

EŞİNİ KAYBEDEN YAŞLI KADINLARIN KAYIP VE YAS DENEYİMLERİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Nurullah YELBOĞA¹
Gamze Gülse GÜNDAĞ²

Öz

Kayıplar, insan hayatının kaçınılmaz deneyimlerinden biridir. Eş kaybı da ortaya çıkardığı sonuçlar itibariyle kuşkusuz bu kayıplar arasında en önemlilerinden birini teşkil etmektedir. Ayrıca özünde zorlayıcı olan yas belirtileri, yaşlılık sorunlarıyla birleşerek yaşlı kadınların yaşam kalitesini düşürmektedir. Dolayısıyla yaşlı kadınlar eş kaybı sonrasında, derin üzüntü ve kederin eşlik ettiği duygusal tepkilere ve ölen kişinin olmadığı bir yaşama alışma sürecini deneyimlerken güçlük çekmektedirler. Bu bakışla bu araştırma yaşlı kadınların kayıp ve yas deneyimlerini, kayıp sonrası yaşamlarını ve yalnızlık deneyimlerini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Nitel araştırma yöntemiyle yürütülen çalışmaya eşini kaybeden 65 yaş üstü 13 kadın katılmıştır. Derinlemesine mülakat tekniğiyle elde edilen veriler MAXQDA 20 programı yardımıyla tematik olarak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda yaşlılık ve ölüm olgusu, kayıp ve yas deneyimi ve kayıp sonrası evlilik düşüncesi olmak üzere 3 ana tema ortaya çıkmıştır. Araştırma söz konusu temaların yorumlanması ve tartışılmasıyla tamamlanmış ve bu çerçevede öneriler getirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yas, Yaşlı Kadın, Yaşlı Kadınlarda Yas, Yalnızlık.

Jel Kodları: I18, I31, I12.

¹Dr. Öğr. Üyesi, Şırnak Üniversitesi, E-posta: nurullah_yel06@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-8281-7070.

²Bağımsız Araştırmacı, E-posta: ggamze0817@gmail.com, ORCID: 0009-0009-3602-311X.

Atıf/Citation

Yelboğa, N. & Gündag, G. G. (2025). Eşini kaybeden yaşlı kadınların kayıp ve yas deneyimleri üzerine bir araştırma. *Dicle Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(29), 319-349.



This manuscript is licensed under Creative Commons Attribution NonCommercial 4.0 International License ([CC BY NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)).

A STUDY ON THE LOSS AND GRIEF EXPERIENCES OF ELDERLY WOMEN WHO LOST THEIR SPOUSES

Abstract

Losses are one of the inevitable experiences of human life. The loss of a spouse is undoubtedly one of the most important of these losses in terms of its consequences. In addition, grief symptoms, which are inherently challenging, combine with old age problems and reduce the quality of life of older women. Therefore, after the loss of a spouse, older women have difficulty experiencing emotional reactions accompanied by deep sadness and grief and the process of adjusting to a life without the deceased. From this perspective, this research aims to reveal the loss and mourning experiences of older women, their lives after loss, and their experiences of loneliness. 13 women over the age of 65 who lost their spouses participated in the study, which was conducted with the qualitative research method. The data obtained with the in-depth interview technique was analyzed thematically with the help of the MAXQDA 20 program. As a result of the research, three main themes emerged: old age and death, loss and mourning experience, and the idea of marriage after loss. The research was completed by interpreting and discussing the themes in question and suggestions were made within this framework.

Keywords: Grief, Old Woman, Grief in Old Women, Loneliness.

Jel Codes: I18, I31, I12.

1. GİRİŞ

İnsanlar yalnızca hayatın neşesini değil, yaşlanma, hayal kırıklığı, hastalık, kayıp, anlamsızlık ve ölüm gibi acıları da kaçınılmaz olarak deneyimlemektedir (Yalom, 2014, s. 24). Zira insan yaşamının genel gidişatı içerisinde kopma, ayrılık ve kayıplar vardır. Bu kayıp ve ayrılıklar sonrasında ise “yas tutma” denilen bir süreç başlar. Yas tutma “Herhangi bir kayıp ya da değişikliğe verdiğimiz psikolojik bir yanıt, iç dünyamız ile gerçeklik arasında uyum sağlayabilmek için yaptığımız bir uzlaşmadır.” (Volkan & Zintl, 2020, s. 10). Başka bir açıdan yas tutmak; uzunca bir süre vedalaşmaya direnmek, kaybın zihinde, kalpte ve bedende bıraktığı boşlukta yaşamayı öğrenmek ve bu süreçte değişip dönüşmeyi ifade etmektedir. Hablemitoğlu’na göre yas tutmak “...bir daha gelmeyecek olanın bıraktığı boşlukta yaşamaya çalışmaktır” (Hablemitoğlu, 2020, s. 23). Dolayısıyla yas, derin üzüntü ve kederin eşlik ettiği duygusal bir tepki ve giden kişinin içinde olmadığı bir yaşama alışma sürecidir (Yüce, 2020, s. 7).

Ölüm, yaşamın ayrılmaz bir parçasıdır. Ancak doğumdan sonra büyüme ve gelişmeye ayarlanmış olan insanoğlu için gerileme, ölüm ve yitirme gibi durumlar istenmeyen olgulardır. Her insanda olduğu gibi yaşlı bireyler de yakınlarının/sevdiklerinin ölümlerinden etkilenir ve yas tutarlar. Bu kayıplar özellikle eş olduğunda ilişkilerin bitmesi/kopması nedeniyle geride kalan bireyler acı çekmekte ve bu durum yas tutmada ana aktör olabilmektedir. Dolayısıyla yaşlanma sebebiyle zaten üretkenlikten uzaklaşan, çevreye ilgisi azalan, yaşamını bağımsız bir şekilde sürdürmekte gittikçe zorlanan yaşlı bireylerin kayıp sonrasında yalnız kalması ve

çevreden soyutlanması bireylerin depresyon vb. sorunlar yaşamalarına neden olmaktadır (Kalınkara, 2016, ss. 313-314).

Yas, sevilen birinin kaybına verilen tepkiler bütünü olup, kimi zaman normal yaşam davranışlarında belirgin sapmalara neden olur. Bu nedenle kayıp sonrasında acı veren bir ruh hali, dış dünyaya olan ilginin kaybolması, yeni bir sevgi nesnesini seçme becerisinin yitirilmesi ve ölen kişinin anısıyla bağlantısı bulunmayan tüm etkinliklerden uzaklaşma davranışının sergilenmesi söz konusu olmaktadır. Öyle ki yasa tam bir teslimiyet durumunda geriye başka amaç ve ilgiler kalmamaktadır (Freud, 2020, ss. 9-12).

Yas, sevilen/yakın birinin kaybından sonra bireylerin yaşadıkları duygusal, zihinsel, davranışsal ve fiziksel tepkileri içeren bir süreci ifade etmektedir. Bu sürecin en belirleyici özelliklerinden biri ise şiddetli ve uzun süreli bir acının yaşanmasıdır (Yelboğa, 2023a, s. 25). Bu bakımdan yas üzüntü, acı ve kederin yoğun bir şekilde yaşandığı içsel tepkileri barındırmaktadır (Hablemitoğlu, 2021). Nitekim kayıpların genel itibarıyla bireyleri kaçınılmaz olarak kedere sürüklediği belirtilmektedir. Bu nedenle yas tutma, son derece yorucudur ve geçmiş anıların etkisi altında yalnızlık ve özlem duyguları, bireyleri son derece güçsüzleştirir (Volkan & Zintl, 2020, ss. 12-37). Yasın süresi, şiddeti, yasa verilen tepkiler ve yas deneyimindeki bireylerarası farklılıklar ise yasin normal yas, patolojik yas ve travmatik yas şeklinde sınıflandırılmasını beraberinde getirmiştir (Çolak & Hocoğlu, 2021).

Ölen kişiye yakınlık derecesi ve geride kalan bireyler açısından kayba yüklenen anlam, bir yönüyle yas tutmanın gidişatını belirleyebilmektedir. Kayıptan sonra umutsuzluk, çaresizlik, suçluluk, öfke ve hüzn gibi zorlayıcı duygular rutin hayata dönmeyi engelleyebilmektedir (Okur, 2023, s. 108). Bu belirtiler eş kaybı sonrasında yaşandığında ise, yas tutma işi daha da güçleşmektedir. Bu nedenle eş kaybı, kişilerin hayatında deneyimleyebilecekleri en acı yaşam olaylarından biri olarak kabul edilmektedir. Özellikle yaşlılık döneminde eş kaybı gerçekleştiğinde bireylerin baş etme mekanizmaları bozulabilmektedir. Ayrıca eş kaybı, günlük rutinleri sekteye uğratarak, psikolojik ve fiziksel sağlığı olumsuz etkileyerek, depresyon ve stresi tetikleyerek bu bireylerin baş etme mekanizmalarına zarar vermektedir. Böyle bir durumda ise hem yaşlı bireyler yalnızlaşmakta hem de daha karmaşık bir yas sürecine sürüklenebilmektedirler (Bakır vd., 2023, ss. 69-71). Dolayısıyla son derece öznel bir deneyim olarak kabul edilen yas (Hablemitoğlu, 2021, s. 19), bireyin yaşamını ve çevresiyle ilişkilerini çok farklı açılardan etkileyebilme potansiyeline sahiptir. Ayrıca yaşlılık dönemi sorunları ve kayıp sonrası yas belirtileri kesişerek özünde dezavantajlı olarak değerlendirilen yaşlı bireyleri derinden etkilemektedir. Bu nedenle kaybın kabul edilmesi, acı ve duyguların işlenmesi, ölenin

olmadığı yaşama uyum sağlanması ve kaybedilen kişi ile yeniden duygusal ilişkilerin kurulması olarak kabul edilen yas görevleri (Worden, 2018'den akt. Martin, 2019)'ni yerine getirmeleri zorlaşabilmektedir.

Yaşlılık, yaşamın zorlu evrelerine karşın var olabilmenin güçlüğü ve bilgelliğini taşıyan bir dönemdir. Yaşlı insan, bir yandan gidenin yerine koyulacak kimsenin olmayışını ve yalnızlığı diğer açıdan statüyü yitirmiş olmanın rol yoksunluğu acısını derinden yaşayan bireylerdir. Çünkü yaşlılık döneminde ortaya çıkan sağlık sorunları, yaşlıların kendi yaşlıtlarının ölümlerine tanıklık etmeleri ve çocukların bağımsızlığını kazanarak evden ayrılmaları sonucu yaşlı bireylerin hayatında oluşan boşluklar, onlar açısından son derece zor deneyimlerdir (Gençtan, 2016, ss. 154-155).

İnsan yaşamı ait olmaya, bağlanmaya, bir arada olma ihtiyaçlarına dayanmaktadır ve bu nedenle kayıpların bireysel varoluş üzerindeki etkileri çok boyutludur. Eş kaybı sonrasında bu gereksinimler bir boşluğa dönüşmekte ve derin bir acıyla birlikte belirsizlik ve karmaşanın artmasına neden olmaktadır. Bu genel durumların yanı sıra sağlık problemleri yaşanmakta, iş ve evle ilgili sorumlulukların yerine getirilmesinde sorunlar yaşanmakta, depresyon kaygı ve yalnızlık gibi belirtiler de ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla eş kaybı; yasın dışında bireyin kendilik değeri, iş yaşamı, sosyal çevre, ekonomik gelir, geleceğe yönelik beklentileri, sosyal statü ve güven kaybı gibi faktörlerin de belli ölçülerde yok olması anlamına gelmektedir (Solmuş, 2011, ss. 79-81).

Yaşlı kadınların yaşam ömrü erkeklere nazaran daha uzundur ve dolayısıyla kadınlar eşlerini erkeklere nazaran daha erken kaybetmektedir (TÜİK, 2023). Buna karşın yaşlı kadınlar eş kaybından sonra tekrar evlilik yapmaktan kaçınmaktadır ve evliliği bir seçenek olarak düşünmemektedir (Coates, 2008). Dolayısıyla yaş faktörünün yeniden evlilik üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu görülmektedir (Uğur, 2014). Yaşlılık döneminde dul olmak ise genç dul kadınlara nazaran daha çok sorunun (depresyon, yüksek ölüm oranı vb.) yaşanmasına neden olmaktadır (Kalınkara, 2016, ss. 337-339). Bu bakımdan yaşlılık döneminin kayıp ve yas deneyimi daha zorlayıcı olabilmektedir.

