

2014 Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi Sayı: 33, s.73-85

EMEKLİ BİREYLERİN EMEKLİLİĞE UYUM KONUSUNDAKİ GÖRÜŞLERİ VE EMEKLİLİĞİN YAŞAMLARINDA MEYDANA GETİRDİĞİ DEĞİŞİKLİKLERİN İNCELENMESİ

Fatma ARPACI*

ÖZET

Emekli bireylerin emekliliğe uyum konusundaki görüşlerinin ve emekliliğin yaşamlarında meydana getirdiği değişikliklerin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmaya Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Bölümü'nde okuyan öğrencilerin yakını olan 300 emekli birey alınmıştır. Emekli bireylerin ortalama yaşı kadınlarda 57.64, erkeklerde 56.88'dir. Bireylerin %67.0'si erkek, %40.0'ı orta dereceli okul mezunu, %50.7'si 46-50 yaşlarında emekli olmuştur. Emekli bireylerin %50.3'ünün emekli maaşının yetmediği, %65.7'sinin emekli maaşı dışında geliri olmadığı belirlenmiştir. Emekliliğe uyum konusundaki görüşlere medeni durumunun etkisi incelendiğinde; “emeklilik insanın bir kenara itilmesidir”, “emeklilik sosyal statünün kaybolmasına neden olur” ve “emeklilik yalnızlığa neden olur” ifadelerinin medeni duruma göre değişiklik gösterdiği ve evli olmayan bireylerin evli bireylere göre daha olumsuz etkilendiği görülmektedir. Yaşın etkisi incelendiğinde; “emeklilik insanın bir kenara itilmesidir” ve “emekli olmak yaşamda çok şeyi değiştirir” ifadelerinde 54 yaşında ve daha genç yaşta emekli bireylerle 65 yaşında ve daha büyük yaşta emekli bireyler arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Eğitim durumunun etkisi incelendiğinde; “insanın dinlenmesi için emeklilik gereklidir” ifadesi ile eğitim durumu arasında ilişki olduğu, bu ilişkinin ilkökul mezunu ve daha az eğitimlilerle yüksekökol mezunları arasında olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Emekli birey, emekliliğe uyum, emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişiklik

A STUDY INTO THE VIEWS OF RETIRED INDIVIDUALS OVER ADAPTATION TO RETIREMENT AND THE CHANGES IN LIFE CAUSED BY RETIREMENT

ABSTRACT

A total sum of 300 retired people having a relative studying at Gazi University, Faculty of Vocational Education, Department of Family Economics and Nutrition Education were included in the current study that was carried out to investigate the views of retired individuals over adaptation to retirement and the changes in life caused by retirement. Average ages of the retired individuals were 57.64 for women and 56.88 for men. Of the retired people, 67.0% were men, 40.0% were graduates of a secondary school, 50.7% retired at the age of 46-50. In terms of the sufficiency of the pensions of the retired people, 50.3% expressed that it wasn't, 65.7% pointed out that they did not have any other income except for their pensions. Depending on the effects of marital status on the views over adaptation to retirement, it was found that the items of “Retirement is something that pushes a person away”, “Retirement causes to disappear the social status” and “Retirement leads to loneliness” differed in terms of marital status and that non-married people were affected more negatively compared to those who were married. When it comes to ages, it was found that a significant difference was found between the retired people at the age of

* Gazi Üniversitesi, Mesleki Eğitim Fakültesi, arpacif@gazi.edu.tr.

54 and younger and those at the age of 65 and over in terms of the items of “Retirement is something that pushes a person away” and “Being a retired changes many things in life”. As for the effect of educational status, a relation was found between the item of “Retirement is necessary for a person to relax” and the educational status and it was found that this relation was between the retired people who were a graduate of a primary school or below and those graduating from a higher education institution.

Keywords: A retired individual, adaptation to retirement, changes in life caused by retirement

1. GİRİŞ

Emeklilik insan yaşamındaki en önemli dönemlerden biridir. Emeklilik, genellikle çalışma eylemini sona erdiren bir olaydır. Çalışan kimsenin yaşamında, önemli işlevlere sahip olan mesleğinden veya yıllarca yaptığı işinden emekli olmak, bir dönüm noktasıdır ve ileri yetişkinliğe geçişin de bir göstergesidir. Çalışan için bir statü değişimini içeren emeklilik sadece nesnel ve ekonomik bir yaşam dönüşümü değil, aynı zamanda sosyal ve psikolojik boyutları da olan bir yaşam dönemidir. Sanayileşmiş bir ülkede emeklilik, insan yaşamının önemli bir kilometre taşıdır. Artık iş açısından insanın işe yaramaz kategorisine girmesidir. Emeklilik atıl kalma ve yetersiz sayılmadır. Toplum onları iş dünyasından uzaklaştırmış, eve koymuştur (Koşar, 1996:187; Çakır, 2011:1).

Emeklilikle birlikte, aktif çalışma yaşamında üstlenilen rollerin azalması, toplumsal ilişkilerin sağlıklı sürdürülememesi, gelirin azalması, aile ilişkilerinin bozulması, sağlıklı bir yaşamın sürdürülememesi gibi çeşitli sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Bunların yanı sıra toplam ömrün yaklaşık üçte birini çalışmadan emekli olarak geçirecek olan birey ve ailesinin daha aktif, mutlu bir emeklilik yaşamı sürdürebilmeleri açısından bu dönem için gerekli hazırlıkları önceden yapmaları büyük önem taşımaktadır (Günay, 2006:9).

Günümüzde emeklilik insan yaşamının çok üretken ve hoş giden bir dönemi olabilir. Bu dönemde daha önceden yapılması mümkün olmayan faaliyetler için bir fırsat yakalanabilir. Emekli sözcüğü bugün birçok tanıma sahiptir. Geleneksel anlamda emekli sözcüğü tam emekli anlamında kullanılabilir. İşgücünden aşamalı çekilme anlamına gelen aşamalı emeklilik anlamına gelebilir. Emekli sözcüğü bir kimsenin çalışma yaşamındaki birkaç değişikliği içeren tüm gün çalışılan bir işten yarım gün çalışılan bir işe geçen, hatta tamamen yeni bir işe yönelen bireyi ifade eden döngüsel emeklilik anlamına da gelebilir (Anonymous, 1988:4). Emeklilik çalışan tüm bireylerin benzer şekilde deneyimleyeceği yekpare bir süreç değildir. Emeklilik bireyin çalışırken sahip olduğu rol ve sorumluluklardan önemli ölçüde etkilenen ve emeklilik zamanı, sağlık durumu, finansal güvenlik gibi bireyin yaşam şartlarına özgü değişkenleri temel alan bir süreçtir (Price, 2003). Emeklilik zamanı devam eden çalışma yaşamının toplam tazminatı, kişisel sağlık, ailenin sağlık durumu ve emeklilikte kullanılacak diğer kaynakların varlığından etkilenir. Bu faktörler emeklilik zamanını belirler, iş dışı boş zamanının değerini etkiler. Bireyler emeklilik isteği ve emeklilik uygunluğunu belirlemek için bu faktörleri emeklilikteki ihtiyaçları ile birlikte dikkate alır (Clark, et al., 2004:112).

