

# Yaşlılıkta Uyum Gücünü ve Başarılı Yaşlanmaya Dair Sosyolojik Bir Araştırma: Gümüşhane İli Örneği

## A Sociological Research on Adaptation Difficulty in Old Age and Successful Aging: The Case of Gümüşhane Province

Alev Akbal<sup>1</sup>

### Öz

Yetişkinlik döneminin bir uzantısı olan yaşam süresinin ileriki dönemlerinde fiziksel ve ruhsal değişimlerin görüldüğü yaşlılık, fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Sağlıklı her birey bu dönemi yaşayacaktır. Yaşlılık olgusunun ülkemizde önemli bir yer edinmesiyle 65 yaş ve üstü bireylerin psikososyal yaşam memnuniyetlerinin incelenmesi bu araştırmanın odağını oluşturmaktadır. Bu odak doğrultusunda yaşlılık döneminin pasif ve verimsiz geçirilmesi çalışmanın temel problemi. Araştırma 65 yaş ve üstü bireylerin yaşlılık döneminde yaşadıkları problemlerin yaşam kalitelerini nasıl etkilediğinin ortaya koyulması düşüncesiyle şekillendirilmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın temel amacı, yaşlılıkta uyum gücünü ve başarılı yaşlanma düzeylerinin çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmesidir.

Bireylerin içinde buldukları ortam, çevresiyle ve şartlarıyla beraber göz önüne alındığında yaşlılık süreci farklı etmenlere göre değişiklik gösterebilmektedir. Erkekler kadınlara oranla başarılı yaşlanma ölçeğinin sorularına daha olumlu yanıt vermişlerdir. Yaşlılıkta uyum gücünü konusunda ise kadınlar erkeklere nazaran daha olumlu görüş bildirmişlerdir. Yaşlılık sürecinde, ailesiyle sıklıkla görüşenler başarılı yaşlanma ortalamalarının yüksek; yaşlılıkta uyum gücünü ortalamalarının düşük olduğu görülmüştür. Sosyal etkileşim arttıkça başarılı yaşlanma düzeyi yükselmektedir. Bununla birlikte eşi ya da çocuklarıyla birlikte yaşayan yaşlılar, yalnız yaşayanlara göre daha az uyum gücünü yaşamaktadır. Katılımcıların çoğunluğu huzurevinde kalmak istemediğini belirtmektedir. Emekli olan ya da halen çalışmakta olan katılımcıların başarılı yaşlanma ortalamaları yüksek, yaşlılıkta uyum gücünü ortalamaları ise düşüktür. Aktivite kuramına göre yaşlı bireyler yaşlılık sürecinde sosyal hayata aktif bir biçimde katıldıkları takdirde başarılı yaşlanma gerçekleşecektir.

**Anahtar Kelimeler:** Aktivite Kuramı, Başarılı Yaşlanma, Yaşlılık, Uyum Gücünü.

### Abstract

Old age, where physical and spiritual changes occur in the later periods of life, which is an extension of adulthood, is a period in which physical, psychological and social changes are experienced. Every healthy individual will experience this period. As the phenomenon of old age has gained an important place in our country, examining the psychosocial life satisfaction of individuals aged 65 and over constitutes the focus of this research. In line with this focus, the main problem of the study is to spend the old age passively and unproductively. The research was shaped with the idea of revealing how the problems experienced by individuals aged 65 and over during their old age affect their quality of life. In this regard, the main purpose of the research is to examine the levels of adaptation difficulties and successful aging in old age according to various demographic variables.

When the environment, environment and conditions of individuals are taken into consideration, the aging process may vary according to different factors. Men responded more positively to the questions of the successful aging scale than women. Women expressed more positive views than men regarding the difficulty of adaptation in old age. It was observed that those who frequently met with their families during the aging process had higher averages of successful aging and lower averages of difficulty of adaptation in old age. The level of successful aging increases as social interaction increases. However, elderly people living with their spouses or children experience less difficulty of adaptation than those living alone. The majority of participants stated that they did not want to stay in a nursing home. Participants who are retired or still working have higher averages of successful aging and lower averages of difficulty of adaptation in old age. According to the activity theory, successful aging will occur if elderly individuals actively participate in social life during the aging process.

**Keywords:** Activity Theory, Successful Aging, Old Age, Difficulty in Adaptation.

### Araştırma Makalesi [Research Paper]

**Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı:** Çalışmanın araştırma kısmı Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 14.06.2023 tarih ve 2023/3 sayılı kararı ile alınan izin doğrultusunda gerçekleştirilmiştir.

**Submitted:** 03 / 11 / 2023

**Accepted:** 26 / 11 / 2024

<sup>1</sup>Dr. Öğr. Üyesi Alev Akbal, Gümüşhane Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü Öğretim Üyesi, Gümüşhane, Türkiye, alev.akbal@gumushane.edu.tr, ORCID:https://orcid.org/0000-0001-9240-9660.

## Giriş

Küreselleşmeyle birlikte tüm dünyada bilimsel, teknolojik ve ekonomik gelişmeler hız kazanmaktadır. Özellikle bilimsel alanda meydana gelen gelişmeler mevcut ya da olası sağlık problemlerine ışık tutmaktadır. Bu durum beraberinde yeni kavram tartışmalarına yol açmaktadır. Özellikle tıbbi alanda yaşanan gelişmeler insan ömrünü uzatmakta ve nüfusta yaşlanmanın artmasına sebep olmaktadır. Yaşlanma, bireyin anne karnından başlayan ve ölümüne kadar giden zaman içerisinde fiziksel, bilişsel, psikolojik ve toplumsal açıdan olumsuz yönde artış gösteren bir değişime uğrayan kaçınılmaz bir süreçtir (Tomanbay, 2002: 250). Yaşlılık dönemi üzerinde yapılan araştırmalar ve veriler günümüzde 65 yaş ve 65 yaşının üstünde olan yaşlı nüfusun giderek arttığını işaret etmektedir. Türkiye İstatistik Kurumu 2022 yılında yayınladığı rapora göre (<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Yaslılar-2023-53710>, Erişim Tarihi: 19.09.2024) Türkiye'deki yaşlı nüfusun oranı %9,5'dir. Mevcut oranlara bakılarak bu oranın 2030 yılında %12,9, 2040 yılında %16,3, 2060 yılında %22,6 ve 2080 yılında %25,6 olacağı öngörülmektedir.

Yaşlanmanın artmasıyla birlikte yaşlı bireylerin gittikçe toplumdan soyutlandığı ve yaşlılık dönemlerini daha pasif geçirdiklerine dair sorunsallar sosyal bilimlerin tartışma konuları arasında yer almaktadır. Her bireyin biyolojik olarak ortak özelliği olan yaşlanma, sağlık ve hastalık koşulları, yaşam tarzı, günlük aktiviteler, çalışma yaşamı, emeklilik, toplumsal konum ve sosyal ilişkileri açısından bireysel farklılıklar göstermektedir (Kırdı ve diğ., 2009). Yaşlanma ile birlikte bireyler biyolojik olarak farklı zaman dilimlerinde benzer özellikler (duyusal işlev kaybı, fiziksel güç kaybı, kronik hastalıklar, özbakımı gerçekleştirilmede güçlük vb.) sergilese de psikolojik ve sosyal alanda daha farklı dönüşümler yaşayabilmektedir. Yaşlanma, toplumsal yapıdan, toplumsal ilişkilerden bağımsız düşünülemez.

Giddens'a göre (1976:128) aktörler, toplumsal yapıları sosyal ilişkiler yoluyla üretebilir ve zamanla aynı ya da farklı biçimlerde yeniden üretebilirler. Aynı zamanda aktörler de toplumsal yapıların da baskısı altındadır, çünkü toplumsal yapılar, özellikle güce sahip olan aktörler tarafından yaratılır ve yerleştirilirler. Yaşlanma sürecinde de aktörler toplumsal yapının kuralları ve kaynaklarından etkilenmekte, sosyal pratikleri de bu doğrultuda dönüşüme uğramaktadır. Özellikle çalışma yaşamı ve emeklilik süreci ile birlikte toplumsal yapıdaki -toplumsal ilişkilerdeki- dönüşüm daha belirgin hale gelmektedir. Daha genel anlamda yaşlı bireylerin içinde buldukları demografik yapı, coğrafya, sahip oldukları kültürel, ekonomik ve sosyal sermaye sosyal pratikleri, sosyal pratiklerde yapıyı etkilemektedir. İnsanların gelişim evrelerinden biri olan yaşlanma dönemi fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik kayıplara uğramaktadır. Yaşlılar homojen bir varlık olmayıp kendi bireyselliklerini taşımakta ve sosyoekonomik statüden, etik ve kültürel kurallardan ve normlardan etkilenmektedirler (Zheleva, 2013: 235).

Tereci ve diğerlerine göre (2016: 88) yaşamımızın her döneminde olduğu gibi yaşlılık sürecinde de meydana gelen bir takım fiziksel ve psikososyal değişimler vardır. Hızla değişen dünyaya uyum sağlama ve beraberinde hayatlarını zorlaştıran diğer dış etkenlerle birlikte bakıldığında yaşlı bireylerin topluma ayak uyduramama, damgalanma, sosyal izolasyon vb. gibi sorunlar yaşaması kaçınılmazdır. Bu bağlamda yaşlı bireylerde meydana gelen psikolojik, fizyolojik, sosyo-kültürel değişimleri bilmek yaşlılık döneminde karşılaşılan sorunları çözmede oldukça önemli bir faktördür. Toplumsal yapının, aile yapısının ve bu kapsamda bireylerin statü ve rollerindeki değişime paralel olarak pasif ve verimsiz yaşlılık olgusu günümüzde artarak devam eden bir toplumsal sorun olarak değerlendirilmektedir. Bu kapsamda verimsiz geçirildiği düşünülen dönem hem birey hem de çevresi için birçok olumsuzluğu beraberinde getirmektedir. Bu sebeple de yaşlılık döneminin pasif ve verimsiz geçirilmesi çalışmanın temel problemini oluşturmaktadır.

Çalışmanın temel amacı 65 yaş ve üstü bireylerin başarılı yaşlanmanın yaşlılıkta toplumsal uyum sorunlarını nasıl etkilediğini ortaya koymaktır. Temel amaç kapsamında aşağıdaki sorulara yanıtlar aranmaktadır:

- Bireyler yaşlılık dönemini nasıl geçirmektedirler?
- Yaşlılık bireyleri sosyolojik açıdan nasıl etkilemektedir?
- Bireylerin yaşlılık dönemini daha verimli geçirmeleri için neler yapılmalıdır?