Diğer yandan toplumumuzda insanlar evli olup olmadıklarına göre tanımlanabilmektedir. Bu nedenle dul ve boşanmış kişiler, çift kavramına yüklenen bu anlamdan dolayı yalnızlığa itilmekte ve yas süreçleri daha karmaşık geçebilmektedir (Volkan & Zıntl, 2020, s. 35). Bununla birlikte Efe ve Aydemir (2015), ülkemizdeki yaşlı kadınların geleneksel toplum yapısının izlerini taşıdıklarını ve bu nedenle yaşamlarının “yalnız kalan/yaşayan” ve “yaşlanan kadın” şeklinde ilerlediğini ifade etmektedir. Ayrıca yaşlı kadınların yaşadıkları sorunlar

arasında “yas tutma”nın ciddi bir problem teşkil ettiği belirtilmektedir. Öyle ki yaşlılık döneminin belki de en patolojik yönünün kadın yaşlılığının olabileceği vurgusu dikkat çekmektedir (Efe & Aydemir, 2015). Yaşlı kadınların yaşlı nüfus içindeki dezavantajlı durumu bilinen bir durumdur (Keskinoglu, 2012, s. 76). Öte yandan dünya genelinde de yaşlı nüfusun çoğunluğunu kadınlar oluşturmaktadır ve bu nedenle de yaşlılığın kadınlaşması olarak tanımlanan bir durum ortaya çıkmaktadır (Irmak & Artan, 2018). Ülkemizde de yaşlı nüfusun %55,5’ini yaşlı kadınlar oluşturmakta ve yaşlı nüfus içinde eşi ölen yaşlı kadınların oranı %46,4 civarında seyretmektedir. Buna göre eşi ölmüş yaşlı kadınların oranı, eşi ölmüş yaşlı erkeklerin oranının 4 katıdır. Bu verilerle doğrudan bağlantılı olan bir diğer bilgi de yalnızlığa ilişkindir. Türkiye’de 1 milyon 669 bin 270 yaşlı tek başına (yalnız) yaşamaktadır ve bu sayı içindeki yaşlı kadın oranı %74,4’tür (TÜİK, 2023). Dünya genelinde de 65 yaş ve üzeri kadınların yalnız yaşama oranı %24 iken, erkeklerde bu oranın %12 olduğu görülmektedir (The World’s Women, 2020). Dolayısıyla erkek ve kadınların dul yaşama durumları arasındaki bu farklılık başka ülkelerde de benzer bir seyir izlemektedir. Örneğin ABD’de yapılan bir nüfus araştırmasına göre 75 yaş ve üzeri kadınların %54’ü, erkeklerin ise %20’si dul yaşamaktadır. Bu durum, ortalama olarak kadınların erkeklere nazaran daha uzun bir yaşam ömrüne sahip olmasına dayandırılmaktadır (Gurrentz & Mayol-Garcia, 2021). Yine Birleşik Krallık’ta istatistikler 65 ile 74 yaşları arasındaki kadınlardan %30’unun; aynı yaş aralığındaki erkeklerin ise %10’unun dul olduğunu göstermektedir (Soulsby & Bennett, 2017). Eş kaybı ise kimlik kaybı, sosyal ilişki kaybı, ekonomik kayıp ve çok boyutlu yaşam değişikliği anlamına gelmektedir. Bu nedenle sosyal statüde değişim, yalnızlık, sosyal destek eksikliği ve bazen de sosyal dışlanma riski ortaya çıkabilmektedir (Ştambuk, 2019). İleri yaştaki eş kayıplarının bu genel sonuçlarının yanı sıra kayıpların psikososyal etkileri açısından cinsiyet bağlamında farklılıklar taşıdığı belirtilmektedir. Örneğin eş kaybı yaşayan yaşlı kadınlar, erkeklere nazaran daha yüksek depresyon oranları bildirmektedir (Soulsby & Bennett, 2017). Başka bir çalışma ise yasın fiziksel ve zihinsel etkilerinin kadınlar üzerinde daha çok hissedildiğine dikkat çekmektedir. Bu durumu ifade etmek için çalışmada “yasın kadınlaşması” kavramı tercih edilmiştir (d’Epinay vd., 2010). Dolayısıyla eş kaybı genel itibariyle bireylerin kayıp sonrası yaşama uyum güçlüklerini yordamakta ve bireylerin yaşam kalitelerini düşürmektedir (Zhu vd., 2024).

Diğer taraftan dul kadın olmanın toplumsal boyutları da söz konusudur. Bu nedenle “dul kadın” imajı ve dul yaşama kaygısı kadınlar açısından sorun teşkil etmektedir (Handan, 2019). Dolayısıyla dulluk, kadınların yaşamında önemli bir dönüm noktasıdır. Zira eş kaybindan sonra psiko-sosyo-ekonomik açıdan bir yoksunluk durumu yaşanmakta ve yalnızlık, bağımlılık gibi

kritik değişimler görülmektedir (Yeşil & Karakaş, 2023). Bu bakımdan eş kaybı nedeniyle dul olma; toplumdan izole olma ve yalnızlık hisleri sorunlarını beraberinde getirmektedir (Efe & Aydemir, 2015).

Sonuç olarak yaşlı kadınlar dezavantajlı bir grup olarak hem yaşlılığın beraberinde getirdiği sorunları daha derinden deneyimlemekte hem de erkeklere nazaran daha çok eş kaybı yaşamaktadır. Dolayısıyla kadınlar genel itibariyle daha çok yalnız yaşamak durumunda kalmaktadırlar. Buna bağlı olarak yaşlı kadınlar daha çok yas tutmaktadır ki bu son derece zorlayıcı bir deneyimdir. Bu bakımdan yaşlılık döneminin zorlayıcı sorunları, yaşlı kadın olmanın dezavantajlı yönleri ve eş kaybının yası kesişerek yaşlı kadınların birçok dezavantajlı durumu aynı anda yaşamalarına neden olmaktadır. Bu gerekçelerle araştırmada, eşini kaybeden yaşlı kadınların kayıp sonrası yaşamlarını, yas ve yalnızlık deneyimlerini, ölüme ilişkin algılarını ve evlilik düşüncelerini ortaya koymak amaçlanmıştır. Böylece yaşlı kadınların zorlayıcı kayıp, yas ve yalnızlık deneyimlerini analiz etmek, gereksinimlerini ortaya koymak ve dolayısıyla yaşlı kadınların yaşam kalitelerini arttırmaya yönelik mesleki bir kavrayışı sağlamak mümkün olabilecektir.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli ve Deseni

Bu araştırma eşini kaybeden yaşlı kadınların yas deneyimlerini anlamayı amaçlamaktadır. Bu doğrultuda bireylerin ölüme ilişkin düşünce ve algılarını ortaya koymak, yas süreci deneyimlerini aktarmak, kayıp sonrası yaşam ve bu süreçte yaşanan sorunları ve güçlendirici faktörleri belirlemek, kayıp sonrası yalnızlık durumlarına ilişkin bir kavrayışı geliştirmek, yalnızlık ve ölüm korkusunu irdelemek ve kayıp sonrası evliliğe ilişkin bireylerin düşüncelerini anlamak hedeflenmiştir. Bu amaca uygun olarak nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Zira bir sosyal olgu ve eylemin ortaya koyduğu bağlamları derinlemesine analiz etme ve araştırılan konunun tüm gerçekliğiyle anlaşılma niyeti bu yöntemle mümkün olabilmektedir (Kümbetoğlu, 2020, ss. 34-35). Ayrıca araştırma fenomenolojik desende yürütülmüştür. Bu anlayış söz konusu deneyimi bizzat yaşayan bireylerin aktarımlarından yola çıkarak konuyu derinlemesine ve ayrıntılı bir şekilde tartışma imkânı tanımaktadır (Yıldırım & Şimşek, 2013, s. 78).

2.2. Araştırma Grubu

Artvin ve Batman illerinde ikamet eden ve eş kaybı deneyimi olan 13 yaşlı kadın araştırma grubunu oluşturmaktadır. Bu bireyleri araştırmaya dâhil etme konusunda amaçlı örneklem yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örneklemde belirlenen konu hakkında katılımcıların aktardıkları

bilgi ve deneyim sayesinde olgu ve olayların açıklanması/anlaşılması kolaylaşmaktadır (Patton, 2014, s. 236). Bu doğrultuda amaçlı örneklem yöntemlerinden kolay ulaşırlı ve ölçüt örnekleme stratejileri izlenmiştir. Buna göre kişilerin kolay ulaşılabilir olması ve araştırmacılar tarafından belirlenen ölçütleri karşılamaları beklenmektedir (Yıldırım & Şimşek, 2018, s. 122). Katılımcıların araştırmaya uygunlukları için taşıması gereken ölçütler: 65 yaş ve üzeri bir yaşa sahip olmak, kadın olmak, eş kaybı yaşamış olmak ve konuşma-ışitme açısından bir engeli bulunmamak olarak belirlenmiştir. Bu yaklaşım araştırmaya bir yandan pratiklik ve hız kazandırırken öte yandan da araştırmanın sahip olduğu amaca ulaşmayı sağlamaktadır.

Araştırma katılımcılarına ilişkin sosyodemografik bilgiler Tablo 1’de aktarılmıştır. Bu bilgilere göre araştırmaya 13 kişi katılmıştır, tüm katılımcılar kadınlardan oluşmaktadır ve katılımcıların yaş ortalaması 73’tür. Eş kabı üzerinden geçen süre bakımından verilere bakıldığında en kısa 1 yıl en uzun ise 45 yıl geçtiği görülmektedir. Ayrıca katılımcıların önemli bir kısmının yalnız yaşadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Bilgileri

Katılımcı	Yaş	Kayıp üzerinden geçen süre	Kiminle yaşadığı	Öğrenim durumu
K1	65	1 yıl	Tek başına yaşıyor	Üniversite
K2	73	15 yıl	Tek başına yaşıyor	Okur-yazar değil
K3	66	18 yıl	Ailesi (oğlu) ile birlikte yaşıyor	İlköğretim
K4	65	50 yıl	Ailesi (oğlu) ile birlikte yaşıyor	İlköğretim
K5	76	32 yıl	Tek başına yaşıyor	Üniversite
K6	79	2 yıl	Ailesi (oğlu) ile birlikte yaşıyor	İlköğretim
K7	85	30 yıl	Ailesi (oğlu) ile birlikte yaşıyor	İlköğretim
K8	65	5 yıl	Tek başına yaşıyor	İlköğretim
K9	66	45 yıl	Aile yakınında ama tek başına yaşıyor	Lise
K10	71	14 yıl	Tek başına yaşıyor	Lise
K11	84	1.5 yıl	Aile yakınında ama tek başına yaşıyor	Lise
K12	74	8 yıl	Aile yakınında ama tek başına yaşıyor	İlköğretim
K13	85	1.5 yıl	Tek başına yaşıyor	Okur-yazar değil

2.3. Veri Toplama Yöntemi

Araştırma kapsamında eşini kaybeden 13 yaşlı kadın ile derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak ve açık uçlu sorular yardımıyla araştırılan konuya ilişkin detaylı bilgilere ulaşılmıştır. Araştırma soruları katılımcıların ölüm algısı ve düşüncelerini, kayıp ve yas deneyimlerini, bu süreçte yaşanan zorlukları, güçlendirici faktörleri, yalnızlık deneyimlerini ve kayıp sonrasına ilişkin evlilik düşüncelerini ortaya koymaya yönelik sorulardan oluşturulmuştur. Görüşme formuna son hali verilmeden önce 2 pilot görüşme yapılarak sorular gözden geçirilmiş ve bazıları revize edilmiştir. Görüşmeler ortalama 25 dakika sürmüştür.

2.4. Veri Analiz Yöntemi

Derinlemesine mülakat tekniği kullanılarak ve gözlem yapılarak araştırma yürütülmüştür. Araştırmacılar tarafından hazırlanan görüşme formunda 12 soru yer almıştır. Görüşmeler ses kayıtları ve gözlem notları tutularak gerçekleştirilmiştir. Ses kayıtları araştırmacılar tarafından deşifre edilerek 42 sayfalık doküman elde edilmiş ve böylece görüşmeler veri analizi için hazır hale getirilmiştir. Daha sonra elde edilen belgelerin araştırmacılar tarafından döne döne okunmasıyla ortaya çıkan muhtemel temalar belirlenmiştir. Böylece araştırmacılar önce bağımsız olarak başlangıç kodları belirlemiştir. Araştırmacılardan birinin yas alanında uzmanlaşmış ve yas terapisi eğitimleri almış olması ve yaşlılık alanında akademik yayınlarının olması gibi belirleyiciler temaların oluşturulması sürecinde kolaylaştırıcı olmuştur. Ayrıca toplanan verilere aşina olunması ve başlangıç kodlarının önceden belirlenmiş olması temaların belirlenmesinde etkili olmuştur. Bu süreçte temaların ilişki düzeyine ve temaların benzeşme ayrışma dengesine dikkat edilmiştir. Smith (2011, s. 17)'e göre temaların tutarlılık kriterlerinden biri de her tema için en az üç katılımcıdan alıntı yapılmasıdır. Temaların belirlenmesinde bu hususa da dikkat edilmiştir. Bu sürecin tamamlanmasıyla söz konusu belgeler MAXQDA Nitel Veri Analiz Programı'na aktarılmıştır. Bu program yardımıyla önceden oluşturulan başlangıç kodları dikkate alınarak belgeler yeniden kodlanmış ve benzer kodlar birleştirilerek temalar oluşturulmuştur. Böylece belirlenen temalar işlenmeye, doğrudan alıntılarla aktarılmaya ve yorumlanmaya hazır hale getirilmiştir.

