

DOI: 10.5281/zenodo.10800114

Geliş Tarihi/Received: 09.12.2023 Kabul Tarihi/Accepted: 18.12.2023 Araştırma Makalesi/Research Article

COVID-19 Pandemisinde Mesafeli Taze Projelere Katılanların Sosyal İletişim ve Etkileşim Üzerine Görüşleri

Opinions of Participants in Distance Fresh Projects on Social Communication and Interaction During the COVID-19 Pandemic

Fatma Banu DEMİRDAŞ¹ , Saadet TİRYAKİ² 

¹ Malatya Turgut Özal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gerontoloji Bölümü, Malatya, Türkiye

² Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gerontoloji Bölümü, Antalya, Türkiye

ÖZ

Amaç: COVID-19 pandemisi sırasında 60+ Tazelenme Üniversitesi Antalya Kampüsü öğrencilerinin katılım gösterdikleri Mesafeli Taze Projeler'in, onların sosyal iletişim ve etkileşimleri üzerindeki etkilerine yönelik görüşlerini değerlendirmek amaçlanmıştır.

Yöntem: Nicel olarak tasarlanmış çalışmanın örneklemini 60+Tazelenme Üniversitesi Antalya Kampüsü öğrencileri arasından, COVID-19 pandemisinde uygulanan Mesafeli Taze Projeler'den kendi seçtiği en az bir programa katılan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan 96 birey oluşturmaktadır. Veri toplama, COVID-19 pandemisi koşulları dikkate alınarak çevrimiçi ortamda Google Forms aracılığıyla, gönüllülük ilkesi esasıyla gerçekleştirilmiştir. Soru formu katılımcıların demografik özelliklerini belirlemeye yönelik soruların ardından, araştırmacılar tarafından hazırlanmış ve yapılandırılmış 8 sorudan oluşmaktadır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 23 paket program kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %76'sı 65 yaş ve üzerinde, %65,6'sı evli ve %28,1'i yalnız yaşamaktadır. Sorulara verilen yanıtlar incelendiğinde en dikkat çekici bulgu; katılımcıların %49'unun programlara birincil amacından farklı olarak sosyalleşme amacıyla katılmadıklarını bildirirken, programların sosyal iletişim ve etkileşim gereksinimlerini karşılamasına yönelik soruya oldukça yüksek bir oranda (evet-kısmen: %90,6) olumlu yanıt vermeleridir. Katılımcıların demografik verileri ile sorulara verdikleri yanıtlar incelendiğinde ise gruplar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Sonuç: COVID-19 pandemisi sırasında, 60+ Tazelenme Üniversitesi Antalya Kampüsü tarafından dijital platformda sunulan Mesafeli Taze Projeler, katılımcıların sosyal iletişim-etkileşim ve karşılıklı öğrenme sürecinin tesis edilmesine katkı sağlamıştır. Yaşlıların pandemi ya da başka bir sebeple sosyal izolasyona maruz kalmaları halinde sosyal iletişim ve etkileşimde bulunabilecekleri teknoloji temelli ortamların oluşturulması, etkin gerontolojik müdahaleler olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Mesafeli taze projeler, 60+ Tazelenme Üniversitesi, sosyal iletişim, sosyal etkileşim.

ABSTRACT

Aim: It was aimed to evaluate the opinions of 60+ Tazelenme University Antalya Campus students on the effects of the Distance Fresh Projects they participated on their social communication and interactions during the COVID-19 pandemic.

Method: The sample of the quantitatively designed study consisted of 96 students of 60+ Tazelenme University Antalya Campus who participated in at least one program of their choice from the Distance Fresh Projects implemented during the COVID-19 pandemic and who volunteered to participate in the study. Data collection was carried out on-line through Google Forms on a voluntary basis, taking into account the conditions of the COVID-19 pandemic. The questionnaire consists of 8 questions prepared and structured by the researchers after questions to determine the demographic characteristics of the participants. SPSS 23 package program was used to analyze the data obtained.