## 1. Yaşlılığın Sosyolojik Değerlendirmesi

Yaşlılık sürecinde genel olarak ruhsal, bedensel, sosyal bir gerileme yaşanmakta ve işlevsel kayıplar görülmektedir. Taşçı'ya göre (2010: 175-176) "Yaşlılık" olarak adlandırılan dönem; çeşitli sağlık sorunları ve bireyin yaşlanması nedeniyle işlev kayıplarının yaşandığı, yemek yeme, öz bakımını gerçekleştirme, alışveriş yapma gibi bireyin temel ihtiyaçlarını gidermede zorlukların ortaya çıktığı, yürüme gibi temel fiziksel kabiliyetlerin gerçekleştirilemediği, çevre ile yeterli ilişkilerin kurulamadığı, fiziksel, bilişsel, psikolojik, sosyal boyutları olan ve kendine özel özelliklere sahip yaşam dönemidir. Yaşlılık döneminin fiziksel özellikleri; fiziksel gerilemeler, bireyin vücudundaki hücre üretmesinin azalması sonucunda organlarda yaşanan yenilemenin yavaşlaması, kesilmesi ve bu doğrultuda oluşan zedelenmelerle birlikte ortaya çıkmakta, daha önce sahip olunan fiziksel güç kaybedilmekte, güç kaybına ilave olarak deride zamanla artan

kıvrımlar, saçların beyazlaması, iskelet ve kemik dokusunun bozulması yaşlılık sürecinin fiziksel özellikleri içerisinde yer almaktadır (Çiftçi, 2008: 223). Yaşlılıkla beraber ortaya çıkan fiziksel değişimler psikolojik değişimi de beraberinde getirmektedir. Erikson'un (1984: 39-41) psikososyal gelişim kuramına göre yaşlılık döneminde ölüm korkusu ve umutsuzluk duygusu yoğun bir biçimde yaşanmaktadır. Sosyolojik olarak yaşlılık sosyal yapı ve bireyin etkileşimi ile birlikte düşünülmektedir. Tek nedenli açıklanamayan yaşlılık sosyal, ekonomik, kültürel, yerel ve küresel unsurlarla birlikte ele alınmaktadır. Sosyal teoride yaşlılık ilk olarak 1940'lı yıllarda yapısal işlevsel yaklaşım tarafından açıklanmaktadır. Yapısal işlevselci yaklaşımdan etkilenen ilk kuram "aktivite kuramı" yaşlılık alanında çalışmalar sergilemektedir. Aktivite kuramı yaşlıların yaşam memnuniyeti ve toplumsal hayata katılım ilişkilerini araştırmaktadır. 1980'li yıllara gelindiğinde ise fonksiyonalizm ve ekonomi-politik kuramın, son yıllarda ise eleştirel kuramın yaşlılık çalışmalarında etkili olduğu görülmektedir (Kurtkapan, 2018).

Aktivite teorisyenleri geri çekilme kuramının aksine yaşlanma sürecinin beraberinde getirdiği fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik etkilere rağmen yaşlı bireylerin aktif olarak sosyal yaşama katılması gerektiğini vurgulamaktadır. Toplumsal izolasyona rağmen yaşlanma sürecinde bireyler orta yaşta yaptıkları eylemleri devam ettirmek istemektedirler (Onur, 2017: 190). Bu nedenle mevcut etkinliklerine yenilerini eklemeye devam etmektedirler. Aktivite kuramına göre önemli olan yaşlanmayla beraber yaşlı bireylerin toplumsal izolasyona teslim olmasına engel olabilmektir. Bu nedenle yaşlılığın sosyolojik analizinin yapıldığında özellikle emeklilik süreciyle aktif çalışma döneminin sona ermesiyle toplumsal ilişkilerde biçim değiştirmektedir. Yaşlı bireylerin toplumsal izolasyonu doğrudan sosyoekonomik durum, sağlık koşulları, yaşam tarzı ve aktif yaşama katılma talebiyle doğrudan ilgilidir (Üçok, 2018: 452). Bu durum bireyler arasında farklılık göstermektedir.

Çocukluk, gençlik ve yetişkinlik döneminde gelişim sürecindeki psikososyal gereksinimler yaşlılık döneminde de devam etmektedir. Bu gereksinimlere cevap verecek araçlar toplumsal izolasyon olduğu sürece ulaşamaz ya da zor ulaşılan araçlar olmaya devam etmektedir. Bu nedenle yaşlı bireyin topluma aktif olarak katılımını sağlayan araçların oluşturulması gerekmektedir (Kalaycıoğlu, vd., 2003).

Etkin ve verimli yaşlanma olarak ta yorumlanan aktivite kuramının en önemli kavramı "başarılı yaşlanma" kavramıdır (Baltes, 1987). Yaşlılık kavramının beraberinde getirdiği, toplum tarafından olumsuz olarak düşünülen ve sosyal izolasyona neden olan sosyal, ekonomi, sağlık alandaki değişimlerle birlikte "başarılı" kavramının vurgulanması, bireylerin yaşlılığında aktif yaşama katılarak bireylerin süreci mutluluk içinde yaşamaları gerektiğini vurgulamaktır. Yani pasif olma yaşlı bireylerin mutsuz olmasına toplumsal rollerinin ve değerlerinin kaybolmasına neden olmaktadır. Bu durum aktif istihdam sürecinin sona ermesi yani emeklilikle birlikte kaybolan rollerin ve değerlerin devam etmesi ve yeni sosyal ilişkilerin geliştirilmesi yaşlılıkta verimliliğin artmasına neden olacaktır. Sosyal ilişkilerin devam etmesi ve yeni etkinliklerin varlığı yaşlılık döneminin mutlu ve verimli geçmesini sağlayacaktır (Tufan, 2003). Bu şekilde yaşam kalitesini de artıracaktır. Yaşam kalitesi başarılı yaşlanma kapsamında bireyin sağlık problemlerini en minimize düzeyde tutması, fiziksel aktivitelerini devam ettirmesi, maddi olanaklarını kaybetmemesi, sosyal ilişkilerinin sürdürülebilirliğini sağlaması ve bu şekilde kendini yaşlılık sürecine hazırlaması anlamına gelmektedir (Görgün-Baran 2007:237).

Yaşlanmayla birlikte başta ekonomik olmak üzere kültürel ve sosyal sermayelerde azalma görülmektedir. Genel olarak düşünüldüğünde yaşlılık sürecinde karşılaşılan en önemli sorun yaşlı bireylerin ekonomik sermayelerindeki azalmadır. Hazer ve Aslan'a göre (2010) emeklilikte statü ve ekonomik zararlar veya yetersizlikler göz önüne çıkmaktadır. Emeklilikten sonra gelir seviyesinde azalma, teknolojinin iş gücünde insan gücünün yerini alması ve nüfus sürekli artış göstermesi istihdam sıkıntısı, sağlık sıkıntıları sebebiyle iş hayatından ayrılma, hayatın pahalılaşması yaşlı birey maddi zorluklarla ve yoksullukla yüz yüze gelmektedir. Bir işte çalışan yaşlı bireylerin işgücü işverenler tarafından kullanılmakta ve düşük maaşlarla çalıştırılmaktadır (Emiroğlu, 1995: 40).

Yaşlanmayla birlikte ortaya çıkan bir başka sorun yalnızlaşma ve toplumsal izolasyondur. Kılavuz'a göre (2005: 32) eşini kaybeden ya da çeşitli nedenlerle çocukların evden ayrılması sonucu yalnız yaşamak zorunda kalan yaşlı bireyler, arkadaş ya da akrabaları ile kurduğu sosyal ilişkiler sonucunda yalnızlık ve izolasyonun üstesinden gelmektedir. Bu bağlamda yaşlı bireylerin yalnız hissetmelerine, kendilerini toplumdan soyutlama eğiliminde olmalarına bu doğrultuda ise yalnızlık ve sosyal izolasyon sorununa maruz kalmalarına neden olmaktadır. Bir toplumda yaşlıların etkileşimi ne kadar çok uzun sürerse ve toplum tarafından bu etkileşime ne kadar çok anlam yüklenirse, yaşlanma dönemindeki yalnızlık düşüncesi etkisini kaybetmektedir (Johnson, 1995). Sosyal izolasyon ve yalnızlık cinsiyete göre de farklılık göstermektedir. Kadınların ortalama yaşam süresi, erkeklere göre daha uzun olduğundan kadınlar yalnızlık sorunu ile daha fazla karşı karşıya kalabilmektedir (Zorn ve Johnson, 1997).

Taşçı'nın (2010) "Yaşlılara Yönelik Sosyal Politikalar: İsveç, Almanya, İngiltere ve İtalya Örnekleri" çalışmasına göre yaşlılık döneminde, içinde bulunduğu mesleki yaşam ve sosyal statüde ortaya çıkan kayıplar nedeniyle yaşlı birey, yaşadığı çevrede veya toplumsal uyum sürecinde birtakım problemler yaşamakta ve bu problemlerin bireyi yalnızlığa sürükleyeceği bilinmektedir. Emeklilik sürecinin bir sonucu olarak mesleki kimliğin yitirilmesi, bireyin sosyal açıdan

dışlanmasına ve yaş ayrımcılığına maruz kalmasını etkilemekte olduğu ifade edilmektedir. Bu durum sonucu olarak, yaşlı birey yalnızlaşmakta ve sosyal izolasyona maruz kalmaktadır.

Yaşlanmayla birlikte ortaya çıkan bir sorun alanı da sağlık sorunlarıdır. Yaşlı bireyler, yetersiz besin tüketimi ve beslenme sorunları sebebi ile dikkat edilmesi gereken risk grupları arasında yer almaktadır (Rakıcıoğlu, 2004). Ancak yaşlıların risk grubunda yer almasının çeşitli nedenleri bulunmaktadır. Yaşlı bireylerin ihmal ve suiistimal edilmesi, bilişsel bozukluklar, duygulanım bozuklukları, beslenme bozuklukları, duyuşsal bozukluklar, tekrar eden enfeksiyon hastalıkları, yürüyüş bozuklukları, fazla sayıda ilaç kullanımı gibi bozukluklar bu nedenler arasında sayılabilmektedir (Gökçe-Kutsal, 2006: 49). Bununla birlikte yaşlılık döneminde sıklıkla karşılaşılan sorunlar arasında Alzheimer, demans, kireçlenme, uyku bozuklukları, kemik erimesi, duyuşsal işlev kaybı, uzuv işlev kaybı gibi sorunlar başta gelmektedir. Tereci ve diğerlerine (2016: 98) göre bu kayıpların dışında yaşlıların yaşadığı ortam koşulları, bireylerin sahip oldukları eğitim ve ekonomik düzeyleri de yaşlılık döneminde karşılaşılan sağlık sorunu düzeyini etkilemektedir.