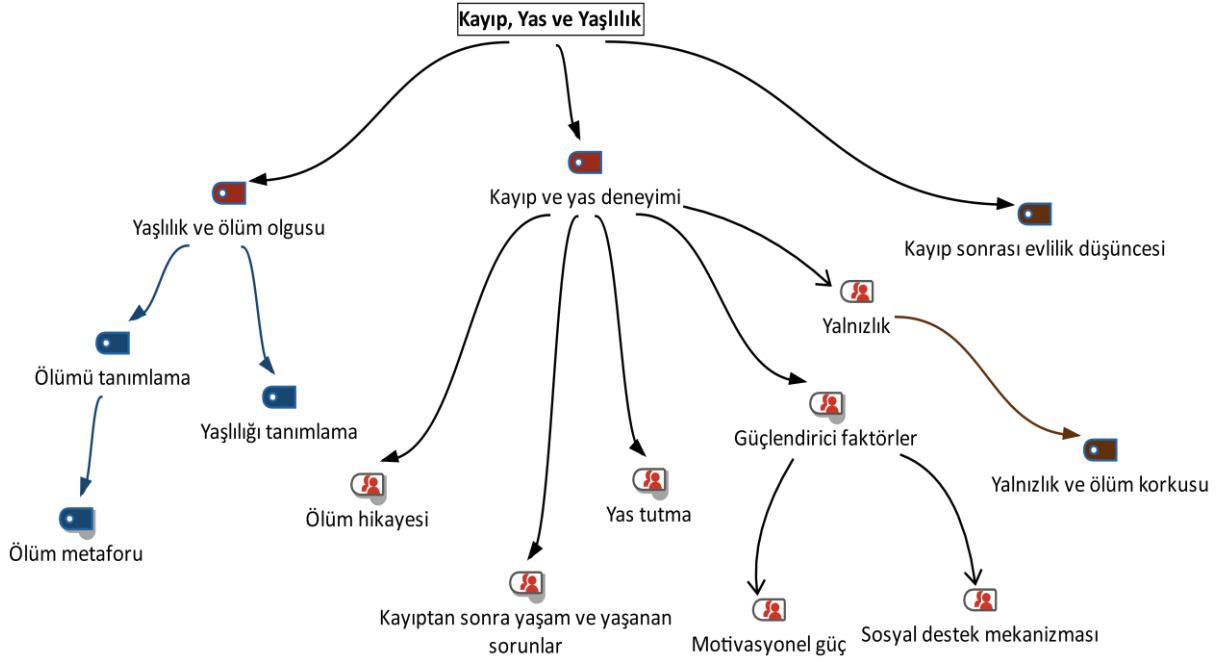
2.5. Etik Uygunluk

Araştırma etik kurallara uygun olarak yürütülmüştür. Bu kapsamda Şırnak Üniversitesi Etik Kurulu Başkanlığı'ndan 03.10.2024 tarihinde E.112392 sayılı onay alınmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde elde edilen veriler yaşlılık ve ölüm olgusu, kayıp ve yas deneyimi ve kayıp sonrası evlilik düşüncesi olmak üzere 3 ana tema altında toplanmıştır. Söz konusu tema ve alt temalara ilişkin bilgiler Şekil 1’de aktarılmıştır.

Şekil 1. Kayıp, Yas ve Yaşlılığa İlişkin Kod Sistemi



3.1. Yaşlılık ve Ölüm Olgusu

Yaşlı kadınların, yaşlılığı ve ölümü nasıl tanımladıkları ve ölümü tanımlamak için hangi metaforları kullandıkları yaşlılık ve ölüm algıları açısından önem taşımaktadır. Aşağıda yaşlılığı tanımlamaya ilişkin ifadeler yer verilmiştir:

“Yaşlılar eskiden bir söz söylerdi, yaşlılık değnek olsa elime almazdım diye. Doğru bir söz.” (K11).

“Korku aklıma geliyor, geçmişi düşünüyorum geleceği düşünüyorum. Tek başıma yaşıyorum, hastalık var, her şey var. Tek başına yaşamak kolay değil.” (K1).

“ Yaşlılık, ileride ne olacağını, başımıza ne geleceğini, yalnızlığı düşündürüyor.” (K2).

“Tabi ki, yaşamış yaşını almış, elini ayağını her şeyden çekmiş oluyorsun, genç değilsin ki bir şeyi yaşamaya hevesin olsun. O yüzden yalnızlığı daha çok hisseder

yaşlı insanlar. Yaşamaya hevesim yok, zaten hevesin olsa gücün kuvvetin olmuyor, böyle bir şey yaşlılık. “ (K8).

Aktarılan ifadelerle bakıldığında katılımcıların yaşlılığı tanımlamaya ilişkin kullandıkları ifadelerin aynı zamanda bu araştırmanın ortaya çıkardığı tema ve alt temalara da yansıdığı görülmektedir. Diğer bir ifadeyle yaşlı kadınların yaşadıkları duygu ve düşünceler doğrudan ifadelerine yansımıştır. Örneğin kullandıkları ifadelerde yalnızlık, güçsüzlük, korku ve ölüme yer vermektedirler.

Yaşlı kadınların ölüm olgusunu nasıl tanımladıkları ve ölüm hakkında ne düşündükleri de irdelenen konular arasında yer almıştır. Bu kapsamda katılımcılara **“Ölüm ile ilgili neler söylemek istersiniz? Size göre ölüm neyi ifade etmektedir?”** sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların bu yöndeki ifadeleri şöyledir:

“Torunlarıma çok düşkünüm, ölüm onlardan kopuş gibi geliyor, yaşamak istiyorum. İnsan bu mutlu günleri yaşamak istiyor. Yaşanmışlıkların sonuna geliyorsun, mutluluğu görmek istiyorsun ama olmuyor. Bu yüzden ölüm bende acı oluşturuyor.” (K1).

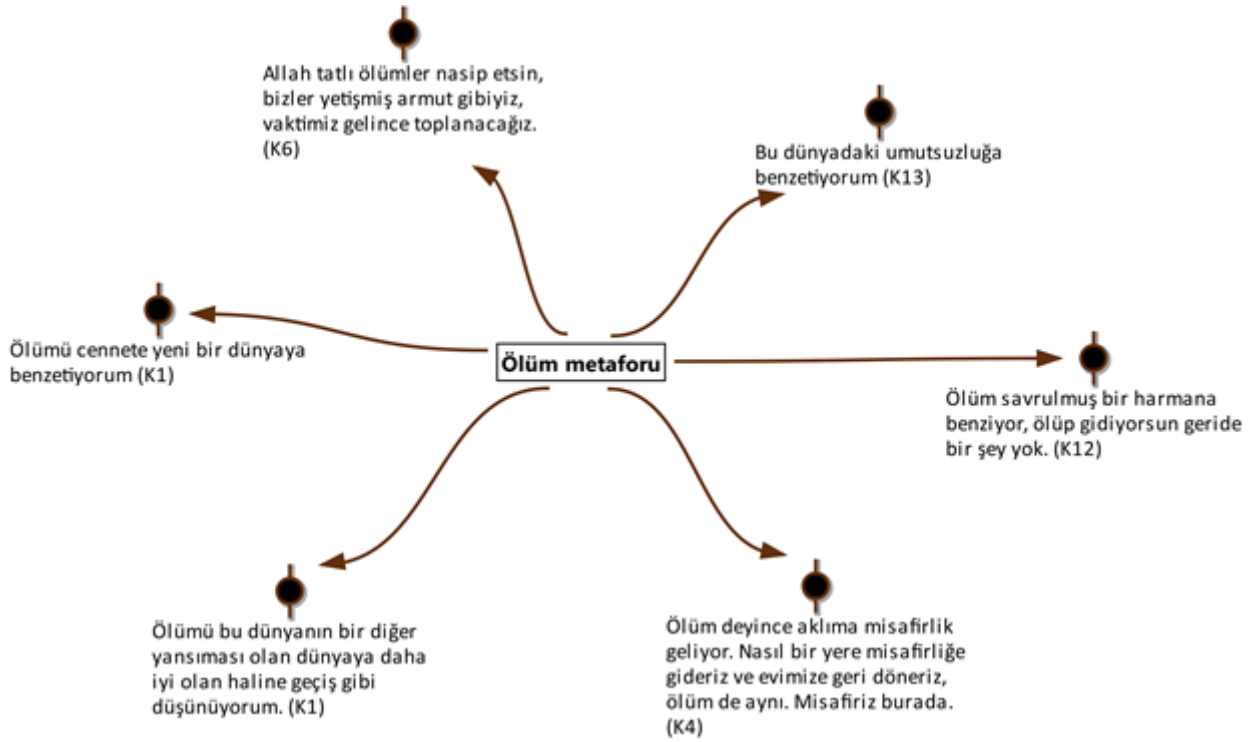
“Bu dünyadan ahiret dünyasına geçişimizde yaşamış olduğumuz dünyaya bir vedaımız diyebilirim ölüm için.” (K2).

“Ölüm, insanı yaralayan çok acı bir şey.” (K9).

Ölüm insanın sevdiklerinden ayrılmasını, yaşamın son bulmasını ifade eden acı bir durum olarak tanımlanmaktadır. Ölüme ilişkin ifadeler aktarılırken acı vurgusunun yapıldığı da dikkati çekmektedir. Ayrıca ölümün yaşlı bireyler için yaşanmışlıkların son bulması ve yaşama veda etme olarak yorumlandığı anlaşılmaktadır.

Ölüm tanımlayıcı bu ifadeleri daha somut bir şekilde aktarmaları ve bazı metaforları kullanmaları için **“Ölümü bir şeye benzetecek olsanız bu ne olur? Ölümü neye benzetiyorsunuz, neden?”** sorusu yöneltilmiştir. Şekil 2’de katılımcıların ölüm metaforuna ilişkin ifadeleri aktarılmıştır.

Şekil 2. Ölüm Metaforunun Kodlu Bölümler Modeli ile Gösterimi



Katılımcıların ölüm metaforuna ilişkin ifadelerine bakıldığında “cennetteki yeni bir dünya”, “bu dünyanın bir yansıması”, “misafirlik”, “savrulmuş bir harman”, “dünyadaki umutsuzluk” ve “yetişmiş bir armutun toplanması” metaforlarının kullanıldığı görülmektedir.

3.2. Kayıp ve Yas Deneyimi

Kayıplar, insanların özellikle de eşlerin hayatında köklü değişimlere neden olmaktadır. Bu değişimler kayıp sonrasında yaşanan sorunlar ve yas tutma biçimlerine bağlı olarak gerçekleşmektedir. Diğer taraftan yas sürecindeki güçlendirici faktörler ise yasin bireyler üzerindeki olumsuz etkilerini hafifletmektedir. Bu doğrultu araştırmada kayıp deneyimi sonrası yaşanan sorunlar, güçlendirici faktörler ve yas tutma biçimlerine ilişkin keşfedici nitelikte veriler toplanmıştır. Analiz sonucunda kayıp ve yas tutma temasına bağlı olarak **ölüm hikâyesi**, **kayıptan sonra yaşam ve yaşanan sorunlar**, **yas tutma**, **güçlendirici faktörler** ve **yalnızlık** olmak üzere beş alt tema ortaya çıkmıştır. Katılımcıların **ölüm hikâyesine** ilişkin ifadeleri şöyledir:

“Bir buçuk sene oldu, 23 Mayıs’ta yetmiş yaşında vefat etti, aramızda altı ay var eşimle. Ufak tefek rahatsızlıkları vardı, hastaneye gitmeyi sevmezdi. O ufak tefek rahatsızlıklar ona ani kalp krizi geçirtti demek ki.” (K10).

“Eşim 64 yaşında vefat etti, bugün eşimin ölüm yıl dönümü. Aniden böbrek taşı rahatsızlığı vardı hastaneye götürdük. İlaç verdiler, ağrın olduğu zaman iç diye, eşimde her ağrısı olduğunda içmiş, tuvalete kalktı gidiyorken düştü bayıldı. Burada meğerse mide kanaması geçirmiş. Ambulansı aradık hastaneye gittik, birkaç hastane gezdik daha sonra eşimi kaybettim.” (K2).

“Eşim yetmiş üç yaşında vefat etti, felç oldu daha sonra hastaneye götürdük beyin kanaması dediler ameliyat oldu, fizik tedavi gördü biraz kendine gelip toparlamaya başladı ama ikinci kez beyin kanaması geçirdi. Sonra sekiz ay yattı, mama ile besledik evde. Toparlar gibi oldu tekrar durumu ağırlaştı hastaneye götürdük. Ameliyata aldılar, yoğun bakımda kaldı bir iki hafta kadar sonra vefat etti.” (K3).

