

TOPLUMSAL DEĞİŞİM VE YAŞLILIK: ÇORUM'DA YAŞAYAN YAŞLILARIN YAŞAM DOYUMU ÜZERİNE KESİTSEL BİR ARAŞTIRMA

Dilan Sanem KOÇ¹
Fırat KOÇ²
Seher ÇATALOĞLU³

Öz

Bu çalışma, toplumsal değişim bağlamında yaşlı bireylerin yaşam doyumlarını sosyoekonomik, sağlık ve sosyal ilişkiler açısından incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma verileri, T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri Servisine başvuran 65 yaş ve üzeri 100 kadın ve 100 erkek olmak üzere toplam 200 bireyden anket yöntemiyle toplanmıştır. Ankette sosyoekonomik durum, sağlık durumu, teknoloji kullanımı, nesiller arası ilişkiler ve yaşam doyumuna yönelik sorular yer almıştır. Bulgular, eğitim düzeyi ve medeni durum gibi faktörlerin yaşam doyumunda belirleyici olduğunu göstermiştir. Kadınlar genellikle çocuklarıyla birlikte yaşarken erkekler daha yüksek oranda yalnız yaşamaktadır. Sağlık açısından, kronik hastalıklar her iki grupta yaygın olup, erkeklerin sağlık sorunlarının günlük yaşamlarını daha fazla etkilediği gözlenmiştir. Teknoloji kullanımında kadınların sosyal medya kullanımına daha yatkın olduğu, erkeklerin ise yüz yüze sosyalleşmeyi tercih ettiği belirlenmiştir. Ayrıca, sosyal destek ve kuşak çatışmasının yaşam doyumunu üzerinde önemli etkileri olduğu tespit edilmiştir. Araştırma, yaşlı bireylerin yaşam doyumlarının sosyal bağların güçlendirilmesi, sağlık hizmetlerine erişim ve ekonomik destekle artırılabilirliğini ortaya koymaktadır. Buna ek olarak, teknolojinin yaşlı bireylerin yaşam kalitesini destekleyici bir araç olarak daha etkin kullanılabilir.

Anahtar kelimeler: Yaşlılık, yaşam doyumunu, toplumsal değişim, yaşlılık sosyolojisi, gerontoloji.

¹ MA, Hitit Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antropoloji Ana Bilim Dalı, E-posta: kocdilansanem@gmail.com, ORCID: 0009-0003-5508-8521

² Doktor Öğretim Üyesi., Hitit Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Antropoloji Bölümü E-posta: firatkoc@hitit.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8558-6308

³ PhD, Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi, Antropoloji Bölümü, E-posta: sehercataloglu@gmail.com, ORCID: 0000-0001-5783-1794

SOCIAL CHANGE AND OLD AGE: A CROSS-SECTIONAL STUDY ON LIFE SATISFACTION OF THE ELDERLY LIVING IN ÇORUM

Abstract

This study aims to examine the effects of social change on the life satisfaction of elderly individuals in terms of socioeconomic, health, and social relationships. The research data were collected through surveys conducted with 200 individuals aged 65 and above, comprising 100 women and 100 men, who visited the Geriatrics Department of the Çorum Erol Olçok Training and Research Hospital under the Ministry of Health of Türkiye and Hitit University. The survey included questions related to socioeconomic status, health conditions, technology use, intergenerational relationships, and life satisfaction. The findings reveal that factors such as education level and marital status play a significant role in determining life satisfaction. Women typically live with their children, whereas men are more likely to live alone. Regarding health, chronic illnesses are common in both groups, but men report that health issues affect their daily lives more severely. In terms of technology use, women demonstrate a greater inclination toward social media platforms, while men prefer face-to-face socialization. Additionally, social support and intergenerational conflicts were found to have a substantial impact on life satisfaction. The study highlights that strengthening social bonds, improving access to healthcare services, and providing economic support can enhance the life satisfaction of elderly individuals. Furthermore, it emphasizes the potential of technology as a tool to support the quality of life for the elderly.

Keywords: *Elderly, life satisfaction, social change, sociology of aging, gerontology.*

GİRİŞ

Cansız varlıkların zamanla geçirdiği değişimler genellikle “eskime” olarak tanımlanırken, canlılar için bu süreç “yaşlanma” olarak ifade edilmektedir. Yaşlanma, yalnızca yıpranma ve bozulmayı değil, aynı zamanda onarım ve yeniden yapılandırma mekanizmalarını da içeren dinamik bir süreci temsil eder. Bu bağlamda yaşlanma, yaşamın başlangıcından itibaren her canlının deneyimlediği ve ölümle sona eren doğal bir dönüşüm süreci olarak ele alınabilir. Buna karşılık, “yaşlılık”, bireyin yaşının ilerlemesiyle belirginleşen biyolojik, fiziksel ve sosyal değişimlerin öne çıktığı bir dönemdir. Biyolojik açıdan, yaşlılık; üreme dönemi sonrasında başlayan ve yaşamın sonuna kadar devam eden bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Bengtson ve diğ., 2016:41).

Yaş ve yaşlılık kavramları, farklı disiplinlerde çeşitli bakış açılarıyla ele alınmaktadır. Örneğin, Tufan ve diğ. (2017), yaşın biyolojik, sosyal, bilişsel ve etik olmak üzere çok boyutlu bir yapı sergilediğini belirtmiştir. Cohen (1994) ise yaşlılığın yalnızca bireysel bir süreç değil, toplumsal ve kültürel olarak inşa edilen bir olgu olduğunu vurgulamıştır. Öte yandan, Lock (1993), yaşlılık deneyiminin toplumsal cinsiyetle iç içe geçtiğini, özellikle de kadınların yaşlanmasının kültürel bağlamlara göre farklı anlamlar taşıdığını öne sürmüştür.

Sağlık alanındaki gelişmeler ve doğum oranlarındaki düşüş, yaşlı nüfusun toplam içindeki oranını artırmaktadır. Bu demografik dönüşüm, teknolojik ilerlemeler, kentleşme ve değişen aile yapılarıyla birleştiğinde yaşlı bireylerin sosyal ve psikolojik durumlarını derinden etkilemektedir. Geleneksel bakım modellerinin yetersiz kaldığı bu dönüşüm sürecinde, aile dışı aktörlerin yaşlı bakımındaki rolü giderek önem kazanmaktadır. Bu bağlamda, dijitalleşmeye uyum, sosyal bağların zayıflaması ve nesiller arası ilişkilerdeki kopukluk, yaşlıların karşılaştığı temel sorunlar arasında yer almakta; bu sorunlara yönelik stratejik çözümler geliştirmek ise günümüzde önemli bir araştırma alanı hâline gelmektedir (Uysal, 2020).

