

YAŞLI BİREYLERİN KENDİLERİNE VE YAŞAMLARINA İLİŞKİN ÖZ DEĞERLENDİRMELERİ

Sevinç MERSİN¹ - Meral DEMİRALP² - Fatma ÖZ³

Öz

Bu çalışma, yaşlı bireylerin kendilerine ve yaşamlarına ilişkin görüşlerini belirlemek ve değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Çalışma, niteliksel olarak planlanmış olup, Bilecik/Türkiye’de bir huzurevinde kalan yaş ortalaması 73.50 ± 6.94 (65-86 yaş aralığında) olan 16 yaşlı birey ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada, veri toplama aracı olarak “Bilgi Formu” ve “Kendini ve Yaşamını Değerlendirme Materyali” kullanılmıştır. Çalışmada katılımcıların verdiği yanıtlar analiz edilmiş, onların kendilerini ve yaşamlarını değerlendirmeye ilişkin görüşleri beş ana temada ele alınmıştır. Bunlar; “sağlık değerlendirmesi”, “psikolojik değerlendirme”, “aktivite değerlendirmesi”, “ekonomik değerlendirme” ve “genel yaşam değerlendirmesi”dir. Bu değerlendirme sonuçlarına göre, yaşlı bireylerin yaşamını bağımsız bir şekilde sürdürme, aile bireyleri ile birlikte yaşama ve ibadetlerini ritüellerini yapabilme gibi düşünceleri belirlenmiştir. Ayrıca, bu yaşlı bireyler yaşamlarına yönelik farklı pişmanlıklar yaşadıklarını da ifade etmişlerdir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre, yaşlı bireyler, yaşlılık dönemini durgunluk dönemi olarak değil, geleceğe yönelik birçok plan ve isteği içeren bir dönem olarak görmektedirler.

Anahtar Kelimeler: Yaşlı, Huzurevi, Yaşam, Niteleyici Araştırma, Öz Değerlendirme.

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sağlık Yüksek Okulu Hemşirelik Bölümü, Bilecik, e-posta: sevinc.mersin@bilecik.edu.tr

² Doç. Dr., Ufuk Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Hemşirelik Bölümü, Ankara, e-posta: meral_demiralp@yahoo.com

³ Prof. Dr., Yakın Doğu Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Hemşirelik Bölümü, KKTC, e-posta: fatma.oz@neu.edu.tr

SELF-ASSESSMENT OF ELDERLY PEOPLE ABOUT THEMSELVES AND THEIR LIVES

Abstract

This study was aimed to evaluate and determine the opinions of elderly people about themselves and their lives. This qualitative study was conducted with 16 elderly people living in a nursing home in Bilecik / Turkey with a mean age of 73.50 ± 6.94 (range 65-86 years). The data were collected using "Information Form" and "Self and Life Instrument". The responses of the participants about themselves and their lives in the study were analyzed. The findings were formed five main themes. These; "health evaluation", "psychological evaluation", "activity evaluation", "economic evaluation" and "general life evaluation". According to these evaluations, following opinions of the elderly people came to the forefront: maintaining their lives independently, living together with their family members and performing their worship were determined. It has also been determined that elderly people have different regrets for their lives. According to the results of this study, elderly people see elderly period as a period including a lot of plans and desires for their futures rather than stagnation period.

Keywords: Elderly, Nursing Home, Life, Qualitative Research; Self-Assessment.

Giriş

Sağlıkta iyileşme, bulaşıcı ve bulaşıcı olmayan hastalıkların tedavisi, iyi beslenme ve aktif olma yaşamdan beklenen süreyi uzatmaktadır (Öz, 2002, s. 18; Neki, 2015, s. 221). Buna paralel olarak, dünya nüfusu ve ülkemizde de yaşlı nüfusun artacağı öngörülmektedir (Top ve Dikmetaş, 2015, s. 289).

Yaşlılık süreci, fiziksel ve biyolojik değişikliklerinin yanında, psikolojik olarak da değişikliklere yol açmaktadır. Yaşlılık dönemi, kayıpların yaşandığı umutsuzluk dönemi olarak ele alınabileceği gibi, olgunlaşarak yaşamı tekrar gözden geçirip, hatalar için af dileme ve affetme dönemi olarak da değerlendirilebilir (Öz, 2010, s. 190; Mersin, 2016, s. 23). Bu bağlamda yaşlılık, insanoğlunun umutsuzluk duygularını ve olgunlaşmayı içeren bir dönemdir. Yaşlı bireyler, yaşadıklarından anlam çıkarıp bunu kendi gelişimleri ve toplumun diğer üyelerinin gelişiminde kullandıkları sürece kendilerini değerli hissedebilmektedirler. Bu durumda yaşlılar, kişisel bütünlükte olduğu gibi yaşadıkları ve yaşayabilecekleri zorlukları daha kolay kabul edebilmekte ve baş edebilmekte, başardıklarıyla gurur duyarak ve ölümden korkmayarak bu süreci tamamlamaya çalışmaktadırlar. Bu süreçte yaşlı bireylerin öz değerlendirmeleri olumlu ise bu olumlu değerlendirme, onlara enerji ve motivasyon sağlayarak bağımlı olmadan daha uzun süre kendi kendilerine yetebilmelerine fırsat vermekte ve yaşam kalitelerini arttırmaktadır. Yaşlı bireyin öz değerlendirmesi olumsuz ise kendini mutsuz hissedebilmekte ve çevresindekilere de bunu yansıtabilmektedir. Bu mutsuzluk hissi, beraberinde öfke duygusunu sıklıkla yaşatmakta, yalnızlığa sürüklemekte ve depresyona yol açabilmektedir. Olumsuz duygulara sahip yaşlıların yaşam değerlendirmesi genellikle, geçmişte yaşanan ya da algılanan başarısızlıklar üzerine odaklanabilmekte, kendisine güven duyması, güçlü benlik duygusu gerçekleştirilmesi ve yaşamındaki gerçeklerle yüzleşmesi zorlaşabilmektedir. Bu süreçte ise yaklaşan ölümden korkma ya da ölümü inkâr etme daha sık yaşanabilmektedir. Bu sürece uyumun artmasında, bireyin daha önceki deneyimleri ve sürece hazırlığı önem kazanmaktadır (Öz, 2002, s. 20-22; Öz, 2010, s. 189-190; Lagace vd., 2012, s. 336; Agogo vd., 2014, s. 384-387; Ganz ve Jacobs, 2014, s. 205; Bodner vd., 2015, s. 91-92; Kim vd., 2015, s. 149; Mersin, 2016, s. 15-23).