Yaşlanma döneminin sonucu olan fiziksel ve sosyal değişimler yaşlıların ruhsal durumunu etkilemektedir. Yaşlıların fiziksel işlevlerindeki azalmalar ile gençken kolay bir şekilde yapabildikleri işleri artık güçlüklerle yapmaları ve ekonomik durumlarının kötüleşmesi bireyi bağımlı duruma getirmektedir. Bu bağlamda yaşlıların kendi bakımlarını yerine getirmekte zorlanmaları ve başkalarına yük olduklarını düşünmelerine neden olmaktadır. Sosyal hayattan uzaklaşma, iş hayatını bırakma ve bazı toplumsal statüleri kaybetme duygusunu daha fazla hissetmesine, olumsuz düşüncelere kapılmasına ve benlik saygılarını yitirmeye başlamalarına sebebiyet vermektedir (Akal, 2005). Bu doğrultuda yaşanan değişiklikler yaşlı bireylerin psikolojik sağlıklarını olumsuz etkileyebilir. Bu dönemde sık görülen psikolojik problemlerin arasında eskiye duyulan özlem ve bağlılık, unutkanlık, öğrenmede yaşanan güçlükler, uyum sağlama sürecinde zorluklar, ölüm korkusu, depresyon ve alınganlık yer almaktadır (Ağar, 2020).

## 2.Yöntem

65 yaş ve üstü bireylerin başarılı yaşlanma ve toplumsal uyum güçlüğü arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla hazırlanan çalışmada yapısal işlevselci yaklaşımdan etkilenen aktivite kuramından yararlanılmıştır. Pozitif epistemolojiye uygun olarak nicel araştırma yöntemlerinden anket tekniği kullanılmıştır.

Çalışmanın araştırma bölümünde araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ile birlikte iki ayrı ölçekten yararlanılarak anket uygulanmıştır. Çalışmada veri, IBM SPSS 25.0 versiyonu kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılacak ölçekler ve anket formlarını uygulayabilmek amacıyla "Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu"na başvurularak, kuruldan Etik Kurul Onayı (Sayı: 2023/3, Tarih: 14/06/2023) alınmıştır. Araştırmada kullanılan anket formları, gönüllülük esasına dayanarak 01.07.2023 – 20.07.2023 tarihleri arasında Gümüşhane ili Hasanebey Mahallesi'nde ikamet eden, 65 yaş ve üzerinde olan 101 katılımcıya uygulanmıştır. Araştırma, betimleyici ve açıklayıcı araştırma tipine uygundur.

Çalışmada demografik verilere ulaşmak için uygulanan anketle birlikte başarılı yaşlanma ve yaşlılarda uyum güçlüğüne yönelik iki ölçek kullanılmıştır. Yaşlılarda Uyum Güçlüğü Değerlendirme Ölçeği, Şişman ve Kutlu (2016) tarafından geliştirilmiş ve kapsam geçerliği indeksi %98,54'dür. Ölçek dörtlü likert tipine sahip (*hiç katılmıyorum – biraz katılıyorum – oldukça katılıyorum – çok katılıyorum*) ve 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte uygulanan faktör analizi sonucunda öz değeri bir ve üzeri olan toplam varyansın %65,57'sini açıklayan dört faktör elde edildi. Ölçeğin Cronbach's Alfa değeri 0,93 olarak belirlendi. Yarıya bölme yöntemi sonucunda ise ilk yarının Cronbach's Alfa değeri 0,88; ikinci yarının ise 0,89 olarak belirlendi ve Guttman Cronbach's Alfa değeri 0,83" (Şişman & Kutlu, 2016) olarak hesaplanmıştır. Ölçekte katılımcıların yaşlılıkta yaşadığı fiziksel, psikolojik ve sosyal güçlükler araştırılmaktadır.

Başarılı yaşlanma ölçeği ise Gary T. Reker (2009) tarafından geliştirilen ve Hazer ve Özsungur (2017) tarafından Türkçe'ye çevrilen, katılımcıların başarılı yaşlanma durumlarının değerlendiren bir ölçektir. 10 sorudan oluşan ölçek, 7'li likert tipi (*kesinlikle katılıyorum – katılıyorum – kısmen katılıyorum- kararsızım – kısmen katılmıyorum – katılmıyorum – kesinlikle katılmıyorum*) bir ölçektir" (Demirel, 2019). "Ölçeğin Türkçe Uyarlaması için Cronbach Alpha değeri .85 olarak belirtilmiştir. Sağlıklı yaşama biçimi alt boyutunun Cronbach Alpha değeri .833 ve sorunlar mücadele etme alt boyutunun Cronbach Alpha değeri ise .928 şeklinde rapor edilmiştir" (Hazer & Özsungur, 2017). Ölçekte katılımcıların yaşlılık döneminde yaşama aktif katılma, fiziksel ve zihinsel sağlığı koruma ve sosyal ilişkilere katılım süreçleri araştırılmaktadır.

Analizlerin güven aralığı %95 düzeyinde ve istatistiksel anlamlılık seviyesi  $p<0,05$  olarak kabul edilmiştir. Verilerin normallik dağılımı analizi sonucunda ilgili ölçek verileri normal dağılım gösterdiği için istatistiksel analiz için parametrik testler uygulanmıştır. Katılımcının Cinsiyeti, Yaşı ve Sosyal Güvencesi için T testi; Medeni Durum, Öğrenim Durumu, Aylık Gelir, Ailesi ile görüşme sıklığı, Yaşam alanı paylaşma durumu, Huzurevinde kalma isteği, Hastalık Durumu, Çalışma durumu, Çalışmama sebebi, İş bulamama sebebi ve Emeklilik planı için Anova testi uygulanmıştır. Anova testi sonuçları Kişi sayısı(N), Ortalaması(X), Standart Sapması (SS), testin F değeri ve P değeri olarak gösterilmiştir. T testi

sonuçları Kişi sayısı(N), Ortalaması(X), Standart Sapması (SS), T değeri ve P değeri olarak gösterildi. Ölçeklerin arasındaki ilişkiyi belirlemek için Korelasyon Analizi uygulanmış ve Kişi Sayısı, Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon değerleri verilmiştir.

Araştırmanın evrenini, Gümüşhane ili Merkez ilçesinde ikamet eden 65 yaş ve 65 yaşın üzerinde bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Gümüşhane ili Hasanbey Mahallesi'nde ikamet eden, 65 yaş ve 65 yaşın üzerinde olan 101 kişiden oluşmaktadır. Çalışma boyunca bilimsel araştırmanın etik ilkelerine uygun hareket edilmiştir. Örneklem grubunun belirlenmesinde rastgele olmayan örnekleme tekniklerinden amaca yönelik örnekleme tekniğinden faydalanılmıştır. Amaca yönelik örnekleme tekniği, araştırmacının belirli bir amaca ulaşmak için belirli özelliklere sahip bir grubu seçerek çalışmasını gerçekleştirdiği örnekleme modelini ifade etmektedir (Büyüköztürk vd., 2023). 65 yaş üstü kadın ve erkek katılımcılardan görel olarak küçük bir örneklem oluşturmak için ve çalışmada belirtilen probleme taraf olabilecek bireylerin çeşitliliğini maksimum düzeyde yansıtmak amacıyla amaçlı örnekleme türlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme kullanılmıştır (Patton, 2005). Bu kapsamda Gümüşhane ili Merkez ilçesinde 65 yaş üstü kadın ve erkek bireylerin çoğunlukla yaşadığı Hasanbey Mahallesi örneklem olarak seçilmiştir. Gönüllülük esasında yapılan araştırmada 65 yaş üstü olan 101 kişi ile görüşme yapılmıştır.

## 2.1. Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler

Çalışmada katılımcıların demografik bilgilerinde cinsiyeti, medeni durumu, eğitimi, gelir durumu, çalışma durumu ve çalışmama nedenleri, kiminle yaşadığı, huzurevi hakkındaki görüşleri, sağlık durumları ve emeklilik durumlarına yer verilmiştir.

**Tablo 1. Demografik Bulgular**

	Kategori	n	%		Kategori	n	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	59	58,4		Okuryazar Değil	17	16,8
	Erkek	42	41,6		Okuryazar	11	10,9
<b>Yaş</b>	65-70	74	73,3	<b>Eğitim</b>	İlkokul Mezunu	33	32,7
	71 ve Üzeri	27	26,7		Ortaokul Mezunu	12	11,9
<b>Medeni Durum</b>	Evli	59	58,4	Lise Mezunu	19	18,8	
	Bekar	14	13,9	Lisans Mezunu	9	8,9	
	Eşi Vefat Etmiş	28	27,7	0-2000 TL	20	19,8	
<b>Sosyal Güvence</b>	Var	77	76,2	<b>Gelir Durumu</b>	3001-5000 TL	8	7,9
	Yok	24	23,8		5001-7500 TL	23	22,8
<b>Aile ve Akraba Görüşme Sıklığı</b>	Görüşmüyor	6	5,9		7500 TL+	50	49,5
	Yılda 1-2 Kez	11	10,9	Yalnız Yaşıyorum	24	23,8	
	Haftada 1-2 Kez	23	22,8	Eşimle Yaşıyorum	27	26,7	
	Ayda 1-2 Kez	6	5,9	Çocuklarımla Yaşıyorum	20	19,8	
	Her Gün	55	54,5	Eşim ve Çocuklarımla Yaşıyorum	30	29,7	
<b>Huzur Evine İlişkin Görüş</b>	Hayır İstemem	53	52,5	<b>Kronik Hastalığa Sahip Olma</b>	Hastalık Yok	41	40,6
	Evet İsterim	13	12,9		1 Hastalık	38	37,6
	Zorunda İstemem	19	18,8		2 Hastalık ve Üzeri	22	21,8
	Zorunda Kalsam Dahi İstemem	16	15,8	<b>Çalışmama Nedeni</b>	Emekli Olduğum İçin	43	42,6