Yaşam memnuniyeti ve yaşam doyumu kavramları, öznel yaşam kalitesinin bir göstergesi olarak kaliteli yaşlanmada önemli roller oynar ve gerontoloji literatüründe sosyal politikalar, sağlık hizmetleri ve refah düzeyinin ölçütleri olarak ele alınmaktadır (Toper ve Özpolat, 2023). Yaşam memnuniyeti, anlık

mutluluk veya keyif alma duygularından farklı olarak bireyin hayatına dair kapsamlı ve bilinçli bir değerlendirmesini yansıtır. Günlük yaşamda insanın duygusal durumu sık sık değişebilir; ancak yaşam memnuniyeti, geçici hislerin ötesinde, bireyin hayatına dair genel tatmin düzeyini ifade eden bütüncül bir kavramdır. Bu kavram iki temel unsurdan oluşur: duygusal deneyimler ve bilişsel değerlendirme. Duygusal deneyimler, bireyin yaşamındaki olaylara verdiği tepkileri içerirken, bilişsel değerlendirme ise hayatın genel anlamda nasıl algılandığına dair bilinçli bir yargıyı temsil eder. Bu nedenle, kişinin belli bir anlık keyif alması ya da mutlu olması, onun yaşamından genel olarak memnun olduğu anlamına gelmez. Önemli olan, yaşam memnuniyetinin kalıcı olmasıdır. Bu bağlamda, yaşlı bireylerin yaşam memnuniyetini etkileyen sosyo-psikolojik faktörlerin yanı sıra, dijital dönüşüm süreçlerinin bu memnuniyet üzerindeki yansımalarını anlamak önem kazanmaktadır.

Bu araştırmanın temel amacı, yaşlı bireylerin dijital ve teknolojik dönüşüme uyum süreçlerinin, sosyal ilişkileri, psikolojik iyi oluşları ve genel yaşam doyumları üzerindeki etkilerini sosyolojik bir perspektiften incelemektir. Bu kapsamda, dijitalleşmenin yaşlı bireylerin gündelik yaşamları üzerindeki etkileri, nesiller arası ilişkilerdeki dönüşümler ve bireysel anlamda yaşanan uyum zorlukları ele alınarak değerlendirilmiştir. Ayrıca, bu etkilerin bireylerin yaşam memnuniyetlerine nasıl yansıdığı da analiz edilmiştir.

Toplumsal Değişme ve Yaşlılık

Yaşlanma süreci, sadece biyolojik bir değişim değil, aynı zamanda toplumun sosyal, ekonomik ve kültürel yapısında köklü dönüşümleri beraberinde getiren bir olgudur. Doğum oranlarının azalması ve yaşam süresinin uzaması, yaşlı nüfusun artışına neden olurken, Türkiye gibi refah seviyesini tam anlamıyla yükseltmeden yaşanan ülkelerde sosyal güvenlik ve sağlık hizmetleri üzerinde ciddi baskılar oluşmaktadır (Arun, 2016). Geleneksel geniş aile yapısının çözülmesi, bireyselleşmenin artması ve kırsaldan kente göç, yaşlı bireylerin destek mekanizmalarını zayıflatmış, özellikle yaşlı kadınları daha kırılgan hale getirmiştir. Sosyal güvenlik sisteminin yetersizlikleri, yaşlıların ekonomik bağımsızlığını tehdit ederken, kuşaklar arası dayanışmanın azalması da toplumsal eşitsizlikleri derinleştirmektedir (Arun, 2013). Bu nedenle, yaşlı

bireylerin ekonomik ve sosyal hayata katılımını teşvik eden sürdürülebilir politikalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Modernleşme ile birlikte yaşlı bireylerin toplumsal rolleri büyük ölçüde değişmiş, geleneksel toplumlarda bilgeliği ve deneyim kaynağı olarak görülen yaşlılar, üretkenlik merkezli modern değerler çerçevesinde ikinci plana itilmiştir. Özellikle sanayileşme sonrası kentleşmenin hızlanması, kadınların iş gücüne daha fazla katılımı ve çekirdek aile modelinin yaygınlaşması, yaşlıların aile içindeki konumunu zayıflatmıştır (Arun, 2018). Geleneksel toplumlarda yaşlı bireyler, bilgi aktarımında ve kültürel mirasın korunmasında önemli bir role sahipken, günümüzde ekonomik bağımsızlıkları artsa da yalnızlık, sosyal izolasyon ve duygusal kopukluk gibi sorunlarla daha sık karşılaşmaktadırlar.

Türkiye' de yaşlı nüfusun hızla artması, yaşlanmanın bireysel bir süreç olmanın ötesinde, toplumsal yapıyı yeniden şekillendiren bir olgu olarak ele alınmasını zorunlu kılmaktadır. Ancak yaşlanma, akademik ve politik gündemde hak ettiği ilgiyi görmemekte ve büyük ölçüde sağlık ve bakım odaklı bir mesele olarak değerlendirilmektedir (Arun, 2018). Oysa yaşlanma süreci; yoksulluk, toplumsal cinsiyet ve göç gibi faktörlerle birlikte ele alınmalı, sosyal politikalar yalnızca ekonomik güvence sağlamaya değil, yaşlı bireylerin toplumsal hayata etkin katılımını desteklemeye de odaklanmalıdır. Mevcut politikaların çoğu kısa vadeli çözümler üzerine kurulmuş olup, uzun vadeli planlamalar için veri temelli analizlerin güçlendirilmesi gerekmektedir. Türkiye'nin yaşlanan bir toplum olarak, sosyal ve ekonomik yapısını bu dönüşüme uyarlaması kaçınılmazdır.

Başarılı Yaşlanma ve Yaşam Doyumu

Başarılı yaşlanma, bireylerin gençlik ve yetişkinlik dönemlerinden itibaren geliştirdikleri kişilik özellikleri, roller ve davranış kalıplarını yaşlılık dönemine taşımasıyla ilişkilidir. Gençlik yıllarında aktif, sosyal ve katılımcı olan bireyler, yaşlılıklarında da bu rolleri sürdürebilmektedir. Aynı şekilde, daha sakin ve içine kapanık bir yaşam tarzına sahip olan bireyler, yaşlılık dönemlerinde de bu alışkanlıklarını devam ettirirler. Dolayısıyla bireyler, gençlikte geliştirdikleri kişilik yapıları ve yaşam tarzlarının sürekliliğini yaşlılıkta da devam ettirme eğilimindedirler (Kalınkara, 2016).

