

yalnız yaşayan yaşlıların %46,9'unun oda sayısının fazla olduğu konutlarda (under-occupied dwelling) yaşadığı bulgulanmıştır (EUROSTAT, 2020, s. 38). Bu çalışma kapsamında konutundan genel olarak memnun olduğu yönünde deneyim aktaran katılımcıların ifadeleri aşağıda sunulmuştur.

“Çok memnunum, ölene kadar burada yaşamayı çok isterim. Bak bahçeye kamelya, kuzine ve semaver yaptırdık. Süsledik. Evi ve bahçeyi birlikte yeniledik. Çok güzel oldu” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“Evimde çok mutluyum. Yani evim çok lüks bir yerde şahane bir dubleks değil yani iki milyon liralık bir evde oturmuyorum ama Çayyolu'ndayım. Evin içi güzel ve büyük. Evimde istediğim her alete ve donanıma sahibim. Şu pencerede gün doğuyor, oradan dolunay doğuyor. Hiçbir şey yapmayıp o sizin oturduğunuz yere uzandığım zaman dışarıyı seyretmek bana mutluluk veriyor.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

“Çok şükür memnunum problemim yok. Bir sitede oturuyorum. Asansörlü bir bina, kat kaloriferli merkezi sistem. Oldukça iyi ısınıyor. Komşularım da iyi. Bir problemim yok evimden oldukça memnunum. Güvenli, kamera var. Otopark var.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

Elverişli ekonomik olanaklara sahip olmayan az sayıdaki katılımcının deneyimleri giriş katta ve ısınmayan, küçük evlerde yaşamak zorunda kaldıklarını ve bu durumdan mutlu olmadıklarını ortaya çıkarmıştır. Alanyazında maddi olanakları yeterli olmayan ve sistematik ayrımcılığa maruz kalan yaşlıların elverişli koşullara sahip olmayan ve genelde giriş kattaki evlerde yaşamak zorunda kaldıkları belirtilmektedir. Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, bu çalışma bulgularıyla benzeşen şekilde, katılımcıların genel olarak konutlarından memnun olduğu tespit edilmiştir. Memnun olmayanların ise evin giriş katta olması, binada asansör bulunmaması, evin eski olması, sobalı olması gibi sebeplerden ötürü memnuniyetsizlik duydukları görülmüştür. Buna ek olarak katılımcıların genellikle giriş katta oturmaları ve yalnız yaşadıklarının bilinmesinden kaynaklı bir güvensizliğe sahip oldukları belirlenmiştir (Buz ve Beydili, 2015, s. 566). Konutundan memnun olmayan katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Valla bu kapıcı dairesinden daha geniş bir ev olsun isterdim, Azıcık daha ferah olsun isterdim. Ev iki oda olsaydı çok iyi olurdu, şimdi oturma ve yatak odam bir. Ama buna da şükür. Şimdi başka bir eve çıksam kiram 750-800 lira olacak. Değer mi değmez. Kim için tutayım. Çocuklarım falan da yok ki. Düzenli gelmiyorlar.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Benim evim giriş kat. Altında oturan yok. Tabanı ısınmıyor. Ev kuzey cephe. Ara kat bir yer isterim yani ve güney bir cephe isterim.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Şimdi oturduğum ev gecekondtu. Ben de temiz evde oturmayı, sobadan kurtulmayı isterim. Aha bu apartman dairelerinin birine otursam ne güzel olur ama imkânım yok. Maaşım belli. Çocuklara da torunlara da yük olmak istemiyorum.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

4.3.4. Sağlık: “Sağlığım için bana ne iyi gelmezse ona yanaşmıyorum”

Bu alt tema altında, katılımcıların sağlıkla ilgili deneyimleri, sahip oldukları hastalıklar, sağlıklarına dikkat etmek adına yaptıkları, sağlıklı beslenme alışkanlıkları ve sağlık hizmetlerine erişim durumları detaylı olarak ele alınmıştır.

Katılımcıların sağlık konusundaki deneyimleri, genelinin sağlıklı oldukları yönünde kaniya sahip olduklarını, bazılarının yaşa bağlı veya kronik hastalıklara sahip olduklarını ve bu hastalıkların gündelik yaşamları ile sosyal ilişkilerini olumsuz etkilediğini ortaya çıkarmıştır. Çanakkale’de gerçekleştirilen bir çalışmada da bu çalışmayla örtüşen şekilde, kronik hastalığa sahip olan, günlük yaşam aktivitelerini bağımsız bir şekilde gerçekleştiremeyen, son altı ay içerisinde ev içinde veya dışında düşme hikayesine sahip olan ve fiziksel engele sahip olan yaşlıların yaşam kalitelerinin ve sosyal ilişkilerinin yaşlı nüfus popülasyonunun geneline göre daha düşük olduğu saptanmıştır (Özerdoğan vd., 2018, s. 97).

Yaşlıların herhangi bir hastalığa sahip olmasalar dahi yalnız yaşamlarının sağlık açısından bir risk durumu olduğu belirtilmekte (Huang ve Lin, 2002, s. 227) ve ülkelerin politika ve uygulamalarında bu durumun göz önünde bulundurulması

gerekmektedir. Nitekim AB Komisyonu'nun 2012 yılının aktif yaşlanma yılı olarak ilan edilmesi üzerine hazırladığı ve AB Bakanlığı tarafından Türkçe'ye çevrilen bilgi notunda da yaşlılık döneminde ortaya çıkan kronik hastalıklar ve ruhsal rahatsızlıklar göz önünde bulundurularak önleyici sağlık politikalarının geliştirilmesi, yaşlıların sağlık kurumlarına, danışmanlığına, önleyici hizmetlere ve uzun dönemli bakım hizmetlerine evrensel ve eşit erişimlerinin sağlanması, yaşlıların her türlü suistimalinin önlenmesi, bağımsız yaşamalarını arttıracak barınma ve ulaşım olanaklarının yaygınlaştırılması ve yaşlılara yönelik evde bakım hizmetlerinin geliştirilmesi önerilmektedir (AB-Bakanlığı, 2011). Katılımcıların hastalıkla ilgili deneyimlerini yansıtan ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Çok hastayım oğlum. Şekerim var, gözlere vurdu gözlerim zor görüyor. Şeker başımdan ayağıma kadar her yerimi etkiliyor. İnsülin kullanıyorum, şeker ilaçları kullanıyorum.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Hastalıklardan ve şekerimden ötürü de çok dışarlara çıkıp gezemiyorum artık. Ben alışkındım ben her gün yürüyüşe giderdim ta Gazinoya kadar. Ama şimdi o kalmadı.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Ben aslında çok sosyaldim. Bu kulağımdan sonra toplumdan kendimi daha çok çekmeye başladım. Bazen konuşulanı anlamıyorum bir daha soruyorum bir daha soruyorum onun için topluma girdim mi iki kişi kapalı ortamda bir toplumda konuşulursa o onunla konuşuyor bu bununla konuşuyor ben bana bir şey söylense dahi anlamıyorum o zaman. Ondan sonra işte ben de bu sosyalleşme bitti. Diyorum Allah'ım diyorum bunun bir ameliyatı olsa bir şeyi olsa ameliyat ettirsem duysam diyorum.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

Katılımcıların sağlık durumlarına ilişkin deneyimleri, büyük bir çoğunluğunun sağlığına dikkat ettiğini, en azından bunun için çaba harcadığını ortaya çıkarmıştır. Katılımcılar sağlıklarına dikkat etmek adına porsiyon kontrolü, zararlı yiyeceklerden uzak durma, dengeli beslenme, fiziksel aktivite, mevsim şartlarına uygun giyinme, uyku saatlerini düzenleme gibi pratiklere başvururken maddi durumu iyi olan, kent kökenli katılımcılar arasında spora gidenler, takviye vitamin alanlar ve hasta olmadıkları halde düzenli hekim kontrolü yaptıranlar da bulunmaktadır. Bu durum katılımcıların sağlık durumlarına önem verdiklerini ve sağlıklı kalmak adına çaba harcadıklarını göstermektedir. Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Mesela affedersin patlayacak gibi böyle çok çok yemiyorum. Azar azar yiyorum. Dengesiz de beslenmiyorum. Yavaş yavaş yiyorum. Gün içinde sık sık yiyorum.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“İşte spor yapıyorum. İp atlıyorum. Sonra hareket yapıyorum televizyonda var gösteriyordu onlardan öğrendim. İşte yiyeceklerime dikkat ediyorum. Genellikle sebze yerim ve hangi sebzenin vaktiyse onu alırım. Birde hani yemekler ağır olanları hiç yapmıyorum mesela hamur işleri zaten yemem.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

“Takviye E, C ve D vitaminim var zaten. Ben her sene checkup yaptırıyordum aksatmıyorum kesinlikle. Sonra dediğim gibi yürüyüş yapıyorum yürümeyi seviyorum. Mesela yoğurdumu kendim yapıyorum. Yani dikkat edebildiğim kadar ediyorum ne kadar edebileceksen bilemiyorum.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların sağlık durumlarına ilişkin anlatıları, büyük bir kısmının sağlıklı beslenmek için çaba gösterdiğini, hazımsızlık yaratan ve hastalık seyirleri üzerinde olumsuz etkisi olan yiyeceklerden uzak durduklarını, sebze ve meyve tüketmeye özen gösterdiklerini ortaya çıkarmaktadır. Bu deneyimler katılımcıların sağlıklı ve zinde kalmak adına yaşam düzenlemeleri oluşturarak bireysel politikalar geliştirdiklerini ortaya çıkarmaktadır. Yalnız yaşayan yaşlıların oluşturdukları yaşam düzenlemeleri ve bireysel politikalar, yalnız olmalarından kaynaklanan ve fiziksel, ruhsal sağlıkları üzerinde ciddi tehdit oluşturan riskleri azaltmaktadır (Ong, Uchino ve Wethington, 2016, s. 443). Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmaktadır.

“Sağlığım için bana ne iyi gelmezse ona yanaşmıyorum. Mesela yememe dikkat ediyorum. Bak bulgur pilavı, pirinç pilavı bir de patates bunlar beni çok felaket ediyor, tansiyonumu uçuruyor. Mesela bahçeye kuzineye patates atarım ama en fazla yarım yerim, kalanı öyle etrafa dağıtırım. Ben çok yersem tansiyonum bozuluyor.” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“Valla sağlığıma edebildiğim kadar dikkat ediyorum ne biliyim işte meyvemiyiyorum, her gün yumurtamı yiyorum. Daha çok sebze ağırlıklı besleniyorum. Ben sebzeyi severim, meyveyi severim, öyle besleniyorum. Mesela yoğurdumu kendim yapıyorum.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların sağlık durumlarına ilişkin deneyimleri genelinin sağlığına dikkat etmek adına fiziksel aktivite ve spora önem verdiklerini açığa çıkarmıştır. Bununla

birlikte katılımcıların geneli yürüyüş gibi hareketleri spor ve egzersiz olarak nitelendirse de eğitim düzeyi yüksek ve kent kökenli olan katılımcıların yüzme ve pilates gibi çeşitli etkinlikleri spor olarak nitelendirdikleri keşfedilmiştir. Katılımcıların konu hakkındaki ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“İşe bisikletle gidip geliyorum. Kışın çok nadir böyle don falan olursa o zaman kullanmıyorum onun dışında hafif yağmur falan olsa da bisikletle giderim. Hemen hemen 9 ay 10 ay bisiklet kullanıyorum. Günde 4-5 km bisiklet sürüyorum.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Hep, hepimiz yani çocuklar da dâhil olmak üzere hepimiz güzel yüzeriz. Ben bu şeyimi gençliğimi yüzmeme borçluyum inan her yıl en az bir iki ayımı denizde geçiririm. Bol bol yüzerim.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

“Haftada üç gün pilatese gidiyordum bana çok yararı oluyordu. Hatta şimdi de evde yapmaya gayret ediyorum çünkü pilatesten sonra kendimi çok iyi hissediyorum. Keşke daha önce başlasaymışım. Kardeşlerimden görüyorum onlar eğilirken falan zorlanıyorlar ben çok rahat yapıyorum ki en büyükleri benim.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların sağlık hizmetlerine erişimlerine ilişkin deneyimleri, kamu hastanelerindeki bekleme sürelerinin uzunluğu, sahip oldukları hastalıkların düzenli kontrol gerektirmesi, randevu almayı bilmeme gibi sebeplerden ötürü kamu tarafından sunulan sağlık hizmetlerine erişemediklerini, sağlık hizmetlerini özel hastanelerden bir diğer ifadeyle piyasadan satın almak durumunda kaldıklarını ve genel olarak sağlık hizmetlerinden memnun olmadıklarını ortaya çıkarmıştır. Bu bulguyla örtüşen şekilde Antalya’da gerçekleştirilen ve yaşlıların yer aldığı bir çalışmada katılımcıların sağlık, emeklilik ve sosyal güvenlik sistemlerinden memnun olmadıkları tespit edilmiştir (Arun, 2020, s. 25).

Katılımcıların deneyimleri ayrıca sağlık hizmetlerini piyasadan almanın ekonomik durumu iyi olan yani ekonomik sermayesi fazla olan katılımcıları, diğer katılımcılara göre daha az zorladığını ortaya çıkarmıştır. AB genelinde yapılan bir çalışmada da yalnız yaşayan yaşlı kadınların, yalnız yaşayan yaşlı erkeklere göre temel mal ve hizmetlerin finansmanında daha çok zorlandıkları ortaya konulmuştur (EUROSTAT, 2020, s. 41). Sağlık alanına ilişkin gereksinim

duydıkları hizmetleri kamudan karşılayamayan ve piyasadan almak durumunda kalan yaşlılar maddi koşullarının yetersiz olmasından ötürü topluma katılamamakta, sosyal ve kültürel aktivitelere dahil olamamakta ve yaşamlarını üretken bir biçimde devam ettirememektedirler ve bu durum maruz kaldıkları dezavantajı arttırmaktadır. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda yansıtılmıştır.

“Şimdi ben ilk hastalandığım zaman Numune’de 20 gün yattım. Bana çare bulmadılar. Başka yerlere de gittim ama ilgilenmediler. Sonra Başkent’e gittim. Orada tedavi olmaya başladım. Maddi açıdan devlet daha uygun ama burası daha kolay. Orada bir tane hemşireye bana yardım edin diyorum, alıyorlar beni götürüyorlar.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Randevu almayı falan pek beceremiyorum, sırada beklemeyi de sevmiyorum çünkü işlerim bir iki günde bitmiyor. Bundan dolayı genelde özele gitmek zorunda kalıyorum. Oğlum hastanede koşturamıyorum, öyle şey edemiyorum mecbur özele gidiyorum. İlaçlarımı da aile doktoruna yazdırıyorum.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“Devlet hastanelerine mümkün mertebe gitmemeye çalışıyorum. Allah düşürmesin tabii şimdi imkânım var da böyle konuşuyorum. Evet arada fark ödüyorum ama kısa sürede işlemlerimi halledip, doktorlarımla sürekli irtibat halinde kalabiliyorum. Hastane daha temiz oluyor. Doktorlarını falan tanıyorum aşağı yukarı iyi doktorlar geliyor ne bileyim orası bana daha nezih daha temiz geliyor.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

Sağlık hizmetini piyasadan ücret karşılığında satın alamayıp, kamuya bağlı sağlık kurumlarına gitmek zorunda olan katılımcıların deneyimleri, sağlık hizmetlerine erişimde sorunlarla karşılaştıklarını, sağlık kurumlarında zorlandıklarını, tetkik sıralarının uzun sürdüğünü ve çocukların yardımıyla gidebildiklerini ortaya çıkarmıştır. Alanyazında da yer alan bir çalışmada düşük sosyoekonomik düzeye mensup yaşlıların sağlık ve sosyal bakım hizmetlerine erişemedikleri ortaya konulmuştur (Arun ve Holdsworth, 2020, s. 5). Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıda aktarılmıştır.

“Mecbur devlet hastanesine gidiyorum ama hiç gidesim bile gelmiyor kalabalıkta bekle bekle ondan sonra bir haftada anca sonucunu alıyorsun yani kolay olmuyor kalabalıkta.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Doktorlara yalnız gidemem çocuklarım götürür. Ben devlet hastanesinde oraya git, buraya git yapamam, beceremem. O kalabalıkta işimi göremem. Hastane karışık ve kalabalık oraya girdim muayene oldum çıktım ya bir daha orayı geri bulamıyorum.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

“Yani randevu alıyor, 10-15 gün sonra doktora gidebiliyorsun. Özel hastane desen kesinlikle gidemem. Abisi yani şimdi özel hastaneye gitmek bir milyar demek.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

Kendisine refakat eden biri olmadığı için sağlık kurumlarına tek başına gidemediğini ve bundan dolayı sağlık hizmetlerine çok acillik bir durum olmadıkça erişemediğini belirten bir katılımcının konuya ilişkin deneyimi yalnız yaşayan yaşlıların sahip oldukları dezavantajları oldukça çarpıcı şekilde yansıtmaktadır. Bu katılımcının deneyimi aşağıdaki gibidir.

“Ben hastaneye gidemiyorum çünkü yürüyemiyorum. Buradan taksiye binip gidersem de zor oluyor. Hastanede yanında kimse olmuyor. Birinin beni götürmesi gerek. Orada benle ilgilenmesi gerek. Ben de kimi çağıracağım kimsem yok. Kimseyi de rahatsız etmek istemiyorum bu yüzden gitmiyorum.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

4.3.5. İyilik Hali: “Mutluyum bu yaşta, sağlığım iyi, çok şükür diyorum.”

Katılımcıların anlatılarında yer alan ve iyilik hallerini açığa çıkaran deneyimlerin yer aldığı bu alt tema altında katılımcıların mutluluk durumlarını, kendilerine olan güvenlerini, bağımlı olma algılarını ve fiziksel görünüşlerine verdikleri önemi yansıtan ifadeler yer verilmiştir.

Çalışma yaşamından ayrılması sonucunda mesleki rolleri biten, çocukların evlenmesiyle yalnızlaşan ve eşin vefat etmesi sonucunda tek başına kalan ve bundan dolayı travmatize olan yaşlılar, sosyodemografik özelliklerine göre değişen düzeylerde “boş yuva sendromu” yaşamaktadırlar. Boş yuva sendromu; kişinin iş yaşamı dışına çıkması ve çocuklarının evden ayrılması sonucunda yalnızlaşması ve yaşamında sorumlulukların kalmaması olarak tanımlanabilir (Mansoor ve Hasan, 2019, s. 55). Önceki yaşam dönemlerinde eğitime erişmiş,

yetişkinlik döneminde iyi bir gelir elde ederek yaşlılık dönemine birikimle girmiş ve sosyal çevreleriyle iyi ilişkilere sahip olan yaşlıların bu sendromu daha az yaşadıkları söylenebilir. Bu çalışmada elde edilen deneyimler incelendiğinde eğitim durumu yüksek ve kent kökenli olan katılımcıların alanyazına uyumlu şekilde boş yuva sendromunu daha az yaşadıkları görülmüştür.

Katılımcıların genel deneyimi yalnız yaşamın sunduğu özgürlük, sağlıklı olma, ekonomik açıdan bağımsız olma, çocukların ebeveynleri üzecek sıkıntılarının olmayışı, çocuklarla iyi bir iletişime sahip olma ile beğenilme ve takdir görme gibi sebeplerden dolayı mutlu olduklarını açığa çıkarmıştır. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Şimdi benim yaşımda bir insanın mutsuz olmasına yol açabilecek değişik faktörler var. Lakin benim, yaşımdakilerden farklı olarak gelinim yok, kayınvalidem yok, kayınpederim yok bilmem ne yok. Şu anda benim Ankara’da ya şu amcam vardı, halam vardı, teyzem vardı, dayım vardı diye ilişkim olan tek bir kişi bile yok. Dolayısıyla akrabalık cihetinden mutsuz olabilecek yani beni kötümserliğe sürükleyecek ve keyfimi kaçırarak bir olayla karşılaşmıyorum. Yani benim insanları gama ve kasavete sürükleyecek geçici de olsa üzüntü verecek bir ilişki ağım yok birincisi bu. İkincisi keşke şöyle değil de böyle yapsaydım dediğim, pişmanlık duyduğum, keşke şu işe bulaşmasaydım da şöyle yapsaydım anlamında geçmişe dönük olarak pişmanlık duyduğum tek bir şey yok. Üçüncüsü mesela tanımadığım kişiler X bey şu kitabınızı ya da şu yazınızı çok beğendim dediğinde bu da insana belirli bir moral ve mutluluk veriyor tabii. Bu sebeplerden ötürü oldukça mutluyum.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Mutluyum bu yaşta iyim sağlığım iyi çok şükür diyorum. Her kalktığıma güne şükrediyorum. Artık 74 yaşından sonra şurada yaşayacağım kaç seneyi sağlıklı geçirebilirim ne mutlu bana. Çok şükür. Çocuklarım sağlıklı torunlarım sağlıklı yani geçinecek param var, kimseye muhtaç değilim. Türkiye genelinde bu büyük bir mutluluk değil mi?” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Şükür Allaha mutluyum ondan sonra oğlum ne yapacaksın ne yapabilirsin onun için mutluyum. Hiç değilse şuraya yatsam kalk diyen yok, oraya gitsem niye gittin diyen yok, yesem çok yedin dur gayri diyen yok, kendi kafama göre yaşıyorum.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Katılımcıların deneyimleri genel olarak mutlu olduklarını yansıtmakla birlikte görece yakın zamanda eşini kaybeden katılımcıların kaybın yeni olması, yalnız

yaşama tam olarak alışmamış olmaları ve duygusal paylaşımda bulunabilecekleri birinin olmayışı gibi etmenlerin mutluluklarını azalttığı görülmüştür. Bu katılımcıların deneyimi aşağıdaki gibidir.

“Mutluyum ama işte eşimin yokluğunun sebep olduğu sevgisizlik şeysi hariç. Eşim olsa daha çok mutlu olurum, başka bir şey istemezdim.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“Eşim olsaydı daha da mutlu olacaktım herhalde. Yani ben eşimi çok seviyordum. Şu an için hiçbir şey beni onla olduğum kadar mutlu edemez.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

Katılımcıların deneyimleri genel olarak kendilerine güvendiklerini, yalnız yaşamdan korkmama, yapamadıklarından ziyade yapabildiklerine odaklanma ve yalnız yaşamı başarılı bir şekilde devam ettiriyor olma gibi nedenlerin de kendilerine olan güveni pekiştirdiğini ortaya çıkarmıştır. Ayrıca kendi işini yapabilme, fiziksel açıdan güçlü olma ve karşılaşılan problemleri soğukkanlı bir şekilde ele alma ve belki de en önemlisi maddi açıdan kendine yetebilme gibi etmenlerin katılımcıların kendilerine olan güvenlerine olumlu katkı sunduğu anlaşılmıştır.

Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada ekonomik durumu kötü ve eğitim düzeyi düşük olan katılımcıların yaşlılık döneminde daha mutsuz oldukları, diğer yandan ekonomik durumu iyi olan yaşlıların eğitim durumları düşük olsa da sahip oldukları ekonomik sermayeyi kültürel sermayeye çevirerek (Wacquant ve Bourdieu, 2016) sosyal çevre edinebildikleri ve yaşlılık dönemini daha kolay geçirebildikleri görülmüştür (Finlay ve Kobayashi, 2018, s. 25). Bu durum ekonomik durumun yalnız yaşayan yaşlıların yaşamları üzerinde çok etkili olduğunu gözler önüne sermektedir. Somutlaştırmak gerekirse ekonomik durumu iyi olan yaşlılar kamusal alana daha çok çıkabilmekte, sosyal çevre edinebilecekleri aktivitelere daha çok katılabilmekte ve bunun sonunda maruz kaldıkları sosyal izolasyonu azaltarak yalnız yaşamın sebep olduğu olumsuzluklarla daha kolay baş edebilmektedirler. Katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Bana diyorlar ki evde yalnız korkmuyor musun, biz evde tek olsak ödümüz kopuyor. Ben de diyorum ki ben korkmuyorum ben Allah’a şükür ediyorum zaten başka bir imkânım da yok. Rahatım. Kendime güvenim var. Güçlü de hissediyorum. Elim ayağım bir yere kadar tutuyor diye düşünüyorum. Yapamadıklarımı düşünmemeye çalışıyorum. Ben iyiyim diyorum, elim ayağım tutuyor buna şükür diyorum.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Mesela şu ana kadar üzerinde düşünmediğim, etmediğim bir şeyle karşılaşınca bile o konuya sağlıklı biçimde yöntemsel açıdan nasıl yaklaşılacağı konusunda kendime güvenirim. Bakın yanlış anlamayın mutlaka en doğru, en isabetli tespiti yaparım anlamında bir iddia bir özgüven değil o konuya yöntemsel olarak nasıl yaklaşılacağı konusunda bir fikrim olmasına ve o fikri gerektiğinde başkalarına da kabul ettirebileceğim konusunda güvenirim kendime.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Ben kendime güveniyorum. Çünkü ben çok genç yaşta yalnız kaldım ve çok mücadele verdim. Bu da beni güçlü kıldı herhalde. Çok uzun süredir yalnız yaşamak beni güçlendirdi. Biraz arabesk olacak ama hani öldürmeyen acı güçlendirir derler onun gibi.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların, iyilik hali üzerinde doğrudan etkisi olan, bağımsız hissetme olgusuna ilişkin deneyimleri incelendiğinde sağlık durumu iyi olanların, birinden maddi/manevi yardım veya destek almadan yaşamlarını sürdürebiliyor olmalarından ötürü bağımsız hissettikleri keşfedilmiştir. Bağımsız hisseden katılımcıların ifadeleri aşağıdaki şekildedir.

“Bağımsız hissediyorum tabii. Canımın estiğini yapıyorum. Kimseden izin almıyorum. Benim eşim öldükten çocuklar lise ve üniversite okudular, evlendiler. Bağımsız olmasam bunlar olmazdı ki.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Mesela sabah kalkıyorum düşünüyorum. Kendi kendime soruyorum bu olsa şu olsa ne yaparım diye. Sonra kimseye muhtaç olmadığımı anlıyorum. Niye çünkü sıhhatim yerinde, sağlığım yerinde. Hastaneye de giderim, doktora da giderim. Başka şehirlere arkadaşlarımın yanına da giderim, köye akrabaların yanına da giderim. Dışarıda yemek yerim. Yani kimseye muhtaç değilim çok şükür. Birine bağlı olmak çok çok zor.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Eşim vefat ettikten sonra araba kullanmayı öğrendim ve o zamandan beri araba kullanıyorum. Ben Amerika’da, Kanada’da bile araba kullandım. Tek başıma şu an Ankara’dan Gelibolu’ya kadar gidip geliyorum. Antalya’ya gittik geçen, arkadaşlarımı da götürdüm hatta. Ben araba sürmeyi öğrenmemiş olsam çocuklarıma muhtaç olurudum. Yalnız şimdi kendi arabam var ve bu

bana inanılmaz bir bağımsızlık sağlıyor.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

Bazı katılımcılar yaşlılık döneminde meydana gelen fizyolojik değişim, ortaya çıkan hastalıklar, günümüzde her alanda ağırlığı artan teknolojik uygulamalara hâkim olmamaları ve yaşadıkları kentlerin yaşlılara uygun olmaması gibi sebeplerden ötürü bağımsız hissetmediklerini aşağıdaki sözcüklerle aktarmışlardır.

“Artık kapandı o dönem. Eskiden öyleydim ama şimdi öyle değilim. El yok, ayak yok. İstersem bile yapamıyorum. Getiremiyorsun, götürüyorsun, gidemiyorsun. Hadi farz et bindim taksiye markete gittim. Orda arabayı nasıl tutup çekeyim, nasıl eşya taşıyayım. Nasıl sırada durayım. Söyler misin?” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Yok yok ben tek başıma hiçbir şey yapamam. Diyorum ya bir Tokat’a gittim neymiş HES kodu idi bilmem izindi kardeşim yapmasa ben onların hiçbirini yapamazdım yavrum. Hep bana yardım ederler. Onlar olmazsa kalırdım ortada.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Zor artık bu yaştan sonra çok zor mesela bir otobüse binip de iki ya da üç vesait eski evime yalnız başıma gitmeye korkarım kızım götürmezse. Şimdi korkarım yani tansiyonum çıkar veya bir düşerim ayağım kırılır, yatağa düşerim. Onun için evlatlarıma bağımlıyım.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

Katılımcıların iyilik halleriyle ilgili ifadeleri, genel olarak görünüşlerine önem verdiklerini göstermiştir. Katılımcıların konuyla ilgili deyişleri aşağıda sunulmuştur.

“Temiz, ütülü ve uyumlu giyinirim. Kılığıma dikkat ederim. Neden çevremden daha kötü durumda olayım derim. Benim arkadaşlarım da çok güzel olan ve güzel giyinen insanlar, onlara uyum sağlamak isterim.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“Gençliğe göre hiç değişiklik yapmıyorum aynı titizlikte devam. Ütüsüz pantolonla dışarı çıkmam. Tertemiz giyinirim dışarı öyle çıkarım.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

“Benim Julie diye çok sevdiğim İsviçreli bir dostum var. İnsan belli bir yaşı geçince tamirci gibi olmalı der. Onun gibi işte belli bir yaştan sonra hani biraz daha dikkat etmek gerekiyor diye düşünüyorum. Bundan dolayı kılığıma, makyajıma özen gösteriyorum. Tabii fazla da abartmıyorum açıkçası.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların anlatıları, görünüşlerine önem verseler de eskisi kadar çok gezmeye gitmeme, çalışmama ve fazla kıyafete sahip olma gibi sebeplerden ötürü önceki yaşam dönemlerinde olduğu kadar alışveriş yapmadıklarını ellerindeki kıyafetleri kullandıklarını yansıtmaktadır. Katılımcıların bu konuya ilişkin deneyimleri aşağıdadır.

“Valla eskisi kadar veriyorum desem yalan olur. Oğlum aldığım şeyler dolap dolusu giymiyorum diye eskimiyor. Eskiden o kadar almışız ki zaten dışarı da çıkmıyoruz fazla şimdi. Onun için mevsimlik iki kıyafet alsam bana yetiyor. Yani tabii ki derli toplu çıkmaya dikkat ederim her zaman ama hep yeni alayım gibi hevesim yok artık. Artık fuzuli görüyorum, aldığımız duruyor dolapta.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Gençken daha çok dikkat ederdim bir giydiğimi bir daha giymezdim gibi bir şey ama şimdi artık eskisi kadar özenmiyorum. Eskiden de o kadar çok almışız ki değişik giyinelim diye. Giysi çok olduğu için çok fazla ihtiyaç duymuyorum herhalde. Yine giydiğime, uyumuna, temizliğine, şıklığına dikkat ederim ama eskiye göre daha az.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

4.3.6. Katılım

Bu alt temada katılımcıların toplumsal ve siyasal katılım süreçlerinin ne düzeyde olduğu; toplumsal, gönüllü ve siyasi katılıma yönelik düşünceleri, politika ve haber takipleri ile oy verme öncelikleri hakkındaki deneyimleri yer almaktadır.

4.3.6.1. Toplumsal katılım: “Bizim Türk toplumu yaşlıları çok sevmez”

Katılımcılar genel olarak yalnız yaşayan yaşlıların toplumsal katılımlarının oldukça önemli olduğunu, toplumsal katılımının genç nüfus grupları için kuşaklararası bilgi, beceri ve deneyim aktarım olanağı sunduğunu, topluma katılımın yaşlıların psikososyal sağlığı için gerekli olduğunu ve yalnızlıklarını

azalttığını belirten deneyimler paylaşmışlardır. Bununla birlikte ekonomik sermayesi yüksek ve sağlık durumu iyi olan katılımcıların toplumsal katılımlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ankara’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, bu çalışmanın bulgularıyla örtüşen şekilde, katılımcıların %79,7’sinin günlük olaylar ve toplumsal konular ile ilgilendikleri ve %86,2’sinin herhangi bir vakıf, dernek, kulüp, oda, sendika ve siyasi parti gibi bir yapıya üye olmadıkları görülmüştür. Bununla birlikte Çankaya ve Yenimahalle gibi ilçelerde yaşayan sosyal, ekonomik ve kültürel sermayesi yüksek olan katılımcılarda bu oranların daha yüksek olduğu anlaşılmıştır (Özmete vd., 2012, s. 98-102). Katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıda aktarılmaktadır.

“Bence yaşlılar toplansınlar. Bir olsunlar. Birbirlerine yardım etsinler. Gençlere sanat öğretsinler, el işi öğretsinler. Boş gezen genç dolu. Onlara da faydası olur. Yaşlılara da yardımcı olur. Yaşlılar gençleri kahvelerden kurtarsın. Gençler kahvede oturuyor, ne yapıyorlar, hırsızlık, kötülük. İş olmazsa ne yapsınlar, söyler misin? Ama yaşlılar onlara bir şeyler öğretirlerse ıslah olurlar.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Bence belirli bir yaşın üzerindeki insanlar kendi yaşlarındaki insanlarla buluşabilecekleri, birtakım şeyler paylaşabilecekleri, sosyalleşebilecekleri kuruluş ya da mekân ne varsa hepsine katılmalılar. Yani mesela benim yaşımda bir yaşlıya şey derim en azından hani çevrende dernek yoksa ne biliyim kahvelere git yeter ki orda belirli bir sosyalleşme ortamı bul. Emeklilerin sorunlarını konuşursunuz, emeklilerin işte ne biliyim maaşından tut da başka sorunlarına kadar bu anlamda paylaşımlarınız olur. Yaşlı böyle yapmayınca ne olur ya evdeki insanlara azap çektirir ama yalnızsa kendine çektirir. Yalnızlıktan umutsuzluğa kapılır, hastalık hastası olur, ölümü bekler. Bu dış temaslar, dış imkânlar sayesinde bunlardan kurtulabilir.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Yaşamdan kopmamak lazım. Bence vitamin almak gibi. Ben güne gidip şey yaptım mı arkadaşlarımı gördüm mü çok iyi oluyor. Yalnız şöyle başladılar mı işte dizlerim ağrıyor, tansiyonum çıkıyor falan hemen devreye girerim. Birkaç tane böyle +18 fıkra patlatıyorum arkadaşlara ondan sonra yani görün bakın sizlanan, söylenen kalıyor mu?” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

Bazı katılımcılar, yaşlıların topluma katılımlarının önemli olduğunu fakat yaşlıların yeterli ekonomik olanaklara sahip olmayışlarının toplumsal katılımlarını engellediğini aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir. Nitekim katılımcıların deneyimleri de bu savı doğrulamakta, ekonomik sermayesi yüksek olanların

toplumsal katılımlarının daha fazla olduğunu açığa çıkarmaktadır. Katılımcıların konuya ilişkin anlatıları aşağıda sunulmuştur.

“Valla yavrum hayatta her şeyin başı ekonomi. Eğer insanların ekonomisi düzgünse, elin ayağın tutuyorsa topluma katılırsın. Yoksa ekonomik durumum iyi değilse toplum öyle kolay kolay insanları hazmetmez anlatabildim mi. Yani durumu iyi olan yaşlı topluma katılabiliyor ama kötü olan katılamıyor. Yaşlılar eğer maddi güçleri yoksa köşelerine çekiliyorlar, çekilmek zorunda kalıyorlar. Adamın cebinde parası yoksa kahveye bile gidemez, bir liradan çay içemez.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Çok fazla değil. Asla ve asla Avrupalı yaşlılar kadar değil. Çünkü ekonomik koşullar hiçbir zaman Batı çizgisini yakalayamadığı için bu onlar için birinci engel. Herkes bir deniz kenarına gidip tatil yapmayı ister ama Türkiye emeklileri bunu gerçekleştiremezler. Bu yüzden de maalesef 60- 80 arası belli yaş grubunu ancak parkta bahçede bir çay bahçesinde kendi aralarında öyle dingin sakin sohbet ederken görüyorum. Topluma katılacak imkânları yok” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

Bazı katılımcılar yaşlıların topluma katılacak imkân ve motivasyona sahip olsalar bile toplumun yaşlıları dışladığını ve bundan dolayı yaşlıların topluma katılmadıklarını ifade etmişlerdir. Alanyazında yer alan bir çalışmada da Türkiye’de yaşlıların topluma katılımının nüfusun geneline göre daha düşük olduğu tespit edilmiş ve bu durumun nedeninin yaşlıların kendilerini geri çekmelerinden ziyade, toplum ile toplumsal kurumların yaşlılara yönelik hazırlık ve onların topluma katılımını kolaylaştıran politikaların olmayışı olarak belirtilmiştir (Tufan vd., 2018, s. 51).

“Yok ben burada çoğunluğu görüyorum katılmıyorlar. Bunların hepsi yalnızlığa itilmiş çocukları, aileleri ve toplum tarafından. Bizim Türk toplumu yaşlıları çok sevmez. Hatta lafını bilmez derler, konuşmasını bilmez, affedersin bunamış derler. Yani hepsini söylerler.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Bizim çevremizde birde şöyle bir şey 60-65 yaşına geldin mi artık senin öyle yerlerde ne işin var diyor insanlar. Ya yaşla ne alakası var ki insanın ruhu önemli yani. Yani sağlığın sıhhatin yerindeyse her zaman her yere gidebilirsin yaş engel değil ama toplum engelmış gibi görüyor yani ben bunu kabul etmiyorum mesela.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

4.3.6.2. Gönüllü faaliyetlere katılım: “Niye üyeyim, oradaki arkadaşlarla tanışmak için”

Katılımcıların ifadeleri gönüllü faaliyetlere katılım motivasyonlarının yüksek olduğunu ortaya çıkarmaktadır. Eğitim seviyesi yüksek, ekonomik durumu iyi ve kent kökenli olanların sivil toplum kuruluşu bünyesinde gönüllü faaliyetlerinin olduğu, bir diğer ifade ile gönüllü katılımlarının olduğu, diğer katılımcıların ise gönüllü faaliyetler içerisinde daha az yer aldıkları keşfedilmiştir. Halbuki aile, akraba, komşularla sahip olunan olumlu ilişkiler kadar gönüllü faaliyetlere katılım da yalnız yaşayan yaşlıların yaşam kalitelerini ve psikososyal esenliklerini arttırmaktadır. Yaşlıların çevreleriyle olan ilişkilerinin ele alındığı bir çalışmada, bu çalışmayla örtüşen şekilde yaşlının sahip olduğu sermaye arttıkça ve eğitim düzeyi yükseldikçe gönüllü katılımının arttığı görülmüştür (Görgün Baran ve Kurnaz, 2019, s. 39). Yalnız yaşayan yaşlının gönüllü çalışmalar kapsamında rol ve sorumluluk almaları kendilerine duydukları güveni olumlu düzeyde etkilemekte, yeni bir kimlik edinmelerine olanak tanımaktadır. Ayrıca emeklilik döneminde kaybedilen statünün yerine bir statünün konulmasını mümkün kılmaktadır (İçli, 2016, s. 55). İstanbul’da gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlı katılımcıların tamamına yakınının herhangi bir dernek veya vakıf üyesi olmadıkları tespit edilmiştir (Özkul, Kalaycı ve Atasoy, 2019, s. 85). Isparta ili genelinde yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da yaşlıların yaklaşık %85’inin herhangi bir derneğe ve sivil toplum kuruluşuna üye olmadığı ve bu alanda gerçekleştirilen faaliyetlere katılmadıkları tespit edilmiştir (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 104). Katılımcıların gönüllü faaliyetlere katılımlarına ilişkin ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Eşimin rahatsızlığından önce burada bir yardımlaşma derneğinde 5-6 seneden fazla çalıştık. Kardeşimin vefatında bıraktım ben dernek işlerini. Eşim biraz daha devam etti sonra o da bıraktı. Bu arada ben şimdi iki tane üniversite öğrencisine elimden geldiğince yardımcı oluyorum. Her ay bir miktar harçlık yolluyorum. Ben muhtaç olan insanlara karşı hiçbir zaman esirgemem, elimden ne gelirse yaparım.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“Çok gençliğimde İlerici Kadınlar’a üyeydim ama öldürdüler onu. Şimdi Çağdaş Yaşama dışardan destek vermeye çalışıyorum ama faal değilim.

Aslında orda faalde olunabilir ama koşuşturmaca falan derken ihmal ediyorum.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Ben Alzheimer Derneği, Balıkesirliler Derneği, Kavaklıdere Lion Kulübü ve TEMA üyesiyim. Niye üyeyim, oradaki arkadaşlarla tanışmak için. Bir etkinlikten çıktığımız zaman bir yerde oturup bir şeyler yedik mi günü rahat geçiriyorum. Yani değişik şeylerle meşgul olmak insanı mutlu ediyor. Yaptığım iş güzel ağaç dikiyoruz bir yıl sonra bakıyorsun biraz daha boylanmış görünce seviniyorsun. Alzheimer derneğine de gelir sağlamak için görev yapıyorum. Konser vb. etkinlik planlıyoruz, oralardan gelir elde ediyoruz. Hedefimiz iyi ve donanımlı bir alzheimer hastanesi yapmak.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

4.3.6.3. Siyasi katılım: “Toplum olaylarını severiz, parti üyeliğimiz vardır”

Katılımcıların, siyasi katılıma ilişkin deneyimleri siyaseti takip ettiklerini ve hatta kent kökenli, eğitim seviyesi yüksek olan bazı katılımcılar arasında parti üyeliğinin ve parti etkinliklerine katılımın yaygın olduğunu lakin katılımcıların genelinde daha sınırlı düzeyde kaldığını ortaya çıkarmıştır. Bununla birlikte bir çalışmada 55 yaş ve üstündeki bireylerin %99,5’inin sendika, %99,3’ünün mahalle derneği, 98,3’ünün vakıf, %99,1’inin spor kulübü, %95,2’sinin siyasi parti üyeliğinin olmadığı tespit edilmiştir (Arun, 2008, s. 324). Katılımcılar konu hakkında aşağıdaki ifadeleri kullanmışlardır.

“Toplum olaylarını severiz parti şeyimiz vardır, oralarla ilgileniriz. Şimdi insanlar son zamanlarda değiştiler artık bu işi çıkar olarak da kullandıkları için hemen art niyet arıyorlar. Mesela 80 yaşına geldik parti üyeliğimiz devam eder bizim. Gururla söylüyorum X Partisi üyesi ve Ankara delegeyim. Yakın yerlerdeki mitinglere falan giderim.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beyazıt)

“Siyaset toplumun her şeyinde var, her tarafında var, yani onun için herkesin ilgilenmesi lazım. Türkiye’de ne olup bitiyor dünyada ne olup bitiyor bunları herkesin takip etmesi lazım, sorgulaması lazım. Başımızdaki iktidarlar nasıl geliyor başımıza nasıl idare ediyorlar nasıl performansları var bunları hep gözlemleyip sorgulaması lazım.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

“Ben parti üyesiyim zaten. Ben X üyesiyim. Oğlum orada aktifti, ben de katıldım. X’in konuşmalarına, seminerlerine falan hep katılırım. Seçim zamanı sandıklarda görev alırım.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

Yaşlıların geneli siyaseti aktif olarak takip etmekle birlikte, kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek katılımcılar, yaşlıları siyasetten dışlamanın toplumdaki dışlamak demek olduğunu, yaşlıların kıymetli deneyimlere sahip olduklarını ve fayda sağlayabildikleri sürece siyaset yapmaları gerektiğini ifade etmişlerdir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda aktarılmıştır.

“Şimdi şöyle diyeyim. İnsan katkı sunacağı, fayda sağlayacağı, fikirlerinin kabul gördüğü her alana katılmalı. Yaşlılar gelecek kaygıları olmadığından yalnızca ülkeyi düşünebilme potansiyeline sahipler. Gençlerde daha fazla hırs ve gelecek kaygısı oluyor. Yalnız ifade ettiğim gibi katkı sunma, fayda sağlama bence gözetilmesi gereken en temel kıstaslar.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

“Her yaştan ve her cinsiyetten insanın ülke yönetiminde olmasını istiyorum. Yalnız yaşlıları dışlamanın da doğru olmadığını düşünüyorum. Tecrübenin çok önemli bir şey olduğunu düşünüyorum. İnanın tecrübe olmadan sadece teorik bilgiyle bir meslek bile yapılmıyor. Teknolojinin çok hızlı ilerlemesi gençler ve yaşlılar arasındaki kuşak farkını çok büyüttü ama yaşanmışlıklar ve tecrübe çok kıymetli.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Yaşlıların siyaseti gençlere bırakmalarının daha doğru olacağını ve yaşlıların ülkeyi ileri götüremeyeceğini savunan ve bundan ötürü yaşlıları siyasi alanda istemeyen eğitim düzeyi düşük, kırsal ilçelerde yaşayan veya kır kökenli olan katılımcıların ifadeleri ise aşağıdaki gibidir.

“Gençler varken ne işleri var? Yaşlılar daha ne yapacak. Yaşlılara uygun değil. Gençler yapsın, oradaki yaşlılar da çıksın, bıraksınlar, emekli olsunlar. Beyefendiler kaç yaşlarındalar ancak kavga ediyorlar. Ne yapıyorlar ülkeye. Hepsini defolsun. Oğlum bak geçen gün haberleri dinledim. Görsen nasıl bağıyorlar birbirlerine. Millet seyrediyor. Ayıp değil mi? Sen böyle bağırsan, sen insanlık tanımazsan, birbirinize sevmezseniz, size insan nasıl güvenecek. Haksız mıyım?” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Aman aklımızı canavarlar almış başımızdan gidiyor ondan sonra halen daha televizyona çıkıyorlar. Şunların aklında ne kalıyor nasıl kalıyor ki derim buna ben yaşlılar daha ne yapabilirler ki? Oğlum siyaset genç işi yaşlı yapsa olmaz. Ben X'e çok kızıyorum. Çok yaşlandı, bıraksın artık.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Katılımcılar yaşlıların siyaseti takip etmelerini ve siyasette yer almaları gerektiğini savunsalar da partiler tarafından önemsenmediklerini düşünmekte ve partilerin

yalnız yaşıyan yaşlılara yönelik plan ve programlarının olmadığını aşğıdaki ifadelerle belirtmektedirler.

“Valla cav, cav, cav konuşurlar ancak. İşe yarar bir şey de yapmazlar. Ben yaşlılara için kimsenin bir şey yapacağına inanmam. Bunun için de kimseye oy vermem. Ben bunların yaşlılara bir şey yapacağına ihtimal vermiyorum oğlum.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Sadece yaşlılara yönelik bir programı varsa vermem ama genel programına bakarım açıkçası. Ama bunun içinde tabii ki yaşlıların da olması gerekiyor. Ama sadece yaşlılardan laf etti diye de olmaz. Üretmekte başka bir şey yani. Yaşlılar bir tek sorun değil ki ülkede. Kadının değeri yok. Gençler işsiz. Eğitim sistemi patlamış durumda. Yoksulluk almış başını gidiyor. Çevre katlediliyor.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların, gündelik yaşamlarında politika ve haberleri takip etme durumlarına ilişkin deneyimleri ele alındığında, önemli bir kısmının takip ettiği anlaşılmıştır. Politika ve haberleri takip eden katılımcıların bu konu hakkındaki ifadeleri aşğıdaki gibidir.

“Haberleri takip ediyorum. Dinliyorum. Böyle kahvede falan da konuşuyorlar, ben de kanaat getiriyorum. Yorum yapıyorum. Bazı şeyler mantıklı geliyor bazıları mantıksız geliyor. Benim arkadaşlarım da takip ediyorlar. Hatta bazen aramızda tartışıyoruz mesela o X’i tutuyor ben Y’yi tutuyorum aramızda atışıyoruz.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Haberleri takip ediyorum ama hangisinininki yalan hangisinininki doğru bilmediğim için beynim yoruluyor. O çıkıyor gerçekmiş gibi konuşuyor öbürü çıkıyor karşılık veriyor o da aynı şekilde konuşuyor. Bunun hangisi doğru yavrum, bıktım başlarını yesinler ne halleri varsa kendileri görsün.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

Kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek katılımcıların deneyimleri politika ve haber takibini yalnızca televizyondan değil aynı zamanda gazete ve internet üzerinden de yaptıklarını ayrıca politika ve haber takip süreçlerinde belirli kanalları tercih ettiklerini gözler önüne sermiştir. Bu gruplara mensup katılımcıların ifadeleri aşğıda yer almaktadır. Benzer bulgular Ankara’da yaşıyan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da elde edilmiştir. Bahsi geçen çalışmada, katılımcıların %60’ının gazete veya dergi okudukları, katılımcıların yaşadıkları

ilçelerin sosyodemografik düzeyi yükseldikçe, bir diğer ifade ile sosyal, kültürel ve ekonomik sermayeleri arttıkça okuma oranının %75'lere kadar çıktığı, yaşanan yerin sosyodemografik özellikleri düştükçe %20'lere kadar düştüğü tespit edilmiştir (Özmete vd., 2012, s. 95-96).

“İrfan Değirmencioğlu’nu seviyorum. Onu izliyorum. Sözcü Gazetesi alıyorum şimdi yine okuyordum çok sinirleniyorum okudukça ama gene de alıyorum sonra internette ve haber sitelerine de bakıyorum. Maalesef gündemimiz hiç iç açıcı değil. Üzülüyorum yavrum hadi biz günlerimizi geçirdik size yazık değil mi?” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Etmez miyim başım dönüyor onları takip ederken. Haberleri izlemiyorum. Doğru bilgi vermiyorlar. Bilgisayardan takip ediyorum daha çok. İstedğim haber sitelerine ve kanalların yayınlarına giriyorum.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

4.3.7. Akıllı Telefon Kullanımı: “Yok ben telefonda anlamam” diyenlere “Bu zamanda akıllı telefonu olmayan kaldı mı” diye soranlar

Bu alt temada katılımcıların akıllı telefon ve teknoloji kullanımlarına ilişkin deneyimlerine yer verilmiştir. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerinin akıllı telefon sahibi olma ve kullanabilme becerilerini etkilediği anlaşılmıştır. Nitekim Antalya’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların %22’sinin taşınabilir bilgisayar ve %68’inin akıllı telefon sahibi oldukları tespit edilmiştir. Bununla birlikte cinsiyet ve mensubu olunan sosyal sınıfın taşınabilir bilgisayar ve akıllı telefon sahipliğini etkilediği görülmüştür. Kadınların %17’si taşınabilir bilgisayar sahibiyken, erkeklerde bu oran %27’ye çıkmaktadır. Maddi durumu ve eğitim düzeyi düşük olan ve bahsedilen çalışma kapsamında “imtiyazsız sınıf” olarak nitelendirilen katılımcılarda bilgisayar sahipliği oranı %3, akıllı telefon sahipliği %29 iken, kent kökenli, eğitim düzeyi yüksek ve ekonomik durumu iyi olan “kültürel soylu” olarak nitelendirilen grupta bu oran masaüstü bilgisayar sahipliği için %70, akıllı telefon sahipliği için %90 olarak tespit edilmiştir (Arun, 2020, s. 62).

Katılımcıların deneyimleri, ekonomik durumları akıllı telefon alabilecek kadar iyi olmayanların akıllı telefon kullanmayı bilmediklerini ve öğrenemediklerini ortaya çıkarmıştır. Akıllı telefon kullanamayan katılımcıların tamamının kadınlardan oluştuğu, eğitim düzeylerinin düşük olduğu, ekonomik durumlarının kötü olduğu, kır kökenli oldukları ve hatta kırsal ilçelerde yaşadıkları keşfedilmiştir. Akıllı telefon kullanmayı hiç bilmeyen katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Oğlum ilerleyemedik hem kafasızlıktan hem de imkânsızlıktan. Zenginleyemedim daha. Param olsa isterdim olsun. Alıştırdım. Yani olsa belki görüntülü konuşurdum. Konuştuğum kişinin yanına gitmiş gibi olurdu. Yani o zaman belki torunlarımı, kardeşlerimi ve çocuklarımı daha çok görürdüm. Onları arardım. Komşularımı da arardım. Aha bak X abla ne güzel torunlarını görüntülü arıyor, görüyor onları. İmkanlarım el vermiyor o yüzden alamadım.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Akıllı telefon kullanamıyorum. Onları bilmiyorum. Kafam çalışmıyor o kadar. Keşke kafam çalışsa, öğrenebilsem ben o zaman akıllı telefon alırdım. O zaman çocuklarımla görüntülü konuşurum. Sonra torunlarımla fotoğraflarına bakarım.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Yok oğlum ben telefonda anlamam. Benim ev telefonum var. Çocuklarım buradan ararlar. Okuryazarlığım yok benim, cep telefonundan anlamam oğlum.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

Bazı katılımcılar akıllı telefona sahip olmalarına rağmen bu telefonun özelliklerine hâkim olmadıklarını ve bundan dolayı telefonlarındaki uygulamaları kullanmadıklarını ifade etmişlerdir. Bu katılımcıların sosyodemografik özellikleri ile akıllı telefonu olmayan katılımcıların özelliklerinin benzer olduğu lakin bu gruba mensup katılımcıların ekonomik koşullarının biraz daha iyi olduğu anlaşılmıştır. Bu gruba mensup katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Oğlum son moda dokunmatik telefonum var ama resimlere bakıyorum ama ben becerip durum atamıyorum. Facebook kullanmayı beceremiyorum. Korkuyorum yanlış bir şey yaparım, başka yerler karıştırırım diye. Akıllı telefonu akılsız telefon gibi kullanıyorum.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Ben bunu çok kullanamam. Yani ben arama yapmayı biliyorum o kadar. Çocuklar beni görüntülü ararlar başka şey de yapmam. Bir de oğlum bana

ayarladı, namaz vakitlerinde ses çıkarır, işte bazen namaza şu kadar kaldı diye hatırlatma yapar.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Akıllı telefonu olan eğitim düzeyi yüksek katılımcıların deneyimleri yalnızca facebook, instagram ve whatsapp gibi sosyal çevreleriyle iletişim kurmaları sağlayan, onlarla görüntülü konuşmalarına yardımcı olan ve paylaşım yapma imkânı sunan uygulamaları kullanabildiklerini, telefonun diğer fonksiyonlarına hâkim olmadıklarını açığa çıkarmıştır.

