

Bir Kadınlık Deneyimi Olarak Menopoz

Aslı Merve Çıtak

Doktora Öğrencisi, Akdeniz Üniversitesi, Turizm İşletmeciliği


Adres: Turizm İşletmeciliği Anabilimdalı, Turizm Fakültesi, Akdeniz Üniversitesi

E-Posta: aslimervecitak@gmail.com

Geliş Tarihi: 3 Ocak 2021; Kabul Tarihi: 11 Ocak 2021

Doi: 10.24876/senex.2021.33

Künye: Çıtak, A.M. (2020). Bir Kadınlık Deneyimi Olarak Menopoz. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 4, 71-75.

 <https://orcid.org/0000-0002-3097-3810>

Özet

Menopoz ve menopoz sürecinde bedene atfedilen anlamlar sosyal ve kültürel olarak kadın bedeni üzerinden anlamlandırılmaktadır. Bu çerçevede menopozun sosyo-kültürel yanı medikalizasyon çerçevesinde tartışılmıştır. Bu çalışmanın amacı kadınların menopoz öncesi ve sonrası süreci nasıl deneyimledikleri ve anlamlandırdıklarını toplumsal cinsiyet perspektifi ile inceleyerek menopozun toplumsal anlamlarını fenomenolojik-sembolik etkileşim üzerinden değerlendirmektir. Akdeniz Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi (BAP) tarafından çeşitli materyal desteği sağlanmış olup; toplumsal cinsiyet yaklaşımları, teorik arka planda kullanılmıştır. Nitel araştırma deseninin benimsendiği çalışma, menopozu deneyimlemiş katılımcılarla derinlemesine görüşmeler yapılmış, amaçlı ve kolayda örneklem tekniklerinden yararlanan çalışmada, temalaştırma yöntemi ve betimsel analiz gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak menopoz kadınlar için doğal bir süreç olarak deneyimlenmekle birlikte bazı sıkıntıları da barındırmaktadır. Menopoz giriş, kilo alma riskini de taşıdığı için kadınlar bu durumdan sağlıklarının ve fiziksel görünümünün olumsuz etkileneceği endişelerini paylaşmışlardır. Gençlik ve güzellik kaybı, kadınsı görüntü kaybı, menopoz dönemindeki negatif algılara neden olmaktadır. Yaşlılık her ne kadar bireysel bir deneyim olsa da menopoz dönemi yaşlılıkla ilgili sağlık problemleri, kırışıklık, kilo alma, güzel ve kadınsı görünmeme, regl olmama anlamlarına gelirken; olgunluk dönemi olarak nitelendirildiğinde ise anne, kayınvalide, torun sahibi olmak anlamlarıyla da ilişkili olabilmektedir.

Anahtar Kelimeler:

Menopoz • Kadınlık • Yaşlanma • Güzellik • Kayıplar • Tıbbileştirme

Menopause As A Womanhood Experience

Abstract

The meanings attributed to the body of women for menopause and menopause process are socially and culturally interpreted. In this context, the sociocultural aspect of menopause has been discussed within the framework of medicalization. The aim of this study is to understand the social meanings of menopause via phenomenological-symbolic interaction research philosophy by examining how women experience and make sense of the menopausal process meanings with gender perspective. Akdeniz University Scientific Research Projects (BAP) has supported materials for this project and gender perspectives has been used for the theoretical background. In the study qualitative research design was adopted and in-depth interviews were made with participants who experienced menopause. So, purposive sampling and convenience sampling have chosen and descriptive analysis method was applied. To sum up, menopause experienced as a natural process for women, but it also include some problems. Menopause is equal the risk of gaining weight, for this reason women emphasized their concerns that their health and physical appearance would be negatively affected. Loss of youth appearance and beauty, loss of femininity causes negative conceptual attitudes about menopause experience. Perceptions about post-menopause process are attached

the end of menstrual cycle, weight problems, aging, risk of old age disease, skin wrinkles, loss of femininity by implication. Although aging after menopause experience is not valid for everyone, menopause described as maturity period, it can also be related to the meanings of being mother, being mother-in-law and having a grandchild.