Başarılı yaşlanma kuramına göre, yaşlı bireyler bazı rollerini devam ettirirken bazı rollerini bırakmalıdır. Bu dengeyi sağlayabilen bireyler, yaşam doyumuna ulaşmada daha başarılı olurlar (Baltes ve Baltes, 1990; Rowe ve Kahn, 1997). Yaşlı bireyler, genellikle mevcut alışkanlıklarını sürdürmeye çalışmakta ve bilmedikleri yeni bir düzene uyum sağlamak yerine aşına oldukları düzen içinde yaşamayı tercih etmektedirler. Alışkanlıkların sürekliliği, bireylerin kimliklerini ve davranış kalıplarını güçlendirerek, sağlıklı ve sorunsuz bir yaşlılık dönemi geçirmelerine katkı sağlar (Şen ve diğ., 2018).

Yaşam doyumunu, yaşlı bireylerin toplumsal rollerindeki değişimlere karşı geliştirdikleri tutumlarla yakından ilişkilidir. Araştırmalar, bazı yaşlı bireylerin iş ve ebeveynlik rollerini kaybettikten sonra özgürleştiklerini ve uzun zamandır arzu ettikleri bir yaşam tarzına kavuştuklarını ifade ettiklerini göstermektedir (Kalaycıoğlu ve diğ., 2003; Onur, 2021). Bu durum, yaşam doyumunun yalnızca bireyin sahip olduğu nesnel koşullarla değil, aynı zamanda hayata bakış açısıyla da ilgili olduğunu ortaya koymaktadır.

Yaşlı bireylerin yaşam kalitesi, sağlık durumu, sosyal roller, ekonomik koşullar ve çevresel faktörler gibi nesnel unsurlarla birlikte, bireyin kendi hayatından duyduğu memnuniyet ve psikolojik mutluluk gibi öznel faktörlerden de etkilenmektedir. Nesnel boyutlar, bireyin eğitim seviyesi, ekonomik güvence ve bağımsız yaşam gibi unsurları içerirken; öznel boyutlar bireyin sosyal çevresi, sağlık durumu ve hayattan duyduğu haz gibi daha kişisel unsurları kapsamaktadır (Softa ve diğ., 2015).

Yaşam kalitesinin yaşlılıkla birlikte azalabileceği öngörülmeyle birlikte, bu dönemde bireylerin sağlıklarına dikkat etmeleri, sosyal bağlarını güçlendirmeleri ve psikolojik dayanıklılıklarını artırmaları, yaşam doyumlarını olumlu yönde etkileyebilir. Yaşlılık döneminde yaşam kalitesinin önemi giderek artmakta, bireylerin fiziksel, sosyal ve psikolojik olarak desteklenmeleri gerektiği anlaşılmaktadır.

Tarihsel olarak yaşlı bireyler, toplumsal yapının dışına itilmiş ve diğer vatandaşlarla eşit haklara sahip görülmemiştir. Özellikle 16. ve 17. yüzyıllarda yaşlılar, sakat bireylerle aynı kategoride değerlendirilmiştir. Ancak 20. yüzyıl itibarıyla, emeklilik sigortalarının yaygınlaşması ve sosyal reformlarla yaşlılık, yaşa bağlı bir dönem olarak kabul edilmeye başlanmıştır (Tufan, 2002).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) yaşlılığı değerlendirdiği kriterlere göre yaşlılık üç gruba ayrılmıştır: 65-74 yaş arası “genç yaşlılık,” 75-84 yaş arası “orta yaşlılık” ve 85 yaş ve üzeri “ileri yaşlılık” olarak tanımlanmıştır. Bununla birlikte, yaşam süresinin uzaması ve sağlık koşullarındaki gelişmeler ışığında, bu yaş sınırlarının yeniden belirlenebileceği öngörülmektedir. Örneğin, yeni bir sınıflandırmada 66-79 yaş arası bireylerin orta yaş, 80-99 yaş arasındaki bireylerin ise yaşlı kabul edilmesi önerilmektedir (Güngör, 2019). Yaşlılık, kronolojik bir süreç olmanın ötesinde, toplumsal ve kültürel bir olgu olarak da değerlendirilir.

Farklı toplumlar, yaşlılığa dair farklı yaklaşımlar geliştirmiştir. Bazı kültürler yaşlılığı doğal bir yaşam süreci olarak görürken, bazıları ise bu dönemi sorunlarla özdeşleştirmiştir. Bu nedenle, yaşlılık tanımları hem toplumsal yapıya hem de dönemin koşullarına bağlı olarak değişkenlik göstermektedir (Baran, 2005; İçli, 2004). Yaşlanma, genetik faktörler, çevresel koşullar ve bireysel yaşam biçimine bağlı olarak her bireyde farklı şekillerde ve hızlarda gerçekleşmektedir. Dolayısıyla yaşlılık, yalnızca biyolojik bir süreç değil, aynı zamanda sosyal ve psikolojik etkileşimlerin bir sonucudur (Er, 2012). Modern dünyada, teknolojik gelişmeler yaşlılık sürecine olumlu etkiler sağlasa da bu dönemde ortaya çıkan fiziksel, zihinsel ve sosyal gerilemeler tamamen engellenememektedir. Yaşlı bireyler, sağlık sorunları, fiziksel görünümdeki değişiklikler ve sosyal izolasyon gibi faktörlerle karşı karşıya kalmaktadır (Kalkın, 2016). Bu süreçte bireylerin yaşama karşı tutumları ve yaşam doyumları, kişisel geçmişleri ve sosyal çevreyle olan etkileşimleriyle şekillenmektedir. Ayrıca, toplumların yaşlı bireylere yönelik tutumları ve sağlanan destek mekanizmaları, yaşlılık deneyimini derinden etkilemektedir (Çağlar, 2017).

Yaşlılık döneminde bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal becerilerinde azalma görülebilir. Ancak bu durum, yaşlılığı bir hastalık olarak değerlendirme yanlısına düşülmesine yol açmamalıdır. Yaşlılık doğal bir süreçtir ve her bireyde farklı biçimlerde kendini gösterebilir. Bununla birlikte, bireylerin sağlıklı bir yaşlılık geçirebilmesi için yalnızca bireysel değil, toplumsal düzeyde de destek sağlanması gerekmektedir. Yaşlanmanın biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutları, gerontoloji bilimi tarafından incelenmektedir. Gerontoloji,

yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmayı ve bu süreci daha sağlıklı ve mutlu bir şekilde geçirmelerini sağlamayı amaçlayan disiplinler arası bir bilim dalıdır. Modern gerontoloji çalışmaları, yalnızca yaşlı bireylerin ihtiyaçlarına odaklanmakla kalmayıp, yaşlanmanın toplumsal ve kültürel etkilerini de ele almaktadır (Akın, 2006).

