

# Yaşlılarda Üretken Olmanın Umutsuzluk Düzeyine Etkisi (\*)

## *The Effect of Productivity in Senior Individuals on Hopelessness Level*

Nesrin İlhan\*\*, Mücella Soydan\*\*, Makbule Batmaz, Kürşat Özdiilli, Havva Gürak, Gülsüm Yıldız

İletişim / Correspondence: Nesrin İlhan, Adres / Address: Haliç Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu

### ÖZ

Araştırma yaşlılarda üretken olmanın umutsuzluk düzeyine etkisinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirildi.

Araştırmanın evrenini; İstanbul İli İç İşleri Bakanlığı Darülaceze Müessesinde kalan yaşlılar, örnekleme ise, üretkenliğe yönelik aktivitelere katılmayı kabul eden rehabilitasyon ünitesine gelmeyen, el becerileri yapmasını engelleyen bir durumu olmayan, 65 yaş ve üzeri 41 yaşlı birey oluşturdu. Araştırma 10 Mart- 13 Mayıs 2004 tarihleri arasında kurumdan izin alınarak yapıldı. Veriler, anket formu ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılarak toplandı. Beck Umutsuzluk Ölçeği bireylere, üretkenliğe yönelik becerileri uygulamadan önce ve 8 haftalık uygulamanın sonrasında uygulandı. Veriler bilgisayar ortamında; yüzdelik, Mann Whitney U testi ve korelasyon analizi kullanılarak değerlendirildi.

Yaşlı bireylerin, üretkenlik programı öncesi umutsuzluk ölçeği puan ortalaması ( $7,88 \pm 5,11$ ), üretkenlik programı sonrasında ( $6,83 \pm 4,07$ ) göre daha yüksek olmakla birlikte istatistiksel açıdan anlamlı bulunmadı ( $p > 0,05$ ). Yaşlılarda üretken olmanın umutsuzluk düzeylerine etkisinin; kadınlarda, kronik hastalığı olmayanlarda, bedensel engeli olanlarda ve yakın desteği olmayanlarda daha fazla olduğu saptandı.

İstatistiksel açıdan anlamlı olmamasına karşın, yaşlılarda üretken olmanın umutsuzluk düzeylerini azalttığı ortaya çıktı.

**Anahtar Kelimeler:** Yaşlılık, Üretkenlik, Umutsuzluk

### ABSTRACT

The study has been realized to determine the effect of productivity in senior individuals on hopelessness level.

The environment of the study has been consisted of the senior citizens accommodating at Darülaceze Foundation of Internal Affairs at country of Istanbul and the study group of the senior individuals of 41 volunteers who agreed to attend the activities of productivity, does not come to rehabilitation unite, doesn't have any condition to prevent her/him to conduct handcraft and are over the age of 65. The study was realized between March, 10 and May, 13 2004 with the approval of the Foundation. Data were collected by usage of questionnaire and Beck Hopelessness Scale. Beck Hopelessness Scale was applied to the individuals before and after the 8 weeks period of handcraft applications. Data were evaluated at computer by using percentage, Mann Whitney U test and correlation analysis.

Although the average score of hopelessness scale prior to productivity period ( $7,88 \pm 5,11$ ) of the senior individuals are higher than the average compared to the post productivity period ( $6,83 \pm 4,07$ ), they were not considered statistically significant ( $p > 0,05$ ). The effect of productivity on hopelessness levels on senior individuals is higher at women, disabled and people who doesn't have a chronic disease and a supporting relative.

Although it is not considered statistically significant, it has been revealed that productivity at older ages is reducing the hopelessness levels.

**Key Words:** Senior citizens, Older ages, Productivity, Hopelessness

\* 7. Ulusal Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur. İstanbul, 2-4 Aralık 2004.

\*\* Öğretim Görevlisi. Haliç Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu.

## GİRİŞ

Yaşlılık normal fizyolojik bir süreçtir ve bu süreçte bireylerin fiziksel ve ruhsal güçlerinde geri gelmeyecek şekilde kayıplar oluşmaktadır. Yaşlı birey yeterli, etkin, güçlü biri olarak yaşamını devam ettirmekte zorlanmakta, sahip olduğu etkin rolleri kaybedip edilgen pozisyonda yer almaktadır. Yaşlanma ile üretkenlik işlevi azalan ya da yok olan yaşlı birey, işe yaramazlık ve değersizlik duyguları ile yalnızlık duygusuna kapılmakta, ruh sağlığı olumsuz yönde etkilenmektedir. Yapılan araştırmalar, sağlık ve bakım kurumlarında yaşayan yaşlıların çoğunluğunda, depresif duyguların olduğunu ve bunun bir risk grubu oluşturduğunu göstermektedir. Aynı zamanda umutsuzluk da, yaşlı bireylerde sıklıkla karşılaşılan bir duygudur (Emiroğlu 1992, Onur 1991, Öz 1992).

