

ARAŞTIRMA MAKALE

Yaşlı bireylerde internet kullanımı ile yaşam doyumu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi¹

Burak ŞAHİN^{a2} & Asiye YILDIRIM^b

^aMaltepe Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Ana Bilim Dalı Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi), İstanbul / Türkiye

^bMaltepe Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji (İngilizce) Bölümü, İstanbul / Türkiye

^aORCID No: 0000-0002-7792-1540 ^bORCID No: 0000-00016852-2444

Alıntı:

"Şahin, B., & Yıldırım, A. (2019). Yaşlı bireylerde internet kullanımı ile yaşam doyumu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi (YSAD)*, 12(2), 97-106."

Geliş Tarihi: 23 Temmuz 2019, Kabul Tarihi: 22 Kasım 2019, Yayın Tarihi: 24 Aralık 2019

ÖZET

Bu araştırmanın temel amacı, yaşlılarda internet kullanım özelliklerini belirlemek ve bu özelliklerin yaşam doyumu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyi ile ilişkisini incelemektir. İlgili alanyazın çerçevesinde, yaşlıların internet kullanımını incelemek amacıyla, kaç yıldır internet kullandıkları, haftalık internet kullanım süreleri, internet üzerinden paylaşımında buldukları toplam kişi sayısı, internet üzerinden düzenli olarak iletişim kurdukları, kişi sayıları sosyal paylaşım sitesi tercihleri ve interneti kullanım amaçları üzere altı ölçüt belirlenmiştir. Çalışma 188 katılımcı ile İstanbul ilinde yürütülmüştür. Bulgular, yaşlılarda internet kullanımına dair çeşitli özelliklerin yaşam doyumu ve algılanan sosyal destek düzeyi ile pozitif yönde, umutsuzluk düzeyleri ile ise negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: yaşlılarda internet kullanımı, yaşam Doyumu, algılanan sosyal destek, umutsuzluk

The investigation of the relationship between internet use and life satisfaction, perceived social support, and hopelessness levels in elderly individuals

ABSTRACT

The main purpose of this study is to determine the characteristics of internet use in the elderly, and to examine the relationship between these characteristics and life satisfaction, perceived social support and hopelessness. Within the framework of the related literature, six criteria have been determined in order to examine the internet usage of the elderly, for how many years they have used the internet, weekly internet usage periods, the total number of people with whom they share information over the internet, the number of people they contact regularly, social networking site preferences, and internet usage purposes. The study was conducted in Istanbul with 188 participants. The findings revealed that various characteristics of internet use in the elderly were positively correlated with life satisfaction and perceived social support, but negatively associated with hopelessness levels.

Keywords: internet use in the elderly, life satisfaction, perceived social support, hopelessness

¹ Bu makale sorumlu yazarın "Yaşlı bireylerde internet kullanımının yaşam doyumu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi" konulu Yüksek Lisans Tezinden üretilmiştir.

² Sorumlu Yazar e-mail: pdburaksahin@gmail.com

1. GİRİŞ

Her yaştan insanın gündelik hayatının bir parçası olan internet ortamı, diğer bir ifadeyle, sanal dünya kişilerarası iletişimin pek çok unsurunu da içeriğinde barındırmaktadır. Yeni kişiler tanıma, sohbet etme, fikirlerini paylaşma, çeşitli gruplara üye olma gibi kişilerarası iletişimin unsurları internete taşınmış gibi görünmektedir. Bu durum, bireylere yeni ve erişimin çok daha kolay olduğu bir sosyal alan açmıştır. Günümüzde, insanlar arkadaş ya da akrabalarla sohbet etmek, fikirlerini paylaşmak ya da çeşitli gruplara üye olabilmek gibi çoğu durumda mekânsal olarak bağımlılıktan kurtulmuş, gün içerisinde istedikleri an ve mekânda internete bağlanarak bu gereksinimlerini karşılayabilir hale gelmişlerdir. Bu bağlamda, internet kullanımının yaşlı bireyler arasında gösterdiği örüntü ve ilişkili olduğu olgular giderek artan bir ilginin hedefinde yer almaktadır.

Yaşlılığın getirdiği sağlık sorunları nedeniyle mekânsal bağımlılıkları olan ve evden çıkmakta zorlanan yaşlılar için de internet kullanımının, kendilerini ifade etme ve sosyal çevre ile iletişim kurma bağlamında bir takım imkânlar sunduğu düşünülebilir. Ayrıca, internet kullanımının yaşlılara gündelik hayatın içerisinde kalabilme, sosyal çevre ile iletişimi sürdürülebile, yüz yüze iletişim imkânı olmayan arkadaş ya da akrabalar ile görüşme, haber kaynaklarına ulaşma, bilgi edinme gibi avantajlar sağladığı söylenebilir. Bu çerçevede, yaşlı bireylerde internet kullanım özelliklerini ve internet kullanımının yaşam doyumu, sosyal destek ve umutsuzluk düzeyi ile bağlantılarını incelemek bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

TÜİK raporlarına göre, Türkiye’de yaşlılar arasında yaygınlaşan internet kullanımı, 65 yaş ve üzeri grupta 2004 yılında % 0.4 iken, 2015 yılında bu oran % 5.6’ya, 2016 yılında % 6.5’e yükselmiş ve bilgisayar kullanım oranı ise % 8.8’e ulaşmıştır. Dahası, internet kullanım oranlarının 65 yaş ve üzeri erkeklerde % 12.5, kadınlarda ise % 5.8 düzeyinde olduğu belirtilmiştir (TÜİK, 2016). Ayrıca, 2013-2018 yıllarını kapsayan dönemde internet kullanımının yaşlılarda 2.7 kat arttığı ifade edilmektedir (TÜİK, 2018). Bunun yanında, Türkiye’de internet kullanıcısı yaşlılar ile yürütülen çalışmada, yaşlıların interneti genellikle sosyal medya hesaplarına erişmek ve haber sitelerini takip etmek, internet bankacılığı kullanmak, hastanelere ulaşmak, alışveriş, e-sağlık ve e-devlet hizmetlerinden yararlanmak için kullandıklarına işaret etmektedir (Örn., Abacı, Kazaz ve Başa, 2012; Becerikli, 2013; Ekici ve Gümüş, 2016; Iyer ve Eastman, 2006; Loipha, 2014; McMellon ve Schiffman, 2002; Tekedere ve Arpacı, 2016; Zickuhr ve Madden, 2012). Özetle, yaşlılar arasında internet kullanımı yıldan yıla artmaktadır. Aynı zamanda, kullanım amaçları çeşitlilik göstermekte ve yaşa bağlı olarak kullanım özellikleri değişmektedir.

