

EMEKLİLERDE YAŞAM TATMİNİ: BURSA ÖRNEĞİ

Serpil AYTAÇ*

Özet

Son yıllarda demografik yapıdaki değişimin yönünün özellikle gelişmiş ülkelerde yaşam süresinin yükselmesi doğrultusunda olması, çalışma çağındaki nüfusun azalmasına ve emekli sayısında hızlı bir artışa neden olmaktadır. Diğer taraftan yaşlanmanın bir sonucu olarak görülen bu süreç, bireysel olarak bir takım ekonomik ve psiko-sosyal sorunları da beraberinde getirmektedir. Bir insanın mutlu olabilmesi için kendisinin yaşamdan zevk alması ve yaşam kalitesini yükseltmesi açısından göz önünde bulundurması gereken konular söz konusudur. Sosyal bilimlerin bununla ilgili alanları da dahil olmak üzere emekli olmuş bireylerde yaşam tatmininin önemli bir yeri vardır. Bir ülkenin sahip olduğu entelektüel sermayenin de yararlanılabilir elemanları olan emeklilerin yaşam tatmin düzeylerini incelemek, hem kendileri ve hem de iletişimde buldukları sosyal katmanlar açısından oldukça önemlidir. Bu çalışmada da Bursa ilinde yaşayan ve rassal olarak seçilen 65 yaş sonrası 336 emeklinin yaşam tatminleri incelenmiş, daha aktif bir sosyal yaşamın daha yüksek bir yaşam tatmini yarattığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, yaşam tatmini, emekli, aktivite teorisi,

LIFE SATISFACTION IN THE RETIREMENT: A CASE OF BURSA

Abstract

In recent years, the direction of changes in the demographic structures has pointed towards an increased human life span, particularly in developed countries. On the one hand, this phenomenon has led to a decrease in population of those who are of working age and a corresponding, rapid increase in the number of retirees. On the other hand, this process—a consequence of aging—has also brought with it a number of economic and psychosocial problems. Several factors must be considered for a person to be happy, to enjoy life, and to improve the quality of life. In the field of human sciences, including the social sciences, life satisfaction is an important goal of retired individuals. As this is also related to the intellectual capital of a country, researchers have found that studying the life satisfaction of the retired members of society is of great importance. In this study, 336 retirees who were over 65 years of age and living in Bursa City were selected randomly and their life satisfaction was investigated. Results showed that an active social life led to a higher life satisfaction rate among this population.

Keywords: *Elderly, Life Satisfaction, Retirement, Activities Theory.*

* Prof. Dr., Uludağ Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Bölümü.
İletişim: saytac@uludag.edu.tr; serpil.aytac@gmail.com

Giriş

En basit tanımı ile emeklilik; yasalara göre belirli bir süre çalıştıktan sonra bireyin iş ile ilgisinin kesilerek kendisine ömür boyu yaşamını sürdürecektir bir gelirin yani aylığın bağlanması ile oluşan bir süreçtir. Bu dönem, aynı zamanda bireyin yaşamındaki yaşlanmayı da belirleyen toplumsal açıdan da önemli bir evredir(Anonim, 1989, İlbay vd., 2016).

Son yıllarda yapılan araştırmalar, eğitim düzeyinin yükselmesi, tıbbın sağladığı imkanlar, sağlık, beslenme ve konut koşullarının iyileşmesi gibi nedenlerle bireylerin refaktan aldıkları payın arttığını, böylece emeklilerin yaşam sürelerinin uzadığını ortaya koymaktadır (Anonim, 1981: Stuteville, 1984:28; Arslan, 2011. 57; Baran vd. 2011:14).

Emeklilik döneminde toplumsal yaşama uyum sağlamak ve yaşamdan tatmin olmak emekliler ve toplumun refahı açısından oldukça önemlidir (Çimen,1996: 43).

Kültürler arası farklılıklar göstermekle birlikte; genelde 45-70 aralığında değişebilen emeklilik yaşı, cinsiyete göre ve prim ödeme süresine göre de değişebilmektedir. (Alper,1990:10; Alper, 2016:83). Emeklilik döneminde özellikle 65 yaş, yaşlılığın başladığı bir yaş dönemi olarak kabul edilmektedir.

Yaş konusu bir toplumda belirli sosyal rolleri ve toplumsal örüntü biçimlerini ortaya koyan, sosyolojik bir olgudur (Riley vd., 1972:7). Bu nedenle toplumsal anlamda yaş olgusu toplum içindeki bireyler tarafından oluşturulan ve sosyo-kültürel olarak farklı anlamlar taşıyan, toplumsal yapı içerisinde belirli rol beklentilerini içeren bir kavramdır.

Yaşlanma ise, insanların yaşlarının artmasıyla ve kazanılan deneyimlerle karakterize olan ve yaş artışıyla birlikte farklılaşan bir sürecin onların sosyal, biyolojik ve psikolojik fonksiyonlarında ortaya çıkarmış olduğu değişikliklerdir.