Umut, kişinin geleceğe inanmasını sağlarken, umutsuzlukta gelecekte ne olacağı görüşü, imajı ve geleceği görebilme düşüncesi kaybolmuştur. Bireyin umutlu olmasını, otonomi, özsaygı, bağımsızlık, güçlülük ve bütünlüğüne olan tehditler gibi içsel faktörlerin yanısıra, çevresinde onu destekleyecek bireylerin varlığı ve bunların birey tarafından algılanması gibi dışsal faktörler de etkilemektedir. Yaşam süresi insanın umut ve umutsuzluk durumuna göre değişir. Yaşlılık döneminde umut çeşitli şekillerde gözlemlenir. Umutlu kişiler, hayatta kalmak, hastalıkların tedavisi, daha rahat ve konforlu yaşamak için çaba sarf ederlerken, umutsuz kişilerde durum bunun tam tersidir (Velioğlu ve ark. 1993, Sullivan 2003).

Yaşlılık döneminde bireyler, kendilerine özgü sorunlara karşın, ulaştıkları olgunluk, birikim, ve doyum düzeyi ölçüsünde yaşama bağlanma şansına sahiptirler. Bunun için de yaşlıların, yaşama ve kendilerine gereken ilgiyi ve özeni göstermeleri gerekmektedir. Bunun için bakım kurumlarının yaşlılara verdiği edilgen destek yeterli değildir ve yaşlıları edilgen bırakmayacak önlemlerin alınmasına gerek vardır. Bütün gün televizyon seyretmek, spor yapmamak, ilaç tüketmek insan-

ları edilginliğe itmektedir. Oysa yaşlılara uygun spor, grup terapileri, uğraş terapileri gibi etkinlikler, onları daha etkin kılacak, yaşama bağlılıklarını ve umut durumlarını yükseltecektir. Sağlık engeli dışında yaşlıların üretkenliğini yaşın etkilemediği, bireylerin üretkenliklerini yaşamının sonuna kadar sürdürdüğü belirtilmiştir. Bazen bireylerin başarılı olabilmeleri için mümkün olan sosyal desteğin ve bakımın hemşireler tarafından sağlanması gerekebilir (Onur 1991, Terakye 1992, Klyma 1998).

## GEREÇ VE YÖNTEM

### Araştırmanın Amacı

Bu araştırma yaşlılarda üretken olmanın umutsuzluk düzeyine etkisinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirildi.

### Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini; İstanbul İli İç İşleri Bakanlığı Darülaceze Müessesesi'nde kalan yaşlılar, örneklemi ise, üretkenliğe yönelik aktivitelere katılmayı kabul eden, rehabilitasyon ünitesine gelmeyen, el becerileri yapmasını engelleyen bir durumu olmayan, 65 yaş ve üzeri bireyler oluşturdu. Araştırmaya 76 yaşlı bireyle başlandı, fakat daha sonra araştırmaya devam etmek istemeyenler olduğundan araştırma 41 yaşlı birey ile tamamlandı.

Darülaceze Müessesesi, İç İşleri Bakanlığına bağlı bir kurumdur. Kurumda, kimsesiz yaşlılara ve çocuklara hizmet verilmektedir. Yaşlılar için 613 yatak, çocuklar için 50 yatak kapasitesi vardır. Kurumda 31 hemşire, 13 doktor, 2 sosyal çalışmacı ve diğer sağlık personelleri olmak üzere toplam 50 sağlık personeli çalışmaktadır. Kurumda ki rehabilitasyon ünitesinde, halı, kilim, seramik ve çorap atölyesi bulunmaktadır.

### Araştırmanın Zamanı ve Uygulanması

Araştırma 10 Mart - 13 Mayıs 2004 tarihleri arasında kurumdan izin alınarak yapıldı. Veriler, anket formu ve Beck Umutsuzluk ölçeği kullanılarak, eğitilmiş öğrenci hemşireler tarafından görüşme tekniği ile toplandı. Beck Umutsuzluk Öl-

çeği bireylere, üretkenliğe yönelik becerileri uygulamadan önce ve 8 haftalık uygulamanın sonrasında uygulandı.