<b>Çalışma Durumu</b>	Daha Önce Çalıştım, Emekliyim	51	50,5	<b>Emeklilik Sürecini Yaşama Şekli</b>	İhtiyacım Olmadığı İçin	27	26,7
	Daha Önce Çalıştım, Emekli Değilim	14	13,9		Çalışacak İş Bulamadığım İçin	15	14,9
	Daha Önce Çalışmadım	22	21,8		Diğer	16	15,8
	Halen Çalışıyorum	14	13,9		Farklı Yerleri Gezerek.(Turlara katılmak vs.)	31	30,7
<b>İş Bulamama Nedenleri</b>	Yaşıma Uygun İş Bulamadığım İçin	33	32,7	Daha Fazla İbadet Yaparak	45	44,6	
	Ailem (çocuklarım vb.) Onaylamadığı İçin	17	16,8	Kendimi İyi Hissettiren Aktivitelerde Bulunarak	25	24,8	
	Diğer	51	50,5				
<b>Toplam</b>		101	100			101	100

Katılımcıların %58,4'ü kadın, %73,3'ü 65-70 yaş aralığında, %58,4'ü evli, %27,7'sinin eşi vefat etmiştir. Görüşülen kişilerin eğitim durumlarına bakıldığında çoğunluğu (%32,7) ilkökul mezunudur. Lisans mezunu olanların oranı oldukça düşüktür (%8,9). Ayrıca %76,2'sinin sosyal güvencesi bulunmakta ve %49,5'inin maaşı 7500 TL ve üzerindedir (%49,5). Katılımcıların %50,5'i emekli olduğunu şu anda çalışmadığını, %21,8'i daha önce hiç çalışmadığını, %13,9'u da halen çalıştığını ifade etmektedir. Bununla birlikte %42,6'sı emekli olduğu için, %26,7'si ihtiyacı olmadığı için ve %14,9'u çalışacak iş bulamadığı için çalışmadığını belirtmektedir. Çalışmama nedenini diğer seçenek olarak belirtenler ise, çalışmama nedenini, sağlık durumunun çalışmaya uygun olmaması, iş verenlerin yaşlıları bireyleri tercih etmemesi, yaşlı oldukları için ücretlerin çok düşük tutulması ve çocuklarının ya da eşinin çalışmasına izin vermemesi olarak ifade etmektedirler. Katılımcıların çoğunluğu iş bulamama nedenini yaşına uygun iş olmaması (%32,7), ailesinin ya da çocuklarının çalışmasını uygun görmemesi (%16,8) ve %50,5'i de diğer seçenek olarak belirtmektedir. Diğer seçeneğinde ise katılımcılar, çoğunlukla ilgili iş ücretlerinin yetersiz olması ve ikamet ettikleri şehrin çalışma imkânına elverişli olmadığı ifadelerini kullanmaktadırlar.

Görüşülen kişilerin %23,8'i yalnız, %26,7'si eşiyile, %19,8'i ise çocuklarıyla birlikte yaşamaktadır. Katılımcıların %40,6'sı hiçbir kronik hastalığa sahip olmadığını, %37,6'sı ise bir kronik hastalığa sahip olduğunu vurgulamaktadır. Katılımcıların %54,5'i aile ve yakın akrabalarıyla her gün görüşüğünü, %5,9'u ise hiç görüşmediğini ifade etmektedir. Görüşülen kişilerin çoğunluğu (%52,5) huzur evinde kalmak istemediğini, %15,8'i ise zorunda olsa bile gitmeyeceğini, %12,9'u ise huzur evinde kalmak istediğini belirtmektedir. Görüşülen kişilerin çoğunluğu emekliliklerini daha fazla ibadet ederek, %30,7'si farklı yerleri gezerek ve %24,8'i kendisini iyi hissettiren aktiviteler gerçekleştirerek geçirmek istediklerini belirtmektedir.

**Tablo 2. Ölçek Betimsel İstatistikleri**

	Kişi Sayısı	Min	Max	Ortalama	Standart Sapma
<b>Başarılı Yaşlanma (10 Madde)</b>	101	1,00	5,00	3,83	1,09
<b>Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü (24 Madde)</b>	101	1,00	3,75	2,77	1,05

Yedili likert tipinde hazırlanan Başarılı Yaşlanma Ölçeğine katılımcıların verdikleri yanıtların ortalaması 3,83, dördümlük tipinde hazırlanan Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü Ölçeğine katılımcıların verdikleri yanıtların ortalaması ise 2,77'dir. Katılımcıların çoğu başarılı yaşlanma konusunda olumlu yanıt vermiştir. Yaşlılıkta uyum güçlüğü yaşama konusunda katılımcıların ortalamasının üstünde uyum güçlüğü yaşadıklarını belirtmişlerdir.

## 2.3. Güvenilirlik Analizi

Tablo 3. Güvenilirlik Katsayıları

	Cronbach's Alpha	Soru Sayısı
Başarılı Yaşlanma	,939	10
Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü	,947	24

Başarılı Yaşlanma (10 soru) ve Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü ölçeklerinin (24 Soru) Cronbach'salpha değerleri 0,80'den büyüktür. Bu kapsamda her iki ölçek te "Yüksek derecede Güvenilir" olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca güvenilirlik analizi ile birlikte yapılan normallik testinde Başarılı Yaşlanma ve Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü ölçekleri basıklık ve Çarpıklık değerleri -1,5 ile +1,5 aralığındadır. Ölçekler normal bir dağılım sergilemektedir (TabachnickandFidell, 2013). Bu nedenle çalışmada Parametrik testler uygulanmıştır. 65 yaş ve üstü bireylerin başarılı yaşlanmanın yaşlılıkta toplumsal uyum sorunlarını nasıl etkilediğini ortaya koymak amacıyla yapılan çalışmada 101 kişiden toplanan veriler analiz edilmiştir.

Tablo 4. Cinsiyet ve Yaş T Testi

	Cinsiyet	n	X	SS	T	P
Başarılı Yaşlanma	Erkek	59	4,12	,92	3,192	,002
	Kadın	42	3,42	1,18		
Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü	Erkek	59	1,77	,67	-,439	,661
	Kadın	42	1,83	,53		
	Yaş	N	X	SS		
Başarılı Yaşlanma	65-70 yaş	74	3,81	1,13	-,249	,804
	71 ve üzeri	27	3,87	,97		
Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü	65-70 yaş	74	1,7618	,62237	-1,05	,293
	71 ve üzeri	27	1,9090	,60712		

Görüşme yapılan kişilerin cinsiyetlerinin ve yaşlarının dağılımında farklılığın anlamlı ya da anlamsız olduğunu ortaya koymak için T testi yapılmıştır. Başarılı yaşlanma ölçeğinde uygulanan T testi sonucunda, katılımcı cinsiyetlerinin ortalamaları arasındaki farklılık anlamlı bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Başarılı Yaşlanma ölçeğinde erkek ( $X=4,12$ ) ve kadın ( $X=3,42$ ) katılımcıların grup ortalaması arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır ( $p<0,05$ ).

Başarılı Yaşlanma ölçeğinde, kadın katılımcılar erkek katılımcılardan daha olumlu cevaplar vermiştir. Bu kapsamda kadınların daha fazla bağımsız yaşam sürdürmeye çalıştıkları, sağlıklarını daha fazla korudukları ve sosyal ilişkilerini sürdürmede daha girişken oldukları düşünülmektedir. Yaşlılıkta Uyum Ölçeğinde ise kadınlar  $X=1,83$ , erkekler  $X=1,77$  ortalamaya sahiptir ve bu ortalamalar arasındaki farklılık anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Görüşülen kişilerin yaşlarının ortalamalarının anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak için T testi uygulanmıştır. Uygulanan T testine göre katılımcıların yaşlarının ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Başarılı Yaşlanma ölçeğinde 65-70 yaşında bulunanların grup ortalaması  $X=3,81$ 'dir. 70 yaşından büyük olanların grup ortalaması  $X=3,87$ 'dir. Yaşlılıkta Uyum Ölçeğinde 65-70 yaşında bulunanların grup ortalaması  $X=1,76$ ; 70 yaşından büyük olanların grup ortalaması  $X=1,90$  olup aralarında anlamlı farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ).

Tablo 5. Aile ile Görüşme Sıklığı Anova Testi

	Görüşme Sıklığı	n	X	SS	F	P
Başarılı Yaşlanma	Görüşmüyor	6	2,61	1,62	4,176	,004

	Yılda 1-2 kez	11	3,96	1,07		
	Haftada 1-2 kez	23	3,69	1,15		
	Ayda 1-2 kez	6	2,96	1,09		
	Her gün	55	4,09	,88		
	Total	101	3,83	1,09		
<b>Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü</b>	Görüşmüyor	6	2,31	,76	2,514	,047
	Yılda 1-2 kez	11	2,06	,72		
	Haftada 1-2 kez	23	1,88	,70		
	Ayda 1-2 kez	6	1,61	,32		
	Her gün	55	1,67	,53		
	Total	101	1,80	,61		

Başarılı yaşlanma ve uyum güçlüğü ölçeklerinde, katılımcıların aileleri ile görüşme sıklığı arasında anlamlı bir şekilde farklılaşmış farklılaşmadığını ortaya koymak amacıyla Anova testi uygulanmıştır. Uygulanan anova testine göre katılımcıların aileleri ile görüşme sıklığı ortalamaları arasında iki ölçekte anlamlı farklılıklar bulunmuştur ( $p < 0,05$ ).

Başarılı Yaşlanma ölçeğinde, ailesi ile her gün görüşenlerin ortalaması  $X=4,09$ 'dur. Ailesi ile görüşmeyenlerin grup ortalaması  $X=2,61$  olup (Post Hoc Tukey  $p=0,011$ ), iki ortalama arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır. Ailesi ile her gün görüşen katılımcıların başarılı yaşlanma ortalamalarının ailesi ile görüşmeyen katılımcıların ortalamasından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü ölçeğinde ailesi ile her gün görüşenlerin ortalaması  $X=1,67$ 'dir. Ailesi ile görüşmeyenlerin grup ortalaması  $X=2,31$  arasında olup (Post Hoc LSD  $p=0,014$ ) iki ortalama arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Ailesi ile her gün görüşen katılımcılar, ailesi ile görüşmeyen katılımcılara göre daha az uyum güçlüğü yaşamaktadır.

