



Araştırma

2023; 32(2): 261-268

YAŞLI PERSPEKTİFİNDEN YAŞLILIK ALGISI: BİR METAFOR ÇALIŞMASI
PERCEPTION OF AGING FROM THE ELDERLY PERSPECTIVE: A METAPHOR STUDY

Münire TEMEL¹, Filiz DİLEK², Zeynep TOSUN³

¹Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Sosyal Hizmet ve Danışmanlık Bölümü, Tekirdağ

²Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Yaşlı Bakımı Bölümü, Tekirdağ

³Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Tekirdağ

ÖZ

Başarılı yaşlanmayı doğrudan etkileyen yaşlılık algısı sosyoekonomik, kültürel özelliklere göre farklılık gösterebilir. Bu çalışma ile yaşlı bireylerin "yaşlılık" kavramına ilişkin algılarının metaforlar aracılığıyla ortaya konması amaçlanmıştır. Bu araştırma nitel araştırma desenlerinden biri olan fenomenolojik desendir. Araştırmaya 65 yaş ve üzeri 206 birey dahil edilmiştir. Araştırmanın verileri sosyo-demografik bilgiler ve katılımcıların "Yaşlılık.....gibidir/benzer. Çünkü....." cümlesini tamamlamaları ile elde edilmiştir. Katılımcıların ürettikleri metaforlardan kategoriler oluşturulmuş ve destekleyici örneklerle sunulmuştur. Yaş ortalaması 70.11±6.28 olan katılımcılar yaşlılık algısına ilişkin 99 metafor oluşturmuşlardır. Bu metaforlar vasıtasıyla yaşlılık algısı için "geriye dönüşü olmayan zorlu süreç" (%45.6), "birikimin aktarıldığı süreç" (%23.3), "yeni deneyimler için fırsat süreci" (%12.6), "pozitif ve negatif yönleri ile değişim süreci" (%10.2), "tükenme ve yalnızlık süreci" (%8.3) olmak üzere beş kategori elde edilmiştir. Elde edilen kategoriler doğrultusunda; 65 yaş ve üstü bireylerin yarısının (%53.9) yaşlılığa olumsuz anlam yükledikleri saptanmıştır. Bu sonuç, yaşlılığa ilişkin algıları iyileştirmek için çalışmalar planlanmasının gerekliliğini göstermektedir.

ABSTRACT

The perception of aging which directly affects success fulaging may differ according to socioeconomic and cultural features. The aim of this study is to reveal the perceptions of elderly individuals about the concept of "aging" through metaphors. This research is in the phenomenological design, which is one of the qualitative research designs. The study included 206 individuals aged 65 and over. The research data were obtained with sociodemographic data and the participant's completion of the sentences "Aging is like/similar.....Because.....". Categories were created from the metaphors produced by the participants and presented with supporting examples. Participants with a mean age of 70.11±6.28 created 99 metaphors related to the perception of old aging. As a result of the analysis of the created metaphors "irreversible difficult process" (45.6%), "the process through which the accumulation is transferred" (23.3%), "opportunity process for new experiences" (12.6%), "process of change with its positive and negative aspects" (10.2%), "process of exhaustion and loneliness" (8.3%) five categories were obtained for the perception of aging. According to the obtained categories were determined half of the individuals (53.9%) aged 65 and over attribute negative meaning to aging. This result shows the necessity of planning studies to improve the perceptions of aging.

Anahtar kelimeler: Metafor, yaşlanma, yaşlı

Keywords: Metaphor, aging, olderadults

Makale Geliş Tarihi : 19.09.2022
Makale Kabul Tarihi: 05.04.2023

Sorumlu Yazar: Doç. Dr. Zeynep TOSUN, Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Namık Kemal Mah. Kampüs Cad. No: 1 Tekirdağ, ztosun@nku.edu.tr, 0000-0001-5441-4303
Telefon: 02822503107
Dr. Öğr. Üyesi Münire TEMEL,, muniretemel@nku.edu.tr,0000-0002-8099-6287
Dr. Öğr. Üyesi Filiz DİLEK, fdilek@nku.edu.tr, 0000-0002-0245-0713

GİRİŞ

Tüm dünyada yaşlı nüfusun artması ve yaşlı nüfus oranlarının tüm nüfus içindeki payının büyümesi ile birlikte yaşlı bireylerin sağlık, sosyal ve ekonomik gereksinimlerinin karşılanmasında zorluklar yaşanmakta; projeksiyonlarla yaşlı nüfustaki artışın devam edeceği öngörüldüğünden endişe giderek artmaktadır (1). Aktif ve sağlıklı yaşlanma süreci, yaşlı bireyin gereksinimlerin azaltılmasında etkili olduğundan, aktif yaşlanmayı ve yaşam kalitesini etkileyen faktörler araştırmaların konusu olmaya devam etmektedir (2,3). Aktif yaşlanmayı mümkün kılabilmek ve aktif yaşlanmanın önündeki engelleri kaldırabilmek için öncelikle kuşaktan kuşağa, toplumdaki topluma değişebilen yaşlılık algısının bilinmesi gerekir.

Teknoloji ve sağlık alanındaki ilerlemeler ile birlikte yaşam süresinin uzaması yaşlılık algısının değişmesine neden olmaktadır (4). Bireylerin içinde buldukları kültürel ortam ve geçmiş deneyimleri, yaş almaya yükledikleri anlamı ve onların yaşlılara karşı tutumlarını etkilemektedir (5). Literatür incelediğinde çoğunlukla gençlerin, sağlık eğitimi alan öğrencilerin ve sağlık çalışanlarının yaşlılığa karşı tutumlarının değerlendirildiği çalışmalara rastlanmaktadır (6-10). Yaşlı bireylerin yaşlanmayı nasıl algıladıkları, nelere değer verdikleri ve öncelikleri daha az araştırılmıştır (1). Oysaki yaşlı bireyin algısı iyileştirilmeden, diğerlerinin olumlu algı ve tutum geliştirmesi beklenmemelidir.

