



Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi (YSAD)  
Elderly Issues Research Journal (EIRJ)  
Cilt(Volume) 9, Aralık(December) 2016, Sayfa(Pages) 20-32  
ISSN 1308-5816  
<http://dergipark.ulakbim.gov.tr/yasad/>

## Yaşlılık Döneminde Vücut Formu Değişimlerine Bağlı Olarak Kadın Giyiminde Yaşanılan Sorunlar

**H. Fatma ŞENER\*<sup>1</sup> & Bahar MARABA\*\***

\*Gazi Üniversitesi, Sanat ve Tasarım Fakültesi, Moda Tasarımı Bölümü, ANKARA

\*\*İstanbul Gelişim Üniversitesi, Gelişim Meslek Yüksekokulu, Moda Tasarımı Bölümü,  
İSTANBUL

Geliş Tarihi: 30 Ağustos 2016

Kabul tarihi: 13 Kasım 2016

Yayın Tarihi: 01 Aralık 2016

Orijinal Araştırma Makalesi

### ÖZET

*Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2014 yılı verilerine göre; Türkiye'deki yaşlı nüfusun; genel nüfus ortalamasında yeri %8'dir. Bu oranın % 56.4'ünü kadın nüfusu oluşturmaktadır. Yaşlanma; bireylerin fiziksel durumunun yıllar içinde değişiklik göstermesidir. Yaşlılık evresinde vücut hücrelerinin kendini yenileyemeyecek durumu gelmesiyle birlikte organizmadaki faaliyetlerde azalmalar görülmektedir. Yaşlanma sürecinde, bireysel farklılıklar nedeniyle; kişilerde meydana gelen fiziksel değişimler, giyim tercihlerini oldukça yakından ilgilendirmektedir.*

*Yapılan araştırmalar incelendiğinde bireylerde yaşlanma sonucu oluşan farklılıkların; genetik özellikler, beslenme tercihleri, kemik erimesi, doğum ve menopoza sonrası hormonal değişimlere bağlı olduğu görülmektedir. Bunların sonucunda; vücudun belirli bölgelerinde yağlanmalar ve bölgesel sarkma sorunları, kas ve iskelet sisteminde oluşan bozulmalar, hormonal değişimlere bağlı olarak aşırı kilo (obezite) gibi problemler yaşanmaktadır. 65 yaş ve üzeri kadın giysileri incelendiğinde, tüketiciye sunulan seçeneklerin yetersiz olduğu görülmektedir. Bunlar giysilerin; yaşlılık döneminde vücut formlarındaki değişimin dikkate alınmadan hazırlanması (piyasada kullanılan kalıp sisteminin genel olarak ele alınması ve kalıp sistemin Türk kadın vücut tipine uygun olmaması), benzer modellerin sayıca çokluğu ve tasarımlarda genellikle koyu renklerin kullanılması olarak sıralanabilir.*

*Araştırma, 65 yaş ve üzeri kadınların, yaşlanma sürecinde ve sonrasında vücut formundaki bireysel farklılıklar ve değişimler sonucu giysilerde yaşadıkları sorunları araştırmak, giysi tercih ve beklentilerini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Tesadüfi yöntemle belirlenen örneklem grubunu; İstanbul ilinde bulunan alışveriş merkezlerinden giysi satın almayı tercih eden 65 yaş ve üzeri kadın tüketiciler oluşturmaktadır. Bu amaçla; örneklem grubundaki 110 kadın tüketiciye anket uygulanmıştır. Ön anket çalışması sonucu elde edilen bulgular doğrultusunda; anket sorularında düzenlemeler yapılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre; 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin hazır giysilerde; model özelliği, giysi-vücut uyumsuzluğu, renk skalası yetersizliği vb. sorunlar yaşamak oldukları tespit edilmiştir. Tespit edilen sorunlar ve beklentiler*

<sup>1</sup> Sorumlu Yazar İletişim: [hsener@gazi.edu.tr](mailto:hsener@gazi.edu.tr)

*doğrultusunda, hazır giyim üreticileri yaşlı grubu yeni bir pazar olarak değerlendirmeli ve giysilerde çeşitliliğe giderek, farklılıklar oluşturulmalıdır.*

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, giysi ergonomisi, giysi-vücut uyumu

## ABSTRACT

*According to National Statistics Institution (TUİK) in 2014; population of the older people in the country is %8. %56.4 of this %8 is women. Aging is a process in which a person's physical situation changes over the years. In old age, cells in the body cannot renew themselves and bodily functions slow down. As aging cause physical differences, preferences in clothing changes accordingly.*

*Researches show that the changes in physical appearances because of aging include genetics, diet, osteoclasia, pregnancy and hormonal changes after menopause. These conditions cause changes the amount of fat in certain parts of the body, changes muscle and bone mass and obesity after hormonal problems. In clothing industry for ages 65 and above, it is observed that the options presented to the consumer in general are inadequate. Clothes are created without considering body forms (pattern system in general is not compatible with the body types of Turkish women), models are too similar to each other and mostly dark color palettes were used.*

*This research focuses on problems of older women (aged 65 and above) which their body changed during and after aging. This study aims to determine their expectations and problems about clothing. The sample group which was chosen randomly consists of 110 women aged 65 and above who prefers to shop clothes from shops in shopping malls in Istanbul. After a preliminary survey, questions were updated to create a more reliable survey. Survey results show that women aged 65 and above have problems about models, clothing-body harmony and color palette. This problems and expectations should be taken into account and clothes should be designed accordingly.*