Emekliliğe uyum aşaması emeklilikle ilgili doyum ya da doyumsuzluk belirtilerinin baş gösterdiği, bireyin belirli tercihlerde bulunduğu ve bu tercihlere ilişkin olarak yaşamını yeniden düzenlemeye çaba gösterdiği aşamadır. Bireylerin bir kısmının emekliliğe uyum sağladığı bu aşamada bir kısmı uyumsuzluk sorunları yaşayabilir. Uyum sağlayabilenler ve

uyumsuz olanlar arasındaki bu farkı yaratan, emekli olunan yaş, cinsiyet, kişilik yapısı, bireylerin boş zamanları değerlendirme tercihleri, çalışmanın veya işin birey açısından yaşamdaki merkeziliği, bir önceki aşamada yaşanan hayal kırıklığının uzun sürmesi, sosyal destek düzeyi gibi pek çok faktör etkili olabilir. Emeklilikle birlikte azalan gelir, sosyal statüdeki düşme, ikamet edilen yerdeki değişiklik gibi unsurlar emekliliğe uyumu zorlaştırmaktadır. Herhangi bir nedenle beklenen ya da planlanan emeklilik yaşından önce çalışma yaşamı sona eren bireyler için emekliliğe hazırlık aşaması yaşanmamış olacağından doğrudan emeklilik yaşamının başlaması söz olabilir. Bu doğrudan geçiş yeni yaşam biçimine uyum sağlamada zorlukları artıracaktır (Çakır, 2011:62-63).

Emekliliğe uyum sağlama ve başarılı bir emeklilik yaşamı, artan boş zamanların değerlendirilmesine, toplumsal ilişkilerin sağlıklı sürdürülmesine, gelirin yeterliliğine, sağlığın iyi olmasına ve aile ile olumlu ilişkilerin sürdürülmesine bağlıdır. Buna bağlı olarak da birey aktif çalışma yaşamındayken emeklilik yaşamına yönelik amaçları belirlemeli, emeklilik zamanına karar vermeli, emeklilik yaşamına yönelik ekonomik olarak yatırım yapmalı, fiziksel ve zihinsel sağlığın korunması ve sürdürülmesine dikkat etmeli, aile, akraba ve arkadaşlarla olan ilişkileri geliştirmeli, ilgi alanlarını belirlemeli ve emeklilikte tekrar çalışıp çalışmayacağına karar vermelidir (Günay, 2006:9-10).

2. YÖNTEM

Bu çalışma, emekli bireylerin emekliliğe uyum konusundaki görüşlerinin ve emekliliğin yaşamlarında meydana getirdiği değişikliklerin incelenmesi amacı ile planlanmış ve yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini, 2010-2011 Eğitim ve Öğretim Yılı Güz döneminde Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Bölümü'nde okuyan öğrencilerin yakını olan, çalışmaya katılmayı kabul eden 300 emekli birey oluşturmaktadır. Araştırma verileri Kasım 2010-Aralık 2010 tarihlerinde toplanmıştır. Araştırma verilerinin elde edilmesinde anket formu kullanılmıştır. Emekli bireylerin emekliliğe uyum konusundaki görüşleri ve emekliliğin yaşamlarında meydana getirdiği değişiklikler ile ilgili sorular konu ile ilgili kaynaklardan yararlanılarak araştırmacı tarafından hazırlanmıştır (Price, 2003; Clark et. al., 2004; Günay, 2006). Elde edilen veriler SPSS 15.0 (for Windows) paket yazılımından yararlanılarak analiz edilmiştir.

Emekli bireylerin demografik özelliklerinin sayı ve yüzdelik değerleri verilerek yaş ve emekli maaşı değişkeninin aritmetik ortalaması alınmıştır. Emekli bireylerin emekliliğine ilişkin özelliklerin ve emekli bireylerin emekliliğe hazırlığına ilişkin özelliklerin sayı ve yüzdelik değerleri verilmiştir. Emekli bireylerin emekliliğe uyum konusundaki görüşleri ve emekliliğin yaşamlarında meydana getirdiği değişiklikler Likert tipi ifadelerle verilen yanıtlarla ölçülmüştür. İfadelerle verilen yanıtlar “kesinlikle katılıyorum”, “katılıyorum”, “kararsızım”, “katılmıyorum ve “kesinlikle katılmıyorum” olarak 5 kategoride ele alınmıştır. İfadelerin olumlu ya da olumsuz olma durumuna göre 1-5 veya 5-1 puan şeklinde değerlendirilmiştir. Emekli bireylerin emekliliğe uyum konusundaki görüşlerinin ve emekliliğin yaşamlarında meydana getirdiği değişikliklerin değerlendirilmesinde medeni durumun etkisi t testi, yaş ve eğitim durumunun etkisi ise varyans analizi (One-Way ANOVA) ile araştırılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonuçlarının anlamlı çıktığı durumlarda, farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Scheffe Testi uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki anlamlı farklılık 0.05 ya da 0.001 düzeyinde yorumlanmıştır.