Kavramsal olarak “Yaşlılık” incelendiğinde, her kişinin farklı bir biyolojik geçmişi, farklı iş deneyimleri ve farklı bir duygusal yaşamı olduğu düşünüldüğünde kişiden kişiye değişebilen bir kavram olduğu dikkati çekmektedir (DPT, 2007: 1). Net bir “yaşlılık” kavramı olmayışı bilimsel

açından farklı yaklaşımları beraberinde getirmiş ve bir anlamlılık oluşturabilmek için yaşlılığın diğer bir yönüyle ilgili olarak bir tanımlamaya gidilmiştir. Buna göre yaşlılık bir bağlamda “fonksiyonel” yönüyle ele alınmış ve fiziksel güç, hareketlilik, dayanıklılık, koordinasyon ve zihinsel kapasite gibi özellikleri ile insanların yaşları kategorilere ayrılarak oluşturulmuştur (Altan vd, 2003:7). Nitekim Dünya Sağlık Örgütü (WHO) de yaşlılığı “çevresel faktörlere uyum sağlayabilme yeteneğinin azalması” olarak tanımlamaktadır.

Yaşlılık bilimi’ne (Gerontoloji’ye) göre biyolojik ve sosyal yaşlanmayla ilgili birçok teori bulunmaktadır (Oğuz, 2007:38; Kaygusuz, 2008:32; İçli, 2010). Yaşlılıkla ilgili sosyal yaklaşımlarla ilgili teoriler arasında özellikle aktivite teorisi dikkat çekmektedir (Hooyman vd., 1988 ; Barrow, 1989:158; Görgün-Baran, 2004: 62; Tufan, 2002:73).

Aktivite teorisi, insanların aktif oldukları ölçüde yaşamdan tatmin alacakları görüşüne dayanır. Bu teori, günümüz toplumlarının çalışmaya verdikleri önem ve üretmeye dayanan değer yargılarıyla ilgilidir. Pasif olmak, hiçbir toplumda kabul görmeyen ve kişileri toplumdan soyutlayan olumsuz bir yaklaşımdır.

Emeklilik dönemiyle beraber kişilerin yaşamlarında radikal değişimler ortaya çıkmaktadır. Aktivite teorisine göre kişilerin emeklilik sonrası yaşamlarında aktif olmaları önemlidir. Çünkü çalışma hayatının dışında kalmayla pasif olduğu düşünülen yaşlıya, bu durumun mutsuzluk getireceği düşüncesinden hareketle bu teori, her insanın emeklilik döneminde de aktif kalmayı arzu ettiğini ve böylece mutlu bireyler olarak yaşamlarına devam edeceklerini ileri sürer. Böylece kişilerin toplumla bütünleşmeleri sağlanmış ve yaşam tatminleri yükselmiş olur. Hatta yaşam süreleri de aktif olmalarına bağlı olarak daha da artar.

Yapılan çalışmalar aktif bireylerin, aktif olmayanlara göre zihinsel ve fiziksel açıdan daha sağlıklı ve yaşamlarından daha memnun olduklarını göstermektedir. Özellikle eğitim ve gelir düzeyi yüksek olanların mutluluk düzeyleri daha da yüksektir (Oğuz,2007:38; Uluocak vd., 2013; 41).

Yaşamlarının önceki yıllarında ekonomik ve sosyal hayatın aktif parçası olan emekliler, kronolojik zamanın doğal bir sonucu olarak ekonomik aktifliklerini yitirmekte ve yer yer sosyal hayattan kopma noktasında sorunlar yaşamaktadırlar. Nitekim yaşlılara yönelik olarak üretilen/üretilmesi

düşünülen politikalar, sosyal politika alanındaki en önemli konulardan biri olarak bilinmekte ve dünya ölçeğinde gözle görülen bir şekilde yaşlıların sayısındaki artış, yaşlılara yönelik sosyal politikaların daha da önem kazanmasına yol açmaktadır (Taşçı, 2010: 175; Çoban, 2005).

1980 yılında dünyadaki yaşlı nüfusun oranı % 5,7 iken 2025 yılında yaşlı nüfus oranının % 9,5 olması beklenmektedir (Marangoz, 2000: 36). 2015 yılında dünya nüfusunun %8,5'ini yaşlı nüfus oluşturmuştur. En yüksek yaşlı nüfus oranına sahip ülkelerden ilk üçü, sırasıyla %30,4 Monako, %26,6 Japonya ve %21,5 Almanya'dır. Türkiye bu sıralamada 167 ülke arasında 66. sırada bulunmaktadır (<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21520>). AB'ye üye-25 ülke incelendiğinde, nüfus içindeki yaşlıların (65 yaş ve üstü) oranının 1960 yılında % 10 iken, 2000 yılı itibariyle % 15,7'ye yükseldiği ve 2050 yılı projeksiyonu ile % 29,9 olarak gerçekleşeceği düşünülmektedir (Taşçı, 2010:177). Benzer durum Türkiye için de geçerlidir. Buna göre Türkiye'de 65 yaş ve üstü yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranı 2005 yılında %5,7 iken, 2011 yılında % 7,3, 2012 yılında % 7,5, 2014 yılında %8, 2015 yılında ise %8,2'ye yükselmiştir. Yaşlı nüfusun %43,8'ini erkekler, %56,2'sini kadınlar oluşturmuştur (<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21520>).