Key Words: Old age, cloth ergonomics, clothing-body harmony

*(Problems in women's clothing when body form changes during old age)*

## 1.GİRİŞ

Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2014 yılı verilerine göre; Türkiye'deki yaşlı nüfusun; genel nüfus ortalamasındaki yeri % 8'dir. Bu oranın % 56.4'ünü kadın nüfusu oluşturmaktadır. Yaşlanma sürecinde bireylerde fiziksel değişimler meydana gelmektedir. Fiziksel değişimler sonucu kişilerin benlik algıları da değişebilmekte ve bu durum beklentilerin değişmesine de yol açmaktadır. Fiziksel değişimler genellikle bireylerde farklı şekilde gerçekleşmektedir. Giysi tasarımcıları ve üreticileri tarafından bireysel farklılıklar ve beklentilerdeki değişim mutlaka dikkate alınmalıdır.

Hazır giyim sektöründe 65 yaş ve üzeri kadın giysileri incelendiğinde; tüketici ihtiyaçlarının yeterince karşılanmadığı gözlemlenmektedir. Giysilerin moda uygunluğu, modelin dış görünümü ve kullanılacağı yere uygun olmasının yanı sıra; fonksiyonel olması ve konfor özelliklerine sahip olması istenilmektedir. Giysi konforu; sadece fiziksel açıdan değil; aynı zamanda psikolojik açıdan da oldukça önem taşımaktadır.

Yapılan bu araştırma; 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin, yaşlılık döneminde vücut formu değişimlerine bağlı olarak kadın giyiminde yaşadıkları sorunları ve beklentilerini tespit ederek, çözüm önerisinde bulunmak amacıyla yapılmıştır.

### 1.1. Yaşlılık Kavramı

Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) bilimsel yaşlılık sınıflandırmasına göre; yaşlılık evresi üç kısımda incelenmektedir:

- 65-75 yaş arası erken yaşlılık evresi
- 75-85 yaş arası orta yaşlılık evresi
- 86 yaş ve ötesi ileri yaşlılık evresi (Tümerdem 2006).

*Kronolojik yaşlanma*; doğumdan itibaren insanın içinde bulunduğu zamana kadar geçen, yıllara bağlı yaşlanmadır. Sosyal gerontologlarca yapılan sınıflamaya göre, 65-74 arası genç-yaşlı, 75-84 yaş arası orta-yaşlı ve 85 yaş ve üstü ise yaşlı olarak kabul edilmektedir.

*Fizyolojik yaşlanma*, yapısal ve fonksiyonel değişimleri içermektedir. Bu değişimler arasında, aerobik kapasitenin düşmesi, hafıza kayıpları, vücut postürünün değişmesi, derinin elastikiyetini kaybetmesi, kırışıklıkların oluşması ve yaşla beraber yerine konulamayan hücre kayıpları bulunmaktadır (Soyuer & Soyuer 2008).

Yaşlanma; yaşın ilerlemesine bağlı olarak doku ve organlarda yaşlanmanın olması demektir (Yertutan 1991).

Yaşlılık; yaşam sürecinin kaçınılmaz bir evresidir. Yaşam döngüsü içinde normal bir süreç olarak kabul edilmek ile birlikte; yaşlanma sürecinde bireylerde bir takım değişimler yaşanmaktadır. Fiziksel değişim ve psikolojik değişim; bu konuda ele alınması gereken konulardır.

Yaşamın her alanında çok özel bir yere sahip olan giyim; 65 yaş ve üzeri kadınlar açısından ayrı bir önem taşımaktadır. Yaşlılık; yaşamın son dönemidir ve genellikle fiziksel bozulma ve gerileme ile dikkati çekmektedir (Çivitçi & Ağaç 2009).

### **1.2. Yaşlanma Sürecinde Vücut Formu Değişiklikleri**

Yaşlanma dönemi ve sonrası; bireylerde fiziksel değişimler yaşanmaktadır. Bu değişimler; genetik özellikler, yanlış beslenme, kemik erimesi (osteoporoz), doğum ve annelik, menopoz vb. faktörler olarak sıralanabilir.

Yaşanan tüm bu değişimlerin sonucunda kadın bedeninde;

- a) Bölgesel yağlanma problemleri,
- b) Bölgesel sarkma problemleri,
- c) Kas ve iskelet sisteminde yaşlanma ile birlikte oluşan değişimler,
- d) Hormonal sorunlar ve aşırı kilo problemleri (obezite) vb. gibi fiziksel farklılıklar oluşturmaktadır.

Fiziksel değişimlerin, kadın bedenini dış görünüm itibariyle şekillendirmesi, aynı zamanda psikolojik olarak da etkilemektedir. Kişinin kendi bedeni ile ilgili olumsuz kaygılar yaşaması ve sosyal çevre uyum problemi gibi psikolojik değişimler; 65 yaş ve üzeri kadınlarda giysi seçimini etkileyen faktörler arasında yer almaktadır.