“Dört buçuk sene oldu, 27 Şubat'ta vefat etti, yetmiş iki yaşındaydı. Kanseri olduğunu öğrendik. Midesini, akciğerini, safra kesesini aldılar, ayrı ayrı ameliyatlara alındı. On sene çekti bu hastalıkları, baktım hep. Zor yemek yiyordu rahatsızlanıyordu hastaneye gittik midesinde kanseri var dediler, midesinin bir kısmı alınacak dediler, hep aldılar doktorlar. Meğerse akciğerine de sıçramış fark edememişler, akciğerini de aldılar. Bir yıl sonra da safra kesesinde çıktı onu da aldılar. Hep buhar alıyordu, nefes darlığına düştü, daha sonra bir ay yoğun bakımda yatıp vefat etti.” (K6).

Kayıp biçimi ve dolayısıyla ölüm hikâyeleri insanların yas tutma biçimlerine ve yas sürecine yön verebilmektedir. Örneğin hastalıklara bağlı ölümlerde bireyler bir açıdan kendini ölüme hazırlamaktadır ve bazen de ölümü beklemektedirler. Yukarıda aktarılan K6'nın ifadelerinden de anlaşıldığı üzere bir hastalık sonrasında eş kaybı gerçekleşmiş ve bu durum kısmen hazırlayıcı bir süreç içerisinde kaybın yaşanmasını sağlamıştır. Ani ölümlerde (örn. kalp krizi, trafik kazası vb.) ise şok ve inkâr daha çok yaşanmakta, kişiler kayba anlam yüklemede daha çok zorlanmakta ve yakınlarının ölümlerini kabullenmekte bir direnç gösterebilmektedirler (Kahraman, 2021, s. 45).

Eş kaybı, hemen hemen her yaştaki bireyler için zor bir deneyimdir ancak yaşlı kadınlar açısından pek çok yönden daha zorlayıcı bir hayatın başlangıcını işaret etmektedir (Yıldırım vd., 2022). Nitekim bu araştırmanın katılımcıları kayıplardan sonra eşlerinin yokluğunu birçok yönden hissettiklerini ve çok zorlandıklarını belirtmiştir. Bu bağlamda araştırmada ortaya çıkan alt temalardan biri de **kayıptan sonra yaşam ve yaşanan sorunlar** olarak belirlenmiştir. Yaşanan sorunlar ise bedensel (hastalık), ekonomik sorunlar ve sosyal (ilişkilerdeki

farklılaşmalar ve ölen eşin ailesiyle yaşanan sorunlar) olarak ön plana çıkmaktadır. Katılımcılardan biri kayıptan sonraki yaşama ilişkin zorlanmayı aşağıdaki gibi aktarmaktadır.

“Adam ölünce evin çatısı yıkıldı. Eşimsiz ev, hayat çok zor oldu. Yaşıyoruz ama ona göre. Hiçbir şey aklımdan çıkmıyor, yaşadıklarımız, yaptıkları, akşam oluyor eve gelmiyor. Her şey çok kötü işte, her türlü zorluğu çekiyorsun evde adam olmadı mı.” (K3).

“Eşim yanımda olsaydı bu kadar yorucu zamanlar geçirmezdim, çocuklarımı evlendirince anca rahatladım.” (K13).

Kayıp sonrasında yas sürecinin zorlayıcı bazı duygusal, davranışsal ve fiziksel belirtileri bütünleşerek geride kalan bireylerde sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına ve bu sorunların tetiklenmesine neden olabilmektedir. Bu doğrultuda katılımcıların kayıptan sonraki sorunlarını aktarırken sağlık sorunlarına atıfta bulundukları dikkati çekmektedir.

“Vefatı beni çok etkiledi, kalp rahatsızlığım başladı, psikoloğa da gittim. Daha yeni kalp doktoruna gittim tekrardan beni Rize'ye yolladı. Oradan randevu aldım. Sıkıntı, sıkıntı bana çok geldi” (K1).

“Eşimin kaybindan sonra bende de kalp hastalığı oluştu.” (K2).

Eş kaybının, evin çatısının yıkılması metaforu üzerinden aktarıldığı, K3'ün özellikle “akşam oluyor eşim eve gelmiyor” ifadesiyle kayıp öncesi bir rutini aradığı ve aslında hala eve dönme hususunda bir bekleyiş içinde olduğu görülmektedir. Diğer katılımcıların da çok zorlandıkları, sağlık sorunlarını eş kaybıyla bağlantılı olarak değerlendirdikleri ve özellikle de kayıptan sonra kalp rahatsızlıklarına vurgu yaptıkları anlaşılmaktadır.

Bu aktarımlara bakıldığında katılımcıların kayıptan sonra çeşitli sorunlar yaşadıkları ve bu sorunlarla mücadele etmenin kendilerini zorladığı görülmektedir. Ayrıca katılımcıların kayıptan sonra yaşanan sorunlara ilişkin ifadeleri ekonomik kökenli bazı sorunları da işaret etmektedir. Yaşlı kadın yoksulluğunun ülkemizde önemli bir sorun olarak kabul gördüğü (Tufan vd., 2019) ve eş kaybıyla birlikte bağımlılığın artabileceği ve ekonomik kayıpların yaşanabileceği (Buz & Beydilli, 2015) dikkate alındığında bu sorunun yaşlı kadınlarda daha derin izler bırakabileceği söylenebilir. Yaşlı kadınların eş kaybı sonrası ekonomik sorun deneyimleri kendi ifadeleriyle aşağıdaki gibi aktarılmıştır:

“Maddi anlamda da çok zorlandım, eşimle büfe çalıştırıyorduk, onu kaybedince ben daha çalıştıramadım. Sigortamı yatıramadım daha, öyle yarım kaldı eşimin

Bağ-Kur'dan gelen maaşıyla geçinmeye çalışıyorum halen daha aynıyım, kirada kalıyorum.” (K9).

“Hayatın yükü, her şeyi üstleniyorsun, çocuklarını büyütmek, geçim derdi stresi, köye halen daha gidip geliyorum...” (K4).

“Eşim vefat ettikten sonra evleri sattılar, taşınmak zorunda kaldım. Kiraya çıktık, hiç paramızda yoktu. Dört çocuğumuz var, üçü kız, biri oğlan. Oğlum on üç yaşındaydı, kızlarım üniversite okuyordular. Oğlumu zorluklarla büyüttüm, maddi manevi olarak zor geçti. Burslarla okuttum çocuklarımı. Eve taşındık rahatladım dedim zaten yaşlılık geldi.”(K13).

Kayıptan sonra yaşanan sorunlar arasında ölen eşin ailesiyle yaşanan sorunlar da yer almaktadır ki bunlar, çoğunlukla miras paylaşımı ile ilgili sorunlardır. K1 eş kaybından sonra üvey çocukları tarafından maruz kaldığı durumu şöyle ifade etmektedir:

“Eşimi kaybettikten sonra çocukları evden çıkartmaya çalıştılar. Çarşamba günü cenazesi vardı, perşembe günü arka odada kardeşler konuşup beni çıkartmaya çalıştılar. Teklif yaptılar, Üç yüz bin TL verelim evden çık dediler. Ben gitmiyorum burada baktığım hasta var bırakıp dönmeyeceğim dedim ve beni mahkemeye verdiler.”(K1).

Eşinin aile ve çevresinden gördüğü baskıyı K2 şöyle dile getirmektedir: *“Çevremden, kocamın akrabalarından, kardeşlerinden zarar gördüm. Üvey kardeşleri var, o kız kardeşleri yüzünden oldu. Mirastan dolayı çok sorun çıkardılar.”* Dolayısıyla eş kaybından sonra miras paylaşımının önemli bir sorun olarak bireyleri zorladığı anlaşılmaktadır.

Tüm bu aktarımlar birlikte değerlendirildiğinde katılımcıların eş kaybından sonra yaşadıkları sorunların bir kısmının ekonomik kökenli sorunlar olduğu dikkati çekmektedir. Bununla birlikte kayıptan sonra yaşam ve yaşanan sorunlar alt teması altında işlenen sorunların ekonomik faktörlü sorunlarla birleştiği düşünüldüğünde özünde dezavantajlı olan yaşlı kadınların yaşama tutunma süreçlerinin oldukça zorlaşabileceği söylenebilir.

Kaybın en zorlayıcı yanlarından biri de eş kaybı sonrası **yas tutmaya** ilişkindir. Zira bu süreçte bireyler yasin duygusal, bilişsel, psikolojik ve davranışsal bazı etkilerine farklı boyutlarda maruz kalmaktadırlar. Dolayısıyla yasin şiddetine bağlı olarak bazı bireyler bu süreçte oldukça zorlanmaktadır. Yas aşamalarının karmaşık bir şekilde yaşandığı bu tür durumlarda ölen kişiyi arama, inkâr ve şok, duygusal dalgalanmalar ve yeni yaşama uyum sağlama güçlükleri bireylerin yas tutma biçimini de belirleyebilmektedir (Hablemitoğlu, 2021, ss. 42-43). Özellikle

bazı kayıplar kabul edilmediğinde yas süreci uzamakta ve ölen kişi gelecekmiş gibi bir beklenti oluşmaktadır. Bazı katılımcılar söz konusu durumu şöyle ifade etmektedir:

“İlk üç-dört sene bu ev bana dar geldi, sanki kapı açılıyor eve giriyor gibi oluyordu, yıllarca gölgesini gördüm.” (K2).

“Her seferinde gözümün önünden geçiyor, daha çok özlem duyuyorum gittikçe.” (K8).

Yas tutma belirtileri arasında duygusal tepkiler de bulunmaktadır. Özlem, acı, eksik/yarım hissetme gibi duygular kayıp yaşayan bireylerde gözlenebilmektedir. Kayıp yaşayan kadınların yaşadıkları duygular/hisler aşağıdaki gibi aktarılabilir:

“Evet, insanın bir tarafı gitmiş oluyor böyle. Hayatının yarısı gidiyor. Annemi, babamı kaybettim. Onlarında acısını çektim ama her kayıp ayrı bir acı, eşin acısı çok çok farklı.” (K9).

“Her seferinde gözümün önünden geçiyor, daha çok özlem duyuyorum.” (K8).

“Eşimin yokluğunu hissediyorum evde yalnız oturduğumda. Eşimi görmeyi, sesini duymayı istiyorum yani. Nasıl anlatabilirim bu duyguyu, yokluğunu, bilemiyorum ben.” (K7).

““Ayrılık, ayrılık oldu on beş senedir gözyaşım durmadı, çocuklarım var çok şükür ama onun yerini tutmuyor. On beş sene oldu bugün bile keşke yanımda olsa demişimdir, bu gün bile yokluğunu hissettim, ağladım.” (K2).

“Çok yalnız kaldığımda duygulanıyorum, kimsenin yanında söyleyip anlatmam ama yalnızken çok üzülüp ağlıyorum.” (K5).

Ölenin yokluğuna alışmak, onun olmadığı bir yaşama uyum sağlamak sağlıklı yas tutmanın görevleri arasındadır. Ancak her birey kendi başına bunu gerçekleştirememekte ya da bu süreç onu çok zorlayabilmektedir. Dolayısıyla alışma, dünyanın dar geldiğini düşünme, hayatı anlamsız bulma ve hayattan zevk alamama gibi duygular/hisler de yaşanabilmektedir.

“Yokluğuna alışamıyorum eşimin halen daha.” (K10).

“Hayattan zevk almıyorum, her şey sıkıcı geliyor, eşimi kaybettikten sonra daha zor oluyor. Hayattan bezmiş gibi oluyorsun, nasıl geçecek zaman ne olacak diye düşünerek öylesine yaşıyorum. Eşimin yokluğuna alışmak zorladı, bu yaşantı beni

bitirdi. Yeni yeni toparlanmaya başlıyorum. Psikolojim bozuldu doktora falan gezdim.” (K8).

Eş olmak, hayatın her yönüyle paylaşılmasını gerektirmektedir. Bu bakımdan insan hayatının merkezinde yer alan eşin ölümü, geride kalanların hayatında derin bir boşluğa neden olmakta ve bu süreç mutluluk kaynağının yok olması olarak da yorumlanmaktadır:

“Beni en çok zorlayan şey onunla olan yaşantımın sonlanmış olması. Çocuğunun saçının teline bile kıyamazsın ama eşin yerini tutmaz, eşin yeri çok başkadır. Onun bir tek sözü bile sana ferahlık verebiliyor.” (K2).

“Eşimden sonra, dünyam çöktü yani her şey beni zorladı, boşluğa düştüm. Çok hissediyorum. Çarşıya gelir giderdi sohbet ederdik, anlatırdı o öyle oldu bu böyle oldu diye, o sohbetlerimizi çok arıyorum.” (K8).

“Ayrı hiçbir şeyimiz geçmezdi. Her şeyi paylaşırdık, beraber yapardık, bunlar çıkmıyor hiç aklımdan, zor geliyor.” (K3).

