

SOSYAL POLİTİKA ÇALIŞMALARI DERGİSİ

JOURNAL OF SOCIAL POLICY STUDIES

CİLT: 25 SAYI: 67 NİSAN - HAZİRAN 2025

T.C. AİLE VE SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI HAKEMLİ DERGİSİ



SOSYAL POLİTİKA ÇALIŞMALARI DERGİSİ

Hakemli Araştırma Dergisi

Sahibi

T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı adına
Uğur KORKMAZ

Bilimsel Yayın Koordinatörü

Dr. Emre TÖRE

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Aslı ÇOŞKUN

Yönetim ve İletişim

Eskişehir Yolu Söğütözü Mahallesi 2177. Sokak No: 10/A
Çankaya – ANKARA
e-posta: spcdergisi@aile.gov.tr
web: <http://dergipark.gov.tr/spcd>

Yayın Türü

Yaygın Süreli Yayın

ISSN

2148-9424

E-ISSN

2651-4265

Grafik Tasarım / Uygulama

Enes ÇAĞATAY

Yapım

Sözcü Yayıncılık Bilişim ORG. İNŞ. İTH. İHR. LTD. ŞTİ
Zübeyde Hanım Mh. 628 Sk. No:26/47 Tel/Faks: 0 312 384 32 09 İskitler/ANKARA

Baskı Adedi

500

Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi'nde yayımlanan yazılardaki görüşler yazarına aittir.
© Her hakkı saklıdır. Dergide yer alan yazı, makale, fotoğraf ve illüstrasyonların elektronik ortamlar da dahil olmak üzere kullanma ve çoğaltılma hakları sadece Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına aittir. Yazılı ön izin olmaksızın yazıların tamamının ya da bir bölümünün çoğaltılması yasaktır.

Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi üç (3) ayda bir yayımlanır.
TÜBİTAK ULAKBİM TR Dizin tarafından dizinlenmektedir.
SOBIAD Index tarafından dizinlenmektedir.

SOSYAL POLİTİKA ÇALIŞMALARI DERGİSİ

JOURNAL OF SOCIAL POLICY STUDIES

CİLT: 25 SAYI: 67 NİSAN - HAZİRAN 2025

T.C. AİLE VE SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI HAKEMLİ DERGİSİ

EDİTÖR

Doç. Dr. Olgun GÜNDÜZ

EDİTÖR YARDIMCISI

Leyla Zeynep ÇAMLI

Betül TEKBAŞ HELVACI

YAYIN KURULU

Doç. Dr. Fatih ALTUN * Bandırma Onyedİ Eylöl Üniversitesi

Doç. Dr. Esmā ATASOY * Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Prof. Dr. İshak AYDEMİR * Sağlık Bilimleri Üniversitesi

Prof. Dr. Mehmet Fatih AYSAN * Marmara Üniversitesi

Prof. Dr. VeySEL BOZKURT * İstanbul Üniversitesi

Doç. Dr. Nergis DAMA * Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Prof. Dr. Zekiye DEMİR * Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Prof. Dr. Ercüment ERSANLI * Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Prof. Dr. Melih ERZEN * Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

Prof. Dr. Figen GÜRSOY * Ankara Üniversitesi

Prof. Dr. Oya HAZER * Hacettepe Üniversitesi

Doç. Dr. Hicran Özlem İLGİN * Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi

Doç. Dr. Azize Aşlıhan NİŞANCI * Marmara Üniversitesi

Prof. Dr. Hayrunnisa ÖZDEMİR * Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi

Prof. Dr. Emine ÖZMETE * Ankara Üniversitesi

Prof. Dr. Murat ŞENTÜRK * İstanbul Üniversitesi

Dr. Emre TÖRE * Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı

Prof. Dr. Hakan TÜRKÇAPAR * Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi

Dr. Dikmen YAKALI * İzmir Yüksek Teknoloji Enstitüsü

Prof. Dr. Sutay YAVUZ * Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi

DANIŞMA KURULU

Doç. Dr. Sadettin Burak AÇIKEL * Ankara Üniversitesi

Prof. Dr. Emrah AKBAŞ * Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Doç. Dr. Emine AKYÜZ * Ankara Üniversitesi

Prof. Dr. Neslihan AVCI * Gazi Üniversitesi

Doç. Dr. Didem AYDOĞAN * Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

Prof. Dr. Şaziye Senem BAŞGÜL * Hasan Kalyoncu Üniversitesi

Prof. Dr. Hüsamettin ÇETİN * Kırıkkale Üniversitesi

Doç. Dr. Halide Nur ÖZÜDOĞRU ERDOĞAN * Polis Akademisi

Doç. Dr. Zahide ERDOĞAN * Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

Doç. Dr. Şerif ESENDEMİR * Yıldız Teknik Üniversitesi

Prof. Dr. Fuat GÜLLÜPINAR * Anadolu Üniversitesi

Doç. Dr. Ergün HASGÜL * Sağlık Bilimleri Üniversitesi

Prof. Dr. Aliye MAVİLİ * Anadolu Üniversitesi

Doç. Dr. Şebnem ÖZDEMİR * İstinye Üniversitesi

Prof. Dr. Ziynet Seldağ Güneş PESCHKE * Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi

Doç. Dr. Müge ŞEN * Ankara Üniversitesi

Doç. Dr. Zeynep TURHAN * Bartın Üniversitesi

Prof. Dr. Zehra UÇANOK * Hacettepe Üniversitesi

Doç. Dr. Berfin VARIŞLI * Maltepe Üniversitesi

*Bu sayfada yer alan isimler soyadına göre alfabetik olarak sıralanmıştır.

BİLİMSEL YAZIŞMA

Makaleler ile ilgili tüm soru ve yazışmalarınız için:

Leyla Zeynep ÇAMLI

Betül TEKBAŞ HELVACI

e-posta:spcdergisi@aile.gov.tr

Kıymetli Okurlarımız,

2025 senesinin ikinci sayısı olan 67. sayımızla yeniden karşınızdayız. Bu sayıda, 6 Şubat depremi, engelliler, yalnız yaşayanlar, engelli yaşlılar, çocuk gelişimciler, oyun terapisi, engelli karakterlerin sinemada temsili, yaşlılarda okuma alışkanlığı konularında yapılan çalışmalara yer veriliyor. Bir kısmı tezlerden, proje çıktılarından ve sahadan alınan verilere dayalı ve disiplinler arası bu çalışmaları, politika yapıcılara, sahadaki uygulayıcılara, alana ve alanyazına yapacağı katkılar açısından önemsedüğimizi belirtmek istiyoruz.

Bu sayımızda 8 çalışmaya yer veriyoruz.

İlk çalışma Yasemin KAYGAS ve Meryem Berrin BULUT tarafından birlikte kaleme alınan “Şubat 2023 Depremzedelerinde Travma Sonrası Büyüme: Sosyodemografik Özellikler ve Depremden Etkilenmenin İncelenmesi” isimli makaledir. Bu çalışmada, 6 Şubat 2023 depremzedelerinin travma sonrası büyüme (TSB) puan ortalamaları cinsiyet, eğitim durumu, gelir algısı, göçük altında kalıp kalmama ve yakınıni kaybetme değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırmaya 169 kadın, 103 erkek ve cinsiyetini belirtmeyen 4 kişi olmak üzere 276 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Kesitsel nitelikteki bu araştırmada veri toplama araçları olarak Travma Sonrası Büyüme Ölçeği ve Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Veriler kağıt-kalem yöntemi kullanılarak toplandıktan sonra SPSS programına aktarılmıştır. Verilerin analizinde t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları TSB’nin cinsiyet ve göçük altında kalıp kalmama değişkenleri açısından farklılaştığını göstermektedir. Kadınların TSB puan ortalamalarının erkeklerden, göçük altında kalanların TSB puan ortalamalarının ise göçük altında kalmayanlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. TSB puan ortalamalarının eğitim durumu, gelir algısı ve depremde yakınıni kaybedip kaybetmeme değişkenlerine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Bulgular, ilgili literatür temelinde tartışılmış, araştırma sonuçlarından hareketle uygulayıcı ve araştırmacılara önerilerde bulunulmuştur.

“Sosyal Çalışmacıların Empati Oyunu Vasıtasıyla Engelli Bireylere Yönelik Görüşlerinin Belirlenmesi” isimli Nurhayat ÇALIŞKAN AKÇETİN, Deniz ŞARLAK, Mehmet Akif İNESİ, Bülent ÖNGÖREN, İlker BASKAK ve Eyüp AKÇETİN tarafından birlikte yapılan çalışma derginin ikinci makalesidir. Çalışmada, sosyal çalışmacıların ve sosyal hizmet öğrencilerinin empati oyunu aracılığıyla engelli bireylere yönelik görüşlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Empati oyunu, sosyal çalışmacıların ve sosyal hizmet bölümü öğrencilerinin engelli bireylerin deneyimlerini ve zorluklarını daha iyi anlamalarına yardımcı olarak, bu bireylere yönelik tutumlarını ve anlayışlarını geliştirmeyi hedefleyen bir araçtır. Çalışmanın ana evreni sosyal hizmet öğrencileri ve sosyal çalışmacılar olup, çalışma grubu 152 katılımcıdan oluşmaktadır. Veri toplama

aracı olarak kullanılan kişisel bilgi formu ve yarı yapılandırılmış görüşme formu, engellilerle empati kurabilme konusuna odaklanırken aynı zamanda katılımcılara esneklik sağlayarak onların duygularını özgürce ifade etmelerini ve düşüncelerini paylaşmalarını sağlamaktadır. Çalışmada katılımcılar tekerlekli sandalyede ve/veya gözleri bağlı bir şekilde engelli bir yetişkinin günlük hayatında yapacağı işleri (su içme, lavabo kullanma, asansör kullanma, merdiven inip-çıkma, vb.) simüle etmişlerdir. Sosyal hizmet perspektifiyle geliştirilen bu empati simülasyon çalışmasında, yalnızlık, çaresizlik, güvensizlik, kaygılanma gibi duygular; zorluk, muhtaçlık gibi olgular; iletişim, sosyalleşme, desteklenme, toplumsal yaşama katılım, empati, eksiklikleri giderme gibi istekler çalışmanın ana temaları ve kavramlarıdır. Sonuç olarak çalışmada katılımcılar, engellilerin günlük yaşamını deneyimlemiş, empati kurma yeteneklerini geliştirmiş, engellilerin günlük yaşamda karşılaştıkları zorlukları anlamış ve algısal ve duygusal değişimler yaşamışlardır. Böylece empati simülasyonunun sosyal hizmet uygulamalarında yararlı bir şekilde kullanılabileceği yansıtılmıştır.

Derginin üçüncü makalesi *“Evde Yalnız Yaşayan Yaşlı Bireylerin Deneyimleri Sosyal Hizmet Bağlamında Bir Değerlendirme”* ismiyle Merve Nur OKTAR tarafından yapılan çalışmadır. Bu çalışmada evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerini keşfetmek ve sosyal hizmet perspektifinden değerlendirmek amaçlanmaktadır. Nitel yöntem ile tasarlanan çalışmada fenomenolojik desen tercih edilmiştir. Çalışmada Burdur’da yaşayan 65 yaş ve üzeri toplam 15 katılımcı (12 kadın ve 3 erkek) ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler MAXQDA programı yardımı ile analiz edilmiş ve “Yalnız Yaşamayı Tercih Etme Nedenleri”, “Yalnız Yaşamın Psikososyal Etkileri”, “Yalnızlıkla Mücadele Yöntemleri” ve “Sosyal Hizmetler ile İlgili İhtiyaçlar” olmak üzere dört temaya ulaşılmıştır. Bu temalar çerçevesinde, evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerinin keşfedilmesine, yalnızlığı nasıl anlamlandırdıklarının anlaşılmasına ve karşılaştıkları sorunların sosyal hizmet perspektifinden incelenmesine çalışılmıştır. Bu yaklaşım, olgunun derinlemesine anlaşılmasına ve evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin sorunlarının çözümüne yönelik sosyal hizmet uygulamalarına rehberlik edebilecek önemli bir adım olarak değerlendirilmektedir.

Dördüncü çalışma *“Kesişimsellik Kavramı Bağlamında “Engelli Yaşlılar”* ismiyle Aykut SİĞİN tarafından yapılan çalışmadır. Bu çalışmada, kesişimsellik kavramı bağlamında “engelli yaşlılar” kavramı üzerinde durularak kesişimsel bir kategori olarak engelli yaşlılık kavramını kuramsal açıdan tartışmak ve engelli yaşlıların neden “yalnızca engelli” veya “yalnızca yaşlı” gruplardan ayrı bir şekilde ele alınması gerektiğini göstermeye çalışmak hedeflenmektedir. Bu doğrultuda gerekli literatür taranmış ve daha sonra yaşlıların ve engellilerin genel olarak karşılaştıkları sorunlar değerlendirilmiştir. Daha sonra ise bu sorunların kesişim noktası olarak engelli yaşlıların sorunları ele alınmıştır. Yürütülen tartışma sonucunda, Türkiye’de engelli yaşlıların akademik çalışmaların ve politikaların daha fazla odağında olması gerektiği

sonucuna varılmıştır. Öyle ki, dünyada engelli yaşlılar nispeten daha görünür hâldeyken Türkiye’de bu durum henüz gündeme gelmemiş gibi durmaktadır. Bu çalışmayla dezavantajlı bir toplumsal grup olan engelli yaşlıların hem akademide hem de toplumsal tartışmalarda daha görünür kılınacağı, böylelikle sorunlarının çözümlerine daha kapsayıcı bir bakış açısıyla bakılabileceği ifade edilmektedir.

Elifcan CESUR tarafından kaleme alınan “*Polivagal Teori Temelli Duygu Düzenleme Eğitimi: Çocuk Gelişimci Adayları Üzerinde Bir Araştırma*” isimli çalışma derginin beşinci makalesidir. Çalışmada, çocuk gelişimi bölümü son sınıf öğrencilerine verilen polivagal teori temelli duygu düzenleme eğitiminin etkisini incelemek amaçlanmıştır. Çalışma karma modelde, açımlayıcı sıralı desende yürütülmüştür. İç içe ardışık örnekleme yöntemi ile belirlenen çalışma grubunu Türkiye’nin kuzey batı bölgesindeki bir üniversitenin Çocuk Gelişimi Bölümünde öğrenim gören 62 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği ve Görüşme Formu kullanılmıştır. Geliştirilen eğitim programı öğrencilere çevrimiçi olarak toplam 8 oturumda uygulanmıştır. Uygulanan program öğrencilerin duygusal düzenleme becerilerinde anlamlı farklılığa neden olmuştur. Ayrıca eğitimin etki boyutunun Öz-Destek dışındaki tüm alt boyutlarda yüksek düzeyde olduğu; Öz-Destek alt boyutunda ise orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın nitel ve nicel bulgularının paralellik gösterdiği görülmüştür. Duygu düzenleme becerilerinin hem bireysel hem de mesleki anlamdaki önemi ve gerekliliği göz önüne alındığında, üniversitelerin çocuk gelişimi bölümleri başta olmak üzere, danışan-danışman ilişkisi bulunan tüm meslek gruplarının lisans eğitim programlarında zorunlu ders olarak yer almasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Altıncı çalışma “*Çocuk Merkezli Oyun Terapisinin Kaygı Üzerindeki Etkiliği: Bir Sistemik Literatür Taraması*” ismiyle Rümeysa AYZ ve Yağmur ULUSOY DOĞMUŞ tarafından birlikte kaleme alınan İngilizce derleme çalışmadır. Bu çalışmada, Çocuk Merkezli Oyun Terapisinin klinik düzeyde kaygı sahip olan, depremzede, özel eğitim hizmetinden yararlanan, DEHB ve sosyal kaygı belirtileri gösteren, evsiz ve olumsuz çocukluk deneyimi geçiren çocuklar üzerinde etkililiği test edilmiştir. Çalışmalara dahil edilen çocukların yaşları 3 ila 12 yaş arasında değişmektedir. Bulgular, ÇMOT ‘nin çocuklarda genel kaygı, kaygının fizyolojik semptomları, agorafobi, ayrılık kaygısı, fiziksel yaralanmayla ilgili kaygı, sosyal kaygı ve yaygın kaygı bozukluğunun giderilmesinde etkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca sonuçlar, ÇMOT ‘nin çocuklarda kaygıyı azaltmak için geçerli bir yaklaşım olabileceğini göstermektedir. Ancak bu çalışmaya dahil edilen çalışmaların yanlılık riskinin çoğunlukla belirsiz olduğu görülmektedir. Bu, gelecekte yanlılık riskine karşı önlemlerin artırıldığı deneysel çalışmaları bütünleştiren sistematik literatür taramaları veya meta-analiz çalışmalarına ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

“Engelli Karakterlerin Temsilinde Filmlerin Enformatik Rolü: ‘Coda’ Filmi Örneği” ismiyle Özgür YILMAZKOL tarafından yapılan çalışma derginin yedinci makalesidir. Bu çalışmada dezavantajlı gruplar olarak sınıflandırılan engelli bireylerin yaşadığı zorluklar, CODA filminin anlatısı ve enformatik alan ilişkisi üzerinden incelenmektedir. CODA (Children of Deaf Adults) kelime olarak da ‘İşitme Engelli Ebeveynlerin Çocukları’ anlamını taşıdığı için, filmi bu perspektiften okumayı ve incelemeyi gerektirmektedir. Bu çalışma kapsamında, işitme engelli karakterlerin temsili bağlamında CODA filmi analiz edilerek, söz konusu temsilin taşıdığı sembolik anlamlar, işitsel farklılıklar ve bedensel iletişim biçimleri göstergebilimsel analiz yöntemiyle yorumlanacaktır. Çalışmanın amacı, işitme engellilik halinin sinemasal temsili üzerinden kültürel kimlik, empati ve farkındalık üretimine katkı sağlayıp sağlamadığını ortaya koymaktır. Elde edilen temel bulgu, filmin engelli bireyleri eksiklik ya da yetersizlik çerçevesinde değil; üretken, iletişim kurabilen, aile ve toplum içinde etkin rol üstlenen bireyler olarak temsil ettiğidir. Bu temsil biçimi, sinemanın yalnızca bir anlatı aracı değil, aynı zamanda farklılıkları anlamlandırmaya katkı sunan enformatik bir alan olduğunu da göstermektedir.

Ali KAVAK ve Erol YILMAZ tarafından *“Yaşlı Bireylerde Okuma Alışkanlığının Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilik Hali Üzerindeki Etkisi: Kırıkkale İli Örneği”* ismiyle yapılan çalışma derginin sekizinci ve son makalesidir. Bu çalışma yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkilerini belirlemeyi ve bu ilişkide kütüphane kullanımı, sosyal aktivitelere katılım ve öğrenme isteği gibi değişkenlerin aracılık rolünü incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama deseni kullanılmıştır. Kırıkkale ilinde yaşayan 391 yaşlı bireylerden elde edilen veriler üzerinde yapılan analizler, okuma sıklığı ile yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Kütüphane kullanımı, sosyal aktivitelere katılım ve öğrenme isteği gibi değişkenlerin, bu ilişkilerde aracılık rolü oynadığı tespit edilmiştir. Özellikle sosyal aktivite katılımının psikososyal iyilik hali üzerindeki aracılık etkisinin yaşam doyumu üzerindeki etkisinden daha güçlü olduğu bulunmuştur. Demografik özellikler incelendiğinde, cinsiyet, eğitim düzeyi ve emeklilik durumunun okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerinde anlamlı etkileri olduğu görülmüştür. Sonuçlar, yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının teşvik edilmesinin, yaşam kalitesini artırmada etkili bir strateji olabileceğini göstermektedir. Bu bağlamda, kütüphane hizmetlerinin geliştirilmesi, sosyal etkileşimi artıran okuma programlarının düzenlenmesi ve yaşlı bireylerin demografik özelliklerini dikkate alan müdahale programlarının planlanması önem taşımaktadır.

Çalışmaların faydalı olması temennisiyle iyi okumalar, selamlar...

Doç. Dr. Olgun GÜNDÜZ
Editör

İÇİNDEKİLER

Şubat 2023 Depremzedelerinde Travma Sonrası Büyüme: Sosyodemografik Özellikler ve Depremden Etkilenmenin İncelenmesi Post-Traumatic Growth in February 2023 Earthquake Survivors: Investigation of Sociodemographic Characteristics 254 <i>Yasemin KAYGAS, Meryem Berrin BULUT</i> <i>Araştırma Makalesi</i>	254
Sosyal Çalışmacıların Empati Oyunu Vasıtasıyla Engelli Bireylere Yönelik Görüşlerinin Belirlenmesi Determining Social Workers' Views on Disabled People through The Empathy Game..... 280 <i>Nurhayat ÇALIŞKAN AKÇETİN, Deniz ŞARLAK, Mehmet Akif İNESİ, Bülent ÖNGÖREN, İlker BASKAK, Eyüp AKÇETİN</i> <i>Araştırma Makalesi</i>	280
Evde Yalnız Yaşayan Yaşlı Bireylerin Deneyimleri Sosyal Hizmet Bağlamında Bir Değerlendirme Experiences of Elderly Individuals Living Alone At Home: An Assessment in The Context of Social Work 310 <i>Merve Nur OKTAR</i> <i>Araştırma Makalesi</i>	310
Kesişimsellik Kavramı Bağlamında “Engelli Yaşlılar” “Disabled Elderly” in The Context of The Concept of Intersectionality..... 346 <i>Aykut SİĞİN</i> <i>Araştırma Makalesi</i>	346
Polivagal Teori Temelli Duygu Düzenleme Eğitimi: Çocuk Gelişimci Adayları Üzerinde Bir Araştırma Polyvagal Theory-Based Emotion Regulation Training: A Study on Child Development Undergraduates 370 <i>Elifcan CESUR</i> <i>Araştırma Makalesi</i>	370
The Effectiveness of Child-Centered Play Therapy on Anxiety: A Systematic Literature Review Çocuk Merkezli Oyun Terapisinin Kaygı Üzerindeki Etkiliği: Bir Sistemantik Literatür Taraması 398 <i>Rümeysa AYAZ, Yağmur ULUSOY DOĞMUŞ</i> <i>Derleme</i>	398
Engelli Karakterlerin Temsilinde Filmlerin Enformatik Rolü: ‘Coda’ Filmi Örneği The Informatic Role of Films in The Representation of Disabled Characters: An Example of A ‘Coda’ Film 426 <i>Özgür YILMAZKOL</i> <i>Araştırma Makalesi</i>	426
Yaşlı Bireylerde Okuma Alışkanlığının Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilik Hali Üzerindeki Etkisi: Kırıkkale İli Örneği The Effect of Reading Habits on Life Satisfaction and Psychosocial Well-Being in Elderly Individuals: The Case of Kırıkkale 452 <i>Ali KAVAK, Erol YILMAZ</i> <i>Araştırma Makalesi</i>	452

ŞUBAT 2023 DEPREMZEDELERİNDE TRAVMA SONRASI BÜYÜME: SOSYODEMOGRAFIK ÖZELLİKLER VE DEPREMDEN ETKİLENMENİN İNCELENMESİ

Yasemin KAYGAS¹
Meryem Berrin BULUT²

Öz

Depremler, yeri ve zamanı fark etmeksizin, insanlar üzerinde ciddi psikolojik, sosyal ve ekonomik etkilere neden olabilmektedir. Sadece gerçekleşme anında değil sonrasında da bu etkiler devam edebilmektedir. Bu çalışmada 6 Şubat 2023 depremlerinin travma sonrası büyüme (TSB) puan ortalamaları cinsiyet, eğitim durumu, gelir algısı, göçük altında kalıp kalmama ve yakınıni kaybetme değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırmaya 169 kadın, 103 erkek ve cinsiyetini belirtmeyen 4 kişi olmak üzere 276 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Kesitsel nitelikteki bu çalışmada veri toplama araçları olarak Travma Sonrası Büyüme Ölçeği ve Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Veriler kağıt-kalem yöntemi kullanılarak toplandıktan sonra SPSS programına aktarılmıştır. Verilerin analizinde t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları TSB'nin cinsiyet ve göçük altında kalıp kalmama değişkenleri açısından farklılaştığını göstermektedir. Kadınların TSB puan ortalamalarının erkeklerden, göçük altında kalanların TSB puan ortalamalarının ise göçük altında kalmayanlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. TSB puan ortalamalarının eğitim durumu, gelir algısı ve depremde yakınıni kaybedip kaybetmeme değişkenlerine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Bulgular, ilgili literatür temelinde tartışılmış, araştırma sonuçlarından hareketle uygulayıcı ve araştırmacılara önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Deprem, travma, travma sonrası büyüme, sosyodemografik özellikler.

¹Dr. Öğr. Üyesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, E-posta: yasemin.kaygas@hku.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9264-2486
Doç. Dr., Çukurova Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, E-posta: tekemeryemberrin@gmail.com, ORCID: 0000-0001-8476-8700
KAYGAS,Y., BULUT, M.B.(2025) Şubat 2023 Depremzedelerinde Travma Sonrası Büyüme: Sosyodemografik Özellikler ve Depremden Etkilenmenin İncelenmesi. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 25(67), 254-279. DOI:10.21560/spcd.vi 1515529

POST-TRAUMATIC GROWTH IN FEBRUARY 2023 EARTHQUAKE SURVIVORS: INVESTIGATION OF SOCIODEMOGRAPHIC CHARACTERISTICS

Abstract

Earthquakes, regardless of location and time, can cause serious psychological, social, and economic effects on people. This effect can continue, not only at the moment of realization but also afterward. In this research, the differences in the post-traumatic growth (PTB) score averages of the earthquake victims of February 6, 2023, were examined according to the variables of gender, educational status, income perception, whether they were trapped under a collapsed rubble or not, and the loss of a relative. A total of 276 people, including 169 women, 103 men, and 4 people who did not specify their gender, participated in the research voluntarily. This research was cross-sectional. Posttraumatic Growth Scale and Sociodemographic Information Form were used as data collection tools. After the data was collected using the paper-pencil method, it was transferred to the SPSS program. The data was analyzed by T-test and One-Way Analysis of Variance. The findings show that TSB differs in gender and variables of whether or not they have been trapped under a landslide. It was determined that the average TSB score of women was higher than that of men, and the average TSB score of those trapped under the collapse was higher than that of those not trapped under the collapse. It was found that TSB score averages did not differ according to the variables of education level, income perception, and whether or not they lost a relative in the earthquake. The findings were discussed based on the relevant literature, and suggestions were made to practitioners and researchers.

Key Words: *Earthquake, trauma, post-traumatic growth, sociodemographic characteristics.*

GİRİŞ

6 Şubat 2023 tarihinde merkez üssü Kahramanmaraş'ın Pazarcık ve Elbistan ilçeleri olan ve büyüklükleri 7.7 ile 7.6 olan iki deprem, bölgedeki 11 ilde büyük bir yıkıma neden olmuştur. Bu depremler sadece deprem bölgesindeki bireylerde değil ülkemizdeki pek çok bireyde ciddi etkilere neden olmuştur. Şiddeti yüksek olarak ifade edilebilecek bu depremlerin bireyler üzerindeki ekonomik, psikolojik ve sosyal etkilerini halen gözlemlemek mümkündür.

Doğal afet olan ve ne zaman gerçekleşeceği belli olmayan depremlerin pek çok bireyde travmatik deneyimlere neden olduğu belirtilebilir. Travma, bireyin veya başkalarının hayatını tehdit eden ya da ciddi yaralanmalara neden olabilecek bir olay sonucunda ortaya çıkan zararlı etki olarak ele alınmaktadır (Dünya Sağlık Örgütü [DSÖ], 2018). Travmatik deneyimler, bireyleri psikolojik, sosyal, ekonomik ve fizyolojik açıdan olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Aykut ve Soner-Aykut, 2020). Travma sonrasında bireyler genellikle korku ve kaygı hissedebilmekte, uyku bozuklukları ve duygu durum bozuklukları yaşayabilmektedirler (DSM-V, 2013; DSÖ, 2018; NIMH, 2021). Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), travmatik olayların en yaygın olumsuz sonucu olarak kabul edilmektedir (Wang vd., 2012). Nitekim depremler sonrasında travma sonrası stres ve anksiyete belirtilerinin diğer afetlere göre daha yüksek oranda ve daha uzun süreli görüldüğü saptanmıştır (Newnham vd., 2022). Deprem sonrasında yaşanan evsiz kalma, göç gibi durumlar da travmayı süregelenleştiren etkenlerdir (Riffle vd., 2020). Aynı zamanda travmaya maruz kalmanın ve bu travmatik olay sonucunda gelişen TSSB'nin artması durumunda bireylerin yaşam kalitelerinin azaldığı bilinmektedir (Carlsson vd., 2006). Ancak travmatik olay sonrasında olumlu değişiklikler yaşadığını belirten bireyler de bulunmaktadır. Çeşitli travmatik deneyimler yaşayan kişiler, hayatlarında olumlu değişiklikler olduğunu, ruh sağlıklarında ve iyilik hallerinde artışlar deneyimlediklerini belirtmektedirler (Helgeson vd., 2006; Yin vd., 2019). Travmatik olaylar acıya ve TSSB'ye neden olabildiği gibi birçok kişi bu olaylarla başa çıkma sürecinde büyüme deneyimi yaşadığını bildirmiştir (Schulenberg, 2020). Örneğin, Vázquez ve diğerleri (2005) tarafından 2001 yılında gerçekleşen El Salvador depreminden sağ kalanlar üzerinde yürütülen bir çalışmada, hayatta kalanların çoğunun dinlenme zamanlarından keyif aldıkları, yaşananlardan anlam çıkarabildikleri

ve kendilerini gelecekteki olumsuz olaylara karşı daha hazırlıklı buldukları ve genel olarak olumlu duygulara sahip oldukları raporlanmıştır.

Psikoloji alanındaki araştırmalar 80'lerin sonlarından itibaren travmanın yalnızca olumsuz etkilerine odaklanan bir anlayıştan, çeşitli travmatik olaylardan sonra yaşanan olumlu değişimlerin araştırılmasına yönelik bir anlayışa evrilmiştir (Eve ve Kangas, 2015). Alan yazında bu olumlu değişim “fayda bulma”, “strese bağlı büyüme” veya “travma sonrası büyüme” gibi farklı terimlerle tanımlanmıştır (Johnson ve Boals, 2015). Bu kavramların içinde en sık olarak kullanılanı ise Tedeschi ve Calhoun (2004) tarafından ortaya atılan travma sonrası büyüme (TSB) kavramıdır. Tedeschi ve Calhoun, TSB'yi stres dolu ya da travma olarak tanımlanabilecek yaşam koşullarıyla mücadele sonucunda yaşanan olumlu psikolojik değişim olarak tanımlamışlardır. TSB, son derece olumsuz deneyimlere (örn., askeri savaş, yaşamı tehdit eden tıbbi koşullar, kamplarda yaşama ve mülteci statüsünde olmak gibi) bir tepki olarak ortaya çıkan, benliği, kişiler arası ilişkileri ve yaşam felsefesini içeren alanlarda belirli bir olumlu değişiklik süreci olarak tanımlanır (Tedeschi ve Calhoun, 1996). TSB, kişinin kendisinin ve yaşamının değerini anlamasına yardımcı olabilmekte ve daha anlamlı kişilerarası ilişkiler kurmasına, kişisel güçlenme duygusunun artmasına katkı sağlayabilmektedir (Shakespeare-Finch vd., 2003). TSB'nin daha iyi bir hayat yaşamak için hayata yeni bir anlam kazandırılan aktif bir süreç olduğu belirtilebilir (Kashyap ve Hussain, 2018; Salawali vd., 2020). Çeşitli kayıpların ardından kederle başa çıkarken sürecin bir parçası, kaybı mevcut dünya görüşlerine göre özümsemeye çalışmak veya bu dünya görüşlerini yeni gerçekliğe uygun olarak değiştirmek olabilir. Bu durum inanç ve anlam kaybına yol açabileceği gibi büyümeye yol açan bir mücadeleyi de sağlayabilir (Tedeschi ve Calhoun, 2006). Deprem sonrası kişinin evini kaybetmesi veya uzun süreli yer değiştirmesi gibi nesnel faktörlerin yanı sıra olayın doğrudan yol açtığı yaşamdaki altüst oluşların ruhsal sağlık üzerinde önemli etkisi vardır (Dewaraja ve Kawamura, 2006; Irmansyah vd., 2010). Yakınlarını kaybetmek ise yaşamına devam etmeye çalışan kişinin hayatındaki insanların önemini artırabilir veya kişiyi kendisine benzer travmatik bir olay yaşayan başkalarına daha yakın hissettirebilir. Tüm bunlar da yaşanan kaybın ardından bireyin kendisinin de ölümlü bir birey olduğunun farkına varmasını sağlayabilir (Calhoun vd., 2010).