2023 yılı için tahmin edilen değer % 10,2, 2050 yılı için % 20,8, 2075 yılı için ise % 27,7'dir. Buradan hareketle hem büyüklük açısından, hem de ekonomik açıdan yaşlılık olgusunun önemini bir kez daha vurgulamak gerekir.

Aktif yaşlanma kavramı, “başarılı yaşlanma” olarak görülen ve yaşlılığın başlangıcını inkâr ederek aktiviteleri ve hayat memnuniyetini devam ettirmek için orta yaşın kaybolan ilişkilerini, aktivitelerini ve rollerinin yenileriyle değiştirerek elde edilmesi olarak tanımlanmaktadır (Uluocak vd, 2013:55). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) aktif yaşlanmayı; “toplum yaşlanırken yaşam kalitesini yükseltmek için katılım, sağlık ve güvenlik fırsatlarını en yararlı hale getirme süreci” (Canatan, 2008:136) olarak tanımlamıştır.

Toplumda yaşayan bütün bireyler, yaşam kalitelerinin artırılması ve sağlıklı/nitelikli bir yaşlanmayı hedeflerler. Yaşam kalitesi genel olarak bireylerin yaşamlarında önemli olan subjektif deneyimlerin toplamını gösterir. Bu etkiye dört alanın katılımı söz konusudur; fiziksel ve mesleki fonksiyonlar,

psikolojik durum, sosyal etkileşim ve ekonomik durum (Arslan vd. 1999). Yaşlılık, yaşam kalitesinin azaldığı durumların başında gelmektedir (Boylu, 2013:146). Ancak yaşlılığı olumsuz bir durum olarak algılamak kesinlikle doğru değildir. Nitekim ailesel sorumlulukların azalmış olması, seyahat için daha çok zaman ayrılması, finansal birikim (Özdipçiner, 2010:26; Turan vd., 2009:278) ve daha büyük bağımsızca harcanabilir gelir (Marangoz, 2000:38; Marangoz, 2006:83) gibi bu yaş grubuna özgü avantajların varlığıyla birlikte yaşlılık, herkesin kaçınılmaz olarak geleceği son durum olarak değerlendirilir.

Yaşlılık, bireysel durumların ötesinde yaşlı nüfusun büyüklüğü, elinde bulundurduğu maddi imkânları ve tüketim eğilimlerindeki farklılıklardan dolayı kurumsal açıdan da işletmelerin pazarlama stratejilerini kökten değiştiren bir yapıdadır. Böylece yaşlı tüketiciler işletmelerin gözünde her geçen gün daha da önemli bir yere sahip olmaktadır (Kotler, 1997:175). Bütün bu nedenlerle yaşlıların hayatlarına dair yapılacak araştırmalar, ekonomik ve sosyal açıdan yaşlıları anlamaya yardım edebilecek, onların yaşam kalitelerini yükseltebilecek niteliktedir.

Yaşlılık önüne geçilmesi mümkün olmayan, biyolojik, kronolojik ve sosyal yönleri ile sorunları olan bir süreçtir. Yaşlılık, fizyolojik bir olay olarak ele alınıp, fiziksel ve ruhsal güçlerin, bir daha yerine gelmeyecek şekilde kaybedilmesi, organizmanın iç ve dış etmenler arasında denge kurma potansiyelinin azalması, kişinin fiziksel ve ruhsal yönden gerilemesi diye düşünülmektedir. Yaşlanmayla birlikte zihinsel kapasite korunsa da enerji ve uyum yeteneği giderek azalır ve iş yapma yeterliliği kaybedilir (Büken vd. 2003). Oysa tıp ve beslenme alanlarındaki gelişmeler, spor vb. konulardaki gelişmeler yaşlılığın yavaşlatılabileceğini ortaya koymaktadır.

Batı ülkeleri günümüzde büyük oranda yaşlı nüfusa sahiptir. Bu nedenle de kendi geleceklerine ilişkin sosyal politikaların oluşturulması, geliştirilmesi, yaşam kalitesinin artırılması için ciddi bir çaba göstermektedirler (Altan vd. 2003:12). Bundan dolayı da sağlıklı yaşlanmanın yanında aktif ve kaliteli bir hayat modeli tüm yaşlıların da temel hakkı olmalıdır. Yaşlı hizmetlerinde hedef, sağlıklı ve kaliteli yaşam ile fonksiyonel bağımsızlık düzeyi artmış bir yaşlılık döneminin sağlanmasıdır. Bundan dolayı yaşlanma politikaları, yaşlıların olabildiğince bağımsız bir hayat sürmelerine destekçi olmalı, ister bakıma muhtaç olsun ister olmasın bütün 65 yaş üstü kişiler, insan onuruna yakışır bir hayat sürdürme hakkına sahip olmalıdır.