Alanyazında, yaşlılarda bilgisayar ya da internet kullanımının çeşitli değişkenlerle ilişkisine dair çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin, Karavidas, Lim, Katsikas (2005) gerçekleştirdikleri çalışmada internet kullanımının, yaşlılarda yaşam doyum düzeyini arttırdığını ortaya koymuşlardır. Diğer yandan, Stepanikova, Nie ve He’nin (2010) gerçekleştirdiği çalışma bulgularına göre ise, internette harcanan zaman yaşam doyumunu negatif yönde yordamaktadır.

Dorin (2007) ise çevrimiçi eğitim platformlarına katılımın, yaşlılarda yaşam doyumunu arttırdığını bulmuştur. Ayrıca, yaşlılarda internet kullanımı ile yalnızlık ve depresyon arasında ilişkinin varlığını ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır (Kalinkara ve Sarı, 2019; White ve ark., 2002). Bunun yanı sıra, internet kullanımının yaşlıların benlik saygısı, iyi oluş hali ve iyimserlik gibi özelliklerini olumlu yönde etkilediğine işaret eden bulgular da söz konusudur (Mellor, Firth ve Moore, 2008).

Yaşlı gruplar ile yürütülen çalışmalar sosyal etkileşim ve iletişimin yaşlılar için önemine işaret etmektedir. Örneğin, sosyal çevre ile iletişimi sürdürülebilenin, hem algılanan sosyal destek hem de yaşlıların yaşam doyumunu ile olumlu yönde ilişkili olduğuna dair bulgular elde edilmiştir (Aquino, Russell, Cutrona ve Altmaier, 1996). Benzer şekilde, yaşlılarda sosyal ilişkilerin zayıflamasının yaşam doyumunu ve algılanan sosyal desteği azalttığına işaret eden bulgular da mevcuttur (Kahraman, Zincir, Erten ve Özkan, 2011; Liu ve Guo, 2008). Kapıkıran (2016) ise sosyal desteğin, yalnızlık ve yaşam doyumunu arasında aracı rolünün olduğunu ortaya koymuştur.

Ayrıca, yaşlılarda genel sağlıklılık hali ve günlük yaşam etkinliklerine katılım da yaşam doyumunu ile ilişkilidir (Markides ve Martin, 1979; Pınar ve Demirel, 2016). Örneğin, Yılmaz ve Sayıl (1996) hastanede yatan hastalarla gerçekleştirdikleri çalışmada, sosyal izolasyonun hastaların yaşam doyumlarını düşürdüğünü; Arslantaş, Adana, Kaya ve Turan (2010) ise hastanede yatarak tedavi gören yaşlılarla sosyal destek azaldıkça umutsuzluğun arttığını gözlemlemişlerdir. Erkan (2015) ise huzurevinde kalan yaşlılarda, umutsuzluk kavramıyla ilişkili olan depresyonun algılanan sosyal destekle bağlantısını ortaya koymuştur. Özetle, yaşlı bireylerde sosyal etkileşim ve iletişimin yaşam doyumunu, sosyal destek ve umutsuzluk gibi psikolojik faktörler açısından önemli olduğu görülmektedir. Bu açıdan, sosyal etkileşim ve iletişime olanak sağlayan internet kullanımının da yaşlı bireylerde bu faktörlerle ilişkili olacağı düşünülebilir.

Yaşlılarda internet kullanımıyla bağlantılı olabileceği düşünülen yaşam doyum kavramı, ilk olarak, Neugarten, Havighurst ve Tobin (1961) tarafından alanyazına kazandırılmıştır. Buna göre yaşam doyumunu “Bir insanın beklentileri ile elde ettiklerinin karşılaştırılması ile elde edilen durum ya da sonuçtur ve kişinin amaçlara erişmekteki bilişsel değerlendirmelerinin bir ürünüdür.” İnternetin yaşlı kullanıcılar arasında yaygınlaşmasıyla birlikte, yaşlılarda internet kullanımı ve yaşam doyum ilişkisine dair çalışmalar da özellikle yurt dışında gerçekleştirilmiştir. Örneğin; White ve arkadaşlarının (2002) gerçekleştirdiği çalışmada, yaşlılara internet ve bilgisayar eğitimi verilmiş; eğitim öncesi puanlarına kıyasla, yalnızlık puanlarının düştüğü ve yaşam doyum puanlarının ise yükseldiği gözlenmiştir. Karavidas ve arkadaşları (2005) ise bilgisayar kullanımı ve bilgisayar bilgisinin yaşam doyumunu ve öz yeterliliği pozitif yönde yordadığını; buna karşılık, bilgisayar kullanımına karşı negatif tutum geliştiren yaşlıların yaşam doyumunu ve öz yeterlik puanlarının düşük olduğunu gözlemişlerdir. Bir başka çalışmada ise Dorin (2007); çevrimiçi eğitim platformlarına

katılımın yaşlılarda yaşam doyumunu olumlu yönde yordadığını bulmuştur.

Yaşlı bireyler arasında internet kullanımının rol oynayabileceği bir başka faktör olarak sosyal destek olgusundan bahsedilebilir. Sosyal destek, bireyleri psikolojik ve biyolojik açıdan koruyan faktörlerden biridir (House, Umberson ve Landis, 1988). Sosyal destek bağlamında, yaşlılarda sosyal izolasyonun yaşlı intiharlarında risk faktörlerinden olduğu söylenebilir (Turan, 2008). Algılanan sosyal destek yaşam kalitesini olumlu yönde etkilediği gibi (Ünalın, Göçer, Baştürk, Baydur ve Öztürk, 2015), depresyon olgusuyla da negatif ilişkilidir (Lee ve Kim, 2016). İnternet kullanımı ve sosyal destek olgusunu ele alan bazı çalışmalar bu olguların olumlu yönde ilişkili olabileceğine işaret etmektedir (Blit-Cohen ve Litwin, 2004; Erickson ve Johnson, 2011; Wagner, Hassanein ve Head, 2010).

Bu çalışmada internet kullanımının ilişkili olabileceği düşünülen bir başka faktör olarak umutsuzluk düzeyi, ilk olarak Beck (1963) tarafından tanımlanmıştır. Yazar, intihar girişiminde bulunmuş hastalarının, hiçbir zaman çözüm bulamayacaklarına dair gerçek dışı inançlar beslemeleri sonucunda, çaba sarf etmedikleri halde negatif sonuçlar beklediklerini gözlemlemiş ve bu durumu umutsuzluk olarak isimlendirmiştir. Yaşlılarda çoğu zaman umut ve umutsuzluk durumları hayatın son dönemlerinde aktif rol oynamakta (Sullivan, 2003) ve intihar girişimiyle yüksek düzeyde ilişki göstermektedir (Daniel ve Goldston, 2012; Turan, 2008). Bu açıdan, yaşlı bireylerde umutsuzluk düzeyini yordayan faktörleri belirlemek önemli görünmektedir. Yaşlı bireylerde, internet kullanımı ve umutsuzluğu birlikte ele alan bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte, umutsuzlukla bağlantılı depresyon ve yalnızlık gibi özelliklerin internet kullanımıyla ilişkisi söz konusudur (Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi, 2003; Cotten, Ford, Ford ve Hale, 2014; Blazun ve ark., 2012; Şar, Göktürk, Tura ve Kazaz, 2012).