Findings: In the study 76% of the participants were 65 years of age or older, 65.6% were married and 28.1% lived alone. The most striking finding among participants' answers to the questions was that 49% of the participants reported that they did not participate in the programs for socialization purposes other than their primary purpose, while a very high percentage (yes-partially: 90.6%) responded positively to the question about the programs meeting their social communication and interaction needs. When the demographic data of the participants and their responses to the questions were analyzed, no significant difference was found between the groups.

Conclusion: During the COVID-19 pandemic, the Distance Fresh Projects offered on the digital platform by Antalya Campus of 60+ Tazelenme University contributed to the establishment of social communication-interaction and mutual learning process of the participants. When the elderly are exposed to social isolation due to the pandemic or any other reason, creating technology-based environments where they can socialize will be effective gerontological interventions.

Keywords: Distance Fresh Projects, 60+ Tazelenme University, social communication, social interaction.

Giriş

COVID-19 salgını bir hastalık olarak çok sayıda insanı etkilemesinin ve ölümlere neden olmasının yanında, psikolojik, sosyal ve ekonomik olumsuzluklara neden olmuş bir pandemidir.^{1,2,3} Bu süreçte, COVID-19'un yayılımını en aza indirebilmek için birçok ülkede, başkalarıyla fiziksel mesafeyi koruma önerilerinden toplulukların ve hatta tüm toplumların karantinaya alınmasına kadar uzanan, fiziksel sosyal temaslara ilişkin kısıtlamalar uygulanmıştır. Özellikle yaşlı yetişkinler diğer yaş gruplarıyla karşılaştırıldığında enfekte olmaları halinde daha kötü sonuçlarla (sekonder enfeksiyon, hastaneye yatış ve ölüm) karşılaşabilme risklerinden dolayı birçok ülkede başkalarıyla fiziksel temasları konusunda daha büyük kısıtlamalara tabi tutulmuşlardır. Ayrıca medyada ve hükümetler nezdinde yapılan açıklamalarda yaş vurgusunun yapılması, uzun süreli ve yoğun kısıtlamalara daha fazla maruz kalmaları itibarıyla sosyal ve psikolojik olumsuzluklar bakımından da riskli bir gruba oluşturmuşlardır.^{1,4}

Sosyal izolasyon yalnız yaşama, az veya nadir sosyal temas ve düşük düzeyde sosyal aktivite gibi göstergelerle ölçülen nesnel bir durumdur. Yalnızlık ise kişinin arzuladığı ve ulaştığı sosyal ilişkiler arasındaki algılanan sayısal ve niteliksel, tutarsızlıktan kaynaklanan olumsuz bir duygudur.⁵ Literatürdeki birçok çalışmada, sosyal izolasyonun yalnızlık için bir risk faktörü olduğu gösterilmiş ve kötü sağlık, düşük refah ve ölüm riskiyle ilişkilendirilen bir durum olarak ifade edilmiştir.^{6,7} Teorik açıdan bakıldığında pandemi sırasında⁸ temel sosyal ilişkilere en iyi şekilde odaklanabilen, bunları optimize edebilen ve sosyal temas kaybını bir şekilde telafi edebilen yaşlı yetişkinlerin, mevcut koşullara uyum sağlamak için belirli bir donanımına sahip olmaları gerekmektedir. Yaşlı yetişkinlerin fiziksel sosyal temas kaybını telafi edebilmelerinin bir yolu da teknoloji kullanımınıdır; sosyal teknolojilerin yaşlı yetişkinlerde yalnızlığı azaltma potansiyeline sahip olduğuna dair kanıtlar bulunmaktadır.⁹