Yaşam tatmini yukarıda da belirtildiği gibi, genel olarak bireyin tüm yaşamındaki mutluluk, moral vb. gibi değişik açılardan iyi olma halini ifade eden ve kişinin iş, boş zaman ve diğer zaman dilimlerindeki yaşamına gösterdiği duygusal tepki veya tutumdur. Emeklilikte ya da yaşlılıkta yaşam tatmininin üzerinde durulmasının nedeni, yaşlıların risk grubu olarak kabul edilmesi ve yaşam tatmininin de ruh sağlığını etkileyen çok önemli bir etmen olarak bilinmesidir (Baran ve ark. 2007). Bireyin yaşamdan aldığı doyum düzeyi, ruhsal yönden iyi olma durumu ve toplumla ilişkilerini devam ettirme sürecini de etkileyen, sağlıklı yaşlanma için önemli bir olgudur.

1. Materyal ve Yöntem

Bu çalışmanın amacı; Bursa merkezde yaşayan 65 yaş üstü emekli kişilerin toplum içinde yer aldıkları konumları itibari ile yaşamdan ne derece tatmin olduklarının tespit edilmesidir. Bu anlamda ekonomik gücü, deneyimi ve sosyal katılımı birlikte politik gücü olan 65 yaş üstü gruplar bu çalışmanın ana konusunu oluşturmaktadır. Bu çalışmada, tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 65 yaş üstü bireylerin yaşam tatminleri incelenmiş, veriler SPSS 20 programı ile değerlendirilmiş, frekans dağılımları, t testi ve korelasyon analizleri ile elde edilen sonuçlar yorumlanmıştır. Çalışmada kategorize edilen sorular ve 5 li likert tipi ölçeklerden oluşan soru formu birlikte kullanılmıştır. Bu materyaller aşağıda belirtilmiştir.

- Salman (2004) tarafından oluşturulan “boş zaman faaliyetleri” soru formu
- Neuagarten vd (1961) tarafından geliştirilen, 15 sorudan oluşan, 5’li Likert tipi “Yaşam Tatmini ölçeği”(C. Alpha = 0,79).
- Salman (2004) tarafından geliştirilen ve bireylerin önceki duruma göre sağlık, ekonomi, konut ve sosyal hayat durumlarını karşılaştırmayı amaçlayan ve daha iyi’den daha kötüye doğru sıralanan “emeklilik dönemine ilişkin yaşamını değerlendirme formu” kullanılmıştır.

Bu çalışmada Bursa Merkeze bağlı 3 ilçe içinden, nüfus yoğunluğunun en yüksek olduğu ilçe olan Osmangazi ilçe merkezinde, Sosyal Güvenlik Kurumundan emekli olmuş 65 yaş üzeri aile ferdi bulunan haneler, rassal olarak seçilen mahalle muhtarlıkları aracılığı ile tespit edilmiş ve tesadüfi örnekleme yöntemiyle belirlenen toplam 400 kişiye, mevcut adreslerinden

“araştırma yöntemleri dersini alan son sınıf öğrencileri” yardımıyla ulaşılmış ve araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış soru formu ile yüz yüze görüşme yapılarak veriler toplanmıştır. Ancak 64 katılımcı araştırmaya dâhil olmak istememiştir. Sonuç olarak 336 soru formu üzerinden veriler değerlendirilmiştir.

Çalışmanın ilk aşamasında yaşam tatminine ait temel ögeler değerlendirilmiş, ardından 65 yaş üzeri bireylerin hali hazırdaki yaşantılarına ait düşünceleri derlenmiştir.

2.Bulgular

Tablo 1’de araştırmaya dahil olan kişilere ilişkin kimlik bilgilerine ait detaylar gösterilmektedir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Kimlik Bilgileri	Frekans	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Erkek	280	83,3
Kadın	56	16,7
Emeklilik Türü		
SSK	138	41,1
BAĞ-KUR	108	32,1
Emekli Sandığı	90	26,8
Eğitim Düzeyi		
Okuryazar	15	4,5
İlkokul	135	40,9
İlköğretim	32	9,7
Lise	63	19,1
Ön Lisans	43	13,0
Lisans ve üstü	42	12,7
Toplam	336	100

Tablo 1’deki bulgulara göre: katılımcıların % 83’ü erkektir. % 41’i ilkokul mezunuyken, % 19’u lise mezunudur. Ön lisansla birlikte üniversite eğitimi almış olanlar % 26’lık bir kesimi oluşturmaktadır. Katılımcıların % 41’i SSK emeklisi, % 32’si Bağ-Kur ve % 27’si Emekli sandığı sisteminden emekli

olmuştur. Emeklilik süreleri incelendiğinde ise 1 yıl ile 40 yıl arasında değişmekte olup ortalaması 12 ± 8 olarak gerçekleşmektedir. Yaş ortalaması 74.55 ± 6.28 (65-94)'dır. Katılımcıların gelir düzeyi 280 TL ile 4000 TL arasında değişmekte olup ortalaması 1214 ± 524 TL olarak gerçekleşmektedir. Emeklilerin % 30'u günlük yaşam içinde sosyal ya da ekonomik anlamda faal olup bazı aktivitelerde bulduklarını beyan etmişlerdir.

