

# YAŞLILIK ÇALIŞMALARI DERGİSİ

## JOURNAL OF AGING STUDIES

ISSN 2602-4268

# senex

7 (II) • 2023



# senex

## YAŞLILIK ÇALIŞMALARI DERGİSİ | JOURNAL OF AGING STUDIES

**Yayın Sahibi / Owned By**  
Özgür Arun

**Baş Editör / Editor-in-Chief**  
Özgür Arun

**Editörler / Editors**  
Türkan Yılmaz  
Jason K. Holdsworth

**Editör Yardımcısı / Assistant Editor**  
Veli Özkurt

**Teknik Editör / Managing Editor**  
Rabia Akçoru

**Redaktörler / Proofreaders**  
Bengisu Belirdi Özkurt  
Elif Güngör

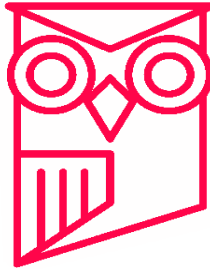
**Editörler Kurulu / Editorial Board**  
Prof.Dr. Ayşe Gündüz Hoşgör, Middle East Technical University  
Prof.Dr. Bei Wu, New York University  
Prof.Dr. Harald Künemund, University of Vechta  
Prof.Dr. James Nazroo, The University of Manchester  
Prof.Dr. Jan Jukema, Saxion University  
Prof.Dr. Oscar Riberio, University of Porto

**Danışma Kurulu / Advisory Board**  
Prof.Dr. Edward F. Ansello, Virginia Commonwealth University  
Prof.Dr. Feng-Hwa Lu, National Cheng Kung University  
Prof.Dr. JoAnn Damron-Rodriguez, University of California

### Multimedya ve Grafik Tasarım / Multimedia and Graphic Design senexPUB

Gerontoloji Bölümü  
Akdeniz Üniversitesi, 07058, Antalya / Türkiye  
www.senexjournal.org.tr | senex@akdeniz.edu.tr  
Telefon: +90 530 2017 242

Department of Gerontology  
Akdeniz University, 07058, Antalya / Turkey  
www.senexjournal.org.tr | senex@akdeniz.edu.tr  
Phone: +90 530 2017 242



Senex içinde yayımlanan tüm yazılar kamu kullanımına açıktır; serbestçe, ücretsiz biçimde, yayıncıdan ve yazar(lar)dan izin almaksızın okunabilir, kaynak gösterilmesi şartıyla indirilebilir, dağıtılabilir ve kullanılabilir. Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi açık erişimi benimsemiş, çift taraflı kör hakem değerlendirilmesi yapılan uluslararası bir dergidir. Dergide yayınlanan çalışmaların, sorumluluğu yazarlarına aittir.

All published articles in Senex are open to use by the general public; all content may be read, downloaded, distributed and used free of monetary charge and without permission from the publisher or author(s) provided that the source is cited. Senex: Journal of Aging Studies is an international, doubleblind peer-reviewed open access journal and published content is the responsibility of the respective author(s).

# senex

## YAŞLILIK ÇALIŞMALARI DERGİSİ | JOURNAL OF AGING STUDIES

ISSN 2602-4268

7 (2) - 2023



*Fotoğraf: Selim Aksan - Yaşlanma Çalışmaları Derneği Arşivi, 2021*

*Archive of Senex | Association for Aging Studies*

### İÇİNDEKİLER / CONTENTS

#### Editörden / Editorial

Yüz Yılda Türkiye'de Yaşlanmak: Cumhuriyet'in 100. Yaşına Armağan ..... 1 <i>Özgür Arun, Veli Özkurt</i>	1
---	---

#### Araştırma Makaleleri / Research Articles

Dijital Kültür Olarak Mizaha Memetik Bir Bakış ve Yaşlı Bireylerin Anlamlandırma Süreci ..... 3 <i>Nagihan Ünlü Karataş</i>	3
--	---

İklim Değişikliği ve Yaşlıların Destinasyon Tercihleri İlişkisi; Antalya/Konyaaltı İlçesi Örneği..... 20 <i>Nebahat Neva Ulu</i>	20
---	----

Türkiye'de Yaşlı İş Gücüne Katılım Oranı, İşsizlik Oranı ve İstihdam Oranı İlişkisinin Analizi ..... 34 <i>Sinem Dünder</i>	34
--	----

Yaşlılık Döneminde Sağlıklı Yaşam: İyilik Hali ..... 46 <i>Fidan Korkut Owen</i>	46
---	----

#### Gelecek Sayıda / Upcoming Issue

Yaş Dostu Mekanlar ve Hizmetler ..... 60	60
--	----

## Yüz Yılda Türkiye'de Yaşlanmak: Cumhuriyet'in 100. Yaşına Armağan

Özgür Arun<sup>1</sup>, Veli Özkurt<sup>2</sup><sup>1</sup>Prof. Dr., Baş Editör, Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi

Adres: Gerontoloji Bölümü, Akdeniz Üniversitesi, Kampüs, Antalya



E-Posta: arun@akdeniz.edu.tr

<sup>2</sup>Öğr. Gör., Editör Yardımcısı, Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi

Adres: Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Sağlık Bakım Hizmetleri Bölümü, Isparta

E-Posta: veliozkurt@isparta.edu.tr

Doi: 10.5281/zenodo.12607698

Künye: Arun, Ö., Özkurt, V. (2023). Yüz Yılda Türkiye'de Yaşlanmak: Cumhuriyet'in 100. Yaşına Armağan. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 7(2), 1-2. <https://orcid.org/0000-0002-7456-8788><sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0003-2482-1156><sup>2</sup>

Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi 2017 yılında yayın hayatına başladığında, yaşlanma ve yaşlılık olgularına özgün bir bakış ve özgür bir akademik platform fikrinden hareket ediyordu. Zira yaşlanma ve yaşlılık olguları sosyal politika alanında, akademiye, sivil toplum örgütlerinde ve toplumun birçok kesiminde sorun odaklı bir biçimde tartışılıyordu. Ne var ki toplumsal yaşlanma bir sorun değil iken yaşlılar da sorunlu bir toplumsal kesim değil. Tek tip bir yaşlanma süreci olmadığı gibi yaşlılar da homojen toplumsal bir grup değil.

Bugün, 7. yılında Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi, yaşlanma sürecini ve yaşlılık dönemini sorun odaklı analiz etmeyen, farklı disiplinlerin kendi alanlarından bakışlarını bir araya getiren, açık erişim politikasını benimsemiş düşünümsel ve özgür bir akademik platform olarak yayın hayatına devam ediyor.

Bu arka plandan hareketle Senex Dergi, geride kalan sayılarında araştırma makalesi, sahadan notlar, teorik müdahaleler, kitap değerlendirmesi ve tez ödülü gibi başlıklarda yaşlanma ve yaşlılık olgularına farklı yönlerden bakan birçok yazıya yer verdi. Senex Derginin ilk sayısında yaşlılığın mekânsallaşması, emeklilik, beğeni tercihleri, yaş dostu bitkisel tasarım ve medya da yaşlı temsilleri gibi konulardaki yazılar yer aldı. İkinci sayısında demografi, göç, toplumsal cinsiyet ve kent araştırmaları başlıklarına yer verdi. Üçüncü sayısında

geleceğe ve uzaklara bakmak mottosuyla yaşlı hakları, ayrımcılık, bakım, geronteknoloji, toplumsal cinsiyet ve yerinde yaşlanma gibi konulardaki yazılar yer aldı. 2020 yılında ise Covid-19 salgını ve onun derinleştirdiği hak ihlallerinin gölgesinde sosyal ağlar, afetler ve yaşlılar, gündelik yaşam pratikleri, demans dostu toplum ve medyada yaşlılık temsillerinin izdüşümleri gibi konular ele alındı. Beşinci yıldan itibaren yılda iki sayı yayınlamaya başlayan Senex Dergi, yaz sayısında kentte yaşlanma, ihmal ve istismar, yaşlılığın toplumsal görünümü ve sinemada yaşlı temsili gibi temalara değindi. Aynı yılın kış sayısı ise toplumsal yaşlanmanın mekâna bağlı seyri ile yaşlıların maruz kaldığı ihmal, istismar ve ayrımcılıklara odaklanan yazıları buluşturdu. Altıncı sayısında yaşlılara yönelik sosyal yardımlar ve yaşlılardaki psikolojik iyi oluş ölçeğinin geçerlik güvenirliği; yedinci yılın yaz sayısında ise ilkökul ders kitaplarında yaşlı temsili, dijital eşitsizlik ve yaşlı bakımında kadın emeği gibi konularda yazılar yer aldı.

Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi'nin geride kalan sayılarında geniş ve çeşitlenmiş yelpazedeki yazılara yer vermiş olması rastlantısal değil. Aksine beklediğimiz ve arzuladığımız dinamik bir bakışı bugüne taşıyor. 2023 yılında, Cumhuriyetin 100. yılında ise Senex Dergi "*Yüz Yılda Türkiye'de Yaşlanmak: Cumhuriyet'in 100. Yaşına Armağan*" temasıyla özel bir sayı için çağrı yaptı. Cumhuri-

yete armağan olarak planladığımız bu sayımızda Cumhuriyetin 100 yılına bir bakış sunmak istedik. Cumhuriyet, yaşlılarına, gençlerine, çocuklarına neler sunabilmişti? Hak, adalet, eğitim, yoksulluk, sağlık ve bakım hizmetleri, toplumsal cinsiyet, sınıf, etnisite, engelliler, göçmenler ve mülteciler, inanç, kır ve kentte yaşlanma, iklim krizi gibi alanlardaki düzenlemelerde yaşlılar ve geleceğin yaşlıları kendilerine yer bulabilecek mi? Geride kalan yüz yılda yaşlanma, yaşlı ve yaşlılık sözcüklerinin anlamları nasıl değişti?

Bu sorular odağında Cumhuriyetin 100. Yılında “Yüz Yılda Türkiye’de Yaşlanmak: Cumhuriyet’in 100. Yaşına Armağan” temalı sayımızda, geçmişte olduğu gibi farklı disiplinlerin yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin özgün analizlerine yer veriyoruz. Gelecek yıllar içinde de bu hat üzerinden ilerleyerek kapsayıcı biçimde gerçekleştirilmiş yaşlanma ve yaşlılık araştırmalarına yer vermeye devam edeceğiz.

## Dijital Kültür Olarak Mizaha Memetik Bir Bakış ve Yaşlı Bireylerin Anlamlandırma Süreci

Nagihan Ünlü Karataş

Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İletişim Anabilim Dalı Doktora Programı

Adres: Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İletişim Anabilim Dalı, Doktora Programı, Antalya

E-Posta: nagihan.2607@gmail.com

Geliş Tarihi: 09 Ocak 2024; Kabul Tarihi: 30 Mart 2024

Doi: 10.5281/zenodo.12607877

Künye: Ünlü Karataş, N. (2023). Dijital Kültür Olarak Mizaha Memetik Bir Bakış ve Yaşlı Bireylerin Anlamlandırma Süreci. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 7(2), 3-19.

<https://orcid.org/0000-0003-2378-244X>

### Özet

Postmodern çağda, "mem"ler, insanlar arasında bilinçli oluşturulan ve hızla yayılan popüler kültür unsurlarıdır ve görseller, videolar veya kelime kombinasyonları gibi mizahi içeriklere sahiptir. "Mem"ler genellikle toplumsal olaylara, popüler kültür ikonlarına veya günlük yaşamın komik ya da ironik yanlarına atıfta bulunur. Bu nedenle "mem"leri anlamak ve yorumlamak postmodernizmin karmaşıklığına ve özgünlüğüne dayalı bir süreçtir. Bu süreçte ironi, metinler arası ilişkiler, değişkenlik ve parçalanmışlık gibi özellikler ön plana çıkar. "Mem"leri anlamak ve yorumlamak, sürekli değişen ve çeşitlilik gösteren bir yaklaşım gerektirdiğinden bireylerin de "mem"leri anlama sürecinde sosyal, kültürel ve psikolojik faktörlerin etkili olduğunu göz önünde bulundurmak yerinde olacaktır. Eğitim seviyeleri, toplumsal değerler, kişisel ilgi alanları, politik görüşler ve kültürel farklılıklar bu unsurlar arasındadır. Yeni teknolojiler, toplumsal ve günlük yaşamdaki birçok şeyi değiştirdiği gibi mizah anlayışını da etkilemiş, bugün mizah, anlık olarak üretilen ve aynı anda hızla tüketilen fenomenler haline gelmiştir. Eğlence, alay etme ve sarkastik dil üzerine kurulu mizah, geçmiş yıllarda benimsenen mizah anlayışından farklı bir konumda bulunmaktadır. Bu problem doğrultusunda araştırma, nitel verilere dayalı derinlemesine mülakatlarla, yaşlı bireylerin "mem"leri mizahi unsurlar olarak nasıl anlamlandırdıklarını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Ulaşılan önemli sonuçlar arasında, katılımcıların mizah tüketimi söz konusu olduğunda "geçmişe özlem" ve "siyaset vurgusu"na dair görüş belirttiği, yaşlı bireylerin mizah fenomenini geçmiş ile karşılaştırdığı ve siyasi çerçevede değerlendirdiği görülmektedir. Bununla birlikte, memetik bağlamda mizah anlayışı, bireylerin medya repertuarları göz önünde bulundurulduğunda değişkenlik göstermektedir.

### Anahtar Kelimeler:

Kültür · Mizah · Dijital Kültür · Dijital Mizah · Mem · Yaşlanma

## A Memetic Perspective on Humour as Digital Culture and Interpretation Process of Elderly

### Abstract

In the postmodern era, "memes" are elements of popular culture that are consciously created and rapidly spread among people and have humorous content such as images, videos or word combinations. "Memes often refer to social events, popular culture icons, or humorous or ironic aspects of everyday life. Understanding and interpreting memes is therefore a process based on the complexity and specificity of postmodernism. In this process, features such as irony, intertextuality, variability and fragmentation come to the fore. "Since understanding and interpreting memes requires a constantly changing and diverse approach, it would be appropriate to consider that social, cultural and psychological factors are effective in the process of understanding memes. These factors include educational levels, social values, personal interests, political views and cultural differences.

As new technologies have changed many things in social and daily life, they have also affected the understanding of humor, and today humor has become phenomena that are produced instantaneously and consumed rapidly at the same time. Humor based on entertainment, mockery and sarcastic language is in a different position from the understanding of humor adopted in the past years. In line with this problem, the research aims to reveal how older individuals make sense of "memes" as humorous elements through in-depth interviews based on qualitative data. Among the important results obtained, it is seen that the participants express opinions on "nostalgia for the past" and "political emphasis" when it comes to humor consumption, and that older individuals compare the humor phenomenon with the past and evaluate it within a political framework. However, the understanding of humor in the memetic context varies when individuals' media repertoires are taken into consideration.

## Giriş

1976 yılında yayımlanan *Gen Bencildir* (The Selfish Gene) adlı kitabında biyolog Richard Dawkins, dijital kültürde mizahın iletim araçlarından biri olarak öne çıkan “mem” kavramını literatüre kazandırmıştır. Dawkins’e göre memler, insanlar arasında bulaşıcı hastalıkların yayılmasına benzer bir şekilde sosyal bağlantılarla taşınan, bir kişiden diğerine aktarılan ve kültürel bilgi parçalarıdır. Dawkins’in bu terimi, kültürün akışını ve yükselişini tanımlamak için kullanmış olduğunu belirten Milner’a (2003) göre ise memler, kültürel katılımcılar tarafından yaratılan, dolaşıma sokulan ve çeşitli şekillerde tasarlanarak dönüştürülmüş sembolik araçlardır. Shifman (2013) ise memleri, internet kullanıcıları tarafından dolaşıma sokulan, taklit edilen ve değiştirilen popüler kültür öğeleri olarak tanımlar.

Farklı toplumsal ve kültürel bağlamlar, farklı “gülünç” unsurları açığa çıkarır. Bergson (2014:7), gülmenin ancak bireysel aklın diğer akıllarla ilişki halinde olduğunda meydana geleceğini, dolayısıyla da yankılanmaya ihtiyaç duyduğunu belirtir ve gülmeyi anlamak için onu ait olduğu doğal ortamına, yani toplum içine yerleştirmek gerektiğini ifade eder. Söz konusu doğal ortam çerçevesinde farklılaşan kültür fenomeni, insanlığın birikimi olan bilgi ve deneyimlerin oluşturduğu belleği temsil eder. Bu bellek, kuşaklar arası etkileşimlerle gözden geçirilir ve güncellenerek aktarılır. Kültür aktarımı, özellikle nesiller arasında bir iletişim ve paylaşım çağrısını içinde barındırır.

“Mem” olarak tanımlanan kültürel aktarım birimi, 90’lı yıllardan itibaren aktif bir araştırma konusu haline gelmiştir. 2000’lerin başında, dijital iletişim teknolojilerinin gelişmesiyle birlikte, kullanıcı içerikleri dijital ekosistemin önemli bir özelliği haline gelmiş ve adeta “internet memleri” olarak anılan bir fenomen halini almıştır, gündelik hayatın ayrılmaz bir parçası olmuştur. Sanal ve dijital kültürün etkileri göz önüne alındığında memlerin, kültürel deneyimlerin oluşmasında önemli bir rol oynadığı gözlemlenmektedir.

Değişen dünya ve toplum, yeni mizah formlarının ortaya çıkmasına sebep olmuş, bilgisayar ve internet teknolojilerinin sunduğu imkânlar sayesinde, mizahi içerikler hızla üretilip paylaşılabile hale

gelmiştir. Bu dönüşümün ardından dijital mizah kavramı ortaya çıkmış, çeşitli internet siteleri ve sosyal medya platformları, örneğin Bobiler.Org, Zaytung, Ekşi Sözlük, Uludağ Sözlük, İnci Sözlük, İnci Caps gibi, dijital mizahın sıkça kullanıldığı mecralar doğmuştur. İnternet üzerinde üretilen mizahın en çarpıcı özelliklerinden biri, gerçek dünya ile etkileşiminin hızlı olmasıdır. Bu nedenle, dijital mizah ürünleri anlık olarak hedef kitleye ulaşmakta ve güncel konu veya olaylara dair mizahi içerikler hemen ortaya çıkmaktadır.

İnternet ortamındaki mizahi içerikler, güncel konuları ele alırken capsler, montajlar veya dublajlar aracılığıyla olayların gizli yönlerini de ortaya çıkarabilir. Hatta bu mizahi unsurlar, olayın daha net bir şekilde yorumlanmasına olanak tanır. Bu tür mizah, görüntülerin sadece zihinlerde şekillenmesi değil, aynı zamanda olayların başka kişiler tarafından yeniden yorumlanması anlamına gelmektedir (Kullar ve İnci, 2015: 24).

Dijital mizahın perspektifinden bakıldığında, yaygın olan egemen söylemin kullanımı mizah yoluyla tersyüz edilerek yeni bir biçime dönüştürülmeyi amaçlar. Bu, mevcut anlamın değiştirilmesi ve yeni bir mana oluşturulması sürecini içerir. Mizah sıkça, toplumsal normlara, kurumlara veya güç dinamiklerine karşı eleştirel bir yaklaşım getirirken, bunu yaparken de geleneksel veya yaygın olanı alıp onu mutasyona uğratarak yeni bir perspektif sunar. Bu şekilde, dijital mizah, sadece gülmece amacı gütmekle kalmaz, aynı zamanda toplumsal düşüncüyü sorgular ve mevcut düzene karşı alternatif bakış açıları sunar. Bu da dijital mizahın, eski normları ve söylemleri sorgulayarak, toplumda yeni anlam katma potansiyelini vurgular. Günümüz mem yapılarının çoğunlukla mizahi öğeler barındırdığı ve mizah unsuru taşıdığı düşünüldüğünde, mizah her kültürden ve her yaştan insanın her gün tükettiği önemli olgulardan biri olarak karşımıza çıkar. Araştırmalar, yaşlıların gençlere kıyasla mizahtan daha fazla keyif aldıklarını ancak esprileri anlamakta giderek artan zorluklar yaşadıklarını göstermektedir (Greengross, 2013: 446). Mizah alanındaki yaş farklılıkları, kültürel değişimin bir sonucu olarak ortaya çıkar. İnsanların mizah anlayışı, genellikle büyüdükleri dönemde şekillenir. Bu nedenle, her nesil, bir sonraki neslin mizahını anlamakta zorlanabilir ve bu durum, yeni neslin önceki neslin mizahına karşı şüpheci bir



tutum sergilemesine neden olabilir. Bu farklı kuşaklardan insanlar, bilinçli ya da bilinçsizce mizah aracılığıyla birbirlerinden uzaklaşırlar (Kuipers, 2015: 183).

Mak ve Carpenter (2007), *Humor comprehension in older adults* isimli çalışmalarında, yaşlılıkta mizah anlayışı ile ilgili faktörleri anlamaya çalışarak genç yetişkinlerin aksine, yaşlı yetişkinlerin yaşa bağlı bilişsel gerileme nedeniyle mizahı anlamada daha fazla zorluk yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Martin ve Kuiper (1999) ise 17-79 yaş aralığındaki 80 kişinin günlük yaşamda kahkahanın doğal oluşumunu çevreleyen koşulları inceleyerek, üç gün boyunca günlük kahkaha kayıtları, kahkaha duyarlılığı ve mizahla başa çıkma yöntemlerine ilişkin ölçümler yapmışlardır. Araştırma sonuçlarında toplam günlük kahkaha sıklığı ile yaş arasında negatif ilişki olduğunu saptamışlardır. Yaşlı kadınlar genç kadınlara kıyasla daha az gülme eğilimindeyken, erkeklerde yaş değişkeni gülme eylemi ile ilişkili değildir. Ayrıca Giseline Kuipers (2015), *Good Humor, Bad Taste* (İyi Mizah Kötü Tat) isimli kitabında mizah duygusu ile sosyal arka plan arasındaki ilişkiyi araştırmış, Hollanda ve Amerika'da standartlaştırılmış ve konserve şakalar hakkında insanların belirli bir mizah türüne dair neler düşündüklerini ortaya koymuştur. Hem Hollanda'da hem de Amerika'da şakaların takdir edilmesini üç sosyal kategori ile bağlantılı bulan Kuipers, bunları yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyi olarak tespit etmiştir. Araştırma, Hollandalı katılımcılarda yaş farkının mizahın kabalaşması, yaşlıların hassasiyeti ve günümüz gençliğinin kaba şakaları arasında ayrıştığını gösteriyor. Ancak, aynı yaş grubundaki insanların ortak bir mizahta birleştiği ve dışlama yerine dayanışma sergilediği önemli bir bulgu olarak öne çıkıyor.

Bu çerçeve içerisinde memlerin çoğalmasını, yayılmasını ve evrimini inceleyen teorik ve ampirik bilim olarak tanımlanan memetik kavramı ışığında, yaş almış bireylerin günümüzde kültürel öğeler barındıran ve anlamlandırılabilir memler hakkında nasıl anlamlar oluşturdukları araştırmayı özgün kılmaktadır. Dolayısıyla araştırmamızın temel amacı bu önem kapsamında, "mem"lerin dijital mecralarda var olan örnekleri üzerinden 60 yaş üzerindeki kişilerde etkilerini ve nasıl anlamlandırıldığını tespit etmektir.

## Kuramsal Arka Plan

### Mizaha Kuramsal Bir Bakış

Mizah kültürel, bireysel ve sosyal faktörlerin etkileşimi sonucu ortaya çıkan çok katmanlı bir olgudur. Bunun yanı sıra mizahın günümüz dijital çağında iletişimsel boyutunun da olduğunu söylemek mümkündür. Mizah anlayışındaki farklılıklar büyük ölçüde sosyal ve kültürel olarak da belirlenmekte; insanların neyin komik olduğunu düşündüğü kültürden kültüre, gruptan gruba değişmektedir.

Gülmenin tam olarak ne olduğunu tanımlamak zordur; çünkü çok çeşitli durumlarda ortaya çıkabilir. Kimi insanlar gülmenin duygusal bir tepki olduğunu savunurken, kimileri bunun duygudan bağımsız bir davranış olduğunu düşünür. Bazıları gülmenin sadece fizyolojik bir tepki olmadığını, duygusal ve davranışsal yönleriyle de açıklanması gerektiğini söyler. Sonuçta, gülme kavramıyla ilgili tek bir açıklama yapmak mümkün değildir. Bazı araştırmacılara göre mizah, kişinin fiziksel tepkisi olan kahkaha ile ilişkilendirilirken, diğerleri için ise komik veya gülünç olan şeylerin ifadesidir. Mizah, espri veya komedi ile aynı anlama gelebilir. Bu nedenle, mizah kavramıyla ilgili farklı terminolojik yaklaşımlar mevcuttur (Carrell, 2008: 306).

Arthur Schopenhauer'a göre kahkahanın ve dolayısıyla mizahın sebebi, bir kavram ile gerçek nesneler arasındaki beklenmedik uyumsuzluğun aniden fark edilmesidir; buna bağlı olarak da kahkaha ya da gülme tepkisi ortaya çıkar (akt Can ve Eke, 2023: 38). Çoğunlukla sosyal ve ahlaki sınırlara değinen mizah aynı zamanda insanları bir araya getirmenin ya da tam tersi diğer insanları dışlamanın güçlü bir yoludur. Bazen bu süreç doğrudan gerçekleşirken bazen de dolaylı da olabilir. Gülme eylemi, grup sınırlarını açık bir şekilde görünür ve elle tutulur hale getirir; gülen ait olur, gülmeyen ise dışlanır.

Gülme üzerine en eski ve hala geçerli olan üstünlük kuramı gülme eklemeni, birinin diğerlerine karşı üstünlük hissiyle ilişkilendirir. Bu düşünce, en azından Platon dönemine kadar uzanır. Üstünlük kuramına göre fiziksel cesaret, zeka veya başka bir insan özelliğiyle kendimizi üstün hissettiğimiz kişilere güleriz; bu da onları alaya alma eylemidir. Üstünlük hissi, bu insanlara karşı tavırlarımızda saygısız bir duruma neden olabilir. Bu bakış açısına göre kendi türümüz dışındaki şeylere gülmek mümkün değildir, çünkü kendimizi

sadece diğer insanlarla karşılaştırarak ve onlara üstün hissederek tanımlayabiliriz. Gülmeye ilişkin olarak Platon, Hobbes ve Aristoteles tarafından ortaya konan üstünlük kuramı, daha sonraki düşünürler üzerinde etkili olmuştur (Morreal, 1997: 22). Bir başka ifadeyle başkalarının zayıflıklarıyla ilgili ya da kendi yenilgilerimize karşı hissettiğimiz “üstünlük” duygusuyla birlikte gülme eylemi gösteririz (Eagleton, 2020: 45).

Kant, Schopenhauer ve Kierkegaard gibi erken dönem filozoflar, mizahın uyumsuzluk kuramını açıklaya çalışmışlardır. Uyumsuzluk kuramına göre mizah, bir kişinin veya durumun içindeki tutarsızlıklar veya uyumsuzluklar üzerine kurulmuştur. Özellikle Schopenhauer, mizahın veya gülmenin, bir olay veya kişiyle düşünce arasındaki çatışmadan kaynaklandığını ileri sürmektedir (akt. Eagleton, 2020: 69-72). Nesnelere, bu nesnelere nitelikleri, olaylar vs. arasında belirli kalıpların bulunmasını beklediğimiz düzenli bir dünyada yaşamakta olan birey bu kalıplara uymayan herhangi bir şey başına geldiğinde güler. Pascal'ın belirttiği gibi kişiyi, umduğuyla bulduğu arasındaki şaşırtıcı orantısızlıktan başka hiçbir şey daha fazla güldürmez (akt. Morreal, 1997: 25).

Mizah ve yaş arasındaki ilişkiyi anlamak için yaşlanmanın mizah algısı ve ifadesi üzerindeki etkisini göz önünde bulundurmak esastır. Araştırmalar, yaşlanmanın bireylerin mizaha karşı duyarlılığını ve gülünç duruma düşme korkusunu, özellikle de yaşla ilgili ipuçlarıyla ilişkili olarak etkilediğini göstermektedir (Greengross, 2013: 450). Ayrıca, mizah tarzı tercihlerinde yaşa bağlı farklılıklar olduğuna dair kanıtlar vardır; genç yetişkinler, orta yaşlı ve yaşlı yetişkinlere göre daha agresif bir mizah tarzını benimsemektedir (Stanley, Lohani ve Isaacowitz, 2014: 535). Buna ek olarak, mizahı anlamaya dahil olan bilişsel yetenekler yaşla birlikte azalabilir ve bu da genç yetişkinlere kıyasla yaşlı yetişkinler arasında mizahı anlamada daha büyük zorluklara yol açabilir (Mak ve Carpenter, 2007: 612).

Dahası, uyumsuz ve saçma mizahtan alınan keyif yaşla birlikte değişebilir; uyumsuz daha az tiksindirici hale gelirken saçma mizah yaşlı bireyler arasında potansiyel olarak daha tiksindirici hale gelmektedir (Ruch, McGhee ve Hehl, 1990: 349-350). Bu durum, yaşın bireylerin farklı mizah türlerine verdikleri tepkileri şekillendirmede rol oynadığını göstermektedir.

Mizaha dayalı gülmeyi tetikleyen durumlar, coğrafyadan, tarihten ve kültürel farklılıklardan etkilenecek çeşitlenir. Geçmişte sözlü ve yazılı kültür ortamlarında şaka, espri, nükte, hiciv, ironi gibi adlarla tanımlanan mizah türleri, elektronik kültürün sahneye çıkmasıyla birlikte önemli evrimlere uğramıştır. Dijital kültür ortamı, sadece mizah için yeni bir mecra olmakla kalmayıp aynı zamanda mizah kültüründeki değişim ve dönüşümü de beraberinde getirmiştir. Bu değişim, özellikle hız ve özetleme gibi unsurlarda belirgin hale gelmiştir. Halk anlatıları içinde en kısa türlerden biri olarak değerlendirilebilecek fıkralar bile, dijital kültürle büyüyen yeni nesiller için dayanılmaz bir uzunlukta görülmektedir.

### Memetik Mizah

İngiliz düşünür Stuart Hall medya iletilerinin üretimi ve tüketimini “yeniden üretim” kavramı çerçevesinde ele almaktadır. Hall'a göre modern iletişim araçları, kültürel ve ideolojik alanı giderek daha fazla etkilemiştir. Toplumsal gruplar ve sınıflar, üretim ilişkilerinde değilse bile sosyal ilişkilerinde giderek parçalanmış ve farklılaşmış yaşamlar sürdürürken kitle iletişim araçları şu iki görevleri üstlenir:

- (1) Grupların ve sınıfların diğerlerine dair yaşam biçimleri, anlamlar, uygulamalar ve değerler hakkında bir 'imge' oluşturmalarına yardımcı olmak;
- (2) Tüm parçalı ve farklı unsurlardan toplumsal bütünlüğün tutarlı bir bütün olarak anlaşılabilir temsillerini ve düşüncelerini sağlamak (Hall, 1994: 200).

Yeni iletişim teknolojilerinin gelişimi, günlük yaşantıdaki birçok şeyin dönüşmesinin yanı sıra mizahın, mizah dili ve mizah içeriklerinin de evrim geçirmesine yol açmıştır. Bu durum, olumlu ve olumsuz açılardan değerlendirilebilir. Özellikle internet teknolojilerini etkin bir şekilde kullanan, yaratıcı içerikler üreten ve popüler kültür akımlarını takip eden gençlerin geliştirdiği mizah, günümüz mizah anlayışını farklı bir noktaya taşımıştır. Bu durum, esasen “geç kapitalizmin kültürel mantığı” olarak adlandırılan post-modern kültürle sıkı bir bağ içindedir (Jameson, 1990). Günümüz mizah anlayışında önemli bir değişim, post-modern kültürün tanımladığı özellikler ve bu dönemdeki yeni medya örüntülerinin etkisiyle ortaya çıkmıştır. Özellikle post-modern dönemde, popüler kültür

içerikleri ve mizah anlayışı, yeni medya araçlarıyla gündelik yaşamda daha yaygın bir hale gelmiştir. Bu bağlamda, mizah kavramına yönelik tanımlarla birlikte, post-modern kültürün izlerini taşıyan değişen yeni mizah anlayışına odaklanmak uygun olacaktır.

Philip Smith (2005), "post-modern" kavramının içini doldurmanın ve bunun için post-modern kültüre/topluma dair paylaşılan bazı özellikleri kategorize etmenin önemine dikkat çekmektedir:

1. Kültür ve kitle iletişim araçları, toplumsal yaşamda daha öncekinden daha güçlü ve önemli bir konuma gelmiştir.
2. Ekonomik ve toplumsal yaşam, sembollerin ve yaşam tarzlarının tüketimi etrafında döner; sanayi emeği aracılığıyla malların üretiminden ziyade.
3. Gerçeklik ve onun temsili konusundaki fikirler sorunlu hale gelmiştir.
4. İmge ve mekân, kültürel üretimin düzenleyici ilkelere olarak anlatı ve tarihin yerini almıştır.
5. Üslupla ilgili özellikler arasında nostalji, parodi, pastiş, ironi ve pop seçmeciliği daha belirgin hale gelmiştir.
6. Tüketim odaklı kent alanı, kırsal biçimi domine etmiştir ve ekonomik üretim etrafında değil, eğlenceye, boş zaman koşullarına ve yaşam tarzı hizmetlerine odaklanmıştır.
7. Melezlik, sert sınırlar ve sınıflandırmaların yerini almaya başlamıştır (Smith, 2005: 290-291).

Bu çerçevede, günümüz toplumsal ve kültürel ortamına şekil veren bu özellikler, post-modern sanatın ve kültürün, estetik sınırları altüst eden, imgeleri genişleten, televizyonun değişken mozaiklerini kullanan ve tüketim kapitalizmini sürekli olarak üreten bölük pörçük ve eklektik özelliklere sahip olduğunu ifade etmek mümkündür (Kellner, 1993: 227). Kellner'ın vurgusu, internet merkezli yeni medya ortamları ve bu ortamlarda dolaşımda olan, bütüne değil bütünün parçasına odaklanan, parodi içeren yeniden üretimin parçası olan memler için de geçerlidir. Post modern çağda mem tüketimi, bireylerin medya repertuarlarının içeriklerinde değişikliğe neden olarak, memleri sık karşılaşılan öğeler haline getirmiştir. Leslie Haddon'un 2005'teki çalışmasından ilham alınarak geliştirilen medya repertuarı kavramı, kullanıcıların geleneksel ve yeni medya araçlarını, ihtiyaçlarına uygun olarak eşzamanlı veya zaman uyumsuz şekilde kullanmalarını ifade eder (akt. Binark vd., 2020: 10). Bu kavram, kullanıcıların çeşitli medya

türlerini, ihtiyaçları doğrultusunda bir araya getirerek medya repertuarlarını oluşturduklarını vurgular.