Yas tutma; acıyla yüklenmek, duyguları derinden yaşayıp acıyı işlemek, ölenin olmadığı yaşama uyum sağlamak, hayata yeniden tutunmak ve hayatta anlam bulmak gibi çok farklı duygu ve görevlerin iç içe geçtiği bir yolculuktur. İnsanların bu inişli-çıkışlı yolculukta tutunmaya çalıştığı dallar ve anlam yüklediği yaşantılar olmazsa şayet; bireyin özünde zorlayıcı olan yası daha da patolojik hale gelebilmektedir. Bu nedenle bireyler için güçlendirici olarak nitelendirilebilecek bazı faktörler, yas seyrinde önemli bir ağırlığa sahip olabilmektedir. Dolayısıyla **güçlendirici faktörler** bağlamında sosyal destek mekanizması ve bireyin motivasyonel gücünü ele almak gerekmektedir. Bu noktada sosyal destek mekanizması güçlendirici ve önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal destek mekanizmasını ise aileden gelen destek ve sosyal çevreden (komşu ve akrabalar) gelen destek olarak ayırmak mümkündür. Katılımcıların aileden aldıkları desteğe ilişkin ifadeleri şöyledir:

“Üç tane çocuğum bana güç veriyor. Her gün telefon ettiklerinde güç buluyorum. O gün güçlü oluyorum ama etmedikleri zaman güçsüz oluyorum. Kendimi sanki bu dünyada yokmuşum gibi hissediyorum, bir gün aramasalar hiç kimsem yok gibi geliyor.” (K2).

“Oğlum oldu, o olmasaydı dayanamazdım. Aklıma geldiğinde üzülüp ağlıyorum, oğlum ağlama falan diyor. Güç veriyor bana her anımda destek oluyor.” (K3).

“Çocuklarım yanımda olduğu için manevi güç buluyorum. Yalnızken sıkılıp daralıyorum, komşularla vakit geçiriyorum, torunlarıma bakıyorum böyle zaman geçiyor işte.” (K6).

“Oğlum burada oturuyor, onun çocukları öğlen aralarında benim yanıma geliyorlar yemeğe. Onlara bir şeyler hazırlıyorum anca zaman geçiyor, onlardan güç buluyorum. Zaten onlar olmasa kafayı yerim ben, yapamam yani. Güç dayanağım çocuklarım ve torunlarım.” (K8).

İlişkilerin sağlıklı ve iletişimin güçlü olduğu ailelerde üyeler, baş edilmesi güç bir durumla karşı karşıya kaldıklarında ve tüm zorlu süreçlerde, sosyal destek mekanizması olarak aile desteği, en başta gelen güçlendirici faktör olarak görebilmektedir. Kayıp yaşayan yaşlı bireyler de bu süreçte en büyük desteği çocuk ve torunlarından aldıklarını ifade etmiştir. Ayrıca aile sistemi dışında değerlendirilebilecek güçlendirici faktör ve sosyal destek mekanizmasının bir parçası olarak akraba ve komşulardan alınan destek de bireylerin büyük bir kısmı tarafından vurgulanmıştır:

“Akrabalar, köylüler, buradaki komşularım da hep destek oldular bana.” (K3).

“Komşularım da çok güç verdi. Sonuçta yaşamaya mecbursun hayat devam ediyor.” (K4).

“Komşularım, bana güç verdiler bu acı zamanımda hep arkamdaydılar. Öyle komşularım var ki kendi akrabalarım bile bu kadar yanımda değildir belki de. Komşularım hep güç veriyorlar.” (K1).

Sosyal destek mekanizması altında değerlendirilebilecek komşudan alınan sosyal destek vurgusunu K1 şu şekilde sürdürmektedir:

“Komşularım var beni yalnız bırakmıyorlar sağ olsunlar. Ne kadar dua etsem az, Allah razı olsun onlardan. Kaç kere geldiler yemek yapıp getirdiler, beni kapıya oturmaya çağırıyorlar hep. Bazen evde film izlerken beni kapıya çağırıyorlar gitmeyecek olduğumda kızıyorlar. Evde tek bırakmıyorlar, devamlı arıyorlar. Allah razı olsun, çok iyiler bana karşı, komşu ama yakın akrabadan iyi çıktılar.” (K1).

Ayrıca her bireyin kendine özgü motivasyonel bir gücü vardır. Zaten bireyler genellikle olumsuz durumlarda önce kendi kaynaklarını kullanırlar ve ancak bu yetersiz olduğunda dışardan destek arayışına yönelirler. Kayıp yaşayan bireylerden bazıları da kayıptan sonra kendi çabalarına ve bu yöndeki tutumlarına dikkat çekmektedir:

“Kendi kendime güç buldum. Çocuklarımda her konuda güç verdi, çocuklarım için her şey değer.” (K5).

“Beni ayakta tutan kendi çabam oldu.” (K12).

Yaşlılık döneminde bireylerin sıklıkla yaşadığı sorunlardan biri de yalnızlıktır. Çocukların evlenip evden ayrılması, üniversite öğrenimleri için başka illere gitmeleri, emeklilik ve eşlerden birinin ölümü gibi durumlar yalnızlığı yaşlı bireyler için daha ciddi bir sorun haline getirmektedir. Kayıp ve yas deneyimi teması altında işlenen ve eş kaybı sonrasında yaşanan önemli sorunlardan biri olarak **yalnızlık** da yaşlı bireylerin hem yaşamlarını zorlaştırmakta hem de bireyleri yas belirtilerine karşı daha savunmasız hale getirmektedir. Nitekim bu araştırmanın katılımcıları da yalnızlığa ilişkin birçok sorunu ifade etmiştir. Aşağıda bazı katılımcıların eş kaybı sonrası yaşadıkları yalnızlık duygusuna ilişkin bazı aktarımları yer almaktadır:

“Eşi insanın can arkadaşı oluyor, can arkadaşı olmayınca evde tek kalıyorsun. Evladın bile gelse, gittikten sonra yalnızlığı hep hissediyorsun.” (K1).

“Başında eşin olmayınca, kimsesiz hissediyorsun, annen baban kardeşlerin ne kadar hayatta olursa olsun, dağların yükü yükleniyor. Çocuklarında evlenince evde yalnızsın ama eşin olsa öyle olmaz.” (K4).

“Hasta olunca bize kim bakacak, ne yapacağız diye düşünüyoruz. Bu yüzden elbette yaşlı insanların yalnızlık düşüncesi, kaygıları daha çok oluyor. Sonumuz ne olacak diye düşünüyoruz.” (K3).

“Evet, çok kötü insan yaşlandığı zaman yanında arkadaş istiyor. Evde otururken yanında bir can daha olsun istiyor, zaman geçiyor ama tek kaldığında çok zor oluyor. Gençken yanında çocukların oluyor, ailen, arkadaşların oluyor, çevren daha çok oluyor ama yaşlandığın zaman kimse olmuyor bu insanlar azalıyor.” (K1).

Yaşlı bireylerin ifadelerine bakıldığında yalnızlığın önemli bir sorun olduğu, kimsesizlik duygusuna neden olduğu, aynı zamanda bakım ve ölüm kaygısını beraberinde getirdiği ve dolayısıyla K1’in ifadesiyle “çok kötü” bir dönem olarak nitelendirildiği anlaşılmaktadır. Bazı bireylerin ise yalnızlık yaşadığı ancak artık bu durumu kanıksadıkları “Evet, eşim vefat etti, çocuklarımda gittikten sonra daha çok yalnız hissettim, ama yıllar geçtikçe alışıyor” (K13)’ün ifadesinden ortaya çıkmaktadır.

Ayrıca yalnızlık ve ölüm korkusu arasındaki ilişki de hem literatürde (Yalom, 2008, ss. 109-111; Yelboğa, 2017) hem de bu araştırmanın katılımcıları tarafından ifade edilmektedir. Zira yaşlı olmak bir yönüyle ölüme daha çok yakın olmayı düşündürmektedir ve yaşlı bireyler yalnız kaldıkça bu düşünce daha çok derinleşebilmektedir. Ayrıca birçok yakının ölümüne tanıklık etmiş olmak ve en önemlisi de eşini kaybetmiş olma deneyimi bu düşünceyi daha da güçlendirmektedir. Nitekim eşini kaybeden yaşlı bireylerin ifadelerinden de bu durum açıkça anlaşılmaktadır:

“Ölüm devamlı olarak benim aklımdadır, evde yalnızım acaba ne zaman öleceğim? Nasıl öleceğim? Kimse beni bulacak mı, bulamayacak mı? Evin içinde mi ölüp kalıcam? Devamlı olarak bunları düşünüyorum, bu düşünceler de beni korkutuyor. Yalnızlık düşündürüyor. İnsan daralıyor yalnız kalınca. On beş senedir yalnız yaşıyorum. Yaşlılıkta her gün ölümü hatırlıyorum. Tek başına kaldığın zaman daha çok hissediyorsun, daha çok ölüm korkusu duyuyorsun.” (K2).

“İşten düşmek, yorgunluk ve yalnız yaşamak zorunda kalıyorsun. Ölüm aklımdadır hep ama yaşlanınca daha çok geldi.” (K7).

3.3. Kayıp Sonrası Evlilik Düşüncesi

Ülkemizde ataerkil düşünce biçimi baskındır (Yıldız, 2019; Can & Aksu, 2016). Bu nedenle birçok konuda olduğu gibi kadınlar medeni durum konusunda da arka planda kalmaktadır (Arun & Arun, 2011). Bu dezavantajlı durumla “yaşlı kadın olma” dezavantajı birleştiğinde ise evlilik konusundaki düşünce ve tutumun vahameti çok daha derin olabilmektedir. Bu doğrultuda çocuklarının sorumluluklarını ve bakımlarını üstlenme, varsa yaşlı-engelli bireylerin sorumluluğunu taşıma gibi cinsiyetçi roller ve bunların yanı sıra kadınların “namusu koruma” düşüncesi onları evlilik düşüncesinden oldukça uzaklaştırmaktadır. Katılımcıların evlilik düşüncesine yönelik ifadelerinde de bu durumu görmek mümkündür:

“Öyle bir şey düşünmedim hiç, öyle bir şey yok. Bana yakışmaz, daha genç yaşta bekâr kalmış olsam yine düşünmezdim. Çünkü çocuklarım vardı çocuklarımı başkasının evine götüremezdim. Hiçbir şekilde evliliği düşünmedim kafama sokmadım, hayatımda böyle bir şey olmaz benim.” (K2).

“Bizde yoktur öyle ikinci evlilik falan. Yeğenlerim var otuz sekiz yaşında dul kaldılar oturuyorlar öyle evlerinde, bizim sülalemizde yoktur öyle şeyler.” (K6).

Bazıları da evliliği kendisi için kesin ifadelerle her durumda reddederken başkalarının kendi durumuna göre böyle bir karar alabileceklerine ilişkin olumlu düşüncelere sahiptir. Ancak kendisi söz konusu olduğunda genç dahi olsaydı yeniden bir evlilik yapmayacağını belirtmektedirler:

“Çocuğun varsa, durumun varsa evlenmemelisin ama hiçbiri yoksa evlenebilir insan. İhtiyacı olanlar, kendini genç yaşta idame ettiremeyenler varsa o zaman da bir şey diyemem.” (K4).

“Hayır asla düşünmedim, ben evlenmem. Eş bir kere olur. Elbet yapan olur ama kimsesi yoktur belki, genç yaşta yalnız kalırsa yapabilir tabi, ona bir şey diyemem.” (K3).

“Benim düşünceme göre kesinlikle olmaz, ama genç olanlar düşünür mü bilmiyorum. Ben kendim genç olduğumu düşünsem yine olmaz.” (K5).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın amacı, eşini kaybeden yaşlı kadınların kayıp sonrası yaşamlarını, yas ve yalnızlık deneyimlerini ortaya koymaktır. Bu kapsamda yaşlı bireylerin ölüme ilişkin düşünce ve ölüm metaforları, kayıptan sonra yaşam, yaşanan sorunlar, güçlendirici faktörler, kayıptan sonra yalnızlık deneyimi ve evliliğe ilişkin düşünceleri irdelenmiştir. Araştırma sonucunda yaşlılık ve ölüm olgusu, kayıp ve yas deneyimi, yalnızlık ve kayıp sonrası evlilik düşüncesi temaları ortaya çıkmıştır. Kayıp ve yas deneyimi temasına bağlı olarak; ölüm hikâyesi, kayıptan sonra yaşam, eş kaybindan sonra yaşanan sorunlar, yas tutma ve güçlendirici faktörler alt temaları belirlenmiştir.