Sosyal medya uygulamalarının yaşlıların maruz kaldığı yalnızlığı azaltma konusunda işlevsel olup olmadıklarını ele alan çok sayıda çalışma olmakla birlikte sonuçlar arasında net bir uzlaşma bulunmamaktadır (Göker vd., 2020, s. 1633). Bir çalışmada yalnız yaşayanların genel yaşlı nüfusa göre daha fazla yalnızlık yaşadıkları ve bundan ötürü sosyal ağ kullanımlarının daha fazla olduğu ortaya konulmuştur (Kalınkara ve Sarı, 2019, s. 16). Başka bir çalışmada da sosyal medya uygulamalarında torunları başta olmak üzere yakınlarına ait görsel paylaşımlar gören yaşlıların duygusal tatmin hissettikleri ve daha az sosyal izolasyona maruz kaldıkları saptanmıştır (Ekici ve Gümüş, 2016, s. 27). Bu veriler sosyal medya uygulamalarının yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları yalnızlık ve izolasyonu azaltma noktasında işlevsel olabileceğini göstermektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Telefonla konuşuyorum. İnsanların paylaştığı durumlara bakıyorum. Kızımın ve torunla görüntülü konuşuyorum. Sonra bazen tanıdıklarımı da görüntülü arıyorum. Sonra telefonda video çekiyorum. Bazen de fotoğraf çekiyorum. Öyle işte. Bilgisayardan falan anlamam ama.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Sadece whatsapp kullanıyorum. Kimle istersem görüntülü konuşuyorum. İşte gruplardan bir şeyler yazıyorlar ben de yazıyorum. Cuma mesajları atıyorum. Instagram açtım ama pek kafama yatmadı. Sonra Youtube’den video izlemeyi seviyorum. İşte türküdür, Kurandır oradan açıyorum. Bir de torunumun fotoğraflarını çekiyorum.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

Kent kökenli, eğitim düzeyi yüksek ve ekonomik durumu iyi olan katılımcılar akıllı telefonlarından bankacılık işlemleri, resmi kurum işlemleri ve vergi ödemeleri

gerçekleştirdiklerini, sosyal medya uygulamalarını kullandıklarını belirtmişlerdir. Bu gruba mensup katılımcıların geneli, akıllı telefona ek olarak tablet ve bilgisayar da kullandıklarını, video izleme ve alışveriş amaçlı çeşitli site ve platformlara üye olduklarını ve sanal ortamda arkadaş edindiklerini aktarmışlardır. EUROSTAT'a göre 65-74 yaş aralığındaki nüfusun %57'si internet kullanmaktadır. İnternet kullananlar ise en çok mailleşme, görüntülü konuşma, internet bankacılığı ve tıbbi bilgi alma amacıyla internetten yararlanmaktadır (EUROSTAT, 2020, s. 151-157). İngiltere'de yaşlı bakımevlerinde kalan kalan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, aile üyeleriyle tablet aracılığıyla skype platformu üzerinde görüntülü konuşarak iletişim kuran yaşlıların, kurumda kalan diğer yaşlılara göre daha düşük yalnızlık ve sosyal izolasyon hissettikleri tespit edilmiştir (Zamir, Hennessy, Taylor ve Jones, 2018, s. 11).

Katılımcıların deneyimleri ve alanyazında yer alan çalışma sonuçları göz önünde bulundurulduğunda, internet başta olmak üzere bilgi-iletişim ürünlerinin özellikle kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların sahip oldukları dezavantajları ve maruz kaldıkları sosyal dışlanmayı, sosyal içermeye döndürme potansiyeline sahip olduğu anlaşılmaktadır (Çolak ve Özer, 2015, s. 121). Katılımcıların konuya ilişkin düşünceleri aşağıdaki şekildedir.

“Bu zamanda akıllı telefonu olmayan kaldı mı? Banka işleri, randevular, faturalar her şey telefonda artık. Whatsapp, instagram ve facebook hesabım var. Arkadaşlarımla gruplarım var. Sonra üye olduğum sayfalar var. Oraları takip ederim. Arkadaşlarımla ve akrabalarımla görüşüyorum. Mesela geçen ayın anda iki kardeşimle görüntülü konuştuk. Facebookta eski arkadaşlarımı da öğretmen okulundaki arkadaşlarımı buldum ben. Eski talebelerim beni bulup ekliyorlar.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

“Yani bilgisayarı açıp işimi halledebiliyorum. Sonra telefonumu iyi kullanıyorum. Arkadaşlarımla mesajlaşıyorum. Whatsapp gruplarımız var. Twitterim var oradan siyasi şeyleri takip ediyorum. Facebooktan güzel arkadaşlarım var, şairleri buluyorum şairlerin paylaşımlarına bakıyorum. Onların sayfalarına giriyorum onlarla arkadaşlık yapıyorum. Onların her şeylerini görmek öğrenmek onlarla böyle sohbet etmek güzel oluyor. Edip valla yanlış doğru bilmem ama bir sürü de arkadaş ediniyorum. Sonra telefonda banka işlerimi yapıyorum. İnternet bankacılığı kullanıyorum. Garanti Bankasının şeyini kullanıyorum.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

“Ben teknolojiyi çok seviyorum, bütün yenilikleri okuyorum. Aktif olarak bilgisayar ve grafik tasarım programlarını kullanıyorum. Sonra teknolojinin her imkânından yararlanıyorum. Bilgisayarım ve akıllı telefonum var. Netflix ve Amazon Prime üyesiyim. Dijital dünyayı çok seviyorum. Resmi işlemlerimi hallediyorum, hastane randevusu alıyorum.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

4.3.8. Boş Zaman: “Valla televizyonda dizilerime bakıyorum”

Boş zaman aktiviteleri yaşlıların kaliteli zaman geçirmeleri ve psikososyal esenliklerini korumaları için oldukça önemlidir. Japonya’da gerçekleştirilen bir çalışmada boş zaman aktivitelerinin yaşlı yetişkinlerin bilişsel ve fiziksel işlevselliklerini arttırdığı, zihinsel sağlıklarının korunmasına yardımcı olduğu ve başarılı yaşlanma deneyimine sahip olmalarına olanak tanıdığı ortaya konulmuştur (Sala vd., 2019, s. 1). Katılımcıların gündelik yaşamlarındaki boş zaman aktivitelerini ele alan bu alt tema altında, katılımcıların gün içinde yaptıkları etkinliklere, hobilerine, sinema ve konser gibi çeşitli sanatsal etkinliklere katılımlarına ve televizyon izleme alışkanlıklarına ilişkin deneyimler yer almaktadır.

Katılımcıların deneyimleri irdelendiğinde gün içindeki boş zamanlarda gerçekleştirdikleri etkinliklerin sosyodemografik özelliklere göre şekillendiği anlaşılmıştır. Katılımcıların deneyimleri kır kökenli kadın katılımcıların Kuran okuma ve ibadet etmeye yoğun şekilde zaman ayırdıklarını ortaya çıkarmaktadır. İstanbul’da yürütülen bir çalışmada da benzer şekilde yaşlı katılımcıların yaklaşık %40’ının örgü örmek, bulmaca çözmek ve Kuran okumak şeklinde ev içi etkinlikler gerçekleştirdikleri, %20’sinin bahçe işleriyle ilgilendikleri ve %16’sının dini toplantılara katıldıkları tespit edilmiştir (Özkul vd., 2019, s. 85). Ankara’da bir kurumdan hizmet alan yaşlılarla gerçekleştirilmiş bir çalışmada da yaşlıların boş zamanlarında “alt ve orta sınıf” etkinlikleri olarak nitelendirilen el işi yapma, arkadaşlara gitme ve televizyon izleme gibi etkinlikler gerçekleştirdikleri bulgulanmıştır (K. Karataş ve Duyan, 2002, s. 86). Alanyazında da dini inanca sahip olma, dinsel ritüelleri gerçekleştirme veya katılmanın bireylerin yaşamına olumlu katkı sunarak kendilerini iyi hissetmelerini sağladığı belirtilmektedir.

Nitekim farklı etnik köken ve dini inançlara sahip yaşlı kadınlarla gerçekleştirilmiş bir çalışmada dinsel ritüellere katılımın yaşamlarını olumlu etkilediği ve aynı zamanda katılımcılara sosyalleşme imkânı sunduğu ortaya konulmuştur (Wray, 2003, s. 511).

Kent kökenli veya erkek katılımcıların boş zamanlarında kır kökenli kadınlara nazaran daha çok gazete ve kitap okudukları, arkadaşlarıyla buluştukları, kafe vb. yerlere gittikleri keşfedilmiştir. Alanyazında bu çalışmanın bulgularıyla örtüşen çeşitli çalışmalar da bulunmaktadır. Ankara’da gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların sosyoekonomik düzeyi yükseldikçe kitap ve dergi okuma alışkanlıklarının arttığı, mutlu ve güvende hissetme oranlarının yükseldiği bulgulanmıştır (Görgün Baran vd., 2005, s. 264). Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen başka bir çalışmada da benzer bulgular elde edilmiştir (Sever, 2018, s. 126). Alanyazında yer alan araştırma sonuçlarıyla uyumlu olan bu bulgunun altında, maddi durumu iyi ve kent kökenli davranış özellikleri gösteren grubun katılımcıların geneline göre fazla ekonomik, kültürel ve sosyal sermayeye sahip olmalarının yattığı düşünülmektedir. Katılımcıların konuya ilişkin anlatıları aşağıda yansıtılmıştır.

“Namazımı kılarım, her gün en az bir cüz kuran okurum. Sonra bazen Yasin okurum. Dua okurum. Her gün ibadet ederim.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Kitap ve gazete okurum. Gazete iki saatimi alıyor ortalama bir saat falan da kitap okuyorum yani günde üç saat okumayla geçiyor diyebilirim.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

“Ankara’da da gidecek fazla bir yer yok ama işte kendimce hani dolaşırım açık havada dolaşırım. Buradan çıkıyorum ara sokaklardan Tunus’tan Tunalı Hilmi’den Kuşulu parka kadar yürüyorum orda bir kahve içiyorum. Sonra yürüyerek, oraya buraya bakarak eve geliyordum. Hem yürüyüş yapmış oluyordum hem de sosyalleşmiş oluyordum.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların boş zamanlarında gerçekleştirdikleri etkinliklere ilişkin deneyimleri genel olarak televizyonun önemli bir yere sahip olduğunu ortaya çıkarmaktadır.

Yaşlılarla gerçekleştirilmiş bir çalışmada da katılımcıların neredeyse %80'inin uzun süre televizyon izleyerek dizi, haber ve tartışma programlarını takip ettikleri bulgulanmıştır (Altındağ, 2020, s. 241). Televizyonun maddi durumu kötü ve eğitim seviyesi düşük kişiler için yegâne kültürel aktivite olduğu ve bu kişilerin kültürel sermayesi yüksek olan kişilerin tükettiği ürünlere erişemediği belirtilmektedir (Arun, 2014, s. 184). Bu durum kır kökenli, eğitim düzeyi düşük ve ekonomik durumu kötü olanlar başta olmak üzere katılımcıların büyük bir çoğunluğunun yaşamında boş zaman aktivitesi olarak televizyonun yer almasını açıklamakta ve katılımcıların aslında başka aktivitelere yönelemediklerini gözler önüne sermektedir. Buna ek olarak katılımcıların deneyimleri izlenen kanal ve programların sosyodemografik özellikler doğrultusunda tercih edildiğini ortaya çıkarmıştır. Katılımcıların aktardıkları deneyimlerden, kadınların genellikle evlilik programları, dizi vb. izlemeyi tercih ettikleri, erkeklerin ise futbol başta olmak üzere spor programlarını izlemeyi sevindikleri anlaşılmıştır. Ayrıca kent kökenli ve eğitilmiş katılımcılar arasında belgesel programlarına yönelenlerin olduğu görülmüştür. Katılımcıların televizyon izlemeye ilişkin anlatılarına aşağıda yer verilmiştir.

“Valla televizyonda dizilerime bakıyorum. Bir ara evlenme programına, programlarına kafayı takmıştım. Şimdi de şeyler var Esra Erol, Müge Anlı onlara bakıyorum.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“Genelde spor programlarını ve sporla ilgili şeyleri izliyorum. Basketbol, futbol, voleybol o tür şeyler. Televizyonda da şey izlemiyorum öyle siyasi programlar falan izlemiyorum, dizi izlemiyorum.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

“Televizyona ve filmlere çok düşkünüm uzun zaman harcıyorum. Yalnız ben standart programları seyredemem sadece National Geographic, History gibi kanallar izlerim. Gökbilim ve tarih merakım var. Bir tarihçi kadar tarihe düşkünüm bir astronom kadar gökyüzüne düşkünüm. Ben izleyince bu kanalları izlerim.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

Katılımcıların sahip oldukları hobilere ilişkin deneyimleri ele alındığında genelinin çiçek ve bahçe işleri, eliş ve kitap okuma gibi hobilere sahip oldukları keşfedilmiştir. Bir çalışmada kentte yaşayan, eğitim düzeyi yüksek, ekonomik

durumu iyi ve kent kökenli olan yaşlılar hobi sahibi olmaları, arkadaşlarıyla ev dışı mekânlarda buluşabildikleri, seyahat gibi çeşitli gezme etkinliklerine katılabildikleri için piyasanın ilgisini çektikleri ve onlara yönelik tanıtım, reklam ve kampanya gibi çeşitli pazarlama stratejileri oluşturulduğu belirtilmektedir (Ü. Şentürk, 2020, s. 166). Katılımcıların sahip oldukları hobilere ilişkin deneyimleri aşağıda aktarılmaktadır.

“Balkonumda orkidelerim var. Bahçemde de çiçekler var. Çiçeklerim çok güzel. Bahçeyle çok uğraşırım, çok vakit geçiririm. Bahçede doğal olarak egzersiz yaparım. Bahçemi ben belliyorum. Bahçemde kaç tane gül var, hepsini ben budar, ben temizlerim. Yani ağaçla, çiçekle, toprakla uğraşınca öyle güzelce vakit geçer.” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“Boş vakitlerime de evde böyle uğraşırım işte dikişti mikişti. Gençliğimizden alıştığımız el işleri ufak tefek örgüler işte dikiş falan böyle geçiyor yani benim vaktim.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Benim bir sürü kitaplarım var. Güzel güzel yavaş yavaş okuyorum ben. Ben okumayı çok severim de gözler artık yoruluyor, yani yarım saat kitap okurum ondan sonra duruyor, bir de dimağda duruyor artık eskisi gibi değilim.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

Bazı katılımcıların anlatıları, hastalıklar ve yaşa bağlı görme duyusunun azalması gibi nedenlerden ötürü artık hobilerini sürdüremediklerini ortaya çıkarmıştır. Bu katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Eskiden kanaviçe işlemeyi çok severdim. Şimdi gözüm görmüyor ki yapayım. Sol gözüm kapandı nerdeyse. Sağ gözümde de katarakt var. Hiç böyle hobi falan yapmıyorum.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Eskiden örgü örüyordum, bilmece çözüyordum, gazete okuyordum. Şimdi gazete de almıyorum epey bir zamandır yani kaç aydan beri bir hobim yok gibi bir şey şu anda.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

Katılımcıların sahip oldukları hobiler genel olarak birbirine benzemekle birlikte kent kökenli, eğitim düzeyi nispeten yüksek ve ekonomik durumu kötü olmayanların fotoğraf, resim, koro çalışmaları gibi katılımcıların geneline göre

nispeten farklı hobilerinin olduğu anlaşılmıştır. Bu katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Fotoğrafla uğraşıyordum şimdiye kadar kaç senedir fotoğraf çekiyoruz fotoğraf grubumuz var onlarla gezilere gidiyoruz. Türkiye’de hiç gezmediğim köy kasaba kalmadı gibi bir şey.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Çocukluğumdan beri beni hep sanat ilgilendirir çok küçüklüğümde beri resim yapardım bugün sergi açabilecek kadar resim yapıyorum.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

“Bu Çankaya Belediyesinin açtığı Bahar Evlerinin hep koro çalışmaları oluyor. Bizler için o kadar önemli bir şey ki onlar gider böyle o kadar heyecan birde onlarla bağıra bağıra söyleriz böyle var ya taşkın hareketler yaparız.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların gündelik yaşamlarında sinema ve konsere gitme konusundaki deneyimleri incelendiğinde genellikle kent kökenli, eğitim düzeyi yüksek ve ekonomik durumu kötü olmayan katılımcıların bu tarz etkinliklere katılım gösterdiği hatta bazılarının bale ve opera gibi etkinliklere gittiği keşfedilmiştir. Avrupa İstatistik Kurumu verilerine göre de 75 ve daha büyük yaştaki nüfusun %35,6’sı yılda en az bir sosyal ya da kültürel etkinliğe katılmaktadır (EUROSTAT, 2020, s. 145). Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Ben her yıl ne kadar oyun varsa gidip izlemeye çalışırım. Normal şartlarda Ankara’da sergilenen ve gitmediğim oyun olmaz ama pandemi döneminde ne oyun oldu ne de ben gidebildim. Sinemaya da gidiyorum ama eskiden daha çok giderdim. Şimdi bu büyük ekran televizyon var ondan bazen üşeniyorum. 65 inç televizyonum var, sinemayı özlemiyorum. Sen sormadın ama ben söyleyeyim, bale seviyorum. Sinemadan çok baleye giderim. Takip ettiğim sanatçıların gösterilerine gitmeye çalışırım. Sanatı çok severim.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Tabii, mesela AST’nin hiçbir oyununu kaçırmadım. Tabii eğer bilet bulabilirsem Cumhurbaşkanlığı Senfoniye giderim. Bale ve operaya giderim ama baleyi daha çok severim operadan, tiyatroya da giderim hatta Devlet Tiyatrosuna bile giderim yani beğenmediğim yazarların oyununa bile giderim. Bilet bulunca kaçırmam.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Ben tek başıma sinemaya giderim gayet rahat gider ve seyrederim. Bazı insanlar gidemez ben ama yıllardır yalnız olduğum içinde herhalde

seyrederim üstelikte etrafta sinema çok. Mesela aklıma eser hemen Büyülü Fener'e yürürüm.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Kır kökenli veya kırsal bölgelerde yaşayanlar yaşlandıkları için sinemaya gitmemeleri gerektiği şeklinde inançlara sahip olduklarından, önceki yaşam dönemlerinde de gitmemeleri nedeniyle alışık olmadıklarından ve yaşadıkları yerlerde bu olanakların olmamasından ötürü sinema ve konsere gitmediklerini belirtmişlerdir. Diğer yandan bazı kent kökenli katılımcılar, götürün veya eşlik edecek biri bulunmadığı için gitmek istedikleri halde gidemediklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Eskiden giderdik ama eşimin hastalığı derken bitti. Eşim vefat ettikten sonra da tekrar dönemedim. Çünkü onların biletlerini almak takip etmek gitmek lazımdı. Bir de gece dışarı çıkmaktan çekinirdim. Öyle gece yalnız başıma gidemeyeceğim için de gitmedim. Bir de çocuklara da ayak bağı olmak istemiyordum onlar mesela bütün tiyatroları takip ederler anne sana da bilet alalım mı diye. Aman kızım yok siz gidin derim. Şimdi ben arabaya bineceğim ineceğim bilmem ne der.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

“Sinemaya, tiyatroya, gazinoya gençliğimde birkaç defa gittim ama başka da gitmedim. Öyle yer falan çok bilmem. Yani yaşlıların orda ne işleri var. Mesela benim hoşuma gitmez. Sinemada ve gazinoda ancak pislik var. Ben yaşımı başımı almış biri olarak neden gideyim pisiğe bulaşayım? Ne işim olur?” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Yok oğlum sinemaya, tiyatroya hiç gitmedim. Eskiden böyle şeyler yoktu. Biz hiç alışmadık ha olsa da gidemezdik. Beyim izin vermezdi, kaynanam izin vermezdi. Konsere de gitmemiştim eskiden ama bir iki yıl önce bir defa ramazanda dini konsere gittim. İlahiler söylediler yavrum. Çok güzeldi.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

4.3.9. Tekrar Evlenme

Katılımcıların eşlerinin kaybından veya boşanma sürecinin ardından tekrar bir ilişkilerinin olması ve evlenme konusuna yaklaşımları ele alındığında genel olarak sıcak bakmadıkları fakat sosyodemografik özelliklerin tekrar evlenme veya partner sahibi olma noktasında az da olsa etkili olduğu anlaşılmıştır. Katılımcıların tekrar evlenmeye ilişkin deneyimlerinden hareketle iki kategori oluşturulmuştur.

4.3.9.1. “Atın yerine eşek bağlanmaz”

Katılımcıların geneli tekrar evlenme veya ilişkiye içinde olma konusunda ataerkil toplumsal yapı, eski eşe olan sevgi, saygı ve sadakat, ekonomik istismara maruz kalma korkusu gibi sebeplerden dolayı sıcak bakmamaktadırlar. Ayrıca katılımcıların evlenecekleri kişiler ve yakınlarıyla problem yaşayabileceklerini düşünmeleri ve evliliğin kendilerini yıpratacağı yönündeki inançları yeniden evlenme motivasyonlarını azaltmaktadır.

Ataerkil toplum yapısı kadınların eşlerinin vefatından sonra tekrar evlenmelerini, ilişki sahibi olmalarını engellemekte ve kadınlardan vefat edene kadar eşlerine sadık kalmalarını beklemektedir. Bazı kadın katılımcıların alanyazınla uyumlu şekilde bu düşünceyi benimsedikleri için tekrar evlenmeye sıcak bakmadıkları keşfedilmiştir. Bir araştırmada da benzer şekilde, eşleri vefat etmiş yaşlı kadınların yeniden evlenmeyi “konuşulması bile kötü” olarak tabulaştırdığı fakat eğitim seviyesi yükseldikçe bu durumun daha konuşulabilir bir olguya evirildiği tespit edilmiştir (Sever, 2018, s. 102). Eğitim seviyesi yüksek olan kadınlar, kendileri düşünmeseler de eşlerini kaybetmiş hemcinslerinin tekrar evlenmelerine olumlu yaklaşabilmektedirler. Diğer yandan özellikle düzenli ve yeterli geliri olan, tatmin edici sosyal ilişkiler ağı ve çevreye sahip yaşlı kadınların bir erkeğin bakımını üstlenmek istememeleri tekrar evlenmeye olumsuz yaklaşımlarına sebep olmaktadır. Bu katılımcıların konuya ilişkin aktarımları aşağıdaki gibidir.

“Ne evlenmesi. Allah korusun yarabbi tövbeler olsun estağfurullah. Asla olmaz. İsterse yani sarayda olsa asla genç de olsam tövbeler olsun. Allah korusun böyle bir şey olamaz Allah korusun.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Estağfurullah. Hiç öyle şey olur mu? Ben asla düşünmedim. Hem çocuklarım da uygun görmezdi. Bir gün küçük oğlumun arabada gidiyorduk. Torunum dedi ki babaanne sen evlendirme programına git, babası da ona bir kızdı görmen lazım. Ben araya girdim, çocuktur yapma etme dedim. Çocuğunu nerdeyse dövecekti.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

Bazı kadın katılımcıların ataerkil toplumsal yapının evlenmemeleri gerektiği yönündeki telkinini benimsememiş olsalar da içinde buldukları toplumsal yapı ve maruz kaldıkları mahalle baskısından dolayı evlenmekten çekindikleri, evlenmeleri durumunda aile, çocukları ve toplum tarafından dışlanacakları korkusuna sahip oldukları keşfedilmiştir. Bir katılımcının bu savı doğrulayan deneyimi aşağıdaki gibidir.

“İnsanlar yaşlandığı zaman tek başına olmuyor. İnsana bir arkadaş gerekli yani. Nasıl söyleyeyim bir sırdaş, arkadaş, nefes. Bir şeyleri beraber paylaşma ben o açıdan hep düşünürüm yani. Ben tanınmayan bir memlekette olsaydım evlenirdim ama burada mümkün değildi.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

Kadınların tekrar evlenmelerine veya partner sahibi olmalarına karşı çıkan ataerkil toplumsal yapı erkeklere gelince evliliği destekleyen bir tutuma sahip olmaktadır. Buna karşın erkekler partnerleriyle ve yakınlarıyla problem yaşama ihtimalinden ötürü evliliğe sıcak bakmamaktadırlar. İki erkek katılımcının konuya ilişkin deneyimi aşağıda aktarıldığı şekildedir.

“Bir kere bir emekli öğretmen çıktı karşıma ama baktım ki havalarda geziyor, uçuyor istemiyorum dedim. Ondan sonra da hiç düşünmedim. Teklifler geldi ben hayır dedim. Evlensem ben bu kadar yaşayamazdım. Zaten kalp hastasıym evlilik beni çabuk öldürürdü. Dedikodulardan, anlaşmazlıklardan, huysuzluktan, geçim derdinden öldürdüm.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Valla şimdi evleneceğiniz kişi mutlaka evli barklı çoluk çocuk sahibi birisidir. Onun da kendine göre birtakım problemleri vardır çocuklarıyla, ailesiyle. Evlilikte de huzur ve müşterek yaşam aranır ama şimdi çevremizde gördüğümüz hep işte kayınpederleri başka bir dertte kayınvalideleri başka bir dertte her birinin damattan istedikleri bir şeyler var. Yani evlensem bir sürü uğraşım olacaktı. Böyle bir şeyin altına girmek istemedim.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

Yaşlı erkekler de kadınlar kadar olmasa da genel olarak tekrar evlenme konusunda çekingendirler. Kendilerine kalacak mirasın parçalanmasını istemeyen çocukların olası olumsuz tepkileri, dolandırılma korkusu ve vefat eden eşe sadakat yaşlı erkeklerin tekrar evlenmelerini engelleyen etmenlerdir (Sever,

2020, s. 6). Bu çalışmada, alanyazınla örtüşen şekilde, bazı erkek katılımcıların tekrar evlenmeleri durumunda ekonomik istismara maruz kalabileceklerini düşündükleri ve bundan dolayı tekrar evlenmeye sıcak bakmadıkları keşfedilmiştir. Bu katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıda sunulmuştur.

“Son 15-20 senedir insanların birlikteliği tamamen paraya dayandı. Onun için yeniden evlenmeyi düşünmedim. Şimdi öyle bir şey ki selam veriyorsun evi üzerime tapu et diyor. Ben örneğin sana tapuyu verdim, yarın haydi git demeyeceğin ne malum değil mi. Yani toplum yozlaştığı için yaşlı insanların ikinciye evlenme olayları çok zor.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Yenişehir Camisi'nin orda bir arkadaşım var dört defa evlendi. Geldiler parasını pulunu aldılar gittiler parasını pulunu aldılar gittiler. Ben gelirsem şunu alırım ben gelirsem bunu alırım. Yani bu tür değerler doğrultusunda ben hiç evlenmeyi düşünmedim.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

Eşi vefat ettikten sonra başka bir kadınla evlenen ve bu evlilik sürecinde ekonomik istismara maruz kalan bir katılımcının, ekonomik istismara maruz kalmaktan çekindiği için evlenmeyi düşünmeyen erkek katılımcıları doğrulayan deneyimi aşağıdaki şekildedir.

“Hanım öldükten sonra Trabzon'a gittim. Bir arkadaşın tavsiyesiyle yabancı bir hanımla evlenme kararı aldım. İşte konuştuk ettik tamam evlenelim dedik. Sonra bana ben biraz sakatım dedi. Biraz aksak yürüyorum dedi. Ben de tamam evlenelim, doktora gider tedavi ederiz dedim. İşte nikahını yaptık. Neyse sonra doktora gittik, tedaviye başladık, bayağı ilerledik. Bu sürekli memleketine gidip geliyordu. Neyse gel zaman git zaman biz bunla altı sene evli kaldık ama kadın toplasan altı ay bende kalmadı. Sürekli git gel yaptı, bana bir sürü masraf çıkardı. Kadın benim 25 milyar paramı çarptı kaçtı gitti. En son ben bunla boşandım. Mahkeme oldu, hâkim hemen bizi boşadı.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

4.3.9.2. “Ben rahibe değilim ki tabii olacak bazı şeylerim”

Kent kökenli, ekonomik durumu iyi ve eşinin kaybından sonra uzun zaman geçmiş ya da eşini erken yaşta kaybetmiş olan ve katılımcıların eşlerinin vefatından sonra tekrar evlenme konusunda, katılımcıların geneline göre daha olumlu tutuma sahip oldukları keşfedilmiştir. Bu katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Eşim öldükten sonra erkek arkadaşlarım da oldu, beraberliklerim oldu. Eşimi kaybettiğim zaman 37 yaşındaydım. Ben rahibe değilim ki tabii olacak bazı şeylerim. Erkek arkadaşlarım çocuklarımı da tanıdı, evime de girdiler çıktılar.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Eşim öldükten sonra 5-6 ay sonra ya Allah böyle istemiş hayat böyle demek ki sen de ölmeden mezara girme dedim kendi kendime. Baktım ki hayat güzel ve yalnızlık da zor işte o zaman birkaç ilişkim oldu. Kısa süren flörtlerim, ilişkilerim oldu. Hiçbiriyle evlenmedim ama biriyle uzun süre beraber yaşadık. 3-4 yıl birlikte kaldık ama sonra ayrıldık. Yaşlılıkta kemikleşmiş huylar var, kadın kendi huyunu şey yapmak istiyor ben kendi huyumu. Bundan dolayı anlaşamadığımız yerler oldu o zaman güzelce ayrıldık.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

4.3.10. Özel Günler: “Kurban çok kötü geçiyor. Çok buruk”

Aile, akraba ve sosyal çevreden destek alabilen, topluma katılabilen ve iyi sosyal ilişkilere sahip olan bireyler, yaşlılık döneminde karşılaşılan yalnızlık başta olmak üzere birçok sorunla daha iyi mücadele etmekte, daha az sayıda psikososyal ve ekonomik sorunla karşılaşmaktadırlar. Bu noktada geleneksel ve dayanışmacı toplumlardaki bayram, düğün, akraba ve hasta ziyareti gibi ritüellerin yaşlıların algıladıkları desteği artırma noktasında oldukça önemli olduğu ve sosyal bağları korumaya yardımcı olduğu belirtilmektedir (Ü. Şentürk, 2019, s. 512).

Katılımcıların resmi ya da dini bayram, doğum günü, kandil, yılbaşı gibi özel günlere ilişkin deneyimleri, sosyodemografik özellikler ve yaşanan yerin bu günlerin nasıl geçirildiği üzerinde etkisi olduğunu gözler önüne sermektedir.

Kır kökenli veya kırsal ilçelerde yaşayan katılımcıların bazıları bayram başta olmak üzere özel günlerin olağan yaşamlarından farklı geçtiğini, çocuklarının onları yalnız bırakmayarak yanlarına geldiklerini belirtmişlerdir. Çalışma çağındaki genç nüfusun eğitim, sağlık, istihdam vb. çekici koşullardan ötürü kente göç etmeleri sonucunda kırsal bölgelerdeki nüfus yapısı değişmiş, yaşlı nüfus yoğunluk kazanmıştır (Türkan ve Sezer, 2017, s. 37). Kentsel bölgelerde yaşayan yetişkinlerin izinli oldukları bayram gibi özel günlerde ebeveynlerini ziyaret etmeleri olağan dönemlerde yalnız olan yaşlıların yaşamını

hareketlendirmektedir. Bayram, doğum günü gibi özel günleri kutlamak amacıyla aile üyelerinin bir araya gelmesi aile üyeleri arasındaki birlik ve beraberlik duygularını geliştirmekte ve bu durum yalnız yaşayan yaşlıları mutlu etmektedir (Güven, 2000, s. 96). Nitekim yaşlıların yer aldıkları bir çalışmada katılımcıların %21'i çocuklarıyla, %29'u torunlarıyla yalnızca bayram ve tatil gibi özel günlerde (ara sıra) görüştiklerini ifade etmişlerdir (Özmete vd., 2012, s. 78). Kırsal bölgelerde yaşayan, geleneksel toplumsal yapı özelliklerini taşıyan ve bayram gibi özel günlerde genellikle yalnız olmayan katılımcılar kandil gibi dini açıdan önem atfedilen özel günlerde çevrelerindeki insanlar ve tanıdıkları tarafından kutlama amaçlı arandıklarını aktarmışlardır. Bu katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Bayramda gelirler tabii. Kızım, torunlarım, damadım. İşte o günlerde şey yapmaya dikkat ediyorlar, yalnız bırakmamaya. İşte kandiliydi bilmem neydi telefon ederler uygunlarsa gelirler. Sonra kardeşlerim zaten dip dibe oturuyoruz. Hep birlikte şenlik olur.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Valla bayramlarda çocuklar geliyorlar, kandillerde de arıyorlar. Yılbaşında çağırılır, doğum günümde sağ olsunlar sürekli burada yanımda olurlar. Yalnız hissettirmezler.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“Bayramlarda biz hep toplaşır bayram çıkarırız. Tüm köy hep birlikte caminin oraya, herkes evinde ne hazırladıysa getirir hep birlikte yeriz. Herkes sepetini hazırlar getirir. Kadınlar ve erkekler ayrı oturur. Toplu halde yemek yer, bayramlaşırız. Sonra işte yemeğimizi yaparız böreğini, çöreğini ne lazımsa gelip giden olur diye hani eve hazırlık yapar koruz. Gelen olursa hazırca koyuverirsin. Sonra bayramlarda Ankara'daki kızım ve torunlar bana gelir. Böyle şenlik olur.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

Kent kökenli, eğitim düzeyi yüksek ve ekonomik durumu iyi olan katılımcıların bir kısmı bayram gibi özel günleri sıradan bir günmüş gibi geçirdiklerini bir kısmı ise aileleriyle birlikte olduklarını ifade etmişlerdir. Özel günleri, diğer günlerden farksız şekilde geçiren bir diğer ifadeyle bu günlerde de yalnız olan katılımcıların deneyimlerine aşağıda yer verilmiştir. Bu katılımcılar özel günlerde yalnız oldukları için üzüldüklerini, bu günleri buruk geçirdiklerini ve insanların “kapılarını çalmadığını” belirtmişlerdir.

“Kurban çok kötü geçiyor. Çok buruk. Yalnızım. Mesela kurbanımı kesecek kimse yok. Çocuklar her bayramda gelemiyor. 22 sene oldu ben Almanya'dan döneli. Onların bayramlarda gelemeyişine alıştım. Eşim de dört bayramdır yok. Ona bir türlü alışamadım. Eşimi arıyorum.” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“Bayramlarda mesela çocukların hepsi uzaktalar bir Allah'ın kulu gelip de bayramın mübarek olsun amca elini öpeyim diye kapımı açmıyor. İçerde ağlarsan ağla, ağlamazsan böyle tek başına otur. Tek başıma kiminle konuşacağım evde, kendimle. Hani karşımda birisi yok ki onla hani vakit geçiresin.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

Dini açıdan önemli günlerde yalnız olmayı önemsemeyen lakin yılbaşı ve doğum günü gibi günlerde yalnız olmak istemedikleri halde yalnız geçiren kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek olan katılımcıların deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Bir yılbaşına değer veririm bir de doğum günlerine ben zaten inançsızım kandiller beni hiç ilgilendirmiyor. Yalnız yılbaşları da git gide daha sönük geçiyor. Gençler gelmiyor, yaşlılar da ölüyor oğlum.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Özel günlerin normal bir gündən bir farkı yok. Kızlarım ya da herhangi bir akrabam gelmez. Yani benim için anlamlı değil. Kandil gibi dini açıdan özel olan günlere benim yaşamımda yer yok.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

Bazı kent kökenli katılımcıların deneyimleri yılbaşı gibi özel günlerde arkadaşlarına davet edilmelerine rağmen eşleri olmadığı için gitmediklerini ve bu süreçte yalnızlığın sebep olduğu olumsuz ruh haliyle çeşitli stratejiler geliştirerek baş etmeye çalıştıklarını gözler önüne sermiştir. Bu katılımcıların ifadeleri aşağıda sunulmuştur.

“Diğer günler nasılsa bunlar da öyle. Özel hiçbir şey yok. Ben o adamla (eski eşi) yaşarken de çocuklar bayramlarda gelmezlerdi. Bu günlerde tek başına yaşadığını bildiğim diğer insanları düşünüyorum ve onların da benimle benzer koşullara sahip olduklarını düşünüp kendimi teskin ediyorum.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

“Her zamanki gibi geçer. Yılbaşlarında arkadaşlar falan çağırıyorlar ama gitmiyorum, sonuçta onlar da aileleriyle oluyorlar. Bazen de gidiyorum. Bayramlarda evet özel günlerde biraz daha şey olmasını isterdim açıkçası çok yalnız olmak istemezdim.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

4.3.11. Gençlik Döneminde Yaşlılığa Hazırlanma: “Yaşlılıkta yalnız kalacağım aklıma gelmezdi”

Bu alt tema altında katılımcıların, yaşlılık dönemine ve yaşlılıkta yalnız yaşamaya ilişkin nasıl düşüncelere sahip oldukları, yalnız yaşam dönemine ilişkin hazırlıkları ve gençlik dönemlerine dönme imkânı olsa yapmak isteyecekleri deneyimleri aktarılmıştır.

Katılımcılar fiziksel açıdan güçlü oldukları, gündelik yaşam yoğunlukları ve geçim kaygıları gibi sebeplerden gençken yaşlılık dönemini düşünmediklerini aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“O zaman hopluyorsun zıplıyorsun ihtiyarlık aklına bile gelmiyor. Yaşlanacağımı düşünmezdim. Yaşam şartları herhalde hep koşuşturmaca vardı. Gençliğe de güveniyorduk, yaşlılığı hele de yalnız olmayı düşünmezdim.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Hiç yaşlılığı hayal etmiyordum ki, aklıma bile gelmiyordu. Üstüne hatta yalnızlık kötü bir şey değil ki insanlar neden yalnızlığı sevmiyor diye düşünürdüm.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

“Hiç düşünmedim. Hep yani aynı düzeyde gidecekmiş gibi hep genç olarak kalacakmışım gibi düşündüm. Annem ablalarım falan çok sağlık sorunu çektikleri için aklıma getirmiyordum. Çok da hareketli olduğum için, biraz bünyemde sağlam hiç hasta olursam yaşlı olursam ne yaparım diye gerçekten hiç aklıma gelmedi yani.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların tamamı eşlerinin olması ve hatta eşlerinin sağlıklı olması gibi nedenlerden ötürü yaşlılık dönemini yalnız geçireceklerini düşünmediklerini aktarmışlardır. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Hiç düşünmemiştim. Yaşlılıkta yalnız kalacağım aklıma bile gelmezdi. Rahmetli de derdi hep inşallah sen benden altı ay evvel ölürsün derdi yalnız kalmayım diye bende inşallah beraber derdim. İşte düşünemiyorsun.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Valla eşimle birlikte yaşlanmayı ve yaşayacağımı düşünüyordum yalnız yaşayacağım aklıma dahi gelmezdi yani.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

“Valla gençken pek fazla düşünmüyorsun hele eşin sağken berabersin onunla yaşlanacaksın. Eşin vefat ettikten sonra işte ne yaparım diye bir şey pek aklıma gelmiyor gelse de aklıma getirmemeye çalışıyorsun.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

4.3.12. Pişmanlıklar: “Keşke sevgi dolu bir ailem olsaydı”

Katılımcıların pişmanlıklarının ele alındığı bu alt tema altında geçmişe yönelik ve şimdiki döneme ilişkin pişmanlıklara yer verilmiştir. Katılımcıların pişmanlıkları konusundaki aktarımları tamamının geçmişe yönelik pişmanlıklarının olduğunu ortaya çıkarmaktadır. Yaşlılık, bireyin geçmişini azalan rolleriyle bağlantılı olarak önceki yaşam dönemlerine göre daha sık sorguladığı bir dönemdir. Geçmiş yaşamında doyum veren bir yaşam geçirmiş ve hedeflerine ulaşabilmiş yaşlıların geçmişe yönelik pişmanlıkları daha az olmaktadır (Arpacı, 2005, s. 19). Bir çalışmada geçmiş ile barışık olan ve geçmişe yönelik pişmanlıkları az olan katılımcıların yaşlılık dönemini daha olumlu bir şekilde geçirdikleri görülmüş ve bu kişilerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu anlaşılmıştır. Bununla birlikte yaşlıların yalnız kaldıkları süre arttıkça, bir diğer ifade ile deneyimledikleri yalnızlık şiddetlendikçe geçmişteki olumsuzluklara daha çok takıldıkları ve yaşamlarının zorlaştığı bulgulanmıştır (Sever, 2018, s. 149).

Geçmiş yaşamında maddi imkânsızlıklardan veya ataerkil düşünceden dolayı eğitime erişemeyen ve bunun sonucunda meslek edinemeyen ya da istediği mesleği icra edemeyen katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Ben üniversitede mühendislik okumak isterdim. Mühendislik çocukken hayalimdi. Üniversite kazanınca, maddiyatı bir kenara bırakıp ne yapıp ne edip gitmem lazımdı, birilerini bulmam lazımdı. Bulmadım, kimseye bir şey söylemedim.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Öğretmen olmayı çok istemişim ve keşke kendi şartlarımı zorlayıp bir şekilde çocuk da olsam okula gidebilseydim diye düşünürüm. Onun haricinde keşke işimden ayrılmasaydım evlenince.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

“Çocukluğumdan beri okuma hevesim vardı ama beni okutmadılar. Çok isterdim okumayı ve yani eğer gerçekten beni okutsalardı bir hemşire olmayı isterdim.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

Mutsuz bir evliliğe sahip olan ve bu evliliği gerçekleştirdikleri için pişmanlık duyan katılımcılara ait ifadeler aşağıdaki şekildedir.

“Mutlu bir evliliğimiz olmadı, çocukları mutlu bir ev ortamında yetiştiremedik en büyük pişmanlığım bu. Yani düşünüyorum da geçmişte yaptığım hiçbir doğru şey yokmuş gibi geliyor bana yani ve zaman zaman diyorum Allah beni şeye yanlışa programlamış herhalde.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

“Keşke âşık olduğum biriyle evlenseydim bir tek buna pişmanım. Yani severek evlenseydim. Ben görücü usulü evlendirildim. Şöyle biz bir arada büyüdük eşimle, yedi yaşından beri birlikteydik. Ben Ankara’da okumak için eşimin ailesinde duruyordum. Ben hemen 13 yaşına geldiğimde beni oğullarıyla, kardeş gibi gördüğüm biriyle, evlendirdiler.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

Eşini erken yaşta kaybeden ama ataerkil toplum yapısından kaynaklanan nedenlerden dolayı tekrar evlenemeyen kadın katılımcıların geçmişte evlenmemelerinden kaynaklı pişmanlıkları aşağıda aktarıldığı şekildedir.

“Bazen keşke evlenseydim diyorum. Böyle olacağını bilseydim, çocuklarımı kabul edecek biriyle evlenirdim şu an yalnız olmazdım.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Valla bu memlekette yaşamamış olsam çocuklarımı evlendirdikten sonra mesela evlilik düşünebilirdim. Yani burada olduğum için olmazdı çünkü bizim çevremiz dar olduğu için insanlar iyi bakmazdı. Çok laf söz olurdu. Halbuki eşim vefat ettiğinde ben çok gençtim yani biriyle tanışıp evlenebilirdim. Keşke farklı bir çevrede olsaydım ve yeniden evlenseydim diyorum bazen.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

Geçmiş yaşamında eşinin çalışmasını istemediği için istihdama girmeyen bir kadın özne ile kayıt dışı istihdamda yer aldığı için yaşlılık döneminde yoksulluk deneyimleyen bir erkek öznenin pişmanlık duydukları keşfedilmiştir. Yaşlılarla

gerçekleştirilen bir çalışmada da benzer bulgular elde edilmiş ve katılımcıların geçmiş yaşamlarında iyi bir meslek sahibi olma, sosyal güvenlik sistemine dâhil olma ve daha iyi maddi koşullara sahip olmak için daha çok çaba harcama gibi konularda pişmanlık yaşadıkları ortaya konulmuştur (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 105). Katılımcıların bu konuya ilişkin anlatıları şu şekildedir.

“Ben keşke çalışsaydım, bir iş kursaydım ya da memur olsaydım diyorum. Ben istediğim halde hiçbir zaman çalışmadım, ben ev hanımıydım eşlerimiz bizi çalıştırmıyordu. Bir de kıskançlık vardı. Erkekler gururuna yediremiyordu kadının çalışmasını hani bakamıyor anlamındaydı.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

“Yıllar önce sigortalı bir işe girip emekli olamamışım kendi kafamdan çekiyorum şu an. Üzülüyorum. Dışarda çalışsam da bir şekilde bu sigortayı ödeyemez miydim öderdim ama yapmadım. Keşke yapsaydım.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

Gençken yurtdışına çalışma ve yerleşme imkânına sahip olan ama gitmemeyi tercih eden katılımcıların Türkiye’de kalmalarıyla ilgili pişmanlıklarını yansıtan deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Ben 1970’de Almanya’ya gidiyordum, olurum da çıkmıştı ama gitmedim. Niye gitmedik şimdi rahmetli anam ben ölürüm de cenazeme bile gelemem de bilmem ne olur da gitmesin hakkımı helal etmem demiş, lanet olsun dedim gitmedim. Yani ama bugünkü aklım olsa daha farklı davranırdım. Şu an keşke gitseydim diyorum.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Keşke gençlik dönemimde Fransa’ya veya Almanya’ya öğretmen olarak gitseydim. Çünkü orada yaşayan arkadaşlarım var. Öğretmenken gitmişler ve şimdi ordalar. Hoşuma gidiyor onların yaşadıkları çok demokrasi var yani sınırlarını bozan hiçbir şey yok.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

Katılımcıların şimdiki döneme ilişkin pişmanlıklarına ilişkin aktarımları iyi aile ilişkilerine sahip olmama, yalnız olma ve torun sahibi olmama gibi sebeplerden ötürü pişmanlıklarının olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bu katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Ben iyi yaşamak isterdim. Ya sen bakma ben maaşımla geçiniyorum gelirim iyi falan ama ben burada bana gelen yardımcıya muhtacım, yalnızım doktora

bile o beni götürüyor ve bunun için ücret ödüyorum. Bu durum beni çok yoruyor artık. Keşke sevgi dolu bir ailem olsaydı.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Bazen keşke oğlum farklı biriyle evli olsa ya da bu gelinimle ilişkim farklı olsa derim. O zaman torunlarla da aram daha iyi olurdu. Muhabbetimiz böyle yabancı gibi olmazdı. Mesela kızımın çocukları bende kalır, yanımda yatar ama oğlumun kızıyla bir yabancı gibiyiz.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Torun en çok eksikliğini çektiğim şey. Yani bir küçük çocuk resmi videosu gördüğüm zaman içim titriyor gözlerim yaşıyor. Hayvan yavrularına da insan yavrularına da çok çok düşkünüm benim torun sahibi olma zamanım gelmiş. Çok arzuluyorum bunu” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

4.3.13. Vasiyet

Katılımcıların deneyimlerinden vasiyetlerinin hatta vasiyet hazırlama motivasyonlarının olmadığı anlaşılmış ve vasiyet kavramının kendilerine ölümü çağrıştırdığı keşfedilmiştir. Bu çalışmada az sayıdaki katılımcının vasiyetini yazılı olmasa da en azından sözel olarak çocuklarına söylediği, mallarını çocuklarına ve torunlarına paylaştıkları, defnedilmek istedikleri yerleri belirttikleri öğrenilmiştir. Bir çalışmada, bu çalışmada elde edilen deneyimlerle benzer şekilde, yaşlıların gayrimenkullerini çocuklarının kendilerine bakmaları için kullandıkları ve ölmeden önce çocuklarına pay etme eğilimine sahip oldukları bulgulanmıştır (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 101). Çocuklarına vasiyetlerini aktaran katılımcıların deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

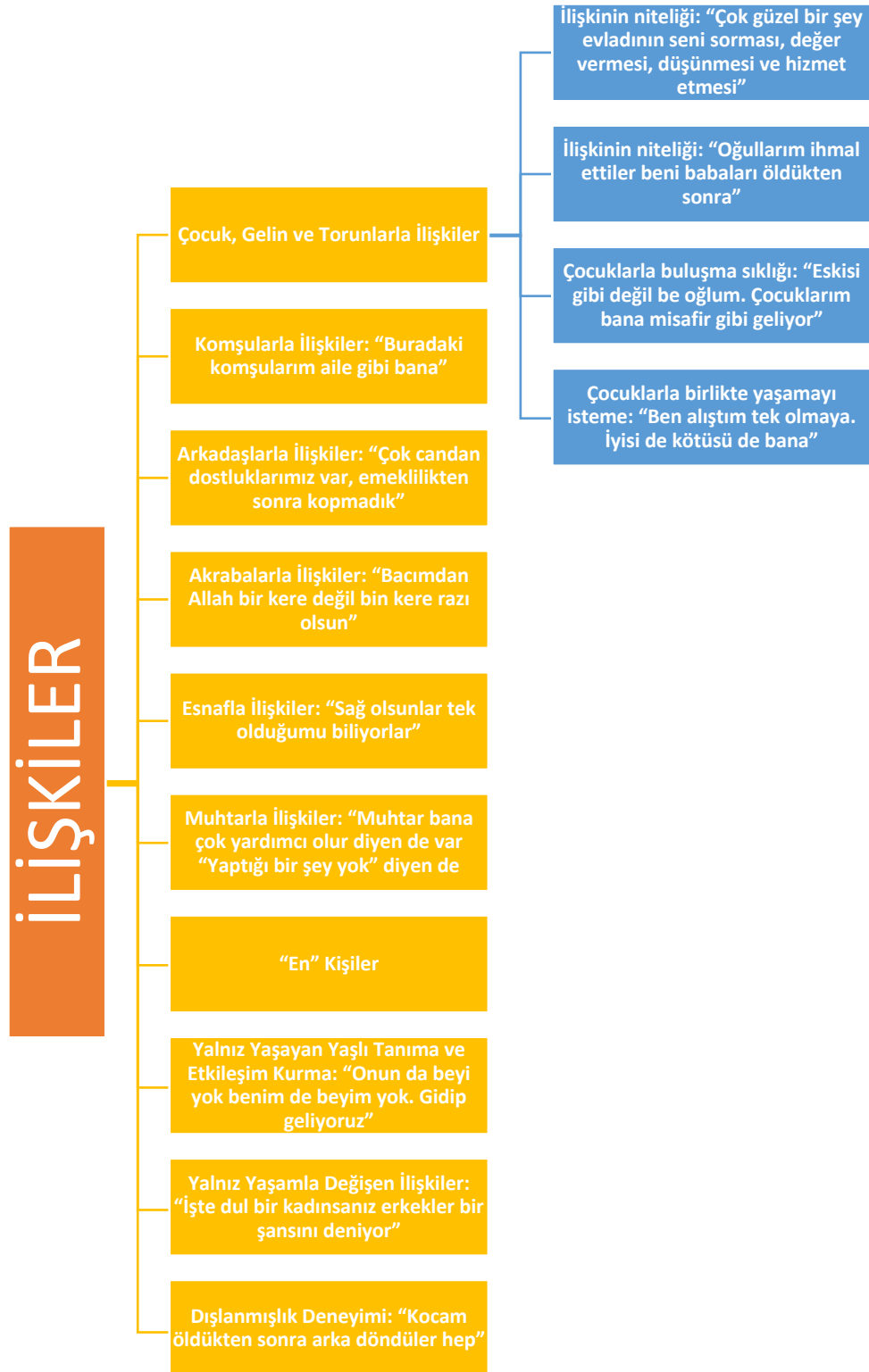
“Söyledim hatta yeni söyledim, birkaç gün oluyor. Bu çocuklarım bana sürekli borç yaptılar. Altınlarım gitti. Bankadaki param gitti. Bu evim kaldı. Ben de dedim ki benim yedi torunum var. Ben ölünce bu evi satın her bir torunuma eşit şekilde pay edin.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

“Tabii verdim sonra ben öldükten sonra arkamdan konuşmasınlar itiraz da edemesinler istedim. Dört dairem var, ikisine pay ettim. Sonra biraz mal mülk var, bunlar senin, bunlar da senin dedim. O bakımdan çok rahatım ben.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

4. 4. İLİŞKİLER

Katılımcıların çocukları, akrabaları, komşuları ve arkadaşları ile sahip oldukları ilişkilerin ortaya konulması, katılımcıların yaşamlarında en sık görüştükleri ve en çok anlaştıkları kişilerin keşfedilmesi ve yalnız yaşam deneyiminin sahip oldukları ilişkileri nasıl etkilediğinin açığa çıkarılmasına yönelik deneyimler içeren bu temada Şekil 7’de görülebileceği üzere 10 alt temaya yer verilmiştir.

Şekil 7: İlişkiler



4.4.1. Çocuk, Gelin ve Torunlarla İlişkiler

Katılımcıların çocuk ve torunlarıyla olan ilişkilerine yönelik değerlendirmelerine yer verilen bu alt tema altında katılımcıların ilişkilerini nasıl nitelendirdiklerine, çocuk, gelin ve torunlarına karşı kırgınlık veya kızgınlıklarına ve onlarla görüşme durumlarına yer verilmiştir. Bu alt tema altında yer verilen deneyimler dört kategori altında toplanmıştır.

4.4.1.1. İlişkinin niteliği: “Çok güzel bir şey evladının seni sorması, değer vermesi, düşünmesi ve hizmet etmesi”

Katılımcıların çocuk, gelin ve torunlarından oluşan geniş aile üyeleriyle olan ilişkilerinin niteliğini açığa çıkaran deneyimleri, bazılarının olumlu bazılarının ise olumsuz ilişkilere sahip olduklarını ve sahip olunan sosyodemografik özellikler ve sermayenin çocuklarla olan ilişkiyi etkilediğini ortaya çıkarmıştır.

Çocuklarıyla herhangi bir zaman diliminde sorun yaşamayan, çocuklarından destek alan ve sık görüşen katılımcılar çocuklarıyla olan ilişkilerini olumlu olarak nitelendirmişlerdir. Katılımcıların ifadeleri çocuk ve gelinlerle sahip olunan olumlu ilişkinin torunlarla da olumlu ilişkilerin gelişmesine katkı sunduğunu açığa çıkarmıştır. Alanyazında da bu çalışma kapsamında elde edilen bulgularla örtüşen çalışmalar bulunmaktadır. Isparta ilinde yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, katılımcıların çocuklarıyla ilişkilerinden memnuniyet oranlarının %76,4 olduğu ve katılımcıların çocuklarıyla olan ilişkilerindeki sorunları düzeltmek için hayatlarına karışmama, anlayışlı davranma, sevgi gösterme ve para verme gibi yollar kullandıkları görülmüştür (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 100).

Bu çalışma kapsamında elde edilen deneyimler maddi durumu iyi, kent kökenli katılımcıların çocuklarından ilgi görme konusunda ekonomik durumu iyi olmayanlara veya kır kökenli katılımcılara göre daha tatminkâr olduklarını ve çocuklarından daha sınırlı beklentilere sahip olduklarını ortaya çıkarmıştır.

Gaziantep'te yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da benzer bulgulara ulaşılmıştır (Sever, 2018, s. 121). Bu durum ekonomik sermaye sahibi olmanın yaşlılık dönemiyle ve özellikle yalnız yaşamla ilgili kırılganlıklarla baş etme noktasında oldukça önemli olduğunu göstermektedir. Buna ek olarak kent kökenli yaşlılar sahip oldukları kültürel sermaye sayesinde geniş sosyal ağlara sahip olmakta ve bu durum da çocuklarından beklentilerini sınırlandırmaktadır.

