



YAŞLILARIN GÜNDELİK YAŞAM PRATİKLERİ VE SOSYAL ALGILAR: MENEMEN ÖRNEĞİ

EVERYDAY LIFE PRACTICES AND SOCIAL PERCEPTIONS OF THE ELDERLY: EXAMPLE OF MENEMEN

Ayşe DERİCİOĞULLARI ERGUN¹, Diren AKYILDIZ²

Öz

Tüm insanlık tarihi boyunca toplumların önemli bir parçası olan yaşlılar, yakın dönemde sosyal açıdan bir problem ve dezavantajlı grup olarak ele alınmaya başlamıştır. Bu duruma temel neden olarak ise aile yapısında yaşanan değişime bağlı olarak geniş ailenin yerini çekirdek ailenin alması, yaşlı nüfusunun hızla artıyor oluşu ve yaşlıların fiziksel/sosyal çevrelerinin değişmesi gösterilmektedir. Bu çalışmada öncelikle yaşlılık olgusu ele alınacaktır. Ardından 2016 yılında İzmir ili Menemen ilçesinde 30 yaşlı bireyle derinlemesine görüşme tekniğiyle gerçekleştirilen alan araştırmasından hareketle yaşlıların yaşam süreçlerine ilişkin bir değerlendirme yapılacaktır.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, yalnızlık, yaşlı sorunları.

Abstract

Throughout the history of mankind, elders who are an important part of society has recently begun to be regarded as a problem and disadvantaged group from the social point of view. The main reason for this is depending on the change in the family structure of the core of the large family to take the place of the family, the elderly population is growing rapidly and the change of the physical / social environment of the elderly is shown. In this study, firstly the case of old age will be discussed. Then in 2016 in Izmir province Menemen county A 30-year-old patient with in-depth interview technique an assessment of the life processes of the elderly will be made based on field research.

Keywords: Old age, loneliness, old problems.

1.GİRİŞ

Kimin yaşlı olduğu ya da yaşlının nasıl bir yaşam dünyasına sahip olduğu farklı toplumsal yapılarda farklı şekilde değerlendirilmektedir. Çünkü yaşlılık toplumsal norm ve değerlerle, yaşam koşullarıyla, kültürel ve sosyal özelliklerle iç içe geçmiş bir kavramdır (Tufan, 2007, s.26). Yaşlılığın standart bir tanımı olmamakla beraber fiziksel, psikolojik ve sosyal boyutları ile değerlendirilmesi gereken bir süreçtir. Yaşlanmaya bağlı

¹ Yrd. Doç. Dr. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, adericiogullari@mehmetakif.edu.tr.

² Antropolog, doruk_ela93@hotmail.com.

olarak, insan vücudunun yapı ve fonksiyonlarında meydana gelen değişikliklere biyolojik yaşlılık ve kronolojik yaşla organlarda meydana gelen değişikliklere ise fizyolojik yaşlılık adı verilmektedir. Psikolojik boyutuyla yaşlılık, algı, öğrenme, psikomotor, problem çözme ve kişilik özellikleri açısından insanın uyum sağlama kapasitesinin kronolojik yaş ilerledikçe değişimini ifade etmektedir. Sosyolojik açıdan yaşlılık ise bir toplumda belirli yaş grubundan beklenen davranışlar ve toplumun o gruba verdiği değerlerle ilgilidir (Beğer ve Yavuzer, 2012, s.1).

Genel bir ifadeyle insan varlığının biyolojik bir evresi olarak tanımlanan yaşlılık, insan bedeninin değişimlerine paralel olarak toplumsal ilişkiler bütününden etkilenen ve bu ilişkileri etkileyen bir nitelik taşımaktadır (Köse ve Erkan, 2014, s.43).

Yaşlılara yönelik toplumsal algılar; saygı, tecrübe, bilgelik gibi özellikleri taşıyan pozitif algılar ya da muhafazakar, ulusal ekonomiye yük, öğrenme yeteneği olmayan gibi özellikleri barındıran negatif algılar çerçevesinde şekillenebilmektedir (Tufan, 2014, s.10; Bayoğlu, 2011, s.129).

Günümüzde yaşlılık çok yönlü sosyal bir sorun olarak görülmektedir. Bunun nedenleri arasında; toplumsal değişime ve gelişime paralel olarak geniş ailelerin yerini çekirdek ailelerin alması, geleneklerin, kültürün ve değerlerin değişmesi, önceleri ağırlığı olan ve büyük önem atfedilen yaşlıların günümüzde aile içerisinde yük/sorun olarak görülmeye başlanması, sağlık alanındaki bilimsel ve teknolojik gelişmeler, sosyal güvenliği olan ve yararlanan kişi sayısının artması, ortalama insan ömrünün uzaması, hastalıklara yönelik tanı ve tedavi yöntemlerinin gelişmesiyle ilişkili yaşlı nüfusunun artması yer almaktadır (Görgülü vd., 2010, s.30-31).