Fiziksel ve psikososyal birçok değişikliğe neden olması ile yaşlılık, toplumun tüm yaş grupları için anlaşılması ve araştırılması gereken gelişimsel dönemlerden biridir (Öz, 2002, s. 20) Araştırmalarda genellikle toplumun diğer gruplarının yaşlılara karşı tutumlarının değerlendirildiği görülmektedir (Yılmaz ve Özkan, 2010; Ogenler vd., 2012; Kagan ve Melendez-Torres, 2015). Ancak, yaşlı bireylerin kendilerini değerlendirmeleri konusunda çalışmaların olmadığı ya da yetersiz olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle, çalışmada nitel yöntemle yaşlı bireylerin kendi benliklerine ve yaşamlarına yönelik değerlendirme yapmaları istenerek, bir taraftan nesiller arası bilgi aktarımını sağlamak, diğer taraftan geleceğin yaşlı bireylerine rehberlik etmek üzere, sağlıklı yaşlanma ve mutlu yaşlılık yaşantısının kazandırılması için veri tabanı ve bunu sorgulayan anekdotlar araştırılmıştır.

Amaç

Bu çalışmanın amacı, bir huzurevinde kalan yaşlı bireylerin kendilerini ve yaşamlarını değerlendirmelerine yönelik görüşlerini belirlemektir.

Yöntem

Bu çalışma, niteliksel bir araştırma olup, T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'na bağlı, Bilecik ili huzurevinde veri doygunluğuna ulaşana kadar 15 Mart-02 Nisan 2016 tarihleri arasında yapılmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Çalışmanın evrenini, araştırmanın yapıldığı tarihte huzurevinde kalan 41 kadın ve 39 erkek toplam 80 yaşlı birey oluşturmuştur. Çalışma kapsamına, işitme sorunu olmayan, demans ve psikoz gibi bilişsel becerileri olumsuz etkileyen herhangi bir nörolojik ve psikiyatrik sorunu olmayan, en az ilkokul mezunu olup, çalışmaya katılmayı kabul eden 4'ü kadın, 12'si erkek toplam 16 yaşlı birey alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada veriler, "Bilgi Formu" ve "Kendini ve Yaşamını Değerlendirme Materyali" kullanılarak toplanmıştır.

Bilgi Formu

Bilgi formunda katılımcıların, sosyo demografik özelliklerine ilişkin sorular kullanılmıştır.

Kendini ve Yaşamını Değerlendirme Materyali (KEYAD Materyali)

Orijinal adı Self and Life Instrument olup, Dittmann-Kohli (1995) tarafından Almanca olarak geliştirilmiştir. Daha sonra ise, Westerhof vd. (2001) tarafından farklı kültürlerde uygulanmıştır. KEYAD Materyali, yaşlı bireylerin amaçlarını, beklentilerini, yaşamın anlamını ve geniş bir yelpazede kendilerini değerlendirmelerini sağlayan cümle tamamlama testidir. Tamamlama cümleleri kullanıcılarının bağımsız olarak duygu ve düşüncelerini ortaya koymasını desteklemektedir.

KEYAD Materyali kişinin olası durumları değerlendirmesine yönelik 12 cümle ve gerçek yaşamını değerlendirmesine yönelik 16 cümle olmak üzere toplam 28 boşluk tamamlama cümlesinden oluşmaktadır. Kişinin olası durumları değerlendirmesine yönelik cümlelerden 8 tanesi (14, 19, 20, 24, 25, 26, 27 ve 28) plan, istek, arzu ve hedefleri, 2 tanesi (15 ve 22), korkuları, 2 tanesi (6 ve 21) ise geleceğe ilişkin beklentileri belirlemeye yöneliktir. Kişinin gerçek yaşamını değerlendirmesine yönelik cümlelerden ise; 4 tanesi (1, 2, 9, 10) benliğin algılamasının olumlu yönleri hakkında bilişleri hayata geçirmeyi amaçlayan, 4 tanesi (3, 5, 13 ve 23) olumsuz duyguları ve hayatla başa çıkmada karşılaşılan zorlukları değerlendirmeyi amaçlayan cümleler olup 8 tanesi de (4, 7, 8, 11, 12, 16, 17 ve 18) genel değerlendirme cümlesidir (Westerhof vd., 2001, s. 111-112).

Materyalin Türkçe uyarlaması için çeviri-geri çeviri yöntemi uygulanmıştır. Materyaldeki İngilizce tamamlama cümleleri iki çeviri uzmanı tarafından Türkçeye çevrilmiş ve ikinci dili İngilizce olan beş akademisyenden tekrar İngilizceye çevirmeleri istenmiştir. Bu çeviriler araştırmacılar ve çevirmenler tarafından tekrar incelenerek, her bir madde üzerinde anlaşmaya varılmıştır. Cümlelerin anlaşılabilirliği toplumdaki farklı on kişiye sorularak test edilmiştir. Ayrıca, KEYAD materyali yaşlı bireylere bakım veren hemşirelere ve diğer çalışanlara sorularak anlaşılabilirlik açısından da test edilmiştir. Ön uygulama için üç yaşlı bireye ölçüm aracı soruları yöneltilmiş ve anlaşılır

olup olmadığı kontrol edilmiştir. Ön uygulama sonuçları çalışmaya dahil edilmemiştir. KEYAD Materyali tamamlama cümlelerinden oluştuğu için, sadece dil geçerliliği yapılmıştır.

Araştırmanın Etik Yönü

Çalışmanın yapılabilmesi için, T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'ndan (29/12/2015-11999) ve üniversite etik kurulundan (26.03.2015-6454) izin alınmıştır.

Verilerin Toplanması

Çalışmada, katılımcılara çalışmanın amacı açıklanmış, gönüllük esasına göre çalışmaya katılmayı kabul eden katılımcılar ile çalışma gerçekleştirilmiştir. KEYAD materyalinin uygulanması sırasında kurum hemşiresi de yaşlı bireylere refakat etmiştir. Sorular bizzat araştırmacılar tarafından sorularak kayıt altına alınmıştır. Her görüşme yaklaşık 30 dakika sürmüştür.

Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin değerlendirilmesinde katılımcıların verdiği cevaplar orijinal ölçüm materyalinde belirtildiği şekilde ana temalar altında toplanmıştır. Daha sonra bu temalar alt temalara ayrılarak fonksiyonlarına göre sınıflandırılmıştır (Westerhof vd., 2001, s. 112-113). Ayrıca katılımcıların sosyo demografik bilgilerinin değerlendirilmesinde n, yüzde, ortalama ve standart sapma değerleri kullanılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışma, yalnızca bir huzurevinde kalan 16 yaşlı bireyle sınırlıdır.

Bulgular ve Tartışma

Tablo 1. Çalışmaya Katılan Yaşlı Bireylerin Özellikleri

	n	%
<u>Cinsiyet</u>		
Kadın	4	25.0
Male	12	75.0
<u>Medeni Durum</u>		
Boşanmış	6	37.5
Eşi Ölmüş	10	62.5
<u>Kronik Hastalık Durumu</u>		
Var	12	75.0
Yok	4	25.0
Yaş Ortalaması		73.50 ± 6.94
Çocuk Sayısı Ortalaması		2.12 ± 1.74

Katılımcılar, 65-86 yaş aralığında olup yaş ortalamaları 73.50 ± 6.94 'dür. Katılımcıların 4'ü (%25.0) kadın, 12'si (%75.0) erkektir. Katılımcılardan 6'sı boşanmış, 10 katılımcının eşi ölmüştür. 13 katılımcı emekli olmuş sabit bir maaşı bulunmakla birlikte, 3 katılımcının emeklisi bulunmamaktadır. Çalışmanın yapıldığı dönemde 12 katılımcının kronik hastalığı vardır, 4 katılımcının ise herhangi bir kronik hastalığı bulunmamaktadır. Katılımcıların çocuk sayısı ortalaması ise 2.12 ± 1.74 'tür.

Yaşlı Bireylerin KEYAD Materyal Sonuçları

Bu çalışmada, katılımcıların tamamlama cümlelerine verdikleri cevaplar değerlendirilip analiz edildikten sonra, KEYAD materyalinin orjinal sınıflamasına göre beş ana tema oluşturulmuştur. Daha sonra bu temalar alt temalara ayrılmıştır (Tablo 2).

Tablo 2. KEYAD Materyal Ana Temaları ve Alt Temaları

1-Sağlık Değerlendirmesi	1.1.Psiko-fizyolojik fonksiyonlara ilişkin	1.1.2.Bilişsel fonksiyonları sürdürmek	1.1.2.a.Hafızayı koruyarak yaşamın sürdürülmesi, çevredeki değişikliklerin farkında olunması
	1.2.Fiziksel fonksiyonlara ilişkin	1.2.1.Fiziksel olarak sağlıklı olmak, hasta olmadan yaşamını sürdürmek	1.2.1.a.Hasta olmadan ve sağlık sorunu yaşamadan yaşamı sürdürmeye devam etme, var olan hastalıkların kötüleşmemesi, herhangi bir yeni bir hastalık tanısının alınmaması
	1.3.Bakıma ilişkin	1.3.1.Bağımsızlığını korumak	1.3.1.a.Yatağa bağımlı olmadan ve başkasına muhtaç olmadan bağımsız bir şekilde yaşamın sürdürülmesi ve kendi bakımını kendisinin yapabilmesi
	1.4.Ölüme ilişkin	1.4.1.Ölümlle yüzleşmek	1.4.1.a.Öleceğini bilme, ölüme yakın hissetme, ölüm şekli
2-Psikolojik Değerlendirme	2.1.Duygu	2.1.1.Korku	2.1.1.a.Yalnız kalmaktan, kendisiyle ilgili yalan söylenerek başkalarının onun hakkında olumsuz düşünmesi, Allah'ın kendisini cezalandırmasından, savaşın çıkması ve düzeninin bozulmasından
		2.1.2.Özlem	2.1.2.a.Eşi, torunları, çocukları veya sevgili ile birlikte olmayı isteme ve onlara özlem duyma, gençlik günlere tekrar dönebilme ile ilgili özlem duyguları

3-Aktivite Değerlendirme	3.1.Yapılmak istenen plan ve istek	3.1.1.İbadet görevlerini yerine getirmek	3.1.1.a.Namaz kılabilmek, hacca gidebilmek, kuran okuyarak inancını pekiştirme, dua ederek kendini rahatlatma ve Allah'a yakınlaşma
		3.1.2.Evlenmek	3.1.2.a.Evlenerek aile kurmak
		3.1.3.Bahçe ve tarla işlerinde çalışmak	3.1.3.a.Bahçede çiçek ve sebze yetiştirme, tarlada çalışıp zaman geçirerek, sıkılmaktan kurtulma
		3.1.4.Memlekette yaşamak	3.1.4.a.Memleketine yakın bir huzurevinde yaşayarak, daha çok ziyaretçilerin gelmesini sağlama
		3.1.5.Egzersiz yapmak	3.1.5.a.Yürüyüş gibi sportif faaliyetlere katılma
4-Ekonomik Değerlendirme	4.1.Maddi güce sahip olmak	4.1.1.Nakit paraya sahip olmak	4.1.1.a.Bankada birikmiş para olması ve istediği anda araba alabilme, ev açabilme
5-Genel Yaşam Değerlendirmesi	5.1.Olumsuz değerlendirme	5.1.1.Pişmanlıklar	5.1.1.a.Kumar oynama, alkol kullanma
			5.1.1.b.Ailedeki bireyleri ihmal etme
			5.1.1.c. İbadetleri yapmama
			5.1.1.d.Tasarruf etmeme
			5.1.1.e. Yeterli ve istediği eğitimi alamama
			5.1.1.f.İstediği kişi ile evlenmeme
	5.2.Olumlu değerlendirme	5.2.1.Olumlu ifadeler	5.2.1.a.Yaşamından memnun olma, yaşamını olumlu olarak değerlendirme

Çalışmada, 16 yaşlı bireyin her birine 28 tamamlama cümlesi sorulmuş ve toplamda 448 cevap (16×28) veri olarak elde edilmiştir.

Yaşlı bireylerin, KEYAD Materyal sonuçlarında (Tablo 2) 114 ifade, sağlığı değerlendirmeye ilişkin olup, bu 114 ifadenin, 57'si bilişsel fonksiyonlara yönelik, 23'ü fiziksel fonksiyonlara yönelik, 27'si bakıma ilişkin ve 7 ifade

ise ölüme yönelik ifadelerdir. Katılımcıların, sağlığı değerlendirmeye ilişkin ifadelerden 57'si, bilişsel fonksiyonları sürdürmeye yönelik olup, katılımcılar hafızalarını koruyarak ve çevrelerindeki değişikliklerin farkına vararak yaşamlarını devam ettirmek istediklerini belirtmişlerdir.