Araştırmanın amacı

Günümüze kadar süregelen çalışmaların sonuçları bütün olarak değerlendirildiğinde; yaşlı bireylerde yaşam doyumunu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk kavramlarının önceki çalışmalarda yer aldığı ve birbiriyle ilişkili olduğu görülmektedir. İnternet kullanımının kişilerde sosyal etkileşim ve iletişim alanlarına yaptığı katkılar göz önüne alındığında, yukarıda sözü geçen olguların tümü ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda, gerçekleştirilen çalışma, yaşlılarda internet kullanımı özelliklerini belirlemenin yanı sıra, bu özelliklerin yaşam doyumları, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisini anlamaya yöneliktir. Bu amaçla ele alınan araştırma soruları şu şekildedir.

1. Yaşlı bireylerde internet kullanım özellikleri nelerdir?
2. İnternet kullanımı yaşam doyumunu pozitif yönde yordamakta mıdır?
3. İnternet kullanımı algılanan sosyal desteği pozitif yönde yordamakta mıdır?
4. İnternet kullanımı umutsuzluk düzeyini negatif yönde yordamakta mıdır?

2. YÖNTEM

Bu çalışmada, yaşlılarda internet kullanımı özelliklerini belirlemek ve bu özelliklerle yaşam doyumunu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Araştırma bu yönüyle korelasyonel desenli bir çalışmadır.

Katılımcılar

Bu çalışmanın örnekleme, İstanbul iline bağlı Kadıköy, Maltepe, Kartal ve Üsküdar ilçelerinde bulunan özel ve devlete bağlı huzurevlerinde ikamet eden 65 ve üzeri yaşta bireyler ile yine bu ilçelere bağlı halk eğitim merkezlerinin yaşlı kursiyerlerinden ve araştırmacının kendi çevresindeki 236 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıları belirlerken kullanılan örnekleme tekniği ise, 65 yaş üzeri bireyler arasından, ulaşılabilir olan örnekleme tekniğidir (Erkuş, 2017).

Veriler toplandıktan sonra, verilen cevapların eksik olması nedeniyle 30 katılımcının verileri değerlendirme dışı bırakılmış, veri seti oluşturulduktan sonra gerçekleştirilen tek yönlü aşırı değer analiziyle 18 katılımcı daha veri setinden çıkarılmıştır. Gerçekleştirilen analizler yaşları 65 ile 81 (Ort.=69,54, Ss=3.55) aralığında değişen 188 katılımcı üzerinden yürütülmüştür. Katılımcıların % 55.9'u kadınlardan (N=105), % 44.1'i (N=83) erkeklerden oluşmaktadır.

Veri toplama araçları

Demografik form

Katılımcıların internet kullanım özelliklerini ve demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formu kullanılmıştır. Bu formda cinsiyet, yaş, medeni durum, yaşanılan yer, aylık gelir düzeyi, eğitim düzeyi gibi demografik özelliklere ilişkin sorular yer almaktadır. Ayrıca, katılımcıların internet kullanım özelliklerini belirleyebilmek amacıyla, toplam internet kullanım yılları, haftalık toplam kullanım süresi, paylaşımda bulunulan kişi sayısı, düzenli olarak paylaşımda bulunulan kişi sayısı, tercih ettikleri sosyal paylaşım sitesi ve interneti kullanım amaçlarına dair sorulara yer verilmiştir.

Yaşam Doyum Ölçeği

Diener, Emmons, Lrsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyum Ölçeği (The Satisfaction with Life Scale), 7'li Likert tipinde 5 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçekten alınan puanların artması yaşam doyumunun da arttığını göstermektedir. Diener ve arkadaşlarının gerçekleştirdiği ilk çalışmada Cranbach alfa iç tutarlık katsayısı .82, ikinci çalışmada ise .87 olarak elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen bir çalışma ile Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Köker (1991), test-tekrar test yöntemi ile güvenilirlik çalışması yapmış ve iki uygulama arasında .85 gibi yüksek bir korelasyon elde etmiştir. Yaşlılarla gerçekleştirilen çalışmalarda ise Kahraman ve arkadaşları (2011), ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısını .78, Öner (2014) ise .81 olarak elde etmiştir. Bu çalışmada ise ölçeğin

Cranbach alfa iç tutarlık katsayısı .78 olarak elde edilmiştir.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (The Multidimensional Scale of Perceived Social Support), Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley (1988) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 12 maddeden oluşmakta ve sosyal desteğin kaynağını temsil eden aile (3., 4., 7., 11. maddeler), arkadaş (6., 7., 9., ve 12. maddeler) ve özel bir insan (1., 2., 5. ve 12. maddeler) olmak üzere 3 farklı grubu içermektedir. Alt ölçekleri oluşturan maddelerin puanlarının toplanması ile alt ölçek puanı, her alt ölçeğin puanının toplanması ile de ölçek toplam puanı elde edilir. Ölçek puanının artması algılanan sosyal desteğin artmasına işaret etmektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Eker ve Arkar (1995) tarafından gerçekleştirilmiş ve Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .89 olarak rapor edilmiştir. Bu çalışmada ise tüm ölçek için iç tutarlık katsayısı .94 elde edilmiştir. Bu değer, ölçeğin aile alt boyutunda .91, arkadaş alt boyutunda .91 ve özel insan alt boyutunda ise .92 olarak elde edilmiştir.

Beck Umutsuzluk Ölçeği

Beck, Weissman, Lester ve Trexler (1974) tarafından geliştirilen bu ölçek bireyin geleceğe yönelik umutsuzluk derecesini belirlemeyi amaçlayan 20 maddeden oluşmaktadır. Her maddeye doğru-yanlış şeklinde cevap verilmekte ve 2. 4, 7, 9, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20 numaralı maddeler "evet" yanıtında, diğer maddeler ise "hayır" yanıtında 1 puan almaktadır. Ölçek 0-20 aralığında puanlanmaktadır. Ölçek "Gelecek ile ilgili duygular", "Gelecek ile ilgili beklentiler" ve "Motivasyon kaybı" olmak üzere üç faktörlü bir yapıya sahiptir. Alt ölçekleri oluşturan maddelerin puanlarının toplanması ile alt ölçek puanı, her alt ölçeğin puanının toplanması ile de ölçek toplam puanı

elde edilir. Ölçek puanının artması umutsuzluk düzeyinin artmasına işaret etmektedir. Türkiye'de ölçeğe yönelik ilk çalışma Seber (1991) tarafından gerçekleştirilmiş ve ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .86 olarak rapor edilmiştir. Bu çalışmada ise Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .74 elde edilmiştir.