Memetik, Darwinci Evrim ile bir analogiye dayanan bilgi ve kültür çalışmasıdır ve kültürel bilgi aktarımının evrimsel modellerine bir yaklaşım olarak tanımlanır (Kantorovich: 2014). Memetik, bir fikrin nasıl başarılı bir şekilde yayılabileceğini açıklar ancak mutlaka bu fikrin gerçek olması gerekmemektedir. Dawkins (2021: 389), bireyin sıra dışı olan yönlerini tek bir sözcükle açıklar: Kültür. Kültür ona göre gen gibi temelde tutucu olmasına karşın bir evrim biçimine yol açabilir. Bu yeni kavrama tıpkı "gen" gibi tek heceli bir isim olarak Yunanca "mimesis" yani "taklit" kelimesinin kısaltması olan "meme" adını vermiş, Türkçe'ye ise "mem" şeklinde uyarlanmıştır. Dawkins, mem örneği olarak şarkılar, fikirler, sloganlar, moda giysileri gibi çoğalarak yayılan ve taklit edilen kavramlara işaret eder. Fikirlerin de tıpkı organizmalar gibi çoğalıp, mutasyon yoluyla farklılaşıp, evrimsel bir süreçten geçebiliyor olduğu sorusu ile yola çıkan Dawkins, organizmaların buldukları yaşam alanlarına uyum sağlamaları ve o çevreyle birlikte evrimleşmeleri gibi fikirlerin de içerisinde buldukları toplumda ayakta kalmaya çalıştığını ve evrimleştiğini ileri sürmektedir.

"Mem" kavramı, Merriam Webster Sözlüğü'nde, bir kültürün içinde kişiden kişiye yayılan bir fikir, davranış ya da stil, Oxford İngilizce Sözlüğü'nde ise imitasyon gibi genetik olmayan yollarla aktarıldığı düşünülen bir kültürel eleman olarak tanımlanır. "Mem"lerin cazibesi, onların yıkıcı doğası üzerinden kaynaklanır. *The Meme Machine* isimli kitabında Susan Blackmore (1999: 5-9), insanların benzersiz taklit yetenekleriyle fikirleri, alışkanlıkları, becerileri, davranışları, buluşları, şarkıları ve hikayeleri birbirlerinden kopyalayan sıra dışı varlıklar olduğunu ifade eder. Mem adı verilen bu kavramlar, gelecek kuşaklara taklit edilerek aktarılır. Başarılı olan kültürel unsurlar taklit edilirken başarısız olanlar ise elenir.

Memlere atfedilen üç ana özellik, çağdaş dijital kültürün analiziyle özellikle ilgilidir. Birincisi, memler kişiden kişiye geçen, paylaşılan bir sosyal fenomen haline gelen kültürel bilgi olarak anlaşılabilir. Mikro bazda yayılmalarına rağmen memlerin etkisi makro düzeydedir; sosyal grupların zihniyetlerini, davranış biçimlerini ve eylemlerini şekillendirir. Memlerin ikinci özelliği, çeşitli taklit

yollarıyla çoğalmalarıdır. Sözlü iletişimde insanlar duyuları aracılığıyla memlerin farkına varır, onları zihinlerinde işler ve daha sonra başkalarına aktarmak için onları “yeniden paketlerler”. Ancak dijital çağda insanlar memleri yeniden paketlemek zorunda değildir; ileterek, bağlantı kurarak ya da kopyalayarak içeriği olduğu gibi yayabilirler. Memlerin dijital kültürle ilintili üçüncü bir özelliği de rekabet ve seçim yoluyla yayılmalarıdır. Memler, uygunluk dereceleri, yani yayıldıkları sosyokültürel ortama uyum sağlama düzeyleri açısından büyük farklılıklar gösterir (akt. Shifman, 2013: 365).

### Amaç

Dijital iletişim teknolojilerinin bireyler üzerinde kapladığı yoğun etki, toplumların mizaha ilişkin algılarını da dönüşüme uğratarak kendine yeni bir alan yaratmıştır. Mizah ve mizah yaratma kültürü ise postmodernizm ve yeni iletişim teknolojileriyle yeniden şekillenmiştir. Bu çerçevede çalışmanın temel amacı, yeni medya vasıtasıyla yayılan dijital kültür ürünü “mem”lerin dijital mecralarda var olan örnekleri üzerinden 60 yaş üzerindeki kişilerde etkilerini ve nasıl anlamlandırıldığını tespit etmektir.

Sosyal medya, iletişim ve etkileşim ortamının niteliği ve hızı nedeniyle estetik ve tasarım öğeleri içermeyen popüler bir üretim olarak kabul gören “mem”lerin, amaçlı örneklem ile seçilen kişiler üzerinde hangi etkiler bıraktığını, bireylerin demografik özellikleri, cinsiyet, meslek, eğitim düzeyi, gelir durumu, günlük ortalama sosyal medya/medya kullanımı gibi kişisel ve kültürel etkenleri bağlamında nasıl şekillendiğini ortaya koymak çalışmanın önceliğidir.

Post modern mizahi ürünler temsilden ziyade gerçekliğin veya mizahi olanın basit bir taklidi niteliğindedir. Bu noktada dijital imkânlarla yaratılan “mem”ler onu üreten kişinin fikirlerini yansıtmakta olup genel fotoğrafa dair mizahi bir yorumlama niteliğindedir. Burada çalışmanın temelini oluşturan bir diğer amaç ise kendi gerçekliğinde var olan bu üretimlerin, üreticinin fikirlerini yansıtmının yanı sıra tüketen kişilerin fikirlerinde değişikliğe yol açıp açmadığı ve tüketicilerin nasıl anlamlandırdığıdır.

### Yöntem

Nitel araştırma yöntemi, derinlemesine anlayış ve kapsamlı perspektif sağlamak için benzersiz bir araştırma yoludur. Bu yöntem, araştırma konusunu detaylı olarak incelemeyi ve derinlemesine analiz etmeyi amaçlar. Genel varsayımlar ve yorumlayıcı çatı nitel araştırmayı bir arada tutar (Creswell, 2013: 42). Nitel araştırmalarda büyük gruplar yerine çalışmanın amacını karşılayan ve detaylı bilgi üretebilecek örneklerin belirlenmesi gerekir (Coyne, 1997: 625). Araştırmanın örnekleminin seçiminde, nitel araştırma çerçevesinde ortaya çıkan durumların derinlemesine incelenmesini sağlayan amaçlı örneklem yöntemi kullanılmıştır (Patton, 2002). Veri toplama aracı olarak ise katılımcıların konuya ilişkin bireysel gözlemlerini kendi fikirleri üzerinden ifade etmelerine olanak sağlayan yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır (Merriam, 2013).

Nitel araştırmalar, nicel araştırmaları izlemek ve nedensel teori veya modellerin bağlantı veya mekanizmalarını açıklamak için kullanılır. Bu teoriler, eğilimler, bağlantılar ve ilişkilerin genel bir resmini ortaya koyar ancak kişilerin neden öyle cevap verdikleri, cevap verdikleri bağlam, bu cevaplara yönelten davranışlar ve derin düşünceleri gibi deneyim süreçleri hakkında bir şey söylemez (Creswell, 2013: 48).

Araştırma, mizahın ve mizah ürünü olan memlerin nasıl anlamlandırıldığını incelemek üzere yapılmıştır. Memler, anonim ve popüler kodlardan arındırılmış, anlaşılabilir karakterlere sahip, Türkçe ve ayrıştırıcı semboller içermemelerine dikkat edilerek araştırmacı tarafından seçilmiştir. Görüşme formlarındaki ortak sorular, katılımcılar için aynı sırayla sorulmuş ve nitel çalışmanın gerekliliklerine uygun olarak örneklem amaçlı olarak seçilmiştir.

Fenomenolojik çalışmalarda veriler, genellikle katılımcılarla derinlemesine mülakatlar kullanılarak toplanmaktadır. Polkinghome (1989) araştırmacıların mülakatları fenomeni bütünüyle deneyimleyen ve sayıları 5 ile 25 kişi arasında değişen bireyler ile yapılması gerektiğini belirtmektedir.

Bu çalışmada nitel araştırma için katılımcıların belirlenmesinde Arun’un “Sınıflar, kuşaklar ve kültüre düşkünlük: Antalya Yaşlılık Araştırması” adlı çalışmasından yararlanılmıştır. Arun (2017:

30) çalışmasında toplumu beş farklı sınıfa ayırmış ve toplumsal pozisyonu, gelir ve eğitimin kesişiminde yeniden tanımlayarak oluşturduğu sınıflandırmada, gelir ve eğitim düzeylerinin farklı kesimleri temsil ettiğini belirtmiştir:

1. *İmtiyazsız Sınıflar*: Gelir veya eğitim açısından herhangi bir ayrıcalığı olmayan, belirli bir düzeyde gelir veya eğitim açısından daha düşük seviyede olan kesimi içeriyor.
2. *Halk Sınıfları*: En fazla ilkokul mezunu ve en düşük gelir düzeyine sahip kesimi içeriyor.
3. *Orta Sınıflar*: İlkokul ve ortaöğretim mezunu, gelir seviyesi alt düzeyin üzerinde olan kesimi temsil ediyor.
4. *Üst Sınıflar*: Üniversite mezunu ve orta-alt gelir düzeyine sahip kesimi ifade ediyor.
5. *Kültürel Soylular*: En yetkin, varlıklı, yüksek gelir ve eğitim düzeylerine sahip, zengin kültürel tüketim alışkanlıklarına sahip kesimi ifade ediyor.

Katılımcılar eğitim ve gelir düzeyleri dikkate alınarak bu sınıflandırmaya uygun olarak belirlenmiştir. Çalışmada her sınıfı temsil ettiği düşünülen kadın ve erkek yaşlı bireylere ulaşılmaya çalışılmış ve çalışmaya katılmayı kabul eden 7 katılımcı ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Mülakatı kabul eden katılımcılardan onam formu alınmış, rızaları doğrultusunda yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiş, görüşmeler 25 dakika ile 40 dakika arasında değişkenlik göstermiştir. İzinleri olduğu sürece görüşmeler ses kayıt cihazına kaydedilmiştir. Görüşmelerde alınan ses kayıtları birebir deşifre edilerek, betimsel analize tabi tutulmuştur. Deşifre ve analiz süreci bilgisayar destekli nitel veri analizi programı MAXQDA ile yapılmış, ayrıca tematik analiz yöntemi kullanılarak memlerle karşılaşan bireylerin anlamlandırma süreçleri temalaştırılmaya çalışılmıştır.

Görüşme yapılan bireylerin ait olduğu yaş önemli bir sınırlılık olup kültürel bağlamda hangi anlamların ortaya çıktığını ortaya koymak amacıyla iki aşamalı soru formu oluşturulmuştur. İlk aşamada mizah kavramına yönelik sorular yöneltilirken ikinci aşamada ise anonim iki mem (görsel ve video) gösterilerek sorular sorulmuştur. Görüşme sorularıyla araştırma sorusuna yanıt aranmış, görüşme soruları somut, anlaşılır, yalın, gündelik bir dille oluşturulmuştur (Staller, 2022). Görüşme soruları, araştırma sorusunun soyut, tümdengelimsel, sebep sonuç örüntülerini arayan boyutu yerine katılımcıların kendi deneyimlerine odaklı

spesifik sorular olmalıdır (Josselson, 2013: 136). Nitel araştırmada yansıtıcılık kriterine ulaşmak için sorular kapsamlı bir şekilde düşünülmüş, konuyla ilgili uzman olmayan kişilerle sorular paylaşarak geri bildirim alınmış ve sorular son şeklini almıştır.

Katılımcıların kriterleri sahaya inilmeden önce (amaçlı örneklem yöntemine uygun olarak) belirlenmiştir. Bu kriterler; eğitim seviyeleri ve gelir durumları farklılık gösteren 60 yaş üzeri kadın ve erkek bireyleri kapsamaktadır. Bu araştırma temelinde mem kavramı ve yaşlılık üzerinden şekillenmektedir ve bu kapsamda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmaktadır:

**AS1.** Yaşlı bireyler mizahı nasıl anlamlandırmaktadır?

**AS1.1.** Yaşlı bireylerin geçmişte ve günümüzde komik bulduğu ve bulmadığı mizah öğeleri hangileridir?

**AS2.** Yaşlı bireyler memetik mizahı nasıl anlamlandırmaktadır?

**AS2.1.** Yaşlı bireyler, memlerde yer alan kültürel referansları nasıl anlamlandırmaktadır?

**AS3.** Yaşlı bireyler mizahı ve memetik mizahi anlamlandırmada toplumsal sınıflarına göre farklılaşmakta mıdır? Nasıl?

Araştırma, 60 yaş üstü bireylerin mizaha ve "mem"lere yönelik nasıl anlamlar çıkardıkları, bu "mem"ler karşısında hissettikleri duygular ve yaptıkları okumalar ve okumalarında hangi unsurların rol oynadığı gibi etkenlerin değerlendirilmesi açısından değerlendirildiğinde özgünlük taşımaktadır.

## Bulgular

Katılımcıların demografik özellikleri Tablo-1'de verilmiştir. Buna göre katılımcıların üçü erkek, dördü kadın ve yaşları 60-69 arasında değişkenlik göstermektedir. İki katılımcı lise mezunu iken, bir katılımcı ilkokul, dört katılımcı ise üniversite mezunudur.

Belge adı	Cinsiyet	Eğitim	Aylık Gelir (ort.)	Sosyal Medya	Meslek
K1/Erkek/69	Erkek	Üniversite	35.000 TL	Facebook	Emekli Sayıştay
K2/Kadın/60	Kadın	Üniversite	27.000 TL	Instagram, X	Emekli Bankacı
K3/Kadın/65	Kadın	Üniversite	25.000 TL	Instagram	Emekli Öğretmen
K4/Kadın/62	Kadın	Lise	30.000 TL	Instagram, Youtube	Ev Hanımı
K5/Kadın/63	Kadın	Üniversite	20.000 TL	Instagram, Youtube	Emekli Öğretmen
K6/Erkek/64	Erkek	İlkokul	12.000 TL	Facebook	Emekli
K7/Erkek/60	Erkek	Lise	20.000 TL	Instagram, Facebook	Emekli

**Tablo 1:** Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerini Gösterir Tablo

Katılımcıların hangi medya kanalı ile mizah içeriği takip ettiği sorusu, kullandıkları sosyal medya platformları ile örtüşmektedir. Görüşme yapılan kişilerin tamamının hanesinde televizyon olup aktif olarak Whatsapp kullandıkları belirlenmiş, fakat kullanım süreleri ve pratikleri farklılık göstermektedir. Bunu yanı sıra iki erkek katılımcı (K1 ve K6) Instagram kullanmazken diğer tüm katılımcılar Instagram kullanmakta, kullanım sürelerinin ise bir ile iki saat aralığında değişiklik göstermektedir. Mizahi içerikleri paylaşım durumları ise nadiren Whatsapp üzerinden gerçekleşmektedir.

*"Facebook'ta bazen görüyorum ya da Whatsapp gruplarında arkadaşlarımız zaman zaman paylaştığı zaman görüyorum" (K1).*

*"Whatsapp gruplarında bazen arkadaşlarım gönderiyor komik şeyler." (K3)*

*"Televizyonda çok önceden komedi içerikleri izlerdim, şimdi beni güldürecek hiçbir şey bulamıyorum tam tersi sıkılıyorum. O yüzden YouTube'da bazen video izliyorum bazen de Instagram'dan reels izliyorum." (K4)*

*"Son zamanlarda Cem Yılmaz'ı çok dinliyorum YouTube'dan. Önceden beğenmezdim mesela. Çevremden etkilenmiş de olabilirim çok küfürlü konuştuğu için ama hayır gerçekten çok zeki bir insan. Paylaşımalarını dinliyorum." (K5)*

*"Şu an Face kullanıyorum sadece. Bol bol Müslüm Gürses dinliyorum ve Atatürk." (K6)*

### Mizahi Anlamlandırma

*'Medya kanalı', 'Mizahi paylaşma durumu', 'Mizaha dair genel düşünceleri' ile 'Fotoğrafa ve videoya dair genel düşünceleri' kodları, araştırma önce-*

sinde araştırma soruları paralelinde araştırmacı tarafından oluşturulurken diğer kodlar, katılımcıların yanıtları çerçevesinde şekillenmiş ve ifadeler dışarıda bırakılmayacak şekilde kodlara yerleştirilmiştir. *"Geçmişe özlem"* ve *"Siyaset vurgusu"* kodu, katılımcıların cevapları dikkate alınarak analizler sırasında oluşturulmuş ve başka bir araştırmacı tarafından kodların güvenilirliğini tespit etmek adına ortak belirlenmiştir. Tablo-2'de de görüldüğü gibi katılımcıların mizah kavramına dair görüş ve düşüncelerine dair cevapları 4 alt koda ayrılmaktadır. Bunlar, *"komik buldukları mizah", "komik bulmadıkları mizah", "zor anlaşılan mizah" ve "rahatsızlık veren mizah"* şeklindedir. Katılımcıların en çok *"komik buldukları mizah"* kodu ile ilgili görüş belirttikleri görülmektedir.

*"Şimdiki zamanda mizah yazarıyım diye ortaya çıkanlardan ziyade, ODTÜ mezuniyetinde gençlerin yaratıcılığını daha güzel buluyorum. Yaratıcı bir mizah, bir anlatım, bir protesto var." (K1)*

*"Düşen insanlara gülerim fiziksel olarak." (K4)*

*"Akılcı olanları beğeniyorum. Bazen hayretle takip ediyorum bunu nasıl düşünmüş, nasıl akıl etmiş diye. Onlar çok hoşuma gidiyor. Dürüst olduğuna inandığım gerçekten birilerine bir gruba siyasi bir platforma yönelik değilse, gerçekten o işi güzel yapıyorsa ve akılcıysa destekliyorum." (K5)*

*"Bazen ana haber bültenlerinden sonra mizah içerikli görüntüler paylaşıyorlar, komik vakalar, olaylar falan onlar hoşuma gidiyor. Gerçek olduğu için komik geliyor. Genelde olumlu yaklaşıyorum günümüz mizahına. Kafamdan geçirdiğim bazı şeylerin mizaha dönüştürüldüğünü görüyorum bazen. Ciddiyeti şaka yoluyla eğlenceye çevirdikleri zaman hoşuma gidiyor." (K7)*

Kod Sistemi	K1/Erkek/69	K2/Kadın/60	K3/Kadın/65	K4/Kadın/62	K5/Kadın/63	K6/Erkek/64	K7/Erkek/60	TOPLAM
Medya kanalı	1	1	4	1	2	1	1	11
Mizah paylaşım durumları	1	1	2	1	1	1	1	8
Geçmişe özlem	2		2	2		2	3	11
Siyaset vurgusu	1		2			3	2	8
Mizaha dair	3	4	4	4	7	4		26
Rahatsızlık veren mizah		1	1	2	5	1	1	11
Zor anlaşılan mizah	1		1			1	1	4
Komik bulmadıkları mizah	1	1	2	2	1	1		8
Komik buldukları mizah	1	2		3	6	2	7	21
Fotoğrafa dair								0
Kültürel Referans (foto)	1	1	1	1	1	1		6
Mizah etkisi (foto)	2	1	2	1	1	1	2	10
Anlam Yükleme (foto)	2		2	3	1		1	9
İlk izlenim (foto)	1	1	1	1	1	1	1	7
Videoya dair								0
İlk izlenim (video)	1		1			1	1	4
Anlam Yükleme (video)	1	1	1	1	1	1	1	7
Mizah Etkisi (video)	2	1	3	1	2	1	1	11
Kültürel Referans (video)	2		1	1			1	5
TOPLAM	23	15	30	24	29	22	24	167

**Tablo 2:** Yapılan Kodlamalar, Alt Kodlar ve Katılımcıların Kod Ağırlıkları

Memlerin en çok kullanıldığı sosyal medya platformlarından bahsetmeyen katılımcıların, Cem Yılmaz, Tolga Çevik, Şahan Gökbakar, Ata Demirer, Yasemin Öz gibi popüler isimleri komik buldukları, mizahi kişiler olarak tanımladıkları ve YouTube içeriklerini takip ettikleri gözlemlenmiştir. Mizah kavramına dair ifadelerden “rahatsızlık veren mizah” kodunun ikinci en çok kodlanan kod olduğu görülmektedir (Tablo-2):

“Fiziksel unsurlarla dalga geçen mizaha gülmüyorum.” (K4)

“Hoşuma gitmeyenler de oluyor, açık ve net taraf tutanlardan hoşlanmıyorum mesela. Bel altı ve bayağı şeyleri sevmiyorum.” (K5)

“Mesela parayı kafasına bağlayanlar falan gibi şeyleri saçma buluyorum, filmin sonu acıklı bitiyor. Bunları birileri kullanıyor, bunlar da kendilerini feda ediyorlar, acınacak haldeler, neyine güleyim.” (K6)

Katılımcılara komik bulmadıkları mizah içeriklerine dair soru yöneltildiğinde, 7 katılımcı için toplam 8 kodlanmış bölüm vardır (Tablo-2). Verilen yanıtların geneline bakıldığında, görüşmeye katılan kişilerin günümüzde yapılan mizah ile geçmişte yapılan mizahı karşılaştırma eğilimi göze çarpmaktadır:

“Televizyonda çok önceden komedi içerikleri izlerdim, şimdi beni güldürecek hiçbir şey bulamıyorum tam tersi sıkılıyorum. Şimdi gülüyorum sadece aklımda hiçbir şey kalmıyor. Mizahta bile bir konu olmalı, şimdi konusuz gibi, gelip geçici, o an gülüyorum sonra hatırlamıyorum bile.” (K4)

“Güldürecek herhangi biri yok, gülecek halimiz de yok.” (K6)

Mizah içeriklerine dair bir alt kod olan “komik bulmadıkları mizah” kodunun sunmuş olduğu veriler, “geçmişe özlem” ana kodunun oluşturulmasına neden olmuştur. K2 ve K5 dışında tüm katılımcılar, mizah kavramını geçmiş zaman ile karşılaştırmış, günümüz mizahının farklılaştığı vurgusu yapmıştır:

“Bizim zamanımızda daha güzeldi. Yapmacık geliyor, zamanında Kemal Sunal'ın yüzüne baktığında hiçbir şey yapmasa bile bir mizah anlayışı vardı. Gülüşünde bir anlam vardı, şimdi onlar yok. Eskiden mizah daha çok siyaset üzerinden yapılırdı, siyasi liderler taklit edilirdi, çeşitli konuşmaları alınıp mizah olarak yayınlanırdı gerçekten. Aynı zamanda eskinin siyasilerinin de bir mizah anlayışı vardı. Şimdi ne yazık ki mizah biraz zorlama oluyor.” (K1)

“Geçmiş ve bugünü karşılaştırmak isterim. Şu anda eskisi kadar çok tiyatroya gidemiyorum ama ben Müjdat Gezen, Levent Kırca, Metin Akpınar ve

*Zeki Alasya'nın filmlerini veya tiyatrolarını takip ederdim, severek ve gülerek ailecek izlerdik. Ama şimdi mizahla ilgili çok fazla şey bulamıyorum.” (K3)*

*“Geçmişte mizah çok güldürüyordu, mutlaka bir ders veriyordu, bir şey anlatıyordu.” (K4)*

*“Eski mizahçılar yok, oyuncular, yazarlar yok. 70'ler ve 80'leri söylüyorum. Allah rahmet eylesin, çok iyi mizah yapan insanlardı. Levent Kırca, Zeki Alasya, Metin Akpınar... Zeki Alasya'yı neredeyse içeriye atıyorlardı 80 yaşında.” (K6)*

Yapılan yüz yüze görüşmelerde, söz konusu mizah ile ilgili genel sorular çerçevesinde görüşmeciler arasında K1, K3, K6 ve K7 mizah ve siyaset ilişkisine değinmiştir. Politik mizah örnekleri veren katılımcıların, siyaset ile ilgili mizah yaratma eyleminin riskleri konusundaki benzer düşünceleri dikkat çekmektedir. Bu durum, “siyaset vurgusu” kodu altında yer almaktadır.

*“Eskiden mizah daha çok siyaset üzerinden yapılırdı, siyasi liderler taklit edilirdi, çeşitli konuşmaları alınıp mizah olarak yayınlanırdı gerçekten. Aynı zamanda eskinin siyasilerinin de bir mizah anlayışı vardı. Şimdi yapamazsın.” (K1)*

*“Politik mizah kalmadı zaten, cezalandırılıyor insanlar.” (K3)*

*“Günümüzde mizah yapamıyorlar, mizah yapanı içeriye atıyorlar. Sayın Cumhurbaşkanı'nın mizahını yapsan kendini içeride bulursun. Şu anda mizah*

*yapamazsın. Kendi hoşlarına gidecek şeyler oldu mu süpersin, müminsın ama ters bir şey yaparsan atarlar içeri 'düştüüm mahpus damlarına öğüt veren çok olur' diye şarkı yazarsın.” (K6)*

*“Günümüz Türkiye'sinde çok da mizah yapmaya gerek yok çünkü siyasetçilerin hepsi birer stand-up-çi, mizah yazarı olmuş.” (K7)*

### Mem'leri Anlamlandırma

Görüşmenin ikinci aşamasında katılımcılara anonim olarak kurgulanmış/taklit edilmiş bir görsel ve bir video gösterilmiş, ilk izlenimleri, mizahi yönünün olup olmadığı, ne gibi kültürel referanslar içerdiği ve nasıl anlamlar içerdiği sorulmuştur. Görsel, rastgele seçilmiş bireylerin yüzlerinden, soru metninden ve film afişi etkisi yaratan “The Bayram” metninden oluşmaktadır. Soru metni, günlük hayatta tıp hekimi olan ya da doktora unvanına sahip araştırmacılara, akrabaları tarafından yöneltilen sorulara gönderme yapmaktadır.

Katılımcılara gösterilen görsele özellikle diledikleri kadar bakabilecekleri hatırlatılmış ve öncelikle ilk izlenimleri istenmiştir. Görselede yer alan öğeler, kişiler, metinler ya da renklerin teker teker incelenmesi için zaman verilmiştir. Bu mem için görüşme sonrasında dört alt kod belirlenmiş ve bunlar; “ilk izlenim”, “kültürel referans”, “mizah etkisi” ve “anlam yükleme” olarak adlandırılmıştır. Mizah etkisi alt kodunda hiçbir katılımcı görselden mizahi bir anlam çıkaramadığını belirtmiş ve gülmemiştir.



Mem 1: “Sen şimdi ne doktorusun? The Bayram” (Görsel)



İlk izlenim olarak katılımcıların araştırmacıya soru sordukları görülmektedir. Anlamlandırma ve ne ifade ettiğini sorgulama süreci olarak değerlendirilebilecek bu soru sorma süreci sonucunda katılımcılarda, meminin oluşum aşamasında ifade etmek istediği anlamdan farklı anlamlar ortaya çıkardığı görülmektedir. Görselde yer alan kişilerin aile bağlarına (K4, K5, K7) ve doktorluk mesleğine atıf öne çıkmaktadır.

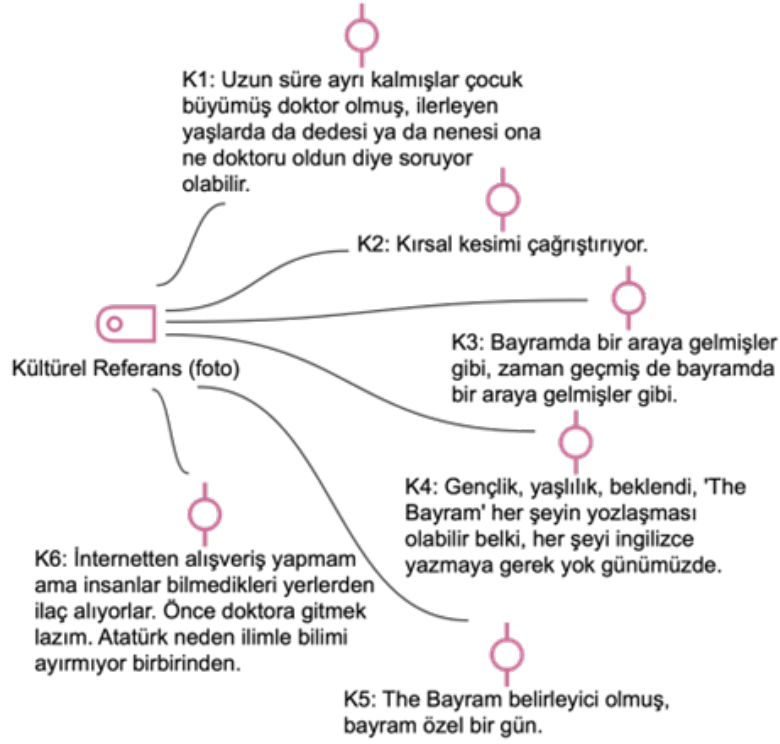
Görseli incelemesi istenen katılımcıların söylemlerinde “kültürel referans” alt kodu ile bayram ziyaretleri, aile ilişkileri, genç ve yaşlılık kavramlarına vurgunun yanı sıra K6'nın “ilk izlenim” alt kodunda da belirttiği “merdiven altı doktorlar” kavramını burada, güvenilmeyen internet sitelerinden ilaç almama anlayışı olarak karşımıza çıkmaktadır. Katılımcıların görsele yükledikleri anlamları ifade etmek, neden mizahi bir anlam çıkaramadıkları

rı davranışını destekler niteliktedir. K2, K6 ve K7 görselden anlam çıkaramadıklarını söylerken diğer katılımcıların görselde yer alan yaşlı bireylere, aile bağlarına, bayram ziyaretlerinin önemine ve geçmiş zamana dikkat çektiği görülmektedir.

Görüşmenin ikinci aşamasında görselden sonra katılımcılara anonim olarak kurgulanmış/taklit edilmiş bir video gösterilmiş, ilk izlenimleri, mizahi bir yönünün olup olmadığı, ne gibi kültürel referanslar içerdiği ve nasıl anlamlar içerdiği sorulmuştur. Video, “annen poşetleri taşımak için yardıma çağırılmıştır” metni ve üç kişiden oluşmaktadır. Kapının önünde dağınık terlik ve ayakkabılar pan tekniği ile çekilmekte ve videoda George Michael'in Careless Whisper isimli şarkısı çalmaktadır. Ögelerin birbiri ile olan uyumu romantik bir etki yaratsa da barındırdığı tezat unsurlar mizah etkisi yaratmaktadır.



Şekil 3: Görsele Dair “İlk İzlenimler”



Şekil 4: Görsele Dair "Kültürel Referans"

Katılımcılara gösterilen videoyu öncelikle diletikleri kadar izleyebilecekleri hatırlatılmış ve ilk izlenimleri istenmiştir. Video yer alan semboller, kişiler, metinler ya da renklerin teker teker incelenmesi için zaman verilmiştir. Video ana kodu altında görüşme sonrasında dört alt kod belirlenmiş ve bunlar; "ilk izlenim", "kültürel referans", "mizah etkisi" ve "anlam yükleme" olarak adlandırılmıştır. Katılımcılar, videoyu ortalama 3 defa izlemiş, K2,

K3 ve K6 dışında diğer katılımcıların gülümsediği gözlemlenmiştir. Dolayısıyla "mizah etkisi" alt kodunda katılımcıların görsele oranla daha fazla mizah etkisi altında olduğu söylenebilir. Verilen yanıtlarda mizah etkisinin toplumsal cinsiyet ve ayakkabı öğeleri kaynaklı olduğu görülmektedir. Ayrıca meminin alt metninde oluşan tezatlığı kişilerde uyumsuzluk yarattığı için mizah etkisi yarattığı dikkat çekmiştir.



Şekil 5: Görsele Dair "Anlam Yükleme"

"Komik bir anı yansıtıyor. Gülümsetti. Çok etkili de-  
ğildi, gülümsedim." (K1)

"Gülmedim, komik bulamadım." (K2)

"Gençler beni güldürdü." (K4)

"Erkeklerin bayan ayakkabısı giymeleri ve ayrıca

topukluda yürüyememesi komikti. Gidip poşetleri  
almak zorunda kaldıkları için..." (K5)

"Gülünecek halleri yok, mizah göremedim, acıdım."  
(K6)

"Hoşuma gitti, güzel, güldürdü. Komik gelen ayak-  
kabılar, hepsinin farklı bir görüntüsü var." (K7)



## Mem 2: "Annen poşetleri taşımak için yardıma çağırılmıştır" (Video Plan)

Videoyu izleyen katılımcıların ilk izlenimine dair toplam 4 kod bulunmaktadır (Şekil-7). Katılımcıların özellikle ayakkabı ögesine dikkat etmiş olması, videoda en çok gösterilen ve dikkat çekilmek istenen başlıca ögenin ayakkabı olduğu düşünüldüğünde normal değerlendirilmektedir.

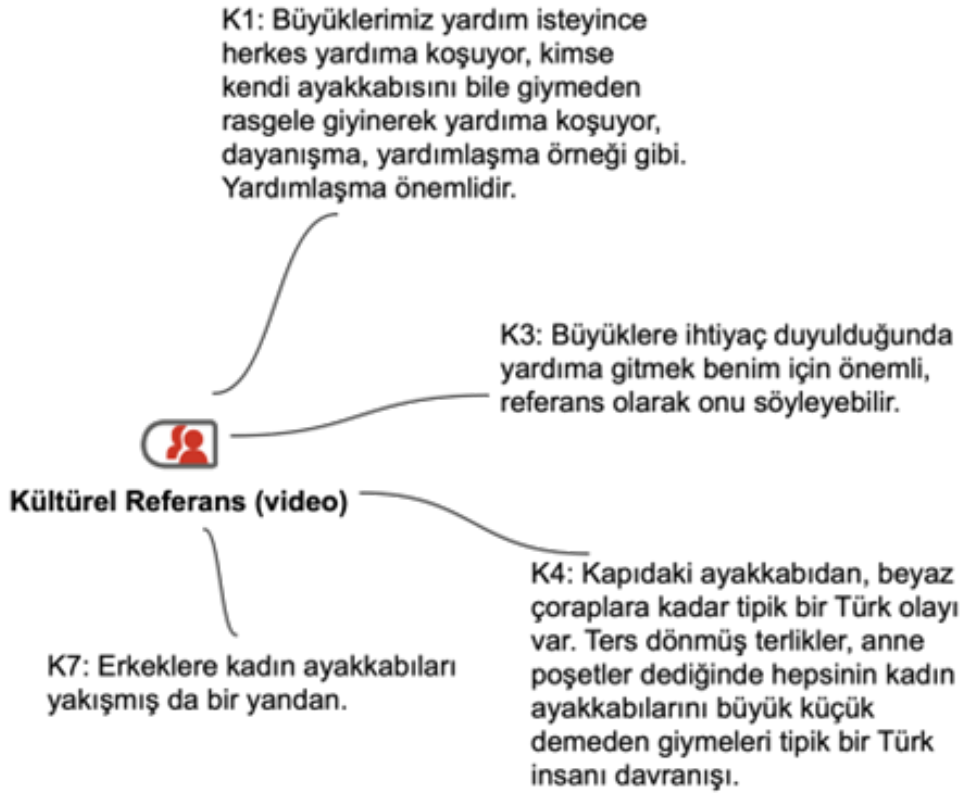
Videoyu izleyen katılımcıların "kültürel referans" alt kodu ile yardımlaşma, milli davranışlar ve toplumsal cinsiyet kavramlarına yaptıkları vurgunun

yanı sıra K2, K5 ve K6 herhangi bir kültürel referansa rastlamadığını ifade etmiştir (Şekil-8). K2 ve K6'nın memde herhangi bir mizah unsuru ile karşılaşmaması ve tepki vermemesi bu noktada dikkat çekicidir.