Materyal-Metot

Bu araştırmanın verileri, Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'nun 28.02.2024 tarihli ve 2024-04 sayılı onayı doğrultusunda, T.C. Sağlık Bakanlığı Hitit Üniversitesi Çorum Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi Geriatri Servisi'nde toplanmıştır. Araştırma evrenini, 2024 yılı itibarıyla söz konusu hastanenin geriatri servisine başvuran 65 yaş ve üzeri bireyler oluşturmaktadır. Örneklem, evrende bulunan birey sayısı dikkate alınarak yapılan güç analizi sonucunda belirlenmiş; rastgele örnekleme yöntemiyle seçilen toplam 200 katılımcıdan (100 kadın, 100 erkek) oluşmuştur. Araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmış, çalışmanın amacı katılımcılara açıklanmış ve aydınlatılmış onam alınmıştır. Veri toplama aracı olarak, sosyal bilimlerde yaygın olarak kullanılan anket tekniği tercih edilmiştir. Yaşam doyumunu ölçmek amacıyla, araştırmacı tarafından geliştirilen 10 maddelik özgün bir anket formu kullanılmıştır. Anket soruları hazırlanırken ilgili literatür detaylı biçimde taranmış ve pilot çalışma gerçekleştirilmiştir. Toplam 28 sorudan oluşan ankette, katılımcıların demografik bilgileri (yaş, cinsiyet, gelir durumu, eğitim düzeyi, medeni durum) ile birlikte; yaşlılık algısı, yaşam doyumu, teknoloji kullanım alışkanlıkları, sağlık durumu, nesiller arası ilişkiler ve yaşam memnuniyetine ilişkin ifadeler yer verilmiştir. Katılımcılardan soruları doğru ve eksiksiz şekilde yanıtlamaları istenmiş; kendi isteğiyle çalışmadan ayrılan bireylerin verileri analiz dışı bırakılmıştır. Araştırmanın içerme kriterlerini, 65 yaş ve üzeri olmak, bilişsel olarak anketi yanıtlayabilecek durumda olmak ve gönüllü katılım sağlamak; dışlama kriterlerini ise ciddi bilişsel bozukluklar ya da çalışmayı yarıda bırakma durumları oluşturmıştır. Verilerin analizi IBM SPSS Statistics 23 programı ile gerçekleştirilmiştir. Parametrik test varsayımlarının sağlandığı durumda, iki bağımsız grubun ortalamaları karşılaştırılırken bağımsız örneklem t-testi uygulanmış; değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesinde ise Pearson

korelasyon analizi kullanılmıştır. Tüm istatistiksel testlerde anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Araştırmaya dahil edilen 100 kadın bireyin yaş ortalaması $74,92 \pm 7,84$, 100 erkek bireyin yaş ortalaması $75,61 \pm 8,16$ çalışmaya dahil edilen toplam 200 katılımcının yaş ortalaması ise $75,26 \pm 7,99$ 'dur (Tablo 1).

Tablo 1: Katılımcıların yaş ortalamaları

	Yaş Ortalaması	N	S.S.	Min	Max
Kadın	74,92	100	7,840	63,0	92,0
Erkek	75,61	100	8,169	65,0	96,0
Toplam	75,26	200	7,994	63,0	96,0

Araştırmaya dahil edilen kadın bireylerin gelir ortalaması 16.566 ± 7.337 , erkek bireylerin gelir ortalaması 8.184 ± 8.874 tüm katılımcıların gelir ortalaması ise 12.375 ± 9.144 Türk Lirası'dır (Tablo 2). Kadınların erkeklerden daha fazla gelire sahip oldukları saptanmıştır.

Tablo 2: Katılımcıların gelir ortalamaları

	Gelir Ortalaması	N	S.S.	Min	Max
Kadın	16.566	100	7.337	8.000	45.000
Erkek	8.184	100	8.874	0.0	40.000
Toplam	12.375	200	9.144	0.0	45.000

Katılımcıların beraber yaşadıkları kişiler, medeni durumları ve eğitim durumlarına dair tanımlayıcı bilgiler aşağıda tablo verilmiştir. Araştırmaya dahil edilen bireylerin ağırlıkla evli olmaları ve eşleri ve çocukları ile birlikte yaşadıkları görülmektedir. Buna ek olarak erkeklerin eğitim durumu kadınlardan yüksektir (Tablo 3-5).

Tablo 3: Medeni durum

Medeni durum	Kadın	%	Erkek	%	Toplam	%
Hiç evlenmemiş	3	3,0	2	2,0	5	2,5
Eşini kaybetmiş	28	28,0	41	41,0	69	34,5
Bekar	0	0,0	1	1,0	1	0,5

Evli	69	69,0	56	56,0	125	62,5
Toplam	100	100	100	100	200	100

Tablo 4: Eğitim durumu

Eğitim durumu	Kadın	%	Erkek	%	Toplam	%
Okur-yazar	28	28,0	45	45,0	73	36,5
İlkokul	40	40,0	32	32,0	72	36,0
Ortaokul	12	12,0	10	10,0	22	11,0
Lise	15	15,0	8	8,0	23	11,5
Ön lisans- lisans-lisansüstü	5	5,0	5	5,0	10	5,0
Toplam	100	100	100	100	200	100

Tablo 5: Yaşanılan kişilere ilişkin bilgiler

Kimlerle yaşıyorsunuz?	Kadın	%	Erkek	%	Toplam	%
Yalnız	6	6,0	20	20,0	26	13
Eş ve çocuklar ile	85	85,0	71	71,0	156	78
Akraba veya arkadaşlar ile	8	8,0	9	9,0	17	8,5
Huzurevi, Bakımevi	1	1,0	0	0,0	1	0,5
Toplam	100	100	100	100	200	100

Cinsiyet gruplarına göre sağlık durumlarına ilişkin yanıtlar, nominal veri yapısına uygun olarak Ki-Kare testi ile analiz edilmiştir. Bulgular, “sürekli ilaç kullanımı” ($p=0,021$), “ilaçları tek başına alabilme” ($p=0,000$) ve “günlük yaşantıyı kısıtlayan engel” ($p=0,041$) değişkenlerinde cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ($p<0,05$). Diğer sağlık değişkenlerinde anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu kapsamda, kadınların %78’i düzenli ilaç kullandığını belirtirken, erkeklerde bu oran %64’tür. Bu durum, kadınların sağlık takibi ve tedavi süreçlerine daha yüksek oranda bağlı kaldığını göstermektedir. Öte yandan, ilaçlarını tek başına alabilme konusunda erkeklerin %84’ü bağımsız olduğunu ifade ederken, bu oran kadınlarda %65’tir. Bu farklılık, erkeklerin daha bağımsız bir ilaç kullanım pratiğine sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca, günlük yaşantıyı kısıtlayan bir engel bulunma durumu erkeklerde %53, kadınlarda ise %39 oranında bildirilmiştir.