Verilerin analizi

Bu araştırmada, öncelikle, yaşlıların internet kullanım özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler incelenmiştir. Bunun yanı sıra, yaşlı bireylerde internet kullanım özellikleri ile yaşam doyumu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkileri değerlendirmek için değişkenler arası Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Son olarak, internet kullanım özelliklerinin (kullanım yılı, haftalık kullanım süresi, paylaşımda bulunduğu kişi sayısı ve internet üzerinden düzenli iletişim kurduğu kişi sayısı) yaşam doyumu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyini yordayıp yordamadığını incelemek için ise hiyerarşik regresyon analizinden yararlanılmıştır.

3. BULGULAR

İnternet kullanım özelliklerine ilişkin betimsel bulgular

Katılımcıların internet kullanımına dair özellikler olarak belirlenen toplam internet kullanım yılı, haftalık internet kullanım süreleri, internet üzerinden paylaşımda bulunduğu toplam kişi sayıları ve internet üzerinden düzenli görüştüğü toplam kişi sayılarına ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri Tablo 1'de yer almaktadır. Buna göre, katılımcılar ortalama 10.9 yıldır internet kullanmakta ve haftada ortalama 14.54 saatlerini internette geçirmektedir. Ayrıca, yaşlılar ortalama 117.88 kişi ile internet üzerinden paylaşımda bulunmakta ve bunların ortalama 18.38'i ile internet üzerinden düzenli olarak görüşmektedir.

Tablo 1. İnternet kullanım özelliklerine ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri

Değişkenler	n	Ort.	Ss	Minimum değer	Maksimum değer
Toplam kullanım yılı	188	10.09	6.50	1	25
Haftalık internet kullanımı	188	14.52	11.24	1	52
Paylaşımda bulunduğu kişi sayısı	188	117.88	156.29	0	900
İnternet üzerinden düzenli görüşülen kişi sayısı	188	18.38	23.93	0	120

Katılımcıların internet kullanım özelliklerini belirlemek amacıyla, en sık kullandıkları sosyal paylaşım sitesine dair özellikler (Tablo 2) ile internet kullanım amaçları ve bu amaçlara yönelik internette geçirdikleri süreler de (Tablo 3) incelenmiştir. Buna göre, katılımcıların % 93.6'sı (n=176) sosyal medya

kullanıcısıdır. Katılımcıların en çok tercih ettikleri sosyal medya platformunun Whatsapp (n=81, % 43.1) olduğu görülmüştür. Daha sonra sırasıyla Facebook (N=73, % 38.8), Instagram (n=13, % 13), Youtube (n=8, % 4.3) ve Twitter (n=2, % 1.1) gelmektedir (Tablo 2).

Tablo 2. En sık kullanılan sosyal paylaşım sitelerine dair özellikler

Sosyal Paylaşım Siteleri	n	%
Whatsapp	81	43.1
Facebook	73	38.8
Instagram	13	13
Youtube	8	4.3
Twitter	2	1.1

Katılımcılar interneti kullanım amaçları açısından sıralandığında ise en çok kullanım haftada 3.89 saat ile sosyal paylaşım sitesi kullanımı olduğu görülmektedir (Tablo 3). Sonraki sıralarda ise oyun oynamak (3.43 saat), bilgi edinmek (2.57 saat), haber sitelerini takip etmek (2.28 saat), internet üzerinden mesajlaşma uygulamalarını kullanmak (2.16 saat), görüntülü sohbet (1.57 saat), e-posta göndermek / almak (1.36 saat), dizi/film izlemek (1.01 saat), internet bankacılığı kullanımı (0.62 saat), e-devlet uygulamalarından yararlanmak (0.48 saat), alışveriş yapmak (0.40 saat) ve e-sağlık uygulamalarından yararlanmak (0.36 saat) yer almaktadır.

Tablo 3. İnternet kullanım amacı ve bu amaca yönelik ne kadar süreyle bağlandıklarına dair özellikler

Değişkenler	n	Hiç (%)	Kullanım (%)	Haftalık Kullanım (saat)
Sosyal Paylaşım Sitesi	188	13.8	86.2	3.89
Oyun	188	66.6	33.4	3.43
Bilgi Edinmek	188	27.7	72.3	2.57
Haber Siteleri	188	33.5	66.5	2.28
Mesajlaşma	188	26.1	73.9	2.16
Görüntülü Sohbet	188	46.8	53.2	1.57
E-posta	188	43.1	56.9	1.36
Dizi/Film İzlemek	188	79.3	20.7	1.01
Bankacılık	188	79.8	20.2	0.62
E-devlet	188	78.2	21.8	0.48
Alışveriş	188	88.8	11.2	0.40
E-sağlık	188	80.3	19.7	0.36

Değişkenler arasındaki korelasyonlara ilişkin bulgular

Çalışmanın değişkenlerinden olan internet kullanım özellikleri ile yaşam doyumu, algılanan sosyal destek (arkadaş, aile ve özel kişi desteği) ve umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi bulgularına yönelik detaylı bilgi Tablo 4'te verilmiştir.

Elde edilen bulgular, yaşlı bireylerde yaşam doyumu ile internet kullanım yılının ($r=.16$, $p<.05$), haftalık kullanım süresinin ($r=.20$, $p<.01$), paylaşımında bulunan kişi sayısının ($r=.19$, $p<.05$) ve düzenli olarak görüşülen kişi sayısının ($r=.29$, $p<.01$) anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu göstermektedir. Diğer yandan, internet kullanım özelliklerinden sadece kullanım yılı algılanan sosyal destekle anlamlı ilişki göstermektedir ($r=.26$, $p<.01$). Son olarak, umutsuzluk düzeyinin ise internet kullanım özelliklerinden paylaşımında bulunan kişi sayısı ($r=-.16$, $p<.05$) ve

düzenli olarak görüşülen kişi sayısı ($r=.18$, $p<.05$) ile negatif yönde ilişkili olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Yaşam doyumunu yordayan faktörler

İnternet kullanım özellikleri ile yaşam doyumu arasında elde edilen anlamlı korelasyonlar temelinde, internet kullanım özelliklerinin yaşam doyumunu yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Buna göre, yaşlı bireylerde yaşam doyumunu yordayan faktörleri incelemek için, öncelikle kontrol değişkenleri olarak, demografik değişkenler tek tek denkleme dâhil edilmiş daha sonraki basamakta anlamlı bulunanlar bir arada denkleme girmiştir. Bir sonraki aşamada, katılımcıların internet kullanımına dair özellikler denkleme dâhil edilmiştir (Tablo 5). Buna göre, kontrol değişkenleri olarak denkleme dâhil edilen demografik özelliklerden aylık gelir düzeyi [$R^2=.15$, ($\beta=.39$, $t(188)=5.84$, $p<.001$, $pr=.39$)] ile eğitim düzeyinin [$R^2=.06$, ($\beta=.25$, $t(188)=3.52$, $p<.001$, $pr=.25$)] yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığı gözlenmiştir.