Palmore; modernleşme sürecinde yaşlılığın sorun olarak algılanmasına yol açan nedenleri şu şekilde sıralamaktadır:

- Doğum ve ölüm oranlarındaki azalma, yaş ortalamasını artırmıştır.
- Artan teknoloji ve otomasyon, çalışan yaşlılara olan talebin azalmasına yol açmıştır.
- Hızla değişen teknoloji ve yenilenen iş alanları, yaşlıların beceri ve birikimlerinin gereksiz görülmesine neden olmuştur.
- Emekli sayısındaki artış, gelir ve statü kaybını ortaya çıkarmıştır.
- Hızlı sosyal değişim ve çocuk merkezli eğitim, yaşlıların prestijini azaltmıştır.
- Kentleşme yaşlıları ayırmış, yaşlıların statü ve prestij kaybına uğramasına neden olmuştur. (1999, s.68-9).

Yaşlılık; sosyal algılamalar, beklentiler, roller, statüler, normlar ve değerler tarafından ortaya çıkarılan toplumsal bir tasarım olarak ele alınabilir (Tufan, 2014, s.6; 2007, s.81). Yaş aldıkça ortaya çıkan fiziksel değişimler yaşlanmanın biyolojik boyutuna karşılık gelmekteyken; ortaya çıkan bu değişimlere toplumun diğer bireylerinin verdiği tepki yaşlanmanın sosyal boyutunu kapsamaktadır (Tuna ve Tenlik, 2017, s.23). Yaşlılık sürecinde bireylerin psikolojik ve bilişsel açıdan da oldukça etkilendiği de vurgulanmaktadır (Komşu, 2014, s.373). Bu çalışmada da yaşlı bireylerin gündelik yaşam pratikleri ele alınmakta ve özellikle yalnızlık-sosyal dışlanma ilişkisi üzerinde durulmaktadır.

2. YAŞLILIK TANI(MLA)MAK/ANLA(T)MAK

Yaşlanma; biyolojik bir süreç ise de katılım, yaşam biçimi, yapılan iş, beslenme alışkanlıkları kronik hastalıklar ve bireyin kişilik yapısı, toplumun ve çevresinin bireyi, bireyin de kendini algılayışı, vb. gibi etmenler nedeniyle bireysel farklılıklar da içerir. (Dönümcü, 2006, s.43).

Yaşlılığı konu edinen çalışmalara bakıldığında genel olarak; takvim yaşını temel alan kronolojik yaşlanma, vücudun değişimine bağlı olarak biyolojik yaşlanma, zihinsel faaliyetlerde ortaya çıkan değişimleri ele alan psikolojik yaşlanma ve toplumsal konumlanıştaki değişimi ele alan sosyolojik yaşlanma kavramları karşımıza çıkmaktadır (Ceylan vd., 2015, s.37; Akçay, 2015, s.88).

Yaşlanma ve yaşlılık kavramları öncelikle biyolojik bir süreç olarak değerlendirilse de sadece bu açıdan ele almak yeterli değildir. Yaşlılık ve yaşlanma biyolojik etkenlerin yanı sıra sosyolojik, ekonomik, politik, ideolojik, psikolojik ve toplumsal koşullardan da etkilenmektedir (Tuna ve Tenlik, 2017, s.5). Tufan vd. bu etkilenme durumunu şu şekilde değerlendirmektedir: “*Ekonomide ve iş piyasalarındaki gelişmeler, sosyal güvenliğin maddi ve normatif krizleri, aile ve toplumsal yapıların ve fonksiyonların değişimi, yaşam durumu, özgeçmiş ve yaşam biçimlerindeki değişimler, sosyal yapılarda yaşlanma ve yaşlılığın konumunda meydana gelen değişimler, sosyal eşitsizlikler ve yaşam fırsatları, yaşlı insanların yaşam durumlarında çoğalan heterojenlik ve yaşa, cinsiyete, bölgeye, çalışma ve yaşam süreçlerine bağlı faktörler, hepsi birlikte yaşlanma ve yaşlılığı belirlemektedir.*” (2017, s.78).