3. BULGULAR VE TARTIŞMA

3.1. Emekli Bireylere İlişkin Demografik Özellikler

Çizelge 1. Emekli bireylere ilişkin demografik özellikler

Yaş	Sayı	%	Emeklilik yaşı	Sayı	%
≤ 54	132	44.0	≤ 45	78	26.0
55 - 64	107	35.7	46 - 50	152	50.7
65 ≤	61	20.3	51 ≤	70	23.3
Cinsiyet			Emeklilik süresi (yıl)		
Kadın	99	33.0	≤ 5	142	47.3
Erkek	201	67.0	6 - 10	70	23.4
			11 ≤	88	29.3
Eğitim durumu			Çalışma süresi (yıl)		
İlkokul ve daha az	126	42.0	≤ 25	140	46.7
Orta dereceli okul	120	40.0	26 - 29	91	30.3
Yüksekokul	54	18.0	30 ≤	69	23.0
Medeni durumu			Emekli maaşı miktarı (TL)		
Evli	240	80.0	≤ 550	97	32.3
Evli değil	60	20.0	551-750	123	41.0
			751 ≤	80	26.7
TOPLAM	300	100.0	TOPLAM	300	100.0
Eşin çalışma durumu			Emeklilik sistemi		
Çalışıyor	25	10.4	SSK	134	44.7
Çalışmıyor	155	64.6	Bağ kur	58	19.3
Emekli	60	25.0	Emekli Sandığı	108	36.0
TOPLAM	240	100.0	TOPLAM	300	100.0

Araştırma kapsamına alınan emekli bireylerin % 44.0'ü 54 yaşında ve daha genç, % 35.7'si 55-64 yaş aralığında, geriye kalan % 20.3'ü ise 65 yaşında ve daha büyük yaşta. Ortalama yaş kadınlarda 57.64, erkeklerde 56.88'dir. Bireylerin % 33.0'ü kadın, % 67.0'si erkektir. Emekli bireylerin % 42.0'si ilkokul mezunu ya da daha az öğrenime sahip, % 40.0'ı orta dereceli okul ve % 18.0'i yüksek okul mezunudur. Emekli bireylerin çoğunluğu evlidir (% 80.0). Evli emekli bireylerin % 10.4'ünün eşi çalışmaktadır. Emekli bireylerin % 26.0'sı 45 ve daha genç yaşta, % 50.7'si 46-50 yaşlarında ve % 23.3'ü 51 yaşından sonra emekli olmuştur. Emekli bireylerin % 47.3'ünün emeklilik süresi 5 yıl ya da daha kısa olup, % 46.7'sinin çalışma süresi 25 yıldan daha kısa, % 23.0'ünün çalışma süresi ise 30 yıl ve daha fazla süredir. Emekli maaşı miktarı 550 TL ve daha az olanlar % 32.3, 551- 750 TL arasında olanlar % 41.0, 751 TL ve daha çok olanlar ise % 26.7 oranındadır, ortalama emekli maaşı miktarı 692.18 TL'dir. Emekli bireylerin % 44.7'si SSK emeklisidir (Çizelge 1).

Araştırma kapsamına alınan emekli bireylerin %50.3'ü emekli maaşının yetmediğini, %29.0'u bazen yettiğini ifade etmiştir. Emekli bireylerin yarısından çoğunun (%65.7) emekli maaşı dışında geliri yoktur. Emekli bireylerin %34.7'si emeklilik sonrası çalıştığını, çalışan bireylerin %76.8'i emeklilik sonrası çalışma nedenini ek gelir temin etmek olarak ifade ederken, %39.4'ü emekli olmadan önceki işinde hala çalıştığını ifade etmiştir (Çizelge 2).

Çizelge 2. Emekli bireylerin emekliliğine ilişkin özellikleri (N=300)

Emekli maaşının yetme durumu	Sayı	%
Maaşım yetiyor	62	20.7
Maaşım bazen yetiyor	87	29.0
Maaşım yetmiyor	151	50.3
Emekli maaşı dışında gelir durumu		

Çizelge 3'ün devamı

Emekli maaşı dışında gelirim var	103	34.3
Emekli maaşı dışında gelirim yok	197	65.7
Emeklilik sonrası çalışma durumu		
Çalışıyorum	104	34.7
Çalışmıyorum	196	65.3
Emeklilik sonrası çalışma nedeni (N=104)		
Ek gelir	80	76.8
Boş kalmamak için	12	11.6
Ek gelir + boş kalmamak için	12	11.6
Emeklilik sonrası çalışılan iş(N=104)		
Emeklilik öncesi aynı iş	41	39.4
Farklı iş	29	27.9
Seyyar satıcı, esnaf vb. iş	34	32.7

Arpacı (2012) emekli bireylerin çoğunluğuna göre aylık ortalama gelirinin yeterli olmadığını ve çoğunluğunun gelir kaynağının sadece emekli maaşı olduğunu bulmuştur. Lichtenstein (2003) emeklilikle birlikte gelirden önemli bir düşme olduğunu ifade etmektedir. Emeklilik geliri düşük öğrenim düzeyinin ve çalışma sırasında gelirin düşük olması nedeniyle emeklilikte daha çok düşmekte, bu da emeklilik sonrası ikinci bir işte çalışmayı zorunlu kılmaktadır. Özellikle düşük gelir düzeyindeki çalışanlar ikinci bir işte çalışabilmek için daha erken emeklilik planı yapmaktadırlar.

Hastürk ve Kılıçtepe (2009) sosyal güvencesi olmayan ya da emekli olduğu halde emekli maaşı yaşamını devam ettirmesi için yetersiz olan bireylerin, ilerleyen yaşına rağmen çalışmak zorunda kaldıklarını; bu kimselerin fiziksel güç gerektiren işlerde verimli çalışamamaları, sağlık sorunlarının çalışmayı olumsuz etkilemesi, mevcut emeklilerin ucuz işgücü olarak görülmesi, ileri yaşta yeni bir işe uyum sağlayamamaları, ilerleyen yaştan dolayı işten çıkarılan yaşlı işçilerin yeni bir iş bulmakta zorlanması, sağlıksız koşullarda çalıştırılan yaşlı bireylerin mevcut hastalıklarının tetiklenmesi ve yeni hastalıklara açık hale gelmeleri, öğrenim düzeyinin düşük olmasından dolayı masa başı işlerde çalışamamaları ve çalışma koşullarından kaynaklanan psikolojik sorunlar yaşadıklarını belirlemişlerdir. Bu sonuç, emeklilik sonrası çalışma açısından yapılan çalışmayı desteklediği gibi yeniden çalışan emeklilerin yaşadıkları sorunları da göstermektedir. Benzer şekilde Arpacı ve Kalıncı (2011) çalışan yaşlıların çoğunluğunun daha önce herhangi bir sosyal güvenlik kurumundan emekli olmaları nedeniyle ucuz işgücü olarak görülmesi, bu nedenle de geçici bireyler olarak kabul edilmeleri, gerekli duyarlılığın gösterilmemesi gibi yönetsel sorunlar yaşadıklarını saptamışlardır.