TSB, travmatik bir olayın ardından bireyin benlik algısında, başkalarıyla ilişkilerinde ve varoluşsal inançlarında meydana gelen bir dizi olumlu değişiklik ve gelişme olarak da ifade edilebilir (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Başka bir deyişle, kişi travmatik olayları daha iyi anlamlandırdığında ve hayatından umutlu olmaya başladığında ruh sağlığında önemli bir iyileşme meydana gelebilir (Bernstein ve Pfefferbaum, 2018). TSB süreci, kişinin yaşamdaki önceliklerini yeniden düşünmesini, daha zengin bir varoluşsal ve manevi yaşama sahip olmasını, kendisini ve etrafındakileri daha fazla takdir etmesini ve başkalarıyla ilişkilerin öneminin farkına varmasını sağlayabilir (Tominaga vd., 2019). İnsanlar hayatlarını tehdit eden olaylarla yüzleşirken bir yandan da hedeflerini ve önceliklerini yeniden değerlendirebilmekte, sosyal ilişkilerini geliştirebilmekte ve hayata daha fazla değer biçebilmektedirler (Aflakseir ve Mahdiyar, 2016; Yalom, 1999).

Alanyazın incelendiğinde TSB'nin pek çok değişkenle ilişkisinin raporlandığı görülmektedir. TSB, umutsuzluk ve travma sonrası stres (Kardaş ve Tanhan, 2013), stres (Kira vd., 2013), başa çıkma tarzları (Farhadi vd., 2022; Peters vd., 2021), bütünlük duygusu (Wu vd., 2021), kasıtlı ruminasyon diğer bir ifadeyle travmanın tekrar yorumlanması (Wu vd., 2019) ve dini başa çıkmadan (Prati ve Pietrantonio, 2009) etkilenmektedir. Ek olarak, TSB'nin artan yaşam memnuniyeti (Calhoun vd., 2010; Davis ve Nolen-Hoeksema, 2009; Triplett vd., 2012), iyimserlik, benlik saygısı ve psikolojik sıkıntı ile kaygıda azalma (Davis ve Nolen-Hoeksema, 2009; Triplett vd., 2012), umut ve sosyal destek (Wu vd., 2019) gibi çeşitli olumlu sonuçlarla ilişkilendirildiği görülmüştür.

Literatürde depremin ardından travma sonrası büyümeyi inceleyen araştırmalar (Garcia vd., 2014; Jung ve Han, 2023; Karancı ve Acartürk, 2005; Kardaş ve Tanhan, 2018; Kawashima vd., 2023; Şakiroğlu, 2019) da bulunmaktadır. Bu çalışmalarda TSB ile başa çıkma (Karancı ve Acartürk, 2005) ve sosyal destek (Şakiroğlu, 2019) değişkenlerinin ilişkisi araştırılmıştır. 6 Şubat depremlerinin çocuklar üzerindeki psikolojik etkilerini (Khan vd., 2023) ve TSSB yaygınlığını (Alfuqaha vd., 2023; Han Alpay vd., 2024; İlhan vd., 2023) belirlemek amacıyla araştırmalar gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar

deprem sonrası, bölgedeki insanların travmadan etkilenme düzeylerini tespit etmeye yönelik planlanmıştır.

Yukarıda TSB değişkeninin farklı psikolojik ve sosyal değişkenler açısından ele alındığı görülmektedir. Yaş sürecinde hem sosyoekonomik hem de sosyodemografik özellikler etkili olabilmektedir (Stroebe vd., 2007; Tedeschi ve Calhoun, 2004). TSB'nin sosyodemografik değişkenler açısından ele alındığı çalışmalar da mevcuttur. Wu ve diğerleri (2019) cinsiyetin TSB'nin belirleyicileri arasında olduğunu belirtmektedir. Bağcaz (2017) kadınların eğitim ve gelir açısından daha düşük seviyede olanlarının yaş süreçlerinin daha uzun ve TSB'nin daha az olduğunu belirlemiştir. Köroğlu (2021) son iki yıl içerisinde bir yakını kaybetmiş bireylerde kayıp sonrasında TSB düzeylerini incelemiş ve erkeklerin kadınlara oranla daha az TSB gösterdiklerini raporlamıştır. Depremzedelerle yapılan çalışmalarda (Güven, 2010; Orçan ve Karaaziz, 2024) kadınların TSB düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Cinsiyet açısından TSB değişkeninde alınan puanların farklılık göstermediği yönünde raporlanan bulgular da (Şener ve Açar, 2023) mevcuttur. Bu bulgular temelinde çalışmanın ilk hipotezi şu şekilde oluşturulmuştur:

Hipotez 1: Depremzedelerde TSB puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Eğitim düzeyi TSB'nin önemli belirleyicilerinden biridir (Wu vd., 2019). Daha yüksek eğitim düzeylerinin TSB ile pozitif yönde ilişkili (Grace vd., 2015) olduğunu raporlayan çalışmaların yanı sıra TSB'nin daha düşük eğitim düzeyi ile ilişkili olduğunu tespit eden araştırma bulguları da (Tang vd., 2015) mevcuttur. Literatürde elde edilen bu bulgular temelinde araştırmanın ikinci hipotezi şu şekildedir:

Hipotez 2: Depremzedelerde TSB puanları eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Alanyazınındaki pek çok çalışma (örn., Heidarzadeh vd., 2014; Linley ve Joseph, 2004) TSB'nin yüksek gelir düzeyi ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Gökahmetoğlu (2021) ise gelir düzeyine göre TSB değişkeninde anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Bu çalışmada incelenmek üzere aşağıdaki hipotez oluşturulmuştur:

Hipotez 3: Depremzedelerde TSB puanları gelir algısına göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Literatür incelendiğinde önceki çalışmalar (Jin vd., 2014; Smith vd., 2016) depreme özgü daha fazla olaya maruz kalan kişilerin daha yüksek TSB geliştirme olasılıkları olduğunu belirtmektedir. Bir bireyin travmatik bir olaydan olumlu sonuçlar elde etmesi için, travmatik olayla doğrudan yüzleşmesi gerekir (Janoff-Bulman, 2004). TSB’de travmanın anlamlandırılması için travmayla ilgili olumsuz düşüncelere, duygulara ve imgelere maruz kalmak gerekmektedir (Batten vd., 2005). Bu nedenle, travmatik olayla aşırı temas halinde olma travmadan sonra fayda bulmada bir katalizör görevi görebilir. TSB’nin gelişimine dair kuramlar, başlangıçta ve belki de benlik sisteminin yeniden düzenlenmesi sürecinin tamamı boyunca belli bir düzeyde sıkıntının gerekli olduğunu öne sürmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Ancak travmatik olayın büyüklüğünün ve düzeyinin TSB’yi etkilemede farklı sonuçları olabileceği de bilinmektedir. Örneğin, daha şiddetli travmaların bireyde daha uzun süreli bir etki bırakabileceğinden TSB’nin gecikebileceği ifade edilmektedir (Boerner vd., 2017; Dekel vd., 2014). TSB’nin göçük altında kalma ve yakınıni kaybetme durumlarına göre incelendiği herhangi bir çalışmaya ulaşılamamasına rağmen Van depreminde enkaz altında kalanların ve yakınıni kaybedenlerin travmatik stres belirtilerinin kalmayanlara ve kaybetmeyenlere göre daha yüksek olduğu raporlanmıştır (Kurt ve Gülbahçe, 2019). Bu araştırmanın diğer hipotezleri şu şekilde oluşturulmuştur:

Hipotez 4: Depremzedelerde TSB puanları göçük altında kalma durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Hipotez 5: Depremzedelerde TSB puanları yakınıni kaybetme durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Bu çalışmada 6 Şubat depremszedelerinin TSB düzeyinin sosyodemografik değişkenlere (cinsiyet, eğitim durumu, gelir algısı, göçük altında kalıp kalmama ve yakınıni kaybedip kaybetmeme) göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma verilerinin doğrudan depremszedelerden toplanmasının, çalışmanın özgünlüğünü ve bilimsel katkısını artıran önemli bir unsur olduğu değerlendirilmektedir. Deprem gibi travmatik olaylar sonrası bireylerin psikolojik süreçlerini anlamaya yönelik sınırlı

sayıda çalışma bulunduğundan, bu araştırmanın bulguları TSB literatürüne önemli katkılar sunacaktır. Ayrıca, elde edilen verilerin, TSB konusunda yapılacak gelecekteki araştırmalara yol gösterici olması ve travmaya yönelik müdahale programlarının geliştirilmesine bilimsel bir temel sağlaması açısından büyük bir öneme sahip olduğu düşünülmektedir. Depremzedeler üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmanın bulgularının hem akademisyenler hem de alanda görev alan ruh sağlığı çalışanlarına önemli çıktılarının olması beklenmektedir. Akademisyenlerin, TSB kapsamında yürüttükleri araştırmalarda sosyodemografik değişkenleri kontrol değişkeni olarak ele almaları; alanda çalışan uzmanların ise TSB odaklı müdahale programlarında bireylerin sosyodemografik özelliklerini dikkate almaları, araştırma bulgularının geçerliliği ve uygulamaların etkinliği açısından önemli görülmektedir. Alan yazında travmatik olaydan ne kadar süre sonra TSB'nin oluşacağına dair çalışmaların farklı sonuçları olduğu görülmektedir. Örneğin; Kelly ve diğerleri (2018) tarafından yapılan bir çalışmanın sonuçları TSB'nin travmatik olaydan 4-5 ay sonra ölçülmesinin uygun olduğunu belirtmektedir. Amiri ve diğerlerinin (2021) derleme çalışmalarında deprem sonrası TSB üzerine yürütülen 21 çalışmadan 19'undan TSB verilerini olayın üzerinden 1 yıl geçtikten sonra topladığını göstermektedir. Bu çalışmada da veriler 6 Şubat depremlerinin üstünden bir yıl geçtikten sonra toplanmıştır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmaya 276 depremzede (nkadın= 169, nerkek= 103, 4 kişi cinsiyetini belirtmemiştir) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmacılar, depremzedelere kendi imkânlarıyla ulaşmıştır. Örneklem yöntemi olarak amaçlı örneklem kullanılmıştır. Amaçlı örneklem ile belirli bir amaca yönelik belirli özelliklere sahip olan bireylerden örneklem oluşturulur (Patton, 2002, s. 45). Farklı eğitim düzeylerine sahip olan katılımcıların büyük bir çoğunluğu lise (n= 93) ve üniversite (n= 102) mezunudur. Katılımcılar farklı meslek gruplarına mensup olmakla birlikte en yüksek sayı sırasıyla şu şekildedir: Ev hanımı (n=42), öğretmen (n= 39), memur (n=38) ve esnaf (n= 15). Gelir durumları açısından incelendiğinde ise katılımcıların büyük bir çoğunluğu (n= 209) gelirin giderinden az ya da gelirin giderine eşit olduğunu belirtmektedir. Sınırlı

sayıda (n= 65) katılımcı ise gelirinin giderinden fazla olduğunu ifade etmiştir. Katılımcıların 97'sinin aile üyelerinden en az biri göçük altında kalmışken, 177'sinin herhangi bir aile üyesi göçük altında kalmamıştır. Depremde yakınıni kaybetme durumu incelendiğinde ise katılımcıların büyük bir kısmının (n= 183) depremde herhangi bir yakınıni kaybettiği belirtilebilir.

Veri Toplama Araçları

Travma Sonrası Büyüme Ölçeği: Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilen, Kağan ve diğerleri (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek 21 madde ve 3 faktörden (benlik algısındaki değişim-10 madde [örn., “Zorluklarla karşılaşabileceğimi daha iyi anladım.”], yaşam felsefesindeki değişim-6 madde [örn., “Yeni ilgi alanları keşfettim.”] ve başkalarıyla ilişkilerdeki değişim-5 madde [örn., “Duygularımı ifade etmeye daha istekliyim.”]) oluşmaktadır. Benlik algısındaki değişim zorluklarla başa çıkma deneyiminin ardından daha güçlü bir benlik hissinin gelişmesi, kişinin kendine olan güveninin artması ve daha önce deneyimlemediği yeni rolleri denemeye başlaması olarak açıklanabilir. Yaşam felsefesindeki değişim hayatın kıymetini anlamak, önceliklerin yeniden değerlendirilmesi ve günlük, basit anların da ne kadar önemli olduğunun farkına varılması süreci olarak düşünülebilir. Başkalarıyla olan ilişkilerdeki değişim ise kişilerarası bağlarda daha fazla yakınlık, kendini daha kolay ifade etme ve duygularını paylaşma, empatik tepkilerde artış olarak ifade edilebilir (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Ölçeğin değerlendirilmesinde 6'lı Likert tipi (0 - Bu değişimi hiç yaşamadım - 6 - Bu değişimi çok iyi yaşadım) bir derecelendirme kullanılmıştır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0 ile 105 arasında değişmektedir. Her alt ölçek ayrı ayrı veya birlikte kullanılabilir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, travma sonrası büyümenin olduğunu göstermektedir. Kağan ve diğerleri (2012) ölçeğin iç tutarlılık katsayılarını şu şekilde raporlamışlardır: benlik algısındaki değişiklikler (0,88); yaşam felsefesindeki değişiklikler (0,78) ve ilişkilerdeki değişiklikler (0,77); ölçeğin geneli için ise (0,92). Mevcut çalışmada hem Cronbach alfa hem de McDonald omega değerleri incelenmiştir. Benlik algısındaki değişim (0,87/0,87); yaşam felsefesindeki değişim (0,81/0,82); başkalarıyla ilişkilerde değişim (0,83/0,83); ölçeğin geneli (0,93/0,93).

Sosyodemografik Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan bu formda katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, göçük altında kalıp kalmama durumu, yakınlarını kaybetme durumu gibi veriler hakkında bilgi sahibi olunması amaçlanmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışmanın verilerinin analizinde nicel analiz teknikleri kullanılmıştır. İlk olarak, veri setinin parametrik test varsayımlarını karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. Bu bağlamda normallik için çarpıklık ve basıklık değerleri; varyansların homojenliği için Levene homojenlik testi uygulanmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ile +1 arasındadır (Trochim ve Donnelly, 2006), bu da normallik varsayımının karşılandığı anlamına gelmektedir. Levene homojenlik testi sonuçları ($p>0,05$) varyansların homojen olduğunu göstermiştir. Bu nedenle, ortalamalar arası farkın incelenmesinde iki bağımsız ortalama arasındaki fark için bağımsız gruplar t-testi; 2'den fazla bağımsız ortalama arasındaki fark için ise ANOVA kullanılmıştır. Veriler SPSS25 ile çözümlenmiştir.

İşlem

Veri toplama işlemine geçmeden önce hem üniversitenin Sosyal Bilimler Etik Kurulundan hem de Nurdağı Kaymakamlığından gerekli izinler alınmıştır. Çalışmanın verileri Mart 2024 ile Nisan 2024 tarihleri arasında toplanmıştır. Ölçekler kâğıt-kalem yöntemi kullanılarak yüz yüze uygulanmıştır. Katılımcıların kendilerini rahat hissettikleri bir alanda (iş yerleri, okullar, evleri, vs.) ölçek uygulamaları yapılmıştır. Ölçekleri doldurmadan önce katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş, istedikleri zaman ölçekleri doldurmayı bırakabilecekleri, ölçekleri doldurmaya devam etmemeleri nedeniyle kendilerine herhangi bir yaptırım uygulanmayacağı, elde edilen verilerin yalnızca bilimsel amaçla kullanılacağı belirtilmiştir. Araştırmada katılımcılardan herhangi bir kişisel bilgi istenmemiş olup, analizler anonim olarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden kişilere ölçekler uygulanmıştır.

BULGULAR

İlk olarak travma sonrası büyüme ölçeği toplam puanı ve boyutlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Tablo 1. Cinsiyete Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ort.	S	t	p
Travma Sonrası Büyüme	Kadın	169	3,23	,92	2,78	,01
	Erkek	103	2,89	1,05		
Benlik Algısındaki Değişim	Kadın	169	3,56	,94	3,26	,00
	Erkek	103	3,15	1,10		
Yaşam Felsefesindeki Değişim	Kadın	169	3,21	1,09	2,36	,02
	Erkek	103	2,87	1,26		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Kadın	169	2,60	1,24	1,18	,24
	Erkek	103	2,40	1,41		

Tablo 1’de görüldüğü gibi hem ölçek toplam puanı hem de boyutları açısından kadınların ortalama puanları erkeklerinkinden daha yüksek iken bu yükseklik sadece başkalarıyla ilişkilerde değişim boyutunda anlamlı değildir.

Tablo 2’de eğitim durumuna göre farklılıklar gösterilmektedir. Buna göre hem ölçek toplam puanı hem de boyutları açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 2. Eğitim Durumuna Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

Değişkenler	Eğitim durumu	N	Ort.	S	t	p
Travma Sonrası Büyüme	Lise ve altı	153	3,03	1,00	-1,31	,18
	Üniversite üstü	122	3,19	,94		
Benlik Algısındaki Değişim	Lise ve altı	153	3,34	1,04	-1,11	,26
	Üniversite üstü	122	3,47	,97		
Yaşam Felsefesindeki Değişim	Lise ve altı	153	2,99	1,20	-1,38	,16
	Üniversite üstü	122	3,19	1,09		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Lise ve altı	153	2,47	1,37	-,86	,38
	Üniversite üstü	122	2,61	1,20		

Gelir algısı açısından yapılan inceleme sonuçları Tablo 3'te verilmektedir.

Tablo 3. Gelir Algısına Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

					F	p
Değişkenler	Gelir Algısı	N	Ort.	S		
Travma Sonrası Büyüme	Gelir giderden az	105	3,20	,92	,89	,41
	Gelir gidere eşit	104	3,02	1,06		
	Gelir giderden fazla	65	3,11	,92		
	Toplam	274	3,11	,98		
Benlik algısındaki değişim	Gelir giderden az	105	3,56	,92	1,90	,15
	Gelir gidere eşit	104	3,30	1,11		
	Gelir giderden fazla	65	3,33	1,00		
	Toplam	274	3,41	1,02		
Yaşam felsefesindeki değişim	Gelir giderden az	105	3,16	1,12	1,80	,17
	Gelir gidere eşit	104	2,93	1,19		
	Gelir giderden fazla	65	3,25	1,14		
	Toplam	274	3,09	1,16		
Başkalarıyla ilişkilerde değişim	Gelir giderden az	105	2,54	1,33	,02	,98
	Gelir gidere eşit	104	2,57	1,30		
	Gelir giderden fazla	65	2,53	1,27		
	Toplam	274	2,55	1,30		

Tablo 3'te görüldüğü gibi travma sonrası büyüme değişkeni ve alt boyutlarında gelir algısına göre anlamlı herhangi bir farklılık tespit edilememiştir.

Depremde yakınıni kaybetme durumuna göre ortalamalar arasındaki farklılık incelenmiş ve anlamlı bir farklılık Tablo 4'te de görüldüğü gibi tespit edilememiştir.

Tablo 4. Depremde Yakınıni Kaybetme Durumuna Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

Değişkenler	Depremde yakını kaybetme	N	Ort.	S	t	p
Travma Sonrası Büyüme	Evet	183	3,11	,96	,02	,98
	Hayır	92	3,11	1,00		
Benlik Algısındaki Değişim	Evet	183	3,42	,99	,28	,77
	Hayır	92	3,38	1,05		
Yaşam Felsefesindeki Değişim	Evet	183	3,12	1,14	,71	,47
	Hayır	92	3,01	1,17		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Evet	183	2,47	1,35	-1,16	,24
	Hayır	92	2,67	1,19		

Göçük altında kalıp kalmama durumuna göre bakıldığında ise ölçek toplam puanında ve benlik algısındaki değişim boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmişken yaşam felsefesindeki değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim boyutlarında herhangi bir farklılık saptanamamıştır. Göçük altında kalan bireylerin hem travma sonrası büyüme toplam puanları hem de benlik algısındaki değişim toplam puanları anlamlı olarak daha yüksek tespit edilmiştir (bk. Tablo 5).

Tablo 5. Göçük Altında Kalıp Kalmama Durumuna Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

Değişkenler	Göçük	N	Ort.	S	t	p
Travma Sonrası Büyüme	Evet	97	3,31	,83	2,59	,01
	Hayır	177	2,99	1,03		
Benlik Algısındaki Değişim	Evet	97	3,61	,84	2,55	,01
	Hayır	177	3,29	1,08		
Yaşam Felsefesindeki Değişim	Evet	97	3,32	,98	2,61	,09
	Hayır	177	2,94	1,23		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Evet	97	2,69	1,35	1,37	,17
	Hayır	177	2,46	1,27		

TARTIŞMA

Bu çalışmada 2023 yılının Şubat ayında gerçekleşen ve tüm Türkiye'yi derinden etkileyen depremleri Nurdağı ilçesinde deneyimleyen bireylerin TSB puanlarının sosyodemografik özelliklere ve depremde etkilenmeye göre incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular kadınların TSB toplam puanları ile benlik algısındaki değişim ve yaşam felsefesindeki değişim puanlarının erkeklerinkinden anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir. Göçük altında kalma durumuna göre incelendiğinde ise TSB ve benlik algısındaki değişim için göçük altında kalanların ortalama puanları anlamlı olarak daha yüksek tespit edilmiştir. Eğitim ve gelir algısı ile depremde yakınına kaybedip kaybetmeme durumu değişkenleri açısından ise anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Cinsiyete göre çalışmanın değişkenleri incelendiğinde kadınların TSB puanları ile benlik algısındaki değişim ve yaşam felsefesindeki değişim puanlarının erkeklerinkinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu tespit edilmişken başkalarıyla ilişkilerdeki değişim değişkeni açısından kadın ve erkek arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına benzer şekilde, literatürdeki çalışmalarda da (Akbar ve Witruk, 2016; Aras, 2021; Jeon vd., 2017; Jónsdóttir vd., 2023; Tedeschi ve Calhoun, 1996) TSB düzeyinin kadınlarda daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Güven (2010) tarafından 1999 Marmara depremzedeleriyle yapılan bir çalışmada kadınların TSB düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Linley ve Joseph (2004) tarafından gerçekleştirilen bir derleme çalışmasında da kadınların TSB düzeylerinin erkeklere göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Erkeklerin TSB düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu bulgulayan çalışmalar da mevcut olmakla beraber sınırlı sayıdadır. Örneğin, Thabet ve diğerleri (2015) tarafından yapılan bir çalışmada travmatik bir deneyim sonrasında erkekler, kadınlara göre önemli ölçüde daha yüksek TSB gösterirken, kadınların erkeklerden önemli ölçüde daha fazla manevi değişiklikler yaşadıkları belirlenmiştir. Literatürde TSB'nin cinsiyete göre farklılaşmadığını belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Kang vd., 2018; Stutts ve Stalanad, 2016). TSB'nin alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise kadınların özellikle başkalarıyla ilişkiler (Jin vd., 2014; Wu vd., 2016) ve kişisel güçlülük (Jin vd., 2014) boyutlarında erkeklerden daha yüksek puanlar

aldıkları ortaya koyulmuştur. Kadınların erkeklere göre daha fazla bilinçli düşünce ve derin düşüncelere daldığı (Treynor vd., 2003) ifade edilmektedir. Aynı zamanda Herta ve diğerleri (2017) tarafından yapılan çalışmada ise erkeklerin travma sonrasında kadınlardan daha fazla olumsuz bilişler sergiledikleri bulunmuştur. Wu ve diğerleri (2016) kadınların zorluklarla karşılaştıklarında yaşadıklarını başkalarına açıklama olasılıklarının erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Kadınların deneyimlerini açıklama konusundaki cömertlikleri yaşadıkları zorlukları anlamlandırma süreçlerine katkı sağlayabilir. Helgeson ve diğerleri (2006) meta analiz çalışmaları sonucunda travmatik bir olayı işleme süreçlerinde kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek fayda sağlama oranlarına sahip olduğunu belirlemiştir. Tüm bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde kadınların erkeklere göre olaylar hakkında daha derin düşünme eğilimi, travmatik bir olayı olumlu işleme süreçlerine katkı sağlayabilir.

Eğitim durumuna göre değişkenler açısından anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Bu bulguyu destekleyecek şekilde pek çok araştırmacı da (Altınışik, 2024; Gökahmetoğlu, 2021; Tosun, 2023; Uslu, 2020) eğitim durumuna göre TSB düzeyinin değişmediğini raporlamışlardır. Bu bulgunun aksi yönde sonuçlar raporlayan araştırmacılar da bulunmaktadır. Örneğin, Ullman (2014) düşük düzeyde eğitim seviyesine sahip kişilerin daha yüksek düzeyde TSB gösterdiklerini belirtmektedir. Aynı şekilde Göcek (2012) TSB ile eğitim düzeyi arasında zıt yönlü bir bağ bulunduğunu belirtmektedir. Bazı araştırmalarda ise (Erşahin, 2022; Wen vd., 2020) eğitim düzeyi yüksek olan katılımcıların daha yüksek TSB düzeylerine sahip olduğu belirlenmiştir. Yerli ve yabancı literatürde gerçekleştirilen TSB çalışmalarının eğitim düzeyi değişkeni açısından farklı sonuçları olduğu görülmektedir.

Gelir durumuna göre çalışmanın değişkenleri anlamlı olarak farklılık göstermemektedir. Literatür incelendiğinde bu bulguyu destekleyen çalışmalar (Karataş, 2020; Yıldız, 2021) mevcuttur. Ancak Heidarzadeh ve diğerleri (2014) yüksek gelir düzeyinin yüksek TSB ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Wang ve diğerleri (2014) ise yüksek gelir durumuna sahip olan kadınların ekonomik kaygıları olmayacağı için daha yüksek seviyede TSB'ye sahip olabileceklerini ifade etmektedir. 6 Şubat depremleri sonrasında daha önceki sosyoekonomik

düzeyi fark etmeksizin tüm depremzedelere maddi yardımlar yapılmış, kalacak yer sağlanarak barınma sorunları giderilmeye çalışılmış, çeşitli yardımlarla temel ihtiyaçlarının giderilmesi sağlanmıştır.

Göçük altında kalma durumuna göre incelendiğinde ise TSB ve benlik algısındaki değişim değişkenlerinde göçük altında kalanların ortalama puanları anlamlı olarak daha yüksek iken yaşam felsefesindeki değişim ve başkalarıyla ilişkilerdeki değişim değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık saptanamamıştır. Göçük altında kalmanın ölüme çok yakın bir deneyim olması travmanın şiddetini artırabilmektedir. Wlodarczyk ve diğerleri (2016) travmatik deneyimin yoğunluğu ile TSB arasında pozitif bir ilişki bulunduğunu belirtmektedir. Garcia'nın (2013) çalışmasında 2010 yılında Şili'de yaşanan depremde sonra, enkaz altından çıkarılan bir birey, Tanrı'ya olan inancının, enkaz altında en zor anları atlama, başına ne geleceğine dair belirsizlikle başa çıkmada, rahatlatmada ve yaşadıklarına anlam vermede kendisine yardımcı olduğunu ifade etmiştir.

Depremde yakınına kaybedip kaybetmeme durumuna göre çalışmanın değişkenleri farklılaşmamaktadır. Literatürde yakının kaybı sonrasındaki yas belirtileri ile TSB arasında ilişki olmadığını belirten çalışmalar (Currier vd., 2013; Engelkemeyer ve Marwit, 2008) bulunmaktadır. Johnsen ve Afgun (2021) TSB ve karmaşık yas arasında ilişki olmadığını belirtmektedir. Bazı araştırmacılar (Hogan ve Schmidt, 2002) yas ve TSB arasında negatif bir ilişki bulmuşken farklı çalışmalarda (Büchi vd., 2007; Büchi vd., 2009; Xu vd., 2015) pozitif bir korelasyon olduğu belirtilmiştir. Literatür incelendiğinde önceki çalışmalar (Jin vd., 2014; Smith vd., 2016) önemli bir kişinin kaybı da dahil olmak üzere, depreme özgü daha fazla olaya maruz kalmanın daha büyük TSB ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Kaybı olanlar kaybı olmayanlara göre daha yüksek TSB göstermişlerdir (Şenyüz vd., 2021). Bu bilgiler yakınına kaybetme sonrası süreçlerle TSB arasındaki ilişkinin farklı sonuçları olabileceğini göstermektedir. Eğer kişi ölümü anlamlandırmada ve kişisel dünyasında bir yer inşa etmede zorlanıyorsa bu durum daha fazla duygusal ve bilişsel süreç gerektirmektedir. Bu süreçler ise TSB'nin ortaya çıkma olasılığını artırmaktadır (Calhoun ve Tedeschi, 2001). 6 Şubat depremlerinde çok sayıda kaybın olması bu felaketin “Yüzyılın Afeti” olarak adlandırılmasına neden olmuştur.

Toplumsal çok büyük bir kısmını etkileyen deprem felaketinin insan eliyle ortaya çıkan bir durum olmadığı da bilinmektedir. Depremi engellenemez ve öngörülemez olması da kişinin kendi hayatı ve sevdikleri insanların hayatları üzerindeki kontrol hissini zayıflatmış olabilir. İnsanların acılarına şahit olmak, kendisi gibi yakınlarını kaybeden çok sayıda insan olduğunu bilmek bireyin acılarında yalnız olmadığı fikrini güçlendirmiş olabilir. Yaşanan kaybı toplumsal düzeyde anlamlandırmak ve acının birleştirici gücünden yararlanmak, kolektif bir birliktelik duygusuna katkı sağlamış olabilir. Tüm bunlar, deprem sonrası kaybı olan ve olmayan grupların TSB açısından farklılaşmamasını açıklayabilir. Armstrong ve Shakespeare-Finch (2011) anne, baba, çocuk, eş ve kardeşler gibi birinci düzeyde tanıdıklarını kaybeden bireylerde meydana gelen TSB'nin, daha uzak düzeyde tanıdıklarını kaybedenlere göre daha fazla olduğu ifade etmişlerdir. Tarafımızca gerçekleştirilen bu araştırmada katılımcılara 'depremde bir yakınımı kaybettim' ve 'depremde bir yakınımı kaybetmedim' şeklinde iki seçenek sunulmuştur. Kaybedilen kişinin yakınlığı ile ilgili ayrıntılı bir soru yöneltilmemiştir. Bu nedenle 'depremde bir yakınımı kaybettim' seçeneğini işaretleyen katılımcıların kaybettikleri kişiye yakınlık dereceleri ile ilgili bir bilgi bulunmamaktadır. Gruplar arası farklılaşmamayı sağlayan bir faktör de bu olabilir.