Yaşlı bireylerin toplumsal imajları genel olarak; soyutlanma, yalnızlık, bağımlılık ve yardıma ihtiyaç duyma özelliklerini taşımaktadır (Akçay, 2011, s.83). Bu tarz bir imaj; günümüzde yaşlıların toplumsal dışlanma, yoksulluk ve marjinalleşme sorunlarıyla karşı karşıya kalmalarına ve dezavantajlı konumuna gelmelerine neden olabilmektedir (Bayoğlu, 2011, s.123).

Yaşlıların toplumdaki uzak kalmaları ve yalnızlık hissine kapılmaları süreci sosyal dışlanma kavramı üzerinden de okunabilmektedir. Sosyal dışlanma; işsizlik, gelir ve mal varlığı yetersizliği gibi ekonomik nedenler; eğitimsizlik, yaş ve cinsiyet gibi bireysel nedenler; sosyal güvence eksikliği ve toplumsal destek yoksunluğu gibi sosyal ve kurumsal nedenler ve yaşlılık veya özürülükten dolayı bazı yeteneklerini kaybetmek gibi fizyolojik zorunlu nedenler neticesinde ortaya çıkmaktadır (Genç ve Dalkılıç, 2013, s.464; Beşirli vd., 2016, s.29-32).

Sosyal dışlanma, sosyal bütünleşmenin karşıtı olarak ele alınmakta ve sosyal, ekonomik ve siyasi alanlardan tamamen ya da kısmen yoksun olma dinamik sürecini ifade etmektedir (Şahin, 2009, s.23). Sapancalı tarafından sosyal dışlanma belirli bireylerin veya grupların yapısal ve/veya kişisel gerekçelere bağlı olarak, mekansal anlamda olmasa da sosyal katılım anlamında tamamen veya kısmen içinde yaşadıkları toplumun dışında kalmaları ve bu toplumdaki yurttaşlığa ilişkin üretim, tasarruf gibi ekonomik eylemlerle siyasal ve sosyal yönlü olan normal eylemlere katılamamaları olarak tanımlanmaktadır (Sapancalı, 2005, s.53).

Sosyal dışlanma bireyin toplumla bütünleşmesini sağlayan sivil, politik, ekonomik ve sosyal haklara bazı kişi ve gruplar tarafından ulaşılamamasıdır (Şahin, 2009, s.23).

Sosyal dışlanma en genel anlamda egemen sosyo-kültürel yaşamdan dışlanma olarak ele alınmaktadır. Dışlanmış kişi; ekonomik, sosyal, politik ve kültürel alanlara katılmak için gerekli kaynaklardan yoksundur ve çevre bağlarından kopmuş durumdadır (Tümtaş, 2012, s.77; Gökçeoğlu Balcı, 2007, s.53-54).

Sosyal dışlanma toplumda bireylere açık olan toplumsal ve siyasal fırsatlar bakımından eşitsizliklerin ortaya çıkması ve bu eşitsizlikleri kendi kendini sürdüreceği biçimde yaygınlaşmasını da beraberinde getirmektedir. Ekonomik, sosyal ve siyasal hayata katılamamaktan kaynaklanan dezavantajlılık durumunun bir yansıması olan sosyal dışlanmaya maruz kalan bireyler kendilerini toplumun bir parçası olarak görmezler (Şahin, 2009, s.24-25).

“Aldemir ve Özpınar sosyal dışlanmanın ekonomik, sosyolojik ve psikolojik olmak üzere üç boyutu olduğunu ileri sürmektedirler. Ekonomik boyutunda gelir veya tüketim durumu yer almaktadır. Sosyolojik boyutunda ilgili toplumda hangi gelir veya tüketim seviyesinde dışlanmanın gerçekleştiği bulunmaktadır. Sosyal dışlanmanın psikolojik boyutunun ise sosyolojik boyut bağlamında ortaya çıktığı ifade edilmektedir. Bu noktada, sosyal dışlanmanın şiddetine bağlı olarak birey kendisini yetersiz ya da değersiz olarak adlandırmaktadır (2004, s.5-6).

Dezavantajlı grup denildiğinde akla ilk olarak yoksul kesimler gelmekle birlikte günümüzde bu sorunla ilişkilendirilerek ele alınan cinsiyet, etnisite, dışlanma, yaşlılık, engellilik, çocuk vb. toplumsal gruplarda dezavantajlı grup kapsamına dahil edilmektedir. Bir diğer ifadeyle yoksullukla dezavantajlılık arasında doğrudan bir neden-sonuç ilişkisi tartışılırken bu sarmalın yanı sıra etnik köken, inanç, cinsiyet ve yaş gibi etkenlere bağlı olarak dezavantajlılığın derinleştiğini de söylemek mümkündür. Bu bağlamda ekonomik yetersizliklere bağlı olmadan da dezavantajlı konumda bulunmak söz konusu olabilmektedir. Sosyal anlamda mağdurlaşan yaşlı kesimler, günümüzde dezavantajlı olarak adlandırılan en önemli kesimlerden biri olarak göze çarpmaktadır (Ergun ve Tümtaş, 2017, s.602).