“Ben daha da yaşlandığımda hafızamı korumak istiyorum” (K, 77). “Aklımı daha fazla kullanma amacım başkalarına muhtaç olmamak” (E, 67). “Aklımı daha fazla kullanma amacım hafızamı korumak” (K, 72).

Katılımcıların, sağlığı değerlendirmeye ilişkin ifadeleri ile ilgili 23 cümlede fiziksel fonksiyonlara yönelik olarak, yeni bir hastalık tanısı almamak veya var olan hastalıklarının kötüleşmemesi yönündeki düşünceleri belirlenmiştir. Katılımcılar, kronik hastalıklar olan diyabet, hipertansiyon, kalp yetmezliği gibi hastalıklardan korktuklarını ve kronik hastalıklarının ilerleyerek daha fazla ilaç kullanmak istemediklerini belirtmişlerdir.

“Yaşadığım bu hayatta gerçekleştirmek istediğim amaç sağlıklı bir şekilde hayatımı sürdürmektir” (E, 70). “Hayatımı koruyarak geçirmek istiyorum” (E, 76). “Sağlıklı bir şekilde yaşamayı planlıyorum” (E, 66). “Hiçbir şey istemiyorum. Sadece hasta olmak istemiyorum, hasta olmaktan korkuyorum” (E, 84). “Ben daha da yaşlandığımda hasta olmak istemiyorum” (K, 77). “İleriki zamanda sağlıklı yaşamayı düşünüyorum” (E, 67). “Sağlığım yerinde olursa kendimi daha iyi hissederim” (E, 86). “Benim için hayatta en önemli şey sağlıktır” (K, 77).

Katılımcıların sağlığa ilişkin değerlendirmelerine yönelik ifadeleri ile ilgili 27 cümlede ise, bakıma yönelik ifadeler belirlenmiştir. Onlar, yatağa bağımlı olmadan, başkasına muhtaç olmadan bağımsız şekilde yaşamlarını sürdürmeyi ve öz bakım gücüne sahip olmayı istemektedirler. Ayrıca, katılımcılar başkalarına muhtaç olarak yaşamı sürdürme duygusunun zor olacağını da ifade etmişlerdir.

“Fazla yaşamak istemiyorum. Çünkü muhtaç olmaktan çok korkuyorum” (E, 75). “Elden ayaktan düşmekten korkarım. Ben yatağa bağımlı olmaktan korkarım” (E, 69). “Yatağa bağımlı olmadan sağlıklı bir şekilde yaşamayı istiyorum” (E, 76). “Elden ayaktan düşmekten korkarım. Çünkü, başkalarından bir şey beklemek benim için çok zor” (E, 67). “Kendimi değerlendirdiğimde güçlü kuvvetli olmak isterim” (E, 86).

Çalışmaya katılan katılımcıların sağlığa ilişkin yaptıkları değerlendirmede 7 ifade ölüme ilişkin olup, katılımcılar kendilerini ölüme yakın hissettiklerini, artık ölümün yavaş yavaş kendilerine geldiğini düşündüklerini, fakat isteklerinin olmamak değil, onların arzuladıkları şekilde ölmek olduğunu belirtmişlerdir.

“Yaşadığım bu hayatta gerçekleştirmek istediğim amaç imanlı ölmek. Huzurlu ölmek” (E, 84). “Yaşadığım bu hayatta gerçekleştirmek istediğim amaç ezanla kuranla ölmek” (K, 77). “Yaşadığım bu hayatta gerçekleştirmek istediğim amaç ayakta ölmek” (E, 86).

Yaşlı bireylerin, kendilerini ve yaşamlarını değerlendirmeye ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla yaptığımız bu çalışmanın sonucunda, yaşlı bireylerin mental ve fiziksel sağlıklarını koruyarak, başkalarına muhtaç olmadan yaşamlarını sürdürme istekleri belirlenmiş olup, bu sonuç literatürdeki bilgilerle de uyumludur (Ayrancı vd., 2005, s. 115; Güler vd., 2009, s. 372). Bağımlı olma, hem fiziksel hem de psikolojik birçok soruna neden olduğu (Akdemir vd., 2011, s. 58) için, tüm bireylerde olduğu gibi, yaşlı bireyler için de önemli bir husus olarak vurgulanmaktadır. Çünkü başkasına bağımlı ve muhtaç olma, bireylerde benlik bütünlüğüne bir tehdit oluşturarak, kişinin yetersizlik duygusu yaşamasına, umutsuzluğun artmasına ve depresyona yol açmaktadır (Özen, 2008, s. 400; Öztürk vd., 2011, s. 39-40) Özellikle yaşlı bireylerdeki nörodejeneratif değişiklikler nedeniyle düşünce içeriği fakirleşmekte ve bilişsel yetenekler azalmaktadır. Bu durum ise, yaşlıların başkalarına muhtaç olma riskini arttırdığı (Wang vd., 2009, s. 230; Chang vd., 2012, s. 339; Raza vd., 2015, s. 522-523) için katılımcıların fiziksel sağlıklarını korumak istemeleri kadar hafızalarını koruyarak yaşamlarını sürdürme istekleri de olağandır. Hastalık, bireyin kendisi ve olaylar üzerinde kontrol duygusunu kaybetmesine ve onun güçsüzlük duygusu yaşamasına yol açarak, benlik bütünlüğüne yönelik kaygı oluşturabilir. Bu nedenle, yaşlı bireylerin fiziksel ve mental sağlıklarına yönelik kaygılarının değerlendirilerek, gerekli bakımın verilmesi, yaşlı bireylerin kaygılarının azalmasını ve onların kendi yaşamları üzerindeki kontrolü sürdürmelerini sağlayacaktır (Sadock ve Sadock, 2007, s. 3-5; Öz, 2010, s. 157; Bilge, 2014, s. 424). Westerhof vd. (2006), bizim çalışmamızda kullanılan materyalle yaptıkları araştırmalarında