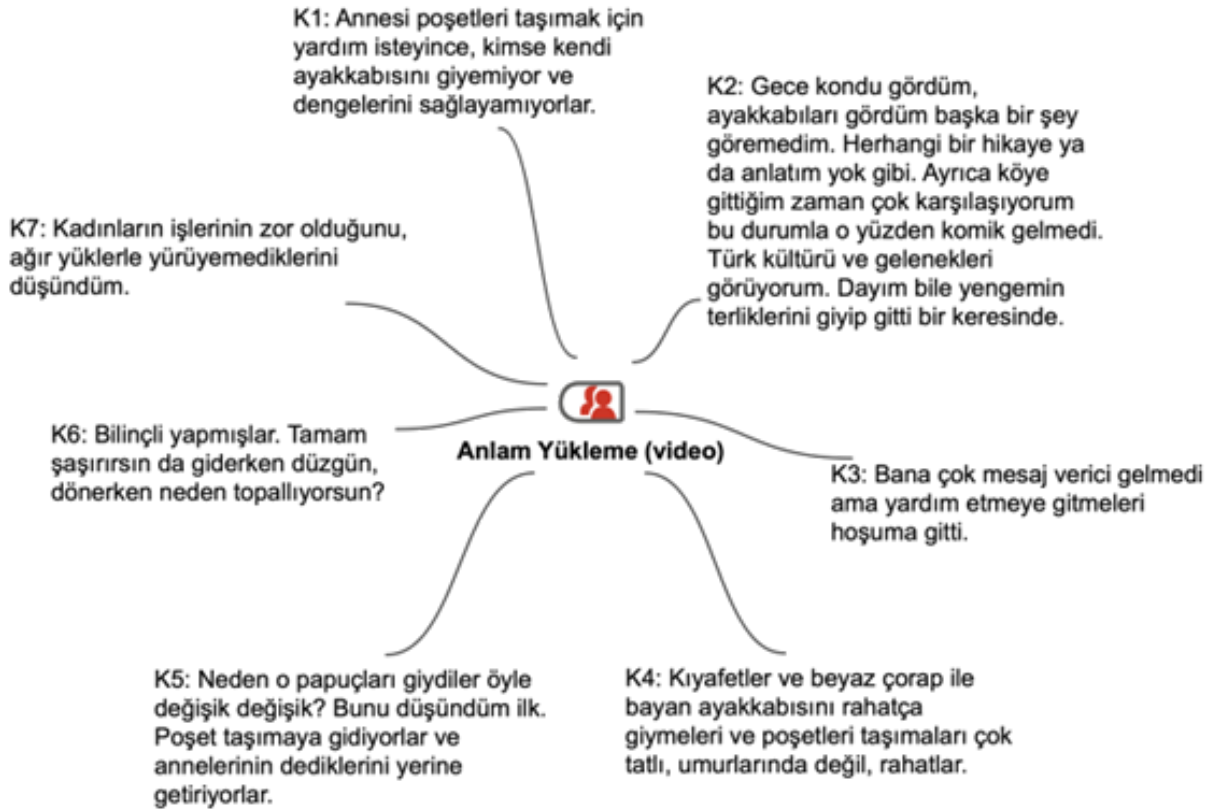
Son olarak katılımcıların tamamının "anlam yük-leme" alt kodu için birer ifadesi bulunmaktadır. Bu alt kod içerisinde yine yardımlaşma, gelenekler ve köy hayatının öne çıktığı görülebilir (Şekil-9).



Şekil 7: "Videoya Dair 'İlk İzlenimler'"



Şekil 8: "Videoya Dair 'Kültürel Referans'"



Şekil 9: "Videoya Dair 'Anlam Yükleme'"

## Sonuç

Dijital iletişim teknolojilerinin bireyler üzerinde kapladığı yoğun etki, toplumların mizaha ilişkin algılarını da dönüşüme uğratarak kendine yeni bir alan yaratmıştır. Mizah ve mizah yaratma kültürü ise postmodernizm ve yeni iletişim teknolojileri yeniden şekillenmiştir. Bu perspektiften bakıldığında araştırma, yaşlı bireylerin mizahı ve dijital kültür ürünü olan memleri nasıl anlamlandığı ile bu bireyler arasında toplumsal sınıflarına göre mizah ve memleri anlamlandırmalarında bir farklılık olup olmadığı ortaya koyulmaya çalışılmıştır.

İnsanların neyin komik olduğunu düşündüğü kültürden kültüre, gruptan gruba değişmektedir. Mizah bugün uyumsuz ve daha az anlaşılır hale gelirken yaşlı bireyler arasında potansiyel olarak daha tiksindirici hale gelmektedir (Ruch, McGhee ve Hehl, 1990: 349-350). Bu durum, yaşın bireylerin farklı mizah türlerine verdikleri tepkileri şekillendirmede rol oynadığını göstermektedir.

Araştırma sürecinde araştırmacı tarafından önceden oluşturulmuş kodların ötesinde katılımcıların cevapları doğrultusunda ortaya çıkan 'geçmişe özlem' ve 'siyaset vurgusu', yaşlı bireylerin mizah

fenomenini geçmiş ile karşılaştırma ve siyasi çerçevede değerlendirdiğini göstermektedir.

Araştırma sonucunda yaşlı bireylerin mizah anlayışlarının benzerlik gösterdiği görülmektedir. Yaşlı bireyler araştırmada geçmiş mizahi unsurlara duydukları özlemi, bu anlamlardan aldıkları keyfi örneklenirerek günümüzdeki mizah anlayışını eleştirmiş ve komik bulmadıklarını belirtmişlerdir. Yapılan görüşmelerde çoğunlukla akılcı, anlamlı, yaratıcı ve güldürürken düşündürücü mizahın geçmişte kaldığını, günümüz mizahında ise fiziksel şakaların, alay edici öğelerin, şöhret uğruna yapılan davranışların ve akılda kalmayan unsurların varlığına vurgu yapılmaktadır. Dolayısıyla eskiye özlem, yeniyi komik bulmama yapılan görüşmelerde öne çıkan temel anlamlardır.

Araştırma sırasında mizah içeriklerine dair bir alt kod olan "komik bulmadıkları mizah" kodunun sunmuş olduğu veriler, "geçmişe özlem" ana kodunun oluşturulmasına neden olmuştur. İki katılımcı dışında tüm katılımcılar, mizah kavramını geçmiş zaman ile karşılaştırmış, günümüz mizahının farklılaştığı vurgusu yapmıştır. Bu bağlamda yaşlı bireylerin mizah anlayışlarında geçmişe

özlem duydukları, siyasi göndermeleri bulunan mizahi unsurları daha anlamlı buldukları fakat günümüzde siyasi mizahta azalma yaşandığını düşündükleri görülmektedir.

Katılımcıların memlerin içeriklerine ilişkin metin ve sestem bağımsız salt görüntüye ve kültürel referanslara odaklanan bir anlamlandırma sürecinden geçtiğini söylemek mümkündür. Söz konusu kültürel referanslar araştırmada, aile, bayram, yardımlaşma, saygı, tiyatro ve yaş almış komediyenler şeklinde ortaya çıkmaktadır.

Ayrıca katılımcıların metin ve sestem bağımsız salt görüntüye ve kültürel referanslara odaklanan bir anlamlandırma sürecinden geçtiği, bununla birlikte çeşitli medya türlerini, ihtiyaçları doğrultusunda bir araya getirerek medya repertuarlarını oluşturdukları görülmektedir. Görüşme yapılan kişilerin medya repertuarları incelendiğinde, genellikle geleneksel medya kullanımının ağırlıklı olduğu görülmekte, ayrıca, iletişim araçlarına sahip olma durumuna bakıldığında, katılımcıların çoğunluğunun evlerinde televizyon bulundurduğu gözlenmektedir. Fakat mizah içeriklerini televizyondan tüketme eylemi sadece iki katılımcıda görülmüş, diğer katılımcıların Instagram, YouTube ve Facebook kullandıkları ve medya repertuarlarının yeni medya ağırlıklı olduğu tespit edilmiştir.

Mizah kavramına ve mizah unsuru içeren 'mem' içeriklerine ilişkin olmak üzere iki bölüme ayrılan araştırma tasarımında, katılımcıların demografik özellikleri, mizah tüketim alışkanlıklarında belirgin farklılıklar yaratmamıştır. Katılımcıların sınıfsal konumları göz önünde bulundurulduğunda, mizah ve memleri anlamlandırmalarında bir farklılık görülmemiştir. Bu bağlamda araştırmaya katılan yaşlı bireylerin mizah ve memleri anlamlandırmalarında sınıfsal konumlarının etkisinin olmadığını söylemek mümkündür. Ancak medya repertuarlarının mizah tüketiminde etkili olduğu gözlemlenmiştir. Buna ek olarak post modern tüketim alışkanlıkları ve medya repertuarlarının mizah tüketiminde etkili olduğu gözlemlenmiştir.

### Kaynakça

Kantorovich, A. (2014). An evolutionary view of science: Imitation and memetics. *Social Science Information*, 53(3), 363-373.

Arun, Ö. (2017). Sınıflar, kuşaklar ve kültüre düşkünlük: Antalya Yaşlılık Araştırması (AYA-Faz1) bulguları. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 7(1), 25-39.

Bergson, H. (2014). Gülme: Komiğin anlamı üstüne deneme. (Çev.: Yaşar Avunç). Ayrıntı Yayınları, İstanbul.

Binark, M., Arun, Ö., Özsoy, D., Kandemir, B., Şahinkaya, G. (2020). Covid-19 sürecinde yaşlıların enformasyon arayışı ve enformasyon değerlendirilmesi: TÜBİTAK SO-BAG 120k613 no'lu araştırma projesi. *Yaşlanma Çalışmaları Derneği Yayınları*. (Covid-19 Sürecinde Yaşlıların Enformasyon Arayışı ve Enforma, P. 2)

Blackmore, S. (1999). *The meme machine*. Oxford, England: Oxford University Press.

Can, S., & Eke, E. (2023). Kurumlarda Mizahın Kullanımına Yönelik Kavramsal Bir Çalışma. *SDÜ İfade Dergisi*, 5(1), 36-53

Carrell, A. (2008). Historical views of humor. In V. Raskin (Ed.), *The primer of humor research*. Berlin: Walter de Gruyter, 303-332.

Coyne, I. T. (1997). Sampling in Qualitative Research. Purposeful And Theoretical Sampling; Merging Or Clear Boundaries?. *Journal of Advanced Nursing*, 26(3), 623-630.

Creswell, J. W. (2016). Nitel araştırma yöntemleri beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni [Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches]. M. Bütün & S. B. Demir (Ed.). *Siyasal Kitabevi*, Ankara

Dawkins, R. (2021). *Gen Bencildir*. Kuzey Yayınları, İstanbul.

Eagleton, T. (2020). *Mizah*. Ayrıntı Yayınları, İstanbul.

Greengross, G. (2013). Humor and aging—a mini-review. *Gerontology*, 59(5), 448-453.

Hall, S. (1994). "Kültür, Medya ve İdeolojik Etki." *Der: Mehmet Küçük*. Medya, İktidar, İdeoloji. Ankara: Ark Yayınevi: 169-195.

Jameson, F. (1990). "Postmodernizm ya da Geç Kapitalizmin Kültürel Mantiği". *İçinde (Der. N. Zekâ)*. Postmodernizm. (Çev. G. Naliş-D. Sabuncuoğlu-D. Erksan). İstanbul: Kıyı Yayınları: 59-116.

Josselson, R. (2013). *Interviewing for qualitative inquiry: A relational approach*. New York: Guilford Press.

Kellner, D. (1993). "Toplumsal Teori Olarak Postmodernizm: Bazı Meydan Okumalar ve Sorunlar". *İçinde Modernite Versus Postmodernite*. (Der. ve Çev. M. Küçük). Ankara: Vadi Yayınları: 227-258.

Kuipers, G. (2015). *Good Humor, Bad Taste, A Sociology of the Joke*. Walter de Gruyter GmbH, Berlin, Boston.

Kullar, U & İnci, S. (2015). İnci Caps: Kutsal Mizah Kırba-  
cı, İstanbul:Epsilon Yayıncılık.

Mak, W., & Carpenter, B. D. (2007). Humor compre-  
hension in older adults. *Journal of the International  
Neuropsychological Society*, 13(4), 606-614. [https://doi.  
org/10.1017/S1355617707070750](https://doi.org/10.1017/S1355617707070750)

Martin, R. A., & Kuiper, N. A. (1999). Daily occurrence  
of laughter: Relationships with age, gender, and Type  
A personality. *Humor: International Journal of Humor  
Research*, 12(4), 355-384.

Merriam, S. B. (2013). Nitel araştırma: Desen ve uygula-  
ma için bir rehber (3. Baskıdan Çeviri, Çeviri Editörü: S.  
Turan). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Milner, M. R. (2003). Pop Polyvocality: Internet Memes,  
Public Participation, and the Occupy Wall Street  
Movement. *International Journal of Communication*  
7, 2357-2390. [http://ijoc.org/index.php- /ijoc/article/  
view/1949/1015](http://ijoc.org/index.php- /ijoc/article/view/1949/1015)

Morreall, J. (1997). Gülmeyi Ciddiye Almak. (Çev.: Kubi-  
lay Aysevener-Şenay Soyer). İris Yayınları, İstanbul.  
Patton, M. Q. (2005). *Qualitative Research*. New York:  
John Wiley & Sons, Ltd.

Polkinghome, D. E. (1989). Phenomenological resear-  
ch methods. In R. S. Valle & S. Hailing (Ed.), *Existen-  
tial-phenomenological perspectives in psychology* (41-  
60). Plenum, New York.

Ruch, W., McGhee, P., & Hehl, F. (1990). Age differences in  
the enjoyment of incongruity-resolution and nonsense  
humor during adulthood. *Psychology and Aging*, 5(3),  
348-355. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.5.3.348>

Shifman, L. (2013). Memes in a Digital World: Reconciling  
with a Conceptual Troublemaker, *Journal of Com-  
puter-Mediated Communication*, 362-377.

Smith, P. (2005). Kültürel Kuram. (Çev. S. Güzelsarı ve İ.  
Gündoğdu). İstanbul: Babil Yayınları.

Staller, K. M. (2022). Confusing questions in qualitative  
inquiry: Research, interview, and analysis. *Qualitative So-  
cial Work*, 21(2), 227-234. doi:10.1177/14733250221080533

Stanley, J., Lohani, M., & Isaacowitz, D. (2014). Age-rela-  
ted differences in judgments of inappropriate behavior  
are related to humor style preferences. *Psychology and  
Aging*, 29(3), 528-541. <https://doi.org/10.1037/a0036666>

## İklim Değişikliği ve Yaşlıların Destinasyon Tercihleri İlişkisi; Antalya/Konyaaltı İlçesi Örneği

Nebahat Neva Ulu

Akdeniz Üniversitesi, Akdeniz Uygarlıkları Araştırma Enstitüsü, Antalya

Adres: Akdeniz Üniversitesi, Akdeniz Uygarlıkları Araştırma Enstitüsü, Antalya

E-Posta: nevaulu@icloud.com

Geliş Tarihi: 29 Kasım 2023; Kabul Tarihi: 07 Aralık 2023

Doi: 10.5281/zenodo.12607979

Künye: Ulu, N. U. (2023). İklim Değişikliği ve Yaşlıların Destinasyon Tercihleri İlişkisi; Antalya/Konyaaltı İlçesi Örneği. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 7(2), 20-33.

<https://orcid.org/0009-0002-9861-271X>

### Özet

Antropojenik iklim krizi günümüz dünyası için gündelik hayatın gerçekliği olarak karşımıza çıkmaktadır. İklim değişikliği, sadece çevresel bir sorun değil, aynı zamanda yaşlı nüfusu da içine alarak çeşitli düzeylerde eşitsizlik sorunlarını kapsayan bir sosyal krizdir. Halihazırda tüm insanların hayatlarını çeşitli şekillerde etkilemektedir. Dolayısıyla, insanlar farkında olmadan pek çok değişim yaşayarak farklı adaptasyon pratikleri geliştirmektedir. Bu bağlamda, bölgede yaşayan 65 yaş üstü yaşlıların gündelik hayat pratiklerini çeşitli şekillerde etkileyen antropojenik iklim krizi, bu kesimlerin ülkemizde ziyadesiyle kısıtlı olan sosyalleşme mekanizmalarını da etkilemektedir. Bu çalışmayla, iklim krizinin Konyaaltı ilçesinde uzun yıllar yaşamış olan 65 yaş ve üstü yaşlı nüfusun yaşamlarına nasıl ve ne şekilde etki ettiği belirlenerek, kısıtlı aktiviteleri, destinasyon tercihleri, düşünceleri ve yaşadıkları değişimleri görünür kılmak amaçlanmıştır. Ayrıca, iklim krizi sonucu bölgedeki yıllar içindeki değişimlerin belirlenmesi de hedeflenmiştir. Çalışmanın örneklemini olarak ise Antalya/Konyaaltı ilçesi belirlenmiştir. Bu doğrultuda, 22.06.2023- 28.07.2023 tarihleri arasında bölgede yer alan huzurevleri, emekliler kahvesi ve yalnız yaşayan 9 yaşlı yetişkinler ile görüşmeler yapılmıştır. Nitel yöntemin gereklilikleri doğrultusunda tasarlanan çalışmada, veri toplama aracı olarak derinlemesine görüşme tekniği kullanılmıştır. Görüşmeler, yarı yapılandırılmış görüşme formu ile gerçekleştirilerek katılımcıların onayı ile ses kayıt cihazına kaydedilmiştir. Elde edilen veriler, bir nitel veri analizi programı olan MAXQDA ile analiz edilmiştir. Antropojenik iklim değişikliği nedenleri ve sonuçları, yaşlılar açısından etkisi, yaşlıların sosyal hayatı, destinasyon tercihleri alt temalarıyla katılımcıların görüşlerine, deneyimlerine yer verilerek bulgular değerlendirilmiştir. Bu çalışma, insan hakları boyutuyla ele alınarak, yaşam seyri perspektifi kuramı ile temellendirilmiştir. Yapılan analizlere göre, yaşlılar iklim krizi etkisiyle yaz aylarında aşırı sıcak hava olaylarından kaynaklı hareketsiz kalarak (istemeden de olsa) daha serin bölgelere giderek, sıcaklıkların azalmasını beklemektedirler. Bu durum, yaşlıların zorunlu şekilde kapalı alanlarda sınırlı kalmalarına, fizyolojik ve psikolojik sıkıntılara sebebiyet vermektedir.

### Anahtar Kelimeler:

Antropojenik · İklim Krizi · Yaşlılar · Destinasyonlar

## The Relationship Between Climate Crisis and Destination Preferences of Older People; Antalya/Konyaaltı District Example

### Abstract

Anthropogenic climate crisis emerges as the reality of daily life for today's world. Climate change is not only an environmental problem, but also a social crisis that encompasses inequality issues at various levels, including the older people. It currently affects the lives of all people in various ways. Therefore, people experience many changes without realizing it and develop different adaptation practices. In this context, the anthropogenic climate crisis, which affects the daily life practices of older people over the age of 65 living in the region in various ways, also affects the socialization mechanisms of these segments, which are extremely limited in our country. With this study, it is aimed to determine how and in what way the climate crisis affects the lives of the older people population aged 65 and over, who have lived in Konyaaltı district for many years, and to make visible the limited activities, destination preferences, thoughts and changes they experience. It is also aimed to determine the changes in the region over the years as a result of the climate crisis. Antalya/Konyaaltı district was determined as the sample of the study. In this regard, interviews were held with nursing homes, retirees' cafes and 9-year-old adults living alone in the region between 22.06.2023 and 28.07.2023. In the



study designed in line with the requirements of the qualitative method, in-depth interview technique was used as a data collection tool. The interviews were conducted with a semi-structured interview form and recorded on a voice recorder with the consent of the participants. The data obtained was analyzed with MAXQDA, a qualitative data analysis program. The findings were evaluated by including the opinions and experiences of the participants under the sub-themes of anthropogenic climate change causes and consequences, its impact on the older people and their social life, destination preferences. This study is based on the life course perspective theory, considering the human rights dimension. According to the analysis, the older adults, due to the climate crisis, remain inactive due to extremely hot weather events in the summer months and (albeit unintentionally) go to cooler regions and wait for the temperatures to decrease. This situation causes the older people to be confined to closed spaces and causes physiological and psychological distress.

#### Keywords:

Anthropogenic · Climate Crisis · Older Adults · Destinations

## Giriş

İklim krizi günümüzde tartışmasız bir gerçekliktir ve bu krizin en önemli sorumlusu insanların eylemleridir. İnsan etkinlikleri doğanın kendi dengesini sürdürüebilme kapasitesini aşmış, bu da önemli değişikliklere yol açmıştır. Bu durum doğada geri dönüşü olmayan izler bırakmaktadır. İklim, canlı bir mekanizma gibi etki ve tepki arasında çalışan bir yapıya sahiptir. Varlığımızın temelini oluşturan bu dünyada iklim, hayati bir rol oynamaktadır.

İklim değişikliği, "Nedeni ne olursa olsun iklim koşullarındaki büyük ölçekli (küresel) ve önemli yerel etkileri bulunan, uzun süreli ve yavaş gelişen değişiklikler" olarak tanımlanabilir (Türkeş, 1997, s. 36-37). Bu açıdan değerlendirildiğinde iklim bir sistem olarak ele alınmalıdır. Kendi içinde barındırdığı bir düzen ve mekanizma bulunmaktadır. İklim, doğal iç süreçler olarak adlandırılan yani kendi içinde gerçekleştirdiği her hareketi denge içinde yürütebilen bir sistemdir. Ancak insani tüm zararlı etkilerden dolayı kendini savunmaya da alabilir. Bu savunmanın ne zaman ve nasıl gerçekleşeceği noktasında ise insan bir bilinmezine içine düşmüş olur. Çünkü insanın bu noktada doğadan alacağı karşılığın şiddetini ve zamanını bilmesi zordur. İklim krizi küresel bir sorundur. Bu sorun ülke, kişi, toplum ayırmaksızın gerçekleşmektedir. Ancak bu krize eylemleri açısından çok az etki eden gruplar mevcuttur. Özellikle toplumların kırılgan grupları içerisinde yer alan yaşlılar, bu krizden en fazla etkilenebilecek olan kesimdir. Halihazırda kısıtlı bir hayat süren ve yaşlılığın getirmiş olduğu çeşitli sağlık problemleri yaşayan bu grup, iklim krizinin getirmiş olduğu sert etkilerin doğrudan mağduru olabilecek durumdadır. Ülkemizde ziyadesiyle görünmez konumda olan yaşlı nüfus, ekonomik, sosyal ve sağlık alanlarında karşılaştıkları zorluklarla mücadele etmektedir. Yaşlılar, iklim krizinin etkisiyle yaşla gelen gündelik zorluklarla başa çıkmakta daha da zorlanabilirler.

Yaşa bağlı olarak halihazırda sınırlı olan hareket alanlarının bu krizin etkisiyle daha da kısıtlanması, onların sosyal hayatlarını büyük ölçüde etkileyebilir. İklim krizinin artan etkileri, yaşlı nüfusun refahını ve sosyal katılımını tehlikeye atabilir. Bu durum, acil önlemler ve destekler gerektirebilir; aksi takdirde yaşlıların yaşamları daha da zorlaşabilir. Özellikle, ülkemizdeki kırsal bölgelerde hayatlarını sürdüren yaşlılar, iklim krizinin getirmiş olduğu olumsuz sonuçlardan doğrudan etkilenmektedir. Bu bölgelerde tarım alanları ve gıda üretimi gibi unsurların gerçekleşmesinde bölgedeki yaşlı nüfus istihdam edilmekte ve tarım sektörü üzerinden geçimlerini sağlamaya çalışmaktadırlar (Arun, KarademirArun, & Kocabıyık, 2021, s. 8). Bu bağlamda, yaşlıların iklim krizinin etkisiyle sağlık problemlerinin artması ve yaşam alanlarının daralmasının yanı sıra üretim ve tarımsal faaliyetlerinin de kısıtlandığını söylemek mümkündür.

İklim krizi, yapısı itibarıyla kaotik ve uzun dönem yayılan bir sorundur. Bu kriz, aslında halkı tehdit eden bir sağlık sorunudur. Özellikle yaşlılar açısından değerlendirildiğinde etkisi çok daha önemli bir boyuta ulaşmıştır. 2003 yılında Avrupa'da görülen sıcak hava dalgasında çok sayıda yaşlının vefat etmesi, konuya daha fazla dikkat çekilmesine neden olmuştur. Aslında yaşlanma ve yaşlılık bir problem değildir; ancak alt yapısı, kaynakları, fiziksel koşulların yeterli olmaması, yaşlanma sürecindeki ülkeler açısından bir sorundur (Arun, 2016).

Bu çalışmada, Antalya/Konyaaltı ilçesinde uzun süre yaşamış 65 yaş ve üstü yaşlıların, iklim krizinin artan hava sıcaklığı nedeniyle yaz aylarında yaşam alanlarının değişimi ile yer değiştirme eylemleri ve destinasyon tercihlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yıllar bazında artan bu krizin Konyaaltı ilçesindeki yaşamlarını sürdüren yaşlıların sosyal hayatlarına, nasıl ve ne şekilde etkisi oldu-

ğu sorularına yanıt aranmıştır. Belirlenen bu çerçevede yaşlılar tarafından, antropojenik iklim krizi etkisiyle, bölgede yıllar içindeki meydana gelen değişimlerin karşılaştırmaları da hedeflenmiştir.

### Arka Plan

Antropojenik iklim krizi, birçok bölgede kuraklık olasılığının, şiddetinin ve toplumsal etkilerinin artmasına neden olmuştur. 1979 ve 2019 yılları arasında, dünya çapında kuraklığa bağlı afet olayları milyarlarca dolarlık hasara neden olmuştur. Sel ve kuraklık nedeniyle gözlemlenen ölüm ve kayıplar, yüksek hassas bölgelerde çok daha artmıştır. Bu durumun, insan etkinliği nedeniyle gerçekleştiğini söylemek mümkündür (IPCC, Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability , 2022).

Özellikle iklim değişikliği bağlamında toplumun savunmasız gruplarına da dikkat çeken IPCC 2022 raporu detaylı şekilde incelendiğinde durumun toplumsal yapı bağlamında da etkisinin göz ardı edilmemesi gerektiği önem arz etmektedir. Raporu göre; iklim değişikliği, küresel hidrolik döngüsünü, kuraklığı, gıda güvenliği gibi riskleri artırarak toplumun savunmasız gruplarına büyük oranda etki etmiştir. Artan su kıtlığı ve daha fazla suya maruz kalma sel gibi aşırı olaylar, sosyoekonomik sıkıntılara da yol açmıştır. Özellikle düşük gelirli ülkelerdeki yoksullar, kadınlar, yaşlılar, çocuklar gibi dezavantajlı grupların ve yerli halkların bu krizin getirdiği sonuçlardan doğrudan etkileneceği bildirilmiştir (IPCC, Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability , 2022).

Birleşmiş Milletler Afet Risklerinin Azaltılması Dairesi (UNDRR) tarafından sunulan rapora göre, son 20 yılda kayıtlı olan 6457 doğal afetlerin %90'ı sel, fırtına, sıcak hava dalgası, kuraklık ve diğer iklim unsurlarından oluşmaktadır. Bu aşırı bozulma, insanın kendi eliyle yaratmış olduğu bir tehdittir. Elbette doğal süreçler vardır. Ancak insan eliyle olan bu bozulma doğanın kendi kendini onarmasına izin vermez. Son dönemde, iklim değişikliğinin, nükleer tehlike ve terörizmin ötesinde, gezegendeki tüm canlıları kapsayan potansiyel bir yok oluş tetikleyicisi olarak algılanması giderek yaygınlaşmaktadır (Aksoydan, 2020, s. 32). Bu bağlamda, iklim krizi ve krizin ağır getirisi ile karşı karşıyayız. Bu süreç, yaşam alanlarımızın her alanını ilgilendiren bir süreçtir. Ancak krizin en çarpıcı etkisi IPCC'nin güncel raporunda da belirttiği üzere toplumların kırılgan kesimlerine olan etkisidir. Yaşlı-

lar, bu krizden en fazla etkilenecek kırılgan gruplar arasında yer almaktadır. Özellikle sıcak hava dalgaları, 65 yaş ve üstü yaşlıları ciddi ölçüde etkilemektedir. Bu hava dalgalarının olduğu dönemlerde 65 yaş üstü yaşlıların ölüm ve acil servislere başvuru oranlarında artış gözlemlenmektedir. Sıcak havaya bağlı ölüm oranlarının mega kentlerde daha da artış göstereceği beklenmekte olup her 1 derecelik artışın ölüm oranlarında %1-4 arasında artışa sebebiyet vermesi beklenmektedir (Vaizoğlu & Abuduxike, 2022, s. 9-43).

Antropojenik iklim krizinin neden olduğu tek sorun sıcak havalar değildir. Özellikle sıcak havalara bağlı çıkan yangınların da 65 yaş üstü bireylere etkisi oldukça fazladır. Yangınlar, solunum sistemi sorunlarına neden olacak ortamı yaratmakta ve kanserojen etkili maddeleri açığa çıkarmaktadır. Bu zararlı maddelerden kaynaklı nedenler, yaşlıların kalp ve solunum sistemi sorunlarına sebebiyet vermektedir. Özellikle yangınlar esnasında vefat eden yaşlıların çoğunun hareket kısıtlılığı olduğu belirtilmiştir. İklim krizinin yaşlılara dolaylı etkisi ise kuraklık, sel vb. olaylar sonrasında gıdaya kolay ulaşamamaları ve dolayısıyla yetersiz beslenmeleri sonucunda birçok hastalıkların tetiklenmesidir. Yaşlıların besin değeri düşük ve temiz olmayan gıdaları tükettiği belirlenmiş olup bu durum iklim krizinin sonuçlarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır (Vaizoğlu & Abuduxike, 2022, s. 9-43).

“Yaşlılar iklim krizine bağlı afetlerden en fazla etkilenen toplumsal kesimlerden birisi. Uluslararası insan hakları hukuku kapsamında devletler ve sorumlu diğer taraflar iklim krizinin etkilerine karşı tedbirleri alırken yaşlı haklarını korumakla yükümlü. Ancak iklim krizine bağlı afetlere karşı tedbirleri alırken mutlaka akılda tutulması gereken önemli bir husus var: yaşlılar homojen toplumsal bir grup değil!” (Arun & Karademir Arun, 2023, s. 9).

İklim krizinin sonuçları bakımından olumsuz etkilenen kırılgan gruplardan biri olan yaşlıların, yaşanan bu krizin sonucuna bağlı olarak eşit şekilde etkilenmesinden söz etmek mümkün değildir. İçlerinde dul, engelli, yalnız yaşayan, hiç evlenmemiş, demans/alzheimer hastaları, göçmen yaşlılar gibi çeşitli kesimlere ayrılmış olan yaşlılar, özellikle iklim krizine bağlı afetlerden orantısız şekilde etkilenmektedir (Arun & Karademir Arun, 2023, s. 9). Özellikle yaşlılar var olan krizin etkisinin azaltılması ve çözüm üretilmesi noktasında

ihmal edilmemesi gereken kırılgan grupların başında gelmelidir. İklim krizine bağlı gerçekleşen güncel 39 vakaya göre özellikle yaşlılar şiddet, ihmal, istismar ve yaş ayrımcılığına bağlı olarak hak ihlallerine uğramıştır (Senexizleme, 2023). Bu bağlamda, başta Avrupa insan hakları sözleşmesi ve uluslararası düzeyde yayınlanan insan hakları sözleşmelerince güvence altına alınmış olan yaşam hakkı, barınma hakkı ve özellikle çevre güvenliği hakkının ihlal edildiği gözlemlenmektedir (Arun & Karademir Arun, 2023, s. 40). Yaşlı hakları ulusal eylem planı (2023-2025) amaç bölümünde yer alan “yaşlı bireylerin diğer herkes gibi toplumsal hayatta bağımsız bir şekilde yer alabilmeleri için tüm insan hak ve özgürlüklerinden yararlanmaları ve kendileriyle ilgili karar süreçlerine katılımı esastır.” maddesi yer almaktadır. Bu maddeye göre yaşlıların toplumsal hayata katılımı ile amaç ortaya konmuştur (Türkiye Cumhuriyeti Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2023, s. 25). Türkiye’de yerel yönetimler iklim müdürlükleri kurarak iklim krizinin sonuçları ve etki alanı açısından çalışmalar yürütmektedir. Ancak iklim krizinin yaşlılar üzerine etkisi hakkında detaylı hiçbir veri bulunmamaktadır (Arun & Karademir Arun, 2023, s. 39).

Sosyalleşme yaşlılar açısından çok önemlidir. Sosyal ilişki çeşitliliği, yaşlıların hayatlarına anlam katmaktadır. Bu ilişkiler sosyal çevrelerindeki arkadaşları, aile bireyleri, eşleri, akrabaları şeklinde nitelendirilmektedir. Bu sosyal ilişki ağında var olan kişilerle herhangi bir sorun yaşanması çeşitli sosyal sorunları da getirmektedir (Demirbaş, 2018, s. 118-133). Şüphesiz ki, yaşlı nüfusu olan ülkeler sosyal, sağlık, ekonomik alanda birçok yenilikçi ve uzun vadeli çözümler üretmelidir. Bu durum, ülkelerin politika geliştiricilerinin konusu geçen alanlarda mevcut politikalarını gözden geçirmesi ve değerlendirmesiyle gerçekleşebilir. Bu bağlamda, yaşlı bireylerin üretken ve topluma entegre olacak şekilde yer almasını sağlayacak yaşlanma stratejilerinin belirlenmesi, yaşlanan toplumlar açısından önem arz etmektedir (Oğlak, 2018, s. 223).

İklim krizi etkisi bir insan hakkı boyutu olarak değerlendirilmelidir. İklim krizinin yarattığı çarpıcı etki yaşlıların özgürlüklerinin ve sosyalleşmelerindeki tehdidin, insan hakları açısından ahlaki bir değerlendirme ile ele alınması gerekmektedir. Var olan haklar açısından değerlendirmenin yanı sıra, sahip olunan haklara yenilerinin eklenmesi bu noktada ahlaki bir yükümlülük olarak değerlendirilmelidir.

Temelde insan hakları hukuk kurallarına bağlılıktan ziyade etik bir yaklaşımı barındırmaktadır (Roschmann, 2021, s. 1165-1166). Bu çalışmanın incelediği sorunu insan hakları boyutuyla ele almanın, araştırmancının amacı ve vurgulamak istediği noktaları daha açık bir şekilde ortaya koyacağı düşünülmektedir. Araştırmancının desteklediği kuramsal arka planını ise “yaşam seyri perspektifi” oluşturmaktadır. Yaşam seyri perspektifi, yaşlıları sadece 65 yaş ve üzeri bireylerle sınırlamak yerine yaşlıların deneyimlerini daha kapsamlı bir şekilde ele almayı amaçlar. Sadece yaşlarına dayalı bir tanımlama, ayrımcı algıların devam etmesine neden olabilir. Bu nedenle yaşlı bireyleri sadece yaşlarına göre değil, deneyimlerine, ihtiyaçlarına ve katkılarına dayalı olarak değerlendirmek daha adil bir yaklaşım olabilir (Arun, 2018, s. 7-20). Yaşlılık sosyolojisi alanındaki araştırmaların odak noktası, yaşlılık ve yaşlanma deneyimini bireysel ve toplumsal boyutlara çekmektedir. Çeşitli araştırmalar, yaşlılık dönemindeki sosyal ilişkiler, yapısal eşitsizlikler, yaşlıların sosyal katılımı ve bireysel ihtiyaçlarının korunması gibi konuları inceleyerek, yaşlılığın etkilerini anlamak ve çözüm üretmek amacıyla gerçekleştirilmektedir. Yaşam seyri perspektifi, yaşlılık ve daha önceki yaşam aşamaları arasında ilişki kurulmasını sağlamaktadır (Akış & Yaylagül, 2020, s. 292-293). Bu bağlamda, araştırmancının amacı doğrultusunda yaşlıların Antalya/ Konyaaltı ilçesindeki geçmiş yaşantıları, eylemleri hakkında bilgi edinerek, bugün ilçedeki iklim krizinin etkilerinden geçmiş faaliyetlerinin nasıl ve ne yönde değiştiğinin kıyaslanması önemlidir.