### **1.3. Yaşlılık Döneminde Giyim**

İnsanlar yaşlılık döneminde anatomik, fizyolojik ve patolojik sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu dönemde, yaşlı bireylerin vücut yapıları ve ölçüleri değişebilmektedir. Kavrama gücü ve becerisinde azalma olmaktadır. Bu nedenle iki elin koordinasyonunu gerektiren faaliyetlerde güçlükler yaşanmaktadır. Gündelik yaşamın basit zorluklarından biri olan giyinip soyunmak, kendi kendine yetemeyen kişi için büyük bir güçlük haline gelebilmekte ve genellikle uzun zaman almaktadır. Bireylerin gündelik hayatta gerçekleştirme durumunda olduğu fiziksel hareketlerini kısıtlamayacak tasarımlar yapılmalıdır. Vücuttaki fiziksel değişimler nedeniyle giyimün önemi artmakta, vücuttaki değişmelere bağlı olarak ortaya çıkan sınırlamalar giyim tercihlerine de yansımaktadır. Yeni sosyal ilişkiler kurma, kendi imajını yaratma, fonksiyonel özellikler ve uygun model seçimi gibi faktörler, yaşlıların giysi tüketimine yönelik davranışlarını ve tercihlerini etkilemektedir (Çivitçi & Ağaç 2009).

65 yaş ve üzeri kadın giyimleri incelendiğinde; tüketiciye sunulan seçeneklerin oldukça kısıtlı olduğunu söylemek mümkündür. Renk skalasının yetersizliği (genellikle koyu renkli ürünlerin olması), giysi-beden uyumsuzluğu, büyük beden giysi üretiminin görece az olması, bireysel farklılıklara sahip yaşlı kadın tüketicilerin giysi alışverişinde yaşadığı sorunlar olarak sıralanabilir. Giysi kalıplarının beden serileme

işleminin yanlış yapılması, model özelliğini bozmakta ve giysi-vücut uyumsuzluğuna sebep olmaktadır. Bu nedenle bireysel farklılıkların sonucun yaşanan değişimler incelenmeli ve belirlenen özelliklere göre giysi tasarım ve serileri yapılmalıdır.

Renk skalasının kısıtlı olması; 65 yaş ve üzeri kadın tüketicileri belirli renkleri tercih etmek zorunda bırakmaktadır. Bu durum, giysilerdeki psikolojik rahatlık düzeyini de olumsuz etkilemektedir. 65 yaş ve üzeri kadın giysilerinde kişisel beğeni, sosyal çevre uyumu, mevsim, sosyo-ekonomik vb. faktörler ele alındığında daha çok seçeneğin sunulması gerekmektedir. Kumaş seçimi, renk unsuru, model özelliği ve dikiş tekniği gibi faktörleri dikkate alarak giysi tasarımı yapmak ve üretmek gerekmektedir.

Kumaşın vücuda uyumu kadar, kalıbın ve model özelliğinin de vücut ölçü ve formuna uyum sağlaması gerekmektedir. Kişinin fizyolojik rahatı; giysinin ergonomisine bağlıdır. Giysiler; hareket serbestliği sağlamalı, kişinin vücuduna uyumlu olmalı, sık ve estetik görünüme sahip olmalıdır. Giysi tasarımında 65 yaş ve üzeri kadınların vücut tipleri ve özelliklerinin araştırılarak, elde edilen verilerin kullanılması gerekmektedir.

Beden-giysi uyumunda bir diğer faktör de giysi için doğru kumaşın seçilmesidir. Kumaşlar, model özelliğini bozmayacak dokuda ve renkte olmalıdır. Aynı zamanda, vücut ve dış çevre koşulları arasındaki hava geçirgenliğini de sağlayabilmelidir. 65 yaş ve üzeri kadınlar için; vücuttaki hormonal değişimler de düşünülerek kumaşların ter emen, ciltte herhangi bir tahribata yol açmayan ve kullanım esnasında tüketiciyi psikolojik açıdan rahatsız etmeyecek olması gerekmektedir.

Giysinin ince dokulu ve hafif olması, kolay giyilip çıkarılabilir olması da tercih edilen özellikler arasındadır. Tüm bu özelliklere dikkat edilerek yapılan giysi tasarımlarında; giysi konforu önemli bir yer tutmaktadır. Özellikle yaşlanma sürecinde ve sonucunda fiziksel farklılık yaşayan kadın tüketicilere hitap eden giysilerin tasarımında; giysi ergonomisi ve konforunun dikkate alınması gerekmektedir.

#### **1.4. Giysi Konforu**

Giysi konforu; kişinin giysiyi kullanım sürecinde kendisini rahat hissetmesi anlamına gelmektedir. Gün boyunca giysi ile temas edildiği düşünüldüğünde; fiziksel olarak rahat hissettiren konforlu giysilerin tercih edildiği gözlemlenmektedir. Bu nedenle; tüketiciler tekstil ürünlerinin dış görünümü ile birlikte, konfor açısından da kaliteli olmasını istemektedirler.

Yaşam tarzını olumlu etkileyen, alerjik reaksiyonlara sebep olmayan, ısı-nem dengesini sağlayan ve vücuda uyumlu giysiler; kişilerin kendilerini psikolojik açıdan rahat hissetmesine yardımcı olmaktadır.

Giysi konforu daha detaylı incelendiğinde; duyuşsal konfor, termal konfor, psikolojik konfor ve fiziksel konfor olmak üzere dört ana başlık altında toplanmaktadır (Maraba 2014).

Duyuşsal konfor; kullanılan giysinin deride-tende bıraktığı his olarak değerlendirilmektedir. Giyside kullanılan kumaşın dokusu, yüzey yapısı, iplik türü, apresi gibi birçok etken, duyuşsal konforu oluşturmaktadır.

Duyuşsal konfor açısından yeterli özelliklere sahip bir giysinin; kişinin teninde olumlu bir his bırakması gerekmektedir. Ciltte tahrişe sebebiyet vermeyen; kaşıntı, alerjik reaksiyon vb. gibi olumsuz özellikler içermeyen kumaşlardan üretilen giysiler; duyuşsal konfor açısından olumlu ve yeterli olabilmektedir.