**Tablo 6. Yaşam Alanı Paylaşma Durumu Anova Testi**

	Birlikte yaşadıkları kişiler	n	X	SS	F	P
<b>Başarılı Yaşlanma</b>	Yalnız yaşıyorum	24	3,50	1,28	2,258	,087
	Eşimle yaşıyorum	27	3,93	1,07		
	Çocuklarımla yaşıyorum	20	3,57	,99		
	Eşim ve çocuklarımla yaşıyorum	30	4,17	,92		
	Total	101	3,83	1,09		
<b>Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü</b>	Yalnız yaşıyorum	24	2,02	,69	5,95	,001
	Eşimle yaşıyorum	27	1,77	,59		
	Çocuklarımla yaşıyorum	20	2,07	,56		
	Eşim ve çocuklarımla yaşıyorum	30	1,47	,45		
	Total	101	1,80	,61		

Katılımcıların yaşam alanını ailenin diğer üyeleri ile paylaşma durumu ortalamalarının arasındaki farklılığın anlamlı olup olmadığını ortaya koymak için Anova testi uygulanmıştır. Uygulanan anova testi sonucunda katılımcıların birlikte yaşadığı kişilere göre ortalamaları arasında Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü ölçeğinin de anlamlı bir farklılık görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü Ölçeğinde eşi ve çocukları ile birlikte yaşayanların ortalaması  $X=1,47$ , yalnız yaşayanların ortalaması ise  $X=2,02$  (Post Hoc Tukey  $p=0,004$ ); eşi ve çocukları ile birlikte yaşayanların ortalaması



X=1,47 çocukları ile yaşayanların ortalaması X=2,07 arasındadır (Post Hoc Tukey p=0,003). Bu ortalamalar anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Eşi ve çocukları ile birlikte yaşayan katılımcıların yalnız yaşayanlara ve çocuğu ile birlikte yaşayanlara göre daha az uyum güçlüğü yaşamaktadır. Başarılı yaşlanma ölçeğinde ise yakınlarıyla yaşama durumu ortalamalarında anlamlı bir farklılık görülmektedir.

**Tablo 7. Çalışma Durumu Anova Testi**

	Çalışma Durumu	n	X	SS	F	P
<b>Başarılı Yaşlanma</b>	Daha önce çalıştım, emekliyim	51	4,00	1,01	3,04	,03
	Daha önce çalıştım, emekli değilim	14	3,85	1,24		
	Daha önce çalışmadım	22	3,24	1,05		
	Halen çalışıyorum	14	4,10	1,06		
	Total	101	3,83	1,09		
<b>Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü</b>	Daha önce çalıştım, emekliyim	51	1,76	,55	1,78	,15
	Daha önce çalıştım, emekli değilim	14	1,94	,53		
	Daha önce çalışmadım	22	1,97	,66		
	Halen çalışıyorum	14	1,53	,76		
	Total	101	1,80	,618		

Katılımcıların çalışma durumu ile başarılı yaşlanma ve yaşlılıkta uyum güçlüğü ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunup bulunmadığını ortaya koymak üzere Anova testi uygulanmıştır. Anova testine göre katılımcıların çalışma durumlarının ortalamaları arasında Başarılı Yaşlanma ölçeğinde anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ).

Başarılı Yaşlanma ölçeğinde emekli olanların grup ortalaması X=4,00, daha önce çalışmamış olanların grup ortalaması X=3,24 olup, iki ortalama arasında (Post Hoc Tukey p=0,029) anlamlı farklılık bulunmaktadır. Emekli olanların hiç çalışmayanlara göre başarılı yaşlanma ortalamaları daha yüksektir. Yaşlılıkta uyum güçlüğü ölçeğinde ise katılımcıların çalışma durumu ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

**Tablo 8. Çalışmama Sebebi Anova Testi**

	Çalışmama Sebebi	n	X	SS	F	P
<b>Başarılı Yaşlanma</b>	Emekli olduğum için	43	4,03	1,08	5,64	,001
	İhtiyacım olmadığı için	27	3,71	1,13		
	İş bulamadığım için	15	2,94	,96		
	Diğer sebepler	16	4,31	,60		
	Total	101	3,83	1,09		
<b>Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü</b>	Emekli olduğum için	43	1,77	,58	2,27	,08
	İhtiyacım olmadığı için	27	1,88	,69		
	İş bulamadığım için	15	2,04	,52		
	Diğer sebepler	16	1,50	,58		
	Total	101	1,80	,61		

Katılımcıların çalışmama sebeplerinin ortalamalarının anlamlılık ilişkisini ortaya koymak için Anova testi uygulanmıştır. Anova testine göre Başarılı Yaşlanma ölçeğinde çalışmama sebebi ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Başarılı Yaşlanma ölçeğinde iş bulamadığı için çalışmayanların grup ortalaması  $X=4,31$ , emekli olduğu için çalışmayanların grup ortalaması  $X=4,03$ 'tür (Post Hoc Tukey  $p=0,003$ ). Çalışacak iş bulamadığı için çalışmadığını belirten katılımcıların grup ortalaması  $X=4,31$ , diğer sebeplerden dolayı çalışmayanların grup ortalaması  $X=4,31$  olup, (Post Hoc Tukey  $p=0,002$ ) ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. İş bulamadığı için çalışmayan katılımcıların başarılı yaşlanma ortalamasının emeklilerden ve diğer sebeplerden dolayı çalışmayanlara göre daha düşük olduğu görülmektedir. Bu kapsamda iş arayışında olan katılımcıların, iş bulmak amacıyla daha aktif bir şekilde toplumsal yaşama katıldığı düşünülmektedir. Çalışmama nedenini diğer seçenek olarak belirtenler ise, çalışmama nedenini, sağlık durumunun çalışmaya uygun olmaması, iş verenlerin yaşlıları bireyleri tercih etmemesi, yaşlı oldukları için ücretlerin çok düşük tutulması ve çocuklarının ya da eşinin çalışmasına izin vermemesi olarak ifade etmektedirler.

**Tablo 9. Kişi Sayısı, Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon Değerleri**

	n	X	SS	1	2
1 Başarılı Yaşlanma	101	3,83	1,09	1	
2. Yaşlılıkta Uyum Güçlüğü	101	1,80	,61	-,302**	1

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Çalışmada uygulanan iki ölçek arasındaki korelasyon değerlerine bakıldığında, negatif yönlü düşük şiddetli ( $r=-0,302$   $p<0,01$ ) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu kapsamda yaşlı bireylerde başarılı yaşlanma ölçütleri arttıkça, yaşlılıkta uyum güçlüğü değişkenlerinde azalma görülmektedir.

## Sonuç ve Değerlendirme

Yaşlılık ve yaşlanma kavramları son dönemlerde sosyal bilimlerin üzerinde önemle durduğu konulardan birisidir. Yaşlılık ve yaşlanma yalnızca bireyin kendisini değil içinde yaşadığı toplum yapısını da etkilenmektedir. Yaşlılık "yaşam boyunca gelişme ve olgunlaşmayı takip eden, genetik ve çevre arasındaki etkileşimin en üst düzeyde görüldüğü fizyolojik ve ruhsal değişikliklerin ortaya çıkmasıdır" (Pekcan, 2000: 51). Yaşlanma ise "biyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan bireyin yaşadığı değişimdir" (Bayraktar, 2004:99). Yaşlılık bireylerin hayatında belirli bir dönemdeki değişimi anlatırken; yaşlama biopsikososyal bakımdan bireyin hayatında ölüme giden tüm olguları kapsamaktadır. Yaşlanmayla ilgili süreçleri daha iyi anlamak için yaşlanmayı beş kategoride sınıflandırılabilir (Chalise, 2019: 8-9): Bir kişinin şu ana kadar yaşadığı yıl sayısı olarak ifade edilen *kronolojik yaşlanma*; dokuların ve organların daha az verimli çalışması, vücudun kendini onarma yeteneğinin zayıflaması ve bağışıklık fonksiyonlarının azalmasıyla vücudun enfeksiyona daha yatkın hale gelmesi olarak ifade edilen *biyolojik/fiziksel yaşlanma*; zihinsel olarak daha az aktif olma ve yeni durumlarla başa çıkmada daha az yeterli olma durumu olarak tanımlanan *psikolojik yaşlanma*; yaşlandıkça ilişkilerde ve rollerde meydana gelen değişiklikleri ifade eden (büyükanne, büyükbaba, emekli gibi) ve bireylerin toplumun bir beklentisi olarak bu değişen rollere uyum sağlaması olarak tanımlanan *sosyal yaşlanma*; insanların psikolojik olarak benzer yaşta insanlarla karşılaştırılması olarak ifade edilen *fonksiyonel yaşlanmadır*. Genel olarak yaşlanma kategorilerine bakıldığında bireylerin işlevlerindeki verimliliğin azalması ve bu yeni durumlara adaptasyon süreçleri dikkati çekmektedir.

Modernleşmeyle birlikte yaşlılığa bakış açıları da değişmektedir. Cowgill (1986: 188-190) bu dönüşümleri aşağıdaki şekilde ifade etmektedir (Kurtkapan, 2018):

- Modernleşme ile birlikte yaşlılık yaş aralığı yükselmiştir.
- Modern dönemde yaşlılık kronolojik olarak ifade edilirken, modernite öncesinde büyük ebeveyn olma ile bağlantı kuruluyordu.
- Modern dönemde ortalama insan ömrü artmakta ve yaşlı nüfus oranı yükselmektedir.
- Modernleşme ile yaşlılarda statü kaybı yaşanmaktadır.
- Modern dönemde kentsel alanda yaşlıların statüleri düşük, kırsal alanda yüksektir.
- Toplumda okur yazarlık ve eğitim seviyesinin artması yaşlıların statülerini olumsuz etkilemektedir.
- Modern toplumun emeklilik kurumu, kitle üretiminin yapıldığı toplumlarda görülmektedir.
- Modernitenin aile yapısında ortaya çıkardığı değişim en fazla yaşlıları etkilemektedir.
- Moderniteyle birlikte yaşlıların ekonomik güvenliği aileden devletin sorumluluğuna geçmiştir.