Tablo 4. Araştırma değişkenleri arasındaki korelasyon analiz sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1									
2	.32**	1								
3	.27**	.32**	1							
4	.25**	.29**	.49**	1						
5	.16*	.20**	.19*	.29**	1					
6	.26**	.12	.02	.08	.27**	1				
7	.26**	.19**	.02	.07	.31**	.95**	1			
8	.22**	.09	.06	.10	.19**	.86**	.62**	1		
9	.21**	.02	.04	.05	.27**	.88**	.75**	.65**	1	
10	-.05	-.10	-.16*	-.18*	-.40**	-.18**	-.19**	-.18*	-.09	1

*p<.05, **p<.01

1=Toplam İnternet Kullanım Yılı, 2=Haftalık Kullanım Saati, 3=Toplam Paylaşımında Bulunulan Kişi Sayısı, 4=Düzenli Olarak Görüşülen Kişi Sayısı, 5=Yaşam Doyumu, 6=Algılanan Sosyal Destek, 7=Özel Kişi, 8=Arkadaş, 9=Aile, 10=Umutsuzluk

Tablo 5. Yaşam doyumunun yordayıcıları

Yordanan değişken: Yaşam doyumu	F	Sd	t	R ²	β	pr
1. Basamak: Kontrol değişkenleri						
1. Aylık Gelir	34.11***	.417	3.84***	.15	.39	.39
2. Eğitim Düzeyi	12.39**	.282	3.52**	.06	.25	.25
2. Basamak: Yordayıcı değişkenler						
1. K.Y.K.	5.03*	.038	2.23*	.02	.16	.16
2. H. T. K.	7.76**	.381	2.78**	.04	.20	.20
3.T. P. B. K. S.	6.61*	.003	2.57*	.03	.18	.18
4. İ.Ü.D. İ. K.K.S.	16.50***	.017	4.06***	.08	.28	.28

*p<.05, **p<.01, ***p<.001;

K.Y.K.: Kaç yıllık kullanıcı, H.T.K.: Haftalık toplam kullanım, T.P.B.K.S.: Toplam paylaşımında bulunduğu kişi sayısı, İ.Ü.D.İ.K.K.S.: İnternet üzerinden düzenli iletişim kurduğu kişi sayısı

Katılımcıların internet kullanımına dair özellikler bağlamında; interneti toplam kullanım yılının [R²=02, (β=.16, t(188)=2.23, p<.05, pr=.16)], haftalık internet kullanım süresinin [R²=04, (β=.20, t(188)=2.78, p<.01, pr=.20)], sosyal paylaşım sitelerinde paylaşımında bulunulan kişi sayısının [R²=03, (β=.18, t(188)=2.57, p<.05, pr=.18)] ve internet üzerinden düzenli olarak görüşülen arkadaş sayısının [R²=08, (β=.28, t(188)=4.06, p<.001, pr=.28)] yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığı gözlenmiştir. Diğer bir deyişle, interneti kullanım yılı, haftalık kullanım süresi ve internette paylaşımında bulunulan ve düzenli görüşülen kişi sayısı arttıkça yaşam doyumu da artmaktadır.

Algılanan sosyal desteği yordayan faktörler

İnternet kullanım özelliklerinden, algılanan sosyal destek ile arasında anlamlı korelasyon elde edilen

internet kullanım yılının, algılanan sosyal desteği anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır (Tablo 6). İlk basamakta, katılımcıların demografik özellikleri kontrol değişkenleri olarak denkleme dâhil edilmiştir. Buna göre, aylık gelir [(R²=05, β=.23, t(188)=3.15, p<.01, pr=.23)] ile eğitim düzeyi [R²=13, (β=.36, t(188)=5.34, p<.001, pr=.36)] algılanan sosyal desteği pozitif yönde yordamaktadır.

Diğer yandan, ikinci basamakta denkleme eklenen katılımcıların internet kullanım özelliklerinden, internet toplam kullanım yılının da algılanan sosyal desteği pozitif yönde yordadığı gözlenmiştir [R²=06, (β=.26, t(188)=53.68, p<.001, pr=.26)]. Buna göre, yaşlı bireylerde interneti toplam kullanım yılı arttıkça algılanan sosyal destek de artmaktadır.

Tablo 6. Algılanan sosyal desteğin yordayıcıları

Yordanan değişken: Algılanan sosyal destek	F	Sd	t	β	R ²	pr
1. Basamak: Kontrol değişkenleri						
1. Aylık Gelir	11.22**	1.37	3.15**	.23	05	.23
2. Eğitim Düzeyi	28.51***	.84	5.34***	.36	13	.36
2. Basamak: Yordayıcı değişken						
1. K.Y.K.	13.56***	.20	3.68***	.26	06	.26

*p <.05, **p <.01, *** p <.001;

K.Y.K.: Kaç yıllık kullanıcı

Umutsuzluk düzeyini yordayan faktörler

İnternet kullanımına dair özelliklerin umutsuzluk düzeyini yordayıp yordamadığını değerlendirmek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Tablo 4'te görüldüğü gibi, korelasyon analizi

sonucunda, internet kullanım özelliklerinden sadece toplam paylaşımda bulunulan kişi sayısı ve düzenli iletişim kurulan kişi sayısı umutsuzluk düzeyi ile anlamlı ilişkilere sahiptir. Bu nedenle, hiyerarşik regresyon analizinde kontrol değişkenlerinin yanı sıra, bu iki değişken denkleme dâhil edilmiştir (Tablo 7).