Araştırmaya alınan emekli bireylerin emekliliğe hazırlanmalarına ilişkin özellikler incelendiğinde; emekliliğin anlamını yeni bir yaşam (%45.3), maddi sıkıntı (%30.3), özgürlük (%13.0) ve işe yaramazlık (%11.4) olarak ifade ettikleri görülmektedir. Emekli bireylerin %33.7'si emekli olmadan önce plan yaptığını ifade ederken, bireylerin %43.6'sı ekonomik, %17.8'i sosyal aktivite ve %6.9'u boş zaman konusunda plan yaptığını ifade etmiştir. Emekli bireylerin sadece 4.3'ü emekliliğe uyum eğitimi almıştır (Çizelge 3).

Çizelge 3. Emekli bireylerin emekliliğe hazırlanmalarına ilişkin özellikleri (N=300)

Emekliliğin anlamı	Sayı	%
Yeni bir yaşam	136	45.3
Maddi sıkıntı	91	30.3
Özgürlük	39	13.0
İşe yaramazlık	34	11.4
Emekli olmadan önce plan yapma durumu		
Evet	101	33.7
Hayır	199	66.3
Emekli olmadan önce yapılan plan konusu	N=101	
Ekonomik	44	43.6
Sosyal aktivite	18	17.8
Sağlık	7	6.9
Boş zaman	7	6.9
Tüm konular	25	24.8
Emekliliğe uyum eğitimi alma durumu		
Evet	13	4.3
Hayır	287	95.7

Bayrak ve Tunçkol (2012) emeklilik olgusu ve emekliliğe uyumu sporcularda inceledikleri çalışmada sporu mesleki kariyer olarak tercih eden bireylerin yeni davranışlar ve yetenekler öğrenme ihtiyacı duymadıklarını, bu nedenle sporu bıraktıktan sonra emeklilik sürecine daha az hazır olduklarını, sporcuların gönüllü ya da gönülsüz emekliliğe geçiş sürecinin zor ve travmatik bir durum halini aldığını ifade etmektedirler. Tağı ve Yanar (2009) Ankara’da emeklilik sonrası bireylerin el sanatları kurslarına katılma durumlarını değerlendirdikleri araştırmanın sonucunda emeklilerin yarısına yakın bölümünün emeklilik yaşamlarına yönelik plan yapmadıklarını belirlemişlerdir. Şahin ve Selvitopu (2012) öğretmenlerin emekliliğe hazırlık eğitimi programına olumlu görüş bildirdiklerini, öğretmenlerin çoğunun, emekliliğe hazırlık eğitimi programına katılabileceklerini, böyle bir eğitimin emeklilik dönemlerini kolaylaştırabileceğini ifade ettiklerini bulmuşlardır. Yapılan araştırmalar çalışmayı destekler niteliktedir.

3.2. Emekliliğe Uyum Konusundaki Görüşler

Emekliliğe uyum konusundaki görüşlere medeni durumun etkisi incelendiğinde; “emeklilik insanın bir kenara itilmesidir” ($t = -5.07, p < 0.01$), “emeklilik sosyal statünün kaybolmasına neden olur” ($t = -4.61, p < 0.01$), “emeklilik yalnızlığa neden olur” ($t = -7.38, p < 0.01$) ve “emeklilik ruhsal sorunların yaşandığı bir dönemdir” ($t = -2.56, p < 0.05$) ifadelerinin medeni duruma göre değişiklik gösterdiği ve evli olmayan bireylerin evli bireylere göre daha olumsuz etkilendiği görülmektedir. “Emeklilik insana mutluluk ve gurur verir” ($t = 2.79, p < 0.01$) ifadesinde ise evli bireyler (3.45) evli olmayanlara (3.00) göre daha yüksek ortalama puana sahiptir ve gruplar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Bu sonuç evli bireylerin evli olmayanlara göre emeklilikten daha çok mutluluk ve gurur duyduğunu göstermektedir. Diğer ifadelerde medeni durumun etkili olmadığı görülmektedir ($p > 0.05$).

Çizelge 4. Emekliliğe uyum konusundaki görüşlere medeni durumunun etkisi

Emekliliğe uyum konusundaki görüşler	Evli $\bar{X} \pm SD$	Evli değil $\bar{X} \pm SD$	t	p
Emeklilik sosyal aktivitelerin artmasını sağlar	3.00±1.28	2.88±1.26	0.65	0.513
Emeklilik insanın bir kenara itilmesidir	2.14±1.18	3.03±1.33	-5.07	0.000**
Emekli olmak yaşamda çok şeyi değiştirir	3.62±1.17	3.93±0.98	-1.89	0.059

Çizelge 4'ün devamı

Emeklilik sosyal statünün kaybolmasına neden olur	2.52±1.23	3.35±1.24	-4.61	0.000**
Emeklilik yalnızlığa neden olur	2.27±1.14	3.51±1.22	-7.38	0.000**
İnsanın dinlenmesi için emeklilik gereklidir	3.66±1.20	3.70±1.15	-0.19	0.847
Gençlerin önünü açmak için emekli olmak gerekir	3.95±1.22	4.06±1.00	-0.68	0.497
Emeklilik insana mutluluk ve gurur verir	3.45±1.17	3.00±0.97	2.79	0.005**
Emeklilik insana özgürlük sağlar	3.25±1.20	3.26±1.00	-0.07	0.941
Emeklilik yaşamı çalışma yaşamına tercih edilir	3.00±1.16	3.28±1.02	-1.69	0.091
Emeklilik sahip olunan tecrübelerle saygınlık kazandırır	3.42±1.18	3.13±1.03	1.77	0.078
Emeklilik öncesi hazırlık eğitimi alınmalıdır	3.28±1.18	3.13±1.43	0.86	0.390
Emeklilik ruhsal sorunların yaşandığı bir dönemdir	2.85±1.35	3.36±1.43	-2.56	0.011*

**p<0.01

*p<0.05

Evli N=240

Evli değil N=60

Emekliliğe uyum ile ilgili olarak; gönüllü bir biçimde emekli olup, emekliliğe iyi hazırlık dönemi geçirmiş olanlar, yaşamlarında belirli ilgi alanları bulanlar, boş zamanlarını iyi değerlendirenler, değişime açık olanlar açısından emekliliğe uyum sağlamak daha kolay olurken, çalışma isteği devam edenler, emeklilikle birlikte düşen gelir seviyesinden daha olumsuz etkilenenler, işin sağladığı statü ve diğer kazançları kaybetme duygusu içinde olanlar için uyumsuzluk kaçınılmazdır (Çakır, 2011:63).