Katılımcıların çocuklarıyla olan ilişkileri hakkındaki düşünceleri maddi durumu iyi, eğitim düzeyi yüksek kent kökenlilerin, katılımcıların geneline göre çocuklarıyla daha iyi iletişime sahip olduklarını göstermektedir. Bu durumun olası nedeni bu yaşlıların sahip oldukları ve ileride miras bırakacakları maddi zenginliklerinin olmasıdır. Alanyazında yer alan çalışmalar çocuklarına büyük miktarda bir miras aktarımı yapacak ebeveynlerin çocukları ile daha olumlu ilişkilere sahip olduklarını ortaya çıkarmaktadır (Kohli, 2004, s. 267; Künemund, Motel-Klingebiel ve Kohli, 2005, s. 32).

Ankara'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların %54'ü çocuklarına sosyal ve ekonomik açıdan destek olabildiklerini, %68'i bir karar alırken çocuklarının kendilerine danıştıklarını ve %93'ü çocuklarıyla ilişkilerinden memnun olduklarını belirtmişlerdir. İlçelere göre dağılımlara bakıldığında genel olarak sosyoekonomik düzeyi yüksek ve kent kökenli nüfusun yoğun olduğu Çankaya ve Yenimahalle gibi ilçelerde yaşayan sosyal, kültürel ve ekonomik sermayesi yüksek olan katılımcıların çocuklarıyla ilişkilerinden daha memnun oldukları ve çocuklarına ortalamanın üstünde sosyal ve ekonomik destek sunabildikleri görülmüştür. Buna karşın Altındağ gibi yaşam döngüsü içerisinde yeterli sermayeye sahip olamamış ve yaşlılık dönemini de bu şekilde sürdüren katılımcıların çocuklarıyla ilişkilerinden daha az memnun oldukları, çocuklarına yardım sunamadıkları ve çocuklarının karar alırken onlara danışmadıkları tespit edilmiştir (Özmete vd., 2012, s. 72-76).

Yaşlılar, çocuk, akraba ve yakın çevreleriyle olan ilişkilerini oldukça önemsemektedirler (Danış, 2004, s. 5). Bir çalışmada torun ve çocuklardan

alınan moral ve duygusal desteğin, onlar tarafından ziyaret edilmenin ve aranmanın yaşlıların zihinsel sağlığına olumlu etki ettiği ve morallerini yükselttiği bulgulanmıştır (Kalaycıoğlu ve Rittersberger Tılıç, 2001, s. 72). Diğer yandan yaşlılık döneminde çocuklarla yakın ilişki içerisinde olmak, sık görüşmek ve dayanışma içerisinde olmak sadece yalnız yaşayan yaşlılar için değil aynı zamanda yetişkin çocuklar için de birtakım avantajlar sunmaktadır. Yaşlıların ekonomik ve sosyal destek için çocuklarına bağımlı olduğu düşünülse de işsiz, boşanmış veya ekonomik sıkıntı içerisindeki çocuklar yaşlı ebeveynlerinden (özellikle de annelerinden) destek almaktadır. Buna ek olarak yaşlılar, torunların bakımı başta olmak üzere çeşitli konularda sorumluluk üstlenerek çocuklarının yaşamını kolaylaştırmaktadır (Wang ve Marcotte, 2007, s. 1293; Wiemers, Slanchev, McGarry ve Hotz, 2017, s. 111). Son olarak yaşlılar özellikle de kadınlar, büyük ebeveyn rollerini kullanarak kendi ebeveynleriyle sorun yaşayan torunlarına maddi ve manevi anlamda destek sağlamakta, ortaya çıkan gerilimli durumlarda tampon mekanizması olmakta ve deneyimlerini aktararak torunlarının yaşamlarına katkı sağlamaktadırlar (Roberto, Allen ve Blieszner, 1999, s. 67). Çocuklarıyla olumlu ilişkiye sahip olduğunu aktaran katılımcıların deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Çocuklarım bana bakıyor, sürekli gelirler. Çankaya’daki gelinime zaman zaman gidiyorum, sık sık çağırıyor niye gelmiyorsun diyor. İşleri güçleri vardır, onun için çocuklarda kalmak istemem. Ama bana bakıyorlar çocuklarım. Çocuklarım hatta bu cuma günü geldiler pazartesi sabah gittiler.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“Üniversiteye giden torunum annesine anlatmadığı şeyleri bana anlatıyor. Bana anneanne de demez aydede der. Erkek arkadaşını anlatıyor, onu bunu anlatıyor benden fikir alıyor, sen olsan ne yapardın diye soruyor. Onunla biz kafeye gidiyoruz oturup dertleşiyoruz. Onun dışında okuluyla, dersleriyle ilgili şeyleri de danışır.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Şimdi Allah var gelinim çok değerlidir oğlumdan daha iyidir gelinim. Her zaman davet eder, her zaman arar. O kadar çok severim ki şimdi bana desin baba bana bugün 10 bin lazım hemen bulur ona gönderirim.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

Çocuk ve torunlarıyla olumlu ilişkiye sahip olan katılımcılar, çocuklarından destek alabildiklerini ve bu desteğin yaşamlarını kolaylaştırdığını ifade etmişlerdir. Diyarbakır'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların yaklaşık %70'inin başları sıkıştıklarında destek almak için ailelerine başvuracaklarını belirttikleri ortaya konulmuştur (Altındağ, 2020, s. 233). Avrupa İstatistik Kurumu tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada 75 ve üzeri yaştaki yaşlıların %10,4'ünün ilaç kullanmada, %13,8'inin yemek hazırlamada, %14,3'ünün banyo yapma ve duş almada, %17,1'inin mali durum ve günlük idari işlerle ilgilenmede, %18,6'sının hafif ev işlerini yapmada, %23,2'sinin alışveriş esnasında zorlandıkları ve bundan ötürü çocuklarından ya da onlara bakım sunan görevlilerden destek aldıkları bulgulanmıştır (EUROSTAT, 2020, s. 72). Bakım, ataerkil toplumsal yapının sebep olduğu cinsiyetçi iş bölümünden dolayı kadınların yapması gereken bir iş olarak görülmektedir. Bundan ötürü, yalnız yaşayan yaşlıların bakımı konusunda sorumluluk ilk önce kız çocuklarına düşmekte, kız çocuk sahibi olmama ya da kızın uzak yerde yaşaması durumunda bu sorumluluk gelinlere geçmektedir (Arpacı, 2009, s. 62). Bir çalışmada kız çocukları başta olmak üzere çocukların ve komşuların yalnız yaşayan yaşlılara destek oldukları, kız çocukların toplumsal cinsiyet rollerine bağlı olarak ev işleri, yemek hazırlama vb. konularda yardımcı oldukları; erkeklerin ise kamusal alandaki işlerde destek sundukları ortaya konulmuştur (Buz ve Beydili, 2015, s. 565). Ev temizliği, çamaşır yıkama ve yemek yapma konularında kız çocuklarından destek alan çoğunluğunu kır kökenli veya kırsal bir ilçede yaşayan erkeklerin oluşturduğu bazı katılımcıların ifadeleri aşağıda sunulmaktadır.

“Temizliğimi ben yapamıyorum. Torunlarımın eşleri yapıyorlar sağ olsunlar. Benle çok ilgileniyorlar. Arada geliyorlar üstümü başımı, yatağımı, nevresimimi yıkarlar. Yemeklerimi yaparlar. Zaten, gelen giden yok çok da kirlenmiyor ama yine de sık sık geliyorlar.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Temizlik sorunum yok. Çocuklar 15 günde bir geliyorlar evi tepeden aşağıya temizliyorlar, çamaşırımı yıkıyorlar. Geldiklerinde bayağı yemek getirirler. Burada da pişirirler. Benim yediğim tabağı yıkamak dışında temizlik sorunum yok.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

Kadınlar, yaşamları boyunca maruz kaldıkları olumsuz ve ayrımcı tutumların birikerek yaşlılık dönemine taşınması nedeniyle erkeklere göre daha zor bir yaşlılık geçirmektedirler. Önceki yaşamlarında eğitim ve istihdama erişim gibi konularda bariyerlerle karşılaşan ve bundan ötürü yeterli birikimi olmadan yaşlanan kadınlar yaşlılık döneminde güvencesizlik ve yoksullukla karşılaşmaktadırlar. Gençlik döneminde erkeklere göre daha düşük ücret almaları, doğum izni ve çocuk bakımı gibi nedenlerden ötürü istihdam sürelerinin kesilmesi sosyal güvenlik primlerini ve bunun sonucunda da emeklilik gelirlerini etkilemekte ve kırılganlıklarını arttırmaktadır (Buz ve Beydili, 2015, s. 558). Bu durum yaşlılık dönemlerinin sağlık sorunları ve yoksullukla geçmesine neden olmaktadır (Türkan ve Sezer, 2017, s. 41). Çocuk ve torunlarıyla olumlu ilişkisi olan, onlardan maddi destek alan ve bu sayede maruz kaldığı yoksulluğun şiddeti azaldığı için geçinebilen ya da yaşam kalitesi artan çoğunluğunu kadınların oluşturduğu katılımcıların deneyimleri aşağıda yer almaktadır.

“Kızım, bana kıyafet alır, haftada birkaç defa gelir marketten bir sürü şey alır, pazardan bir şeyler alır sağ olsun. Damadım kızıma araba aldı, kızım bagajı doldurur getirir yavrum. Oğlum ama o da çok içime sinmez, damadın parası sonuçta.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

“Oğlum anne sen çok çektin ben de sana senin çocukluğunun geçtiği yerde ev alacağım dedi ve bana burayı aldı. Ben o zamandan beri burada tek başıma yaşıyorum. Sonra eşimin maaşından bana her ay 1500-1750 lira arası para gelir. Onunla aidat, faturalar ve bazı şeyleri hallederim. İngiltere’deki kızımın yolladığı ile geçiniyorum. O olmazsa ben tek başıma bu şekilde yaşayamazdım.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

Banka işleri, vergi ödemeleri, resmi işlemler ve maaşın çekilmesi gibi işlerde çocuklarından destek almak durumunda olan ve tamamı kır kökenli kadınlardan oluşan katılımcılar çocuklarından destek almaktadır. İstanbul’da gerçekleştirilen bir çalışma da yaşlıların %48’inin herhangi bir sorunla karşılaştıkları zaman çocuklarından destek aldıklarını ortaya çıkarmıştır (Özkul vd., 2019, s. 84). Katılımcıların konuya ilişkin deneyimlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Çocuklarım olmasa banka işleri, vergi işleri işte ne bileyim, resmi işlemler gibi şeyleri ben halledemem. Devlet işleri benim bilemediğim şeyler. Onlar

beni çok zorlardı. Şimdi onların hepsini birlikte yapıyoruz. Ya da onlar benim için internetten hallediyorlar.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Maaşımı çekemem benim okumam yok. Torunum maaşımı çeker, ona çektiriyorum. Sonra o bana maaşımı verince ben de canım ne isterse 50-100 harçlık veriyorum işte. Çalışıyorum ben büyüğüm, senden çok kazanıyorum der, almak istemez ama kabul etmem. Sen benim torunumsun derim.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

Katılımcıların deneyimleri kır kökenli ve maddi koşulları özel hastaneye gitmek için yeterli olmayan kadın katılımcılar başta olmak üzere yaşlıların hastane randevusu almak, hastane içinde tek başına muayene olmak, gerekli tetkikleri yaptırmak için çocuklarından destek aldıklarını açığa çıkarmıştır. Gaziantep’te yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da katılımcıların çocuk, torun ya da gelinlerinin kendilerine hastaneye gidiş, ilaç alma ve yazdırma işlerinde destek oldukları görülmüştür (Sever, 2018, s. 170). Katılımcıların bu konuya ilişkin deneyimlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Hastaneye doktora falan kızım götürüyor. Ben tek gidemiyorum. Gençken yalnız da olsam ben tek gidiyordum. Sora sora bulurdum. Şimdi kızım bana randevu alıyor, ben randevu almayı bilmiyorum. Sonra doktora gitmeden önce bazen ona gidiyorum, o gece onda kalkıyorum. Sonra birlikte doktora gidiyoruz.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Doktorlara yalnız gidemem çocuklarım götürür. Gelin beni bir doktora götürün derim. Mesela benim yanımda çocuğum olmasa ben hastanede oraya git, buraya git yapamam, beceremem. O kalabalıkta işimi göremem. Hastane karışık kalabalık oraya girdim muayene oldum çıktım ya bir daha orayı bulamıyorum çocuklar olmazsa tek başıma gidemem.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Çocuklarıyla olumlu ilişkiye sahip olan katılımcıların deneyimleri bir karar almadan önce ailece oturup konuştuklarını ve birbirlerinin fikirlerini önemsediklerini ortaya çıkarmaktadır. Bu katılımcılar hem kendilerinin hem de çocuklarının birbirlerinin fikirlerine önem verdiklerini belirtmektedirler. Yaşlılarla yürütülen bir çalışmada katılımcıların büyük bir çoğunluğu (%72) çocuklarının sözlerini dinlemediklerini ve fikirlerini önemsemediklerini belirtmiştir. Ayrıca ileri yaşlılar, ekonomik durumu iyi olmayan ve eğitim durumu düşük olan yaşlılarda

bu durumun daha yaygın olduğu saptanmıştır. Günümüz modern toplumlarında, yaşlıların eskiden sahip oldukları yüksek toplumsal statüye sahip olmamaları aile içerisinde alınan kararlara katılımlarını azaltmakta ve çocukları üzerindeki etkilerini sınırlandırmaktadır. Halbuki geleneksel toplumsal yapı içerisinde yetişen yaşlılar aile içi karar alma süreçlerine dahil olmayı beklemekte ve sözlerinin dinlenmesini ve ilgi görmeyi istemektedirler. Bu durum gerçekleşmediğinde üzülme ve kendilerini toplumdan soyutlayabilmektedirler (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 104). Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıdaki şekildedir.

“X’e sorarım. Oğlum bunu yapacağım, sen ne dersin derim. O da kafasına bir şey takılırsa ya da bir şey alacağı zaman danışır. Mesela ev alacağı zaman bana sordu. Dedi ki gel bak bakalım sen beğeniyor musun? Sen ne diyorsun dedi.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Ya mesela diyelim bir eşya alınacak işte o zaman damadıma soruyorum. Oğlum ben böyle bir şey almak istiyorum ne dersin diyorum? Anne bakayım diyor, bir iki gün araştırıyor. Sonra anne gel buraya bakalım diyor, gidip alıyoruz o zaman. Sağ olsun yardımcı olur bana.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Çocuklarıyla olumlu ilişkiye sahip olmalarına rağmen bazı erkek katılımcılar karar almadan önce çocuklarına ya da çocuklarının kendilerine ancak geniş aileyi ilgilendiren ya da maddi destek gerektiren konularda danıştıklarını, bireysel durumlarda birbirilerinin fikirlerini almaya gerek duymadıklarını belirtmişlerdir. Bu katılımcıların konuya ilişkin anlatıları aşağıda yer almaktadır.

“Ekonomik güç kimdeyse söz hakkı onundur. Danışıyorlar değil de diyelim ki onlar istek yaparlar sen onu mecburen ifa edersin. Yani baba olduğum için değil ya da büyük olduğum için değil de maddi destekte bulanacağım için. Danışmak gibi değil de bildirmek ve para istemek şeklinde danışırlar. Eğer kendileri halledebiliyorsa zaten danışmazlar, haberim bile olmaz hatta.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Şimdi şahsi vereceğim kararlar da olur, aileyi ilgilendiren kararlar vereceğim de olur. Ailesel konularda mutlaka ortak karar alınmasını, üçümüzün değerlendirme yapmasını isterim. Daha mantıklı olur. Örneğin herhangi bir faaliyete yatırım yapacağım diyelim. O zaman çocuklara sorarım ona göre yaparım. Şahsi bir konu olursa kendim karar veririm.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

Çocuklarından destek alan ve bu sayede tek başlarına zorlandıkları veya yapamadıkları işlerin üstesinden gelen katılımcıların geneli çocuklarından destek alabilmenin kendilerini mutlu ettiğini belirtmişlerdir. Katılımcıların geneli sahip oldukları bu düşünceyi aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Çok memnun oluyorum, Çok güzel bir şey evladının seni sorması, değer vermesi, düşünmesi ve hizmet etmesi. İnşallah ilerde siz de yaşarsınız.”
(Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“Oğlumdan destek almak bana çok iyi geliyor. Güvendiğim birisi var ve o bana değer veriyor diyorum. Muhtaç olduğum zaman bana yardım edecek diyorum. Bana çok iyi geliyor.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

4.4.1.2. İlişkinin niteliği: “Oğullarım ihmal ettiler beni babaları öldükten sonra”

Çocuk, gelin ve torunlarıyla iyi bir ilişkiye sahip olmayan katılımcıların deneyimleri sık görüşmediklerini, çocuklarına karşı kırgınlıklarının olduğunu, evlilik döneminde gelinleriyle sorun yaşadıklarını ve bundan ötürü torunlarıyla da yakınlık kuramadıklarını göstermiştir.

Çocuklarıyla iyi iletişime sahip olmayan katılımcıların torunlarla ilişkileri de olumsuz etkilenmektedir. Buna ek olarak yaşlılar çizgi filmlerde işe yaramayan, süper kahramanların yardımına ihtiyaç duyan veya kötü davranışlar gerçekleştiren rollerle yansıtılmaktadır. Dizilerde ise tüketici, memnuniyetsiz, müşkülpesent, bencil, sevgisiz, sağlıksız, hoşgörüsüz, katı tutumlara sahip bireylermiş gibi gösterilmektedirler. Bazen de ev işleri yapan, torun bakan, ağır ve yavaş hareket eden, etraflarındaki insanların yardımına gereksinim duyan şekilde canlandırılarak tek tipleştirilmektedirler (Özmen, 2013, s. 112-115). Bu durum çocukların bebeklik döneminden itibaren yaşlılara karşı ayrımcı ve olumsuz bakış açısı geliştirmelerine neden olmakta ve aynı zamanda yaşlı büyük ebeveyn ve torun ilişkisine zarar verebilmektedir.

Ankara’da yalnız yaşayan yaşlı kadınlarla gerçekleştirilmiş bir çalışmada da benzer bulgular elde edilmiş, katılımcıların yaklaşık %60’ının çocuklarından destek almadıkları, destek alanların büyük bir kısmının ise yalnızca maddi destek aldıkları, sosyal destek veya bakım desteği alanların ise görece az olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada yalnız yaşayan yaşlı kadınların %30’unun çocuklarına gitmediği, yaklaşık %30’unun çocuklarına ayda bir ya da daha seyrek bir aralıkta gittikleri belirlenmiştir (Buz ve Beydili, 2015, s. 566). Katılımcıların çocuk, gelin ve torunlarıyla olumsuz ilişkilerini açığa çıkaran ifadeleri aşağıda aktarılmaktadır.

“Çocuklarımdan bir tanesi hariç hepsini gönder. Mehmet haricinde diğerlerine yakın değilim. Mesela ben kızları bu hastalık başladığından beri hiç görmedim. Anne bir şeyin var mı diye gelmez mi insan? Bak ben bunlara evladım diyemem. Gelmeler ölümüne. Bir insan annesini bir yıldır görmez mi? Haksız mıyım ama? Ben çocuklarımı yabancı görüyorum artık.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“İki gelinim de aramazlar. Zaten büyük gelinim çalışıyor. Bir yandan da vakitleri yok ondan sonra da istekleri yok ne diyeyim yavrum. Zorla ağlayıp, madara olup beni arayın mı diyeyim yavrum. Normalde oğlanlarım bile ayda bir kez ararlar, el kızları neden daha sık arasınlar ki yavrum.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

“Oğlandan olan torunlar analarından ötürü benle yeni yeni öyle arada konuşuyorlar. Yalnız buraya hiç gelmiyorlar. Bu benim buramı sızlatıyor, çok üzülüyorum ama ne yapayım oğlum atsan atılmıyor, satsan satılmıyor ki. Onlar küçükken gelmedikleri, analarından dolayı görüşmedikleri için bana alışmadılar. Yani aramızda o ilişki olmadı daha da olmaz.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Çocuklarıyla olumlu ilişkiye sahip olmayan ve sınırlı iletişimi olan katılımcılar herhangi bir karar almadan önce çocuklarına bir şey danışmadıklarını aynı şekilde çocuklarının da onların fikirlerini almadıklarını aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Genelde kendim karar veririm. Onlar da bana danışmazlar zaten. Onların eşleri çocukları olduğu için ben de çok müdahil olmak istemem yani.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

“Hayır ne ben ne de onlar bir şey danışmayız. Ben bir şey olursa söylerim, haber veririm. Mesela oğlum ben yarın Ordu’ya gidiyorum ya da işte bu gelecek derim, haber veririm ama onlar söylemezler. Evlerinin sırlarını açık etmezler.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

Çocuklarına karşı kırgınlık ve kızgınlıkları olan katılımcıların deneyimleri yalnız yaşam sürecinde çocukların kendilerine ilgi göstermediklerini, ihmal ettiklerini ve ekonomik istismara maruz bırakıldıklarını açığa çıkarmaktadır. Alanyazında ekonomik durumu çok iyi olmayan ailelerde, geliri yüksek olan veya maddi birikimi olan yaşlıların torunları tarafından ekonomik istismara maruz bırakılma riskinin yüksek olduğu belirtilmektedir. Bu çalışma kapsamında görüşülen bir öznenin de tam da bu şekilde deneyimi bulunmaktadır (Canatan, 2016, s. 148). Çocuklarının kendileriyle ilgilenmediklerini, ihmal ettiklerini ve ekonomik istismara maruz bıraktıklarını düşünen katılımcıların deneyimlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Oğullarım ihmal ettiler beni babaları öldükten sonra. Bunu hala gözyaşıyla söylerim. Evliler diye bana gelemediler. Bir gidelim de annemde bir gece kalalım demediler. Benim de çok bunaldığım bir dönem oldu, evlenmek istedim. Hatta onlar da sorumluluk almamak için beni başlarından atmak istediler de evlilik de olmadı.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

“Ben gelinle, oğlanla çok olay yaşadım. Gelinle anlaşmazlıklarım oldu sonra o çocuğumu bana karşı doldurdu. Çocuğum beni istemedi. Ben çok uzun zaman onlara gitmedim. Şimdi de oğlum ana gel der ama çok gitmek istemem. Her yaz oğlum bana gelir, birkaç gün burada kalır.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Ben ortanca ve küçük kızlarımla konuşmuyorum. Neden konuşmuyorum onu da anlatayım. Ortanca kızım ve oğlu benim hesabımdan kendilerine 300 bin lira havale yaptılar. Paramı benden habersiz alıp kendilerine bir ev aldılar. Küçükle de şöyle şimdi bizim Eskişehir sanayide bir dükkânımız var, onun kirasını ben alıyordum, aylık 400 lira. Sonra onlar dedi ki bizim hakkımızdır dörtte birini vereceksin dediler. 100 lira ya, 100 lira her neyse kızdım ben damada dedim ki, yavrum sen 100 liralık bir adamsın dedim, al sana 100 lira dedim bunu verdim. Bir de güya üniversitede hoca olacak.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

4.4.1.3. Çocuklarla buluşma sıklığı: “Eskisi gibi değil be oğlum. Çocuklarım bana misafir gibi geliyor”

Kırsal bölgelerde yaşayan, genellikle eğitim düzeyi ve ekonomik imkânları düşük olan yaşlıların çocuklarından uzak olmaları yaşamlarını zorlaştırmaktadır. Bu yaşlılar gündelik yaşamlarında kentte yaşayan çocuklarından destek alamamakta ve onlarla yıl içinde yalnızca birkaç defa bayram gibi özel günlerde görüşebilmektedirler (Türkan ve Sezer, 2017, s. 52).

Bu çalışmada da elde edilen deneyimler, çocuklarından farklı bir yerleşim yerinde ikamet eden katılımcıların çocuklarıyla olan ilişkilerinin niteliğinden bağımsız olarak, çok sık yüz yüze görüşemediklerini ancak tatil dönemlerinde veya bayram gibi özel günlerde görüşebildiklerini ve yaşlıların bundan memnun olmadıklarını gözler önüne sermektedir. Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıda sunulmuştur.

“Mesela Kaman’dakileri senede iki defa görüyorum. Ancak onlar gelince. Oradaki çocuğum öğretmen. Şubat tatilinde geldiklerinde bir hafta on gün kalıyorlar. Yazın da bir bu kadar kalıyorlar.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Yılda bir, bazen de iki yılda bir gidiyorum. Gittiğimde kalışım evin durumuna bağlı. Bir süre sonra baktım gelin gülmüyor, konuşmuyor yüzü de git gide asılıyorsa aha dönüş vakti diyorum. Bir hafta da olabilir, on gün de olabilir. Bu arada gidince de inan evimdeki gibi rahat olmuyorum.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Eskisi gibi değil be oğlum. Çocuklarım bana misafir gibi geliyor. Kızlar gelmeyeli bir yılı geçti. Onlar da Keçiören’de oturuyor halbuki. Daha ne tat olsun. Evlatlık böyle bir şey mi? Gelip yabancı gibi duruyorlar, misal senin yerinde oturuyorlar.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

4.4.1.4. Çocuklarla birlikte yaşamayı isteme: “Ben alıştım tek olmaya. İyisi de kötüsü de bana”

Alanyazında yer alan çalışmalar incelendiğinde, yaşlıların çocuklarını rahatsız etmemek ve aynı zamanda çocuklarının boyunduruğu altında yaşamamak adına

kendi evlerinde oturmayı bununla birlikte çocukları tarafından sık sık ziyaret edilmeyi istedikleri görülmektedir (Görgün Baran, 2001, s. 15). Hatta bazı yaşlıların sahip oldukları dezavantajlarla baş etme konusunda çocuklarından yeterli destek alamamalarına ve düşük yaşam kalitelerine sahip olmalarına rağmen alışa geldikleri çevreden kopmamak adına çocuklarıyla yaşamayı tercih etmedikleri ve yaşamlarını yalnız sürdürdükleri görülmektedir (Arpacı, 2005, s. 113). Başka bir araştırmada da yaşlıların yaşadıkları çevreyi değiştirmemek adına kendi kendilerine yetebildikleri sürece çocuklarından ayrı yaşamak istedikleri bulgulanmıştır (Aközer vd., 2011, s. 118).

Gaziantep'te gerçekleştirilen bir araştırmada yaşlıların gelin veya damatla yaşamının zor olacağına yönelik inançları ile ev içinde rahat edememeleri, yemek saatlerine uymak zorunda kalmaları ve televizyonda istedikleri programları izleyememeleri gibi sebeplerden dolayı çocuklarıyla aynı evde yaşama motivasyonlarının düşük olduğu ortaya konulmuştur (Sever, 2018, s. 90). Bir araştırmada da çocuklarıyla yaşayan yaşlıların istedikleri gibi davranamadıkları ve konuk alamadıkları bundan ötürü sosyal yaşamlarının kısıtlandığı tespit edilmiştir (Görgün Baran vd., 2005, s. 275). İstanbul'da gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların yalnızca %24'ünün oğulları ve gelinleriyle aynı evde yaşadıkları, çocuklarıyla yaşayan bu katılımcıların ev içi problemler, iletişim problemleri ve maddi konulardan kaynaklı sorunlar yaşadıkları, %84'ünün bu sorunlardan olumsuz etkilenerek stres ve üzüntü yaşadıkları tespit edilmiştir (Özkul vd., 2019, s. 82).

Bu çalışmada elde edilen katılımcıların çocuk, gelin ve torunlarıyla olan ilişkilerini açığa çıkaran deneyimleri, alanyazında yer alan çalışmalarla örtüşen şekilde, onlarla bir evde yaşama konusuna sıcak bakmadıklarını gözler önüne sermektedir. Katılımcıların çocuklarıyla aynı evde yaşamak istememelerinin altında çocuk ve gelinleriyle gerginlik yaşamak istememeleri, özgürlüklerinin kısıtlanması ihtimali ve çocuklarına yük olacakları düşüncesi gibi sebepler yer almaktadır. Ayrıca sonradan çocukların yanına taşınmak yaşlıların komşularından ayrılmalarına ve sosyal yaşamdan kopma süreçlerinin

hızlanmasına neden olmaktadır. Bundan ötürü alışık oldukları çevreyi değiştirmek istemeyen katılımcıların çocuklarının evinde yaşamak yerine kendi evlerinde yaşamayı tercih ettikleri görülmektedir. Katılımcıların konuta ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Ben alıştım tek olmaya. İyisi de kötüsü de bana. Tek başıma daha iyiyim ben. Çünkü beni daraltırlar. Zaten beni evlerine sürekli alacak kızım da yok ki. Onların rahatı kaçar.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Hayatta en zor şey insan yüküdür. Kardeşin de olsa çocuğun da olsa annen baban da olsa iş oraya geldiği zaman en zor yük insan yükü. Eğer imkânların çok az bile olsa kimseye yük olmadan yaşamaya bakacaksın.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Aynı evi istemem zaten öyle bir şey olsaydı bu karşı daireyi satmazdım oğlum gelir orada otururdu. Beş sokak ilerde olsun ama aynı apartmanda olmasın. Bir kavga olur eşler tartışır bir şey olur ben üzülürüm. Ben onları öyle kavga etmiş veya asık suratlı görmeye dayanmam.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

4.4.2. Komşularla İlişkiler: “Buradaki komşularım aile gibi bana”

Katılımcıların komşularıyla ilişkilerine yönelik deneyimleri, sosyodemografik özelliklerin komşularla ilişkiler üzerinde kısmen etkili olduğunu göstermekte fakat komşuluk ilişkilerinin niteliğini esas belirleyen unsurun komşuluk süresinin olduğunu açığa çıkarmaktadır. Katılımcıların deneyimlerinden uzun süredir aynı binada yaşayan katılımcıların komşularıyla yakın oldukları ve olağan yaşamlarında daha fazla dayanıştıkları anlaşılmıştır.

Komşularıyla iyi ilişkileri olan, tamamı uzun süredir tanıdığı komşulara sahip ve geneli kır kökenli olan katılımcılar komşularının onlara destek olduklarını, pazar, market alışverişi, fatura ödemesi vb. işlerine yardım ettiklerini, kendilerini sık sık ziyaret ettiklerini, dayanıştıklarını ve kendilerine yemek getirdiklerini belirtmişlerdir. Bu çalışmayla benzer bulguları olan bir çalışmada da komşuluk ilişkilerinde birlikte yaşanan sürenin önemli olduğu, komşuların yaşlılara yardım sunarak ve sosyal kalmalarını teşvik ederek aktif yaşlanma olasılıklarını

arttırdıkları anlaşılmıştır (Görgün Baran, Günay, Bereketli ve Işık, 2020, s. 81). Yaşlıların arkadaş ve komşularıyla sahip oldukları sosyal ilişkiler oldukça önemlidir. İstihdamda yer almadıkları ve kamusal alana çıkamadıkları için özellikle kadın yaşlıların komşuları ve yakınlarında oturan arkadaş ve akrabalarıyla yakın ilişki içerisinde olmaları yaşlıların yaşamına anlam katmaktadır (Görgün Baran vd., 2005, s. 275). Bir çalışmada yaşlıların komşularıyla ilişkileri çok önemsedikleri, sahip oldukları ilişkiye dair memnuniyet düzeylerinin %60 olduğu tespit edilmiştir (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 100). Yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışma sonucunda çocuk ve akrabalardan ziyade komşulardan oluşan yakın çevrenin yaşlılar için bir destek mekanizması ve sosyal ilişki süreçlerinde önemli bir yapı taşı olduğunu ortaya çıkarmıştır (Danış, 2004, s. 125). Bu katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“19 yıldır burada oturuyorum. Buradaki komşularım aile gibi bana. Mesela pazara giden, bakkala giden bana sorar. Bir şey ister misin der. Gaz almaya giderken bana da yüklerler. Bazen söylerler sen yemek yapma biz sana getireceğiz diye.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Vallahi bizim binada 22 daire vardı. Bir aile gibiydik orda. Şimdi bir sürü kişi taşındı, gelen giden oldu. Eski komşularıyla iyiyim. Eskiden kalan 5-6 daire bana ellerinden geldiğince yardımcı oluyor mesela her konuda amca bir ihtiyacın var mı diye sorarlar. Zaman zaman yemek getirirler. Benim pek ihtiyacım olmuyor ama sıcak davranmaları yetiyor. Yenilerle çok şeyim yok ama.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“Komşularım çok iyi yavrum. 29 yıldır birlikteyiz. Allah onlardan razı olsun. Her biri bana yardımcı olmaya çalışır. Mesela biri pazara gider sorar bir şey lazım mı der? Diğeri pazardan alınan şeyi temizler. Bu evde erkek olmadığı için bana gelir otururlar, sohbet ederiz. Onlar sayesinde çok şükür sıkılmıyorum. Ben de elimden geldiğince onlara yardımcı olurum. Mesela diyelim komşular salça pişirecekler ya da kışlık yapacaklar. Ben akşama kadar orda dururum. Elimden ne gelirse yaparım. Ne yapabiliyorsam sakınmam.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

Katılımcıların deneyimleri incelendiğinde, kent kökenli veya kısa süreli komşuluk ilişkisine sahip olan katılımcıların komşularıyla çok yakın olmadıklarına ve bundan dolayı dayanışmadıklarına dair deneyimlere sahip oldukları anlaşılmıştır. Ankara’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların %82,8’inin komşularıyla her gün veya haftada en az bir defa görüştükleri, %92’sinin

komşularıyla olan ilişkilerinden memnun oldukları ve %80,5'inin öğrendikleri bilgileri onlarla paylaştıkları bulgulanmış bununla birlikte yaşanan ilçenin ve sosyodemografik özelliklerin komşularla görüşme sıklığını etkilediğini ortaya çıkarmıştır (Özmete vd., 2012, s. 80-82). Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Komşularla pek bir ilişkim yok. İşte ara sıra görünce yönetici Funda hanıma merhaba derim. Onun dışında gidip gelme, büyüktür ziyaret edelim, hatırını soralım tarzında bir şey yok bu binada.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Komşuluk yok Eryaman’da, bahçede bazen ayaküstü sohbet ederiz o kadar. Yani öyle çaya gelsin işte toplanalım gün yapalım bir şey yapalım yok burada. Komşuluk anlamında bir altımdaki Tuncay’la samimiyim o kadar. O da oğlum yaşımda.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

Yalnız yaşadığı dönemde kızına yakın oturmak için yeni bir eve taşınan ve uzun süredir tanıdığı, iyi ilişkilere sahip olduğu komşularını yitiren bir katılımcının aşağıda yer alan konuyla ilgili deneyimi birlikte geçirilen sürenin komşuluk ilişkilerinin niteliğini belirlediğini farklı bir açıyla tekrar gözler önüne sermektedir.

“Keşke gelmeseydim diyorum bu eve arkadaşlarımı kaybettiğim için komşuluk yok, bir şey yok kimseyi tanımıyorum. Yani insan arıyorsun arkadaş arıyorsun dertleştiğin ortak arkadaş, komşu her şey. Tamam evlat başka evladın yeri ama arkadaşın yeri bambaşka komşuların yeri bambaşka. Ben eskiden sıkılmazdım, hep birlikteydik ama burada kimse yok” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

Yaşamına köyde devam eden bir katılımcının anlatıları katılımcılar arasında en yakın komşuluk ilişkisine sahip olduğunu göstermektedir. Bu katılımcı hastalandığında komşularının onda kaldıklarını, ona bakım sunduklarını ve olağan dönemde ona çok yardımcı olduklarını belirtmiştir. Alanyazında kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların uzakta olan çocuklarından ziyade komşularla olan ilişkileri sayesinde sosyal izolasyon, yalnızlık ve psikolojik rahatsızlıklara karşı korundukları belirtilmektedir (Bulduk, 2014, s. 56). Benzer şekilde bir çalışmada, kırsal bölgelerde yaşayan yaşlıların kentsel bölgelerde yaşayanlara göre komşularıyla daha iyi ilişkilere sahip oldukları ve bu sayede daha az yalnızlık

deneyimledikleri keşfedilmiştir (Dağ, 2018, s. 26). Bu katılımcının alanyazınla örtüşen deneyimi aşağıda sunulmuştur.

“Yalnızım ama köy iyi. Köyün havası başka. Kentte tek başına olsan sıkılırsın ama köyde komşularınla birlikte bahçede işini görürsün. Burada en azından bahçede, komşuda vakit geçiyor bir şekilde. Burada komşularım iyi, yakınlık var her gün akşamları gidip geliyoruz. Sonra evde yalnızım ama hastalanırsam ben hastayım işte bana bakacak olun derim o zaman komşular gelir birkaç gün bende kalır. Çorbamı yemeğimi yaparlar.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

Yaşadığı binada yalnız yaşayan biri erkek ikisi kadın üç komşusu olan bir erkek katılımcı yalnız yaşayan erkek komşusuyla yakın ilişkiye sahip olduğunu, yalnız oldukları için birbirlerine destek sunabildiklerini fakat kadınlarla “laf söz olur” şeklinde ifade ettiği ataerkil toplumsal yapısı sonucu ortaya çıkan mahalle baskısından dolayı yakın komşuluk ilişkisi kuramadığına dair anlatısı aşağıda yer almaktadır.

“Karşımda oturan komşum da yalnız. Karşıdaki komşu zaten benim gibi o da yalnız yaşıyor, adamın karısı gitti. Onunla iyi anlaşıyoruz. Beraber kahvaltı ederiz. O bana gelirdi ben ona giderdim, ben onun ihtiyacını veriyordum o bana ihtiyacımı veriyordu. Bir de iki yaşlı kadın var. Onların kocaları öldü yalnız yaşıyorlar. Dört tane yalnız var bu binada. Karşımdaki erkekle çok vakit geçiriyoruz, gidip geliyoruz ama kadınlarla öyle birbirimize girip çıkmıyoruz. Yani laf söz olur ondan dolayı. Bir de erkek olunca işte insan ister istemez düşünüyor, acaba rahatsız ediyor muyum, işte kadın acaba ne düşünüyor diye soruyor.” (Katılımcı 22, 77, Erkek, Sincan)

4.4.3. Arkadaşlarla İlişkiler: “Çok candan dostluklarımız var, emeklilikten sonra kopmadık”

Katılımcıların deneyimleri, arkadaşlarıyla sosyalleşmekten keyif aldıklarını ve ayrıca cinsiyet ile yaş gibi sosyodemografik özelliklerin arkadaşlarla ilişkiler üzerinde etkili olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Katılımcıların arkadaşlarıyla olan ilişkilerini betimledikleri deneyimleri kadınların komşu ve arkadaş ayrımlarının net olmadığını, onlarla gün gibi çeşitli sosyal

etkinlikler kapsamında topluca görüştiklerini hatta bu günlerin bazen dışarıda bir restoranda gerçekleştiği ve bu sayede ev dışına çıkabildiklerini göstermiştir. Kent kökenli kadınların anlatıları, gün buluşmalarına ek olarak daha küçük gruplarla da dışarı çıktıklarını açığa çıkarmıştır. Erkek katılımcılar ise arkadaşlarıyla ev dışında buluştuklarını ifade etmişlerdir.

Bazı yaşlılar çocuk ve torunlarından ziyade arkadaşlarıyla sosyalleşmeyi ve ilişki kurmayı tercih etmektedir. Arkadaşlarla kurulan ilişkilerin özgür iradeye dayanması, ortak ilgi ve sorunların paylaşılmasına olanak tanımaları ve eşitliğe dayalı olmaları onları cazip kılmaktadır (Ü. Şentürk, 2020, s. 208). Yapılan çalışmalar hiç evlenmemiş veya çocuk sahibi olmayan yalnız yaşayan yaşlıların en çok arkadaşlarına güvenme eğiliminde olduklarını ortaya çıkarmıştır (UN-DESA, 2020, s. 9). Alanyazında yer alan çalışmalar eş kaybı sonrasında akraba ve komşulardan oluşan sosyal destek ağlarının tampon görevi görerek geride kalan yaşlıların yalnızlık, izolasyon ve depresyon yaşamalarını engellediğini ve yaşlılık dönemine özgü olan bir diğer ifade ile bu dönemde ortaya çıkan sorunların üstesinden gelmelerine yardımcı olduğunu ortaya çıkarmaktadır (Dağ, 2018, s. 15). Diyarbakır'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilmiş bir çalışmada erkeklerin %86,2'sinin arkadaşları varken bu oranın kadınlarda %64,2 olduğu bulgulanmış ve arkadaş kavramının kadın ve erkekler için aynı olmadığı, kadınların komşu ve yakın yaştaki akrabalarını arkadaş olarak nitelendirdikleri görülmüştür (Altındağ, 2020, s. 240).

Kadın katılımcılar gün gibi çeşitli sosyal etkinlikler aracılığıyla düzenli aralıklarla arkadaşlarıyla çoğunlukla ev, kafe ya da restoranda buluşarak sosyalleştiklerini, bazen evlerde Kuran okuduklarını aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Günlerimiz var toplanıyoruz. Eskiden sekiz tane günüm vardı en son dörde düştü. İptal edenler oldu. Bazısı evde yapmak istemiyor, dışarıya gitmek istiyor. İşte orada anlaşmazlık çıkıyor.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

Mesela yaşlılar arasında toplantılarımız, okumalarımız oluyor. Yasin okuyorduk. Cuma günleri toplanıyoruz. Oradakilerle güzel bir arkadaşlığımız var.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Hepsi Bahçelide arkadaşlarımın. Sık değil 15 günde bir toplanırdık arkadaşlarla, günümüz vardı. İlk dönemde hepimizin sağlığı yerindeyken biz 16 kişiydik azala azala 10 kişi kaldık. Evde ikramımızı çok güzel yapıyorduk fakat yaşları ilerledi merdivenli evde oturuyorlar çıkamıyoruz. Böyle engeller olunca 3 senedir falan dedik ev yerine lokantada toplanalım.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

Kent kökenli katılımcılar, gün buluşmaları dışında daha küçük ve yakın arkadaş gruplarıyla bir araya geldiklerini, arkadaşlarıyla istedikleri zaman ve mekânda buluşma imkânına sahip olduklarını belirtmişlerdir. Ankara’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların yaklaşık %80’inin arkadaşlarıyla haftada en az bir defa görüştükleri ve %90’ının arkadaşlarıyla olan ilişkilerinden memnun oldukları bulgulanmış ve yaşanan ilçe ile sosyodemografik özelliklerin arkadaşlarla ilişkiyi etkilediği tespit edilmiştir. Sosyal, kültürel ve ekonomik sermayesi yüksek olan katılımcıların, bu çalışmayla benzer şekilde, arkadaşlarıyla daha çok zaman geçirdikleri ve ev dışı alanlarda da görüşebildikleri tespit edilmiştir (Özmete vd., 2012, s. 80-82). Başka bir çalışmada da benzer şekilde, yaşlıların sosyal ilişkilerinde genel bir azalma veya düşüş meydana geldiği fakat sosyoekonomik düzeyin ilişkilerde meydana gelen azalmayı etkilediği ortaya konulmuştur (Görgün Baran ve Kurnaz, 2019, s. 40).

“Pandemiden önce mutlaka haftada bir gün arkadaşlarımla buluşmam oluyordu. İşte onlar ayarlıyordu, güzel bir kafeye ya da restorana gidip bir şeyler yiyip sohbet ediyorduk. Hepimize ortak nokta olduğu için genelde Kızılay’da bir yerde buluşuyoruz. Bazen akşamları arkadaşlarla buluşup bir yerlere de gidiyorduk. Bazen Bahçelide yine restoranda akşam yemeği yiyip bir kadeh bir şey içip evlere dağılıyoruz.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Şimdi şöyle bir şey. Bir iki arkadaşım var burada böyle canları sıkıldı mı bir kafede buluşuyoruz. Oturup laflıyoruz. Bazen birbirimizin evine de gideriz. Bazen çay içeriz. Bazen de bir şeyler içeriz. Duruma ve ortama bağlı.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Öğretmen olarak çalıştığım zamandan beri her cuma arkadaşlarla gidip akşam içkisi alabileceğimiz bir yerde oturur, sohbet ederiz. Çok candan dostluklarımız var, emeklilikten sonra kopmadık.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Erkek katılımcılar arkadaşlarıyla cami, park ve bahçe gibi ev dışı alanlarda buluştuklarını, ayrıca erkek katılımcılar kadın katılımcılardan farklı olarak kamusal alanla olan bağları sayesinde emeklilik öncesindeki arkadaşlıklarını sürdürebildiklerini ve hatta bu mekânlarda yeni arkadaşlıklar edindiklerini belirtmişlerdir. Ankara’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada daha benzer bulgular elde edilmiştir (Görgün Baran vd., 2020, s. 82). Diyarbakır’da gerçekleştirilen bir çalışmada da yaşlı erkeklerin günlük rutinleri içerisinde ibadethane ve kahvehanede vakit geçirmenin önemli yer tuttuğu ve erkeklerin kadınların aksine ev dışı alanlarda arkadaşlarıyla sosyalleştikleri ortaya konulmuştur (Altındağ, 2020, s. 238). Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Bir arkadaş grubum var. Benden çok küçükler, biri hariç 30-40 yaşlarındalar. İşte haftada iki gün çarşamba ve cumartesi olmak üzere dışarda buluşur içki içeriz. Sosyalleşiriz bu şekilde.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Parkta oturuyorum. Burada bir sürü insanla tanışıyorum. Şimdi mesela oturursun yanına birisi gelir selamünaleyküm der adamı hiç görmemişsindir. Öyle laf lafı açar. O bana anlatır ben ona anlatırım oradan başlar. İkincisi gün şuradan bir iki çay alalım ile devam eder. Sonra iyice ilerler.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

Geniş bir sosyal ilişki ağına sahip olmak, yaşlıların kendilerine karşı güvenlerini arttırmakta, yeterli hissetmelerini sağlamakta ve psikolojik doyumlarını pozitif yönde etkilemektedir. Güçlü arkadaşlık ilişkilerine sahip olmak, arkadaşlardan destek ve yardım almak yaşlıların yaşam doyumlarını arttırmaktadır (Görgün Baran, 2008, s. 92). İleri yaşlılar, arkadaşlarının vefat etmesi sonucunda onlardan aldıkları destekten mahrum kalmakta ve bunun sonucunda yalnızlaşmaktadırlar. Bu çalışmada da ileri yaşlı katılımcıların alanyazınla uyumlu şekilde arkadaşlarının vefat etmesinden dolayı yalnızlaştıkları keşfedilmiştir. İleri yaşlı katılımcılar bu duruma yönelik düşüncelerini aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Benim çok arkadaşım vardı yalnız arkadaşlarımın çoğu gitti, öldü yani. Bir ben kaldım gibi bir şey.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Çok arkadaşım vardı. Ankara dışında da yazlıktan da vardı. Balıkesir’de arkadaşlarım vardı, Akçay’da arkadaşlarım var ama çoğu öldüler. Günden güne daha yalnız kalıyorum” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

4.4.4. Akrabalarla İlişkiler: “Bacımdan Allah bir kere değil bin kere razı olsun”

Katılımcıların akrabalarıyla ilişkilerine yönelik anlatıları kırsal ya da kentsel bölgede yaşamının akrabalarla ilişkileri etkilediğini göstermiştir. Geneli kır kökenli olan veya kırsal bölgelerde yaşayan katılımcılar gerek duyduklarında kardeş ve yeğenlerinden destek aldıklarını, kardeşlerinin resmi işlemler, hastane işlemleri ve alışveriş konularında kendilerine yardımcı olduklarını ve onları yalnız bırakmadıklarını, arayıp iletişim kurduklarını ifade etmişlerdir.

Yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, katılımcıların akrabalarıyla olan ilişkilerinden genel olarak memnun oldukları fakat miras ve mal paylaşımı gibi sebeplerden ötürü az sayıda kişinin akrabalarıyla görüşmediği tespit edilmiştir (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 100). Ankara’da gerçekleştirilen bir çalışmada ise yaşlıların yaklaşık %75’inin akrabalarını ara sıra ziyaret ettikleri ve yaklaşık %13’ünün ise ya akrabaları olmadığı ya da akrabalarıyla görüşmedikleri tespit edilmiştir (Özmete vd., 2012, s. 83). Yaşlıların akrabalarıyla ilişkilerini ele alan başka bir çalışmada ise maddi zorluklara sahip olmanın akrabalarla görüşmeyi sınırlandırdığı, yaşlıların akrabalarını ziyaret edemedikleri ve bunun sonucunda akrabalarıyla olan iletişimlerinin azaldığı ortaya konulmuştur (Dağ, 2018, s. 59). Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Bacımdan Allah bir kere değil bin kere razı olsun. O faturalarımı yatırıyor, banka işlerinden anlıyor, telefonda hallediyor ben ona topluca ödüyorum. Bazen de komşunun oğluna derdim. Eşim varken o yapıyordu ben hiç yapmazdım.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Amcamın torunlarına kadar arıyorlar belli günlerde. Yarın Cuma ya şimdi hep bana telefon ederler. Ama onlar aramayınca da bunlar hasta mı sağ mı der ben telefon ederim.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

“Bazen kendim halledemeyeceğim işlerde yeğenlerime söylerim. Onlar arabayla beni uzak yerlere götürürler. Market alışverişlerini falan bazen birlikte yaparız. Sonra işte elektronik bir şey alacağım zaman onlar alırlar, ben onlara öderim. Ben ne zaman arasam her konuda yardımcı olurlar.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

Kent kökenli, erkek ya da merkezi bir ilçede yaşayan katılımcıların ifadelerinden akrabalarıyla iletişim içinde oldukları yalnız çok sık görüşmedikleri ve bundan dolayı akrabalarından destek görmedikleri anlaşılmaktadır. Alanyazında yer alan çalışmalar eğitim düzeyi ve gelir durumu yüksek olan yaşlıların, aile veya akrabalar yerine arkadaşlarının yoğun olduğu geniş bir sosyal çevre içerisinde yer aldıklarını göstermektedir. Bu gruba mensup yaşlılar genellikle karabaları yerine arkadaşlarıyla sosyalleşmektedirler (İçli, 2016, s. 53). Bu katılımcıların akrabalarıyla nadiren görüştüklerini ortaya koyan deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Kardeşlerimle bir hafta on günde bir kere telefonlaşır, iki üç ayda bir de görüşürüz. Biz çok tutkun bir aileydik babamın sağlığında onun etrafında toplanırdık. 25-30 kişi olurduk bayramlarda şimdi eskisi kadar olmuyor ama hala birbirimizi arayıp sorarız.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

“Maalesef kardeşlerimin hepsi öldü. Yeğenlerimle telefonla falan görüşüyorum. Yalnız bir tanesiyle büyük abimin kızıyla bayramdan bayrama görüşüyorum. Onlarla diyalogum iyi. Bu ameliyat sürecinde yeğenimin eşi maddi ve manevi çok yardımcı oldu.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

4.4.5. Esnafla İlişkiler: “Sağ olsunlar tek olduğumu biliyorlar”

Katılımcıların muhitlerindeki esnafla ilişkilerini açığa çıkaran deneyimleri, katılımcıların en azından birkaç esnaf tanıdıklarını ve cinsiyetin esnafla ilişkileri etkileyen bir sosyodemografik özellik olduğunu açığa çıkarmıştır.

Kadın katılımcıların esnafla ilişkilerini anlatan deneyimleri onlara iyi davrandıklarını, eşyalarını taşımaya yardım ettiklerini, ürün seçmelerine müsaade ettiklerini ve onlara karşı korumacı tutumlarının olduğunu, gerektiğinde onlardan yardım isteyebildiklerini ortaya çıkarmaktadır. Bununla birlikte bazı katılımcıların sıcak ilişkileri sürdürmek adına çalışanlara harçlık verdiği

görülmektedir. İstanbul'da gerçekleştirilen bir çalışmada da bu çalışmayla benzer bulgular elde edilmiş, esnafın mahallede yaşayan yaşlıları tanıdıkları, yaşlıların halini ve hatırını sordukları, alışveriş esnasında onlarla isimleriyle hitap ettikleri, onları yalnızca müşteri olarak görmedikleri anlaşılmıştır. Ayrıca söz konusu çalışmaya katılan katılımcıların ifadeleri esnafın kendileriyle ilgilenmesi ve onlara yardımcı olması için çalışanlara harçlık veya bahşiş verme gibi çeşitli stratejiler geliştirdiklerini ortaya çıkarmıştır (M. Şentürk ve Kurtkapan, 2017, s. 11). Kadın katılımcıların esnafla ilişkilerini açığa çıkaran deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Buradaki esnafı tanırım, onlara bir telefon etsem hemen siparişimi yollarlar. Bana taşıtmazlar mesela. Yani kasaba telefon ediyorum kendisi gönderiyor, manav da öyle. Çürük falan vermezler. Beni tanır ve severler.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“Mesela bir şey olsa altta taksi durağı var. Onlar hemşerim hemen onlara ses ederim. Onlar beni korur. Mesela taksi durağı hep açık ya ben onlar sayesinde balkon kapısı açık yatarım. Gözetirler beni.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

“Sağ olsunlar tek olduğumu biliyorlar. Mesela yolda biri bir defa beni rahatsız etmişti, hemen apartmana girmek yerine bir dükkâna girdim ve durumu söyledim. Beni korudular, o adamı kovaladılar.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

Erkek katılımcıların mahallerindeki esnafla ilişkilerini açığa çıkaran değerlendirmeleri tıpkı kadın katılımcılar gibi esnafla yakın ilişkiye sahip olduklarını ve ayrıca esnaflarla oturup sohbet ettiklerini ve mahalledeki dükkanlarda sosyalleştiklerini göstermektedir. Bu durum, erkek katılımcıların komşularla ilişkilerinin olmaması ve daha çok arkadaşlarıyla sosyalleştiklerine ilişkin önceki bölümlerdeki bulgular ile tutarlılık göstermektedir. Erkek katılımcıların esnafla olan ilişkilerine yönelik değerlendirmeleri aşağıda sunulmaktadır.