Termal konfor; giysinin, vücut ısısı ve dış çevre ısısı arasındaki sıcaklık-soğukluk dengesini iyi bir şekilde transfer edebilmesi, hava geçirgenliğine sahip olması, ciltte tahrişe sebep olmaması, ter emme, ısı tutma gibi özellikleri sağlayabilmesi olarak

tanımlanabilir. Bu nedenle; giyside kullanılacak kumaşın termal konfor açısından yeterli olması, giysi kullanımı ve giysi konforu açısından oldukça önem taşımaktadır. Özellikle yaşlanma süreci ve sonrasında yaşanan hormonal değişimlerin bireyde oluşturacağı vücut ısı değişiklikleri göz önünde bulundurulduğunda; giysinin termal konfor sağlaması en önemli faktörlerden biri olarak belirtilebilir.

Psikolojik konforun sağlanabilmesi için; ilk önce giysinin kişinin beğenisine hitap etmesi gerekmektedir. Tüketici; alışveriş esnasında giysinin rengi, modeli, modaya uygunluğu vb. gibi unsurları göz önünde bulundurarak, kendisi için uygun olan giysiyi satın almaya ihtiyaç duymaktadır.

Giysinin psikolojik konforu sağlayabilmesi için; aynı zamanda fiziksel konfor, duyuusal konfor ve termal konfor açısından da beklentileri karşılaması gerekir.

## 2.YÖNTEM

Bu çalışma 65 yaş ve üzeri kadınların, yaşlanma sürecinde ve sonrasında vücut formundaki bireysel farklılıklar ve değişimler sonucu giysilerde yaşadıkları sorunları araştırmak, giysi tercih ve beklentilerini tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Tesadüfi yöntemle belirlenen örneklem grubunu; İstanbul ilinde bulunan alışveriş merkezlerinden giysi satın almayı tercih eden 65 yaş ve üzeri kadın tüketiciler oluşturmaktadır. Bu amaçla; örneklem grubundaki 110 kadın tüketiciye anket uygulanmıştır. Araştırma kapsamında bulunan kadınların gönüllü katılımı sağlanmıştır. Ön test çalışması sonucu elde edilen bulgular doğrultusunda, anket sorularında düzenlemeler yapılmıştır. Survey yöntemi kullanılarak hazırlanan anket formunda toplam 13 adet soru bulunmaktadır.

Araştırma kapsamında bulunan kadınlardan elde edilen bulgular değerlendirilerek tablolar halinde sunulmuştur.

## 3.BULGULAR ve YORUMLAR

Bu bölümde, elde edilen veriler istatistiksel olarak çözümlenerek sonuçlar yorumlanmıştır.

**Tablo 1.** Araştırmaya katılan kadınların yaş, boy ve ağırlık durumu.

Yaş (Yıl)	Değişkenler						F	%
	F	%	Boy (cm)	F	%	Ağırlık (kg)		
≤ 65	43	40,0	≤ 150	18	16,0	≤ 60	10	9,0
66-70	32	30,0	151-165	52	46,0	61-75	28	26,0
71-75	25	20,0	166-180	32	30,0	76-90	32	29,0
76 ≥	10	10,0	181 ≥	8	8,0	91 ≥	40	36,0
<b>TOPLAM</b>	<b>110</b>	<b>100,0</b>		<b>110</b>	<b>100,0</b>		<b>110</b>	<b>100,0</b>

Tablo 1'e göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 40,0'nın 65 yaşında, % 46,0'sinin 151-165 cm boy aralığında, % 36,0'sinin ise 91 kg ve üzerinde olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 2.** Sosyal yaşamdaki memnuniyet duygusunun giysilerle ilgili olma durumu

Memnuniyet Durumu		
	F	%
Evet	65	59,0
Hayır	15	13,0
Kısmen	30	28,0
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100,0</b>

Tablo 2'ye göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 59'u sosyal yaşamlarındaki memnuniyet duygusunun giysilerle ilgili olduğunu, % 28'i 'kısmen' ilgili olduğunu, % 13'ü ise sosyal yaşamlarındaki memnuniyet duygusunun giysilerle ilgili olmadığını belirtmişlerdir.

**Tablo 3.** 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin tercih ettikleri kumaş türleri

Kumaş türleri	F	%
İpek	9	3,0
Kaşmir	12	3,5
Keten	60	18,0
Polyester	12	3,5
Pamuk	231	70,0
Naylon	0	0
Yün	6	2,0
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100,0</b>

Tablo 3'e göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 70'i pamuklu kumaşları, % 18'i keten kumaşları tercih ederken, sentetik kumaşlardan yapılmış giysileri tercih etmedikleri görülmektedir.

**Tablo 4.** Hazır giysilerin beklentileri karşılama durumu

Memnuniyet Durumu		
	F	%
Evet	8	7,0
Hayır	85	77,0
Kısmen	17	16,0
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100,0</b>

Tablo 4'e göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 77,0'si hazır giysilerin beklentilerini karşılamadığını, % 16'sı ise kısmen karşıladığını belirtmişlerdir.