Tablo 2. Katılımcıların Günlük Etkinlikleri

Aktivite	Katılım Oranı (%)
Televizyon izlemek ya da radyo dinlemek	97
Arkadaş toplantıları ya da akraba ziyaretleri yapmak	93
Kitap, gazete okumak	93
Alışveriş alanlarını dolaşmak	80
Çocuklarla ve torunlarla oynamak, vakit geçirmek	74
Seyahat etmek	69
Arkadaş-dost akraba ile yemeğe çıkmak	58
Bahçe ya da evdeki çiçeklerle ilgilenmek	58
Egzersiz, spor yapmak	55
Oyun oynamak: iskambil kâğıdı, tavla, satranç vb.	49
İbadet etmek ve dini sohbetlere katılmak	36
Tiyatro, opera, sinema, sergi gibi sanatsal etkinliklere katılmak	31
Evcil hayvan besleyip büyütme	27
El sanatları ile uğraşmak	19

Tablo 2, 65 yaş üstü emeklilerin gündelik etkinliklerinin sonuçlarını göstermektedir. Buna göre en sık yaptıkları faaliyetler sırasıyla; televizyon izlemek ve radyo dinlemek (% 97), arkadaş toplantıları ve akraba ziyaretlerinde bulunmak (% 94), kitap ve gazete okumak (% 93) şeklinde gerçekleşmektedir. En az gerçekleştirilen gündelik faaliyetler ise; tiyatro, opera, sinema gibi sanatsal etkinliklerde bulunmak (% 31), evcil hayvanlarla ilgilenmek (% 27) ve el sanatlarıyla uğraşmak (% 19 olarak) şeklinde ifade edilmektedir.

Bu bağlamda günlük sosyal faaliyetlerde bulunan, aktif olan yaşlıların yaşam tatmini, aktif olmayanlardaki yaşam tatmininden daha yüksektir (Yaşam tatmin oranı % 67'dir).

Yaşam tatmininin cinsiyete ve kişilerin halen yaşadıkları şehirden memnun olup olmadıkları durumuna göre farklılık yaratıp yaratmadığı t testi ile incelenmiştir.

Tablo 3. Yaşam Tatmininin, Yaşadığı Şehirden Memnuniyete ve Cinsiyete Göre Değişimi ile İlgili T Testi

Ölçek	Ortalama	Standart Sapma	Test Tipi	Test Değeri	p Değeri
Yaşam Tatmini					
Erkek	3,29	0,48	t Testi	-0,764	0,445
Kadın	3,34	0,56			
Yaşadığı Şehirden Memnuniyet					
Erkek	2,98	0,44	t Testi	1,233	0,221
Kadın	2,90	0,51			

Tablo 3, emekli katılımcıların cinsiyete göre yaşam tatminlerine ve yaşadıkları şehirden memnuniyetlerine ilişkin analiz sonuçlarını göstermektedir. Buna göre 65 yaş üstü emeklilerin yaşam tatmini ve yaşadıkları şehir memnuniyeti analizinde cinsiyetin, memnuniyeti değiştiren anlamlı bir değişken olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir ifade ile 65 yaş üstü kadın ve erkeklerin yaşam tatmini ve yaşadığı şehirden memnuniyet değeri istatistiki olarak birbirinden farklı değildir.

Katılımcıların halen aktivitelerini sürdürüp sürdürmedikleri, faal olarak günlük aktivitelerde bulunup bulunmadıkları sorusuna %30,3'ü "Evet" cevabını vermiştir. Bu duruma göre emeklilerin yaşam tatminlerinde faal olma durumuna göre bir farklılık olup olmadığı t testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 4. T Testi - Yaşam Tatmininin Aktif bir Faaliyette Bulunma Durumuna Göre Değişimi ile ilgili

T Testi					
Ölçek	Ortalama	Standart Sapma	Test Tipi	Test Değeri	p Değeri
Yaşam Tatmini					
Faal olma (Evet)	3,38	0,48	t Testi	2,199	0,029*
(Hayır)	3,26	0,49			

Bireyin uzun yıllar geçirdiği faal olan çalışma hayatı dönemi sonrasındaki emeklilik yaşamında herhangi bir faaliyetle uğraşmak, 65 yaş üstü bireylerin sosyal ve ekonomik yaşam kalitesini arttıracak unsurlar üzerine çalışmalar sergilenmektedir. Bu bağlamda geçici de olsa etkinliklerini sürdüren, faal olan bireylerin yaşam tatmini, bu grupta herhangi bir etkinlikte bulunmayanların yaşam tatmininden daha yüksektir. Buradan hareketle daha aktif bir sosyal yaşamın daha yüksek bir yaşam tatmini yarattığı anlaşılmaktadır.