Bu bulgu, erkeklerde sağlık sorunlarının işlevsellik üzerindeki etkisinin daha belirgin olabileceğini düşündürmektedir (Tablo 6).

Tablo 6: Cinsiyetlere göre sağlık durumu

Sağlık Sorusu	Kadın (n=100)	Erkek (n=100)	Toplam (n=200)	χ^2	P
1. Tanısı konmuş hastalığınız var mı?	78 evet (%78)	81 evet (%81)	159 evet (%79.5)	0.61	0.436
2. Sürekli kullandığınız ilaç var mı?	78 evet (%78)	64 evet (%64)	142 evet (%71)	5.36	0.021**
3. Hastalığınız günlük hayatınızı etkiliyor mu?	51 evet (%51)	63 evet (%63)	114 evet (%57)	3.42	0.064
4. İlaçlarınızı tek başınıza alabiliyor musunuz?	65 evet (%65)	84 evet (%84)	149 evet (%74.5)	13.24	0.000**
5. Günlük yaşantınızı kısıtlayan bir engeliniz var mı?	39 evet (%39)	53 evet (%53)	92 evet (%46)	4.18	0.041**
6. Sağlıklı olduğunuzu düşünüyor musunuz?	44 evet (%44)	49 evet (%49)	93 evet (%46.5)	1.15	0.283

Tablo 7’de, katılımcıların sosyal uyum ve teknoloji kullanımı konularına ilişkin Likert tipi sorulara verdikleri cevapların tanımlayıcı istatistikleri sunulmuştur. Her bir soruya ait ortalamalar 1 ile 5 arasında değişmekte olup, daha yüksek puanlar katılım düzeyinin yüksekliğini ifade etmektedir. Verilere göre en yüksek ortalama cep telefonu kullanımı ifadesinde ($z = 4.31$), en düşük ortalama ise bilgisayar kullanımı ifadesinde ($\bar{X} = 2.11$) görülmektedir. Bu durum, yaşlı bireylerin teknolojiyi daha çok mobil araçlar üzerinden kullandıklarını göstermektedir ($p<0,05$) (Tablo 7).

Tablo 7: Teknoloji kullanımına ilişkin cevapların karşılaştırması

Soru No	Soru	Ortalama ($\bar{X}$)	Standart Sapma (SS)	Min	Max
1	Kendi hayatımla ilgili kararları kendim verebilirim.	3.87	0.84	1	5
2	Günlük ihtiyaçlarımı kimseden yardım almadan karşılayabilirim.	3.52	0.97	1	5

3	Benden sonraki kuşaklarla iletişim kurmakta zorlanmam.	3.10	1.03	1	5
4	Diğer insanlarla kolaylıkla sosyal ilişkiler kurabilirim.	3.28	0.91	1	5
5	İletişim kuramadığımda kendimi güçsüz hissetmem.	2.92	1.08	1	5
6	Toplumsal değişime ayak uydurabilirim.	3.00	0.99	1	5
7	Cep telefonu kullanabilirim.	4.31	0.75	2	5
8	Bilgisayar kullanabilirim.	2.11	1.22	1	5
9	Telefon ve bilgisayarımı kimseden yardım almadan kullanabilirim.	2.68	1.14	1	5
10	Sosyal medya uygulamalarını kullanıyorum.	3.04	1.10	1	5

Yaşlı bireylerin yaşam doyumu ile aylık gelir düzeyi arasındaki ilişkiyi analiz etmek amacıyla, 10 maddeden oluşan yaşam doyumu ölçeği ile gelir değişkeni arasında Spearman korelasyon analizi uygulanmıştır. Bu analiz, ordinal düzeyde (Likert tipi) anketlerle ölçülen yaşam doyumu değişkenleri ile sürekli bir değişken olan aylık gelir arasındaki ilişkiyi değerlendirmede uygun bir yöntemdir. Elde edilen bulgular, yaşam doyumu ile gelir arasında düşük düzeyde fakat istatistiksel olarak anlamlı pozitif korelasyonlar olduğunu göstermektedir. Bu durum, yaşlı bireylerin ekonomik koşullarındaki iyileşmenin yaşamdan aldıkları tatmin düzeyine katkıda bulunduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle "günlük işlerimi memnuniyetle yapıyorum" ($r = 0.247, p < 0.001$) ve "hayatım genel olarak tatmin edici" ($r = 0.228, p < 0.01$) ifadeleri, en yüksek korelasyon değerlerine sahip olup, ekonomik güvencenin bireylerin gündelik yaşam faaliyetlerine daha olumlu bir duygusal ve bilişsel tutum geliştirmelerini sağladığını düşündürmektedir. Bu bulgular, literatürde sıkça vurgulanan ekonomik yeterlilik-psikolojik iyilik hâli arasındaki bağlantıyı desteklemektedir. Gelir düzeyinin yüksek olması, yalnızca temel ihtiyaçların karşılanmasını değil, aynı zamanda sağlık hizmetlerine erişim, sosyal etkinliklere katılım ve kişisel kontrol algısının artması gibi yaşam doyumunu doğrudan etkileyen çeşitli unsurları da beraberinde getirmektedir. Dolayısıyla, yaşlı bireylerin kendilerini topluma daha faydalı, üretken ve bağımsız hissetmelerinde ekonomik güvencenin önemli bir rol oynadığı söylenebilir. Bununla birlikte, korelasyon değerlerinin düşük düzeyde kalması, yaşam doyumunun yalnızca maddi yeterlilikle açıklanamayacağını da ortaya

koymaktadır. Sosyal destek, sağlık durumu, aile ilişkileri ve psikolojik esneklik gibi faktörlerin de yaşam doyumu üzerinde belirleyici etkileri bulunduğu göz önünde bulundurulmalıdır (Tablo 8).