Modeniteyle birlikte ortaya çıkan değişimler ve dönüşümler sosyal bilimlerde yaşlılık teorilerinde de etkili olmuştur. Matcha (1997) yaşlılığın sosyal bir olgu olarak ele alınmasıyla birlikte, yaşlanmaya 'sosyal bir sorun' olarak bakılmaya başlandığını vurgulamaktadır. Bu nedenle yaşlanmanın kişisel bir mesele olmadığını, makro dönüşümlerle birlikte ele alınması gerektiğini; yaşlanmanın bir sorun olarak görülmesinin aslında sosyal bir inşa olduğunu ileri sürmektedir. Bu kapsamda Vincent (2003) yaşlanmayı küreselleşmeyle birlikte ele almakta; özellikle üçüncü dünya ülkelerinde yaşlıların bu dönüşümlerden daha olumsuz etkilendiğini belirtmektedir. Küresel piyasaların belirsiz yapısı ve süreklilik arz eden ekonomik sorunlar, yaşlıların bir 'yük' olarak görülmesine ve yaşlılara ayrılan sosyal ve sağlık güvencesi bütçesinden rahatsız olunan bir ortam yaratmaktadır. Ancak Vincent (2003) bu algının kırılması gerektiğini ve yaşlılık döneminin yaşlıların kendilerini özgürce geliştirebilecekleri bir dönem olması gerektiğini vurgulamaktadır.

İlk temel gerontoloji teorisi olarak da kabul edilen ve başarılı yaşlanmaya da dikkat çeken teori yaşamdan geri çekilme anlamına da gelen 'çözülme teorisi'dir (Görgün-Baran, 2004). Çözülme teorisine göre bireyin toplumsal bağlamla olan bağı çözülür ve bu çözülme de işlevseldir; güç bu şekilde yaşlılardan gençlere geçmekte ve toplumsal denge sağlanmaktadır (Victor, 2005). Yaşlı bireyler yaşlandıkça toplumdaki rollerinden geri çekilecek bu şekilde sorumluluk ve yükümlülükleri azalacak bu da onların daha başarılı yaşlanmalarını sağlayacaktır. Bir diğer işlevi ise toplumda yaşlı bireylerin çekilmesinden dolayı oluşan boşlukları gençler dolduracaktır. Çözülme teorisi bir çok eleştiriye maruz kalmıştır. 1961'de Robert Havighurst tarafından ortaya atılan Aktivite teorisi çözülme teorisinin tam karşısında yer almıştır. Aktivite kuramına göre yaşlı bireyler, toplumsal geri çekilmek yerine, toplumsal bağlarını güçlendirilerek ve aktif bir şekilde yaşamına devam ederek yaşlılıkta daha mutlu olacaklardır (Tufan, 2016). Yaşlanmayla beraber ortaya çıkan rol ve statü kayıpları yeniden aktif bir yaşamla telafi edilebilir. Yaşlılık ile ilgili geliştirilen bir çok başarılı yaşlanma modeli bulunmaktadır (Hansson ve Carpenter, 1994; Caron, 2005). Başarılı yaşlanma modelleri genellikle yaşlı bireylerin biopsikososyal yönden iyi olmasını hedeflemektedir.

Görgün-Baran'a göre (2007) başarılı yaşlanma, bireyin sosyal ilişkilerini canlı tutarak kendini yaşlılığa hazırlaması, sağlık sorunlarına önleyici çözümler bulması ve mevcut sorunların çözülmesi, bilişsel ve fiziksel aktiviteler yaparak işlevsel olması ve hayata olumlu bakış açısıyla bakmasıdır. Başarılı yaşlanmada temel vurgu, zorlukluların üstesinden gelmede mücadeleci bir tavır sergileme, üretken faaliyetler ile yaşama aktif katılma, fiziksel ve zihinsel sağlığı koruma, sağlıklı yaşam tarzı alışkanlıkları kazanma ve düzenli sosyal ilişkiler ile yaşama aktif bir şekilde bağlanma üzerine yapılmıştır. Yaşlı bireylerin yaşlılık döneminde gerçekleştirdiği aktiviteler ve üstlendiği roller, onun geçmiş yaşantısındaki rolleriyle de bağlantılıdır (Üçok, 2018). Bu şekilde yaşlı birey yaşlanma döneminde toplumsal rollerinde kayıp yaşamak yerine yeni bir kimlik kazanmaktadır.

Rowe ve Kahn (1997:433) tarafından geliştirilen başarılı yaşlanma modeli yaşlanmayı biopsikososyal açıdan ele almaktadır:

- a) Birey yaşlanmadan sağlıklı ilgili koryucu önlemler almak.
- b) Fiziksel ve bilişsel kaliteyi artıracak etkinlikler yapmak.
- c) Sosyal ilişkilere aktif katılım sağlamak.
- d) Biopsikososyal değişkenlerin uyumunu sağlamaya çalışmak.

Başarılı yaşlanma modeli toplumdan topluma değişiklik göstermektedir. Bazı toplumlarda sosyal çevre ve sosyal ilişkiler başarılı yaşlanmanın anahtarı olarak birincil öneme sahipken; bazı toplumlarda fiziksel sağlık birinci sırada gelmektedir. İçli tarafından 2010 yılında yapılan "Yaşlılar ve Yaşlılığın Değerlendirilmesi: Denizli İli Üzerine Niteliksel Bir Araştırma" adlı çalışmada başarılı yaşlanmada sosyal çevrenin olumlu katkısı vurgulanmıştır. Fiziksel olarak sağlıklı olma ise başarılı yaşlanmada önemli bir diğer değişken olarak belirtilmektedir. Yaşlı bireylerin duygusal dengeleri, ego bütünlüğünün varlığı, sorunlarla mücadele etme kapasitesi ve uyumluluğu da başarılı yaşlanma üzerinde pozitif bir etkisi bulunmaktadır (Kaçira, 2020). Bununla birlikte yaşlı bireylerin kurum bakımı yerine buldukları yerde yaşlanmalarının başarılı yaşlanma üzerinde olumlu bir etkisi bulunmaktadır (Özmete ve Dinç, 2020). Yaşlılık döneminde başarılı yaşlanmanın gerçekleşmemesi yaşlılığa uyum güçlüğünü sorununu ortaya çıkarmaktadır. Yaşlılıkta uyum güçlüğü göstergeleri ise günlük fiziksel aktiviteleri yerine getirme ve duyuları kullanma zorluğu, psikolojik güçsüzlük ve ölüm korkusu, rolleri yerine getirmede ve sosyal ilişkilerde zorlanmadır. Uyum güçlüğü, yaşlı bireyin yaşam doyumu ve psikososyal yaşam memnuniyetini olumsuz olarak etkilemektedir. Yaşlanma dönemini en verimli şekilde geçirebilmek için ise yaşlı bireyin başarılı yaşlanma olgusunu uygulayabilmesi doğru bir çözüm yolu olarak görülmektedir.

Çalışmada ortaya çıkan bulgular, literatürde başarılı yaşlanma konusunda yapılan çalışmaların bulgularıyla paralellik göstermektedir. Başarılı yaşlanma ölçeğine ile birlikte uyum güçlüğü ölçeğinin kullanılmasının temel nedeni başarılı yaşlanmanın ölçütlerinin gerçekleşmediği bireylerde uyum güçlüğü sorunları ortaya çıkmaktadır. Bu doğrultusunda, yaşlı bireylerin Başarılı Yaşlanma Ölçeğinden almış oldukları puanlar arttıkça Yaşlılarda Uyum Güçlüğünü Değerlendirme Ölçeğinden almış oldukları ortalama puanları azalmaktadır. Yaşlıların başarılı yaşlanma olgusunu gerçekleştirebilmeleri

durumunda, yaşayacakları uyum gücünün probleminin azalacağı düşünülmektedir. Bu durumda ise yaşlanma sürecinde yaşanan uyum gücünün ile başarılı yaşlanma olgusunun arasında önemli bir ilişki bulunmaktadır.

Başarılı yaşlanma ve cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kadınlar gündelik zamanda başarılı yaşlanmanın göstergelerini erkeklere göre daha fazla yerine getirmektedir. Kadın katılımcılar erkek katılımcılara göre sosyal yaşama daha fazla katılmakta, sosyal ilişkilerini sürdürmeye özen göstermekte, sağlıklı yaşam için gerekli aktiviteleri daha fazla yerine getirmektedirler. Gelir düzeyi emeklilik ücretin üzerinde olan yaşlı bireyler başarılı yaşama ölçeğine daha olumlu yanıtlar vermektedir. Gelir düzeyinin yüksek olması yani katılımcıların sahip olduğu ekonomik sermayenin yüksek olması, toplumsal yaşama uyum için üretken faaliyetler, bağımsız yaşam sürdürme ve sağlıklı bir yaşamın gerekli koşulları yerine getirmede önemli bir araçtır.

Gabriel ve Bowling (2004), yaşlı insanların görüşlerini kullanarak yaşam kalitesi hakkında kavramsal bir çerçeve geliştirmeye çalışmışlardır. Buna göre yaşam kalitesini artıran faktörler şunlardır: çocuklarla, aileyle, arkadaşlarla ve komşularla iyi sosyal ilişkilere sahip olmak; komşularla iyi ilişkiler, güzel ve keyifli bir mahalle, rahat evler ve ücretsiz ulaşım olanakları gibi iyi kamu hizmetleri ile temsil edilen mahalle sosyal sermayesi; iyimserlik ve olumlu tutum, memnuniyet, şeyleri dört gözle bekleme, kabullenme ve diğer başa çıkma stratejileri gibi psikolojik faktörler; eğitim derslerine katılmak ve gönüllü olmak gibi sosyal aktivitelere aktif olarak katılmak; iyi sağlık; keyif ve güç getiren ve başkalarına bağımlı olmama ve finansal güvenlik.