Bir diğer önemli konu, yaşlı bireylerin yaşlılığa karşı tutumlarının değerlendirildiği çalışmalar genellikle nicel çalışmalardan oluşmaktadır. Ancak çok boyutlu yaşlılık algısını derinlemesine anlamak ve analiz etmede nicel çalışmalardan çok niteliksel yaklaşımlar fırsat sağlar. Yaşlılığa ilişkin bakış açıları, ölüm anksiyetesi ve ölüm kavramına yükledikleri anlam, yaşlılıkta yalnızlık ve yönetimi gibi yaş alma sürecinde deneyimleyebilecekleri sorunlara yönelik yaşlı bireylerin görüşlerinin değerlendirildiği bazı nitel çalışmalara rastlanmıştır (1,11-15). Bu kavramların zaman içinde değişmesi de, nitel çalışmaların yaşlı bireylerle sürdürülmesini gerekli kılmaktadır. Nitel araştırmalarda veri sağlama yöntemlerinden biri olarak metaforların kullanılması özellikle çok boyutlu kavramların daha kolay anlaşılmasında tercih edilen bir yöntem olabilmektedir (16,17).

Metaforlar bilişsel süreçlerle dış dünyayı açıklamakta; insanların olayları, nesnelere, durumları, soyut ve karmaşık kavramları farklı benzetmeler kullanarak ifade etmeye çalıştıkları araçlar olarak tanımlanmaktadır (16). Diğer bir ifade ile metafor, bir şeyi başka bir şeye göre anlamlandırmak, deneyimlemektir. Barusch'ın da ifade ettiği gibi bir şeyin etkilerini betimlemek için metaforlara ihtiyacımız vardır (17). Çünkü metaforlar hayatımızdaki bir durumu daha vurgulu anlatmamıza yardımcı olmakla birlikte var olan duruma dikkat çekilmesini de sağlamaktadır (16). Metaforlar düşünme biçimimizi, düşünce ise davranış biçimimizi şekillendirmektedir (17). Yaşlıların yaşlılığa yükledikleri anlamı onların dilinden dinlemek; karşılaştıkları sorunları anlamak, yapılacak ileri çalışmaların planlanması ve elde edilen sonuçlar doğrultusunda yaşam kalitelerini arttıracak toplumsal uygulamaların belirlenmesi ve yaşlılık politikalarının şekillendirilmesi açısından önemlidir. Yaşlılığa ilişkin olumsuz algıların iyileştirilmesi aktif ve sağlıklı

yaşlanmanın önündeki engelleri büyük ölçüde ortadan kaldırarak, sağlık profesyonellerinin yaşlı ayrımcılığı, kırılabilirlikle mücadelesinin yanı sıra, sağlık hizmeti sunumunu kolaylaştıracaktır. Yaşlıların sağlık, sosyal ve ekonomik gereksinimlerinin azaltılması ile sağlık sistemi üzerindeki yükün de azaltılması ve hizmet kalitesinin artması mümkün olabilecektir (1). Bu nedenler doğrultusunda bu çalışmanın amacı; 65 yaş üstü bireylerin "yaşlılık" kavramına ilişkin algılarını metaforlar aracılığıyla ortaya çıkarmak olarak belirlenmiştir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Bu çalışma 65 yaş üstü bireylerin "yaşlılık" kavramına ilişkin algılarını ortaya çıkarmak amacıyla nitel araştırma deseni olan fenomenolojik (olgubilim) desende yürütülmüştür. Fenomenoloji, belirli bir fenomen veya kavramla ilgili algı, anlayış, bakış açısı ve duyguları ifade etmeyi sağlayan ve bireylerin bu fenomen veya kavramla ilgili deneyimlerini ortaya koyan bir nitel araştırma yöntemidir. Fenomenolojik araştırmalarda sosyal normlar veya tutumlar yerine, farkında olunan ancak derin ve ayrıntılı olarak bilinmeyen olgulara, belirli bir deneyime veya bir algı nesnesine odaklanılır. (18). Bu araştırmada konuyla ilgili güçlü ve zengin veriler toplamak için nitel veri toplama aracı olarak metaforlar kullanılmıştır. Metafor, bir kavramı benzer özelliklere sahip başka bir kavram ile ifade etmektir. Metaforlar karmaşık ve soyut fikirleri anlamak bir konuya veya kavrama ilişkin farklı bakış açılarının ortaya koymak için önemli bir güce sahiptir. Metafor çalışmalarında anlamı ortaya çıkarmak için benzetim, imgeleme, mecaz gibi çeşitli sözcükler kullanılır. Bir veya birkaç açık uçlu soru sorularak araştırılan konuya ilişkin metaforlar elde edilir (14,16,19).