da, bizim sonuçlarımıza benzer şekilde, yaşlı bireyler için sağlığı sürdürmenin önemli olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca, bizim çalışmamızda, yaşlı bireylerin tamamlama cümlelerine verdiği ifadelerde, ölüm kavramı da vurgulanmıştır. Ölüm, bilinmezlik duygularının yanında yeni bir yaşama kavuşma olarak ta değerlendirilebilmesine rağmen (Öz, 2010, s. 279; Bodner vd., 2015, s. 91-92), çoğu kez, korkulan hususun, ölümün kendisi olmadığı, yalnız ve muhtaç ölmek veya acı çekerek ölmek olduğu (Bilge, 2014, s. 421) bu çalışmada da yaşlılar tarafından ifade edilmiştir. Yaşamın sonuyla yüzleşme en büyük ve son mücadeledir. Bu mücadelede yaşlı bireylerin, acılarının ve ağrıların azaltılmasının, güvenli ve rahat ölüm için yalnız bırakılmamasının, baş etme becerilerinin artırılmasının ve spirütüel destek sağlanmasının, onların ölüme ilişkin kaygılarını azaltabilecektir (Öz, 2010, s. 276-281; Bilge, 2014, s. 420).

Çalışmaya katılan katılımcıların toplam 448 tamamlama cümlesinin 40'ı duyguların belirlendiği psikolojik değerlendirme ifadeleridir.

Duyguların belirlendiği psikolojik değerlendirme ifadelerinden, 11 cümlede yaşlı bireyler, yalnız kalmaktan, Allah'ın cezalandırmasından ve savaş yaşanmasından, dolayısıyla düzenlerinin bozulmasından korktuklarını ifade etmişlerdir.

“Yalnız olmaktan korkarım” (E, 66). “Ben Allah'tan korkuyorum. Allah günahlarımı affetsin” (E, 86). “Ben savaşın çıkmasından ve ortada kalmaktan korkarım” (E, 71).

Ayrıca, psikolojik değerlendirmeye ilişkin ifadelerin 29'unda yaşlı bireyler, aileleri ile birlikte yaşamaya, eş, çocuk ve torun gibi aile üyeleriyle birlikte olmaya yönelik özlem duygularını belirtmişlerdir. Onlar, gençlik günlerine yönelik özlemlerini de ifade etmişlerdir.

“Yaşadığım bu hayatta gerçekleştirmek istediğim amaç aileme kavuşmaktır” (E, 71). “Eğer mümkün olsaydı ilk eşimi geri isterdim” (E, 66). “Eski günleri, gençliğimi düşünmekten hoşlanırım” (E, 75). “Bazen evimde eşimle olsaydım daha mı iyi olurdu diye düşünüyorum” (E, 65). “Tekrar aileme birlikte olmayı hayal etmekten hoşlanırım” (K, 77). “Eski günlerin geri gelmesini düşünüyorum” (E, 70). “Aileme dönmek istiyorum (E, 71). “Aileme geri dönmeyi planlıyorum”

(E, 66). “Eğer mümkün olsaydı yirmili yaşlara geri dönmek isterdim” (E, 69).
“Torunlarımla birlikte olsam daha iyi hissederim” (E, 84).

Çalışmaya katılan yaşlı bireylerin korkularının başında “yalnızlık”, özlemlerinin başında “aile bireyleri ile birlikte olmak” bulunmaktadır. Bu sonuç, Westerhof vd. (2004)’ün yaptığı çalışmanın sonuçlarıyla da benzer olup, yaşlıların yalnızlıktan acı çektikleri ve yalnızlığın onların psikolojilerini olumsuz etkilediği bildirilmiştir. Kişiler arası yakınlık gereksiniminin yetersiz olarak karşılanması sonucu ortaya çıkan yalnızlık, yaşamın her dönemindeki bireyler için zor ve katlanılması güç bir duygu iken, anne-baba, kardeş ve eş kaybı, çocuklardan ayrılmak ve bakımevi gibi aileden olmayan bireylerle birlikte yaşama zorunluluğu gibi durumlarda, bireylerde stres yaratarak, psikolojik reaksiyonların artmasına ve nöronların zarar görmesine neden olabilmektedir (Öz, 2010, s. 190-192; Bekhet ve Zauszniewski, 2012, s. 215-216). Literatürde, yalnızlık duygusunun yaşlı bireylerde erken dönem fiziksel ve bilişsel sorunların artmasına yol açtığı (Bekhet ve Zauszniewski, 2012, s. 218-220; İlhan vd., 2016, s. 58-59) ve yaşlıların öznel iyilik algılarını azalttığı belirlenmiştir (Eryılmaz ve Atak, 2011, s. 230-231). Ayrıca, bu çalışmada yaşlı bireylerin aile üyelerine karşı özlem duyduklarını ifade etmeleri nedeniyle, huzurevindeki yaşlıların aile üleriyle geçirdikleri sürenin ve etkileşimlerinin artırılarak, onların yalnızlık duygularının azaltılmasının, yaşlı bireyin kendisini daha iyi hissetmesini ve var olan hastalıkların daha hızlı iyileşmesini sağlayabilecektir (Öz, 2010, s. 189-190). Yaşlılar, yakınları ile birlikte yaşadıkları zaman kendilerini daha mutlu ve güvende hissederler. Saygı ve sevgi gördükleri ortamda, yaşamla olan bağlarını daha da sağlamlaştırarak ruhsal ve manevi dünyalarında mutluluğu yaşarlar. Bu doyumlu sosyal ve psikolojik yaşam, onlara yalnızlık duygusunu hissettirmez (Öz, 2010, s. 190). Bu nedenle yaşlı bireylerin aile üyeleri ile birlikte olmalarının sağlanması, onların yalnızlık ve özlem duygularının azalmasına ve psikolojik olarak iyi olmalarına katkı sağlayabilir.

Çalışmaya katılan katılımcılar, toplam 448 tamamlama cümlesinin 61’inde yapmak istedikleri ve yapmayı planladıkları aktiviteleri belirtmişlerdir.

Bu plan ve istek değerlendirmelerinin 38’i ibadetlerini yapmaya yöneliktir. Katılımcılar namaz kılma, hacca gitme, kuran okuyarak inancını pekiştirme,

dua ederek Allah'a yaklaşma, diğer insanlara yardım ederek iyilikte bulunma gibi istek ve planlarını belirtmişlerdir.