Öğrenci hemşirelere, Darülaceze de gönüllü çalışanlar tarafından yaşlı bireylere uygulanacak el becerileri (özel çamurdan yapılmış çeşitli süs eşyaları) ile ilgili uygulamalı eğitim yapıldı. Daha sonra öğrenci hemşireler çalışmaya katılan yaşlı bireylere el becerileri ile ilgili uygulamalı eğitim yaptı. Yaşlı bireyler öğrendikleri becerileri, haftada iki gün, kendi dairelerinde öğrenci hemşirelerin rehberliğinde uyguladılar.

### Verilerin Toplanması

Verilerin toplanmasında, araştırmacılar tarafından literatür bilgileri doğrultusunda geliştirilen, bireyleri tanıttıcı özellikleri içeren, anket formu ile birlikte, A.T. Beck, D.Lester tarafından geliştirilmiş, Seber ve Durak (1994) tarafından geçerlilik güvenilirlik (Cronbach alpha:0,85) çalışması yapılarak Türkçeye çevrilmiş olan Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanıldı. Beck Umutsuzluk Ölçeği toplam 20 sorudan oluşan bir ölçektir. Soruların 11 tanesinde “evet” seçeneği, 9 tanesinde “hayır” seçeneği 1 puan alır. Puan aralığı 0-20 olup, alınan puanlar düşük olduğunda bireyin umutsuzluk düzeyinin düşük olduğu varsayılır.

### Verilerin Değerlendirilmesi

Veriler bilgisayar ortamında; yüzdeler, Mann Whitney U testi ve korelasyon analizi kullanılarak değerlendirildi. (Bahar 2002).

### BULGULAR VE TARTIŞMA

Yaşlılarda üretken olmanın umutsuzluk düzeyine etkisini belirlemek amacıyla planladığımız araştırmanın bulgu ve tartışması aşağıda verildi.

Beck Umutsuzluk ölçeğinin iç tutarlılık (Cronbach Alpha) puanı 0,87 olarak bulundu.

**Table 1.** Yaşlı Bireylerin Bireysel Özellikleri (N=41)

Özellikler	n	%
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	21	51,2
Erkek	20	48,8
<b>Kronik hastalık</b>		
Var	12	29,3
Yok	29	70,7
<b>Bedensel Engel</b>		
Var	17	41,5
Yok	24	58,5
<b>Destek Olan Yakını</b>		
Var	20	48,8
Yok	21	51,2
<b>Toplam</b>	41	100

Tablo 1 incelendiğinde, yaşlı bireylerin % 51,2'sinin kadın olduğu, %70,7' sinin kronik hastalığının olmadığı, % 58,5'inin bedensel engelinin olmadığı ve % 51,2' sinin destek olan yakınının olmadığı görüldü.

**Table 2.** Yaşlılarda Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (N=41)

Umutsuzluk Düzeyi	Ortalama	SS	p
Üretkenlik öncesi	7,88	5,11	0.262
Üretkenlik sonrası	6,83	4,07	0.262

$P > 0,05$

Yaşlı bireylerin, üretkenlik öncesi umutsuzluk ölçeği puan ortalaması ( $7,88 \pm 5,11$ ), üretkenlik sonrasına ( $6,83 \pm 4,07$ ) göre daha yüksek olmakla birlikte istatistiksel açıdan anlamlı bulunmadı ( $p > 0,05$ ). Üretkenlik sonrasında yaşlıların umutsuzluk düzeylerinde azalma görülmesini, yaşlı bireylerin birşeyler üretmesi sonucunda kendilerini işe yarar, etkin ve mutlu hissetmesine ve bunun sonucunda umutsuzluklarının azalmasına bağlayabiliriz. Gürak' ın çalışmasında üretkenlikten sonra yaşlıların huzursuzluklarında azalma olduğu belirtilmiştir (Gürak 2000). Bu sonuç çalışma bulgularını desteklemektedir. Aksayan ve arkadaş-

larının 1998 yılında yaptığı çalışmada huzurevinde kalan yaşlıların umutsuzluk ölçeği puan ortalaması ( $11,82 \pm 3,25$ ), araştırma sonuçlarına ( $7,88 \pm 5,11$ ) göre daha yüksek bulunmuştur (Aksayan ve ark 1998). Bu sonucu, huzurevinin farklı özelliklerde olmasına bağlayabiliriz.

