

Yaşlılıkta Yaşamın Anlamının Refah Göstergeleri İle Yordanması

• Doç. Dr. Emine ÖZMETE*

Özet

Yaşlılık, daha önceki yaşam dönemlerinde kazanılmış olan deneyim, algı ve düşüncelerin bütünleştirilmesini içerir. Bu bütünleştirme, bireylerin yaşadıklarını olumlu ve olumsuz yanları ile kabul etmeleridir. Yaşlı bireyler bu süreç ile birlikte, farklı kayıp ve güçlükler ile de baş etme çabası gösterirler. Bu dönemde yaşanan eşin kaybı, gelirin azalması, sağlığın bozulması, sosyal güvencenin yetersizliği gibi olumsuzluklar yaşlıların refah düzeylerini azaltan birer mücadele alanı olmakta ve yaşamlarını anlamlandırmalarını etkilemektedir. Bu araştırma yaşlılıkta yaşamın anlamını objektif ve subjektif refah göstergeleri ile açıklayabilmek amacı ile planlanmış ve yürütülmüştür. Niteliksel araştırma yönteminin kullanıldığı bu çalışmada 65 yaşın üzerinde 10 kadın ve 9 erkek katılımcı ile bilgi alma hedefi doğrultusunda amaçlı sohbetler gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar ile yaşamın anlamı üzerine gerçekleştirilen derinlemesine görüşmelerde elde edilen bilgiler objektif (ekonomik iyilik, konut durumu, sağlıklı olma ve sağlıklı yaşam biçimi) ve subjektif (yaşam tatmini, mutluluk, bireylerarası ilişkiler ve aile içi etkileşim) refah göstergeleri açısından yorumlanmıştır. Araştırma kapsamına alınan yaşlı bireylerin (a) emekli maaşlarının düşük olması nedeni ile ekonomik durumlarından memnun olmadıkları, yine de idare edebildikleri; (b) konutları kendilerine ait olan yaşlıların ekonomik açıdan daha rahat olabildikleri, (c) erkeklerin kendilerini daha sağlıklı ve enerjik hissettikleri; (d) eşi vefat etmemiş ve çocuklarından sosyal destek alan yaşlıların daha mutlu oldukları ve yaşamdan daha fazla tatmin duydukları belirlenmiştir. Yaşlılıkta yaşamın anlamının objektif ve subjektif refah göstergeleri ile yorumlamak amacı ile yürütülen bu araştırma; yaşlıların yaşam koşullarının iyileştirilmesi amacı ile planlanacak diğer araştırmalara ve uygulama alanına katkı sağlayacak bir referans niteliği taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılıkta yaşamın anlamı, yaşlı refahı, objektif refah, subjektif refah.

Abstract

Predicting The Meaning of Life in Older Age Through Well-Being Indicators

Aging involves the integration of the experiences, perceptions and thoughts acquired in the previous stages of life. This integration is an acceptance of an individual's experiences, with all their negative and positive aspects. During this process, older individuals make an effort to cope with various losses and difficulties. Negativities in this process such as the death of a spouse, a decrease in income, deterioration of health, or insufficiency of social security may easily turn into welfare-decreasing areas of struggle for older people and affect the meaning of their life. This study has been designed and implemented with the aim of explaining the meaning of life in older age with objective and subjective indicators of well-being. This qualitative study used interviews to collect data from 10 female and 9 male participants over the age of 65. Data obtained from in-depth interviews with participants about the meaning of life were interpreted with respect to objective (economic well-being, property, health and healthy lifestyle) and subjective (life satisfaction, happiness, interpersonal relationships and family interaction) well-being indicators. It was found that (a) the participating older individuals were unhappy with their economic situation due to their low salaries but they could make ends meet; (b) those who owned property were better off economically; (c) males felt healthier and more energetic; and (d) those whose spouses were alive and who were receiving social support from their children were happier and more satisfied by their lives. Conducted to interpret the meaning of life in older age through objective and subjective well-being indicators, this study is a guide for future studies and practices aiming to better the life conditions of older people.

Key words: The meaning of life in older age, elderly well-being, objective well-being, subjective well-being.

(*) Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü.

1. Giriş

Yaşlılıkta yaşamın anlamı, günlük yaşam aktivitelerinden duyulan tatmin ve hoşnutluk ile ilişkilidir. Yaşlı bireyler için yaşam “içsel” ve “dışsal” olarak anlamlandırılabilir. İçsel yaklaşım yaşlıların yaşamını sürdürebilmeleri için gerçekleştirdikleri eylemlerden elde ettikleri mutluluğu ve tatmini içermektedir. Bireylerin yaşamlarını içsel olarak anlamlandırmaları, inanç ve değer sistemleri ile ortaya konulmaktadır. İnanç ve değer sistemleri ise bireylerin dünyayı doğru bir şekilde tanımlayabilmeleri ile belirlenir. Bazı bireyler kendi inanç sistemleri ile ilgili tanımlamaları doğru bir şekilde yapamayabilirler (Studen, 2007). Çünkü her birey içinde yaşadığı dünyayı kendi kavrayışına göre anlamlandırır. Bu nedenle dışsal olaylar ancak içsel olayların izin verdiği ölçüde bireyleri etkiler (Baran, 2003). William Shakspeare’in söylediği gibi “yaşam bir sahne, bizler de oyuncularız”. Doğrudan kabul edilen yaşamlar, başkaları tarafından söylenen hikayelerin benimsenmesini gerektirir. Ancak bireyler yalnızca birer oyuncu olmaktan öteye yaşamlarının oyun yazarları da olabilirler. Bu durumda bireyin kendisinin istediği bir hikayeyi oluşturması mümkündür. Bu nedenle yaşamın anlamı oyunun anlamına bağlıdır (Potter, 2007). Dışsal yaklaşım ise; felsefe ve psikoloji alanında yapılan çalışmalarda yaşlı bireyin ölüme yaklaşması ve ölümden sonra yaşamı ile ilgili cezalandırılma ya da ödüllendirilme düşüncesi ile yaşamını yorumlaması olarak açıklanmaktadır (Gox, 1993).

Ancak yaşlı refahına ilişkin çalışmalarda dışsal yaklaşım yaşanan fiziksel çevre ve yaşam ile ilgili diğer objektif koşulların yaşama kattığı anlamı içermektedir. Refah en genel anlamı ile toplumdaki tüm bireylerin ekonomik güvenceye sahip olmaları, kendilerini değerli hissetmeleri, çevreleri ile iyi ilişkiler sürdürebilmeleri ve yaşamlarını etkileyebilecek kararlara katılabilmeleri olarak açıklanabilir