Tablo 7. Umutsuzluk düzeyinin yordayıcıları

Yordanan değişken: Umutsuzluk	F	Sd	t	β	R ²	pr
1. Basamak: Kontrol değişkenleri						
1. Aylık Gelir	8.03**	.30	-2.83**	-.20	04	-.20
2. Eğitim Düzeyi	10.42**	.19	-3.72**	-.23	05	-.23
2. Basamak: Yordayıcı değişkenler						
1.T. P. B. K. S.	4.67*	.002	-2.16*	-.15	02	-.15
2. İ.Ü.D. İ. K.K.S.	6.31*	.01	-2.51*	-.18	03	-.18

*p <.05, **p <.01;

T.P.B.K.S.=Toplam paylaşımda bulunduğu kişi sayısı, İ.Ü.D.İ.K.K.S.=İnternet üzerinden düzenli iletişim kurduğu kişi sayısı

Elde edilen bulgulara göre, katılımcıların demografik özelliklerinden aylık gelir düzeyi [$R^2=04$, ($\beta=-.20$, $t(188)=-2.83$, $p<.01$, $pr=-.20$)] ile eğitim düzeyi [$R^2=05$, ($\beta=-.23$, $t(188)=-3.72$, $p<.01$, $pr=-.23$)] umutsuzluk düzeylerini negatif yönde yordamaktadır. Buna göre aylık gelir ve eğitim düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir. Diğer yandan, katılımcıların internet kullanım özelliklerinden paylaşımda bulunulan kişi sayısı [$R^2=02$, ($\beta=-.15$, $t(188)=-2.16$, $p<.05$, $pr=-.15$)] ile internet üzerinden düzenli iletişim kurulan kişi sayısı [$R^2=03$, ($\beta=-.18$, $t(188)=-2.51$, $p<.05$, $pr=-.218$)] umutsuzluk düzeyini negatif yönde yordamaktadır. Buna göre, yaşlı bireylerde internet üzerinden toplam paylaşımda bulunulan kişi sayısı ve düzenli iletişim kurulan kişi sayısı arttıkça umutsuzluk düzeyleri düşmektedir.

4. TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı yaşlı bireylerde internet kullanımına dair özelliklerin belirlenmesi ve bu özelliklerle yaşam doyumu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Bu bölümde, araştırmanın amacına yönelik gerçekleştirilen analizlerden elde edilen bulgular ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmaktadır.

Yaşlıların internet kullanımına ilişkin çalışmalar incelendiğinde, yaşlıların toplam internet kullanım yıllarının büyük çoğunluğunun 5 yıldan az olduğu ifade edilmektedir (Abacı ve ark. 2012; Loipha, 2014; McMellon ve Schiffman, 2002). Bu çalışmada ise yaşlıların internet kullanım yılı ortalama 10.99'dur. İnternet kullanım süresi açısından çalışmalar arasında oluşan bu farkın, araştırmaların yapıldığı yıl farkı göz önüne alındığında tutarlı olduğu söylenebilir. White ve arkadaşlarının (2002), gerçekleştirdiği çalışmada yaşlılar interneti haftada bir kullandıklarını ifade etmişlerdir. Loipha (2014), yaşlıların haftalık internet kullanım sürelerinin ortalama 3.5 saat olduğunu ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra, Iyer ve Eastman (2006) ise haftada ortalama 9 saat kullanım gözlemlemiştir. Bu çalışmada ise haftalık ortalama kullanım süresinin 14.54 saat olduğu görülmüştür. Çalışmadaki bu bulgu temelinde, yaşlılarda internet kullanımının her geçen yıl daha da arttığı söylenebilir.

Yaşlılar sosyal medya platformu kullanım tercihleri açısından incelendiğinde ise, araştırmalar en çok Facebook'un tercih edildiğini göstermektedir (Becerikli, 2013; Tekedere & Arpacı, 2016; Zickuhr & Madden, 2012). Bu çalışmada ise en çok kullanılan sosyal medya platformları Whatsapp, Facebook, Instagram, Youtube ve Twitter olarak sıralanmıştır.

Whatsapp uygulaması temelde internet üzerinden mesajlaşma sağlayan bir uygulamadır. Bu uygulamanın en çok tercih edilen platform olmasının nedeninin cep telefonu kullanımının internet kullanımından önceye dayanması dolayısıyla, yaşlılarda mesajlaşma pratiğinin varlığı, uygulamanın son yıllarda gelen güncellemelerle diğer uygulamalara göre kullanımın çok daha kolay olması, sesli ve görüntülü iletişim imkânı sunması gibi özellikler olduğu düşünülmektedir. Bunun yanında, Whatsapp'ın kullanıcıların aile, arkadaş, ilgi alanları ya da ortak geçmiş temelinde gruplar kurabildiği bir platform olmasının da yaşlılar tarafından tercih edilebilirliğini arttırdığı düşünülmektedir. Ayrıca, bu araştırmanın bulguları, yaşlı bireylerin interneti daha çok sosyal medya kullanımı, oyun oynama, bilgi edinme, haber sitelerini ziyaret etme, mesajlaşma, görüntülü sohbet ve e-posta gönderme/alma gibi amaçlarla kullandıklarını göstermektedir. Benzer şekilde, bu amaçlar farklı araştırmalarda da, internet kullanımının amaçları olarak öne çıkmaktadır (Abacı ve ark., 2012; Becerikli, 2013; Ekici ve Gümüş, 2016).

Alanyazında, internet kullanımına dair farklı özellikler ile yaşam doyumu ilişkisini ele alan ve bu özelliklerin pozitif yönde ilişkili olduğunu gösteren araştırmalar bulunmaktadır (Örn., Dorin, 2007; Karavidas ve ark., 2005; White ve ark., 2002). Diğer yandan, Stepanikova ve arkadaşları (2010) internette harcanan zamanın yaşam doyumunu negatif yönde yordadığına işaret etmektedir. Bu araştırmada ise interneti toplam kullanım yılı, haftalık kullanım süresi ve internet üzerinden paylaşımda bulunulan kişi sayısı ve internet üzerinden düzenli olarak görüşülen kişi sayısının yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığı gözlemlenmiştir. Diğer yandan, bu özellikler arasında internet üzerinden düzenli olarak görüşülen kişi sayısının yaşam doyumunu daha güçlü bir biçimde yordadığı söylenebilir. Bu bulgu, Stepanikova ve arkadaşlarının (2010) bulgusuyla çelişki göstermekle birlikte, önceki araştırmalarla tutarlılık göstermektedir (Dorin, 2007; Karavidas ve ark., 2005; White ve ark., 2002).

İnternet ya da bilgisayar kullanımını konu alan pek çok araştırma, algılanan sosyal destek ile internet ve bilgisayar kullanımına bağlı çeşitli özelliklerin pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Wagner ve ark., 2010). Buna ek olarak, Blit-Cohen ve Litwin (2004) çalışmalarında, insanların evde bulunan bilgisayarları diğer insanlara ulaşmak için bir araç olarak algıladığını ve bunun onların sosyal ağlarını desteklediğini gözlemlemişlerdir. Bu çalışmada ise aileden, arkadaştan ve özel kişiden algılanan sosyal desteğin en önemli yordayıcısının internetin toplam kullanım yılı olduğu gözlenmiştir. Başka bir deyişle, insanların internetle tanışıklığı ne kadar eskiye dayanıyorsa algıladıkları sosyal destek düzeyi de o oranda artmaktadır. Bu bulgu internetin sunduğu, diğer insanlarla iletişim imkânının sosyal destek açısından katkı sağladığı biçiminde de yorumlanabilir. Erickson ve Johnson'ın (2011) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada bunu destekler niteliktedir. Sözü edilen çalışmaya göre interneti iletişim amaçlı kullananlar, eğlence amaçlı kullananlara kıyasla sosyal desteği daha fazla hissettiklerini ifade etmişlerdir.