60+Tazelenme Üniversitesi, “ömür boyu öğrenme” kavramından hareketle, 60 yaş ve üzerindeki bireyler için hayata geçirilmiş bir projedir. 60 yaş ve üzerindeki bireylerin öğrenim gördükleri Tazelenme Üniversitesi, COVID-19 pandemisi nedeniyle 2020 yılı Mart ayı itibarıyla öğrenime ara vermiştir. Mesafeli Taze Projeler ise COVID-19 pandemisi sırasında “ömür boyu öğrenme” sürecinin devamlılığının sağlanması ve yaşlıları pandeminin olumsuzluklarından korumak için uygulamaya konulmuştur. Sokağa çıkma yasağı ile başlayan sosyal izolasyonun fiziksel, sosyal ve psikolojik tahribatını önlemek ve “ömür boyu öğrenme” sürecinin kesintiye uğramasını engellemek amacıyla Prof. Dr. İsmail Tufan tarafından oluşturulmuş konsept, 60+Tazelenme Üniversitesi Antalya Kampüsü’nde hayata geçirilmiştir. Nisan 2020 tarihi itibarıyla başlayan Mesafeli Taze Projeler; Taze Korona Günlüğü, Taze Müzik & Taze Mikrofon, Taze Kafadarlar, Taze İngilizce, Taze Kozalar, Taze Hafıza, Taze Örgü, Taze Yemek ve Taze Biyografi programlarını içermektedir; bu programların tümü çevrimiçi uygulamalarda, haftalık olarak belirlenmiş olan gün ve saatlerde gerçekleştirilmiştir. 60+Tazelenme Üniversitesi öğrencileri, çevrim içi uygulamalara kolaylıkla uyum sağlamış ve Mesafeli Taze Projelere büyük bir ilgi göstermiştir. Programlar, pandemi sürecinin seyri dikkate alınarak Haziran 2021 tarihinde sonlandırılmıştır. 60+Tazelenme Üniversitesi gibi Mesafeli Taze Projeler de bireylerin kendi seçimleri doğrultusunda, gönüllü olarak katılabildikleri programlardır.

İnsan her yaşta ve hayat boyu öğrenmeye ihtiyaç duyan, sahip olduğu bilgilerden sonuçlar çıkaran, mevcut yaşam koşullarının ve beklentilerinin yanında geleceğe yönelik planlarıyla da davranışlarına yön veren rasyonel bir varlıktır.¹⁰ Bu bakımdan Rasyonel Seçim Teorisi kapsamında ele alındığı üzere insanlar ilgilendikleri eylemlere yönelirler ve kendilerine en uygun olan tercihi benimserler. 60+Tazelenme Üniversitesi öğrencileri, kendilerine uygun buldukları bu projeye dâhil olmayı seçmiş, bu seçimden fayda sağlayacaklarına inandıkları için eğitime katılmış bireylerden oluşmaktadır.¹⁰ Benzer şekilde, pandemi sürecinin zorunlu kıldığı koşullar içinde, 60+Tazelenme Üniversitesi öğrencilerinin bir kısmı kendilerine sunulmuş olan Mesafeli Taze Projeler’e katılmayı seçmiş, bu seçimlerinden belli faydalar etmek üzere pandemi süresinde programlarda yer almışlardır.

Mesafeli Taze Projeler, COVID-19 pandemisinin zorlayıcı ve yaşlılar açısından büyük riskler barındıran ortamında uygulamaya konulan bir gerontolojik (intervensiyon) müdahaledir. Bu çalışmada, COVID-19 pandemisi sırasında 60+Tazelenme Üniversitesi Antalya Kampüsü öğrencilerinin katılım gösterdikleri Mesafeli Taze Projeler'in, onların sosyal iletişim ve etkileşimleri üzerindeki etkilerine yönelik görüşlerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırma Modeli/Deseni

Araştırmada; tanımlayıcı bir araştırma olarak nicel araştırma modeli benimsenmiştir.