Emekliliğe uyum konusundaki görüşlere yaşın etkisi incelendiğinde; “emeklilik insanın bir kenara itilmesidir” (F=6.392, p<0.01) ve “emekli olmak yaşamda çok şeyi değiştirir” (F=4.415, p<0.05) ifadelerinde 54 yaşında ve daha genç yaşta emekli bireylerle 65 yaşında ve daha büyük yaşta emekli bireyler arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. “Emeklilik yalnızlığa neden olur” (F=6.631, p<0.01) ifadesinde ise hem 54 yaşında ve daha genç yaşta emekli bireylerle 65 yaşında ve daha büyük yaşta emekli bireyler arasında, hem de 55-64 yaş grubundakilerle 65 yaşında ve daha büyük yaşta emekli bireyler arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Bu sonuçlar yaşın emeklilikte bir kenara itilme ve yalnızlıkta etkili olduğunu gösterirken, Arpacı (2012) emekli bireylerin ailesindeki bireylere güvendiklerini ve yalnızlık hissetmediklerini bulmuştur.

Çizelge 5. Emekliliğe uyum konusundaki görüşlere yaşın etkisi

Emekliliğe uyum konusundaki görüşler	Kareler toplamı	Kareler ortalaması	F	p	Scheffe
Emeklilik sosyal aktivitelerin artmasını sağlar	0.693	0.346	0.211	0.810	
Emeklilik insanın bir kenara itilmesidir	19.799	9.890	6.392	0.002**	1-3
Emekli olmak yaşamda çok şeyi değiştirir	11.344	5.672	4.415	0.013*	1-3
Emeklilik sosyal statünün kaybolmasına neden olur	6.717	3.358	2.082	0.126	
Emeklilik yalnızlığa neden olur	20.469	10.235	6.631	0.002**	1-3,2-3
İnsanın dinlenmesi için emeklilik gereklidir	4.378	2.189	1.535	0.217	
Gençlerin önünü açmak için emekli olmak gerekir	3.836	1.918	1.363	0.257	
Emeklilik insana mutluluk ve gurur verir	0.624	0.312	0.236	0.790	
Emeklilik insana özgürlük sağlar	0.139	0.069	0.050	0.951	

Çizelge 5'in devamı

Emeklilik yaşamı çalışma yaşamına tercih edilir	0.824	0.412	0.313	0.731
Emeklilik sahip olunan tecrübelerle saygınlık kazandırır	0.400	0.200	0.147	0.863
Emeklilik öncesi hazırlık eğitimi alınmalıdır	4.839	2.420	1.581	0.207
Emeklilik ruhsal sorunların yaşandığı bir dönemdir	9.197	4.598	2.420	0.091

**p<0.01 *p<0.05 1: 54 yaşında ve daha genç 2: 55-64 yaş 3:65 yaşında ve daha büyük yaş

Emekliliğe uyum konusundaki görüşlere eğitim durumunun etkisi incelendiğinde; “insanın dinlenmesi için emeklilik gereklidir” (F=3.442, p<0.05) ifadesi ile eğitim durumu arasında ilişki görülmektedir. İnsanın dinlenmesi için emekliliğin gerekli olmasında ilkökul mezunu ve daha az eğitimi olanlarla yüksek okul mezunları arasında ilişki saptanmıştır. “Emeklilik insana özgürlük sağlar” (F=4.154, p<0.05) ifadesi eğitim durumu ile ilişkilidir. Emekliliğin insana özgürlük sağlamasında hem ilkökul mezunu ve daha az eğitimi olanlarla yüksek okul mezunları arasında, hem de orta dereceli okul mezunları ile yüksek okul mezunları arasında ilişki vardır. Emeklilik yaşamının çalışma yaşamına tercih edilmesi istatistiksel olarak anlamlıdır (F=3.600, p<0.05), ancak gruplar arasında farklılık bulunmamıştır (Çizelge 6).

Çizelge 6. Emekliliğe uyum konusundaki görüşlere eğitim durumunun etkisi

Emekliliğe uyum konusundaki görüşler	Kareler toplamı	Kareler ortalaması	F	p	Scheffe
Emeklilik sosyal aktivitelerin artmasını sağlar	2.515	1.258	0.770	0.464	
Emeklilik insanın bir kenara itilmesidir	4.945	2.472	1.548	0.214	
Emekli olmak yaşamda çok şeyi değiştirir	7.410	3.705	2.854	0.059	
Emeklilik sosyal statünün kaybolmasına neden olur	2.002	1.001	0.615	0.542	
Emeklilik yalnızlığa neden olur	0.016	0.008	0.005	0.995	
İnsanın dinlenmesi için emeklilik gereklidir	9.696	4.848	3.442	0.033*	1-3
Gençlerin önünü açmak için emekli olmak gerekir	6.733	3.367	2.409	0.092	
Emeklilik insana mutluluk ve gurur verir	2.494	1.247	0.947	0.389	
Emeklilik insana özgürlük sağlar	11.135	5.568	4.154	0.017*	1-3, 2-3
Emeklilik yaşamı çalışma yaşamına tercih edilir	9.252	4.626	3.600	0.029*	
Emeklilik sahip olunan tecrübelerle saygınlık kazandırır	6.698	3.349	2.504	0.083	
Emeklilik öncesi hazırlık eğitimi alınmalıdır	0.383	0.191	0.124	0.884	
Emeklilik ruhsal sorunların yaşandığı bir dönemdir	1.824	0.912	0.474	0.623	

*p<0.05 1: İlkokul ve daha az 2: Orta dereceli okul 3:Yüksek okul

Price (2003) kadın çalışanlar için işle ilgili becerilerin kullanılması, aktif yaşam biçiminin sürdürülmesi ve eski mesleki rollerinin kaybına karşılık kendi bireysel anlayışının desteklenmesi ile emekliliğe uyumun artırılabilceğini bulmuştur.

3.3. Emekliliğin Yaşamda Meydana Getirdiği Değişiklikler

Emekliliğin bireylerin yaşamlarında meydana getirdiği değişikliklere medeni durumunun etkisi incelendiğinde; “sosyal statümü kaybettim” ($t = -2.97, p < 0.01$), “ailemle daha fazla vakit geçiriyorum” ($t = 5.96, p < 0.01$) ve “emekliliğe kolaylıkla uyum sağladım” ($t = 3.33, p < 0.01$) ifadelerinde evli ve evli olmayan bireyler arasında anlamlı farklılık vardır. Evli bireylerin evli olmayanlara göre sosyal statüsünü kaybettiğini, ailesiyle daha fazla vakit geçirdiğini ve emekliliğe kolaylıkla uyum sağladığını düşündüğü görülmektedir. “Yalnız kaldım” ($t = -5.57, p < 0.01$), “çevrem tarafından dışlandım” ($t = -6.54, p < 0.01$), “yeni arkadaşlar edindim” ($t = -2.72, p < 0.01$), “sosyal yaşantımda büyük bir boşluk oluştu” ($t = -4.22, p < 0.01$) ve “emekli olunca bir kenara itildim” ($t = -6.14, p < 0.01$) ifadelerinde evli olmayan bireylerin evli bireylere göre daha çok etkilendiği görülmektedir (Çizelge 7).