“Birkaç esnaf tanırım o kadar fazla değil. Şurada bir terzi var şu ara sokakta ilerde. O ilerde koltukçu var onu tanırım. Orada onun karşısında sucu Kadir var onu tanırım. Ondan sonra Şatıroğlu kasap var onu bilirim tanırım. Onların yanına giderim, oturur sohbet ederim. İşte bazen uzun kalırım, bazen az

kalırım ama yani istediğimde gidip muhabbet edebilirim.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Hemen karşımda bakkal var bir şey istediğim zaman önce onu arıyorum sonra balkondan ip sallıyorum bana yolluyor. Sonra karşımda kasap var, ondan et alıp yemek falan yaptırıyorum. Sonra bazen onlar kendilerine öğlen yemeği yapıyorlar beni de çağırıyorlar, davet ediyorlar. Esnafı tanırım, onlardan yana bir sıkıntım yok.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

4.4.6. Muhtarla İlişkiler: “Muhtar bana çok yardımcı olur” ve “Yaptığı bir şey yok”

Katılımcıların muhtarla ilişkilerine yönelik ifadeleri, bazı muhtarların mahallelilere ve özellikle de yaşlılara karşı ilgili ve duyarlı davranarak gündelik yaşamlarını kolaylaştırmaya çalıştıklarını gözler önüne sermiştir. Somutlaştırmak gerekirse düşük sosyoekonomik seviyede bir ilçe olan Altındağ’da yaşayan bir katılımcı muhtarın faturalarını kendi internet bankacılığı uygulamasından ödediğini, bundan dolayı ödeme noktalarına gitmesine gerek kalmadığını belirtmiştir. Köyde yaşayan bir kadın katılımcı da odun ve kömürünü muhtarın aldığını ve kendisinin muhtara ödeme yaptığını aktarmıştır. Alanyazında yer alan bir çalışmada, bu çalışmayla benzer bulgular elde edilmiş ve muhtarların köy gibi kırsal mahallelerde daha fazla olmak üzere genel olarak mahallerinde yaşayan yaşlıların maaşlarının çekilmesi, alışverişlerinin yapılması ve ilaçlarının alınması gibi işlerde yardımcı oldukları ve yaşlıların sosyal yardımlardan (koli vb.) yararlanmaları için aracı oldukları tespit edilmiştir (Küçük, 2021, s. 278). Muhtarla iyi ilişkileri olan ve gereksinim duyduğu zaman ve konularda muhtardan destek alan katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıdadır.

“Mesela bana gelen faturaları, ödemeleri falan hep muhtara getiriyorum. O kendi telefonundan yatırıyor sağ olsun. Ben ona ödüyorum. Hiç postaya falan gitmiyorum, sıraya girmiyorum. Allah muhtarımızdan razı olsun, onun gibisi Türkiye’de bulunmaz.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Muhtar bana çok yardımcı olur. Odunumu kömürümü o alır, ben ona ederim. İşte anlamadığım bir şey olursa danışırım.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

“Muhtarını tanıyoruz. Güzel çalışıyor bizim burada. Bende telefonu da var. Mesela karşı parkın elektriği sönüyor hemen telefon ediyorum o da belediyeyi arıyor. Ya da mahalleyle, sokakla ilgili bir şey olur mesela çöp toplanmaz ne bileyim su patlar öyle şeylerde arıyorum. Bunun dışında zaten ihtiyacım da yok. Bir şey olursa sen beni ara emrindeyim der zaten.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

Muhtarla olan ilişkisinden memnun olmayan, muhtarın kendileriyle ilgilenmediğini, yalnız olduklarını bildiği halde kapılarını çalmadığını ve duyarsız olduğunu belirten katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Bu hastalık döneminde benim muhtar bir kere kapımı çalmadı. Ama oy zamanıydı hep her gün geldi. Evde yalnızım hiç mi bir şeye ihtiyacım yok bir kere kapımı çalmadı. Kaymakamlık muhtarlara tek başına yaşayan insanları denetleyeceksiniz, takip edeceksiniz. Ayda bir kere olsun veya altı ayda bir kere olsun bir kapılarını çalacaksınız diye görev verebilirdi.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Yaptığı bir şey yok. Bir tek pandemi döneminde bana maske getirdi o kadar. Muhtara işim düşmüyor zaten. Ama ben yalnız yaşayan bir bayanım. Keşke arada bir bizi dolansa, bir ihtiyacımız olup olmadığını sorsa.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Yani bir şey yapmayacaksın oturup arada insanların kapısını çal bari yok o da yok. Bak kaç senedir de tanırım muhtarını daha bir gün olsun kapıma gelip de yav ne yapıyorsun ne ediyorsun diye ben sorduğunu görmedim.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

4.4.7. “En” Kişiler

Bu alt tema altında katılımcıların yaşamlarında en sık görüştüğüleri ve en çok anlaştıkları kişileri açığa çıkarmaya yönelik deneyimlere yer verilmiştir. Katılımcıların ilişkileri hakkındaki anlatıları cinsiyet, yaşanan yer ve sosyal konum gibi sosyodemografik özelliklerin en sık görüşülen kişi üzerinde etkili olduğunu ortaya çıkarmıştır. Nitekim kırsal ilçelerde yaşayan veya kır kökenli olan katılımcıların ifadelerinden kardeş, yeğen ve torun gibi yakın akrabalarının ya da komşuların en sık görüşülen kişiler oldukları anlaşılmıştır. Ankara’da yaşayan farklı sosyodemografik özelliklere ve sosyal sınıfa mensup yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, bu çalışmayla örtüşen şekilde, katılımcıların

tamamının çocuk ve torunlarını kendilerini hayata bağlayan unsur olarak nitelendirdikleri, onları sık gördükleri ve onlara çok güvendikleri anlaşılmıştır (Görgün Baran vd., 2020, s. 88). Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmaktadır.

“Kız kardeşlerim ve ablam en sık görüştüğüm kişiler. Ablamla mutlaka her gün görüşüyoruz. Benim burada dört kız kardeşim var. Ablam benim gibi yalnız yaşıyor. Onla bazen birbirimizde kalıyoruz.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Ya en sık ablam var bir tane yatalak onla çok görüşüyorum, yeğenlerim var. 3-4 tane. Eskiden ara sıra onlara giderdim. Bir yıldır yatalak olduğumdan beri gidemedim.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

“Komşularım. Onlarla her şey yaparım. Oturur birlikte yer, içer, eğleniriz. Hangimizde ne varsa birleştirir, gider geliriz şükür Allaha. Birlikte gezeriz, iş görürüz, yürüyüşe gideriz. Kış hazırlığı domatesiydi, yaprağıydı, turşusuydu, hep birlikte yaparız.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Erkek katılımcıların, kadın katılımcılardan farklı olarak, en sık görüştükları kişilerin komşu ve akrabalarından ziyade arkadaşları olduğu keşfedilmiştir. Bu durumun nedeni erkeklerin ataerkil toplumsal yapıdan dolayı genellikle evde durmamaları ve bundan dolayı komşularla ilişki kurmamalarıdır. Ayrıca kadınların yaşlı erkeklerle komşuluk ilişkisi kurma motivasyona sahip olmadıkları düşünülmektedir. Son olarak çocukluk döneminden beri toplumsal cinsiyete dayalı rollere maruz kalan ve bunları benimseyen erkeklerin sosyal ilişkilerinde arkadaşlara yer verebilmeleri de bu durumun önemli bir sebebidir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Valla en sık görüştüğüm X ve Y. Onlar dışında var böyle birkaç öğretmen arkadaşım. Onlar da emekli. Öyle gündüzleri vakit geçiririz.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“Yaklaşık 10 kişilik bir arkadaş grubumuz var. En çok onlarla görüşüyorum. Haftada iki defa görüşüyoruz, içiyoruz. Tabi bazen bu grup içinden birileri gün içinde bana gelir ya da otururuz, öyle şeyler de denk gelebilir.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“En sık görüştüğüm kişiler sabahları birlikte yürüdüğüm X bey. Hatta bazen yürüyüşten sonra bir yerde oturur, sohbet eder bir şeyler içeriz. Yakın oturuyoruz bu yürüyüş yerinde tanıştık.” Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

Katılımcıların yaşamlarında en iyi anlaştıkları kişilere dair deneyimleri en sık görüşülen kişilerde de olduğu gibi sosyodemografik özelliklerin etkili olduğunu gözler önüne sermektedir. Katılımcıların deneyimleri incelendiğinde kent kökenli katılımcılar için kardeşler en çok anlaşılabilir kişiler olarak ortaya çıkmaktadır. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıdadır.

“Yani kardeşimle ile çok iyi anlaşırım. Bak diyorum şu anda telefon edeyim 10-15 dakika sonra buradadırlar. Yaşamımızda çok önemliyiz.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“Vallahi herkesle iyi geçiniyorum ama İstanbul'daki kız kardeşim en yakınım o en iyi geçindiğim kişidir. Allah yokluğunu göstermesin. Bu yaşıma rağmen hala bana ablalık yapar.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

Genellikle kır kökenli olan veya kırsal ilçelerde yaşayan kadın katılımcıların en çok anlaştıkları ve yakın hissettikleri kişilerin komşuları olduğu keşfedilmiştir. Yaşlılar için aile ve yakın akrabalar ile iyi ilişkilere sahip olunması önemli olmakla birlikte bazı durumlarda komşu ve arkadaşlarla olan ilişkiler aile üyeleriyle olan ilişkilerin önüne geçebilmektedir. Aile üyelerinden yeterli ilgi ve desteği görmeyen yaşlılar komşu ve arkadaşlarıyla sahip oldukları ilişkiler sayesinde deneyimledikleri yalnızlığın şiddetini ve maruz kaldıkları sosyal izolasyonu azaltılmaktadır. Bundan ötürü yaşlılar komşularıyla fazlaca dayanışmakta ve bağlayıcı ilişkiler kurmaktadır (Görgün Baran vd., 2020, s. 81). Katılımcıların konu hakkındaki alanyazınla örtüşen deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Mesela bu X'i (komşusu) çok severim. Kafalarımız uyuyor. Onun huyu daha bana benziyor. O benden küçük, bana abla der. Bana çok yardımcı oluyor. Elinden geldiğince bir şeyler yapıyor. Ben de ona yapıyorum.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Komşumla. X ablayla. Birbirimizi seviyoruz. Dinliyoruz, konuşuyoruz. Her halimizle anlaşılıyor. Dilimiz şen bizim. X abla benden büyük. O bana sen gelinlerimden yakınsın der. Onun kızı yok biliyor musun? Ben de ne yapayım gelinin, kardeşinin benim derim.” (Katılımcı 4, 76, Kadın, Keçiören)

Kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek olan katılımcıların en iyi geçindikleri kişilerin arkadaşları olduğu, onlarla sık sık telefonla ya da yüz yüze görüştükleri ve dayanıştıkları keşfedilmiştir. Arkadaşlarla ilişkiler yaşlı için aileyle olan ilişkiler kadar önemlidir. Arkadaşlar yaşlıların geçmiş ve şimdi arasında devamlılık sağlanmasında köprü görevi görmekte, birbirlerine destek olarak yaşam doyumlarının artmasına aracı olmakta ve yaşlıların sosyal izolasyon ve yalnızlığa maruz kalmalarını önlemektedirler (Canatan, 2016, s. 150). En çok görüştüğü kişi arkadaşları olan kent kökenli katılımcıların deneyimleri aşağıdaki gibidir.

“Genel olarak en geçindiğin derseni beni her gün arayan burada tesadüfen tanıştığım bir arkadaşım var edebiyat hocası. O annesini kaybettikten sonra yalnız kaldı ve sanırım beni annesi yerine koydu. Ben de onu kızım yerine koydum. Mesela o çalıştığı için ben sık sık onu yemeğe çağırırım, bir tabak fazla yaparım. O da bana sık sık kitap hediye eder. X abla bana senin yaptığını kimse yapmadı hakkını ödeyemem diyor.” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

“En iyi geçindiğim arkadaşım Orhan. Sık sık eşi çağırır yemeğe giderim. İlle çağırırlar eşi der ki X abi şunu yaptım yemeğe gelir misin? Erken giderim hep birlikte sohbet ederiz. Bana şiirlerini okutur bilmem ne yapar falan öyle bir gırgır geçeriz. Oraya haftada bir on günde bir giderim.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

4.4.8. Yalnız Yaşayan Yaşlı Tanıma ve Etkileşim Kurma: “Onun da beyi yok benim de beyim yok. Gidip geliyoruz”

Katılımcıların deneyimleri, kendileri gibi yalnız yaşayan yaşlı tanıdıkları olduğunu ve kır kökenli olanların kent kökenlilere göre tanıdıklarıyla daha yoğun etkileşime sahip olduklarını gözler önüne sermiştir. Katılımcılar kendileri gibi yalnız yaşayan yaşlı arkadaşları tanıma ve onlarla yakın etkileşime sahip olmalarının deneyimledikleri yalnızlığı azalttığını, sosyalleşme imkânı sunduğunu ve yemek, kışlık vb. gibi ev işlerinin dayanışma içinde yapılmasını sağladığını belirtmişlerdir. Alanyazında yer alan bir çalışmada da yalnız yaşayan yaşlıların, kendileri gibi yalnız yaşayanlar başta olmak üzere arkadaşlarıyla aile üyelerine göre daha olumlu ilişkiye sahip oldukları, boş zamanlarında daha çok bir arada buldukları ve arkadaşlarının onlara karşı daha açık oldukları ve daha olumlu geri bildirimde

buldukları tespit edilmiştir (Larson, Mannell ve Zuzanek, 1986, s. 117). Katılımcılar, kendileri gibi yalnız yaşayan arkadaşlarına ilişkin düşüncelerini aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“X var. X var. Onlar bana gelir. Biri karşı dairede, biride yan binada. Her gün görüyoruz birbirimizi. Onlar da yalnız yaşıyor. Akşam geliyorlar televizyona bakıyoruz. Birbirimizin evine girer çıkarız. Bazen birlikte yemek yiyoruz, çok güzel oluyor. Çocuklarımızdan çok birbirimizle vakit geçiriyoruz.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Tanıyorum yavrum. Onun da beyi yok benim de beyim yok. Gidip geliyoruz. Bazen günde birkaç defa gider geliriz. Ben onu ararım gel bu yemeği yaptım derim, o arar gel bak bu dizi çıktı çay yapalım der. Herif olmayınca gece de olsa gündüz de olsa gider geliriz, sorun olmaz. Yavrum böyle bizim yaşıtımız olan beyi olmayan bir komşumuz daha var. O da bize dahil olur. Biz öyle üç karı bir arada takılırız. Şenlik olur.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Komşularım var. Şu karşıdaki Aksaraylı yukarıdaki Karanlı komşum onların da eşi yaşamıyor. Onlarla sık gidip geliriz. İşte telefon ederler, gel çay içelim derler, bazen ben ararım. Bazen yemeklerimizi birleştirip birlikte yeriz. Bazen birimiz yapar diğerlerini çağırır. Bizlerin eşi olmadığı için daha rahat git gel yaparız. Mesela bir anahtarım komşumda.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

4.4.9. Yalnız Yaşamla Değişen İlişkiler: “İşte dul bir kadınsanız erkekler bir şansını deniyor”

Dünya genelinde yalnız yaşayan yaşlı kadın sayısı, yaşlı erkek sayısından daha fazladır. Birleşmiş Milletler’e göre 2006-2015 yılları arasında küresel düzeyde, yaşlı kadınların yalnız yaşama oranı %24 iken erkeklerde bu oran %11’dir. Gelişmiş ülkelerde ise bu oranlar daha yüksektir. Avrupa ve Kuzey Amerika’da yalnız yaşama oranı kadınlarda %37 iken, erkeklerde %18 düzeyindedir (UN-DESA, 2020, s. 9). Bundan dolayı eş kaybı sonucunda yalnız yaşamın sebep olduğu zorluk ve değişen ilişkilerle daha çok kadınlar karşılaşmaktadırlar.

Katılımcıların çevreleriyle sahip oldukları ilişkilerinin yalnız yaşamadan önceki döneme göre nasıl değiştiğini açığa çıkaran deneyimleri incelendiğinde genelinin olumsuz bir değişim yaşadığı anlaşılmaktadır. Kadın katılımcılar eşlerinin

vefatından sonra evlerine gelen misafirin azaldığını belirtmişlerdir. Kent kökenli kadınlar bu duruma ek olarak eşleri yaşarken düzenli olarak gittikleri arkadaş buluşmalarından dışlandıklarını, mahalle baskısına maruz kaldıklarını ve bundan ötürü ilişkilerini sınırlandırarak kendilerini toplumdan soyutlamak zorunda kaldıklarını belirtmişlerdir.

Eşi öldükten sonra eve gelen misafirlerin azaldığını ve bundan dolayı yalnızlaştığını ifade eden katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmaktadır.

“Eskiden evimiz dolardı taşardı. Üç tane kayınım var, onların çocukları var hep burada olurlardı. Eşim öldükten sonra çok yalnız kaldım. O eskinin kalabalığı kesilince öyle garip oldum.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Amcan sülalenin büyüğüdü. Evde iki üç güne bir kesin misafir gelirdi. Haftada bir iki defa yemeğe gelen olurdu. Amcan vefat ettikten sonra gelen azaldı. Torunlar büyüdü herkesin işi oldu. Eltimin, kayınımın, görümcemin çocukları vardı hep bendelerdi eskiden. Şimdi çok çok nadir gelirler.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

Çoğunlukla kadın katılımcılar, eşlerinin vefatından sonra arkadaş çevrelerinden koştuklarını, yalnız olmalarından kaynaklı akşam oturmaları gibi eskiden arkadaşlarıyla ailece bir araya geldikleri buluşmalara çağrılmadıklarını aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Bunu ben her zaman söylüyorum, ailece görüştüğümüz evli arkadaşların hepsi yavaş yavaş çekildiler biliyor musunuz? Bu Türkiye’ye has bir şey. Ben genç dul kaldım ve sanki kocalarını ayartacakmışım gibi arkadaşlarım kendileri benden soyutladılar. Sadece bayanlar gündüz falan görüşmeye başladık. Mesela ayda bir kere toplandığımız yemekli gecelerimiz vardı bilmem neyiz vardı şuydu buydu ama ben orada dışlandım. Çağırılmadım. Sonra bende dedim ki eşim olmadığı için niye gidiyim. O kişilerde bizim evimize gelirdi akşamları oturmaya bilmem neye eskiden bunlar çok vardı. Onlar da gelmez oldu ayaklarını kestiler.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Zamanında eşimle akşam oldu mu nereye gidelim hadi falanca arkadaşımıza gidelim der ve oturmaya bir yere giderdik evli arkadaşlarımız vardı. Eşimden sonra şimdi ben tek gidemedim ve zaten istenmedim. Başta birkaç kişiye gittim, kesmek istemedim ama baktım kadınlar tuhaf oluyordı, açıkça gelme demiyorlardı ama bir gariplik bir ağırlık bir şey oluyor. Ondan

sonra kestim. Mesela sorun yaratmamak için ben onların evlerine hiç gitmedim onlar da çağırmadılar. Yani sanki ben gitmeyince rahatladılar.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

Hem kent kökenli hem de kır kökenli kadınlar, eşlerinin vefatından sonraki dönemde mahalle baskısına maruz kaldıklarını ve toplum tarafından damgalanmaya maruz kalmamak adına görüştükları kişilere dikkat etmek zorunda kaldıklarını aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“Eşimin vefatından sonra okulda ya da dışarıda sürekli şeysiniz iki defa düşünöyorsunuz mahalle baskısı nedeniyle. Mesela eşim vefat ettikten sonra iki sene bir kadın arkadaşım yoksa yalnız başıma öğretmenler odasına girmedim. Yanlış anlaşılırım diye önlem aldım aklımca.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Yalnız kaldıktan sonra çekinirim laf olur diye. Mesela her erkekle konuşamazsın. Bazıları pis bakıyor. Mesela buna dikkat ederim. Sonra dul kadın olduğum için herkesle samimi olamadım.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Bir kadın katılımcı eşıyla boşandıktan sonra arkadaşları tarafından dışlandığını ve bundan dolayı ilişkilerinin azaldığını belirtmiş ayrıca boşanmış bir kadın olmasından ötürü “dul” olarak damgalandığını ve erkekler tarafından rahatsız edildiğini ve bu durumun ilişkilerine zarar verdiğini aşağıdaki şekilde ifade etmiştir.

“Yani tabii şimdi şöyle bir şey arkadaşlarımlın evlerine bile evli oldukları için eskisi kadar çok sık gitmedim onlar da çağırmadılar açıkçası böyle bir şey yaşıyor maalesef. İşte dul bir kadınsanız erkekler bir şansını deniyor çünkü nasıl olsa yalnız ve evi var. Yani bir yere götürmesi gerekmiyor ki hepsinin tek bir hedefi var kusura bakmayın yani o şey. Onun için çevre esnafta şurada burada şansını deneyen çok oldu. Küstahlaşan da oldu evet ama ben belli bir duruşum olduğum için ya da öyle durmak zorunda olduğum için çok fazla bir şey yapamadılar açıkçası. Yalnız ben yanlış anlaşılmamak için çok dikkat ettim.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Erkek katılımcıların deneyimleri irdelendiğinde farklı sosyodemografik özelliklere sahip olsalar da eşlerinin vefatından sonra evlerine misafir gelmediğini ortaya

çıkarmıştır. Erkeklerin eşlerinin vefatından sonra ilişkilerinin olumsuz yönde değiştiğine dair ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Yalnız kalmak ağrıma gidiyor. Benim çoluğum çocuğum vardı. Hanımım vardı. Evim vardı. Gelen giden, içen yiyen çoktu, durumum da iyiydi. Şimdi bakıyorum evde kalan tek erkek olduğum gelen giden yok.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“Yalnız kaldın mı evladından başka kimse gelmez. Hanım varken herkes girip çıkıyordu hanım gittikten beri gelen olmadı. Yani şimdi erkek, kadın her yerde sığıyor da erkek şey etmiyor yani. Erkek nerede kalacak, kim kabul edecek olmuyor işte böyle. Sen gidemezsin zaten sen kalmazsın zaten onlarda şey etmez yani erkek olarak kabul eden olmaz yani.” (Katılımcı 22, 77, Erkek, Sincan)

Bazı erkek katılımcılar eşleri olmadan tek başlarına bir aile evine girmenin uygun olmayacağını, gittikleri yerlerde kadınları rahatsız edebileceklerini ve bundan dolayı eşlerinin vefatından sonra arkadaşlarına gitmediklerini belirterek bu durumun çevreleriyle olan ilişkilerini olumsuz etkilediğini aşağıdaki şekilde ifade etmişlerdir.

“Şimdi arkadaşlar çağırırlar birçok yere ama gitmem. Erkek olduğum için rahat etmiyorum, işte arkadaşımın hanımı ne der falan diye düşünüyorum.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

“Değişti oğlum değişti gözü kör olsun böyle adetler var ben hiç kimsenin evine, tonla arkadaşlarımın evlerine gitmemeye başladım. Bazı arkadaşlar darılıyordu bana niye gelmiyorsun diye. Her zaman beraber olduğumuz, kâğıt oyunları oynadığımız bilmem ne yaptığımız arkadaşlara gitmemeye başladım. Erkek olarak aile evine girmek doğru gelmedi. Rahat etmedim oğlum. Evde kadın var, rahatsız eder miyim diye çekindim ve çok arkadaşımı kaybettim.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

4.4.10. Dışlanmışlık Deneyimi: “Kocam öldükten sonra arka döndüler hep”

Bazı katılımcılar eşlerinin vefatından sonra komşu ve yakınları tarafından dışlandıklarını ve bu dışlanmanın altında birilerinden yardım ya da destek talep edeceklerine ilişkin önyargıların olduğunu belirtmişlerdir. Alanyazın

incelendiğinde, bu çalışma kapsamında elde edilen bulgularla örtüşen şekilde, yalnız yaşayan yaşlıların dışlanmışlık deneyimlediklerini açığa çıkaran çok sayıda çalışmanın olduğu görülmektedir. Nitekim bir çalışmada yalnız yaşayan yaşlıların yaklaşık %60'ının dışlanmış ve yalnız hissettiği tespit edilmiştir (Türkan ve Sezer, 2017, s. 48). Yalnız yaşayan, huzurevinde kalan ve aileleriyle yaşayan yaşlıların depresyon ve yalnızlık hislerinin ele alındığı bir çalışmada da yalnız yaşayan yaşlıların en yüksek yalnızlık hissine ve depresyon oranına sahip oldukları ortaya konulmuştur (Ağırman vd., 2017, s. 234). Son olarak bir çalışmada az düzeyde dışlanmışlık deneyimleyen yaşlıların şiddetli dışlanmışlık deneyimleyenlere göre daha düşük depresyon düzeyine sahip oldukları ve sağlıklarına ilişkin değerlendirmelerinin daha olumlu olduğu tespit edilerek yaşlılık veya yalnız yaşam sürecinde maruz kalınan dışlanmanın yaşlı üzerindeki yıkıcı etkisi ortaya konulmuştur (Feng, Jones ve Phillips, 2019, s. 238). Yalnız yaşamaya başladıktan sonra dışlanmışlık deneyimlediğini belirten katılımcıların ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Bizde kocası ölen kadınlardan kaçıyorlar. Niye bilmiyorum. Mesela benim kocam yaşarken hepsi geliyordu ama şimdi kimse gelmiyor. Ya bunlar evlatlarım kadar ama içleri fesat. Amca varken o rahatsız olur mu diye düşünmez sürekli gelirlerdi ama gelmez oldular.” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

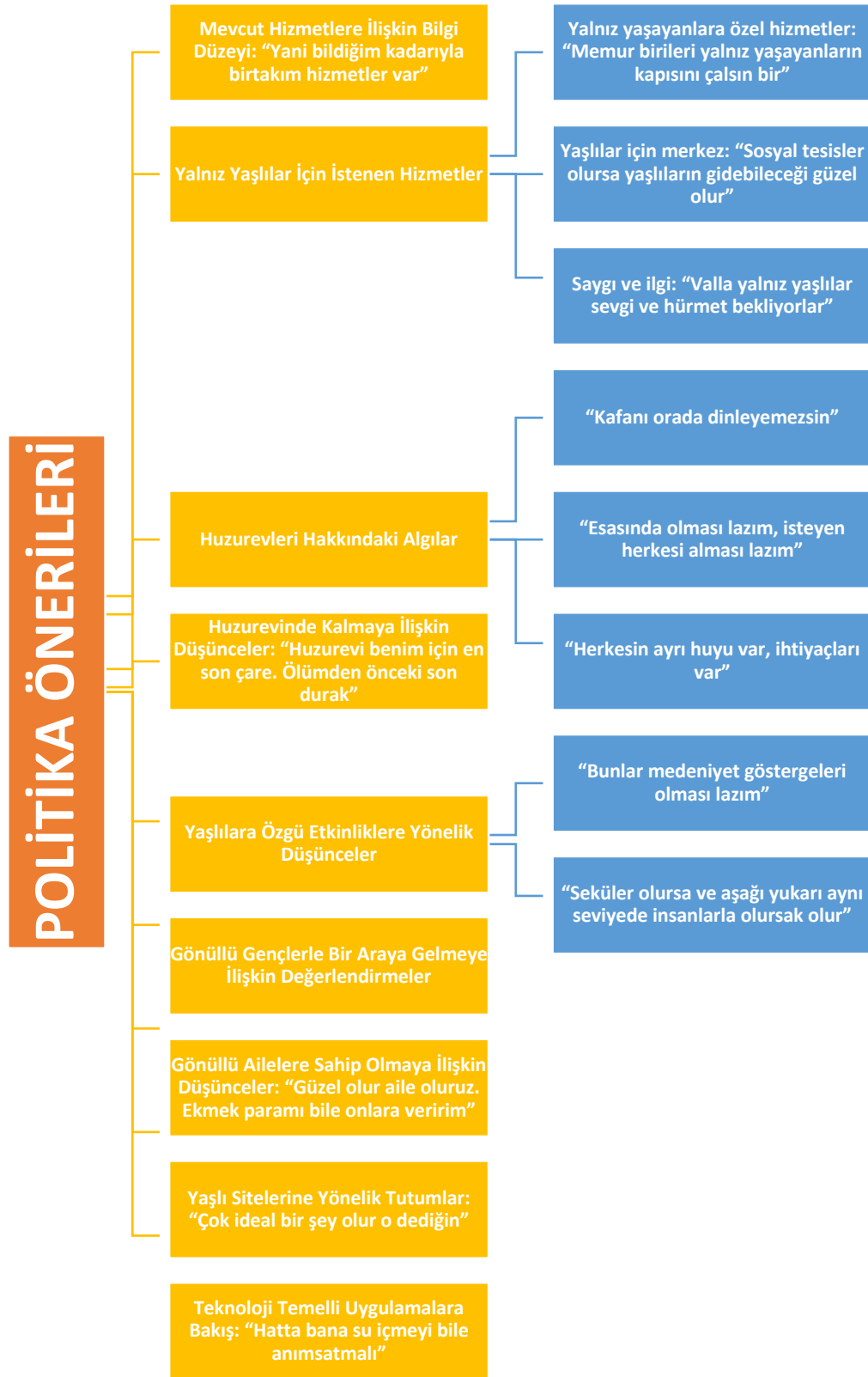
“Çok üzdüler beni burada beyim öldükten sonra. Beyim ölmeden bu komşularım hep benim bahçemdeydiler, kat kat helal olsun ama kocam öldükten sonra arka döndüler hep güzelim. Neymiş, ben evime alıracakmışım. Ben de bir insanın evinde gidip de bir saat oturmuş kadın değilimdir. Ben onların başına kalacağım sandılar, ilişkiyi azalttılar, beni çok üzdüler.” (Katılımcı 6, 70, Kadın, Beypazarı)

“Düşünüyorum işte diyorum ya yaşlı kadın olduğum için bir şey isteyeceğim diye insanlar kaçıyor. Yalnız bu akrabalar eskisi kadar bana gelmezler, beyim yaşarken daha sık gelirlerdi. Artık ya yalnız kaldım diye ya da zaman bu şekilde değişti diye bilmiyorum oğlum.” (Katılımcı 23, 69, Kadın, Etimesgut)

4. 5. POLİTİKA ÖNERİLERİ

Katılımcıların yaşamlarında maruz kaldıkları zorlukların azaltılması, yalnız yaşamdan kaynaklı gereksinimlerinin giderilmesi, sosyal izolasyona maruz kalmamaları ve yaşlılık dönemlerini daha mutlu geçirmelerini sağlamak adına gereksinim duydukları sosyal politika müdahale ve uygulamalarını ortaya koymayı, aynı zamanda katılımcıların mevcut uygulamalar hakkındaki bilgi düzeylerini keşfetmeyi amaçlayan bu temanın altında Şekil 8'de detaylı görülebileceği üzere dokuz alt temaya yer verilmiştir.

Şekil 8: Politika Önerileri



4.5.1. Mevcut Hizmetlere İlişkin Bilgi Düzeyi: “Yani bildiğim kadarıyla birtakım hizmetler var”

Yaşlanma ve yaşlılık topluma ve kültüre göre değişen kavramlardır. Yaşlılık bireylerin yaşamında önemli değişimlerin meydana geldiği ve kırılmalıklarının arttığı bir dönemdir. Bundan dolayı hem bireysel düzeyde hem de kamusal düzeyde önemli bir hazırlık gerektirmektedir (Tufan, 2016, s. 17). Teknolojinin ilerlemesi ve sağlık hizmetlerinin gelişmesi sonucunda yaşlı nüfusun artmasıyla sonuçlanan demografik değişim süreci sosyal devleti, bireysel yaşlılık sigortasından, istihdam politikalarına kadar birçok alanda yeni düzenlemeler yapmaya zorlamakta ve vatandaşların başarılı yaşlanması için imkân sunma yükümlülüğü altına sokmaktadır.

Başarılı yaşlanma; bireyin yaş dönemini, fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal açılardan tam bir iyilik haliyle geride bırakması ve yaşamdan zevk alarak yaşlanması olarak tanımlanmaktadır (Danış, 2004, s. 36). Kuşkusuz başarılı yaşlanma yaşlıların yaşamlarında karşılaştıkları zorluklarla baş edebilmelerini sağlayacak hizmetlerin sunumuna ve politikaların varlığına bağlıdır. Bundan dolayı yaşlıların sahip oldukları dezavantajları azaltacak, yapabilirliklerini arttıracak politika ve hizmetlerin geliştirilmesi oldukça önemlidir. Nitekim başarılı yaşlanma, yaşamın ileriki dönemlerinde meydana gelecek değişim ve gelişimlerin yönünü belirleyen bir süreçtir. Mevcut dönemde maruz kalınan dezavantajlarını aşamayan yaşlıların yaşamlarının ileriki dönemlerinde dezavantajları artmakta ve başarılı yaşlanma ihtimalleri azalmaktadır. Bu durum sosyal politika ve hizmetlerin yaşlılık dönemindeki önemini gözler önüne sermektedir.

Yaşlıların yaşamlarını tehdit eden ve baş etmede zorlanacakları bir takım fiziksel, sosyal, ruhsal ve ekonomik güçlük ve tehlikelerle karşılaşmaları oldukça olasıdır. Toplumdan soyutlanma, yaşa bağlı olarak işten çıkarılma, yaşam süresinin uzamasına karşın sosyoekonomik yetersizlikler yüzünden uzun süre yaşayamama, bakım gereksinimi gibi olgular yaşlıların sıklıkla karşılaştığı ve yaşlılığın toplumsal bir olgu olarak ele alınıp sosyal sorun olarak kabul edilmesine

sebeup olan bazı güçlüklerdir (Tufan, 2014, s. 43). Bu noktada yaşlıları bu risk ve güçlüklerle karşı aile ve topluma ek olarak, hatta onların yerine, sosyal devletin desteklemesi, bu risklerle mücadele edebilmeleri için yaşlılara güvence sağlaması ve onlara yönelik müdahale araçları geliştirmesi gereklidir.

Sosyal devlet anlayışıyla yönetilen ülkelerdeki düzenlemeler, yaşlanmanın yapısal özelliklerini ve kuşaklararası ilişkileri dikkate alarak yaşlıları riskli durumlara karşı korumaktadır, en azından korumayı hedeflemektedir. Sosyal politikalar bir ülkedeki yaşlıların başarılı bir şekilde yaşlanmaları için insanların yaşam biçimlerini ve yaşamın yapısal niteliklerini göz önünde bulundurmak, bireyleri doğumdan vefat edene kadar sosyal risklere karşı korumak zorundadır (Tufan, 2016, s. 182).

Yaşlılığı sadece bedensel fonksiyonlardaki kayıplara indirgememek; yaşlıların dışlanmasını önlemek, topluma katılımlarını sağlamak, özgürlüklerini temin etmek, işlev ve rollerini aktif bir şekilde sürdürmelerini desteklemek oldukça önemlidir. Unutulmamalıdır ki yaşlılığa ve yaşlı bireylerin sorunlarına; sosyal güvenlik, yoksulluk, kentleşme, bireyselleşme ve yaşlılığın kadınlaşması gibi boyutlar dikkate alınmadan çözüm üretmeye çalışmak gerçekçi değildir. Yaşlılara yönelik politika ve hizmetlerin yaşlıların bağımsız bir yaşam sürdürebilmelerini, yeterli gelire sahip olmalarını ve kendi seçimlerini yapabilmelerini temin etmesi gerekmektedir (Tufan, 2014, s. 98-102).

Yaşlanan insanların yaratıcı yönlerini destekleyen, nesillerin birlik, beraberlik ve dayanışmalarını teşvik eden, yaşlıların ekonomik koşullarının iyileştirilerek saygın tüketici konumuna gelmelerini sağlayan ve toplumdaki tüm aktörlerin yaşlanma ve yaşlılık hakkında doğru bilgi sahibi olmalarını savunan politikaların oluşturulması oldukça önemlidir (Tufan, 2016, s. 5). Türkiye'deki yaşlılara yönelik mevcut politikalar incelendiğinde ise, bireysel farklılıkların, öznel gereksinimlerin ve her yaşlı bireyin ayrı özelliklere sahip olduğunun dikkate alınmadığı, politikaların kronolojik yaş üzerinde tüm yaşlı nüfus grubunu homojen bir yapıda kabul ederek oluşturulduğu görülmektedir (Koşar, 1996, s. 15).

Bu alt tema altında, yukarıda bahsedildiği üzere yaşlıların karşılaştıkları dezavantajları giderip başarılı yaşlanma imkânına sahip olmaları için oldukça önemli olan sosyal politika ve hizmetler hakkındaki bilgilerini açığa çıkaran deneyimlere yer verilmiştir.

Katılımcıların ifadeleri daha çok evde sağlık hizmetleri ile yerel yönetimler tarafından sunulan sosyal hizmetlere ilişkin bilgilerinin olduğunu yansıtmış, yaşlılara yönelik hizmetleri tam olarak bilmediklerini göstermiştir. Yaşlılara yönelik hizmetler hakkında bilgi sahibi olanların ise oldukça sınırlı ve hatta bazı konularda yanlış bilgiye sahip oldukları ve bu bilgileri kurumsal kanallardan ziyade çevrelerinden duydukları anlaşılmıştır.

Katılımcıların ifadeleri göz önünde bulundurulduğunda, her ne kadar yaşlılara yönelik hizmetlere ilişkin tam bir farkındalık sahibi olmadıkları görülse de yaşanılan yer ve ekonomik durum gibi sosyodemografik özelliklerin yaşlılara yönelik hizmetleri bilme durumunu etkilediği, kırsal ilçelerde yaşayan ve ekonomik durumu iyi olduğu için mevcut hizmetlerden yararlanamayacağını düşünen kent kökenlilerin hizmetlere ilişkin farkındalıklarının daha az olduğu keşfedilmiştir

Maddi durumunu iyi olarak nitelendiren bazı katılımcıların özellikle yerel yönetimler tarafından sunulan yemek ve temizlik gibi hizmetleri bilmelerine rağmen bunlardan yararlanmayı tercih etmedikleri ve gereksinim duydukları hizmetleri piyasadan almayı tercih ettikleri anlaşılmıştır. Son olarak katılımcıların genelinin yaşlılara yönelik hizmetlere, kendilerinden daha kötü ekonomik koşullara sahip olan, daha çok ihtiyaç duyan kişilerin erişebilmeleri adına başvurmadıkları keşfedilmiştir.

Merkez ilçelerde yaşayan ve mevcut hizmetlere yönelik sınırlı da olsa birtakım bilgileri olan ekonomik durumu genellikle düşük ve orta seviyede olan katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Evde sağlık hizmetleri var, bana da geliyorlar. Şimdi kapandı hastalıktan önce telefon açıyordun geliyorlardı. Oradan doktora telefon açıyorum. Onlar gün veriyorlar, şu gün geliyoruz sabahleyin aç karnına bekle diyorlar sabahleyin benden kan alıyorlar. Sonra işte şekerime bakıyorlar sonra da gidiyorlar. Sonra belediye bana iki ayda bir temizlikçi yolluyor, bazen koli yolluyor, sonra yemek yolluyorlar.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Evde bakım hizmetlerini biliyorum. Eşimin tedavi sürecinde duymuştuk ama bize hiç gelmedi. Yalnız, belediyenin birine evde bakıma geldiğini, evde yıkadığını falan duymuştum. Onlar gelip arada bir gelip kontrol ediyorlardı, tansiyonuna bakıyorlardı falan.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

“Yani bildiğim kadarıyla birtakım hizmetler var. Büyükşehir belediyesinde işte yaşlı bakım hizmeti var. Engellilere hizmet var. Arabayla alıyor götürüyorlar tedaviye falan filan o tip şeyleri var.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

Ekonomik durumu orta düzeyde olan bazı kent kökenli katılımcıların yerel yönetimler tarafından sunulan yaşlılara yönelik temizlik ve yemek gibi hizmetleri denedikleri yalnız bu birimlerin çalışma şeklinden ve ücret karşılığı yardım aldıkları kendi yardımcılarında memnun olmaları gibi sebeplerden dolayı hizmet almamayı tercih ettiklerine ilişkin ifadeleri aşağıda sunulmaktadır.

“Mesela belediyenin temizlik hizmetleri var. Üç numarada komşum var ona geliyorlardı. Onda gördüm hiç beğenmedim. 3-4 kişi geliyorlar bir dalıyorlar eve firfir elektrik süpürgesiyle süpürüyor birisi yalpaşap camları siliyor öğlen oldu mu fir gidiyorlar ne o temizlik yaptılar. Komşum istersen sen de müracaat et dedi ama ben istemedim. Hem bunların yaptığı temizliği beğenmedim hem de bana gelen kadından memnundum.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

“İlk zamanlar belediyeye yazıldım. Üç dört defa temizlikçiler geldi belediyeden. Yaptık diyorlar, işte oraları sildik diyorlar hani yalandan böyle dolandırıyorlar. Dip köşe yapmıyorlar, elimi sürüyorum ki simsiyah toz, kir. İçime sinmiyor kapıyı sildik diyor kapıyı hiç silmiyorlar. Ondan sonra bir daha istemedim. Kendim yaptım, şimdi bazen kadın alıyorum, yapabildiğimde ben yapıyorum. Değişiyor.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Kırsal ilçelerde yaşayan katılımcıların yaşlılara yönelik mevcut politika ve hizmetler hakkında bilgi sahibi olmadıkları keşfedilmiştir. Yaşlılara yönelik mevcut hizmetler hakkında bilgisi olmadığını belirten katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Yok oğlum. Buralarda yok belki büyük yerlerde Çankaya'da Keçiören'de vardır ama bizim buralarda öyle hiçbir yaşlının gelip de kapısını vurup ne ediyorsun nasılsın diyen yok.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Sosyal bir insan olmadığım için bilmiyorum. Mesela bizim bu Alzheimer olan yaşlı komşu için kaç defa belediyeye gittiler ama belediye hiçbir şey yapmadı. Yani herhalde belediye hizmeti yoktur. Kadının kulağı iyi duymuyor, gözü görmüyor, yaşlı başlı elden ayaktan düşmüş ama belediye bir şey yapmadı.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

Yaşlılara yönelik mevcut hizmetleri bilmeyen ama ekonomik koşullarının hizmet/yardım almayı gerektirmeyecek kadar iyi olduğunu ve bundan dolayı mevcut hizmetleri araştırmadığını ve mevcut yaşam şartlarının devam etmesi durumunda hiçbir koşulda yararlanmayacağını söyleyen kent kökenli, maddi durumu oldukça iyi, sosyal ve kültürel sermayesi fazla olan katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Şimdi konsept olarak biliyorum ama fiilen hangi hizmetler veriliyor o konuda öyle ciddi denebilecek, dişe dokunur bir fikrim yok. Yanlış anlamayın yani bunun önemsiz olduğunu iddia etmiyorum sadece imkânım olduğu için hiç ilgilenmedim ve öğrenmedim.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Hiç bilmiyorum. Maddi durumum yardım alacak kadar kötü değil. Bir de açıkçası belki sana samimi gelmeyecek ama yoksul olsam da siyasi görüşümden dolayı bana yardım vereceklerini düşünmüyorum.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

Bazı katılımcıların deneyimlerinden yaşlılara yönelik yardımlara başvurma koşullarını karşıladıkları halde, kendilerinden daha fazla gereksinimi olan kişilerin erişebilmesi adına başvurmadıkları anlaşılmıştır. Bu minvalde paylaşımı olan katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir. Yaşlılarla yürütülen bir çalışmada hem varsıl hem de yoksul katılımcıların yoksulluğu maddi imkânlardan ziyade kimsesiz olmayla ilişkilendirdikleri tespit edilmiştir. Buna ek olarak maddi koşulları elverişli bir yaşam sürdürmeye olanak tanımayan yaşlıların bile yoksulluk hissetmedikleri ortaya konulmuştur (Türkan ve Sezer, 2017, s. 50). Bu araştırma kapsamında elde edilen ve alanyazınla örtüşen bulgular yaşlıların ekonomik durumlarına ilişkin değerlendirmelerinin sübjektif olduğunu fakat yalnızlığın sebep olduğu sosyal ilişki yoksunluğunun katılımcıların geneli tarafından

deneyimlenen en ciddi yoksulluk olduğunu göstermektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmaktadır.

“Belediye mesela yemek yapıyor ama ben dışarıdan bir restorandan istiyorum geliyor bana, şimdilik imkânım var. Ben şu an için bir şekilde kendi başımın çaresine bakıyorum. Benden daha kötü durumda olan bir sürü insan var, onlar yararlansın. Ben maddi açıdan sıkışırım, şimdiki gibi imkânım olmazsa o zaman yararlanırım.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Benim yalnız yaşayan ama çok hasta olan bir komşum var ona temizliğe geliyorlar ama bana hiç gelmediler. Ben istemedim, başvurmadım. İhtiyacım yok ki be yavrum. İhtiyacı olan başkaları vardır, onlar yararlansın. Allah kul hakkından sakınsın bizi yavrum.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Yaşlılara şey yapıyorlardı erzak yardımı yapıyorlar. Belediyeden bana dediler erzak yardımı ister misin diye yok başkasına verin dedim, imkânım var dedim. Ben kimsenin hakkını almak istemedim.” (Katılımcı 21, 78, Erkek, Kızılcahamam)

4.5.2. Yalnız Yaşlılar İçin İstenen Hizmetler

Katılımcıların yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarının kolaylaşması adına geliştirilebilecek hizmetlere ilişkin değerlendirmeleri, vakit geçirip sosyalleşebilecekleri merkezlerin açılması, ihtiyacı olanların sosyal hizmet gereksinimlerinin karşılanması ve yalnız olmalarından dolayı kendilerine ilgi gösterilmesini istedikleri üzerinedir. Katılımcıların bu alt tema altındaki deneyimleri üç kategori altında ele alınmıştır.

4.5.2.1. Yalnız yaşayanlara özel hizmetler: “Memur birileri yalnız yaşayanların kapısını çalsın bir”

Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri, ev işlerine yardımcı olunması ve yalnız yaşayan yaşlı olmalarından kaynaklı dezavantajlarının giderilmesi şeklinde taleplerinin olduğunu göstermektedir. Ayrıca belirli periyotlarla kamu görevlileri tarafından ziyaret edilmeyi istedikleri anlaşılmaktadır. Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen ve benzer sonuçlara sahip olan bir çalışmada da katılımcıların

merkezi yönetim ile yerel yönetimlerden ekonomik destek, yaşlılara özgü ve sosyalleşmelerini sağlayacak aktiviteler, evde bakım ve evde sağlık hizmetlerinin iyileştirilmesi yönünde taleplerinin olduğu görülmüştür (Sever, 2018, s. 158). Başka bir çalışmada da yalnız yaşayan yaşlı kadınların yaklaşık dörtte üçünün yaşlılara yönelik hizmetleri yeterli bulmadıkları, katılımcıların gündelik yaşamlarını sürdürmeleri için destek gereksinimi (temizlik, alışveriş, evde bakım, ekonomik) duydukları ve yalnız yaşayan yaşlılara yönelik çeşitli etkinliklerin organize edilmesi gerektiğini düşündükleri, son olarak dışlanmalarını engelleyecek birtakım önlemlerin alınması gerektiği konusunda hemfikir oldukları görülmüştür (Buz ve Beydili, 2015, s. 568). Başka bir çalışmada da katılımcıların gereksinim duydukları hizmetleri alamadıklarını doğrular şekilde, Türkiye’de kamu tarafından yaşlılara yönelik sunulan hizmetlerin yetersiz olduğu ve aynı şekilde yaşlılara yönelik sosyal koruma transferlerinin Avrupa ülkelerinin gerisinde olduğu bildirilmektedir (Aközer vd., 2011, s. 108). Katılımcıların bu konuyla ilgili ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Benim yemeğimi yapacak, bulaşığımı yıkayacak, evimi temizleyecek, alışverişimi yapıp getirecekler, bunlar olursa benim başka hiçbir işim isteğim kalmaz gibi bir şey. Bak mesela benim gelirim daha da artarsa yaşamım değişmez ama bunlar olursa harika olur.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

“Memur birileri yalnız yaşayanların kapısını çalsın bir. Hani o yaşlı gidemiyor bir yere bari onlar gelsin. Şimdi yürüyoruz gidebiliyoruz Allaha şükürler olsun ama gidemeyen de var. Bir de gidemeyenleri düşünmek lazım.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“Genel olarak hayata küsmeyecekleri, eşini dostunu kırmayacakları, tatmin olacakları ve mutlu olacakları bir yaşam sürmeleri için gerekli koşulları ve destekleri sağlamalı devlet. Genel eğitim ve kültür düzeylerini arttırmaları için çalışmaları lazım. Böylece bu yobaz yapılarla, din istismarcılarıyla baş edilebilir.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

4.5.2.2. Yaşlılar için merkez: “Sosyal tesisler olursa yaşlıların gidebileceği güzel olur”

Katılımcılar yalnız yaşamdan kaynaklı şiddetli yalnızlığa maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. Bundan ötürü sosyalleşebilecekleri, hobi edinebilecekleri, çeşitli

etkinlikler gerçekleştirebilecekleri, üretebilecekleri, çevre edinebilecekleri ve en azından gündüzleri yalnız olmayacakları sosyal merkezlerin açılmasının kendilerine iyi geleceğini ifade etmişlerdir.

Yaşlıların buldukları bölgenin fiziksel durumu, aktivite düzeylerini, sosyal ilişkilerini, refahlarını ve yaşam biçimlerini etkilemektedir. Bundan ötürü yaşlılar için kamusal alanların bulunabilirliği oldukça önemlidir (Kalınkara, 2000, s. 79). Ankara'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların %55,7'sinin mahallelerinde yararlanabilecekleri spor tesisi ve %56,3'ünün de yararlanabileceği sosyal tesis bulunmadığı bulgulanmıştır (Özmete vd., 2012, s. 85-86). Başka bir çalışmada ise ulaşım maliyetleri ile ulaşım imkânlarının kısıtlı oluşunun, yaşlıların belediyeler tarafından yaşlılara yönelik hizmet sunmak amacıyla açılan gündüzlü kurumlara gidişlerini ve bu kurumlarda düzenlenen sosyo-kültürel etkinliklere katılımlarını zorlaştırdığını açığa çıkarmıştır (Danış, 2004, s. 128).

Yaşlıların azalan rollerinden ötürü içlerine kapanmamaları ve topluma aktif katılımlarının sağlanarak yeniden toplumsallaşmaları sürecinde kentsel mekânların oldukça önemli bir yeri vardır. Yaşlıların kentsel mekânlarda farklı yaş gruplarına mensup bireylerle bir araya gelip toplumsallaşabilmeleri yaşam kalitelerinin artmasına olanak tanımaktadır (Zorlu, 2017, s. 51). Nitekim Diyarbakır'da gerçekleştirilen bir çalışmada yaşlıların yaklaşık üçte birinin arkadaşlarıyla sosyalleşebilecekleri ve rahat görüşebilecekleri bir ortamın oluşturulmasını talep ettikleri görülmüştür (Altındağ, 2020, s. 263). Bundan ötürü yalnız yaşayan yaşlıların farklı insanlarla bir araya gelebileceği gündüzlü merkezlerin açılması ve bu merkezlerden yalnızca yaşlıların değil toplumdaki herkesin faydalanmasının sağlanması oldukça önemlidir. Katılımcıların alanyazınla örtüşen deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Mesela ben veya benim ayarımdaki insanların toplanacak bir salonları olsaydı yani paylaşımlarımız olurdu. Toplansınlar fikir alışverişi yapsınlar yahut onların da kendilerine göre yapabileceği bir şeyler vardır. Yani öyle bir yerde olsam ben her şeyi yaparım. Dikiş dikerim, börek, çörek yap desinler

yaparım. Devlet yani siz yaşlandınız daha bir işe yaramazsınız diyor gibime geliyor. Yapayalnız kalmışız evde.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Sosyal tesisler olursa yaşlıların gidebileceği güzel olur. Bak öyle bir yer olsa giderim ve belki arkadaş edinirim. Orada sohbet ederiz, gün yaparız, yiyecek içecek götürürüz, belki onlar da verir. Hatta onların vermesi daha mantıklı olur herkesin götürme imkânı olmaz. Bir de yarışa döner, hep aynı olması için ora ikram koymalı. İkrâm dediğim bir tatlı bir tuzlu kurabiye yani bu kadar. Bir de çay ve kahve.” (Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)

“Bizde hep lafta böyle işte yaşlılarımızı koruyalım onlara özen gösterelim, ne yapıyorsun peki yaşlın için? Yaşlılar parkı ya da tesisi var mı, yaşlıları oraya götüren otobüs servisin var mı? Onlara göre bir tane kocaman park yap. Oraya sadece bizlerin değil Mamak’taki yaşlı da Kayaş’taki yaşlı da gelsin, küçük ikramlar sun. Böyle parklar olsun özel kafeler olsun yaşlılar için kermesler olsun aktivite ortamları olsun. Birisi fidan diksin birisi orada marangozluk yapsın yani hareket olsun bedenen hareket etsinler. Bunlar olmayınca yaşlılar köyde kiraathane kahveye gider burada parka gider otururlar. Maalesef böyle bizde yaşlılık.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

4.5.2.3. Saygı ve ilgi: “Valla yalnız yaşlılar sevgi ve hürmet bekliyorlar”

Kırsal bölgede yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, yaşlıların sahip oldukları dezavantajlara rağmen herhangi bir kişi ya da kurumdan ciddi beklentilerinin olmadığı bununla birlikte yalnız bırakılmama, ziyaret edilme ve sosyalleşme gibi karşılanması görece kolay ve maruz kaldıkları sosyal izolasyonu azaltacak hizmetlere gereksinim duydukları tespit edilmiştir (Küçük, 2016, s. 42). Bazı katılımcılar, alanyazınla örtüşen şekilde, sahip oldukları dezavantajları gidermeye yönelik müdahaleler gerçekleştirilmese bile olağan yaşamlarında yalnız olma dışındaki diğer sorunlarının bir şekilde üstesinden gelebildiklerini, bu sorunlara alıştıklarını ama yaşlı oldukları için saygı, yalnız oldukları için ilgi görmek istediklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıda yansıtılmaktadır.

“Ne yardımı alacam benim için en büyük yardım ne yapıyorsun, nasılsın, bir şeye ihtiyacın var mı diye sorulması veyahut da gelip benimle bir bardak çay içmeleri en büyük yardım benim için.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Valla yalnız yaşlılar sevgi ve hürmet bekliyorlar. Bir de yardımcı olmanız. Yaşlıların çok yardıma ihtiyacı olur şahsen benim yok da mesela bir karşıdan

karşıya geçerken bile caddede sağa sola baktığın zaman korkuyorsun işlek bir caddede geçerken.” (Katılımcı 14, 76, Kadın, Çankaya)

“İlgi isterim. Gidip bakacaklar yani haftada bir, üç günde bir, beş günde bir, bir şey sistem oluşturacaklar, yalnız yaşlıları sırayla ziyaret edecekler. Doküman hazırlayacaklar şu mahallede kaç tane yaşlı var bakıma muhtaç şu kadar gitseler onlarla bir saat otursalar evde onlar için düğün bayram.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

4.5.3. Huzurevleri Hakkındaki Algılar

Bu alt tema altında katılımcıların huzurevlerine yönelik algılarını açığa çıkaran düşüncelerine yer verilmiştir. Katılımcıların anlatıları huzurevleri hakkında genel olarak olumsuz algıya sahip olduklarını, yaşlılara yönelik mevcut hizmetlerde olduğu gibi huzurevlerine ilişkin bilgilerinin de kurumsal kaynaklardan öğrenilmiş olmadığını, genellikle medya ile sosyal çevrelerinden duyulan ve doğru olmayan bilgiler olduklarını açığa çıkarmıştır.