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evreni Tekirdağ il merkezinde ikamet eden 65 yaş ve üzeri bireyler oluşturmuştur. Nitel araştırmalarda "amaçlı örneklem" yöntemi tercih edilmektedir. Bu araştırmada, amaçlı örnekleme yöntemlerinden 'kolay ulaşılabilir örnekleme' yöntemi kullanılmıştır. Literatürde metafor çalışmalarının 50-1000 arası katılımcı ile yapılabildiği görülmektedir (19). Nitel araştırmalar derin ve özellikli verilere ulaşmayı hedeflediğinden büyük sayıda örnekleme ihtiyaç duyulmaz ve bu nedenle örneklem hesabı yapılmaz. Veri toplama esnasında belli bir aşamadan sonra gözlem ve görüşmeler kendini tekrar etmeye başlayacağı için örneklem sayısı veri doygunluğuna ulaşılması ile belirlenir. Bu araştırmada 250 yaşlı bireye ulaşılmış ve veriler kendini tekrar etmeye başladığı için bu süreden sonra veri toplama aşaması sonlandırılmıştır (20).

Araştırmaya Alınma Kriterleri

Araştırmaya en az ilkokul mezunu, günlük yaşam aktivitelerinde bağımsız, okuma, anlama ve ifade etmede sorunu olmayan ve çalışmaya katılmaya gönüllü 65 yaş üstü bireyler dahil edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veriler 'Kişisel Bilgi Formu' ve 'Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu' ile toplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, kronik hastalık varlığı, birlikte yaşadığı kişiler gibi sosyo-demografik ve diğer kişisel özelliklerini içeren 8 sorudan oluşmaktadır.

Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu: Araştırmacılar

tarafından ilgili literatür incelenerek oluşturulmuştur. Yaşlı bireylerin yaşlılık kavramını bir imgeye benzeterek açıklamaları istenmiştir. Bu gerekçeyle “Yaşlılık.....gibidir/benzer. Çünkü.....” sorusu sorulmuştur.

Araştırma Prosedürü

Araştırma Mayıs-Ağustos 2022 tarihleri arasında yürütülmüştür. Veri toplama araçlarındaki sorular yüz yüze görüşme yöntemi ile yaşlılara yöneltilmiştir. Veriler ruh sağlığı hemşireliği alanında uzman olup, yaşlı sağlığı alanında çalışmalar yürüten araştırmacılar tarafından toplanmıştır. Veri toplama öncesi katılımcılara araştırmacılar tarafından bilgi verilmiş ve onamları alınmıştır. Kişisel bilgi formu doldurulduktan sonra yarı yapılandırılmış görüşme formundaki soruya geçmeden önce metaforun tanımı yapılmış ve bir örnek verilmiştir. Daha sonra katılımcılardan “Yaşlılığı bir imgeye benzetmeleri istenmiş ve formdaki soruyu cevaplaması istenmiştir. Bu aşamada yaşlı bireylere herhangi bir yönlendirme yapılmamıştır. Metaforlarını oluşturmaları için yaşlı bireylere 10 dakika süre verilmiştir.

Yaşlı bireylerden elde edilen 250 veri formu, sonrasında kontrol edilerek eksik olan 20 veri formu (sosyodemografik verileri eksik veya metaforu yazılmış ama gerekçesi yazılmamış) çalışma kapsamına alınmamıştır. Takiben oluşturulan metaforlar alfabetik sıra ile listelenmiş, listeleme aşamasında metafor olarak değerlendirilmeyen (yaşlılık çok kötüdür, çünkü geçmişte yaptıklarımızı yapamayız) veya metaforun gerekçesi açık olmayan ifadeler içeren (yaşlılık suda eriyen buz gibidir, çünkü buz suda erir) 24 veri formu olduğu saptanmış ve çalışma kapsamı dışında bırakılmıştır. Bu nedenle çalışma analizleri 206 katılımcıyı kapsamıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde betimsel analiz ve içerik analizi kullanılmıştır. Betimsel analizde, görüşme ve gözlem yoluyla toplanan verilerin düzenlenmiş ve yorumlanmış bir şekilde sunulması amaçlanır. Veriler mümkün olduğunca orijinal biçimde ve gerektiğinde katılımcıların doğrudan ifadelerine yer verilerek ‘betimsel’ bir yaklaşımla sunulur. İçerik analizinde ise katılımcılardan elde edilen verileri açıklayabilecek kavramlara ve ilişkilere ulaşmak amaçlanır. Betimsel analiz ile özetlenen ve yorumlanan veriler, içerik analizinde daha ayrıntılı incelenerek verilerden yeni kavramlar oluşturulur ve kavramlar arası ilişkiler açığa çıkarılır. Toplanan veriler kavram, kategori ve temalar ile açıklanır. İçerik analizinde birbirine benzeyen verileri, belirli kavramlar ve temalar çerçevesinde bir araya getirmek ve bunları okuyucunun anlayabileceği bir biçimde düzenlemek esastır (20). Bu araştırmada yaşlı bireylerin yaşlılığa yönelik algıları betimsel analiz ile tanımlanmış ve birbirleriyle kavramsal ilişkileri açısından içerik analizi ile değerlendirilmiştir.

Öncelikle metafor listesinde aynı kelimeyi içeren metaforlar tek bir örnek metafor altında toplanmıştır. Örneğin; çınar ağacı, köklü ağaç, söğüt ağacı ifadeleri ağaç metaforu olarak değerlendirilmiştir. Daha sonraki aşamada ise metaforlar konusu, kaynağı, konu ve kaynak ilişkisi yönünden gruplandırılarak kategoriler oluşturulmuştur. Kategorilerin altında katılımcıların doğrudan ifadelerine de yer verilmiştir (20). İçsel tutarlılığı sağlamak için Miles ve Huberman’ın önerdiği kodlayıcılar arası görüş birliği olarak ifade edilen benzerlik $\Delta = C \div (C$

+ δ) $\times 100$ formülü kullanılmıştır. Formülde, Δ : Güvenirlilik katsayısını, C : Üzerinde görüş birliği sağlanan konu/terim sayısını, δ : Üzerinde görüş birliği bulunmayan konu/terim sayısını ifade etmektedir. Kodlayıcılar arası görüş birliğinin en az %80 olması beklenmektedir (21). Araştırmacılar arasındaki görüş birliği %88 olarak belirlenmiştir. Ayrıca metaforlardan üretilen kategoriler nitel çalışmada deneyimli ve yaşlı bireylerle çalışan üç uzmana sunularak görüşleri alınmıştır. Görüş farklılıklarının olduğu alanlarda çoğunluğun görüşü esas alınmıştır. Nicel verilerin analizi için SPSS-21 istatistik programından, nitel verilerin analizi için MAXQDA nitel veri analizi programından yararlanılmıştır.