Yukarıdaki arka plandan hareketle, Antalya’nın Konyaaltı ilçesinde yaşayan 65 yaş ve üstü yaşlıların, bölgedeki antropojenik iklim krizi etkisi altındaki yaşamlarını, günlük aktivitelerini, destinasyon tercihlerini ve yaşadıkları değişimleri anlamak amacıyla bir araştırma yapılmıştır. Bu nedenle, bölgede yaşayan yaşlıların, görüşleri ve yaşadıkları değişimleri tespit etmek hedeflenmiştir. Sahadan elde edilen verilerle, bölgedeki antropojenik iklim krizinin yaşlılar üzerindeki etkisini anlamak, yaşlılar için nasıl çözümler üretilebileceğine dikkat çekmek ve bu konudaki eksiklikleri gidermek amacıyla hazırlanan bu çalışmanın, literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## Yöntem

Bu çalışmada, 65 yaş ve üstü yaşlıların iklim kri-

zine bağlı yer değiştirme ve destinasyon tercihleri incelenecektir. Bu doğrultuda, araştırma soruları gereği çalışmada anlamacı yorumlamacı yöntem benimsenerek nitel araştırma deseninin kullanılması uygun görülmüştür.

Nitel araştırmada, önemli olan konunun göz ardı edilen noktalarına değinmek ve derinlemesine araştırmaktır. Bu bağlamda, nitel yöntemin gereklilikleri doğrultusunda tasarlanan bu çalışmada veri toplama aracı olarak kullanılacak teknik ise derinlemesine görüşme tekniğidir. Derinlemesine görüşme ile iklim krizinin 65 yaş ve üzeri yaşlıların sosyalleşmesinin, gündelik yaşantılarının ve destinasyon seçimlerinin nasıl etkilendiği irdelenecektir. Araştırmanın örnekleme, nitel çalışmanın gerekliliği doğrultusunda amaçlı örneklem olarak belirlenmiştir. Amaçlı örneklemin bir türü olan kartopu örneklem yöntemi kullanılarak katılımcılara ulaşılmıştır. Bu örneklem belirleme tekniği ile benzer etkileri yaşayan bir başka kişiye daha hızlı şekilde ulaşmak amaçlanmıştır.

Araştırma, yarı yapılandırılmış görüşme-mülakat tekniği kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara, araştırma konusunun gerekliliği doğrultusunda yarı yapılandırılmış 11 soru hazırlanmıştır. Hazırlanan sorular, araştırma amacının hedefleri ile paralellik oluşturmaktadır. Görüşmenin seyrine göre, katılımcılara ilave sorularla konu hakkındaki edinilen verinin derinleşmesini sağlamak hedeflenmiştir. Görüşmeler yüz yüze gerçekleşmiştir. Görüşmelerden önce katılımcıların rızası alınarak, araştırmanın amacı detaylı bir şekilde açıklanmış olup görüşmeler, katılımcıların onayı ile ses kayıt cihazına kaydedilmiştir. Böylelikle katılımcıların gönüllü bir şekilde araştırmaya katılması sağlanmıştır.

Araştırmanın örneklemini Antalya/Konyaaltı ilçesindeki yaşlı bakım evleri, huzur evleri, yalnız yaşayan yaşlılar ve emekliler kahvesi oluşturmaktadır. Araştırmanın saha sürecine öncelikle emekliler kahvesinde başlanmıştır. Buradaki görüşmelerden önce ilçenin bağlı olduğu Konyaaltı Belediyesindeki yetkili birimlerden izin alınmıştır. Yerel yönetimlerin son dönemde faaliyete geçirdiği emekliler kahveleri, yaşlı yetişkinlerin aktifleşmesini sağlamak amacıyla önemli bir alandır. Bu mekanlarda yaşlıların etkinlikleri, bu alanlardaki etkinliklerin yaşlılar üzerindeki etkisi ve yaşlıların bu tür yerlerin oluşumuna yönelik düşünceleri değerlendirilmek üzere görüşmelere öncelikle il-

çede bulunan emekliler kahvesinden biri olan Uncalı mahallesinde başlanmış olup, Liman mahallesindeki görüşmelerle devam edilmiştir. İlçedeki huzur evleri ve bakım evleriyle görüşmeler ise yetkili müdürlerden izin alınarak katılımcıların gerekli sağlık şartları göz önüne alınması kaidesiyle yapılmıştır. Bu görüşmelerdeki 3'ü kadın 1'i erkek olan katılımcıların görüşmeyi yarıda keserek devam etmek istememeleri nedeniyle görüşmeler verilere eklenmemiştir. Ayrıca bakım evleri ve huzur evlerindeki yaşlıların çoğunun demans ve alzheimer hastası olmaları nedeniyle, görüşmeler huzur evleri ve bakım evleri açısından az katılımcıyla gerçekleşmiştir. Bu doğrultuda belirlenen örneklemlerden toplamda 9 yaşlıyla görüşmeler tamamlanmıştır.

Öncelikle katılımcılardan elde edilen ses kayıtları deşifre edilerek belge dosyası oluşturulmuştur. Deşifre edilen belgeler, veri analiz programı olan MAXQDA yazılımına aktarılmıştır. Böylelikle program üzerinde bir proje dosyası oluşturulmuştur. Veriler üzerinde, Strauss & Corbin'in nitel araştırma kodlama paradigması göz önüne alınarak kodlamalar yapılmıştır. Öncelikle open code (açık kodlama) yapılmıştır. Ardından exen code (eksen kodlama) ile elde edilen kodlamalar birleştirilmiştir ve alt temalara ayrılmıştır. Oluşturulan alt temalar ile araştırmanın ana başlıkları düzenlenmiştir. Son olarak selective code (seçici kodlama) ile araştırma temalaştırılmıştır. Bu analiz yöntemi ile veriler için örnek kod kitabı oluşturulmuştur (Strauss & Corbin, 1998, s. 123-163).

Veriler yazılım programına aktarıldıktan sonra yukarıda belirtilen çözümlenmeler ile araştırma analiz edilerek sistem üzerinde belge dosyaları oluşturulmuştur. Veriler üzerinde "kod alt kod modeli" ile işaretlemeler yapılmıştır. Böylelikle verilerin görselleştirilmesi, analizin daha net ve anlaşılır hale gelmesini sağlamıştır. Her kod modelinin yanında yer alan belge temelli kodlama ve kod temelli kodlama alanlarından oluşan frekanslar verilmiştir. Belge temelli kodlama, işaretlenen kodun kaç görüşme belgesinde yer aldığını göstermektedir. Kod temelli kodlama ise kodun belgeler içerisinde kaç defa tekrar ettiğini göstermektedir. Bu frekanslarla araştırmacının analiz sırasında bulguları yönlendirmesinin önüne geçilmektedir. Bu araştırmanın analizi sırasında ise kod modellerinden "kod temelli kodlama" ile veriler üzerinde toplamda 268 işaretleme yapılmıştır. Bu işaretlemelerin ardından yaratıcı kodlama bölümünde ve-

riler üzerinde işaretlenen kısımlar tasnif edilerek alt temalar elde edilmiştir. Böylelikle araştırmanın teması belirlenerek alt tema ve en sık kodlanan bölümler tablo haline getirilmiştir. Aşağıda yer alan Tablo 1'de "kod temelli kodlama" ile elde edilen kod kitabı yer almaktadır.

**Tablo 1.** Araştırma kod kitabı

TEMA	ALT TEMA	KOD
Antropojenik İklim Krizi	1. Antropojenik İklim Değişikliği Nedenleri	1.1 Ağaçlık alanların Yok Edilmesi 1.2 Binaların Artması 1.3 İnsan Eylemleri 1.4 Nüfus Artışı
	2. Antropojenik İklim Değişikliği Sonuçları	2.1 Mevsim Değişimi 2.2 Doğanın Dengesinin Bozulması
	3. Yaşlılar Açısından Etkisi	3.1 Psikolojik Etkiler 3.2 Sağlık Sorunlarında Artış
	4. Yaşlıların Sosyal Hayatı	4.1 Evden Çıkamamak 4.2 Eylemlerin Kısıtlanması
	5. Destinasyon Tercihleri	5.1 Yayla

**Tablo 2.** Katılımcıların demografik özellikleri

Katılımcı Numarası	Yaş	Cinsiyet	Medeni Hali	Çocuk Durumu
K1	72	Kadın	Dul	3
K2	72	Erkek	Evli	2
K3	65	Kadın	Hiç Evlenmemiş	Yok
K4	83	Erkek	Evli	3
K5	87	Kadın	Dul	3
K6	65	Kadın	Evli	4
K7	79	Erkek	Dul	1
K8	66	Kadın	Dul	1
K9	90	Erkek	Dul	Yok

**Tablo 3.** Katılımcıların demografik özellikleri

Eğitim Durumu	Meslek	Özel Durum	Görüşme Tarihleri
İlkokul	Ev hanımı	Kanser Hastası	22.06.2023
Üniversite	Emekli Öğretmen	Yok	22.06.2023
Ortaokul	Ev hanımı	Engelli	22.06.2023
İlkokul	Firma Yöneticisi	Engelli	24.06.2023
Hiç Okula Gitmemiş	Ev hanımı	Yok	24.06.2023
Ortaokul	Ev hanımı	Yok	2.07.2023
Üniversite	Emekli Öğretmen	Huzurevi	19.07.2023
Üniversite	Emekli Memur	Huzurevi- Engelli	28.07.2023
Üniversite	Emekli Memur	Huzurevi	28.07.2023

## Bulgular

### Demografik Bulgular

Araştırmanın amacı doğrultusunda katılımcılar, Antalya/ Konyaaltı ilçesinde yaşayan 65 yaş ve üstü yaşlılar olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda katılımcıların demografik bilgileri Tablo 2 ve Tablo 3'te yer almaktadır.

Görüşmeler, 22.06.2023- 28.07.2023 tarihleri arasında yapılmıştır. Katılımcılar K şeklinde kodlanmıştır. Katılımcıların 5'i kadın 4'ü erkek yaşlılardır. Katılımcı profili belirlenirken, özel durumlar göz önünde bulundurularak seçimler yapılmıştır. Oluşturulan profile göre; 1 kanser hastası ve dul kadın katılımcı, 1 engelli ve hiç evlenmemiş kadın katılımcı, huzurevinde engelli ve dul kadın katılımcı ve 1 engelli erkek katılımcılarda görüşmelere dahil edilmiştir. Böylelikle araştırmanın amacı doğrultusunda tek bir katılımcı profili yerine, farklı sorunlar ile baş etmek zorunda olan yaşlı kesimleri de dahil ederek, araştırmanın bulguları yorumlanırken konunun çoklu boyutlarla ele alınması hedeflenmiştir.

İlk olarak katılımcıların eğitim durumlarına bakıldığında, katılımcılardan 4 kişi üniversite mezunu, 2 kişi ortaokul mezunu, 2 kişi ilkököl mezunu ve 1 kişi hiç okula gitmemiş olarak belirlenmiştir. Üniversite mezunlarından 3 kişi erkek katılımcıdır. Kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre eğitim düzeylerinin düşük olduğu göze çarpmaktadır. Katılımcıların yaş kriterleri de birbirlerinden farklılık göstermektedir. Katılımcıların, eğitim düzeyleri ve farklı yaş gruplarından oluşları, yaşlılıktaki bakış açıları ve görüşlerinin değerlendirilmesi açısından araştırmanın analizi için önemli bir nokta olarak görülebilir. Araştırmanın temel amaçlarından biri de Antalya/ Konyaaltı ilçesinin antropojenik iklim krizi nedeniyle yıllar içerisindeki değişiminin vurgulanmasıdır. Bu bağlamda, katılımcıların yaşlarının farklılığı ve deneyimleri bölgenin yıllar içindeki değişiminin karşılaştırılması açısından belirleyici unsurlardan olmuştur. Bir diğer çarpıcı unsur ise 4 kadın katılımcının ev hanımı olmasıdır. Bu kadın katılımcılardan 1 kişi kanser hastası, diğer kadın katılımcının ise engelli, hiç evlenmemiş ve yalnız yaşamayı, araştırmanın yorumlanmasında dikkat çekilmesi gereken önemli unsurlardan bir tanesidir. Huzurevinde yaşayan ve araştırmaya dahil olan 3 katılımcıdan 2 kişi erkek, 1 kişi ise kadındır.

Kadın katılımcının engellilik durumu mevcuttur. 1 erkek katılımcı ise duldur ve çocuğu yoktur.

### Nitel Bulgular

Nitel bulguların değerlendirileceği bu bölümde, araştırma kod kitapçığında yer alan Antropojenik İklim Değişikliği Nedenleri ve Sonuçları, Yaşlılar Açısından Etkisi, Yaşlıların Sosyal Hayatı ve Destinasyon Tercihleri alt temaları ile katılımcıların görüşlerine ve deneyimlerine yer verilerek bulgular değerlendirilecektir.

### Antropojenik İklim Değişikliği Nedenleri

Araştırmanın amacı doğrultusunda şekillenen bu alt başlık, verilerin analizi esnasında katılımcıların üzerinde yoğunlaştığı en çarpıcı başlık olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu paralellelikle 9 katılımcının kodlama analizi doğrultusundan yola çıkarak katılımcılar Antropojenik iklim değişikliği nedenlerini; bina sayılarının artması, eğitimsizlik, nüfus artışı, ağaçlık alanların yok edilmesi, bilinçsizlik, kontrolsüz insan eylemleri ve bunun doğrultusunda oluşan mevsim değişikliği, aşırı hava olayları olarak ele almışlardır. Bu bağlamda K2 özellikle eğitim ve bilinçlenme konusuna vurgu yaparak konuyu şu şekilde aktarmıştır:

"Acil şekilde insanların bilinçlenmesi gerekmektedir. Özellikle okullarda bunun için eğitimler vermeliyiz, bilinçlendirmeliyiz. Çevreye sahip çıkmanın temeli başta kendini eğitmekle alakalı. Kendine saygılı olan çevreye zaten olur. Bu nedenle, hem kendimizi hem de çevremizi duyarlı olmaya davet etmeliyiz."(K2, Erkek, 72 yaşında).

K2 emekli bir öğretmen ve özellikle eğitim vurgusu yaparak bireylerin çok küçük yaşlardan itibaren doğaya ve insan harici yaşayan tüm canlılara saygılı olarak eğitilmesinin önemli olduğunu altını çizmiştir. Çünkü ona göre "Her şey bizimle başlar, bizimle biter. Biz önce bir olmalıyız. Böylelikle güçlü oluruz." K4 ise eğitime vurgu yapan bir diğer katılımcımızdır. Ona göre:

"Doğayı temiz tutacaksın ki karşılığı güzel olmalı. Eğer kötü davranırsak kötü sonuç elde ederiz. Devlet, insanları eğitmeli. Okullarda başlamalı bu temizlik eğitimi. Ailede başlamalı. Öyle sigara atmamalı, çöp atmamalı, ağaçları yok etmemeli."(K4, Erkek, 83 yaşında).

K8 ise bu krizin etkisinin en önemli unsurunun insanların eğitimsizliği ve cehaleti ile ilişkilendiren bir başka katılımcımızdır. Ona göre:

“Çok fazla okumalıyız. Cahilliği yok etmeliyiz. Bilinçsiz insanların eğitilmesi şart ancak çok geç kalmış olabiliriz. O kadar bencilce hareket ediyoruz ki akıl alır gibi değil. Bireysel olarak en basiti doğaya çöpünü atma mesela. Denizi kirlletme, bulduğun gibi bırak. Bunlar zor değil. Daha çok bilinçlendirilme yapılmalı. Televizyonlar, dergiler, makaleler yayınlanmalı ki dikkat çeksin. Yeşil alana sahip çıkalım” (K8, Kadın, 66 yaşında).

Elde edilen veriler doğrultusunda katılımcılar, yaşanan bu iklim değişikliğinin en temel nedenini bilinçsizliğe, eğitimsizliğe ve toplumumuzun daha çok okuması gerektiğine bağdaştırmışlardır. Bu temel çıkarımlar doğrultusunda insani faaliyetlerimizin daha kontrol edilebilir olacağını çıkarımını yapmak mümkündür. Çünkü eğitime önem veren toplumun, faaliyet gösterdiği eylemler de ona göre şekillenecektir. Yaşanılan bu mevcut krizin en önemli nedenleri aslında insan eylemleridir. Bu bağlamda, katılımcıların bu eylemlerin en temel nedenini eğitimsizlikle bağdaştırmaları en çarpıcı vurgudur. Göze çarpan bir diğer önemli nokta ise Antalya/Konyaaltı ilçesindeki bina sayılarının artması doğrultusunda ağaçlık alanların yok edilmesi ve buna bağlı olarak artan sıcaklık vurgusudur. Bu bağlamda K5’in yorumu şu şekildedir:

“O zamanlar bina yokken denizden gelen esintileri her yerde hissederdin. O zamanlar daha iyiydi niye iyiydi biliyor musun? Apartman yoktu. Esintiyi kesmiyordu. Ama şu binalar yapılabildi iklim şaşırdı. Mesela o kadar çok çarpık binalar var ki sıcaklık evlere yani betona vuruyor, bize de daha sıcak olarak yansıyor. İç içe binalar olunca ne olacak? Yapıları da çarpık bir şekilde imar ettiler. Ee böyle olunca ne olur? İklim dengesi şaşar. Ağaçları kesersen işte bu olur”(K5, Kadın, 87 yaşında).

K9 ise Antalya/Konyaaltı ilçesindeki mevsimsel değişimi, bina sayısı ve ağaçlık alanların yok edilmesiyle ilişkilendirerek şunları eklemiştir:

“Binaların çok olması, yeşil alanların yok olması sonucu Konyaaltı mahvoldu. Önceden hava katlanılabildi. Şuana geldiğimizde nefes alacak yer kalmadı ki. Nem oranı daha da arttı. Nedeni ise ağaçların yerine binaların olması olabilir. Ağacın olduğu yerde nefes alınır. Ancak bu kadar nüfus artışı varken bu binalar varken ağaçların olmaması şaşırtıcı. Antalya genel olarak ye-

şil alandı, kırlıktı. Bu binaların plansız olması da iklim krizini tetiklemektedir. Yani bu sıcaklık artışı, ağaç olan Konyaaltı’nda daha katlanabilirken, bina haline gelince katlanamıyorsak oturup düşünmemiz gereklidir.”(K9, Erkek, 90 yaşında).

Yaşanılan bu krizin nedenlerinden en önemlisi ağaçlık alanların yok edilerek bina sayılarındaki artış olarak değerlendirmek mümkündür. Özellikle Antalya/Konyaaltı ilçesindeki çarpıcı değişim göz önüne alındığında son yıllardaki nüfus artışı ve artan göç oranları, ilçede var olan yeşil alanların yok edilerek yerleşim yerlerine çevrilmesine neden olmaktadır. Tabi bu bina artışlarının hesabını yaparak, çevreye uyumlu bir düzenle alanların imara açılması en önemli noktadır. Konyaaltı ilçesinin en önemli özelliği ağaçlık alanlarıdır. İlçe mandalina, portakal, limon, zeytin ağacı gibi çeşitli ürünlerin yetiştirildiği en önemli bölgelerden bir tanesidir. Ancak son yıllardaki yapılaşmalar ilçenin bu özelliğini yitirmesine sebep olmuştur. Tabi bu durum bölgenin en önemli tarımsal ürünlerinin üretiminin sekteye uğraması demektir. K5, bölgede 50 yıldır yaşamış ve bölgenin çarpıcı değişimine hâkim olan biri olarak konuyla alakalı şunları iletmiştir:

“İnsanlar çoğaldı tabi. Nüfus arttıkça kirlilikte arttı. Arazileri işgal ettiler. Antalya böyle değildi. Kasaba gibiydi. Yemyeşildi. İnsanlar çoğaldıkça da doğaya olumsuz etkiliyor. Bak önceden Konyaaltı denizinin dibini görürdük. Çok berraktı. Şimdi kirliliği, yediklerini atmışlar içtiklerini atmışlar. İklim ne yapsın? Geri dönüşü olmayacak şeyler yapıyoruz. Bir de önemli nokta Konyaaltı’nda tarım alanları da vardı. Ekim yapardık, dikedik bereketli toprakları da vardı yani, şimdiyse bina. Önceden o kadar bereketliydi ki ucuza satılırdı. Hatta bedavaya bile veriliyordu. Aha şimdi apartman bak. Gidin apartmanı yiyin şimdi. İklim değişmez mi? Kendi ellerimizle yaptık. Hayır bak bir de buralar çorak, çamur, kum... diktiler binaları buraya yarın bir deprem olsa bittik. Hem doğanın katili hem insanların da katili olurlar”(K5, Kadın, 87 yaşında).

Katılımcılardan elden edilen veriler doğrultusunda, Antalya/ Konyaaltı ilçesinde geçmiş yıllara göre ciddi ölçüde değişim olduğunu söylemek mümkündür. Antalya, Köppen iklim sınıflandırmasına göre, yazları kurak, kışları ise ılık geçen Akdeniz iklim özelliğine sahip bir şehirdir (Devlet Meteoroloji İşleri Müdürlüğü, 2017). Ancak bölgedeki yıllar içindeki değişimi ve artan sıcaklıkları, insan faaliyetlerindeki kontrolsüzlüğe ve aşırıya bağlamak mümkündür. Katılımcılar, ilçede önem-

li bir değişim olduğunu, yapılaşmanın arttığını ve buna bağlı olarak yeşil alanların yok edildiğini dile getirmişlerdir. Geçmiş yıllara göre ilçenin bu çarpıcı değişiminden kaynaklı yaşlıların, faaliyetlerinin kısıtlandığını, buna bağlı olarak ilçenin kontrolsüz yapılaşma ile eski yeşil görüntüsünden uzaklaştığını söylemek mümkündür.

### Antropojenik İklim Değişikliği Sonuçları

Verilerin analizi doğrultusunda elde edilen bu alt başlıktan hareketle katılımcılar, iklim değişikliğinin en önemli sonuçlarının mevsim değişikliği, doğanın dengesinin bozulması ve bunun sonucunda geri dönülmez bir tehlikenin içinde olduğumuzun vurgusunda bulunmuşlardır. Katılımcılar umutsuzluğun, geç kalmışlığın, çaresizliğin altını çizerek gelecek nesiller açısından endişe duyduklarını dile getirmişlerdir. Katılımcıların 65 yaş ve üstü yaşlılardan oluşması, mevcut dönem ve önceki dönemlerin kıyaslanması açısından önemli deneyimler, görüşler elde etmemizi sağlamıştır. Katılımcılar, yeni nesillerin daha tüketim odaklı olmasının ve bunun sonucunda insan eylemlerinin kontrolsüz bir noktaya gelmesinin farkındalık açısından önemli olduğunu altını çizmişlerdir. K3 bu konuyla alakalı düşüncelerini şu şekilde ifade etmiştir:

“Bir ormanı mı tercih edersiniz binaları mı? Binalar oksijen mi üretiyor? Hayır. Bunlar hep iklim krizini tetikledi. Bu insanlardaki kontrolsüzce tavırlar, çılgın tüketimler ve korkunç eylemler krizi tetikledi. Umarım bazı şeyler için geç kalınmaz.”(K3,Kadın,65 yaşında).

Var olan bu kriz ile nasıl mücadele edilmeli noktasında katılımcıların, endişeli olduklarını ve bunu için umutlarının pek olmadığını söylemek mümkündür. K5, umutsuz olanlardan biri. Ona göre:

“Burası sıcak memleket evet ama insanlar dikkat etmeli. Pek umudum yok. Düzelmez, insanlar eğitilmeli. Doğa bunca negatif birikime maruz kaldı. Karşılığını verecek mecbur. Ağaçlandırma yapmalıyız hem de çam ağacı olmalı. Başka elimizden bir şey gelmez sanki. Umudum yok. Çok geç kaldık çok. Bu saatten sonra iklimi kontrol edemezsin. Birikimi püskürtecek illa ki.”(K5,Kadın,87 yaşında).

Artan sıcak hava olayları ve buna bağlı olarak mevsim değişimleri Konyaaltı ilçesinde belirgin şekilde gözlemlenmektedir. Katılımcılardan elden edilen bilgiler ve deneyimler ile geçmiş yıllara görece son yıllarda Antalya'da yaz aylarının daha

kurak, nemli ve aşırı sıcak olduğunu söylemek mümkündür. Mevsimlerin vaktinde yaşanmadığını dile getiren katılımcılar, Antalya'da son yıllarda yaz aylarının daha geç başladığını, bahar aylarının artık yaşanmadığını ve kış aylarının ise ya kontrolsüz yağışlar ya da hiç yağış almaması şeklindeki değerlendirmeleriyle, bölgedeki mevsim değişikliğinin gözle görünür bir gerçeklik olduğunu dile getirmişlerdir.

### Yaşlılar Açısından Etkisi

Hava koşullarının değişkenliği, bölgedeki yaşlılar açısından farklı etkilere yol açmaktadır. Huzurevlerindeki yaşlılar, engelli yaşlılar, yalnız yaşayan yaşlılar, bekar yaşlılar, bu krizin etkisiyle farklı sıkıntılar ile yüzleşmektedir. Buna karşın yaşanan iklim krizinin getirisiyle mücadele etme noktasında çözüm üretme mekanizmalarının olmaması önemli bir detay olarak göze çarpmaktadır. Hareket alanlarının kısıtlı oluşu, çözüm üretme yetkilerinin ellerinde olmaması, yaşa bağlı çeşitli sıkıntılar yüzünden çaresiz kalmalarından ötürü bu konu, yaşlılar açısından dikkatle ele alınmalıdır. Yaşlılar, çeşitli zorluklarla mücadele ederken, özellikle psikolojik olarak çaresizlik ve umutsuzluk duygularıyla karşılaşarak geri çekilme ve içe kapanma eğilimi gösterebilirler. Katılımcılardan elden edilen veriler değerlendirildiğinde, Antalya/Konyaaltı ilçesinde yaz aylarında yıllar içinde artan hava sıcaklıkları sebebiyle yaşlıların zorunlu izolasyon yaşadıklarını söylemek mümkündür. Halihazırda yaşa bağlı çeşitli sağlık problemleri yaşayan yaşlılar, artan sıcaklıklar nedeniyle yaşadıkları sağlık sorunlarının daha da artma riski ile karşı karşıya kalmaktadır. Katılımcıların, Antalya/Konyaaltı ilçesinde sıcak havalardan nasıl ve ne şekilde etkilendikleri noktasında, yalnız yaşayan, hiç evlenmemiş ve engelli katılımcımız K3 şu şekilde cevap vermiştir:

“Çok nem olduğu için bir kere nefes almakta çok güçlük çekiyorum. Kalp çarpıntım var, tansiyon hastasıyım bundan dolayı sokağa çıkmıyorum.”(K3,Kadın,65 yaşında).

Bir başka engelli katılımcımız K4 ise benzer cevap vermiştir. Ona göre:

“Dizlerim sakat, belim kırıldı, platinim var açıkçası evde geçiriyorum. Hiçbir yere gidemiyorum inanın. Hava çok sıcak evde klimada kalıyorum.”(K4,Erkek,83 yaşında).

Sıcak havalarda sağlık sorunlarına değinen bir başka katılımcımız olan K6'nın yorumu ise şu şekildedir:



"Açıkçası sağlığımla çok etkiliyor. Klimada kalsam rahatsızlık veriyor. Sabah sahile gidiyorum ancak yine klima altına dönüyorum."(K6,Kadın,65 yaşında).

Huzurevlerindeki yaşlıların verileri değerlendirildiğinde katılımcılar, aşırı sıcaklıklara "katlanmak" zorunda kaldıklarını ifade etmişlerdir. Bu durum, mevcut koşullarından dolayı hareket alanlarının kısıtlı olması ve gidecek yerleri olmaması sebebiyle aşırı sıcaklar karşısında bir çaresizlik hissi yaratmaktadır. Bu nokta, konunun dikkat çekilmesi açısından önemlidir. Huzurevinde yaşayan K7' nin cevabı şu şekildedir:

"Olumlu etkiliyor diyemem. Katlanmaktan başka bir seçeneğimiz yok ki. Özellikle biz yaşlılar burada katlanmak zorundayız sanki. Huzurevindeyim, çalışanlar da çok yoğun onlara da yük olmak istemiyorum. Pek dışarı çıkmıyorum maalesef. Her gün çıkmak isterim ama sağlığım el vermiyor. Aşırı sıcak ve nem beni çok kötü etkiliyor. Tabi sosyal hayatım da olmuyor. Bol bol su içiyorum."(K7,Erkek,79 yaşında).

Yaşanan bu krizin yaşlılara etkisi sadece fiziksel boyutla sınırlı değildir. Katılımcıların görüşmeler esnasında kullandıkları kelimeler değerlendirildiğinde sık sık "umutsuzluk", "çaresizlik", "katlanmak zorunda kalmak", "gelecek nesiller için endişe duymak" vurguları gözlemlenen bir başka boyuttur. Bu nedenle, yaşlıların bir de psikolojik olarak tedirginlikleri göze çarpmaktadır. Bu bakımdan değerlendirildiğinde hem yaşayan canlılar için hem gelecek kuşaklar için hem de gezegenimiz için umutsuzluk ve endişe duygularını beslemeleri sebebiyle yaşlıların psikolojik açıdan zorlandığını söylemek mümkündür. Bu bağlamda, iklim krizinin ele alındığı sorularda engelli ve huzurevinde yaşayan K8 şu cevabı vermektedir:

"Bunları okuyorum ve psikolojim bozuluyor. Şahidim eskiden mevsimler yerindeydi. Tam zamanında yağış olur tam zamanında yaz gelirdi. Şimdi bakıyorum göller kuruyor, yeşil alanlar yanıyor, yok ediliyor, tarım alanları talan ediliyor. İnan bunları düşündükçe denge ve psikolojim bozuluyor."(K8,Kadın,66 yaşında).

## Yaşlıların Sosyal Hayatı

Katılımcıların, yaz aylarındaki sosyal hayat ve aktiviteleri değerlendirildiğinde, bölgede artan sıcaklık ve nem oranları sebebiyle yaşlıların evden çıkmayarak, çeşitli serinleticiler ile yaz aylarını geçirdikleri gözlemlenmiştir. Katılımcıların, yıllar önceki deneyimlerine bakıldığında, bölgede yaz aylarında akşam saatlerinin nispeten daha serin ve tahammül edilebilir olduğunu, sosyal hayatlarının ise daha hareketli olduğunu söylemek mümkündür.

K6 yaz aylarındaki sosyal hayatını şu şekilde ifade etmiştir:

"Benim yaştakiler bu sıcakta plan yapamıyor işte. Hareketsiz kaldık. Önceden yürürdük, çarşıya giderdik, pazara giderdik ancak artık onu bile yapamıyoruz yaz boyunca."(K6,Kadın,65 yaşında).

87 yaşındaki katılımcımız K5 ise sosyal hayatlarındaki değişimi şu şekilde ifade etmiştir:

"Evde oturuyorum klimayı açıyorum. Sosyal hayat kalıyor mu? Ben bundan 10 yıl önce çıkar gezerdim yaz aylarında. Ama şimdi şu tıkkışık binalar yüzünden eve tıkanan biz olduk." (K5,Kadın,87 yaşında).

Yaz aylarındaki artan sıcaklık sebebiyle sosyal aktivitelerinin olmadığını dile getiren katılımcılarımız, bölgede yıllar önce yaz aylarında aktif olduklarını özellikle son yıllarda sıcaklıklardaki anormal değişim sebebiyle hareketsiz kaldıklarını dile getirmişlerdir. K6'nın benzer yorumu dikkat çekicidir.

"Önceden yürürdük buralarda. Ama şimdi yürüyemiyorum da. Yaşlıyız ancak bu bizim hareket kısıtlamamız anlamına gelmiyor. Eve kapanmaktan başka çare kalmıyor. Çünkü bu havalar sağlığımızı etkiliyor. Önceden akşamları serin olurdu ama şimdi klimasız yatılmaz. Ben astım hastasıyım birde, klimada rahatsız ediyorum."(K6,Kadın,65 yaşında).

Engelli, bekar ve yalnız yaşayan K3 yaz aylarındaki sosyal hayatını şu şekilde ifade etmiştir:

"Yazın genellikle evde kalıyorum. Klimayla yani, mümkün olduğu kadar dışarı çıkmamaya çalışıyorum. Çok nem olduğu için bir kere nefes almakta çok güçlük çekiyorum. Kalp çarpıntım var, tansiyon hastasıyım bundan dolayı sokağa çıkmıyorum."(K3,Kadın,65 yaşında).

Bir başka engelli erkek katılımcımız K4 ise benzer bir cevap vermiştir. Ona göre:

"Hiçbir yere gidemiyorum inanın. Hava çok sıcak evde klimada kalıyorum." (K4,Erkek,83 yaşında).

Huzurevindeki yaşlı katılımcılarımız açısından bu durum değerlendirildiğinde; mevcut durumlarından ötürü sorular, bölgenin değişimlerini, geçmişte yaz aylarında sosyal hayatlarının nasıl ve ne şekilde olduğunu öğrenmek açısından revize edilerek sorulmuştur.

Bu bağlamda geçmiş yıllarda bölgeyi sahil kasabasına benzeten K7, bölgenin geldiği noktayı şu

### şekilde aktarmıştır:

"Ben bu yaz kadar sıcak ve nemli bir Antalya görmedim. Baya bir fark var önceki yıllara göre. Evet Antalya hep sıcaktı. Antalya, önceki yıllara göre çok kalabalık bir şehir oldu. Eskiden sahil kasabasıydı resmen bomboştu."(K7,Erkek,79 yaşında).

### Huzurevinde bulunan engelli katılımcımız K8:

"Açıkçası Konyaaltı yeşilken birden apartmana boğuldu. Biz de içinde boğulduk ve farkında değiliz"(K8,Kadın,66 yaşında),

şeklindeki ifadeleriyle bölgenin değişimlerine değinmişlerdir. Huzurevine gelmeden önceki faaliyetlerini değerlendiren katılımcılarımız, bölgede yaz aylarında belirli saatlere değinerek önceden daha aktif olduklarını dile getirmişlerdir. Şimdiki zamanda ise yaz aylarını huzurevinin bahçesinde geçirdiklerini dile getiren katılımcılarımız, sıcaklıkların her saat diliminde boğucu olduğunu bu sebepten ötürü dışarı çıkmak istemediklerini eklemiştir.

### Destinasyon Tercihleri

Katılımcılardan elde edilen veriler neticesinde göze çarpan en önemli detay, yaşlıların yaz aylarındaki destinasyon tercihlerinin yaylalara ve görece daha serin olarak kabul ettikleri serin memleketlerine giderek değerlendirdikleri göze çarpmaktadır. Özellikle yaşlı olmanın getirdiği bazı sıkıntılardan kaynaklı bölgedeki yoğun sıcak ve nem oranlarına tahammül edemediklerini ve çözüm olarak ya izolasyonu ya da yaylayı tercih ettikleri gözlemlenmiştir. Buradaki en önemli detayın "mecburiyet" doğrultusunda olması çarpıcıdır. Katılımcılar, sıcak hava ile mücadele edemeyip söz gelimi bölgeden "kaçarak" yaz aylarını geçirmektedir. Bölgede 50 yıl yaşamış olan K5 destinasyon tercihini şu şekilde ifade etmiştir:

"Yaylaya, köyüme gidiyorum. Karadeniz hem de. Fındığa gidiyorum, gezmeye gidiyorum. Antalya'ya göre tertemiz ve serin. Sıcaktan kaçıyorum."(K5,Kadın,87 yaşında).