“Hacca gitmek istiyorum” (E, 67). “Namaz kılmayı istiyorum” (K, 76). “Oruç tutmak istiyorum” (E, 86). “İmkânım olursa ben hacca gidebilmeyi isterim, hayır kurumlarına yardım etmek isterim” (E, 67). “İmkânım olursa belki ben yoksullara yardım yapabilirim” (E, 70). “İmkânım olursa ben belki cami, çeşme yapabilirim” (K, 69). “İmkânım olursa ben belki daha da iyilik yapabilirim” (E, 76).

Ayrıca, katılımcıların aktivite değerlendirmelerine ilişkin plan ve isteklerinden 3'ü yeniden evlenmek, 11'i bahçe ve tarlada çalışmak, 3'ü memleketindeki huzurevinde yaşamak, 6'sı egzersiz yapmaktır.

“Sağlığım yerinde olsun ve evimde yaşamak istiyorum, evlenmek istiyorum” (E, 84). “Eğer mümkün olsaydı tarla alıp, tarla işi yapmak isterdim” (K, 77). “Memleketimdeki huzurevinde yaşamak istiyorum” (K, 70). “Keşke spor yapabileseydik” (E, 65).

Yaşlı bireylerle yapılan bu çalışmanın sonuçlarından elde edilen bilgilere göre, yaşlılar kendi içlerine kapanmayı istememektedirler ve yaşama yönelik isteklerini sürdürmektedirler. Onlar, ibadet etmeyi, memleketlerinde yaşamayı, spor yapmayı, yeniden evlenmeyi, çiçek bakmayı, bahçede sebze yetiştirmeyi istemektedirler. Çalışmaya katılan yaşlıların çoğunun gençlik yıllarında tarlada çalışmaları ve toprakla uğraşmaları nedeniyle bu alışkanlıklarını devam ettirmek istemeleri de olağandır. Yaşamda aktif olan yaşlı bireylerin, psikolojilerinin daha iyi olması (Karakuş vd., 2011, s. 49) nedeniyle bu çalışmaya katılan yaşlı bireylerin sağlıklı ve mutlu yaşlılık yaşantısı için, onların aktivitelere katılma istek ve arzuları olumlu olarak değerlendirilmektedir.

Çalışmaya katılan katılımcıların, toplam 448 ifade cümlesinden 22'sinde ise, onların ekonomik değerlendirmeye ilişkin ifadeleri yer almış olup, katılımcılar, maddi olarak güçlü hissetmek için nakit paranın olması gerektiğini belirtmişlerdir.

Katılımcılar, nakit paraya sahip olmaları durumunda, ev açabileceklerini, araba alabileceklerini ve yeniden evlenebileceklerini ifade etmişlerdir.

“Param olsaydı ev açabilmeyi isterdim” (E, 69). “Eğer mümkün olsaydı ev ve araba almak isterdim” (E,75). “Paramın olduğunu düşünmekten hoşlanırım. Daha iyi günler geleceğini düşünüyorum. Fakat bunun için, şans oyunlarında bana para çıkmasını istiyorum” (E, 75). “Param olsaydı yeniden evlenebilirdim” (E, 71).

Çalışmada yaşlı bireyler, ekonomik olarak güçlü olmayı istemelerinin altında yatan en önemli nedenlerinin, yeniden evlenebilmek ve kendilerine yaşam kurabilmek olduğunu belirtmişlerdir. Bu sonuç, yaşlıların gelecek umutlarının azalmadığını ve gelecekte yeni şeyler yapabilmek için motivasyonlarının var olduğunu göstermekle birlikte, güçlerini korumayı istemeleri olarak ta değerlendirilebilir. Çünkü ekonomik güce sahip olma, insanlar ve objeler üzerinde söz sahibi olmayı kolaylaştırdığından (Öz, 2010, s. 60), yaşlı bireylerin özellikle nakit paraya sahip olmak istedikleri düşünülmektedir.

Çalışmada, katılımcıların genel yaşam değerlendirmelerine ilişkin olarak olumlu ve olumsuz değerlendirmeler yaptıkları belirlenmiştir. Katılımcıların kendilerine ve yaşamlarına yönelik 448 ifade cümlesinin 211’i olumlu ve olumsuz genel yaşam değerlendirmesi olup, 183’ü olumlu değerlendirme ifadesidir.

Katılımcılar, yaşamlarından memnun olduklarını ve devletin imkânlarından yararlanabildikleri için kendilerini şanslı hissettiklerini ifade etmişlerdir. Yaşlı bireyler, dış görüntülerini beğendiklerini, arkadaş ilişkilerinin iyi olduğunu da belirtmişlerdir. Ayrıca, yaşlılık dönemine erişebildikleri için ve halen yaşadıkları için Allah’a şükrettiklerini ifade etmişlerdir.

“Merhamet ve yardımseverlik konusunda çok iyiyimdir” (E, 84). “İnsanlık, merhamet de çok iyiyimdir” (K, 72). “Her konuda çok iyiyimdir” (E, 66). “Arkadaş ilişkilerinde çok iyiyimdir” (K, 76). “Kendimi değerlendirdiğimde ya da düşündüğümde iyi bir insanım” (E, 86). “Kendimi değerlendirdiğimde ya da düşündüğümde kendimi beğeniyorum, mükemmeliyetçiyim, titizim” (E, 70). “Kendimi değerlendirdiğimde ya da düşündüğümde her şeyimden memnunum, beni üzenlere darılmam, ibadetlerimi yaparım” (E, 84). “Kendimi değerlendirdiğimde ya da düşündüğümde kendimi mutlu hissediyorum.

Emekliliğini yaşıyorum” (K, 76). *“Dıştan görüntüm iyi buluyorum”* (K, 72). *“Dıştan görüntüm iyi, temiz, bakımlı görüyorum”* (E, 75). *“Dıştan görüntüm iyi görünüyorum, kendime bakarım”* (E, 84).

Katılımcıların genel yaşam değerlendirmesinde, kendileri ve yaşamlarını değerlendirdikleri toplam 211 ifadeden 28’i ise olumsuz değerlendirme ifadesidir.