Yaşlı kadınların yaşlılığı tanımlarken yaşlılığın istenmeyen, korkuyu beraberinde getiren, gelecekle ilgili belirsizlik ve yalnızlık sebebi olarak değerlendirilen ve güçsüzlüğü hatırlatan bir dönem vurgusu yaptıkları görülmektedir. Yaşlılığı tanımlamaya ilişkin bu tespitler doğrultusunda yaşlı bireylerin kendi yaşam deneyimleriyle sahip oldukları güçlü bağlar çerçevesinde bir tanımlama yaptıkları söylenebilir. Yaşlılarla yapılan bir araştırmada da yaşlılığın yalnızlık, çaresizlik ve hastalıkla anılan bir dönem olarak tanımlandığı belirtilmiştir (Yılmaz & Mermutlu, 2023). Yaşlılık dönemini metaforlar üzerinden açıklamaya odaklanan bir başka çalışma ise yaşlılığın geri dönüşü olmayan zorlu bir süreç, tükenme ve yalnızlık dönemi gibi olumsuz algılar üzerinden tanımlandığını ortaya koymuştur (Temel, Dilek & Tosun, 2023). Bu bakımdan yaşlılık algısının daha çok olumsuz bir zeminde kaldığı görülmektedir (Gönderen-Çakmak & Kaşlı, 2022) ve bu araştırmada da benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Yaşlı kadınların ölüme ilişkin düşüncelerine bakıldığında ise ölümün ayrılık, kopma ve yaşamın son bulması şeklinde yorumlanan acı bir deneyim olarak kabul edildiği görülmektedir. Hayat boyunca insanların yaşadıkları tüm kayıplar acı verici deneyimler olarak yer edinmektedir. Ancak bu kayıp özellikle eş kaybı olduğunda hayatın hiçbir zaman eskisi gibi olmayacağı, ciddi değişimlerin görülebileceği ve hayatın yeniden düzenlenmesi gerektiği belirtilmektedir. Bu yönüyle eş kayıpları, travmatik deneyimlerin yaşandığı bir süreç olarak kabul edilmektedir (Koçyiğit, 2019). Yine araştırmada ölümün bir tür korku kaynağı olduğu ve ayrılık sonrası yaşama ilişkin belirsizlik kaygısını tetiklediği görülmüştür. Araştırmanın bu bulgusu literatürdeki bilgilerle benzerlik göstermektedir. Zira yaş, ölüm korkusu ile ilişkili olabilecek önemli bir değişkendir (Öztürk vd., 2011) ve cinsiyet değişkenine göre bakıldığında da yaşlı kadınlarda ölüm kaygısının daha belirgin bir durum olduğu belirtilmektedir (Arpacı & Ersoy, 2007). Bu bakımdan araştırmamızın katılımcılarının kadınlardan oluşması ölüm korkusunun daha çok aktarılan bir tema olmasını beraberinde getirmiştir. Yine ölüm ve ölüm ötesinin yaşlılık döneminde daha çok düşünüldüğü bilinen bir durumdur (Koç, 2004). Nitekim araştırma katılımcıları da hem ölüm belirsizliği ve kaygısı hem de ölüm sonrası belirsizliğe vurgu yapan ifadeler kullanmıştır.

Katılımcıların kayıptan sonra yaşamlarını değerlendirme ifadelerine bakıldığında eş kaybının çok yönlü semptomlarından dolayı bireylerin derinden etkilendikleri anlaşılmaktadır. Bir katılımcının “Adam ölünce evin çatısı yıkıldı.” ifadesi bu durumu açıkça göstermektedir. Katılımcının kullandığı bu ifade başka bir araştırmadaki “...Eşimi kaybedince kolum kanadım yok gibiydi.” ifadesiyle benzerlik göstermektedir (Kaya, 2018). Yine başka bir araştırmada da eş kaybının evin yıkılması şeklinde yorumlandığı görülmektedir (Kiremitçi & Akçay, 2019). Ayrıca eş kaybının yorucu ve zorlayıcı olarak aktarıldığı, rutinleri bozduğu için bireylerin yaşam kalitelerini olumsuz etkilediği, kaybın etkisiyle fiziksel ve ruhsal rahatsızlıkların başladığı ve etkisini arttırdığı, eşin mutluluk kaynağı olarak görüldüğü ve kayıp nedeniyle artık hayatın anlamsız (boşlukta hissetme) hale geldiği belirtilmiştir. Literatürde de yaşlı kadınların en önemli sorunlardan birinin dulluk olduğu belirtilmekte ve hayat arkadaşı olarak görülen eş kaybı nedeniyle tüm hayat aranjmanlarında değişimler olduğu ifade edilmektedir. Yine dul kadınların evlilere nazaran daha mutsuz oldukları ve medeni durumun refah açısından kritik değerde olduğu vurgulanmaktadır. Kaldı ki eş, salt yaşam boyu birliktelik sürülen kişi değil güvenin, zorluklara birlikte göğüs germenin, mutluluğu ve yaşam gücü figürünü temsil eden bir kişi olarak görülmektedir (Arun & Karademir-Arun, 2011). Dolayısıyla hayat arkadaşı olarak eş kaybının çok farklı yönlerden yaşlı kadınları etkilediği anlaşılmaktadır.

Türkiye’de yaşlılar, dezavantajlı bir grubu temsil etmektedir ve yaşlı kadınlar bu grubun en kırılgan kesimini oluşturmaktadır (Arun & Karademir-Arun, 2011). Yaşlı kadınların eş kaybı yaşamış olmaları ise birçok olumsuz durumun kesişmesine neden olmaktadır. Nitekim araştırmamızda da katılımcıların kayıp sonrası deneyimlerine ilişkin aktarımları sonucunda kayıptan sonra yaşanan sorunlar alt temasının ortaya çıktığı görülmektedir. Buna göre kadınların ekonomik sorunlar, sorumlulukların geride kalan bireye yüklenmesi, aile ilişkilerinde yaşanan sorunlar ve ilişkilerin bozulması gibi problemler yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Araştırmanın ortaya koyduğu bu sonuç literatürdeki benzer çalışmaların sonuçlarıyla örtüşmektedir. Bu doğrultuda yapılan bir çalışmanın sonuçlarına göre sorumlulukları üstlenme durumunda kalma (Yelboğa, 2023a, s. 129), sosyal ilişkilerde zayıflama/daralma, psikolojik ruhsal sorunlar, ekonomik sorunlar gibi zorlukların kayıptan sonra deneyimlendiği ortaya çıkmıştır (Kiremitçi ve Akçay, 2019). Başka bir çalışmada da eşi vefat etmiş kadınların hızlı bir şekilde yoksullaştığı, baş etmeleri gereken yeni sorumlulukların ortaya çıktığı, aile ve çevreyle ilişkilerde değişimler yaşandığı belirlenmiştir (Şirin, 2016).

Araştırmada eşini kaybeden yaşlı kadınların yas tutma deneyimleri de incelenmiştir. Zira kayıp yaşama başlı başına zor bir deneyimdir, eş kaybı bu etkiyi arttırmaktadır ve yaşlı kadın olarak bu deneyimi yaşamak ise yaşlı kadınları karmaşık ve son derece zorlu bir yas sürecine doğru sürükleyebilmektedir. Nitekim araştırmamızda katılımcılar eş kaybından sonra evin kendilerine artık dar gelmeye başladığını, kayıptan sonra uzun bir süre geçmesine rağmen öleni hala yaşıyormuş gibi düşündüklerini ve gözlerinde ölenin canlandığını; özlem, acı ve yarım kalmış gibi hislerin yaşandığını (duygusal); boşlukta hissetme, dünyanın anlamsız gelmesi, hayattan zevk alamama, ölenin yokluğuna alışamama, yalnız kalındığında kötü hissetme ve sık sık ağlama gibi yas belirtilerini deneyimlediklerini aktarmıştır. Eş kaybı yaşayan yaşlı kadınlarla yapılan bir araştırmanın sonuçlarına göre de yas belirtileri arasında öleni düşünme, ölüm anı, güzel anılar vb. (bilişsel); evin sıkıcı gelmesi ve duvarlar üzerine yürüyormuş gibi hissetme (duygusal); kayıp sonrası işlev bozukluklarında artış ve hastalıkların baş göstermesi/etkisini arttırması (fiziksel) gibi belirtilerin yaşandığı aktarılmıştır (Aslan vd., 2018). Yaşlı kadınlarla yapılan başka bir araştırma; yaşlı kadınların genç kadınlara nazaran daha yoğun yas tepkileri gösterdiğini ortaya koymuştur. Yaşlı kadınlarda kaybın daha geç/zor kabul edildiği ve üzüntü/kederin daha kalıcı olduğu tespit edilmiştir (Sable, 1991). Ayrıca eş kaybı yaşayan yaşlı bireylerin yaşam deneyimleri itibarıyla daha çok bireyin ölümüne tanıklık etmiş olmalarının yas sürecine bir etkisinin olmadığı ve dolayısıyla tıpkı diğer gruplarda olduğu gibi yaşlı bireylerin de profesyonel desteğe ihtiyaç duyabilecekleri vurgulanmaktadır (Lekalakala-

Mokgele, 2018). Araştırmanın ortaya koyduğu bilgiler ve mevcut literatür, kaybın zor bir deneyim olduğunu, yasin fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal etkilerinin bireyleri olumsuz yönde etkilediğini açıkça göstermektedir. Yaşlı bireylerin dezavantajlı bir grup olması, araştırmanın örneklem grubunun eş kaybı yaşayan yaşlı kadınlar olması ve yas tutmanın çok boyutlu etkileri birleştğinde yasin çözülmemiş/karmaşık yasa dönüşme potansiyeli artmaktadır. Ayrıca yaşlılık döneminin psikososyo-ekonomik sorunları ve eş kaybı deneyiminin ortaya çıkardığı güçlükler de bu sürece eklendiğinde eş kaybı yaşayan yaşlı kadınların ne ölçüde zorlanabileceklerini kestirmek zor olmayacaktır.

Daha önce de vurgulandığı üzere yas tutmanın birey üzerinde çok yönlü etkileri vardır ve geride kalanların hayatında köklü değişimler yaratmaktadır. Kayıp sonrası bireyin hayatına kaldığı yerden devam etmesi her ne kadar zor bir durum olsa da bireyden beklenen tam da budur. Bireyin en kısa sürede normal yaşamına dönmesi, yasinı sağlıklı yaşaması ve ölenin olmadığı yeni yaşama uyum sağlaması yas görevleri olarak kabul edilmektedir. Bunun için de bireyin duygularını derinden yaşayıp acıyı işlemesi, hayatta anlam bulması, ilişkilere yatırım yapması, baş etme stratejilerini keşfedip kullanması ve sosyal destek mekanizmasının güçlü olması gerekmektedir. Bu ise bireyi önemli ölçüde etkileyen güçlendirici faktörlere bağlıdır (Yelboğa, 2023a, ss. 167-175). Araştırmada yaşlı bireyleri güçlendiren en etkili faktörlerin başında yaşlı bireylerin kendi çocuklarıyla sürdürdükleri olumlu ilişkiler olduğu görülmüştür. Bu durum araştırmaya katılan yaşlıların çoğu tarafından ifade edilmiştir. Çocuklardan sonra ise bazıları torun, akraba ve komşu vurgusu yapmıştır. Bu faktörlerin yanı sıra bireylerden bazıları da yas sürecindeki kişisel çabalarına ve dayanıklılıklarına dikkat çekmiştir. Bu doğrultuda yaşlı bireyler açısından aile ve sosyal çevrenin yasta güç verici işlev gördüğü söylenebilir. Zira literatürde de aile desteğinin psikolojik açıdan ve destek olma açısından kritik değerde olduğu ve bu desteğin yetersiz olması durumunda sürecin daha zor geçebileceği belirtilmektedir (Doğan, 2022; Yelboğa, 2023a, ss. 182-183). Başka bir araştırmada da eş kaybı yaşayan bireylerin aile desteğine ihtiyaç duydukları ve çocuklar olmadığında sürecin daha zor geçeceği düşüncesinin hâkim olduğu ortaya çıkmıştır (Kiremitçi & Akçay, 2019). Yaşlılık döneminde azalan sosyal ilişkiler ve yalnızlık durumuna karşı aile ilişkileri bir önlem olarak kullanılabilir (Tufan vd., 2019). Dolayısıyla aile desteğinin ve özellikle de çocukların varlığı ve onlardan gelen desteğin yas sürecini kolaylaştırdığı açıkça ortadadır. Bununla birlikte komşu, akraba ve sosyal çevrenin de bu süreçteki destekleyici/güçlendirici etkisi yadsınamaz.