**Tablo 5.** Giysilerdeki tadilat durumları

<b>Tadilat Yaptırma Durumu</b>		
	<b>F</b>	<b>%</b>
Evet	90	82,0
Hayır	15	13,0
Kısmen	5	5,0
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100,0</b>

Tablo 5'e göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 82'si satın aldıkları giysilerde tadilat yaptırdığını, % 5'i ise kısmen tadilat yaptırdıklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 6.** Giysilerde yapılan tadilatlar

<b>Tadilat Yaptırılan Kısımlar</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Kol-Paça boyu	40	36,0
Elbise-Bluz boyu	37	33,0
Omuz	13	12,0
Yaka	17	15,0
Hepsi	3	4,0
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100,0</b>

Tablo 6'ya göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 36'sı giysilerin kol ve paça boylarında tadilat yaptırdığını; % 33'ü elbise ve bluz boylarında tadilat yaptırdıklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 7.** Yaşlıların tercih ettikleri giysilerin özellikleri

<b>Giysi Özellikleri</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Hafif olmalı	48	15,0
Doğal elyaflardan yapılmış olmalı	60	18,0
Hava geçirme özelliği olmalı	45	13,5
Ter çekme özelliği olmalı	63	20,0
Fonksiyonel olmalı	60	18,0
Vücut formuna uygun olmalı	54	15,5
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100,0</b>

Tablo 7'ye göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 20'si tercih ettikleri giysilerin ter çekme özelliğine sahip olmasını, % 18'i doğal elyaftan yapılmış olmasını, % 15,5'i vücut formuna uygun olmasını ve % 15'i de hafif olmasını istediklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 8.** Yaşlıların satın aldıkları giysilerden beklentileri

<b>Memnuniyet hissi oluşturan giysilerin özellikleri</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Sosyal çevre tarafından beğenilmeli	15	4,5
Şık, rahat ve vücuda uyumlu olmalı	156	47,2
Marka ve kaliteli olmalı	24	7,2
Vücut kusurlarını kapatmalı	30	9,1
Bütçeye uygun olmalı	30	9,1
Farklı olmalı, ayrıcalıklı hissettirmeli	45	13,6
Tercih edilecek alternatiflerin sayısı daha fazla olmalı	18	5,5
Renkli olmalı	12	3,3
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100</b>

Tablo-8' e göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 47,2'si satın aldıkları giysilerden şık, rahat ve vücuda uyumlu olmasını, % 13,6'sı ise farklı olmasını ve ayrıcalıklı hissettirmesini, % 9,1'i de vücut kusurlarını kapatmasını belediklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 9.** Giysileri satın almada yaşanan sorunlar

<b>Giysileri satın alırken karşılaşılan sorunlar</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Dikkat çeken, farklı bir tasarım bulmakta zorlanıyorum	63	20,0
Bedenime uygun giysi bulamamaktayım	96	29,0
Giysilerin fiyatları çok yüksek	45	13,6
Alt ve üst beden uyumu sorunu yaşıyorum	102	31,0
Herhangi bir sorun yaşamıyorum	24	7,2
<b>TOPLAM</b>	<b>110</b>	<b>100</b>

Tablo 9'a göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 31'i giysileri satın almada alt ve üst beden uyumu sorunu yaşadıklarını, % 29'u bedenine uygun giysi bulamadığını, % 20'si dikkat çeken farklı bir tasarım bulmakta zorlandıklarını belirtmişlerdir.



**Tablo 10.** Giysilerin kullanımında yaşanan sorunlar

Giysileri kullanım sorunları	F	%
Giysilerin rahat olmaması	93	28,0
Giysilerin kullanışlı olmaması	48	14,5
Tadilat yaptırmak zorunda kalınması	96	29,0
Tadilat işlemi sonrasında, giysilerin model özelliklerinin bozulması	78	24,0
Sorun yaşamıyorum	15	4,5
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100</b>

Tablo 10'a göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 29'u tadilat yaptırmak zorunda kaldığını, % 28'i giysilerin rahat olmadığını, % 24'ü ise tadilat işlemi sonrasında giysilerin model özelliklerinin bozulduğunu belirtmişlerdir.

**Tablo 11.** Temin edilmede en çok sorun yaşanan giysi türleri

Giysi türü	F	%
Bluz	23	21,0
Gömlek	5	4,5
Kazak	5	4,5
Ceket	9	8,0
Yelek	3	3,0
Elbise	11	10,0
Etek	25	23,0
Pantolon	21	19,0
Manto vb. dış giyim ürünleri	8	7,0
<b>Toplam</b>	<b>110</b>	<b>100</b>

Tablo 11'e göre araştırmaya katılan 65 yaş ve üzeri kadın tüketicilerin % 23'ü etek bulmakta zorlandığını, % 21'i bluz bulmakta zorlandığını, % 19'u pantolon bulmakta zorlandığını, toplam % 9 oranı ile de gömlek ve kazak bulmakta zorlandıklarını belirtmişlerdir.

#### 4.SONUÇ VE ÖNERİLER

##### 4.1. Sonuçlar

Yapılan bu araştırma; yaşlılık döneminde vücut formu değişimlerine bağlı olarak kadın giyiminde yaşanan sorunları tespit etmek ve çözüm önerisi üretmek amacıyla planlanmış ve yürütülmüştür.

Yaşlılık; insan bünyesi için hayatın bir evresi olup; bu evre sırasında ve sonrasında kişilerde hem fizyolojik hem de psikolojik değişiklikler gözlemlenmektedir.

Giyim; kadınlar için oldukça önemli bir kavramdır. Yaşlanma evresi sırasında ve sonrasında yaşanan fizyolojik değişimler bedende farklılıklar oluşturmaktadır; bu durum aynı zamanda psikolojik olarak da kişileri etkilemektedir. Bu sebeple, değişen vücut formu kadınlarda giyim konusunda birtakım problemlere sebep olmaktadır.