Eğitim durumuna göre yaşam tatmininin farklılaşıp farklılaşmadığı araştırıldığında, yaşam tatmininin eğitim durumuna göre değişmediği görülmüştür.

Tablo 5. Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

Ölçek	Yaş	Em. Süresi	Gelir	Yaşam Tatmini
Emeklilik Süresi	0,654**	1		
Gelir	-0,224**	-0,137*	1	
Yaşam Tatmini	-0,29	-0,71	0,198**	1
Emeklilikten Sonraki Yaşamlarını değerlendirme	-0,40	-0,49	0,163**	0,565**

** p<0,01

*p<0,05

Tablo 5, 65 yaş üstündeki katılımcıların yaş, emeklilik süresi, gelir, genel olarak yaşam tatmini ortalaması ve emeklilikten sonraki yaşamını değerlendirmesi ortalaması arasındaki ilişkilerin sonuçlarını göstermektedir. Buna göre; en kuvvetli ilişki emeklilik sonrası yaşam tatmini ile genel yaşam

tatmini ortalaması arasında olmaktadır (% 56,5). Buradan hareketle genel yaşamlarından tatminleri yüksek olan kişilerin emeklilik sonrasında da bu mutluluklarının devam ettiğini söylemek yerinde olacaktır.

Sonuç ve Değerlendirme

Çalışmada elde edilen bulgular hem kavramsal olarak yaşlılığı anlamada hem de yaşam tatmini boyutuyla emeklilerin tutumunu anlamada katkıda bulunmaktadır. Emeklilerin önceki dönemlere göre sosyal ilişkileri ve etkileşimleri hafif bir artış göstermekte, sağlık durumları yaşlılıktaki beklentiler doğrultusundaki şikâyetleriyle birlikte gerçekleşmekte, ancak ekonomik durumlarında bir gerileme meydana gelmektedir.

Softa ve arkadaşlarının (2016) Kastamonu Halk Sağlığı Müdürlüğüne bağlı Aile Sağlığı Merkezlerine başvuran 65 yaş ve üstü bireyler ile yürütmüş oldukları bir çalışmada; yaşlıların yaş, eğitim, ekonomik durum ve kronik hastalık durumu ile, çok boyutlu algılanan sosyal destek ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05$).

Çanakkale Belediyesi ve Çanakkale 18 Mart Üniversitesince Uluocak vd., (2013) tarafından 65 yaş üstü 1001 kişi üzerinde yürüttükleri bir projede yaşlıların yaşam kaliteleri değerlendirilmiş ve kadınların, ileri yaşta olanların, yalnız yaşayanların, ilköğretim ve altı eğitim görmüş olanların, gelecekte umutlu olmayanların, herhangi bir sağlık sorunu yaşayanların, bakıma ihtiyacı olanların, düşük gelirli olanların riskli grupları oluşturduğu gözlenmiştir.

Arun'un (2008) yaptığı bir çalışmada da özellikle fiziksel sağlık, ruhsal sağlık, çevre ve sosyo-demografik ve ekonomik değişkenlerden oluşan dört ana alanın, Türkiye'de yaşlılarda yaşam memnuniyetini belirleyen göstergeler olarak önem kazandığı tespit edilmiştir.

İlbaý ve arkadaşlarının (2016) Sakarya'da 212 emekli üzerinde yaptıkları bir çalışmada ise, bireyin rehberlik ve psikolojik danışma gereksinimleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen sonuca göre, emeklilerin yaşam doyumları ve rehberlik ihtiyaçlarının cinsiyete, yaşa, medeni durum ve barındıkları yer değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Bu çalışmada da, emeklilikte cinsiyetin yaşam tatmini ve yaşadığı şehirden tatmin olma noktasında etkin bir değişken olmadığı belirlenmiş; sosyal gruplarda aktif yer almanın, faal olarak herhangi bir etkinlikte bulunmanın, boş zaman faaliyetleri ile yaşamları doldurmanın yaşam tatminini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların yaşam tatmin oranı % 67 olarak gerçekleşmiştir.