Tağı ve Yanar (2009), el sanatları kurslarının emekli bireylerin boş zamanları değerlendirme, kültürel ve sosyal faaliyetleri gerçekleştirme, zamanı düzenli bir şekilde kullanma, arkadaş çevresi edinme ve yalnızlık hissinden kurtulma konusundaki beklentilerini büyük oranda karşıladığını bulmuşlardır. Günay (2006) bireylerin emeklilik hakkındaki olumlu düşüncelerini % 52.4’ünün “ailemle daha fazla vakit geçireceğim bir dönem”, % 29.0’unun “yaşamdan daha çok zevk alacağım bir dönem” ve % 28.8’inin “çalışma hayatının stresinden kurtulacağım bir dönem” olarak belirttiklerini ifade etmektedir. Arpacı (2012) tarafından emekli bireylerin daha çok çocukları, akrabaları, arkadaşları ile görüştikleri, telefonla konuştukları, çok fazla seyahat edemedikleri ve tatile gidemedikleri belirlenmiştir. Boş zaman faaliyetlerini yapma sıklığı incelendiğinde ise kitap ve gazetenin çok fazla okunmadığı, daha çok televizyon izlendiği, sinema ve tiyatroya gidilmediği belirlenmiştir.

Çizelge 7. Emekliliğin bireylerin yaşamlarında meydana getirdiği değişikliklere medeni durumun etkisi

Emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişiklikler	Evli $\bar{X} \pm SD$	Evli değil $\bar{X} \pm SD$	t	p
Sosyal statümü kaybettim	3.73±1.11	2.88±1.11	-2.97	0.003**
Yalnız kaldım	2.48±1.28	3.03±1.20	-5.57	0.000**
Çevrem tarafından dışlandım	1.85±0.98	2.83±1.25	-6.54	0.000**
Ailemle daha fazla vakit geçiriyorum	3.82±1.15	2.78±1.40	5.96	0.000**
Sosyal aktivitelerim arttı	3.24±1.19	3.00±1.19	1.42	0.155
Sevdiğim işlere daha fazla vakit ayırabiliyorum	3.67±1.14	3.36±1.17	1.85	0.065
Ev işlerine daha çok yardımcı olabiliyorum	3.35±1.24	3.03±1.41	1.73	0.083
Sinirli, huysuz ve geçimsiz biri oldum	2.42±1.22	2.65±1.32	-1.22	0.220
Dini faaliyetlere ağırlık verdim	3.37±1.22	3.38±1.13	-0.04	0.962
Yeni arkadaşlar edindim	3.42±1.15	3.86±1.06	-2.72	0.007**
Emekliliğe kolaylıkla uyum sağladım	3.29±1.10	2.76±1.03	3.33	0.001**
İş yaşamının stresinden kurtulduğum için mutluyum	3.29±1.23	3.26±1.20	0.14	0.888
İş yaşamındaki hedeflerimi gerçekleştiremediğim için mutsuzum	2.24±1.05	2.35±0.97	-0.72	0.472
Sosyal yaşantımda büyük bir boşluk oluştu	2.58±1.31	3.38±1.12	-4.22	0.000**
Emekli olunca bir kenara itildim	2.00±1.11	3.03±1.33	-6.14	0.000**

**p<0.01

*p<0.05

Evli N=240

Evli değil N=60

Emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişikliklere yaşın etkisi incelendiğinde; “yalnız kaldım” (F=5.445, p<0.01), “çevrem tarafından dışlandım” (F=4.061, p<0.05), “ailemle daha fazla vakit geçiriyorum” (F=3.605, p<0.05), “sosyal yaşantımda büyük bir boşluk oluştu” (F=5.800, p<0.01) ve “emekli olunca bir kenara itildim” (F=4.812, p<0.01) ifadeleri ile yaş grupları arasında ilişki olduğu, bu ilişkinin 54 yaşında ve daha genç yaştaki emekli bireylerle 65 yaşında ve daha büyük yaştaki bireyler arasında olduğu görülmektedir. “Emekliliğe kolaylıkla uyum sağladım” (F=3.564, p<0.05) ifadesi de yaş grupları ile ilişkilidir, emekliliğe kolay uyum sağlamada 55-64 yaş grubundaki emekli bireylerle 65 yaşında ve daha büyük yaştaki emekli bireyler arasında anlamlı ilişki saptanmıştır (Çizelge 8).

Çizelge 8. Emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişikliklere yaşın etkisi

Emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişiklikler	Kareler toplamı	Kareler ortalaması	F	p	Scheffe
Sosyal statümü kaybettim	8.303	4.152	2.527	0.082	
Yalnız kaldım	17.832	8.916	5.445	0.005**	1-3
Çevrem tarafından dışlandım	9.831	4.916	4.061	0.018*	1-3
Ailemle daha fazla vakit geçiriyorum	11.588	5.794	3.605	0.028*	1-3
Sosyal aktivitelerim arttı	4.680	2.340	1.644	0.195	
Sevdiğim işlere daha fazla vakit ayırabiliyorum	3.417	1.709	1.276	0.281	
Ev işlerine daha çok yardımcı olabiliyorum	5.498	2.749	1.679	0.188	
Sinirli, huysuz ve geçimsiz biri oldum	4.019	2.009	1.295	0.275	
Dini faaliyetlere ağırlık verdim	0.337	0.169	0.115	0.892	
Yeni arkadaşlar edindim	7.421	3.710	2.858	0.059	
Emekliliğe kolaylıkla uyum sağladım	8.613	4.307	3.564	0.030*	2-3
İş yaşamının stresinden kurtulduğum için mutluyum	1.564	0.782	0.516	0.597	
İş yaşamındaki hedeflerimi gerçekleştiremediğim için mutsuzum	0.611	0.306	0.280	0.756	
Sosyal yaşantımda büyük bir boşluk oluştu	20.251	10.125	5.800	0.003**	1-3
Emekli olunca bir kenara itildim	14.179	7.090	4.812	0.009**	1-3

**p<0.01 *p<0.05 1: 54 yaşında ve daha genç 2: 55-64 yaş 3:65 yaşında ve daha büyük yaş

Emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişikliklere eğitim durumunun etkisi incelendiğinde; “iş yaşamının stresinden kurtulduğum için mutluyum” (F=3.598, p<0.05) ile eğitim durumu arasında ilişki vardır, bu ilişki ilkökul mezunu ve daha az eğitimi olanlarla yüksekökol mezunları arasında ilişki saptanmıştır. “Sosyal yaşantımda büyük bir boşluk oluştu” (F=3.231, p<0.05) ifadesi ile eğitim durumu arasında ilişki bulunmuştur. Sosyal yaşantıda büyük bir boşluk oluşmasında ilkökul mezunu ve daha az eğitimi olan emekli bireylerle orta dereceli okul mezunları arasında ilişki vardır. Diğer ifadelerde eğitim grupları arasında fark saptanmamıştır (p>0.05).