Çalışma Grubu/Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklemini, 60+Tazelenme Üniversitesi Antalya Kampüsü öğrencileri arasından, COVID-19 pandemisinde uygulanan Mesafeli Taze Projeler'den kendi seçtiği en az bir programa katılan 277 kişi arasından, araştırmaya katılmaya gönüllü olan 96 birey oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada; katılımcılara demografik bilgilerine yönelik soruların ardından evet, kısmen ve hayır seçenekleriyle cevaplanabilen 8 soru yöneltilmiştir. Araştırmacılar, Mesafeli Taze Projeler dahilindeki bazı programların içeriklerini hazırlama, programları sunma ve yönetmede görev almışlardır. Araştırmanın, pandemi gibi olağanüstü bir süreçte uygulanan özgün bir gerontolojik müdahaleyi konu alması ve literatürde örneği bulunmaması itibarıyla anket soruları, araştırmacıların programlardaki görevleri süresince edindiği gözlem ve deneyimleri doğrultusunda araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Veri toplama, 01/03/2021 – 21/05/2021 tarihleri arasında COVID-19 pandemisi koşulları dikkate alınarak çevrimiçi ortamda Google Forms aracılığıyla ve gönüllülük ilkesi esasıyla gerçekleştirilmiştir. Çevrimiçi anket, projeye katılan tüm öğrencilere gönderilmiştir; ankete, araştırmaya katılmayı onayladığını belirten gönüllüler katılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 23 paket program kullanılmıştır. Nicel değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnov testi ile analiz edilmiş ve normal dağılım özelliği gösterdiği için gruplar arasındaki fark One-way ANOVA testi ile sınanmıştır.

Araştırma Etiği

Araştırma için Ulusal Sosyal Uygulamalı Gerontoloji Derneği Etik Kurulu 2016.204.14.04.20 etk:17 sayılı araştırma projesi etik uygunluk belgesi alınmıştır ve çalışmada Helsinki Deklarasyonu Prensipleri'ne uyulmuştur.

Bulgular

Araştırmaya 96 kişi katılmış olup, katılımcılara ait demografik veriler Tablo 1'de sunulmuştur. Buna göre; katılımcıların %60,4'ü kadın ve %76'sı 65 yaş ve üzerindedir. Ayrıca katılımcıların %58,4'ü lisans ve lisansüstü düzeyde eğitime sahiptir; ilköğretim mezunu katılımcıların oranı ise %3,1dir. Katılımcıların %65,6'sı evlidir ve %28,1'i yalnız yaşamaktadır (Tablo 1).

Araştırmada katılımcılara 8 soru yöneltilmiş olup, verdikleri yanıtlar Tablo 2'de sunulmuştur. İlişkisel bağlamda, katılımcıların cinsiyet, eğitim düzeyi ve medeni hali gibi demografik değişkenleri ile

araştırma kapsamında sorulan sorulara verilen yanıtlar karşılaştırıldığında ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p<0,05$).

Sorulara verilen yanıtlar incelendiğinde, katılımcıların %49'u programlara birincil amacından farklı olarak sosyalleşme amacıyla katılmadığını bildirmiştir; bununla birlikte katılımcıların sosyal iletişim ve etkileşim gereksinimlerinin karşılandığına ilişkin olumlu yanıt oranı (evet: %44,8 - kısmen: %45,8) oldukça yüksek bulunmuştur. Bir diğer bulgu, programlarda katılımcıların kendi bilgi, beceri ve deneyimlerini paylaşmanın, kendilerini değerli hissetmelerini sağladığına ilişkin olumlu yanıt oranının oldukça yüksek (evet: %45,8 - kısmen: %41,7) bulunmasıdır.

Araştırmada, 60+Tazelenme Üniversitesi'nde tanıştıkları arkadaşlarını, Mesafeli Taze Projeler kapsamındaki programlar sayesinde daha iyi tanıdıklarını bildiren katılımcıların oranlarının yüksek olduğu görülmüştür (evet: %43,8 - kısmen: %41,7). Katılımcıların %58,3'ü Mesafeli Taze Projelerde diğer katılımcıların paylaştıkları deneyimlerin, kendi bakış açılarına zenginlik kattığını bildirmiştir (Tablo 2).