Etik

Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ndan 26.04.2022 tarih ve 2022.72.04.22 sayılı karar ile izin alınmıştır. Katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmış olup, araştırma süresince Helsinki Deklarasyonu İlkelerine bağlı kalmıştır.

BULGULAR

Bulgular kısmı iki bölüm halinde sunulmuştur. İlk bölümde katılımcıların tanımlayıcı özellikleri yer almaktadır. İkinci bölümde metaforlardan yola çıkarak oluşturulan kavramsal kategoriler örnek ifadeler ile desteklenerek sunulmuştur.

Katılımcıların Tanımlayıcı Özellikleri

Yaş ortalaması 70.11 \pm 6.28 (65-96) olan katılımcıların % 53.9’u kadındır. Katılımcıların diğer tanıtıcı özellikleri Tablo I’de sunulmuştur.

Katılımcıların Tarafından “Yaşlılık” Algısı ile İlgili Üretilen Metaforlar

Çalışmada katılımcılar tarafından “Yaşlılık” algısına yönelik 99 geçerli metafor üretildiği görülmüştür. Katılımcılar tarafından hem kelime (kış, kitap, ağaç v.b) hem de kelime grubu (dağa tırmanmak, kum saati v.b.) olarak metaforlar üretilmiştir. Yaşlı bireyler tarafından en sık ağaç, çiçek, çocuk, kitap metaforları kullanılmıştır. Şekil I’de katılımcıların ürettiği metaforlar kelime bulutu olarak sunulmaktadır.

Yaşlı bireylerin ifade ettiği metaforlardan “Geriye dönüşü olmayan zorlu süreç olarak yaşlılık”, “Birikimin aktarıldığı süreç olarak yaşlılık”, “Yeni deneyimler için fırsat süreci olarak yaşlılık”, “Pozitif ve negatif yönleriyle değişim süreci olarak yaşlılık”, “Tükenme ve yalnızlık süreci olarak yaşlılık” olarak 5 kategori oluşturulmuştur. Oluşturulan kategorilerin %53.9’u olumsuz (1. ve 5. kategori), %10.2’si ne olumlu ne olumsuz (4. kategori), % 35.9’u (2. ve 3. kategori) olumlu anlam içermektedir. Katılımcıların ürettiği bazı metaforlar farklı anlamlarda da kullanılmıştır. Bu durumda aynı metaforlar birden fazla kategoride değerlendirilmiştir. Tablo II’de katılımcıların yaşlılık ile ilgili ürettiği metaforlar ve metaforlardan oluşturulan kavramsal kategoriler yer almaktadır.

1. Geriye Dönüşü Olmayan Zorlu Süreç Olarak Yaşlılık

Katılımcıların yaklaşık yarısı (%45.6) yaşlılığı geri dönüşü olmayan zorlukların yaşandığı bir süreç olarak görmüş ve yaşlılığa kaçınılmaz son, mücadele, güçsüzlük ve bakım ihtiyacı gibi olumsuz anlamlar yüklemiştir. 94 katılımcının metaforunu içeren bu kategoride yaşlı bireyler metaforları ve gerekçelerini şöyle açıklamıştır; “Yaşlılık pil gibidir/benzer. Çünkü zamanı geldiğinde biter.” (E, 70 yaş).

"Yaşlılık ağaç gibidir/benzer. Çünkü yaşlandıkça solar yaprakların, dalların kurur ve çürümeye başlarsın. Sessiz sedasız hangi baltanın seni keseceğini düşünürsün." (K, 85 yaş).

"Yaşlılık menekşe gibidir/benzer. Çünkü bakımsız kaldığı gün solar ve toparlanması zaman alır (K, 65 yaş). "Yaşlılık bebek gibidir/benzer. Çünkü başkasının bakımına muhtaç kalırsın (K, 81 yaş).

"Yaşlılık kurşun kalem gibidir/benzer. Çünkü sonlara yaklaşırken yazmak zorlaşır. Yaşlılıkta da sona yaklaştıkça hareket kısıtlanır, zor olur." (K, 75 yaş).

"Yaşlılık yol gibidir/benzer. Çünkü uzun ve zordur." (E, 65 yaş)

"Yaşlılık eğitim gibidir/benzer. Çünkü sınavlarla doludur." (E, 65 yaş).

"Yaşlılık kış gibidir/benzer. Çünkü soğuk geldi mi bitmek bilmez." (E, 80 yaş).

Örneklerden çalışmaya katılan yaşlı bireylerin yaşlılığı çoğunlukla istenmeyen ama yaşanmak zorunda olunan olumsuz bir durum olarak algıladığı anlaşılmaktadır.