Yaşlıların toplumdan uzak kalmaları ve yalnızlık hissine kapılmaları süreci sosyal dışlanma kavramı üzerinden de okunabilmektedir. Sosyal dışlanma; işsizlik, gelir ve mal varlığı yetersizliği gibi ekonomik nedenler; eğitimsizlik, yaş ve cinsiyet gibi bireysel nedenler; sosyal güvence eksikliği ve toplumsal destek yoksunluğu gibi sosyal ve kurumsal nedenler ve yaşlılık veya özürülükten dolayı bazı yeteneklerini kaybetmek gibi fizyolojik zorunlu nedenler neticesinde ortaya çıkmaktadır (Genç ve Dalkılıç, 2013, s.464; Beşirli vd., 2016, s.29-32).

3.ARAŞTIRMA BULGULARI

Araştırma 2016 yılında İzmir ili Menemen İlçesi'nde ulaşılabilen ve görüşmeyi kabul eden 30 yaşlı bireyle derinlemesine görüşme yöntemi uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Gündelik yaşam pratiklerinin ve olası sorunlarının ortaya konulması hedeflenmiştir.

Tablo 1. Görüşülen Kişinin Yaşı.

Görüşülen Kişinin Yaşı	Sayı	Yüzde %
65-70 Yaş	13	43,3
71-75 Yaş	7	23,3
76-80 Yaş	7	23,3
81-85 Yaş	1	3,3
86-90 Yaş	2	6,7
Toplam	30	100,0

Araştırma kapsamında görüşme yapılan kişilerden 13'ü 65-70 yaş arası (%43,3), 7'si 71-75 yaş arası (%23,3), 7'si 76-80 yaş arası (%23,3), 1'i 81-85 yaş arası (%3,3), 2'si ise 86-90 yaş arası yani (%6,7) yaş arasındadır. Dolayısıyla çalışma kapsamında görüşülen kişilerin yaşına baktığımız zaman 65-70 yaşın daha fazla olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Görüşülen Kişinin Cinsiyeti.

Görüşülen Kişinin Cinsiyeti	Sayı	Yüzde %
Kadın	14	46,7
Erkek	16	53,3
Toplam	30	100,0

Araştırma kapsamında görüşme yapılan kişilerden 14'ü kadın (%46,7) ve 16'sı ise yani %53,3'ü erkektir. Dolayısıyla çalışma kapsamında görüşülen kişilerde dengeli bir cinsiyet dağılımını söylemek mümkün olmaktadır.

Tablo 3. Görüşülen Kişinin Eğitim Durumu.

Görüşülen Kişinin Eğitim Durumu	Sayı	Yüzde %
Okur-Yazar Değil	15	50,0
İlkokul Terk	7	23,3
İlkokul Mezunu	2	6,7
Lise Mezunu	2	6,7
Okur-Yazar	4	13,3
Toplam	30	100,0

Araştırma kapsamında görüşme yapılan kişilerden 15'i (%50,0) Okur-yazar değildir, 7'si (%23,3) İlkokul terk, 2'si (%6,7) İlkokul mezunu, 2'si (%6,7) Lise Mezunu ve 4'ü (%13,3) ise okuryazardır. Dolayısıyla çalışma kapsamında görüşülen kişilerde okuma yazma bilmeyen bireylerin sayısının daha fazla olduğu görülmektedir. Görüşülen kişilerin eğitim durumundaki dağılım da okuma yazma bilenlerin sayısı oldukça azdır. Genellikle okuryazar olmayanlar ve ilkokul terk olan bireylerin daha fazla olduğu görülmektedir. Eğitim düzeyinin düşük olmasının sebebi sorulduğunda; *"buldukları köylerde okul olmaması, merkezi yerlerde ise ulaşımın zor olmasından dolayı gidemediklerini, ayrıca o zamanlar kızları okula gönderilmedikleri, ailelerin defter, kitap vs. eşyaları satın alma güçleri olmadığından okula devam edemedikleri"* gibi cevaplar karşımıza çıkmıştır.