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Demografik değişken		Sayı (n:96)	Oran %
Cinsiyet	Erkek	38	39,6
	Kadın	58	60,4
Yaş	50-59 yaş	6	6,3
	60-64 yaş	17	17,7
	65 ve üzeri	73	76,0
Medeni durum	Evli	63	65,6
	Bekâr	33	34,4
Eğitim durumu	İlköğretim	3	3,1
	Lise	37	38,5
	Üniversite	47	49,0
	Yüksek lisans ve üzeri	9	9,4
Kiminle birlikte yaşıyor (birden fazla seçenek seçilebilir)	Yalnız	27	28,1
	Eşim	54	56,2
	Çocuklarım	11	11,5
	Annem/babam	4	4,2

Tablo 2. Katılımcılara Yöneltilen Sorular ve Yanıt Dağılımları

Sorular	Evet %	Kısmen %	Hayır %
1.Pandemi sürecinde Taze Projeler kapsamındaki programlarda iletişim halinde olduğunuz arkadaşlarınızla, ders dışında da görüştünüz mü?	31,3	30,2	38,5
2.Taze Projeler kapsamındaki programlarda tanıştığınız arkadaşlarınızla, online iletişimin kolaylığı sayesinde program dışındaki iletişiminiz arttı mı?	22,9	41,7	35,4
3.Pandeminin olumsuz etkilerini yoğun hissettiğiniz dönemlerde, Taze Projelerde tanıştığınız bir arkadaşınızı, duygularınızı paylaşmak ve destek almak için aradınız mı?	27,1	29,2	43,7
4.Taze Projeler kapsamındaki programlar, sosyal etkileşim gereksiniminizin karşılanmasına katkıda bulunuyor mu?	44,8	45,8	9,4
5.Taze Projeler kapsamındaki programlar, Tazelenme Üniversitesinden tanıdığınız arkadaşlarınızı daha iyi tanımanızı sağladı mı?	43,8	41,7	14,5
6.Taze Projeler kapsamındaki programlara, programın amacı dışında, sosyalleşmek ve birkaç tanıdık yüz görmek amacıyla katıldınız mı?	19,8	31,3	49,0
7.Taze Projeler kapsamındaki programlarda kendi bilgi, beceri ya da deneyimlerinizi paylaşma imkânı bulmanız kendinizi daha değerli hissetmenizi sağladı mı?	45,8	41,7	12,5
8.Taze Projeler kapsamındaki programlarda, diğer katılımcıların paylaştığı deneyimler, sizin o konudaki bakış açınıza bir zenginlik kattı mı?	58,3	33,3	8,4

Tartışma

Her yaştan bireyin yaşamında çeşitli olumsuzluklara neden olan COVID-19 pandemisi, özellikle yaşlılar için fiziksel, sosyal ve psikolojik açıdan zorlayıcı bir süreç olmuştur. Özgün Başıbüyük ve arkadaşları¹¹, 60+Tazelenme Üniversitesi Antalya Kampüsü öğrencileri olan yaşlılar üzerinde sosyal izolasyonun neden olduğu depresyon riskini araştırmışlar ve sokağa çıkma yaşağına tabi olan yaşlıların depresyona yatkın olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bergman ve arkadaşları¹², pandemi sırasında birçok toplumda artan yaş ayrımcılığı tutumlarının, yaşlıların toplumdan uzaklaşmalarına neden olduğunu bildirmiştir. Araştırmacılar, ilerleyen yaşlarda kaygının fiziksel sağlıkla ilişkili olmasının yanında, yaşlı yetişkinler arasındaki kaygı belirtilerinin, sosyal izolasyon ve yalnızlık dahil olmak üzere çeşitli psikolojik sonuçlarla ilişkilendirildiğini ifade etmişlerdir. Tufan ve arkadaşları¹³, yaşlıların sokağa çıkma yaşağı üzerine görüşlerini değerlendirmiş, sokağa çıkma yaşağının tolere edilebilir düzeyde bir stres kaynağı olarak görülebileceğini, katılımcıların %62'sinin yasak uygulamasını yaşlıların günah keçisi olmaları şeklinde yorumladıklarını bildirmişlerdir.

Araştırmalar, pandemide yaşlıların kısıtlama ve sosyal izolasyon kaynaklı olumsuz durumlar yaşadıklarını göstermektedir. Mesafeli Taze Projeler, pandemide yaşlıların sağlıklarını riske atmadan sosyal iletişim ve etkileşim ortamı sunmuştur. Katılımcılar, Mesafeli Taze Projeler kapsamındaki programlara katıldıklarında, sosyal iletişim ve etkileşim gereksinimlerinin büyük ölçüde karşılandığını bildirmişlerdir (evet: %44,8, kısmen: %45,8). Katılımcılar X kuşağına ve Baby Boomer Kuşağına dahil olan, "dijital göçmen" olarak tanımlanan bireylerdir. Yüz yüze iletişimi benimsemiş kuşaklar olmaları itibarıyla dijital ortamdaki sosyal iletişimin bu gereksinimlerini tümüyle karşılamadığı ya da hayır cevabı verenler açısından hiç karşılamadığı öngörülmektedir.