Katılımcılar, olumsuz değerlendirmede pişmanlıklarını belirtmişlerdir. Özellikle yaşlılar, gençlik yıllarındaki alkol ve kumar gibi kötü alışkanlıkları nedeniyle aileleriyle olan ilişkilerinin bozuk olduğunu ve pişmanlıklarını ifade etmişlerdir. Onların diğer pişmanlık yaşadıkları hususların, gençlik döneminde ibadet etmemek, tasarruf etmemek ve yeterli eğitim alamamak olduğu belirlenmiştir. Bazı katılımcılar sevdiği insanla evlenmemenin pişmanlığını yaşadığını da belirtmişlerdir. Onlar, sevdiği kişi ile evlenmiş olsaydılar, daha mutlu bir yaşam sürdürebileceklerini ve şu anda evlerinde çocuklarıyla ve torunlarıyla yaşıyor olabileceklerini ifade etmişlerdir. Ayrıca, yaşlılık nedeniyle dış görüntüsünü beğenmeyen katılımcılarda bulunmaktadır.

“Keşke çocuklarımın torunlarımın yanında olsaydım” (K, 72). *“Ailemle iyi geçinebilseydim. Eşim yaşasaydı, aile hayatım devam etseydi”* (E, 71). *“Eşimle birlikte olsaydım”* (E, 84). *“Alkolü sınırlı tutsaydım. Ailemi dağıtmasaydım”* (E, 67). *“Çok para kazandım tutmasını bilemedim, keşke tekrar para kazansam ve onları alkol ve diğer kötü işlere vermeyip, ailemle birlikte olsaydım”* (E, 76). *“Hayatımda içki içmeseydim, kumar oynamasaydım”* (E, 67). *“Daha çok dindar yaşamak isterdim”* (E, 69). *“Hayata tekrar başlayıp ailem ile ilgili hatalarımı yapmasaydım”* (E, 67). *“İlk aşkımla evlenirdim”* (E, 76). *“Doğru düzgün biriyle evlilik yapardım”* (E, 67). *“Babamla iyi geçinirdim. Babamın bedduasını almazdım”* (K, 72). *“Elime geçen fırsatları değerlendiremedim”* (E, 71). *“Hala hayata karşı kendimi yetersiz hissederim”* (K, 72). *“Başarısız olduğumu düşünüyorum, iyi niyetimden kaybettim”* (E, 76). *“Pişmanlıklarım var. Keşke daha çok inançlı yaşasaydım”* (E, 84). *“Dıştan görüntüm berbat ve kendimi hiç beğenmiyorum”* (K, 72).

Yaşlı bireylerle yapılan bu çalışmada, yaşlılar genel yaşam değerlendirmesi yaparak kendilerine ve yaşamlarına yönelik olumlu ve olumsuz görüşler

belirtmişlerdir. Bazı yaşlılar yaşamlarını olumlu değerlendirirken, bazılarının, yaşamları ve kendileriyle ilgili olarak pişmanlıklar yaşadıkları görülmektedir. Timmer vd. (2005) tarafından yapılan araştırmada da, yetişkin ve yaşlı bireylerin, iyi bir eğitim alamama, yaşam amacı oluşturmama, sevdiklerinden ayrı kalma gibi pişmanlıklar yaşadıkları belirlenmiştir. Bireylerin, kendi yaşamlarından memnun olmaları onların ruh sağlığını koruyan ve uyum kapasitesini arttıran bir özelliktir. Bu çalışmada, kendileri ve yaşamlarına yönelik değerlendirmeleri olumsuz olan yaşlı bireylerin, pişmanlık ve suçluluk duygusu yaşamları ise, çoğu zaman olumsuz bir özellik olarak değerlendirilebilirse de, hataların telafisine imkan vermesi nedeniyle olumlu olarak ta değerlendirilebilir. Bakım sağlayıcılar tarafından yaşlıların pişmanlık ve suçluluk duygularının tanınmaması ve çözüm önerilerinin sunulmaması yaşlı bireylerde intihar riskini arttırabileceğinden (Öz, 2010, s. 240-243; Bilge, 2014, s. 422-425) yaşlı bireylerin kendileriyle ve yaşamlarıyla ilgili olarak duygu ve düşüncelerinin belirlenmesi, olumlu ve olumsuz değerlendirmelerinin tanımlanması, yaşlı bireylerde psikiyatrik sorunların gelişmesini önleyebilecektir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmaya göre, yaşlılık dönemi sanılanın aksine bir gerileme ya da son durak olarak kabul edilmeyip, geleceğe yönelik birçok plan ve isteği içeren bir dönemdir. Araştırma kapsamındaki yaşlı bireylerin, yaşlılığı durgunluk dönemi olarak değil, yaşamı değerlendirme ve anlamlar çıkarabilme dönemi olarak gördükleri belirlenmiştir. Bu çalışma sonuçlarının yaşlılara yönelik hizmetlerin planlanmasında yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre, yaşlı bireylerin ailelerinin yaşlıya desteğinin devamı için daha fazla çaba harcanılması, yaşlıların inançları gereği ibadetlerini yerine getirebilmeleri için materyaller sağlanması, hem fiziksel hem de ekonomik destek için birçok yaşlı bireylerin isteği olan dini görevlerinin yerine getirilebilmesi için, devlet ve özel sektör işbirliğinin artırılması önerilebilir.

Kaynakça

- Agogo, D., Milne, G. R., Schewe, C. D. (2014). Time benders: A model of subjective aging in aging adults. *Health Marketing Quarterly*, 31(4), 383-398.
- Akdemir, N., Bostanoğlu, H., Yurtsever, S., Kutlutürkan, S., Kapucu, S., Özer, Z. C. (2011). Yatağa bağımlı hastaların evde yaşadıkları sağlık sorunlarına yönelik evde bakım hizmet gereksinimleri. *Dicle Tıp Dergisi*, 38(1), 57-65.
- Ayrancı, Ü., Köşgeroğlu, N., Yenilmez, Ç., Aksoy, F. (2005). Eskişehir'de yaşlıların sosyoekonomik özellikleri ve sağlık durumları. *Ste d*, 14(5), 113-119.
- Bekhet, A. K., Zauszniewski, J. A. (2012). Mental health of elders in retirement communities: is loneliness a key factor? *Archives of Psychiatric Nursing*, 26(3), 214-224.
- Bilge, A. (2014). Özel popülasyonların hemşirelik yönetimi. F. Öz ve M. Demiralp (Ed.), *Psikososyal hemşirelik genel hasta bakımı için* (ss. 385-432). 3. Baskı Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- Bodner, E., Shrira, A., Bergman, Y. S., Cohen-Fridel, S. (2015). Anxieties about aging and death and psychological distress: The protective role of emotional complexity. *Personality and Individual Differences*. 83, 91-96.
- Chang, K. J., Kim, H. C., Koh, S. H., Lee, Y. H., Lee, K. S., Lim, K. Y. et al. (2012). Relationship between memory age identity (MAI) and cognition in Korean elders. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 54(2), 339-342.
- Dittmann-Kohli, F. (1995). Das persönliche sinnsystem. Ein Vergleich zwischen frühem und spatem Erwachse-nenalter, Göttingen: Hogrefe.
- Eryılmaz, A., Atak, H. (2011). Ailesiyle yaşayan yaşlılarda mutluluk modeli. *Archives of Neuropsychiatry*, 48(4), 227-233.
- Ganz, F. D., Jacobs, J. M. (2014). The effect of humor on elder mental and physical health. *Geriatric Nursing*, 35(3), 205-211.
- Güler, G., Güler, N., Kocataş, S., Akgül, N. (2009). Yaşlıların sağlık bakım gereksinimleri. *Cumhuriyet Medical Journal*, 31(4), 367-373.
- İlhan, N., Arpacı, S., Havaoğlu, D., Kalyoncuoğlu, H., Sarı, P. (2016). Huzurevinde yaşayan yaşlıların yaşam kalitesi ve yaşam kalitesini etkileyen faktörler. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 6(2), 56-65.