Keywords:

Menopause • Womanhood • Aging • Beauty • Loss • Medicalization

Giriş

Kadınların hayatındaki önemli geçiş dönemlerinden biri olan menopoz, biyolojik bir değişimle birlikte sosyo-kültürel açıdan da bazı dönüşümlerin yaşandığı bir dönüm noktasıdır. En temel tanımıyla menopoz, menstrüasyon döngüsünün kalıcı olarak kesilmesidir (WHO, 1981). Son yıllarda beklenen yaşam süresinin artmasıyla, menopozdan sonra bir kadını ortalama 25-30 yıllık uzun bir süreç beklemektedir (Ceylan ve Özerdoğan, 2014). Bu anlamda menopoza yönelik çalışmalara yönelim gerçekleşmiş ve ilk önce medikal yaklaşımlar ile akademik literatürde işlenegelmiş; ancak daha sonra yaşam seyri yaklaşımına göre menopozun sosyal yaşamdaki yansımaları; bireyin hayatındaki sosyo-kültürel avantajları ve dezavantajları etkilediği farklı perspektifteki çalışmalar geliştirilmiştir (Yisma & Ly, 2018).

Medikal açıdan menopoza karşı çeşitli tedavi yöntemleri uygulanması, ona bir tür hastalık gibi davranılması, onun medikalizasyon (tıbbileştirme) sürecine tabi olan konulardan biri olduğu anlamına gelmektedir. Biyolojik indirgemeci yaklaşımlar menopozun, üreme ve kadınlığın sonu olarak algılanması, cinsel isteksizlik, depresyon gibi sağlık problemlerini beraberinde getireceği şeklindeki negatif algılara sebep olmuştur. Böylece toplumda menopozun hastalıklarla ve yaşlanmayla sık sık anılmasına ve bağdaştırılmasına neden olmuştur (Erol, 2014; Ersoy, 1998; Ulusal Kadın Sağlığı Ağı, 2012; User, 2016).

Ditzion'a (2012) göre toplumsal kültürde; yaş ayrımcılığı (ageism), tıbbileştirme pratikleri,

cinsiyetçilik eğilimleri menopozdan sonraki deneyimleri kadınlar açısından oldukça olumsuz yönde etkilemektedir. Demez'e (2012) göre kadın bedeni üzerindeki eril hegemonya; gençlik, güzellik, cinsellik ile ilgili imgelerin öne çıkarılmasına neden olmaktadır. Bu durumda menopozun medikalize edilmesi de güzellik, sağlık-hastalık durumu ile kadın bedeni arasındaki ilişkinin medyada sıkça yer alması da ataerkil düzenin içindeki bio-politik bir meseledir (Lemke, 2001; Millet, 1973).

Tez çalışmasından yola çıkılarak oluşturulan bu makalenin amacı, menopoz döneminin medikalize edilmesi bağlamında; yaşlanma ve yaşlılık ile ilgili kavramların menopozun tıbbileştirilme sürecinde nasıl kullanıldığı anlamaktır. Araştırmanın kapsamı; menopoz döneminde yaşlanmak ve yaşlı kadın olmak olgularının menopoz döneminden sonra toplumsal olarak nasıl algılandığını incelemektir. Çalışmanın önemi ise menopoz kavramına ait süreçlerin tıbbileştirilmesinin, toplumsal cinsiyet bağlamında menopoz deneyimleri ve yaşlanma ile nasıl ilişkilendirildiğini araştırması bakımından bir ilk olması sonucu, alan yazına katkı sunmaktır.

Çalışmanın Arka Planı

Toplumsal cinsiyetin günümüz toplumlarında kadın bedeni üzerinden kendini var ettirmeye devam etmesi, özellikle de kadına dair güzellik normlarının ataerkil kodlarca belirlenmesi ve bunun ciddi anlamda estetik, kozmetik sektörlerince kullanılıyor olması benim adıma ilgi uyandıran yeni sayılabilecek bir meseleydi.

Bu ilgi alanım kapsamında danışman hocamın da yönlendirmesi ile medikalizasyon, yaşlanma ve kadın bedeni konularında kadın deneyimlerini araştırmak heyecan verici bir fikir olarak karşıma çıktı.