2. Birikimin Aktarıldığı Süreç Olarak Yaşlılık

Katılımcıların ürettiği metaforların 48'i (%23.3) yaşlılığı bilginin, birikimlerin, deneyimlerin bir sonraki nesillere aktarıldığı bir dönem olarak tanımlamıştır. Bu kategori altında üretilen metaforlar yaşlılığın olumlu yönlerini vurgulamaktadır. Örneğin;

"Yaşlılık yumak gibidir/benzer. Çünkü yaşlandıkça bilgi ve tecrübelerin çoğalır." (K, 68 yaş)

"Yaşlılık ay gibidir/benzer. Çünkü ışık yansır" (K, 65 yaş)

"Yaşlılık kitap gibidir/benzer. Çünkü bilgi ve birikimi ile ders verir." (E, 65 yaş).

"Yaşlılık tecrübe gibidir/benzer. Çünkü herşeyi görmüş, bilmiş ve yaşamışsındır." (E, 66 yaş).

"Yaşlılık kumaş gibidir/benzer. Çünkü işledikçe güzelleşir" (K, 68, yaş).

"Yaşlılık kitap gibidir/benzer. Çünkü her sayfada bir hatıra vardır" (E, 65, yaş).

"Yaşlılık çınar ağacı gibidir/benzer. Çünkü gölgesi altında herkesi toplar." (E, 65 yaş).

"Yaşlılık dağ gibidir/benzer. Çünkü nereye gitseniz arkamızdadır." (K, 65 yaş).

"Yaşlılık ağaç gibidir/benzer. Çünkü yaş aldıkça köklenirsin geniş bir ailen ve sevdiğilerin olur." (E, 67 yaş).

Bu kategoride yer alan katılımcı ifadelerine göre yaşlılık; çocukluktan itibaren yaşanan deneyimler sonucu bilgi ve beceri bakımından gelişmeyi, olgunlaşmayı ve bu sayede genç kuşaklara destek olmayı ifade etmektedir. Bu yönüyle yaşlı bireylerin yaşlılığı kabul edilen ve istenilen bir süreç olarak görüldüğü anlaşılmaktadır.

3.Yeni Deneyimler İçin Fırsat Süreci Olarak Yaşlılık

Bu temada katılımcıların 26'sı (%12.6) yaşlılığa olumlu bir anlam yüklemişlerdir. Yaşlılığı yeni başlangıçlar ve kişinin kendine vakit ayırabilmesi adına bir fırsat olarak ele almaktadır. Örneğin;

"Yaşlılık tekne gibidir/benzer. Çünkü durmadan gider, önümüze yeni seçenekler çıkarır." (K, 88 yaş).

"Yaşlılık bahar gibidir/benzer. Çünkü yeniden çiçekler açar." (K, 70 yaş).

"Yaşlılık ödül gibidir/benzer. Çünkü Allah'a giderek yaklaşırsınız. İbadetlerimi yaparız." (K, 73 yaş).

"Yaşlılık minder gibidir/benzer. Çünkü rahattır" (E, 83 yaş).

Örnek ifadeler incelendiğinde bazı yaşlı

bireylerinyaşlılığı gençlik zamanlarında hayatın koşturmacasında zaman bulunamayan istekler için bir telafi süreci olarak gördükleri düşünülebilir.

4. Pozitif ve Negatif Yönleri ile Yaşlılık

Katılımcıların 21'i (%10.2) ürettikleri bu metaforlar ile yaşlılığı olumlu ve olumsuz yönleriyle birlikte ifade etmiştir. Örneğin;

"Yaşlılık kurumuş ve üstünde yosunlar oluşmuş bir ağaç gibidir/benzer. Çünkü seneler zihinsel ve fiziksel olarak bir şeyleri senden götürür. Fakat oluşan yosunlar çevresine oksijen vermeye; destek ve yol gösterici olmaya başlar." (K, 65 yaş)

"Yaşlılık dolunay gibidir/benzer. Çünkü bir tarafı aydınlık bir tarafı karanlıktır." (E, 75 yaş).

"Yaşlılık çiçek gibidir/benzer. Çünkü yazın açar, kışın solar." (K, 65 yaş).

"Yaşlılık deniz gibidir/benzer. Çünkü zaman zaman durgun, zaman zaman hırçındır." (E, 82 yaş).

Bu kategorideki katılımcı ifadeleri bazı yaşlı bireylerin yaşlılığı tek yönlü bir kavram olarak görmediklerine işaret etmektedir. Buna göre yaşlılık hem avantajları hem de dezavantajları bulunan ve bu şekilde kabul edilmesi gereken bir süreçtir.

5. Tükenme ve Yalnızlık Süreci Olarak Yaşlılık

Bu temada katılımcıların 17'sinin (%8.3) yaşlılığa olumsuz bir anlam yüklediği ve yaşlılığı yalnızlaşma ve tükenme dönemi olarak gördüğü anlaşılmıştır. Bu kategoriye örnek olarak;

"Yaşlılık merdiven gibidir/benzer. Çünkü çıktıkça yorulursun." (E, 72 yaş).

"Yaşlılık yürümek gibidir/benzer. Çünkü yol aldıkça yorgunluk artar." (K, 68 yaş).

"Yaşlılık bir yaprak gibidir/benzer. Çünkü dalından düştükten sonra çürümeye mahkûmdur," (E, 86 yaş).

"Yaşlılık defter gibidir/benzer. Çünkü doldurulur doldurulur bir kenara atılır," (E, 81 yaş).