**Tablo 3.** Yaşlılarda Cinsiyete Göre Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (N=41)

CİNSİYET	Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamaları			
	Ortalama	SS	U	P
<b>Üretkenlik Öncesi</b>				
Kadın	8,24	6,40		
Erkek	7,50	3,40	204,5	0,886
<b>Üretkenlik Sonrası</b>				
Kadın	6,76	4,29		
Erkek	6,90	3,95	208,5	0,969
<b>Fark</b>				
Kadın	1,48	6,09		
Erkek	,60	5,82	206	0,917

P>0,05

Tablo 3' te görüldüğü gibi; kadınların üretkenlik öncesi umutsuzluk ölçeği puan ortalaması, erkeklerin üretkenlik öncesi puan ortalamasına göre daha yüksek bulunmakla birlikte istatistiksel açıdan anlamlı değildir ( $p>0,05$ ). Kadınların üretkenlik sonrası umutsuzluk düzeylerindeki düşme; 1,48, erkeklerin 0,60 olarak bulundu. Bu sonuç kadınların bu tür aktivitelerle uğraşmaktan daha mutlu olduklarını göstermektedir. Türkiye'nin kültürel yapısına baktığımızda da erkeklerin bu tür el becerileriyle uğraşmaktan hoşlanmadıklarını görmekteyiz.

**Tablo 4.** Yaşlılarda Kronik Hastalığı Olma Durumuna Göre Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (N=41)

Kronik Hastalık Durumu	Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamaları			
	Ortalama	SS	U	P
<b>Üretkenlik Öncesi</b>				
Var	8,67	5,84		
Yok	7,55	4,85	159	0,682
<b>Üretkenlik Sonrası</b>				
Var	7,83	4,55		
Yok	6,41	3,87	147,5	0,453
<b>Fark</b>				
Var	,83	5,49		
Yok	1,14	6,15	172,5	0,966

P>0,05

Tablo 4 incelendiğinde; kronik hastalığı olanların üretkenlik öncesi ve sonrası umutsuzluk ölçeği puan ortalamaları, kronik hastalığı olmayanların puan ortalamalarına göre daha yüksek bulunmakla birlikte istatistiksel açıdan anlamlı değildir ( $p>0,05$ ). İstatistiksel açıdan anlamlı olmamakla birlikte üretkenlik sonrasında, kronik hastalığı olmayanların umutsuzluk düzeyindeki azalma (1,14), kronik hastalığı olanlara (0,83) göre daha fazladır. Bu sonuca göre; kronik hastalığı olmayanlarda üretkenliğe bağlı umut değişiminin daha hızlı olduğunu söyleyebiliriz. Literatürde, yaşlı bireylerin kendilerinde ve çevrelerindeki hastalık durumlarının ve bunların sonuçlarının umutsuzluğa neden olduğu belirtilmiştir (Klyma 1998).

**Tablo 5.** Yaşlılarda Bedensel Engel Durumuna Göre Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (N=41)

Bedensel Engel Durumu	Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamaları			
	Ortalama	SS	U	P
<b>Üretkenlik Öncesi</b>				
Var	8,59	5,15		
Yok	7,38	5,13	175,5	0,450
<b>Üretkenlik Sonrası</b>				
Var	7,18	4,88		
Yok	6,58	3,49	197	0,852
<b>Fark</b>				
Var	1,41	5,66		
Yok	,79	6,17	185	0,614

P>0,05

Bedensel engeli olanların üretkenlik öncesi ve sonrası umutsuzluk ölçeği puan ortalamaları, bedensel engeli olmayanlara göre daha yüksek bulunmakla birlikte istatistiksel açıdan anlamlı değildir ( $p>0,05$ ). Literatürde, bireylerdeki bedensel engellerin umutsuzluğa neden olduğu belirtilmiştir (Klyma 1998). İstatistiksel açıdan anlamlı olmamakla birlikte üretkenlik sonrası bedensel engeli olanların umutsuzluk düzeyinde ki azalma (1,41), bedensel engeli olmayanlara göre (0,79) daha yüksek bulundu. Alfred Adler'e göre bedensel kusur ve yetersizliği olan kişiler değersizlik duygusu hissederler ve bu duyguyu başka bir şeyle kapatmaya çalışırlar (Velioğlu 1993). Bu çalışmadaki yaşlı bireylerin üretime katılmaları, bu duyguyla başetmek için bir fırsat olduğundan, umutsuzluk düzeylerinde azalma olduğu söylenebilir.