K2 ise zorunda kalarak gitme vurgusunu yapan bir başka katılımcımız ona göre:

"Mümkün olduğu kadar özellikle gözlemlediğim burada kalmayıp yaylalara kaçıyoruz, bu hep aslında bu

bölge insanı için gelenektir. Ancak son yıllarda zorunda kalarak da kaçıyoruz." (K2,Erkek,72 yaşında).

Yaşa bağlı çeşitli sıkıntılar yaşayan yaşlılar, artan hava sıcaklıkları ve nem oranlarından doğrudan etkilenen kırılgan gruplardır. Bu nedenle, yaz aylarındaki destinasyon tercihlerinin, kendi seçimlerinden ziyade hava şartlarının olumsuzluğundan kaynaklı şekillendiğini söylemek mümkündür.

### Sonuç ve Öneriler

Çevre sorunları ve iklim değişiklikleri, toplumun en savunmasız gruplarını oluşturan bebekler, çocuklar, yaşlılar, kadınlar ve sağlık sorunları yaşayan kesimlerde artan ölüm vakalarına yol açmaktadır. Bu durumla birlikte, çevre sorunları ve iklim değişiklikleri; yoksulluk, zayıf yönetim ve sınırlı erişim gibi eşitsizlikler, çatışma ve kalkınma zorlukları gibi sorunları beraberinde getireceği öngörülmektedir. Bu durum, artan hastalık ve ölüm oranları, yükselen sıcaklığa bağlı olarak artan stres düzeyleri, temiz hava ve su kaynaklarına erişilememesi, artan beslenme sorunları, savunmasız gruplarda hastalıkların artışı ve ruh sağlığı sorunlarının artmasına sebep olabilmektedir (Alston, 2013). İklim krizinin en önemli tehdidi yaşam ve sağlık olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kriz yaşamı yok etmekle birlikte yaşam alanlarını ve tarımsal faaliyet alanlarını da yok ederek kişilerin geçim kaynaklarını ve yaşamın temellerini ortadan kaldırmaktadır. Krizin bu etkisi çeşitli insan etkinlikleriyle karşımıza çıkmaktadır. Bu durum özellikle kırılgan grupların yaşam alanlarının ve sosyal hayatlarının kısıtlanmasının yanı sıra yaşam hakkının ihlali anlamına da gelmektedir (Roschmann, 2021, s. 1165-1166). Yakın gelecekte ulaşılması beklenen 1,5°C'lik küresel ısınma, bir dizi iklim tehdidine kaçınılmaz bir şekilde artan riskler getirerek ekosistemler ve insanlar için pek çok tehlike oluşturacaktır. Yaşlılar özellikle yaşa bağlı nedenlerle yaşadıkları birçok sağlık problemlerine karşın bu krizden en fazla etkilenecek kesimdir. İklim değişikliği hem çevresel krizi hem de sosyal krizi tetikleyecek bir etki düzeyine sahiptir. Ancak mevcut durum iklim krizinin daha karmaşık ve kontrol edilmesi zor bir hale geldiğini göstermektedir. Bu noktada risk altındaki kırılgan kesimlere yönelik artan yüksek güvenilirlik altında çalışmalar yürütülmesi önemlidir. İklim dayanıklı kalkınma, risk azaltmayı, eşitlik ve adaleti önceleyen bütüncül gelişim seçimlerinin, hükümetlerin, sivil toplumun ve özel sektörün ka-

rar alma süreçlerinde ve yönetim düzeylerinde, finansman ve eylemlerin entegrasyonu ile mümkündür. Uluslararası iş birliği ve hükümetlerin, sivil toplumla, eğitim kurumlarıyla, bilimsel faaliyet gösteren kurumlarla, medya ile yatırımcıları ve işletmelerle birlikte politikalar oluşturarak iklimle dayanıklı kalkınma, kadınlar, yaşlı nüfus, gençler, yerli halklar, yerel topluluklar ve etnik azınlıklar da dahil olmak üzere geleneksel olarak dışlanmış gruplarla ortaklıklar kurarak yüksek güvenilirliği en etkili hale getirmelidir. Bu ortaklıklar, politik liderlik, kurumlar, finansman kaynakları ve iklim hizmetleri, bilgi ve karar destek araçlarının (yüksek güven) etkin bir şekilde aktive edilmesiyle gerçekleştirilebilir (IPCC, Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability, 2022). Bu çalışmanın katılımcılarının seçiminde belirleyici faktör, bölgede uzun yıllar yaşamış olan yaşlıların tercih edilmesidir. Bu durum, bölgedeki değişimleri değerlendirirken önemli farklılıkların ortaya çıkmasını ve bölgenin değişimini dikkate alma olanağı sunmaktadır. Yerel yönetimlerin, özellikle Konyaaltı ilçesinde uzun süredir yaşamış olan yaşlı nüfusun yaşadığı deneyimlerden faydalananarak hareket etmesi ve bu deneyimlere dayanarak iklim kriziyle mücadelede artan şiddeti göz önünde bulundurarak önlemler alması önemlidir. Bu, mevcut iklim kriziyle mücadelede etkili bir yaklaşım olabilir. Politika geliştiriciler, özellikle yüksek risk altındaki grupları önceliklendirerek, iklim krizinin bu kesimlerdeki eşitsizlik sorunlarına çözüm getirme potansiyeline sahiptirler. Bu bağlamda, yerel yönetimlerin, yaşlı nüfusun görüşlerini değerlendirmek üzere iş birliği yapması son derece etkili çözüm yollarını ortaya çıkarabilir. Bu işbirlik, yaşlı nüfusun yaşa bağlı sorunlarla mücadele etmelerine, olası afet risklerinde acil müdahalelere ve toplum içinde daha görünür olmalarını sağlamak için hak temelli ve adil bir yaklaşımla adımlar atılmasında da etkili olabilir. Bu noktada, yerel yönetimlerin konuya odaklanması ve harekete geçmesi, yaşlı nüfusun yaşadığı hak kayıplarını kısmen telafi etme fırsatı yaratabilir.

### Kaynakça

Akış, A. G., & Yaylagül, N. K. (2020). Yaşam Seyri Perspektifi ve Yaşlılık. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 292-293.

Aksoydan, E. (2020). Sürdürülebilirlik Ve İklim Değişikliği. E. Aksoydan içinde, *Sürdürülebilir Yaşam Rehberi*. İstanbul: Tohum Yayıncılık.

Alston, M. (2013). Women and adaptation. *WIREs Climate Change*, 351-358.

Arun, Ö. (2016). Çağdaş Türkiye'de Yaşlılık ve Eşitsizlik. *Mediterranean Journal of Humanities*, 29.

Arun, Ö. (2018). Arayışlar: Türkiye'nin Yaşlanma Serüveni. *Yaşlanmayı Aşmak*, 7-20.

Arun, Ö., & Karademir Arun, B. (2023). *İklim Değişikliği Kaynaklı Afetler ve Türkiye'de Yaşlı Hakları*. Antalya: Yaşlanma Çalışmaları Derneği Yayınları.

Arun, Ö., Karademir Arun, B., & Kocabıyık, S. (2021). *Türkiye'de İklim Değişikliğinin Yaşlı Hakları Üzerine Etkisi*. Yaşlanma Çalışmaları Derneği Yayınları.

Bakanlığı, T. C. (2023). *Yaşlı Hakları Ulusal Eylem Planı*. Eylül 23, 2023 tarihinde Türkiye Cumhuriyeti Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı: [https://aile.gov.tr/media/133624/yasli\\_haklari\\_ulusa\\_eylem\\_plani.pdf](https://aile.gov.tr/media/133624/yasli_haklari_ulusa_eylem_plani.pdf) adresinden alındı

Demirbaş, H. (2018). Yaşlılıkta Sosyal İlişkiler. *Temel Gerontoloji: Yaşlılığa Çok Yönlü Bakış Kitabı* (s. 118-133). içinde Ankara: Hedef Yayıncılık.

IPCC. (2022). *Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability*.

IPCC. (2022). *Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability*. Cenevre.

Devlet Meteoroloji İşleri Müdürlüğü, D. M. (2017). *Köppen İklim Sınıflandırmasına Göre Türkiye İklimi raporu*. Ankara.

Oğlak, S. (2018). 21. Yüzyılda Yaşlanma ve Aktif Yaşlanma. *Temel Gerontoloji: Yaşlılığa Çok Yönlü Bakış Kitabı*. (s. 223). içinde Ankara: Hedef Yayıncılık.

Roschmann, C. (2021). Climate Change and Human Rights. *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 1165-1166.

Senexizleme. (2023). *Yaşlılara Yönelik Şiddet ve İhlallerin İzlenmesi: Temmuz Ayı*. Antalya: Yaşlanma Çalışmaları Derneği Yayınları.

Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of Qualitative Research : Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory*. California: Sage Publications.

Türkeş, M. (1997). Hava ve İklim Kavramları Üzerine. *TÜ-BİTAK Bilim ve Teknik Dergisi*, 36-37.

Vaizoğlu, S., & Abuduxike, G. (2022). Yaşlılık ve İklim Krizi. *İklim ve Sağlık* (s. 9-43). içinde Ankara: Türkiye Klinikleri.

Climate Change (2022). *Impacts, Adaptation and Vulnerability. Contribution of Working Group II to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change.*



## Türkiye'de Yaşlı İş Gücüne Katılım Oranı, İşsizlik Oranı ve İstihdam Oranı İlişkisinin Analizi<sup>1</sup>

Sinem Dünder

Akdeniz Üniversitesi, Akdeniz Uygarlıkları Araştırma Enstitüsü, Antalya

Adres: Akdeniz Üniversitesi, Akdeniz Uygarlıkları Araştırma Enstitüsü, Antalya

E-Posta: sinemdunder07@gmail.com

Geliş Tarihi: 22 Kasım 2023; Kabul Tarihi: 08 Şubat 2024

Doi: 10.5281/zenodo.12608031

Künye: Dünder, S. (2023). Türkiye'de Yaşlı İş Gücüne Katılım Oranı, İşsizlik Oranı ve İstihdam Oranı İlişkisinin Analizi. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 7(2), 34-45.

<https://orcid.org/0000-0003-3206-9590>

### Özet

Evrensel bir olgu olan yaşlanma; doğum oranlarının azalması ve yaşam süresinin uzaması nedeniyle demografik geçiş sürecinin kaçınılmaz bir sonucudur. Geçiş süreci ile birlikte Türkiye'nin nüfus dinamikleri değişmiş ve yaşlı nüfus tanımlamasına evrilmiştir. Hızla yaşlanan Türkiye'de geleceğin iş gücü piyasalarında kısıtlı genç iş gücü arzı ile karşılaşılacaktır. Dinamik bir yapı olan iş gücü piyasası; ekonomik konjoktüre duyarlıdır ve kısa dönemde iş gücü arzını etkiler. Neoliberalizm temelli gelişen politikalar, sadece istihdamın dağılımını değiştirmez aynı zamanda yaşlıların istihdama dâhil olma süreçlerinde karşılaştıkları hak ihlallerini de derinleştirir. Kalkınma sürecinin yıkıcı bir etmeni olan bu durum; yaşlıların yüksek düzeyde enformel işlerde güvencesiz çalışmaları; her yıl iş kazalarında haklarını arayamamaları; "sosyal devlet" anlayışı ile bağdaşmayan; beslenme, barınma gibi hak ihlalleri ile yedek iş gücü ordusu kategorisinde yer almalarına neden olmaktadır. Bu durum, daha eşitsiz ve yoksul bir yaşlanmayı beraberinde getirerek, gelir dağılımındaki boşluğu artıracaktır.

Bu çalışmada Türkiye'de 1988-2022 yıllık verileri kullanılarak 55-64 yaş arasındaki toplam nüfusun iş gücüne katılım oranı, istihdam oranı ve işsizlik oranlarının ilişkisi ekonometrik yöntemler ile araştırılmaktadır. Kısa dönemde Vektör Hata Düzeltme Modeli (Vector Error Correction Model-VECM) uygulanarak değişkenler arasında gerçekleşen sapmalar açıklanmıştır. Ampirik sonuçlar; Türkiye'de incelenen dönem içerisinde yaşlı iş gücüne katılım oranı, yaşlı istihdam oranları ve işsizlik oranları ilişkisinin varlığını kısa ve uzun dönemde desteklemektedir. Türkiye'de yaşlı iş gücüne katılım oranı, istihdam oranı ve işsizlik oranının hata düzeltme mekanizmasının negatif ve istatistiki olarak anlamlı olduğu saptanmıştır.

### Anahtar Kelimeler:

Yaş Ayrımcılığı · Neoliberalizm · İstihdam Oranı · İşsizlik Oranı · İş Gücüne Katılım Oranı · Zaman Serisi Analizi

## Analysis of the Relationship Between Older Labor Force Participation Rate, Unemployment Rate and Employment Rate in Turkey

### Abstract

Aging, a universal phenomenon; It is an inevitable consequence of the demographic transition process due to decreasing birth rates and increasing life expectancy. With the transition process, Turkey's population dynamics have changed and the definition of older population has evolved. In a rapidly aging Turkey, a limited supply of young labor will be encountered in the labor markets of the future. The labor market, which is a dynamic structure; It is sensitive to the economic conjuncture and affects the supply of workers in the short term. Developing policies based on neoliberalism not only change the distribution of employment but also deepen the rights violations that older people face in the process of being included in employment. This situation, which is a destructive factor of the development process; the precarious work of older people in highly informal jobs; They cannot claim their rights in work accidents every year; Incompatible with the concept of "social state"; Violations of rights such as nutrition and shelter cause them to be in the reserve labor army category. This situation will bring about a more unequal and poor aging, increasing the gap in income distribution.

<sup>1</sup>3-4 Kasım 2023 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenen; "Senex: VII. Lisansüstü Yaşlılık Çalışmaları Kongresi'nin Yüzyılda Türkiye'de Yaşlanmak: Cumhuriyetin Yüz Yıllık Muhasebesi" ana temasında, Türkiye'de Yaşlı İstihdamı başlığı ile özet bildiri olarak sunulan çalışmanın revize edilmiş halidir.

In this study, using 1988-2022 annual data in Turkey, the relationship between the labor force participation rate, employment rate and unemployment rates of the total population between the ages of 55-64 is investigated with econometric methods. By applying the Vector Error Correction Model (VECM) in the short term; Deviations between variables are explained. Empirical results; during the period examined in Turkey, the older labor force participation rate supports the existence of a relationship between older employment rates and unemployment rates in the short and long term. The error correction mechanism of the older labor force participation rate, employment rate and unemployment rate in Turkey was found to be negative and statistically significant.

#### Keywords:

Ageism · Neoliberalism · Employment Rate · Unemployment Rate · Labor Force Participation Rate · Time Series Analysis

### Arka Plan

Modernleşmenin hız kazandığı 21. yüzyılın en önemli demografik değişimi dünya nüfusunun hızla yaşlanmasıdır (Arun, 2014). Kimlerin “yaşlı” olduğuna yönelik çeşitli fikir ayrılıkları olsa da literatürün geneli itibarıyla yaşlı tanımı 65 yaş ve üzeri nüfusu ifade etmektedir (Eryurt, 2023). Dünya Sağlık Örgütü’nün (World Health Organization-WHO) tanımı doğrultusunda; toplam nüfus oranı içerisindeki 65 yaş üstü nüfusun oranının %4-7 arasında olması nüfusu “erişkin”, %8-10 arasında olması “yaşlı” ve %10’un üzerinde olması ise ülke nüfusunun “çok yaşlı” toplum sınıflandırmasında yer aldığını göstermektedir (WHO, 1972). Nüfus projeksiyonlarına göre; 2022 yılı itibarıyla dünya nüfusunun %9,8’ini yaşlılar oluşturmaktadır. 1950 yılında 128 bin civarında olan yaşlı nüfusun; 2030 yılında 1 milyarı, 2075 yılında ise 2 milyarın üzerinde olacağı beklenmektedir. Ayrıca doğuştan yaşam beklentisinin 1990 yılı sonrası ortalama 9 kat artmış olması dikkate değerdir. Yaşlanma hızının ise 2100’den önce düşüş eğilimine geçme ihtimalinin ise yalnızca %27 olasılıkla mümkün olacağı ve bu çerçevede 2050 yılına kadar ülkelerin dörtte üçünden fazlasının yaşlı toplum sınıflandırmasında yer alması olasıdır. Dolayısıyla 2050 yılına gelindiğinde yaşlı nüfusunun iki kat artmış olacağı düşünülmektedir (UN-DESA, 2022).

Uluslararası Çalışma Örgütü (International Labour Organization-ILO), Avrupa Birliği (European Union-EU), Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (Organisation for Economic Co-operation and Development-OECD) ve Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 55-64 yaş arasındaki nüfusu “yaşlı iş gücü” olarak tanımlamaktadır (Atay, 2023, s. 50). Mevcut nüfus projeksiyonları ve istihdam verileri; çalışma yaşı olarak nitelendirilen 15-64 yaş aralığındaki nüfusun azalmaya başlaması nedeniyle yaşlı ve yaşlanacak olan nüfusun iş gücü piyasalarındaki oranının küresel ölçekte artışının kaçınılmaz olacağını gösterir niteliktedir (ILO, 2022, s. 28). Dünyada toplam nüfusun istihdama katılımının 2023’te

yalnızca %1 yükseleceği ve küresel işsizliğin 2023’te 3 milyon artarak 208 milyona ulaşacağı düşünülmektedir. Mevcut görünümde, %68 düzeyinde tespit edilen 15-64 yaş arası çalışabilir nüfus oranının; 2050’de %62’ye, 2075’te %57’ye, 2100’de ise %53’e kadar gerileyeceği tahmin edilmektedir (ILO, 2022, s. 5). Küresel arenada gerçekleşen iktisadi yavaşlamanın daha fazla işçiyi daha niteliksiz, düşük ücretli, iş güvenliğinden ve sosyal güvenceden yoksun işleri kabul etmeye mecbur bırakacağı da bu tahminler arasındadır (ILO, 2023; UN-DESA, 2023).

Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı (United Nations Development Programme-UNDP) tarafından yayımlanan, İnsani Kalkınma Raporlarına (Human Development Report-HDR) göre eşitsizlikler doğumdan önce başlayabilir ve yaşam süreci boyunca büyüyerek kalıcı hale gelebilir (UNDP, 2019, s. 10). Evrensel bir olgu olan yaşlanma; doğum oranlarının azalması ve yaşam süresinin uzaması nedeniyle demografik geçiş sürecinin kaçınılmaz bir sonucu olup sosyal ve ekonomik kalkınmadan bağımsız düşünülemez. Dolayısıyla 2030 “Sürdürülebilir Kalkınma” hedeflerini oluşturan unsurlar arasında yaşlanmanın vurgulanarak; herkes için tam istihdam ve insana yakışır iş kavramları yönüyle de öne çıkmasını anlaşılır kılmaktadır (UN-DESA, 2017). Yaşlanmanın ekonomiler üzerinde bir “yük” olarak ifade edilmesi anlaşılabilir değildir (Arun, 2016, s. 29). Çünkü ülkelerin kalkınma düzeyi arttıkça yaşlı nüfusun oranı da artmaktadır. Gelişmiş ekonomilerde 65 yaş ve üzeri nüfusun iş gücü piyasalarına katılım oranları az gelişmiş ve gelişmekte olan ekonomilerin çok daha üzerindedir (UN-DESA, 2017, s. 3). Üstelik yaşlılık ve yaşlıların tüketim, tasarruf, yatırım alışkanlıkları tek tip değerlendirilemeyecek kadar farklı deneyimleri içermektedir (UN-DESA, 2017, s. 78). Örneğin kuramsal çerçevede, yaşlı nüfus artışının sermaye kıtlığına neden olup tasarruf oranını negatif yönlü etkileyeceği düşünülmektedir (Bloom vd., 2015). Oysaki yaşlıların mal ve hizmet tercihleri ekonomilerin toplumsal

yapısına ve gelişmişlik düzeyine bağlı olarak değişkenlik göstermektedir. Gelişmiş ülkelerin çoğunda, sağlık transferlerinin yarısından fazlasını yaşlılar kullanmaktayken az gelişmiş ve gelişmekte olan ekonomilerin transfer harcamalarının tüketim dağılımı farklılaşmaktadır (UN-DESA, 2023, s. 4). Türkiye gibi gelişmekte olan ekonomilerde artan nüfus yoğunluğu nedeniyle, ekonomik büyüme oranları sıklıkla pozitif yönlü eğilim gösterse de<sup>2</sup> kalkınmışlık düzeyinin istikrarsız gerçekleşmesi olasıdır. Nüfusun yaş bileşenlerinin istihdam piyasalarındaki dağılımı önem arz etmektedir (Dündar ve Küçükaya, 2019 ve Dündar, 2020).<sup>3</sup> Çünkü istihdam; ülkelerin sosyal, politik ve ekonomik gelişmişlik düzeyi fark etmeksizin demografik yapıdan etki almaktadır (Kocabaş ve Canbey Özgüler, 2019, s. 268). Aynı zamanda demografik geçiş süreci kırılğan grupların iş gücüne katılımını etkileyen önemli bir sosyoekonomik faktördür (Arun, 2014 ve Arun, 2018, s. 23). Çalışma yaşındaki nüfusun istihdama dâhil olan kısmının ve işsizlerin toplamını ifade eden iş gücü kurumsal olmayan 15-64 yaş arası nüfus içindeki oranı iş gücüne katılım oranını tanımlamaktadır. İstihdam ise "Referans haftasında en az bir saat iktisadi faaliyette bulunan ve bu faaliyetinden gelir elde eden (ücretsiz aile işçileri dâhil) veya geçici olarak başında bulunmadıkları bir işi olan kişilerden işi ile bağlantısı devam edenlerden oluşmaktadır. Bir işi olan ancak referans haftası içinde çeşitli nedenlerle işinin başında olmayanlar işten uzak kalma nedenine göre işi ile bağlantısı devam ediyor ise istihdamda sayılmaktadır." "Referans dönemi içinde istihdam halinde olmayan kişilerden iş aramak için son dört hafta içinde iş arama kanallarından en az birini kullanmış ve 2 hafta içinde işbaşı yapabilecek durumda olan kurumsal olmayan çalışma çağındaki tüm kişiler işsiz nüfusa dâhildirler." Nüfusun iş bulamayan kesiminin iş gücüne olan oranı ise işsizlik oranını oluşturmaktadır. ILO, 1990; TÜİK, 2023, s. 7-9). İşsizlik sorunu, refah seviyesine göre değişkenlik göstermekle birlikte özellikle konjonktürel sapmalarda etkisini derinden hissettirmektedir. Bu bağlamda işsizliğin çözümü için mevcut ülkelerin çeşitli para politikaları, maliye politikaları veya sosyal devlet politikaları uygulaması gerekli hale gelmektedir (Küçükaya vd., 2019). Değişen demografi ile üretken ve güçlü

bir toplum yaratmak için yaşlılar özelinde ki hükümet politikalarının istihdam fırsatlarına erişimin ve ücret eşitliğinin sağlandığı, yaş ayrımcılığının (ageism) ve kayıtlı istihdamın önündeki engellerin kaldırıldığı, sağlık, altyapı ve sosyal hizmetlerin toplumsal cinsiyet eşitliği temellerine dayanarak planlanması önem arz etmektedir (UN-DESA, 2017, s. 1-4 ve UN-DESA, 2023, s. 13).

Toplumsal cinsiyet temelinde işsizlik ve iş gücüne katılım oranlarının ilişkisi; "ilave işçi etkisi hipotezi" bağlamında sıklıkla literatürde yer almaktadır. "İlave işçi etkisi" ailede ekonomik konjoktürün daralan dönemlerinde işsiz kalan aile bireyine destek olmak için iş gücüne katılmaya çalışan ev hanımlarını ifade etmektedir. Buna göre işsizlik oranları ve kadın iş gücüne katılım oranları arasında doğrusal korelasyon mevcuttur (Lundberg, 1985; Stephens, 2002). Ekonomik konjoktürün daralan periyodlarında işsizlik oranları ve iş gücüne katılım oranları arasında ki ters yönlü korelasyon ise "cesareti kırılmış işçi etkisi" olarak tanımlanmaktadır (Fuchs ve Weber, 2017). Mevcut etki iş bulma konusunda diğer bireylere kıyasla uzun ve karamsar iş arayışının yansımasıdır. İstihdam piyasalarında dezavantajlı olan yaşlılar, işlerini bir kere kaybettiklerinde, tekrar istihdama dâhil olma ihtimalleri ise nüfusun geri kalanına kıyasla daha düşük ve daha uzun vadeli olması söz konusudur. Dolayısıyla yaşlı iş gücünün uzun vadede işsizlikle daha sık karşılaştıkları söylenebilir (Demirbilek ve Öktem Özgür, 2017, s. 22-24). Bu durum "cesareti kırılmış işçi etkisi" hipotezini destekler niteliktedir. "İkame hipotezi" ise sıklıkla ekonominin durgunluk dönemlerinde işverenlerin düşük maliyet stratejileri uygulamaları nedeniyle, erkeklere kıyasla daha esnek arz yapısına ve ucuz ücrete razı olan kadın grupları tercih etmelerine dayanmaktadır (Humphrey, 1988).

Yaşlanan toplumlarda dönüşecek olan makroekonomik etkiler yalnızca bu çalışmanın temel sorunsalı olan yaşlı istihdamı, yaşlı iş gücüne katılım oranı ve işsizlik oranlarında ki etki nedeniyle iş gücü piyasalarını dönüştürmekle kalmayacaktır. Uygun yapısal önemlerin gerçekleşmediği senaryoda, az gelişmiş ve gelişmekte olan<sup>4</sup> neoliberal ekonomi temelli ülkelerin; her anlamda eşitsiz,

<sup>2</sup> İktisatçılar sıklıkla ekonomik büyüme verisini ekonomik kalkınmayı temsil etmek için kullanırlar. Ekonomik büyüme oranı artıkça refah seviyesinin artmış olduğu benimsenir (Jaffee, 1998).

<sup>3</sup> Araştırmacı ekonomik büyümenin, kalkınma sürecinin bir gerekliliği olduğunu kabul etmekle birlikte ekonomik büyüme oranlarının kalkınma göstergesi olarak bilimsel çalışmalarda tek yönlü raporlanmasını desteklememektedir (Dündar, 2020).

<sup>4</sup> Ucuz iş gücü arzının varlığı, ülkelerin gelişmiş ekonomi düzeyine ulaşma sürecinde sıklıkla yabancı yatırımları destekler. Özellikle Neoliberal sistemin etkisi ile 1980 sonrası artan yabancı yatırımların pozitif çarpan etkisiyle büyüyen ekonomilerin öncü aktörleri



suç ve intihar oranlarının arttığı, kültür ve kimlik kaybının da yaşanabileceği yıkıcı sosyal ve ekonomik etkiler ile karşılaşması olasıdır. Ekonomik büyüme, yatırım, tasarruf, transfer harcamaları, tam istihdam sorunu gibi makroekonomik parametreler yaşlanmanın yıkıcı olarak tabir edilen her yönüyle etkilenecek, hükümetlerin para ve maliye politikalarının güncellenmesini zorunlu kılacaktır. Yaşlıların iş gücü piyasalarına dâhil olma nedenleri çeşitlidir. Ekonomik konjonktürün daralma dönemlerinde aile bireylerine destek olabilmek için ücretsiz çocuk bakım ve ev işlerini üstlenmeleri, <sup>5</sup>yoksulluk nedeniyle “sosyal güvenceden yoksun” işlerde çalışmak veya çalıştırılmak zorunda kalmaları, mülksüz<sup>6</sup> kaldıkları için ise “cüzi” ücretleri kabul ederek iş gücü piyasalarına dâhil olmak istemeleri bu nedenler arasında sayılabilmektedir. Bununla birlikte, çalışma hayatının sunduğu sosyal doyum ve işlerini severek yaptıkları için de iş gücü piyasalarında devamlılık arzusu içerisinde olabilirler.

### **Türkiye’de Yaşlı İş Gücüne Katılım Oranı, İşsizlik Oranı ve İstihdam Oranı İlişkisi**

İstihdam piyasalarında arz ve talebi yakınlaşmamış her ekonomi; işsizlik ve tam istihdam sorunu ile karşı karşıyadır. Türkiye’nin içinde bulunduğu neoliberal ekonomi temelli sistemde, istihdamı sağlanamayan her bir birey, kalkınma sürecinin yıkıcı bir etmeni olmaktadır. Çünkü potansiyelini gerçekleştirilmesi için fırsat yaratılamayan ve emeği ucuz olduğu için istihdamda kendine yer bulabilen her bir yaşlı iş gücünün üretkenliği<sup>7</sup> seviyesi düşüktür.

Dünyadaki eğilime benzer şekilde Türkiye’de 65 yaş ve üzerinde 7 milyona yaklaşmıştır, 2050’de 20 milyonu 2075’te 26 milyonu aşması beklenmektedir. Türkiye’de 81 ilin 52’sinde yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranı ise %10 ve üzerindedir. Türkiye artık yaşlı kategorisinin de ötesinde çok yaşlı bir toplumdur. TÜİK verilerine göre, yaşlıların toplam nüfus içindeki oranı 2021 yılında %9,7 düzeyine yükselmiştir. Türkiye’de yaşlı nüfusun 2040 yılında %16,3, 2060 yılında %22,6 ve 2080 yılında %25,6 olacağı öngörülmüştür. Genellikle genç nüfus ve genç iş gücü ile anılan Türkiye, demografik dönüşüm sürecinin beraberinde yaşlı nüfus tanımlanmasına evirilmiştir (TÜİK, 2023). Ayrıca Türkiye’nin

toplumsal yaşlanma sürecini Fransa’dan yaklaşık 7 kat daha hızlı tamamlayıcı oluşu dikkate değerdir (Arun, 2013).

Türkiye’nin güncel iş gücü istatistikleri incelendiğinde ise geçmiş yıllara oranla yaşlı nüfusun iş gücüne katılma oranının da azaldığı görülmektedir (TÜİK, 2023). Ayrıca Türkiye’nin istihdam piyasalarında, her yaş grubunda iş gücüne katılım oranlarının OECD ülkelerinin ortalamasının oldukça gerisinde kaldığı görülmektedir (OECD Stat, 2023). 55-64 yaş grubunun 1988 yılında %45,72 olan iş gücüne katılım oranının 1988-2001 yılına kadar %42 ortalamaya sahipken, 2002-2010 yılları arası ortalama %30,9’a kadar gerilemiş ve 2011-2022 yılları arası ise ortalama %35,1 düzeyine ulaşmıştır. 2008 yılından sonra iş gücüne katılım oranının tekrar artış eğilimi olsa da, mevcut artış en fazla 2018 yılında 37,8 düzeyinde gerçekleşmiş olup asla 1988’de ki düzeyine ulaşmamıştır. 2022 verilerine göre ise mevcut oran %37,6 seviyesinde gerçekleşmiştir (OECD, 2023a). 55-64 yaş grubunun 1988 yılında %43,9 olan istihdam oranı 1993’de %37,7 düzeyine ulaşmış ve 1988-2001 yılına kadar %40,9 ortalamaya sahipken, 2002-2010 yılları arası ortalama %29,5’a düşmüş ve 2011-2022 yılları arası ise ortalama %32,9 düzeyine ulaşmıştır. 2008 yılından sonra istihdam oranı tekrar artmaya başlasa da mevcut artış en fazla 2018 yılında 35,3 düzeyinde gerçekleşmiş olup asla 1988 düzeyine ulaşmamıştır. 2022 verilerine göre ise mevcut oran %35,2 seviyesinde gerçekleşmiştir (OECD, 2023b). Yaşlıların 1988 yılında %4 olarak belirlenen işsizlik oranları, 1988-2001 yılları arasında ortalama %2,5, 2002-2010 yılları arasında ortalama %4,5, 2011-2022 yılları arasında ise ortalama %6,3 düzeyine ulaşmıştır. Özellikle 2001 ve 2008 sonrası işsizlik oranının tekrar artmaya başlaması ekonomik konjoktüre bağlı olabilirken 2008 yılı emekliliğin kademeli olarak düzenlenmesi nedeniyle de işsizlik ve iş gücüne katılım oranlarındaki değişimler yorumlanabilmektedir. Yaşlı işsizlik oranlarındaki artış en fazla 2019 yılında %8,1 düzeyinde gerçekleşmiş olup 2022 verilerine göre ise mevcut oran %6,4 seviyesindedir (OECD, 2023c).

TÜİK Gelir ve Yaşam Koşulları Araştırması sonuçlarına göre 2021 yılında Türkiye geneli yoksulluk

olan ucuz iş gücü arzı daha da yoksullaştığı için iş gücü daha ucuza çalışmaya da razı gelecektir. Hatta Türkiye’de 1994 ve 2001 krizlerinin Neoliberal ekonominin bir yansıması olduğu düşünülmektedir (Ülgen, 2005).

<sup>6</sup> Çeşitli nedenler ile kırdan kente göçen yaşlıların mülksüzleşmesidir.

<sup>7</sup> “Prodüktivite, hasılanın üretim faktörlerinden herhangi birine olan oranıdır.” (Duruşti, 1985, s. 7-8).

oranı %21,3 iken, yaşlı yoksulluk oranı %11,4’tür (TÜİK, 2023). İş gücü istatistiklerine göre, istihdam edilen yaşlı nüfusun sektörel dağılımı incelendiğinde ise yaşlı nüfusun %64,3’ünün tarım sektöründe ve %27,3’ünün ise hizmetler sektöründe yer aldığı ön plana çıkmaktadır (TÜİK, 2023). Yaşlılar, yaşadıkları illerde iş imkânı bulamayan, gittikleri illerde ise sosyal güvenceden yoksun, ucuz iş gücü arzlarını oluşturmaktadır. Ucuz iş gücü olarak günlük ücretler ile çalışan ve çalışmayacakları dönemler için de para ayırmak durumunda kalan bu iş gücü grubu genellikle yaşamını devam ettirmek için asgari düzeyde harcama yapmaktadır.

Türkiye’nin 1988-2022 yıllık veri seti kullanılarak, 55-64 yaş arasındaki yaşlı işsizlik oranları, iş gücüne katılım oranları ve istihdam oranının kısa ve uzun dönem ilişkisini ekonometrik yöntemler ile araştırmayı hedef edinen bu araştırmanın, bir diğer sorusu istihdama dâhil olmak isteyen yaşlı iş gücünün tanımlanırken; hem “işin” ve hem de “yaşlılığın” nasıl tanımlandığı ve tanıtıldığıdır. Yaşlı iş gücünün istihdam piyasalarında, yer aldığı sektörel dinamikler bize Türkiye’nin toplumsal normlarının da bir görünümünü yansıtır niteliktedir. Çünkü araştırma boyunca dezavantajlı bir grup olan yaşlı iş gücünün, sıklıkla kadının iş gücü piyasalarındaki varlığına dair iktisadi hipotezler ve yapısal kırılmalar ile benzer dinamiklere sahip olması, yaşlı iş gücü arzının toplumsal normlardan etki aldığını da gösterir niteliktedir.