Katılımcı ifadelerinden de anlaşıldığı üzere yaşlı bireylerin bir kısmı yaşlılığı; yaşanmışlıkların verdiği yükler ve kendisine ihtiyaç kalmaması gibi düşüncelerle hayat yorgunluğu ve yalnızlaşmayla ilişkilendirmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu nitel çalışma ile yaşlı perspektifinden yaşlılık algısını detaylı olarak ele almaya çalıştık. Yaşlı bireylerin yaşlılığı tek kelime ile ifade etmesini istediğimiz çalışmada 206 yaşlı birey tarafından 99 farklı metafor üretilmiştir. Metaforlar bir şeyi başka bir şeye benzeterek daha iyi vurgulamamıza neden olmaktadır (16,17).

Yaşlılık algısına ilişkin fazla sayıda metafor üretilmesi, yaşlılığın çok boyutlu yapısının göstergesi olarak düşünülebilir. Tek başına "yaşlılık" algısının farklı bir duruma benzetilmesinin istenmesi kişinin o konu hakkındaki algısının olumlu ya da olumsuz olması hakkında bize net bilgi vermeyecektir. Burada belirleyici olan, katılımcıların benzetme sonrası yaptığı açıklama ile oluşturdukları metafora yükledikleri anlamdır (16,17).

Üretilen metaforlar kavramsal olarak beş ayrı grupta kategorize edilmiştir. Ağaç, çocuk, meyve gibi bazı metaforlar yaşlı bireyin açıklaması doğrultusunda kimi zaman farklı kategorilerde yer almıştır. "Geriye dönüşü olmayan zorlu süreç", "birikimin aktarıldığı süreç", "yeni deneyimler için fırsat süreci", "pozitif ve negatif yönleriyle değişim süreci", "tükenme ve yalnızlık süreci" olarak adlandırılan bu kategorilerin analizi yapıldığında

yaşlı bireylerin yarısından fazlasının (%53.9) tamamen olumsuz algıya sahip olduğu, %35.9'unun ise yaşlılığa olumlu anlam yükledikleri ortaya konmuştur.

Yılmaz ve arkadaşları hemşirelik öğrencilerinin yaşlılık algısını değerlendirdikleri çalışmalarında; hikayenin sonu olarak yaşlanma; bakım ihtiyacı olarak yaşlanma, yeni başlangıç olarak yaşlanma ve yaşam kaynağı olarak yaşlanma olmak üzere 4 tema belirlenmiştir. Yaşlılık ile ilgili ortaya çıkan temaların araştırmamızdaki kategoriler ile oldukça benzer olduğu, her iki araştırmada katılımcıların yaşlılığın olumlu ve olumsuz yönlerine atıfta bulunduğu anlaşılmaktadır (7).

Yaş alma ile meydana gelen fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimler, yaşlı bireylerin yaşlılık ile ilgili ürettikleri metaforlara olumsuz anlam yüklemelerine neden olabilir. Daha olumlu yaşlılık algısı, daha iyi kişisel sağlık, daha az obezite, günlük yaşam aktivitelerinde daha iyi performans, daha az depresyon ve daha iyi bilişsel işlevsellik ile ilişkilendirilmiştir (22).

Ancak yaşlılık algısı kültürden kültüre değişen çok boyutlu bir kavramdır. Olumlu yaşlılık algısı bazı kültürlerde biyomedikal değişkenlere daha fazla bağımlıyken, bazı kültürlerde hastalık, sakatlık gibi durumlara rağmen yaşlı birey olumlu yaşlılık algısına sahip olabilmekte, başarılı bir yaşlanma süreci yaşadığını düşünebilmektedir (23). Demir ve Sağlık tarafından yaşlıların yaşlanmaya ilişkin görüşlerinin değerlendirildiği çalışmada maddi ve manevi değerler biriktiren bireylerin yaşlılığı acizlik ve muhtaçlıktan ziyade tecrübe, bilgi olarak tanımladığı belirtilmiştir (13). Batı toplumlarında sağlıklı olmak önemliyken, doğu toplumlarında sağlıklı olmak olumlu yaşlılık algısında daha az etkili olabilir (24). Literatürde aynı coğrafi bölgede yaşayan farklı kültürlerde yürütülen yaşlılık algısı araştırmaları ile karşılaşılmaktadır.

Hollanda'da yürütülen Türk göçmenler, Faslı göçmenler ve yerlilerin karşılaştırıldığı çalışmada, göçmenlerin Hollandalılara göre daha olumsuz yaşlılık algısına sahip olduğu belirtilmiş, yaşlanma algıları ile sağlık durumu arasındaki ilişkiye vurgu yapılmıştır (25). Yine de Türk göçmenlerin yaşlılık algılarının sağlık durumlarının gerektirdiği kadar olumsuz olmaması, kültürel fark ile, özellikle dini inançların etkisi ile açıklanmaya çalışılmıştır. Müslüman kültürlerde, aile bağlarının daha güçlü olması, yaşlı büyüklerin bakım sorumluluğunun daha fazla üstlenilmesi ve yaşlı insanların sosyal hiyerarşide en çok değer verilen ve saygı duyulanlar olması, yaşlanma ve ölüme karşı kaderci yaklaşımın olumlu yaşlılık algısına katkı verdiği düşünülmüştür. Bu kaderci yaklaşım diğer yandan sağlıklı yaşlanmanın önündeki bir engel gibi de düşünülebilir. Elbette çevresel ve ekonomik faktörler, sağlık politikaları, önleyici sağlık hizmetleri, sağlıklı gıdaya erişim, sağlık okuryazarlığı sağlıklı yaşlanmayı etkilemektedir. Ancak bazı toplumlarda hastalıkların yaşlılık sürecinde engellenemeyeceği inancı nedeniyle de sağlıklı yaşam biçimi davranışları yeterince benimsenemeyebilir. Yapılan bir nitel çalışmada kırılabilirlik, yaşlanmanın doğal sonucu olarak tanımlanmıştır (26).