Akbayrak ve Aysan'ın (2022) "Yaşlı Perspektifiyle Yerinde ve Başarılı Yaşlanma" başlıklı çalışmada başarılı yaşlanmada en önemli değişkenin sosyal ilişkiler olduğu vurgulanmaktadır. Ailesi ile her gün görüşen katılımcıların başarılı yaşlanma ortalamalarının, ailesi ile görüşmeyen katılımcıların ortalamasından daha yüksek olduğu görülmektedir. sosyal ilişkilerin devam etmesi, yaşama aktif bir biçimde katılma emeklilik sürecine uyum sağlamaya da olumlu katkı sağlamaktadır. Başarılı Yaşlanma Ölçek puanı çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Emekli olanların hiç çalışmayanlar ve iş bulamadığı için çalışmayanlara göre başarılı yaşlanma ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Başarılı Yaşlanma Ölçeğinin çalışmama sebebi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. İş bulamadığı için çalışmayanların başarılı yaşlanma ortalamasının emeklilerden ve diğer sebeplerden (sağlık durumunun çalışmaya uygun olmaması, iş verenlerin yaşlıları bireyleri tercih etmemesi, yaşlı oldukları için ücretlerin çok düşük tutulması ve çocuklarının ya da eşinin çalışmasına izin vermemesi) dolayı çalışmayanlara göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Gelir güvencesinin olması erkeklerde ve kadınlarda başarılı yaşlanma sürecini olumlu etkilemektedir. Rowe ve Kahn'ın (1997) başarılı yaşlanma modelinin üç temel değişkeni olan, fiziksel sağlık, bilişsel ve fiziksel etkinlikler ve sosyal ilişkilerin varlığı bireylerin başarı ortalamasını yükseltmektedir. Yaşlılıkta ekonomik sermayenin olması fiziksel ve bilişsel sağlık sorunları düzeyini azaltmaktadır.

Başarılı yaşlanma ölçeğinin, katılımcıların yaşı, medeni durumu, öğrenim durumu değişkenlerine göre farklılık göstereceği ön görülmesine rağmen, değişkenler arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Kütmeç Yılmaz'ın (2020) "Yaşlı bireylerin yaşlılığa uyum düzeyi ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi" adlı çalışmada yaşlanmayla birlikte ortaya çıkan fiziksel ve bilişsel sağlık sorunları, ekonomik kayıplar ve aktivite sınırlılıkları, yalnızlaşmanın yaşlılarda uyum gücünün artırdığı belirtilmektedir. Çalışmada bekar ya da eşini kaybetmiş, aylık geliri olmayan ya da azalan ve sosyal güvencesi bulunmayan, iki ya da daha fazla sağlık sorunu yaşayan bireyler yaşlılıkta daha fazla uyum gücünü yaşamaktadır.

Yaşlılarda uyum gücünün ölçeğinde demografik özelliklerle arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Uyum gücünün ile eğitim durumu, cinsiyet ve yaş değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Demografik göstergelerden medeni duruma bakıldığında uyum gücünün ölçeğinde anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Bekar ve boşanmış kişiler, evli olan bireylere göre daha fazla uyum gücünü yaşamaktadır. Yaşlılıkta eşin kaybı, ebevenlerin çocuklarına yük olmama isteği ve bağımlı olmama isteği, kişilerin sosyal izolasyonunun artmasına neden olmaktadır.

Gelir durumu ile uyum gücünün arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Emeklilik gibi sosyal güvencesi olan yaşlı bireyler, sosyal güvencesi olmayan bireylere göre daha fazla uyum gücünü yaşamaktadır. Katılımcıların aylık geliri yükseldikçe yaşlılığa uyum güçleri de azalmaktadır. Katılımcıların sağlık durumunun çalışmaya uygun olmaması, iş verenlerin yaşlıları bireyleri tercih etmemesi, yaşlı oldukları için ücretlerin çok düşük tutulması ve çocuklarının ya da eşinin çalışmasına izin vermemesi nedeniyle çalışmayanların, emekli olanlar ya da hala çalışanlara göre uyum gücünün daha yüksektir. Yaşlılıkta uyum gücünü azaltacak ve başarılı yaşlanmayı artıracak biopsikososyal değişkenler için yaşlı kişilerin ekonomik sermayeye ihtiyacı vardır. Arıkan'a göre (2020) yaşlılıkla birlikte ortaya çıkan sosyal, fiziksel ve psikolojik gereksinimler yaşlılıkta yoksulluğunda artmasına neden olmaktadır. Üretkenlik zamanında kişilerin ekonomik sermayesinin çoğunluğunu çocuklarına aktarmasından dolayı yaşlılık döneminde zorluk çekebilmektedir. İşe yaramama düşüncesinden ve çocuklarına bağımlı olma durumundan sakınmak, yaşlanmanın getirdiği yoksullukla mücadele etmek için yaşlı kişiler durgunluk döneminde de çalışmak istemektedirler. Ailesinin istememesi, yaşından dolayı iş bulamama, sağlık koşulları gibi nedenlerden dolayı çalışmayan yaşlı kişilerin yaşlılık döneminde uyum gücünün de artmaktadır.

Yaşlılarda Uyum Güçlüğü Değerlendirme Ölçeğinin aile ile görüşme sıklığı durumu ortalamasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Ailesi ile her gün görüşen katılımcıların, ailesi ile görüşmeyen katılımcılara göre; eşi ve çocukları ile birlikte yaşayan katılımcılar yalnız yaşayanlara ve çocuğu ile birlikte yaşayanlara göre daha az uyum güçlüğü yaşamaktadır. Çünkü sosyal ilişkilerin varlığı ve sürdürülebilirliği toplumsal rolleri yerine getirmede, yalnızlık ve sosyal izolasyonun azalmasına olumlu katkı da bulunmaktadır. Aynı zamanda sosyal ilişkilerin varlığı başarılı yaşlanmanın da en önemli ölçütlerinden biridir. Reinhardt ve diğerlerine göre (2006) yaşlılık döneminde sosyal destek yaşam kalitesini artırır ancak bazen farklılaşır ve duygusal destek ise yaşam kalitesiyle pozitif ilişkilidir. Bağımlılığın artması refahı azaltabilir bu nedenle yaşlılıkta bu tür bir desteğe ihtiyaç duyulmaktadır.

Sonuç olarak başarılı yaşlanma ve yaşlılıkta uyum güçlüğü arasındaki ilişki dikkate alındığında; yaşlıların sağlıklı yaşam süreci sürelerinin artırılması için sağlık sorunlarının daha az görülmesine yönelik politikalar ve projeler oluşturulmalıdır. Yaşlılık alanında görev alan meslek elemanlarına başarılı yaşlanma olgusunun yüksek düzeyde gerçekleşebilmesi için eğitimler verilmelidir. Bu doğrultuda; disiplinlerarası çalışma alanları oluşturulmalıdır. Kamu ve özel alanda yaşlı bireylerin sosyal çevreden soyutlanmasını engelleyecek ve daha aktif katılım sağlayabilecekleri etkinlikler planlanmalıdır. Yaşlı bireylerin uyum güçlüğü problemi ve başarılı yaşlanmadaki başarı oranı gelir durumlarıyla orantılı olarak farklılaşmaktadır. Gelir düzeyi daha yüksek olan bireylerin diğerlerinde göre başarılı yaşlanmada daha iyi oldukları ve daha az uyum güçlüğü yaşadıkları tespit edilmiştir. Bu bağlamda, yaşlı bireylerin başarılı yaşlanması arttırmak amaçlı gelir düzeylerinde sorunların giderilmesi için ilgili makamların gerekli önlemleri alması önem arz etmektedir.

### Kaynakça

- Ağar, A. (2020). Yaşlılarda psikolojik değişiklikler. Geriatrik Bilimler Dergisi, 3 (2), 75-80.
- Akal, S. (2005). Evde yaşayan yaşlı bireylerin yaşam kalitesine etki eden etmenlerin değerlendirilmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.
- Akbayrak, E., Aysan, Ü. (2022). ,Yaşlı perspektifleriyle yerinde ve başarılı yaşlanma. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 22(55), 399-427. <https://doi.org/10.21560/spcd.vi.1053840>.
- Anıkan, G. (2020). Yaşlı bireylerin ekonomik ve sosyal sorunlarına ilişkin politikalar belirleme. Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi, 6 (2), 260-274.
- Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology on the dynamics between growth and decline. Dev Psychol, 23, 611-626.
- Bayraktar, R. (2004). Başarılı yaşlanma. 3. Uluslararası Geriatri Kongresi, Kongre kitabı konuşma metinleri. Marmaris: Türk Geriatri Vakfı, (50-53).
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2023). Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi.
- Caron, C. (2005). Conceptual framework for community interventions in successful aging. Ottawa: Published Heritage Branc.Pdf: <http://Proqu-est.uni.com>.
- Chalise, H., N. (2019). Aging: Basic concept. American Journal of Biomedical Science & Research, 1(1), 8-10. DOI: 10.34297/AJBSR.2019.01.000503
- Çiftçi, A. (2008). Ailedeki Yaşlı Bireyler. A. R. Kalaycı, M. N. Nuruan, A. Çiftçi ve R. B. Şen (Ed.), V. Aile Şurası Aile Destek Hizmetleri Bildirileri (222-231). Ankara: T.C. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları No:137.
- Demirel, K. M. (2019). Yaşlılıkta karşılaşılan uyum güçlükleri ile başarılı yaşlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Emiroğlu, V. (1995). Yaşlılık ve yaşlının sosyal uyumu. Ankara: Şafak Matbaacılık.
- Erikson, E. H. (1984). İnsanın sekiz çağı. (Çev. Üstün, B. Ve Şar, V.), Ankara: Birey ve Toplum Yayıncılık.
- Gabriel Z., Bowling A. (2004). Quality of life from the perspectives of older people. Ageing Soc, 24, 675-691.
- Giddens, A. (1976). New rules of sociological method: A positive critique of interpretive sociologies. London: Hutchinson.
- Gökçe Kutsal, Y. (2006). Yaşlanan dünya. Türk fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi, 52 (Özel Ek A), A6-A11.
- Görgün-Baran, A. (2004). Yaşlılık Sosyolojisi, V. Kalınkara (ed.). Yaşlılık içinde (35-57. Ss.). Ankara: Odak.