(Goldsmith, 2000). Refah, bireylerin materyal ve materyal olmayan kaynaklardan ve içinde yaşadıkları toplumsal sistemden duydukları tatmini ve mutluluğu ifade etmektedir (Rice ve Tucker, 1986). Refah, bireysel değerleri, duyguları, düşünceleri, ilişkileri ve yaşamak için gerekli tüm kaynaklarda görülen artışı da içermektedir (FAO, 1990). Ancak yaşlılık ekonomik ve insansal kaynaklarda görülen azalma nedeni ile refah açısından dezavantajlı bir dönem olarak değerlendirilmektedir. Refah, bireysel olarak mutlu ve başarılı olabilmek için her olanağa kavuşma, yaşamda mutlu olma, diğer aile bireyleri ile bağlı ve yakın hissetme anlamına gelmektedir (McGregor ve Goldsmith, 1998). Bu tanımlardan da anlaşıldığı gibi refah kavramı yaşamdaki hem subjektif (içsel), hem de objektif (dışsal) koşulların varlığını içermektedir. Yaşamın subjektif ve objektif koşulları arasındaki ilişkinin, bireylerin yaşam deneyimlerinin, yaşam koşullarına ilişkin algı, düşünce ve beklentilerinin belirlenmesi; yaşlı refahının ve yaşlılıkta yaşamın anlamının anlaşılması açısından ulaşılması gereken önemli bir noktadır. Çünkü her yaş döneminde olduğu gibi yaşlılık döneminde de objektif yaşam koşulları bireylere olumlu ve tatmin edici yaşam deneyimleri kazandırarak, yaşamlarını subjektif olarak anlamlandırmalarını sağlamaktadır (Andrews ve Withey, 1976; Campbell, Converse ve Rodgers, 1976). Yaşlıların yaşamdan duydukları tatmini, mutluluğu ve hoşnut olunan ve hoşnut olunmayan duygu deneyimlerini ortaya koyan subjektif refah, bireylerin; kendilerine, diğer insanlara ve genel olarak yaşama ilişkin düşüncelerini ve değerlendirmelerini içerir (Moum, 1981; Diener, 2003; Diener ve Diener, 2003). Yapılan araştırmalarda; amaçlarına başarılı bir şekilde ulaşabilen, değerlerini gerçekleştirebilen ve ihtiyaçlarını en üst düzeyde tatmin edebilen yaşlıların, mutlu oldukları ve subjektif refah düzeylerinin de yükseldiği belirlenmiştir (Diener, 2003). Yaşlılık döneminde başlıca objektif refah göstergeleri ise ekonomik güvenceyi ve yeterliliği içeren

ekonomik refah ile insan vücudunun ve sağlığın korunarak sağlıklı bir yaşamın sürdürülmesi ile ilişkili olan fiziksel refahı içermektedir. Objektif refah koşullarının varlığı yaşlıların yaşamını iyileştirerek, subjektif açıdan da mutlu, tatmin edici ve anlamlı bir yaşam sürmelerini sağlamaktadır (Zhang ve Yu, 1998; Gönen ve Özmete, 2003).

Yaşlılık döneminde görülen sağlık sorunlarına ve gelirin yetersizliğine, kişisel bakım, beslenme gibi temel ihtiyaçların karşılanmasına ilişkin sorunlar eklendiğinde; yaşlıların yaşamı daha karmaşık hale gelmektedir. Yaşlıların karşılaştıkları bu arzu etmedikleri olaylar yaşamın anlamını kötüleştirir. Bu nedenle yaşlılıkta bireylerin refah düzeyini arttırarak yaşamı daha anlamlı hale getiren ihtiyaçların karşılanması önemli hale gelmektedir (Raphael, 1996) (Şekil 1). Temel ihtiyaçların yanı sıra Maslow'un hiyerarşik olarak belirlediği ihtiyaçların en üst düzeyindeki "kendini gerçekleştirme" ihtiyacını karşılamış olan bireylerin subjektif refah açısından da üst düzeye ulaştıkları açıklanmaktadır. Bu durumda, yaşlıların yaşamın anlamını "bireysel potansiyeli gerçekleştirme", "hoşnutluğu ve üzüntüyü dengeleyebilme", "kendinden hoşnut olma" ya da "mutlu olma" gibi kavramlar ile açıkladıkları ortaya konulmuştur (Heylighen, 2003).

Bu çalışma yaşlılıkta yaşamın anlamını objektif ve subjektif refah göstergeleri ile yorumlamak amacıyla yürütülmüştür. Niteliksel araştırma yöntemi kullanılarak derinlemesine amaçlı sohbetlerin gerçekleştirildiği bu çalışmada objektif refah göstergeleri: "ekonomik iyilik", "konut durumu", "sağlıklı olma ve sağlıklı yaşam biçimi" subjektif refah göstergeleri ise: "yaşam tatmini", "mutluluk", "bireylerarası ilişkiler ve ailede etkileşim" başlıkları altında irdelenmiştir (Şekil 2).

Şekil 1. Yaşlılık döneminde refahı ve yaşamın anlamını belirleyen ihtiyaçlar (Heylighen, 2003)

VAROLMA

Fiziksel varolma

- Yeterli ve dengeli beslenmeyi spor yapabilmeyi içeren sağlıklı yaşam biçimi
- Faaliyetleri yürütebilecek yeterli enerjiye sahip olma

Psikolojik varolma

- Doğru ve iyi şeyler düşünebilme
- Yaşamın getirdikleri ile başa çıkabilme

Manevi varolma

- Yaşamda başarılı olduğunu düşünme
- Gönüllü faaliyetlere katılma

AİT OLMA

Fiziksel ait olma

- Mahrem ve özel bir yaşam alanına sahip olma
- Yaşlılar için özel donanımlı bir konutta yaşama

Sosyal ait olma

- Aile bireylerinden yardım alabilme
- İhtiyaç duyulduğunda yardıma koşabilecek ilgili komşulara sahip olma

Toplumsal ait olma

- Sağlık hizmetlerine kolayca ulaşabilme ve yararlanabilme
- Alışveriş merkezlerinden yararlanabilme

GERÇEKLEŞTİRME

Uygulamayı gerçekleştirme

- Eşin ya da başka bir yetişkinin bakımını sağlayabilme
- Ev ile ilgili işleri yapabilme (temizlik, yemek pişirme vb.)

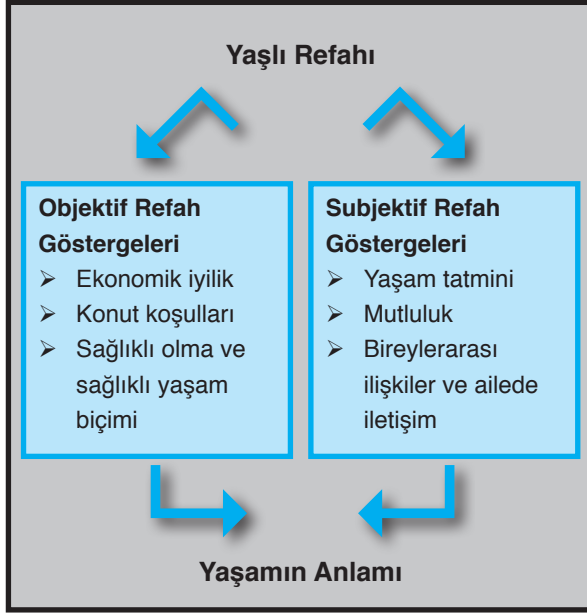
Boş zamanı gerçekleştirme

- Hobilere sahip olma(resim yapma, bahçe ile ilgilenme vb.)
- Organize edilmiş eğlence faaliyetlerine katılma

Gelişmeyi gerçekleştirme

- Düşünmeyi ve hafıza becerilerini geliştirme

Şekil 2. Yaşlılıkta yaşamın anlamını belirleyen refah göstergeleri



2. Yöntem

Yaşlılık dönemine ilişkin çalışmalarda niceliksel ve niteliksel araştırma yaklaşımları kullanılmaktadır. Yaşlılıkta yaşamın anlamını refah göstergeleri ile yorumlamayı amaçlayan bu çalışmada niteliksel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Niteliksel araştırma gerçeğinin görünen kısmının arkasında neler bulunduğu anlaşılabilmesi ve öznel durumların nesnel olabileceği varsayımına dayanmaktadır. Niteliksel araştırmalar, sosyal gerçeklik ile fiziksel gerçeğin birbirinden ayırmaktadır. Fiziksel gerçeğin kişisel yorumlardan bağımsız olduğu; sosyal gerçeğin ise kişisel yorumlar ile oluştuğu öne sürülmektedir. Bu nedenle sosyal gerçeğin nesnellik kadar öznel de içerdiği; her bireyin algılayış biçimine bağlı olarak farklılaştığı ve sosyal verilerin ancak yorumlandıkları zaman anlam kazandığı kabul edilmektedir (Kırcaali-İftar, 1999). Birey ve çevresindeki etkileşimin yansıma-

ları olarak ortaya çıkan anlamların yaşam deneyimleri ile nasıl oluştuğu gözlemi gerektirmekte ve ancak niteliksel yöntem ile yorumlanabilmektedir (Uzuner, 1999).