Tablo 4. Görüşülen Kişinin Gelir Durumu.

Görüşülen Kişinin Gelir Durumu	Sayı	Yüzde %
400-600 TL	2	6,7
700-900 TL	2	6,7
1000-1200 TL	15	50,0
1300-1500 TL	8	26,6
Aylık Geliri Yok	3	10,0
Toplam	30	100,0

Araştırma kapsamında görüşme yapılan kişilerden 2'si (%6,7) 400-600 TL arası, 2'si 700-900 TL (%6,7), 15'i (%50,0) 1000-1200TL arası ve 8'i (%26,7) 1300-1500TL arasında geliri olduğunu ifade etmiştir. Görüşme yapılan kişilerden 3'ünün ise (%10,0) ise aylık geliri bulunmamaktadır. Aylık geliri bulunmayan 3

görüşmeci de kadındır. Gelirlerinin olmayışına temel gerekçe olarak da iş hayatına hiç atılmamış olmalarını ve ev hanımı olmalarını göstermektedirler. Aylık geliri olan kadınlar ise genellikle eşlerinin ölümünden sonra, onların maaşlarıyla geçimini sürdürdüklerini ifade etmektedirler. Diğer yandan tabloda da görüldüğü gibi oldukça düşük gelire sahip oldukları görülen görüşmeciler; emekli maaşlarının düşük olmasından yakınmaktadır ve bu konuda devletten emekli maaşlarının iyileştirilmesine yönelik bir şeyler yapılmasını istemektedirler.

Tablo 5. Görüşülen Kişinin Kronik Hastalığı Olup Olmadığı.

Görüşülen Kişinin Kronik Hastalığı Olup Olmadığı	Sayı	Yüzde %
Kronik Bir Hastalığı Var	23	76,7
Kronik Bir Hastalığı Yok	7	23,3
Toplam	30	100,0

Araştırma kapsamında görüşme yapılan kişilerden 23'ü (%76,7) kronik bir hastalığı olduğunu 7'si (%23,3) ise kronik bir hastalığı olmadığı cevabını vermiştir. Görüşülen yaşlı bireylerde genellikle kronik hastalıkların tansiyon, şeker, romatizma, kalp hastalığı olduğu ve düzenli olarak ilaç kullandıkları bilgisi paylaşılmıştır.

Tablo 6. Görüşülen Kişinin Kimlerle Birlikte Yaşadığı.

Görüşülen Kişinin Kimlerle Birlikte Yaşadığı	Sayı	Yüzde %
Yalnız Yaşıyor	22	73,4
Eşi İle Birlikte Yaşıyor	6	20,0
Eşi ve çocukları ile birlikte yaşıyor	1	3,3
Evli Çocuğu İle Birlikte Yaşıyor	1	3,3
Toplam	30	100,0

Tablo 7. Görüşülen Kişinin Kendisini Yalnız Hissedip Hissetmediği.

Görüşülen Kişinin Kendisini Yalnız Hissedip Hissetmediği	Sayı	Yüzde %
Evet Kendisini Yalnız Hissediyor	22	73,4
Hayır Kendisini Yalnız Hissetmiyor	6	20,0
Ara Sıra Kendisini Yalnız Hissediyor	2	6,6
Toplam	30	100,0

Tablo 6 ve tablo7 birlikte ele alındığında yaşlı bireylerin sosyal ilişkileri daha net görülebilmektedir. Buna göre; tablo 6'te yer aldığı gibi, araştırma kapsamında görüşme yapılan kişilerden 22'si (%73.4) yalnız yaşadığını ifade etmiştir. 6 kişi (%20) eşi ile birlikte yaşamını devam ettirdiğini belirtirken; 1 kişi (%3,3) eşi ve

çocuklarıyla ve yine1 kişi (%3,3) de evli çocuğuyla birlikte yaşadığını dile getirmiştir. Bu veriler yaşlılık döneminde bireylerin yalnızlaştığı vurgusunu destekler niteliktedir. Tablo 7 çerçevesinde okunduğunda ise 6 kişi yalnız hissetmediğini dile getirirken 22 kişi yalnız hissettiğini ve 2 kişi de ara sıra yalnız hissettiğini ifade etmiştir. Özellikle eş kaybından sonra yaşlı bireylerin yalnızlaştığı; bununla beraber eş ve çocuklarıyla beraber olsa dahi sosyal anlamda ilişkilerin zayıflamasına bağlı olarak bireylerin kendilerini yalnız hissedebildikleri dile getirilebilir.