Alanyazında internet kullanımı ve umutsuzluk ilişkisine dair çalışmalara rastlanmasa da umutsuzluğun doğrudan ilişkili olduğu depresyon ve yalnızlık gibi olgularla internet kullanımına dair özelliklerin ilişkisini ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi, 2003; Şar ve ark., 2012; Blazun ve ark., 2012). Cotten ve arkadaşlarının (2014) çalışmaları internet kullanımı ve depresyon arasında negatif ilişkinin varlığını ortaya koymuştur. Bu çalışmada ise internet kullanımına dair toplam paylaşımda bulunulan kişi sayısı ve internet üzerinden düzenli görüşülen kişi sayısının umutsuzluk düzeyi ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulgular internetin sunduğu iletişim imkânı açısından daha fazla insanla paylaşımda bulunmayı sağladığı ve kişilerin sosyal yönden izole olmasını engellediği, dolayısıyla kişilerin umutsuzluk düzeylerini düşürdüğü şeklinde yorumlanabilir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmaya dair dikkat çeken bulgu internet kullanımına ilişkin tüm değişkenlerin farklı düzeylerde olsa da yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişkili olmasıdır. Özellikle, internet üzerinden düzenli olarak görüşülen kişi sayısının yaşam doyumunu ile ilişkisinin çok daha güçlü olduğu gözlenmiştir. Buna ek olarak, umutsuzluk da internet üzerinden düzenli olarak görüşülen kişi sayısı ve toplam paylaşımda bulunulan kişi sayısı ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Bu bulgular interneti toplam kullanım yılı, paylaşımda bulunulan kişi sayısı, haftalık kullanım saati ve internet üzerinden düzenli olarak (her gün, iki günde bir, haftada bir gibi) görüşülen kişilerin varlığı ve sayısındaki artışın yaşam doyumunu yükselttiğini ve kişilerin umutsuzluk düzeylerini düşürdüğünü göstermektedir. Diğer bir önemli sonuç ise algılanan sosyal desteğin kullanım yılı ile pozitif yönde ilişkili olmasıdır. Günümüzde internet kullanan kişilerin gelecekte de kullanıma devam edeceği ve her geçen yıl internet kullanıcılarının arttığı göz önüne alındığında, zaman içinde internetin yaşlılar açısından sosyal destek için bir araç olabileceği düşünülebilir.

Özet olarak, araştırma bulgularına göre, internet kullanımının yaşam doyumu, algılanan sosyal destek ve umutsuzluk olguları üzerinde olumlu bir etkisi vardır. Bu kavramların yaşlıların gündelik hayatına ve ruh sağlığı alanına yaptığı katkılar düşünüldüğünde, internete ulaşım ve kullanım konusunda desteklenmelerinin fayda sağlayacağı söylenebilir. Bu amaçla eğitimler düzenlenerek yaşlı insanların internet kullanım pratikleri geliştirilebilir. İnternet kullanımına dair en önemli etkinin düzenli olarak görüşülen kişilerin varlığı ve sayısındaki artış olduğu düşünüldüğünde, yaşlıların sosyal paylaşım siteleri üzerinden ilgi alanlarına, ortak geçmişe ya da akraba ilişkilerine göre gruplara üye olmaları teşvik edilebilir ve bu konuda da halk eğitim merkezleri kanalıyla eğitimler verilebilir. Bunun yanında, yaşlıların gündelik hayatlarını kolaylaştıracağı düşünülen e-devlet, e-sağlık ve bankacılık işlemleri (fatura ödeme, para transferi) gibi uygulamaları pek kullanmadıkları söylenebilir. Bu gibi uygulamaların kullanımı basitleştirilip verilecek eğitim içeriklerine dâhil edilebilir. Bütün bunların yanında, gerçekleştirilecek

eğitim içeriklerini oluştururken, yaşlıların internet bağımlılığı ya da problemli internet kullanımı gibi risklerden korunması amacıyla bilinçlendirmeye yönelik öğelerin eklenmesi yararlı olabilir.

Bu araştırma bazı sınırlılıklar da içermektedir. Öncelikle, bu araştırmaya dair örneklemin İstanbul ili ile sınırlı kalması araştırmanın sınırlılıklarından biridir. Ayrıca uygulamanın yaşlı kişilerle olması hem beklenenin üzerinde veri kaybına yol açmış, hem de örneklemin homojen dağılmasını zorlaştırmıştır. Bu durum da demografik değişkenlere ilişkin güvenilir analizler için engel teşkil etmiştir. Bununla birlikte araştırmanın korelasyonel desenli bir araştırma olması, değişkenler arasında neden-sonuç ilişkisinin öngörülmesine ilişkin bir sınırlılık olarak ele alınabilir. Bu açıdan, gelecek Türkiye geneline yayılan örneklerle yürütülen araştırmaların, bu araştırmadan elde edilen bulguların tutarlılığını ve güvenilirliğini arttıracacağı düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazarlar tarafından herhangi bir çıkar çatışması beyan edilmemiştir / No conflict of interest was declared by the authors.