Günümüzde değişen yaşlılıkta yaşamın anlamına ilişkin niteliksel araştırmalarda, bireylerin yaşamlarını nasıl anlamlandırdıkları incelenmiştir. Bu amaçla niteliksel araştırma süreci olarak;

- “Kişilerin kendi yaşamları için varsayımları nelerdir?”
- “Bu kişilerin yaşam deneyimleri nelerdir?”
- “Yaşam deneyimlerini nasıl yorumlamaktadırlar?”
- “Yaşadıkları dünyayı sosyal, kültürel, duygusal ve ekonomik açıdan nasıl yapılandırmaktadırlar?” gibi sorular üzerinde durulmaktadır. Niteliksel araştırma sürecinde bu sorulara yanıt bulmak için görüşme (yapılandırılmamış ya da yarı yapılandırılmış görüşme), saha notları ve ses/ görüntü kaydı gibi veri toplama teknikleri kullanılmaktadır (Uzuner, 1999).

Bu yaklaşımdan yola çıkarak yaşlılıkta yaşamın anlamını belirlemek amacı ile yürütülen bu çalışmada niteliksel veri toplama yöntemi olarak görüşme tekniği kullanılmıştır. 65 yaşın üzerine olan 10 kadın ve 9 erkek katılımcı ile bilgi alma hedefi doğrultusunda amaçlı sohbet gerçekleştirilmiştir. Bunun için 15 açık uçlu sorudan oluşan görüşmeler sırasında yaşlılıkta yaşamın anlamı objektif ve subjektif refah göstergelerine göre yorumlayabilecek bilgilere ulaşılması hedeflenmiştir. Bu bilgiler; yaşamın anlamını yorumlamaya katkı sağlayabilecek “ekonomik iyilik”, “konut durumu”, “sağlıklı olma ve sağlıklı yaşam biçimi” gibi objektif refah göstergeleri ile “yaşam tatmini”, “mutluluk”, “bireylerarası ilişkiler ve ailede etkileşim” gibi subjektif refah göstergelerini içermektedir.

3. Bulgular

3.1. Katılımcıları Tanıtıcı Bilgiler

Yaşlılıkta yaşamın anlamının refah göstergeleri ile yordanması üzerine niteliksel bir araştırma olarak sunulan bu çalışma Ankara'da 10 yaşlı kadın ve 9 yaşlı erkeğin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar Küçükesat, Bahçelievler, Aşağıayran-çı, gibi semtlerde oturmaktadırlar. Kadınların yaşları 65 ile 80, erkeklerin yaşları ise 65 ile 75 arasında değişmektedir. Böylece tüm katılımcılar Dünya Sağlık Örgütü'nün yaşlı olarak tanımladığı yaş kategorisine girmektedirler (Anonim, 2002). Yaşlı kadınların altısı, erkeklerin ise birisi eşini kaybetmiştir. Kadınlardan dördü, erkeklerin ise sekizi evlidir. Kadınlardan üçünün eşlerinin vefatı üzerinden 12 yılı aşkın bir süre geçmiştir. Erkeklerden üçü ise birinci eşlerini kaybettikten sonra, kendilerine yeni bir yaşam arkadaşı edinebilmek ve yaşamlarını kolaylaştırabilmek için ikinci kez evlenmişlerdir. Yaşlı kadınların altısı ilkokul, üçü ortaokul ve biri lise mezundur. Erkeklerin ise üçünün ilkokul, ikisinin ortaokul, ikisinin lise ve ikisinin de yüksek okul mezunu olduğu belirlenmiştir. Erkeklerin eğitim düzeyinin kadınlardan daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Kadınların tamamının ev hanımı olduğu, erkeklerin tamamının ise bir kamu kurumundan emekliye ayrıldığı bulunmuştur. Erkeklerin ikisi emekliğe ayrıldıktan sonra da kendilerini iyi hissettikleri için fazla yorucu olmayan işlerde çalışmaktadırlar. Katılımcı kadın ve erkeklerin tamamının çocuk sahibi oldukları saptanmıştır.

3.2. Yaşlılıkta Yaşamın Anlamının Refah Göstergeleri İle Yorumlanması

Bu bölümde, katılımcılar ile yaşamın anlamı üzerine gerçekleştirilen derinlemesine görüşmelerde/ amaçlı sohbetlerde elde edilen bilgiler objektif ve subjektif refah göstergeleri açısından yorumlanmıştır.

3.2.1. Objektif Refah Göstergelerine Göre Yaşlılıkta Yaşamın Anlamı

İlk olarak yaşlılıkta yaşamın anlamı "ekonomik iyilik", "konut durumu", "sağlıklı olma ve sağlıklı yaşam biçimi" gibi objektif refah göstergelerine göre irdelenmiştir.

3.2.1.1. Ekonomik İyilik

Yaşlılık dönemi ekonomistler tarafından çoğunlukla barınma, gıda ve tıbbi bakım için yeterli para ayırlanamaması nedeni ile düşük gelirli bireyler için sıkıntılı bir dönem olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle yaşlılık, ekonomik açıdan gelir kaybının ve sağlık harcamalarının artması nedeni ile gider artışının yaşandığı ve toplumsal yönden sosyal güvenlik ihtiyacının en belirgin olarak kendini gösterdiği uzun bir süreci içeren toplumsal olgu olarak değerlendirilmektedir (Garman ve Fogue, 2003). Oysa yaşlılık dönemi ekonomik kaynakları fazla olanlar ve bir sosyal güvenlik sistemine dahil olanlar için tatmin edici bir dönem olarak görülmektedir. Gerçekte yaşlılık döneminde yaşanan ekonomik sorunlar daha önceki yaşam döneminin yarattığı bir sonuçtur. Gençlik yıllarında hiç çalışmamış ya da sosyal güvenlik sistemine dahil olmadan çalıştığı için bugün emekli maaşı alamayan yaşlılar çoğunlukta. Yaşlılıkta kimseye muhtaç olmadan geçinebilecek bir ekonomik düzeye sahip olmak, ekonomik açıdan otonomluğu korumak hem objektif refah, hem de yaşamın anlamı açısından önemli hale gelmektedir (Tufan, 2003).