Kayıp sonrası yalnızlık sorunu/durumu da bu araştırmanın ortaya koyduğu önemli sonuçlardan biri olmuştur. Yalnızlık her dönemde bireylerin karşılaşılabileceği bir sorun olmakla birlikte

yaşlıların yetişkinlere nazaran yalnızlık ve sosyal izolasyon yaşamaya daha yatkın oldukları belirtilmektedir (Akbaş, vd., 2020). Bu nedenle de yalnızlık, daha çok yaşlılıkla anılan bir duygu konumundadır (Khorshid vd., 2004). Yalnızlık, bireylerin yaşam memnuniyetlerini düşürmektedir ki, yaşlılarla yapılan bir çalışmada kendini yalnız hissedenlerin yaşamlarından memnun olmadıkları ortaya çıkmıştır (Tufan vd., 2019). Bununla birlikte yaşlılık dönemi de bireylerin duygusal ihtiyaçlarının arttığı ve yaşlıların sosyal çevresi tarafından daha çok ilgi görme beklentisinin olduğu bir dönemdir (Acar vd., 2023). Bu açıdan eş kaybının beraberinde getirdiği yalnızlık sorunu yaşlı bireyleri zorlamakta, yaşam doyumlarını düşürmekte ve onları kaygılandırmaktadır. Nitekim katılımcılar eş kaybı sonrasında yalnız kaldıklarını, diğer aile fertlerinin ve akrabaların eşin yerini tutamadığını, gelecek kaygısı ve hastalık durumunda yaşlıların bakım alma kaygısı yaşadıklarını, eş kaybının kimsesizlik duygusuna ve ölüm kaygısına neden olduğunu belirtmiştir. Zira yaşlı olmak ölüme yakınlaşmış olmayı düşündürmektedir. Eş kaybı ise bu durumun somut örneğini teşkil etmektedir. Bu nedenle bireyin en yakınındaki kişinin (eşin) ölümü, bu kaygıyı derinleştirebilmektedir. Kaygı, genellikle ihmal edilen kederin çok yaygın bir özelliğidir. Kaygı, yetişkinlerde görülen, sevilen birinden ayrılmaya karşı bağlanma sisteminin doğal bir tepkisi olarak kabul edilmektedir (Shear & Skritskaya, 2012). Literatürde yaşlılık ve ölüm kaygısı (Suhail & Akram, 2002; Madnawat & Kachhawa, 2007) ve yine yalnızlık ile ölüm kaygısı arasında ilişki (Çiftci, vd., 2024; Yalom, 2008, ss. 108-111) bulunduğunu ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır. Ayrıca 3000 birey üzerinde yapılan bir çalışmada eş ölüm kaygısının yaşlı erkeklerin %45'i ve yaşlı kadınların %52'sinde mevcut olduğu bildirilmiştir (Momtaz vd., 2015). Cinsiyet bağlamında ölüm korkusuna bakıldığında ise kadınların hem sevdiklerinin ölümüne hem de kendi ölümlerine ilişkin erkeklere nazaran daha çok kaygı taşıdıkları ortaya çıkmıştır (Missler, vd., 2012; Madnawat & Kachhawa, 2007; Amjad, 2014). Araştırmamızın ortaya koyduğu eş kaybı sonrası yalnızlık sorunu ve ölüm kaygısı/korkusunun literatürdeki mevcut bilgilerle desteklendiği görülmüştür. Ayrıca literatürde yaşlı kadınların daha çok ölüm kaygısı ve eş kaybı kaygısı taşıdıkları dikkate alındığında ve araştırmamızın katılımcılarının eş kaybı yaşayan yaşlı kadınlardan oluştuğu düşünüldüğünde yalnızlık ve ölüm kaygısının daha ciddi, yas etkilerinin de daha şiddetli olabileceği söylenebilir. Bir katılımcının “Ölüm devamlı olarak benim aklımdadır, evde yalnızım acaba ne zaman öleceğim? Nasıl öleceğim? Kimse beni bulacak mı, bulamayacak mı? Evin içinde mi ölüp kalacağım?” ifadesi yalnızlık ve ölüm korkusunun nasıl birleştiğini/kesiştiğini açıkça ortaya koymaktadır. Çiftlerin özellikle akşamları birlikte vakit geçirmesi evliliğin önemli bir parçasıdır (Victor & Bennet, 2012) ki, eşini kaybeden bireyler

akşam olduğunda eşlerinin yokluğunu daha çok hissettiklerini ve yalnız kaldıklarını belirtmişlerdir.

Ülkemizde eş kaybı sonrası evlilik düşüncesine gelince yaşlılar arasında eş kaybı yaşayan erkeklerde tekrar evlenme düşüncesinin daha yaygın olduğu ve yaşlı erkeklerin daha çok evlendikleri istatistiklerce desteklenmektedir (Sezer & Tenlik, 2019; TÜİK, 2023). TÜİK verilerine göre de tek başına yaşayan yaşlıların %74,4'ünü yaşlı kadınlar, %25,6'sını ise yaşlı erkekler oluşturmaktadır (TÜİK, 2023). Bu tablonun ortaya çıkmasında ise iki faktör söz konusudur: a) kadınlar daha uzun yaşamakta ve eş kaybını daha çok deneyimlemektedir; b) eş kaybı yaşayan erkekler ikinci bir evliliği kadınlara nazaran daha çok yapmaktadır. Bu durumun toplumsal cinsiyete bağlı bir tutum olduğu düşünülmektedir. Zira toplumumuzda dul kadının ya da yaşlı dul kadının hâkim bir statüsü/konumu vardır. Buna göre geleneksel değerler, dul kadınların yeniden evlenmelerine müsaade etmemektedir ve dolayısıyla kendilerinden erkeklerle ilişkilerinin sınırlı kalması, “namusun” korunması beklenmektedir. Eşin ölümü sonrası yeniden evlenmeme tutumu, eril kurallara göre şekillenmektedir (Sallan-Gül & Bayram, 2018). Bu geleneksel algıya paralel olarak erkeklerin yaşamını çekip çevirmesi için evlenmesi gerektiği/evlenebileceği ve kadınların da en az erkekler kadar bağlı olduğu bu erkek egemen sistem, kadınlar tarafından adeta içselleştirilmiş görünmektedir (Sever & Başbüyük, 2009). Bu doğrultuda toplumsal cinsiyet; eşini kaybeden kadınlara deyim yerindeyse “evlenme”, “namusunu koru”, “ilişkilerini sınırla” ve “evli bir kadınmış gibi davran” öğretilerini dayatmaktadır. Bu nedenle eş kaybından sonra kadınların yaşamı ne yazık ki erkeklerin yaşamından oldukça farklılık taşımaktadır. Kadınlar daha çok yalnız kalmakta ve buna bağlı olarak da çeşitli sorunlar yaşamaktadırlar. Araştırmamıza katılan ve eş kaybı yaşayan kadınların tamamı yeni bir evlilik düşünmediğini ifade etmiş ve bazıları da yeni bir evliliği yanlış bulduğunu kesin ifadelerle belirtmiştir. Araştırmamızın ortaya koyduğu eş kaybı yaşayan kadınların yeni bir evlilik tutumunun literatürdeki mevcut bilgilerle de örtüştüğü görülmektedir (Nazlıer-Keser, 2019; Gül, 2018; Efe & Aydemir, 2015).

Kayıp ve yas, klinik sosyal hizmet uygulamasının bir parçasıdır. Zira klinik sosyal hizmet uygulaması birey, aile ve grupların ruhsal bozukluk ve psikososyal işlev bozukluklarının engellenmesi ve tedavi edilmesinde sosyal hizmet yöntem ve tekniklerinin kullanılmasına dayanmaktadır (NASW, 2005). Yasla çalışmak ve yas desteği/danışmanlığını yapmak sosyal hizmet uygulamasının temel becerileri arasındadır (Lloyd, 1997). Danışmanlığın özel bir alanı olarak yas danışmanlığı (Hablemitoğlu, 2020, ss. 167-168; Yelboğa, 2023a, s. 100), bireyleri güçlendirmeyi (Yelboğa, 2023a) ve bütüncül bir yaklaşımla kayıp ve yas vakalarını

değerlendirmeyi sağlamaktadır. Bu bakımdan yas tutan bireyleri güçlendirme amacına yönelik yas danışmanlığının sosyal hizmet mesleğinin sorumluluğunda olduğu belirtilmektedir (Yelboğa, 2023b). Bu nedenle sosyal hizmet müdahale alanında yer alan eşini kaybeden yaşlı bireyler bu süreçte izlenmeli ve onlara yas danışmanlığı yapılmalıdır. Yine ölüm korkusunu azaltmaya yönelik güçlendirici bir yaklaşımla hayatta anlam bulmanın teşvik edilmesi ve bu yönde psikososyal desteğin verilmesi önem taşımaktadır. Ayrıca bu süreçte yalnızlığı derinden deneyimleyen bireylerin durumları dikkate alınarak yas destek gruplarının oluşturulması ve bu grupların yönetilmesi, yaşlıların gündüz bakım merkezlerine yönlendirilmesi ve böylece kayıp sonrası yaşama uyum sağlamaları için hayatın içinde aktif yaşamalarının teşvik edilmesi gerekmektedir.

Bu çalışma eş kaybı yaşayan kadınların kayıp, yas ve yalnızlık deneyimlerini, bu süreçte yaşadıkları zorlayıcı sorunları, ölüm ve yaşlılığa ilişkin algılarını irdelenmiş ve bu doğrultuda önemli sonuçlar ortaya koymuştur. Genelde dünyada özelde ise ülkemizde yaşlı nüfus oranı artış eğilimindedir ve bu nüfus içindeki eşini kaybetmiş yaşlı kadın oranı azımsanmayacak bir düzeydedir. Yaşlı nüfus sayısı arttıkça bu alana ve bu alandaki sorunlara olan ilgi de artmaktadır. Bu nedenle yaşlılık alanıyla ilgili olarak birçok meslek ve disiplin hem uygulama alanlarında hem de akademik açıdan bu alana odaklanmış durumdadır. Özellikle başta sosyal hizmet mesleği olmak üzere sosyoloji, gerontoloji, hemşirelik ve diğer bazı meslek ve disiplinler yaşlılara yönelik uygulama, araştırma ve politika gelişiminde ön planda yer almaktadır. Dolayısıyla yaşlılık alanı sorunlarından biri olarak; yaşlı olma, yaşlı kadın olma ve eşini kaybetmiş (dul) yaşlı kadın olmanın beraberinde getirdiği sorunları görünür kılmak ve bu doğrultuda alan uygulayıcılarına bu araştırmanın ortaya koyduğu sonuçlar itibarıyla bir farkındalık yaratmak önem taşımaktadır. Ayrıca yaşlılık algısı, yalnızlık, ölüm algısı, kayıp ve yas olgularının irdelenmiş olması ruh sağlığı alanına ilişkin özgün bir katkıyı beraberinde getirmektedir. Uluslararası alanyazında yaşlı kadınlarda eş kaybı ve yasın psikososyal açıdan (Özel & Özkan, 2020), bağlanma kuramı perspektifinden (Sable, 1991), baş etme stratejileri odağında (Rando, 2018) ve demanslı yaşlıların yas süreci odağında (Watanabe, & Suwa, 2017) araştırıldığı görülmektedir. Dolayısıyla bundan sonraki çalışmalarda yaşlı bireylerde kayıp ve yas olgusunu bazı kuramların (güçlendirme yaklaşımı, sistem teorisi, logoterapi vb.) perspektifiyle gerçekleştirilmesi, baş etme mekanizmaları ve dini başa çıkma yollarına odaklanılması ve demans vb. tanısı olan bireylerle çalışmalar yürütülmesi önerilebilir.

Bu çalışma bazı kısıtlara sahiptir. Öncelikle çalışmanın verileri Artvin ve Batman illeriyle sınırlandırılmıştır. Ayrıca çalışmanın eş kaybı deneyimi olan 65 yaş ve üzeri bireyleri kapsamı bir kısıtlılık olarak değerlendirilebilir.

Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı

Bu çalışmada anket yönteminin uygulanabilmesi için Şırnak Üniversitesi Etik Kurul Başkanlığı'nın 03.10.2024 tarih ve 2024/110895 sayılı izin alınmış olup çalışmada araştırma ve yayın etiğine uyulmuştur.

Araştırmacının Katkı Oranı Beyanı

Çalışmaya Nurullah Yellboğa %70, Gamze Gülse Gündag %30 oranında katkı sağlamıştır.

Araştırmacının Çıkar Çatışması Beyanı

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması yoktur.