Katılımcıların geneli yalnız yaşamdan kaynaklı ciddi dezavantaj ve zorluklarla karşılaşmalarına ve bunun sonucunda yaşam kaliteleri azalmasına rağmen huzurevinde yaşama yönünde düşük motivasyona sahiplerdir. Nitekim huzurevinde kalan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada, katılımcıların yalnız olmalarından ve çocukların ihmalkâr davranarak onlarla ilgilenmemelerinden ötürü huzurevlerinde yaşamak zorunda kaldıkları ortaya konulmuştur (Ü. Kılıç ve Şelimen, 2017, s. 73). Bununla birlikte sosyodemografik özelliklerin huzurevlerine yönelik algıları şekillendirdiği anlaşılmıştır. Örneğin Manisa’da gerçekleştirilen bir çalışmada huzurevlerinde eşi vefat etmiş veya boşanmış olan yaşlıların çoğunlukta olduğu, evlilerin ise daha çok evlerinde kalmayı tercih ettikleri bulgulanmıştır. Ayrıca huzurevlerini tercih eden erkeklerin kadınlara nazaran daha fazla olduğu görülmüştür (Kıpçak ve Dedeli, 2016, s. 2686).

Bu çalışma kapsamında gerçekleştirilen görüşmelerden kır kökenli ve eğitim seviyesi düşük kadın katılımcıların huzurevlerine yönelik değerlendirmelerinin

katılımcıların genelinden daha olumsuz olduğu, huzurevleriyle ilgili yanlış inançlarının olduğu keşfedilmiştir.

Eğitim seviyesi yüksek, ekonomik durumu iyi ve kent kökenli kadın katılımcıların olağan yaşam alanlarından ayrılmak ve tanımadıkları çok sayıda insanla bir kurum altında kalmak istememeleri huzurevinde kalmaya olumsuz yaklaşımlarının nedenidir. Diğer yandan kent kökenli bazı erkeklerin huzurevlerine ilişkin tutumlarının kadınlara göre görece daha olumlu olduğu fakat huzurevlerinde kalmaları durumunda kamuya ait huzurevleri yerine özel huzurevlerinde kalmayı tercih edecekleri keşfedilmiştir.

Kentsel ve ekonomik sermayesi fazla olan katılımcıların maddi koşullarının gereksinim duydukları hizmetleri (temizlik, bakıcı vb.) dışarıdan alabilecek seviyede olması da kent kökenli yaşlıların huzurevine yerleşme motivasyonlarını azaltmaktadır. Bunlara ek olarak sağlık durumu iyi olduğu için bağımsız bir şekilde yaşama devam edilebileceği düşüncesi huzurevine yerleşmeyi katılımcılar için çekici kılmamaktadır. Katılımcıların huzurevlerine ilişkin düşünceleri üç kategori altında toplanmıştır.

4.5.3.1. “Kafanı orada dinleyemezsin”

Kır kökenli ve eğitim düzeyi düşük katılımcıların, terk edilmiş insanların huzurevlerinde kaldığı, orada yaşamının çok sıkı kurallara tabi olduğu, huzurevlerindeki yaşlıların ihmal ve istismara maruz kaldığı şeklinde düşüncelere sahip oldukları keşfedilmiştir. Katılımcıların huzurevleri hakkındaki yanlış inançlarının altında sosyal çevreleri ve medyadan öğrendikleri yanlış bilgilerin olduğu açığa çıkarılmıştır. Katılımcıların konu hakkındaki ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Kafanı orada dinleyemezsin, orada saati var her şeyin. Saatinde kalkacaksın saatinde yatacaksın saatinde yemek yiyeceksin. İsteddiğini yapma hakkın yok. Mesela gece elektrikleri kapatıyorlar herkes uyumak

zorunda kalıyormuş. Bakıcılar ne derse yapmak zorunda kalıyormuşsun.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Ben duygusal biriyim ben orayı kaldıramam. Ben öyle terk edilmiş gibi hastalıklı gibi gidip orda kalamam. Orda kalanları bir odaya atıyorlar, oradakileri zorluyorlar ben ne yapayım orda. Anam yavrum etme. Bir de hele hasta olursan orda asla bakmazlar. Oğlum orda çalışanlar kaç kişinin kahrını çekecekler. Sen sanıyor musun dert edinip ilgilenirler. Oralardan bize hayır gelmez. Allah düşürmesin.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Huzurevine gitmem. Öyle yerlere çok paran olacakmış, hepsini yatıracaksın sonra malın yani neyin varsa onlara verecekmişsin öyle alırlarmış seni. Sonra bazısı parasını malını verse de ona iyi bakmıyorlarmış işte itip sürüyorlarmış. Öyle yerlere gitmem Allah da nasip etmesin.” (Katılımcı 20, 76, Kadın, Kızılcahamam)

4.5.3.2. “Esasında olması lazım, isteyen herkesi alması lazım”

Kent kökenli erkek katılımcıların huzurevlerine yönelik algılarının diğer katılımcılar göre daha olumlu olduğu, kendileri kalmayı düşünmeseler de huzurevlerinin yaygınlaştırılması gerektiğini düşündükleri, isteyen veya gündelik işlerini gerçekleştiremeyen ve bağımsız yaşama olanağına sahip olmayan yaşlılara kalma imkânı sağlanması açısından huzurevlerinin oldukça önemli olduğunu düşündükleri görülmüştür. Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıda sunulmuştur.

“Ya huzurevleri iyi bence. Neden derseni yani evde şimdi kapını çalan olmaz, yalnız bu şekilde nereye kadar dayanırsın. Hiç olmazsa huzurevinde ortamın olur. Orda vakit geçirme durumun var. Yani diğer türlü burada ayda bir temizliğe gelecek, sonra her gün yemek getirecek tamam ama ev yansa ben yerimden kalkamam ki. Bir de bura gördüğün gibi gecekondtu. Buradan kurtulup temiz bir yere gitmek iyi olmaz mı? Bence isteyen herkes gidebilmeli abisi, gerekirse sayıları artmalı.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

“Yalnız benim çok bilgim yok yani hiç ilgilenmedik ama esasında olması lazım, isteyen herkesi alması lazım. İnsanların sosyal devlet ilkesinden faydalanmaları gerekir. Mesela bizim gibi iyi veya durumu kötü olanların da gidip oralarda kalma olayı önemli.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

4.5.3.3. “Herkesin ayrı huyu var, ihtiyaçları var”

Eğitim düzeyi yüksek, iyi maddi koşullara sahip kent kökenli kadınların çoğunlukta olduğu katılımcılar huzurevlerinin bireysel özellikleri dikkate almayan, farklı sosyodemografik özelliklere sahip yaşlıları bir araya getiren, bireylerin farklı istek ve ihtiyaçlarını önemsemeyen yapılar olarak nitelendirmişlerdir. Katılımcıların huzurevlerine ilişkin algılarını yansıtan deneyimleri şu şekildedir.

“Kuşadası’nda iki tane huzurevi var, orada arkadaşlarım kalıyor, oraları biliyorum ama istediğim gibi değil oralar, daha modern olmalı. Mesela oraya arabayı da götürebilmelisin, efendime söyleyeyim odan istediğin gibi tanzim edilsin. Böyle yaşlılara biraz daha kendini bilenlere tabii biraz daha kolaylık olmalı, herkes aynı olmamalı.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

“Canım oradaki insanların kıymeti olması lazım. Yani kendini bilen yaşlı var, bilmeyen var, bunamış yaşlı var, konuşamayan yaşlı var. Herkesin ayrı huyu var, ihtiyaçları var. Bunlarla uğraşmak tabii ki çok zor ama hepsini bir kefeye koymamak lazım. Yalnız şimdi herkese aynı şekilde muamele ediyorlar” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

4.5.4. Huzurevinde Kalmaya İlişkin Düşünceler: “Huzurevi benim için en son çare. Ölümünden önceki son durak”

Katılımcıların huzurevlerinde kalmaya ilişkin düşüncelerine yer verilen bu alt tema altındaki anlatılar katılımcıların genelinin huzurevinde kalma motivasyonlarının yüksek olmadığını, yatağa bağlı olsalar bile huzurevi ya da yaşlı bakım ve rehabilitasyon merkezi yerine yaşamlarını kendi evlerinde sürdürmeyi arzuladıklarını açığa çıkarmıştır. Erkek veya kent kökenli az sayıda katılımcının ise sağlık durumları bağımsız yaşamlarına müsaade etmezse, çocuklarına yük olmamak ve bakıcının olası ihmal ve istismarına maruz kalmamak adına kurumu “son çare” olarak gördüklerini göstermiştir.

İsparta’da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada da katılımcıların %89,8’inin huzurevi gibi yatılı sosyal hizmet kuruluşlarında yaşamayı düşünmedikleri ve bu durumun hem çocuklarının müsaade etmeyecek olması

hem de yaşam alanlarını başkalarıyla paylaşmayı istememelerinden kaynaklandığı bulgulanmıştır. Benzer şekilde Diyarbakır'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir çalışmada katılımcıların yaklaşık %97'sinin herhangi bir yatılı sosyal hizmet kuruluşunda kalmayı düşünmedikleri ortaya konulmuştur (Altındağ, 2020, s. 259). Ayrıca katılımcıların yaklaşık beşte biri çocukları tarafından sevilmeyenlerin huzurevlerinde kaldığı ve huzurevinde kalmayı kimsesizlik olarak değerlendirdikleri görülmüştür (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 99-102). Bu çalışmada da alanyazınla örtüşen şekilde kır kökenli katılımcılar yaşam düzenlerini bozmamak, kalabalık bir kurumda yaşamamak ve huzurevlerinde kalmaları durumunda çocuklarının “ebeveynlerine bakmayan evlat” olarak nitelendirilmesini önlemek gibi sebepler sunarak, kendi evlerinde ya da mutsuz olsalar dahi çocuklarının evlerinde kalacaklarını belirtmiş huzurevlerinde yaşamayı tercih etmeyeceklerini aktarmışlardır. Katılımcıların konuya ilişkin ifadeleri aşağıda sunulmuştur.

“Valla gitmeyi düşünmüyorum. Alıştığın yer başka gideceksin orda öyle bir sürü sıkıntı olacak sonra çoluktan şeyden evlatlardan ayrı olacaksın huzur bulamazsın, alışamazsın ora alışasıya kadar zaten hasta olursun belki de şanslıysan ölürsün.” (Katılımcı 22, 77, Erkek, Sincan)

“Yok istemem, huzurevini istemem yok yavrum yok. Bura iyidir şuradan baktım mı yoldan geçenleri görüyorum. Orayı istemem. Allah'ıma şükürler olsun yavrularım var benim. Oraya gitmem, kimsesiz miyim ben. Yani evde mutlu olmasam bile ses etmem, evlatlarımdan adını çıkarmam.” (Katılımcı 13, 75, Kadın, Sincan)

“Allah düşürmesin yokluğunu da vermesin yavrum. Bakan edeni olmayanlar gidiyor. Mesela ben şimdi gitmem hayatta. Yani evde zor idare etsem de gitmem. Millet üç tane oğlu varda bakmamış işte huzurevine gitmiş der. Öyle düşündüm hani.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Ankara'nın merkezi ilçelerinde gerçekleştirilen bir başka çalışmada katılımcıların yalnızca %22'sinin huzurevinde kalmayı düşünebileceği bulgulanmıştır. “Huzurevinde kalmayı düşünebilirim” diyen katılımcıların ilçelere göre dağılıma bakıldığında; Yenimahalle ve Çankaya gibi genellikle ekonomik durumu iyi, eğitim seviyesi yüksek insanların yaşamlarını devam ettirdiği ilçelerde ‘huzurevinde kalmayı düşünebilirim’ diyen katılımcıların oranının genel ortalamadan daha

yüksek olduğu, Keçiören ve Sincan gibi geleneksel toplumsal yapının egemen olduğu ilçelerde ise daha düşük olduğu tespit edilmiştir (Özmete vd., 2012, s. 57). Antalya'da yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bir başka çalışmada da katılımcıların yarısından azı yalnızca zorunda kalırlarsa huzurevi ya da bakımevinde yaşamlarını devam ettirebileceklerini belirtmişlerdir (Tufan vd., 2018, s. 58). Bu çalışma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda alanyazınla uyumlu şekilde, ekonomik sermayesi fazla, eğitim durumu yüksek, kent kökenli ve yabancı bir bakıcıyla aynı evde kalmanın riskli olduğunu düşünen fakat çocuklarına da yük olmak istemeyen katılımcıların yatılı bir kurumda kalmaya yaşamlarını bağımsız bir şekilde sürdüremiyorlarsa sıcak baktıkları anlaşılmıştır. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda sunulmuştur.

“Valla elim ayağım tuttukça tabii ki yalnız yaşarım. Yalnız ben çocuklarıma da dedim, elim ayağım tutmaz bir şey olurum sakın kadın tutup evimde baktırıp, yok haftada bir kere beni görmeye gelin gibi bir şeye girişmeyin asla. Benim maaşım var, malım var, mülküm var beni iyi bir bakımevine koyacaksınız orada temiz temiz bakılayım dedim. Evde bakıcı ilaç verdi vermedi, bana bir şey yaptı yapmadı, eve birini aldı, çaldı çırptı hiç öyle şeylere gerek yok.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Huzurevi benim için en son çare. Ölümünden önceki son durak. Baktım elden avuca düştüm maaşım var giderim bir huzurevine anlaşıyorum orda ölene kadar kalırım. Yalnız elden ayaktan düşmediğim sürece oraya gidip de kendimi harcattırmam. Elim ayağım tutuyor, beynim de yerinde şu an ne yapacağım ben oraya gidip de? Oraya tıklandığın zaman böyle otur gayri işin yoksa ölümü bekle.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

“Huzurevi gençlerin yanına sığmayacağın ve kendi kendini idame ettiremeyeceğin zaman şart. Ben elden ayaktan düşersen kalırım. Oğlunun kızının yanına sığmayacağın için yatalak bir durumuna düştüğün zaman hani elin ayağın tutmadığı zaman çocuklar ne seni ister ne de kabul eder. Elden ayaktan düşersen, o gelinim zaten beni kabul etmez damadım da kabul etmez yani bu böyle bir ortamda olduğum için huzurevi şart. Sağlıklı olduğum sürece huzurevini düşünmem, ilerisi için de Allah düşürmesin derim ama elden ayaktan düşersen giderim.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

Maddi durumu iyi olan bazı katılımcılar, yaşamlarını bağımsız bir şekilde sürdüremeyecek duruma gelmeleri halinde evlerinden ayrılarak huzurevine taşınmak istemediklerini, bakıcı tutarak yaşamlarına kendi evlerinde devam

etmeyi tercih edeceklerini ve bu şekilde çocuklarına “yük” olmayacaklarını aşağıda yer alan alıntılarda yer aldığı şekilde ifade etmişlerdir.

“Kimseye yük olmayacaksın. Şu anda Allaha çok şükür kimseye yüklük olma sorunumuz yok hem sağlık açısından hem az da olsa ekonomik açıdan. Allah korusun ama elden ayaktan düşersen ve kızım bana baksın isterim. Şayet onlar bakmazsa da evlerimden birini bir kadının üstüne yaparsam bana ömrümün sonuna kadar bakar. Yani huzurevine gitmek yerine evimde bakıcıyla bakılmayı tercih ederim.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Yani dediğim gibi sağlıklı olduğum sürece buna devam edeceğim. Sağlığım bozulursa da torunların beni bırakmayacağını biliyorum. Yalnız ben kimseye de yük olmayı istemem. Bakıcı tutar, kendi evimde yaşamıma devam ederim diye düşünüyorum. İlerisi için de huzurevi düşünmüyorum. Yani ben şeylerin Türkiye’deki huzurevi altyapısının çok iyi olduğunu düşünmüyorum. Maaşın birini versem kendime baktırabilirim diye düşünüyorum.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

Katılımcıların huzurevinde kalmaya ilişkin deneyimleri genel olarak olumlu bir tutuma sahip olmadıklarını yansıtmaktadır. Ayrıca yaşlıların mekânlarını değiştirmek zorunda kalarak ait oldukları yerden ayrılmaları psikolojik sağlıklarına zarar vermektedir. Olumlu yaşlanma stratejilerinden olan yerinde yaşlanma, yaşlıların alışık oldukları yerde yaşamlarını sürdürmeleri, kendi mahalle, evlerinden ayrılmamalarını tavsiye etmektedir (Kalınkara, 2016b, s. 401). Katılımcıların deneyimleri de yerinde yaşlanma stratejisine uygun olarak yaşamlarını olabildiğince kendi evlerinde geçirmek istediklerini göstermektedir. Bu noktada yaşlılara özellikle de yalnız olanlara yönelik evde bakım hizmetleri gereksinimi olduğu anlaşılmaktadır.

Evde bakım hizmetleri hasta bakımı ve rehabilitasyona ek olarak önleyici hizmetleri de içeren, yaşlılık, hastalık ya da engellilik durumlarında aileye verilen her türlü desteği kapsamaktadır. Temizlik, yemek pişirme, alışveriş, giyinme, banyo, fiziksel egzersiz gibi yardımlar evde bakım uygulamalarıdır. Evde bakımın amacı bakım gereksinimi olan bireyin ihtiyaçlarını karşılamak, aileye destek vermek ve ailenin işlevselliğini arttırmaktır (Bulut, 2001, s. 34). AB genelinde 75 yaş ve üstündeki yaşlıların %18,1’i (kadınların %20,8’i erkeklerin %13,9’u) evde bakım hizmetlerinden yararlanmaktadır (EUROSTAT, 2020, s. 74).

Avrupa ülkeleri başta olmak üzere, gelişmiş refah sistemlerine sahip ülkeler, yaşlı bakımı alanında yaşlının çevresi ile olan iletişiminin kesilmesini engellemek ve hatta güçlendirmek, yaşamını alıştığı ve sevdiği ortamda devam ettirmesini sağlamak, sosyal işlevselliğini arttırmak, mekân değişikliğinden dolayı stres, kaygı ve belirsizlik yaşamalarını önlemek, yaşam rutinlerini olabildiğince sabit tutmak ve yatılı bakım kuruluşlarının yüksek maliyetlerinden kaçınmak için evde bakım hizmetlerini günden güne daha fazla benimsemekte ve evde bakıma yönelik hizmet sunumlarını çeşitlendirmektedirler (Danış, 2004, s. 72).

Gelişmiş refah sistemlerine sahip ülkelerde yaşlıların mümkün olduğu kadar uzun süre kendi evlerinde kalmaları teşvik edilmektedir. Bu ülkelerde yaşlıların konut bakım masrafları ile tadilat giderlerini karşılamaları için destek sunulmakta, yaşlılardan emlak vergisi alınmamakta ve kendi evlerinde yaşayan yaşlılara toplum sağlığı hizmetleri ile çeşitli sosyal destekler sunulmaktadır (Arpacı, 2005, s. 114).

Bu noktada Türkiye'deki mevcut evde bakım hizmetlerinin yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarını evlerinde sürdürmeleri için gözden geçirilerek geliştirilmesi, merkezi hükümetin, yerel yönetimlerin, sivil toplum örgütlerinin ve toplumun rol ve sorumluluklarının olduğu çok paydaşlı bir hizmet sunumunun oluşturulması ve bu süreçte "yaşlılar için" yerine "yaşlılarla birlikte" anlayışıyla hareket edilmesi gerekmektedir (Mavili, 2015, s. 15-17).

4.5.5. Yalnız Yaşlılara Özgü Etkinliklere Yönelik Düşünceler

Katılımcıların yalnız yaşlılara özgü etkinliklere ilişkin ifadeleri, genel olarak kendileri için bir şeyler düzenlenmesi konusunda olumlu düşündüklerini ve birtakım beklentilerinin olduğunu göstermektedir. Katılımcılar sosyalleşmeleri, beceri edinmeleri, deneyimledikleri yalnızlık düzeylerinin azalması, mutluluk düzeylerinin ve yaşam doyumlarının artması adına kendileri için hayat boyu öğrenme programları kapsamında kurslar ve etkinlikler ayrıca çeşitli geziler düzenlenmesi yönünde isteklerinin olduğunu aktarmışlardır. Bununla birlikte

ekonomik, kültürel ve sosyal sermayesi fazla olan kent kökenli bazı katılımcıların bu tarz etkinliklere katılım motivasyonunun diğer katılımcılara göre daha düşük olduğu çünkü bu katılımcıların zaten bu tarz etkinliklere katıldıkları keşfedilmiştir.

4.5.5.1. “Bunlar medeniyet göstergeleri olması lazım”

Katılımcıların deneyimlerinden hareketle, yalnız yaşayan yaşlıların beceri edinebilecekleri çeşitli kurs ve etkinlikler düzenlenmesi ile yaşlıların bir araya gelerek sosyalleşebilecekleri merkezlerin oluşturulması konusunda yüksek motivasyona sahip oldukları açığa çıkarılmıştır. Bazı katılımcılar bu tarz etkinliklerin organizasyonu için gönüllü olarak sorumluluk alabileceklerini, maddi yardımda bulunabileceklerini ve bu tarz etkinliklerin kendilerine bir meşguliyet sağlayacağını ifade etmişlerdir.

Yaşlı nüfus içerisinde okuma yazma ve gündelik yaşam içerisinde gerekli olan fatura ödeme, bankamatikten para çekme gibi temel işlerin nasıl yapılacağını bilmeyen eğitim seviyesi düşük çok sayıda yalnız yaşayan yaşlı bulunmaktadır. Bu durum yaşlıları psikolojik, ekonomik ve sosyal açılardan başkalarına bağımlı kılmaktadır (Kalaycı ve Özkul, 2017, s. 107). Bundan ötürü yalnız yaşayan yaşlılara hayat boyu öğrenme programlarıyla bu becerilerin kazandırılması bağımlılık hislerini azaltacağından önemlidir.

Yaşlıların soyutlanmışlık ve işe yaramazlık duygularına sahip olmaları mutsuz olmalarına neden olmaktadır. Bundan ötürü işe yaradıklarını, aktif oldukları ve bir şeyler üretebildiklerini hissetmelerini sağlayacak hayat boyu öğrenme programları kapsamında çeşitli etkinliklere yönlendirilmeleri önemlidir (Tufan, 2016, s. 139). Nitekim Birleşmiş Milletler Genel Kurulu tarafından kabul edilen Yaşlılık İlkeleri'nden biri olan bağımsızlık ilkesi, yaşlıların yetenek ve isteklerine uygun öğretim programlarından yararlanmalarını ve kapasitelerini geliştirecek fırsatlara sahip olmaları gerektiğini belirtmektedir (Buz vd., 2018, s. 391).

Yaşlıların hayat boyu öğrenme programlarına katılması mutluluklarını arttırmakta, sosyal izolasyona maruz kalmalarını engellemekte ve yaşama dahil olmalarına yardımcı olmaktadır (Zastrow, Kirst-Ashman ve Hessenauer, 2019, s. 37). Ayrıca hayat boyu öğrenme programları ya da gönüllü etkinliklere katılım yaşlıların sağlıklı ve aktif kalmalarını sağlamakta, aile ve topluluk bağlantılarını güçlendirmekte ve bağımsızlıklarını teşvik etmektedir. Bunlara ek olarak yaşlıların yaşamlarında karşılaştıkları problemleri kendi başlarına çözme motivasyonlarını arttırmakta, fiziksel ve bilişsel kapasitelerine katkı sunmakta, iyilik hallerine olumlu etki etmekte ve sahip oldukları sosyal sermayeyi geliştirmektedir (Kolland, 2017, s. 89; Morrow-Howell, Hinterlong, Rozario ve Tang, 2003, s. 137). Bir çalışmada eşini kaybetmiş yalnız yaşlıların gönüllü faaliyetlere katılımları sonucunda sağlık durumlarının olumlu değişim gösterdiği görülmüştür (Principi vd., 2016, s. 91).

Yaşam boyu öğrenme faaliyetleri, yaşlıların bilgi ve becerilerini arttırdığından sosyal sermayelerine olumlu etkide bulunmaktadır. Ayrıca yaşlılar yaşam boyu öğrenme faaliyetleri sonucunda istihdama girmelerini sağlayacak ya da istihdamda kalışlarını uzatacak beceriler edindiklerinden sahip oldukları ekonomik sermaye korunmaktadır. Yaşam boyu öğretimsürecinde kendi akranlarıyla ya da kendilerinden genç kuşaklarla bir araya gelen yaşlıların doğal olarak mensubu oldukları ilişki ağları artmakta ve bu durum sahip oldukları sosyal sermayeyi olumlu yönde etkilemektedir (Aydın Sayılan ve Aydın, 2019, s. 250). Yalnız yaşayan yaşlılara özel hayat boyu öğrenme programları başta olmak üzere birtakım etkinliklerin oluşturulmasını isteyen katılımcıların ifadeleri aşağıda yer almaktadır.

“Tabii ki ya belediye ya da devlet yapacak bunları. Yani sosyal hizmetlerin olmasını ve bizler için bir şeyleri yapmalarını isterim. Hiç böyle bir şey yok. Belediyelerin çoğunda yok. Yenimahalle’de var mı yok mu bilmiyorum şimdi. Ya bir kere benim kapımı çalmıyorlar.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Ben bu tür etkinliklere kesinlikle giderim. Ben gönüllü bile çalışırım. Elimden geldiğince de maddi olarak da yardımcı olurum. Yaşlıların bir araya getirilmesi lazım. Mesela apartmanlarda kimse kimseyi tanımıyor, bilmiyor. Eskiden ne olurdu işte anam falanca teyze yalnız ona bir tabak yemek

götürelim derdi. Eskiden ihtiyacı olana yardım etmek çok güzeldi yani ama şimdi yok öyle bir şey. Bundan dolayı yaşlıları bu yalnızlıktan kurtarmamız lazım.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“İlgi alanımdaki kurslar olsa katılırim işte Çankaya Belediyesi'nin var öyle yaşlılar için değil tabii her yaştan insan için kursları var. Orada İngilizce kursuna yazılmıştım. Yani ilgi alanlarına göre insanlar tabii ki gitmeli bence bir meşguliyet yaşlı insanlar için müthiş bir sosyalleşme aracı çünkü orda yeni insanlarla tanışıyorsunuz.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Bazı katılımcıların sosyalleşme ve eğitim amaçlı etkinliklere ek olarak kendileri için yapılacak gezilere katılma motivasyonuna sahip oldukları, bu tarz etkinliklerin onları mutlu edeceği yönündeki ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Vallahi şimdi belediye bindirse otobüse herhangi bir geziye herhangi bir yere götürse toplu olarak büyük şehirlere götürse gezdirse gelse ne güzel olur.” (Katılımcı 22, 77, Erkek, Sincan)

“Her etkinliğe girerim ben. Bak mesela bunu belediye organize edebilir. Duyuru yapar, böyle katılırim diyenleri liste yapar. Sonra sırayla 50 kişi 100 kişi götüre götüre herkesi gezdirir. Yılda bir iki defa bir yere götürür kötü mü?” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

“Ben Balıkesirliyim çok güzel kaplıcalar, deniz kıyıları var. Belediye yaşlılara yatma yeri ve yemek temin edip onlara bir ortam hazırlamalı. 3-5 gün götürüp gezdirmeli. Yaşlılara üç ay öncesinden duyursa var ya onlar kafalarını oraya harcarlar. Yani orayı düşünürler anlatabiliyor muyum? Onlara yaşam zevki verir. Yaşamlarının son zamanlarını hasta da olsalar ha bak biz gezeceğiz diye umut aşılacak çok iyi olur.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

4.5.5.2. “Seküler olursa ve aşağı yukarı aynı seviyede insanlarla olursak olur”

Ekonomik durumu iyi, eğitim düzeyi yüksek ve kent kökenli katılımcıların yaşlılara yönelik etkinlik, eğitim ve gezilere katılma motivasyonlarının katılımcıların geneline göre düşük olduğu, kamu tarafından organize edilecek etkinliklerin ücretsiz yapılması şeklinde taleplerinin olmadığı fakat kendi eğitim düzeylerinde ve kendileriyle aynı toplumsal konumda olan bir diğer ifadeyle benzer sermayeye sahip olan kişilerle etkinliklere katılmaya olumlu yaklaştıkları keşfedilmiştir. Bu

katılımcılar olağan yaşamlarında zaten tur ve gezilere katıldıklarını, etkinliklerde karışılacakları kendileriyle “aynı seviyede” olmayan kişilerle anlaşamayacaklarını ve kendilerini yaşlı hissetmediklerinden yaşlılarla vakit geçirmeyi tercih etmediklerini ifade etmişlerdir. Bu durum sunulacak hizmetlerin veya yapılacak etkinliklerin bireysel farklılıkları gözetken, yalnız yaşayan yaşlıları homojen bir grup olarak ele almayan şekilde planlanması gerektiğini gözler önüne sermektedir. Katılımcıların konuya ilişkin deneyimleri aşağıda aktarılmıştır.

“Yok canım benim ne işim var bilmediğim insanlarla orada burada. Ben istemem, zaten ben arabama atlayıp gezebiliyorum. Tanımadığım, bilmediğim insanlarla bir arada olmak ya da gezmek istemem. Ben ya uçakla ya da kendi arabamla seyahat ediyorum. Ha bak Amerika’da olsam giderdim çünkü orada en şeyi bile belirli bir seviyenin üstünde, burada böyle değil. Hacı hoca tayfası maalesef çok fazla.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Ben zaten arkadaşlarımla gidiyorum. İmkânım var benim ama imkânı olmayan için belediye yapsa güzel olur. Arkadaşlarım belediyeye giderim derse o zaman giderim. Ben ekibe uyarım. Ücreti ha acenteye ha belediyeye ödedik ne fark eder ki!” (Katılımcı 15, 75, Kadın, Yenimahalle)

“Biraz da yapılacak etkinliğe göre değişir. Mesela haremlik ve selamlık şeyler olursa ben katılmam. Yani erkekler öcü değil, kadınlar şeytan değil. Yani erkek meraklısı değilim elbette ama böyle ayırım hoşuma gitmez. Seküler olursa ve aşağı yukarı aynı seviyede insanlarla olursak olur. Diğer yandan yok kandil programı, yok dua şeyi, yok bilmem ne haftası etkinliği yapılırsa katılmam. Ülke açısından önemli olan yerlere geziler yapılırsa arkadaşlarımla katılırız ama yok türbe yatır katır gezemeyiz yani.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

4.5.6. Gönüllü Gençlerle Bir Araya Gelmeye İlişkin Değerlendirmeler

Bu alt tema altında yalnız yaşayan yaşlıların gönüllü gençlerle bir araya gelme ve bir şeyler yapma konusunda nasıl bir tutum ve beklentiye sahip olduklarını açığa çıkaran deneyimler sunulmuştur. Katılımcıların konuya ilişkin aktarımları kadınların gönüllü gençlerle vakit geçirmeye erkeklere nazaran daha olumlu yaklaştıklarını göstermekte, erkeklerin kandırılma, kuşaklararası çatışma vb. nedenlerle daha temkinli olduklarını açığa çıkarmaktadır. Bu durumun yaşlılık

döneminde bakım sunma rollerini torunları üzerinden devam ettiren kadınların erkeklere göre gençlerle iletişim kurmaya alışık olmalarından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Buna ek olarak erkeklerin kadınlara göre yaşam seyirleri boyunca kamusal alanda daha fazla yer almalarından ötürü arkadaş edinerek sosyal sermaye oluşturmuş olmalarının gönüllü gençlerle sosyalleşmeye sıcak bakmamalarını etkileyen bir unsur olabilir.

Yaşlılar ile genç kuşaklar arasındaki iletişimin giderek azalması toplumda çatışan değerlerin gelişmesine neden olarak gençlerle yaşlıların birbirlerini anlamamalarına, birbirlerini etiketlemelerine ve birbirleri hakkında kalıp yargılar oluşturmalarına sebebiyet vermektedir (Kıpçak ve Dedeli, 2016, s. 2684). Bir çalışma sonucunda huzurevinde kalan yaşlıların gençlere yönelik tutumlarının çocuk/torun sayısı fazla olan yaşlılar ve yaşamlarına evlerinde devam eden yaşlılara nazaran daha olumsuz olduğu bulgulanmıştır. Buna ek olarak yaşlıların yalnızlık ve sosyal dışlanmaya maruz kalmaları sonucunda içe kapanarak kendilerini toplumdaki soyutlamalarının gençlere yönelik tutumlarını olumsuz şekilde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Kıpçak ve Dedeli, 2016, s. 2693). Bundan ötürü gençlerle yaşlıların bir araya gelmeleri, birbirlerini tanıyarak sahip oldukları kalıp yargı ve yanlış inançları düzeltmeleri için oldukça önemlidir. Nitekim yaşlı nüfusun fazla olduğu gelişmiş ülkelerde, kamu kurumları ya da sivil toplum örgütleri tarafından gönüllülük esasına dayalı bir şekilde oluşturulan ve gençlerle yalnız yaşayan yaşlıları bir araya getiren programların yaşlıların maruz kaldığı yalnızlık ve izolasyonun azalması noktasında faydalı olduğu ortaya konulmuştur (Széman, 2014, s. 105).

Bu çalışma kapsamında elde edilen ve alanyazınla örtüşen deneyimler katılımcıların gençlerle zaman geçirmekten keyif alacaklarını, gençlerle vakit geçirmenin yaşlarını unutturacağını, yalnız yaşamlarından kaynaklı sıkıntılarını azaltacağını ve gençlerle olan etkileşimden iki tarafın da fayda sağlayacağını düşündüklerini yansıtmaktadır. Gönüllü gençlerle vakit geçirmek isteyen katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Gençlerle birlikte olma fikri kendine bakmanı sağlar yani boş vermişlikten çıkmanı sağlar. Hani genç gelecek ya hoş görünmek filan istersin de güzel olur.” (Katılımcı 11, 67, Kadın, Kahramankazan)

“Gençlerle olunca yalnızlıktan kurtulmuş olursun. Bir de torunun yerine onu koyabilirsin belki. Yani işte torununla yapmayı istediğim ama yapamadığım şeyleri yapardık.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Şimdi yıllarca genç insanlarla birlikte olduğum için ben seviyorum gençlerle olmak, onlarla sohbet etmek işte evime gelse belki özledikleri anne yemeklerini yapar birkaç saatliğine de olsa bir ev ortamında kalmalarına katkıda bulunurum. Onlar mutlu olunca bende mutlu olurum. Belki hayata çok aynı açıdan bakmıyor olabiliriz ama işte belki birbirimize vereceğimiz şeyler var.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

Erkeklerin çoğunluğunu oluşturduğu katılımcıların gönüllü gençlerle bir araya gelme motivasyonlarının düşük olduğu ve bunun altında gençlerin kendilerini üzme ihtimali, gençler tarafından ihmal ve istismara maruz bırakılma korkusu ile yaş ve jenerasyon farkından dolayı kuşaklararası çatışma yaşama beklentisinin olduğu görülmüştür. Katılımcıların konu hakkındaki ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Yok kardeşim istemem dertsiz başıma dert almam. Bu saatten sonra o gencin derdiyle o gencin şeyiyle üzüntüsüyle de üzülmem.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

“Bu dediğin çok güzel ama bizde olmaz. Amerika'da var, bütün Avrupa ülkelerinde var. Burada millet gönüllü bir şey yapmaz, senin karakaşına karagözüne değil senle vakit geçirmek, sana su vermez. Ne gönüllülüğü. Türkiye ölmüş bitmiş.” (Katılımcı 2, 81, Erkek, Yenimahalle)

“Valla gençlerle bazı konularda anlaşamayabiliriz. Yani demek istediğim ben bir genç için sıkıcı gelebilirim. Ben gençlerin kendi aralarında kullandıkları kelimelere, kalıplara, yaşam bakışına sahip değilim. Bir de yani bir genç yaşlılarla vakit geçirmeyi seviyorsa kendi büyükanne babasıyla geçirir, komşusuyla geçirir, benle zoraki iletişim kurar gibime geliyor.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

4.5.7. Gönüllü Ailelere Sahip Olmaya İlişkin Düşünceler: “Güzel olur aile oluruz. Ekmek paramı bile onlara veririm”

Bu alt tema altında katılımcıların yalnız yaşayan yaşlı olmalarından ötürü sahip oldukları dezavantajları azaltmak, yaşamlarını kolaylaştırmak ve aynı zamanda genç kuşaklara katkı sunmak adına gönüllü ailelerle oluşturulacak bir programa katılmaya ilişkin düşünceleri yansıtılmıştır.

Katılımcıların deneyimleri incelendiğinde gönüllü ailelerle bir araya gelmeye sosyalleşme, yeni çevre edinme, temel ihtiyaçlarını karşılama ve gündelik işlerle ilgili konularda yardım alma gibi sebeplerden ötürü olumlu yaklaşımları keşfedilmiştir. Diğer yandan, katılımcılar bilgi, deneyim ve tecrübelerini gönüllü ailelerle paylaşacaklarını, onlara katkı sunacaklarını ve imkânları dahilinde onları ağırlamak istediklerini belirtmişlerdir. Birleşmiş Milletler Yaşlılık İlkeleri’nden biri olan Katılım ilkesi de yaşlıların bilgi ve tecrübelerini genç kuşaklarla paylaşmalarının yaşlı açısından önemli olduğunu vurgulayarak teşvik etmektedir (Buz vd., 2018, s. 391). Alanyazında yer alan bir çalışmada bu şekilde gönüllü programa katılan yaşlıların yalnız yaşamın sebep olduğu duygusal sıkıntılarının azaldığı ve yaşam tatminlerinin yükseldiği keşfedilmiştir (Nakahara, 2013, s. 112). Başka bir çalışmada da yaşlıların ailelerine sundukları gönüllü katkıların oldukça önemli olduğu ve bunların ailelerin sahip oldukları kültürel ve ekonomik sermayeyi arttırdığı anlaşılmıştır (Warburton ve McLaughlin, 2005, s. 715). Katılımcıların kuşaklararası dayanışma kavramını da çağrıştıran konuya ilişkin deneyimleri aşağıda paylaşılmıştır.

“Güzel olur, aile oluruz. Ekmek paramı bile onlara veririm. Otururuz birlikte güler eğleniriz. Birlikte günler bile yaparız. Birbirimizin tanıdıklarını da tanırız. Çevremiz genişler. Ben onlara yardımcı olurum, onlar bana. Birbirimize sevgi saygı gösteririz. Onlar ne isterlerse yaparım. Nerelere götürüyorlarsa neler yapmak istiyorlarsa yaparım nereye götüreceklerse giderim.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Çok iyi olur. Mesela bu aileler yalnız yaşlıyla vakit geçirir. Kafasını dağıtır, ona yemek yapar, belki elbisesini yıkar. Öyle yaşlıya hürmet ederler. Yaşlı

da onlara elinden geldiğince yardımcı olur. Ne güzel olur. Aileler çok çok sevap işlemiş olurlar. Keşke olsa.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

“İsterdim, niye istemiyim abisi yani şimdi toplulukla yaşamak başka tek başına yaşamak başka. Yani onlardan da bir bilgi alırsın hani onlar olsaydı zaten misal öyle bir şey olsaydı korumuş olsalardı şimdi ben burada olmazdım ki.” (Katılımcı 35, 66, Erkek, Altındağ)

Bazı katılımcıların eşleşecekleri gönüllü aileye ilişkin düşüncelerini paylaşırken ailelere yönelik kullandıkları “sabıka kaydı olmayan”, “bize bir şey yapmayacak” ve “düzgün tipler olsun” ifadeleri göz önünde bulundurulduğunda yaşlıların güvenlik kaygılarının olduğu, ihmal ve istismara maruz kalmaktan çekindikleri anlaşılmaktadır. Bu noktada gönüllü programa dahil edilecek ailelerin detaylı bir inceleme sürecinden geçirilmesinin oldukça önemli olduğu sonucu çıkmaktadır. Katılımcıların bu durumla ilgili ifadeleri aşağıdadır.

“Ondan da çok mutlu olurdum, severdim. Bir şeyleri paylaşırdık, herkesin fikrini öğrenirdim ne düşünüyorlar ne yapıyorlar. Güzel bir şey ama böyle bilinçli insanlar olmasını tercih ederdim. Uyuşacağımız insanlar olmalı. Sabıka kaydı olmayan bize bir şey yapmayacak güvenilir insanlar olmalı.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

“Haftada bir, on beş günde bir görüşürüz. Gençle görüştükten birkaç gün sonra da onlarla görüşürdüm. Güzel olurdu, bunu da isterim bak. Mesela bana gelsinler yemeğimi yesinler, çayımı içsinler ne olacak yavrum. Yalnız düzgün tipler olsun ama öyle it kopukla yapamam yavrum. Beni dövmezler, korkutmazlar dimi yavrum.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

4.5.8. Yaşlı Sitelerine Yönelik Tutumlar: “Çok ideal bir şey olur o dediğin”

Yaşlılık döneminde ortaya çıkan hastalıklar başta olmak üzere çeşitli sebeplerden dolayı yaşlılar yaşamlarını bağımsız devam ettirme konusunda zorluklarla karşılaşmakta fakat alışık oldukları konut ve çevreyi değiştirmek istememektedirler. Huzurevlerinde kalmak istemeyen yaşlılar modernleşme sonucunda değişen toplum yapısından dolayı yaşamlarına yalnız ve izole bir şekilde evlerinde devam etmek durumunda kalmaktadırlar. Bu durum yerinde

yaşlanma olgusunun sağlayacağı avantajları ortadan kaldırmakta ve yaşlıları daha incinebilir kılmaktadır.

Bu alt tema altında katılımcıların gelişmiş refah sistemlerine sahip ABD, Hollanda, Avustralya, Kanada gibi ülkelerde 1950'lerden beri var olan, yaşlıların maruz kaldıkları yalnızlık ve sosyal izolasyonu azaltan (Arsenijevic ve Groot, 2018, s. 2) ve ulusal alanyazında "yaşlı siteleri" veya "yaşlı köyleri" olarak adlandırılan yerleşim yerlerinde yaşamaya ilişkin görüşleri yansıtılmaktadır.

Yaşlı köyleri; kronolojik olarak belirli bir yaşın üstündeki bireylerin kendi bağımsız evlerinde yaşadıkları ve kendileri gibi yalnız veya eşleriyle yaşayan yaşlılarla komşu oldukları site şeklindeki yerleşim yerleridir. Bu yerleşim yerlerinde sağlık, güvenlik, temizlik vb. konularda yaşlılara destek sunulmaktadır. Yaşlı siteleri, yaşlıların komşuluk ilişkilerini sürdürebilmelerine, kendi yemeklerini yapabilmelerine, misafir kabul edebilmelerine, istediklerinde kısa ya da uzun süre farklı yerde kalabilmelerine ve belki de en önemlisi günlük rutinlerini kendileri belirleyebilmelerine olanak tanımakta ve bu sayede huzurevlerinden ayrılmaktadır (Demirci Aksoy ve Günay, 2017, s. 7).

Katılımcıların deneyimleri, arkadaş/komşu edinme, sosyalleşme, yaşam masraflarının azalması ve huzurevlerine karşı daha iyi bir alternatif olması gibi sebeplerden ötürü yaşlı sitelerine yönelik genel olarak olumlu tutuma sahip olduklarını göstermiştir. Bununla birlikte komşularıyla iyi ilişkilere sahip olan, sağlık durumları iyi ve genelde kentsel bölgelerde yaşayan bazı katılımcılar için komşulardan ayrılma ve tüm sakinleri yaşlılardan oluşan birimlerde yaşamının cezbedici olmadığı keşfedilmiştir.

Gün içinde kendileri gibi yalnız yaşayan yaşlılarla vakit geçirebilecekleri ve sosyalleşebilecekleri istedikleri zaman kendi bağımsız evlerinde yalnız kalabilecekleri bir yaşamı tercih eden katılımcıların ifadeleri aşağıdaki gibidir.

“Çok ideal bir şey olur o dediğin. Küçük evler yapılırsa yaşlılar için güzel olur. Şimdi ne kadar gereksiz bu koskoca ev benim için salona doğru dürüst gittiğim yok. Öyle bir şey olsa gerçekten çok mutlu olurum. Sonra benzer görüşte, düşüncede komşularım olsa sohbet etsek, vakit geçiresek çok güzel olur. İnan öyle bir yer olsa bazı arkadaşlarım da taşınır. Komşu da olurduk.” (Katılımcı 25, 81, Kadın, Çankaya)

“İsterim. Giderim orda otururum. Herkes yalnız yaşlı olsun. Şöyle olacak gündüz toplanacaksın konuşacaksın. Gece de gidip kendin yatacaksın öyle güzel. İlla kendi evin olacak. Yerin ayrı olacak.” (Katılımcı 1, 84, Kadın, Keçiören)

“Şöyle mesela devlet yalnız ihtiyaçları toplasa, bize öyle lüks müks değil ha bak böyle gariban işi de olur evler yapsa orda başımıza birilerini koysa, bize mukayyet olsa, sonra da maaşlarımızın üçte birini kira olarak alsa ne güzel olur. Ben bu gecekonduya 200 lira kira vereceğime öyle ev olsa beş yüz lira kira veririm. Niye vermeyeyim.” (Katılımcı 5, 88, Erkek, Altındağ)

Yalnız yaşayan yaşlılara yönelik sitelerde yaşama motivasyonu olan bazı katılımcıların değerlendirmeleri, şehir merkezinden ve sosyal mekân ile donatılardan uzaklaşmama beklentilerinin olduğunu gözler önüne sermektedir. Katılımcıların bu minvaldeki ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Çok güzel bir şey. Keşke öyle bir şey olsa, merkezi bir yerde olsun, öyle çarşıya sokağa gidelim. Gençler bizi ziyaret etsin. Bak öyle yer olursa ben benim bahçeyi veririm. Bahçemi ev yapalım. Muhabbet edilir, öyle şeyler yapılır.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Güzel bir şey tabii ki. Hele şehrin içinde oldu mu gidip gelmesi de kolay olur. Evinde de oturmaktan güzel. Öyle yerde yaşamak istersin niye istemeyesin ki? Çünkü en azından yine çevreni görürsün yani çevrene çıkabilirsin mesela bir komşuya gidebilirsin öyle. Ama tabii ki bizim buralarda yok öyle tür şeyler olmazda yani yapmazlar. Buna kafa yormazlar.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

Olağan yaşamlarında yalnız yaşadıkları evin masraflarını azaltmak isteyen katılımcıların aktarımları yaşlı sitelerinde yaşama motivasyonlarının yüksek olduğunu açığa çıkarmıştır. Buna ek olarak yalnız yaşayan yaşlı komşuları olan ve onlarla vakit geçiren, komşuluk ilişkileri içerisinde gidip gelen katılımcıların yaşlı sitelerinde yaşama motivasyonunun yüksek olduğu ve daha kolay adapte

olacakları keşfedilmiştir. Katılımcıların bu savları doğrulayan ifadeleri aşağıda sunulmuştur.

“Bence çok mantıklı. Burada benim gibi tek adam çok. Hatta onlarla şakalaşırdık, oğlum hepimiz bir sürü masraf yapacağımıza, doğalgazdır bilmem nedir hepimiz bir yerde oturalım yatalım kalkalım diye öyle şakalaşırdık.” (Katılımcı 22, 77, Erkek, Sincan)

“Dediğiniz şey çok güzel. Onu arkadaşlarım düşünüyor, bir tane apartman tutarız diyorlar herkes kendi dairesinde kalır ama giderler az olur diyorlar. Mesela bir temizlikçiye maaş verir, her gün birinin evini temizletiriz diyorlar. Öyle bir sohbetimiz var.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Çok isterim oğlum. Bak ben X hanım ve X hanım zaten bu dediğin gibi yaşıyoruz. Üçümüzün de kocası yok. Çocuklarımız uzak. Bak biz birbirimize gideriz. Öyle çok güzel oluyor. Mesela akşam yemek yiyeceğiz diyelim, hepimiz bir yerde toplanıyoruz, yemeklerimizi birleştiriyoruz. Çok güzel oluyor.” (Katılımcı 29, 80, Kadın, Yenimahalle)

Komşularıyla iyi ilişkilere sahip olan, sağlık durumları iyi ve genelde kentsel bölgelerde yaşayan katılımcılar yalnızca yaşlılardan oluşan bir sitede yaşamak istemediklerini, genç ve orta yaşa mensup komşularla vakit geçirmeyi tercih edeceklerini, alışık oldukları ev ve komşularla mutlu olduklarını, yaşlılarla sürekli vakit geçirmenin kendilerini olumsuz etkileyeceğini ifade ederek yaşlı sitelerinde yaşamaya yönelik olumlu tutuma sahip olmadıklarını aşağıdaki sözcüklerle ifade etmişlerdir.

“Dediğin şey yaşlılar yurdu oluyor. Hep yaşlı olur mu? Mesela ben yaşlıyla yaşlı, gençle genç olurum. Komşular der ki sen yaşlısın ama gülüyorsun ne güzel diyor. Ben mesela gençlerle gülerim, yaşlılarla ağlarım. Herkes yaşlı olursa keder olur, sıkıcı olur, şenlik olmaz. İstemem öyle ben.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Ben 30 yıldır bu evde yaşıyorum. Ben bu evi ve komşularımı bırakmak istemem, komşularıyla çok iyiyim. Niye tanımadığım insanların yanına gideyim ki?” (Katılımcı 3, 79, Kadın, Keçiören)

“Ben dediğin gibi ev istemem yani çünkü herkes benim gibi yaşlı değil. Ben onlarla bütün gün orda vakit geçirsem benim içimi de kuruturlar. Yani, ha benim gibi kendi ayarımda olan insanlar olsa tamam yaşarım belki.”

Arkadaşlarla bile yapamıyorken şimdi tanımadığın yaşlılarla aynı şekilde kalmak mümkün değil.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“İstemem. Bence siz beni gençlerin kaldığı bu şekilde bir lojmana alın, görün bakın orada çok sevilen biri olurum. Kimseyle sorunum olmaz ve çok mutlu olurum. Ha benim dışımda birkaç yaşlı daha olabilir, sorun değil sadece herkes yaşlı olmasın.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

4.5.9. Teknoloji Temelli Uygulamalara Bakış: “Hatta bana su içmeyi bile anımsatmalı”

Bu alt tema altında katılımcıların gündelik yaşamlarını kolaylaştırarak yalnız yaşamın sebep olduğu dezavantajları azaltacak ve ev kazalarına maruz kalmaları durumunda profesyonel yardım mekanizmalarına erişmelerini sağlayacak teknoloji temelli uygulamalara bakışları ele alınmıştır.

Katılımcıların deneyimleri ev kazaları ve aniden meydana gelebilecek rahatsızlıklardan ötürü teknoloji temelli uygulamaların yararlı olduğunu düşündüklerini ve bunların yaygınlaşması gerektiği fikrine sahip olduklarını ortaya çıkarmaktadır. Alanyazın incelendiğinde gelişmiş birçok ülkede yaşlıların konutlarında teknoloji temelli uygulama ve araçlardan yararlanmalarının uzun bir geçmişinin olduğu görülmüş ve bu uygulama ile araçların yalnız yaşamdan veya yaşlılıktan ötürü sahip oldukları risklere karşı koruyucu işlevlere sahip olduğu anlaşılmıştır. Buna ek olarak teknoloji temelli uygulamalar ve araçlar sayesinde, yaşlıların daha güvende hissettikleri ve bunları kullanma motivasyonlarının olduğu görülmüştür (Menghi vd., 2019, s. 394; Santana-Mancilla ve Anido-Rifón, 2017, s. 617). Katılımcıların konuya ilişkin ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Herkes ister ya. Yani insanın yapısı belli olur mu akşam yatarsın sabah kalkmışsın ki hastasın. Mesela çok ileri düzeyde tansiyonun çıkmış kalkıp yürüyemezsin. Bunlar tabii olmaması gereken şeyler varsa bu uygulamanın yaygınlaşmasını istiyorum.” (Katılımcı 8, 78, Erkek, Beypazarı)

“Tabii ki tabii ki o kamera o tür sıkıntıları belli kurumlara yansıtabilecek cihazların olmasında fayda var. Yani insanın başına her şey gelebilir. Bunlar isabetli olur.” (Katılımcı 9, 73, Erkek, Kahramankazan)

*“Mesela ev içi kazalarına karşı evinizde bir önlem olsun. Daha rahat hissedirdim çünkü gece kulaklığımı çıkarıyorum bunun için duymam yani.”
(Katılımcı 16, 75, Kadın, Keçiören)*

“Hatta bana su içmeyi bile anımsatmalı işte suyunu iç, ilaç saatin tabii düşünce acil buton, tabii ki çok, çok yaralı olur hem de. Bu sadece 65 yaş için değil yalnız yaşayan insanlar için önemli aslında.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

5. BÖLÜM: SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu başlık altında görüşülen katılımcıların deneyimlerinden hareketle yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarındaki gereksinimleri ortaya koyulmuş ve bu gereksinimleri gidermeye yönelik öneriler geliştirilmiştir.

5. 1. ARAŞTIRMANIN SONUÇLARI

Bu çalışmanın amacı, yalnız yaşayan yaşlıların yaşlılık algılarını, yalnız yaşam nedenlerini, gündelik rutinlerini ve sahip oldukları ilişkilere yönelik değerlendirmelerini keşfetmek, yaşlıların deneyimlerinden hareketle gereksinimlerini tespit edip bu gereksinimleri giderecek hizmetlerin geliştirilmesi için politika ve sosyal hizmet önerileri geliştirmektir.

Nitel araştırma yöntemi ile tasarlanan ve yürütülen bu çalışmada fenomenolojik yaklaşım kullanılmış, amaçlı örneklem yoluyla seçilen Ankara'da yalnız yaşayan 35 yaşlıyla yarı yapılandırılmış görüşme gerçekleştirilmiştir. Yapılan görüşmeler aracılığıyla elde edilen deneyimler tümevarımsal tematik analiz tekniğiyle analiz edilmiş ve beş tema altında sunulmuştur.

Araştırmanın sonuçları sunulurken önce çalışma kapsamında elde edilen genel sonuçlara değinilecek, ardından katılımcıların deneyimleri doğrultusunda şekillenen temalar özelinde elde edilen sonuçlara yer verilecektir.

5.1.1. Araştırmanın Genel Sonuçları

Bu çalışma kapsamında görüşülen *katılımcılar genel olarak yaşlı olmadıklarını düşünmektedir*. Bununla birlikte sağlık durumu, ekonomik durum ve yaşanılan yer katılımcıların yaşlı olmadıkları yönündeki düşüncelerin kararlılık düzeyini etkilemektedir. Sağlık durumu ile ekonomik durumu iyi olan ve kentte

yaşayanların yaşlı olmadıklarını daha kararlı bir şekilde ifade ettikleri fark edilmiştir.

Katılımcılar çocuklarının ya da bir başkasının evinde rahat edemeyeceklerini düşünmekte, yalnız yaşamı “özgürlük” olarak nitelendirmekte, çocuklarına yük olmak ve alışık oldukları yaşam alanını değiştirmek istememektedirler. Bundan ötürü sahip oldukları yalnız yaşamdan kaynaklı dezavantajlara ve gündelik yaşamlarında karşılaştıkları zorluklara rağmen yaşamlarını yalnız sürdürme noktasında büyük bir motivasyona sahiplerdir.