Bu araştırmada da yaşlı evli kadınların eşlerinin emekli maaşı ile, dul (bekar) olanların ise eşlerinden bağlanan emekli maaşı ile yaşamlarını sürdürdüklerini, ancak Türkiye'de emeklilere yönelik ücret politikalarındaki yetersizlikler nedeni ile çoğunun çocuklarından ekonomik destek aldıkları belirlenmiştir. Gençlik döneminde ciddi bir eko-

nomik birikim yapamadıkları için çok rahat para harcamadıkları ve sağlık harcamalarını yeterince karşılayamadıkları görülmektedir. Erkekler ise emekli maaşları ile geçinmekte ve emekli maaşlarının düşük olmasından şikayet etmektedirler. Bu durumda yaşlıların yine de istek ve ihtiyaçlarını gelirlerine göre ayarlayıp yaşamlarını “idare etmeye” çalıştıkları, ekonomik durumlarının yaşamlarının anlamını belirlediği anlaşılmaktadır. Örneğin, 65 yaşında, dul, eşinin emekli maaşı ile geçinen, üç evli çocuğu olan Z. Hanım ekonomik durumunu iyi olarak değerlendirmese de dost ve akrabaları ile olmayı, görüşmeyi daha önemli bulduğunu belirterek şunları eklemektedir: *“Normal orta sınıf bir aileden geldiğimden lüks hayatı aramam; eş-dost, akrabalarla mutlu olayım, görüşeyim, ihtiyaçlarımı karşılayayım yetiyor. Aslında tabii günlük hayatım dört dörtlük değil, kocam öleli istediğim her şeyi alamıyorum, günümüze ayak uydurmam zor.”*

68 yaşında üç evli kızı olan ve eşi ile birlikte yaşayan M. Hanım ise “ekonomik iyilik” açısından; *“Ekonomik durumum çok çok iyi değil ama emekli maaşımız var. Bu da bize yetiyor. Hiçbir zaman daha fazlasını istemedim”* şeklinde bir açıklama yapıyor ve mevcut ekonomik koşulları ile yetindiğini ifade ediyor.

71 yaşında, iki evli çocuğu olan ve eşi ile birlikte yaşayan S. Hanım ise geçmişteki güçlüklerle karşın şu anda daha rahat bir yaşamları olduğunu belirtiyor: *“Aldığımız maaş bize yetiyor. Mutluyuz biz. Önceden çok zorluk çektik ama şimdi meyvelerini topluyoruz. Çocuklarımız da destekliyor, rahatız.”* 80 Yaşında, eşini kaybetmiş, bir evli oğlu olan F. Hanım ise ekonomik durumunun iyi olmadığını bu nedenle doktora gidemediğini ifade etmektedir.

Yaşlı erkeklerin çoğunluğu ekonomik durumlarını çok iyi olarak değerlendirememekle birlikte, mevcut durum ile yetindiklerini ve mutlu olmaya çalıştıklarını söylemektedirler. Örneğin; 69 yaşında, eşi ile birlikte yaşayan, dört evli çocuk sahibi

olan ve çalıştığı bankadan emekliye ayrıldıktan sonra başka bir işte çalışmaya devam eden M. Bey iyimser bir yapısı olduğunu belirterek şunları ekliyor: *“İhtiyaçlarını karşılamak insanı mutlu eder. İsteklerin sınırı yoktur. Var olanla yetinmek de mutluluktur. Gelirim bana yetiyor. İstekleri ve ihtiyaçları birbirinden ayırmak önemli.”*

70 Yaşında, üç evli çocuğu olan, eşiyle birlikte yaşayan ve emekli maaşı olan A. Bey ekonomik durumunu *“Ekonomik durumum hiç iyi değil, cebimde param yok. Devletin bize verdiği harçlık gibi parayla mutlu olmaya çalışıyoruz. Yine de şükür!”* şeklinde değerlendirmektedir. Diğer yandan; 68 yaşında, üç evli çocuk sahibi, eşi ile birlikte yaşayan ve emekli maaşı olan Z. Bey yaşlılık dönemindeki yoksunluklara da dikkat çekerek, *“Gelirim maalesef yetmiyor. İhtiyaçlarımız bitmiyor. Her şeyimiz zamanla eskiyor, zamanla yerine yenilerini alıp koymamız gerekiyor. 500 YTL ile geçiniyoruz. Ucu ucuna yetiyor. Keşke daha çok imkanım olabilseydi”* diyor.

Bu açıklamalardan yaşlıların “ekonomik iyilik” açısından refah düzeylerinin yüksek olmadığı, yaşamlarını ancak sürdürmeye çalıştıkları, bu nedenle özellikle sağlık hizmetlerinden yararlanamadıkları ve yoksunluk içinde yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bun da; gençlik döneminde bir meslek sahibi olmalarına karşın, yaşlılık dönemi için yatırım yapabilecek düzeyde yeterli gelire sahip olmamaları, şu anda emekli maaşı alsalar bile Türkiye’de emekli ücretlerinin iyileştirilmesine yönelik politikaların yetersizliği etkili olmaktadır.

3.2.1.2. Konut Durumu

Yaşlıların konut durumu, ekonomik iyiliklerinden ve sağlık durumlarından ayrı düşünülemez. Çünkü yaşlıların en önemli üç kaygısının; sağlığın bozulması, ekonomik-sosyal ve fiziksel bağımsızlığın azalması ve oturdukları konutun bakımını sürdürememe olarak sıralanmaktadır. Diğer yan-

dan konut, yaşlılar için temel ihtiyaçlardan biri olan korumayı sağlar. Fiziksel sağlığın ve psikolojik refahın sürdürülmesine, samimi ilişkilerin, aile içi etkileşimin ve bazı boş zaman aktivitelerinin gerçekleştirilmesine olanak sağlayan çevredir (Gönen ve Özmete, 2005).

Yaşlılıkta konutun enerji verme, uyarıcı olma, dinlendirme, öz saygıyı ve sosyal statüyü simgeleme gibi önemli işlevleri vardır. Yaşlıların gerçekleştirmek istedikleri aktiviteler için ihtiyaç duydukları araç ve ekipmanları yaşadıkları konut sağlayabilir. Diğer yandan konutun kendisi fiziksel bir alan olmasına karşın insan yaşamını daha çok psikolojik ve duygusal açıdan da etkilemektedir. Uzun süre aynı konutta yaşayan yaşlılar için komşuları tanımaları, yerleşim yeri ile ilgili bildikleri, haritanın zihinlerinde yerleşik olması güven oluşturmaktadır. Bu anlamda konut zaman ve yer açısından yaşlının uyumu için bir dayanma noktasıdır. Çünkü alış-veriş yapma, günlük işlerin yürütülmesi ile ilgili yakın arkadaşların ve komşuların sağladığı toplumsal destek yaşlının yaşamını sürdürebilmesi açısından önemlidir (Gurney ve Means, 1993).

Bu araştırmada yaşlıların hemen hepsinin konut mülkiyetleri kendilerine aittir. Yalnızca bir kadın ve bir erkek kiralık konutta ve bir erkek ise oğlunun evinde gelini ve torunları ile oturmaktadırlar. Bu konuda; 69 yaşındaki Ö. Bey "Oğlumun evi bile olsa sefa ve huzur içindeyim" diyor. 80 yaşındaki F. Hanım ise ekonomik durumunun iyi olmadığını belirterek, şunları ekliyor: "Oğlumun yanında kalıyorum. Torunum ve gelinimle olmak bana yetiyor." 65 yaşındaki L. Hanım, eşi vefat ettiği ve çocukları evli olduğu için kiralık bir konutta yalnız yaşamaktadır. Ev sahibi olmayı istediğini belirterek; "Kıraya verdiğim paraya acıyorum. Ev sahibi olmayı istedim ancak hiç umudum yok, taşınmanın maliyeti çok yüksek. Ev sahibime hoşlanmasam da iyi davranmak zorundayım" diyor. Kiralık bir konutta eşi ile birlikte oturan 68 yaşındaki M. Bey "Kendi evim

olsaydı maaşım kendime kalırdı. Kira da olsa rahat ettiğim ve huzur bulduğum tek yer evim" diyerek konut durumunu değerlendirmektedir.