Araştırmada, 60+Tazelenme Üniversitesi'nden tanıyor oldukları arkadaşlarını Mesafeli Taze Projeler sayesinde daha iyi tanıdıklarını bildiren ve Mesafeli Taze Projeler'de tanışıp, program dışında iletişimlerinin kısmen arttığını bildiren katılımcı oranlarının yüksek olduğu görülmektedir. Taze Müzik ve Taze Mikrofon için yapılan bir odak grup görüşmesinde katılımcılardan bazıları, Mesafeli Taze Projeler ve sosyalleşme konusuyla bağlantılı olarak; *bu programlar sayesinde kopukluk olmadığını, güzel bağların oluştuğunu, Tazelenme Üniversitesi'nden tanıdıkları arkadaşlarını daha iyi tanıma fırsatı bulduklarını ve yakınlık kurduklarını* bildirmişlerdir. Katılımcılar ayrıca, *programlarda*

karşılıklı öğrenmenin gerçekleştiğine yönelik görüş bildirmişlerdir¹⁴. Mevcut araştırmada, kendi bilgi ve deneyimlerini paylaşmalarının değerli hissetmelerine katkı sağladığını, bununla birlikte diğer katılımcıların paylaştıkları deneyimlerin, kendi bakış açılarına zenginlik kattığını bildiren katılımcıların oranlarının yüksek olduğu görülmüştür.

Ay ve Özgün Başıbüyük¹⁵ pandemiden önce 60+Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ile yaptıkları araştırmada, internet bağımlılığı olmaksızın sanal sosyalleşmenin artmasının yaşam doyumunu arttırdığını ve yaşlıların yalnızlığının azalmasına katkı sağladığını bildirmişlerdir. Mesafeli Taze Projeler, pandemi gibi olağanüstü bir durumda, dijital platformda 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri arasında sosyal iletişim-etkileşim ve karşılıklı öğrenme ortamının tesis edilmesini sağlamıştır.

Sonuç

COVID-19 pandemisinde sosyal izolasyona uğrayan 60+Tazelenme Üniversitesi öğrencileri için bir gerontolojik intervensiyon olarak hayata geçirilen Mesafeli Taze Projeler'in, belli bir mikro çevre içinde katılımcıların sosyal iletişim ve etkileşimlerini sürdürebilmelerine imkân sağladığı görülmüştür. Araştırmada Mesafeli Taze Projeler'e katılmak sosyal ilişkiler geliştirme ve sürdürme yönünden, katılımcılara farklı oranlarda katkı sağlamıştır. Bu araştırma, 60+Tazelenme Üniversitesi öğrencilerinden Mesafeli Taze Projelere katılan gönüllüler ile gerçekleştirilmiştir; yaşlılar için planlanacak teknoloji tabanlı çeşitli programların ya da uygulamaların, bireylerin sosyal iletişim ve etkileşimlerinin tesis edilmesi, sürdürülmesi ve geliştirilmesine etkileri üzerine daha geniş ve heterojen popülasyonlarda yapılacak çalışmalar, yeni ve daha geniş kitlelere ulaşabilecek projelerin geliştirilmesine kapı aralayacaktır.

Yaşlanma süreci ve yaşlılık dönemi biyopsikososyal perspektiften ele alınarak değerlendirilmelidir. Pandemi gibi olağanüstü koşullarda ya da bakıma muhtaçlık, engellilik vb. evde kalmayı zorunlu kılan durumlarda yaşlı bireylerin sosyal iletişim ve etkileşimleri sınırlanabilmektedir. Böylesi durumlarda, fiziksel ve psikolojik sağlığın korunmasının yanında sosyal ihtiyaçlar için gerontolojik uygulama ve müdahalelerin geliştirilmesi önem arz etmektedir. Çeşitli kısıtlamalara maruz kalan yaşlıların sosyalleşme gereksinimlerinin karşılanmasına yönelik planlanacak gerontolojik müdahalelerde teknolojik ürünlerin ve internetin kullanımı dikkate değer katkılar sağlayabilecektir.