Kronolojik ve biyolojik yaşlar birbiriyle ilişkili olsa da, aynı yaştaki bireyler her zaman aynı düzeyde sağlık ve işlevsel kapasiteye sahip değildir. Türk yaşlılarının fiziksel ve bilişsel sağlıklarının daha kötü olduğu, kırılabilirliğin daha yaygın olduğu çeşitli karşılaştırmalı çalışmalar

da ortaya konmuştur (25,27,28). Çalışmamızda da katılımcıların %57.8'i en az bir kronik hastalığa sahipti. Hastalıkların olumsuz yaşlılık algısı ile ilişkisi çeşitli araştırmalarda ortaya konmuştur (22,29).

Hollanda'da yaşayan Türk göçmenlerin yaşlılık algısının değerlendirildiği 680 katılımcının yer aldığı bir diğer çalışmada kadın olmak, bekar olmak, düşük eğitim düzeyine sahip olmak ve kronik hastalık sayısı iyi oluş ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca, yaşlanmaya ilişkin olumsuz algılar iyi oluş ile olumsuz, yaşlanmaya ilişkin olumlu algılar ise iyi oluş ile pozitif ilişkili bulunmuştur (29).

Yaş ortalaması 74 olan 561 yaşlı bireyin dahil edildiği bir çalışmada elde edilen sonuçlar, yaşlılarda sağlıklı yaşlanmayı iyileştirmeye yönelik çabaların başarılı yaşlanma algısını da geliştirebileceğini göstermektedir (24). Yaşlanma algısı ile sağlık durumu arasında çift yönlü bir ilişkiden söz edilebilir. Olumsuz yaşlılık algısı kötü sağlık durumuna neden olabileceği gibi, kötü sağlık durumunun olumsuz yaşlılık algısını da oluşturabileceği düşünülebilir.

Yaşlılık algısı kişinin yaşlanma süreciyle ilgili tutumlarını etkiler. Yılmaz ve arkadaşları çalışmalarında hemşirelik öğrencilerinin yaşlılıkla ilgili genellikle olumsuz metaforlar ürettiklerini, fakat yaşlı bireylere olumlu tutum sergilediklerini belirtmiştir (7). Bu durum kültürel birikimimiz ve deneyimlerimizle, bilgi ve davranışlarımız arasında örtüşmeyen yönler olduğunu düşündürmektedir.

Wolff ve arkadaşları, yürüttükleri randomize kontrollü çalışmada yaşlanma algısını iyileştirmenin fiziksel aktiviteyi artırdığını göstermiştir. Olumlu yaşlılık algısı oluşturma için yaşlı yetişkinler için fiziksel aktiviteyi artırmada umut verici bir müdahale tekniği olduğu belirtilmiştir (30).

Bu çalışmada 65 yaş ve üstü bireylerin yaşlılık algıları incelenmiştir. Çalışma geriatri alanında çalışanların yaşlı bireylere bakım verirken dikkate alması gereken veriler sunmaktadır. Yaşlı bireylerin yarısından fazlasında yaşlılık algısı olumsuzdur. Olumsuz bakış açısı yaşlı bireylerin hayattan zevk alma, bağımsız yaşama, umuda sahip olma, yeni deneyimlere açık olma gibi aktif yaşlanma süreçlerine olumsuz yansiyabilir. Yaşlılık algısı kişinin yaşlanma süreciyle ilgili tutumlarını etkiler, fiziksel sağlık ve uzun ömür ile bağlantılıdır.

Yaşlı bireylerin tutum ve davranışlarında yaşlılığa ve kendilerine bakış açılarının etkisi muhakkaktır. Kullanıcılar sözcüklerin ardında başka anlamların saklı olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Bu nedenle yaşlı bireylerle çalışırken kendi kullandığımız kelimelere dikkat etmek ve olumsuz manaya gelebilecek ifadeler kullanmamak, yaşlı bireylerin ihtiyaçlarını anlamak, duygu ve düşüncelerini ifade etmelerine fırsat tanımak ve bu doğrultuda geri bildirim vermek önemlidir.

Yaşlı bireylerin farklı yaşlılık algıları olabileceği görülmüştür. Bu durum sosyo-demografik özellikleri ile ilgili olabileceği gibi yaşlıların sağlık durumu, deneyimleri, kültürel özellikleri ve sosyal destekleri gibi diğer faktörlerle de ilgili olabilir. Bu bağlamda; 65 yaş üstü bireylerin yaşlılığa bakışlarının bu faktörlerle birlikte değerlendirildiği nicel çalışmalar ile yaşlılığa yönelik düşüncelerini sorgulayan derinlemesine görüşmelere dayalı nitel çalışmalar yapılması önerilmektedir. Başarılı yaşlanmanın eşlik edenlerini ve öngörülerini araştırmak teorik

ve pratik öneme sahiptir.

Çıkar Çatışması

Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır. Çalışmayı destekleyen herhangi bir finans kaynağı bulunmamaktadır.