Ev sahibi olan yaşlı katılımcılar ise kendi evlerinde oturdukları için güvencede olduklarını ve mutlu hissettiklerini belirtmektedirler. Bu düşüncelerini;

"İnsanın yuvası gibi yok"

"Mutlu olduğum tek yer evim"

"Evim kendime yetiyor. Daha iyisi gözümde yok. Bu yaştan sonra her şey önemini kaybediyor"

"İnsanlar için en önemli ekonomik destek ev sahibi olmak. En rahat ettiğim yer evim. Farklı bir yerde yaşamayı düşünemem. Bize yetecek bir evimiz var" gibi ifadeler ile açıklamaktadırlar.

Bu açıklamalardan da anlaşıldığı gibi; hem yaşlı kadınların, hem de yaşlı erkeklerin konut durumlarını yalnızca konut mülkiyeti açısından değerlendirdikleri, fiziksel açıdan (oda sayısı, yerlilik, yaşlı ergonomisine uygunluk) bir değerlendirme yapmadıkları görülmektedir. Bunun nedeni; güç ekonomik koşullar altında ev sahibi olmaları ve yaş dönemi gereği "mevcut durum ile yetinme duygusu" olarak açıklanabilir. Onlar için evlerinde mutlu ve huzurlu bir yaşam sürdürebilmenin önemli olduğu anlaşılmaktadır. Bu nedenle yaşlılıkta evin anlamı diğer yaş dönemlerine göre farklılaşmakta ve daha da önemli hale gelmektedir.

3.2.1.3. Sağlıkli Olma ve Sağlıkli Yaşam Biçimi

Yaşlı bireylerin fiziksel kapasiteleri yaşla birlikte azalmaktadır. Bu durum yaşlıların fonksiyonel bağımsızlıklarını kısıtlamaktadır. Bazı hastalıklar ve çevresel faktörlerin yaşamlarına getirdiği yeni koşullara uyum sağlamalarını güçleştirmektedir. Ayrıca, yaşlıların sağlık sorunlarına ilişkin şikayetlerini ifade etme güçlüğü, sağlık personeline yeterli ilgi gösterilmemesi, sağlık hizmetlerine ulaşmada

yaşadıkları sorunlar, artan sağlık harcamalarını karşılayamama yaşlıların yaşamdan duydukları tatmini azaltarak refah düzeylerini düşüren önemli sorunlardır (Telatar ve Özcebe, 2004).

Bu araştırmada yaşlı kadın katılımcıların sağlık durumlarının yaşlı erkeklere göre daha kötü olduğu anlaşılmaktadır. Erkekler düzenli egzersiz ve spor yapabilme konusunda daha başarılı bir yaşlılık sürdürebilirlerken, kadınlar hastalıkları ve ağrıları nedeni ile spor ya da egzersiz yapamadıklarını söylemektedirler.

65 yaşındaki L. Hanım sağlığını *“Rahatsızlığım nedeni ile spor ya da egzersiz yapamıyorum. Eksikliğini hissediyorum. Ama dışarıdaki alış-ve-rişimi kendim yapabilecek enerjiye sahibim”* gibi cümleler ile değerlendirmektedir. 74 yaşındaki A. Hanım *“Hasta olduğumda üzülüyorum ağlamak geliyor içimden, alıngan oluyorum. Halim yok, spor yapamıyorum. Dışarıdaki alışverişimi çocuklarım ya da torunlarım yapıyor. Bu durumdan rahatsız oluyorum”* diyerek, sağlıklı olmadığı için üzgün ve mutsuz olduğunu ifade etmektedir.

66 yaşındaki T. Hanım sağlığı iyi olmadığı için kendisine kızlarının ve gelinlerinin baktığını belirterek, şunları ekliyor: *“Sağlık dünya malı, cihan varlığı, çok malın olmuş sağlığın iyi olmayınca neye yarar. Benim sağlığım kötü iki dizim ameliyatlı, kalçadan da ameliyat olmam gerekiyor Benden kötülerini görünce şükrediyorum. Evde doktorun söylediği hareketleri yapıyorum. Dışarı alışverişe çıkamıyorum. İhtiyaçlarımı kızlarım sağlıyor. Bunun için mutsuz oluyorum.”*

68 yaşındaki M. Hanım çeşitli sağlık sorunları yaşıyor olsa da konuya daha iyimser yaklaşıyor: *“Guatr ameliyatı oldum, kolestrol var, yüksek tansiyon var. Bunlar yaşın getirdikler, hareketli olduğum için yapacağım işi engellemiyor. Günlük yaşantıma devam ediyorum. Kullanmam gereken ilaçları kullanıyorum. Yediklerime de dikkat edince kendi-*

mi iyi hissediyorum. Evde bazen vücut hareketleri yapıyorum. Halimden memnunum”

Katılımcı yaşlı erkeklerin ise sağlık durumlarının daha iyi olduğu anlaşılmaktadır. Erkekler düzenli spor yapmasalar da, yürüyüş yapmaya özen gösterdiklerini söylemektedirler. 68 yaşındaki A. Bey *“Sağlığım iyi, hiçbir şikayetim yok, her sabah düzenli 1 saat yürüyüş yaparım. Spor yapmazsam eksikliğini çok hissedirim. Spor yapmak beni mutlu ediyor”* diyor.

70 yaşındaki A. Bey ise *“Sağlığım iyi, mutlaka yürüyüş yaparım. Ben hareketli bir insanım. Açık hava bana iyi geliyor. O günkü ruhsal durumuma göre kendimi ayarlıyorum”* diyerek, sağlık durumunu değerlendirmekte ve sağlıklı olduğu için mutlu olduğunu ifade etmektedir. Diğer yaşlı erkekler sağlıklarının yaşlılarına göre iyi olduğunu, spor yapmaya özen gösterdiklerini ve doktora gitmeye ihtiyaç duymadıklarını belirtmektedirler.

Yapılan diğer araştırmalarda da (Andrews, ve Withey, 1976; Moum, 1981) yaşlı erkeklerin sağlıklarının ve fiziksel kapasitelerinin kadınlara göre daha iyi olduğunun belirlenmesi elde edilen bu görüşleri desteklemektedir. Bu araştırmalarda ayrıca daha sağlıklı oldukları için yaşlı erkeklerin refah düzeylerinin daha yüksek olduğu belirtilmektedir.

3.2.2.Subjektif Refah Göstergelerine Göre Yaşlılıkta Yaşamın Anlamı

Subjektif refah göstergelerine göre yaşlılıkta yaşamın anlamı “yaşam tatmini”, “mutluluk”, “bi-reylerarası ilişkiler ve ailede etkileşim” başlıkları altında açıklanmıştır.

3.2.2.1.Yaşam Tatmini

Yaşlılık döneminde maksimum yaşam tatmini elde edebilmek için yaşam koşullarının iyileştirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Gerçekte bunlar yaşlıların sahip olmak istedikleri mükemmel yaşam

biçimini ve çevresel koşulları içermektedir. Ancak yaşlılık sürecinde yoğun olarak karşılaşılan eşin kaybı, sağlığın bozulması ve gelirin yetersizliği gibi sorunlar, bireylerin arzu ettikleri yaşam tatminine erişmelerine engel olarak, refah düzeylerini düşürmektedir (Gönen ve Özmete, 1999; Wan, Odell ve Lewis, 1982).

Bu çalışmada da özellikle eşlerini kaybetmiş olan yaşlıların eşlerini ve geçmişi çok özledikleri, geçmişte daha mutlu oldukları, ancak şu anda çocukları kendileri ile ilgilendikleri için memnuniyet duydukları gözlenmektedir.