Yalnızlık, yaşamın her döneminde anksiyeteye yol açan bir durumdur ancak genel olarak en yoğun yaşandığı dönem yaşlılık olmaktadır. Fiziksel sorunların ve sağlıkta yaşanan problemlerin hareketliliği sınırlandırıyor olmasının yanı sıra, emeklilik döneminin sosyal etkileşimi kısıtladığı ve genç kesimlerin olumsuz yaş geçmiş algısından hareketle yaşlılarla yakın sosyal iletişime geçmemesi vb. etkenler yaşlıların yalnızlık duygusunu yoğun bir biçimde hissetmelerine neden olabilmektedir (Macionis, 2012, s.393; Görgün Baran, 2016, s.82). Bir diğer ifade ile yaşlılık sürecinde yukarıda sayılan etkenlere bağlı olarak bireylerin sosyal ilişki ve etkileşimlerinde azalma ortaya çıkmakta, bu duruma paralel olarak da sosyal dışlanma ve yalnızlık duygusunun yoğun biçimde hissedilmesine yol açmaktadır (Canatan, 2016, s.142).

Her ne kadar geleneksel kültürlerde yaşlanma bir bireyin ulaşabileceği en üst konumun göstergesi olarak görülse de, gerek dünya genelinde gerekse ülkemizde hızla artan yaşlı nüfusun sorunları; “ekonomik güvence eksikliği, sağlık sorunları ve sosyal desteklerden uzak kalmak/yalnızlık” şeklinde ele alınmaktadır. Dolayısıyla günümüz “modern toplumlarında” yaşlılık, geleneksel yapının etkilerinin görüldüğü toplumların tam tersi bir konuma karşılık gelmektedir. Bir diğer ifadeyle önceleri yaşlanma doyurucu ve ödüllendirici bir süreç olarak görülürken günümüzde fiziksel zorluk, toplumsal dışlanma ve yoksulluğa denk gelmekte ve yaşlılar bunlara karşı korunmasız bırakılmaktadır (Bayoğlu, 2011, s.123; Canatan, 2004, s.103; Arpacı, 2016, s.7-11; Giddens ve Sutton, 2016, s.368).

Bireysel tutum ve beklentilerin ön planda olduğu toplumsal yapılarda yalnız olma/hissetme duygusu yaşlılar arasında oldukça sık görülen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır (Zencirkıran, 2015, s.99).

Sanayileşme ve hızlı kentleşme bireysel olarak yaşlıların statüsünde aşınmaya neden olmaktadır. Yaşlılık döneminde toplumsal rol ve statülerde değişiklikler ortaya çıkmakta ve genel olarak yaşlılar sosyal bir geri çekilme sürecine girmektedirler (Ceylan vd., 2015, s.49). Bu süreçte yaşlıların toplumsal etkileşimi azalmakta ve etkileşim azaldıkça yaşlanma sürecinde ortaya çıkan değişmelere uyum daha da zorlaşmaktadır. Bu duruma yol açan nedenlerden biri de toplumun yaşlı bireylerden elini çekmesi olarak görülebilir (Akçay, 2015: 91).

Tablo 8. Görüşülen Kişinin Gündelik İş ve İhtiyaçlarını Nasıl Karşılıdığı.

İşler/İhtiyaçlar	Kendisi Yapıyor	Yardım Alarak Yapıyor	Toplam
Yataktan kalkma	27	3	30
Ev içinde yürüme	27	3	30
Tuvalet ihtiyacını giderme	28	2	30
Yemek hazırlama	20	10	30
Giyinme	26	4	30
Banyo yapma	23	7	30
Temizlik yapma	16	14	30
Çamaşır /Bulaşık yıkama	17	13	30
Alışveriş yapma	16	14	30
Maaşını çekme	19	11	30
Ulaşım	23	7	30

“Tabloya genel olarak bakıldığında, yaşlı bireylerin işlerini genellikle kendileri yaptıkları görülmektedir. Görüşme yapılan yaşlı bireylerin bir kısmının hala yaşlı bir birey olduğunu kabul edememeleri nedeniyle çocuklarına ve çevresine muhtaç kalmamak adına gündelik işlerini kendi başlarına yapmaya çalıştıkları ifade edilmiştir. Görüşmecilerden biri; *“kimseye muhtaç olmak istemiyorum, elimden geldiğinde her işimi kendim yaparım”* cevabını vermiştir. Bir diğer görüşmeci ise; *“elim ayağım hala çok şükür tutuyor, bu yüzden bazı durumlarda yardıma ihtiyacım olsa da ve gelinlerimi rahatsız etmek istemediğim için kendim yapabildiklerimi yapıyorum cevabını”* vermiştir. Bu ifadelerden hareketle yaşlıların temel sorunlarının ya da yaşlılık algılarının temelinde muhtaçlık ve yük olmama kaygısının olduğu ifade edilebilir.