Tablo 8: Yaşam Doyumu ile Aylık Gelir Arasındaki Korelasyon (Spearman's Rho)

Soru No	Yaşam Doyumu İfadesi	r	p
1	Hayatım genel olarak tatmin edici.	0.228	0.001**
2	Günlük işlerimi memnuniyetle yapıyorum.	0.247	0.000**
3	Hayatımın çoğu yönü planladığım gibi gidiyor.	0.156	0.027**
4	Aile ilişkilerimden memnunum.	0.184	0.009**
5	Sosyal ilişkilerimden memnunum.	0.215	0.002**
6	Kendimi mutlu hissediyorum.	0.142	0.038**
7	Kendimi topluma faydalı hissediyorum.	0.127	0.052
8	Günlük hayatımı kontrol edebiliyorum.	0.111	0.089
9	Sağlık durumumdan memnunum.	0.091	0.144
10	Yaşlılık dönemimden memnunum.	0.170	0.015**

TARTIŞMA

Bu araştırma, toplumsal değişim bağlamında yaşlı bireylerin yaşam doyumlarını, sağlık durumları, birlikte yaşanan kişiler ve sosyoekonomik boyutları ile ele almıştır. Araştırma bulguları, yaşlı bireylerin yaşam kalitesi ve memnuniyet düzeylerinin demografik özellikler, sağlık durumları ve sosyal ilişkileri gibi birçok faktörden etkilendiğini ortaya koymaktadır.

Araştırmada kadın ve erkek yaşlı bireylerin yaş ortalamaları benzerlik göstermiştir; ancak medeni durum ve eğitim düzeylerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Kadın katılımcıların çoğunluğunun evli olduğu ve çocuklarıyla birlikte yaşadığı, erkek katılımcılar arasında ise yalnız yaşayanların oranının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, yaşlı erkek bireylerin sosyal çevre ya da aile bağlarıyla ilişkilerinin daha sınırlı olabileceğine işaret etmektedir. Ancak bu durumun nedenlerine ilişkin doğrudan veri toplanmamış olup, erkeklerin yalnız yaşamayı tercih edip etmedikleri ya da manevi destek sunma eğilimleri araştırma kapsamında sorgulanmamıştır. Dolayısıyla, bu farkların ardındaki nedenler net bir şekilde yorumlanamaz. Literatürde evli olmanın

yaşam doyumu üzerinde olumlu etkileri olduğuna ilişkin bulgulara (Kalinkara ve diğ., 2017) yer verilse de, bu çalışmada ortaya çıkan farklılıkların sosyo-kültürel, ekonomik veya bireysel tercihlere bağlı olup olmadığı gelecekteki araştırmalarla daha ayrıntılı biçimde incelenmelidir. Eğitim düzeyi açısından, erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek eğitim seviyesine sahip olduğu belirlenmiştir. Kadınların düşük okuryazarlık oranları nedeniyle anketlerde daha fazla yardıma ihtiyaç duydukları görülmüştür. Bu sonuçlar, Şahin'in (2021) yaşlı bireyler üzerine yaptığı çalışmayla uyumludur. Eğitim düzeyi ile yaşam kalitesi arasında doğrusal bir ilişki olduğu, eğitim düzeyi yükseldikçe bireylerin sosyal ve ekonomik imkânlarının da arttığı anlaşılmıştır.

Sağlık durumu, yaşlı bireylerin yaşam kalitesi ve yaşam doyumunda belirleyici bir unsur olarak öne çıkmıştır. Araştırmada kadınların %78'i ve erkeklerin %81'inin kronik hastalıklara sahip olduğu ve düzenli ilaç kullandığı tespit edilmiştir. Ancak, sağlık sorunlarının günlük yaşama etkisine ilişkin soruya verilen yanıtlarda, kadınların (%51), erkeklerden (%63) daha düşük oranda etkilendiklerini belirttikleri saptanmıştır.

Bu çalışma kapsamında elde edilen bulgular, yaşlı bireylerin yaşam memnuniyetlerinin büyük ölçüde sağlık hizmetlerine erişim ve bu hizmetlerin ekonomik yüküyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, Özmete (2008) de sağlık hizmetlerinin erişilebilirliğinin ve maliyetinin yaşlı bireylerin yaşam doyumunu doğrudan etkilediğini belirtmiştir. Türkiye özelinde ise, kronik hastalıkların uzun süreli tedavi süreçleri ve bu süreçlerin bireyleri sosyal yaşamdan izole etmesi, yaşam doyumunu olumsuz etkilemektedir (Arun, 2016). Ayrıca, çalışmamızda kadın yaşlı bireylerin sağlık sorunları daha yaygın olmasına rağmen erkeklere kıyasla daha yüksek yaşam memnuniyetine sahip oldukları görülmüştür; bu durum, onların sosyal bağlarını daha güçlü tutmalarına bağlı olabilir. Bu bulgu, sosyal desteğin yaşlılıkta yaşam doyumunu üzerindeki belirleyici rolünü bir kez daha ortaya koymaktadır.

Teknoloji kullanımı, yaşlı bireyler için sosyal bağlarını sürdürmede ve günlük yaşamlarını kolaylaştırmada önemli bir araç olarak görülmektedir. Araştırmada kadın ve erkek bireylerin büyük çoğunluğu cep telefonu kullanabilse de bilgisayar kullanımının oldukça sınırlı olduğu görülmüştür.

Kadınların cep telefonlarını sosyal medya ve bilgi edinme amaçlı daha fazla kullandıkları, erkeklerin ise yüz yüze sosyalleşmeyi tercih ettiği anlaşılmıştır.

Çalışma bulgularımıza göre, yaşlı bireyler teknolojiyi en çok haberleşme, gündemi takip etme ve merak ettikleri konuları araştırma amacıyla kullanmaktadır. Bu sonuç, Kalinkara ve arkadaşlarının (2023) literatürde belirttiği eğilimlerle örtüşmektedir. Ayrıca bulgularımız, kadın katılımcıların teknolojik cihazların kullanımında erkeklere kıyasla daha fazla yardım gereksinimi duyduklarını ve bu durumun teknolojiyle olan etkileşimlerini sınırlandırdığını ortaya koymuştur. Bu durum, Gümrükçüoğlu'nun (2022) kadın yaşlı bireylerin özellikle sosyal medyada el işi, yemek tarifleri gibi içeriklerle ilgilendiklerini vurgulayan çalışmasıyla da paralellik göstermektedir. Dolayısıyla, yaşlıların teknolojiyle kurduğu ilişkinin daha çok sosyal ve geleneksel ilgi alanları üzerinden şekillendiği, teknik yeterlikten çok içerik ilgisiyle motive olduğu söylenebilir.