- Görgün Baran, A. (2007). Başarılı yaşlanma modellerinin sosyolojik analizi. V. Kalınkara ve G. Akın (Ed.), IV. Ulusal Yaşlılık Kongresi Bildiriler Kitabı içinde (236-245. ss.). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Hansson, R., O., B., N. Carpenter (1994). Relationships in old age. New York: The Guilford.
- Hazer, O., Aslan, Ö. (2010). Yaşlılıkta sosyal ilişki ve toplumsal hayata katılım. Akad Geriatri, 2, 143-147.
- Hazer, O. & Özsungur, F. (2017). Başarılı yaşlanma ölçeği Türkçe versiyonu. Journal Of Education Technology and Scientific Researches, 2(4),184-188.
- İçli, G., (2010). Yaşlılar ve yaşlılığın değerlendirilmesi: Denizli ili üzerine niteliksel bir araştırma, Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi, 2010(1), 1-13.
- Johnson, T., R. (1995). The significance of religion for aging well. American Behavioral Scientist, 39(2), 186-209.
- Kaçıra, E. N., (2020). Yaşlı bireylerde kişilik özellikleri Başarılı Yaşlanma ve Ego Bütünlüğünün Psikolojik Uyum Üzerindeki Etkisi (Yayınlanmış, yüksek lisans tezi) Aksaray, Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kalaycıoğlu, S., Tol, U. U., Küçükural, Ö., Cengiz K. (2003). Yaşlılar ve yaşlı yakınları açısından yaşam biçimi tercihleri. Ankara: TÜBİTAK Matbaası
- Kılavuz, M. A. (2005). Batı kültüründe yaşlanma dönemi yalnızlık duygusunu azaltma ve arkadaş ilişkilerini geliştirme açısından dini etkinliklerin önemi. Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 14(2), 25-39.
- Kırdı, N., Akyar, İ., Doğan, N. ve Tangören, M. E. (2009). Dün bugün ve yarın yaşlılık. Ankara: Yaşlılık Platformu Yayınları.
- Kurtkapan, H. (2018). Yaşlılık sosyolojisi kuramları için bir çerçeve denemesi. F. Yamaner, E. Eyüpolğu (Eds.), *İnsan, toplum ve spor bilimleri araştırma örnekleri* içinde (249-271. ss.). Ankara: Alfa.
- Kütmeç Yılmaz, C. (2020). Yaşlı bireylerin yaşlılığa uyum düzeyi ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 13(3), 305-317. <https://doi.10.26559/mersinsbd.736812>.
- Matcha, D.A. (1997). The sociology of aging: A social problems perspective. Boston: Allyn and Bacon.
- Onur, Bekir (2017). Gelişim psikolojisi: Yetişkinlik, yaşlılık, ölüm. Ankara: Imge Kitabevi Yayınları.
- Özmete, E., Dinc, B., (2020). Yaşlıların "Göç ve yerinde yaşlanma" Bağlamında kentsel dönüşüm ile ilgili değerlendirmeleri, Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 20 (46), 197-234.
- Patton, M., Q. (2005). Qualitative research. New York: John Wiley & Sons, Ltd.
- Pekcan, H. (2000). Yaşlılık, E. Gönül, İ. Vedat (eds.) *Antropoloji ve Yaşlılık: Prof. Dr. Vedia Emiroğlu'na Armağan* içinde, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksek Okulu Yayını
- Rakıcıoğlu, N. (2004). Yaşlılıkta beslenme: Sağlıklı ve başarılı yaşlanma. Ankara: GEBAM yayınları. Erişim adresi [https://gebam.hacettepe.edu.tr/yaslilik\\_kaliteli\\_yasam\\_son.pdf](https://gebam.hacettepe.edu.tr/yaslilik_kaliteli_yasam_son.pdf).
- Reinhardt JP, Boerner K, Horowitz A (2006) Good to have but not to use: differential impact of perceived and received support on well-being. J Soc Pers Relat, 23, 117–129.
- Rowe J. W., Kahn R.L. (1997). Successful aging. Gerontologist, 37 (4): 433-440.
- Şişman, F. N. & Kutlu, Y. (2016). Yaşlılarda uyum güçlüğünü değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 7(1), 25-33.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics. Boston, MA: Pearson.
- Taşçı, F. (2010). Yaşlılara yönelik sosyal politikalar: İsveç, Almanya, İngiltere ve İtalya örnekleri. Çalışma ve Toplum Dergisi, 24(1), 175-198.
- Tereci, D., Turan, G., Kasa, N., Öncel, T. & Arslansoyu, N. (2016). Yaşlılık kavramına bir bakış. Ufukun Ötesi Bilim Dergisi,16(1), 84-116.
- Tomanbay, İ. (2002). Sosyal rehabilitasyon-sosyal geriatri. Y. G. Kutsal (Ed.), *Geriatri* içinde (248-259. ss.). Ankara: Turgut.
- Tufan, İ. (2003). Modernleşen Türkiye'de yaşlılık ve yaşlanmak: Yaşlanmanın sosyolojisi. İstanbul: Anahtar Kitaplar Yayınevi.

- Tufan, İ. (2016). Antik çağdan günümüze yaşlılık ve yaşlanma. Ankara: Nobel.
- TÜİK (2022, Mart). İstatistiklerle yaşlılar. Sayı: 45636. Erişim adresi <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Yasli-lar-2021-45636>.
- Üçok, A. (2018). Yaşlılıkta aktivite kuramı ile yaşamdan kopma kuramının karşılaştırılması. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 11(56), 451-456.
- Victor, R. C. (2005). The social context of ageing. London: Routledge.
- Vincent, J. A.(1995), Inequality and old age, London, UCL.
- Zheleva, E. (2013). Psycho-socialadaptation of the elderly. Trakia Journal of Sciences, 11(3), 234-236.
- Zorn, C., R.; Johnson, M., T. (1997). Religious well-being in noninstitutionalized elderly women. Health Care for Women International, 18(3), 209-220.
- <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Yasli-lar-2023-53710>

## Extended Abstract

### Aim and Scope

When considered together with the adaptation to the rapidly changing world and other external factors that make their lives difficult, elderly individuals' inability to keep up with society, stigma, social isolation, etc. It is inevitable to experience such problems. In this context, knowing the psychological, physiological and socio-cultural changes that occur in elderly individuals is a very important factor in solving the problems encountered in old age. In parallel with the changes in the social structure, family structure and, in this context, the status and roles of individuals, the phenomenon of passive and unproductive old age is considered as an increasingly ongoing social problem. In this context, the period that is thought to be spent unproductively brings many negativities for both the individual and his environment. For this reason, spending the old age period passively and unproductively constitutes the main problem of the study.

The main purpose of the study is to reveal how successful aging of individuals aged 65 and over affects social adaptation problems in old age.

### Methods

Activity theory, influenced by the structural functionalist approach, was used in the study prepared to reveal the relationship between successful aging and social adaptation difficulties of individuals aged 65 and over. In accordance with positive epistemology, the survey technique, one of the quantitative research methods, was used.

In the research part of the study, a survey was administered using two separate scales along with the Personal Information Form created by the researcher. In the study, data was analyzed using IBM SPSS version 25.0. In order to apply the scales and survey forms to be used in the research, " Gümüşhane University Scientific Research and Publication Ethics Board Ethics Committee Approval (Number: 2023/3, Date: 14/06/2023) was received from the board. The survey forms used in the research were applied to 101 participants aged 65 and over, residing in Hasanbey District of Gümüşhane province, between 01.07.2023 and 20.07.2023, on a voluntary basis. The research is suitable for descriptive and explanatory research type.

In the study, two scales for successful aging and adaptation difficulties in the elderly were used along with the questionnaire applied to obtain demographic data. The Adaptation Difficulty Assessment Scale in the Elderly was developed by Şişman and Kutlu (2016) and its content validity index is 98.54% . The scale has a four-point Likert type and consists of 24 items. The successful aging scale is a scale that evaluates the participants' successful aging status, developed by Gary T. Reker (2009) and translated into Turkish by Hazer and Özsungur (2017) . The scale consisting of 10 questions is a 7-point Likert type scale" (Demirel, 2019). " Cronbach Alpha value for the Turkish Adaptation of the Scale is stated as .85. The Cronbach Alpha value of the healthy lifestyle sub-dimension was reported as .833, and the Cronbach Alpha value of the coping with problems sub-dimension was reported as .928" ( Hazer & Özsungur , 2017).

The population of the research consists of individuals aged 65 and over 65 years old residing in the Central district of Gümüşhane province. The sample of the research consists of 101 people aged 65 and over, residing in Hasanbey District of Gümüşhane province .

### Findings

The correlation values of the scales between the two scales applied in the study were examined. A negative, low-intensity ( $r=-0.302$   $p < 0.01$ ) significant relationship was found. In this context, as the criteria for successful aging increases with older individuals, there is a decrease in the variables of adaptation difficulties in old age.

Successful Aging ( 10 questions) and Cronbach's alpha values of the Difficulty in Adjusting in Old Age scales (24 Questions) are greater than 0.80. In this context, both scales are defined as "Highly Reliable". The scales show a normal distribution ( TabachnickandFidell , 2013). For this reason, parametric tests were applied in the study.

As a result of the T test applied to the successful aging scale, the difference between the averages of the participant genders was found to be significant ( $p < 0.05$ ). There is a significant difference between the group average of male ( $X=4.12$ ) and female ( $X=3.42$ ) participants in the Successful Aging scale ( $p < 0.05$ ). In the Difficulty in Adjustment in Old Age scale, there is a significant difference between the group average of those who meet with their families every day,  $X=1.67$ , and the group average of those who do not,  $X=2.31$  (Post Hoc LSD  $p=0.014$ ). Participants who meet with their families every day have fewer adjustment difficulties than participants who do not meet with their families. In the Successful Aging scale , there is a significant difference between the group average of retired people,  $X=4.00$ , and the group average of those who have not worked before,  $X=3.24$  (Post Hoc Tukey  $p=0.029$ ). Retired people have a higher average of successful aging than those who have never worked.

### Conclusion

Old age is considered to be a period of life in which some loss of function is experienced due to the aging process and brings with it negative situations such as age discrimination and psychosocial problems. One of the problems encountered in this regard is the problem of adaptation difficulties. Adaptation difficulties negatively affect the life satisfaction and psychosocial life satisfaction of the elderly individual. In order to go through the aging period in the most efficient way, it is seen as the right solution for the elderly individual to implement the concept of successful aging.

The main emphasis in successful aging is placed on displaying a combative attitude in overcoming difficulties, actively participating in life through productive activities, protecting physical and mental health, acquiring healthy lifestyle habits, and actively engaging in life through regular social relationships. Indicators of adaptation difficulties in old age are difficulty in performing daily physical activities and using the senses, psychological weakness and fear of death, difficulty in fulfilling roles and social relations.

In line with the findings of the study, as the scores of elderly individuals from the Successful Aging Scale increase, their average scores from the Adaptation Difficulty Assessment Scale in the Elderly decreases. In this direction; It is thought that if the elderly can achieve successful aging, the problem of adaptation difficulties they will experience will decrease. In this case, there is an important relationship between the adaptation difficulties experienced during the aging process and the phenomenon of successful aging.