Teşekkür

Çalışmaya katılan tüm yaşlılarımıza teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

1. Savage RD, Hardacre K, Bashi AM, et al. Perspectives on ageing: a qualitative study of the expectations, priorities, needs and values of older people from two Canadian provinces. *Age Ageing* 2021;50(5):1811-1819.
2. Wongsala M, Anbäcken EM, Rosendahl S. Active ageing - perspectives on health, participation, and security among older adults in North eastern Thailand - a qualitative study. *BMC Geriatr* 2021;21(1):41.
3. de Oliveira LDSSCB, Souza EC, Rodrigues RAS, Fett CA, Piva AB. The effects of physical activity on anxiety, depression, and quality of life in elderly people living in the community. *Trends Psychiatry Psychother* 2019;41(1):36-42.
4. Duru Asiret G, Turten Kaymaz T, Ozturk Copur E, Akyar I. Ageis mattitude to wards elderly: Young perspective. *Int J Caring Sci* 2017;10(2):819-827.
5. Freund AM, Hennecke M, Brandstätter V, et al. Motivation and Healthy Aging: A Heuristic Model. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 2021;76(Suppl 2):S97-S104.
6. Podhorecka M, Pyszora A, Woźniewicz A, Husejko J, Kędziora-Kornatowska K. Empathy as a Factor Conditioning Attitudes to wards the Elderly among Physiotherapists-Results from Poland. *Int J Environ Res Public Health* 2022;19(7):3994.
7. Bahadır Yılmaz E, Yüksel A. An exploratory metaphor analysis on the perceptions of nursing students about the concept of aging. *Magyar Gerontológia* 2021;13(40):30-42.
8. Salin S, Hautsalo K, Vänni K, Seitsamo S, Yli-Koivisto L. Finnish nurse students' attitudes to ward solder adults and the teaching of gerontological nursing-A survey study [published online ahead of print, 2020 Feb 19]. *Nurse Educ Today* 2020;88:104379.
9. Fernandes CS, Afonso A, Couto G. Nursing students' attitudes to ward older people. *Geriatr Gerontol Aging* 2018;12(3):166-171.
10. Urbanova P, Buzgova R. Evaluation of attitudes to wards older ageamon golder adults in an institutional facility. *Cent Eur J Nurs Midwifery* 2017;8(1):565-571.
11. Kisvetrová H, Mandysová P, Tomanová J, Steven A. Dignity and attitudes to aging: A cross-sectional study of older adults. *Nurs Ethics* 2022;29(2):413-424.
12. Rashid A, Ong EK, Wong ESY. The attitude to wards age in gamong residents of an elderly care institution in Penang Malaysia. *Int J Collab Res Intern Med Public Health* 2012;4(6):1069-1083.
13. Demir Ş, Sağlık S. Yaşlıların yaşlanmaya ilişkin bakış açılarının değerlendirilmesi üzerine nitel bir araştırma. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi* 2022;15(1):1-14.
14. Laguilles-Villafuerte S, de Guzman AB. Put your hands in mine: a metaphor analysis of family support in death anxiety and interment stres among Filipino older adults. *Educ Gerontol* 2021;47(4):180-191.
15. Kharicha K, Manthorpe J, Iliffe S, et al. Managing lone liness: a qualitative study of older people's views. *Aging Ment Health* 2021;25(7):1206-1213.
16. Apak E, Yılkan İ. Investigating the perceptions of university students about the sexuality in the elderly through metaphor analysis. *Turkish Journal of Social Work Research* 2020;4(3):64-72.
17. Barusch AS. The aging tsunami: time for a new metaphor?. *J Gerontol Soc Work* 2013;56(3):181-184.
18. Tekindal M, Uğuz Arsu Ş. Nitel araştırma yöntemi olarak fenomenolojik yaklaşımın kapsamı ve sürecine yönelik bir derleme. *Ufku Ötesi Bilim Dergisi* 2020;20(1):153-182.
19. Gezer M. The matic content analysis of studies using metaphors in social studies education. *Current Perspectives in Social Sciences* 2020;24(3):1513-1528.
20. Baltacı A, Nitel araştırma süreci: Nitel bir araştırma nasıl yapılır? *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (AEÜSBED)* 2019;5(2):368-388
21. Baltacı A. Miles-Huberman model in qualitative data analysis. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2017; 3(1):1-14.
22. Tully-Wilson C, Bojack R, Milliar PM, et al. Self-perceptions of aging: A systematic review of longitudinal studies. *Psychol Aging* 2021;36(7):773-789.
23. Shrira A, Carmel S, Tovel H, Raveis VH. Reciprocal relation ships between the will-to-live and successfulaging. *Aging Ment Health* 2019;23(10):1350-1357.
24. Kars Fertelli T, Deliktas T. A study on the relation ship between perceptions of successfulaging and life satisfaction of Turkish elderly people. *Perspect Psychiatr Care* 2020;56(2):386-392.
25. Nieboer AP, van den Broek T, Cramm JM. Positive and negative ageing perceptions account for health differences between older immigrant and native populations in the Netherlands. *BMC Geriatr* 2021;21(1):190.
26. Canbolat Seyman C, Sara Y. TheOpinions of Turkish Older Adults Related to Frailty: A Qualitative Study. *Orthop Nurs* 2021;40(6):375-382.
27. Franse CB, van Grieken A, Qin L, et al. Ethnic differences in frailty: a cross-sectional study of pooled data from community-dwellin golder persons in the Netherlands. *BMJ Open* 2018;8(8):e022241.
28. Parlevliet JL, Uysal-Bozkir O, Goudsmit M, et al. Prevalence of mild cognitive impairment and dementia in oldernon-western immigrants in the Netherlands: a cross-sectional study. *Int J Geriatr Psychiatry* 2016;31(9):1040-1049.
29. Cramm JM, Nieboer AP. Aging perceptions matter for the well-being of elderly Turkish migrants, especially among the chronically ill. *BMC Geriatr* 2018;18(1):229.

30. Wolff JK, Warner LM, Ziegelmann JP, Wurm S. What do targeting positive views on ageing add to a physical activity intervention in older adults? Results from a randomised controlled trial. *Psychol Health* 2014;29(8):915-932.