Çalışmamızda emeklilik sonrası yaşamı değerlendirme ile genel yaşam tatmini ortalaması arasında da pozitif bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Böylece genel yaşamlarında tatminleri yüksek olanların, bu mutluluklarını devam ettirdikleri anlaşılmaktadır. Son önemli ve bilinen bulgu ise; yaş ile gelir arasındaki ilişkidir. Buna göre kişinin yaşı arttıkça geliri azalmaktadır. Dolayısıyla gelir ile tatmin arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Kişilerin ilgili döneme uyum sağlayarak, tatmin edici bir yaşam sürebilmeleri için yaşlılığı kabullenmeleri ve yaşlanma fikrini benimsemeleri, böylece bu döneminin sağlık sorunları, gelir azalması, boş zaman vb. özelliklerini dikkate alarak yaşlılığa hazırlanmaları gerekmektedir. Bu nedenle, emeklilerin ruhsal sağlıklarının sürdürülebilmesi ve yaşam doyumlarının iyi düzeyde olması için yaşlıların sağlığı geliştiren davranışları gerçekleştirmeleri, faal olmaları gerekmektedir.

Türkiye, her ne kadar gelişmiş AB ülkelerine göre yaşlı bir nüfusa sahip olmasa da, sosyal devlet olmanın bir gereği olarak yaşlıların sosyal refahı ve mutluluğu için, sosyal politika ve sosyal hizmetlerin temel esasları doğrultusunda ulusal yaşlı politikasını oluşturmalıdır. Sosyal boyutuyla yaşlılar politikasının kapsamı geniş olup, çalışma hayatı, sağlık, bakıma muhtaçlık, barınma, toplumsal yapı içinde yaşlıların sosyo-kültürel konumu, serbest zamanın değerlendirilmesi ve eğitim gibi temel sosyal konular ve haklar, yaşlılar politikasını kapsamaktadır. Bu bağlamda yaşlıların fonksiyonlarındaki azalma, sağlık sorunları, maddi kayıp ve benzeri ekonomik, sosyal, psikolojik sorunlarıyla baş edebilmelerine katkı sağlamak, devlet politikaları içinde yer almalıdır. Böylece yaşlıların yaşam kaliteleri yükselerek yaşamdan zevk almaları mümkün olabilecektir.

Gelişmiş ülkelerde olduğu gibi Türkiye’de de, yaşlılığa hazırlık adına, emekli olmak için gerekli çalışma süresini tamamlayan bireylere yaşlılık döneminde karşılaşılabilecekleri sorunlar, bakım ve hastalıklardan korunmaya yönelik

önlemler ve bedensel aktiviteleri içeren sağlıklı, üretken bir yaşlılık dönemi geçirebilmeleri için sistemli hazırlık programları, konferans, seminer vb. kurumsal olarak uygulanmalıdır.

Yaşlılığa hazırlığın sağlık ve psiko-sosyal açıdan bireyleri yaşam tatminleri açısından etkilediği söylenebilir. Bu nedenle kişilerin aktivitelerini yitirmeye başladıkları ve emeklilikle birlikte ortaya çıkan boşluğu kapatmalarını sağlamak adına 65 yaş üstü kişilerin boş zamanlarını değerlendirebilecekleri ilgi ve hobilerin geliştirilmesine öncelik verilmeli, böylece bireylerin potansiyel insan kaynaklarının kullanılması ile kazanılacak alışkanlıkların yaşam kalitesini geliştirmesi sağlanmalıdır.

KAYNAKÇA

Alper Y. (2016), “Cumhuriyetten Günümüze Türk Sosyal Güvenlik Sistemi”, Mehmet Zencirkıran (Ed.), **Dünden Bugüne Türkiye’nin Toplumsal Yapısı** içinde, Bursa, Dora Yayını.

Alper, Y. (1990), “Sosyal Güvenlik, Özel Emeklilik Sigortaları ve Enflasyon”, **Kalkınmada Anahtar Dergisi**. M.P.M. 2: 10.

Altan, Ö. Z., Şişman Y. (2003), “Yaşlılara Yönelik Sosyal Politikalar”, **Kamu-İş İş Hukuku ve İktisat Dergisi**, 7(2), s. 2-36.

Anonim. (1981), “Quality of Life-Problems of Assessment and Measurement”, **Socio Economic Studies**. 5, Unesco.

Anonim. (1989), “Survey of Health and Living Status of the Eldery In Taiwan: Questionnaire and Survey Design Comparative Study of the Elderly in Four Asian Countries”, **Research Report**. 1, December.

Arslan, H. N. (2011), “Yaşlıların Yaşadıkları Ortama Göre Yaşam Kalitesi Ve Yaşam Doyumunu Düzeylerinin Karşılaştırılması”, (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, 19 Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

Arslan, Ş., Kutsal Y. G. (1999), Geriatriye Yaşam Kalitesinin Değerlendirimi, **Turkish Journal of Geriatrics**, 2(4), s. 173-178.

Baran, G. A., Kalınkara, V., Aral, N., Akın, G., Baran, G., ve Özkan, Y., (2007). “Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Yaşlıların Gündelik Yaşamdan Tatmin Düzeyleri: Ankara Kentsel Kesit Örneği”, **Turkish Journal of Geriatrics**, 10(1), s.10–18.

Barrow, G.M., (1989), **Aging, the Individual and Society**, New York, West Pub. Co.
Boylu, A. A. (2013), “Yaşlılıkta Yaşam Kalitesi ve Konut İlişkisi”, **Toplum ve Sosyal Hizmet**, 24(1): 145-156.