Yaşlılık döneminde oluşan vücut formu değişimlerine bağlı olarak; giyimde yaşanan sorunlara çözüm üretmek amacıyla; yaşlılık kavramı ve tanımı, yaşlanma sürecinde kadınlarda görülen vücut formu değişiklikleri, yaşlılık döneminde giyim ve giysi konforu konuları detaylı bir şekilde incelenmiş ve sunulmuştur.

Giyimin; giysinin konforu ve giysi ergonomisi bakımından işlevselliği, giysi-vücut uyumu arasındaki ilişki konuları açıklanarak sunulmuştur.

Günümüz piyasasında 65 yaş ve üzeri kadın giysi tüketicileri için yeterli ürün olmadığı ve beklentilerin tam olarak yerine getirilmediği gözlemlenerek; bu çalışmanın bilimsel verilerini elde etmek amacıyla anket çalışması düzenlenmiştir. Anket çalışmasına başlamadan önce; güvenilirlik ve geçerlilik açısından ön anket çalışması yapılmış ve örneklem grubundan elde edilen sonuçlara göre sorularda güncellemeler yapılarak tekrar yenilemeye gidilmiştir.

İstanbul ili içerisinde 65 yaş ve üzeri, alışveriş merkezlerinde giysi alışverişi yapmakta olan 110 kadın tüketicinin örneklem grubu olarak seçilmesiyle, basit rastgele örneklem sistemi ele alınmış ve bu kişilerin tamamına 13 adet anket sorusu yöneltilmiştir.

Anket bulgularına göre elde edilen sonuçlar:

- Araştırmanın büyük bir çoğunluğunu 65 yaşındaki kadınlar oluştururken, ikinci çoğunluğu 66-70 yaş arası kadınlar oluşturmaktadır. Katılımcıların % 70'ini, 65-70 yaş arası kadınlar oluşturmaktadır.
- Örneklem grubunun % 46'lık kısmını oluşturan 52 kişinin boy ölçüsü 151-165 cm olarak tespit edilmektedir. Bu durum; katılımcıların büyük bir kısmının orta boya sahip olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır.
- Örneklem grubunda 91 kg ve üzeri ağırlığı olan 40 kişi bulunmaktadır ve araştırmanın % 40'ını oluşturmaktadır. 76-90 kg arasında bulunan 32 kişi ise; yaşlıların % 29'unu kapsamaktadır. Sonuç olarak örneklem grubundaki kişilerin % 65'ini oluşturan çoğunluğun 76 kg ve üzeri ağırlıkta olduğu verilerine ulaşılmaktadır.
- Araştırmaya katılan kadınlar arasından 65 kişi; sosyal yaşantılarında hissettikleri memnuniyet duygusunun giysilerine bağlı olduğunu belirtmiştir.
- Örneklem grubundaki katılımcılara giysi alışverişi yaparken en çok tercih ettikleri 3 adet kumaş türünü işaretlemeleri istenmiştir. 110 katılımcının tamamı; 3 seçim hakkını da kullanarak tercih ettikleri kumaş türlerini işaretlemiştir. Katılımcıların büyük çoğunluğu pamuklu kumaş tercih etmekte ayrıca, keten kumaş türüne de tercihleri arasında yer vermektedirler.
- Örneklem grubunda bulunan 85 kişi, mağazalarda bulunan hazır giysilerin, beklentileri karşılamadığını belirtmiştir.
- 90 katılımcı, satın aldığı giysilerde tadilat yaptırmak durumunda kaldığını ifade etmiştir.
- Örneklem grubundaki 40 kişinin giysilerde genellikle kol boyu-paça boyu tadilatı yaptırdığı, 37 kişinin ise elbise boyu- bluz boyu tadilatı yaptırdığı sonucuna ulaşılmaktadır. Kol-paça-elbise-bluz boylarındaki tadilat işlemlerini yaptıran kişiler, örneklem grubunun % 69'unu oluşturmaktadır. Giysilerde, belirtilen tadilat işlemlerinin yapılmasının sebebi; yaşlanmaya bağlı vücut

formu değişimlerinin yanı sıra, vücut proporsiyonunun kısa olmasından kaynaklanmaktadır. Örneklem grubunun çoğunluğunun 151-165 cm boyunda olması, bu verileri destekler niteliktedir.