Sonuç olarak, 6 Şubat depremlerinde TSB'nin cinsiyet ve göçük altında kalıp kalmama değişkenleri açısından farklılaştığı, kadınların TSB puan ortalamalarının erkeklerden, göçük altında kalanların TSB puan ortalamalarının ise göçük altında kalmayanlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Eğitim durumu, gelir algısı ve depremde yakınını kaybedip kaybetmeme değişkenlerine göre ise TSB puan ortalamalarının farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu bulgular deprem sonrası tek seferlik bir ölçümle elde edilmiştir. Bu araştırmanın sınırlılıklarından biri de kesitsel araştırma desenine sahip olmasıdır. Boylamsal çalışmaların yapılması bu sonuçların kalıcılığı ve uzun vadede değişimleri konusunda bilgi sağlayabilir.

Ülkemizi pek çok yönden olumsuz bir şekilde etkileyen 6 Şubat 2023 depremlerinden sonra TSB'nin sosyodemografik değişkenler ve depremden etkilenme açısından incelenmesinin literatüre önemli bir katkı sunması beklenmektedir. Depremde en fazla zarar gören Nurdağı ilçesinde

bu çalışmanın gerçekleştirilmesinin de çalışmanın örneklem açısından özel bir grubu ele aldığını göstermektedir. Bunlara ek olarak, bu araştırmada travmatik olayların bireylerde hem olumsuz hem de olumlu yönlerine dikkat çekilmektedir. Çalışmanın güçlü yönlerinin yanı sıra sınırlılıkları da bulunmaktadır. Bu çalışmada kesitsel araştırma deseni kullanılmıştır. Boylamsal çalışma yapılarak TSB düzeyindeki farklılaşmanın araştırmada ele alınan değişkenlere göre değişip değişmediği incelenebilir. Yakınını kaybetme değişkeni derecelendirilerek (1. dereceden yakın vb.) bu konuda daha detaylı bilgi elde edilebilir.

İleride depremzedeler üzerine çalışma yapmak isteyen araştırmacılar, TSB üzerinde etkisi olabilecek diğer sosyodemografik değişkenleri (örn. yaş vb.) araştırmalarına dâhil edebilirler. Ayrıca yetişkin grupla gerçekleştirilen bu çalışma çocuk ve ergenler üzerinde yinelenebilir. Depremden etkilenen farklı yaş gruplarından insanların TSB düzeylerini belirlemek literatüre katkı sağlamakla birlikte, ilerde planlanacak müdahale çalışmalarının da gelişim dönemleri açısından farklılaşmasını sağlayacaktır. Alanda çalışan uzmanların da müdahale programlarını mevcut çalışmanın bulguları temelinde düzenlemeleri önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Aflakseir, A. ve Mahdiyar, M. (2016). The role of religious coping strategies in predicting depression among a sample of women with fertility problems in Shiraz. *Journal of Reproduction and Infertility*, 17(2), 117–122. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27141467>
- Akbar, Z. ve Witruk, E. (2016). Coping mediates the relationship between gender and posttraumatic growth. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 217, 1036–1043. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.102>.
- Alfuqaha, O. A., Al-Masarwah, U. M., Farah, R. I., Yasin, J. A., Alkuttob, L. A., Muslieh, N. I., Hammouri, M., Jawabreh, A. E., Aladwan, D. A., Barakat, R. O. ve Alshubbak, N. H. (2023). The Impact of Turkey and Syria Earthquakes on University Students: Posttraumatic Stress Disorder Symptoms, Meaning in Life, and Social Support. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 13(7), 587. <https://doi.org/10.3390/bs13070587>
- Altınışik, M.S. (2024). Suriyeli sığınmacılarda olayların etkisi ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin düzenleyici rolü. [Doktora Tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5).
- Amiri, H., Nakhaee, N., Nagyova, I., Timkova, V., Okhovati, M., Nekoei-Moghadam, M. ve Zahedi, R. (2021). Posttraumatic growth after earthquake: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(7), 867–877.
- Aras, N.Y. (2021). Yeni koronavirüs hastalığını (Covid-19) yenmiş bireylerde travma sonrası büyümede travma sonrası stres belirtileri, psikolojik sağlamlık ve umudun rolü. [Yüksek lisans tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Armstrong, D. ve Shakespeare-Finch, J. (2011). Relationship to the bereaved and perceptions of severity of trauma differentiate elements of posttraumatic growth. *Omega: Journal of Death and Dying*, 63(2), 125–140. <https://doi.org/10.2190/OM.63.2.b>
- Aykut, S. ve Soner Aykut, S. (2020). Kovid-19 Pandemisi ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu Temelinde Sosyal Hizmetin Önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56–66.
- Bağcaz, A. (2017). Ankara’da Yakın Kaybı Sonrası Yas Belirtilerinin Yaygınlığı ve Yordayıcı Etmenler (Sosyodemografik Özellikler, Yakın Kaybının Özellikleri, Anksiyete Duyarlılığı ve Yetişkin Ayrılık Anksiyetesi ile İlişkisi). [Yayımlanmamış Doktora Tezi], Hacettepe Üniversitesi.
- Batten, S. V., Orsillo, S. M. ve Walser, R. D. (2005). Acceptance and mindfulness-based approaches to the treatment of posttraumatic stress disorder. *Acceptance and mindfulness-based approaches to anxiety: Conceptualization and treatment* içinde (ss. 241–269). Springer US.

- Bernstein, M. ve Pfefferbaum, B. (2018). Posttraumatic Growth as a Response to Natural Disasters in Children and Adolescents. *Current Psychiatry Reports*, 20(5), 37. <https://doi.org/10.1007/s11920-018-0900-4>
- Boerner, M., Joseph, S. ve Murphy, D. (2017). Reports of post-traumatic growth and well-being: Moderating effect of defense style. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 36(9), 723-737.
- Büchi, S., Mörgeli, H., Schnyder, U., Jenewein, J., Hepp, U., Jina, E., ... ve Sensky, T. (2007). Grief and post-traumatic growth in parents 2–6 years after the death of their extremely premature baby. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 76(2), 106-114.
- Büchi, S., Mörgeli, H., Schnyder, U., Jenewein, J., Glaser, A., Fauchère, J. C., ... ve Sensky, T. (2009). Shared or discordant grief in couples 2–6 years after the death of their premature baby: Effects on suffering and posttraumatic growth. *Psychosomatics*, 50(2), 123-130.
- Calhoun, L. G. ve Tedeschi, R. G. (2001). Posttraumatic growth: The positive lessons of loss. R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning reconstruction and the experience of loss* içinde (ss. 157–172). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10397-008>
- Calhoun, L. G. ve Tedeschi, R. G. (2006). The Foundations of Posttraumatic Growth: An Expanded Framework. L. G. Calhoun and R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* içinde (ss. 3-23). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Calhoun, L. G., Cann, A. ve Tedeschi, R. G. (2010). The posttraumatic growth model: Sociocultural considerations. T. Weiss and R. Berger (Eds.), *Posttraumatic growth and culturally competent practice: Lessons learned from around the globe* içinde (ss. 1–14). John Wiley and Sons, Inc.. <https://doi.org/10.1002/9781118270028.ch1>
- Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Cann, A. ve Hanks, E. A. (2010). Positive outcomes following bereavement: Paths to posttraumatic growth. *Psychologica Belgica*, 50(1-2), 125-143.
- Carlsson, J. M., Mortensen, E. L. ve Kastrup, M. (2006). Predictors of mental health and quality of life in male tortured refugees. *Nordic Journal of Psychiatry*, 60(1), 51-57.
- Currier, J. M., Lisman, R., Irene Harris, J., Tait, R. ve Erbes, C. R. (2013). Cognitive processing of trauma and attitudes toward disclosure in the first six months after military deployment. *Journal of Clinical Psychology*, 69(3), 209-221.
- Davis, C. G. Ve Nolen-Hoeksema, S. (2009). Making sense of loss, perceiving benefits, and posttraumatic growth. S. J. Lopez and C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* içinde (2nd ed., ss. 641–649). Oxford University Press.
- Dekel, S., Solomon, Z., Horesh, D. ve Ein-Dor, T. (2014). Posttraumatic stress disorder and depressive symptoms: joined or independent sequelae of trauma?. *Journal of Psychiatric Research*, 54, 64-69.

- Dewaraja, R. ve Kawamura, N. (2006, April). *Trauma intensity and posttraumatic stress: Implications of the tsunami experience in Sri Lanka for the management of future disasters*. International Congress Series, 1287, 69-73.
- Dünya Sağlık Örgütü. (2018). ICD-11: Post-traumatic stress disorder.
- Engelkemeyer, S. M. ve Marwit, S. J. (2008). Posttraumatic growth in bereaved parents. *Journal of Traumatic Stress*, 21(3), 344–346. <https://doi.org/10.1002/jts.20338>
- Ersahin, Z. (2022). Post-traumatic growth among Syrian refugees in Turkey: The role of coping strategies and religiosity. *Current Psychology*, 41(4), 2398-2407.
- Eve, P. ve Kangas, M. (2015). Posttraumatic growth following trauma: Is growth accelerated or a reflection of cognitive maturation? *The Humanistic Psychologist*, 43(4), 354–370. <https://doi.org/10.1080/08873267.2015.1025272>
- Farhadi, A., Bahreini, M., Moradi, A., Mirzaei, K. ve Nemati, R. (2022). The predictive role of coping styles and sense of coherence in the post-traumatic growth of mothers with disabled children: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 22(1), 708.
- García, F. E. (2013). Bajo los escombros: Estrategias de sobrevivencia en una mujer afectada por un terremoto. *Procesos Psicológicos y Sociales*, 9, 1-22.
- García Martinez, F. E., Reyes Reyes, A. ve Cova Solar, F. (2014). Severidad del trauma, optimismo, crecimiento postraumático y bienestar en sobrevivientes de un desastre natural. *Universitas Psychologica*, 13(2), 575-584.
- Gökahmetoğlu, G. (2021). *Algılanan sosyal destek ve yaşam amacının travma sonrası büyüme ile ilişkisinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi], İstanbul Kent Üniversitesi.
- Grace, J. J., Kinsella, E. L., Muldoon, O. T. ve Fortune, D. G. (2015). Post-traumatic growth following acquired brain injury: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 6, 1162. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01162>
- Göcek, E. (2012). *Diyabet hastalarının psikolojik sıkıntı ve travma sonrası gelişimlerinin kaynakların korunması kuramı kapsamında incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- Güven, K. (2010). *Marmara Depremini Yasayan Yetişkinlerin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerine Göre Travma Sonrası Gelişim ve Depresyon Arasındaki İlişkisinin Araştırılması* [Yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Han Alpay, E., Redican, E., Hyland, P., Karatzias, T. ve Shevlin, M. (2024). Correlates of posttraumatic stress disorder in the aftermath of the february 2023 earthquake in turkey. *Journal of Loss and Trauma*, 29(6), 605–622. <https://doi.org/10.1080/15325024.2024.2314306>
- Heidarzadeh, M., Rassouli, M., Brant, J. M., Mohammadi-Shahbolaghi, F. ve Alavi-Majd, H. (2018). Dimensions of Posttraumatic Growth in Patients With Cancer: A Mixed Method Study. *Cancer nursing*, 41(6), 441–449. <https://doi.org/10.1097/NCC.0000000000000537>

- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A. ve Tomich, P. L. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 797–816. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.797>
- Hogan, N. S. ve Schmidt, L. A. (2002). Testing the grief to personal growth model using structural equation modeling. *Death Studies*, 26(8), 615–634.
- Irmansyah, I., Dharmono, S., Maramis, A. ve Minas, H. (2010). Determinants of psychological morbidity in survivors of the earthquake and tsunami in Aceh and Nias. *International Journal of Mental Health Systems*, 4, 1–10.
- İlhan, B., Berikol, G. B., Eroğlu, O. ve Deniz, T. (2023). Prevalence and associated risk factors of post-traumatic stress disorder among survivors of the 2023 Turkey earthquake. *The American Journal of Emergency Medicine*, 72, 39–43. <https://doi.org/10.1016/j.ajem.2023.07.026>
- Janoff-Bulman, R. (2004). Posttraumatic growth: Three explanatory models. *Psychological Inquiry*, 15(1), 30–34.
- Jeon, G. S., Park, S. Y. ve Bernstein, K. S. (2017). Socio-demographic and psychological correlates of posttraumatic growth among Korean Americans with a history of traumatic life experiences. *Archives of Psychiatric Nursing*, 31(3), 256–262.
- Jin, Y., Xu, J. ve Liu, D. (2014). The relationship between post traumatic stress disorder and post traumatic growth: gender differences in PTG and PTSD subgroups. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 49(12), 1903–1910. <https://doi.org/10.1007/s00127-014-0865-5>
- Johnsen, I. ve Afgun, K. (2021). Complicated grief and post-traumatic growth in traumatically bereaved siblings and close friends. *Journal of Loss and Trauma*, 26(3), 246–259. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1762972>
- Johnson, S. F. ve Boals, A. (2015). Refining our ability to measure posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(5), 422–429. <https://doi.org/10.1037/tra0000013>
- Jónsdóttir, E. K., Sigurvinsdóttir, R. S. ve Ásgeirsdóttir, B. B. (2023). Associations among posttraumatic growth, demographic characteristics, posttraumatic stress symptoms, and trauma type, with a focus on sexual violence. *Journal of Traumatic Stress*, 36(5), 849–860. <https://doi.org/10.1002/jts.22950>
- Jung, H. O. ve Han, S. W. (2023). Post-traumatic growth of people who have experienced earthquakes: Qualitative research systematic literature review. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 1070681. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.1070681>
- Kağan, M., Güleç, M., Boysan, M. ve Çavuş, H. (2012). Hierarchical factor structure of the Turkish version of the Posttraumatic Growth Inventory in a normal population. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 11(5), 617–624.
- Kang, X., Fang, Y., Li, S., Liu, Y., Zhao, D., Feng, X., Wang, Y. ve Li, P. (2018). The Benefits of Indirect Exposure to Trauma: The Relationships among Vicarious Posttraumatic

- Growth, Social Support, and Resilience in Ambulance Personnel in China. *Psychiatry investigation*, 15(5), 452–459. <https://doi.org/10.30773/pi.2017.11.08.1>
- Karanci, N. A. ve Acarturk, C. (2005). Post-Traumatic Growth among Marmara Earthquake Survivors Involved in Disaster Preparedness as Volunteers. *Traumatology*, 11(4), 307–323. <https://doi.org/10.1177/153476560501100409>
- Karataş, Z. (2020). COVID-19 Pandemisinin Toplumsal Etkileri, Değişim ve Güçlenme. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 3–17.
- Kardaş, F. ve Tanhan, F. (2018). Van Depremini Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Stres, Travma Sonrası Büyüme ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1–36.
- Kashyap, S. ve Hussain, D. (2018). Cross-cultural challenges to the construct “posttraumatic growth”. *Journal of Loss and Trauma*, 23(1), 51–69. <https://doi.org/10.1080/15325024.2017.1422234>
- Kawashima, M., Murakami, M., Kobayashi, T., Takebayashi, Y., Tsubokura, M., Yasutaka, T. ve Tamaki, T. (2023). Post-traumatic growth caused by the Great East Japan Earthquake and response to coronavirus disease 2019. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 95, 103917.
- Kelly, G., Morris, R. ve Shetty, H. (2018). Predictors of post-traumatic growth in stroke survivors. *Disability and Rehabilitation*, 40(24), 2916–2924.
- Khan, Y. S., Khan, A. W. ve Alabdulla, M. (2023). The psychological impact of the Turkey-Syria earthquake on children: addressing the need for ongoing mental health support and global humanitarian response. *European Journal of Psychotraumatology*, 14(2), 2249788. <https://doi.org/10.1080/20008066.2023.2249788>
- Kira, I. A., Ashby, J. S., Odenat, L. ve Lewandowsky, L. (2013). The mental health effects of torture trauma and its severity: A replication and extension. *Psychology*, 4(5), 472–482. <https://doi.org/10.4236/psych.2013.45067>
- Köroğlu, İ. (2021). *Yas deneyimi yaşamış bireylerde travma sonrası büyümeyi yordayan değişkenler: Geçmiş yas deneyimleri, kontrol odağı ve psikolojik belirtiler* [Master's thesis], Başkent Üniversitesi.
- Kurt, E. ve Gülbahçe, A. (2019). Van depremini yaşayan öğrencilerin travma sonrası stres bozukluğu düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(3), 957–972.
- Linley, P. ve Joseph, A. S. (2004). Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*, 17(1), 11–21. <http://dx.doi.org/10.1023/B:JOTS.0000014671.27856.7e>
- National Institute of Mental Health. (2021). Post-traumatic stress disorder. Available from: <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/post-traumatic-stress-disorder-ptsd>.

- Newnham, E. A., Mergelsberg, E. L. P., Chen, Y., Kim, Y., Gibbs, L., Dzidic, P. L., DaSilva, M. I., Chan, E. Y. Y., Shimomura, K., Narita, Z., Huang, Z. ve Leaning, J. (2022). Long-term mental health trajectories after disasters and pandemics: A multilingual systematic review of prevalence, risk and protective factors. *Clinical Psychology Review*, 97, 102203.
- Orçan, G. ve Karaaziz, M. (2024). Depremi yaşamış yetişkinlerde Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Travma Sonrası Büyüme arasındaki ilişkide stresle başa çıkma tarzlarının yordayıcı rolü. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(34), 128-143.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research and Evaluation Methods* (3rd ed.). Sage Publications.
- Peters, J., Bellet, B. W., Jones, P. J., Wu, G. W., Wang, L. ve McNally, R. J. (2021). Posttraumatic stress or posttraumatic growth? Using network analysis to explore the relationships between coping styles and trauma outcomes. *Journal of Anxiety Disorders*, 78, 102359.
- Prati, G. ve Pietrantonio, L. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of loss and trauma*, 14(5), 364-388.
- Riffle, O. M., Lewis, P. R. ve Tedeschi, R. G. (2020). Posttraumatic Growth After Disasters. (Ed. S. E. Schulenberg), *Positive psychological approaches to disaster: meaning, resilience, and posttraumatic growth* içinde (ss. 155-167). Springer.
- Salawali, S. H., Susanti, H., Daulima, N. H. C. ve Putri, A. F. (2020). Posttraumatic growth in adolescent survivors of earthquake, tsunami, and liquefaction in Palu Indonesia: a phenomenological study. *Pediatric Reports*, 12(1), 8699.
- Schulenberg, S. E. (Ed.). (2020). *Positive psychological approaches to disaster: Meaning, resilience, and posttraumatic growth*. Springer Nature.
- Shakespeare-Finch, J., Smith, S., Gow, K., Embelton, G. ve Baird, L. (2003). The prevalence of posttraumatic growth in emergency ambulance personnel, *Traumatology*, 9, 1-1, 58-71.
- Smith, R., McIntosh, V. V. W., Carter, J. D., Colhoun, H., Jordan, J., Carter, F. A. ve Bell, C. J. (2016). Thriving after trauma: Posttraumatic growth following the Canterbury earthquake sequence. *Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies*, 20, 125-134.
- Stroebe, M., Schut, H. ve Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet*, 370(9603), 1960-1973. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61816-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61816-9)
- Stutts, L. A. ve Stanaland, A. W. (2016). Posttraumatic growth in individuals with amputations. *Disability and Health Journal*, 9(1), 167-171. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2015.07.005>
- Şakiroğlu, M. (2019). Posttraumatic Growth among the 1999 Düzce Earthquake Survivors. *International Journal of Psycho-Educational Sciences*, 8(3), 61-72.

- Şener, Ö. ve Açar, M. Y. (2023). Kayıp Yaşayan Bireylerde Kaybı Kabullenme ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkide. *Uluslararası Psiko-Sosyal Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 121-138.
- Şenyüz, S., Ergün, D. ve Çakıcı, E. (2021). The Effect of Traumatic Loss on Posttraumatic Growth Among 2011 Van Earthquake Survivors: The Mediating Role of Posttraumatic Stress. *Alpha Psychiatry*, 22(2), 79-84. doi: 10.5455/apd.135624.
- Tang, S. T., Lin, K-C., Chen, J-S., Chang, W-C., Hsieh, C-H. ve Chou, W-C. (2015). Threatened with death but growing: Changes in and determinants of posttraumatic growth over the dying process for Taiwanese terminally ill cancer patients. *Psycho-Oncology*, 24(2), 147-154.
- Tedeschi, R. G. (1999). Violence transformed: Posttraumatic growth in survivors and their societies. *Aggressive and Violent Behavior*, 4(3), 319-341.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-472. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Thabet, A. A., Tawahina, A. A., Punamäki, R. L. ve Vostanis, P. (2015). Trauma, PTSD, and traumatic grief among Palestinian children. *SM Journal of Community Medicine*, 1(3), 1011. <https://dspace.alquds.edu/handle/20.500.12213/908>
- Tominaga, Y., Goto, T., Shelby, J., Oshio, A., Nishi, D. ve Takahashi, S. (2019). Secondary trauma and posttraumatic growth among mental health clinicians involved in disaster relief activities following the 2011 Tohoku earthquake and tsunami in Japan. *Counselling Psychology Quarterly*, 33(4), 427-447. <https://doi.org/10.1080/09515070.2019.1639493>
- Tosun, F. (2023). *Suriyelilerde travma sonrası stres, travma sonrası büyüme ve din*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Fırat Üniversitesi.
- Triplett, K. N., Tedeschi, R. G., Cann, A., Calhoun, L. G. ve Reeve, C. L. (2012). Posttraumatic growth, meaning in life, and life satisfaction in response to trauma. *Psychological trauma: Theory, research, practice, and policy*, 4(4), 400-410. <https://doi.org/10.1037/a0024204>
- Trochim, W. M. ve Donnelly, J. P. (2006) *The Research Methods Knowledge Base*. 3rd Edition, Atomic Dog.
- Uslu, B. G. (2020). *Meme ve jinekolojik kanser tanılı hastalarda travma sonrası büyüme gelişimi ile serotonin transporter gen promotor bölge polimorfizmi ve psikosoyol faktörler arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. [Tıpta Uzmanlık Tezi], Ege Üniversitesi.
- Ullman, S. E. (2014). Correlates of posttraumatic growth in adult sexual assault victims. *Traumatology*, 20(3), 219-224. <https://doi.org/10.1037/h0099402>

- Xu, W., Fu, Z., He, L., Schoebi, D. ve Wang, J. (2015). Growing in times of grief: Attachment modulates bereaved adults' posttraumatic growth after losing a family member to cancer. *Psychiatry research*, 230(1), 108-115.
- Vázquez, C., Cervellón, P., Pérez-Sales, P., Vidales, D. ve Gaborit, M. (2005). Positive emotions in earthquake survivors in El Salvador (2001). *Journal of Anxiety Disorders*, 19(3), 313-328.
- Wang, M. L., Liu, J. E., Wang, H. Y., Chen, J. ve Li, Y. Y. (2014). Posttraumatic growth and associated socio-demographic and clinical factors in Chinese breast cancer survivors. *European journal of oncology nursing : the official journal of European Oncology Nursing Society*, 18(5), 478-483. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2014.04.012>
- Wang, Z., Sun, Y. W., Wan, J. Q., Su, S. S., Zhou, Y. ve Xu, J. R. (2012). A preliminary study of alterations in default network connectivity in post-traumatic stress disorder patients following recent trauma. *Brain Research*, 1484, 50-56.
- Wen, K., McGrath, M., Acarturk, C., Ilkkursun, Z., Fuhr, D. C., Sondorp, E., ... ve Roberts, B. (2020). Post-traumatic growth and its predictors among Syrian refugees in Istanbul: a mental health population survey. *Journal of Migration and Health*, 1, 100010.
- Włodarczyk, A., Basabe, N., Páez, D., Amutio, A., García, F. E., Reyes, C. ve Villagrán, L. (2016). Positive effects of communal coping in the aftermath of a collective trauma: The case of the 2010 Chilean earthquake. *European Journal of Education and Psychology*, 9(1), 9-19.
- Wu, X., Kaminga, A. C., Dai, W., Deng, J., Wang, Z., Pan, X. ve Liu, A. (2019). The prevalence of moderate-to-high posttraumatic growth: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 243, 408-415.
- Wu, C., Liu, Y., Ma, S., Jing, G., Zhou, W., Qu, L., ... ve Wu, Y. (2021). The mediating roles of coping styles and resilience in the relationship between perceived social support and posttraumatic growth among primary caregivers of schizophrenic patients: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 21, 1-9.
- Wu, Z., Xu, J. ve Sui, Y. (2016). Posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth coexistence and the risk factors in Wenchuan earthquake survivors. *Psychiatry Research*, 237, 49-54.
- Yalom, I. D. (1999). *Momma and the meaning of life: Tales of psychotherapy*. Basic Books.
- Yıldız, Y. (2021). *Suriyeli mültecilerde dünyaya ilişkin varsayımlar ve travma sonrası büyümenin anksiyete üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Master's thesis], İstanbul Kent Üniversitesi.
- Yin, Q., Wu, L., Yu, X. ve Liu, W. (2019). Neuroticism predicts a long-term PTSD after earthquake trauma: the moderating effects of personality. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 657.

SOSYAL ÇALIŞMACILARIN EMPATİ OYUNU VASITASIYLA ENGELLİ BİREYLERE YÖNELİK GÖRÜŞLERİNİN BELİRLENMESİ

Nurhayat ÇALIŞKAN AKÇETİN¹

Deniz ŞARLAK²

Mehmet Akif İNESİ³

Bülent ÖNGÖREN⁴

İlker BASKAK⁵

Eyüp AKÇETİN⁶

Öz

Bu makalede, sosyal çalışmacıların ve sosyal hizmet öğrencilerinin empati oyunu aracılığıyla engelli bireylere yönelik görüşlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Engelli bireylere yönelik empati oyunu, sosyal çalışmacıların ve sosyal hizmet bölümü öğrencilerinin engelli bireylerin deneyimlerini ve zorluklarını daha iyi anlamalarına yardımcı olarak, bu bireylere yönelik tutum ve davranışlarını geliştirmeyi hedefleyen bir araçtır. Çalışmanın ana evreni sosyal çalışmacılar ve sosyal hizmet öğrencileri olup, çalışma grubu 152 katılımcıdan oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu ve kişisel bilgi formu, engellilerle empati kurabilme konusuna odaklanırken aynı zamanda katılımcılara esneklik sağlayarak onların düşüncelerini paylaşımlarını ve duygularını özgürce ifade etmelerini sağlamaktadır. Çalışmada katılımcılar tekerlekli sandalyede ve/veya gözleri bağlı bir şekilde engelli bir yetişkinin günlük hayatında yapacağı işleri (su içme, lavabo kullanma, asansör kullanma, merdiven inip-çıkma, vb.) simüle etmişlerdir. Sosyal hizmet perspektifiyle geliştirilen bu engellilere yönelik empati simülasyon çalışmasında, güvensizlik, yalnızlık, kaygılanma, çaresizlik gibi duygular; muhtaçlık, zorluk gibi olgular; desteklenme, iletişim, sosyalleşme, empati, toplumsal yaşama katılım, eksiklikleri giderme gibi istekler çalışmanın ana temaları ve kavramlarını oluşturmaktadır. Sonuç olarak çalışmada katılımcılar, engellilerin günlük yaşamını deneyimlemiş, bu deneyim sonucunda da engellilerin günlük yaşamda karşılaştıkları zorlukları anlamış ve buna bağlı olarak da algısal ve duygusal değişimler yaşamışlardır. Dolayısıyla katılımcıların engellilerle empati kurma yeteneklerinin geliştiği gözlenmiştir. Engellilere yönelik empati simülasyonunun sosyal hizmet uygulamalarında ve eğitiminde yararlı bir şekilde kullanılabileceği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Empati, engelli birey, iletişim, sosyal hizmet.

¹ Doç. Dr., Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sosyal Hizmet, E-posta: nurhayatakcetin@mu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-3958-7542

Dr. Öğr. Üyesi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sosyal Hizmet, E-posta: ksarlak@mu.edu.tr, ORCID: 0000-0001-6246-8301

³ Dr., Turgutlu Bilim ve Sanat Merkezi, E-posta: akifinesi@gmail.com, ORCID: 0000-0002-4305-7643

⁴ Doç. Dr., Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sosyal Hizmet, E-posta: bulentongoren@mu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-1288-0765

⁵ Arş. Gör., Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sosyal Hizmet, E-posta: ilkerbaskak@mu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-1731-2484

⁶ Doç. Dr., Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, E-posta: eyup.akcetin@mu.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7232-2154

ÇALIŞKAN-AKÇETİN, N., ŞARLAK, D., İNESİ, M. A., ÖNGÖREN, B., BASKAK, İ., AKÇETİN, E. (2025) Sosyal Çalışmacıların Empati Oyunu Varsitesiyle Engelli Bireylere Yönelik Görüşlerinin Belirlenmesi. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 25(67), 280-308. DOI:10.21560/spcd.vi. 1542979

DETERMINING SOCIAL WORKERS' VIEWS ON DISABLED PEOPLE THROUGH THE EMPATHY GAME

Abstract

This article aims to determine the views of social workers and social work students towards disabled individuals through an empathy game. The empathy game for individuals with disabilities is a tool designed to help social workers and social work students better understand the experiences and challenges faced by individuals with disabilities, and to improve their attitudes and behaviors towards these individuals. The main universe of the study is social workers and social work students, and the study group consists of 152 participants. The semi-structured interview form and personal information form used as data collection tools focus on the issue of empathizing with disabled people while also providing flexibility to the participants, allowing them to share their thoughts and express their feelings freely. In the study, the participants simulated the daily tasks that a disabled adult would do in a wheelchair and/or blindfolded (drinking water, using the sink, using the elevator, going up and down the stairs, etc.). In this empathy simulation study for disabled people developed from a social work perspective, emotions such as insecurity, loneliness, anxiety, helplessness; phenomena such as need and difficulty; The main themes and concepts of the study include requests for support, communication, socialization, empathy, participation in social life, and elimination of deficiencies. As a result, the participants in the study experienced the daily lives of the disabled, and as a result of this experience, they understood the difficulties that the disabled face in daily life and experienced perceptual and emotional changes accordingly. Therefore, it was observed that the participants' ability to empathize with the disabled improved. It was concluded that empathy simulation for the disabled could be used beneficially in social work practices and education.

Key Words: *Empathy, disabled person, communication, social work.*

GİRİŞ

Empati, yüz yüze danışmanlık veren meslekler için vazgeçilmez ve hayati bir unsur olarak kabul edilmektedir. Acıma ve sempati, genellikle bireyi ya güçlendiren ya da zayıflatan eylemlere yol açarken, empati odaklı eylem, bireyin bakış açısını ve güçlü yönlerini dikkate alarak ona güçlendirme sağlar. Bu çalışma hem otomatik veya bilinçsiz duygusal tepkileri ve bilişsel işlemeyi hem de bilinçli olarak empati odaklı eylemde bulunmayı ele almaktadır. Bütüncül bir sosyal hizmet perspektifi, empatinin bu üç bileşenini de içermelidir. Çünkü empati yalnızca bir durum değil, biliş ve duygulanım tarafından motive edilen bir eylemdir. Burada önemli olan nokta istemsiz yansıtmanın ayırt edici olmamasıdır. İnsanlar, taklit etme eğiliminde olduklarından, olumlu davranışlar kadar olumsuz davranışları da yansıtma olasılıkları yüksektir. Iacoboni (2009) eylem halindeki empatinin her zaman olumlu olmadığı konusunda bizi uyarır. Bireyler taklitçi şiddet eğilimi nedeniyle vahşet deneyimleyebiliyor; zihinsel süreçleri sonucunda refleksif davranışları ayırabilme kapasiteleri var. Ancak bizi birbirimize bağlayan ve ayıran nörobiyolojik unsurların göz ardı edilmesiyle, kültürler arası yansıtma ya da empati, dini ve siyasi inanç sistemlerinin etkisiyle engellenebiliyor. Bu durum karşısında sosyal hizmet mücadelesinin bir parçası olarak, eylemi yalnızca duygulanım ve bilişle ilişkilendirmek değil, aynı zamanda refahı teşvik eden, olumlu ve sosyal olarak adil olan eylemi beslemek zorunlu hale gelmektedir. Dolayısıyla sosyal adalet ilkeleri üzerine bir empati çerçevesi inşa ederek, farklılıklardan ziyade benzerliklerimizi vurgulayan, sosyal olarak yapıcı davranışların taklit edilmesini ve bilişsel süreçleri teşvik eden teori ve pratiklere ihtiyaç duyulmaktadır (Gerdes ve Segal, 2009: 122-123).