**Tablo 6.** Yaşlılarda Destek Olan Yakınının Olma Durumuna Göre Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (N=41)

Destek Olan Yakının Varlığı	Umutsuzluk Ölçeği Puan Ortalamaları			
	Ortalama	SS	U	P
<b>Üretkenlik Öncesi</b>				
Var	7,20	4,77		
Yok	8,52	5,45	156,5	0,480
<b>Üretkenlik Sonrası</b>				
Var	6,30	4,13		
Yok	7,33	4,05	205,5	0,387
<b>Fark</b>				
Var	,90	6,39		
Yok	1,19	5,55	169	0,724

$P>0,05$

Destek olan yakını olmadığını ifade eden yaşlı bireylerin üretkenlik öncesi ve sonrası umutsuzluk ölçeği puan ortalamaları, destek olan yakını olduğunu ifade edenlerin puan ortalamalarına göre daha yüksek bulunmakla birlikte istatistiksel açıdan anlamlı değildir ( $p>0,05$ ). Bu sonuç, destek alanların, hayata daha fazla umutla bağlanmış olabileceğinden kaynaklanmış olabilir.

İstatistiksel açıdan anlamlı olmamakla birlikte, üretkenlik sonrasında destek olan yakını olmayan-

ların umutsuzluk düzeyindeki azalma (1,19), destek olan yakını olanlara (0,90) göre daha fazla bulundu. Bu sonuç; destek olan yakını olmayanların, kurumdan gelecek ilgi ve desteğe daha fazla ihtiyacı olduğunu ve bu desteği aldıklarında umutsuzluk düzeylerinde azalma olduğunu göstermektedir.

**Bu bulgular sonucunda;** istatistiksel açıdan anlamlı olmamasına karşın, ileri yaş dönemi bireylerde üretken olmanın umutsuzluk düzeylerini azalttığı ortaya çıktı.

İleri yaş dönemi bireylerde üretken olmanın umutsuzluk düzeylerine etkisi; kadınlarda, kronik hastalığı olmayanlarda, bedensel engeli olanlarda ve destek olan yakını olmayanlarda daha fazla olduğu saptandı.

Bu sonuçların istatistiksel olarak anlamlı bulunmamasının nedenini örneklem sayısının azlığına bağlayabiliriz.

#### **Bu sonuçlar doğrultusunda;**

-Kurumlarda yaşayan yaşlıların umutsuzluk düzeylerini azaltmak için, üretkenliklerinin artırılmasına yönelik rehabilitasyon çalışmalarına ağırlık verilmesi,

-Rehabilitasyon çalışmalarına katılan bireylerin motive etmek amacıyla ödüllendirilmesi,

-Rehabilitasyon çalışmalarının daha etkili ve verimli olması için, planlama aşamasında bireysel özelliklerin dikkate alınması önerilebilir.

#### **KAYNAKLAR**

- Aksayan S, Yıldız A, Ergün A (1998). Huzurevlerinde ve Evde Kalan Yaşlıların Umutsuzluk Düzeyleri. Güler Cimete (Ed). 1. Ulusal Evde Bakım Kongresi Kitabı. İstanbul, 301-303.
- Bahar Z (2002). Verilerin Çözümlemesinde İstatistiksel Yöntemler. Erefe İ (Ed). Hemşirelikte Araştırma. Odak Ofset., İstanbul, 189-249.
- Emiroğlu V (1992). Değerler ve Yaşlılık Hizmetleri. Sağlık- lı Yaşlanma Uluslararası Hemşireler Birliği 1992 Teması Sempozyum Kitabı. Ankara, 108-111.
- Gürak H (2000). Darülaceze de Barınan Toplumdan Soyutlanmış Yaşlıları Meşguliyetle Tedavi Ederken Uygulanan Pro-

jelerle Toplumla Bütünleştirmek ve Yerel Yönetimlerin Destegini Alarak Mahallelerde Cep Darülacezeleri Oluşturmak. Dünya Yaşlılar Yılı Ulusal Yaşlılık Sempozyumu Kitabı. İstanbul.

Klyma J (1998). The dynamics of hope described by elderley people aged 70 and living at home. Hoitotide, 10;2: 63-77.

Onur B (1991). Gelişim Psikolojisi. Genişletilmiş 2. Baskı, Versa Yayıncılık., Ankara, 161-183.

Öz F (1992). Yaşlılıkta Ruh Sağlığı. Türk Hemşireler Dergi-

si, 42; 2: 5-8.

Sullivian M D (2003). Hope and Hopelessness. Am J Geriatr Psychiatry, 11;4: 393-405.

Terakye G. (1992). Sağlıklı Yaşlanma; "Duygusal Yaşam". Sağlıklı Yaşlanma Uluslararası Hemşireler Birliği 1992 Teması Sempozyum Kitabı. Ankara, 41-49.

Velioğlu P, Pektekin Ç, Şanlı T (1993). Hemşirelikte Kişilerarası İlişkiler. Açıköğretim Fakültesi Yayınları No.226, Eskişehir, 29, 77-78.