- Kagan, S. H., Melendez & Torres, G. J. (2015). Ageism in nursing. *Journal of Nursing Management*, 23(5), 644-650.
- Karakuş, A., Süzek, H., Atay, M. E. (2011). Muğla huzurevinde kalan yaşlıların depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 1(11), 39-51.
- Kim, B. H., Choi, J. E., Cho, J. A., Cho, J. H., Kim, M. S. (2015). Death, fear, and readiness as factors associated with successful aging: perspectives from the lay definitions of older patients. *Journal of Hospice & Palliative Nursing*, 17(2), 149-156.
- Lagacé, M., Tanguay, A., Lavallée, M. L., Laplante, J., Robichaud, S. (2012). The silent impact of ageist communication in long term care facilities: Elders' perspectives on quality of life and coping strategies. *Journal of Aging Studies*, 26(3), 335-342.
- Mersin, S. Kişilik. C. T. Özcan, N. Gürhan (Ed.), *Ruh sağlığı ve psikiyatri hemşireliğinin temelleri* (ss. 14-31). Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- Neki, N. S. (2015). Oxidative stress and aging. *Bangladesh Journal of Medical Science*, 14(3), 221-228.
- Ogenler, O., Yapici, G., Tasdelen, B., Akca, T. (2012). Opinions of a group of medical doctors on elder discrimination in Mersin. *Turkish Journal of Geriatrics*, 15, 409-415.
- Öz, F. (2002). Yaşamın son evresi: Yaşlılık psikososyal açıdan gözden geçirme. *Kriz Dergisi*, 10(2), 17-28.
- Öz, F. (2010). *Sağlık alanında temel kavramlar*. Yenilenmiş ikinci baskı. Ankara: Mattek Matbaacılık Bas. Yay. Tic. Ltd. Şti.
- Özen, İ. (2008). Yaşlılarda depresif belirtiler ve sosyodemografik özellikler ile ilişkisi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 7(5), 399-404.
- Öztürk, Z., Karakuş, G., Tamam, L. (2011). Yaşlı bireylerde ölüm kaygısı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 37-43.
- Raza, A., Raza, S. A., Qamar, M. F., Liaqat, A. (2015). Human brain; physiological alterations occurring underlying process of aging. *Professional Medical Journal*, 22(5), 522-526.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A. (2007). *Synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry*. 10th. ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Timmer, E., Westerhof, G. J., Dittmann-Kohli, F. (2005). "When looking back on my past life I regret...". Retrospective regret in the second half of life. *Death Studies*, 29(7),

625-644.

- Top, M., Dikmetaş, E. (2015). Quality of life and attitudes to ageing in Turkish older adults at old people's homes. *Health Expectations*, 18(2), 288-300.
- Wang, J. J., Yen, M., OuYang, W. C. (2009). Group reminiscence intervention in Taiwanese elders with dementia. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 49(2), 227-232.
- Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E., Valenkamp, M. W. (2004). In search of meaning: A reminiscence program for older persons. *Educational Gerontology*, 30(9), 751-766.
- Westerhof, G. J., Katzko, M. W., Dittmann-Kohli, F., Hayslip, B. (2001). Life contexts and health-related selves in old age: perspectives from the United States, India and Congo/Zaire. *Journal of Aging Studies*, 15(2), 105-126.
- Westerhof, G. J., Thissen, T., Dittmann-Kohli, F., Stevens, L. (2006). What is the problem? A taxonomy of life problems and their relation to subjective well-being in middle and late adulthood. *Social Indicators Research*, 79, 97-115.
- Yılmaz, E., Özkan, S. (2010). Hemşirelik öğrencilerinin yaşlı ayrımcılığına ilişkin tutumları. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 3(2), 35-53.

KEYAD MATERYAL SORULARI

- 1-da çok iyiyimdir.
- 2- özelliğimle çok övünürüm.
- 3- Zayıf yanlarımdır.
- 4-Kendimle ilgili düşündüğümde ya da düşünecek olursam
- 5- Kendimi yalnız hissettiğimde
- 6- Ben daha da yaşlandığımda.....
- 7- Görünüşüm
- 8- Kendimi diğer kişilerle karşılaştığımda
- 9- olursa kendimi gerçekten iyi hissederim.
- 10- Benim için en önemli olan şeydir.
- 11- Şu ana kadar hayatım.....
- 12- Genellikle ruh halim.....
- 13- Kendimi mutsuz hissettiğim zaman
- 14- Eğer..... olursa/olsaydı daha mı iyi olurdu diye düşünürüm.
- 15- dan korkuyorum.
- 16- Diğerlerinin düşüncesine göre ben
- 17- İnanıyorum ki ben.....
- 18- Öğrendim ki ben.....
- 19-ile ilgili hayal kurmaktan hoşlanırım.
- 20- Belki ben yapabilirim.
- 21- Gelecek birkaç yıl içinde.....
- 22- Korkarım ki ben.....
- 23- benim için çok zor.
- 24-yapmaya niyetleniyorum.
- 25-yı planlıyorum.
- 26- Eğer mümkün olsaydı..... yapardım.
- 27- Fikirlerimi geliştirmekteki amacım.....
- 28- Hayatımda başarmak istediğim amaç.....