### Ekonometrik Model, Yöntem ve Bulgular

Türkiye’de 1988-2022 dönemi yıllık verileri kullanılarak 55-64 yaş arasındaki toplam yaşlı nüfusun

iş gücüne katılım oranı, istihdam oranı ve işsizlik oranlarının kısa ve uzun dönem ilişkisi zaman serisi analizi yöntemleri ile araştırılmıştır. Mevcut değişkenlerin birbiri ile olan ilişkisini ve açıklama gücünü belirlemek için ön testler uygulanmıştır. Değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunan uzun dönem ilişkisi, kısa dönem ilişkisinin analiz edilmesine olanak sağlamıştır. Kısa dönemde Vektör Hata Düzeltme Modeli (Vector Error Correction Model-VECM) uygulanarak; uzun vadede değişkenler arasında gerçekleşen sapmalar açıklanmıştır. Ekonometrik modelde yer alan değişkenler, açıklamaları ve veri kaynaklarına Tablo 1’de yer verilmiştir.

Tablo 1’de görüldüğü üzere; yaşlı iş gücüne katılım oranı, istihdam oranı ve işsizlik oranı verilerinin tamamı yıllık hesaplanmakta olan OECD veri tabanından elde edilmiştir. Analizler ekonometrik paket programları kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Ekonometrik modelin denklem formu aşağıdaki gibidir:

$$unemp_t = a + \beta_1 empt_t + \beta_2 labtot_t + u_t \quad (1)$$

Çalışmada kullanılan tüm değişkenlerin doğal logaritması alınmıştır. Nihai modelin denklem formu ise aşağıdaki gibidir:

$$logunemp_t = a + \beta_1 logempt_t + \beta_2 loglabtot_t + u_t \quad (2)$$

Denklemlerde yer alan; t alt indisi zaman boyutunu, a sabit terimi, u ise hata terimini temsil etmektedir.

Zaman serisi analizlerinde, sahte regresyon probleminden kaçınabilmek için serilerin du-

Tablo 1: Değişkenler ve Açıklamaları

Değişkenler	Açıklaması	Kaynak
<i>unemp</i>	Türkiye’de 55-64 yaş arasındaki toplam nüfusun işsizlik oranı	Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (Organisation for Economic Co-operation and Development - OECD)
<i>empt</i>	Türkiye’de 55-64 yaş arasındaki toplam nüfusun istihdam oranı	Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (Organisation for Economic Co-operation and Development - OECD)
<i>labtot</i>	Türkiye’de 55-64 yaş arasındaki toplam nüfusun iş gücüne katılım oranı	Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (Organisation for Economic Co-operation and Development - OECD)

rağın olması gereklidir (Gujarati, 2010). Serilerin durağan olmaması durumunda, uygulanan birçok hipotez testi geçersiz olup meydana gelen şokların kalıcı olabileceği düşünülmektedir (Kumar, Leona ve Gasking, 1995). Dickey-Fuller (DF) birim kök testi; hata teriminin ortalamada sıfır, sabit varyanslı ve bağımsız şekilde aynı olduğu varsayımına dayanır. Dickey-Fuller birim kök testinde hata terimlerinin korelasyonu mevcutsa, açıklanması hedeflenen bağımlı değişkenin gecikmeli hali denkleme dâhil edilerek test tekrarlanır (Dickey ve Fuller, 1979; Dickey ve Fuller, 1981). Dickey-Fuller testinde, hesaplanan kritik değerler doğrultusunda birim kökün varlığı test edilir. Genişletilmiş (Augmented) Dickey-Fuller (ADF) testi ise modele dâhil edilen gecikme sayısına oldukça duyarlıdır. Otokorelasyonu ortadan kaldıracak kadar hata terimini modele dâhil etmek amaç edinilmiştir (Sevüktekin ve Çınar, 2017, s. 362-363). Genişletilmiş (Augmented) Dickey-Fuller (ADF) testi 3 numaralı denklemde gösterilmektedir:

$$\Delta Y_t = \mu + \beta t + \delta Y_{t-1} + \alpha_i \sum_{i=1}^p \Delta Y_{t-i} + u_t \quad (3)$$

ADF birim kök testi için kurulan hipotezler ise aşağıda yer almaktadır:

$H_0 : \delta=0$  (birim kök vardır, seri durağan değildir)

$H_1 : \delta<0$  (birim kök yoktur, seri durağandır)

Phillips ve Perron (1988), (PP) tarafından Dickey-Fuller'in hipotezlerinin durağanlık sınamalarına yanıt bulamadığı zamanlarda uygulanabilecek olan alternatif bir test geliştirilmiştir. PP testinin; değişkenler trende sahip ise ADF'den daha güçlü bir durağanlık ölçütü olduğu düşünülmektedir. Ayrıca PP testinde hareketli ortalama (MA) kullanılmaktadır. Phillips ve Perron birim kök testi için kurulan hipotezler ADF ile aynı olup aşağıda gösterilmektedir:

$H_0 : \delta=0$  (birim kök vardır, seri durağan değildir)

$H_1 : \delta<0$  (birim kök yoktur, seri durağandır)

Biçimsel bir yöntem aracı olarak birim kök testlerinin sınanması, özellikle zamana dayanan makroekonomik serilerin analizlerinde büyük bir öneme sahiptir. Çünkü birim kök testleri, ilişkili olduğu düşünülen değişkenlerin tutarlılığının saptanmasını amaçlanmaktadır. İlişkinin varlığının gerçek dışı saptanması durumunda ise analize devam edilememektedir. Çalışmada kullanılan değişkenlere, ADF ve PP birim kök testleri uygulanarak elde edilen sonuçlar Tablo 2'de raporlanmıştır.

(Not: ADF ve PP için Kritik değerler MacKinnon (1996) tarafından elde edilmiş olup, () içinde yer alan değer olasılık değeri, onun üzerindeki değer ise t-istatistiğidir. \*\*\*, \*\* ve \* sırasıyla %1, %5 ve %10 düzeyindeki anlamlılıkları, Δ ise birinci farkı tanımlamaktadır.)

Tablo 2'de raporlanan ADF ve PP birim kök testlerinin kritik ve olasılık değerleri incelen-

Tablo 2: ADF ve PP Birim Kök Testi Sonuçları

Değişkenler	ADF	PP
<i>logemptot</i>	-1.997446 (0.2864)	-1.595468 (0.4739)
$\Delta$ <i>logemptot</i>	-4.374257 (0.0015)***	-4.407794 (0.0014)***
<i>loglabtot</i>	-2.071994 (0.2566)	-1.684530 (0.4298)
$\Delta$ <i>loglabtot</i>	-4.661162 (0.0007)***	-4.655552 (0.0007)***
<i>logunemp</i>	-0.739348 (0.8232)	-0.821337 (0.8002)
$\Delta$ <i>logunemp</i>	-4.937479 (0.0003)***	-4.955328 (0.0003)***

diğinde; serilerin düzeyde durağan olmadığı ve birinci farkları alındığında tüm değişkenlerin maksimum bütünleşme derecesinin (dmax) 1 olduğu tespit edilmiştir.

Seriler arasındaki uzun dönemli ilişkinin varlığı için optimal gecikme düzeyinin belirlenmesi şarttır. Vector Autoregressive Model (VAR), içsel serilerin tamamının gecikmeli fonksiyonunun varlığını kabul ederek zaman serisi değişkenlerinin birbirleriyle ilişkili olan dinamik ölçümünü ekonometrik olarak saptamaktadır (Gujarati, 2010). Tahmin edilen VAR modelinin gecikme uzunluğu bilgi kriterleri doğrultusunda belirlenerek; bulunan gecikme uzunluğunda otokorelasyon sorununun varlığı sınanmak üzere, Otokorelasyon Lagrange Çarpanı (LM) uygulanmıştır. İlgili sonuçlar Tablo 3'de gösterilmektedir:

(Not: LR: Sequential Modifeild, LR Test Statistics, FPE: Final Prediction Error, AIC: Akaike Information Criteria, SC: Schwarz Information Criterion, HQ: Hannan-Quinn Information Criterion. \*: En uygun gecikme uzunluğunu tanımlamaktadır.)

Tablo 3 bulguları incelendiğinde, LR, FPE, AIC, SC ve HQ bilgi kriterleri modelin optimal gecikme uzunluğunun (k) 1 olduğu görülmektedir. Bu bağlamda birim kök sonuçlarından elde edilen dmax=1 ve VAR modeli için k=1 eklenerek model oluşturulmuştur. Otokorelasyon LM testi incelendiğinde; olasılık değerinin 1. gecikme uzunluğunda 0.05'ten büyük olması nedeniyle, serilerde otokorelasyon yoktur hipotezi istatistiksel olarak anlamlı saptanmıştır. Kurulan VAR modelinin istihdam oranları ve iş gücüne katılım oranlarının bağımlı değişken olarak kullanıldığı sınamalarda da yakın istatistiki değerler hesaplanmıştır.

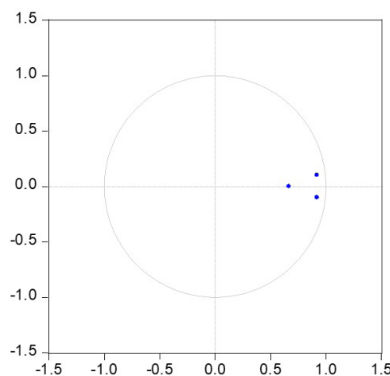
$R^2:0.903211$ ;  $adj.R^2$  0.893532; F istatistiği; 93.31767).

Kısa ve uzun dönem tahminlerine ulaşırken gerekli koşulların sağlanması için ön testlere devam edilmiş olup; kurulan modelin durağanlığı AR Polinomu ile test edilmiştir.

Tablo 3: Var Modelinde Gecikme Uzunluğu ve Otokorelasyon LM Testi

Var Modelinde Gecikme Uzunluğu						
Gecikme Uzunluğu	LOGL	LR	FPE	AIC	SC	HQ
0	138.412	NA	4.24e-08	-8.46325	-8.325847	-8.417711
1	214.406	132.989*	6.46e-10*	-12.650*	-12.1007*	-12.4682*
2	218.966	7.124929	8.68e-10	-12.3729	-11.41100	-12.05405
3	225.917	9.557963	1.03e-09	-12.2448	-10.87072	-11.78936
Otokorelasyon LM Testi						
Gecikme Uzunluğu	LM İstatistiği		Olasılık Değeri			
1	6.543186		0.6846			
2	11.21397		0.2613			

Şekil 1: AR Karakteristik Polinomu



Şekil 1'de görüldüğü üzere, tüm ters köklerinin birim çember içinde yer alması modelin durağanlığını tanımlamaktadır.

Eşbütünleşme analizinde serilerin durağanlığı sözkonusu olmasa bile serilerin durağan ve doğrusal olabileceğini ve ekonometrik olarak bunun hesaplanabileceğine dayanmaktadır (Tarı, 2008'den Aktaran Akdağ, 2020, s. 70). Çalışmada yer alan hata terimi serisine, birim kök testi uygulanmış olup, hesaplanan t-istatistik değerinin (-2.74116), %5 anlam seviyesine göre durağan olduğu hesaplanmıştır. Gerekli diğer ön koşulların da sağlanması sonucunda, uzun dönem tahmini gerçekleştirilerek ve Tablo 4'de raporlanmıştır:

Tablo 4'de raporlanan tahminler değerlendirildiğinde; uzun dönemde Türkiye'nin yaşlı işsizlik oranlarında meydana gelen %1'lik bir değişimin yaşlı iş gücüne katılım oranında %21,20'lik artışa neden olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Aynı zamanda yaşlı işsizlik oranlarında gerçekleşecek %1'lik sapmanın, yaşlı istihdam oranlarında %22,24'lük bir düşüşe neden olacağı öngörülmektedir.

Ekonometrik modele dâhil olan değişkenler arasında eşbütünleşme ilişkisinin ön testler sonucunda da istatistiksel olarak anlamlı bulunması, kısa dönemdeki dengeden sapma eğilimlerinin de araştırılmasına olanak sağlamaktadır (Engle ve Granger, 1987). Vektör Hata Düzeltme Modeli (VECM); kısa dönem problemini tespit eden ve mevcut değişkenleri uzun vadede denge düzeyine ulaştırıran hata giderme mekanizmasına sahiptir (Gujarati, 2010).

Hata Düzeltme Modeli (VECM) uygulamasında, düzeltme parametresinin istatistiksel olarak anlamlı ve negatif olması beklenir. Bir başka ifade ile hata terimlerinin kat sayısı -1 ile 0 arasında yer almalıdır. Eğilimlerin saptanması için Vektör Hata Düzeltme Modeli (VECM) uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 5'de gösterilmektedir.

Hata Düzeltme Modeli (VECM) dengeden sapma olduğunda uzun dönemde tekrar dengeye gelineceğini göstermektedir. Hata Düzeltme Modeli (VECM) sonuçlarından hareketle; olasılık değerlerinin tüm değişkenler için anlamlı olduğu görülmektedir. Türkiye'de 55-64 yaş arası işsizlik oranlarında gerçekleşecek her bir sapmanın her yıl %55 oranında giderilebilecek olup uzun dönem dengesine ulaşabileceği tahmin edilmektedir. İstihdam oranlarında her yıl meydana gelen şokların ise %14'ünün ortadan kalkmakta olup uzun dönem dengesine ulaşabileceği saptanmış olup hata düzeltme katsayısı negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Türkiye'de yaşlı iş gücüne katılım oranlarının bağımlı değişken olduğu modelde de hata düzeltme mekanizmasının negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bulunması; yaşlı iş gücüne katılım oranlarında gerçekleşen sapmaların %16 oranında giderilerek uzun dönem dengesine ulaşabileceğini ifade etmektedir.

Tablo 4: Uzun Dönem Tahmini

Değişkenler	Katsayılar	T-istatistiği	Std. Hata
<i>logemptot(-1)</i>	22.24935	12.9378	1.71972
<i>loglabtot(-1)</i>	-21.20410	-11.5166	1.84118
<i>c</i>	-4.117186		

Tablo 5: Kısa Dönem Vektör Hata Düzeltme Modeli (VECM) Tahmini

Bağımlı Değişken: İşsizlik Oranı VECM				
Değişkenler	Katsayılar	Std. Hata	T-istatistiği	Olasılık Değeri
$ut(-1)$	-0.553869	0.224525	-2.466849	0.0157
$d(\logunemp(-1))$	0.331015	0.409573	0.808194	0.4213
$d(\logemptot(-1))$	7.805944	10.49961	0.743451	0.4593
$d(\loglabtot(-1))$	-7.911944	10.40992	-0.760039	0.4494
$c$	0.012952	0.029571	0.437977	0.6625
Tanısal Testler				
R <sup>2</sup>	Durbin-Watson	Adj. R <sup>2</sup>	F İstatistiği	
0.194571	1.877146	0.079510	1.691024	
Bağımlı Değişken: İstihdam Oranları VECM				
Değişkenler	Katsayılar	Std. Hata	T-istatistiği	Olasılık Değeri
$ut(-1)$	-0.148789	0.062557	-2.378438	0.0197
$d(\logunemp(-1))$	0.021172	0.114116	0.185527	0.8533
$d(\logemptot(-1))$	3.185024	2.925415	1.088743	0.2794
$d(\loglabtot(-1))$	-2.923925	2.900428	-1.008101	0.3163
$c$	-0.002721	0.008239	-0.330201	0.7421
Tanısal Testler				
R <sup>2</sup>	Durbin-Watson	Adj. R <sup>2</sup>	F-İstatistiği	
0.260199	1.867076	0.154513	2.461999	
Bağımlı Değişken: İş gücüne Katılım Oranları VECM				
Değişkenler	Katsayılar	Std. Hata	T-istatistiği	Olasılık Değeri
$ut(-1)$	-0.163820	0.061296	-2.672589	0.0090
$d(\logunemp(-1))$	0.035440	0.111816	0.316949	0.7521
$d(\logemptot(-1))$	3.521206	2.866442	1.228424	0.2227
$d(\loglabtot(-1))$	-3.268578	2.841959	-1.150114	0.2534
$c$	-0.002041	0.008073	-0.252826	0.8010
Tanısal Testler				
R <sup>2</sup>	Durbin-Watson	Adj. R <sup>2</sup>	F İstatistiği	
0.284283	1.850500	0.182038	2.780405	

### Sonuç ve Değerlendirme

Dinamik bir yapı olan iş gücü piyasaları kısa dönemde, iş gücü arzına duyarlı olup ekonomik konjonktürden bağımsız düşünülemez. Kısa dönemde yaşlı işsizlik, istihdam ve iş gücüne katılım oranlarının pozitif dönüşmesi ise sıklıkla sosyal devlet politikaları ile mümkün görülmektedir. Türkiye'nin ekonomisinde 1988-2022 yıllık verileri ile uygulanan ekonometrik analiz sonuçları bütün olarak değerlendirildiğinde; yaşlı iş gücü olarak tanımlanan 55-64 yaş aralığındaki toplam

nüfusun iş gücüne katılım oranı ve istihdam oranlarının işsizlik oranlarına etkisinin kısa ve uzun dönemde istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Bu durum Türkiye'nin iş gücü piyasalarının daha özel ve kırılabilir gruba olan yaşlı iş gücü arzının incelenmesini gerekli kılmaktadır. Bulgular bütün olarak yorumlanırken; Türkiye'de ki demografik dönüşüm süreci, ekonomik konjonktür, hükümetin para, maliye ve sosyal politikanın etkileri de dikkate alınmıştır. Ekonomi ve istihdam politikaları uygulamalarında yaşlı iş gücüne katılım oranı ve istihdam oranları vurgusu yapılarak

yaşlı işsizlik oranlarında azalış öngörüsü yapılabilmektedir.

Kısa dönem ilişkisinin saptandığı Vektör Hata Düzeltme Modeli (VECM) sonuçlarına göre yaşlı işsizlik oranlarında gerçekleşecek sapmaların %55 düzeyinde telafisi mümkün olup uzun dönem dengesine tekrar ulaşılacağı tahmin edilmektedir. İstihdam oranlarında her yıl meydana gelen şokların ise %14'ünün ortadan kalkmakta olup uzun vadede dengeye ulaşılacağı saptanmıştır. Türkiye'de yaşlı iş gücüne katılım oranlarının da hata düzeltme mekanizmasının negatif ve istatistiki olarak anlamlı bulunması; yaşlı iş gücüne katılım oranlarında gerçekleşen sapmaların %16 oranında giderilerek uzun vadede dengeye ulaşabileceğini göstermektedir.

Türkiye'de yaşlı iş gücünün; muhtaç ekonomisi algısından ve mali bir yük sınıflandırılmasından çıkarılıp iş gücü piyasalarında kendilerine yer bulabilmeleri için hukuki, sosyal ve ön yargısız bilincin artırıldığı istihdam programlarının geliştirilmesi makroekonomik anlamda pozitif getiriler sağlayabilir. Yaşlıların ucuz iş gücü olarak varlığını koruması, geleceğin iş gücü piyasalarında köksüz ve işsiz ekonomik büyümeye yol açabilir. Özellikle ekonominin durgunluk döneminde istihdama dâhil olan yaşlıların güvenlik ve sağlık hizmetleri aksar. Durgunluk nedeniyle yaşlılar asgari düzeyde harcama yaparlar. Teknolojiyi satın alma güçleri de azaldığı için dijital yetkinlik kazanma maliyetlerini de karşılayamazlar. Dolayısıyla, dijital yetkinlik seviyelerini de geliştiremedikleri için iş gücü piyasalarında yer alabilecekleri sektör olanakları kısıtlanır. Bu bağlamda, Türkiye'de mevcut iş arayan yaşlı iş gücü arzı ve yaşlanacak olan iş gücü arzının istihdam sürecine dâhil edilmesi için politika yapımcıların yenilikçi yapısal istihdam programları ve politikalarını proaktif yaklaşım esaslı oluşturması önem arz etmektedir.

## Kaynakça

Akdağ, H. (2020). Reel döviz kurunu belirleyen faktörler: Türkiye örneği. Kiroğlu, H. S. (Ed.), *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Alanında Akademik Çalışmalar-II* içinde (s. 64-72). Ankara: Gece Kitaplığı

Arun, Ö. (2013). International spotlight: developing a ge-

rontological social policy agenda for Turkey. *The Gerontologist*, 53(6), 891-897. doi:10.1093/geront/gnt071

Arun, Ö. (2014). 'Que Vadis' Türkiye? 2050'ye doğru yaşlanan Türkiye'yi bekleyen riskler. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (32), 1-12. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1724676>

Arun, Ö. (2016). Çağdaş Türkiye'de yaşlılık ve eşitsizlik. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 6(2), 29-48. doi: 10.13114/MJH.2016.287

Arun, Ö. (2018). Türkiye'de yaşlanmak bir armağan ya da lanet? Arun, Ö. (Ed.), *Yaşlanmayı aşmak* içinde (s. 23-52). Ankara: Phoenix

Atay, E. (2023). *İşgücü piyasasında yeni bir problem alanı olarak yaşlı işsizliği: seçilmiş ülkeler üzerine ampirik bir araştırma*, (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Yalova Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü: Yalova.

Bloom, D. E., Chatterji, S., Kowal, P., Lloyd-Sherlock, P., Mckee, M., Rechel, B., & Smith, J. P. (2015). *Macroeconomic implications of population ageing and selected policy responses*. *The Lancet*, 385(9968), 649-657. doi: 10.1016/S0140-6736(14)61464-1

Dickey, D. A., & Fuller, W. A. (1979). Distribution of the estimators for autoregressive time series with a unit root. *Journal of the American Statistical Association*, 74(366), 427-431. doi: 10.2307/2286348

Dickey, D. A. & Fuller, W. A. (1981). Likelihood ratio statistics for autoregressive time series with a unit root. *Econometrica*, 49(4). doi: 10.2307/1912517

Duruşti, E. (1985). *Verimlilik analizine yönelik bir program geliştirilmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul. <http://nek.istanbul.edu.tr:4444/ekos/TEZ/17312.pdf>

Dündar, S. ve Küçükkaya, H. (2019), Küreselleşme ve İktisadi Kalkınma İlişkisi: Türkiye için Ampirik Bir Analiz, *Balkan Sosyal Bilimler Dergisi*, (8), 421-429.

Dündar, S. (2020), *Küreselleşme ve Kalkınma İlişkisinin Dinamik Panel Veri Analizi: Türkiye ve Gelişmekte Olan Ülkeler Örneği*, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi: Aydın.

Demirbilek, T., & Öktem Özgür, A. (2017). Gümüş ekonomi ve aktif yaşlanma bağlamında yaşlı istihdamı. *Elderly Issues Research Journal*, (10)1, 14-28. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/275629>

Engle, R.F. & Granger, C.W.J. (1987). Co-Integration and error correction: representation, estimation and testing. *Econometrica*, 55, 251-276. doi: 10.2307/1913236

Eryurt, M. A. (2023). Yaşlanma ve demografi. Canatan, K. & Küçük, M. (Ed.), *Yaşlanma sosyolojisi* içinde (s. 91-

120). İstanbul: DBY Yayınları.

Fuchs, J., & Weber, E. (2017). Long-Term unemployment and labour force participation: a decomposition of unemployment to test for the discouragement and added worker hypotheses, *Applied Economics*, 49(60), 5971-5982. doi: 10.1080/00036846.2017.1368991

Gujarati, D.N. (2010). *Temel ekonometri*. (Çev. Senesen Ü. ve Günlük Senesen, G.), (Yedinci baskı). İstanbul: Literatür Yayınları.

Humphries, J. (1988). Women's employment in restructuring america: the changing experience of women in three recessions. *Women and Recession, London: Routledge Revivals*. doi: 10.4324/9780203832684

International Labour Organization (ILO) (1990). *Surveys of economically active population, employment, unemployment and underemployment: an iu) manual on concepts and methods*, International Labour Office: Geneva. <https://www.ilo.org/public/english/bureau/stat/download/lfs.pdf>

International Labour Organization (ILO) (2022). *Gender equality and women's empowerment in the world of work in fragile. Conflict and Disaster Settings*: Geneva.

International Labour Organization (ILO) (2023). *World employment and social outlook trends 2023*. International Labour Office: Geneva.

Jaffee, D. (1998). *Levels of socio-economic development theory*. USA: Bloomsbury Academic.

Kocabaş, F. & Canbey Özgüler, C. (2019). Pasif işgücü piyasası politikaları: işsizlik ödeneği ve yardımı uygulamaları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(2). doi: 10.20875/makusobed.499365

Küçükkaya, H., Özçağ, M., & Bozdağlıoğlu, Y. (2019). Geçiş ekonomilerinde işgücüne katılım oranı ile işsizlik oranı ilişkisinin dinamik panel veri analizi. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 14, 62-68. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/680661>

Kumar, V., Leone, R. P., & Gaskins, J. N. (1995). Aggregate and disaggregate sector forecasting using consumer confidence measures. *International Journal of Forecasting*, 11(3), 361-377. doi: 10.1016/0169-2070(95)00594-2

Kwiatkowski, D. Phillips, P. C. B. Schmidt, P. & Shin, Y. (1992). Testing the null hypothesis of stationarity against the alternative of a unit root: how sure are we that economic time series have a unit root? *Journal Econometrics*, 54, 159-178. doi: 10.1016/0304-4076(92)90104-Y

Lundberg, S. (1985). The added worker effect. *Journal of Labor Economics*, 3(1), 11-37. <http://www.jstor.org/stable/2535048>

Organisation For Economic Co-Operation and Development (OECD) (2023a). *Labour force statistics, lfs by sex and age (Indicators)*. [https://stats.oecd.org/Index.aspx?DataSetCode=lfs\\_sexage\\_i\\_r](https://stats.oecd.org/Index.aspx?DataSetCode=lfs_sexage_i_r) Erişim Tarihi: 9 Eylül 2023.

Organisation For Economic Co-Operation and Development (OECD) (2023b). *Employment rate by age group (Indicators)*. <https://data.oecd.org/unemp/unemployment-rate-by-age-group.htm#indicator-chart> Erişim Tarihi: 9 Eylül 2023.

Organisation For Economic Co-Operation and Development (OECD) (2023c). *Unemployment rate by age group (Indicators)*. <https://data.oecd.org/unemp/unemployment-rate-by-age-group.htm#indicator-chart> Erişim Tarihi: 9 Eylül 2023.

Organisation For Economic Co-Operation and Development (OECD Stat). (2023). <https://stats.oecd.org/> Erişim Tarihi: 18 Eylül 2023.

Peter C. B. Phillips, & Perron, P. (1988). Testing for a unit root in time series regression. *Biometrika*, 75(2), 335-346. doi: 10.2307/2336182

Prokopenko, J. (2005). *Verimlilik yönetimi uygulamalı el kitabı*. (Çev. Olcay Baykal vd.), (476), Ankara: Milli Prodüktivite Merkezi Yayınları

Sevüktekin, M. & Çınar, M. (2017). *Ekonometrik zaman serileri analizi*: Eviews uygulamalı, Bursa: Dora Yayıncılık.

Stephens, JR, M. (2002). Worker displacement and the added worker effect. *Journal of Labor Economics*, 20(3), 504-537. doi: 10.1086/339615

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2023). *İstatistiklerle Yaşlılar 2022* (Sayı: 49667). Ankara. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaşlılar-2022-49667>

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2022). *İşgücü İstatistikleri Mikro Veri Seti, 2023* (Sayı: 4692). Ankara. <https://www.tuik.gov.tr/media/microdata/pdf/isgucu.pdf>

United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (UN-DESA) (2017). *World population ageing 2017* (ST/ESA/SER.A/408). [https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/files/documents/2020/May/un\\_2017\\_worldpopulationageing\\_report.pdf](https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/files/documents/2020/May/un_2017_worldpopulationageing_report.pdf)

United Nations, Department Of Economic and Social Affairs, Population Division (UN-DESA) (2022). *World population prospects 2022, data sources*. (UN DESA/POP/2022/DC/NO. 9.) doi: 10.18356/9789210014380

United Nations Department Of Economic and Social Affairs, Population Division (UN-DESA) (2023). *World social report 2023: leaving no one behind in an*



*ageing world* (ST/ESA/379). 23(2). <https://www.un.org/development/desa/dspd/wp-content/uploads/sites/22/2023/01/2023-wsr-tablecontents.pdf>

United Nations Development Programme (UNDP) (2019). *Human Development Report 2019: Beyond income, beyond averages, beyond today: Inequalities in human development in the 21st century*. New York. <https://hdr.undp.org/content/human-development-report-2019>

Ülgen, G. (2005). Yabancı sermayenin istihdam üzerine etkileri. *Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 35-48. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/3592>

World Health Organization (WHO) (1972). Psychogeriatric, report of a WHO Scientific Group. *Technical Reports Series 507*, Geneva. Cited in Davise AM. *Epidemiology* 185, 14(1), 9-21.

## Yaşlılık Döneminde Sağlıklı Yaşam: İyilik Hali

Fidan Korkut Owen


Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı, Ankara (Emekli)

Adres: Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı, Ankara

E-Posta: fdnkrkt@gmail.com

Geliş Tarihi: 28 Ekim 2023; Kabul Tarihi: 16 Nisan 2024

Doi: 10.5281/zenodo.12608096

Künye: Korkut Owen, F. (2023). Yaşlılık Döneminde Sağlıklı Yaşam: İyilik Hali. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 7(2), 46-59. <https://orcid.org/0000-0003-0144-1521>

## Özet

Son zamanlarda yapılan çalışmalar sağlıklı yaşam biçimi davranışlarıyla yüz yaşına dek hatta daha uzun yıllar sağlıklı yaşabilmenin mümkün olduğunu göstermektedir. Dünyada yaklaşık altıyüz bin yüz yaşını aşan birey bulunmaktadır. Türkiye'de, yaşam süresi de yaşlı bireylerin toplam nüfus içindeki oranı da artmaktadır. Yaşlı bireylerin (65 yaş +) toplam nüfus içindeki oranı 2022 yılında yaklaşık %10, yüz yaşını geçen yaşlı nüfus sayısı ise yaklaşık 5.500 olarak saptanmıştır. İster evlerinde ister kurumlarda yaşıyor olsunlar uzun yaşayanların nüfusa oranının artması gerçeği, yaşlıların fiziksel, sosyal, duygusal, bilişsel ve manevi ihtiyaçlarının desteklenmesine yönelik yasalara, politikalara ve hizmetlere duyulan ihtiyacı artıracaktır. Bu yordanabilir hizmet ve destek talebi, kamu ve özel kuruluşlarını, yerel yönetimleri, sivil toplum örgütlerini ve farklı mesleklerdeki profesyonelleri etkilemektedir. Bu mesleklerden birisi olan psikolojik danışmanların görev tanımında tüm bireylerin sağlıklı yaşam biçimi anlamındaki iyilik hallerinin arttırılması vurgulanmaktadır. Bu makalenin ana konuları sağlık, sağlıklı yaşlanma ve iyilik hali konusunda yaşlı nüfusla yapılmış çalışmalardır. En son kısımda, yapılan bu çalışmalardan destek alarak profesyonellerin birbirleriyle işbirliği yaparak yaşlıları fiziksel, sosyal, duygusal, bilişsel ve manevi olarak desteklemek amaçlı gerçekleştirebilecekleri müdahalelere yönelik öneriler sunulmuştur.

## Anahtar Kelimeler:

Sağlık · Sağlıklı Yaşlanma · İyilik Hali · Yaşlılık Psikolojik Danışmanlığı

## Healthy Life During Aging: Wellness

## Abstract

Recent research studies have suggested that with healthy life style it is possible to live a long and healthy life of 100 years or even more. Today there are nearly 600,000 centenarians around the world. Türkiye, like many other countries, is experiencing an increase in life span and in the number of individuals living longer. Population statistics for Türkiye in 2022 indicate that 10% of the population is 65 and older and the number of centenarians is nearly 5,500. The fact that an increasing proportion of the population is living longer suggests that regardless of living situation there will be an increasing need for laws, policies, and services to support the physical, mental, social, emotional and spiritual needs of the older adults. This quite predictable demand for services and support affect governmental and private institutions, local administrations, non-governmental organizations and a variety of professions. One of the professions likely to experience an increased demand for services is professional counseling. The counseling profession, in defining its role and function, specifically addresses its role in supporting and promoting lifelong wellness (healthy life style) for all individuals. This article reviews the main components of health and healthy aging as well as wellness research about older populations. The results of this research on older populations provides some suggestions about what counselors may do in cooperation with other professionals to support older people physically, socially, emotionally, cognitively and spiritually.

## Keywords:

Health · Healthy Aging · Wellness · Gerontological Counseling

## Giriş

Uzun ve sağlıklı yaşamak, dolayısıyla sağlıklı yaşlanmak genel olarak bireylerin yaşamdan istediklerinin başında gelmektedir. Bu tip bir yaşam için kontrol edilmesi zor olan, kalıtsal olarak getirilen hastalıklar, kazalar, bulaşıcı hastalıklar, içinde yaşanılan toplumdaki ekonomik düzey, sağlık ve sosyal sistemler gibi koşullar olsa da bireylerin görece kontrol edebilecekleri davranışlar ve koşullar bulunmaktadır. Bunlardan birisi, bireylerin kontrol edebilecekleri sağlıklı yaşam biçimi davranışlarıdır. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile kanser, kalp hastalıkları, diyabet gibi hastalıkların büyük ölçüde önlenebileceğine (National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 2023) ilişkin alanyazın sağlıklı yaşam biçiminin önemini göstermektedir.

Bu makalenin genel amacı yaşlılık döneminde sağlıklı yaşam davranışları ile iyilik halinin öneme ilişkin alanyazını gözden geçirmek ve Türkiye’de yapılan araştırmaların sonuçlarına göre bu konuda evlerinde ya da kurumlarda yaşayan yaşlılara yönelik olarak yapılabilecek müdahaleler üzerinde durmaktır. Makale üç ana başlıktan oluşmaktadır. İlk başlık, sağlıklı yaşlanmakla ilgili temel kavramların açıklanmasına yönelikken ikinci ana başlık yaşlılığın tanımı, sorunları ve yaşlılıkta sağlıklı yaşam üzerinedir. Son ana başlıkta Türkiye’de yaşlılara verilen hizmetler özetlendikten sonra yaşlıların iyilik halini artırmak için yapabilecek müdahalelere yönelik öneriler sunulmaktadır.

## Sağlıklı Yaşlanmaya Yönelik Temel Kavramlar

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 1946 yılından beri **sağlığı** hastalığın olmaması hali olarak değil bireyin fiziksel, zihinsel ve sosyal iyi oluş hali olarak ve çok boyutlu yapıda tanımlamaktadır (World Health Organization-WHO, 2023). Alanyazında **sağlıklı olmaya yönelik davranışlar** şu şekilde sıralanmaktadır: Yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıklarına sahip olma, etkili olarak stres yönetebilme, düzenli olarak fiziksel aktivite yapma, manevi (yaşamın anlamı ve amacı) anlamda büyüme, kişilerarası ilişkilere/sosyal desteğe sahip olma ve sağlığı koruma ve geliştirmeye ilişkin sorumluluk alma (Walker ve Hill-Polerecky, 1996). Sağlıklı olmaya yönelik bu davranışları yerine getirmenin bir **yaşam biçimi** olduğu savunulmaktadır. Konuyla ilgili önemli kavramlardan birisi olan **iyilik hali** optimal düzeyde sağlıklı olmaya yönelmiş davranışlar ve

yaşam biçimi olarak (Myers ve Sweeney, 2000) tanımlanmaktadır.