Öte yandan literatürde antropolojik bağlamda kültürel yansımaları işlenen menopozun; tıbbileştirilmesi ve yaşlanma ile ilişkilendirilmesi, toplumsal cinsiyet çalışmaları içerisinde daha önce Türkçe alan yazın içerisinde pek fazla işlenmemiş görünmektedir. Bu bağlamda, menopozun hastalıklarla bağdaştırılması anlamına gelen menopozun tıbbileştirilmesi kavramı, onun hem ageist bir yaklaşımla yaşlılık hastalıkları ile kavramsallaştırılmasına hem de kadın bedenindeki kayıplarla bağdaşarak olumsuz lanse edilmesine neden olmaktadır.

Öte yandan menopoz kavramının regl bitişi ile, kayıplar süreci ve yaşlı kadınların meselesi olarak algılanması, kadınsı görünümün kaybı ile yaşlı hissetmenin ilişkilendirilmesi hem yaşlanma çalışmaları hem de tıbbileşen menopoz deneyimlerini değerlendirmek açısından önemliydi ve bu kapsamlı bir araştırma gerektirmektedir.

Tez çalışmasının amacı kadınların menopoz deneyimlerini toplumsal cinsiyet, kadınlık, yaşlılık, medikalizasyon, cinsellik, doğurganlık boyutları ile cinsiyet bağlamında değerlendirilerek menopoz olgusunu ve oluşturduğu etkileri sosyokültürel bir perspektifte değerlendirmektir (Çıtak, 2020).

Bu bağlamda amaca yönelik bir örneklem seçilmiş ve Akdeniz Üniversitesi Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Polikliniğine başvuran, menopoz dönemini geçirmiş katılımcılarla menopoz konusuna dair bilgileri, deneyimleri, onu nasıl anlamlandırdıkları, hakkında neler öğrendikleri anlaşılacak istenmiştir. Tez çalışmasından elde edilen bulgular doğrultusunda bu makalede daha

sınırlandırılmış temel bulgulardan bahsedilmiştir.

Temel Bulgular

Menopoz katılımcılar tarafından doğal bir süreç olarak nitelendirilmiş; ancak menopoza dair anlamlandırmalar, sosyo-ekonomik ölçekte; kültürel sermaye bakımından farklar göstermektedir. Bu bağlamda daha üst gelir grubunda ve kültürel sermayesi yüksek olanlar bakımından menopoz yeni bir yaşam döngüsüdür iken daha alt gelir grubu tarafından kader olarak nitelendirilmektedir. Özellikle de kültürel sermayesi ve maddi geliri daha yüksek olan katılımcıların menopozdan sonra kilo almamak, yaşlanmamak, hastalanmamak, bakımsız ve kötü görünmemek için çaba sarf ettikleri anlaşılmış, kendilerini bu şekilde daha mutlu hissettikleri görülmüştür. Bu nedenle spor yapmak, rutin kontrolleri yaptırmak, yürüyüş yapmak, kadınsı ve genç görüntünün devamlılığının önemi katılımcılar tarafından vurgulanmaktadır.

Yapıcı'nın araştırmasına göre (2016), erkeklerin ideal kadın algısı; güzellik ve evlilik hususunda ön plana çıkmaktadır. Kadın ve güzellik konusunda erkeklerin yaklaşımı, özellikle de eş ve partnerlerin yaklaşımı menopoz deneyimlerinde de kadının kendini güzel, kadınsı hissetmesi ve cinsel yaşamı üzerinde etkindir. Buna ek olarak da kadınların menopoza dair düşüncelerinin ve tutumlarının yaşadıkları toplumun kültürel anlayışından etkilendiği görülmekte; bu bağlamda menopoz algılarının olumlu ya da olumsuz ya da herhangi bir yorum yapılmayan ve üzerine düşünülmeyen bir yapıda olduğu anlaşılmıştır.

Menopoz sonrası kadınlarda daha anaç ve olgun davranmayı gerektiren bir eğilim olması; onların sosyal açıdan artık kayın valide, torun sahibi büyük anne, çocuğunu evlendiren bir anne şeklindeki görevleri ile bağdaşmaktadır.

Bir olgunluk dönemi olarak menopoz, yeni bir yaşam döngüsü başlatmaktadır ki bu noktada kadının olgun ve yaşına göre yeni görevler ve tutumlar edinmesi bir dönüşüm sayılabilmektedir. Menopoz kavramı herkes için farklı, bireysel bir deneyim olsa da ortak kültürel anlam ve tutumlar barındırmaktadır.