Büken, Nüket, Ö. ve Büken, E. (2003), “Yaşlanma Olgusu ve Tıp Etiği”, **Turkish Journal of Geriatrics**, 6 (2), s. 75-79.

Canatan, A. (2008), **Sosyal Yönleriyle Yaşlılık**, Ankara, Palme Yayıncılık.

Çimen, S. (1996), “Yaşlı Bireylerde Öz Bakım ve Yaşam Doyumlarının Araştırılması”. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

Çoban, A. İ. (2005), “Yalnız Yaşayan Yaşlılara İlişkin Aile Politikaları”, **Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi**, 8(8).

DPT, (2007), **Türkiye’de Yaşlıların Durumu ve Yaşlanma Ulusal Eylem Planı**, Ankara, DPT Yayınları.

- Görgün-Baran, A., (2004), “Yaşlılık Sosyolojisi”, **Yaşlılık: Disiplinler Arası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler**, Ed. Velittin Kalıncara, Ankara, Odak Yayınları.
- Hooyman, N.R., Kıyak, A., (1988), **Social Gerontology / A Multidisciplinary Perspective**, Washington, Washington Univ. Press.
- İçli, G. (2010), “Yaşlılar ve Yaşlılığın Değerlendirilmesi: Denizli İli Üzerine Niteliksel Bir Araştırma”, **Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi**, 3(1-2), s. 1-13.
- İlbay-Bayram A., Yiğit Y., Özişli Ö. (2016), Life Satisfaction and Guidance Need of There Retired People: Sample of Sakarya, **Journal of Behavior at Work**,1 (1)
- Kaygusuz, C. (2008), “Yaşlılık Kuramları”, **Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık**, Ed. K. Ersanlı ve M. Kalkan, Ankara, Pegem Akademi Yayını.
- Kotler, P. (1997), **Geleceğin Pazarının Haritasını Çıkarmak, Geleceği Yeniden Düşünmek**, Çeviren: Sinem Gül, İstanbul, Sabah Kitapçılık.
- Marangoz, M. (2000), “Geleceğin Pazar Yapılarındaki Değişim ve Yaşlı Tüketiciler Pazarı”, **Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**, 15(1), s. 35-47.
- Marangoz, M. (2006), “Yaşlı Tüketiciler ve Yaşlı Tüketicilerin Harcama Eğilimlerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma”, **Yönetim ve Ekonomi**, 13(1), s. 79-96.
- Oğuz T.(2007), “Yaşlılarda Görülen Biyolojik ve Sosyal Değişimler”, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, SBE.)
- Özdipçiner, N.S. (2010), “Yaşlı Alman Turistlerin Tatil Tatmini: Hastalık ve Çalışma Durumlarına İlişkin Bir Araştırma”, **Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi**, 2(4), s. 25-40.
- Riley, M. W., Johnson, M., & Foner, A. (1972), “Elements in a Model of Age Stratification. In **Aging and Society III: A Sociology of Age Stratification**. (Eds.), M. W. Riley, M. Johnson, & A. Foner. New York, Russell Sage.
- Salman, S. (2004), “Öğretmenlerin Emeklilik Dönemine Uyumluluğu ve Yaşam Tatminleri”, (Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, FBE,).
- Softa, H.K., Bayraktar, T. ve Uğuz, C. (2016), “Yaşlı Bireylerin Algılanan Sosyal Destek Sistemleri Ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarını Etkileyen Faktörler”, **Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi**. 9(1), s. 1-12.
- Stuteville, D. (1984), “Retirement Satisfaction And The Timing Of The Retirement Age: An Analysis of Retirees and Older Workers From a Fortune 500 Firm”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Portland State University, Portland University.

Taşçı, F. (2010), “Yaşlılara Yönelik Sosyal Politikalar: İsveç, Almanya, İngiltere ve İtalya Örnekleri”, **Çalışma ve Toplum**, 24, s. 175-202.

Tufan, İ., (2002), **Antikçağdan Günümüze Yaşlılık**, İstanbul, Aykırı Yayıncılık.

Turan, A.H. ve Çolakoğlu, B.E. (2009), “Yaşlı Tüketicilerde Algılanan Marka Değeri ve Satın Alma Niyeti”, **Afyon Kocatepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**, 11(1), s. 277-296.

TÜİK (2013), **Nüfus Projeksiyonları 2013-2075**.

Uluocak Ş., Aslan C., Gökulu G., Bilir O., Bakar C. (2013), **Çanakkale Kent Merkezinde Yaşayan 65 Yaş ve Üzeri Kişilerin Sosyo-Kültürel, Demografik, Ekonomik Özellikleri ile Sağlık Durumları ve Yaşam Kalitesi**, Çanakkale Belediyesi Yayınları, ISBN: 978 – 605 – 64399 – 0 – 2, Kasım.

<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21520>, (E.T. 30 Ocak 2016).