Dolayısıyla çalışma kapsamında görüşme yapılan kişilerin yakın çevrelerinden beklentilerinin olmadığı görülmektedir. *“Görüşme yapılan bireyler; genel olarak çocuklarının biraz daha ilgili olmasını, dışarıdaki insanların özellikle de yeni neslin yaşlılara karşı biraz daha duyarlı ve özverili olmalarını istemektedirler. Bunun yanı sıra yakın çevresinden beklentileri olmayan bireylerin ise kendi evlerinde mutlu, huzurlu ve kendilerinin çocuklarına ayak bağı olmak istememelerinden dolayı yakın çevrelerinden beklentileri olmadıklarının cevaplarını belirtmektedirler.”*

4. SONUÇ YERİNE...

Yaşlanmaya paralel olarak organizmada ortaya çıkan değişimler bireylerin gündelik faaliyetlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu duruma ek olarak yaşlıların karşı karşıya kaldığı sosyal, psikolojik ve ekonomik değişiklikler de yaşlıların yaşantılarında olumsuz yönde etkili olan unsurlar olarak ortaya çıkmaktadır (Durgun, 2015, s.20). Gerek ailelerin gerekse de toplumun yaşlılara yükledikleri rol, onları yalnızlığa itebilmektedir. Diğer taraftan hareketsizlik ve can sıkıntısı da yaşlıları olumsuz etkileyebilmektedir. İlgi alanları, hedefleri, beklentileri ve planları sınırlanan yaşlılar kendilerini yalnız hissedebilmektedir. Bağımlı olma durumu da yaşlılara negatif yansıma da bulunmaktadır. Diğer bireylere daha fazla bağımlı hale gelen yaşlıların sosyal ilişkilerinde de bir azalma görülmektedir. Korunma ve desteklenme ihtiyacına bağlı olması ve kültürel olarak bağımlılığın desteklenmesi; sosyal çevresi azalan yaşlıların bağımsız davranabilmesini zorlaştırmaktadır (Akçay, 2015, s.92-93; 2011, s.95-97).

Günümüzde yaşlıların yaşantılarını ve bakım ihtiyaçlarını karşılayabilmek adına kamusal destekler geliştirilmekte ve uygulamalar hayata geçirilmektedir. Ancak çalışmada da olduğu gibi yaşlıların önemli bir kısmı çocuklarına, akrabalarına ya da yakın çevresine yük olmama kaygısı taşımakta ve iletişimden kaçınabilmektedir. Günümüz toplumsal yaşantılarında önceki dönemlerdeki ilgi ve itibarı görmelerinin neredeyse ortadan kalktığı da düşünüldüğünde; psikolojik olarak istenmeme durumu ya da değersiz görülme hissi yaşlılar açısından sıkıntılı bir süreç yaşanmasına neden olabilmektedir. Bu bağlamda yapılması gereken gerek merkezi ve yerel yönetimler tarafından, gerek sivil toplum kuruluşları ve gönüllülük esaslı girişimlerle yaşlıların yalnız kalmalarının önüne geçebilecek uygulamaların hayata geçirilmesidir. Gündelik yaşantılarında ihtiyaçlarını karşılayabiliyor olsalar da sosyal iletişim kurabilecekleri, dinlenebilecekleri-eğlenebilecekleri ve kamusal katılım sağlayarak vakit geçirebilecekleri ortamların yaratılması yaşlı yalnızlığının bir nebze de olsa azaltılabilesinin önünü açacaktır.