- Örneklem grubundaki katılımcılardan, vücutlarını rahat hissettiren giysilerin özelliklerini belirlemek amacıyla en fazla 3 seçenek işaretlemeleri istenmiştir. Anket verileri incelendiğinde 110 katılımcının tamamının, 3 seçim hakkını da kullandığı tespit edilmiştir. Giysilerin hafif olması, doğal elyaflardan elde edilmesi, hava geçirme özelliğine sahip olması, ter çekme özelliğinin olması, fonksiyonel olması ve vücut formuna uygun olması özelliklerinin tümünün, örneklem grubu tarafından hemen hemen birbirine yakın olarak tercih edildiği gözlemlenmektedir. Örneklem grubu için giysilerin ter çekme özelliğinin olması, doğal elyaflardan üretilmesi ve fonksiyonel olmasının daha önemli olduğu bulgusuna varılmaktadır.
- Örneklem grubundaki katılımcılardan, bedenleri ile ilgili memnuniyet hissi oluşturan giysilerin özelliklerini belirlemek amacıyla yöneltilen anket sorusundan elde edilen bulgulara göre; giysinin sık, rahat ve vücuda uyumlu olmasının en çok tercih edilen özellik olduğu gözlemlenmektedir. Yaşlanma süreci ve sonrasında fiziksel değişimler yaşıyan kadınların çoğunluk olarak bu seçeneği tercih etmesi; giysinin ergonomisinin ve giysinin konforunun, tasarımda ne kadar önemli bir kavram olduğunu destekler niteliktedir.
- Örneklem grubuna, giysi satın alırken yaşadıkları sorunları tespit etmek amacıyla sorulan anket sorusundan elde edilen bulgulara göre; en çok sorun yaşadıkları konunun, alt ve üst beden uyum problemleri olduğu sonucuna varılmaktadır. Bununla birlikte; örneklem grubunun kendi bedenlerine uygun kıyafet bulmakta zorlandığı ve sosyal yaşamda dikkat çekebilecek türden farklı bir giysi türü temin etmekte sıkıntı yaşadığı da gözlemlenmektedir.
- Örneklem grubunun, giysileri kullanırken yaşadıkları sorunları belirlemek amacıyla sorulan anket sorusundan elde edilen bulgulara göre; kişilerin satın aldıkları giysilerde tadilat yaptırmak zorunda olduğu ve giysilerin rahat olmadığı konusunda problemler yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda katılımcıların büyük bir çoğunluğu, tadilat işlemi sonrasında giysilerin orijinal özelliklerini kaybetmesi gibi sorunlar yaşadıklarını belirtmektedirler.
- Örneklem grubundaki kişilere temin etmekte en çok zorlandıkları giysi türünü belirlemek amacıyla sorulan anket sorusunun verileri incelendiğinde ağırlıklı olarak; katılımcılardan 25 kişinin etek, 23 kişinin bluz, 21 kişinin pantolon ve 11 kişinin elbise bulmakta sorun yaşadıkları sonucuna varılmaktadır.

#### 4.2. Öneriler

Yapılan bu araştırmanın özellikle; 'yaşlılık döneminde ve sonrasında kadın bedeninde yaşanan vücut formu değişikliği ve buna bağlı giyim sorunları', 'giysi konforu ve giysi ergonomisi', 'giysi-vücut uyumu' konuları altında açıklanan bilgiler; 65 yaş ve üzeri kadın giysi tüketicilerine ve hedef kitlenin giysi üreticilerine yöneltilen geniş kapsamlı öneriler içermektedir.

Yapılan araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre; 65 yaş ve üzeri kadın giysi tüketicilerine ve belirtilen yaş grubundaki hedef kitleye giysi üreten firmalara getirilebilecek öneriler sıralandığında;

- Yaşlanma döneminde yaşadıkları vücut formu değişimlerine sebep olan menopoş dönemi; bu süreçte kadınların kilo alması ve vücudun sık sık terleme reaksiyonu gibi değişimler göstermesine sebebiyet vermektedir.

- 65 yaş ve üzeri kadınların fiziksel konfor ve termal konfor bakımından giysi içerisinde rahat edebilmeleri; doğal elyaflardan elde edilen pamuklu, ter emme özelliği olan ve hava geçirgenliği sağlayabilen kumaşlardan üretilen giysileri tercih etmeleri ile doğru orantılıdır. Çünkü bu dönemde yaşamakta oldukları terleme reaksiyonu; sentetik-likra-naylon karışımlar içeren giysiler kullandıklarında, deri tahribatına ve vücutta kaşıntı gibi birçok probleme neden olmaktadır. Gün içerisinde giysi ile hareket etmek durumunda kalan kişi; bu sorunları yaşadığında hem fiziksel hem de psikolojik açıdan rahatsızlık duymakta ve gündelik hayattaki yaşam kalitesi düşebilmektedir.

Giysinin konforunun sağlanması, belirtilen durumlar açısından oldukça önemli bir durumdur.

Yapılan araştırma sonucunda elde edilen bulgular ile 65 yaş ve üzeri kadın giysi tüketicilerinin ağırlıklı olarak doğal elyaflardan elde edilen pamuklu ve keten içerikli kumaşlar tercih ettiği sonucuna varılmaktadır. Ayrıca örneklem grubu içerisindeki kadın tüketicilerin, giysilerde ter çekme ve fonksiyonel olmak gibi özellikleri de tercih ettiği belirtilebilir.

Özellikle üretilecek üst beden giysilerde ergonomik açıdan kullanımı rahat olan; poplin, basma, pazen, bambu gibi yumuşak dokulu ve teri emebilen kumaşların tercih edilmesi önerilir. Astar işlemleri için vual vb. kumaşların kullanılması duyuşsal konfor açısından giysiyi kullanan kişinin daha rahat hissetmesine yardımcı olacaktır.

Yapılan araştırma sonucunda kadın giysi tüketicileri; alt ve üst beden uyum problemleri yaşadıkları için giysi temin etmekte zorlandığını belirtmektedir. Yaşlılık evresi sebebiyle kişilerin vücudunda meydana gelen fiziksel değişimler; giysi satın alma tercihlerinin değişmesine de sebep olmaktadır. Anket sonucundaki bulgulardan yola çıkıldığında örneklem grubundaki kadınların kendi bedenlerine uygun kıyafetler bulmakta zorlandığı bilgisine varılmaktadır. 65 yaş ve üzeri kadınların bu dönemdeki fiziksel değişimlerine yönelik vücut formu değişkenleri göz önünde bulundurularak, hazır giysi kalıplarının hedef kitlenin ihtiyaçları doğrultusunda revize edilmesi, firmalara bir öneri olarak tavsiye edilir. 'Mağazalardaki hazır giysiler beklentilerinizi karşılıyor mu?' ifadesinin yer aldığı anket sorusuna, örneklem grubundaki 85 kişinin 'hayır' yanıtını vermesi; bu öneriyi destekler niteliktedir.