Sağlıklı yaşam davranışları yaşam boyunca önemli olduğu için burada **sağlıklı yaşlanma** kavramına da değinmek gerekmektedir. Sağlıklı yaşlanma, yaşam boyunca fiziksel sağlığın, fiziksel, sosyal ve zihinsel iyilik halinin daha iyi hale getirilmesi ve sürdürülmesi, bağımsız olarak yaşanması, yaşam kalitesinin iyi olması ve yaşam biçimi ile ilgili bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Peel vd., 2005). Yapılan bir metaanaliz çalışması sonunda sağlıklı yaşlanmanın beslenme, fiziksel aktivite, öz farkındalık, tutum, yaşam boyu öğrenme, inanç, sosyal destek, topluma katılım, bağımsızlık ve ekonomik güvenlik olmak üzere on belirleyicisi olduğu saptanmıştır (Abud vd., 2022). Bu da sağlıklı yaşlanma sürecinin bazı belirleyicilerinin olduğuna işaret etmektedir. Genetik donanımın insanların 100 yaşına ulaşmalarında önemli rolü olsa da yapılan çalışmalar çoğu kişinin büyük bir kronik hastalığı olmadan 90’lı yaşlarına ulaşabilme kapasitesinin olduğunu göstermektedir (Buettner ve Skemp, 2016). Bir araştırma ekibinin National Geographic ve Ulusal Yaşlanma Enstitüsü (National Institute on Aging) ile ortaklaşa yaptıkları çalışmalar sonunda 90 ve 100 yaşını aşan ve sağlıklı olan bireylerin en sık rastlandığı yerlere Mavi Bölge (Blue Zone) adı verilmiştir (Buettner 2008). Dünyada bu bölgelere giren sadece beş yer bulunmaktadır. Yenilerde diğer beşi gibi doğal olarak ortaya çıkmayıp, insan eliyle oluşturulmuş olan Singapur’un altıncı mavi bölge olarak nitelenebileceği belirtilmektedir (Mikhail, 2023). Bu bölgelerde yaşayanların sahip oldukları dokuz özellik şu şekilde sıralanabilir: Doğal olarak hareketli olmak, aşırı yememek, bitki ağırlıklı beslenmek, arkadaşlarla zaman geçirmek, sevdikleri kişilere öncelik vermek, güçlü bir sosyal ağa sahip olmak, yaşamda bir amaca sahip olmak, bir inanç grubuna sahip olmak ve stresle iyi başa çıkmak (Buettner ve Skemp, 2016). Mavi Bölgelerde yaşayan insanlarla ilgili olarak antropologlar, nüfus bilimciler, epidemiyoloji uzmanları ve diğer araştırmacılar tarafından yapılan araştırmalar uzun ve sağlıklı yaşamın yaşam stili ile açıklanabileceğini göstermektedir.

Özellikle 1960’lardan sonra başlayan sağlıklı yaşam paradigmasının bir parçası olan iyilik hali kavramı, duygusal, sosyal, ruhsal ve fiziksel alanlar gibi kişiliğin birden çok alanını ve bireyin güçlü yönlerini dahil ederek yaşlanmayla ilişkili olumsuz varsayımların çoğuna alternatif bir kavram

olmuştur (Fullen, 2016). İyilik hali kavramı aslında antik zamanlarda kullanılan sağlıklı yaşamla ilgili kavramların çağdaş karşılığı gibi görünmektedir (Gamby vd., 2021). İyilik hali ile ilgili geliştirilmiş farklı modelleri karşılaştıran çalışmaların bulunması modellerin çokluğuna dikkat çekmektedir (Örn., Ciziceno, 2022; Kauppi vd., 2023; Miller ve Foster, 2010). Söz konusu modellerde çok farklı sayılarda boyutlardan söz edilse de sosyal, duygusal, fiziksel, bilişsel ve manevi (tinsel, spiritüel, yaşamın anlamı ve amacı) boyutlarının tüm modellerde vurgulandığını görülmektedir. Bu beş boyutun fazla vurgulanmasının yanı sıra deniz yıldızlarının çoğu türlerinin beş kollu olması ve bazı türlerinde kollardan biri koptuğunda o kolu yenileyebilme güçlerinin varlığı; deniz yıldızlarının sağlıklı olmalarında kendi özelliklerinin yanında çevresel koşulların da etkili olması gibi metaforlara dayalı olarak Korkut-Owen ve Owen (2012) tarafından İyilik Hali Yıldızı Modeli (İHYM) geliştirilmiştir. İHYM'ne göre ölçek geliştirme çalışmasına dayanarak beş boyutun adları fiziksel (FİZ), duygusal (DUY), sosyal (SOS), bilişsel (BİL) ve tinsellik ve maneviyatla ilgili olan yaşamı anlamlandırma ve hedef odaklı olma (YAHOO) olarak belirlenmiştir (Korkut-Owen vd., 2016). Bu boyutlar kısaca şöyle tanımlanabilir. *FİZ*: Bu boyut iyilik halinin dengeli beslenme, hareketli olma, yeterli uyuma, zararlı alışkanlıklardan kaçınma gibi fiziksel sağlığa odaklanan özelliklerle ilgilidir. *DUY*: Duyguları farketme, duyguları kontrol etme, yaşam olaylarına karşı gerçekçi bakabilme gibi hem psikolojik hem de duygusal iyi oluş öğeleri içermektedir. *SOS*: Diğer insanlarla etkili iletişim kurma, başkalarından alınan sosyal destek gibi özellikler içermektedir. *BİL*: Bilişsel etkinliklerle uğraşmayı sevme, yeni bilgiler öğrenmeye hevesli olma, problem çözme becerisi gibi özellikleri ifade etmektedir. *YAHOO*: Yaşamda bir anlama ve amaca sahip olmak veya bunları aramak, hedef belirleyebilmek ve ona ulaşmaya çalışmak, umutlu olabilmek gibi özellikler bu boyut içerisinde yer almaktadır. İyilik halinin her bir boyutunun belli bir derecede doyurucu olması halinde birey kendisini iyi hissetmektedir. İyilik hali çok öznel bir yapı gösterdiği için bireyin iyilik haliyle ilgili algıları olaylara ve zamana göre farklılık gösterebilmektedir. Bu modelin sistematik yapısı gereği bireylerin özelliklerinin yanı sıra içinde buldukları sosyal, politik, ekonomik, coğrafik çevre de bireylerin iyilik halini etkilemektedir. Ayrıca birinde oluşan olumlu ya da olumsuz bir değişiklik diğer boyutlara da yansımaktadır.

Sağlık ve sağlıklı yaşlanma ile ilgili bazı kavramların karşılaştırıldığı Tablo 1'den izlenebileceği gibi bu kavramlar arasındaki ortaklıklar dikkat çekicidir. Araştırmalar da sağlıklı yaşlanma ile sağlıklı yaşam biçimi (Ünal, 2021); sağlıklı yaşam biçimi ile iyilik hali (Bahar ve Başbüyük, 2019; Demirbaş-Çelik ve Korkut-Owen, 2017), sağlık ile iyilik hali (Taşkaya, 2020) kavramları arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymaktadır.

## Yaşlılık, Dönemi, Sorunları ve Yaşlılıkta Sağlıklı Yaşam

**Yaşlılık dönemi:** Yaşlılık biyolojik düzeyde, zaman içinde hücrelerin bozulmasından kaynaklanmaktadır. Ancak bu değişiklikler her zaman giderek bozulma biçiminde olmamaktadır. Yaşlanma, bu biyolojik değişikliklerin yanı sıra bireyin sosyal ve özel yaşamında oluşan değişikliklerle emeklilik, taşınma, yakınlarını kaybetme gibi yaşam geçişleriyle de ilgilidir. Bireyin kalıtsal olarak getirdiği koşullar, yaşam biçimi gibi değişkenlerin yanı sıra bireyin yaşadığı ülkenin sosyo-ekonomik koşullarına, sağlık hizmetlerinin sunumuna göre de yaşlanma süresi farklılaşabilmektedir. O nedenle bu süreci sadece kronolojik olarak değil, biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutlarda ele almak gerekmektedir (Karadakovan, 2014). DSÖ, yaşlılığı tanımlamada kronolojik yaşın kesin bir göstere sayılmadığını, yaşlanmaya eşlik eden bedensel, bilişsel, sosyal değişikliklerin her birey için aynı olmadığını ve benzer yaşta yaşlı bireylerin bağımsız yaşayabilme ve yaşama katılım düzeylerinin çok farklılaşabildiğini belirtmektedir (WHO, 2022). Yine de yaşlılık, genel bir eğilim olarak kronolojik yaş dikkate alınarak tanımlanmaktadır. Türkiye'deki Sağlık Bakanlığı (2019) ve Türkiye İstatistik Kurumu-TÜİK (2023) gibi resmi kaynaklarda da 65 yaş üstü bireyler yaşlı grubunda ele alınmaktadır. Gerontolojistler yaşlılığı 65-74 yaş arası genç yaşlılık, 75-84 yaş arası orta yaşlılık ve 85 yaş üzerini ileri yaşlılık dönemi olarak sınıflandırmaktadırlar (Beğler ve Yavuzer, 2012). Dünyada yaşam süresinin uzaması ve bireysel ayrılıklar gibi nedenlerle, bazı uzmanlar sağlık ve yaşlılık tanımlarının değişmesi gerektiğini, yaşlılık tanımının 75 yaş sonrası olması gerektiğini savunmaktadırlar (Fallon ve Karlawish 2019; Ouchi vd., 2017). Birleşmiş Milletler (BM), geleneksel olarak 60 ya da 65 yaş ve ötesinde olanların yaşlı olarak tanımlandığını ve bunun da basit, açık ve kolayca tekrarlanabilen ölçümler sağladığını ve ülkelerdeki yaşlanmayı belli göstergelere göre izlemeye

Sağlık tanımındaki boyutlar (DSÖ, 1946)	Sağlıklı yaşam davranışları (Walker ve Hill-Polerecky, 1996)	Sağlıklı yaşlanmanın belirleyicileri (Abud vd., 2022)	90-100 yıl yaşayan bireylerin özellikleri (Buettner ve Skemp, 2016)	İyilik hali modellerindeki boyutlar
Fiziksel	Düzenli olarak fiziksel aktivite yapmak	Fiziksel aktivite	Doğal olarak hareketli olmak	Fiziksel
	Yeterli ve dengeli beslenmek	Dengeli ve sağlıklı beslenme	Aşırı yememek Bitki özlü beslenmek	Fiziksel
Sosyal	Kişilerarası ilişkilere/ sosyal desteğe sahip olmak	Sosyal destek	Arkadaşlarla sıkça bir araya gelmek	Sosyal
		Topluma katılım	Sevdikleri kişilere öncelik vermek	Sosyal
			Güçlü bir sosyal ağa sahip olmak	Sosyal
Zihinsel / Duygusal		Yaşam boyu öğrenme		Bilişsel
	Stresi etkili olarak yönetebilmek		Stresle iyi başa çıkmak	Bilişsel Duygusal
	Sağlığı koruma ve geliştirmeye ilişkin sorumluluk almak			Duygusal Bilişsel
		Öz farkındalık, tutum, bağımsızlık		Duygusal
	Spiritüel anlamda büyüme	İnanç	Yaşamda bir amaca sahip olmak	Tinsel/manevi
		Bir inanç grubuna sahip olmak	Tinsel/manevi	

**Tablo 1:** "Sağlıklı yaşlanma ile ilgili bazı kavramların karşılaştırılması"

yaradığını ifade etmektedir (United Nations, 2019). Dolayısıyla yaşlılığın yaş dilimlerine göre ele alınmasının pratik bir yanı olsa da aynı yaş grubundaki tüm kişileri açıklamadığı, sadece genel bir ayrım sağladığı görülmektedir.

DSÖ, 2030 yılında dünyadaki her altı kişiden birinin 60 yaş ve üstü olacağını ve bu grubun nüfusunun 2030'da 1.4 milyara, 2050 yılında ise 2.1 milyara ulaşacağını öngörmektedir. Ayrıca 2020-2050 yılları arasında 80 yaşında ve daha yaşlı olanların sayısının 426 milyon civarında olacağı yordandığıdır (WHO, 2022). Türkiye'de de yaşam süresi ve yaşlı bireylerin toplam nüfus içindeki oranı artmaktadır. Daha önce 2017'de 65 yaş ve üzeri nüfusun oranı %8,5 iken bu oran 2022 yılında %9,9 olarak belirlenmiştir (TÜİK, 2023). BM raporlarına göre dünya ortalaması %9,8 olduğu için Türkiye'deki oran bu

ortalamanın üzerine geçmiştir. TÜİK (2023) raporunda yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranının %10'u geçmesinin nüfusun yaşlanmasının bir göstergesi olduğu ve Türkiye'deki yaşlı nüfusun, diğer yaş gruplarındaki nüfusa göre daha yüksek bir hız ile arttığı belirtilmektedir. Raporda ayrıca yaşlı nüfus oranının 2030 yılında %12,9, 2040 yılında %16,3, 2060 yılında %22,6 ve 2080 yılında %25,6 olacağı öngörülmektedir. Yüz yaşını aşan nüfusun sayısı dünya çapında 593.000 (United Nations, 2022), Türkiye'de ise 5 bin 344'tür (TÜİK, 2023). Yüz yaş ve üstüne dek yaşanması dikkate alındığında, yaşlılığın 40 yıldan daha uzun bir süreyi kapsadığı anlaşılmaktadır.

Yaşam süresinin uzaması ve yaşlı nüfusun sayısının artması, yaşlılık döneminin uzun olması, yaşlıların daha kaliteli, daha sağlıklı, daha aktif bi-

çimde yaşayabilmeleri için onlara bazı hizmetlerin sunulabilmesinin, bazı önlemlerin alınmasının ve ulusal ve uluslararası bazı politikaların belirlemesinin gerekliliğini göstermektedir. Bu konuda BM Genel Kurulu 2021-2030 yıllarını Sağlıklı Yaşlanma Onyılı olarak ilan etmiş ve DSÖ'den bunu uygulamaya geçirmesini istemiştir. Dolayısıyla bu konuda uluslararası düzeyde alınan bazı kararlar ve eylem planları bulunmaktadır. WHO (2022), yaşlılar için ülke planlamasını ve eylemlerini desteklemek, daha iyi küresel veriler toplamak ve sağlıklı yaşlanma üzerine araştırmaları teşvik etmek, sağlık sistemlerini yaşlı insanların ihtiyaçlarına göre ayarlamak, bu konudaki temelleri atmak ve uzun vadeli bütüncül sağlık için gerekli insan kaynaklarını sağlamak, yaş dostu kentler inşa etmek gibi temel öncelikler belirlemiştir. WHO (2022) ayrıca bu konuda dört eylem alanı da belirlemiştir: (1) Yaş ve yaşlanmaya karşı düşünme, hissetme ve hareket etme eğilimlerini değiştirmek, (2) toplulukların yaşlı insanların yeteneklerini geliştirmesini sağlamak, (3) yaşlı insanlara yanıt veren kişi merkezli entegre bakım ve birinci basamak sağlık hizmetleri sunmak ve (4) ihtiyacı olan yaşlı insanlar için uzun süreli bakıma erişim olanakları sağlamak.

**Yaşlanmayla ilgili sorunlar:** Yaşlılar arasındaki en yaygın sorunlar işitme kaybı, görme sorunları, katarakt, sırt ağrısı, kemik erimesi, solunum ve kalp sorunları, şeker hastalığı, kanser, depresyon, bunama (WHO, 2022), yüksek kolesterol, yüksek tansiyon, iyi beslenememe, iyi uyuyamama, değişikliklerle başa çıkamama, fiziksel hareket yapmama, eş kaybıyla başa çıkmaya çalışma (Kang vd., 2008) olarak sıralanabilmektedir. Çalışma yaşamının azalması ya da ortadan kalkmasının yanı sıra eş kaybının yaşanması gibi olaylar, ileri yaşlardaki bireylerin giderek daha incinebilir olmalarına neden olmaktadır (National Institute on Aging, 2019). Bireyler yaşları ilerlediğinde fizyolojik, sosyal ve psikolojik işlevlerinin bir kısmını yitirdikleri için sosyal etkinliklerden yoksun kalabilmektedirler (Federal Interagency Forum on Aging -Related Statistics, 2020) ve bu da onlarda depresyona ve yalnızlığa yol açabilmektedir. Yalnızlık yaşlılar açısından istendik olabildiği gibi hem duygusal hem de fiziksel riskleri de beraberinde getirmektedir (Ünal ve Bilge, 2005). Özellikle eş ilişkileri, özellikle de iki tarafın da doyum aldığı ilişkiler, yaşamın ileriki yıllarında iyi oluş; fiziksel sağlık; sosyal, ekonomik, duygusal ve günlük yaşam ihtiyaçlarının karşılanması gibi durumlar açısından oldukça önemli bir faktör olarak kabul edilmektedir (Hop-

mann ve Gerstorf, 2009; Walker ve Luszcz, 2009).

Yaşlanma sadece biyolojik değil toplumsal ve kültürel bir olgu olduğu için bireyin yaşlanmasının getirdiği etkiler ve sorunlar, bireyin içinde yaşadığı toplumun politik, ekonomik, kültürel, yapısından etkilenmekte, aynı zamanda yaşlılığı toplumsal boyuta taşımaktadır (Nazlı, 2016). Bunun yanı sıra yaşlı bireylerin sayısının artması hem psiko-sosyal hem de sosyo-ekonomik olarak toplumları yeniden şekillendirici bir etkiye sahiptir (Yumurtacı, 2013). Dolayısıyla içinde yaşanılan sosyal ve kültürel yapı, yaşlıların yaşamlarını etkilediği gibi yaşlıların yaşamlarında oluşan değişiklikler ve sorunlar da toplumu sosyal, yasal, politik ve ekonomik anlamda değişiklik yapma yönünde etkilemektedir. Yaşlılıkla ilgili en sık görülen sosyal sorunlar arasında yoksulluk ve düşük gelir, sosyal güvenlik politikalarındaki değişiklikler, yalnız yaşayan yaşlı nüfusundaki artış, uygun olmayan konut koşulları, aile bakımının azalması ve yaşlılığa yönelik olumsuz görüşler yer almaktadır (Şeker ve Kurt, 2018). Yaşanan sorunlar yaşlı bireylerin yaşam kalitelerini arttırabilmeleri ve toplumsal yaşam içerisinde dışlanmadan yaşamlarını sürdürebilmeleri için yeni sosyal politikaları gerektirmektedir (Uyanık, 2017). Yumurtacı (2013), bu anlamda yaşlı dostu politikalarla ilgili yapılabileceklerle ilgili önerilerini sağlık, sosyal güvenlik, kentleşme, eğitim, yoksulluk, yaşlı yalnızlığını önleyici, istihdam, tasarruf ve tüketim politikaları başlıkları altında ele almaktadır. Son yıllarda yaşlı sağlığı sorunları ile ilgili politikalar oluşturulmaya başlanmışsa da bu politikaların ve uygulamaların yetersiz olduğunu savunan Taş ve Şaldırdak (2021) yaşlı nüfusun fiziksel ve zihinsel sağlığını koruyucu önlemlerin alınmasını ve yaşlılıkta ortaya çıkan fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişiklikleri dikkate alan tedavi ve bakım hizmetlerinin planlanması önermektedirler. Sosyolojik dönüşümler sonucunda yaşlı bireyler yeni bir risk grubu oldukları için sadece ulusal değil uluslararası düzenlemelerle korunmaları ve desteklenmeleri gerekmektedir (Topgül, 2021). Sonuç olarak yaşlı sorunlarına ve bu sorunların çözüm önerilerine birçok açıdan yaklaşılabilir.

**Yaşlılara göre sağlıklı olmak:** Türkiye'de yapılan bir çalışmaya göre yaşlı bireyler sağlığı iyi beslenmek, fiziksel olarak aktif olmak, stresten kaçınmak ve düzenli olarak sağlık kontrollerini yaptırmakla ilişkilendirerek sağlıklı olmada aileden ve sosyal çevreden alınan desteğin önemini vurgulamakta-

dırlar (Koç, 2021). Benzer olarak Akbayrak ve Aysan (2022) yaşlıların sağlıklı yaşlanmayı, fiziksel sağlık, sosyal ilişkiler, bağımsızlık ve aktif yaşam olarak gördüklerini saptamışlardır.

Demir-Çelebi (2020) yaptığı bir nitel çalışma sonrası yaşlı bireylerin sağlıklı yaşlanma ile görüşlerinin, yaşam biçimi, sağlık, gelecek, kişisel gelişim, başa çıkma mekanizmaları ve sosyal katılım olarak altı konuda toplandığını saptamıştır. Çalışmalar yaşlı bireylerin genel olarak fiziksel ve duygusal sağlığı daha fazla önemsendiklerini (Footitt ve Anderson, 2012), bilişsel olarak iyi durumda olmayı öncelikli bulduklarını, aile ve arkadaşlarıyla bağlantıda olmayı neredeyse fiziksel sağlıktan biraz daha önemli olarak algıladıklarını (Pate vd., 2023) göstermektedir. Sözü edilen özelliklere bakıldığında yaşlıların sağlıklı olmayı sadece fiziksel sağlık olarak değil çok boyutlu olarak ele aldıkları görülmektedir.

**Sağlıklı yaşlanmayı ve yaşlılıkta iyilik halini artırmak ile ilgili araştırmalar:** İyilik hali, bireyin tüm işlevlerinin uyumlu olmasıyla olası olduğu için yaşlıları fiziksel, sosyal ve zihinsel olarak uyuracak ve onların amaçlarını, umutlarını, güçlü yanlarını keşfetmelerini sağlayacak deneyimlerin sağlanmasına gerek vardır (McMahon ve Fleury, 2012). Bu tip deneyimler sağlayan, yaşlıların sağlıklı yaşamalarını ve iyilik hallerini artırmaya yönelik olarak yapılmış bazı deneysel ya da yarı deneysel çalışmalar bulunmaktadır. Sağlıklı yaşlanmayı artırmakla ilgili çabalar disiplinlerarası ortak çalışmaları gerektirmektedir. Ayrıca bu çabaların bireylerin hepsine ulaştırılabilir, uzun vadeli ve sürdürülebilir olmaları için uygun politikalara, ekonomik ve sosyal desteklere de gerek duyulmaktadır. Burada özetlenen araştırmalarda görülebileceği bu konudaki çalışmalar ve çabalarda artış olsa da çoğu henüz deneysel düzeydedir.

Alanyazında ileri yaştakilerin sağlıklı yaşlanmalarına ve iyilik hallerinin artırılmasına yönelik programların artmaya başladığı gözlenmektedir. Bu konudaki çalışmaların birinde geliştirilen daha çok fiziksel olarak aktif olmakla ilgili 10 haftalık AFRESH adlı çok boyutlu, sağlık koçluğuna temelli, eğitimsel ve iletişimsel yanları olan programın yaşlıların fiziksel aktifliklerinde fark yarattığı bulunmuştur (Maxwell vd., 2022). Sadece fiziksel alanı değil diğer iyilik hali alanlarını ele alarak yapılan başka bir çalışmada 11 haftalık Dengeli Yaşam Programı (The Balanced Life Program)

geliştirilmiştir. Bu çalışmada belirlenen iyilik hali alanları tinsel, fiziksel, duygusal, sosyal, entelektüel, mesleki, çevresel ve metabolik sağlık olarak tanımlanmıştır. Yapılan pilot uygulama sonucunda bu programın yaşlı bireyler için işe yarayabildiğine yönelik bulgular edinilmiştir (Zechner ve Kirchner, 2013). Çevrimiçi olarak geliştirilen bir sağlık programında, yaşlılara yönelik sağlık eğitimi, beslenme planları, fiziksel aktiviteler yer almış ve 17 haftanın sonunda katılımcıların iyilik hallerinde artış olduğu ve katılımcıların programdan memnun kaldıkları saptanmıştır (Tam vd., 2021). Bir başka çevrimiçi gerçekleştirilen iyilik hali çalışmasında da programın, yaşlıların özellikle fiziksel sağlıklarının izlenmesine yaradığı ayrıca onların sosyalleşmelerine katkı sağladığı bulunmuştur (Zhang vd., 2021).

Bir yaşlı kurumundaki çalışanların koçluk yaptığı bir bütünsel iyilik hali programının sonunda kurumda kalan yaşlıların fiziksel ve psikolojik yaşam kalitelerinde, sağlıkla ilgili doyumlarında, amaç sahibi olma ve diğerleriyle bağlantıda olma duygularında artış, yalnızlık duygularında azalma olduğu belirlenmiştir (Fullen vd., 2023). Yaşlılar arasında sosyal soyutlanma ve yalnızlık önemli bir sorun olduğu için (WHO, 2021), başka bir çalışmada yaşlıların yalnızlık duygularını, kaygılarını azaltmak, olumlu duygularını, yaşam doyumlarını, yaşam amaçlarını ve anlamlarını artırmak amacıyla yaşlılara altı oturumluk bir program uygulanmış ve programın etkili olduğu saptanmıştır (Cassidy-Eagle vd., 2023).

Türkiye’de sağlıklı yaşlanmayı destekleme amaçlı olarak yaşlılarla yapılan nitel çalışmalara ve farklı terapi yaklaşımlarının görüşlerine dayanarak sekiz haftalık bir program geliştirilmiştir (Demir-Çelebi, 2020). Programın son oturumda katılımcıların yarı yapılandırılmış sorulara verdikleri yanıtlar programın duygularını başkalarıyla paylaşmayı, gevşeme egzersizleri yapmayı öğrenme, tanımadığı bireylere güven geliştirme, yeni arkadaşlıklar edinme, sosyal destek kaynaklarını fark etme, kendini daha iyi tanıma, kabul edilmiş hissetme, kayıpla başa çıkmayı öğrenme, yaşamı olumlu ve olumsuz yanlarıyla kabullenme, geleceğe yönelik umut kazanma gibi katkılarının olduğuna işaret etmektedir. Türkiye’de İHYM’ne dayalı olarak Demir-Çelebi (2023) tarafından yapılan yaşantısal bir çalışmada yaşlı sosyal yaşam evlerinden birinde gündüz yaşlı destek atölyelerine katılan 65 ve yaş üzeri 17 kadın katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcıla-

rın kendilerine en yüksek puanı duygusal boyuta verdikleri ve en çok değişiklik yapmak istedikleri alanların sosyal ve fiziksel boyutlar olduğu anlaşılmıştır. Görüldüğü gibi sağlıklı yaşam, sağlıklı yaşlanma ya da iyilik haliyle ilgili çalışmalar eğitimsel, yaşantısal boyutlar içeren ve katılımcıların uygulamalar yapmalarını sağlayan yapıdadır. Bu örnekler benzeri çalışmaların artırılmasının işe yarayabileceğini göstermektedir.

### **Yaşlılara Yönelik Hizmetler ve Yaşlıların İyilik Hallerini Artırmaya Yönelik Öneriler**

**Türkiye’de yaşlılara yönelik hizmetler:** Türkiye’de yaşlılara yönelik sağlık ve sosyal yardım hizmetleri Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından sağlanmaktadır. Bu hizmetler arasında yatılı bakım veren huzurevleri, yaşlı bakım ve rehabilitasyon merkezlerinin yanı sıra yaşlı hizmet merkezleri ile gündüzlü bakım hizmetleri bulunmaktadır (Yılmaz vd., 2013). Bu tür hizmetler, yerel yönetimler, vakıflar ve özel girişimciler tarafından sağlanabilmektedir. Bazı belediyeler ve sivil toplum kuruluşları proje çalışması kapsamında yaşlılara farklı hizmetler sunmakta ve yaşlı bireylerle gençleri bir araya getiren çalışmalar (Örn., YÖRET Vakfı-Kuşaklar Köprüsü, İzmir Büyükşehir Belediyesi-Gençler Yaşlılar Elele Projesi) yürütmektedir (Demir-Çelebi ve Yukay-Yüksel, 2014). Bazı büyükşehir belediyeleri yaşlıların ulaşım giderlerinin karşılanması, onlara yemek ve kıyafet yardımı yapılması, kişisel ve ev temizliğine destek sağlanması ya da dinlenme evleri oluşturulması gibi çalışmalar da yapmaktadır (Yılmaz vd., 2013).

Yaşlıların daha sağlıklı yaşamaları için hükümetlerin, yerel yönetimlerin, belediyelerin, sivil toplum örgütlerinin yapabilecekleri büyük ölçekli çabaların yanı sıra yerinde yaşlanan ya da kurumlarda kalan yaşlılara destek vermek amacıyla doktorlar, hemşireler, sosyal hizmet uzmanları, psikolojik danışmanlar, psikologlar, beslenme uzmanları, spor uzmanları, uğraş terapistleri gibi pek çok meslek sahibinin işbirliği içinde çalışması etkili olmaktadır. Bu meslekler arasında psikolojik danışma mesleğini diğer mesleklerden ayıran nokta, yaşam boyu iyilik halini artırmaya, önlemeye ve geliştirmeye yönelik olan felsefesidir (Remley ve Herlihy, 2020). Bu felsefeye uygun olarak psikolojik danışmanlığın alt alanlarından birisi yaşlılık psikolojik danışmanlığıdır (Myers, 1995) ve Türkiye’deki psikolojik danışma programlarında bu konuda seçmeli dersler yer almaktadır. Yaşlılık psi-

kolojik danışmanlığı çerçevesinde sadece yaşlılara değil yaşlılık dönemine geçiş ile ilgili orta yaşlılara yönelik eğitimler verilerek bireylerin yaşlılık döneminin getirebileceklerine ilişkin farkındalık kazanmaları, dönemi kabul etmeleri, yaşam biçimlerinde düzenlemeler yapmaları sağlanabilir. Bu eğitimler genel olarak fiziksel anlamda beklenen değişiklikler, sosyal yaşamda olması beklenen emeklilik gibi değişiklikler, çocukların evden ayrılmalarıyla yeniden çift olarak kalma gibi yeni bir duruma uyum, birden ortaya çıkan hastalıklarla ve kayıplarla başa çıkma gibi konularda gerçekleştirilebilir (Demir-Çelebi ve Yukay-Yüksel, 2014). Aşağıda Türkiye’de yaşlılarla yapılan çalışmaların sonuçlarına dayalı olarak verilen diğer mühadale önerilerine yer verilmektedir.

### **Sağlıklı yaşlanma için iyilik hali alanlarına göreyapılabilecek müdahaleler:**

Türkiye’de gerçekleştirilen yaşlılık uygulama ve çalışmalarının ağırlıklı olarak sosyal ve fiziksel sağlık konularına yoğunlaştığı, sağlıklı bir yaşlanma için gerekli olan psikolojik boyuta çok az başvurulduğu görülmektedir (Demir-Çelebi, 2020). Bu çalışmada ise sosyal, bilişsel, fiziksel, tinsel/manevi boyutların yanı sıra psikolojik ve duygusal boyuta da yer verilmektedir.

Türkiye’de yaşlılarla yapılan çalışmaların, iyilik hali modellerinde en fazla vurgulanan beş boyutta toplanabilecek türden oldukları görülmektedir. O nedenle psikolojik danışmanların yaşlıların iyilik hallerini artırmak için meslek uzmanlarıyla işbirliği içinde yapabilecekleri etkinliklere yönelik öneriler, araştırma sonuçlarına dayandırılarak sosyal, fiziksel, bilişsel, duygusal ve yaşamı anlamlandırma ve hedef odaklı olma boyutlarına göre sunulmuştur. Araştırmalarda en çok sosyal ve fiziksel boyutlar üzerinde durulduğu görülmektedir. Belli bir boyuta yönelik sözü edilen öneriler aslında diğer boyutlarda da farklılık yaratabilmektedir. Örneğin arkadaşlarla oynanan oyunlar sadece bilişsel boyuta değil sosyal ve duygusal boyuta da katkıda bulunabilmektedir. Eğer bu oyunların oynanması için yaşlının belli bir süre yürümesi gerekiyor ise fiziksel boyuta da katkısı olabilmektedir.

**Sosyal boyut:** Yapılan çalışmalar, yaşlıların sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile algıladıkları sosyal destek arasında olumlu bir ilişki bulunduğunu (Softa vd., 2016; Yuvakgil, 2017); eşi ya da çocuğu ve eşi ile birlikte yaşayan yaşlıların daha fazla sosyal destek aldıklarını hissettiklerini (Polat ve Kahra-



man, 2013) ve eşini kaybeden yaşlıların iyilik halininin düştüğünü (Bahar ve Başbüyük, 2019) göstermektedir. Bir başka çalışmada yaşlılar arasında yakın komşuluk ilişkilerini kardeşlik gibi görenlerin ve torunları ile düzenli olarak görüşenlerin sayısının fazla olduğu, bunun da sağlıklı yaşlanma için önemli olduğu saptanmıştır (Çiçek vd., 2021). Sosyal iletişim ağı geniş olanların yaşlanmanın olumsuz etkilerini daha az yaşadıklarına, moralininin daha yüksek olduğuna yönelik araştırma sonuçları da bulunmaktadır (Örn., Kapıkıran, 2016). TÜİK (2023) tarafından yapılan yaşam memnuniyeti çalışmasında yaşlıların en önemli mutluluk kaynağı olarak ailelerini (%60) gösterdikleri bulunmuştur. Bu özellikler yaşlılar için sosyal bağlantıda olmanın ve özellikle aile üyelerine yakın olmanın önemine işaret etmektedir. Kendi evinde tek başına ya da aile üleriyle yaşam sürdüren yaşlıların yaşam kalitelerinin, huzurevinde yaşayanlara göre daha yüksek olduğuna ilişkin bulgular da bulunmaktadır (Örn., Gelmez Taş ve Toprak, 2018). Alan yazında, yaşlıların mümkün olduğu kadar yerinde yaşlanmalarının, daha açık deyişle ev ortamında kalmalarının ve fiziksel, sosyal ve ruhsal yönden sağlık personeli tarafından desteklenmelerinin önemine dikkat çekilmektedir (Akbarak ve Aysan, 2022; Çapçioğlu ve Alpay, 2019; Softa, 2015; Yaşlı Hakları Derneği, 2019). Kurumsal bakım bazen kaçınılmaz bir seçenek olsa da yaşlıların evlerinde/yerlerinde ya da aile üyeleri ile sık görüşebilecekleri kadar yakın bir yerde yaşamalarının daha az yalnızlık yaşamaları için önemli olduğu anlaşılmaktadır. Huzurevinde kalan yaşlılar, birbirleriyle samimi ve anlamlı sosyal ilişkiler kurmasalar da kurumdaki sosyal ilişkilerin ve gündelik yaşam döngüsünün, onları ileri düzeyde sosyal soyutlanma yaşamaktan alıkoyduğunu belirtmektedirler (Taş ve Şaldırak, 2021). Demir-Çelebi, (2023) tarafından yapılan çalışma sonuçları evlerinde yaşayan yaşlılar için Yaşlı Merkezi'ndeki aktivitelere katılmanın, buradaki görevlilerden yardım almanın ve bu tip merkezlerde sosyalleşmenin onlar için çok önemli olduğunu göstermektedir.

Yaşlı bireyler arasında sosyal soyutlanma ve yalnızlık duygusu önemli bir sorun olduğu için (Cassidy-Eagle vd., 2023) yaşlılar arasında yalnızlığı azaltıcı önlemler alınması önemli görünmektedir. Bu anlamda yaşlılarla çalışan psikologlar, sosyal hizmet uzmanları, psikolojik danışmanlar gibi profesyoneller yaşlıların birbirleriyle, gençlerle, çocuklarla bir arada olmalarını sağlayan uygulamalar geliştirebilir ve var olan uygulamaları artı-

rabilirler. İster yerinde ister kurumda yaşıyor olsunlar yaşlılar arasında 4-5 kişilik destek grupları oluşturulabilir ve bu grupların birbirlerini aramak, eğer fiziksel durumları ve koşullar el veriyor ise haftada bir ya da daha sık bir araya gelmek gibi misyonlarının olması sağlanabilir. Dolayısıyla yaşlı bireylerin sosyalleşebilecekleri, farklı etkinliklere katılabilecekleri ortamların oluşturulması önemli görünmektedir.