69 yaşındaki S. Hanım eşini 11 yıl önce kaybetmiş, üç evli çocuğu var. Geçmişe özlem duygusunu şu sözleri ile açıklıyor: *“Önceden eşim vardı. Çocuklarım yanımdaydı. Her şeyin tadı farklıydı. Şimdi o günleri arzuluyorum. Biraz rahatsızlıklarım var. Ama yine de halimden memnunum”*

74 yaşındaki A. Hanım ise yaşam tatmini belirleyen faktörleri şu şekilde sıralıyor: *“Evim var, kendi işimi görüyorum, ibadetimi yapıyorum. Hayatımdan memnunum. Evlendiğimde gençtik, çocuklarımız vardı. Hepimiz birlikte yiyip içerdik. Daha şendik. Şimdi tek başıma kaldım. Kocamı çok özleyorum.”*

65 yaşındaki L. Hanım ise eşini 4 yıl önce kaybetmiş. Şu andaki yaşam tatminini çocuklarının varlığı ile ilişkilendirerek şunları ekliyor: *“Kocam vefat etti, ancak benden sonraya kalmadığı için memnunum. Bir şikayetim yok, ama çocuklarım küçükken ellerinden tutup dolaştığım, aynı sofrayı paylaştığım zaman daha memnundum. Şu anda çocuklarım beni arıyor, soruyor, ilgileniyor. İstedğim zaman ben onlara gidebiliyorum. Bu nedenle hayatımdan memnunum”*

66 yaşında, eşini 7 yıl önce kaybetmiş olan T. Hanım ise *“Gençliğimi çok özleyorum. Kocam vardı. Çocuklarım yanımdaydı, şimdi ellere karıştılar.*

Önceden temizliğimi yapardım. Şimdi en ufak hareketimde ağırdan duramıyorum. Yaşlanınca dünyanın tadı bitiyor. Her şey gençken güzel” diyerek, düşüncelerini açıklıyor.

Gençliklerine özlem duyan ancak şu anda çocuklarının desteği ile kendilerini iyi hisseden bu yaşlı kadınların yanı sıra; eskiye dönmeyi istemeyen ve şu anda yaşamlarından tatmin olduklarını belirten kadınlar da bulunmaktadır. Örneğin; 66 yaşında, eşi ile birlikte yaşayan C. Hanım'ın iki evli çocuğu bulunmaktadır. Yaşamdan duyduğu tatmini şu sözleri ile ifade etmektedir: *“Çocuklarımız ve biz sıhhatliyiz, en önemlisi bizim için o. Eskiye döner misin deseler istemem. Şu anda çok memnunum hayatımdan ve daha rahatım.”*

69 yaşında, eşi ile birlikte yaşayan T. Hanım ise: *“Kendimden düşkünü gördükçe kendi halime şükrediyorum. Şimdi hayatımdan eskiye göre daha memnunum. Çünkü her şey istediğim gibi, istediğim gibi geziyorum, yiyorum. Yaşam mücadelem eskiden daha fazlaydı. Şimdi tüm çocuklarım ve torunlarım yanımda”* diyerek yaşamdan duyduğu tatmini anlatıyor. 71 yaşında ve evli olan A. Hanım da *“Eskiden çok çalışıyordum. Sürekli iş vardı. Şimdi daha rahatım, daha memnunum. Torunlarımı büyütüyorum”* şeklinde yaşamından duyduğu tatmini ifade etmektedir.

Bu araştırmada yaşlı kadınlar açısından; eşleri ile birlikte yaşıyor olmaları (eşin vefat etmemiş olması), kendilerini daha sağlıklı ve enerjik hissetmeleri, çocukların ilgili ve destekleyici tutumları yaşamdan duydukları tatmini belirlemektedir.

Yaşlı erkekler için ise yaşam tatmininin daha çok “ekonomik iyilik” ve “sağlıklı olma” gibi değişkenlere bağlı olduğu anlaşılmaktadır. Üç evli çocuğu olan ve eşi ile birlikte yaşayan 70 yaşındaki A. Bey *“İnsanca yaşayamıyoruz. 1960'dan beri devlete vergi veriyorum. Şu anda emekliyim, aldığım para yetmiyor. Kahvede içtiğim bir tek kah-*

venin bile hesabını yapmak zorunda kalıyorum. Ama eşim ve çocuklarım ile mutluyum” diyerek, ekonomik koşullarının yaşam tatminini etkilediğini açıklamaktadır.

75 yaşında evli olan ve emekli maaşı ile geçimini sağlayan S. Bey “Önceden geçim şartları daha güzeldi, ekonomik durumumuz daha iyiydi. Hayatımdan daha memnundum. Geçen günlerin kıymetini bilmek lazım” diyerek yaşamdaki memnuniyetsizliğini belirtmektedir.

Geçmişte ciddi sağlık sorunları yaşamış ve şimdi sağlığına yeniden kavuşmuş, 68 yaşında ve evli olan M. Bey yaşam tatminini sağlık durumu ile birlikte değerlendirmekte ve şunları eklemektedir: “Şu anda dünyalar benim, iyileştim. Önceden yataktan kalkamıyordum. Gençliğimde iş değiştirmek, çocukları büyütme derken daha çok koşuşturmak zorundaydık. Şimdi sağlığıma kavuştum. Daha ne isteyim.”

Yaşlı katılımcıların yaklaşımlarından yaşlılıkta özellikle sağlık, gelir düzeyi gibi objektif refah göstergelerinin yaşam tatmini, mutluluk ve huzur gibi subjektif refah koşullarının gerçekleşmesine dayanak oluşturduğu anlaşılmaktadır. Sağlık durumu iyi olduğunda ve gelir düzeyi yükseldiğinde yaşlıların yaşamdan duydukları tatminin de artabileceği gözlemlenmektedir.

3.2.2.2. Mutluluk

Yaşlılığı yalnızca güçlük ve zorlukların olduğu bir dönem olarak değil, hoş anları olan bir yaşam kesiti gibi düşünmek gerektiği, böylece yaşlıların bu dönemi daha mutlu ve huzurlu geçireceği belirtilmektedir. Bu nedenle mutlu bir yaşlılık dönemi geçirmek için yaşlılığa uyum sağlamak gerektiği açıklanmaktadır (Wan , Odell ve Lewis, 1982).

Bu araştırmada katımcı yaşlılar sağlıklı oldukları, eşleri ve çocukları yanlarında oldukları için mutlu olduklarını belirtmektedirler.

66 yaşında, eşi ile birlikte yaşayan ve iki evli çocuk sahibi olan C. Hanım “Sağlıklıyım, eşimle birlikte, çocuklarımla olmak benim için çok önemli. Çok mutluyum” diyerek mutlulukla ilgili düşüncelerini açıklamaktadır.

71 yaşında, iki evli çocuğu olan A. Hanım çok mutlu olduğunu ifade ederek, şunları eklemektedir: “Bundan iyisi can sağlığı. Yaşamımda hiçbir şeyin eksikliğini hissetmiyorum. Çocuklarım okudu, işleri de çok iyi. Bundan daha büyük bir mutluluk yok benim için.”

Yaşlı kadınlardan sağlıkları iyi olmayanların ve eşlerini kaybetmiş olanların daha mutsuz oldukları anlaşılmaktadır. 66 yaşında ve eşini kaybetmiş olan T. Hanım sağlığı iyi olmadığı için mutsuz olduğunu belirtmektedir: “Sağlığım iyi değil. Kızım ve gelinlerim bakıyor, kendi işimi görebilsem daha mutlu olacağım” diyerek koşullarını ifade etmektedir.

80 yaşında ve eşini kaybetmiş olan F. Hanım tek çocuk sahibidir. Eşinin ve çocuğunun yanında olmamasının kendisini üzdüğünü ifade etmektedir. Yaşlı erkekler de ailelerinden aldıkları destek ile çocuklarının ilgi ve sevgileri nedeni ile mutlu olduklarını belirtmektedirler.