Bu yüzden sosyal hizmet uygulamalarının temelinde yer alan yardım ilişkisi, diğer etkili iletişim becerilerinde de olduğu gibi, empatinin vazgeçilmez bir öneme sahip olduğunu açıkça ortaya koymaktadır. Bir bireyi dikkatle dinlemeyi öğrenmek ve onun yaşam bağlamını derinlemesine anlamak, sosyal hizmet alanındaki ana odak noktalarından biridir. Yüz yüze yapılan görüşmeler yoluyla, bireyin iç dünyasına ulaşarak onun perspektifini anlamak amaçlanır. Görüşmeler sayesinde araştırılan konu hakkında bireyin niyetleri, zihinsel algıları, deneyimleri, tutumları, yorumları, tepkileri ve düşünceleri gibi soyut bilgilere erişmek amaçlanır (Karataş, 2017: 74, 77).

Araştırmalar, empatinin danışanların memnuniyetiyle pozitif bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir. Amerikan Psikoloji Derneği'nin (APA) de empatiyi, etkili sosyal hizmet uygulamalarının kritik bir unsuru olarak tanımlaması, bu yetinin sosyal hizmetteki önemini daha da pekiştirmektedir. Bu makale sosyal çalışmacıların, danışanların deneyimlerini daha iyi anlamaları, onlarla güçlü bir bağ kurmaları ve güvene dayalı olarak etkili bir iletişim geliştirmeleri amacıyla, sosyal hizmet uygulamalarında empatinin önemini ölçmeye yönelik önemli bir adım atmıştır. Sosyal çalışmacıların yardım etme davranışları ve empati becerileri üzerine yapılan araştırmaların sınırlı olması, bu konunun seçilmesinde belirleyici etken olmuştur. Çünkü empati sosyal çalışmacıların, danışanların duygusal dünyalarına daha derin bir şekilde nüfuz etmelerini, onların duygusal durumlarını anlayarak daha anlamlı ve etkili iletişim kurmalarını ve yaşadıklarını hissetmeyi içerir. Ayrıca empati, danışanların ihtiyaçlarına uygun desteği sunma becerilerini de artırır. Bu da sosyal hizmet mesleği için vazgeçilmez bir unsurdur.

Özellikle engelli bireylerle empati kurmak, sosyal hizmet mesleği açısından ayrı bir önem taşır. Çünkü bu bireyler, kendi engelleri dışında başka birçok engelle de maalesef karşı karşıya kalmaktadırlar. Engelli bireylerin fiziksel işlevlerinde yaşadıkları bozukluklar ve bunların hareket yeteneklerine getirdiği kısıtlamalar, onların toplumdan dışlanmasına yol açabildiği gibi alt yapı yetersizlikleri nedeniyle de birçok sorun yaşamaktadırlar. Bu durumu daha da zorlaştıran etkenler ise yetersiz toplumsal destek sistemleri ve toplumun damgalayıcı, dışlayıcı tutumlarıdır. Bu unsurlar, engelli bireylerin topluma eşit bireyler olarak katılımını engellemektedir (Karataş, 2002: 44). Empati geliştirmek için oyunlaştırma prensiplerini kullanan programlara dair literatür de yetersizdir. Programlar ağırlıklı olarak empatik tepkileri değerlendirmeye odaklanmıştır, ancak empati geliştirmeyi ve empatik davranışları teşvik etmeyi amaçlamamaktadır (Saleme vd., 2020: 322-326). Dolayısıyla bu çalışmayı yaparken amaçladığımız, engelli bireylerle etkili bir iletişim kurabilmek ve onlarla empati geliştirebilmek, sosyal hizmet mesleği açısından hayati bir beceri olarak önemli olduğu gibi literatüre katkı açısından da önemlidir.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1. Engellilik ve Empati Kavramı

“Engelli: Fiziksel, zihinsel, ruhsal ve duyuşsal yetilerinde çeşitli düzeyde kayıplarından dolayı topluma diğer bireyler ile birlikte eşit koşullarda tam ve etkin katılımını kısıtlayan tutum ve çevre koşullarından etkilenen bireyi” bireyi ifade etmektedir (5378 Sayılı Engelliler Hakkında Kanun, 2005). Dolayısıyla engelli bireyler, toplumda dezavantajlı bir konumda bulunan ve özel gereksinimleri olan bireylerdir.

Engelliler temel hizmetlere erişimden, sosyal ilişkilerden, toplumsal ve kültürel faaliyetlerden, ekonomik alanlardan, yakın çevreden, alt yapı hizmetlerinden vs. mahrum bırakıldıklarında, ikinci bir engellilik hali ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu durum, onların sosyal hayattan dışlanması şeklinde de tanımlanabilir (Genç, 2015: 67). Engelli bireylerin yaşadığı sorunlar; fiziksel, sosyal, kültürel ve ekonomik nedenlerden kaynaklanabilir. Bu bireyler toplumsal faaliyetlere, günlük yaşama ve şehir hayatına sınırlı düzeyde katılabilmektedirler. Eğitim, sağlık, kültür, istihdam, mesleki rehabilitasyon, ulaşım, sanat, spor, şehir standartlarının iyileştirilmesi, psikolojik destek, bireysel ve aile danışmanlığı gibi pek çok alanda ciddi sorunlar yaşanmaktadır (Öztabak, 2017: 358-359). Engelli bireyin fiziksel işlevlerindeki bozukluklar ve bu durumun hareket kabiliyetine getirdiği kısıtlamalar, onu toplumun diğer bireylerinden olumsuz yönde ayırır. Bu farklılık, engelli bireylerin karşılaştığı ayrımcılığın temel nedenlerinden biridir (Karataş, 2002: 44).

Onları engelli hale getiren asıl etken, toplumun damgalayıcı, ayrımcı ve sınırlayıcı tutumlarıdır. Bu tutumlar, engelli bireylerin kendilerini toplumdan dışlanmış hissetmelerine neden olduğu gibi, topluma entegre olma fırsatlarını da kısıtlamaktadır. Ancak, toplumsal engellerin ortadan kaldırılması, onların kendilerini izole edilmiş değil, aksine topluma tam anlamıyla entegre olmuş hissetmelerini sağlayabilir. Dolayısıyla sosyal modelin, engelli bireyleri toplumdan uzaklaştırmak yerine toplumla bütünleştirmeyi hedefleyen yaklaşımı, günümüzde giderek daha geniş ölçüde kabul edilmektedir. Özellikle engelli bireyler ve onların yakınları (aile, arkadaşlar vb.), bu tür bir yaklaşıma daha çok ihtiyaç duyduklarını belirtmektedirler (Arıkan, 2002: 12). Özellikle insanlar engelli bireylerle empati kurarak, onların yaşadıkları sorunları daha iyi

anlayabilir ve toplumun her kesimi için daha kapsayıcı çözümler üretebilirler. Dolayısıyla empati temelli yaklaşım, engelli bireylerin yaşadıkları zorlukları anlamak ve onların topluma tam anlamıyla entegre olmalarını sağlamak adına oldukça önemlidir.

Empatheia kelimesini ilk olarak Yunanlılar türetmişlerdir; bu kelime açıkça sevgi ve aynı zamanda acı çekme niteliğiyle birlikte tutku anlamına gelmektedir. *Em*, “içinde” ya da “içine” anlamına gelir ve en azından bir başkasıyla güçlü bir duygu bağına girme fikri vardır. Latince karşılığı büyük ölçüde Yunancadan ödünç alınmıştır. *Pathos* Latince kökenlidir ve modern *pathy* son eki olarak duygu-algı anlamında kullanılır (Barret-Lennard, 1981: 91). T. Lipps (1851-1914) Almanca *Einfühlung*’u “kişinin kendi bilinçdışı duygularının ve içsel hayal hareketlerinin sanat nesnesine yansıtılması ve daha sonra nesnenin içinde deneyimlenmesi” olarak tanımlamıştır. Lipps, bu öz-aktarım dürtüsünün özgün bir fenomen olduğuna ve estetik deneyimin temelini oluşturduğuna inanır. Bu kavram, İngilizcede ‘empathy’ ve Yunancada ‘enpatheia’ olarak ifade edilmektedir. Başlangıçta daha çok sanat alanında kullanılan bu terim, zamanla psikoloji alanında da kullanılmıştır. Bunun nedeni, diğer araştırmacıların bu tepkinin, zihnin düşünceleri ilişkilendirme eğiliminden kaynaklandığını öne sürmeleridir (Lanzoni, 2018: 23).

Literatürde empati denince ilk akla gelen isimlerden biri olan C. R. Rogers (1902-1987) öncesi yaklaşımlarda “empati kurma” terimi, bir kişinin karşısındakinin belirli durumlarda nasıl davranacağını öngörmesi şeklinde tanımlanmış ve bu bağlamda empati, insanların birbirlerinin kişilik özelliklerini algılamalarıyla sınırlı tutulmuştur (Dökmen, 1987: 184). Rogers ise empatinin bir durum olmaktan ziyade bir süreç olduğunu söyler. Ona göre empati bir kişinin kendine özgü algı dünyasına dahil olup onunla tamamen bütünleşmek anlamına gelir. Yani empati bir kimse ile birlikte var olma şeklidir. Bu, o kimsenin kaynağında hissettiği anlamlar değiştiğinde onun kızgınlık, sevgi, korku gibi her an yaşadığı duyguya duyarlı olmak demektir. Bu, geçici olarak onu yargılamadan ona nazikçe yaklaşmak, onun çok azlıkla ayırında olduğu anlamları hissetmek ve hatta hayatını yaşamaktır (Rogers, 1983: 107).

Alan yazında empati kavramına yönelik tanımlara bakıldığında, çoğu kez ‘sempati’ kavramı ile karıştırıldığı da görülmektedir. Aslında bu iki kavram oldukça farklıdır. Eğer karşımızdaki kişiye sempati duyuyorsak, onun hissettiği duyguları biz de aynen hissederiz. Adam Smith The Theory of Moral Sentiments (Ahlaki Duygular Teorisi) (2010) adlı eserinde, ortaya çıkan duygusal tepkiyi empatiden ziyade sempati olarak adlandırırsa da perspektif almanın neyi içerdiği konusunda ince bir ayırım yapar. Sempatinin, genellikle ilgili kişiyle bağdaştırılan durumların hayali bir değişiminden kaynaklandığı doğru bir şekilde belirtilse de bu hayali değişimin benim kendi kişiliğimde değil, sempati duyduğum kişinin kişiliğinde gerçekleşmesi gerekir. Örneğin, “tek oğlunuzu kaybettiğiniz için başsağlığı dilediğimde, kederinize ortak olmak amacıyla, kendim böyle bir duruma sahip olsaydım nasıl acı çekeceğimi düşünmüyorum. Aksine, gerçekten sizin yerinizde olsaydım, nasıl acı çekeceğimi hayal ediyorum. Bu hayal sadece olayları değil, aynı zamanda kişilikleri ve karakterleri de değiştirmeyi içeriyor. Bu nedenle, üzüntüm tamamen sizin durumunuzdan kaynaklanıyor, kendi durumumdan değil” (Batson ve Shaw, 1991: 112). Fakat empati kurduğumuzda, o kişinin duygularını veya düşüncelerini paylaşmamız gerekmez; yalnızca o duyguları anlamaya çalışırız. Günlük hayatta farkında olmadan başkalarıyla empati kurduğumuz birçok an vardır. Bunların en dikkat çekici örneklerinden bazıları ise sessiz sinema veya körebe gibi çocuk oyunlarıdır (Sirkeci ve Ateş, t.y: 5). Oyun boyunca konuşmadan ya da göremeden yapılan eylemleri kapsar.

Sosyal Hizmet Sözlüğü’nde Barker (2003) empatiyi başka bir kişinin duygusal durumunu ve fikirlerini deneyimleme, anlama, algılama ve bunlara karşılık verme eylemi olarak tanımlar. Empatinin, başka bir kişinin ne hissettiğini ve ne düşündüğünü hayal etme yeteneği olduğu konusunda disiplinler arasında genel bir mutabakat vardır. Bu bağlamda, empati eğilimli bir özellik, bilişsel bir beceri, fizyolojik bir tepki veya bu bileşenlerin bir kombinasyonu olarak sunulmuştur. Bilişsel bir beceri mi? Doğuştan gelen bir özellik mi? Öğretilir mi? Öğrenilebilir mi? Bir duygu, bir düşünce veya bir eylem midir? Eğer sahipsek, daha fazlasını geliştirebilir miyiz? Empatiyi geliştirmek ve uygulamada etkili bir şekilde kullanmak için bu soruları yanıtlayan bir modele sahip olmak faydalı olacaktır. Empati hem bir başkasının içine girmeye yönelik aktif bir çaba hem de bir başkasının pasif

bir yansıması olarak düşünülmüştür. Empatinin bu ikili doğası, başlangıçta disiplinler arasındaki her araştırmacı tarafından benimsenmemiş olsa da artık yaygın olarak kabul edilmektedir (Gerdes ve Segal, 2009: 115-116).

Bu ilk inceleme döneminden sonra, empati üzerine yapılan araştırmaların çoğu gelişim psikologları ve sosyal psikologlar tarafından gerçekleştirilmiştir. Buna göre empati, bir gözlemcinin bir başkasının (yani hedefin) duygulanımını hayal etmesi veya algılaması ve bunun da gözlemcinin, hedefin hissettiklerini kısmen hissedeceği şekilde bir tepkiyi tetiklemesiyle ortaya çıkmaktadır. Örneğin Frédérique de Vignemont (1973-) ve Tania Singer (1969-) empatiyi şu şekilde tanımlamaktadır: Başkalarıyla, başka bir kişinin duygusal durumuyla izomorfik olan, başka bir kişinin duygusal durumunu hayal ederek veya gözlemleyerek ortaya çıkan ve başka bir kişinin duygusal durumunun kendi duygusal durumumuzun kaynağı olduğunu bildiğimiz duygusal bir duruma sahip olduğumuzda “empati kurarız” (Singer ve Lamm, 2009: 82). Genelleştirilmiş bir yetenek veya özellik olarak empati, potansiyel olarak kendi başına önemli ve karmaşık bir araştırma alanıdır. Bununla birlikte, kişilerarası süreçlerde empati olgusu veya doğası hakkında net bir görüşe ulaşmak, kişisel kapasite açısından mantıksal olarak, araştırmadan önce gelir (Barret-Lennard, 1981: 99).

Kuramsal görüşlere göre empatiye dayalı iletişim, bilişsel (cognitive) ve duygusal (affective) olmak üzere başlıca iki öğeden oluşur. Bu duygusal açıdan ‘karşımızdaki kişinin hissettiği duyguları hissetmek’, bilişsel açıdan ‘karşımızdaki kişinin ne hissettiğini anlamak’ olarak ifade edilir. (Dökmen, 1988: 158). Yani bilişsel empati kasıtlı olarak başka bir kişinin bakış açısını benimsemeyi, duygusal empati ise empatiyi duygularla bağlantılı ve başkalarının ne hissettiğini hissetmektir (Schrier ve Farber, 2021: 198-199). Empatinin öznel deneyimini oluşturmak için ise dinamik olarak etkileşime giren üç gerekli, işlevsel bileşen vardır: 1-Benlik ve öteki arasında, paylaşılan temsillere yol açan algı-eylem bağlantısına dayalı duygusal paylaşım; 2- Öz-diğer farkındalığı. Geçici bir özdeşleşme olsa bile, benlik ve öteki arasında bir karışıklık yoktur; [ve] 3- Ötekinin öznel bakış açısını ve aynı zamanda düzenleyici süreci benimsemek için zihinsel esneklik [yani duygu düzenleme] (Gerdes ve Segal, 2011: 144).

Dolayısıyla empatinin, bilinçli farkındalık ile de ilişkili olduğu düşünülmektedir. Çünkü iki kavram da dikkat ve esnekliği içermektedir. Aşırı özdeşleşmenin tersi olan bilinçli farkındalık da empati gibi, bir durumla özdeşleşmek yerine, o anki durumu bütün yönleriyle görüp değerlendirmeyi sağlar (Uygur, 2019: 1250). Başkalarına yönelik empatik tepkiler bir başkasının acısını hafifletme arzusundan kaynaklanırken ve kendi duygusal durumla diğerinin duygusal durumu arasında bir dereceye kadar ayırım içerirken, kendine yönelik tepkiler kişinin kendi kaygısını ve olumsuz duygusal uyarılmalarını hafifletme arzusundan kaynaklanır (Sterkenburg ve Vacaru, 2018: 577).

Empati temelli tepki becerisi araştırmalara göre, eğitim yoluyla artış gösterebilmektedir. Hatta teknik alanlarda çalışanlara göre yüz yüze iletişimin ve sosyal etkileşimlerin daha sık yaşandığı mesleklerde çalışanların daha fazla empati eğilimi gösterdiği görülmektedir (Tuncay ve İl, 2009: 43). Gerçek şu ki empati becerisi yüksek olan insanlar daha yardımseverdir (Miller, Pfarrer ve Little, 2014: 305-306). Başkasıyla empati kurabilen kişi, karşısındaki zor durumda olan bireyin duygularını ve düşüncelerini paylaşır. Dahası ona yardım etme arzusu duyar. Peki bu yardım etme arzusu fedakârlıktan mı yoksa bencillikten mi doğar. Çünkü araştırmalar, bu yardım davranışının bu iki temel güdüden kaynaklandığını göstermiştir. Bencillik açısından bakıldığında, kişi karşısındakinin rahatsızlığından rahatsız olur ve kendini rahatlatmak amacıyla yardım eder. Fedakârlık açısından bakıldığında ise kişi, karşısındaki kişinin durumu, kendi durumundan daha öncelikli görür ve tamamen karşısındaki kişiye yardım etmek için harekete geçer. Sonuç itibarıyla bakılırsa eğer, her iki güdünün de yardım sürecini tetikleyebileceği düşünülmektedir (Serpen ve Hasgül, 2015: 40).

Empati ve yardım etme güdülerinin eğitimde de önemli bir yeri vardır. Özellikle oyun temelli öğrenme, bu tür sosyal ve duygusal becerilerin geliştirilmesinde etkili bir yöntem olarak öne çıkar. Oyunlar, öğrencilerin empati becerilerini uygulamalı olarak deneyimlemelerine olanak tanıdığı gibi hem onları başkalarına yardım etmeye hem de iş birliğine teşvik eder. Böylece, bireysel kazanımların yanı sıra topluluk içinde birlikte hareket etme bilincine

de katkı sağlamaktadır. O halde diyebiliriz ki oyun temelli öğrenme, empati gibi sosyal becerileri geliştirmede güçlü bir araç olabilir.

2. Oyun Temelli Öğrenme

Bireylerin empati kurma yetisi ya da duygusal iyileşmesine katkı sağlayan beceriler, sorunlarının anlaşılmasını ve kendilerini ifade etmelerini kolaylaştırır. Bu noktada, oyun ve oyun terapisinin özellikleri ile tekniklerine dair bilgi ve beceriler devreye girer. Çünkü oyun, olumsuz duygu ve düşüncelerin yerini olumlu olanlarla değiştirme, empati yeteneğinin yanı sıra sosyal uyumu ve benlik saygısını geliştirme gibi konularda etkili bir araçtır (Aykara, 2017: 182, 173). Oyun temelli öğrenme, katılımcılara interaktif bir ortamda öğrenme fırsatı sunan etkili bir yöntemdir. Dolayısıyla engelli bireylerle empati kurma oyunları, sosyal çalışmacıların farkındalıklarını, anlayış ve duyarlılıklarını artırmalarına yardımcı olabilir. Çünkü bu oyunlar, katılımcıları engellilik deneyimini yaşamaya teşvik ederken, aynı zamanda bu deneyimi bizzat yaşayan kişileri anlamalarına ve onlara değer vermelerine olanak tanır.

Sosyal hizmet mesleği açısından çok önemli olan engelli danışanlarla empati kurma yeteneğini oyunlaştırarak ölçmeyi sağlamak amacıyla yaptığımız bu çalışma, sosyal çalışmacıların engelli bireylerle empatik bir iletişim kurma yeteneklerini artırmak için kullanabilecekleri bir oyun yaklaşımını ele alacaktır. Bu nedenle tekerlekli sandalye kullanma ve göz bağlama gibi simülasyon tekniklerini kullanarak, engelli bireylerin yaşam deneyimlerine dair empatik anlayışın nasıl artırılacağı araştırılmaktadır.

3. Sosyal Hizmet Alanında Gerçekleştirilen Simülasyon Çalışmaları

Engelli bireylerin toplumsal hayata katılımını artırmaya yönelik çalışmalar, sosyal hizmet disiplini açısından önemlidir. Bu bağlamda, sosyal çalışmacıların empati geliştirme süreçleri, engelli bireylerin duygu hallerini ve deneyimlerini anlamak ve onların yaşam koşullarını iyileştirmek açısından kritik bir rol oynamaktadır. Literatürde, empatiyi artırmaya yönelik farklı eğitim yöntemleri ve müdahale biçimleri ele alınmıştır (Stepien ve Baernstein, 2006: 528). Özellikle simülasyon tabanlı uygulamalar ve rol yapma teknikleri, sosyal çalışmacıların engelli bireylerin karşılaştıkları duygusal, fiziksel ve sosyal engelleri kavramalarını kolaylaştırmaktadır. Öyle ki bazı çalışmalar

(Hassan, 2020; Ventura vd., 2020; Martingano, Hererra ve Konrath, 2021), sanal gerçeklik teknolojilerinin kullanıldığı empati oyunlarının, katılımcılarda hem bilişsel hem de duygusal empati düzeylerini geliştirdiğini/artırdığını göstermektedir. Engelli bireylerin maruz kaldığı damgalama ve ayrımcılığı ele alan araştırmalar da sosyal algıların dönüştürülmesinde empati temelli yaklaşımların etkili olduğunu ortaya koymaktadır (Gloor ve Puhl, 2016: 274; Decety, Echols ve Correll, 2010: 990). Ayrıca bu konuda verilen eğitim ve yapılan müdahalelerin, sosyal çalışmacılara engelli bireylerin haklarına duyarlı ve onlara yönelik kapsayıcı bir bakış açısı kazandırdığı da vurgulanmaktadır (Beaulaurier ve Taylor 2001: 71).

Teherani, Hauer ve O'Sullivan'ın 2008 yılında gerçekleştirdikleri çalışmada ilk olarak empatiyi derin ve yüzeysel olmak üzere iki kategoriye ayırmışlardır. Derin empati duygusal ve bilişsel yönleri içerirken, yüzeysel empati, bir bireyin belirli davranışları sergileyerek empati göstermesi olarak tanımlanmıştır. Bahsi geçen çalışmada simülasyon uygulamalarının özellikle yüzeysel empatiyi ölçmede başarılı olduğu gözükmemektedir. Ayrıca simülasyonlardaki geri bildirim mekanizmalarının katılımcıların iletişim becerilerini geliştirmeye olanak tanıdığı da ortaya konmuştur (Teherani, Hauer ve O'Sullivan, 2008: 148-152). Bir başka çalışmada ise sosyal çalışmacıların empati geliştirme programlarını değerlendirilmiş (Han ve Kim, 2021: 928) ve simülasyon tabanlı empati geliştirme programına katılan deney grubunun, psikososyal stres seviyelerinde anlamlı bir azalma görülmüştür. Yine, sağlık alanında eğitim gören öğrencilerin empati düzeylerinin artırılmasına yönelik simülasyon tabanlı müdahalelerin etkililiğini değerlendiren bir meta-analiz çalışmasında (Chua vd., 2021: 1) bu tarz müdahalelerin öğrencilerin empati düzeylerini düşük veya orta derecede artırdığı ve bu etkinin genellikle bir ay içerisinde azaldığı tespit edilmiştir. Yapılan çalışmaların sonuçlara baktığımızda empati oyunlarının sosyal hizmet eğitiminde yenilikçi bir araç olarak kullanılabileceğini söyleyebiliriz. Fakat simülasyon eğitimlerinin etkililiğini sürdürebilmesi için belli aralıklarla tekrarlanmaları gerekmektedir.

YÖNTEM

1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden içerisinde yer alan fenomenolojik desen ile yapılandırılmıştır. Kesitsel araştırmalarda, bütün veriler belli bir zamanda ve bir defada toplanmaktadır.

2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu Sosyal Hizmet Bölümü'nde öğrenim gören 114 öğrenci ve 38 sosyal çalışmacı olmak üzere toplamda 152 katılımcı oluşturmaktadır. Gönüllü olmak, sosyal hizmet bölümü öğrencisi veya sosyal çalışmacı olmak ve fiziksel engelli bulunmamak araştırmaya dahil edilme kriterleri olarak belirlenmiştir. Gönüllü olmamak ve veri toplama araçlarını eksik doldurmak ise katılımcıların araştırmadan dışlanma kriterleri olarak belirlenmiştir.

3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan ve katılımcıların medeni durumu, yaşı, cinsiyeti, vb. soruları içeren toplamda 6 sorudan oluşan formdur.

3.2. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

Bu form, katılımcılarla yapılan görüşmelerde engelli/yaşlıların ihtiyaçlarını anlamak ve onlara karşı empati kurmayı desteklemek için tasarlanmış bir araştırma aracıdır. Bu form ile sosyal hizmet öğrencilerinin ve sosyal çalışmacıların engelli bireylerle empati kurma düzeylerinin belirlenmesi hedeflenmektedir. Form, engelli bireylerle empati kurabilme konusuna odaklandığı gibi, katılımcılara esneklik sağlayarak onların özgürce düşüncelerini paylaşımlarını ve duygularını ifade etmelerine olanak tanımaktadır. Bundan dolayı formdaki sorular açık uçlu olarak tasarlanmıştır. Bu sorular engelli bireylerin günlük yaşamlarındaki zorluklar, yaşadıkları

değişimler ve duygusal ihtiyaçları konusunda katılımcıların düşüncelerini derinlemesine öğrenebilmek maksadıyla oluşturulmuştur.

4. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri kurum ortamında ve yüz yüze olarak Mayıs-Haziran 2023 tarihinde toplanmıştır. Araştırmanın amacı açıklandıktan ve araştırmadan elde edilen verilerin kişisel olarak değerlendirilmeyeceği ifade edildikten sonra gönüllü katılımcılara empati kurma oyunu oynatılmıştır. Uygulama 20-25 dakika sürmüştür.

Katılımcıların simülasyon deneyimlerini tamamlamalarının hemen ardından görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Bu yaklaşım, yani simülasyon deneyiminin hemen ardından yapılarak unutulmadan, deneyimin taze olduğu bir dönemde, katılımcıların düşüncelerini ve hislerini daha doğru bir şekilde ifade etmelerine olanak tanımıştır. Görüşmeler yaklaşık olarak 30 dakika sürmüştür. Katılımcıların rahat ve güvenli bir ortamda düşüncelerini paylaşmaları teşvik edilmiştir.

Araştırma sürecinde, katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınması, gönüllülük esasına dayalı katılımları ve katılımcı mahremiyetinin korunması gibi etik ilkeler titizlikle uygulanmıştır. Tüm katılımcılardan, araştırma amacı, yöntemleri ve potansiyel yayınlar hakkında detaylı bilgi verilerek onamları alınmıştır. Katılımcıların kimlik bilgileri gizli tutularak ve veriler anonimleştirilerek işlenmiştir.

4.1. Empati Kurma Oyununun Tasarımı

4.1.1. Empati Kurma Oyunu (Göz bağlama ve tekerlekli sandalye kullanımı aktivitesi): Bu çalışmada, sosyal hizmet öğrencilerinin ve sosyal çalışmacıların görme ya da yürüme engelli bir bireyin yaşam deneyimi hakkında onlarla empati kurmalarına yardımcı olmak için tasarlanmış bir oyunu ele alacağız.

Katılımcılar, geçici olarak bir engellilik durumunu deneyimlemek için tekerlekli sandalye, gözlük, bant gibi araçları kullanmaktadırlar. Bu deneyim, katılımcıların engelli bireylerin günlük yaşamlarındaki zorlukları anlamalarına yardımcı olmak amacıyla uygulanmaktadır.

4.1.2. Aktivitenin Tanımı

Tekerlekli sandalye kullanma ya da göz bağlama ya da aktivitesinde, sosyal hizmet öğrencileri ve sosyal çalışmacılar tekerlekli sandalyeye oturtularak ya da gözleri bağlanarak bir rehber eşliğinde farklı görevleri tamamlamaları istenir. Bu görevler, farklı dokulara sahip nesneleri sadece dokunarak tanımak, bir bardak sudan dökmeden su içmek veya bir sandalyeye oturmak gibi basit günlük aktiviteleri içerir.

4.1.3. Aktivitenin Amaçları

Katılımcıların görme ya da yürüme engelli bir bireyin bakış açısını anlamalarını sağlamak

- Engelli bireylere karşı farkındalık ve hassasiyet oluşturmak
- Empati kurma becerilerini geliştirmek
- İletişim ve problem çözme becerilerini geliştirmek

4.1.4. Aktivitenin Faydaları

Bu aktivite, katılımcılara görme ya da yürüme engelli bir bireyin günlük yaşamda karşılaştığı zorlukları ve engelleri deneyimleme imkânı sunar. Bu deneyim, yürüme ya da görme engelli bireylerin günlük yaşamda karşılaştığı zorlukları deneyimlemelerine, onlarla empati kurmalarına ve katılımcıların engelli bireylere karşı daha duyarlı olmalarına yardımcı olur. Ayrıca, aktivite katılımcıların engelli bireylere karşı hassasiyet ve farkındalık oluşturmalarına, iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirmelerine de katkı sağlar.

4.1.5. Aktivitenin Uygulanması

4.1.5.1. Gerekli Malzemeler

1. Göz bandı veya atkı, farklı dokulara sahip nesneler (örneğin, pamuk, yün, zımpara kâğıdı), tekerlekli sandalye, yiyecek ve içecek (örneğin, meyve, bardak su), Bir rehber (gözleri gören bir kişi)
2. **Giriş:** Aktivitenin amacı ve hedefleri katılımcılara açıklanmıştır. Görememek ya da yürüyememek hakkında kısa bilgilendirme yapılmıştır.

3. Görevler: Gözleri bağlı ya da tekerlekli sandalyede oturan katılımcılardan farklı görevleri (farklı dokulara sahip nesneleri sadece dokunarak tanıma, bir bardak sudan dökmeden su içme, bir merdivenden çıkma veya bir sandalyeye oturma, lavaboyu kullanma, el yıkama, kıyafetlerini değiştirme, asansöre binme, teknolojik bir alet kullanma (bilgisayar veya telefon) gibi günlük aktiviteleri tamamlamaları istenmiştir.

4.1.5.2. Oyun Kuralları

1. Katılımcı rastgele seçilerek engelli bir bireyin rolünü üstlenirler.
2. Katılımcıların gözleri bağlanarak tekerlekli sandalyeye oturtulurlar.
3. Katılımcılardan günlük aktivitelerini, kendilerini engelli bir yetişkinin yerine koyarak gerçekleştirirler.
4. Oyun sonunda, katılımcılar engelli bireylerin yaşadıkları deneyimleri paylaşırlar.
5. Araştırmacılar, katılımcıların engelli bir bireyin deneyimini daha iyi anlamalarını sağlamak ve bu konuda onlara yardımcı olmak için bir tartışma yönlendirebilir. Bu tartışmalar engellilere saygı, yalnızlık, sağlık sorunları, ayrımcılık, finansal sıkıntılar, fiziksel engeller ve diğer konulara odaklanabilir.