Katılımcılar, yaşlı olmalarından ve yalnız yaşamlarından ötürü önceki yaşam dönemlerine göre sosyal izolasyona maruz kalmaktadır. Bununla birlikte katılımcıların sahip oldukları sermaye ile sosyodemografik özellikleri maruz kaldıkları sosyal izolasyonu azaltma noktasında önemli bir işleve sahiptir.

Katılımcılar genel refahlarını değerlendirirken, *sahip oldukları gelir miktarından bağımsız olarak yeterli gelire sahip olduklarını düşünmekte* ve gelir konusunda oldukça kanaatkâr bir tutum takınmaktadırlar.

Katılımcılar yaşlılık döneminde meydana gelen biyolojik ve fizyolojik değişimleri gerileme olarak nitelendirmekte, yaşlılık döneminde meydana gelen değişimlerden ötürü başkalarına bağımlı hale geldiklerini düşünmekte ve bu durumu yaşlılığın olumsuz yanı olarak görmektedirler. Ayrıca bu değişimlerin sosyal ilişkilerini ve gündelik yaşamlarını olumsuz etkilediğini ve yalnız yaşamlarını zorlaştırdıklarını ifade etmişlerdir.

Katılımcılar, huzurevleri hakkında yeterli ve doğru bilgiye sahip değillerdir. Aynı zamanda bu kurumlara karşı olumsuz tutumları bulunmaktadır. Katılımcıların bu kurumlara karşı olumsuz tutumlarının sosyodemografik özelliklere göre değiştiği, eğitim durumu yüksek olan kent kökenli katılımcıların daha olumlu tutuma sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

Katılımcılar yaşlılara yönelik mevcut sosyal politika ve sosyal hizmetlere ilişkin yeterli bilgiye sahip değildirler. Katılımcıların yaşlılara yönelik sosyal politika ve hizmetler hakkındaki bilgileri resmi kaynaklardan öğrenmedikleri ve bundan ötürü yanlış bilgilere sahip oldukları anlaşılmıştır.

Katılımcıların yalnız yaşamdan ve yaşlı olmalarından kaynaklı dezavantajlarını azaltacak, yaşamlarını kolaylaştıracak hizmetlere ilişkin beklentilerinin düşük olduğu ve kendileri için birtakım hizmetlerin geliştirileceğine inanmadıkları ortaya çıkmıştır.

5.1.2. Yaşlılığa İlişkin Deneyimler

Katılımcılar genel olarak yaşlı hissetmediklerini belirtmiş ve *kronolojik yaşlarından ötürü yaşlı olarak nitelendirilmelerine karşı çıkmışlardır*. Kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek katılımcılar sosyal çevrelerinden kopmadıklarını, topluma ve çevrelerine katkı sunmaya devam ettiklerini ve bundan ötürü yaşlı olmadıklarını belirtmişlerdir.

Katılımcılar genel olarak yaşlılık dönemini hastalıkların olduğu ve kişinin kendini idare edemediği bir dönem olarak görmektedirler. Bununla birlikte sağlık durumu ve ekonomik durumu iyi olan katılımcıların ekonomik durumu kötü olan katılımcılara nazaran yaşlılık dönemini hastalıklarla ilişkilendirmedikleri, yaşam döngüsü içinde bir süreç olarak ele aldıkları ve yaşlılık dönemine daha olumlu yaklaştıkları anlaşılmıştır.

Katılımcıların yaşlı kişiyi olumsuz sıfatlar kullanarak tanımladıkları görülmüştür. Eğitim durumu düşük, ekonomik durumu kötü olan kır kökenli katılımcılar yaşlı kişiyi fizyolojik açıdan hasta ve sağlıksız; psikolojik açıdan huysuz ve hayattan vazgeçmiş kişi olarak tanımlamışlardır. Kent kökenli katılımcılar ise yaşlı kişiyi tanımlarken daha yumuşak sıfatlar kullanarak fizyolojik açıdan bedeninde değişim meydana gelen, psikolojik açıdan ise dediklerinin yapılması konusunda

ısrarcı, çabuk öfkelenen ve eskiye göre daha huysuz kişi olarak nitelendirmişlerdir.

Katılımcıların yaşlılığın olumlu yönlerine ilişkin değerlendirmeleri sahip olunan sermaye ve sosyodemografik özelliklere göre farklılaşmaktadır. Kent kökenli veya eğitim düzeyi yüksek olan katılımcılar, yaşlılık döneminde sahip olunan boş zamanı, yaşam boyunca edinilen tecrübe ve bilgeliği yaşlılığın olumlu yönleri olarak ele almışlardır. Kırsal bölgelerde yaşayan katılımcılar ise yaşlıların gördüğü toplumsal saygıyı ve fikirlerine önem verilmesini yaşlılığın olumlu yönü olarak belirtmişlerdir. Torun sahibi olmanın ise katılımcıların tamamı tarafından yaşlılığın olumlu yönü olarak ele alındığı anlaşılmıştır.

Katılımcıların yaşlılara yakıştıramadıkları davranışların sahip olunan sermaye ve sosyodemografik özelliklere göre farklılaştığı anlaşılmıştır. Kadın katılımcılar yaşlıların etraflarında olup biten her şeye özellikle de gençlere karışmalarına karşı çıkmaktadırlar. Erkekler ise yaşlıların karşı cinsle ilişkilerde ölçülü olmamalarını hoş bulmamaktadırlar. Diğer yandan kır kökenli ve eğitim düzeyi düşük kadınlar yaşlıların renkli, gösterişli ve açık kıyafetler giymelerini, gece dışarıya çıkmalarını tasvip etmemektedirler. Eğitim durumu yüksek, ekonomik durumu iyi kent kökenli katılımcılar yaşlıların kendilerini toplumdan soyutlamalarını eleştirmektedirler.

5.1.3. Yalnız Yaşama İlişkin Düşünceler

Katılımcıların çocukları ya da bir başkasının evinde rahat edemeyeceklerini düşündükleri ve özellikle ekonomik sermayeye sahip kent kökenlilerin kuşak çatışması yaşamamak adına yalnız yaşamayı tercih ettikleri anlaşılmıştır. Buna ek olarak bazı kır kökenli kadın katılımcıların eşlerinin vefatından sonra bir süre çocuklarıyla yaşadıkları ve süreç içerisinde aile içi sorunlardan dolayı kendi evlerine çıktıkları ortaya çıkmıştır.

Katılımcılar eşlerinin vefatından sonra evlerine gelen misafir, akraba, arkadaş ve komşu sayısında azalma olduğunu belirtmişlerdir. Erkeklerin kadınlara göre bu durumu daha ciddi şekilde deneyimlediği anlaşılmıştır. Diğer yandan katılımcıların eş kaybından sonra gerçekleştirdikleri sosyal aktivitelerin azaldığı veya sonlandığı ve bu durumu kadınların daha ciddi bir şekilde deneyimledikleri fark edilmiştir.

Katılımcıların yalnız yaşama başladıkları dönemde yalnız yaşamaya ilişkin korku ve kaygılarının süreç içerisinde azaldığı ve katılımcıların yeni yaşamlarına alıştıkları anlaşılmıştır.

Katılımcılar yaşadıkları yeri başkalarıyla paylaşmamalarını, özel alana sahip olmalarını, kısıtlanmamalarını, boş zamanlarını istedikleri şekilde değerlendirebilmelerini ve gündelik rutinlerini kendi taleplerine göre şekillendirebilmelerini yalnız yaşamın avantajları olarak görmektedirler.

Katılımcıların maruz kaldıkları sosyal izolasyon ve yalnızlığı, çevreleriyle azalan iletişimlerini, evde paylaşımda bulunabilecek ve hastalık dönemlerinde destek alınabilecek birilerinin olmayışını, artan kaygı ve stresi yalnız yaşamdan kaynaklı dezavantajlar olarak görmektedirler.

Sağlık durumu ve ekonomik koşulları iyi olan katılımcıların zamanla yalnız yaşamaya alıştıkları ve ilk döneme göre daha az zorlandıkları görülmüş diğer yandan sağlık durumu kötüleşen ve yardım gereksinimi artanların yalnız yaşamın ilk döneminde daha az zorlandıkları anlaşılmıştır.

Katılımcıların bağımsız bir şekilde yaşamlarını devam ettirebildikleri sürece yalnız yaşamak istedikleri anlaşılmıştır. Bununla birlikte katılımcıların sahip oldukları sosyodemografik özellikler ve sermayenin bağımsız yaşayamamaları durumunda yaşamak istedikleri yer seçiminde etkili olduğu fark edilmiştir.

5.1.4. Gündelik Yaşam Deneyimleri

Katılımcıların gündelik yaşam deneyimlerinin sahip oldukları sermaye ve sosyodemografik özelliklere göre şekillendiği fark edilmiştir. Kırsal bölgelerde yaşayan veya kır kökenli olan kadınların günlerini evde televizyon izleyerek geçirdikleri, sık sık komşularına gittikleri ve dini etkinliklerin gündelik yaşamlarında geniş bir yer kapladığı anlaşılmıştır. Sosyal ve ekonomik sermayesi yüksek kent kökenli kadın katılımcıların gündelik rutinlerinde arkadaşlarla dışarıda buluşma, kitap okuma, internet kullanma, spora gitme aktivitelere yer verdikleri fark edilmiştir. Erkek katılımcıların ise komşular yerine genellikle ev dışında arkadaşlarıyla sosyalleştikleri ve dışarıda kadınlara göre daha fazla zaman geçirdikleri ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların ev işleri ve yemek yapma konusunda dışarıdan yardım aldıkları fakat yardım alma sıklığının ve yardım alınan kişinin katılımcıların sosyodemografik özelliklerine göre değiştiği anlaşılmıştır. Katılımcıların ekonomik durumu iyileştikçe “yardımcı” alma sıklığının arttığı, kır kökenli veya kırsal ilçelerde yaşayan erkeklerin genellikle çocuklarından temizlik ve yemek konusunda yardım aldıkları, kent kökenli erkeklerin ise bu hizmetleri piyasadan aldıkları fark edilmiştir.

Katılımcıların ev dışındaki zamanlarını nasıl geçirdikleri sosyodemografik özelliklerine ve sahip oldukları sermayeye göre değişmektedir. Erkek veya kent kökenli katılımcıların boş zamanlarında genellikle kafe gibi alanlarda arkadaşlarıyla buluştukları, kır kökenli veya kırsal ilçelerde yaşayan kadın katılımcıların akraba ve komşu ziyaretleri gerçekleştirdikleri anlaşılmıştır. Buna ek olarak katılımcıların gün içinde dışarı çıkmaya önem verdikleri, kadınların yakın yerlerdeki marketleri gezdikleri erkeklerin ise insanlarla buluşabilecekleri lokal, kıraathane veya cami gibi mekânlara gittikleri ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların genel refahlarına yönelik değerlendirmelerinin genellikle olumlu olduğu, en çok kira, gıda, ısınma, sağlık ve gündelikçi harcamaları yaptıkları

anlaşılmasıdır. Kent kökenlilerin, katılımcıların genelinden farklı olarak tatil, hobi, kuaför, otomobil giderleri ve çocuk ya da yakınlara maddi yardım şeklinde harcamalarının olduğu fark edilmiştir.

Katılımcıların yaşlanmaya bağlı birtakım hastalıklarının olduğu ve bu hastalıkların gündelik yaşamlarını etkilediği anlaşılmasıdır. Bununla birlikte katılımcıların sağlık hizmetlerine erişimlerinin aynı olmadığı, ekonomik sermayeye sahip olanların sağlık hizmetlerini kamu yerine piyasadan almayı tercih ettikleri fark edilmiştir. Ekonomik sermayeye sahip olmayan katılımcıların ise kamu kurumlarından sağlık hizmeti alma sürecinde birçok noktada zorluk yaşadıkları ortaya çıkmıştır.

Katılımcılar mutlu olduklarını ifade etmişlerdir. Bununla birlikte sağlıklı olanların ve ekonomik durumu iyi olanların kendilerine güvenlerinin daha fazla olduğu, daha bağımsız hissettikleri ve görünüşlerine daha çok önem verdikleri anlaşılmasıdır.

Katılımcıların toplumsal, gönüllü ve siyasal katılıma önem verdikleri fakat ekonomik kısıtlılıkların, elverişsiz sağlık koşullarının ve toplumun yaşlılara yönelik ayrımcı tutumunun katılımlarını zorlaştırdığını düşündükleri anlaşılmasıdır. Ayrıca sosyodemografik özellikleri ile sermayelerinin toplumsal, gönüllü ve siyasal katılımlarını etkilediği fark edilmiştir. Kent kökenli, ekonomik sermayesi fazla ve eğitim durumu yüksek katılımcıların çeşitli sivil toplum kuruluşları bünyesinde faaliyetler gerçekleştirdikleri, toplumsal katılımlarının daha fazla olduğu ve siyasi partilere üye oldukları görülmüştür. Buna karşın maddi durumu iyi olmayan kırsal kökenli katılımcıların sivil toplum faaliyetleri içerisinde daha az yer aldıkları, toplumsal katılımlarının daha düşük olduğu ve siyasi katılımlarını haber takibiyle sınırlandırdıkları ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların sosyodemografik özelliklerinin akıllı telefon sahibi olma ve teknolojik ürünleri kullanabilmeyi doğrudan etkilediği anlaşılmasıdır. Kent kökenli, eğitim durumu yüksek ve ekonomik durumu iyi olan, bir başka ifadeyle sosyal, ekonomik ve kültürel sermayesi fazla olan, katılımcıların akıllı telefona ek olarak

tablet, bilgisayar gibi çeşitli teknolojik aletleri kullanarak yaşamlarını kolaylaştırdıkları, ekonomik durumu kötü, kırsal kökenli ve özellikle kadın katılımcıların ise akıllı telefon sahipliği ve teknoloji kullanımlarının daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirdikleri etkinliklerin sosyodemografik özelliklerine göre şekillendiği fakat televizyon izlemenin tüm katılımcılar tarafından gerçekleştirilen ortak bir etkinlik olduğu anlaşılmıştır. Kır kökenli kadın katılımcıların boş zamanlarında Kuran okudukları ve ibadet ettikleri, kent kökenli veya erkek katılımcıların ise gazete ve kitap okudukları, arkadaşlarıyla buluştukları, kafe vb. ev dışı alanlarda sosyalleştikleri fark edilmiştir.

Katılımcıların tekrar evlenmeye sıcak bakmadıkları fakat katılımcıların sosyodemografik özelliklerinin tekrar evlenmeye ilişkin tutumlarını etkilediği anlaşılmıştır. Nitekim kır kökenli kadın katılımcılar, ataerkil toplumsal yapıdan kaynaklı sebeplerle tekrar evlenmeye şiddetle karşı çıkarlarken, sosyal, kültürel ve ekonomik sermayesi fazla olan kent kökenli kadınlar tekrar evlenmeyi daha “normal” karşılamakta fakat yine de bir erkeğin bakım sorumluluğunu almamak ve kısıtlanmamak adına evlenmemeyi tercih etmektedirler. Erkekler ise bırakacakları mirasın parçalanmaması ve evlilik sürecinde ekonomik istismara maruz kalmamaları adına tekrar evlenmeye mesafeli durdukları fark edilmiştir.

Katılımcıların bayram ve yılbaşı gibi özel günleri nasıl geçirdikleri sosyodemografik özellikleri ve yaşadıkları yere göre değişiklik gösterdiği anlaşılmıştır. Kır kökenli ya da kırsal bölgelerde yaşayan katılımcılar özel günlerin olağan dönemden farklı geçtiği, bu günlerde yalnız kalmadıkları ortaya çıkmıştır. Diğer yandan kent kökenli ve eğitim düzeyi yüksek katılımcıların özel günleri olağan bir günmüş gibi herhangi bir değişiklik olmadan geçirdikleri ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların gençlik dönemlerinde yaşlılık dönemlerini ve özellikle de yalnız yaşama ihtimallerini düşünmedikleri ve buna ilişkin hazırlık yapmadıkları fark edilmiştir.

5.1.5. İlişkiler

Çocuk ve torunlarıyla iyi ilişkiye sahip olan katılımcıların çocuklarından destek alabildikleri, bu desteğin yaşamlarını kolaylaştırdığı ve bir karar almadan önce birbirlerinin fikirlerini aldıkları anlaşılmıştır. Ayrıca ekonomik, kültürel ve sosyal sermayesi fazla olan kent kökenli katılımcıların çocuklarıyla daha iyi iletişime sahip oldukları, çocuklarından daha az beklentileri olduğu ve çocuklarıyla ilişkilerinden daha tatminkâr oldukları ortaya çıkmıştır. Diğer yandan kırsal kökenli kadınların diğer katılımcılara göre çocuk ve torunlarından alacakları desteğe daha bağımlı oldukları fark edilmiştir.

Çocuk ve torunlarıyla iyi ilişkiye sahip olmayan katılımcıların sık görüşmedikleri, birbirlerine karşı kırgınlıklarının olduğu, yaşamlarının en az bir döneminde sorun yaşadıkları ve herhangi bir konuda fikir alışverişi yapmadıkları anlaşılmıştır. Buna ek olarak çocuklarıyla iyi ilişkiye sahip olmayanların torunlarıyla da iyi ilişki kuramadıkları fark edilmiştir. Bazı katılımcıların çocuklarıyla ilişkilerinin kötü olmasının altında yalnız yaşam sürecinde ihmal edilmeleri ile ekonomik istismara maruz bırakılmalarının yattığı anlaşılmıştır.

Katılımcıların çocuk, gelin ve torunlarıyla aynı evde yaşamaya sıcak bakmadıkları keşfedilmiştir: Bu durumun altında onlarla yaşayacakları olası gerginlikten kaçınma, onlara yük olmayı istememe ve alışık oldukları çevrenin dışına çıkmayı tercih etmeme gibi sebeplerin olduğu anlaşılmıştır.

Katılımcıların komşularıyla ilişkilerinin genel olarak iyi olduğu anlaşılmıştır. Bununla birlikte uzun süredir aynı binada oturanlar ile kırsal kökenli veya kırsal ilçelerde yaşayan katılımcıların komşularıyla daha yakın oldukları ve daha çok

dayanıştıkları anlaşılmıştır. Diğer yandan kent kökenli veya kısa süreli komşuluk ilişkisine sahip olan katılımcıların komşularıyla çok yakın olmadıkları ve bundan ötürü daha sınırlı komşu desteğine sahip oldukları fark edilmiştir. Erkek katılımcıların, kadın katılımcılara nazaran komşularıyla daha sınırlı ilişkiye sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

Kırsal kökenli kadınların arkadaşlarıyla gün gibi etkinliklerde bir araya geldikleri, kent kökenli kadınların ise arkadaşlarıyla hem günlerde hem de istedikleri zaman ev dışı alanlarda buluşabildikleri anlaşılmıştır. Ayrıca erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha fazla arkadaşlarının olduğu, arkadaşlarıyla genellikle ev dışı alanlarda buluştukları fark edilmiştir. Son olarak ileri yaştaki katılımcıların arkadaşlarının vefat ettiği ve bundan dolayı yalnızlaşmaya başladıkları ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların akrabalarla olan ilişkilerinin yaşanılan yere göre şekillendiği görülmüştür. Kırsal bölgelerde yaşayanların gerek duyduklarında akrabalarından destek alabildikleri, kent kökenli veya merkezi ilçelerde yaşayan özellikle de erkek katılımcıların akrabalarıyla çok sık görüşmedikleri ve bundan ötürü onlardan destek alamadıkları anlaşılmıştır.

Katılımcıların esnafla ilişkilerinin genel olarak iyi olduğu anlaşılmıştır. Esnafın kadın katılımcılara eşyalarını taşıma ile ürün seçme noktasında destek olduğu buna karşın kadın katılımcıların esnafa yakın olmak adına harçlık verme, yemek götürme vb. stratejiler uyguladıkları anlaşılmıştır. Erkek katılımcıların da kadın katılımcılar gibi esnafla iyi ilişkilere sahip oldukları ve hatta birlikte vakit geçirdikleri ortaya çıkmıştır.

Kırsal ilçelerde yaşayan veya kır kökenli olan katılımcıların en sık görüştüğü kişiler kardeş ve yeğen gibi yakın akraba veya komşuları olduğu, en yakın hissettikleri ve en çok anlaştıkları kişilerin ise komşuları olduğu anlaşılmıştır. Diğer yandan erkek katılımcılar ile kent kökenli katılımcıların en sık görüştüğü,

en yakın hissettikleri ve en çok anlaştıkları kişilerin arkadaşları olduğu ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların kendileri gibi yalnız yaşayan tanıdıklarının olduğu, kır kökenlilerin kendileri gibi yalnız yaşayan tanıdıkları/komşularıyla sık görüşerek dayanıştıkları kent kökenlilerin ise daha sınırlı iletişime sahip oldukları anlaşılmıştır.

Katılımcıların yalnız yaşamaya başlamalarının ilişkilerini olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Kadın katılımcıların mahalle baskınına maruz kaldıkları, evlerine gelen konuk sayısının azaldığı, kent kökenli katılımcıların ailece görüştükleri arkadaş çevrelerinden dışlandıkları ve erkeklerin evlerine konuk gelmediği anlaşılmıştır.

5.1.6. Politika Önerileri

Katılımcıların yaşlılara yönelik sosyal politika ve hizmetler hakkında yeterli bilgiye sahip olmadıkları, genel olarak yerel yönetimler tarafından sunulan hizmetlerle ilgili fikirlerinin olduğu ve sosyodemografik özelliklerin hizmetleri bilmeye onlardan yararlanma durumunu etkilediği anlaşılmıştır. Kırsal ilçelerde yaşayan veya ekonomik durumu iyi olduğu için hizmetlerden yararlanamayacaklarını düşünen kent kökenli katılımcıların hizmetlere ilişkin farkındalıklarının olmadığı, buna karşın merkez ilçelerde yaşayan ekonomik durumu kötü ve orta düzeyde olan katılımcıların yaşlılara yönelik hizmetler hakkında daha yüksek farkındalığa sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların, yalnız yaşayan yaşlıların ev işlerine yardım edilmesi, yalnız oldukları için sahip oldukları dezavantajların azaltılması ve tek başlarına üstesinden gelemedikleri işlere destek sağlanması şeklinde hizmet beklentilerinin olduğu anlaşılmıştır. Buna ek olarak sosyalleşebilecekleri ve maruz kaldıkları yalnızlık ve izolasyonu azaltacak gündüzlü merkezlerin açılmasını talep ettikleri fark edilmiştir.

Katılımcıların huzurevi ve yaşlı bakım merkezlerine ilişkin düşüncelerinin olumsuz olduğu görülmüştür. Bununla birlikte sosyodemografik özelliklerin bu kurumlara bakışı etkilediği anlaşılmıştır. Kır kökenli ve eğitim düzeyi düşük kadın katılımcıların huzurevlerine yönelik en olumsuz düşüncelere sahip grup olduğu; kent kökenli, eğitim seviyesi yüksek kadınların huzurevlerine yönelik değerlendirmelerinin daha az olumsuz olduğu ve bu kurumların bireysel özellikleri dikkate almadıklarını düşündükleri ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların yaşamlarını bağımsız devam ettirememeleri durumunda dahi huzurevlerinde kalmaya sıcak bakmadıkları anlaşılmıştır. Bununla birlikte kır kökenli katılımcıların huzurevlerinde kalmaya en mesafeli duran grup olduğu ve huzurevlerinde kalmaları durumunda çocuklarının ayıplanacağını düşündükleri ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların yalnız yaşayan yaşlılar için hayat boyu öğrenme felsefesine dayalı çeşitli kurslar ve kültürel geziler düzenlemesi yönünde taleplerinin olduğu anlaşılmıştır. Bununla birlikte sosyal, ekonomik ve kültürel sermayesi fazla olan katılımcıların yalnız yaşayan yaşlılar için düzenlenecek gezilere katılma motivasyonlarının düşük olduğu, bu gezilere ancak kendilerine hitap edilmesi ve arkadaşlarının da gelmesi durumunda katılacakları fark edilmiştir.

Gönüllü gençlerle bir araya gelme ve çeşitli etkinlikler gerçekleştirme noktasında kadınların erkeklere göre daha yüksek bir motivasyona sahip oldukları, erkeklerin kandırılma, kuşaklararası çatışma yaşama gibi çekincelere sahip oldukları anlaşılmıştır.

Gönüllü ailelerle bir araya gelme ve onlarla vakit geçirme konusuna katılımcıların tamamının olumlu yaklaştığı ve kendilerinin de gönüllü ailelere katkı sunmayı istedikleri yalnız gönüllü ailelerin seçim sürecinde hassas olunması yönünde beklentilerinin olduğu fark edilmiştir.

Katılımcıların yaşlı sitelerinde yaşamaya ilişkin genel olarak olumlu tutuma sahip oldukları anlaşılmıştır. Bununla birlikte komşularını uzun süredir tanıyan ve onlarla iyi ilişkilere sahip olan katılımcılar ile sağlık durumu iyi olan katılımcıların yaşlı sitelerine daha mesafeli yaklaştıkları anlaşılmıştır.

Katılımcıların evlerine teknoloji temelli uygulamaların yerleştirilmesi konusunda olumlu tutuma sahip oldukları ve bu uygulamalar sayesinde daha güvenli hissedecekleri ortaya çıkmıştır.

5.2. ÖNERİLER

Yalnız yaşayan yaşlıların yaşam deneyimlerinden hareketle sahip oldukları gereksinimleri anlamayı ve bu gereksinimleri giderecek hizmetlerin geliştirilmesi için sosyal politika ve sosyal hizmet önerileri geliştirmeyi hedefleyen bu çalışma kapsamında oluşturulan öneriler aşağıda sunulmuştur.

5.2.1. Hizmet Verenlere Yönelik Öneriler

- Politika yapıcı ve hizmet geliştirici rolü olan merkezi yapı unsurlarının nüfusun yaşlandığı, yaşlılar arasında yalnız yaşayanların arttığı ve yaşlılara yönelik kapsamlı politika ve hizmet gereksinimi olduğu gerçeğiyle yüzleşmeleri ve ardından sosyal ve kültürel dinamikleri göz önünde bulundurarak yalnız yaşayan yaşlıların gereksinimlerini giderecek müdahale araçları oluşturmaları önerilmektedir. Bununla birlikte yalnız yaşayan yaşlıların gereksinimleri yalnızca barınma, istihdam, eğitim, sağlık ve sosyal hizmet gibi temel sosyal politika alanlarıyla sınırlandırılmamalı maruz kaldıkları psikolojik ve toplumsal sorunlar da göz önünde bulundurulmalıdır.
- Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın Anayasa'da yer alan "yaşlılar devletçe korunur" ibaresi ile sosyal devlet olma yükümlülüğünden hareket

ederek yalnız yaşayan yaşlıların gereksinimlerinin karşılanması, çocukları başta olmak üzere aile gibi enformel yapılara “muhtaç olmadan” bağımsız yaşamları için müdahale ve uygulamalar geliştirmesi önerilmektedir.

- ASHB'nin yalnız yaşayan yaşlıların bireysel aktivitelerini, alışkanlıklarını, çevreleriyle olan ilişkilerini bozmayacak, onlara yaşamlarındaki risklere karşı güven sağlayacak, sosyal yaşama katılımlarını arttıracak ve bağımsız yaşamlarını sürdürmelerine yardımcı olacak politika ve hizmetler geliştirmesi önerilmektedir.
- ASHB'nin yaşlılara yönelik hizmet ve politika oluşturma sürecinde yaşlılık döneminde karşılaşılan olumsuzlukları ön plana çıkaran, yaşlıları bağımsız ve kendi kararlarını alabilen bireyler olarak görmeyen ve kendi yaşamlarını başkasının yardımı olmadan devam ettiremeyecek bireyler olarak değerlendiren medikal yaklaşıma dayalı bir paradigma benimsediği ve bu paradigmanın değişmesi gerektiği düşünülmektedir. Nitekim bakanlık bünyesinde yaşlı müracaatçılara yönelik hizmetlerin “Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü” çatısı altında yürütülmesi ve kurum bakımı ile evde bakım aylığı uygulamasının yaşlıların yararlandıkları en yaygın hizmetler olmaları bu savı kuvvetlendirmekte ve paradigma değişimi gerekliliğini pekiştirmektedir.
- ASHB bünyesinde, sayıları günden güne artan yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarında karşılaştıkları sorunları azaltacak, gereksinimlerini giderecek ve psikososyal esenliklerini korumalarına yardım edecek hizmet birimlerinin oluşturulması önerilmektedir. Bu kapsamda ilk olarak “Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü” ayrılarak “Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü” kurulmalıdır. Bu ayrışma yaşlılığı engellilikle eş gören paradigmanın değişmesine de katkıda bulunacaktır. Ardından Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü bünyesinde “Yalnız Yaşayan Yaşlılar Daire Başkanlığı” kurulmalıdır. Bu sayede sadece yalnız yaşayan yaşlılar için çalışacak, onların sorun ve gereksinimleri üzerinde duracak bakanlık

bünyesinde bir yapı oluşturulmuş olacaktır. Son olarak yalnız yaşayan yaşlı nüfus yoğunluğunun fazla olduğu yerleşim yerlerinden başlamak üzere ülke genelinde Aile ve Sosyal Hizmetler il müdürlükleri ve sosyal hizmet merkezleri bünyesinde yeterli sayıda yalnız yaşayan yaşlılardan sorumlu birimler oluşturulmalıdır. Bu birimlerin sayısı yerleşim birimindeki yalnız yaşayan yaşlı nüfus sayısını göz önünde bulundurarak belirlenmelidir. Aile ve Sosyal Hizmetler il müdürlükleri ile sosyal hizmet merkezlerinde bu birimlerin oluşturulması yalnız yaşayan yaşlılara yönelik farkındalığı arttıracak ve aynı zamanda onların temel haklarını kullanarak kamu hizmetlerinden yararlanmalarını arttıracak, yalnız olmadıklarını hissetmelerini sağlayacak ve önemsendiklerini düşünmelerine yardımcı olacaktır.

- Yaşlılara yönelik hizmet sunumundan birinci derece sorumlu olacak Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün, İçişleri Bakanlığı'na bağlı Nüfus ve Vatandaşlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü ile iş birliği yaparak Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi aracılığıyla yalnız yaşayan yaşlılardan oluşan tek kişilik haneleri tespit etmesi ve yalnız yaşayan yaşlıları takip etmesini mümkün kılacak bir veri tabanı veya yazılım geliştirmesi önerilmektedir. Bakanlık tarafından kullanılacak bu veri tabanı aracılığıyla bakanlık bünyesinde, il müdürlüklerinde ve sosyal hizmet merkezlerinde yalnız yaşayan yaşlılar için oluşturulacak birimlerde görev yapacak personelin, görev yaptıkları idari yerleşim yeri sınırları içerisindeki yalnız yaşayan yaşlıların adres ve bilgilerine erişmeleri, yalnız yaşayan yaşlılara müdahalelerini kolaylaştıracaktır.
- Aile ve Sosyal Hizmetler il müdürlükleri ve sosyal hizmet merkezlerindeki yalnız yaşayan yaşlılardan sorumlu birimlerde görev yapan personelin, sınırları içerisindeki yaşlıları ayda en az bir defa aramaları, bakanlığın hizmetlerini anlatmaları ve gereksinim duyduklarında sosyal hizmetler hattı ya da kurum iletişim bilgileri aracılığıyla kendilerine ulaşabilecekleri bilgisini paylaşmaları önerilmektedir. Telefonla iletişime ek olarak rızası

olan ve isteyen yalnız yaşayan yaşlıların, evde bakım aylığı ya da sosyal ve ekonomik destek uygulamalarında olduğu gibi yılda en az dört defa (üç ayda bir) ziyaret etmelerinin iyi olacağı ve yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarında karşılaşılabilecekleri risklere karşı daha güvenli hissedecekleri düşünülmektedir.

- ASHB ve Yükseköğretim Kurulu (YÖK) arasında bir protokol imzalanarak üniversite öğrencileri ile yalnız yaşayan yaşlıların ayda en az iki defa bir araya gelmelerini sağlayacak ulusal çapta bir gönüllülük programının oluşturulması önerilmektedir. Bu program kuşaklararası dayanışmanın pekişmesi, yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları sosyal izolasyon ve yalnızlığın azalması ve gençlerin yaşlıların sahip oldukları bilgi ve tecrübeden istifade etmeleri için oldukça büyük bir potansiyele sahiptir.
- Üniversiteler lisans, ön lisans ve lisansüstü programlarına kayıtlı ve yalnız yaşayan yaşlılarla vakit geçirme motivasyonuna sahip olan gönüllü öğrencileri tespit ederek buldukları ildeki Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğüne bildirmelidirler. Bununla birlikte öğrenciler arasında gönüllülüğü arttırmak adına bu programa katılımı seçmeli ders olarak değerlendirme, bu programa katılanlara imkânlar dahilinde ücretsiz öğle yemeği ya da ulaşım desteği sunma gibi teşvik edici uygulamalar geliştirmelidirler.
- ASHB gönüllü programa katılacak olan öğrencilerin seçimi, programın izlenmesi vb. süreçler için gerekli belge ve dokümanları düzenlemeli, iş akış şemaları hazırlamalı ve son olarak programa katılacak gençler ile yaşlıların kabulü ve eşleştirilmesi sürecinde kullanılacak objektif ve standart kriterler oluşturmalıdır.
- Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlükleri, üniversitelerin kendilerine bildirdikleri öğrenciler arasından uygun olanları ASHB tarafından

belirlenen kriterleri göz önünde bulundurarak seçmelidir. Ardından programa katılacak gençlere il müdürlükleri bünyesinde yer alan eğitim birimi tarafından planlanan veya koordine edilen, hukuki sorumluluklar, yaşlıyla iletişim, yaşlı ihmal ve istismarı vb. konuları içeren bir eğitim vermeli ve en son aşamada yalnız yaşayan yaşlılar ve gençleri tanıştırmalıdır. Tatil dönemleri haricinde ayda en az iki defa buluşmaları ve iki tarafın da rızasının olması halinde öğrenci mezun olana kadar düzenli görüşmeleri sağlanmalıdır.

- ASHB ülke genelinde uygulanacak olan bu programın yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları sosyal izolasyon ve yalnızlığı azaltma noktasında ne kadar başarılı olduğunu, programın zayıf yönlerini ve geliştirilebilecek noktaları anlamak adına akademik çalışmalar gerçekleştirmeli ve aynı zamanda süreç boyunca sık sık izleme ve değerlendirme çalışmaları yürütmelidir. Buna ek olarak yaşlı nüfus grubuyla ve özellikle de yalnız yaşlılarla gerçekleştirilen çalışmalara maddi destek sağlanmalıdır.
- ASHB tarafından oluşturulacak başka bir programla, devlet koruması altındaki çocuklarla yürütülen koruyucu aile programına benzer şekilde, ulusal çapta gönüllü aileler ile yalnız yaşayan yaşlıların eşleşmeleri ve belirledikleri sıklıkta bir araya gelmeleri sağlanmalıdır. Bu programa katılan gönüllü aileler yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları sosyal izolasyonu azaltacak, onlara sosyal destek sağlayacak ve aynı zamanda yalnız yaşayan yaşlıların yaşam deneyimlerinden istifade edeceklerdir.
- Gönüllü programa katılarak yalnız yaşayan bir yaşlıyla eşleşmek ve ona destek olmak isteyen ailelerin Aile ve Sosyal Hizmetler il müdürlükleri bünyesinde kurulacak yalnız yaşayan yaşlılara hizmet vermek için oluşturulması önerilen birimlere başvuru yapmaları sağlanmalıdır. Bu birimler ASHB tarafından gönüllü programa katılacak ailelerin seçim sürecinde kullanılması amacıyla oluşturulacak kriterler doğrultusunda

aileleri değerlendirmeli ve başvurusu uygun görülenler ile yalnız yaşayan yaşlıların eşleştirilmelerini gerçekleştirmelidir. Bu süreçte yaşlılık alanında çalışan sivil toplum kuruluşlarından eğitim başta olmak üzere gereksinim duyulan konularda destek alınmalıdır.

- ASHB gönüllü programına katılan ailelerin artması ve programın duyurulması için farklı resmî kurumlar, sivil toplum kuruluşları ve muhtarlarla iş birliği yapmalıdır. Özellikle temel kamu hizmetlerine erişimin kısıtlı olduğu ve üniversitelerin bulunmadığı kırsal bölgelerde ikamet eden ailelerin gönüllü programlara katılımlarının teşvik edilmesi için sahip oldukları sosyal konum ve sermaye göz önünde bulundurularak muhtarlardan destek alınmalıdır. Buna ek olarak bakanlık tarafından ailelerin gönüllülük motivasyonunu arttıracak ve programı tanıttacak çeşitli etkinlikler gerçekleştirilmelidir.
- ASHB tarafından sunulan sosyal yardımların büyük bir kısmının hane temelli olduğu, bu durumun yalnız yaşayan yaşlıları dezavantajlı kıldığı ve sosyal yardımlara erişimlerini engellediği bilinmektedir. Bu noktada yalnız yaşayan yaşlılar için birtakım düzenlemelerin yapılması önerilmektedir. Somutlaştırmak gerekirse sağlık durumu elverişli olmayan yalnız yaşayan yaşlılar, kendilerine 24 saat bakım sunan biri olmadığı ve hanelerinde başka bir akrabalarıyla yaşamadıkları için evde bakım aylığından faydalanamamaktadırlar. Bu noktada yalnız yaşayan yaşlılar için sosyal yardım başvurularında yaşlı nüfusun geneline göre farklı ama objektif değerlendirme kriterleri geliştirilmelidir. Nitekim gelişmiş refah sistemlerine ve kapsayıcı politikalara sahip ülkelerde yaşlıların evde bakım hizmetine dahil olmaları için yakınları tarafından bakım alma zorunlulukları bulunmamaktadır.
- İngiltere, Finlandiya ve Almanya'da uygulanan evde bakım hizmetlerinden 24 saat bakım gereksinimi olmayan yaşlılar ve yalnız yaşayan yaşlılar da yararlanabilmektedirler. Örneğin Almanya'da bakım sigortası tarafından

karşılanan ve yaygın olarak kullanılan kısmi bakım hizmeti kapsamında yaşlılara geceleri ya da gündüzleri yanlarında kalacak ve onlara bakım verecek tercihen sosyal hizmet ya da yaşlı bakım ön lisans programlarından mezun bir görevli tahsis edilmektedir. Bu görevli kuşkusuz yalnız yaşayan yaşlıya bakım sunmanın yanında maruz kaldığı yalnızlık ve sosyal izolasyonun azalması noktasında da yararlı olmaktadır. Bundan ötürü Türkiye’de yaşayan yalnız yaşayan yaşlılar için de ASHB ve il müdürlükleri sorumluluğunda benzer bir hizmetin geliştirilmesi ve belediyelerin de bu süreçte paydaş olarak değerlendirilmeleri önerilmektedir. Bununla birlikte yalnız yaşayan yaşlıya bakım verecek kişinin seçimi, bakım verilecek saatlerin belirlenmesi vb. konularda yaşlı katılımı gözetilmeli ve bakım verecek personel ile yalnız yaşayan yaşlının sağlıklı iletişim kurabilmeleri önemsenmelidir.

- İngiltere, Finlandiya ve Almanya’daki yaşlılar evde bakım hizmeti kapsamında yemek hazırlanması, alışveriş yapılması, evlerinin temizlenmesi ve kişisel hijyenlerine destek olunması gibi nedenlerden ötürü evde bakım hizmetlerinden yararlanmaktadırlar. Türkiye’deki mevcut sistemde evde bakım hizmetinden yararlanmak için yaşlıların ağır engelli olmaları ve yaşamlarına tek başlarına devam edememeleri gerekmektedir. Bu noktada mevcut evde bakım sisteminde yalnız yaşayan yaşlıların gündelik yaşamlarını bağımsız bir şekilde sürdürme noktasında sahip oldukları dezavantajları göz önünde bulundurarak gerekli değişikliklerin yapılması ve yaşlıların bu hizmetten yararlanma koşullarının hafifletilerek daha az tortusal bir yaklaşımın benimsenmesi önerilmektedir.
- ASHB, geliri asgari ücret ya da ortalama emekli maaşının altında olan yalnız yaşayan yaşlıların yalnız yaşamdan kaynaklı dezavantajlarını azaltmak amacıyla yararlanabilecekleri Almanya’daki “temel güvence” sistemine benzer bir sosyal yardım türü oluşturmalıdır. Bu sosyal yardım sayesinde aylık gelirleri yükselen ve yapabilirlikleri artan yalnız yaşayan yaşlılar deneyimledikleri sosyal izolasyon ve yalnızlığın azalması için ev

dışına çıkararak sosyalleşebilirler. Diğer yandan temizlik yapma konusunda zorluk yaşayanlar “yardımcı” alabilirler. Kısacası belirli bir sınırın altında geliri olan yalnız yaşayan yaşlıların alacakları sosyal yardım bireysel refahlarının ve yaşam kalitelerinin artmasına olanak tanıyacak ve onları daha az “bağımlı” kılacaktır.

- ASHB, İngiltere, Finlandiya ve Almanya tarafından da sunulan ve aynı zamanda Ankara Büyükşehir ve Diyarbakır Büyükşehir belediyeleri tarafından uygulanan, ekonomik imkânları elverişli olmadığı için fiziksel açıdan iyi olmayan, şehrin uzağında ya da gecekondu bölgelerinde bulunan konutlarda yaşamak zorunda kalan yalnız yaşayan yaşlılara daha iyi konuta geçebilmeleri için düzenli olarak kira veya tek seferlik tadilat desteği sunacak ülke genelinde standartlara bağlanacak bir sosyal yardım türü oluşturmalıdır. Bu yardımla kirada oturan yalnız yaşayan yaşlıların daha elverişli koşullara sahip konutlara geçmeleri sağlanacak diğer yandan yaşamlarını bağımsız bir şekilde sürdürmeleri için gerekli ev içi düzenlemeleri yapmalarına imkân tanınacaktır. Bu sayede yalnız yaşayan yaşlıların yerinde yaşlanma ilkesine uygun bir şekilde kendi evlerinde yaşamaları mümkün olacaktır. Ayrıca yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarına evlerinde devam edebilmeleri, özellikle yaşlı nüfusun yoğun olduğu büyükşehirlerde huzurevlerine yerleştirme sürelerinin uzunluğu göz önünde bulundurulduğunda, huzurevleri ile yaşlı bakım ve rehabilitasyon merkezlerine yönelik talebi azaltacaktır.
- ASHB ve Toplu Konut İdaresi (TOKİ) ile iş birliği yaparak huzurevi gibi yatılı bir sosyal hizmet kuruluşunda kalmak istemeyen fakat mevcut koşullarda yaşamını bağımsız bir şekilde devam ettiremeyen veya yalnız devam ettirmesi zor olan yalnız yaşayan yaşlılar başta olmak üzere eşleri ile birlikte yaşayan yaşlıları da içerecek şekilde “yaşlı siteleri” olarak adlandırılabilir yerleşim birimleri kurulmalıdır. Yaşlı siteleri, sakinlerin kendi bağımsız evlerinde ikamet edebilmelerine ve aynı zamanda sağlık, güvenlik, ev işleri vb. konularda destek alabilmelerine imkân tanınmalıdır.

Yaşlı sitelerinin mülkiyeti TOKİ ya da ASHB'ye ait olmalı, bu sitelerde yaşamayı arzu eden yalnız yaşayan yaşlılardan gelirleri göz önünde bulundurularak kira alınmalıdır. Kira için yeterli aylık geliri olmayan ya da hiç geliri olmayan fakat yaşlı sitelerinde kalmak isteyen yalnız yaşayan yaşlılara yapılacak sosyal inceleme sonrasında gerekli destek sunulmalıdır. Bu siteler yaşlıların kentten ve sosyal çevrelerinden izole olmalarını önlemek adına şehrin merkezi noktalarına yapılmalıdır. Bu sitelerdeki işleyişten ve bu sitelerde kalan yalnız yaşayan yaşlıların gereksinimlerinden Aile ve Sosyal Hizmetler İl müdürlükleri veya belediyeler tarafından görevlendirilecek yeterli sayıda personel sorumlu olmalıdır.

- ASHB ve TOKİ iş birliği ile yapılacak olan sitelerde yaşamak istemeyen, bu sitelerdeki görevlilerden alınacak desteğe bağlı olmayan veya sadece yaşlıların ikamet ettiği bir yerleşim yerinde kalmak istemeyen yaşlıların barınması için önlemler alınmalı mesela yeni inşa edilen sitelerdeki konutların belirli bir oranının yaşlılara satılmasına yönelik düzenlemeler yapılmalıdır.
- Sağlık Bakanlığı tarafından sunulan evde sağlık hizmetlerinden yararlanan yalnız yaşayan yaşlıların, evde sağlık hizmeti kapsamında gerçekleştirilen ve yılda bir defa olan olağan ziyaret sayısından daha fazla sayıda ziyaret edilmeleri önerilmektedir. Bunun yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları yalnızlığın azaltılması, önemsendiklerini görmeleri ve olası sağlık sorunlarının daha erken fark edilmesine imkân tanıyacağı düşünülmektedir.
- Sağlık Bakanlığı tarafından yapılacak bir düzenleme ile kamu hastanelerinden, yoğunluk vb. nedenlerle hizmet alamayan ve bundan ötürü sağlık hizmetlerini piyasadan almak durumunda kalan yalnız yaşayan yaşlıların sağlık giderlerinin azalması için özel hastanelerin tedavi, tetkik ve yatış ücretlerinde indirim yapmaları sağlanmalıdır. Yalnız

bu indirim, yalnız yaşayan yaşlıların üçüncü kişiler tarafından tespit edilerek istismara maruz kalma ihtimallerinden dolayı tüm yaşlılara sunulmalıdır.

- Sağlık hizmetlerine erişimlerinin artırılması ve sağlık kurumlarına ulaşımın kolaylaştırılması adına yalnız yaşayan yaşlı nüfusun yoğun olduğu yerleşim yerlerinde bulunan aile sağlığı merkezlerinde haftanın veya ayın belirli günlerinde hizmet vermek üzere uzman hekimlerin görevlendirilmesi ve bunun için gerekli planlamaların il veya ilçe sağlık müdürlükleri tarafından yapılması önerilmektedir. Bunun mümkün olmaması durumunda ise yalnız yaşayan yaşlıların sağlık kuruluşlarına götürülmeleri için refakat edilmelidir.
- Yaşlıların ruh sağlığı hizmetlerine erişimlerinin düşük olduğu göz önünde bulundurularak üniversiteler tarafından psikiyatri, psikoloji, sosyal hizmet, psikolojik danışmanlık ve rehberlik gibi ruh sağlığı alanında çalışan profesyonel meslek elemanlarının yaşlılık, yalnızlık vb. alanlarda uzmanlaşmasını sağlayacak lisansüstü programlar açılması ve buralarda kalifiye meslek elemanları yetiştirilmesi önerilmektedir.
- Üniversiteler, bünyelerinde görev yapan ve yaşlılık alanında çalışan farklı disiplinlere mensup akademisyenleri bir araya getirerek, araştırma yapacakları ve proje yürütecekleri uygulama ve araştırma merkezleri kurmalıdırlar. Buna ek olarak, üniversiteler ile Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu'nun yaşlıların, özellikle de yalnız yaşayan yaşlıların, sorun ve gereksinimlerini konu edinen proje çağrılarını ile hibe programları oluşturarak bu alandaki çalışmalarını desteklemeleri önerilmektedir.
- Teknolojinin ve e-devlet kapsamının genişlemesi sonucunda iş yükleri önceki dönemlere göre azalan muhtarların, yalnız yaşayan yaşlıların

yaşamlarının kolaylaşması ve kamu desteğini daha yakından hissetmeleri adına, mahallelerindeki yalnız yaşayan yaşlıları ayda bir defa ziyaret etmeleri ya da telefon görüşmeleri gerçekleştirilmeleri önerilmektedir.

- Muhtarların ASHB başta olmak üzere bakanlıklar, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları tarafından sunulan yaşlı refah alanına ilişkin hizmetlere ilişkin bilgilerinin ve yalnız yaşayan yaşlıların yararlanabilecekleri yardım ve uygulamalara yönelik farkındalıklarının artırılması önerilmektedir. Bunun için Aile ve Sosyal Hizmetler İl müdürlüklerinde kurulacak yalnız yaşayan yaşlılardan sorumlu birim ile eğitim birimi koordinasyonunda oluşturulacak “muhtar eğitim programları” gerçekleştirilebilir. Bunun yalnız yaşayan yaşlıların gereksinim duydukları hizmetlere erişimlerini kolaylaştıracağı düşünülmektedir.
- Yalnız yaşayan yaşlılara yönelik hizmetlerin geliştirilmesi sürecinde hayırseverlik düşüncesiyle değil hak temelli bir anlayışla hareket edilmesi ve yalnız yaşayan yaşlıların farklı sosyodemografik ve kültürel özelliklere sahip oldukları göz önünde bulundurularak tektipleştirmeden kaçınılması önerilmektedir. Somutlaştırmak gerekirse yalnız yaşayan yaşlıların Türkçe bilmeyebilecekleri, farklı dini inançlara mensup olabilecekleri ve farklı kültürlere mensup olabilecekleri dikkate alınmalı ve içermeci bir hizmet sunumunda bulunulmalıdır.
- Yalnız yaşayan yaşlıların refahlarının artması ve yalnızlıklarının azalması için geliştirilecek hizmetlerde sivil toplum kuruluşları ve yerel yönetimler paydaş olarak kabul edilmelidirler. Sivil toplum kuruluşları yalnız yaşayan yaşlılara yönelik hizmet sunmaları, onlar adına lobicilik ve savunuculuk faaliyetlerinde bulunmaları için teşvik edilmelidir. Buna ek olarak il müdürlükleri bünyesinde oluşturulacak birimler ya da merkez teşkilat içinde oluşturulacak daire başkanlığı aracılığıyla yaşlılık alanında hizmet sunan sivil toplum kuruluşlarının çalışmaları, objektif kriterler göz önünde bulundurularak denetlenmelidir. Bu alanda etkin olan ve çalışmaları yararlı

bulunan sivil toplum kuruluşları paydaş olarak kabul edilmeli ve onlarla işbirliği yapılmalıdır.

- Antalya gibi bazı belediyeler sınırları içerisinde ikamet eden yaşlıların karar alma süreçlerine katılımlarını sağlamak adına kent konseyi vb. alanlarda çalışmalar gerçekleştirse de belediyelerin geneli yaşlıların oluşturulacak hizmetler konusunda katılımlarını ihmal edebilmektedirler. Bundan ötürü belediyelerin, yalnız yaşayanlar başta olmak üzere yaşlılara yönelik hizmet geliştirme sürecinde; onları toplumdan dışlamamaya, izole etmemeye dikkat etmeli ve onların katılımını sağlayarak kendileri için neyin iyi olduğunu ifade etmelerine olanak tanımalıdır. Yaşlılara yönelik hizmetler planlanırken, yaşlılık döneminin hastalıkların olduğu ve yaşlıları hasta, huysuz, mutsuz ve sağlıksız bireyler olarak gören, yaşlılara yönelik ayrımcı tutum ve ön yargılardan kaynaklanan, kalıp yargıların etkisi altında kalmamalıdır. Bundan ötürü yalnız yaşayan yaşlıların yalnızca sağlık, barınma, beslenme ve yoksulluk alanlarına ilişkin gereksinimlerine odaklanmamalı, boş zaman, eğlenme, öğrenme, bilgiye erişim ve sosyalleşme gibi konulardaki gereksinimlerini de göz önünde bulundurmalıdır.
- Belediyeler yalnız yaşayan yaşlılara yönelik hizmetlerinde onların toplumdan kopmamaları, içinde doğdukları, yetiştikleri, çalıştıkları ve ait oldukları topluma güven duymaları, topluma tam olarak katılabilmeleri, biyopsikososyal esenliklerini koruyabilmeleri, yaşamlarını anlamlı kılabilenleri ve yaşamlarını aktif bir şekilde sürdürebilmelerini ulaştırılması gereken hedefler olarak belirlemeliler.
- Belediyeler sosyal devlet anlayışı içinde meydana gelen değişimler sonucunda ortaya çıkan refah karması anlayışına uygun şekilde, yalnız yaşayan yaşlılar için merkezi yönetim ve sivil toplum kurumlarını tamamlayacak uygulama ya da hizmet modelleri geliştirmelidirler. Belediyelerin bu şekilde hizmet geliştirmeleri yalnız yaşayan yaşlıların

gereksinimlerinin bütüncül bir şekilde karşılanmasına ve aynı zamanda diğer yapıların eksikliklerinin kapatılmasına olanak tanıyacaktır. Bu durum yalnız yaşayan yaşlıların yaşam kalitelerini, mutluluklarını ve bireysel refahlarını arttıracak, maruz kaldıkları yalnızlık ve izolasyonu azaltacaktır.

- Belediyeler bünyelerinde yer alan sosyal hizmet birimleri aracılığıyla yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları izolasyon ve yalnızlığı azaltmak adına çeşitli faaliyetlerde bulunmalıdırlar. Somutlaştırmak gerekirse, yerel yönetimlerin sosyal hizmet birimlerinde görevli personel sınırları içerisinde yaşayan yalnız yaşayan yaşlılarla belirli periyotlarla iletişim kurabilir ve hatta iş yoğunluklarını aksatmayacak şekilde ve yalnız yaşayan yaşlıların rızaları dahilinde ev ziyaretleri gerçekleştirebilirler. Bu sayede yalnız yaşayan yaşlıların yaşamlarındaki yalnızlık ve sosyal izolasyon azaltılabilir ve önemsendiklerini düşünmeleri sağlanabilir.
- Belediyeler yaşlı nüfusun yoğun olduğu mahallelerden başlamak üzere yalnız yaşayan yaşlıların gün içinde vakit geçirecekleri, sosyalleşecekleri, yeni arkadaş ve tanıdık edinecekleri, işlevsel hissedecekleri gündüzlü tesisler açmalı ve bu tesislerde gerçekleştirilecek etkinlikler ve yapılacak çalışmalar konusunda Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlükleri ile eş güdümlü şekilde çalışmalıdırlar. Bu tesislerin konumu ve fiziki yapısı yaşlılar için ulaşılabilir ve kullanılabilir olmalıdır.
- Belediyeler tarafından açılacak gündüzlü tesislerde yapılacak çalışmalar ve etkinlikler merkezin bulunduğu semtteki sosyal doku dikkate alınarak ve hizmet alacak yaşlıların talepleri göz önünde bulundurularak katılımcı bir şekilde planlanmalıdır.
- Belediyeler tarafından açılacak gündüzlü merkezlerde, yaşlılarla gençleri bir araya getirecek ve yaşlıların bildikleri fakat günümüzde unutulmaya yüz tutmuş el işi gibi kültürel unsurları gençlere öğretebilecekleri kurslar

organize edilmelidir. Yaşlıların aktif sorumluluk alacakları ve daha çok öğretici pozisyonda olacakları kursların düzenlenmesi yaşlıların işlevsel hissetmelerine katkıda bulunacak, gençlerin yaşlıların bilgi ve birikiminden yararlanmalarını ve onlar hakkındaki ön yargılarını kırmalarını mümkün kılacak, kültürel özelliklerin gelecek kuşaklara aktarılması sağlamış olacaktır.