Günay (2006) emekliliğin bireylerin ailesi ile daha fazla vakit geçirebileceği bir dönem olduğunu belirtenlerin birinci sırada geldiğini ve bunun cinsiyet, eğitim durumu, aylık net gelir düzeyinden etkilendiğini bulmuştur. Şahin ve Selvitopu (2012) öğretmenlerin emekliliği; bir fırsat, başlangıç, bitiş, kendine ve aileye vakit ayırma ve muhasebe döneme olarak gördüklerini belirlemişlerdir. Öğretmenlerin çoğunluğunun emeklilik dönemine ilişkin herhangi bir plan ve hazırlıklarının olmadığı bulunmuştur. Planı olanlar ise bunları

kendine ve aileye vakit ayırma, iş kurma ve sosyal sorumluluk projelerine katılma olarak ifade etmiştir

Çizelge 9. Emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişikliklere eğitim durumunun etkisi

Emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişiklikler	Kareler toplamı	Kareler ortalaması	F	p	Scheffe
Sosyal statümü kaybettim	0.301	0.150	0.090	0.914	
Yalnız kaldım	3.865	1.933	1.147	0.319	
Çevrem tarafından dışlandım	0.690	0.345	0.278	0.758	
Ailemle daha fazla vakit geçiriyorum	1.310	0.655	0.399	0.671	
Sosyal aktivitelerim arttı	0.643	0.322	0.224	0.800	
Sevdiğim işlere daha fazla vakit ayırabiliyorum	3.907	1.953	1.460	0.234	
Ev işlerine daha çok yardımcı olabiliyorum	5.252	2.626	1.603	0.203	
Sinirli, huysuz ve geçimsiz biri oldum	0.702	0.351	0.225	0.799	
Dini faaliyetlere ağırlık verdim	4.772	2.386	1.642	0.195	
Yeni arkadaşlar edindim	0.649	0.324	0.246	0.782	
Emekliliğe kolaylıkla uyum sağladım	2.051	1.025	0.833	0.436	
İş yaşamının stresinden kurtulduğum için mutluyum	10.678	5.339	3.598	0.029*	1-3
İş yaşamındaki hedeflerimi gerçekleştiremediğim için mutsuzum	1.568	0.784	0.722	0.487	
Sosyal yaşamımda büyük bir boşluk oluştu	11.473	5.737	3.231	0.041*	1-2
Emekli olunca bir kenara itildim	7.227	3.613	2.414	0.091	

*p<0.05 1: İlkokul ve daha az 2: Orta dereceli okul 3:Yüksekokul

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Emekli bireylerin emekliliğe uyum konusundaki görüşlerinin ve emekliliğin yaşamlarında meydana getirdiği değişikliklerin incelenmesi amacı ile yürütülen araştırma sonuçlarına göre; araştırma kapsamına alınan emekli bireylerin 1/3'ünden biraz fazlası 55-64 yaş grubundadır. Bireylerin 1/3'ü kadın, geriye kalanlar erkektir. Emekli bireylerin yarısı 46-50 yaşlarında emekli olmuştur ve yaklaşık olarak yarısının emeklilik süresi 5 yıl ya da daha kısa süredir. Emekli bireylerin emekli maaşı yetmemekte ya da bazen yetmektedir. Emekli bireylerin yarısından çoğunun emekli maaşı dışında geliri yoktur. Bazı emekli bireyler emeklilik sonrası çalışmaktadır, emeklilik sonrası çalışma nedeni ek gelir olarak belirtilmiştir.

Emekli bireylerin emekliliğe hazırlanmalarına ilişkin özellikler incelendiğinde; emekliliğin anlamı olarak yeni bir yaşam, maddi sıkıntı, özgürlük ve işe yaramazlık ifadelerinin kullanıldığı belirlenmiştir. Emekli bireylerin 1/3'ünün emekli olmadan önce plan yaptığı, bireylerin ekonomik, sosyal aktivite ve boş zaman konusunda plan yaptığı ortaya çıkmıştır.

Emekliliğe uyum konusundaki görüşlere medeni durumun etkisi incelendiğinde; emekliliğin insanın bir kenara itilmesi, emekliliğin sosyal statünün kaybolmasına neden olması, emekliliğin yalnızlığa neden olması ve emekliliğin ruhsal sorunların yaşandığı bir dönem olmasının medeni duruma göre değişiklik gösterdiği ve evli olmayan bireylerin evli bireylere göre daha olumsuz etkilendiği saptanmıştır. Yaşın etkisi incelendiğinde; emeklilikle birlikte insanın bir kenara itilmesi ve emekli olmanın yaşamda çok şeyi değiştirmesinde 54 yaşında ve daha genç yaşta emekli bireylerle 65 yaşında ve daha büyük yaşta emekli bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Emekliliğe uyum

konusundaki görüşlere eğitim durumunun etkisi incelendiğinde; insanın dinlenmesi için emekliliğin gerekli olması ile eğitim durumu arasında ilişki olduğu ve bu ilişkinin ilkökul mezunu ve daha az eğitimi olanlarla yüksekokul mezunları arasında olduğu saptanmıştır. Emekliliğin insana özgürlük sağlamanın eğitim durumu ile ilişkili olduğu, emekliliğin insana özgürlük sağlamanın hem ilkökul mezunu ve daha az eğitimi olanlarla yüksekokul mezunları arasında, hem de orta dereceli okul mezunları ile yüksekokul mezunları arasında ilişki olduğu bulunmuştur.