4.1.6. İşlem / Verilerin Toplanması

4.1.6.1. Senaryo: Görme (gözlerini bağlayarak) ve fiziksel engelli bireyler için tekerlekli sandalye deneyimi

4.1.6.2. Amaç: Bireylerin empati kurmalarını sağlamak ve görme veya fiziksel engelli bireylerin yaşam deneyimini anlamalarına yardımcı olmak.

5. Verilerin Analizi

Katılımcıların yarı yapılandırılmış görüşme sorularına verdikleri cevaplardan kodlar oluşturulmuş, kodlardan kategoriler ve kategorilerden de temalar oluşturulmuştur. İçerik analizi iki farklı uzman tarafından gerçekleştirilmiştir. Veri analizinin güvenilirliği için Miles ve Huberman'ın (1994) güvenilirlik formülüne göre iki uzman arasındaki uyuşum yüzdesi %86

olarak bulunmuştur. Araştırmamızın inandırıcılığı açısından katılımcıların ifadeleri, kodlarla beraber doğrudan alıntılar şeklinde sunulmuştur.

BULGULAR VE YORUMLAR

Araştırmamızda engelli bireylerle sosyal çalışmacıların ve sosyal hizmet öğrencilerinin empati kurma düzeylerinin bir simülasyon oyunu aracılığıyla belirlenmesi amaçlanmıştır. Gerçekleştirilen simülasyon oyunundan sonra yapılan yarı yapılandırılmış görüşmeler ile elde edilen veriler yoluyla en çok belirginleşen ifadelerden kodlar, bu kodlardan yola çıkarak kategoriler ve kategorilerden de temalar oluşturulmuştur. Oluşturulan kodlar, kategoriler ve temalar Şekil 1’ de verilmiştir.



Şekil 1. Katılımcıların Empati Oyunu Sonrası Engelli Bireylere Yönelik Görüşleri

Çalışmanın sonuçlarına göre, sosyal çalışmacıların ve sosyal hizmet öğrencilerinin engellilere yönelik görüşleri; duygu durumu (yalnızlık, çaresizlik, güvensizlik, kaygılanma), hissedilen olgu (zorluk, muhtaçlık), toplumda yer alma (iletişim, sosyalleşme, desteklenme) ve istekler (empati, eksiklikleri giderme) olarak dört tema oluşturmuştur. Sosyal hizmet alanında çalışanların ve öğrencilerin engelli bireylerle empati kurmalarını sağlayacak bu canlandırma oyunu sonucu çeşitli duygusal tepkiler ve duygulanımlar ortaya çıktığını görülmektedir. Canlandırma ile engelli bir bireyin günlük yaşamını deneyimlenirken, empati kurma yeteneklerinin geliştiği ve engelli bireyin zorluklarını ve günlük yaşamda karşılaştığı engellerin daha iyi anlaşıldığı araştırmanın diğer kazanımları olmuştur.

Duygu durumu teması ile, engellilikle ilgili duygusal hassasiyet geliştirebilmeleri açıklanmaktadır. Engelli bireylerin yaşadığı zorlukların deneyimlenmesi, onların duygusal deneyimlerin daha iyi anlaşılmasını sağlamaktadır.

Yapılan empati oyunu uygulamasında öğrencilerin duygu durumunda yalnızlık; yalnız ve çaresiz hissetme, çaresizlik; çaresiz hissetme, güvensizlik; güvensiz hissetme, kaygılanma; korku, tedirginlik ve endişelenme hissettiği görülmüştür.

Bu duygusal bulgular birçok farklı nedenin sonucu olduğu düşünülmektedir. Bu duygusal tepkiler genellikle bireylerin duygusal, zihinsel ve sosyal sağlığını etkilemektedir. Katılımcılar, yapılan çalışmada engellilikle ilgili farkındalık kazandıklarını, engellilerin günlük yaşamlarında karşılaştıkları fiziksel ve duygusal zorlukları daha yakından hissederek farklı duyguları (korku, yalnızlık, çaresizlik, kaygı gibi) aynı anda yaşadıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca engelsiz günlük yaşam deneyimlerinde olmayan duyguları tanımlayarak, başka birinin desteğine olan gereksinimin kaygıya ve çaresizliğe kendilerini ittiklerini, yalnız başına gerçekleştirmeye çalıştıkları oyunda korku ve çaresizliği tanımlayarak, yalnız kalma, çaresizlik, güvensizlik ve kaygıyı en temel duygular olarak ifade etmişlerdir.

“...Görme engelli bir birey olarak bir günümü geçirdiğimde kendimi çok çaresiz hissettim...”

“...Fakat bunun tam tersi gerçekleştiği zaman kendimi yalnız çaresiz ve güçsüz hissedebilirim...”

“...Günlük yaşamda gerçekleştirdiğimiz sosyal aktivitelerimizin daha sınırlı olacağını bilmek gerçekten kişiyi üzüyor ve korkutuyor...”

“...Yürürken falan bir yere çarpacağım korkusuyla gerçekten hareket bile edemedim yanımda güvendiğim bir insanın olmasına rağmen hareketlerimin çok sınırlandığı hissettim ve gerçekten işte bıçağı alırken kendimi keseceğim mi korkusu işte çayı demlerken sıcak suyu üzerime dökücem mi korkusu gerçekten çok korktum...”

“...Yardım edebilecek kişilerin olması gerekiyor ki ben gerçekten yanımda güvendiğim bir insan olduğu halde korktum yürürken falan cisimlere çarpacağım korkusuyla...”

Hissedilen olgu temasında ise zorluklar ve başkalarına muhtaçlık temel kavramlar olarak tespit edilmiştir.

Yapılan empati oyunu uygulamasında katılımcılar hissedilen olgular temasının alt başlığı olan zorluklar kavramını açıklarken; zor, kötü bir durum, güçlük başlıklarını kullanmışlardır. Empati oyununda yapılan eylemlerin engelsiz yaşam deneyimlerine göre zor olduğu

“...Çok zor olduğunu düşündüm ve çok fazla tedirgin oldum gerçekten ya çarparsam nasıl yapıcım, nasıl olacak diye daha önce hiç kullanmadığım için de çok zorlandım...”

“... Yolda yürümekte çok zorlandım. Mutlaka birisinin yardımına ihtiyacım olacak...”

“... Her gün gördüğümüz yolu gözümüz kapalı olarak yürümekte bile zorlanıyoruz...”

“... Yürüme engelli insanların günlük yaşamlarındaki zorlukların düşünülenenden çok daha fazla olduğunu düşünüyorum. Bu zorlukların üstesinden tek başlarına gelmeleri mümkün değildir...”

“... Sandığımızdan daha da zor olduğunu fark ettim çünkü bir elbise katlamak bile çok zorken veya yönünü bulmak çok zorken bir yere çarpma korkusu çok

fazlayken gündelik yaşamlarını gerçekleştirmek gerçekten çok zor olduğunu düşünüyorum...”

“... Gerçekten çok zor bir durum ve bunun bir anlık bile yaşamak gerçekten bana çaresiz hissettirdi...” cümleleriyle açıklamışlardır.

Yine empati oyunu sonucunda yapmaya çalışılan davranışların yerine getirilememesi, istenilen şekilde sonuçlanmaması, yapılmasının çok zorluklar içermesi ya da başka bir bireyin desteğiyle gerçekleştirilmesi nedeniyle hissedilen olgunun ise kötü bir duruma düşme olarak açıklandığı izlenmiştir.

“... Ben çok kötü hissedirdim. Çünkü her şeyi yapmak için ekstra bir güç sarf etmem gerekiyor. Bu da çok kötü bir durum olacağını düşünüyorum...”

“...ben şuna inanıyorum. Hayal gücümüz bizim gördüklerimizle sınırlı aslında. Hiç görmediğimiz bir yer. Hayal et deseler sadece gördüğümüz şeylerden parça parça birleştirerek ona yakın bir şey düşünebiliriz sadece. Bu sebeple hayal gücümün sınırlandığı ve kapana kısıldığını hissetmiştim o yüzden çok kötü bir durum...”

“... İki katına falan katlanıyor onların hayatlarında gerçekten kötü bir durum...”

“...Çok kötü bir durumdu en önemlisi en temel ihtiyaçlarını karşılama durumu var. Mesela ben lavaboya gitmek istedim. Ama tek başıma yapamadım yanımda biri olmadan gidemedim. Çok üzücü bir duyguydu...” cümleleri de kötü duruma düşme kavramına örnek gösterilebilir.

Gündelik yaşamda engelsiz bireylerin yaptığı davranışların çoğunu empati oyununda katılımcılar yüksek zorluk düzeyinde olduğunu ifade etmişlerdir. Temel bakım gereksinimleri, yemek yeme, sıradan günlük aktivitelerin oldukça zor olduğunu ifade etmişlerdir.

Başkalarına muhtaç olma alt başlığı ise, muhtaç olma, yük olma, yardım hissettiği başlıklarıyla açıklanmıştır. Empati oyununda katılımcılara destek olan araştırmacıların yardımını talep etmeleri ve günlük otonom davranışlardan olan yürüme eyleminin yapılamaması, onları yük ve muhtaç olma düşüncelerinin gelişimine ittiğini belirtmişlerdir. Bu durum ise katılımcılarda destek ve yardım gereksinimi ortaya çıkarmıştır. Kişiler arası ilişkilerin gelişimi için aile ve arkadaş grupları başta olmak üzere farklı sosyal

ağlar geliştiririz. Böylece hem diğer insanlarla iletişime geçer hem de sosyal destek sistemi oluştururuz. Bu nedenle muhtaç olma, yük olma ve yardım isteği duygu ve düşünceleri yerine iletişim ve birlikte olma anlayışlarını geliştirmekteyiz. Ancak katılımcılar kendilerini kısıtlı, eksik ve eşit olarak nitelemedikleri için;

“... Yürüme engelli insanların sosyal etkileşimlerinin genellikle kısıtlı olduğunu düşünüyorum. Bu kişiler çok fazla dışarı çıkıp sosyalleşmek istemeyebilirler Bunu yargılanmaktan çekindikleri için yapıyor da olabilirler...”

“... Bu insanların kısıtlı olan insanların sosyal etkileşimleri düşük olma ihtimali olabiliyor. Toplum olarak onları toplum içine kazandırmamız, gerekli çalışmalar yapmamız önemli...”

“... Şu anki yaptıklarımızın tabii ki o zaman yapmak daha zor olacağını düşünüyorum. Hareket kısıtlılığımız olacak. Özgür değilim sanki, kendim yapamıyorum ya da bir desteğe ihtiyacım oluyor...”

“... Çünkü hepsi birbiriyle bir bütün ve bir eksik olduğunda çoğu şey eksik kalıyor...”

“... Hani insanlarla konuşmak istemezdim çünkü görememek ve yürüyememek özellikle görememek bana göre, çok eksik hissedilen bir şey hayatta, kendimi bayağı kötü hissedirdim. Hani dışlanmış olsam bile dışlanmış gibi hissedirdim...”

“... Birden kendimi eksik ve yetersiz hissettim...” cümleleriyle empati oyunundaki eylemin kendilerini muhtaç ve yük olmaya ittiğini ve yardım etme isteklerinin gelişmelerine yardımcı olduklarını belirtmişlerdir.

Toplumda yer alma isteği teması ise iletişim kurma, sosyalleşme ve desteklenme alt başlıklarıyla açıklanmaktadır.

Yapılan empati oyunu uygulamasında katılımcıların iletişim ve etkileşim gereksinimi ortaya çıkmıştır. İletişim ve etkileşim gerçekleştiren katılımcıların sosyal etkileşim, öğrenme ve kişisel gelişim sağladıkları ve böyle insanlarla iletişim kurmanın, farklı bakış açılarını anlamayı sağladığını, bilgi ve becerilerini arttırdığını belirtmişlerdir. Bunu;

“... Şimdi babaannemle yaşadığım tecrübeler sayesinde yaşlı insanları çok daha iyi anlıyor, onlarla kolaylıkla iletişim kurabiliyorum...”

“...Sosyal etkileşim iletişim kurmak, fark edilmek... Bunlar insanların temel ihtiyaçlarındandır. Yaşlı ve görme yürüme engelli bireylerin temel ihtiyaçlarındandır ve sosyal etkileşimleri onların yaşam kalitesini de önemli ölçüde etkiler...”

“...Ben bu bireylerin hayatlarında iletişimin önemli olduğunu düşünüyorum. Çünkü kendilerini yalnız hissetmemeleri gerekiyor ve bu bireylere gerekli desteğin verilmesi gerektiğini düşünüyorum...”

“...Yalnızlık çekmemeleri için sağlıklı yaşam sürebilmesi için iletişime ihtiyaçları olduğunu düşünüyorum. Çeşitli yardımların ve desteklerin verilmesi gerektiğini düşünüyorum”

“...Yürüme engelli insanların sosyal etkileşimlerinin genellikle kısıtlı olduğunu düşünüyorum. Bu kişiler çok fazla dışarı çıkıp sosyalleşmek istemeyebilirler...”

“...Sosyal etkileşim olarak da insan ilişkilerinin iyi olması gerekiyor ve bence çevresinde bilinçli insanların olması gerektiğini düşünüyorum ve toplumumuzun da bu konu hakkında bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum...”
Cümleleriyle açıklamaktadırlar.

Sosyal bağlantılar kurmak ve desteklenmek, kişinin mutluluğunu ve kendine olan güvenini arttırmaktadır. Sosyalleşme alt başlığı sosyallik ve sosyal hayat başlıklarıyla açıklanmaktadır. Sosyal bağların gelişmesi, iletişimle birlikte sosyal yaşama katılma ile gerçekleşmekte ve bireyleri anksiyeteden ve olumsuz duygu durumundan korumaktadır. Katılımcılar empati oyununda destek aldığı araştırmacı ve diğer katılımcıların varlığı ile sosyal hayata katılarak rahatlamış ve desteklendiğini düşündüğünü ifade etmiştir.

“...Bireylerin günlük yaşamını kolaylaştıran düzenlemelerin olmasının onlar için önemli olduğunu söyleyebilirim...”

“...Biz kendimizi onların yerine koyduğumuzda onların yaşadıkları zorlukları fark ediyoruz ve bu zorlukları kolaylaştırmak için elimizden geleni yapmaya çalışıyoruz...” cümleleriyle ifade etmektedirler.

Desteklenme alt başlığı kolaylaştırma ve destekleme başlıklarıyla açıklanmaktadır. Empati oyununa katılanlar araştırmacılar tarafından desteklenmesiyle yaptıkları davranışların kolaylaştığını ve böylece onların da başkalarına destek verme düşüncesinin oluştuğunu ifade etmektedirler.

Desteklenme engelsiz yaşama alışkın katılımcıların zor durumlarla başa çıkmasına yardımcı olarak, diğer sosyal destek unsurlarının (aile, arkadaş grupları vb.) etkisiyle sosyal bağların gelişmesini sağlamaktadır. Desteklenme, kolaylaştırma ve destekleme başlıkları da,

“...Bence öncelikli olarak aile desteği görme engelli bireyin hem psikolojik hem sosyal açıdan en büyük destekçisidir...”

“...Bence en önemlisi hayatlarında güvendiği bir insanın olması gerekiyor güvendiği bir ailesi, doktor vesaire ona yardım edebilecek kişilerin olması gerekiyor ki ben gerçekten yanımda güvendiğim bir insan olduğu halde korktum yürürken falan cisimlere çarpacağım korkusuyla...”

“...Bence maddi durum kadar manevi durumun da çok önemli olduğunu düşünüyorum yani aile çevre arkadaşlar çok önemli olan tutumları ve davranışları...”

“...Günlük işlerine yardım etme açısından onun yanında kişiler, ailesi ve çevresi bu yüzden oldukça önemli olan aile...”

“...Engellinin ilk yıllarında diyeyim ilk karşılaştıklarında alışana kadar zorlanıyorlar. Fakat ailesinin veya eşinin desteği ile daha çabuk adapte oluyordur...” şeklinde belirtilmiştir.

İstekler temasının alt başlıkları empati ve eksiklikleri giderme olarak belirlenmiştir. Empati alt başlığı ise anlayış, empati, farkındalık başlıklarıyla açıklanmıştır. Eksikleri giderme alt başlığı ise bakım beklentileri ve kısıtlılık başlıkları ile açıklanmaktadır.

Empati, başkalarının duygularını ve deneyimlerini anlama ve paylaşma yeteneği olduğuna göre empati beklentisi de karşıdakinden hislerini ve deneyimlerini anlamasını istemek olarak tanımlanabilir. Empati ve beklenti, insanlar arası ilişkilerde daha iyi anlayış ve duyarlılık yaratma amacını taşımaktadır. Farkındalık, kişinin kendisinin, diğerlerinin ve çevresinin farkında olma yeteneğiyle farkındalık beklentileri, karşıdakinden gereksinimlerine, duygu durumuna ve sınırlarına dikkat etme isteği olarak tanımlanabilir. Böylece insanlar arası ilişkilerde saygı ve anlayış gelişebilmektedir.

Yapılan empati oyununda katılımcıların empati alt başlığı altındaki anlayış ve farkındalık istekleri kişilerarası duygu paylaşımını, iletişimi ve sosyal bağları güçlendirmektedir. Katılımcılar bu isteklerini,

“...Bana göre paylaşım çok önemli. Çünkü göremeyen ve yürüyemeyen bir insan duygularını paylaşabildiği sürece dertlerini içine atmadığı sürece bir şekilde çözüm yolu bulup dertlerinin üstesinden gelebilir. Fakat dertlerini paylaşamayan bir insan üstesinden gelemeyen içine atar içine attıkça büyür...”

“...Sosyal etkileşim olarak da insan ilişkilerinin iyi olması gerekiyor ve bence çevresinde bilinçli insanların olması...”

“...Etkileşim anlamında sosyal etkileşim anlamında çok zorlandıklarını düşünüyorum. En azından kendim bu durumda olduğunda çok zorlandım O yüzden onların da zorlandığını düşünüyorum...” cümleleriyle ifade etmişlerdir.

Yapılan empati oyununda katılımcıların eksiklikleri giderme alt başlığı altındaki kısıtlılık ve bakım beklentisi istekleri kişinin sevgi, destek ve bakım gereksiniminden doğduğu düşünülmektedir. Engellilerin yaşadığı kısıtlı davranışları ve sürekli bakım eksikliklerini karşılama isteği,

“...Kusur olarak görülen şeylerin bizlerin aslında empatik bir yaklaşımla onlara karşı sevgi dolu bir yaklaşımla...”

“...Sevgi ve empati ile yaklaşan insanların olmasının önemli olduğunu düşünüyorum yürüme engelli bireylerin günlük yaşamını kolaylaştıran düzenlemelerin olmasının onlar için önemli olduğunu söyleyebilirim...”

“...Ben kendimi çok kötü hissettim ve eksik hissettim. Başkalarının bakımına muhtaç olma durumu çok kötüydü...”

“...Yürümekte yemek yemekte Kendi kişisel bakımını gerçekleştirmekte zorlandım...” cümleleriyle açıklanmıştır.

SONUÇ VE TARTIŞMA

“Sosyal Çalışmacıların Empati Oyunu Vasıtasıyla Engellilere Yönelik Görüşlerinin Belirlenmesi” çalışması, sosyal hizmet uygulamasında empati kurmanın önemini vurgulamakta ve engelli bireylerle daha etkili bir şekilde çalışmanın yollarını araştırmaktadır. Araştırma kapsamında kullanılan yarı yapılandırılmış görüşmelerle katılımcıların empati oyunu engellilere yönelik

görüşlerindeki değişimleri derinlemesine incelenmiştir. Bu simülasyon oyunları, sosyal hizmet öğrencilerinin ve sosyal çalışanların engelli bireylere yönelik anlayışlarını ve duyarlılıklarını güçlendirmektedir. Özellikle göz bağlama ve tekerlekli sandalye kullanma gibi deneyimler, engelli bireylerin günlük yaşamda karşılaştıkları zorlukları daha iyi anlamalarına yardımcı olmuştur.

Bu makalede sosyal çalışanların ve sosyal hizmet öğrencilerinin engellilere yönelik empati yeteneklerini geliştirmek amacıyla oynadıkları empati oyununun, gönüllü katılımcıların farkındalıklarını artırdığı ve onlar üzerinde derin duygusal etkiler yarattığı tespit edilmiştir. Bulgular, öğrencilerin duygu durumu, hissedilen olgu, toplumda yer alma ve istekler olmak üzere dört ana tema altında sınıflandırılmıştır.

Duygu durumu teması altında, katılımcılar güvensizlik, yalnızlık, kaygı ve çaresizlik gibi olumsuz duyguları deneyimlemiş, engelli bireylerin hissettikleri duygusal zorluklara karşı duyarlılıkları artmıştır. Katılımcılar gelişim dönemlerinde geliştirmiş oldukları fiziksel, duygusal ve sosyal becerilerini kullanarak çevresini tanıma ve karşılaştıkları sorunlarla baş etme yeteneği geliştirmişlerdir. Fakat katılımcılar empati oyunu vasıtasıyla engelli bireyler gibi fiziksel özelliklerini kullanamadıklarında derin bir kaygı hissettikleri belirtmişlerdir. Çünkü herhangi bir uzuv kaybı kimi bireylerde hem yaygın kaygıya hem de ileri düzeylerde depresyona neden olmaktadır (McKechine ve John, 2014: 1864-5). Kaygılı kişilerin empati kurmaları da güçleşir, çünkü ilgilerini kendilerine yöneltmek zorunda kalırlar. Dolayısıyla sağlıklı iletişim kurma olasılıkları daha da azalır (Pişkin, 1989: 779). Ayrıca yapılan simülasyonda katılımcılar, engelliler gibi daha önce yeterli olduğunu düşündüğü becerilerini yitirdiğinde kendini yoğun çaresizlik duygusuna kapılmış hissetmişlerdir. Bu duygu başkalarına olan bağımlılık nedeniyle yalnızlık ve güvensizlik duygularının gelişmesine de neden olmaktadır. Nasrabadi vd., (2022) de bireylerin üstesinden gelemeyeceği bir problemle karşılaştıklarında destek arayışına girdiğini ve bu desteği bulamama olasılığının ise yalnızlık, güvensizlik ve çaresizlik hissine neden olduğunu ifade etmiştir.

Hissedilen olgu temasında katılımcılar, günlük yaşam aktivitelerinin zorluklarını ve başkalarına muhtaçlık hissi yaşadıklarını ön plana çıkarırken,

destek ve yardımlaşma gereksinimlerinde artış olduğunu belirtmişlerdir. Günlük yaşam aktivitelerinin öğrenilmesi beş temel duyunun gelişimiyle birlikte çocukluk dönemiyle beraber gerçekleşmektedir. Bu aktiviteler daha sonra neredeyse otonom davranışlar halini almaktadır. Ancak bizim çalışmamızda da görüldüğü üzere görme ve yürüme gibi aktiviteleri yapamayan engellilerin, akranlarına nazaran günlük aktiviteleri öğrenmesi daha uzun bir süreci kapsamakta ve başta ebeveynler olmak üzere başkalarına gereksinim ihtiyacı doğurmaktadır. Dolayısıyla zorluğun derecesi arttıkça, muhtaçlık ve dış desteğe olan gereksinim de artmaktadır (Okyar ve Çakmak, 2019: 219-220).

Toplumda yer alma temasında katılımcılar, sosyalleşme, iletişim ve desteklenme gereksinimlerini ortaya koymuş, bu da onların hem sosyal bağlarını güçlendirme hem de farklı perspektifleri anlama becerilerinin gelişmesini sağlamıştır. Engelliler hem gündelik yaşam aktivitelerini yapmakta hem de farklı düzeylerde toplumsal yaşama katılmakta zorluklar yaşamaktadır. Toplumsal yaşama katılımın sınırlı kalması ise sosyalleşme eksikliğine, iletişimin giderek azalmasına ve dolayısıyla yalnızlığa neden olmaktadır. Dahası toplumsal hayattan izole olmuş bir yaşam, ruhsal ve fiziksel hastalıkları da beraberinde getirmektedir. Hem bu çalışmada hem de bu konu üzerine yapılan diğer çalışmalarda toplumsal yaşama katılmaya çalışan engellilerin hem toplum içinde yaşadıkları sorunlar (dışlanma, empati eksikliği vs.) hem de alt yapı sorunları (rampalar, asansörler, tuvaletler vs.) onların özgüvenini zedeleyerek toplumsal yaşamdan daha da uzaklaşmalarına ve dolayısıyla yalnızlaşmalarına sebep olduğu görülmektedir (Kaldık, 2024: 415). Çalışmamızdaki empati oyununda gerçekleştirilen engelli simülasyonu sayesinde katılımcılar, engellilerin yaşadıkları sıkıntıları deneyimleyerek onlarla empati geliştirmiş, bu ise bu tarz yaklaşımların desteklenmesi ve yaygınlaştırılması gerektiğini ortaya çıkarmaktadır.

Son tema olarak, istekler teması empati kurma ve eksiklikleri giderme beklentileri ile, katılımcıların engellilerin yaşamına dair daha derin bir anlayış kazanmaları ve sosyal hizmet bağlamında daha etkili çözümler geliştirmeleri sağlanmıştır. Katılımcılar günlük yaşamlarındaki temel gereksinimlerini karşılayamadıkları empati oyununda, bu eksikliklerini gidermek için çevresine

gereksinim duyduklarını, başkalarına bağımlı hale geldiklerini ve böylece engelli bireyleri daha iyi anladıklarını ifade etmişlerdir. Empati ile yardım etme davranışları birbiriyle yakın ilişkili olduğu için sosyal çalışmacıların meslek gereği hem empati eğilimi hem de yardım etme yaklaşımı daha yüksektir (Serpel ve Hasgöl, 2015: 48).

Bu çalışma, empati oyunlarının hem sosyal hizmet uygulamaları hem de eğitimi için etkili bir araç olduğunu ve öğrencilerin engelli bireylerle ilgili farkındalıklarını artırarak, profesyonel hayatlarında daha duyarlı hizmet sunmalarına olanak tanıyacağını göstermektedir. Empati oyunu sonrasında elde edilen veriler, katılımcıların engelli bireylere yönelik daha olumlu ve anlayışlı tutum ve davranışlar geliştirdiklerini ortaya koymuştur. Katılımcılar; engelli bireylerin erişilebilirlik, bağımsızlık ve toplumsal katılım konularında karşılaştıkları engellere karşı daha duyarlı hale gelmiştir. Dolayısıyla bu tür empati geliştirme oyunlarının, sosyal çalışmacıların hizmet sunumlarında daha etkili olmalarına olanak tanıyacağını söyleyebiliriz. Bu makalede sosyal çalışmacılar arasında empatinin geliştirilmesine yönelik değerli iç görüşler sunulmakta ve empati oyunu vasıtasıyla sosyal hizmet eğitim programlarının kalitesini artırmaya yönelik stratejilere katkıda bulunacağı beklenmektedir. Nitekim empati temelli iletişimin, sosyal hizmet ortamını daha kapsayıcı hale getirdiği ve bu iletişim engelli bireylerin deneyimlerini anlamamıza yardımcı olduğu gözlenmektedir. Bu sayede engelli bireylerle daha etkili bir şekilde iletişim kurulabilir ve kaynakları daha verimli kullanarak gereken desteği sağlayabiliriz. Bu tür simülasyonlar, toplumun genelinde de farkındalık ve duyarlılık bir etki yaratabilir.

Sonuç olarak, empati oyunu sosyal hizmet eğitiminde ve pratiğinde önemli bir araç olarak değerlendirilebilir. Bu tür oyunlar, engellilik konusunda farkındalık yaratmanın yanı sıra, sosyal hizmet profesyonellerinin empati becerilerini geliştirme fırsatı da sunmaktadır. Fakat, bu simülasyonların gerçek engellilik deneyimini tam olarak yansıtamayabileceği ve etik açıdan dikkatli bir şekilde uygulanması gerektiği unutulmamalıdır. Gelecekteki araştırmalar, farklı şekillerde oyun simülasyonları yapılarak empati geliştirme yöntemlerinin etkilerini ve sosyal hizmet pratiğine entegrasyonunu daha ayrıntılı olarak inceleyebilir.