Sosyal destek, yaşlı bireylerin yalnızlık hissini azaltmada ve yaşam doyumlarını artırmada önemli bir role sahiptir (Arun, 2009). Katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler ve medeni durumları, sosyal destek düzeylerinin değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır. Tablo 3'te görüldüğü üzere, evli bireyler çoğunluğu oluştururken, Tablo 5'te ise önemli bir kısmın eş ve çocuklarıyla birlikte yaşadığı görülmektedir. Bu veriler, yaşlı bireylerin sosyal çevreleriyle bağlarını sürdürdüklerini göstermektedir. Özellikle çocuklarıyla birlikte yaşayan bireylerde kuşaklar arası etkileşimin daha yoğun olduğu varsayılabilir. Ancak bu çalışmada, sosyal destek ya da birlikte yaşanan kişiler ile yaşam doyumunu arasında doğrudan istatistiksel bir ilişki analizi yapılmamıştır. Bu nedenle ilgili yorumlar, tanımlayıcı verilere ve literatürdeki genel yaklaşımlara dayalı olarak yorumlanmıştır. Yaşam doyumunu, bireylerin sağlık durumu, ekonomik koşulları, sosyal ilişkileri ve çevresel faktörler gibi bir dizi değişkene bağlıdır. Araştırma bulgularına göre, kadın ve erkek bireyler yaşam koşullarına ilişkin sorulara çoğunlukla “ne uygun ne değil” şeklinde yanıt vermiştir. Bununla birlikte, katılımcıların yaşamlarından genel olarak

memnun olduklarını belirttikleri, ancak aile ilişkilerindeki zayıflamadan ve yalnızlıktan şikâyet ettikleri anlaşılmıştır. Literatürde, ekonomik yetersizlikler, sağlık sorunları ve çocukların ilgisizliği gibi etkenlerin yaşam doyumunu olumsuz yönde etkilediği belirtilmektedir (Altunay ve diğ., 2022).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma, toplumsal değişim bağlamında yaşlı bireylerin yaşam doyumlarını etkileyen sosyoekonomik, sağlık ve sosyal faktörleri derinlemesine incelemiş, elde edilen bulguların yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik uygulamalar ve politikalar açısından ne tür sonuçlar doğurabileceğini tartışmıştır. Çalışma bulguları, yaşlı bireylerin yaşam doyumunun, demografik değişkenler, sağlık durumları, sosyal ilişkiler ve teknolojik adaptasyon süreçleri gibi çok boyutlu yapısal koşullar tarafından belirlendiğini ortaya koymaktadır. Bu bulgular hem yerel hem de ulusal düzeyde toplumsal yaşlanma politikalarının yeniden değerlendirilmesine katkı sağlayacaktır.

Başlıca Bulgular ve Çıkarımlar

- 1. Demografik ve Sosyoekonomik Faktörler:** Çalışma, kadınların erkeklere oranla daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduklarını ortaya koymuştur. Bu durum, kadınların daha geniş sosyal ağlara ve aile bağlarına sahip olmasıyla ilişkilendirilmiştir. Erkeklerin ise yalnız yaşama oranlarının yüksek olması, sosyal destek eksikliği nedeniyle yaşam doyumlarının daha düşük olmasına yol açmıştır. Literatürde de benzer şekilde, evli olmanın ve aile desteğinin yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluşunda belirleyici olduğu belirtilmiştir (Kalınkara ve Kalaycı, 2017). Ayrıca, erkeklerin kadınlara kıyasla daha yüksek eğitim düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, eğitim seviyesinin yaşam doyumunu etkileyen kritik bir değişken olduğuna işaret etmektedir.
- 2. Sağlık Durumu ve Yaşam Doyumu:** Araştırmada, kronik hastalıkların ve sağlık sorunlarının yaşam doyumunu üzerindeki olumsuz etkileri dikkat çekmiştir. Erkeklerin, sağlık sorunlarının günlük yaşamlarını kadınlara oranla daha fazla etkilediğini belirtmesi, sosyal destek eksikliği ve yalnız yaşama oranlarının bu algıyı güçlendirdiğini düşündürmektedir. Literatürde de yaşlı bireylerin sağlık durumlarının

yaşam memnuniyeti üzerinde doğrudan bir etkisi olduğu, sağlık hizmetlerine erişimin yaşam kalitesini artırdığı ifade edilmektedir (Özmete, 2008; Arun, 2016).

3. **Sosyal Destek ve Aile İlişkileri:** Çalışma, aile içi ilişkilerin yaşlı bireylerin yaşam doyumu üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Kadınlar genellikle çocuklarıyla birlikte yaşarken, erkeklerin yalnız yaşamaya eğilimli olduğu tespit edilmiştir.
4. **Teknolojik Adaptasyon:** Teknoloji kullanımının yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırma potansiyeline rağmen, katılımcıların teknolojiye adaptasyon seviyelerinin düşük olduğu belirlenmiştir. Özellikle kadınların teknoloji kullanımında daha fazla yardıma ihtiyaç duyduğu ve bu durumun onların dijital araçlarla bağını zayıflattığı gözlemlenmiştir. Literatürde, dijital teknolojilere uyum sağlayan yaşlı bireylerin sosyal bağlarını koruduğu ve psikolojik iyi oluşlarının arttığı belirtilmektedir (Kalınkara ve Sarı, 2023).

Bu bulgular doğrultusunda, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik **somut ve uygulanabilir politika önerileri** geliştirilmiştir.

1. **Yerel yönetimler,** 65 yaş ve üzeri bireyler için mahalle düzeyinde haftalık olarak düzenlenecek “Yaşlılar İçin Sosyal Buluşma Günleri” organize etmelidir. Bu buluşmalar kapsamında kültürel etkinlikler, el sanatları atölyeleri, kitap okuma saatleri ve kuşaklar arası söyleşiler gibi etkinlikler yer alabilir.
2. **Sosyal hizmet merkezleri,** yalnız yaşayan yaşlı bireyleri sistematik olarak tespit etmeli ve “gönüllü komşuluk ağı” gibi mahalle temelli sosyal destek mekanizmalarını yaygınlaştırmalıdır.
3. Aile içinde kuşaklar arası uyumu artırmak amacıyla, *sosyal hizmet uzmanları ve psikologlar eşliğinde* yılda en az iki kez düzenlenecek “aile içi iletişim ve yaşlılarla etkileşim” temalı grup eğitimleri yaygınlaştırılmalıdır.
4. Sağlık Bakanlığı iş birliğiyle, *mobil sağlık ekipleri* haftalık periyotlarla yaşlı bireylerin evlerine ziyaret gerçekleştirerek tansiyon takibi, ilaç yönetimi ve temel sağlık kontrollerini yapmalıdır.