KAYNAKÇA

- Abacı, R., Kazaz, N., & Başa, B. (2013). The internet addiction of Kosovo and Turkey elderly people. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 103, 1104-1117.
- Amichai-Hamburger, Y., & Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and internet use. *Computers in human behavior*, 19(1), 71-80.
- Aquino, J. A., Russell, D. W., Cutrona, C. E., & Altmaier, E. M. (1996). Employment status, social support, and life satisfaction among the elderly. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 480-489.
- Arslantaş, H., Adana, F., Kaya, F., & Turan, D. (2010). Yatan hastalarda umutsuzluk ve sosyal destek düzeyi ve bunları etkileyen faktörler. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 18(2), 87-97.
- Becerikli, S. Y. (2013). Kuşaklararası iletişim açısından yeni iletişim teknolojilerinin kullanımı: ileri yaş grubu üzerine bir değerlendirme. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi/İstanbul University Faculty of Communication Journal*, 44, 19-31.
- Beck, A. T. (1963). Thinking and depression: I. idiosyncratic content and cognitive distortions. *Archives of general psychiatry*, 9(4), 324-333.
- Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6), 861-874.
- Blit-Cohen, E., & Litwin, H. (2004). Elder participation in cyberspace: A qualitative analysis of Israeli retirees. *Journal of Aging Studies*, 18(4), 385-398.
- Cotten, S. R., Ford, G., Ford, S., & Hale, T. M. (2014). Internet use and depression among retired older adults in The United States: A longitudinal analysis. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(5), 763-771.
- Daniel, S. S., & Goldston, D. B. (2012). Hopelessness and lack of connectedness to others as risk factors for suicidal behavior across the lifespan: Implications for cognitive-behavioral treatment. *Cognitive and Behavioral Practice*, 19(2), 288-300.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Dorin, M. (2007). Online education of older adults and its relation to life satisfaction. *Educational Gerontology*, 33(2), 127-143.
- Eker, D., & Arkar, H. (1995). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 45-55.
- Ekici, S. K., & Gümüş, Ö. (2016). Yaşlılıkta teknolojinin kullanımı. *Ege Tıp Dergisi*, 55.
- Erickson, J., & Johnson, G. M. (2011). Internet use and psychological wellness during late adulthood. *Canadian Journal on Aging/la Revue canadienne du vieillissement*, 30(2), 197-209.
- Erkan Ö. (2015). *İstanbul ili sınırlarında hizmet veren özel huzurevlerinde kalan yaşlılarda depresyon, anksiyete, somatizasyon, yaşam kalitesi ve algılanan sosyal destek düzeyinin huzurevinde kalmayan bir grup yaşlı ile karşılaştırılması* (yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, İzmir.
- Erkuş, A. (2017). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci* (4. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- House, J. S., Umberson, D., & Landis, K. R. (1988). Structures and processes of social support. *Annual Review of Sociology*, 14(1), 293-318.
- Iyer, R., & Eastman, J. K. (2006). The elderly and their attitudes toward the internet: The impact on internet use, purchase and comparison shopping. *Journal of Marketing Theory and Practice*, 14(1), 57-67.
- Kahraman, S., Zincir, H., Erten, Z. K., & Özkan, F. (2011). Bir huzurevinde yaşlı kadın ve erkeğin ayrı yaşamasının onların yalnızlık ve yaşam doyumuna etkisi. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 14-15.
- Kalınkara, V., & Sarı, İ. (2019). Yaşlılarda sosyal ağ kullanımı ve yalnızlık ilişkisinin belirlenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi (YSAD)*, 12(1), 8-19.
- Kapıkıran, Ş. (2016). Yaşlılarda yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişki: Sosyal desteğin aracılık rolünün sınanması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi (YSAD)*, 9(1), 13-25.
- Karavidas, M., Lim, N. K., & Katsikas, S. L. (2005). The effects of computers on older adult users. *Computers in Human Behavior*, 21(5), 697-711.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması* (yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Lee, H. S., & Kim, C. (2016). Structural equation modeling to assess discrimination, stress, social support, and depression among the elderly women in South Korea. *Asian nursing research*, 10(3), 182-188.
- Liu, L. J., & Guo, Q. (2008). Life satisfaction in a sample of empty-nest elderly: A survey in the rural area of a mountainous county in China. *Quality of Life Research*, 17(6), 823-830.

- Loipha, S. (2014). Thai elderly behavior of internet use. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 147, 104-110.
- Markides, K. S., & Martin, H. W. (1979). A causal model of life satisfaction among the elderly. *Journal of Gerontology*, 34(1), 86-93.
- McMellon, C. A., & Schiffman, L. G. (2002). Cybersenior empowerment: How some older individuals are taking control of their lives. *Journal of Applied Gerontology*, 21(2), 157-175.
- Mellor, D., Firth, L., & Moore, K. (2008). Can the internet improve the well-being of the elderly?. *Ageing international*, 32(1), 25-42.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Öner, F. S. (2014). *Huzurevinde kalan yaşlı bireylerde yaşam doyumunu etkileyen faktörler* (yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Pınar, Ş. E., & Demirel, G. (2016). Huzurevinde yaşayan orta yaş ve yaşlı bireylerde günlük yaşam aktiviteleri, öz-bakım gücü ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(1), 39-52.
- Şar, A. H., Göktürk, G. Y., Tura, G., & Kazaz, N. (2012). Is the internet use an effective method to cope with elderly loneliness and decrease loneliness symptom?. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 55, 1053-1059.
- Seber, G. (1991). *Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Geçerliliği ve Güvenirliği Üzerine Bir Çalışma*. Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı Doçentlik Tezi, Eskişehir
- Stepanikova, I., Nie, N. H., & He, X. (2010). Time on the internet at home, loneliness, and life satisfaction: Evidence from panel time-diary data. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 329-338.
- Sullivan, M. D. (2003). Hope and hopelessness at the end of life. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 11(4), 393-405.
- Tekedere, H., & Arpacı, F. (2016). Orta yaş ve yaşlı bireylerin internet ve sosyal medyaya yönelik görüşleri. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 20(2), 377-392.
- TÜİK (2016). Bilgi toplumu istatistikleri 2004-2016. *TÜİK Haber Bülteni*. 17 Temmuz 2017 tarihinde http://www.tuik.gov.tr/PrelstatistikTablo.do?istab_id=1615 adresinden erişildi.
- TÜİK. (2015). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması, 2015. *TÜİK Haber Bülteni*. 17 Temmuz 2017 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/VeriBilgi.do?id=> adresinden erişildi.
- TÜİK. (2018). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması, 2015. *TÜİK Haber Bülteni*. 17 Temmuz 2017 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/VeriBilgi.do?id=> adresinden erişildi.
- Turan, E. (2008). Özel gruplarda intihar: Yaşlı intiharları. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 1(3), 34-39.
- Ünalın, D., Gocer, S., Basturk, M., Baydur, H., & Ozturk, A. (2015). Coincidence of low social support and high depressive score on quality of life in elderly. *European Geriatric Medicine*, 6(4), 319-324.
- Wagner, N., Hassanein, K., & Head, M. (2010). Computer use by older adults: A multidisciplinary review. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 870-882.
- White, H., McConnell, E., Clipp, E., Branch, L. G., Sloane, R., Pieper, C., & Box, T. L. (2002). A randomized controlled trial of the psychosocial impact of providing internet training and access to older adults. *Ageing & Mental Health*, 6(3), 213-221.
- Yılmaz, Ç., & Sayıl, I. (1996). Değişik ortamlarda yaşayan yaşlılarda psikiyatrik semptomatoloji ve yaşam doyumu. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 49(4), 205-209.
- Zickuhr, K., & Madden, M. (2012). Older adults and internet use. *Pew Internet & American Life Project*, 6.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.