KAYNAKÇA

- Arıkan, Ç. (2002). Sosyal Model Çerçevesinde Özürlülüğe Yaklaşım. *Ufuk Ötesi Bilim Dergisi*, 2(1) 11-25.
- Aykara, A. (2017). Çocuk Merkezli Oyun Terapisinin Engelli Çocuklara Yönelik Sosyal Hizmet Uygulamaları Açısından Önemi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 28(1), 169-186.
- Barker, R. L. (Ed.). (2003). *The Social Work Dictionary* (5th ed.). Washington, DC: NAS Press.
- Barret-Lennard, G. T. (1981). The Empathy Cycle: Refinement of a Nuclear Concept. *Journal of Counseling Psychology*, 28(2), 91-100. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.28.2.91>
- Batson, C. D., and Shaw, L. L. (1991). Evidence for Altruism: Toward a Pluralism of Prosocial Motives. *Psychological Inquiry*, 2(2), 107-122. [10.1207/s15327965pli0202_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0202_1)
- Beaulaurier, R. L., and Taylor, S. H. (2001). Social Work Practice With People With Disabilities In The Era Of Disability Rights. *Social Work in Health Care*, 32(4), 67-91. https://doi.org/10.1300/J010v32n04_04
- Chua, J. Y. X., Ang, E., Lau, S. T. L. and Shorey, S. (2021). Effectiveness of Simulation-Based Interventions at Improving Empathy Among Healthcare Students: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Nurse Education Today*, 104(105000), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.105000>
- Decety, J., Echols, S. and Correll, J. (2010). The Blame Game: The Effect of Responsibility And Social Stigma On Empathy For Pain. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 22(5), 985-997. <https://doi.org/10.1162/jocn.2009.21266>
- Dökmen, Ü. (1987). Empati Kurma Becerisi ile Sosyometrik Statü Arasındaki İlişki. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 20 (1), 183-207. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000001059
- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin Yeni Bir Modele Dayanılarak Ölçülmesi ve Psikodrama ile Geliştirilmesi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 21(1), 155-190. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000999
- Engelliler Hakkında Kanun, 5378 sayılı (2005). Resmi Gazete, 25868, 7 Temmuz 2005.
- Genç, D. D. Y. (2015). Engellilerin Sosyal Sorunları ve Beklentileri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, (35/2): 65-92. <https://doi.org/10.21560/spcd.77043>
- Gerdes, E. Karen and Segal, A. Elizabeth (2009). A Social Work Model of Empathy. *Advances in Social Work*, 10(2): 114-127.
- Gerdes, E. Karen and Segal, A. Elizabeth (2011). Importance of Empathy for Social Work Practice: Integrating New Science. *Social Work*, 56(2):141-148. <https://doi.org/10.1093/sw/56.2.141>
- Gloor, J. L. and Puhl, R. M. (2016). Empathy and Perspective-Taking: Examination And Comparison Of Strategies to Reduce Weight Stigma. *Stigma and Health*, 1(4), 269-279. <https://doi.org/10.1037/sah0000030>

- Han, A., and Kim, T. H. (2021). Effectiveness of Empathy Enhancement Programs for Social Workers Working With Older Adults: A Quasi-Experimental Study. *Journal of Social Work*, 21(4), 913-930. <https://doi.org/10.1177/1468017320940591>
- Hassan, R. (2020). Digitality, Virtual Reality and The 'Empathy Machine'. *Digital Journalism*, 8(2), 195-212. <https://doi.org/10.1080/21670811.2018.1517604>
- Iacoboni, M. (2009). Imitation, Empathy, and Mirror Neurons. *Annual Review of Psychology*, 60(1), 653-670. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163604>
- Kaldık, B. (2024). Engelli Bireylerin Sosyal Dışlanma Deneyimleri Üzerine Fenomenolojik Bir Araştırma. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 35(3), 393-420.
- Karataş, K. (2002). Engellilerin Toplumla Bütünleşme Sorunları. *Ufuk Ötesi Bilim Dergisi*, 2(2). 43-55.
- Karataş, Z. (2017). Sosyal Bilim Araştırmalarında Paradigma Değişimi: Nitel Yaklaşımın Yükselişi. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 68-86.
- Lanzoni, S. (2018). *Empathy: A History*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Martingano, A. J., Hererra, F. and Konrath, S. (2021). Virtual Reality Improves Emotional But Not Cognitive Empathy: A Meta-Analysis. *Technology, Mind, and Behavior* 2 (1). <https://doi.org/10.1037/tmb0000034>
- Mckechnie, P.S. and John, A., (2014). Anxiety and Depression Following Traumatic Limb Amputation: A Systematic Review, *Injury*, 45(12), 1859-1866. DOI: 10.1016/j.injury.2014.09.015
- Muller, A. R., Pfarrer, M. D. and Little, L. M. (2014). A Theory of Collective Empathy In Corporate Philanthropy Decisions. *Academy of Management Review*, 39(1), 1-21. <https://doi.org/10.5465/amr.2012.0031>
- Nasrabadi AN, Malek M, Shali M, Jafari H. (2022) Exploring Nursing Students' Experiences of Blindness Simulation: A Phenomenological Study. *Nurs Open*. 9, 2199–2208. <https://doi.org/10.1002/nop2.947>
- Okyar S. ve Çakmak, S., (2019). Yetişkin Görme Engelli Bireylere Günlük Yaşam Becerilerinin Kazandırılmasında Eşzamanlı İpucuyla Öğretimin Etkililiği, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 20(2), 209-236. <https://doi.org/10.21565/oezelegitimdergisi.403738>
- Öztabak, M. Ü. (2017). Engelli Bireylerin Yaşamdan Beklentilerinin İncelenmesi. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, (9), 355-375. <https://doi.org/10.16947/fsmia.323388>
- Pişkin, M. (1989). Empati, Kaygı ve Çatışma Eğilimi Arasındaki İlişki. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 22 (2), 775-784. DOI: 10.1501/Egifak_0000001419
- Rogers, C. R. (1983). Empatik Olmak Değeri Anlaşılmamış Bir Varoluş Şeklidir (çev. Akkoyun F.). *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16 (1): 103-124. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000929

- Saleme, P., Dietrich, T., Pang, B. and Parkinson, J. (2020), «A Gamified Approach to Promoting Empathy In Children», *Journal of Social Marketing*, Vol. 10 No. 3, pp. 321-337. <https://doi.org/10.1108/JSOCM-11-2019-0204><https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/JSOCM-11-2019-0204/full/html>
- Serpen, A. S. ve Hasgöl, E. (2015). Sosyal Hizmet Uygulamalarında Empatinin Önemi ve Yardım İlişkisi Üzerindeki Etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 35(35):37-52. DOI: 10.21560/spcd.36331
- Schrier, K., and Farber, M. (2021). A Systematic Literature Review of ‘Empathy’ And ‘Games’. *Journal of Gaming and Virtual Worlds*, 13(2), 195–214. https://doi.org/10.1386/jgvw_00036_1
- Singer, T. and Lamm, C. (2009). The Social Neuroscience of Empathy. *Annual New York Academy Science*, 1156, 81-96. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.04418.x>
- Smith, A. (2010). *The Theory of Moral Sentiments*. Penguin.
- Stepien, K. A., and Baernstein, A. (2006). Educating For Empathy: A Review. *Journal of General Internal Medicine*, 21, 524-530. <https://doi.org/10.1111/j.1525-1497.2006.00443.x>
- Sterkenburg, P. S. and Vacaru, V. S. (2018). The Effectiveness of A Serious Game to Enhance Empathy For Care Workers For People With Disabilities: A Parallel Randomized Controlled Trial. *Disabil Health Journal*. Oct;11(4):576-582. doi: 10.1016/j.dhjo.2018.03.003. Epub 2018 Apr 4. PMID: 29650348. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1936657418300451>
- Teherani, A., Hauer, K. E. and O’Sullivan, P. (2008). Can Simulations Measure Empathy? Considerations On How to Assess Behavioral Empathy Via Simulations. *Patient Education And Counseling*, 71(2), 148-152. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2008.01.003>
- Tuncay, T. ve İl, S. (2009). Sosyal Hizmet Uygulamasında Empatiyi Yeniden Düşünmek. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 20 (2), 39-56.
- Uygur, S. S. (2019). Ergenlerin Bilinçli Farkındalığının Yordanmasında Başa Çıkma Stilleri, Empati ve Duygusal Düzenlemenin Rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9 (55), 1247-1279.
- Ventura, S., Badenes-Ribera, L., Herrero, R., Cebolla, A., Galiana, L. and Baños, R. (2020). Virtual Reality As a Medium to Elicit Empathy: A Meta-Analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(10), 667-676.

İnternet Kaynağı

- Sirkeci, O. ve Ateş, B. (t.y.). *Üniversal Ekol Özel Eğitimde Empati*. Academia.edu. Erişim tarihi: 29.08. 2024
https://www.academia.edu/22851583/ÜNİVERSAL_EKOL_ÖZEL_EĞİTİMDE_EMPATİ_UNIVERSAL_SCHOOL_WITH_EMPATHY_IN_SPECIAL_EDUCATION

EVDE YALNIZ YAŞAYAN YAŞLI BİREYLERİN DENEYİMLERİ SOSYAL HİZMET BAĞLAMINDA BİR DEĞERLENDİRME

Merve Nur OKTAR¹

Öz

Dünya genelinde ve Türkiye’de yaşlı nüfusun hızlı artışı, evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin sayısının da hızla yükselmesine neden olarak çeşitli sosyal hizmet uygulamalarına duyulan ihtiyacı artırmaktadır. Bu araştırma, evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerini keşfetmeyi ve sosyal hizmet perspektifinden değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Nitel yöntem ile tasarlanan çalışmada fenomenolojik desen tercih edilmiştir. Çalışmada Burdur’da yaşayan 65 yaş ve üzeri toplam 15 katılımcı (12 kadın ve 3 erkek) ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler MAXQDA programı yardımı ile analiz edilmiş ve “Yalnız Yaşamayı Tercih Etme Nedenleri”, “Yalnız Yaşamın Psikososyal Etkileri”, “Yalnızlıkla Mücadele Yöntemleri” ve “Sosyal Hizmetler ile İlgili İhtiyaçlar” olmak üzere dört temaya ulaşılmıştır. Bu temalar çerçevesinde, evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerinin keşfedilmesine, yalnızlığı nasıl anlamlandırdıklarının anlaşılmasına ve karşılaştıkları sorunların sosyal hizmet perspektifinden incelenmesine çalışılmıştır. Bu yaklaşım, olgunun derinlemesine anlaşılmasına ve evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin sorunlarının çözümüne yönelik sosyal hizmet uygulamalarına rehberlik edebilecek önemli bir adım olarak değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yaşlı, sosyal hizmet, yalnız yaşayan yaşlı bireyler, yalnızlıkla mücadele

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, E-posta: mnoktar@mehmetakif.edu.tr, ORCID: 0000-0001-8149-2809
OKTAR, M. N. (2025). Evde Yalnız Yaşayan Yaşlı Bireylerin Deneyimleri Sosyal Hizmet Bağlamında Bir Değerlendirme. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 25(67), 310-344. DOI:10.21560/spcd.vi.1563712

EXPERIENCES OF ELDERLY INDIVIDUALS LIVING ALONE AT HOME: AN ASSESSMENT IN THE CONTEXT OF SOCIAL WORK

Abstract

The rapid increase in the elderly population worldwide, including Türkiye, has led to a significant rise in the number of elderly individuals living alone at home, thereby heightening the demand for various social work practices. This research aims to explore the life experiences of elderly individuals living alone and evaluate them from a social work perspective. Employing a qualitative method, the study utilized a phenomenological design. In-depth interviews were conducted with a total of 15 participants (12 women and 3 men) aged 65 and over residing in Burdur. The collected data were analyzed using the MAXQDA program, resulting in four themes: “Reasons for Preferring to Live Alone”, “Psychosocial Effects of Living Alone”, “Methods to Combat Loneliness”, and “Needs Related to Social Services”. Within this framework, the study sought to explore the life experiences of elderly individuals living alone, understand how they make sense of their loneliness, and examine the challenges they face from a social work perspective. This approach is viewed as a significant step that can inform social work practices aimed at gaining a deeper understanding of the phenomenon and addressing the issues faced by elderly individuals living alone at home.

Key Words: *Elderly, social work, older people living alone, combating loneliness*

GİRİŞ

Yaşlı nüfusun giderek artması, yaşlı nüfusa yönelik çalışmaları daha önemli hale getirmektedir; çünkü artan yaşlı nüfus, beraberinde birçok sosyal sorunu da getirebilmektedir. Bu sorunlardan biri, bireylerin yaşlandıkça yalnız yaşamaya başlamasıdır. Elbette, yalnız yaşama olgusunun tamamen sosyal sorunlardan oluştuğunu söylemek doğru değildir; ancak yaşlı bireylerin yalnız yaşamalarının bazı sorunları gündeme getireceği de göz ardı edilemez. Günümüz modern teknolojisi, gelişen tıp ve sağlık hizmetleri, yaşlı bireylerin bazı sorunlarına çözüm üretebilmektedir. Hatta toplumlar geliştikçe ve modernleştikçe, sağlık hizmetlerine erişimin artması ve yaşam standartlarının yükselmesi söz konusudur. Ancak modernleşmeyle yaşlı bireylerin toplumdaki statüleri azalmakta ve sosyal sistem içindeki güvenlikleri zayıflama eğilimindedir (Cowgill 1972, s.13). Modern toplumların sunduğu gelişmiş sağlık hizmetleri ve teknolojiye erişim gibi olanaklar, yaşlı bireylerin daha uzun süre bağımsız bir yaşam sürdürebilmelerini sağlasa da bu durum aynı zamanda yalnız yaşama olgusunu da beraberinde getirebilmektedir. Türkiye gibi hızla yaşlanan bir toplumda, yaşlı bireylerin bakış açısıyla yalnız yaşamın incelenmesine ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Türkiye'deki yaşlılık oranlarının yalnızca yakın dönemdeki değişimi incelendiğinde, giderek hızlı bir şekilde yaşlandığımızı tespit etmek zor değildir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK, 2024a) verilerine göre yaşlı birey sayısı, “2018 yılında 7 milyon 186 bin 204 kişi iken, son beş yılda %21,4 artarak 2023 yılında 8 milyon 722 bin 806 kişi oldu. Yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranı ise 2018 yılında %8,8 iken, 2023 yılında %10,2'ye yükselmiştir”. Türkiye’de beklenen yaşam süresinin 70’li yaşlardan 80’li yaşların üzerine çıkması ve yükselmeye devam etmesi (Karakuş, 2018, s. 22), yaşlı birey sayısının da gün geçtikçe artacağını bir işareti olarak değerlendirilebilir. Geçmişe göre doğum oranlarının düşmesi, evlilik yaşının ilerlemesi, beslenme ve yaşam standartlarının artması, geniş ailelerin yerini çekirdek ailelerin alması ve bireysel hayatın daha çok tercih edilmesi gibi nedenler de bu artışla ilişkilendirilebilir. Farklı faktörlerden kaynaklansa da sonuç olarak ülkemizin yaş ortalaması giderek artmakta ve farklı toplumsal özellikler ortaya çıkmaktadır. Bu durumun birtakım etkilerinin olacağını tahmin etmek zor

değildir; örneğin, yaşlı bireylerin bulunduğu hanelerin küçülmesi ve yalnızlık gibi durumlar, bu etkilerden bazılarıdır (Gül, 2022, s. 939).

Yaşlı nüfusun giderek artması ve toplumsal yapıda meydana gelen değişimlerle birlikte Türkiye’de dikkat çeken sosyal olgulardan biri yalnız yaşayan yaşlı bireyler olarak değerlendirilmektedir. TÜİK, tarafından hazırlanan “İstatistiklerle Yaşlılar” bültenine göre, tek kişilik yaşlı hanehalkı oranının en yüksek olduğu il 2021 yılında %35,2 (TÜİK, 2022) ve 2022 yılında %35,5 (TÜİK, 2023a) ile Burdur’dur. 2023 yılında ise %34,3 (TÜİK, 2024a) oranı ile Burdur yalnız yaşayan yaşlı oranının en yüksek olduğu ikinci il olmuştur. Türkiye’de yaşlanma sürecinin başladığı (Mandıracıoğlu, 2010, s. 43) göz önüne alındığında, yalnız yaşayan yaşlı oranlarının giderek artacağı Türkiye geneli için de geçerli bir değerlendirme olarak kabul edilebilir. Yalnız yaşayan yaşlı bireylerin ise hem ekonomik hem de sosyal açıdan kırılgan bir grup olduğu düşünülebilir. Dolayısıyla yaşlı nüfusun yoğun olduğu kentlerde yaşlılara yönelik geliştirilecek politikaların öneminin daha fazla olacağı söylenebilir. Burdur ili de yaşlı nüfusun yoğun olduğu bir bölge olarak dikkat çekmektedir (TÜİK, 2024b) ve ilin nüfusunun büyük bir bölümünün kentlerde yaşadığı görülmektedir (TÜİK, 2023b). Yaşlı nüfusun yoğun olduğu Burdur ilinde, istihdamda olan nüfus içinde işçi ve memur sınıfının yoğun olduğu bir kent yapısı gözlemlenmekte; gelecekte ise, yaşlı nüfusun daha fazla yoğunlaşacağı bir kent yapısının oluşması beklenmektedir (Çetin, 2007, 142-351).

Yaşlı nüfusun yoğunlaşması, kaçınılmaz olarak çözülmesi gereken yeni sorunları gündeme getirmektedir. Sorunlara toplumların verdiği tepkiler kültürel normlar ve değerlere göre şekillenmektedir (Erel ve Uygur, 2010, s. 36). Toplumların yaşlanma sürecine ve yaşlı bireylere yönelik yaklaşımları, kültürel arka planlarına bağlı olarak farklılık gösterebilmektedir. Dolayısıyla, Türkiye’nin değişen toplumsal yapısı çerçevesinde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin bu olguyu nasıl deneyimlediklerini ve anlamlandırdıklarını, yalnız yaşamının nedenlerini ve sonuçlarını keşfetmek, ortaya çıkabilecek sorunların çözümünü sosyal hizmet perspektifinden değerlendirmek önem arz etmektedir.

Yalnız yaşayan yaşlıların sayısındaki artış ve beraberinde getirdiği ihtiyaçlar, sosyal hizmet alanının doğrudan ilgilendiği konular arasındadır. Bu ihtiyaçlar, fizyolojik, psikolojik ve sosyal destek alanlarında yoğunlaşmaktadır. Fizyolojik ihtiyaçlar, temel sağlık hizmetlerine erişim, beslenme ve günlük yaşam aktivitelerinde yardım gereksinimlerini içerirken; psikolojik ihtiyaçlar, duygusal destek, yalnızlıkla başa çıkma ve zihinsel sağlığın korunması gibi unsurları kapsamaktadır. Sosyal destek ihtiyaçları ise sosyal etkileşimlerin sürdürülmesi, toplumsal katılım ve toplumla bağların korunması gibi unsurları içermektedir. Bu ihtiyaçlarının karşılanma sürecinde yaşlı, yalnız ve izole olmak, sadece hastalık veya kriz anlarında savunmasız kalmakla sonuçlanmaz, aynı zamanda günlük yaşam kalitesini de önemli ölçüde düşürmektedir (Klinenberg, 2012, s.156). Örneğin yalnızlık ve sosyal çevresiyle güçlü ve uyumlu bağlar kuramayan, yani bu ağlarla yeterince entegre olamayan bireylerin, depresif ruh haline daha fazla maruz kaldığı tespit edilmiştir (Golden vd., 2009). Giderek daha fazla sayıda yaşlı bireyin tek başına yalnız yaşaması ile birlikte karşılaşılan bu sorunlar bireysel sorunlar olmaktan çıkıp toplumsal sorunlara dönüşebilmektedir (Yumurtacı, 2013). Fizyolojik, psikolojik ve sosyal ihtiyaçların karşılanması, yalnız yaşayan yaşlıların bireysel refahını artırmakla kalmayıp, toplumsal sorunların önüne geçilmesine de katkı sağlayabilir. Dolayısıyla, yaşlılara yönelik sosyal hizmet kapsamında geliştirilen sosyal politikaların, bu ihtiyaçların karşılanmasında önemli bir rol oynayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada, Türkiye'nin hızlı bir şekilde yaşlanması ve yalnız yaşayan yaşlı birey sayısındaki artış gerçeğinden hareketle, yalnız yaşayan yaşlı birey oranının en yüksek olduğu illerden biri olan Burdur'da, evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam deneyimleri ve deneyimlere yükledikleri anlam keşfedilmeye çalışılmıştır. Ayrıca yalnız yaşayan yaşlı bireylerin karşılaştıkları fizyolojik, psikolojik, sosyal sorunlar incelenmiş ve mevcut destek mekanizmalarının etkinliği değerlendirilerek sosyal hizmet alanının bu sorunları nasıl ele alabileceği ve yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmak için ne tür uygulamalar geliştirebileceği tartışılmıştır.

YÖNTEM

Bu çalışmanın temel amacı bir olguyu keşfetmek olduğundan nitel yöntem tercih edilmiştir. Çalışmada evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin deneyimleri ve deneyimi nasıl anlamlandırdıkları açıklanmaya çalışıldığı için betimsel fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Öncüsü E. Husserl olan betimsel fenomenoloji deseninde araştırmacı fenomeni katılımcıların açıklamaları ve deneyimleriyle ele almakta ve kendi şahsi görüşlerini, önyargısını bir kenara bırakmaktadır (Kıral, 2021, s. 94). Betimsel fenomenoloji, verilerin belirli bir çerçeve içinde yorumlarla açıklandığı, araştırmacının verilere yakın olduğu ve verilerin temalar halinde yapılandırıldığı bir analiz yaklaşımıdır (Creswell ve Creswell, 2023). Çalışmada şeffaflığı (Tong, Sainsbury ve Craig, 2007, s. 356), geçerliği ve güvenilirliği sağlamak için nitel araştırmalar da kullanılan Konsolide Kriterler Kılavuzu (COREQ) takip edilmiştir. Ayrıca araştırmada ulaşılan bulgulara ilişkin katılımcıların ifadelerinden doğrudan alıntılar sunulmuş, katılımcıların deneyimleri detaylıca açıklanmıştır. Araştırmada çalışma grubunun özellikleri, verilerin toplanması ve çözümlenmesi, araştırmanın sınırlılığı ve araştırmacının rolü süreçleri açıkça sunulmuştur. Kodlama, kategori ve temaların oluşturulma adımları açıklanmış ve sosyal hizmet alanında uzman ikinci bir araştırmacı, temaları, kategorileri ve kodları bağımsız bir şekilde incelemiştir. Aynı zamanda evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin algı ve deneyimlerine yönelik literatür de derinlemesine incelenerek ulaşılan bulgularla kıyaslanmıştır.

Bu çalışmada, Burdur ilinde evde yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam deneyimleri ve bu deneyimlerin nasıl anlamlandırıldığına keşfedilmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın temel problemi ile bağlantılı olarak cevap aranan alt problemler şu şekilde ifade edilebilir: “Yalnız yaşamamanın temel sebepleri nelerdir? Yalnız yaşamak nasıl deneyimleniyor, sosyal, bireysel ve fizyolojik etkileri nelerdir? Yalnız yaşayan yaşlı bireylerin karşılaştıkları sorunlar nelerdir ve bu sorunlarla nasıl mücadele ediliyor? Yalnız yaşamamanın sosyal hizmet alanıyla ilişkili olarak ortaya çıkardığı ihtiyaçlar nelerdir? Sosyal hizmetler yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmak için ne tür uygulamalar geliştirebilir?”.

Çalışma Grubu

TÜİK tarafından 2022, 2023 ve 2024 yıllarında yayınlanan “İstatistiklerle Yaşlılar” verilerine göre, son üç yılda Burdur, yaşlı bireyler arasında tek kişilik hanehalkı oranı en yüksek iller arasında ilk iki sırada yer almaktadır. Dolayısıyla, Burdur’da daha kaliteli veri elde edilebileceği düşünülerek, araştırmanın çalışma grubu, Burdur ilinde tek başına yaşayan 65 yaş ve üstü bireylerden amaçlı örneklem türlerinden ölçüt örneklemeyle belirlenmiştir. Araştırmada kullanılan ölçütler, katılımcıların 65 yaş ve üzeri olmaları ve en az 1 yıldır Burdur ilinde evde tek başına yaşamaları şeklinde ifade edilebilir. Katılımcılara kişisel bağlantılar aracılığıyla ulaşılarak çalışmanın amacı doğrultusunda en uygun veriyi sağlayabilecek olanlar çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmada, 12 kadın 3 erkek olmak üzere 15 katılımcı yer almaktadır. Çalışmada kadın sayısının erkek sayısından fazla olması, Türkiye’de yalnız yaşayan yaşlı bireylerin cinsiyet bazında dağılımına uygun bir durumu yansıtmaktadır. TÜİK (2024a) verilerine göre en az bir yaşlı birey bulunan 6 milyon 458 bin 465 haneden 1 milyon 669 bin 270’i tek başına yaşayan yaşlı bireyler olup, bu hanelerin %74,4’ü yaşlı kadınlar, %25,6’sı ise yaşlı erkeklerden oluşmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Araştırma verileri, yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmelerle toplanmıştır. Görüşmeler bireysel olarak yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Araştırmada, araştırmacı tarafından hazırlanan toplam 10 adet tanımlayıcı ve 8 adet açık uçlu soru bulunmaktadır. Görüşmelerin akışına göre ek sorular da yöneltilmiştir. Görüşmelere başlamadan önce katılımcılara onam formu sunulmuş ve katılım gönüllülük esasına göre gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların izniyle görüşmelerde ses kaydı alınmıştır. Görüşmelere veri doygunluğuna ulaşılan kadar devam edilmiştir. Katılımcıların kimliklerini gizli tutmak amacıyla, her bir katılımcıya “K1”, “K2”, “K3” gibi kodlar verilmiştir.

Verilerin Analizi

Veriler içerik analizi tekniği ile çözümlenmiştir. İçerik analizinde esas olarak, benzer özellikler taşıyan veriler ortak kavramlar ve temalar etrafında birleştirilmekte; elde edilen veriler anlamlı bir düzen içinde sunularak okuyucunun kolayca anlayabileceği şekilde yorumlanmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s.59). Veri analizi sürecinde öncelikle ses kayıtları araştırmacı tarafından deşifre edilmiştir. Deşifre edilen metinler, üç kez baştan sona dikkatlice okunmuştur. Analiz sürecinde MAXQDA programından yararlanılmıştır. Tümevarımsal yaklaşım çerçevesinde açık kodlama yapılmıştır. Birbiriyle ilişkili olan kodlar bir araya getirilerek kategoriler; ilişkili olan kategoriler de bir araya getirilerek temalar oluşturulmuştur. Katılımcıların ifadeleri, ifadelerden üretilen kodlar, kategoriler ve temalar bulgular kısmında ayrıntılı olarak sunulmuştur.

Araştırmanın Sınırlılığı

Araştırmanın nitel yöntemle tasarlanması ve verilerin derinlemesine görüşmelerle elde edilmesi nedeniyle, araştırma verileri katılımcıya ve bağlama özgü niteliktedir. Araştırma 2024 yılı Nisan ve Mayıs aylarında Burdur il merkezinde evde yalnız yaşayan 65 yaş ve üzerindeki 15 katılımcının fikirlerini ve deneyimlerini içermektedir.

Araştırmacının Rolü

Bu çalışmada hem veri toplama hem de analiz sürecinde araştırmacı etkin bir rol üstlenmiştir. Araştırmanın gerçekleştirildiği şehirde yaşayan araştırmacı, araştırma sahasına ve katılımcıların yaşadığı sosyal bağlama yakın bir konumdadır. Araştırmacının katılımcılarla aynı şehirde yaşıyor olması, katılımcılarla daha kolay iletişim kurulmasına ve saha erişiminin hızlı bir şekilde sağlanmasına imkân sağlamıştır. Ayrıca katılımcılarla araştırmacının benzer sosyal ve kültürel ortamı paylaşması, veri toplama sürecinde karşılıklı bir güven ortamı oluşmasına yardımcı olmuştur. Bununla birlikte refleksivite yaklaşımının bir gereği olarak araştırmacının kendi konumunun çalışmaya olası etkisini minimize etmek adına özellikle içerik analizi sürecinde, önyargıların etkisini azaltmak için verilerin titizlikle kodlanmasına ve yorumlama aşamasında sürekli olarak veriyle uyumun kontrol edilmesine özen gösterilmiştir.

BULGULAR

Verilerin analizi sonucunda keşfedilen temalar, kategoriler ve kodlar Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Yaşlı Bireylerin Evde Yalnız Yaşama Deneyimine İlişkin Temalar, Kategoriler, Kodlar

Temalar	Kategoriler	Kodlar
Yalnız Yaşamayı Tercih Etme Nedenleri	Yaşanılan Şehrin Olanakları Çocuklarına Yük Olmak İstememe Kişisel Konfor/Özel Alan İsteği	
Yalnız Yaşamın Psikososyal Etkileri	Yalnızlık ve Sosyal İzolasyon Toplumsal Algılar Sebebiyle Yaşanan Sorunlar	
Yalnızlıkla Mücadele Yöntemleri	Sosyal Destek Aktif Kalma	Çocuk Desteği Komşu Desteği Akraba Desteği
Sosyal Hizmetlerle İlgili İhtiyaçlar	Bireyselleştirilmiş Müdahaleler ve Bakım Planlaması Yaşlılara Yönelik Sosyal Hizmet Uygulamalarına İhtiyaç	Otonomi Kaybından Doğan İhtiyaç Bakım Konusunda Kaygılar ve Belirsizlikten Kaynaklanan İhtiyaçlar Psikolojik Destek İhtiyacı Acil Durumlarda Destek İhtiyacı Günlük İşlerde Destek İhtiyacı

Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri ve Evde Yalnız Yaşama Deneyimleri

Verilerin MAXQDA programı yardımı ile çözümlenmesi neticesinde, katılımcı yaşlı bireylerin ifadelerinden yola çıkılarak evde yalnız yaşama deneyimine ilişkin temalar, kategoriler ve kodlar oluşturulmuştur. Araştırmada, 65 yaş ve üstü evde yalnız yaşayan bireylerin ifadeleri, yalnız yaşama deneyimlerinin sonucunda sosyal hizmetlerle ilgili ihtiyaçlarını ortaya koymaktadır. Görüşmelerden elde edilen bulgular neticesinde temalar “Yalnız Yaşamayı Tercih Etme Nedenleri”, “Yalnız Yaşamın Psikososyal Etkileri”, “Yalnızlıkla Mücadele Yöntemleri” ve Sosyal Hizmetlerle İlgili İhtiyaçlar” olarak oluşmuştur. Görüşmelerden elde edilen temalar, kategoriler ve kodlar katılımcıların ifadeleri ile devam eden başlıklarda detaylıca sunulmuştur. Çalışma grubuna ilişkin sosyo-demografik özelliklere Tablo 2’de yer verilmiştir.

Tablo 2. Çalışma Grubuna İlişkin Sosyo-Demografik Özellikler

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Eğitim	Medeni Hâl	Yalnız Yaşama Süresi (Yıl)	Çocuk sayısı	Gelir Durumu	Sosyal Yardım	Ev Durumu
K 1	Kadın	74	Okur-yazar	Eşi vefat	20	3	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 2	Kadın	70	İlkokul	Boşanmış	10	3	Ölüm Aylığı	Hayır	Kendisinin
K 3	Kadın	85	İlkokul	Eşi vefat	9	3	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 4	Kadın	68	Okur-yazar	Eşi vefat	3	2	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 5	Erkek	80	Ön Lisans	Eşi vefat	10	3	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 6	Kadın	68	İlkokul	Eşi vefat	1	2	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 7	Erkek	92	Lise	Eşi vefat	13	3	Emekli Maaşı	Hayır	Kızının
K 8	Kadın	72	İlkokul	Eşi vefat	25	3	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 9	Erkek	80	Ortaokul	Eşi vefat	11	3	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 10	Kadın	84	İlkokul	Eşi vefat	15	4	Yaşlı Aylığı	Evet	Akrabasının
K 11	Kadın	75	Okur-yazar	Eşi vefat	26	2	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 12	Kadın	73	Üniversite	Boşanmış	24	2	Emekli Maaşı	Hayır	Kira
K 13	Kadın	70	Üniversite	Eşi vefat	8	3	Emekli Maaşı	Hayır	Kira
K 14	Kadın	70	Ön Lisans	Eşi vefat	5	2	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin
K 15	Kadın	67	Okur-yazar	Eşi vefat	6	Yok	Emekli Maaşı	Hayır	Kendisinin

Yalnız Yaşamayı Tercih Etme Nedenleri

Araştırmada “yalnız yaşamayı tercih etme nedenleri” ne ilişkin olarak katılımcıların yanıtları doğrultusunda “yaşanılan şehrin olanakları”, “çocuklarına yük olmak istememe” ve “kişisel konfor/özel alan isteği” olmak üzere üç kategoriye ulaşılmıştır.

Yaşanılan Şehrin Olanakları

Katılımcıların ifadeleri sonrası yapılan çözümlemelerde, büyük şehirlerde yaşamın zihinsel ve fiziksel yorgunluğu artırdığı, ulaşım ve günlük işlerde daha fazla stres yaşandığı; küçük şehirlerde ise daha az stresle karşılaşıldığı ve bu şehirlerin daha tanıdık ve güvenli olduğu deneyimlerine ulaşılmıştır. Dolayısıyla, küçük şehirlerin yalnız yaşama sürecinin daha yönetilebilir ve sürdürülebilir yerler olarak görüldüğü söylenebilir. K7 (92, erkek, lise) ve K14

(70, kadın, ön lisans) kodlu katılımcılar emekli maaşı almaktadır. K7 kızına ait, K14 ise kendine ait evde yalnız yaşamaktadır.

“İstanbul’a İzmir’e gidiyorum. Oraları kalabalık. Yoldan geçerken trafik var. Araba süren insanlar yol vermiyor. Yaya geçidinin oraya geliyor sun on araçtan birisi duruyor. İnsan hakları yaya hakları diye bir şey yok. Benim arabam vardı ben dururdum. Genelde bayanlara, çocuklu kadınlara, bastonlu yürüyenlere duruluyor ama yine de pek çoğu durmuyor. Burdur daha güvenli.” (K7)

“Ben burada doğup büyüdüm, burayı biliyorum, seviyorum küçük yer. İstanbul’da zihnim yoruluyor. Şimdi bir yerden bir yere giderken arabayı kızım kullanıyor ama orada dur kalk dur kalk o trafikte stres oluyorum. Burdur küçük daha sakin. Belli bir yaştan sonra daha kolay. Çünkü orada bir yerden bir yere arabayla gitmek zorundasın. Bankalar kalabalık. Burası kalabalık olsa da o kadar değil yani en azından benim bildiğim bir yer.” (K14)

Çocuklarına Yük Olmak İstememe

Katılımcıların yalnız yaşama sebepleriyle ilgili sorulara verdikleri yanıtlar sonucunda, yaşlı bireylerin en çok kaygılandıkları durumun çocuklarına yük olma düşüncesi olduğu belirlenmiş ve ulaşılan önemli kategorilerden biri haline gelmiştir. Aynı zamanda, yük olma düşüncesi nedeniyle yalnızken ihtiyaç duydukları şeyler için yardım talep etmek yerine, olabildiğince kendi başlarına çözmeye çalıştıkları görülmüştür. K5 (80, erkek, ön lisans), K11 (75, kadın, okur-yazar), K9(80, erkek, ortaokul), K8(72, kadın, ilkokul) kodlu katılımcılar emekli maaşı almaktadırlar ve kendilerine ait evlerinde yalnız yaşamaktadırlar.