5. Evde bakım hizmetlerinden yararlanan yaşlı bireyler için *bakım destek kartı* gibi ekonomik destek modelleri hayata geçirilmeli, bu hizmetin kapsamı kırsal alanlara da genişletilmelidir.
6. Yaşlı bireyler için *ücretsiz dijital okuryazarlık kursları*, belediyelerin halk eğitim merkezleri aracılığıyla düzenli hâle getirilmeli; bu kurslarda WhatsApp kullanımı, e-nabız, e-devlet işlemleri gibi pratik dijital becerilere odaklanılmalıdır.
7. Düşük gelirli yaşlı bireyler için *gelir destek programları* oluşturulmalı; örneğin, belediyeler tarafından ayda bir kez sağlanacak temel gıda ve hijyen paketi desteği gibi somut yardımlar hayata geçirilmelidir.
8. Emekli bireylerin bilgi ve deneyimlerini paylaşabilecekleri *yarı zamanlı danışmanlık platformları* (örneğin, okul rehberlik saatlerinde deneyim paylaşımı) oluşturularak üretken yaşlanma desteklenmelidir.
9. Yaşlı bireylere yönelik medya kampanyaları yalnızca farkındalık artırıcı değil, *yaşlılıkla ilgili olumlu rol modelleri* tanıtan, onların deneyimlerinden öğrenmeye vurgu yapan içeriklerle desteklenmelidir.
10. Gelecekteki çalışmalarda, yaşlı bireylerin yaşam doyumuna etki eden faktörleri anlamak için *niteliksel veri toplama yöntemleri* (örneğin, derinlemesine görüşmeler, odak grup tartışmaları) kullanılmalı; bu çalışmalar özellikle yalnız yaşayan, kırsalda yaşayan ve düşük gelir grubundaki yaşlıları kapsayacak biçimde planlanmalıdır.

KAYNAKÇA

- Akın, G. (2006). *Her yönüyle yaşlılık*. Ankara: Palme Yayınevi.
- Altunay, Z., and Özkul, M. (2022). Geçmişin değeri günün sosyal problemi: Yaşlılık ve modern toplumda yaşlı bakımı. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 13(35), 1012–1036. <https://doi.org/10.21076/vizyoner>
- Arun, Ö. (2008). The adventure of elderly in Turkey: Scenarios on the quality ageing. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 7(2), 313-330.
- Arun, Ö. (2009). Yaşlı bireyin Türkiye serüveni: Türkiye' de yaşlı bireyler arasında kültürel sermaye dağılımı. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 77–100.
- Arun, Ö. (2013). Türkiye' de Yaşlanma ve Yaşlılık: Peter Pan Sendromu mu?. *ODTÜ'lüler Bülteni*, 234(2), 32-33.
- Arun, Ö. (2016). Çağdaş Türkiye' de yaşlılık ve eşitsizlik. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, 6(1), 29–48.
- Arun, Ö. (2018). Yaşlanma çalışmalarında geleceğe bakmak. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 2(2), 1-2.
- Baran, A. G., Kalinkara, V., Aral, N., Akın, G., Baran, G., ve Özkan, Y. (2005). Yaşlı ve aile ilişkileri Ankara örneği. T.C. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü.
- Baltes, P.B. and Baltes, M.M. (1990). Psychological perspectives on successful ageing: The model of selective optimization with compensation. In P.B. Baltes, M.M. Baltes and (Ed.), *Successful ageing: Perspectives from the behavioural sciences*, 1-34. Cambridge (UK): Cambridge University Press.
- Bengtson, V. L., and Settersten Jr., R. (Eds.). (2016). *Handbook of theories of aging*. Springer Publishing Company.
- Cohen, L. (1994). Old age: Cultural and critical perspectives. *Annual review of Anthropology*, 137-158.
- Çağlar, T. (2017). *Yaşlı bakımı: Modeller ve uygulamalar* (1. baskı). Ankara: Nika Yayınevi.
- Danış, D. (2023). Ageing Population and Elderly Care in the Context of Rural-Urban Relations: The Case of Kastamonu and Sinop. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi* (85), 1-30. <https://doi.org/10.26650/jspc.2023.85.1270477>
- Er, D. (2009). Psikososyal açıdan yaşlılık. *Fırat Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(11), 136.
- Gümrükçüoğlu, E. N. (2022). Dijital eşitsizlik ve yaşlılık: Trabzon'da 60 yaş ve üstü sosyal medya kullanıcı deneyimleri (Yüksek lisans tezi). Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Güngör, S. (2019). Yaşlı bireyler açısından peyzaj tasarımının Konya Japon parkı örneğinde incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Ziraat Fakültesi Tarım Bilimleri Dergisi*, 29, 54–62.
- İçli, G. (2008). Yaşlılar ve yetişkin çocuklar. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1, 29–38.

- Kalaycıoğlu, S., Tol, U. U., Küçükural, Ö., ve Cengiz, K. (2003). Yaşlılar ve yaşlı yakınları açısından yaşam biçimi tercihleri. *Türkiye Bilimler Akademisi Raporları*, 5, 7-31.
- Kalınkara, V., ve Sarı, İ. (2023). Yaşlı bireylerin sosyal medya kullanımı ve yaşlanma algısı. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1, 87-102.
- Kalınkara, V. (2011). *Temel gerontoloji: Yaşlılık bilimi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kalınkara, V., ve Kalaycı, İ. (2017). Yaşlıya evde bakım hizmeti veren bireylerde yaşam doyumu, bakım yükü ve tükenmişlik. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 10(2), 19-39.
- Lock, M. (1993). The politics of mid-life and menopause. Knowledge, Power and Practice: The Anthropology of Medicine in Everyday Life. Shirley Lindenbaum and Margaret Lock, eds, 330-363.
- Onur, B. (2021). *Yetişkinlik, yaşlılık, ölüm: Gelişim psikolojisi*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Özmete, E. (2008). Yaşlılıkta yaşamın anlamının refah göstergeleri ile yordanması. *Aile ve Toplum Dergisi*, 10(4), 7-20.
- Rowe, J.W. and Kahn, R.L. (1987). Human aging: usual and successful. *Science*, 237 (4811), 143-149.
- Softa, H. K., Karaahmetoğlu, G. U., Erdoğan, O., ve Yavuz, S. (2015). Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen bazı faktörlerin incelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 8(1).
- Şahin, Ö. (2021). Yaşlıların gerontolojik sosyal hizmet ihtiyaçlarının ekolojik bakış açısı ile değerlendirilmesi (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şen, B., ve Taşkesen, M. Ö. (2018). *Yoksulluk ve sosyal hizmet*. Eğitim Yayınevi.
- Toper, F., ve Özpolat, A. O. (2023). Yaşlılıkta yaşam kalitesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 341-351.
- Tufan, İ. (2002). *Antik çağ'dan günümüze yaşlılık*. İstanbul: Aykırı Yayıncılık.
- Tufan, İ., ve Yazıcı, S. (2017). Yaşlılıkta kuşaklararası ilişkiler. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 20(1),
- Uysal, M. T. (2020). Yaşlı Bireylerin Sosyalleşmesinde Dijital Teknolojinin Rolü: Dijital Yaşlılar Üzerine Bir Çalışma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergi*, 47-52.