Sonuç

Menopoz kadınlar için doğal bir süreç, kadın olmanın getirisi ve sonucudur, bu nedenle sağlık problemleri ve tıbbi tedaviler gerektiren sıkıntılı durumlar menopoz deneyiminin büyük ölçüde hastalıklarla anılmasına neden olmamalı, medikalizasyonun olumsuz etkilerinin önüne geçilmelidir.

Menopozun anlamlandırılması ise en başta adetten kesilmek olmakla birlikte bu olumlu ve olumsuz etkilerle anılmıştır. Menopozdan sonra en çok şikayet edilen konular kadınlar açısından; gençlik ve güzellik yitimi, kilo alma, sarkmalar, kırışıklıklar gibi beden ile ilgiliyken bir yandan da sosyal rollerle bağdaştırılmıştır.

Her ne kadar menopoz kadını görüntüyü olumsuz etkileyen bir gençlik kaybı olarak yaşlanma bağlamında tartışılrsa da kadınlar anne-kayınvalide-nine olmak gibi görevlerinin dönüştüğünü ve ona göre de yeni sosyal rolleri davranmaları gerektiğini belirtmektedir. Menopoz sonrası kadın cinselliği, kadınlık kaybı, doğurganlık yitimi daha çok olumlu değerlendirmelerle birlikte kayıplarla da anılmıştır.

Kaynakça

Ceylan, B., Özerdoğan, N. (2014). "Menopausal Symptoms And Quality Of Life in Turkish Women in The Climacteric Period". *Climacteric*, 17(6): 705-712.

Çıtak, A. M. (2020). Bir Kadınlık Deneyimi Olarak Menopoz. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.

Demez, G. (2012). "Medyada Yeni Sağlık Anlayışları Ve Kadın Bedeninin Temsili". *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1): 512-532.

Ditzion, J. (2012). "Yaşlanma Üzerine". B. Seaman, B. Eldridge, L.(drl). *Kadın Sağlığı Hareketinden Sesler I. Cilt*. (Çev. A. Bora, E. E. Ekin, S. Coşar, N. Tokdoğan, B. Şimşek, S. Aydınligil), Ayizi Kitap, İstanbul.

Erol, M. (2014). "From Opportunity To Obligation: Medicalization Of Post-Menopausal Sexuality In Turkey". *Sexualities*,17(1/2): 43-62.

Ersoy, T. (1998). *Menopoz ve Kültür*. Öteki Yayınevi, Ankara.

Lemke, T. (2001). "The Birth Of Bio-Politics: Michel Foucault's Lecture At The Collège De France On Neo-Liberal Governmentality". *Economy and Society*, 30(2): 190-207.

Millet, K. (1973). *Cinsel Politika*. (Çev. S. Selvi), Payel Yayınevi, İstanbul.

Ulusal Kadın Sağlığı Ağı, (2012). "Hormon İkame Tedavisi Hakkındaki Gerçek: Menopoz Hakkındaki Tıbbi Mitlerden Nasıl Kurtulursunuz?". B. Seaman, L. Eldridge (drl). *Kadın Sağlığı Hareketinden Sesler I. Cilt*. (Çev. A. Bora, E. E. Ekin, S. Coşar, N. Tokdoğan, B. Şimşek, S. Aydınligil), Ayizi Kitap, İstanbul, 452-455.

User, İ. (2016). Kadınların Anlatılarında Sağlık ve Hastalık Tanımları: Türk Edebiyatındaki Anlatılardan Birkaç Örnek. N. Adak (Ed.). *Sağlık Sosyolojisinde Güncel Tartışmalar*. Nobel Yayınları, Ankara, 1-12.

World Health Organization Scientific Group. (1981). *Research on the Menopause (Report No 670)*. World Health Organization, Switzerland.

Yapıcı, A. (2016). *Toplumsal Cinsiyet Din ve Kadın*. Çamlıca Yayınları, İstanbul.

Yisma, E. & Ly, S. (2018). "Menopause: A Contextualized Experience Across Social Structures". S. Choudhury, J. Toller Erausquin, M. Withers(Ed.). *Global Perspectives on Women's Sexual and Reproductive Health Across the Lifecourse*. Springer, USA, 391-409.