KAYNAKÇA

- Akçay, C. (2011). *Yaşlılık*, İstanbul: Kriter Yayınevi.
- Akçay, C. (2015). *Yaşlılık ve Emeklilik*, Ankara: Pegem Akademi.
- Aldemir, Ş. ve Özpinar, Ö. (2004). Kapitalizm, Yoksulluk ve Sosyal Dışlanma. *Amme İdaresi Dergisi*, 37(2), 1-11.
- Arpacı, F. (2016). Geçmişten Günümüze Yaşlılık., H. Ceylan (Ed.), *Yaşlılık Sosyolojisi* içinde (1-19). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Bayoğlu, A. S. (2011). Yaşlanma Sürecinde Sosyal Dışlanmaya Karşı Güçlendirme Temelli Sosyal Hizmet Müdahalesi. Yasemin Özkan (Ed.), *Sosyal Dışlanma ve Aile: Sosyal Hizmet Müdahalelerinde Güçlendirme Yaklaşımı* içinde (123-136). Ankara: Maya Akademi Yayınevi.
- Beğen, T. ve Yavuzer, H. (2012). Yaşlılık ve Yaşlılık Epidemiyolojisi, *Klinik Gelişim Dergisi*, 25, 1-3.
- Beşirli, H., -Koçancı, M., Bakır, M. A., Özdemir, Z. ve Yalçınkaya Gülle, M. (2016). *Sosyal Konut Uygulamaları ve Yoksulluğun Yönetimi Üzerine Ampirik Bir Çalışma*, Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Canatan, A. (2004). Yoksulluk ve Yaşlılık. Rahime Beder Şen (Ed.), *IV. Aile Şurası Aile ve Yoksulluk Bildiriler Kitabı* içinde (103-107). Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Canatan, A. (2016). Yaşlılıkta Sosyal İlişkiler ve Kuşaklararası Etkileşim. Harun Ceylan (Ed.), *Yaşlılık Sosyolojisi* içinde (139-155). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Ceylan, H., Kurtkapan, H. ve Turan, B. (2015). Literatür: Türkiye’de Yaşlıların Yaşam Durumları. M. Şentürk ve H. Ceylan (Ed.), *İstanbul’da Yaşlanmak* içinde (35-60). İstanbul: Açılım Kitap.
- Dönümcü, Ş. (2006). Yaşlı ve Sosyal Hizmetler. *Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi*, 52 (Özel Ek A), 42-46.
- Durgun, B. (2015). *Yaşlılık ve Yaşlılara Sunulan Hizmetler*, İstanbul: Yalın Yayıncılık.
- Ergun, C. ve Tümtaş, M. S. (2017). Türkiye’de Yaşlılık ve Sosyal Politikalar. İ. Tufan ve M. Durak (Ed.), *Gerontoloji I. Cilt* içinde (601-617). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Genç, Y. ve Dalkılıç, P. (2013). Yaşlıların Sosyal Dışlanma Sendromu ve Toplumsal Beklentileri, *International Journal of Social Science*, 6(4), 461-482.
- Giddens, A. ve Sutton, P. W. (2016). *Sosyoloji*, İstanbul: Kırmızı Yayınları.
- Gökçeoğlu Balcı, Ş. (2007). *Tutunamayanlar ve Hukuk*, Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.

- Görgün Baran, A. (2016). Yaşlılıkta Sosyal İzolasyon ve Yalnızlık. H. Ceylan (Ed.), *Yaşlılık Sosyolojisi* içinde (77-97). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Komşu, U. C. (2014). Yaşlılık, Yaşlı Nüfusun Sorunları ve Yetişkin Eğitimi. *ASOS Journal*, 2(1), 370-389.
- Köse, N. ve Erkan, N. Ç. (2014). Kentsel Mekân Örgütlenmesinin Yaşlıların Kentsel Etkinlikleri Üzerindeki Etkisi, İstanbul ve Viyana Örneği. *METÜ JFA Dergisi*, 31(1), 39-66.
- Macionis, J. J. (2012). *Sosyoloji*, (A. Canatan, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Palmore, E. B. (1999). *Ageism: Negative And Positive*, New York: Springer Publisher Company.
- Sapancalı, F. (2005). *Sosyal Dışlanma*, İzmir: Dokuz Eylül Yayınları.
- Şahin, T. (2009). *Sosyal Dışlanma ve Yoksulluk İlişkisi*. Sosyal Yardım Uzmanlık Tezi, Ankara SYDTF.
- Tufan, İ. (2007). *Birinci Türkiye Yaşlılık Raporu*, Antalya: Gero Yayınları.
- Tufan, İ. (2014). *Türkiye'de Yaşlılığın Yapısal Değişimi*, İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Tufan, İ., Oktuğ Zengin, M. ve Tamer Köse, M. (2017). Sosyal Gerontoloji, İ. Tufan ve M. Durak (Ed.), *Gerontoloji I. Cilt* içinde (73-88). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Tuna, M. ve Tenlik, Ö. 2017. Türkiye'de ve Dünyada Yaşlanma. İ. Tufan ve M. Durak (Ed.), *Gerontoloji I. Cilt* içinde (3-26). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Tümtaş, M. S. (2012). *Kent, Mekan ve Ayrışma*, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Zencirkıran, M. (2015). *Sosyoloji*, Bursa: Dora Yayıncılık.