Oyunlar aracılığı ile yaşlıların bilişsel olarak aktif olmalarının sağlanması ayrıca yaşlılar arasındaki sosyal bağı artırılabilir. Yaşlıların kolayca ulaşabilecekleri gündüz merkezlerinin artırılması halinde bu merkezlerdeki tam zamanlı, yarım zamanlı ya da gönüllü olarak çalışan profesyoneller yaşlıların orada sosyalleşmelerini hızlandırıcı ortak hobiler yapmak, mini yürüyüşlere çıkmak, birlikte film ya da dizi izlemek gibi etkinlikler yapabilir. Psikoloji, sosyal hizmetler, psikolojik danışman ve rehberlik gibi alanlardaki son sınıf öğrencilerinin alan uygulamalarını evlerinde ya da kurumlarda kalan yaşlılarla yapmaları sağlanması da işe yarayabilir.

**Fiziksel boyut:** Yaş ilerledikçe düşme olgularının ve düşme korkusunun artmasıyla fiziksel aktivite yapma daha da sınırlanmaktadır (Çınarlı ve Koç, 2015). Araştırma sonuçları yaşlıların %64,9'unun hareketsiz olduğunu (Aslan ve Savcı Bakan, 2022); beden kitle indekslerinin normalin biraz üstünde çıktığını, yaklaşık %70'inin tanısı olan bir ya da daha fazla hastalığının olduğunu, en fazla yüksek tansiyon sorunu yaşadıklarını (Yabancı vd., 2012) göstermektedir. Yaşlılığa dayalı hastalıkların önlenmesinde ve tedavisinde dengeli beslenme tarzının önemli bir yer tutsa da (Saraç ve Yılmaz, 2015) bir çalışmada yaşlıların yaklaşık %65'inin öğün atladığı, günlük sebze, meyve, et ve su tüketimleri önerilen miktarların altında olduğu saptanmıştır (Yabancı vd., 2012). Yaşlılarda fiziksel olarak aktif olmanın bazı kronik ve bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesi, bireysel bağımsızlığın sürdürülmesi ve yaşam kalitesinin iyileştirilmesi konusundaki önemine dikkat çeken çalışmalar bulunmaktadır (Erdem vd., 2021). Herhangi bir malzeme, ekipman gerektirmeyen, maliyeti olmayan ve herkesin kolayca yapabileceği etkinliklerin başında yürüyüş gelmektedir (Can, 2019). En temel öneri 30 dakikada 3000-3500 adımın atılması biçiminde verilse de yürüyüşün ne kadar yapılmasının uygun olacağı yaşlının engelli veya kronik hastalığının olma durumu, yaşı, yaşam koşulları dikkate alınarak gerçekçi hedeflerin konması önemlidir.

Söyleyici ve Salici (2020), özellikle kurumda kalan yaşlılar için yürüyüş yapma, bisiklete binme, dans etme, merdiven inip-çıkma gibi etkinliklerin uzmanların gözetiminde sağlanmasının sağlıklı yaşam biçimleri davranışlarını olumlu etkileyeceğini belirtmektedirler.

Bu bulgulara dayalı olarak psikolojik ve sosyal destek sağlayan profesyoneller evde ya da kurumda kalan yaşlılara, konuyla ilgili doktor, hemşire, spor uzmanı, fizyoterapist, diyetisyen gibi uzmanlarla ortaklaşa çalışarak fiziksel iyilik haline yönelik sağlıklı ve dengeli beslenme, fiziksel olarak aktif olma, iyi bir uyku çekme ile ilgili temel bilgilerin verileceği seminerler düzenlenebilir. Doktoru ile konuşmak yerine arkadaşlarından ya da televizyondan etkilenecek ilaç kullanmalarını önlemek için yaşlılara etkili ilaç kullanımı konusunda eğitim verilebilir. Daha genel olarak söylenecek olursa yaşlıların sağlık okuryazarlık düzeylerini artırıcı eğitimler verilebilir. **Sağlık okuryazarlığı**, bireylerin sağlıklarıyla ilgili olarak günlük yaşamlarında kararlar almaları, yaşam kalitelerini yükseltmek ve sürdürmek için sağlıklarını geliştirmeye ve hastalıklarını önleme yönelik sağlık bilgilerine ulaşmaları, o bilgileri anlama ve bilgiyi kullanmayı sağlayacak bilgilere, güdülenmeye ve yeterliliğe sahip olmaları biçiminde ele alınmaktadır (Sørensen vd., 2012). Yaşlıların koşulları gözönüne alınarak fiziksel olarak aktif olmalarını sağlayacak yürüyüşler, basit fiziksel oyunlar, danslar, oturarak yapılabilecek egzersizler sağlanabilir. Önemli olan yaşlıların bu konuda güdülenmelerinin sağlanmasıdır.

**Bilişsel boyut:** Yaşla birlikte zihinsel/bilişsel işlevlerde yavaşlama olabilmektedir. O nedenle yaşlıların bilişsel olarak uyarıcılığı olan etkinlikler yapmaları çok önemlidir. Ulusal Sağlık Enstitüsü (National Institutes of Health, n.d.) yaşlıların kitap, dergi okumalarının, oyun oynamalarının, bilmece çözmelerinin, yeni beceriler öğrenmelerinin, gönüllü olarak çalışmalarının bilişsel gerilemeyi önleyebileceğini belirtmektedir. Hastaoğlu ve Çelik (2023) tarafından yapılan bir çalışmada kurum bakımı alan yaşlılara uygulanan düzenli kitap okuma etkinliğinin yaşlıların bilişsel ve duygusal düzeylerinde anlamlı artışa neden olduğu anlaşılmıştır. Bir başka çalışmada yaşlıların serbest zamanlarını geçirmek için yaptıkları el işi gibi uğraşların (Çiçek vd., 2021) kendilerine çok iyi geldiğini ifade ettikleri saptanmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre evde ya da kurumda kalan yaşlılarla ilgili olarak yapabilecek müdahalelere yönelik olarak şu öneriler yapılabilir. Yaşlılar kağıda ya da elektronik olarak basılmış kitap okuma konusunda cesaretlendirilmeleri, eğer görme kapasiteleri buna olanak sağlamıyorsa kayda alınmış kitaplar dinlemeleri konusunda olanaklar sağlanabilir. Ardından, yaşlıların bu kitapları tartışmaları için ortam hazırlanabilir. Yaşlıların arkadaşlarıyla bir araya gelerek tavla, okey, sözcük bulma (scrabble) gibi oyunlar oynayabilecekleri koşullar hazırlanabilir. Bireysel olarak da yaşlılar ilgilerini çeken sözcük ya da sayılarla ilgili bilmece ve bulmacalar çözmeleri konusunda cesaretlendirilebilir. Resim, el işi, temel tamir işleri yapmak gibi bazı hobiler aracılığı ile yaşlıların uğraş edinmelerinin sağlanması da işe yarayabilir.

**Duygusal boyut:** Yaşlıların en yoğun yaşadıkları duyguların başında yalnızlığın geldiğini ve kendilerini sanki işe yaramıyormuş gibi hissettiklerini gösteren araştırma sonuçları bulunmaktadır. Fiziksel, sosyal, kariyer anlamındaki kayıpları nedeniyle yaşlılar yas ve benzeri duyguları da sıkça yaşamaktadırlar. TÜİK (2023) tarafından yapılan yaşam memnuniyeti çalışmasında mutlu olduğunu beyan eden 65 ve daha yukarı yaştaki bireylerin oranının yaklaşık %60 olduğunu belirlenmesine bakılarak genel olarak yaşlıların duygusal anlamda kendilerini iyi hissettikleri söylenebilir. Yaşlı bireylerin yaşlılığa uyum düzeyleri arttıkça, yaşamı anlamlandırmayla ilgili iyi oluş düzeylerinin (Sayın Kasar ve Yüksel, 2022) ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının arttığına ilişkin (Kütmeç Yılmaz, 2020a) araştırmalar bulunmaktadır. Kang ve Kim (2022) tarafından yapılan çalışmada da yaşlıların yaşlarından gurur duymalarının, daha az olumsuz duygu yaşamalarının ve bedenlerine güvenmelerinin psikolojik anlamda iyi oluşlarının daha yüksek olmasını etkilediğini bulmuştur.

Bu bulgulara dayalı olarak duygusal alan için yaşlılarla yapılabilecek müdahaleler konusunda şu öneriler yapılabilir. Yaşlılara, yaşlılığa uyumla ilgili eğitimlerin, yaşlılık nedeniyle yaşamlarında, bedenlerinde oluşan değişiklikleri kabullenmelerini hızlandıran seminerlerin verilmesi önemli görünmektedir. Bu anlamda, yaşlıların yaşam boyu yaptıklarının değerli olduğunu fark edecekleri ve hissedecekleritürden yaşamlarını gözden geçirmeleri, eski fotoğraflarına bakarak o konuda konuşmaları, anılarını anlatmaları gibi fırsatlar yaratılabilir. Yaşlıların geçmişteki başarılı dene-

yimlerine, güzel anılarına ve gençlere verebilecekleri öğütlere odaklanan etkinlikler düzenlenebilir. Sağlık koşullarına göre yaşlı bireylerin sorumluluklar almaya cesaretlendirilmeleri, bağımlılık ve işe yaramama duygusu yaşamalarını azaltabilir, onlara toplum içinde hala aktif olduklarını hissettirebilir ve özgüvenlerini korumalarını sağlayabilir. Yaşlıların olumlu duygulanımlar yaşayabilecekleri, eğlenebilecekleri ortamlar sağlanabilir.

**Tinsel/manevi boyut:** Frankl'a göre bireylerin yaşamda bir anlam bulmaları ayakta kalmaları için çok önemlidir (Yeşilçayır, 2022). Yapılan çalışmalar yaşamda bir anlama ve amaca sahip olmanın, bireylerin ruh sağlığını yakından etkilediğini ve psikolojik sağlıkla ilişkili olduğunu (Gürsu ve Ay, 2018), zor zamanlarda rahatlatma, umut verme, ait olma duygusu sağlama (Malone ve Dadswell, 2018) gibi rollerinin olduğunu göstermektedir. Yaşlı bireyler için manevi deneyimler daha önemli algılanmakta (Moberg, 2005; Musick vd., 2000; Newport, 2006) ve yaşları ilerledikçe bu durum sabit kalma ya da artma eğilimi (Reed, 1991) göstermektedir. Yapılan çalışmalar yaşlıların yaşama anlam verebilmelerinin sağlıklı yaşlanmayla olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Yukay Yüksel vd., 2021). Ayrıca yaşlıların özellikle evlerinde/yerinde yaşlanmaya ilişkin memnuniyet düzeyleri arttıkça sağlıklı yaşlanmalarının ve yaşam doyumlarının da arttığı (Kütmeç Yılmaz, 2020b) saptanmıştır. Geleceğe umutla bakanların, esnek hedefler oluşturabilenlerin iyi oluşlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Kang ve Kim, 2022).

Bunlara dayalı olarak yaşlılarla ilgili bu alana yönelik olarak şu müdahaleler önerilebilir. Yaşlıların yaşamı anlamlandırmak ile ilgili yaptıkları etkinlikler, din gibi inanç sistemlerinin, doğanın ve sanatın yaşamlarındaki yeri gibi konularda konuşulabilir. Kendilerine iyi gelen, anlamlı buldukları etkinlikleri konuşmaları ve onları yapmaları desteklenebilir.

Yaşlı katılımcılarla bu tip eğitsel ve yaşantısal çalışmalar yapılırken hem eğitim / oturma sayılarının artırılması hem de eğitim / oturma sürelerinin kısa tutulması biçiminde zaman ayarlaması yapmak daha etkili olmaktadır. Daha iyi sonuç almak için yaşlıların dikkat süresine göre eğitimlerin 3-4 oturma halinde yapılması önerilmektedir (Demir-Çelebi, 2023). Oturumlara 50 dakika ayrılıp her 10 dakikada bir kısa molalar verildiğinde yaşlıların daha fazla yararlandıkları saptanmıştır (Brache vd., 2010). Özellikle ilerleyen yaşlarda olan kişiler

için grup üyesi sayısının 3-4 ile sınırlandırılması veya gerekliyse birebir uygulama yapılması daha etkili olabilir. Yazılı materyallerin yalın bir dille hazırlanması ve metinlerin iri puntolarla yazılması önemlidir.

## Sonuç

Sağlıklı ve uzun yaşamaya yönelik çalışmalar, sağlıklı yaşam biçimi ile bunun sağlanabileceğine işaret etmektedir. O nedenle psikolojik danışmanlar ve yaşlılara hizmet sunan diğer mesleklerdeki çalışanların, yerinde yaşanan ya da kurumda kalan yaşlılara yönelik çalışmalarında çok boyutlu çalışmalar yapmaları anlamlı görünmektedir. Kısaca özetlenecek olursa yaşlı bireylerin dengeli beslenmelerini, koşulları el verdiği kadar hareket etmelerini ve iyi uyumalarını; aile üyeleri ve diğerleriyle sosyal bağlantı içinde olmalarını; yaşlı olmaya uyum sağlamalarını; bilişsel olarak aktif olmalarını ve yaşamı anlamlandırmayı (manevi) ilgili etkinlikler içinde olmalarını destekleyici çalışmalar işe yarayabilmektedir. Bu anlamda Demir-Çelebi (2020) tarafından geliştirilen programa benzer olarak sağlıklı yaşlanmayı destekleyici programların uygulanması, yeni programların geliştirilmesi önemli görünmektedir. Bu çalışma daha çok yaşlanmanın psikolojik boyutuna değiniyor gibi görünse de sosyal, bilişsel, fiziksel, tinsel/manevi boyutları da vurgulamaktadır. Sadece bireylerin sağlıklı yaşam davranışları göstermeleri ile sağlıklı yaşlanmayı başarmaları olanaklı görünmemektedir. Bu amaçla yerel ve ulusal düzeyde etkili yaşlanma politikalarına ve uygulamalarına, yaşlılıkla ilgili sosyal önyargıları giderici çabalara, eğitilmiş farklı profesyonellere gerek duyulmaktadır.

## Kaynakça

- Abud, T., Kounidas, G., Martin, K. R., Werth, M., Cooper, K., & Myint, P. K. (2022). Determinants of healthy ageing: A systematic review of contemporary literature. *Ageing Clinical and Experimental Research*, 34(6), 1215-1223. <https://doi.org/10.1007/s40520-021-02049-w>
- Akbayrak, E., & Aysan, Ü. (2022). Yaşlı perspektifiyle yerinde ve başarılı yaşlanma. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 22(55), 399-427. <https://doi.org/10.21560/spcd.vi.1053840>
- Aslan, G. ve Savcı Bakan, S.B. (2022). 65-74 yaş aralığındaki bireylerde fiziksel aktivite düzeyinin ve etki-

- leyen faktörlerin incelenmesi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 31, 66-70.
- Bahar, N. T. & Başbüyük, H. H. (2019). Antalya 60+ tazeleme üniversitesi öğrencilerinin iyilik halinin değerlendirilmesi. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(1), 160-173. <https://dergipark.org.tr/en/pub/ausbid/issue/46310/541777>
- Beğler, T. ve Yavuzer, H. (2012). Yaşlılık ve yaşlılık epidemiyolojisi. *Klinik Gelişim*, 25, 1-3.
- Brache, K., Scialfa, C., & Hudson, C. (2010). Aging and vigilance: who has the inhibition deficit?. *Experimental Aging Research*, 36(2), 140-152. <https://doi.org/10.1080/03610731003613425>
- Buettner, D., & Skemp, S. (2016). Blue Zones: Lessons from the world's longest lived. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 10(5), 318-321. <https://doi.org/10.1177/1559827616637066>
- Buettner, D. (2008). *The Blue Zones: 9 Lessons for living longer from the people who've lived the longest*. Washington, DC: National Geographic Society
- Can, S. (2019). Sedanter davranış, adım sayısı ve sağlık. *Spor Hekimliği Dergisi*, 54 (1), 71-82. <https://doi.org/10.5152/tjism.2019.118>
- Cassidy- Eagle, E.C., Gould, C., Makowski, M., Herbst, S., Pate, R., Saxena, P., Kim, D., Wroolie, T., Therrien, S., Lin, F.V, Sommer, B., & Gallagher-Thompson, D. (2023). Psychological wellness group for older adults. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 31(3) 106-107, <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2022.12.153>.
- Ciziceno, M. (2022). The conceptions of quality of life, wellness and well-being: A literature review. In P. Corvo & F. M. Lo Verde (Eds), *Sport and Quality of Life Practices, Habits and Lifestyles* (pp. 11-27). Springer Link. [https://dx.doi.org/10.1007/978-3-030-93092-9\\_2](https://dx.doi.org/10.1007/978-3-030-93092-9_2)
- Çapcıoğlu, İ., & Alpay, A. H. (2019). Çevresel gerontoloji bağlamında 'yerinde yaşlanma'nın temel belirleyicileri ve aktif yaşlanma süreciyle ilişkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(3), 1949-1966. <https://doi.org/10.15869/itobiad.614239>
- Çiçek, B., Şahin, H. & Erkal, S. (2021). Yaşlıların aktif yaşlanma tecrübeleri: Nitel bir çalışma. *OPUS International Journal of Society Researches*, 17(33), 369-397. <https://doi.org/10.26466/opus.773745>
- Çınarlı, T. & Koç, Z. (2015). 65 yaş ve üzeri yaşlılarda düşme risk ve korkusunun günlük yaşam aktiviteleri ve yaşam kalitesi üzerine etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(4), 660-679.
- Demirbaş-Çelik, N., ve Korkut-Owen, F. (2017). Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının iyilik halini yordayıcılığı. *Journal of Strategic Research in Social*, 3(3), 69-88. <http://dergipark.gov.tr/josress/issue/31537/345579>
- Demir Çelebi, Ç. (2020). Başarılı yaşlanma ve Türkiye için bir program denemesi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Demir Çelebi, Ç. ve Yukay Yüksel, M. (2014). Yaşlılık ve yaşlılara sunulan psikolojik danışma ve rehberlik uygulamalarına bir bakış. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 4(2), 175-202.
- Demir-Çelebi, Ç. (2023). Yaşlıların iyilik halleri ve İHYM ile ilgili deneyimleri: Bir pilot çalışma, İçinde (Ed. F. Korkut-Owen ve N. Demirbaş-Çelik), *İyilik Hali Yıldızı Modeli: Kuramdan uygulamaya farklı gruplarla yapılan çalışmalar* (ss. 175-204). Anı Yayıncılık.
- Erdem, H.R., Sayan, M., Gökgöz, Z., & Ege, M.R. (2021). Yaşlılarda fiziksel aktivite: Derleme. *Yüksek İhtisas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2, 16-22.
- Fallon, C. K., & Karlawish, J. (2019). Is the WHO definition of health aging well? Frameworks for "health" after three score and ten. *American Journal of Public Health*, 109(8), 1104-1106. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2019.305177>
- Federal Interagency Forum on Aging-Related Statistics. (2020). *Older Americans 2020: Key indicators of well-being*. Washington, DC: U.S. Government Printing Office.
- Footit, J.A., & Anderson, D. (2012). Associations between perception of wellness and health-related quality of life, comorbidities, modifiable lifestyle factors and demographics in older Australians. *Australas Journal of Ageing*, 31(1), 22-27. <https://doi.org/10.1111/j.1741-6612.2011.00526.x>
- Fullen, M.C. (2016). Counseling for wellness with older adults. *Adultspan Journal*, 15: 109-123. <https://doi.org/10.1002/adsp.12025>

- Fullen, M. C., Smith, J. L., Clarke, P. B., Westcott, J. B., McCoy, R., & Tomlin, C. C. (2023). Holistic wellness coaching for older adults: Preliminary evidence for a novel wellness intervention in senior living communities. *Journal of Applied Gerontology, 42*(3), 427–437. <https://doi.org/10.1177/07334648221135582>
- Gamby, K., Burno, D. & Forristal, K. (2021). Wellness decolonized: The history of wellness and recommendations for the counseling field. *Journal of Mental Health Counseling, 43*(3), 228–245. <https://doi.org/10.17744/mehc.43.3.05>
- Gelmez Taş, B. & Toprak, D. (2018). Comparison of quality of life of elders living in nursing homes and in their homes and, its relationship with socio-demographic factors. *Ankara Medical Journal, 18*(4), 552–561. <https://doi.org/10.17098/amj.499637>
- Gürsu, O., & Ay, Y. (2018). Manevi iyi oluş ve yaşlılık. *Türk Akademik Araştırmalar Dergisi Uluslararası Multidisipliner Kongresi, Antalya, 2018 Ekim, (s.198–207)*.
- Hastaoğlu, F. & Çelik, P. (2023). Düzenli kitap okuma aktivitesinin yaşlıların mental sağlığı üzerine etkisi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi, 16* (1), 9–15. <https://doi.org/10.46414/yasad.1271741>
- Hoppmann, C. A. & Gerstorf, D. (2009). Spousal interrelations in old age: A mini review. *Gerontology, 55*, 449–459.
- Kang, M., Russ, R., & Ryu, J. (2008). Wellness for older adults in daily life. Wellness for older adults in daily life. *Oklahoma Cooperative Extension Fact Sheets, T-2237*. <http://pods.dasn.okstate.edu/docushare/dsweb/Get/Version-9376/T-2237web.pdf>.
- Kang, H., & Kim, H. (2022). Ageism and psychological well-being among older adults: A systematic review. *Gerontology & Geriatric Medicine, 8*, 1–22. <https://doi.org/10.1177/23337214221087023>
- Kapıkıran, Ş. (2016). Yaşlılarda yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişki: Sosyal desteğin aracılık rolünün sınanması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi, 9*, 13–25.
- Karadakovan, A. (2014). *Yaşlı sağlığı ve bakım*. Akademi Tıp Kitapevi, Ankara.
- Kauppi, K., Vanhala, A., Roos, E., & Torkki, P. (2023). Assessing the structures and domains of wellness models: A systematic review. *International Journal of Well-being, 13*(2), 1–19. <https://doi.org/10.5502/ijw.v13i2.2619>
- Koç, K.K. (2021). *Yaşlı bireylerin sağlığı geliştirmeye ilişkin algı ve deneyimleri: Nitel bir çalışma* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Pamukkale Üniversitesi.
- Korkut-Owen F., Doğan, T., Çelik, N. D., ve Owen, D. W. (2016). İyilik Hali Yıldızı Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Journal of Human Sciences, 13*(3), 5013– 5031. <https://www.jhumansciences.com/ojs/index.php/IJHS/article/view/4130>
- Korkut-Owen, F. ve Owen, D. W. (2012). İyilik hali yıldızı modeli, uygulanması ve değerlendirilmesi. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi, 3*(9), 24–33
- Kütmeç Yılmaz, C. (2020a). Yaşlı bireylerin yaşlılığa uyum düzeyi ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 13*(3), 305–317. <https://doi.org/10.26559/mersinsbd.736812>
- Kütmeç Yılmaz, C., (2020b). Yaşlı bireylerde yerinde yaşlanma ile başarılı yaşlanma ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Sağlık ve Toplum Dergisi, 3*, 38–48.
- Malone, J. & Dadswell, A. (2018). The role of religion, spirituality and/or belief in positive ageing for older adults. *Geriatrics, 3*(28). <https://doi.org/10.3390/geriatrics3020028>.
- Maxwell, C.A., Roberts, C., Oesmann, K., Muhimpundu, S., Archer, K.R., Patel, M.R., Mulubrhan, M.F., Muchira, J., Boon, J. & LaNoue, M. (2022). Health and wellness for disadvantaged older adults: The AFRESH pilot study. *PEC Innovation, http://dx.doi.org/10.1016/j.pccinn.2022.100084*
- McMahon, S., & Fleury, J. (2012). Wellness in older adults: a concept analysis. *Nursing forum, 47*(1), 39–51. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6198.2011.00254.x>
- Mikhail, A. (2023). The longevity secrets of Singapore, the 6th blue zone city where people are living the longest, happiest lives. *Forbes, https://fortune.com/well/2023/08/29/singapore-sixth-blue-zone-longevity-secrets-dan-buettner/*
- Miller, G., & Foster, L. T. (2010). A brief summary of holistic wellness literature. *Journal of Holistic Healthcare, 7*(1), 4–8.

- Musick, M. A., Traphagan, J. W., Koenig, H. G. & Larson, D. B. (2000). Spirituality in physical health and aging. *Journal of Adult Development*, 7(2), 73-86. <https://doi.org/10.1023/A:1009523722920>
- Myers, J. E. (1995). Forgotten and ignored to standards and certification: Gerontological counseling comes of age. *Journal of Counseling and Development*, 74(2), 143-149.
- Myers, J. E., Sweeney, T. J., & Witmer, J. M. (2000). The wheel of wellness counseling for wellness: A holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling & Development*, 78(3), 251-266. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2000.tb01906.x>
- National Institutes of Health (n.d.). Cognitive health and older adults. <https://www.nia.nih.gov/health/cognitive-health-and-older-adults>
- National Institute on Aging. (2019). *Social isolation, loneliness in older people pose health risks*. Bethesda, MD: Author. Retrieved from <https://www.nia.nih.gov/news/social-isolation-loneliness-older-people-pose-health-risks>
- National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. (2023). How you can prevent chronic diseases, <https://www.cdc.gov/chronicdisease/about/prevent/index.htm>
- Nazlı, A. (2016). Yaşlanma, birey ve toplum: Yaşlanmaya sosyolojik bakış. *Ege Tıp Dergisi* 55 (Ek Sayı): 1-5. <https://doi.org/10.19161/etd.344195>
- Newport, F. (2006). Religion most important to Blacks, women, and older Americans. <https://news.gallup.com/poll/25585/religion-most-important-blacks-women-older-americans.aspx>
- Ouchi, Y., Rakugi, H., Arai, H., Akishita, M., Ito, H., Toba, K., Kai, I., & Joint Committee of Japan Gerontological Society (JGLS) and Japan Geriatrics Society (JGS) on the definition and classification of the elderly (2017). Redefining the elderly as aged 75 years and older: Proposal from the Joint Committee of Japan Gerontological Society and the Japan Geriatrics Society. *Geriatrics & Gerontology International*, 17(7), 1045-1047. <https://doi.org/10.1111/ggi.13118>
- Pate, R., Cassidy-Eagle, E., Gould, C., Makowski, M., Herbst, S., Saxena, P., Kim, D., Wroolie, T., Therrien, S., Lin, F., Sommer, B. & Gallagher-Thompson, D. (2023). What matters most: A needs assessment of older adults, *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 31(3), Page S93, <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2022.12.259>.
- Peel, N. M., McClure, R. J., & Bartlett, H. P. (2005). Behavioral determinants of healthy aging. *American Journal of Preventive Medicine*, 28(3), 298-304. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2004.12.002>
- Polat, Ü. & Kahraman, B. B. (2013). Yaşlı bireylerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişki. *Firat Tıp Dergisi*, 18(4), 213-218. <https://dergipark.org.tr/en/pub/firattip/issue/6339/84555>
- Reed, P. G. (1991). Spirituality and mental health in older adults: Extant knowledge for nursing: *Family & Community Health*, 14(2), 14-25.
- Remley, T. P. & Herlihy, B. (2020). *Ethical, legal, and professional issues in counseling* (6th ed.) Upper Saddle River, NJ: Pearson
- Saraç, Z.F., ve Yılmaz, M. (2015). Yaşlılık ve sağlıklı beslenme. *Ege Tıp Dergisi*, 54: Ek Sayı, 1-11.
- Sayın Kasar, K., ve Yüksel, A. (2022). COVID-19 salgını sırasında yaşlı bireylerde uyum güclüğü ile spiritüel iyi oluş arasındaki ilişki. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 16(1), 151-160.
- Softa, H., Bayraktar, T. ve Uğuz, C. (2016). Yaşlı bireylerin algılanan sosyal destek sistemleri, sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve etkileyen faktörler. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(1), 1-12. <https://dergipark.org.tr/en/pub/yasad/issue/23911/254821>
- Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J. Doyle, G., Pelikan, J., Skolska, Z., Brand, H. & Consortium Health Literacy Project European (2012). Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*, 12, 80. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-80>
- Söyleyici Z., ve Salici, O. (2020). Huzurevi ile kendi evinde yaşayan yaşlıların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının fiziksel aktivite çerçevesinde incelenmesi: Isparta Örneği. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(3), 334-341.
- Şeker, A., & Kurt, G. (2018). Bir sosyal politika alanı olarak yaşlılık ve sosyal hizmet uygulamaları. *Nüfusbilim Dergisi*, 40, 7-30.

- Tam, E., Boas, P.K.V., Ruaro, F., Flesch, J., Wu, J., Thomas, A., Li, J., & Lopes, F. (2021). Feasibility and adoption of a focused digital wellness program in older adults. *Geriatrics*, 6(2), 54. <https://doi.org/10.3390/geriatrics6020054>
- Taş, L. ve Şaldırdak, G. A. (2021). Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal izolasyon deneyimleri. *İstanbul University Journal of Sociology*, 41(2), 351-379. <https://dergipark.org.tr/en/pub/iusosyoloji/issue/68471/1082014>
- Taşkaya, S. (2020). Sağlık ile iyilik hali arasındaki ilişki: İller düzeyinde bir araştırma. *International CEO Communication, Economics, Organization & Social Sciences Congress Proceedings E-Book*, 18-19 December 2020, 620-628.
- T.C. Sağlık Bakanlığı (2019). *Sağlık İstatistikleri Yıllığı*. 2019 <https://sbsgm.saglik.gov.tr/TR-73387/saglik-istatistikleri-yilliklari.html>
- Topgöl, S. (2021). Uluslararası boyutları ile yaşlı bakımı ve sosyal hizmet. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 14(76), 688-696. <https://doi.org/10.17719/jisr.11364>
- Türkiye İstatistik Kurumu, (2023). *İstatistiklerle yaşlılar*, 2022. Yayın tarihi: 17 Mart 2023, Sayı: 49667, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=%C4%B0statistiklerle-Ya%C5%9Fl%C4%B1lar-2022-49667&dil=1>
- United Nations (2022). *2022 Theme: Resilience of older persons in a changing world*. <https://www.un.org/en/observances/older-persons-day>
- United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2019). *World Population Ageing 2019: Highlights* (ST/ESA/SER.A/430).
- Uyanık, Y. (2017). Yaşlılık, yaşlanan nüfus ve sosyal politika. *İş ve Hayat*, 3(5), 67-100.
- Ünal, G. ve Bilge, A. (2005). İleri yaş grubunda yalnızlık, depresyon ve kognitif fonksiyonların incelenmesi. *Türk Geriatri Dergisi*, 8(2), 89-93.
- Ünal, S. N. (2021). *Yaşlıların yaşam kalitesi, sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve başarılı yaşlanma düzeylerinin incelenmesi üzerine bir araştırma: Konya ili örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Walker, S. & Hill-Polerecky, D. (1996). *Psychometric evaluation of the Health-Promoting Lifestyle Profile II*. Unpublished manuscript. Omaha, University of Nebraska Medical Center
- Walker, R. & Luszcz, M. A. (2009). Health and relationship dynamics within late-life couples: A systematic review. *Ageing & Society*, 29, 455-480.
- World Health Organisation (2022). Ageing and health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and->
- World Health Organisation (2021). Social isolation and loneliness among older people: Advocacy brief. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240030749>
- World Health Organisation (2023). Constitution. <https://www.who.int/about/governance/constitution>
- Yaşlı Hakları Derneği (2019). Yerinde yaşlanma modeli kurgulanmalı. <https://yaslihaklaridernegi.org/yerinde-yaslanma-modeli-kurgulanmalı/>
- Yeşilçayır, C. (2022). Viktor E. Frankl'ın yaşam felsefesi ve anlam. *Temaşa Felsefe Dergisi*, 18, 55-67. <https://doi.org/10.55256/temasa.1159089>
- Yılmaz, S., Açıkgöz, A., Çevik, C., Tarı Selçuk, K. ve Uçku, R. (2013). Yaşlılara yönelik sağlık ve sosyal hizmet sunumu; ülke örnekleri üzerinden değerlendirmeler. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 22(3) 105-114.
- Yukay Yüksel, M., Akgün, N., ve Öztürk, E. (2021). İleri yetişkinliğe geçiş döneminde bulunan bireylerde başarılı yaşlanma, hayatın anlamı ve spiritüel iyi oluş ilişkisi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi (YSAD)*, 14(2), 84-95. <https://doi.org/10.46414/yasad.949912>
- Yumurtacı, A. (2013). Demografik değişim: Psiko-sosyal ve sosyo-ekonomik boyutları ile yaşlılık. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(6), 9-32.
- Zhang, Z., Henley, T., Schiaffino, M., Wiese, J., Sachs, D., Migliaccio, J., & Huh-Yoo, J. (2021). Older adults' perceptions of community-based telehealth wellness programs: A qualitative study. *Informatics for Health and Social Care*, <https://doi.org/10.1080/17538157.2021.2006198>
- Zechner, M., & Kirchner, M.P. (2013). Balanced life: A pilot wellness program for older adults in psychiatric hospitals. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 36(1), 42-44.

# 8 GELECEK SAYIDA

senex | Journal of Aging Studies



[www.senexjournal.org.tr](http://www.senexjournal.org.tr)  
[www.dergipark.org.tr/senex](http://www.dergipark.org.tr/senex)



@SenexJournal

## Yaş Dostu Mekanlar ve Hizmetler

2017 yılında yayın hayatına başlayan Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi 2024 yılında ilk sayısında yaş dostu mekan ve hizmetlere yönelik saha araştırmalarından oluşan bilimsel çalışmalara yer veriyor.

Yaş dostu olmak, yaşlanmayı yaşam döngüsü içinde bir süreç olarak ele almayı; bu süreçte, her yaş için gündelik yaşama sağlıklı ve güvenli bir şekilde katılımı esas almayı ifade eder. Yaş dostu çevre ve mekan kavramı, yerinde yaşlanma, yürünebilirlik ve ulaşım, çevresel bariyerlerin sağlıkla ilgili sonuçları veya mahalle uyumu gibi hem fiziksel hem de sosyal çevrenin niteliklerini de kapsar. Ancak bununla da kalmaz, yaş dostu çevre ve mekanları düşünürken dijital ortamları da hesaba katmak gerekir. Dijital ortamlar yaş dostu olabilir mi? Yaşlıların dijital ortamlarda karşılaştıkları eşitsizlikler nelerdir? Yaşlıların dijital hakları nasıl güvence altına alınabilir? Tüm bu sorular ve daha fazlası hakkında gerçekleştirilecek çalışmalar yaş dostu mekanları ve hizmetleri yeniden düşünmemizi sağlayacak.

Senex derginin yaş dostu mekanlar ve hizmetler sayısıyla, yaşlılar arasında muazzam çeşitliliğin olduğu bir çevrede yaş dostu ortamları nasıl teşvik edeceğimize dair anlayışımızın geliştirilmesine, araştırmacıların konuya ilgilerinin artırılmasına ve yaş dostu mekanlar ile hizmetler konusuna ilişkin kamu bilincinin yaratılmasına katkı sunulması amaçlanmakta. Bu coşkulu idealin gerçekleşmesi için Senex dergide yayımlanan araştırmaların birer haberci olmasını dileriz.