69 yaşında eşini kaybetmiş olan Ö. Bey çocukları yanında olduğu için mutlu olduğunu belirtmektedir. Ayrıca “Çocuklarımdan saygı-sevgi görmek beni mutlu ediyor, zaman zaman onlara sinirlenip kızıyorum. Ama nadiren oluyor. Onlar beni hoşgörürü ile karşılıyorlar. Onlarla arkadaş gibiyim. Onlar gibi düşünmeye çalışıyorum” diyerek mutluluk çabalarını anlatmaktadır.

68 yaşında, üç evli çocuğu olan ve eşi birlikte yaşayan A. Bey de “Çok mutluyum. Çocuklarımla, eşimin yanımda olması, hayat, yaşamak beni mutlu ediyor” şeklinde mutlulukla ilgili düşüncelerini ifade etmektedir. Diğer yaşlı erkekler de mutluluk

düzeylerini eşlerinin ve çocuklarının varlığına dayandırmakta, çocuklarından gördükleri ilgi ve sevgi için çok mutlu olduklarını belirtmektedirler.

3.2.2.3. Bireylerarası İlişkiler ve Ailede Etkileşim

Bireylerarası ilişkiler ve ailede etkileşim başlığı altında yaşlıların komşuları, akrabaları, eşleri ve çocukları ile olan ilişkileri ve bu açıdan yaşamın anlamı açıklanmaktadır.

65 yaşında ve eşi ile birlikte yaşayan T. Hanım komşuluk ilişkilerinin geçmişteki gibi güçlü olmadığını belirterek, komşuluk ve aile ilişkileri ile ilgili şunları eklemektedir: *"Apartman hayatı komşuluk ilişkilerini zayıflatıyor. Ancak yine de memnunum. Komşularım bana hürmet ediyor, değer veriyor. Ben de onlara. Kız kardeşlerimle aram iyi. Sorunlarımızı paylaşıyoruz ve birlikte çözüyoruz. Maddi sıkıntısı olan kardeşimize destek oluyoruz. Ayrıca en büyük varlık çocuklarım. Onlar mutlu oldukları zaman ben de mutlu oluyorum. Eşim can yoldaşım. Şimdi televizyonla avunuyoruz. Birlikte çocuklara gidiyoruz."*

Yaşlı katılımcıların hemen hepsi komşuluk ilişkilerinin geçmişe göre zayıfladığını söylemektedirler. Komşularının kendilerine yararı ya da zararı olmadığını belirterek, yine de çevrelerinden saygı gördüklerini anlatmaktadırlar. Ancak oturdukları apartmanda ya da çevrede tanımadıkları komşu sayısının gün geçtikçe artması ile korkularının arttığını ve kendilerini güvensiz hissettiklerini belirten kadın ve erkek yaşlılar bulunmaktadır.

Komşuluk ilişkilerinde olduğu gibi akrabalık ilişkilerinin de giderek zayıfladığını belirtmektedirler.

70 yaşındaki S. Hanım akrabalık ilişkilerini şu şekilde anlatmaktadır: *"Akrabalık ilişkilerimizde komşuluk ilişkilerimiz gibi çok değişti. Şimdi birbirimizi tanımaz olduk. Hayatın rengi değişiyor. Önceki durumu düşünüp şimdi üzülüyorum. Önceden*

herkes imrenirdi bizim akrabalığımıza. Şimdi kop-tuk birbirimizden."

66 yaşındaki C. Bey ise akrabalık ilişkileri ile ilgili olarak *"Akrabalık ilişkilerimiz zayıfladı. Küs değilim ama gidip gelmediğimiz akrabalarımız var. Arkadaşlarım daha fazla. Akrabalardan ne fayda ne zarar görüyorum. İçinde bulunduğum durum beni mutlu etmiyor"* diyerek düşüncelerini açıklamaktadır.

70 yaşındaki A. Bey ise Türkiye'de eskisi gibi akrabalık ilişkilerinin kalmadığını, ekonomik durumunun iyi olmaması nedeni ile ilişkilerinin zayıfladığını belirtmektedir.

Yaşlı katılımcıların aile içi etkileşim ve çocukları ile ilişkileri konusunda daha olumlu görüşler ortaya koydukları gözlemlenmektedir.

71 yaşında, evli ve iki çocuğu olan A. Hanım aile ilişkileri konusunda olumlu görüşlerini şu şekilde ifade etmektedir: *"Hayatımın en güzel şeyi ailem. Torunlarım da oldu. Onlarla birlikte olmak yetiyor. Onların iyiliklerini görmek en güzel, en anlamlı şey."*

66 yaşında ve eşini kaybetmiş olan T. Hanım çocukları ile ilişkilerini şu şekilde anlatmaktadır: *"Çocuklarım tatlılık da veriyor, üzüntü de veriyor. Kızsam da onların başına bir şey gelmesini istemem, küssem de onları düşünürüm. Ama kızlarımdan daha çok memnunum. Eşim olsa çocuklarım babalarından korkardı. Daha çok ararlar, daha çok sorarlardı beni."*

68 yaşındaki A. Bey de aile ilişkilerindeki mutluluğu şu şekilde ifade etmektedir: *"Aile ilişkilerimiz çok iyi. Onlar benim hayatıma anlam katıyor. 40- 41 senedir eşimle birlikteyiz. Birbirimize destek oluyoruz. Çocuklarım ve eşimle çok mutluyum. Bu yaşıma kadar hiç kırgınlığım olmadı."*

69 yaşında evli ve iki çocuk sahibi olan M. Bey ise *“Çocuk sahibi olmak sorumluluk veriyor. Yaşamımda olmaları hedef belirlememizi sağlıyor. Her ailede zaman zaman sorunlar olur. Önemli olan bunları idare edebilmek ve ilişkileri iyi bir seviyede yürütebilmektir”* diyerek aile ilişkilerini anlatmaktadır.

Bu açıklamalardan yaşlıların ebeveyn olarak kendilerini ömür boyu çocuklarından sorumlu hissettiklerini, çocuklarından gördükleri ilgi, destek, saygı ve sevgi ile beslendikleri anlaşılmaktadır. Bu nedenle olumlu bireylerarası ilişkiler ve aile içi etkileşim yaşlılıkta subjektif refahı belirleyen ve yaşamı anlamlı hale getiren en önemli göstergelerden biri olarak değerlendirilmektedir.

SONUÇ

Yaşlılıkta yaşamın anlamını refah göstergeleri ile yorumlamayı amaçlayan bu niteliksel araştırmada; ekonomik iyilik, konut durumu ile sağlıklı olma ve sağlıklı yaşam biçimi gibi objektif refah göstergeleri ile yaşam tatmini, mutluluk ile bireylerarası ilişkiler ve ailede etkileşim gibi subjektif refah göstergeleri değerlendirilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan yaşlıların ekonomik açıdan iyi refah koşullarına sahip olmadıkları, erkeklerin düşük emekli maaşları ile geçimlerini sağlamaya çalıştıkları, kadınların ise gençlik döneminde çalışmadıkları için eşlerinin emekli maaşlarına bağlı olarak yaşamlarını sürdürdükleri, ancak bu düşük ücretler ile özellikle sağlık bakımı ve konut ihtiyaçlarını yeterince karşılayamadıkları ve zaman zaman çocuklarından destek aldıkları belirlenmiştir. Ancak yaşlılar bu ekonomik koşulları ile yetinmekte ve durumlarından şikayetçi olsalar bile herhangi bir şeyin değişmeyeceğini düşünmektedirler. Ayrıca konutları kendilerine ait olan yaşlıların ekonomik açıdan kendilerini daha rahat hissettikleri, kirada oturan yaşlıların ise yaşam koşullarının daha da zorlaştığı anlaşılmaktadır. Yaşlıların ko-