“Çocuklarımın kendine göre bir düzeni var, hayatı var. Şu anda bakıma muhtaçlığım yok, böyle bir ağır hastalığım yok.” (K5)

“Hani şimdiden daha çoluğuma çocuğuma yük olmayı istemiyorum. Belki ileride bakım durumum olur hani şimdiden biktırmayayım.” (K11).

“Çoluk çocuğa yük olmayalım diye evde yaşıyorum... Yük olmak istemem. Yani benim başımdan geçti de benim babama baktık. Hatta o sebepten çoluk çocuğuma eziyet etmem.” (K9)

“Çocuklara çok yük olmak istemiyorum. Onların da çocukları var. Torunlar var. Yapabildiğim kadar kendimi yapmaya çalışıyorum. Yük olmayayım kimseye diye”. (K8)

Kişisel Konfor/Özel Alan İsteği

Yaşlı bireylerin yalnız yaşamayı tercih etmelerinin arkasındaki nedenlerden biri de kendi alanlarında özgür ve rahat hissetme arzusu olarak ortaya çıkmaktadır. Kendi evlerinde bağımsız bir yaşam sürmek, bu bireylerin hem fiziksel hem de duygusal konforlarını koruma açısından yaşlı bireylerin yalnız yaşamayı tercih etmelerinde belirleyici bir etken olarak görülmektedir. K4 (68, kadın, okur-yazar) ve K11 (75, kadın, okur-yazar) kodlu katılımcı emekli maaşı, K2 (70, kadın, ilkokul) kodlu katılımcı ölüm aylığı almaktadır. K4, K2 ve K11 kendilerine ait evde yalnız yaşamaktadırlar. Bu katılımcılar, tek başına yaşama konusunda zorlansa da yaşlarının orta yaşlılık dönemine denk gelmesi nedeniyle diğer katılımcılara göre kendi başlarına daha fazla iş yapabildiklerinden bahsetmişler ve konfor alanlarında kalabildiklerini ve yalnız yaşamaya alıştıklarını ifade etmişlerdir.

“...ben kendi başıma durmayı seviyorum. Çocuklarımın yanına gidebilirim. Köye illa gel diyorlar, telefon ediyorlar, kardeşlerim var. Ben gidecek olduğum zaman stres oluyorum, gitmek istemiyorum. Evimde durmayı seviyorum.” (K4)

“Rahat edemiyorum başka yerde yavrum rahat edemiyor insan canım.” (K2)

“...ben memnunum. Bilmiyorum neden tek yaşıyorum. Herhalde alıştım artık yani eskiden kalamazdım. Şimdi yalnızlığa alıştım. Çok gürültü bağırsı çağırış oldu mu kaldıramıyorum.” (K11)

Yalnız Yaşamın Psikososyal Etkileri

Yalnız yaşamının nasıl deneyimlendiği ve psikososyal etkisinin neler olduğunu keşfetmeye yönelik olarak sorulan soruya verilen yanıtlar sonucunda, “yalnızlık ve sosyal izolasyon” ve “toplumsal algılar sebebiyle yaşanan sorunlar” olmak üzere iki kategoriye ulaşılmıştır.

Yalnızlık ve Sosyal İzolasyon

Katılımcılar, yalnız yaşamalarının bir sonucu olarak sosyal bağlarının zayıfladığını, pandemi ve çevresel değişiklikler gibi faktörlerin bu süreci

hızlandırdığını ve yalnızlıkla başa çıkmada zorluk çektiklerini ifade etmektedir. Yaşlı bireyler yalnızlığı eş ya da yakın kaybı, komşularının/arkadaşlarının olmaması olarak tanımlarken; sosyal izolasyonu paylaşım yapamama ve çevresi ile iletişim halinde olamama olarak deneyimlemektedir. Sosyal destek eksikliği nedeniyle, yalnızlık ve izolasyonun getirdiği olumsuz duygularla baş etmelerinin zorlaştığı ve sosyal izolasyonun, yaşlı bireylerin içe kapanmasına ve sosyal ilişkilere olan isteksizliğine yol açtığı söylenebilir. K11 (75, kadın, okur-yazar), K15 (67, kadın okur-yazar), K14 (70, kadın, ön lisans), K5 (80, erkek, lise) kodlu katılımcıların hepsi emekli maaşı almaktadırlar ve kendilerine ait evde oturmaktadırlar. Bu katılımcıların eşleri uzun süre önce vefat etmiş ve yalnız yaşamaktadırlar.

“Biraz tembelleştim. Önceden hiç durmazdım. Şimdi de hiç yerimden kalkmasam diyorum. Kovid salgınından sonra tembelleştim. Eve kapandık üç yıl, ondan sonra dışarıyı hiç istememeye başladım. ...Komşularım pek yok. Ben biraz çekingenim. Onlar bize gelmiyorsun diyorlar. İki komşumun ikisinin de eşi var. Diğer komşularım, gençler sizin gibi çalışıyorlar zaten onları rahatsız edemem. ...Hiçbir yere gidesim gelmiyor.” (K11)

“Kızım komşum da yok. Beni bütün mahalle biliyor. ...Buradaki gecekondu evler daire oldu. O insanları hep ben tanıyordum biliyordum ama şimdi daire olduğu için değişik insanlar çok fazla var. Çoğu tanıdığım da öldüler. Kalmadı, yani kimseyi bilmiyorum, oturmaya da gitmiyorum.” (K15)

“Ya paylaşmayı çok seviyorum. Ama yalnız olduğum için bu paylaşma durumu olmuyor. Yani bir şey mesela bir söz paylaşma, acıyı, sevinci, yemeği, bir lokma ekmegi paylaşma bu günümüzde olmuyor. Ben mümkün olduğu kadar arkadaşlarımla paylaşmaya çalışıyorum da şu pandemi iyice bitirdi. Yani komşuluğu, arkadaşlığı, dostu bitirdi. (K14)

“Yaşlılıkta en büyük birinci sorun...yakınları kaybetmek, ikincisi...yaşlı olunca bütün çevreni kaybediyorsun çünkü yeni yetişen nesil sana; sen de onlara hitap edemiyorsun. Karşılıklı zevk alamıyorsun konuşmalardan. Onlar, sen maziye dönerken günlük güncel hayatının içerisinde. Kendine göre bir zaman kavramı içerisinde kalıyorsun. Böyle bir durumumuz var bizim tabii biz o zaman kavramının içinde büyümüş, yaşlanmışız. ...Herkes kendi yaş çevresi içerisinde kendi kendine eğlenebiliyorlar. ...Bu bakımdan gözlerimiz hep yaşlıları arıyor

işte. Yani 3-5 yaşlı arkadaş bulursak ben gibi, onlar gibi yalnız olunca yani ne olursa olsun paylaşmak, geçmişini paylaşmak, günceli paylaşmak, kendi zekâ çevremiz içerisinde kendi görüşümüz içerisinde ama tabii bu da çok zor. ... her zaman için hitap edebilecek, paylaşabilecek bir ortam bulamıyor. ...bizim bu çevrede yaşlılarla ilgili herhalde böyle bir kurum olsa veyahut dernek olsa diyelim ki neyse ne olursa bilmiyorum olduğu zaman haliyle oraya gelen insan topluluğunun içerisinde insan gelenlerin içerisinde kendilerine göre insanlar olur daha mutlu olur. ...Gerçekten en büyük sıkıntı o, yılda bir defa yaşlılar haftasında kendimizi televizyondan izliyoruz. Ha bugün yaşlılar haftasıymış deyip başka bir şey bilmiyoruz yani böyle. Burdur gibi bir yerde bir eğlence yerimiz yok.... Herhangi bir yaşlılarla ilgili bir kurum da yok. Her yönüyle gerek bedensel gerekse zihinsel yönden yönlendiren bir kurum böyle bir şey de yok.” (K5)

Toplumsal Algılar Sebebiyle Yaşanan Sorunlar

Yaşlı bireylerin yalnız yaşamalarında toplumsal normlar ve önyargıların önemli bir engel teşkil ettiği ve bu normların yardıma ihtiyaç duyan bireylerin bağımsızlıklarını ve yaşam kalitelerini olumsuz etkilediği söylenebilir. Ayrıca, toplumun cinsiyet ve aile ile ilgili beklentilerinin, yaşlı bireylerin yalnızlık ve yardım arama süreçlerinde ek zorluklar yarattığı ifade edilmektedir. K7 (92, erkek, lise) kızının evinde, K5 (80, erkek, ön lisans) kendi evinde yaşamaktadır. Bu kod erkek katılımcıların ifadelerinden yola çıkarak oluşturulmuştur. Erkek katılımcıların toplumsal algılar sebebiyle yaşanan sorunlarla daha çok karşılaştıkları görülmüştür.

“...devamlı sabah kalkıyorsun, kahvaltı edeceksin, çay koyacaksın şimdilik kendim yapıyorum onları. Çünkü yoksa devamlı bir kadın gelmesi lazım. O da biliyorsun bizim toplumda öyle pek hoş karşılanmıyor. Büyük şehirlerde yabancılar yatıya da kalıyor mesela hastanın durumuna göre, eğer hasta kendi işini göremiyorsa yardım ediyor ama burada bizim toplumda kadınlar nedense, işte o erkek bayan olsa giderdim felsefesi var.” (K7)

“... toplum anlayışı çok değişik kızım. Esasında ben hani İstanbul gibi bir yerde olsam çevre küçük olunca toplum anlayışı çok değişiyor. Falancanın oğlu, kızı işte huzurevine göndermiş gibilerden konuşuluyor. Halbuki huzurevi ayrı bakım evi ayrı, huzurevi insanların huzur bulmak için gittiği bir yer.” (K5)

Yalnızlıkla Mücadele Yöntemleri

Yalnız yaşayan yaşlı bireylerin karşılaştıkları sorunları çözme yöntemlerini anlamaya yönelik analiz sonucunda, “sosyal destek” ve “aktif kalma” olmak üzere iki temel kategori belirlenmiştir. Bu iki kategori, yaşlı bireylerin yalnızlıkla mücadele süreçlerini daha yönetilebilir hale getirmekte ve onların yaşam kalitesini artırmada önemli birer yöntem olarak değerlendirilmektedir.

Sosyal Destek

Sosyal destek, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam kalitesini ve yalnızlıkla başa çıkma becerilerini olumlu yönde etkileyen kritik bir unsur olarak ortaya çıkmıştır. Katılımcıların ifadeleri çocuklar, komşular ve akrabalar gibi sosyal çevrelerinden aldıkları desteğin, yalnızlık duygusunu hafifletmede ve günlük yaşamlarını sürdürmelerinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Sosyal destek kategorisi “çocuk desteği”, “komşu desteği”, “akraba desteği” olmak üzere üç kod etrafında şekillenmiştir.

Çocuk desteği

Yaşlı bireylerin yalnızlık hissini azaltmada çocuklarının sağladığı desteğin oldukça önemli olduğu ifade edilmektedir. Özellikle sağlık ve günlük yaşamda karşılaşılan sorunlarla ilgili çocukların düzenli ziyaretleri, yalnız yaşamayı daha yönetilebilir kılmakta ve sosyal bağların güçlenmesine katkı sağlamaktadır. Dolayısıyla, bu destekler yaşlı bireylerin yaşam kalitelerini artırarak yalnızlıkla mücadelede önemli bir unsur olarak kabul edilebilir. K4 (68, kadın, okur-yazar) ve K5 (80, erkek, ön lisans) kendilerine ait evlerde; K12 (73, kadın, üniversite) ise kirada tek başına yaşamaktadır. Hepsi emekli maaşı almaktadır. Bu kişilerin çocukları bulunmaktadır.

“Kızım mesela, ne alacak olursam mesaj atıyorum mesela buraya gelirken almadım da her şeyden ilk önce ona sorarım. Her şeyi o yapar. Yani en ufak bir şunu alacağım desem kızım alır.” (K4)

“Her gün yanıma çocuklarım geliyor. Buraya saat 3 ila 5 arasında gelirler. İhtiyaçlarımı rahatsızlıklarımı onlarla paylaşıyorum.” (K5)

“Hastalandığımda çocuklardan destek alırım. Oğlumun biri Ankara’da. Gelinim geldi. Hastalık olduğu zaman geldi yemeğimi ilacımı her şeyimi verdi.” (K12)

Komşu desteği

Yaşlı bireylerin yalnızlıkla başa çıkma yöntemleri arasında komşularından aldıkları destek ve bu desteğin sosyal etkileşim ve güven duygusu üzerindeki olumlu etkileri yer almaktadır. Komşularla olan etkileşim, yalnız yaşayan yaşlı bireyin yalnızlık hissini minimize etmekte ve onun için sosyal bir destek ağı oluşturmaktadır. K13 (70, kadın, üniversite) kirada, K14 (70, kadın, üniversite), K8 (72, kadın, ilkokul), K1(74, kadın, okur-yazar) kendilerine ait evde yaşamakta ve hepsi emekli maaşı almaktadır. Kadın katılımcıların ifadelerinde komşu desteğinden daha çok bahsedildiği tespit edilmiştir. Aşağıda katılımcıların ifadelerinden doğrudan alıntılara yer verilmiştir.

“Ben hiç öyle yalnızım gibi düşünmem kendimi. Her seferinde komşularımdan birini çağırırım, biri gelir biri gider insanlarla konuşurum.” (K13)

“Doktordan geliyorum, ilacımı alıyorum ya arkadaş çağırıyorum ya da ona gidiyorum. Böyle samimi konuştuğum bir dost, bir arkadaşma gidiyorum onda yatıyorum. ...şurada yatayım diyorum ilacımı alıp iyileşince geliyorum evime; çünkü evde yalnız yatmaktansa arkadaşımda oluyorum. Yalnız olunca kapını açıp soran olmuyor. Öyle konuştuğumuz dost bildiğim samimiyetimin olduğu arkadaşlarım var.” (K14)

“Komşular pazara giderken soruyorlar. Yan komşum soruyor, üçüncü kattaki komşum soruyor. Bir ihtiyacım olursa söylüyorum.” (K8)

“Arkadaşlarımla buluşunca çok mutlu olurum. Böyle eskiyi yeniyi konuşuruz işte filan zamanda bu vardı şöyle oldu gibi. Komşularımızı anarız. Onları konuşuruz, deşarj oluruz. Orada daha çok mutlu oluyorum. Çünkü herhalde yalnız olduğum için konuşma ihtiyacı duyuyorum.” (K1)

Akraba desteği

Akrabaların desteği, yaşlı bireylerin kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olmakta ve bu sayede yalnızlık duygusunun hafifletilmesine katkıda bulunmaktadır. Ayrıca, *“ne olursa olsun bana bir şey olduğunda hemen bana yardımcı olabilecek”* ifadesi, bu ilişkilerin sağladığı güven ve bağlılığın önemini vurgulamaktadır. K13 (70, kadın, üniversite) kirada oturmakta ve emekli maaşı almaktadır.

“Markette yani hem eniştelерimden birisi emekli ve ben onları, o işleri hallederim diyor. ...Kız kardeşlerimin yanına gideyim dedim evimide onların oraya yakın bir yere taşıyayım dedim. Çünkü ne olursa olsun bana bir şey olduğunda hemen bana yardımcı olabilecek iki kız kardeşim buradalar.” (K13)

Aktif Kalma

Katılımcıların ifadeleri, yaşlı bireylerin yalnız yaşamalarına rağmen aktif kalma çabalarını ve sosyal bağlarını sürdürme isteklerini ortaya koymaktadır. Günlük rutinlerinde kitap okuma, spor yapma, bulmaca çözme, yürüyüşe çıkma ve sosyal gruplarla buluşma gibi fiziksel ve zihinsel faaliyetlere katılmaları ayrıca parkta arkadaşlarla buluşma ve altın günleri gibi sosyal etkileşimler, yaşlıların yalnızlıkla başa çıkma, yaşam kalitelerini koruma ve toplumsal bağlarını güçlendirmede aktif kalma stratejileri olarak değerlendirilmektedir. K7 (80, erkek, lise), K9 (92, erkek, lise,) ve K14 (70, kadın, ön lisans) emekli maaşı; K2 (70, kadın, ilkököl) ölüm aylığı almaktadır. K7 kızının evinde; diğerleri ise kendi evlerinde tek başına yaşamaktadırlar. Hem kadın katılımcıların hem de erkek katılımcıların ifadelerinden hareketle aktif kalma kodu oluşturulmuştur.

“Yalnız olduğunuz için herhangi birisiyle görüşme şeyiniz çok yok. İşte kitap okurum her gün gazeteyi alır mutlaka okurum. Akşam çay saatinden sonra bulmaca çözerim. Sabahları gider gazete alırım. Öğlen yemeğinden sonra işte üç buçuk çıkar, bir buçuk iki km dolaşır gelir yürürüm.” (K7)

“Parkta oturuyoruz. Benim gibi emsal arkadaşlarla oturuyoruz. Ortamda tanıştığımız arkadaşlar, parkta tanıştığımız arkadaşlar.”(K9)

“Ben sabaha aerobik sporla başlıyorum. Yani o saatte alışkınım önceden çalışan biri olduğun için. Sonra ev işlerimi bitiriyorum. Yemeğimi, hazırlığımı yapıyorum. Düzenli sporumu yapıyorum. Öğlen gibi eve geliyorum bunu yapıyorum, kitap okuyorum. Söçük dikiş işlerini seviyorum, onlarla uğraşıyorum. Yerine göre bazen örgü yapıyorum.” (K14)

“Mesela iki tane günümüz (altın günü) var. Bir köylülerimizle bir de böyle cami arkadaşlarımızla birbirimize gidiyoruz geliyoruz.” (K2)

Sosyal Hizmetlerle İlgili İhtiyaçlar

Yalnız yaşayanın sosyal hizmet alanıyla ilişkili olarak ortaya çıkardığı ihtiyaçlar, “Bireyselleştirilmiş Müdahaleler ve Bakım Planlaması” ile “Yaşlılara Yönelik Sosyal Hizmet Uygulamalarına İhtiyaç” olmak üzere iki kategoriye ayrılmıştır. Katılımcıların ifadeleri incelendiğinde, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin en sık karşılaştıkları sorunların sosyal izolasyon, duygusal destek eksikliği, günlük yaşam aktivitelerinde yardım ihtiyacı ve sağlık hizmetlerine erişimde zorluk olduğu görülmektedir. Örneğin, birçok katılımcı yalnız yaşayanın getirdiği yalnızlık ve sosyal çevre eksikliği nedeniyle kendilerini izole ve unutulmuş hissettiklerini dile getirmiştir. Bunun yanı sıra, evde bakım hizmetlerine erişim eksikliği de belirgin ihtiyaçlar arasında yer almaktadır.

Bireyselleştirilmiş Müdahaleler ve Bakım Planlaması

Katılımcıların ifadeleri, yaşlı bireylerin bakım konusunda genellikle geleceğe yönelik plan yapmaktan kaçındıklarını ve bu belirsizliğin otonomilerini zedelediğini göstermektedir. Bu durum, yaşlı bireylerin artan bağımlılık ve bakım ihtiyaçları karşısında hazırlıksız kalmalarına, aile üyelerine bağımlı kalma düşüncesiyle kaygı duymalarına ve aynı zamanda profesyonel bakım hizmetlerine yönelik güven eksikliği yaşamalarına neden olmaktadır.

Otonomi kaybından doğan ihtiyaç

Kod çerçevesinde, yaşlı bireylerin otonomi kaybıyla birlikte ortaya çıkan ihtiyaçları ve bu ihtiyaçların nasıl karşılandığı incelenmektedir. Katılımcılar, kendi yaşam alanında bağımsız olma arzularını dile getirirken, aile üyelerinin beklentilerine ve ihtiyaçlarına uyum sağlama gerekliliğini vurgulamaktadır. Bu durum, yaşlı bireylerin kendi isteklerinin arka planda kalmasına yol açmakta ve otonomi kaybını pekiştirmektedir. Ayrıca, yaşlı bireylerin bağımsızlık arayışları ile karşılaştıkları zorluklar ve ailelerinin beklentilerinin süreçteki etkilerinin önemini göstermektedir. K4 (68, kadın, okur- yazar), K9 (80, erkek, ortaokul), K5 (80, Erkek, ön lisans) kendi evlerinde; K7 (92, erkek, lise) kızına ait evde tek başına yaşamaktadırlar. Hepsi emekli maaşı almaktadır. Otonomi kaybından kadın katılımcılardan ziyade erkek katılımcılar bahsetmişlerdir. Yaşlı bireylerin ihtiyaçlarının karşılanmasında bireyselleştirilmiş müdahalelerin ve bakım planlamalarının önemi, katılımcıların ifadeleriyle belirgin hale gelmektedir.

“Beni kızım götürür. Tabi o bakar. Onlar nasıl uygun görürse bir şey diyemem.”
(K4)

“Tabi ben kendi evimde olsam iyi olur da ama yine ben çoluk çocuk nasıl isterse öyle yaparım. ...Orda onların evinde mecburi sen onlara uyacaksın.” (K9)

“Ben isterim ki hani oralarda (Huzurevinde) olmak isterim. Ama çevre çok küçük. Bu bir nevi yankı yapıyor. Bu yankı benim üzerimde değil, çocuklarım üzerinde oluşan bir yankı oluyor. Şimdilik benim öyle bir durumum yok”. (K5)

“Şimdi bir yerde yaşlıları kimse evine götürmek istemiyor; çünkü öyle bir şey ki hayat ileriye doğru geriye doğru değil. O da kendi çocuklarıyla kendi torunlarıyla daha mutlu oluyor. Yaşlılar için sadece yemek yaparım, temizlik yaparım tamam deniyor. Bir yerde affedersin ama besiyeye çekilmiş hayvan gibidir. ... Mecburuz yani bir yerde yaşlıların kaderi bu.” (K7)

Bakım konusunda kaygılar ve belirsizlikten kaynaklanan ihtiyaçlar

Bu kod, yaşlı bireylerin bakım konusundaki kaygılarını, tercihlerini ve mevcut sistemle ilgili endişelerinden kaynaklanan ihtiyaçlarını ortaya koymaktadır. Katılımcıların ifadeleri, huzurevlerine ve bakıcılara duyulan güvensizlik, mahremiyet kaybı endişesi ve sosyal dışlanma korkusuna dikkat çekmektedir. Ayrıca, bakım ihtiyacının ortaya çıkması durumunda bu ihtiyacın aile üyeleri tarafından karşılanmasının tercih edildiği ifade edilmektedir. Mevcut bakım sisteminin iyileştirilmesine yönelik talepler de belirtilmektedir. K3 (85, kadın, ilkokul), K6 (68, kadın, ilkokul), K15 (67, kadın, okur-yazar), K7 (92, erkek, lise), K12 (73, kadın, üniversite), K1 (74, kadın, okur-yazar), K13 (70, kadın, üniversite), K14 (70, kadın, ön lisans) hepsi emekli maaşı almaktadır. K13 kirada; K7 ise kızına ait evde yaşamaktadır. Diğerleri kendilerine ait evde yaşamaktadırlar.

“Bakıcı filan istemem çocuklar baksın isterim. Kendi evimden bakmalarını isterim. Şimdi duyuyoruz bakıcıların durumunu. Evde ne varsa toplayıp gidiyormuş falan. Mesela evden pirinç götürüyormuş yağ götürüyormuş ev sahibi haberi olmadan.” (K3)

“Çocukların yanına gitmem. Evimde bakılmak isterim de ona da aylığın yetmeyecek bundan sonra. Şimdiden sonra öyle bakım evlerine gidilir mi?” (K6)

“O düşünce benim hep sorunum. Huzurevini istemiyorum.” (K15)

“Çocuklarımın bakmasını daha çok isterim. Ya çocuklarıyla her şeyi konuşursun her şeyi. Bir yerde yatalak şu buysan artık doktor hesabı ayıp çabuk kalkar değil mi? Mahremiyetim azalır. Yatalak oldun mu bez bağlayacaklar, lavaboya gidince götürecekler işte.” (K7)

“Evlatlarıyla beraber olmak çok güzel bir şey tabi yani başkasına bırakılmak, bakıcının bakması filan bize kötü geliyor.” (K12)

“Damatların yüzüne bakacaksın Allah korusun. Oraya baktın, kızın kendine mi, damat eline mi? Gelinin yanına varsan. Şimdi iyiyiz ama yük olduğun zaman gelin de boş, kızın da boş. Birbirlerini yiyor herkes. Kavg ediyor.” (K1)

“Ama öyle öyle yaşanan yerler(huzurevleri) var. Onlar çoğaltılmalı ve ucuzlaştırılmalı bana göre o zaman. Ya da kişinin durumuna göre bir sınıflandırma yapılmalı. Yani çok zengin olan verebilecek olandan biraz daha fazlasını alsınlar ama. Veremeyecek olanlardan ama aynı kaliteyi hepsine sunsunlar. Ben öyle isterim.” (K13)

“Bakıcıya ne derece güvenilir yani.” (K14)

Yaşlılara Yönelik Sosyal Hizmet Uygulamalarına İhtiyaç

Sosyal hizmetlerin yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmak için geliştirebileceği uygulamalara dair katılımcılara yöneltilen sorulara verilen yanıtlar sosyal hizmetlerin yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmak amacıyla geliştirmesi gereken uygulamalara yönelik önemli ipuçları sunmaktadır. Yapılan analiz sonucunda, katılımcıların ifadeleri üç ana kategori altında toplanmıştır. Bunlar “psikolojik destek ihtiyacı”, “acil durumlarda destek ihtiyacı” ve “günlük işlerde destek ihtiyacı” olarak kavramsallaştırılmıştır.

Psikolojik destek ihtiyacı

Yalnız yaşamının belirsizlikleri ve potansiyel tehlikeleri düşünmek, katılımcıların ifadelerinde içsel huzuru olumsuz etkileyerek kaygı seviyesinin artmasına neden olmaktadır. Bu mevcut kaygı zamanla alışkanlık haline gelerek bireyin ruh sağlığını tehdit eden bir unsura dönüşebilmektedir. K10 (84, kadın, ilkokul) yaşlı aylığı almakta ve akrabasının evinde kalmaktadır. K5 (80, erkek, ön lisans), K15 (67, kadın, okur-yazar), K14 (70, kadın, ön lisans), K11 (75, kadın, okur-yazar), K8 (72, kadın, ilkokul) kendi evlerinde tek

başına yaşamaktadırlar. Daha çok kadın katılımcılar psikolojik destek ihtiyacı duyduğunu ifadelerinde belirtmişlerdir.

“Etkileniyorum, korkuyorum. Yalnız yaşamaktan mı nedense? İşte biri bir şey mi der, bir kötülük mü gelir bana. Korkuyorum işte. Aslında hiç böyle bir şey olmadı ama içimden vesvese oluyor...Hemen öleceğimi düşünüyorum. Bu sene geçti ya belki ölürüm. Ölürsen belediye kaldırır diyorum.” (K10)

“Şimdi her geçen gün tabii etkileniyorum. Yalnız yatacaksın ... bir su ihtiyacın oluyor. Bir ilacın almak istiyorsun yani yanında birisinin olmasını istiyorsun böyle yani yoldaşlık istiyorsun”. (K12)

“Bir şey yapacak oluyorsun ama yapamadığın zaman...geçmişte şöyle olmuştu hanımla ya da çocuklarımla böyle yapmıştık gibi maziye dönüyorsun. ...bu durumlarda yalnızlık sebebiyle hüzünlleniyorum.” (K5)

“Her şeyden etkileniyorum. Yalnız yaşadığım için psikolojim çok etkileniyor, hep ağlıyorum. Neden böyle olmuşum diye. Kendi kendime konuşuyorum. Her şeyi düşünüyorum. ...eşim de çoluğum çocuğum da yok...onun (eşinin) her şeyleri evin içinde duruyor, atmadım. Üstündekiler ile gitti. Evde ne varsa onun böyle duruyor.” (K15)

“Ara ara oluyor tabi bir karamsarlık gibi oluyor. Çocukların ikisi de uzakta oğlum Amerika’da ha deyince gelemeyecek. Artık yaş iyice ilerledi hastalanıyorum. Tabii ki istiyorsun yanında olsun. Yani bir doktora gidecektim...endoskopi olmam gerekiyordu. Tabi bu tek başına olmuyor.” (K14)

“Eşim kaybettikten sonra psikolojik hastalıklar başladı. O zaman insanlardan kaçardım bir köşeye siner ağlardım. Kimseye de göstermek istemezdim yani üzülmelerin diye.” (K11)

“Gelip soran giden bir devlet tarafından hatırlanmak iyi olur. E tabii memnun oluruz tabii bizi arayıp soruyorlar bize değer veriyorlar diye seviniriz. Tabii mutlu oluruz. Arayıp sorulmayınca yani kimsesiz gibi oluyor zaten sen fazlalık gibi görüyorsun kendini. Üzülüyorsun”. (K8)

Acil durumlarda destek ihtiyacı

Bu kod yaşlı bireylerin acil durumlarla ihtiyaç duydukları destekleri ortaya çıkarmaktadır. Katılımcıların ifadeleri, yalnız yaşamının ve sosyal destek

eksikliğinin acil durumlar karşısında yarattığı zorlukları göstermektedir. K15 (67, kadın, okur-yazar), K1 (74, kadın, okur-yazar), K14 (70, kadın, ön lisans), kendisine ait evde; K12 (73, kadın, üniversite) kirada tek başına yaşamakta ve emekli maaşı almaktadırlar. K2 (70, kadın, ilkokul) kendine ait evde yaşamakta ve ölüm aylığı almaktadır. Kadın katılımcılar ifadelerinde acil durumlarda destek ihtiyacı duyduklarını belirtmişlerdir.

“Bir gün gözüme bir şey battı, yandı dış kapıya çıktım. Yoldan geçene diyorum. Gözüm arıyor birilerini beni doktora götürseler diye. Hani bir doktora götüren olmadı. On gün sonra gittim doktor bana niye geç geldin dedi, niye gelmedin dedi. Ambulansla gitmek istemiyorum korkuyorum. Ailemden biri olsa korkmam. Hani evdesin kimse yok, oradan gideceğim evde kimse o işte o benim belimi büküyor...Hastalandım. Başım ağrıdı yatamadım uyuyamadım... Evde tek yaşayan bilir kızım.” (K15)

“Hasta olduğum zaman şuradan bir bardak su, çay alamamak biraz zor tabi.” (K1)

“Kısa süreliğine hastalandığımızda bakıcı olsa alışverişte yardımcı olsa...” (K14)

“Mahallemizin muhtarı yalnız yaşayanları bir çağırrsa kendimi öyle düşündüm (Pandemi sürecindeki durumundan bahsediyor). Nasılsın teyze? bir şeyin var mı? İyi misin? dese daha iyi olur. Tabi ben bir öyle düşündüm. ...Ne kadar olsun hani biri kapıyı çalsa dedim, komşularla iyiyim ama öyle bir soran olsa daha iyi olacak gibiydi. Şimdi onu bekledim Allah var, devletten.” (K2)

“Son zamanlarda böyle psikolojik olarak etkileniyorum. Hastalandım, hasta olduğumdan beri sanki unutkan gibi oldum. Doktora gittiğimde damar tıkanıklığı varmış. Ankara’ya ambulans ile götürdüler. Yalnız değilsin ama bu sefer de evinde değilsin. Çocuklar yolda yanıma geliyorken, hastalandım daha beter. İşte çok zor, yani yalnız olmak her şeyden zor teyzem” (K12)

Günlük işlerde destek ihtiyacı

Katılımcıların ifadeleri yaşlı bireylerin günlük yaşamlarındaki zorlukları ve destek ihtiyaçlarını vurgulamaktadır. Basit görünse de gündelik işlerin yaşlılar için ne kadar zorlayıcı hale geldiğini gözler önüne sermektedir. K8 (72, kadın,

ilkokul), K1 (74, kadın, okur-yazar), K15 (67, kadın, okur-yazar), K9 (80, erkek, ortaokul) kendi evlerinde yaşamakta ve emekli maaşı almaktadırlar.