Giysilerin; vücut formları göz önüne alınmadan hazırlandığı (piyasada kullanılan kalıp sisteminin genel olarak ele alınması ve sistemin Türk kadın beden tipine uyumsuz olması), üretim yapılacak olan hedef kitlenin ihtiyaç ve beklentilerinin göz önüne alınmaması; 65 yaş ve üzeri kadınların satın aldıkları giysilerde, beden-giysi uyumsuzluğu yaşamasına sebebiyet vermektedir. Bedene uymayan bir giysinin tadilat sonrası özelliğinin bozulması; kişinin psikolojik konforunu olumsuz etkilemektedir.

Araştırmaya katılan kadınlar arasından 90 kişi; satın aldığı kıyafette tadilat yaptırmak durumunda kaldığını belirtmektedir. Yapılan tadilatların büyük bir çoğunluğu; kol-paça boyları tadilatı ve elbise-bluz boyu tadilatı olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonucu ortaya çıkan sonuçlar; 65 yaş ve üzeri kadınlar için mağazalarda bulunan hazır giysilerin beklenti ve ihtiyaçlar açısından yetersiz olduğunu destekler niteliktedir.

Bununla birlikte; tadilat işlemi sonrasında giysilerin orijinal model özelliklerini yitirmekte olması da problemler arasında yer almaktadır. Burada bir kez daha kesinleşmektedir ki; üretilen tasarımların büyük bir çoğunluğu hedef kitlenin sahip olduğu ölçü ve oranları göz önüne alınmadan hazırlanmakta ve mağazalarda sunulmaktadır. Araştırma sonucuna göre; hedef kitlenin boy oranının 1.51-1.65 cm arasında olduğu tespit edilmiştir. 90 kg ve üzeri 40 kişi, 61-75 kg arasında 32 kişi

olduğu sonucuna varılmaktadır. Bu bilgilerden yola çıkılarak ve yaşanan fiziksel değişiklikler de ele alınarak; hedef kitlenin genelinin orta boylu ve kilolu beden yapısında olduğunu belirtebilmek mümkündür. Tadilat işlemlerinin yapılmaması ya da en aza indirgenmesi amacıyla; temel kalıpların hedef kitle olan 65 yaş ve üzeri kadın giysi tüketicilerinin yaşlanmaya bağlı olarak değişen vücut formu değişimleri hesaplanarak; model ve kalıplarda yenilenmeye gidilirken belirlenen özel ölçülere göre tasarım yapılması önerilmektedir.

Bölgesel kilolar sebebiyle alt ve üst bedende yaşanan uyum sorunları kadın giysi tüketicilerinin en çok etek, bluz, pantolon, elbise gibi giysi türlerini temin etmekte zorlandığı belirlenmiştir. Yaşlanma döneminde hormonal değişimlere bağlı kilo alımı, kas ve iskelet sisteminde yaşanabilecek değişiklikler, bölgesel kilo problemleri dikkate alınarak; hedef kitlenin antropometrik ölçümlerinin yapılması ve giysi kalıplarının bu ölçüler temel alınarak hazırlanması, problemleri en aza indireyecek bir öneridir.

Araştırmaya katılan örneklem grubundaki kadın giysi tüketicilerinin; 'giysilerden beklediğiniz en önemli özellik nedir?' sorusuna; 'fiziksel konfor' ve 'sosyal çevre tarafından beğenilme' yanıtını verdikleri tespit edilmiştir. 'Bedeninizle ilgili memnuniyet hissi oluşturan giysilerin özellikleri nasıl olmadır?' sorusuna ise; 'şık, rahat ve vücuda uyumlu olmalı' ve 'farklı, ayrıcalık uyandıracak nitelikte olmalı' yanıtı ağırlıklı olarak belirlenmiştir. Bulgulardan yola çıkılarak; 65 yaş ve üzeri kadın giysi tüketicilerinin giysi konforunun yanısıra, tasarım özelliği olarak da giyside çeşitlilik beklentisi olduğu bulgusuna varılmaktadır. Hedef kitle için giysi üretimi yapan firmalar; kişilerin psikolojik konforlarını da göz önünde bulundurarak; kişilerin değişen vücut formları karşısında konfor özelliklerinin yanısıra, dış görünüm açısından da kendilerini iyi hissetmelerini sağlayan tasarımlar üretmeleri ve sunmaları önerilmektedir.

#### **KAYNAKÇA**

- Çivitçi, Ş. & Ağaç, S. (2009). Altmış yaş ve üzeri yaşlı kadınların giysi satın alma davranışları üzerine bir araştırma. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 2(1), 30-47.
- Maraba, B. (2014). *Kadın Giyiminde Karşılaşılan Büyük Beden Sorunları ve Çözüm Önerileri*. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tekstil ve Moda Tasarımı Bölümü Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.
- Soyuer, F. & Soyuer, A. (2008). Yaşlılık ve fiziksel aktivite. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 15(3), 219-224.
- Tümerdem, Y. (2006). Gerçek yaş. *Turkish Journal of Geriatrics*, (Editöre Mektup)-9(3), 195-196.
- Yertutan, C. (1991). Yaşlılıkta ortaya çıkan fiziksel değişiklikler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 1(2), 1-4.