nutlarını mutlu oldukları bir yuva olarak tanımladıkları ve konutlarının fiziksel özelliklerinin bu açıdan önemli olmadığı bulunmuştur. Yaşlılar konutlarını olumlu aile ilişkilerinin sürdürüldüğü ve sevginin paylaşıldığı bir alan olarak değerlendirmektedirler. Diğer objektif refah göstergesi olarak sağlıklı olma açısından; yaşlı erkeklerin sağlıklarının kadınlara göre daha iyi olduğu ve spor yapabilme konusunda erkeklerin daha başarılı oldukları belirlenmiştir. Kadınların sağlıkları kötü olsa bile kendi işlerini yürütmeye çalıştıkları, sağlığı bozuk olduğu için ailesinden yardım alan yaşlıların mutsuz oldukları gözlenmektedir. Sağlığı iyi olmayan yaşlıların kendilerini diğer yaşlılar ile karşılaştırarak, durumlarına şükrettikleri ve bu nedenle sağlıklarından fazla şikayet etmedikleri anlaşılmaktadır.

Subjektif refah göstergeleri açısından; eşleri vefat etmemiş olan, çocuklarından ilgi, sevgi ve destek gören yaşlıların yaşamdan daha çok tatmin duydukları ve mutlu oldukları görülmektedir. Yaşlılar kendilerinden çok çocuklarının sağlığı ve mutluluğu ile mutlu olmakta, hatta torunlarının varlığı onların yaşamlarına farklı bir anlam katmaktadır. Yaşlılar komşuluk ve akrabalık ilişkilerinin geçmişe oranla çok zayıfladığını, bu nedenle çocuklar ile etkileşimin daha önemli hale geldiğini belirtmektedirler. Yaşlıların oturdukları apartmanda ya da çevrede bazı komşularını tanımadıkları bu nedenle kendilerini güvende hissetmedikleri anlaşılmaktadır. Ayrıca ekonomik koşulları iyi olmadığı için akrabalık ilişkilerinin kötüleştiğini düşünen yaşlılar da bulunmaktadır. Bu araştırmada yaşlılar ekonomik durumlarının, konut koşullarının ve sağlık durumlarının değişmeyeceğini düşündükleri için mevcut objektif refah koşulları ile yetinmekte ve olumlu aile ilişkilerinin sağladığı yaşam tatmini ve mutluluk ile yaşamlarını anlamlandırmaktadırlar.

Bu noktada, yaşlıların ekonomik durumlarını iyileştirecek politika ve düzenlemelerin ivedi olarak gerçekleştirilmesi, konut koşullarının geliştirilmesi,

sağlığın iyileştirilmesi için yaşlılara yönelik sağlık hizmetlerinin geliştirilmesi ve yaşlıların bu hizmetlere kolaylıkla erişmelerinin sağlanması, yaşlıların yaşamdan duydukları tatmini ve mutluluk düzeylerini yükselterek yaşamlarının daha anlamlı hale gelmesini sağlayacaktır. Ayrıca bireylerin yaşlılık

dönemine ekonomik, sosyal ve psikolojik yönden başarılı bir şekilde uyum sağlamalarına katkıda bulunacak yaşam boyu eğitim programlarının gönüllü kişi ve kuruluşlar ile birlikte yürütülmesi yaşlı refahının yükselmesini destekleyecek önemli bir uygulama olacaktır.

KAYNAKLAR

1. Studen, G. What is the meaning of life? Philosophy Now. 2007;59.
2. Baran, A.G. Yaşlılığın ve yaşamın anlamı üzerine niteliksel bir araştırma. II. Ulusal Yaşlılık Kongresi. Bildiriler Kitabı. 9-12 Nisan 2003, Denizli.
3. Potter, S.M. The meaning of life. <http://www. http://www.ibiblio.org/jstrout/> 27. 9. 2007.
4. Gox, H.G. Later life:The realities of aging. Prentice Hall, New Jersey. 1993.
5. Goldsmith, E.B. Resource management for individuals and families. Wadsworth, Thomson Learning Inc., USA. 2000.
6. Rice, A.S. Tucker SM. 1986. Family life management. Mcmillan Pub. Comp., New York. 1986.
7. FAO. Rural households and resource allocation for development: an ecosystem perspective. In: Enberg LE (eds). Food and Agriculture Organization of the United Nations. Rome 1990.
8. McGregor, S.L. Goldsmith, E.B. Expanding our understanding of quality of life, standard of living and well-being. Journal of Family and Consumer Sciences. 1998; 90(2).
9. Andrews, F.M. Withey, S.B. Social indicators of well-being American's perceptions of life quality. Plenum Press, New York. 1976.
10. Campbell, A. Converse, P.E. Rodgers, W.L. The quality of American life: Perceptions, evaluations and satisfactions. Russell Sage Foundation, New York. 1976.
11. Moum, T. The role of values and life goals in quality of life. Quality of Life:Problems of Assessment and Measurement. Socio-Ekonomik Studies:5. 1981; Unesco.
12. Diener E. Recent Findings on subjective well-being. <http://www.psych.uiuc.edu>. 04.12.2003.
13. Diener, E, Diener, R.B. New Directions in subjective well-being research: The cutting edge. <http://www.s.psych.uiuc.edu>. 04.12.2003.
14. Zhang, A.Y. Yu, L.C. Life satisfaction among Chinese elderly in Being. Journal of Cross- Cultural Gerontology. 1998;13(2):109- 125.
15. Gönen, E. Özmete, E. Olgun gençlik ve yaşam tatmini. II. Ulusal Yaşlılık Kongresi Bildiriler Kitabı. 9-12 Nisan 2003, Denizli.

16. Raphael, D. Quality of life. In: Renwick R, Brown I, Nagler M (eds). Quality of Life in Health Promotion and Rehabilitation. London. 1996.
17. Heylighen, F. 2003. What is the meaning of life? <http://www.pespmc1.vub.ac.be>. 04.12.2003.
18. Kırcaali- İftar, G. Bilim ve araştırma. In: Bir AA(ed). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları No:1081. 1999.
19. Uzuner, Y. Niteliksel araştırma yaklaşımı. In: Bir AA (ed). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları No:1081. 1999.
20. Anonim, 2002. Yaşlı Sağlığı. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü. Ankara.
21. Garman, E.T. Fogue, R.E. Personal Finance. Houghton Mifflin Comp. Boston 1994.
22. Tufan, İ. Yaşlılık ve yaşlanmak: Yaşlanmanın sosyolojisi. Anahtar Kitaplar Yayınevi 2003.
23. Gönen, E. Özmete, E. Yaşlılar için evin anlamı. III. Ulusal Yaşlılık Kongresi Bildiriler Kitabı. 16-19 Kasım 2005, İzmir.
24. Gurney, C. Means, R. The meaning of home in later life. In: Arber S, Avandrov M (eds), Ageing, Independence and the Lifge Course. Jessica Kingsley Pub. London 1993.
25. Telatar, T.G. Özcebe, H. Yaşlı nüfus ve yaşam kalitesinin yükseltilmesi. Türk Geriatri Dergisi. 2004; 7(3): 162-165.
26. Gönen, E. Özmete, E. Yaşam kalitesi, yaşam standardı ve refah kavramlarına yaklaşımlar. Verimlilik Dergisi. 1999; 4.
27. Wan, T. Odell, G. Lewis, D.T. Promoting the well-being of the elderly: A community diagnosis. The Haworth Press, New York 1982.