Teşekkür ve/veya Açıklama: Mesafeli Taze Projeler konseptini oluşturan ve bu araştırmanın gerçekleştirilmesi konusunda bizi teşvik eden Prof. Dr. İsmail Tufan'a ve araştırmaya katılan 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencilerine teşekkür ederiz.

Kaynaklar

1. Bostan S, Erdem R, Ozturk YE, Kilic T ve ark. The effect of COVID-19 pandemic on the Turkish society. *Electron J Gen Med.* 2020; 17:6-em237.
2. Yücens B, Büber A. COVID-19 salgınının ileri yaştaki kişilerde psikolojik etkileri. *Pamukkale Medical Journal.* 2022;15(2):345-354.
3. Birinci M, Bulut, T. Covid-19'un sosyo-ekonomik yönden dezavantajlı gruplar üzerindeki etkileri: sosyal hizmet bakış açısından bir değerlendirme. *Sosyal Çalışma Dergisi.* 2020;4(1):62-68.
4. Altın Z. Covid-19 pandemisinde yaşlılar. *Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi.* 2020;30(2):49-57.
5. Perlman D, Peplau LA. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal Relationships.* 1981; 3:31-56.

6. Dahlberg L, McKee KJ, Frank A ve ark. A systematic review of longitudinal risk factors for loneliness in older adults. *Aging & Mental Health*, 2022; 26(2): 225-249.
7. Holt-Lunstad J, Smith TB, Baker M ve ark. Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science*. 2015;10(2),227-237.
8. Carstensen LL, Fung HH, Charles ST. Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, 2003;27(2): 103-123.
9. Poscia A, Stojanovic J, La Milia DI ve ark. Interventions targeting loneliness and social isolation among the older people: An update systematic review. *Experimental Gerontology*. 2018; 102:133-144.
10. Tufan İ. Türkiye’de Yaşlı Eğitimi 60+Tazelenme Üniversitesi’nin İlk Dört Yılı: Değerlendirme ve Öneriler. 1. Basım. Nobel Akademik Yayıncılık. 2022; 42,117-119.
11. Özgün Başbüyük G, Kaleli I, Efe M ve ark. Depression risk caused by social isolation: An assessment on older adults in Turkey. *Advances in Gerontology*, 2021;11(3):298-304.
12. Bergman YS, Cohen-Fridel S, Shrira A ve ark. COVID-19 health worries and anxiety symptoms among older adults: the moderating role of ageism. *International Psychogeriatrics*, 2020;32(11):1371-1375.
13. Tufan İ, Koç O, Dere B ve ark. Yaşlıların “Sokağa çıkma yasağı” üzerine görüşleri: Telefon anketi. *Geriatric Bilimler Dergisi*. 2020;3(2):51-59.
14. Tiryaki S, Tufan İ, Başbüyük HH. 60+TAÜ Antalya Kampüsü Öğrencilerinin COVID-19 Pandemisi Sırasında Uygulanan Taze Müzik Programı Üzerine Görüşlerinin Değerlendirilmesi. 11. Ulusal Yaşlılık Kongresi, Nisan 2021. Atatürk Üniversitesi, Erzurum. Erişim Adresi: <https://avesis.atauni.edu.tr/yayin/d7e38d7d-5572-48c3-a683-7e6278cdfa47/yasli-bireylerin-madde-bagimlilikina-iliskin-deneyim-bilgi-ve-gorusleri-uzerine-nitel-bir-arastirma/document.pdf>
15. Ay F, Özgün Başbüyük G. Yaşlı bireylerde sanal ortam yalnızlığı, internet bağımlılığı ve yaşam doyumu. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*. 2020;13(1):27-35.