- Belediyeler tarafından açılacak gündüzlü merkezlerde yalnız yaşayan yaşlıların istihdama girebilmelerini, boş zamanlarını daha işlevsel geçirebilmeleri ve çocuk ile torunlarıyla iletişim kurabilmelerini mümkün kılacak bilgisayar ve telefon gibi teknolojik ürünlerin kullanımına ilişkin kurslar düzenlenmelidir. Yalnız yaşayan yaşlıların internet ve bilişim teknolojileri kullanımlarının yaşamlarını kolaylaştıracağı ve resmi işlemlerini daha hızlı halledebilmelerine imkân tanıyacağı göz önünde bulundurulmalıdır.
- Belediyeler tarafından açılacak gündüzlü merkezlerde, yaşlıları alzheimer gibi hastalıklara karşı korumak için zihinsel faaliyetlerde bulunabilecekleri satranç, bulmaca vb. ekipmanlar bulundurulmalı ve aynı zamanda, tesis içinde kütüphane ya da en azından bir kitaplık kurulmalıdır.
- Belediyeler, spor, egzersiz ve aktivitenin yaşlıların fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerindeki olumlu etkisini göz önünde bulundurarak yaşlı nüfusunun yoğun olduğu yerlerde, yaşlıların yararlanabileceği spor alanları, yürüyüş parkurları, dinlenme alanları ve mini parklar oluşturmalı, mevcut olanların yaşlılar için ulaşılabilir ve kullanılabilir bir pozisyona gelmeleri için gerekli tadilat ve düzenleme gerçekleştirmelidirler.
- Belediyeler, şehir içi geziler düzenleyerek sınırları içerisinde yaşayan yalnız yaşayan yaşlıların yaşam kalitelerinin ve mutluluk düzeylerinin artmasına yardımcı olabilirler. Şehir içi geziler sayesinde özellikle düşük

sosyoekonomik düzeye sahip olanlar ile yaşamı boyunca kamusal alanda var olma noktasında güçlüklerle karşılaşan kadın yaşlıların iyilik hallerine katkıda bulunabilir, yalnız yaşamdan kaynaklı stres ve depresyonları azaltılabilir. Ayrıca şehir içi gezilere ek olarak, geliri belirli bir düzeyin altında olan yalnız yaşayan yaşlıların ücretsiz katılabilecekleri yurt içi tatil etkinlikleri düzenlemelidirler. Bu geziler yaşlıların rutinlerinin dışına çıkmalarına ve yaşamsal streslerinin azalmasına yardımcı olacaktır ve yalnız yaşam süreçlerini kolaylaştıracaktır.

- Belediyeler yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları toplumsal dışlanmayı ve yalnızlığı azaltmak adına, kendi işbirlikleri tarafından organize edilen veya kendi tesislerinde gerçekleştirilen konser, tiyatro vb. kültürel etkinliklere yalnız yaşayan yaşlıların katılımlarını sağlayacakimkân yaratmalıdırlar. Somutlaştırmak gerekirse, konser salonunda belirli sayıda koltuk yalnız yaşayan yaşlılara mümkünse ücretsiz bir şekilde tahsis edilmelidir. Sosyal hizmetler biriminden hizmet alan yaşlılar, gönüllülere ve katılım motivasyonuna sahiplerse sırayla bu etkinliklere götürülmelidir.
- Belediyeler bünyesindeki sosyal hizmet birimleri tarafından oluşturulacak ekipler aracılığıyla yalnız yaşayan yaşlılara ev dışı işlerinde yardımcı olunmalıdır. Somutlaştırmak gerekirse yalnız yaşayan yaşlıların sağlık kurumlarına ulaşmalarına ve sağlık kurumlarındaki tedavi süreçlerindeki işlemlerine, büyük market alışverişlerinin yapılmasına destek sağlanabilir. Bu durum yalnız yaşayan yaşlıların çocukları başta olmak üzere akraba ve komşularına bağımlı olmalarını engelleyecektir.
- Belediyeler, ASHB tarafından oluşturulması önerilen, yalnız yaşayan yaşlıların maruz kaldıkları yalnızlık ve sosyal izolasyonu azaltmayı hedefleyen gönüllü programlara katılan gençler ve ailelerin motivasyonunu arttırmak ve toplumu teşvik etmek adına çalışmalar gerçekleştirmelidir. Somutlaştırmak gerekirse sınırları içerisindeki ilan panolarında ve toplu taşıma araçlarındaki duyuru ekranlarında bu programlara ait görseller

paylaşılarak programların yaygınlaşmasını sağlayabilir veya gönüllü gençlerin ulaşım kartı ücretlerinde cüzi bir indirim gerçekleştirerek motivasyonlarını arttırabilirler.

- Belediyeler, yaşlıların ve özellikle de çocuk ve akraba desteğine sahip olmayan yalnız yaşayanların şehirden yararlanmalarını kolaylaştıracak, etkileşim kurmalarını ve sosyalleşmelerini destekleyecek kentsel tasarım ve planlama yapmalı, kent içinde bu amaca hizmet eden ekipmanlar kullanmalıdır.
- Belediyeler özellikle temel kamu hizmetlerine erişimin sınırlı ve nüfusun düşük olduğu kırsal bölgelerde ikamet eden yalnız yaşayan yaşlıların, ev içi kazalara, ihmal ve istismara maruz kalma risklerini göz önünde bulundurarak onları yaşamsal risklere karşı koruma ve izleme adına belirli periyotlarla ziyaret etmelidirler. Bunun için sosyal hizmet birimlerince mobil ekipler oluşturulabilir.
- Belediyeler engelli, kronik hasta vb. özel durumlara sahip olan yalnız yaşayan yaşlıların evlerine teknolojik uygulama ve aparatlar yerleştirerek yalnız yaşamdan kaynaklı risklerini azaltabilir, acil durumlarda hızlı müdahale edebilme imkânına sahip olunabilir.
- Türkiye’de yaşlılık alanında faaliyet gösteren sivil toplum kuruluşu sayısının artırılması ve buna ek olarak mevcut sivil toplum kuruluşlarının hizmet sunumlarında değişiklikler yapılması önerilmektedir. Somutlaştırmak gerekirse Türkiye’de yaşlılara veya yaşlı refah alanına ilişkin çalışan sivil toplum kuruluşlarının proje ve araştırma yapma gibi akademik çalışmalar gerçekleştirdikleri üyeleri veya yaşlılar için özel bir hizmet, uygulama veya tesise sahip olmadıkları görülmektedir. Bu noktada yaşlılara yönelik olabildiğince hızlı ve kapsayıcı bir şekilde somut hizmetlerin tasarlanması ve uygulamaya konulması gereklidir.

İngiltere'dekine benzer şekilde, yalnız yaşayanlar başta olmak üzere yaşlılar için sosyal tesis, otel, kafe, restoran, gündüzlü tesis vb. açık uygun fiyata doğrudan hizmet sunumunda bulunacak ve elde ettiği gelirle yaşlılara yönelik ücretsiz hizmetler geliştirecek sivil toplum kuruluşları kurulmalıdır.

- Sivil toplum kuruluşları toplumun yaşlıların ve özellikle de yalnız yaşayanların maruz kaldıkları sorunlara karşı bilinçlendirilmesi ve yaş ayrımcılığına karşı farkındalık kazanmaları için çaba harcamalıdır. Diğer yandan gereksinim duydukları hizmetlerin geliştirilmesi için savunuculuk yapmalıdırlar. Örneğin hazırlayacakları broşür, kısa film vb. araçlarla toplumun genelindeki yaşlılara yönelik ayrımcı tutumla mücadele etmeli ve aynı zamanda yaşlılık döneminde ortaya çıkan dezavantajları göz önüne sermelidirler.
- Sivil toplum kuruluşları, yaşlıların dışlanmasını önlemek, topluma katılımlarını sağlamak, işlev ve rollerini aktif bir şekilde sürdürmelerini desteklemek için projeler üretmeli, hizmetler geliştirmelidirler. Bu kapsamda gelişmiş refah sistemlerine ve yaşlılara yönelik hizmetlere sahip ülkelerde olduğu gibi, gönüllülüğe dayalı projeler üreterek yalnız yaşayan yaşlılarla birlikte gezecek, onlarla veya onlar için alışveriş yapacak ve resmi işlemlerinde yardımcı olacak gönüllüler bulmalıdırlar.
- Sivil toplum kuruluşları, yaşam süresinin uzamasına bağlı olarak ileri yaşlarda ortaya çıkan bakım gereksiniminin sağlanması noktasında merkezi yönetim ve belediyeler tarafından erişilemeyen alanlarda hizmet sunmaya yönelik çaba harcamalıdır. Örneğin İngiltere, Finlandiya ve Almanya'da olduğu gibi, yalnız yaşayan yaşlıların evlerine sensör, akıllı paspas vb. teknolojik ürünler yerleştirilerek yalnız yaşayan yaşlıları ev içi kazalara karşı korumalıdır. Bu hizmet için maddi durumu iyi olan yaşlılardan ücret almalı fakat maddi durumu iyi olmayan ve gereksinimi olan yaşlılara bu hizmeti ücretsiz bir şekilde tahsis etmelidirler.

- Yalnız yaşayan yaşlıların, özellikle de kadınların, tadilat gibi ev dışı işlerde zorlandıkları ve ekonomik istismara maruz kalma olasılıkları göz önünde bulundurulduğunda sivil toplum kuruluşlarının, kâr amacı gütmeyen İngiltere’de olduğu gibi yalnız yaşayan yaşlıların konutlarında istenilen tadilatları yapma noktasında yardımcı olacak hizmet ve projeler geliştirmeleri önerilmektedir. Yalnız yaşayan yaşlılar, tadilat taleplerini bu alanda çalışan sivil toplum kuruluşlarına ileterek bu süreçte hızlı ve kaliteli bir hizmet alabilmelidirler.
- Sivil toplum kuruluşları, yaşlıların ve özellikle de yalnız yaşayanların üretken olduklarını hissedecekleri ve toplumsal cinsiyete dayalı kalıplarla mücadele edebilecekleri etkinlik ve projeler gerçekleştirmelidirler. Somutlaştırmak gerekirse sivil toplum kuruluşları tarafından açılacak çeşitli atölyeler oldukça yararlı olabilir. Bu atölyelere katılan yalnız yaşayan yaşlıların ürettiklerinin satışından elde edilecek gelirin bir kısmı yalnız yaşayan yaşlılara verilebilir. Bir kısmı atölye giderlerinin karşılanmasında kullanılabilir. Bir kısmı da maddi yoksunluk içerisinde olan ve temel kamu hizmet ve yardımlarına erişemeyen/hak sahibi olamayan yalnız yaşayan yaşlıların ihtiyaçlarının karşılanması için kullanılabilir.
- Yaşlı refah alanında faaliyet gösteren sivil toplum kuruluşlarının yaşlıların yakınlarına ve onlara bakım veren kişilere yönelik eğitici etkinlikler düzenlemeleri, bakım yükünden kaynaklı streslerinin azaltılması için psikososyal danışmanlık yapmaları ve yalnız yaşayan yaşlının yararına olan veya onu ilgilendiren konularda hukuki danışmanlık sunmaları önerilmektedir.
- Sivil toplum kuruluşları, yardımcı veya bakıcı gereksinimi olan yaşlılar için bu hizmetleri doğru ve uygun bir şekilde verebileceklerini düşündükleri kişilerden bir havuz oluşturmalı ve kendilerine bu konular hakkında başvuran yaşlılara yardımcı olmalıdırlar. Havuzlarında yer alan yardımcı ve bakıcılara belirli periyotlarla eğitim vermelidirler.

- Oldukça hızlı bir şekilde dijitalleşen ve teknolojinin gündelik yaşam içinde daha fazla yer ettiği günümüz dünyasında yaşlıların teknoloji kullanımlarının önemli olduğu ve yalnız yaşayan yaşlıların bu konudaki becerilerinin artırılması gerektiği düşünülmektedir. Bu noktada sivil toplum kuruluşlarının yalnız yaşayan yaşlıların bilişim teknolojilerini öğrenebilecekleri kurslar açmaları oldukça yararlı olacaktır.
- Sivil toplum kuruluşları, İngiltere’de olduğu gibi, yalnız yaşayanlar ve özel gereksinimi olanlar başta olmak üzere yaşlıların şehir içinde kolay ve konforlu ulaşımına sahip olmaları için hizmet sunmalı ve bu süreçte yaşlılardan yalnızca yakıt bedeli alınmalıdır. Bu hizmeti projelendirerek araç alınması, şoför istihdam edilmesi vb. giderleri karşılamak adına kaynak bulmalıdırlar.

5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Bu çalışma yalnız yaşayan yaşlıların, yaşlılık algılarını, yalnız yaşam nedenlerini, gündelik rutinlerini ve sahip oldukları ilişkilere yönelik değerlendirmelerini ele alması ve yalnız yaşayan yaşlıların deneyimlerinden hareketle gereksinimlerini ortaya koyması açısından bir ilk olma özelliği taşımaktadır. Bu bakımdan araştırmacılar için yol gösterici bir işleve sahiptir.
- Yalnız yaşayan yaşlılarla gerçekleştirilen bu çalışmada LGBT+ bireylere ulaşılamamıştır. Yaşam seyri içerisinde maruz kalınan dezavantajların yaşlılık dönemi şekillendirdiği göz önünde bulundurulduğunda, cinsel yönelimlerinden dolayı yaşamları boyunca ayrımcılığa maruz kalan ve yaşlılık döneminde yalnız ve yaşlı olmaya ek olarak bir de cinsel yönelimlerinden dolayı zorluklarla karşılaşan yaşlıların deneyimlerinin ortaya konulması alanyazına oldukça önemli katkı sunacaktır. Bundan

ötürü ilgi duyan araştırmacılara yalnız yaşayan LGBT+ yaşlılarla çalışma gerçekleştirilmeleri önerilmektedir.

- Bu alışma kapsamında köyde yaşayan yalnızca bir katılımcıya erişilebilmiştir. Kırsal bölgelerde kamu hizmetlerinin daha sınırlı oluşu ile kentin sunduğu olanakların bulunmayışının yalnız yaşayan yaşlı olma deneyimini nasıl etkilediği keşfetmek alanyazına oldukça önemli katkı sunacaktır. Bundan ötürü bu konu, yaşlılık alanına ilgi duyan araştırmacıların dikkatine sunulmaktadır.
- Hiç evlenmemiş bireylerin yalnız olmaya alışık oldukları ve bundan ötürü yaşlılık döneminde yalnız olmayla daha kolay baş edebilecekleri düşünülse de bu nüfus grubunun yaşamları boyunca partner desteğine erişemedikleri ve karşılaştıkları zorluklara tek başlarına mücadele ettikleri bilinmektedir. Buna ek olarak hiç evlenmemiş yaşlıların ayrıca yaşlılık döneminde destek alabilecekleri çocukları da bulunmamaktadır. Bu durum göz önünde bulundurulduğunda hiç evlenmemiş yaşlıların daha dezavantajlı oldukları anlaşılmaktadır. Bundan ötürü ilgi duyan araştırmacıların hiç evlenmemiş yaşlılarla çalışmaları ve yaşlılık dönemindeki dezavantajlarını ortaya koymaları önerilmektedir.
- Türkiye'deki yaşlı nüfus oranının oldukça hızlı bir şekilde yükseldiği ve yalnız yaşayan yaşlı sayısının günden güne arttığı göz önünde bulundurulduğunda farklı illerde ve farklı yöntemlerle araştırmalar yürütülmesinin alana katkı sunacağı ve yalnız yaşayan yaşlıların sorun ve gereksinimlerini daha görünür kılacağı düşünölmektedir. Bundan ötürü bölgesel farklılıkları dikkate alan kültüre duyarlı çalışmaların gerçekleştirilmesi önerilmektedir.
- Yalnız yaşayan yaşlıların gereksinimlerini giderecek hizmetlerin en azından bir bölgede pilot uygulama gerçekleştirilmesini sağlamak için

projelendirilmesi ve bunun sonucunda kanıta dayalı veri üretilmesi hem alanyazına hem de hizmet sunuculara katkı sunacaktır Bundan ötürü alana ilgi duyan araştırmacılara bu şekilde proje çalışmaları hazırlamaları tavsiye edilmektedir.

5.2.3. Katılımcılardan Araştırmacıya Yaşama İlişkin Öneriler

Bu başlık altında katılımcıları yaşam seyirleri boyunca biriktirdikleri bilgi, deneyim ve tecrübenin açığa çıkarılması için yöneltilen “bana ve bu çalışmayı okuyacak kişilere yaşamla ilgili genel olarak nasıl öneri/öğüt verirsiniz” sorusuna verdikleri yanıtlar yer almaktadır. Katılımcıların yaşama ilişkin her biri birbirinden değerli öneri ve öğütleri aşağıdaki gibidir.

“Yaşlandığın zaman bile arkandan güzel konuşurmaya dikkat etmelisin. Yani insanlara ne kadar saygı duyarsan o kadar saygı alırsın. İnsanlara güzel güzel yol göster. Yaptığın işlerde başarılı olmaya dikkat edin. Çalışıp çırpmayın. Yani sefil de olsanız namusunuzla, şerefinizle yaşayın.” (Katılımcı 7, 76, Kadın, Beypazarı)

“Valla gençliğin kıymetini bil. Elinden geldiğince kendine mukayyet ol. Kendini ezme ve ezdirme. Ben kendimi çok ezdim, işte, güçte, evde öyle çok yoruldum. Benim beyim bana çok sahip çıkmadı, kaynanam beni çok ezdi. Beyim buna müsaade etmeseydi ben bu kadar düşmezdim, daha az hastalığım olurdu. Sağlığınızın, sıhhatinizin bir kısmını ihtiyarlığa saklayın.” (Katılımcı 10, 74, Kadın, Kızılcahamam)

“Yalnız kalma derim. Yanında mutlaka eş olmalı. 60 yaşından sonra insanların tek başına yaşamaması lazım. Bunu da insanlar yani çevre çok görüyor, aman niye evlenecekmiş diye yargılıyorlar. Evlenmek sadece çok affedersin ama oynaş için değildir. Nefes alacağın, beraberce paylaşabileceğin, anlaşabileceğin biriyle yaşamaktır.” (Katılımcı 12, 66, Kadın, Kahramankazan)

“Sana bir tek tavsiye vereyim. Nerden keyif alıyorsan, ne şekilde yaşamaktan mutlu oluyorsan o yolu seç ve hiç kimseye hatırı kalacak, kalbi kırılacak diye kulak asma. Sen önce kendi değerini bileceksin. Sen kendi değerini bilersen çevren de senin değerini bilir. Biraz da hayır demesini bilersen iyi olur. Bencillik kötü bir şeydir ama kendini öncelemek bencillik değildir. Kendini öncelemende fayda var. Son olarak hoşuna gitmeyen bir insanla yani hatırı için zaman harcama çünkü dediğim gibi o kişi senin iyi niyetini senin pozitif

duygularını sömürür. Hani bir şey var ya gönlünün götürdüğü yere git.” (Katılımcı 17, 74, Kadın, Çankaya)

“Meslek hayatında bir miktar hırs sizi ileri götürüyor. Benim kadar large olmamak lazım, sonra parasal sıkıntı çekebiliyorsun ama kendini kaptırıp yıllarını harcama. Hayat çok güzel, insanlar, ilişkiler ve doğa çok güzel. İyimser olmak lazım, kitap okumak lazım, güzel alışkanlıklar edinmek lazım. Yani bu tür olgunlukları ileri yaşlara bırakmamak lazım, seni şimdiden gülümsetecek şeyler lazım. Kendine zaman ayır. Seni çok yoran insanlarla kendini zorlama. Konuşarak insanların fikirlerini değiştiremezsin, tartışmalar sonuç getirmez. Eğer karşıdaki insanın fikri sabitse fikrini değiştirmek için uğraşma, kendini onla yorma onun yerine gidip kitap okumaya zaman ayır. Bir siyasi tartışma, bir etnik tartışma veya bir spor tartışmasını gülümsemeyle bırakacak yerde bırak.” (Katılımcı 18, 66, Erkek, Etimesgut)

“Şimdi neticede senin geleceğin akademisyenlik. Ben akademisyen değilim ama sana şunu tavsiye edebilirim. Kendi akademik dalının hakkını sonuna kadar vermen, o alanda en iyi, mükemmele yakın ne varsa onu yapmaya çalışman. Yalnız bilimsel ortamın o akademik daldan ibaret olmadığını da bilip yakınlardan başlamak üzere başka alanlara, dallara da ilgi duymak, onlardan beslenmen.” (Katılımcı 19, 74, Erkek, Çankaya)

“Ya benim öğütleyeceğim şu insanın başına dertler açan felaketler açan çözülmeyen problemler açan iki şey var birisi insanın nefsi diğeri de onun yardımcısı olan şeytan. Yani insanların başına gelen sıkıntıların, problemlerin, belaların tamamı insanın aklını kullanmamasından şeytana ve nefesine uymasından kaynaklanıyor. Bu her konumdaki insan için geçerli ister okumuş olsun ister cahil olsun. Ben bir genç insan bana danışsa bunları söyleyebilirim. Akıllı kullandığın zaman başarıya ulaşıyorsun ama nefesine uyduğun zaman sürekli problem, hayal kırıklığı, felaket falan yani.” (Katılımcı 24, 78, Erkek, Etimesgut)

“Deneyim olarak sorarsan kinci olma yaşam kısa, çabuk unut birisi kötülük yaptığında derim. Birisi bir şey söylediğinde sende ona karşılığını ver fakat sür git yapma. Bir süre kendini çek sonra yine aynı kaldığın yerden devam et bence.” (Katılımcı 26, 70, Kadın, Çankaya)

“Şimdi, sağlıklı yaşlanmak için önce sağlıklı beslenmek ve sağlıklı yaşamak gerekir. Stresten uzak pozitif düşünce taşıyarak bardağa biraz dolu tarafından bakmaya çalışarak yaşamak daha iyi, insanı daha az yıpratır. Baş edemeyeceğin şeyler için ısrar etme derim. Eğer seni aşan bir şeyse bunun için uğraşma çaba harcama anlamında değil de bazı şeyler geri çekilmeyi gerektiriyorsa geri çekilmek lazım. Çünkü çekilip en gerildiği yerden fırlamak öncekine göre daha çok mesafe kat etmeni sağlar.” (Katılımcı 27, 70, Kadın, Yenimahalle)

“Yaşlılığa sağlıklı gel, sağlığına dikkat et. Sigara içme kesinlikle. Sağlık kontrollerini ihmal etme. Gözüne dikkat et, gözünü yorma yani iyi gör. Yaşlılıkta da göz lazım. Alzheimer çok tehlikeli. Şimdiden beynini çalıştır, bol bol spor yap çünkü spor bedeni sağlıklı tutuyor.” (Katılımcı 28, 68, Erkek, Yenimahalle)

“Kendine iyi bak. Hiçbir şeye kafayı takma. Dünya çok geniş yani sürekli yarın ne olacağım ne yapacağım diye hesaplama. Bugünü kaçırma. Anı yaşa. Çünkü yarın ne olacağın belli olmaz yataktan kalkabilecek misin o var işin içinde. Hayatın zevkini çıkaracaksın, güler yüzlü olacaksın, neşeli olacaksın öyle oldun mu yaşarsın ama böyle olmazsan iki günde nalları dikersin.” (Katılımcı 30, 69, Erkek, Çankaya)

“Şimdi şöyle diyeyim. Ben şu arkadaşta küstüm, o bana şunu yaptı, Allah kahretsin konuşmak bile istemiyorum şeklinde düşünme hiçbir zaman. Olabildiğince affedici bir yapıda olmak lazım. Karşıdakini hayata kazandırmak için ne yapman gerekli onu düşüneceksin. İnsan ilişkilerinin temeli budur. İnan o zaman daha mutlu olursun. Öfkeye öfkeyle karşılık verirsen o zehir sana da geçer.” (Katılımcı 31, 80, Erkek, Çankaya)

“Canın ne istiyorsa, neyi seviyorsan, sevdiklerinle birlikte yap. Neyi sevdiğini kendin bul. Bak bu çok önemlidir. Ya ben neyi en çok seviyorum, neye kabiliyetim var diye düşünüp kendi kendine bilmen lazım. Onu bildin mi insan çok daha rahat iş yapabiliyor. Bir de istediğini hiç korkmadan yap, mutlaka başarırın eğer isteyerek yaparsan. Ben çok olmayacak denilen şeyler yaptım. Yani sevdiğin bir şeyden vazgeçme ama ayrı gönüllü olma sakın boşuna harcarsın vaktini. Bir de çok hayal kur o sevdiğin yapabileceğin şeyler üzerine.” (Katılımcı 32, 86, Erkek, Yenimahalle)

“Hayat çok çabuk geçiyor, bugünün kıymetini bil ve bedenine ruhuna bak, yani kendine bak ve kendini sev. Sevmek o kadar güzel bir şey ki. Sevdiğin zaman her şey çok güzel geliyor sana bilmiyorum belki de ben hayatım boyunca bu kadar acı çekmeme rağmen hayatta kaldıysam sevgi sayesinde oldu. Hayat çabuk geçiyor buna inan. Hiç yaşlanmayacakmışın gibi zannediyorsun ama bir bakıyorsun bir göz açıp kapıyorsun ki yaşlanmışsın, nasıl, ne zaman geldiğini bile anlamıyorsun bedenine yatırım yap. Yani kitap okumak bir yatırımdır. Öğrenmek yatırımdır, sağlığına dikkat etmek yatırımdır, dostlara yatırım yap.” (Katılımcı 33, 66, Kadın, Çankaya)

“Valla benim tavsiyem yani vücudunuza, kendinize ve aklına çok iyi bakarak kendini yaşlılığa hazırlaman, gençken doktora gitmeyi ihmal etmemen. Bir de azı karar çoğu zarar fikrini prensip edinmen. Hiçbir şey içinizde kalmasın ama aşırıya da kaçmayın. Her insan yaşlanacak ama hayatta istediklerinizi yapın yani imkânlarınız dahilinde ertelemeyin. Ben hep erteledim, hep başkalarını düşündüm. Hep onu bunu düşündüm.” (Katılımcı 34, 67, Kadın, Çankaya)

KAYNAKÇA

- AB-Bakanlığı. (2011). 2012 Avrupa aktif yaşlanma ve nesillerarası dayanışma yılı hakkında bilgi notu. Ankara: Avrupa Birliği Bakanlığı.
- Abdalla, M. M., Oliveira, L. G. L., Azevedo, C. E. F. ve Gonzalez, R. K. (2018). Quality in qualitative organizational research: Types of triangulation as a methodological alternative. *Administração: ensino e pesquisa*, 19(1), 66-98.
- Acar, İ. A. ve Kitapçı, İ. (2008). Sosyal güvenliğin demografik boyutu: Türkiye'deki emeklilik sistemindeki değişim. *Maliye Dergisi*, 154, 77-98.
- Adana, F., Durmaz, S., Özvurmaz, S., Akpınar, C. V. ve Yeşilfidan, D. (2022). Descriptors of living alone for elders: based on Turkey national data. *BMC Geriatrics*, 22(1), 37. doi: 10.1186/s12877-021-02706-9
- Ademhan Tunaç, Ç. (2018). *Toplumsal cinsiyet bağlamında şehit eşlerinin yaşam deneyimleri* (Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Age-UK. (2022a). Information and advice. Erişim Tarihi 02.05.2022, Erişim Adresi <https://www.ageuk.org.uk/information-advice/>
- Age-UK. (2022b). Who we are. Erişim Tarihi 02.05.2022, Erişim Adresi <https://www.ageuk.org.uk/about-us/people/>
- Aguiar, B. ve Macário, R. (2017). The need for an Elderly centred mobility policy. *Transportation Research Procedia*, 25, 4355-4369.
- Ağar, A. (2020). Yaşlılarda ortaya çıkan psikolojik değişiklikler. *Geriatrik Bilimler Dergisi*, 3(2), 75-80.

- Ağcasulu, H. (2021). Sosyal politika olarak evde bakım hizmetleri: Ülke örnekleri ve Türkiye. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 26(2), 167-183.
- Ağırman, E., Gençer, M. Z., Arıca, S., Kaya, E. ve Eğici, M. T. (2017). Huzurevinde, evde ailesiyle ve yalnız yaşayan yaşlı bireylerde depresyon, yalnızlık hissi düzeylerinin karşılaştırılması. *Çağdaş Tıp Dergisi*, 7(3), 234-240.
- Ak, M. ve Közleme, O. (2017). Yaşlı yoksulluğu. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 197-208.
- Akbaş, E., Yiğitoğlu, G. T. ve Çunkuş, N. (2020). Yaşlılıkta sosyal izolasyon ve yalnızlık. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(26), 4540-4562.
- Akça, F. ve Şahin, G. (2008). Huzurevinde yaşayan yaşlılar ile aile ortamında yaşayan yaşlıların psikolojik belirtilerinin yaşam kalitesi üzerine etkisinin incelenmesi. *Türk Geriatri Dergisi*, 11(4), 190-199.
- Akçakaya, E. Y. ve Suzuki Him, M. (2021). Yaşlıların sosyal ağlarının afet riski bağlamında değerlendirilmesi. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 4(4), 3-16.
- Akçay, C. (2011). *Yaşlılık kavramlar, kuramlar ve yaşlılığa hazırlık*. İstanbul: Kriter Yayınevi.
- Akdemir, N., Çınar, F. İ. ve Görgülü, Ü. (2007). Yaşlılığın algılanması ve yaşlı ayrımcılığı. *Türk Geriatri Dergisi*, 10(4), 215-222.
- Akgün, S., Bakar, C. ve Budakoğlu, İ. (2004). Dünya'da ve Türkiye'de yaşlı nüfus eğilimi, sorunları ve iyileştirme önerileri. *Türk Geriatri Dergisi*, 7(2), 105-110.

- Akın, G. (2006). *Gerontoloji: her yönüyle yaşlılık*. Ankara: Palme Yayınevi.
- Akın, G. (2017). Yaşlanmada fiziksel aktivite ve egzersizin yeri. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 271-280.
- Aközer, M., Nuhrat, C. ve Say, Ş. (2011). Türkiye'de yaşlılık dönemine ilişkin beklentiler araştırması. *Aile ve Toplum*, 27(27), 103-128.
- Aksu, L. (1998). Dünya'da ve Türkiye'de nüfus analizleri. *Sosyoloji Konferanslar*(25), 219-311.
- Alemayehu, B. ve Warner, K. E. (2004). The lifetime distribution of health care costs. *Health services research*, 39(3), 627-642. doi: 10.1111/j.1475-6773.2004.00248.x
- Alper, Y., Değer, Ç. ve Sayan, S. (2012). *2050'ye doğru nüfusbilim ve yönetim: sosyal güvenlik (emeklilik) sistemine bakış*: TÜSİAD.
- Alston, M. ve Bowles, W. (2020). *Research for social workers: An introduction to methods*: Routledge.
- Altan, S. ve Tarhan, S. (2018). Büyükanneden toruna: Yaşamboyu öğrenme sürecinde değer ve beceri aktarımı. *Bartın Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 26-42.
- Altındağ, Ö. (2020). *Yaşlılığa Güneydoğu Penceresinden Bakış*. Konya: Çizgi Kitabevi.
- Altun, Z. (2021). Yaşlılara yönelik sosyal politikalar ve sosyal hizmetler: Sivil toplum kuruluşları üzerinden bir değerlendirme. *Toplumsal Politika Dergisi*, 2(1), 30-44.

- Altunsu Sönmez, Ö. (2019). Gelin Kaynana çatışması üzerine sosyolojik bir analiz. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 13(19), 1159-1201.
- Anadolu-Ajansı. (2020). Evde sağlık hizmetinden yararlananların sayısı 1,5 milyonu aştı. Erişim Tarihi 09.09.2021, 2021, Erişim Adresi <https://www.aa.com.tr/tr/saglik/evde-saglik-hizmetinden-yararlananlarin-sayisi-1-5-milyonu-asti-/1982721>
- Ardahan, M. (2010). Yaşlılık ve huzurevi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 25-32.
- Arpacı, F. (2005). *Farklı boyutlarıyla yaşlılık*. Ankara: Türkiye İşçi Emeklileri Derneği Eğitim ve Kültür Yayınları.
- Arpacı, F. (2009). Yaşlıya bakan kadınların bakım yüklerinin incelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 2(1), 61-72.
- Arpacı, F. ve Bakır, B. (2017). Yaşlı istismarı ve ihmali. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 21(3), 691-703.
- Arpacı, F. ve Ersoy, A. F. (2009). Evde yaşayan yaşlıların huzurevinde yaşamaya ilişkin görüşleri. *Aile ve Toplum*, 18(18), 87-98.
- Arsenijevic, J. ve Groot, W. (2018). Does household help prevent loneliness among the elderly? An evaluation of a policy reform in the Netherlands. *BMC Public Health*, 18(1), 1-8.
- Arslan, İ. E. (2019). *Yaşlı Bakımı ve Hizmetleri Alanında Finlandiya ve Türkiye Örnekleri*. (Yüksek Lisans Tezi), Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Artan, T. ve Irmak, H. S. (2018). Huzurevindeki yaşlıların huzurevinde yaşlanmaya ilişkin bakış açılarının değerlendirilmesi: İstanbul Bahçelievler,

Zeytinburnu ve Sultangazi Huzurevi örneği *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 29(2), 51-70.

Arun, Ö. (2008). Yaşlı bireyin Türkiye serüveni: Kaliteli yaşlanma imkânı üzerine senaryolar. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 313-330.

Arun, Ö. (2014). İnce zevkler-olağan beğeniler: Çağdaş Türkiye’de kültürel eşitsizliğin yansımaları. *Cogito*, 76, 167-191.

Arun, Ö. (2016a). Çağdaş Türkiye’de yaşlılık ve eşitsizlik. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 6(2), 29-48.

Arun, Ö. (2016b). Yaşlılık ve sağlık. İçinde M. Özben ve İ. Öz (Ed.), *Sağlık Sosyolojisi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi.

Arun, Ö. (2017). Sınıflar, kuşaklar ve kültüre düşkünlük: Antalya Yaşlılık Araştırması (AYA-Faz1) bulguları. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 7(1), 25-39.

Arun, Ö. (2018a). Arayışlar: Türkiye’nin yaşlanma serüveni. İçinde Ö. Arun (Ed.), *Yaşlanmayı Aşmak* (s. 7-20). Ankara: Phoneix.

Arun, Ö. (2018b). Türkiye’de yaşlanmak. Bir armağan ya da lanet. İçinde Ö. Arun (Ed.), *Yaşlanmayı Aşmak* (s. 23-52). Ankara: Phoneix.

Arun, Ö. (2020). *Antalya yaşlılık araştırması üçüncü dönem, 2019/2020 temel bulgular ve yerel yönetimlere öneriler*. Antalya: Senex: Yaşlanma Çalışmaları Derneği.

Arun, Ö. ve Holdsworth, J. K. (2020). Integrated social and health care services among societies in transition: Insights from Turkey. *Journal of Aging Studies*, 53, 100850.

- Arun, Ö. ve Karademir Arun, B. (2011). Türkiye’de yaşlı kadının en büyük sorunu: Dulluk. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 10(4), 1515-1527.
- Aslan, M. ve Hocaoglu, Ç. (2017). Yaşlanma ve yaşlanma dönemiyle ilişkili psikiyatrik sorunlar. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 53-62.
- Ay, S. (2012). Türkiye’de işsizliğin nedenleri: İstihdam politikaları üzerine bir değerlendirme. *Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 19(2), 321-341.
- Aydın, A. (2017). Yaşlı işgücünün çalışma hayatındaki sorunları: Kırklareli ili örneği. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 1632-1646.
- Aydın, A. ve Aydın Sayılan, A. (2014). Aktif yaşlanma ile yaşam boyu öğrenme arasındaki ilişkiye teorik bir bakış. *International Journal of Social and Economic Sciences*, 4(2), 76-81.
- Aydın Sayılan, A. ve Aydın, A. (2019). Sosyal sermaye, yaşam boyu öğrenme, sosyal inovasyon. İçinde V. Kalinkara (Ed.), *Yaşlılık: Yeni Yüzyılın Gerçeği* (s. 235-262). Ankara: Nobel
- Aydiner Boylu, A. (2013). Yaşlılıkta yaşam kalitesi ve konut ilişkisi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 24(1), 145-156.
- Aygen, M. (2014). Sosyal belediyecilik üzerine bir inceleme: Elazığ Belediyesi örneği. *Fırat Üniversitesi Harput Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 173-192.
- Aygüler, E. ve Ayalp, M. Ç. (2018). Türkiye’deki evde bakım düzenlemesine eleştirel bir yaklaşım. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(3), 1-22.

- Bahar, Z. ve Aydoğdu, N. G. (2012). Yaşlılık ve sağlıkta eşitsizlikler. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 5(3), 110-115.
- Baybora, D. (2010). Çalışma yaşamında yaş ayrımcılığı ve Amerika Birleşik Devletleri'nde yaş ayrımcılığı düzenlemesi üzerine. *Çalışma ve Toplum Dergisi*, 24, 33-58.
- Bayın, G. (2016). Doğuşta ve ileri yaşta beklenen yaşam sürelerine etki eden faktörlerin belirlenmesi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 20(3), 93-103.
- BBC. (2022). BM Dünya Mutluluk Raporu: En mutlu ülke yine Finlandiya, Türkiye 104. sırada. Erişim Tarihi 03.05.2022, Erişim
- Beauvoir, S. D. (1970). *Yaşlılık ilk çağı* (Vol. 1). İstanbul: Milliyet Yayınları.
- Beğer, T. ve Yavuzer, H. (2012). Yaşlılık ve yaşlılık epidemiyolojisi. *Klinik gelişim*, 25(3), 1-3.
- Belek, İ. (2014). Sağlık reformları ve yaşlı sağlığı açısından Türkiye'ye yansımaları. İçinde N. Korkmaz ve S. Yazıcı (Ed.), *Küreselleşme ve Yaşlılık*. Ankara: Ütopya Yayınevi.
- Bilir, N. (2006). Değişen sağlık örüntülerinde halk sağlığı çalışanlarının rolü: Kronik hastalıklar ve yaşlılık sorunları. *Toplum Hekimliği Bülteni*, 25(3), 1-6.
- Black, T. R. (2002). *Understanding social science research*: Sage.
- Bolgün, C. ve Sahin, F. (2019). Public perception and attitudes about social work in Turkey. *International Social Work*, 62(5), 1329-1342.
- Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. İçinde J. G. Richardson (Ed.), *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (s. 241-258). New York: Greenwood Press

- Braun, V. ve Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
- Breheny, M., Pond, R. ve Lilburn, L. E. R. (2020). "What am I going to be like when I'm that age?": How older volunteers anticipate ageing through home visiting. *Journal of Aging Studies*, 53, 100848.
- Brinkmann, S. (2014). Unstructured and semi-structured interviewing *The Oxford handbook of qualitative research* (s. 277-299).
- Brown, S. L., Nesse, R. M., Vinokur, A. D. ve Smith, D. M. (2003). Providing social support may be more beneficial than receiving it: Results from a prospective study of mortality. *Psychological science*, 14(4), 320-327.
- Bulduk, E. Ö. (2014). Yaşlılık ve toplumsal değişim. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 182(182), 53-60.
- Bulut, I. (2001). Evde bakım hizmetleri ve sosyal hizmet. İçinde K. Karataş ve Ç. Arıkan (Ed.), *İnsani Gelişme ve Sosyal Hizmet: Prof. Dr. Nesrin Koşar'a Armağan* (s. 33-37). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu.
- Buz, S. (2015). Yaşlı bireylere yönelik yaş ayrımcılığı. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(53), 268-278.
- Buz, S. ve Akçay, S. (2015). Sosyal hizmet araştırmasında etik. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 26(1), 149-162.
- Buz, S. ve Aygüler, E. (2019). Amartya Sen'in Kapasite - Yapabilirlik Yaklaşımı bağlamında Türkiye'de yoksulluk durumu. *Journal of Academic Value Studies*, 3(15), 177-189.

- Buz, S. ve Beydili, E. (2015). Ankara örneğinde yalnız yaşayan yaşlı kadınların gereksinimleri. *The Journal of International Social Research*, 8(37), 557-570.
- Buz, S., Ertan Kocak, Y. ve Gozen, O. (2018). Türkiye’de yaşlılara sunulan hizmetlerin Birleşmiş Milletler Yaşlılık İlkeleri çerçevesinde değerlendirilmesi: Ankara örneği. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 16(77), 388-410.
- Büyüklükmen, A. Y. (2015). Sosyal sermaye ve ölçülmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal ve Teknik Araştırmalar Dergisi*(10), 45-52.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C. ve Thisted, R. A. (2010). Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study. *Psychology and aging*, 25(2), 453-463.
- Canatan, A. (2016). Yaşlılıkta sosyal ilişkiler ve kuşaklar arası etkileşim. İçinde H. Ceylan (Ed.), *Yaşlılık Sosyolojisi* (s. 139-155). Ankara: Nobel.
- Canatan, A. (2019). Yaşlılar ve toplum. İçinde H. I. Bacanlı, Şerife (Ed.), *Yetişkinlik ve Yaşlılık: Gelişimi ve Psikolojisi* (5 ed.). Ankara: Pegem.
- Cantor, M. H. ve Brennan, M. (2000). *Social care of the elderly: The effects of ethnicity, class and culture*: Springer Publishing Company.
- Cao, J. ve Rammohan, A. (2016). Social capital and healthy ageing in Indonesia. *BMC Public Health*, 16(1), 631. doi: 10.1186/s12889-016-3257-9
- Carmon, N. ve Mannheim, B. (1979). Housing policy as a tool of social policy. *Social Forces*, 58(1), 336-354.

- Cengiz, İ. (2018). Türk sosyal güvenlik sistemi içerisinde yaşlılara yönelik sosyal yardım ve sosyal hizmetler. *SGD-Sosyal Güvenlik Dergisi*, 8(2), 23-40.
- Ceylan, H. (2015). Sosyal değerden sosyal soruna yaşlılık: Geleneksel toplumdaki modern topluma değişen yaşlılık algısı. İçinde H. Ceylan (Ed.), *Modern hayat ve yaşlılık* (s. 25-54). Ankara: Nobel.
- Ceylan, H. (2018). Kırgız toplumunda yaşlılık ve yaşlının sosyal statüsü. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 507-519.
- Chen, Y., Hicks, A. ve While, A. E. (2014). Loneliness and social support of older people living alone in a county of Shanghai, China. *Health & social care in the community*, 22(4), 429-438.
- Cohen, E. S. (2001). The complex nature of ageism: What is it? Who does it? Who perceives it? *The Gerontologist*, 41(5), 576-577.
- Creswell, J. W. (2018). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*: Siyasal kitabevi.
- Çağlar, T. (2015a). Refah devleti bağlamında Almanya'da yaşlılara ilişkin temel haklar. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 39(2), 225-243.
- Çağlar, T. (2015b). *Türkiye ve Almanya'da Karşılaştırmalı Yaşlı Bakım Model ve Uygulamaları*. (Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Çağlar, T. (2015c). Yaşlılık ve bakım sigortası: Almanya örneği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 26(1), 205-222.
- Çakır, Ö. ve Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 418-429.

- Çatak, B., Kılınç, A., Badıllıoğlu, O., Sütlü, S., Sofuoğlu, A. E. ve Aslan, D. (2012). Burdur'da evde sağlık hizmeti alan yaşlı hastaların profili ve evde verilen sağlık hizmetleri. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 10(1), 13-21.
- Çayır, K. (2012). Yaşlılık/yaşa dayalı ayrımcılık. *Ayrımcılık: Çok boyutlu yaklaşımlar*, 163-174.
- Çetin, F. G. (2017). Sağlıkta dönüşüm programı ekseninde sağlığın ekonomi politiği. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 19(1), 274-293.
- Çevik, E. C. (2019). *Türkiye'de yaşlılara yönelik sosyal politika uygulamaları*. (Doktora Tezi), Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Çilingiroğlu, N. ve Demirel, S. (2004). Aging and ageism. *Turkish Journal of Geriatrics*, 7(4), 225-230.
- Çolak, M. ve Özer, Y. E. (2015). Sosyal politika anlamında aktif yaşlanma politikalarının ulusal ve yerel düzeydeki analizi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(55), 115-124.
- Çubukçu, M. ve Yazıcıoğlu, B. (2016). Samsun Eğitim ve Araştırma Hastanesi evde sağlık hizmetleri birimine kayıtlı hastaların değerlendirilmesi. *Ankara Medical Journal*, 16(4), 325-331.
- Çunkuş, N., Yiğitoğlu, G. T. ve Akbaş, E. (2019). Yaşlılık ve toplumsal dışlanma. *Geriatrik Bilimler Dergisi*, 2(2), 58-67.
- Dağ, A. (2018). *Yaşlılık & Yalnızlık*. Adıyaman: İKSAD.
- Dağlı, Y. (2018). Yaşlılık dönemindeki bireylerin yaşlılığa ilişkin algılarının ve yaşam boyu öğrenme ihtiyaçlarının değerlendirilmesi. *Electronic Turkish Studies*, 13(27), 499-530.

- Daniş, M. Z. (2004). *Yaşlıların Evde Bakım Gereksinimleri ve Evde Bakıma İlişkin Düşünceleri*. Ankara: Türkiye Güçsüzler ve Kimsesizlere Yardım Vakfı.
- Daniş, M. Z. (2009). Türkiye’de yaşlı nüfusun yalnızlık ve yoksulluk durumları ve sosyal hizmet uygulamaları açısından bazı çıkarımlar. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 20(1), 67-84.
- Daniş, M. Z. ve Efe, F. (2016). Aktif yaşlanma. İçinde V. Kalinkara (Ed.), *Yaşlılık: Disiplinlerarası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler* (s. 263-292). Ankara: Nobel.
- Davidson, P. M., DiGiacomo, M. ve McGrath, S. J. (2011). The feminization of aging: how will this impact on health outcomes and services? *Health care for women international*, 32(12), 1031-1045.
- Debroux, P., Jaussaud, J. ve Martine, J. (2017). Elderly workers in Japan the need for a new approach. *Journal Transition Studies Review*, 24(2), 31-43.
- Dehle, C., Larsen, D. ve Landers, J. E. (2001). Social support in marriage. *American Journal of Family Therapy*, 29(4), 307-324.
- Demez, G. (2012). Medyada yeni sağlık anlayışları ve kadın bedeninin temsili. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1), 512-532.
- Demirci Aksoy, A. ve Günay, G. (2017). Yaşlıların barınma ihtiyacına alternatif olarak sürdürülebilir yaşlı köyleri. *Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 1-19.
- Doğanay, G. ve Güven, S. (2019). Ailede yaşlı bakımı rolünü üstlenen kadınlar ve görüşleri: Giresun ili örneği. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(21), 343-357.
- Dong, X. ve Simon, M. A. (2013). Elder abuse as a risk factor for hospitalization in older persons. *JAMA internal medicine*, 173(10), 911-917.

- DSÖ. (2002). Active ageing: A policy framework: Dünya Sağlık Örgütü.
- DSÖ. (2015). *World report on ageing and health*: World Health Organization.
- Dural, B. ve Con, G. (2011). Türkiye’de sosyal devlet ve yaşlı hakları üzerine bir inceleme. *Sosyal Haklar Uluslararası Sempozyumu*, 3, 25-26.
- Dyer, C. B., Goodwin, J. S., Pickens-Pace, S., Burnett, J. ve Kelly, P. A. (2007). Self-neglect among the elderly: a model based on more than 500 patients seen by a geriatric medicine team. *American Journal of Public Health*, 97(9), 1671-1676.
- Edelbrock, D., Buys, L. R., Waite, M. L., Grayson, D. A., Broe, G. A. ve Creasey, H. (2001). Characteristics of social support in a community-living sample of older people: The Sydney older persons study. *Australasian Journal on Ageing*, 20(4), 173-178.
- Ekici, S. K. ve Gümüş, Ö. (2016). Yaşlılıkta teknolojinin kullanımı. *Ege Tıp Dergisi*, 55, 26-30.
- Emiroğlu, V. (1995). *Yaşlılık ve yaşlının sosyal uyumu*. Ankara: Şafak Matbaacılık.
- Ergin, I. (2016). Yaşlı sağlığı ve sosyal politikalarda kamusal destek ne durumda? Türkiye ve dünyada mevcut durum. *Ege Tıp Dergisi*, 55, 12-18.
- Erkuran, H. (2020). Yaşlanma korkusu. *Sağlık ve Toplum*, 20(1), 26-29.
- Eroğul, N. ve Zabun, B. (2021). Ortaöğretim sosyoloji ders kitaplarının yaşlılığın sosyolojik öğretimi açısından incelenmesi *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 19(1), 635-662.
- Eshbaugh, E. M. (2009). The role of friends in predicting loneliness among older women living alone. *Journal of Gerontological Nursing*, 35(5), 13-16.

- Euronews. (2018, 18.01.2018). Erişim Tarihi 02.05.2022, Erişim Adresi <https://tr.euronews.com/2018/01/18/ingiltere-de-yaln-zl-k-bakanl-g-kuruldu>
- EUROSTAT. (2020). Aging Europe Looking at the lives of older people in the EU. Lüksemburg: EUROSTAT.
- EUROSTAT. (2021). Demography of Europe 2021 edition. Lüksemburg: EUROSTAT.
- Evans, N., Allotey, P., Imelda, J. D., Reidpath, D. D. ve Pool, R. (2018). Social support and care arrangements of older people living alone in rural Malaysia. *Ageing & Society*, 38(10), 2061-2081.
- EYHGM. (2021). Engelli ve yaşlı istatistik bülteni - Kasım 2021. Ankara: Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- Eynon, R. ve Malmberg, L. E. (2021). Lifelong learning and the Internet: Who benefits most from learning online? *British Journal of Educational Technology*, 52(2), 569-583.
- Feng, Z., Falkingham, J., Liu, X. ve Vlachantoni, A. (2017). Changes in living arrangements and mortality among older people in China. *SSM-population health*, 3, 9-19.
- Feng, Z., Jones, K. ve Phillips, D. R. (2019). Social exclusion, self-rated health and depression among older people in China: Evidence from a national survey of older persons. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 82, 238-244. doi: <https://doi.org/10.1016/j.archger.2019.02.016>
- Fernandez, M. ve Nichols, L. (2002). Bridging and bonding capital: Pluralist ethnic relations in Silicon Valley. *International journal of sociology and social policy*, 22(9), 104-122.

- Finlandiya İstatistik Kurumu. (2022). Population. Erişim Tarihi 03.05.2022, Erişim Adresi https://www.stat.fi/til/vrm_en.html
- Finlay, J. M. ve Kobayashi, L. C. (2018). Social isolation and loneliness in later life: A parallel convergent mixed-methods case study of older adults and their residential contexts in the Minneapolis metropolitan area, USA. *Social Science & Medicine*, 208, 25-33.
- Fusch, P. I. ve Ness, L. R. (2015). Are we there yet? Data saturation in qualitative research. *The qualitative report*, 20(9), 1408.
- Gaymu, J. ve Springer, S. (2010). Living conditions and life satisfaction of older Europeans living alone: a gender and cross-country analysis. *Ageing and Society*, 30(7), 1153-1175. doi: 10.1017/S0144686X10000231
- Genç, Y. ve Alptekin, K. (2013). Korunmaya muhtaç yaşlılara evde sağlık ve bakım hizmeti Sunulması" adlı proje üzerine bir araştırma. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(5), 76-92.
- Genç, Y. ve Barış, İ. (2015). Yaşlı bakım hizmetlerinde çağdaş yaklaşım: Kurumsal bakım yerine evde bakım hizmetlerinin güçlendirilmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(10), 36-57.
- Gerşil, G. ve Keskin, R. (2018). Sosyal sermayenin güven unsurunun değerlendirilmesi: Manisa Celal Bayar Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencilerine yönelik bir uygulama. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*(42), 155-178.
- Giddens, A. (2005). *Sosyoloji* (C. Güzel, Çev.). Ankara: Ayraç yayınevi.
- Gierveld, J. d. J., Tilburg, T. G. v. ve Dykstra, P. A. (2018). New ways of theorizing and conducting research in the field of loneliness and social isolation. İçinde

- A. L. Vangelisti ve D. Perlman (Ed.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (2 ed., s. 391-404). Cambridge: Cambridge University Press.
- Gilbert, H. ve Keiffer, L. (2003). *Yaşlılık ve Cinsellik* (2 bsk.). Ankara: Yeryüzü Yayınevi.
- Golafshani, N. (2003). Understanding reliability and validity in qualitative research. *The qualitative report*, 8(4), 597-607.
- Goldthorpe, J. H. (2016). Social class mobility in modern Britain: changing structure, constant process. *Journal of the British Academy*, 4(89-111).
- Gow, A. J., Pattie, A., Whiteman, M. C., Whalley, L. J. ve Deary, I. J. (2007). Social support and successful aging: Investigating the relationships between lifetime cognitive change and life satisfaction. *Journal of Individual Differences*, 28(3), 103-115.
- Gökbunar, A. R., Uğur, A. ve Duramaz, S. (2016). Yaşlı nüfusa yönelik sağlık harcamalarının azaltılmasında kamusal politikaların önemi. *Ekonomik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(1), 109-122.
- Göker, H., Tekedere, H. ve Arpacı, F. (2020). Evde yaşayan yaşlılarda yalnızlık algısı ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Third Sector Social Economic Review*, 55(3), 1631-1644.
- Gökler Danışman, I. ve Aydın, G. (2011). Huzurevinde yaşayan yaşlıların benlik- algılarının yordanmasında sosyodemografik özellikler ve algılanan sosyal desteğin rolü. *Aile ve Toplum*, 7(12), 69-91.
- Görgün Baran, A. (2000). Yaşlılıkta sosyal uyum sorunu. İçinde B. Tufan (Ed.), *Antropoloji ve Yaşlılık - Prof. Dr. Vedia Emiroğlu'na Armağan*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu.