KAYNAKÇA

- Acar, B., Çakır, G., Bilgetakin, Ö., Gülsoy, D., Aykıl, K., & Yaman, Ö. M. (2023). İleri yaş hükümlülerin cezaevi deneyimleri ve tahliye sonrası uyum sorunları. *Pamukkale Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 56, 61–78.
- Akbaş, E., Taşdemir Yiğitoğlu, G., & Çunkuş, N. (2020). Yaşlılıkta sosyal izolasyon ve yalnızlık. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(26), 4540–4562. <https://doi.org/10.26466/opus.648658>
- Amjad, A. (2014). Death anxiety as a function of age and religiosity. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 4(9), 333–341.
- Arpacı, F., & Ersoy, A. F. (2007). Türk toplumunda yaşlılık: Yetişkin bireylerin yaşlılık dönemi görüşlerine ilişkin bir araştırma. 38. *Uluslararası Asya ve Kuzey Afrika Çalışmaları Kongresi*, 10–15 Eylül, Ankara.
- Arun, Ö., & Arun, B. K. (2011). Türkiye’de yaşlı kadının en büyük sorunu: Dulluk. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(4), 1515–1527.
- Aslan, A. E., Ergün, N., Duman, B., Bozdağ, F., Karataş, S., & Fakirullahoğlu, A. M. (2018). Yaşlılarda eş kaybı, kayıp sonrası başa çıkma stratejileri ve gelecek beklentileri üzerine nitel bir araştırma. *Journal of Human Sciences*, 15(1), 340–358.
- Bakır, V., Özteke-Kozan, H. İ., & Dilmaç, B. (2023). Yas sürecini etkileyen faktörler. In B. Dilmaç & V. Bakır (Eds.), *Kayıp ve yas* (pp. 57–90). Nobel Yayıncılık.
- Buz, S., & Beydili, E. (2015). Ankara örneğinde yalnız yaşayan yaşlı kadınların gereksinimleri. *Journal of International Social Research*, 8(37), 557–570.
- Can, Y., & Aksu, N. B. (2016). Boşanma sürecinde ve sonrasında kadın. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(58). <https://doi.org/10.17755/esosder.258824>

- Coates, B. A. (2017). *Divorce with decency: The complete how-to handbook and survivor's guide to the legal, emotional, economic, and social issues*. University of Hawaii Press.
- Çiftci, N., Yildiz, M., Durmuş, M., & Çoban, M. (2024). The relationship between fear of old age, loneliness and death anxiety in adults. *Psychogeriatrics*, 24(3), 627–636.
- d'Epainay, C. J. L., Cavalli, S., & Guillet, L. A. (2010). Bereavement in very old age: Impact on health and relationships of the loss of a spouse, a child, a sibling, or a close friend. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, 60(4), 301–325. <https://doi.org/10.2190/OM.60.4.a>
- Doğan, İ. (2022). Eşi vefat etmiş kadınlar ve çocuklarının psikososyal durumlarının değerlendirilmesi ve çözüm önerileri. *Social Sciences Studies Journal (SSSJJournal)*, 4(15), 727–737.
- Efe, A., & Aydemir, M. (2015). Yaşlı kadın olmak: Psiko-sosyolojik kuramlar çerçevesinde yaşlılık ve kadın – Isparta huzurevi örneği. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 34, 193–223.
- Freud, S. (2020). *Yas ve melankoli*. Cem Yayınevi.
- Gençtan, E. (2016). *İnsan olmak*. Metis Yayınları.
- Gönderen Çakmak, H. S., & Kaşlı, K. (2022). Bir ilçede yaşayan yaşlıların yaşlılık algılarının değerlendirilmesi. *Abant Medical Journal*, 11(1), 52–60. <https://doi.org/10.47493/abantmedj.954826>
- Gül, S. S. (2018). Bir sosyal yardım olarak dul kadın maaşı ve ataerkil pazarlığın koşulları: Elazığ örneği. *Akademia Sosyal Bilimler Dergisi*, 4, 32–52.
- Gurrentz, B., & Mayol-Garcia, Y. (2021). *Marriage, divorce, widowhood remain prevalent among older populations*. <https://www.census.gov/library/stories/2021/04/love-and-loss-among-older-adults.html>
- Hablemitoğlu, Ş. (2021). *Yas uzun bir veda*. Doğan Kitap.
- Handan, K. (2019). Toplumsal cinsiyet bağlamında boşanma/boşanma süreci ve kadın: Elazığ örneği. *KADEM Kadın Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 261–291. <https://doi.org/10.21798/kadem.2019249088>
- Irmak, H. S., & Artan, T. (2018). Feminist gerontoloji bağlamında yaşlılığın kadınsallaşması. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 5(2), 236–243.
- Kahraman, S. (2021). *Yas süreçleri ve kişilik*. İKSAD Publishing.
- Kalınkara, V. (2016). *Temel gerontoloji: Yaşlılık bilimi*. Nobel Yayıncılık.
- Kaya, H. (2018). *Onkoloji birimlerinde tedavi gören bireylerin manevi bakım gereksinimleri ve hemşirelerin bakım uygulamaları* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi.
- Keskinoğlu, P. (t.y.). Yaşlılık ve yeti yitimi. In D. Aslan & M. Ertem (Eds.), *Yaşlı sağlığı ve sorunlar* (pp. 75–79). Palme Yayıncılık.

- Khorshid, L., Eşer, İ., Zaybak, A., Yapucu, Ü., Arslan, G. G., & Çınar, Ş. (2004). Huzurevinde kalan yaşlıların yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Turkish Journal of Geriatrics*, 7(1), 45–50.
- Kiremitçi, S., & Akçay, S. (2019). Yaşlıların eş kaybı deneyimlerine ilişkin nitel bir araştırma: Konya örneği. In M. Kırlioğlu & H. H. Tekin (Eds.), *Güncel sosyal hizmet çalışmaları* (pp. 23–33). Çizgi Kitabevi.
- Koç, M. (2004). Yaşlılık döneminde ölüm ötesi psikolojisi üzerine bir alan araştırması. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 8(1), 203–228.
- Koçyiğit, M. (2019). Eş kaybı yaşayan bireylerin deneyimlerine ilişkin bir derleme. *I. Uluslararası Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Sempozyumu*, İzmir, Mayıs 2019.
- Kümbetoğlu, B. (2020). *Niteliksel araştırmalarda analiz*. Bağlam Yayıncılık.
- Lekalakala-Mokgele, E. (2018). Death and dying: Elderly persons' experiences of grief over the loss of family members. *South African Family Practice*, 60(5), 151–154.
- Lloyd, M. (1997). Dying and bereavement, spirituality and social work in a market economy of welfare. *British Journal of Social Work*, 27, 175–190.
- Madnawat, A. V. S., & Kachhawa, P. S. (2007). Age, gender, and living circumstances: Discriminating older adults on death anxiety. *Death Studies*, 31(8), 763–769. <https://doi.org/10.1080/07481180701490743>
- Martin, T. L. (2019). Book review: Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, 80(2), 331–334. <https://doi.org/10.1177/0030222819869396>
- Missler, M., Stroebe, M., Geurtsen, L., Mastenbroek, M., Chmoun, S., & Van Der Houwen, K. (2012). Exploring death anxiety among elderly people: A literature review and empirical investigation. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, 64(4), 357–379. <https://doi.org/10.2190/OM.64.4.e>
- Momtaz, Y. A., Haron, S. A., Ibrahim, R., & Hamid, T. A. (2015). Spousal death anxiety in old age: Gender perspective. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, 72(1), 69–80.
- NASW. (2005). *Standards for clinical social work in social work practice*. National Association of Social Workers. <https://www.socialworkers.org/Practice/NASW-Practice-Standards-Guidelines/NASW-Standards-for-Clinical-Social-Work-in-Social-Work-Practice>
- Nazlier-Keser, E. N. (2019). Türkiye’de yaşlı yoksulluğu sorununa yönelik bir değerlendirme. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(2), 739–764.
- Okur, S. (2023). Yas danışmanlığının kuramsal temelleri. In B. Dilmaç & V. Bakır (Eds.), *Kayıp ve yas içinde* (pp. 91–120). Nobel Yayıncılık.
- Özel, Y., & Özkan, B. (2020). Psychosocial approach to loss and mourning. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(3), 352–367.

- Öztürk, Z., Karakuş, G., & Tamam, L. (2011). Yaşlı bireylerde ölüm kaygısı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 37–43.
- Patton, M. Q. (2014). *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri* (M. Bütün & S. Beşir-Demir, Çev.). Pegem Akademi.
- Rando, T. A. (2018). Grief and mourning: Accommodating to loss. In *Dying* (pp. 211–241). Taylor & Francis.
- Sable, P. (1991). Attachment, loss of spouse, and grief in elderly adults. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, 23(2), 129–142. <https://doi.org/10.2190/PU6V-H0NW-61NY-1W5G>
- Sallan-Gül, S., & Bayram, B. (2018). Bir sosyal yardım olarak dul kadın maaşı ve ataerkil pazarlığın koşulları: Elazığ örneği. *Akademia Sosyal Bilimler Dergisi*, 4, 32–52. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/638394>
- Sever, Ö., & Başbüyük, G. Ö. (2009). Yaşlı dul kadınlık. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 2(2), 136–145. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/203221>
- Sezer, S., & Tenlik, Ö. (2019). Toplumsal cinsiyet bağlamında yaşlılık ve sosyal dışlanma. 10. *Ulusal Yaşlılık Kongresi*, Denizli, 27–34.
- Shear, M. K., & Skritskaya, N. A. (2012). Bereavement and anxiety. *Current Psychiatry Reports*, 14, 169–175. <https://doi.org/10.1007/s11920-012-0270-2>
- Smith, J. A. (2011). Evaluating the contribution of interpretative phenomenological analysis. *Health Psychology Review*, 5(1), 9–27. <https://doi.org/10.1080/17437199.2010.510659>
- Solmuş, T. (2011). *Çift, evlilik ve aile terapisi*. Doruk.
- Soulsby, L. K., & Bennett, K. M. (2017). Widowhood in late life. In N. A. Pachana (Ed.), *Encyclopedia of geropsychology*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-981-287-082-7_85
- Ştambuk, A. (2019). Widowhood and grieving in old age. *Socialno Delo*, 58(2), 125–144.
- Suhail, K., & Akram, S. (2002). Correlates of death anxiety in Pakistan. *Death Studies*, 26(1), 39–50. <https://doi.org/10.1080/07481180210146>
- Şirin, M. (2016). *An analysis of widowhood and learning experiences of young widows* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi.
- Temel, M., Dilek, F., & Tosun, Z. (2023). Yaşlı perspektifinden yaşlılık algısı: Bir metafor çalışması. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 32(2), 261–268. <https://doi.org/10.34108/eujhs.1177141>
- The World's Women. (2020). *The world's women 2020: Trends and statistics*. United Nations. <https://worlds-women-2020-data-undesahub.arcgis.com/>
- Tufan, İ., Kılavuz, A., Özgür, Ö., Ayan, F., et al. (2019). Türkiye’de gerontoloji atlası: Yaşlı yoksulluğu ve yalnızlık üzerine bulgular. *Geriatrik Bilimler Dergisi*, 2(1), 1–7.
- TÜİK. (2023). *İstatistiklerle yaşlılar 2023* [Veri bülteni]. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaslilar-2023-53710>

- Uğur, S. B. (2014). Günümüzde kadının boşanma deneyimleri: Akademisyen kadınlar üzerine bir araştırma. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 4(2), 293–326.
- Victor, K. M., & Bennett, C. (2012). “He wasn’t in that chair”: What loneliness means to widowed older people. *International Journal of Ageing and Later Life*, 7, 33–52.
- Volkan, V. D., & Zintl, E. (2020). *Kayıptan sonra yaşam: Komplike yas tedavisi*. Pusula Yayınevi.
- Watanabe, A., & Suwa, S. (2017). The mourning process of older people with dementia who lost their spouse. *Journal of Advanced Nursing*, 73(9), 2143–2155.
- Yalom, I. D. (2008). *Güneşe bakmak: Ölümle yüzleşmek*. Pegasus Yayınları.
- Yalom, I. D. (2014). *Bağışlanan terapi* (Z. İ. Babayiğit, Çev.). Kabalcı Yayınevi.
- Yelboğa, N. (2017). Yaşlılıkta ölüm anksiyetesi. *Journal of Current Researches on Health Sector*, 7(2), 53–68.
- Yelboğa, N. (2023a). *Ölüm, yas ve sosyal hizmet: Geride kalanların yas yolculukları*. Nobel Yayıncılık.
- Yelboğa, N., & Abay, A. R. (2024). Güçlendirme yaklaşımı perspektifiyle yakınıni kaybeden bireylerin yas deneyimleri ve sosyal hizmetin yas danışmanlığı görevi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(3), 1083–1110. <https://doi.org/10.18037/ausbd.1426975>
- Yeşil, İ., & Karakaş, M. (2023). Sosyal ilişkilerin taraflarından biri: Kırsaldaki yaşlı dul kadın. *Senectus*, 1(1), 19–50. <https://doi.org/10.26650/senectus.2023.1.1.0001>
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, T. B., Mutlu, S., Çağdaş, A., & Kızılkaya, M. (2022). Eş kaybı yaşayan yaşlıların ölümüne ilişkin görüşlerinin belirlenmesi: Nitel bir araştırma. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(2), 22–35. <https://doi.org/10.30803/adusobed.1134565>
- Yıldız, G. (2019). Geleneksel bağlamda erkeklerin dönüşen kadınlık algısı – Şanlıurfa ili örneği. *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi*, 3, 1–29.
- Yılmaz, M. S., & Mermutlu, A. (2023). Yaşlı bireylerde yaşlılık algısı ve ölüm kaygısı. *Olgu Sosyoloji Dergisi*, 2(1), 47–58. <https://doi.org/10.58632/olgosos.1309328>
- Yüce, S. (2020). *Çocuk, ölüm ve yas: Anne-babalar ve tüm bakım verenler için*. Nobel Yayıncılık.
- Zhu, X., Ning, B., Xia, F., Liu, C., Zhang, Q., & Wang, Y. (2024). The impact of widowhood on the quality of life of older adults: The mediating role of intergenerational support from children. *BMC Geriatrics*, 24, 658. <https://doi.org/10.1186/s12877-024-05244-2>