Emekliliğin yaşamda meydana getirdiği değişikliklere medeni durumun etkisi incelendiğinde; sosyal statüyü kaybetmesi, ailesi daha fazla vakit geçirmesi ve emekliliğe kolaylıkla uyum sağlamanın evli ve evli olmayan bireyler arasında anlamlı farklılık olduğu; yalnız kalmasında, çevresi tarafından dışlanmasında, yeni arkadaşlar edinmesinde, sosyal yaşantısında büyük bir boşluk oluşmasında ve emekli olunca bir kenara itilmesinde evli olmayan bireylerin evli bireylere göre daha çok etkilendiği görülmektedir. Yaşın etkisi incelendiğinde; yalnız kalması, çevresi tarafından dışlanması, ailesi daha fazla vakit geçirmesi, sosyal yaşantısında büyük bir boşluk oluşması ve emekli olunca bir kenara itilmesi ile yaş grupları arasında ilişki olduğu, bu ilişkinin 54 yaşında ve daha genç yaşta emekli bireylerle 65 yaşında ve daha büyük yaşta emekli bireyler arasında olduğu görülmektedir. Eğitim durumunun etkisi incelendiğinde; iş yaşamının stresinden kurtulduğu için mutlu olması ile eğitim durumu arasında ilişki olduğu ve bu ilişkinin ilkökul mezunu ve daha az eğitimi olanlarla yüksekokul mezunları arasında olduğu saptanmıştır. Sosyal yaşantısında büyük bir boşluk oluşması ile eğitim durumu arasında ilişki olduğu, sosyal yaşantıda büyük bir boşluk oluşmasında ilkökul mezunu ve daha az eğitimi olan emekli bireylerle orta dereceli okul mezunları arasında ilişki olduğu görülmektedir.

Elde edilen tüm bu sonuçlara göre öneri olarak; emekli bireylerin emekliliğe uyum konusundaki görüşlerinin dikkate alınması ve onların yaşam biçimine uygun emekliliğe hazırlık programlarının düzenlenmesi ve bu programlara katılmaları için teşvik edilmeleri gerekmektedir. Emekliliğe geçiş noktasında kurumsal yardım ve bireysel danışmanlık hizmeti verecek kurumlar oluşturulmalıdır. Bu şekilde emekli bireyler emekliliğe ve emekliliğin yaşamlarında meydana getirdiği değişikliklere kolay uyum sağlayabilirler, mutlu bir emeklilik sürdürebilirler.

Emekli bireylerin, emekliliğe uyumu ve emekliliğin yaşamlarında meydana getirdiği değişikliklerden olumlu yönde etkilenmeleri için; emekli olmak istedikleri zamanı önceden belirlemeleri, emekli yaşamı ile ilgili çeşitli konularda emekli olmuş olan arkadaşlarından, kitle iletişim araçları, internet, dergi, gazete vb.'den bilgi edinmeleri ve bu döneme yönelik olarak finansal açıdan plan yapmaya çalışma yaşamının ilk yıllarında başlamalıdır. Emekli bireylerin sosyal yaşamlarını zenginleştirici merkezlerin yerel ve merkezi yönetimleri tarafından oluşturulması ve bu merkezlerde emekli bireylerin gerek üretkenliklerini, gerekse sosyal yaşama katılımlarını destekleyici programların geliştirilmesi ve uygulanması gerekmektedir. Emekli bireylerin yaşlılık dönemine hazırlanması amacıyla sağlıklı yaşlanmaya yönelik hizmet birimleri oluşturulmalı ve bireylerin kullanımına sunulmalıdır. Otokontrol, kişisel sorumluluk, sigara, alkol, aşırı yeme ve buna bağlı obezite gibi sosyal alışkanlıklar sağlıklı tehdit eden tehlikelerdir. Emekli bireylerin sağlıklı yaşlanması için risk faktörleri eğitimi, emeklilik öncesi boş zamanların değerlendirilmesi ve yaşam alışkanlıkları üzerine eğitim çok önemlidir.

KAYNAKLAR

- Anonymous (1988). *Why Plan for Retirement. How to Plan Your Successful Retirement*, American Association of Retired Persons, Washington, D.C., Scott, Foresman and Company, Lifelong Learning Division, Glenview, Illinois.
- Arpacı, F. (2012). *Türkiye Emekli Profili*, Türkiye Emekliler Derneği Eğitim ve Kültür Yayınları, Ankara.
- Arpacı, F., Kalinkara, V. (2011). “Yaşlıların Çalışma Yaşamından Kaynaklanan Sorunları”, VI. Ulusal Yaşlılık Kongresi, Yozgat, S.20-28.
- Bayrak, M., Tunçkol, H.M. (2012). “Sporda Emeklilik Olgusu ve Emeklilik Uyum Modelleri”, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2):150-156.
- Clark, R.L., Burkhauser, R.V., Moon, M., Quinn, J.F., Smeeding, T.M. (2004). *Work and Retirement*, The Economics of an Aging Society, Blackwell Publishing. United Kingdom.
- Çakır, Ö. (2011). *Emekliliğin Psikososyal Boyutu*, Türkiye Emekliler Derneği Eğitim ve Kültür Yayınları, Ankara.
- Günay, G. (2006). *Bireylerin Kişi ve Aile Olarak Emekliliğe Hazırlanmalarına İlişkin Plan Yapma Durumlarının İncelenmesi*, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Hastürk, E.Y., Kılıçtepe, Ş. (2009). “Çalışmak Zorunda Olan Yaşlıların Çalışma Hayatında Karşılaştıkları Sorunlar: Ankara Örneği”, V. Ulusal Yaşlılık Kongresi, Sivas, S.419-422.
- Koşar, N.G. (1996). *Sosyal Hizmetlerde Yaşlı Refah Alanı*, Şafak Matbaacılık, Ankara.
- Lichtenstein, J., Verma, S. (2003). *Older Workers' Pension Plan and IRA Coverage*, AARP Public Policy Institution, Washington.
- Price, C.A. (2003). “Professional Women's Retirement Adjustment: the Experience of Reestablishing Order”, *Journal of Aging Studies*, 17:341-355.
- Şahin, H., Selvitopu, A. (2012). “Öğretmenlerin Emeklilik Dönemine ve Emekliliğe Hazırlık Eğitimine İlişkin Görüşleri”, *İlköğretim Online*, 11(4):1053-1065.
- Tağı, S.Ö., Yanar, A. (2009). “Ankara’da Emeklilik Sonrası Bireylerin El Sanatları Kurslarına Katılma Durumları”, V. Ulusal Yaşlılık Kongresi, Sivas, S.398-402.