- Görgün Baran, A. (2001). Yaşlılığın sosyal statü ve roller bakımından analizi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(1), 14-24.
- Görgün Baran, A. (2004). Yaşlılık sosyolojisi. İçinde V. Kalinkara (Ed.), *Yaşlılık: Disiplinler Arası Yaklaşım, Sorunlar ve Çözümler* (s. 35-57). Ankara: Odak.
- Görgün Baran, A. (2008). Yaşlılıkta sosyalizasyon ve yaşam kalitesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(2), 86-97.
- Görgün Baran, A. (2011). Yaşlılığın sosyal boyutu. Erişim Tarihi 29.05.2020, 2020, Erişim Adresi http://www.gebam.hacettepe.edu.tr/sosyal_boyut/yaşlılığın_sosyal_boyutu.pdf
- Görgün Baran, A. (2016a). Yaşlılıkta sosyal dışlanmanın toplumsal boyutu. İçinde V. Kalinkara (Ed.), *Yaşlılık: Disiplinlerarası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler* (s. 105-126). Ankara: Nobel.
- Görgün Baran, A. (2016b). Yaşlılıkta sosyal izolasyon ve yalnızlık. İçinde H. Ceylan (Ed.), *Yaşlılık sosyolojisi* (s. 77-96). Ankara: Nobel.
- Görgün Baran, A. (2017). Yaşlandıkça hayatın neden çabuk geçtiğine dair bir deneme. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 261-270.
- Görgün Baran, A. (2018). Yaşlanma. İçinde E. B. Sağlam, A. G. Bakacak ve A. Ö. Boyacıoğlu (Ed.), *Sosyoloji* (s. 586-615). Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Görgün Baran, A., Günay, B., Bereketli, B. ve Işık, I. (2020). Sosyal sermaye, güven ve yalnızlık açısından yaşlıların yaşam deneyimleri üzerine nitel bir araştırma. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(2), 72-89.

- Görgün Baran, A., Kalıncara, V., Aral, N., Baran, G., Akın, G. ve Özkan, Y. (2005). *Yaşlı ve aile ilişkileri: Ankara örneği*. Ankara: Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü.
- Görgün Baran, A. ve Kurnaz, Z. (2019). Yaşlıların sosyoekonomik düzeylerine göre sosyal ilişkilerinin aktif yaşlanma açısından analizi. İçinde N. Akdemir (Ed.), *Geriatrı ve Gerontolojiye Disiplinlerarası Yaklaşım* (s. 39-47). Ankara: Türkiye Klinikleri.
- Grant, B. C. (2006). Retirement villages: An alternative form of housing on an ageing landscape. *Social Policy Journal of New Zealand*, 27, 100-113.
- Grinnell, R. ve Unrau, Y. (2005). *Social work research and evaluation: Quantitative and qualitative approaches*: Cengage Learning.
- Grundy, E. (2006). Ageing and vulnerable elderly people: European perspectives. *Ageing & Society*, 26(1), 105-134.
- Güler, Z. (2017). Yaşlılık ve intihar. *Sosyoloji Konferansları*, 55(1), 181-193.
- Gürsoy Çuhadar, S. ve Lordoğlu, K. (2016). Demografik dönüşüm sürecinde Türkiye'de yaşlanma ve sorunlar. *İstanbul Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*(54), 63-80.
- Güven, S. (2000). Yaşlılıkta aile ilişkileri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 12(1), 92-99.
- Hall, R. R. ve Jones, C. (2004). The value of life and the rise in health spending: National Bureau of Economic Research, Cambridge: NBER Working Paper Series.
- Handbook Germany. (2022). Almanya'da Evde Bakım Hizmeti. Erişim, Erişim Adresi <https://handbookgermany.de/tr/live/home-care.html>

- Hautsalo, K., Rantanen, A. ve Astedt-Kurki, P. (2013). Family functioning, health and social support assessed by aged home care clients and their family members. *Journal of Clinical Nursing*, 22(19-20), 2953-2963.
- Hawkins, R. L. ve Maurer, K. (2010). Bonding, bridging and linking: How social capital operated in New Orleans following Hurricane Katrina. *British Journal of Social Work*, 40(6), 1777-1793.
- HBOGM. (2021). 2020 İzleme ve Değerlendirme Raporu. Erişim Tarihi 10.09.2021, 2021, Erişim Adresi https://hbogm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2021_08/05112450_2020-RAPOR-2020_rp_duzeltme-2.8.2021-yayYnlanan.pdf
- Hendricks, J. ve Leedham, C. A. (2020). Dependency or empowerment? Toward a moral and political economy of aging. İçinde M. Minkler ve C. L. Estes (Ed.), *Critical Perspectives on Aging* (s. 51-64). New York: Routledge.
- Holliday, A. (2016). *Doing & writing qualitative research* (3 bsk.): Sage.
- Horhota, M., Chasteen, A. L. ve Crumley-Branyon, J. J. (2018). Is Ageism Acceptable When it Comes From a Familiar Partner? *The Journals of Gerontology: Series B*, 74(4), 595-599.
- Huang, L.-H. ve Lin, Y.-C. (2002). The Health Status and Needs of Community Elderly Living Alone. *Journal of Nursing Research*, 10(3), 227-236. doi: 10.1097/01.Jnr.0000347602.81885.69
- Hugman, R. (1994). *Ageing and the care of older people in Europe* (J. Campling Ed.). Londra: St. Martin's Press.
- Hwang, E. J. ve Sim, I. O. (2020). Effect of a comprehensive health care program on blood Pressure, blood glucose, body composition, and depression in older adults living alone: A quasi-experimental pretest–posttest study.

International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(1), 220.

Irmak, H. S. ve Artan, T. (2018). Feminist gerontoloji bağlamında yaşlılığın kadınsallaşması. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 5(2), 236-243.

İçli, G. (2010). Yaşlılar ve yaşlılığın değerlendirilmesi: Denizli ili üzerine niteliksel bir araştırma. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 3(1), 1-13.

İçli, G. (2016). Sosyal statü ve rol bağlamında yaşlılık. İçinde H. Ceylan (Ed.), *Yaşlılık Sosyolojisi* (s. 41-60). Ankara: Nobel.

İngiltere Başbakanlığı. (2022). Care and support statutory guidance. Erişim Tarihi 02.05.2022, Erişim Adresi <https://www.gov.uk/government/publications/care-act-statutory-guidance/care-and-support-statutory-guidance>

Jacobs, J. M., Hammerman-Rozenberg, A. ve Stessman, J. (2018). Frequency of leaving the house and mortality from age 70 to 95. *Journal of the American Geriatrics Society*, 66(1), 106-112.

Jakobsson, U. ve Hallberg, I. R. (2005). Loneliness, fear, and quality of life among elderly in Sweden: a gender perspective. *Aging Clinical and Experimental Research*, 17(6), 494-501. doi: 10.1007/BF03327417

Kacar, N. (2019). Yaşlı tüketiciler ve giyim estetiği: Sosyal ve psikolojik etkenlerin davranışa etkileri. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(1), 52-59.

Kahraman, S., Zincir, H., Erten, Z. K. ve Özkan, F. (2011). Bir huzurevinde yaşlı kadın ve erkeğin ayrı yaşamasının onların yalnızlık ve yaşam doyumuna etkisi. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 1-16.

- Kalaycı, I. ve Özkul, M. (2017). Geleneksel kalabilsem modern olabilsem: Modernleşme sürecinde yaşlılık deneyimleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 8(18), 90-110.
- Kalaycı, I., Özkul, M. ve Tuna Uysal, M. (2021). Yaşlı bakım istihdamında yaşlanma ve yaşlılık algısı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 8(1), 146-170.
- Kalaycıoğlu, S. (2016). Yaşlılıkla baş etme ve dirençlilik stratejileri. İçinde H. Ceylan (Ed.), *Yaşlılık Sosyolojisi* (s. 157-178). Ankara: Nobel.
- Kalaycıoğlu, S. ve Rittersberger Tılıç, H. (2001). Yaşlı ve genç kuşaklar arasında sosyal, kültürel ekonomik bağların ailenin refah düzeyine etkisi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(2), 65-75.
- Kalaycıoğlu, S., Tol, U. U., Küçükural, Ö. ve Cengiz, K. (2003). *Yaşlılar ve Yaşlı Yakınları Açısından Yaşam Biçimi Tercihleri*. Ankara: Türkiye Bilimler Akademisi.
- Kalınkara, V. (2000). Yaşlılıkta sosyal katılım ve kent hizmetleri. İçinde B. Tufan (Ed.), *Antropoloji ve Yaşlılık - Prof. Dr. Vedia Emiroğlu'na Armağan*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu.
- Kalınkara, V. (2016a). Nüfusun yaşlanması ve toplumsal boyutları. İçinde H. Ceylan (Ed.), *Yaşlılık Sosyolojisi* (s. 21-40). Ankara: Nobel.
- Kalınkara, V. (2016b). Yerinde yaşlanma. İçinde V. Kalınkara (Ed.), *Yaşlılık: Disiplinlerarası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler* (s. 399-422). Ankara: Nobel.
- Kalınkara, V. ve Sarı, İ. (2019). Yaşlılarda sosyal ağ kullanımı ve yalnızlık ilişkisinin belirlenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(1), 8-19.

- Karaağaoğlu, E. ve Karakaya, J. (2004). Genel bilgiler. İçinde Y. Gökçe Kutsal (Ed.), *Yaşlılık Gerçeği*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Araştırma Merkezi.
- Karaca, F. (2010). Huzurevinde kalan yaşlıların hayata bakış açıları ve gelecekle ilgili beklentileri. *Aile ve Toplum*, 21(21), 50-72.
- Karacan, E. (2017). Sosyal politika kapsamında Türkiye'de yaşlı nüfus: Sorunlar ve çözüm önerileri. *Journal of International Social Research*, 10(49), 637-644.
- Karadeniz, O. ve Durusoy Öztepe, N. (2013). Türkiye'de yaşlı yoksulluğu. *Çalışma ve Toplum*, 38(3), 77-102.
- Karakaş, S. A. ve Durmaz, H. (2017). Yaşlılık dönemi psikolojik özellikleri ve moral. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 18(1), 32-36.
- Karataş, K. ve Duyan, V. (2002). Kocatepe yaşlı dayanışma merkezinin hizmet çevresinde oturan yaşlıların sosyo demografik özellikleri ve gereksinimleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 13(2), 77-90.
- Karataş, K. ve Duyan, V. (2008). Difficulties that elderly people encounter and their life satisfaction. *Social Behavior and Personality*, 36(8), 1073-1084.
- Karataş, S. (2000). Sosyal değişme ve yaşlılık. İçinde B. Tufan (Ed.), *Antropoloji ve Yaşlılık - Prof. Dr. Vedia Emiroğlu'na Armağan* (s. 173-185). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu.
- Karataş, S., Karataş, K. ve Şenol, C. (1989). Huzurevinde kalan yaşlıların yaşam doyum düzeyleri ile ölüm kaygıları arasındaki ilişki XXV. *Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Çalışmaları* (s. 675-677). Mersin: UDK Yayınları.

- Kawachi, I. ve Berkman, L. F. (2014). Social capital, social cohesion and health. İçinde F. B. Lisa, I. Kawachi ve M. M. Glymour (Ed.), *Social Epidemiology* (s. 290-319). New York: Oxford University Press.
- Kesavayuth, D., Rosenman, R. E. ve Zikos, V. (2016). Retirement, personality, and well-being. *Economic Inquiry*, 54(2), 733-750.
- Kılıç, N. P. (2017). Sağlık hizmetlerinde bireysel yaşlı ayrımcılığı. *Kurgu*, 25(3), 53-77.
- Kılıç, Ü. ve Şelimen, D. (2017). Yaşlıları huzurevi yaşamını seçmeye zorlayan nedenlerin belirlenmesi. *Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*, 3(2), 73-82.
- Kim, H., Kwon, S., Hong, S. ve Lee, S. (2018). Health behaviors influencing depressive symptoms in older Koreans living alone: secondary data analysis of the 2014 Korean longitudinal study of aging. *BMC Geriatrics*, 18(1), 186. doi: 10.1186/s12877-018-0882-4
- Kim, J., Song, Y., Kim, T. ve Park, K. (2019). Predictors of happiness among older Korean women living alone. *Geriatrics & gerontology international*, 19(4), 352-356.
- King, J. (2019). National's social policy legacy in social housing. *New Zealand Sociology*, 34(2), 227-252.
- Kıpçak, S. ve Dedeli, Ö. (2016). Yaşlı bireylerin gençlere yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2682-2696.
- Kiremitçi, S. ve Akçay, S. (2019). Yaşlıların eş kaybı deneyimlerine ilişkin nitel bir araştırma: Konya örneği. İçinde M. Kırılıoğlu ve H. H. Tekin (Ed.), *Güncel Sosyal Hizmet Çalışmaları* (s. 23-33). Konya: Çizgi Kitabevi.

- Kızılkaya, S. ve Bakiler, O. (2021). Emeklilerin çoğu asgari ücretin altında maaş alıyor. Erişim Tarihi 21.01.2022, 2022, Erişim Adresi <https://www.amerikaninsesi.com/a/emeklilerin-yuzda-70i-asgari-ucretin-altinda-maas-aliyor/5948041.html>
- Kocabaş, F. ve Kol, E. (2020). Almanya ve Türkiye’de karşılaştırmalı olarak bakım hizmetleri: Türkiye’de bakım sigortası kurulmasına yönelik bir öneri. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(4), 283-310.
- Kohli, M. (2004). Intergenerational transfers and inheritance: A comparative view. İçinde M. Silverstein (Ed.), *Intergenerational Relations Across Time and Place* (s. 266-289). New York: Springer.
- Kolland, F. (2017). Eğitimsel gerontoloji yaşlanan toplumlarda yaşan boyu öğrenme. İçinde M. D. İsmail Tufan (Ed.), *Gerontoloji I. Cilt*. Ankara: Nobel.
- Konak, A. ve Çiğdem, Y. (2005). Yaşlılık olgusu: Sivas huzurevi örneği. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 29(1), 23-63.
- Kondo, A. ve Shigeoka, H. (2016). The effectiveness of demand-side government intervention to promote elderly employment: evidence from Japan. *ILR Review*, 70(4), 1008-1036. doi: 10.1177/0019793916676490
- Kongar, E. (2000). Toplumsal Değişme Kuramları ve Türkiye Gerçeği. *Remzi Kitabevi*.
- Korkmaz, A. ve Korkut, G. (2018). Gümüş ekonomi ve aktif yaşlanma bağlamında toplumsal katılım. *İş ve Hayat*, 4(8), 257-272.
- Korkmaz Yaylagül, N., Barlın, H. ve Kırışık, H. (2021). Yaşlılıkta sosyal dışlanma araştırmaları: Bir içerik analizi. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*(17), 197-213.

- Koşar, N. G. (1996). *Sosyal hizmetlerde yaşlı refah alanı*. Ankara: Şafak matbaacılık.
- Kremer, M. (1993). Population growth and technological change: One million BC to 1990. *The quarterly journal of economics*, 108(3), 681-716.
- Krysiak, J. L. ve Finn, J. (2013). *Research for effective social work practice*: Routledge.
- Kuckartz, U. ve Rädiker, S. (2019). *Analyzing qualitative data with MAXQDA*: Springer.
- Kurt Magrebi, T. ve Akçay, S. (2020). Huzurevinde kalan yaşlıların ölüm kaygısı ve ölüme ilişkin depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Electronic Journal of Social Sciences*, 19(76), 2100-2118.
- Kurtkapan, H. (2019). Türkiye’de demografik dönüşümün sosyal yansımaları ve yaşlılık. *Sosyal Güvence*(15), 27-46.
- Küçük, M. (2016). Kırsal alanlarda yaşlı yerel halkın karşılaştığı sorunlar: Konya ili Derebucak ilçesi üzerine bir inceleme. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 29-48.
- Küçük, M. (2021). Yaşlıların İhtiyaçları, Beklentileri ve Karşılaştığı Sorunların Çözümünde Sosyal ve Politik Çevrenin Rolü: Konya İlinin Beyşehir ve Hüyük İlçeleri Örneği. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 5(2), 258-284.
- Küçükkaraca, N. (2000). Başarılı yaşlanma ve yaşlı istismarı. İçinde B. Tufan (Ed.), *Antropoloji ve Yaşlılık - Prof. Dr. Vedia Emiroğlu’na Armağan* (s. 107-117). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu.
- Kümbetoğlu, B. (2012). *Sosyolojide ve antropolojide niteliksel yöntem ve araştırma* (3 bsk.). İstanbul: Bağlam.

- Künemund, H., Motel-Klingebiel, A. ve Kohli, M. (2005). Do intergenerational transfers from elderly parents increase social inequality among their middle-aged children? Evidence from the German Aging Survey. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 60(1), 30-36.
- Larson, R., Mannell, R. ve Zuzanek, J. (1986). The daily experience of older adults with friends versus family and its relation to global well-being. *Psychology and aging*, 2, 117-126.
- Lee, K. ve Martin, P. (2019). Who gives and receives more? Older couples' personality and spousal support. *Personal Relationships*, 26(3), 429-447.
- Lee, M. ve Kim, K. (2014). Prevalence and risk factors for self-neglect among older adults living alone in South Korea. *The International Journal of Aging and Human Development*, 78(2), 115-131.
- Lee, V. M. S., Wong, T. W. ve Lau, C. C. (1999). Home accidents in elderly patients presenting to an emergency department. *Accident and Emergency Nursing*, 7(2), 96-102. doi: [https://doi.org/10.1016/S0965-2302\(99\)80029-0](https://doi.org/10.1016/S0965-2302(99)80029-0)
- Lee, Y. ve Ko, Y.-g. (2018). Feeling lonely when not socially isolated: Social isolation moderates the association between loneliness and daily social interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(10), 1340-1355. doi: 10.1177/0265407517712902
- Leinonen, R. ve Kuukkanen, M. (2020). Adult foster care of older people. *International Journal of Care and Caring*, 4(3), 441-446.
- Levy, B. R. (2003). Mind Matters: Cognitive and Physical Effects of Aging Self-Stereotypes. *The Journals of Gerontology: Series B*, 58(4), 203-211.

- Lu, C.-J. ve Shulman, S. W. (2008). Rigor and flexibility in computer-based qualitative research: Introducing the Coding Analysis Toolkit. *International Journal of Multiple Research Approaches*, 2(1), 105-117.
- Mahiroğulları, A. (2005). Endüstri devrimi sonrasında emeğin istismarını belgeleyen iki eser: Germinal ve dokumacılar. *Sosyoloji Konferansları*, 32, 41-53.
- Mansoor, A. ve Hasan, S. S. (2019). Empty nest syndrome and psychological wellbeing among middle aged adults. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 17(1), 55-60.
- Martine, J. ve Jaussaud, J. (2018). Prolonging working life in Japan: Issues and practices for elderly employment in an aging society. *Contemporary Japan*, 30(2), 227-242.
- Matsuura, T. ve Ma, X. (2022). Living arrangements and subjective well-being of the elderly in China and Japan. *Journal of Happiness Studies*, 23(3), 903-948.
- Mavili, A. (2015). Yaşlılık, yaşlanma ve sosyal hizmet. İçinde H. Ceylan (Ed.), *Modern hayat ve yaşlılık* (s. 1-24). Ankara: Nobel.
- Mayring, P. (2014). Qualitative content analysis: theoretical foundation, basic procedures and software solution. *Klagenfurt*.
- McGuire, S. L., Klein, D. A. ve Chen, S. L. (2008). Ageism revisited: A study measuring ageism in East Tennessee, USA. *Nursing & Health Sciences*, 10(1), 11-16.
- Meisner, B. A. (2021). Are you OK, Boomer? Intensification of ageism and intergenerational tensions on social media amid COVID-19. *Leisure Sciences*, 43(1-2), 56-61.

- Menghi, R., Papetti, A. ve Germani, M. (2019). Product Service Platform to improve care systems for elderly living at home. *Health Policy and Technology*, 8(4), 393-401.
- Minichiello, V., Browne, J. ve Kendig, H. (2000). Perceptions and consequences of ageism: views of older people. *Ageing and Society*, 20(3), 253-278.
- Miranti, R. ve Yu, P. (2015). Why social exclusion persists among older people in Australia. *Social Inclusion*, 3(4), 112-126.
- Moffatt, S. ve Glasgow, N. (2009). How useful is the concept of social exclusion when applied to rural older people in the United Kingdom and the United States? *Regional Studies*, 43(10), 1291-1303.
- Mohd, S., Senadjki, A. ve Mansor, N. (2018). Trend of poverty among elderly: Evidence from household income surveys. *Journal of Poverty*, 22(2), 89-107.
- Monahan, C., Macdonald, J., Lytle, A., Apriceno, M. ve Levy, S. R. (2020). COVID-19 and ageism: How positive and negative responses impact older adults and society. *American Psychologist*, 75(7), 887.
- Morrow-Howell, N., Hinterlong, J., Rozario, P. A. ve Tang, F. (2003). Effects of volunteering on the well-being of older adults. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 58(3), S137-S145.
- Moustakas, C. (1990). *Heuristic research: Design, methodology, and applications*: Sage Publications.
- Mui, A. C. ve Burnette, J. D. (1994). A comparative profile of frail elderly persons living alone and those living with others. *Journal of Gerontological Social Work*, 21(3-4), 5-26.

- Muis, I., Agustang, A. ve Adam, A. (2020). Elderly poverty: Social demographic, work distribution, problem health & socialprotection. *Asian Journal of Social Sciences & Humanities*, 9(1), 40-48.
- Müftüler, H. G. (2018). Modern toplumda yaş ve yaşlı ayrımcılığı. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 181-214.
- Nakahara, J. (2013). Effects of social activities outside the home on life satisfaction among elderly people living alone. *International Journal of Psychological Studies*, 5(1), 112-120.
- Neuman, W. (2014). *Toplumsal araştırma yöntemleri: Nicel ve nitel yaklaşımlar* (5 bsk.). İstanbul: Yayın Odası.
- Nicholson, N. R. (2009). Social isolation in older adults: an evolutionary concept analysis. *Journal of advanced nursing*, 65(6), 1342-1352.
- North, M. S. ve Fiske, S. T. (2013). Act your (old) age: Prescriptive, ageist biases over succession, consumption, and identity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(6), 720-734.
- Nymberg, V. M., Bolmsjö, B. B., Wolff, M., Calling, S., Gerward, S. ve Sandberg, M. (2019). 'Having to learn this so late in our lives...'Swedish elderly patients' beliefs, experiences, attitudes and expectations of e-health in primary health care. *Scandinavian journal of primary health care*, 37(1), 41-52.
- Oğlak, S. ve Canatan, A. (2020). Yaşam boyu öğrenme ve aktif yaşlanma bakış açısından Üçüncü Yaş Üniversiteleri: İyi uygulama örnekleri. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(2), 131-141.
- Omachi, C. (1962). Gerontology practiced in Japan. *The Gerontologist*, 2(2), 74-76.

- Ong, A. D., Uchino, B. N. ve Wethington, E. (2016). Loneliness and health in older adults: A mini-review and synthesis. *Gerontology*, 62(4), 443-449.
- Onur, B. (2014). *Gelişim Psikolojisi ve Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm* (10 bsk.). Ankara: İmge Kitabevi.
- Otrar, M. ve Kurtkapan, H. (2015). Nicel araştırma: İstanbul'da yaşlıların mevcut durumu. İçinde M. Şentürk ve H. Ceylan (Ed.), *İstanbul'da Yaşlanmak*. İstanbul: Açılım.
- Öğüt, S., Öğüt Düzen, K. ve Polat, M. (2017). Huzurevlerinde yaşayan yaşlıların yerinde yaşlanma konusundaki duygu ve düşünceleri. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 522-526.
- Öksüzokyar, M. M., Eryiğit, S. Ç., Düzen, K. Ö., Mergen, B. E., Sökmen, Ü. N. ve Öğüt, S. (2019). Biyolojik yaşlanma nedenleri ve etkileri. *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Health Sciences Institute*, 4(1), 34-41.
- Özateş Gelmez, Ö. S. (2015). Ailevileştirilen bakımın kürek mahkûmları: Evde bakım uygulaması kapsamında bakım veren kadınların deneyimleri. *Fe Dergi*, 7(2), 58-71.
- Özen, S. ve Özbek, Ç. (2017). Çalışma yaşamında yaşlılık: Yaşlı çalışanlar ve insan kaynakları uygulamaları. *Calisma ve Toplum*, 53(2).
- Özerdoğan, Ö., Yüksel, B., Çelik, M., Oymak, S. ve Bakar, C. (2018). Yaşlılarda yaşam kalitesini etkileyen faktörler. *Turkish Journal of Public Health*, 16(2), 90-105.
- Özkan, H. H. (2006). Popüler kültür ve eğitim. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14(1), 29-38.

- Özkul, M. ve Kalaycı, I. (2015). Türkiye’de yaşlılık çalışmaları. *Sosyoloji Konferansları*, 52(2), 259-290.
- Özkul, M., Kalaycı, I. ve Atasoy, M. (2019). Yaşlıların toplumsal ilişki kurma biçimleri: Sorunlar ve imkânlar. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(37), 77-97.
- Özmen, Ş. Y. (2013). Türk kültüründe yaşlının yeri ve medyayla yaşlılığın değişen konumu. *Milli Folklor*, 25(100), 110-119.
- Özmete, E., Hablemitoğlu, Ş. ve Yıldırım, F. (2012). Ankara’da yaşlı yoksulluğu: Ekonomik, sosyal, kültürel ihtiyaçların analizi. Ankara: Ankara Üniversitesi Yaşlılık Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi.
- Öztürk, A., Özenç, S., Canmemiş, S. ve Bozoğlu, E. (2016). Yaşlılık döneminde koruyucu sağlık bakımı. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 10(1).
- Öztürk, H. (2015). Yaşlanma ve Kırsal Yaşlılık Mevcut Durum Raporu. Ankara: Kalkınma Atölyesi.
- Pala, K. (2018). *Türkiye’de Sağlıkta Kamu Özel Ortaklığı Şehir Hastaneleri*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Palmore, E. B. ve Manton, K. (1974). Modernization and status of the aged: International correlations. *Journal of Gerontology*, 29(2), 205-210.
- Palomäki, L.-M. (2019). Does It Matter How You Retire? Old-Age Retirement Routes and Subjective Economic Well-Being. *Social Indicators Research*, 142(2), 733-751.
- Patton, M. Q. (1987). *How to use qualitative methods in evaluation*: Sage.

- Patton, M. Q. (2014). Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri. *Ankara: Pegem Akademi*.
- Polat, G. (2015). Family social capital and adolescent drug addiction: A qualitative inquiry. *International Journal of Advanced Research*, 3(8), 1239-1249.
- Popkin, B. M. (1999). Urbanization, lifestyle changes and the nutrition transition. *World development*, 27(11), 1905-1916.
- Portes, A. (1998). Social capital: Its origins and applications in modern sociology. *Annual review of sociology*, 24(1), 1-24.
- Powell, J. L. (2010). The power of global aging. *Ageing International*, 35(1), 1-14.
- Powell, J. L. (2014). Küresel yaşlanma: Eğilimler, sorunlar ve karşılaştırmalar (S. Yazıcı, Trans.). İçinde N. Korkmaz; ve S. Yazıcı (Ed.), *Küreselleşme ve Yaşlılık* (s. 135-166). Ankara: Ütopya.
- Principi, A., Galenkamp, H., Papa, R., Socci, M., Suanet, B., Schmidt, A., . . . Moreira, A. (2016). Do predictors of volunteering in older age differ by health status? *European Journal of Ageing*, 13(2), 91-102.
- Putnam, R. D., Feldstein, L. ve Cohen, D. J. (2004). *Better together: Restoring the American community*. New York: Simon and Schuster.
- Raymo, J. M. (2015). Living alone in Japan: Relationships with happiness and health. *Demographic research*, 32, 1267.
- Reifler, B. V. ve Bruce, M. L. (2014). Home-based mental health services for older adults: a review of ten model programs. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 22(3), 241-247.

- Roberto, K. A., Allen, K. R. ve Blieszner, R. (1999). Older women, their children, and grandchildren: A feminist perspective on family relationships. *Journal of Women & Aging, 11*(2-3), 67-84.
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M. ve McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: a meta-analytic review. *Psychological bulletin, 140*(1), 140.
- Rolls, L., Seymour, J. E., Froggatt, K. A. ve Hanratty, B. (2011). Older people living alone at the end of life in the UK: research and policy challenges. *Palliative Medicine, 25*(6), 650-657.
- Ruggles, S. (2007). The decline of intergenerational coresidence in the United States, 1850 to 2000. *American sociological review, 72*(6), 964-989.
- Sala, G., Jopp, D., Gobet, F., Ogawa, M., Ishioka, Y., Masui, Y., . . . Gondo, Y. (2019). The impact of leisure activities on older adults' cognitive function, physical function, and mental health. *PLoS One, 14*(11).
- Santana-Mancilla, P. C. ve Anido-Rifón, L. E. (2017). The technology acceptance of a TV platform for the elderly living alone or in public nursing Homes. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 14*(6), 617-632.
- Sapancalı, F. (2005). *Sosyal dışlanma: Dokuz Eylül Yayınları*.
- Sarı, H. K. (2021). Yaşlılık vesosyal hizmet ilişkisi bağlamında yaşlılık ve yoksulluk. *Journal of Social Sciences and Humanities, 5*(1), 159-167.
- Sarıca, A. O. (2019). Türkiye’de emeklilik sistemlerinin yaşlı yoksulluğu ve emekli yoksulluğu üzerine etkisi. *SGD-Sosyal Güvenlik Dergisi, 9*(2), 477-498.

- Schrimper, R. A. ve Clark, R. L. (1985). Health expenditures and elderly adults. *Journal of Gerontology*, 40(2), 235-243. doi: 10.1093/geronj/40.2.235
- Schulz, U. ve Schwarzer, R. (2004). Long-term effects of spousal support on coping with cancer after surgery. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 716-732.
- Schwiter, K., Berndt, C. ve Truong, J. (2018). Neoliberal austerity and the marketisation of elderly care. *Social & Cultural Geography*, 19(3), 379-399.
- Sever, H. (2018). *Yaşlılıkta bir yaşam aranjmanı olarak tek başına yaşamak: Gaziantep'te yaşlanmak*. (Doktora Tezi), Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Sever, H. (2020). Yaşlı bireylerin geniş aileden kopuş nedenleri ve alternatif yaşam aranjmanlarına dair algıları: Gaziantep örneği. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(1), 1-9.
- Sevil, H. T. (2005). *Yaşlılığın Sosyal Anatomisi*. Ankara: SABEV.
- SGK. (2021). Emeklilikten sonra tekrar çalışma (SGDP). Erişim Tarihi 08 Eylül 2021, Erişim Adresi http://www.sgk.gov.tr/wps/portal/sgk/tr/emekli/sikca_sorulan_sorular/emeklilikten_sonra
- Shepherd, B. F. ve Brochu, P. M. (2021). How do stereotypes harm older adults? A theoretical explanation for the perpetration of elder abuse and its rise. *Aggression and Violent Behavior*, 57, 101435.
- Sılaaydın, B. M. (2008). Şehir planlamada yaşlıya ve yaşlınının barınma sorununa yeniden bakmak. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(2), 98-106.

- Simmons, L. W. (1962). Aging in primitive societies: a comparative survey of family life and relationships. *Law and Contemporary Problems*, 27(1), 36-51.
- Spencer, R., Pryce, J. M. ve Walsh, J. (2014). Philosophical approaches to qualitative research *The Oxford handbook of qualitative research* (s. 81-98).
- Spencer-Carver, E. (2008). *Social support for children who had a parent killed by intimate partner violence: Interviews with mental health workers*. Kansas State University.
- SSİB. (2022). Services and benefits for old people. Erişim Tarihi 03.05.2022, Erişim Adresi https://stm.fi/en/older-people-services/services-and-benefits?_cf_chl_tk=Eu1riPr_QYupLZRjPscuH9h4lhQX6Zn9ivXZDXnCMpE-1651611502-0-gaNycGzNB2U
- Suyono, H. (2021). Integrating the elderly in society with lifelong learning programmes: Indonesian experiences. İçinde P. Narot ve N. Kiettikunwong (Ed.), *Education for the Elderly in the Asia Pacific* (s. 205-217). Singapore: Springer Singapore.
- SYGM. (2021). Sosyal yardım programlarımız Erişim Tarihi 10.09.2021, 2021, Erişim Adresi <https://www.aile.gov.tr/sygm/programlarimiz/sosyal-yardim-programlarimiz/>
- Széman, Z. (2014). A new pattern in long-term care in Hungary: Skype and youth volunteers. *Anthropological notebooks*, 20(1), 105-117.
- Şenol, D. ve Erdem, S. (2017). Yaşlılık ve yaşlı kadınlarda huzurevi algısı: Nitel bir çalışma. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 31-50.

- Şentürk, M. ve Altan, R. B. (2015). Giriş: İstanbul'da yaşlıların mevcut durum araştırması. İçinde M. Şentürk ve H. Ceylan (Ed.), *İstanbul'da Yaşlanmak*. İstanbul: Açılım.
- Şentürk, M. ve Kurtkapan, H. (2017). Yaşlılığın mekânsallaşması: Kadıköy Moda'daki bir apartman üzerine nitel bir çalışma. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 1(1), 4-19.
- Şentürk, Ü. (2019). Yaşlı yalnızlığının kültürel arka planı (Malatya uygulaması). *İnönü Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 505-517.
- Şentürk, Ü. (2020). *Yaşlılık Sosyolojisi* (2 bsk.). Bursa: Dora Basım Yayın.
- Tamam, L. ve Öner, S. (2001). Yaşlılık çağı depresyonları. *Demans Dergisi*, 1(2), 50-60.
- Tanman Zıplar, Ü. (2015). Dünyada ve Türkiye'de yaşlılık hizmetleri. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 173-194.
- Tatlı, H. (2013). Sosyal sermayenin bireylerin istihdamı üzerindeki etkisi hanehalkı reisleri üzerine bir araştırma. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(3), 87-114.
- TDK. (2022). Kanaatkâr Erişim Tarihi 04.04.2022, Erişim Adresi <https://sozluk.gov.tr>
- Tekindal, M. ve Uğuz Arsu, Ş. (2020). Nitel araştırma yöntemi olarak fenomenolojik yaklaşımın kapsamı ve sürecine yönelik bir derleme. *Ufuk Ötesi Bilim Dergisi*, 20(1), 153-172.
- Tezcan, M. (1982). Toplumsal değişme ve yaşlılık. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 15(2), 169-177.

- Thyagarajan, B., Shippee, N., Parsons, H., Vivek, S., Crimmins, E., Faul, J. ve Shippee, T. (2019). How does subjective age get “under the skin”? The association between biomarkers and feeling older or younger than one’s age: The Health and Retirement Study. *Innovation in Aging*, 3(4), igz035.
- Tiirinki, H., Tynkkynen, L.-K., Sovala, M., Atkins, S., Koivusalo, M., Rautiainen, P., . . . Keskimäki, I. (2020). COVID-19 pandemic in Finland–Preliminary analysis on health system response and economic consequences. *Health Policy and Technology*, 9(4), 649-662.
- Topgöl, S. (2016). Çalışma yaşamında yaşlı ayrımcılığı mı yaş ayrımcılığı mı? *İstanbul University Journal of Sociology*, 36(2), 373-391.
- Tuckett, A. (2017). The rise and fall of life-wide learning for adults in England. *International Journal of Lifelong Education*, 36(1-2), 230-249.
- Tufan, İ. (2014). *Türkiye’de yaşlılığın yapısal değişimi*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Tufan, İ. (2016). *Antik Çağ’dan günümüze yaşlılık ve yaşlanma* (2 bsk.). Ankara: Nobel.
- Tufan, İ., Seeberger, B., Öztürk, S., Ayan, S. F. ve Özgür, Ö. (2018). Antalya yaşlılık araştırması (ayar©) yaşlıların sağlık durumu. *Geriatrik Bilimler Dergisi*, 1(2), 49-60.
- Tuncel, G. ve Uzun, H. (2019). Türkiye’de yaşlılara yönelik sosyal politikalar üzerine bir inceleme. *Fırat Üniversitesi Uluslararası İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 3(2), 309-334.
- Tutty, L. M., Rothery, M. A. ve Grinnell, R. M. (1996). *Qualitative research for social workers: Phases, steps, & tasks*: Allyn and Bacon.

- TÜİK. (2019). İstatistiklerle Yaşlılar: Türkiye İstatistik Kurumu.
- TÜİK. (2020). Hayat tabloları, 20179-2019. Ankara: Türkiye İstatistik Kurumu.
- TÜİK. (2021). İstatistiklerle yaşlılar. Ankara: Türkiye İstatistik Kurumu.
- TÜİK. (2022). İstatistiklerle yaşlılar. Ankara: Türkiye İstatistik Kurumu.
- Türk, E. (2015). Sosyolojik düşüncede sosyal sermaye tartışmaları: Pierre Bourdieu ve James Samuel Coleman bağlamında karşılaştırmalı bir analiz. *Sosyal ve Kültürel Araştırmalar Dergisi (SKAD)*, 1(2), 127-149.
- Türk-İş. (2021). Aralık 2021 açlık ve yoksulluk sınırı. Erişim Tarihi 14.01.2022, 2021, Erişim Adresi <http://www.turkis.org.tr/AGUSTOS-2021-ACLİK-VE-YOKSULLUK-SINIRI-d554757>
- Türkan, M. ve Sezer, S. (2017). Yaşlı yoksulluğunun yarattığı sosyal ve psikolojik sorunlar: Muğla örneği. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(4), 35-57.
- Ulukan, U. (2020). Türkiye’de Demografik dönüşüm ve yaşlı işçiler. *Fiscaoeconomia*, 4(1), 94-110.
- UN-DESA. (2017). World population aging 2017 - Highlights (ST/ESA/SER.A/397) (P. D. Department of Economic and Social Affairs, Trans.): United Nations.
- UN-DESA. (2019). World population prospects 2019. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs.
- UN-DESA. (2020). World population ageing 2020 highlights: Living arrangements of older persons. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs.

- USRE. (2022a, 07. 03.2022). Ageing policy. Erişim Tarihi 03.05.2022, Erişim Adresi https://thl.fi/en/web/ageing/ageing-policy#Finland_is_rapidly_ageing
- USRE. (2022b, 07.03.2022). Home care. Erişim Tarihi 03.05.2022, Erişim Adresi <https://thl.fi/en/web/ageing/older-people-services-undergoing-a-change/home-care>
- USRE. (2022c, 07.03.2022). Informal care and adult foster care. Erişim Tarihi 03.05.2022, Erişim Adresi <https://thl.fi/en/web/ageing/older-people-services-undergoing-a-change/informal-care-and-adult-foster-care>
- USRE. (2022d, 07. 03.2022). Well-being in old age. Erişim Tarihi 03.05.2022, Erişim Adresi <https://thl.fi/en/web/ageing/well-being-in-old-age>
- Uyanık, Y. (2017). Yaşlılık, yaşılanan nüfus ve sosyal politika. *İş ve Hayat*, 3(5), 67-100.
- Uzan, M. M., Eğici, M. T. ve Toprak, D. (2017). Evde Sağlık Hizmeti Kapsamındaki Hastaların Sosyodemografik Özellikleri ve Tıbbi Durumları. *Journal of Academic Research in Medicine*, 7(3).
- Ülgener, S. (1976). *Milli gelir, istihdam ve iktisadi büyüme*. İstanbul: Der Yayıncılık.
- Ünlütürk Ulutaş, Ç. (2009). Yoksulluğun kadınlaşması ve görünmeyen emek. *Çalışma ve Toplum*, 2, 25-40.
- Valtorta, N. ve Hanratty, B. (2012). Loneliness, isolation and the health of older adults: do we need a new research agenda? *Journal of the Royal Society of Medicine*, 105(12), 518-522.
- Van Regenmortel, S., De Donder, L., Smetcoren, A.-S., Lambotte, D., De Witte, N. ve Verté, D. (2018). Accumulation of Disadvantages: Prevalence and

Categories of Old-Age Social Exclusion in Belgium. *Social Indicators Research*, 140(3), 1173-1194. doi: 10.1007/s11205-017-1817-8

Victor, C., Scambler, S., Bond, J. ve Bowling, A. (2000). Being alone in later life: Loneliness, social isolation and living alone. *Reviews in Clinical Gerontology*, 10(4), 407-417.

Vines, J., Pritchard, G., Wright, P., Olivier, P. ve Brittain, K. (2015). An age-old problem: Examining the discourses of ageing in HCI and strategies for future research. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction (TOCHI)*, 22(1), 1-27.

von Humboldt, S. ve Leal, I. (2014). Adjustment to aging in late adulthood: A systematic review. *International Journal of Gerontology*, 8(3), 108-113.

Wacquant, L. ve Bourdieu, P. (2016). *Düşünsel bir antropoloji için cevaplar* (N. Ökten, Çev. 8. bsk.). İstanbul: İletişim.

Walsh, K., Scharf, T. ve Keating, N. (2017). Social exclusion of older persons: a scoping review and conceptual framework. *European Journal of Ageing*, 14(1), 81-98. doi: 10.1007/s10433-016-0398-8

Wang, Y. ve Marcotte, D. E. (2007). Golden years? The labor market effects of caring for grandchildren. *Journal of Marriage and Family*, 69(5), 1283-1296.

Warburton, J. ve McLaughlin, D. (2005). 'Lots of little kindnesses': valuing the role of older Australians as informal volunteers in the community. *Ageing & Society*, 25(5), 715-730.

Werbrouck, J. (2019). Understanding Bismarck's legacy: The role of work history in Belgian social security law. *European Journal of Social Security*, 21(4), 326-350.

- Wiemers, E. E., Slanchev, V., McGarry, K. ve Hotz, V. J. (2017). Living arrangements of mothers and their adult children over the life course. *Research on aging*, 39(1), 111-134.
- Woolcock, M. (2001). The place of social capital in understanding social and economic outcomes. *Canadian journal of policy research*, 2(1), 11-17.
- Wray, S. (2003). Women growing older: Agency, ethnicity and culture. *Sociology*, 37(3), 511-527.
- Yanguas, J., Pinazo-Henandis, S. ve Tarazona-Santabalbina, F. J. (2018). The complexity of loneliness. *Acta Bio Medica: Atenei Parmensis*, 89(2), 302-314.
- Yapıcı, G., Kurt, A. Ö., Öner, S., Şaşmaz, T. ve Buğdaycı, R. (2019). Determination of the home accident frequency and related factors among the people older than 65 years old living in Mersin city center, Turkey. *SAGE Open*, 9(2), 1-11.
- Yarçı, S. (2011). Pierre Bourdieu'da Sosyal Sermaye Kavramı. *Akademik İncelemeler Dergisi*, 6(1), 125-135.
- Yazıcı, S. (2014). Gerontoloji ve gelişim süreci. İçinde N. Korkmaz ve S. Yazıcı (Ed.), *Küreselleşme ve Yaşlılık* (s. 21-38). Ankara: Ütopya Yayıncılık.
- Yıldırım, A. (2021). Sosyal politika kapsamında Türkiye'de yaşlanmaya ilişkin ulusal düzeydeki düzenlemeler. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(3), 1889-1909.
- Yıldız, M. (2012). Bağlanma kuramı açısından yaşlılık dönemine genel bir bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1), 1-30.

- Yildiz, M. A. ve Duy, B. (2014). Adaptation of the short-form of the UCLA Loneliness scale (ULS-8) to Turkish for the adolescents. *Dusunen Adam*, 27(3), 194.
- Zamir, S., Hennessy, C. H., Taylor, A. H. ve Jones, R. B. (2018). Video-calls to reduce loneliness and social isolation within care environments for older people: An implementation study using collaborative action research. *BMC Geriatrics*, 18(1), 62. doi: 10.1186/s12877-018-0746-y
- Zastrow, C., Kirst-Ashman, K. K. ve Hessenauer, S. L. (2019). *Empowerment series: Understanding human behavior and the social environment*. Cengage Learning.
- Zavyalova, E. B. ve Krotova, T. (2019). Research on Employers' Attitude Towards Elderly Workers *Scientific and Technical Revolution: Yesterday, Today and Tomorrow* (s. 657-670): Springer.
- Zorlu, T. (2017). Yaşlılar için konutta iç mekân tasarımı ve ergonomi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 10(2), 40-53.

EKLER

EK 1. GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı;

Bu araştırma, Edip Aygüler'in Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı'nda Prof. Dr. Sema Buz danışmanlığında yürütülen "Yalnız Yaşayan Yaşlıların Sosyal Politika Gereksinimleri" isimli doktora tez çalışması kapsamında yürütülmektedir.

Bu araştırmanın temel amacı, yalnız yaşayan yaşlıların yaşlılık algılarını, yalnız yaşam nedenlerini, gündelik rutinlerini, sahip oldukları ilişkilere yönelik değerlendirmelerini keşfetmek ve yaşamlarındaki deneyimlerden hareket ederek gereksinimlerini tespit edip bunları giderecek hizmetlerin geliştirilmesi için politika ve sosyal hizmet önerileri sunmaktır.

Araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu araştırmaya katılmak ya da katılmamak size hiçbir risk ya da sorumluluk getirmeyecektir. Derinlemesine görüşmeye başlamadan önce, görüşme ile ilgili herhangi bir sorunuz var ise çekinmeden sorabilirsiniz. Görüşme esnasında istediğiniz anda, araştırmadan ayrılmak (görüşmeyi bitirmek) istediğinizi görüşmeciye herhangi bir neden veya koşul belirtmeden ifade edebilir ve ayrılabilirsiniz. Bu konuda size olumsuz dönecek herhangi bir durum söz konusu değildir.

Derinlemesine görüşme esnasında sorulara vereceğiniz cevaplar tarafımızca saklı tutulacak ve tamamen bilimsel amaçlı olarak kullanılacak ve hiçbir kurumla paylaşılmayacaktır. Cevaplarınızın detaylı olarak analiz edilmesi için bu görüşme esnasında ses kaydı alınacaktır. Araştırma sonuçlarının sağlıklı olabilmesi için soruları samimi ve eksiksiz bir şekilde yanıtlamanız önemlidir. Bu araştırma için Hacettepe Üniversitesi Rektörlüğü Etik Komisyonu'ndan gerekli izinler alınmıştır.

Araştırmaya katkı sağladığınız için şimdiden teşekkür ederim. Araştırmanın koşullarını anladığımı, görüşme esnasında ses kaydı alınmasını onayladığımı ve araştırmaya gönüllü olarak katıldığımı taahhüt ederim.

Tarih:

Katılımcı

Adı, soyadı:

Adres:

Tel:

İmza:

Araştırmacı

Adı, Soyadı: Prof. Dr. Sema Buz

Adres: Hacettepe Üniversitesi/ Beytepe Kampüsü/İİBF/ Sosyal Hizmet Bölümü

Tel: 0312 2976363

E-posta: semabuz@hacettepe.edu.tr

İmza:

Yardımcı Araştırmacı

Adı, Soyadı: Edip Aygüler

Adres: Hacettepe Üniversitesi/ Beytepe Kampüsü/İİBF/ Sosyal Hizmet Bölümü

Tel: 0312 2976363- 125

E-posta: ayguledip@gmail.com

İmza:

EK 2. YARI YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME YÖNERGESİ

- Yaşlanma sürecinizi ve bunu ilk fark edişini anlatır mısınız? (Fiziksel, tıbbi ve sosyal açılardan)
- Yaşlılık sürecini nasıl karşılıyorsunuz?
- Sizce yaşlılık ve yaşlanma nedir?
- Yalnız yaşamaya yönelik duygu ve düşünceleriniz nelerdir?
- Bir gününüz nasıl geçiriyor?
- Yalnız yaşamaya başladıktan sonra günlük işlerinizi nasıl yapıyorsunuz?
- Genel sağlık durumunuzu nasıl değerlendirirsiniz?
- Genelde kendinizi nasıl hissediyorsunuz?
- Yalnız yaşamaya başladıktan sonra teknolojiyle aranınız nasıl değişti?
- Bilgisayar ve internet kullanımına yönelik bilginizi değerlendirir misiniz?
- Yalnız yaşamaya başladıktan sonra boş zamanlarınızı nasıl değerlendirmeye başladınız?
- Yaşlıların toplumsal etkinliklere ve siyasal süreçlere katılmaları hakkında ne düşünüyorsunuz?
- Maddi ve manevi imkânlarınızı göz önünde bulundurduğunuzda yalnız yaşayan bir yaşlı olarak refah düzeyinizi nasıl değerlendirirsiniz?
- Evinizin fiziksel koşulları hakkında ne düşünüyorsunuz?
- Yalnız yaşamaya başladıktan sonra sahip olduğunuz ilişkilerde nasıl bir değişim oldu?
- Yalnız yaşamaya ilişkin şu anki ile yalnız yaşamaya başladığınız ilk zamanlardaki duygularınızı/hislerinizi kıyaslayabilir misiniz?
- İmkânınız olsa yaşadığınız yeri değiştirmek ister miydiniz? Neden?
- Yalnız yaşamaya devam etmeniz hangi koşullarda mümkün olabilir?
- Komşularınız ya da muhitte oturan diğer insanlarla olan ilişkinizi betimleyebilir misiniz?
- Yalnız yaşamanın şiddete maruz kalma açısından riskleri olduğunu düşünüyor musunuz?
- Yalnız yaşamamak için evinizde sürekli size eşlik eden biri olsun ister miydiniz?

- Yalnız yaşamaya başladıktan sonraki süreçte, sizi en çok rahatsız eden şeyler neler? Bunların hangisinin daha önemli ve büyük olduğunu düşünüyorsunuz?
- Yaşadığınız yerin yakınlarınızın (çocuk, torun, akraba, arkadaş) yaşadığı yere yakınlığı nasıldır?
- Bayram, kandil vb. dini ve milli açıdan özel anlam ifade eden günler, olağan yaşamınız göz önünde bulundurulduğunda nasıl geçiyor?
- Yaşamınızda beklenmedik durumlarla karşılaştığınızda nasıl baş ediyorsunuz?
- Evde sağlık ve evde bakım hizmetlerinden haberdar mısınız?
- Sosyal hizmetlere (AÇSHB, SHM, SYDV) kolaylıkla başvuru yapabiliyor musunuz? Bu kurumların yaşamınıza müdahale ederek sizi kurum bakımına yönlendireceğine dair endişeleriniz var mıdır? Bu endişeler yardım alma/başvurma motivasyonunuzu nasıl etkiliyor?
- Bildiğiniz kadarıyla yalnız yaşayan yaşlılara yönelik hizmetleri (Kültürel, sosyal, sağlık, bakım, emeklilik, kentsel hizmetler vb.) değerlendirir misiniz?
- Yalnız yaşayan yaşlı bir birey olarak yaşamınızın kolaylaşması/kalitesinin artması için nelerin olmasını isterdiniz?

EK 3. GÖRÜŞMELERE İLİŞKİN BİLGİLER

Katılımcı	Görüşme Şekli	Görüşme Yeri	Ses Kaydı	Yardımcı Görüşmeci	Görüşme Süresi (dakika)	Dökümün Sayfa Sayısı	Dökümün Kelime Sayısı
Katılımcı 1	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	105	25	8908
Katılımcı 2	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	118	24	9289
Katılımcı 3	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	83	23	4967
Katılımcı 4	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	74	20	4663
Katılımcı 5	Yüz yüze	Muhtarlık	Evet	Var	75	24	5651
Katılımcı 6	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	85	17	4386
Katılımcı 7	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	89	21	5396
Katılımcı 8	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	110	26	5422
Katılımcı 9	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	68	17	4077
Katılımcı 10	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	78	24	5905
Katılımcı 11	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	93	21	5273
Katılımcı 12	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	121	22	5572
Katılımcı 13	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	63	16	3344
Katılımcı 14	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	78	19	3922
Katılımcı 15	Telefonla	*	Evet	Yok	92	17	4209
Katılımcı 16	Telefonla	*	Evet	Yok	87	17	4488
Katılımcı 17	Telefonla	*	Evet	Yok	126	29	5780

Katılımcı 18	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	93	18	5050
Katılımcı 19	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	86	20	5714
Katılımcı 20	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	67	16	3110
Katılımcı 21	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	78	19	3566
Katılımcı 22	Telefonla	*	Evet	Yok	89	20	3795
Katılımcı 23	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	96	19	4296
Katılımcı 24	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	91	17	4205
Katılımcı 25	Yüz yüze	Ev	Evet	Var	90	17	5044
Katılımcı 26	Telefonla	*	Evet	Yok	107	26	5450
Katılımcı 27	Telefonla	*	Evet	Yok	109	25	5063
Katılımcı 28	Telefonla	*	Evet	Yok	80	17	4166
Katılımcı 29	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	104	18	4614
Katılımcı 30	Yüz yüze	Kafe	Evet	Yok	74	17	4656
Katılımcı 31	Yüz yüze	Kafe	Evet	Yok	91	17	4198
Katılımcı 32	Telefonla	*	Evet	Yok	108	19	4879
Katılımcı 33	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	100	18	4680
Katılımcı 34	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	129	28	5840
Katılımcı 35	Yüz yüze	Ev	Evet	Yok	68	16	4437

EK 4. ETİK KOMİSYON İZİNİ



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

Tarih: 15/12/2020
Sayı: 35853172-300-E.00001361510
0001361510



Sayı : 35853172-300
Konu : Arş. Gör. Edip AYGÜLER (Etik Komisyon İzni)

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 04.12.2020 tarihli ve E-12908312-300-00001351333 sayılı yazınız.

Enstitünüz Sosyal Hizmet Anabilim Dalı Bütünleşik Doktora programı öğrencilerinden **Arş.Gör.Edip AYGÜLER**'in **Prof. Dr. Sema BUZ** danışmanlığında hazırladığı “**Yalnız Yaşayan Yaşlıların Sosyal Politika Gereksinimleri**” başlıklı tez çalışması Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun **08 Aralık 2020** tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Vural GÖKMEN
Rektör Yardımcısı

Evrakın elektronik imzalı suretine <https://belgedogrulama.hacettepe.edu.tr> adresinden 596a1012-563d-4e09-99e4-537098cebeed kodu ile erişebilirsiniz. Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na uygun olarak Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.

Hacettepe Üniversitesi Rektörlük 06100 Sıhhiye-Ankara
Telefon:0 (312) 305 3001-3002 Faks:0 (312) 311 9992 E-posta:yazimd@hacettepe.edu.tr İnternet
Adresi: www.hacettepe.edu.tr

Sevda TOPAM



EK 5.ORJİNALLİK RAPORU

YALNIZ YAŞAYAN YAŞLILARIN YAŞLILIK ALGILARI, YAŞAM DENEYİMLERİ VE GEREKSİNİMLERİ

ORJİNALLİK RAPORU

% 2	% 2	% 0	% 1
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
2	earsiv.anadolu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
3	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi	<% 1
4	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	<% 1
5	yavuzelisydv.com İnternet Kaynağı	<% 1
6	www.tuketicinindunyasi.com İnternet Kaynağı	<% 1
7	auzefkitap.istanbul.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
8	openaccess.hacettepe.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1

www.aile.gov.tr