“Evime temizliğe gelen biri olursa o çok iyi olur işte. En azından bir 15 günde bir gelse temizlik yapsa gitse gene o bile yeter. Çünkü yapamıyorum, eğilemiyorum, kalkamıyorum. Yani bir temizlik olsa olur. Mesela belediyeyle bir görevliyi gönderse onbeş günde bir yapsa güzel olur tabi.” (K8)

“Mesela süpürge tuttum eve, üç gün halsiz kaldım. ... hani bazı zamanlar gücüm yetmiyor. Tabii pazar alışverişlerimi, hiç değilse bir pazar günleri olsun ihtiyacımı alıp gelecek. Ondan sonra bir de evin tabi düzenli temizliği olsa, haftada bir sefer gelse ya da iki ayda bir gelse birisi.” (K1)

“Soba yakıyorum. Kova taşıyorum. Kül getiriyorum. Çok zor oluyor. Kova götürmesi zor, sobanın içinden çıkarması zor. Isınma zor. Bir de evin çatısı yok. Bu sene kar yağdı önceleri kar döküyordum. ... pencereler, kapılar bozuk. Eve tamirat lazım. Gelen giden yok.” (K15)

“Yemek yapmak zor oluyor. Yemeği yine bazen yapabiliyorum. Anjiyo oldum ondan sonra kendime gelemedim yavrum.” (K9)

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sosyal hizmet, günümüzde dezavantajlı grupların savunuculuğunda önemli bir rol oynamakta ve bu gruplardan biri haline gelen yaşlı bireylerin ihtiyaçlarının karşılanması ile yaşam kalitelerinin artırılması açısından kritik bir öneme sahiptir. Yalnız yaşayan yaşlılar genellikle savunmasız bir grup olarak kabul edilmektedir (Shanas, 1980, s. 12). Dolayısıyla, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin sayısındaki artış, önemli sorunların varlığını da işaret etmektedir (Şeker ve Kurt, 2018, s. 11; Kurtkapan, 2019, s. 34). Sorunların çözümünde güncel sosyal hizmet uygulamalarına duyulan ihtiyaç da artmaktadır. Türkiye’de yaşlanma ve yaşlılıkla ilgili sosyal uygulamalar ve destekler, genellikle ailelere yönelik olarak yapılmakta; tıbbi ve sosyal bakımı aile bireylerinin üstlenmesi için çeşitli yardımlar sağlanmaktadır (Arun, 2014, s. 10). Bununla birlikte Türkiye’deki nüfus yapısının ve toplumsal hayatın değişimi göz önüne alındığında yalnız yaşayan yaşlı birey sayısının gelecekte artacağını tahmin etmek mümkün görünmektedir. Dolayısıyla yaşlı bireylerin karşılaştıkları sorunların çözümünde sosyal hizmetin savunuculuk perspektifi

ile sosyal politikaların değerlendirilmesi ve ortaya çıkan yeni olguya uygun adımlar atılması büyük bir önem taşımaktadır. Bu çalışmada yaşlı bireylerin yalnız yaşama deneyimleri keşfedilmeye çalışılmış, bu deneyimler sonucu ortaya çıkan problemler incelenmiş ve sosyal hizmet uygulamaları kapsamında neler yapılabileceği tartışılmıştır.

Araştırmada öncelikle yalnız yaşamının temel sebepleri incelenmiş ve yaşlı bireylerin yalnız yaşamayı tercih etme sebepleri arasında yaşanan şehrin sunduğu olanakların önemli bir etken olduğu keşfedilmiştir. Çengelci Özekes (2014, s.413) tarafından yapılan çalışmada da küçük şehirlerdeki toplumsal yapının yanı sıra, ulaşım imkânlarının da günlük yaşama katılımı kolaylaştırdığı ifade edilmiştir. Araştırmanın gerçekleştirildiği Burdur, küçük bir kent yapısına sahiptir. Katılımcılara Burdur'un yalnız yaşam tercihlerine etkisi sorulmuş, farklı büyük şehirlerde bulunmuş veya yaşamış bazı katılımcılar Burdur'u diğer şehirlerle karşılaştırarak görüşlerini paylaşmıştır. Yaşlı katılımcıların birçoğu, Burdur'un ulaşılabilirlik açısından sunduğu olumlu yönlere dikkat çekmiş, bir katılımcı ise Burdur'da trafik kurallarına uyulmasının kendisini daha rahat hareket edebilir hale getirdiğini ifade etmiştir. Bir çalışmada araçların trafik kurallarını ihlal etmesi ve kaldırım işgalleri, yaşlılarda korku ve güvensizlik yarattığından bahsedilmiştir (Tekten Aksürmeli, 2017, s.709). Ayrıca, Erdem'in (2016) yaptığı çalışmada, Burdur'da kentlilik bilincinin varlığına ve yüksek olduğuna vurgu yapılmıştır. Trafik kurallarına uyma, toplu taşımada yaşlılara, engellilere ve hamilelere öncelik tanıma (Candan ve Kazak, 2018) gibi davranışlar ile fiziksel mekân düzenlemeleri, toplumsal dayanışmayı güçlendiren ve sosyal duyarlılığı artırarak kentlilik bilincinin oluşmasını sağlayan önemli unsurlar olarak değerlendirilmektedir (Ercoskun, Akunal, Yenigül ve Alkan, 2016). Bu nedenle, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yaşamlarını en az sorunla sürdürebilmeleri açısından şehir planlaması ve fiziksel çevrenin önemli bir etken olduğu söylenebilir. Yalnız yaşamının ön plana çıkan bir diğer sebebi, yaşlı bireylerin çocuklarına maddi ve manevi olarak yük olmak istememesi olarak tespit edilmiştir. İçli'nin (2010, s. 10-11) çalışmasının bulguları da yaşlı bireylerin çocuklarının veya akrabalarının yanında kalmayı, kendilerini rahatsız edecekleri ve yük olacakları düşüncesi nedeniyle kabul etmediklerini göstermektedir. Araştırmalar, yaşlıların çocuklarının yanında kalmaktansa huzurevinde yaşamayı tercih etmelerinin

genellikle aileden yeterli destek görmeme ve kimseye yük olmama gibi nedenlere dayandığını ortaya koymaktadır (Kılıç ve Şelimen, 2017, s. 80; Özmete, 2017, s. 16; Artan ve Irmak, 2018, s. 60). Yeşil ve Karakaş'ın (2023, s. 31) yaşlı kadınlarla gerçekleştirdiği araştırmada, katılımcıların çocuklarına maddi anlamda yük olmak istemedikleri gözlemlenmiştir. Du vd. (2022), yaşlı yetişkinlerin çocuklarına bakım sorumluluğu yüklemekten kaçındıklarını ve yalnız yaşamının getirdiği zorlukları tercih ettiklerini ortaya koymuştur. Aronson 'un (1992) çalışmasında, yaşlı kadınların ailelerine, özellikle de kızlarına yük olma korkusu nedeniyle yardım istemekten kaçındıkları vurgulanmaktadır. Çelenk'in (2020, s. 2107) araştırmasında ise, çocuklarına yük olmak istemeyen yaşlıların, kente göç etmeyip kırsal kesimde mevcut imkânlarla yalnız yaşamaya çalıştıkları belirtilmektedir. Bu çalışmada da katılımcılar çocukları ile birlikte yaşamayı tercih etmeseler de birçoğu çocuklarından destek alabildiğini ifade etmiştir. Zubaroğlu Yanardağ ve Say Şahin'in (2019) yaşlı bireylerle ilgili Burdur'da gerçekleştirdiği araştırmada da Burdur ilinin küçük bir şehir olması, insanlar arasında dayanışma ve paylaşımın daha güçlü olabileceği izlenimini yarattığından bahsedilmiştir. Dolayısı ile destek mekanizmalarının var olması evde tek başlarına yaşam sürdürmelerine etki edebileceği söylenebilir.

Son olarak, kişisel konfor ve özel alan isteği, bu araştırmada tespit edilen yalnız yaşamayı tercih etme sebeplerinden biridir. Güler vd. (2015, s. 699) tarafından yapılan çalışmada yaşlıların çocuklarının yanında kendilerini rahat hissetmediklerini ve çocuklarının evlerinin kendi evleri gibi olmadığını belirtmişlerdir. Özetle, yaşlı bireylerin kendi evlerinde tek başlarına yaşamayı arzuladıkları ve bu durumun onlara özgürlük ve rahatlık sunduğu ortaya çıkmaktadır. Burdur'da yalnız yaşayan yaşlı sayısının fazla olması göz önüne alındığında, Burdur'da hayata geçirilebilecek sosyal hizmet uygulamalarında "yerinde yaşlanma" politikalarının desteklenmesi büyük önem taşımaktadır.

Araştırmada, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin yalnızlık ve sosyal izolasyon deneyimledikleri tespit edilmiştir. Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2023) dört yaşlı bireyden birinin sosyal izolasyon yaşadığını ve bu oranın tüm bölgelerde genel olarak benzerlik gösterdiğini vurgulayarak, sosyal bağlantıların teşvik edilmesi amacıyla bir komisyon kurmuştur. Sosyal izolasyon, bireylerin yalnız

geçirdikleri zaman ile tanımlanmakta ve bir sosyal ağı katılım ile entegrasyon eksikliğinin bir sonucu olarak görülmektedir (Pinquart ve Sorensen, 2001, s. 247). Bergland vd. (2016) tarafından yapılan çalışmada da bu çalışmanın sonuçlarına benzer şekilde, yalnız yaşamının özlemle ilişkili olduğu ve yalnızlık deneyiminin bireyler arasında farklılık gösterdiği ortaya konmuştur. Aynı zamanda yalnızlık ve sosyal izolasyonun, depresyona yatkınlık belirtisi gösteren ifadeler kullanılmasına etkisi olduğu ifade edilmiştir. Yalnız yaşayan yaşlı bireylerde depresyon riskini artıran başlıca psikososyal faktörler arasında eş kaybı, sosyal izolasyon, sosyal destek eksikliği ve işlevsel kayıplar bulunmaktadır; bu durumlar yaşam kalitesinde belirgin düşüşlere yol açabilmektedir (Serin vd., 2019, s. 152). Sosyal izolasyon, fiziksel ve zihinsel sağlık üzerinde önemli olumsuz etkilere yol açabilmektedir. Sosyal izolasyon anksiyete ve depresyon ile ilişkilendirilmekte ve kardiyovasküler hastalık riskini %30 oranında artırabilmektedir (WHO, 2023).

Araştırmada toplumsal algılar nedeniyle (damgalanma) yalnız yaşayan erkek yaşlı bireylerin bazı sorunlarla karşılaştığı görülmüştür. Toplumsal normlar ve cinsiyet rolleri, yaşlı bireylerin yalnız yaşamalarını ve ihtiyaç duyduklarında bakım aramalarını zorlaştıran önemli engeller oluşturmaktadır; bu durum, bireylerin bağımsızlıklarını ve yaşam kalitelerini olumsuz etkilemektedir. Bazı erkek katılımcılar Burdur gibi küçük yerleşim yerlerinde toplumsal önyargıların daha belirgin olmasından dolayı huzurevine gitmek ve kadın bakıcı gibi hizmetlerden yararlanmayı sınırlandırıdığını ifade etmişlerdir. Araştırmada bir yaşlı katılımcı huzurevine gitmek istemelerine rağmen çevresinden çocuklarının kendisine bakmadığı algısının oluşmasından endişe duyduğunu ve bu nedenle huzurevine gitmediğini ifade etmiştir.

Çalışmada sosyal destek kategorisi, yalnızlıkla mücadelede ön plana çıkmakta; özellikle çocukların düzenli ziyaretleri ve hasta olduklarında çocuklarından aldıkları destek, yaşlı bireyler için önemli bir duygusal güç sağlamaktadır. Yapılan ziyaretler, yalnızlığın getirdiği sosyal izolasyonu kırarak, yaşlı bireylerin sosyal etkileşimlerini artırmakta ve yaşam kalitelerini olumlu yönde etkilemektedir. Benzer şekilde Zunzunegui (2001) tarafından yapılan çalışmada yaşlı bireylerin çocuklarından aldıkları desteklerin (duygusal, maddi, bakım) yalnızlık hissini azaltmada ve yaşamdan memnuniyeti

artırmada, sağlık hizmetlerine erişimlerini ve daha iyi yaşam koşullarına sahip olmalarını sağlamada, depresyon, anksiyete gibi ruhsal sorunlarla başa çıkmada oldukça etkili olduğunu göstermektedir. Diğer bir önemli destek kaynağı ise komşular ve akrabalar olarak tespit edilmiştir. Nocon ve Pearson'ın (2000) çalışmasında da benzer şekilde komşuların yaşlı bireylere sağladığı desteğin, resmi hizmetlerden daha etkili olabileceği ve yaşlıların kendilerini değerli hissetmelerine yardımcı olduğu belirtilmiştir. Ayrıca, yaşlıların yardım alabilecek başka alternatifleri olmadığında, arkadaşlık ilişkilerinin daha da önemli hale geldiği ifade edilmektedir (Kılavuz, 2005, s. 33). Yaşlı kadınlarla yapılan bir başka çalışmada, kadınların komşularla görüşme sıklığının yüksek olduğu ve komşulardan destek alındığı görülmüştür (Buz ve Beydili, 2015, s. 565-567). Yalnızlık hissedildiği zamanlarda tanıdık ve güvenilir kişilerle bir araya gelmek, kurulan samimi ilişkiler, duygusal destek sağlamanın yanı sıra sağlık sorunlarıyla başa çıkma konusunda da yardımcı olmaktadır. Öz (2002, s.22) ise araştırmasında yaşlı bireylerin hasta oldukları süreçlerde akrabalarına yakın oturmayı tercih ettiklerini ifade etmiştir. Dolayısıyla, yalnızlıkla mücadele yöntemleri arasında akraba desteği ve aile ilişkileri oldukça kritik bir rol üstlenmektedir. Cattan vd. (2003) tarafından yapılan çalışmada ise yaşlı bireylerin sosyal izolasyon ve yalnızlıkla ilgili mevcut hizmetlerde bireyselleştirilmiş destek sağlanması gerektiği vurgulanmıştır.

Bir diğer yalnızlıkla mücadele yöntemi olarak aktif kalma isteği keşfedilmiştir. Benzer şekilde Bergland vd. (2016) çalışmalarında yaşlı bireylerin günlerini yapılandırarak ve çeşitli etkinliklere katılarak aktif kalmaya çalıştıklarını belirtmiştir. Yaşlı bireylerin yalnızlıkla başa çıkmak için gösterdikleri aktif kalma çabalarının hem fiziksel hem de psikolojik sağlıklarını koruma açısından önemli olduğunu söylemek mümkündür. Spor yapma, kitap okuma ve bulmaca çözme gibi bireysel aktivitelerin yanı sıra sosyal etkileşimler, yalnızlığın olumsuz etkilerini hafifletmektedir. Bu faaliyetler, yaşlı bireylerin bağımsızlıklarını sürdürmelerine ve yaşam kalitelerini artırmalarına katkı sağlamaktadır. Yerel politikalar açısından sosyal alanların oluşturulması büyük bir önem taşımaktadır. Özellikle, yaşlı bireylerin aktif katılımını destekleyecek ve sosyalleşebilecekleri parklar, sosyal merkezler ve topluluk alanları gibi mekanların varlığı kritik öneme sahiptir.

Çalışmada, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin sosyal hizmetlerle ilgili ihtiyaçları, bireyselleştirilmiş müdahaleler ve bakım planlaması bağlamında belirlenmiştir. Yalnız yaşayan bireylerin ihtiyaçları, yaş, cinsiyet, sağlık durumu gibi sosyoekonomik faktörlere bağlı olarak farklılık gösterebilmektedir. Örneğin, sağlık sorunları nispeten daha az olan bazı katılımcıların ifadelerine göre, yalnızlık hissi sosyal etkinliklere katılım veya sosyal destek ile azaltılabilirken; başka bir yaşlı birey için sağlık sorunları öncelikli bir konu haline gelebilmektedir. Bir diğer örnek ise erkek katılımcıların, toplumsal baskılar ve ön yargılar nedeniyle, kadın bakıcıdan/yardımcıdan hizmet almaya ulaşmakta zorlanmalarıdır. Tespit edilen bu durumlar yalnız yaşayan yaşlı bireyler için tek tip bir sosyal hizmet uygulamasının her zaman etkili olmayabileceğini göstermektedir. Sosyal hizmet uzmanları, yaşlı bireylere yönelik bireyselleştirilmiş hizmetlerin planlanması, sunulması ve izlenmesine odaklanarak, bu süreçte yaşlıların bakımını üstlenen aile üyeleriyle de iş birliği yapabilirler (Cantekin ve Pekasıl, 2020, s. 2244). Bu bağlamda, bireylerin psikolojik, fiziksel ve sosyal ihtiyaçlarını tespit ederken, sosyal hizmet müdahalelerinin bireysel özel durumlara göre tasarlanması önemlidir. Bu süreç, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin gereksinimlerini belirleyerek sağlık ve sosyal destek hizmetlerinin etkin bir şekilde organize edilmesine katkı sağlayabilir. Dolayısıyla, bakım hizmetleri bireysel ihtiyaçlara göre planlanmalı; yaşlı bireylerin sağlık durumu, yaşam tarzı ve kişisel tercihleri dikkate alınarak hazırlanan birey odaklı bakım planları, sağlık gereksinimlerine ve yaşam hedeflerine uygun şekilde düzenlenmelidir (Irmak, 2024, s. 90). Farklı istekler ve beklentiler, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin daha bağımsız ve tatmin edici bir yaşam sürmelerine, bireyselleştirilmiş sosyal hizmet uygulamaları ile ulaşabileceğini göstermektedir.

Yaşlı bireylerin otonomi (özerklik) kaybı araştırmada ulaşılan önemli bulgulardandır. Otonomi kaybı, yalnızca fiziksel bağımsızlıkla sınırlı kalmayıp, aynı zamanda yaşlı bireylerin öz değerlerini, kimliklerini ve yaşam tarzlarını da etkilemektedir. Daha çok erkek katılımcıların ifadeleri, bireylerin kendi yaşam alanlarında bağımsız olma arzularının, aile üyelerinin beklentileri ve ihtiyaçları tarafından nasıl baskı altına alındığını ortaya koymaktadır. Tüm şartlara rağmen, yaşlı bireyler, kırılğanlıklarının ve bağımlılıklarının farkında olsalar da kendilerine bakma ve kendi kaderlerini tayin etme

haklarını sürdürebilmek istemektedirler (Breitholtz vd., 2013, s. 6; Fjordside ve Morville, 2016, s. 11). Sosyal hizmet uzmanları, bireylerin kendi kaderini tayin etme hakkını güçlendirmek amacıyla, evde yalnız yaşayan yaşlı bireylere yönelik bireyselleştirilmiş müdahale stratejileri geliştirmektedir. Bu çerçevede, bireylerin ihtiyaçları ve hedefleri dikkate alınarak sosyal destek ağlarını güçlendirmek, bağımsızlıklarını artırmak ve yaşam kalitelerini yükseltmek hedeflenmektedir. Bu sayede, bireylerin yaşamları üzerinde daha fazla kontrol sahibi olmaları sağlanırken, yeteneklerini ve kaynaklarını keşfetmeleri teşvik edilmekte, öz yeterlilik duyguları pekiştirilmekte ve toplumsal katılımları artırılmaktadır.

Çalışmada ortaya çıkarılan önemli bulgulardan biri bakım ihtiyacının gündeme gelmesi halinde bakımın kim tarafından ve nasıl yapılacağına ilişkin endişelerdir. Türkiye’de genellikle bakım ihtiyacı aileler tarafından sağlanmaktadır. Kuşkusuz, toplumsal yaşlanma sürecinde aile, en önemli sosyal destek unsuru olarak kabul edilse de, değişen toplum yapısı içinde yaşlıların aile içindeki konumuyla ilgili sorunlar ortaya çıkmaktadır (Şeker ve Kurt, 2018, s.20-21). Türkiye’de bakım ihtiyacının karşılanmasında ailelerin teşvik edildiği göz önüne alındığında varolan durumun sürdürülebilir olması için bakım sağlayan aile üyelerine emeklilik, sosyal yardımlar, esnek çalışma saatleri, ücretli bakım izni gibi destekler sunulabilir. Aynı zamanda yalnız yaşayan yaşlı bireylerin bakım sürecini kendi evlerinde geçirebilmeleri için aile desteğini alabildiği akıllı teknolojilerin var olduğu ortamların oluşturulması önemlidir.

Yalnız yaşayan yaşlı bireylerin sayısının artmasıyla, gelecekte evde bakım hizmetlerinin genişletilmesi söz konusu olabilir. Bu hizmetlerin (evde sağlık bakımı ve sosyal bakım) erişilebilir hale gelmesi, yaşlı bireylerin “yerinde yaşlanma” ilkesi doğrultusunda yaşamlarını sürdürebilmelerine olanak tanıyarak, geleceğe yönelik bakım endişelerini hafifletecektir. Yaşlı bireylerin kendi evlerinde bağımsız yaşamlarını sürdürebilmeleri için fiziksel ve sosyal çevrenin düzenlenmesi, gerekli hizmetlere erişimin artırılması ve “yerinde yaşlanma” politikalarının çeşitlendirilmesi önemlidir (Korkut ve Dikmen, 2019, s.114-115). Bununla birlikte bakım hizmetlerinin ve bakım verenlerin yaşlı bireylerin istek ve ihtiyaçlarını dikkate alması oldukça önemlidir.

(Fjordside ve Morville, 2016). Evde bakım hizmetlerinin organizasyonu için, sorumlulukların ve müdahalelerin sınırlarının net bir şekilde belirlendiği bir yapı oluşturulması gerekmektedir (Aydın, 2024, s. 1420).

Katılımcılar tarafından ifade edilen bir diğer önemli bulgu ise bakım konusundaki belirsizlikler ve kaygılardır. Yaşlı bireyler, bakım konusunda geleceğe dair beklentilerini düşünmemekte, huzurevleri ve bakıcılara karşı güvensizlik, mahremiyet kaybı endişesi ve sosyal dışlanma korkusu yaşamaktadırlar. Yaşlı bireylerin ciddi kapasite kaybı yaşamalarına rağmen, yaşamları üzerinde maksimum kontrolü koruyabilmeleri için ileri bakım planlaması ve destekli karar verme mekanizmalarının sağlanması önerilmektedir (WHO, 2015). Yalnız yaşayan yaşlı bireylere sunulacak danışmanlık hizmetleri, kaygıların giderilmesine katkı sağlayabilir. Ayrıca, bakım ile ilgili belirsizlik durumunda tercihlerini belirlemelerine yardımcı olmak amacıyla, yaşlı bireylerin kendi hazırlayacağı yazılı belgeler teşvik edilmelidir.

Yaşlı bireyler çoğunlukla eş kayıpları sonrası yalnız yaşamak zorunda kalmakta; bu durum onların psikolojik sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir (Gelen, 2024, s. 50). Çocukların evlenip evden ayrılması, eşlerin ve arkadaşlarının vefatı, emeklilik gibi nedenlerle yaşlıların yalnız kalması karşılaştıkları önemli sorunlardandır (Yerli, 2017, s. 1284). Yalnız yaşayan yaşlı bireylerin ruh sağlığını iyileştirmek ve yalnızlık hissini azaltmak amacıyla, sosyal hizmet müdahalelerinin yalnızlık duygusunu hafifletmeye, psikolojik destek sağlamaya ve sosyal bağları güçlendirmeye yönelik etkili stratejiler geliştirmesi büyük önem taşımaktadır.

Hastalık dönemlerinde (örneğin, pandemi gibi olağanüstü durumlarda) yalnız yaşayan yaşlı bireyler, acil durumlar karşısında sosyal destek alamadıklarında çeşitli zorluklar yaşadığı tespit edilmiştir. Katılımcılar, genel olarak sağlıklarının iyi olduğunu belirtirken, hastalandıklarında ise sağlık ve sosyal desteğe ihtiyaç duyduklarını ifade etmişlerdir. İskandinav ülkelerinde, sosyal bakım odaklı toplum temelli sosyal hizmetlerden faydalanılmakta; gündüzlü merkezler aracılığıyla yaşlıların durumu izlenmekte ve acil durumlarda güvenlikleri sağlanmaktadır (Savaş, 2010, s.134). Benzer şekilde, evde yalnız yaşayan yaşlı bireyler, günlük işlerde (alışveriş, temizlik, ısınma,

yemek hazırlama, acil müdahale, ev tamiri, ulaşım vb.) karşılaştıkları zorlukları ve bu süreçte ihtiyaç duydukları desteği açık bir şekilde dile getirmişlerdir. Sosyal hizmet uzmanları, evde bakım hizmetleri kapsamında sağlık ve sosyal bakım (alışveriş desteği, ev içi yardım, danışmanlık hizmetleri, acil durum desteği, bakım koordinasyonu, kişisel bakım ve ulaşım desteği) gibi çeşitli hizmetlerin organizasyonunda yer alabilir.

İngiltere, Avustralya, Almanya ve Hollanda gibi ülkelerde yaygın olarak uygulanan sosyal bakım hizmetleri, bireylerin başkalarına bağımlı olmadan yaşamlarını sürdürmelerini, yaşam kalitesini artırmayı ve toplumun daha huzurlu bir yaşam sürmesine katkı sağlamayı hedeflemektedir (Oğlak, 2016, s.33). Evde bakım hizmetlerinin organizasyonu, bazı ülkelerde evde sağlık bakımı olarak değerlendirilirken, farklı ülkelerde evde sağlık ve sosyal bakım olarak sınıflandırılıp bu çerçevede sunulmaktadır (Aydın, 2024, s.1419-1420). Türkiye’de ise yerel yönetimler tarafından sınırlı bir şekilde sosyal bakım odaklı hizmetlerin daha erişilebilir hale getirilmesi ve hizmetlerin çeşitlendirilmesi gerekmektedir. Evde yalnız yaşayan yaşlı bireylere yönelik tıbbi ve sosyal bakım hizmetlerinin birlikte sunulması ve sosyal hizmet uzmanlarının bu süreçte aracılık rolünü üstlenmesi önemli bir adım olarak değerlendirilebilir.

Gelecekte, toplumsal değişimin göz ardı edilmediği, yalnız yaşayan yaşlı bireylerin sorunlarına yönelik kapsayıcı politikaların geliştirilmesinde sosyal hizmet araştırmalarının önemi büyüktür.

KAYNAKÇA

- Aronson, J. (1992). "I don't want to be a burden": Needing assistance in a context of disentanglement. *Canadian Woman Studies*, 12(2), 65-67.
- Artan, T., ve Irmak, H. S. (2018). Huzurevindeki yaşlıların huzurevinde yaşlanmaya ilişkin bakış açılarının değerlendirilmesi: İstanbul Bahçelievler, Zeytinburnu ve Sultangazi huzurevi örneği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 29(2), 51-70.
- Arun, Ö. (2014). 'Que Vadis' Türkiye? 2050'ye doğru yaşlanan Türkiye'yi bekleyen riskler. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* (32), 1-12.
- Aydın, A. (2024). Türkiye ve seçilmiş Avrupa ülkelerinde evde bakım hizmetlerinin organizasyonu, kapsamı ve içeriği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(3), 1408-1421. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1410883>
- Bergland, A. M. G., Tveit, B., and Gonzalez, M. T. (2016). Experiences of older men living alone: A qualitative study. *Issues In Mental Health Nursing*, 37(2), 113-120. <https://doi.org/10.3109/01612840.2015.1098759>
- Breitholtz, A., Snellman, I., and Fagerberg, I. (2013). Living with uncertainty: Older persons' lived experience of making independent decisions over time. *Nursing Research and Practice*, 2013, 403717. <https://doi.org/10.1155/2013/403717>
- Buz, S., ve Beydili, E. (2015). Ankara örneğinde yalnız yaşayan yaşlı kadınların gereksinimleri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(37), 507-519.
- Candan, H., ve Kazak, G. (2018). Kentlilik bilinci ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 5(22), 986-994. <https://doi.org/10.26450/jshsr.439>.
- Cantekin, Ö. F., ve Pekasıl, A. N. (2020). Sosyal hizmet mesleği uygulama standartlarına genel bakış: Amerika Birleşik Devletleri örneği. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(23), 2231-2255. <https://doi.org/10.26466/opus.650547>
- Cattan, M., Newell, C., Bond, J., and White, M. (2003). Alleviating social isolation and loneliness among older people. *International Journal of Mental Health Promotion*, 5(3), 20-30. <https://doi.org/10.1080/14623730.2003.9721909>
- Cowgill, D. O. (1972). A theory of aging in cross-cultural perspective. D. O. Cowgill and L. D. Holmes (Ed.), *Aging and modernization* içinde (ss. 1-14). New York, NY: Appleton-Century-Crofts.
- Creswell, J. W. W., and Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). SAGE Publications.
- Çelenk, M. (2020). Yoksulluğun kırdaki görünümüleri: Ordu ilinde yalnız yaşayan yaşlılar. *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 6(34), 2104-2109.
- Çengelci Özkes, N. B. Ç. (2014). Yaşanılan kentin büyüklüğü, yaşanılan mekânın özellikleri, eğitim ve cinsiyet faktörleri açısından yaşlıların yaşam doyumları ve günlük yaşam aktiviteleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 15(2), 476-496.

- Çetin, B. (2007). *Burdur Kent Coğrafyası* (Yayımlanmamış Doktora Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, SBE, Erzurum.
- Du, Q., Gong, N., Hu, Q., Chen, G., Xie, J., Luo, L., Cheng, Y., and Zhang, M. (2022). Why do older adults living alone in cities cease seeking assistance? A qualitative study in China. *BMC Geriatrics*, 22(1), 540. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03217-x>
- Ercoskun, Ö. Y., Öcalır Akünal, E. V., Yenigül, S. B., ve Alkan, L. (2016). Kentlilik bilincini oluşturan göstergeler ve kentlilik bilincini geliştirme yolları. *Paradoks Ekonomi Sosyoloji ve Politika Dergisi*, 11(Özel Sayı), 4-23.
- Erdem, B. (2016). *Kentlilik Bilinci Bağlamında Çevre Duyarlılığı: Burdur Örneği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, SBE, Çanakkale.
- Erel, S., ve Uygur, F. (2010). Toplumda ve huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin fiziksel performans ve yaşam kalitelerinin karşılaştırılması. *Fizyoterapi Rehabilitasyon*, 21(1), 35-42.
- Fjordside, S., and Morville, A. (2016). Factors influencing older people's experiences of participation in autonomous decisions concerning their daily care in their own homes: A review of the literature. *International Journal of Older People Nursing*, 11(4), 284-297.
- Gelen, T. (2024). Yaşlı bireylerin yerinde yaşlanma düzeyleri ile yaşam kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 24(62), 51-87. <https://doi.org/10.21560/spcd.vi.1461566>
- Golden, J., Conroy, R. M., Bruce, I., Denihan, A., Greene, E., Kirby, M., and Lawlor, B. A. (2009). Loneliness, social support networks, mood and wellbeing in community-dwelling elderly. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 24(7), 694-700. <https://doi.org/10.1002/gps.2181>
- Gül, H. (2022). Modernleşme sürecinde yaşlılık sorunlarına ilişkin sosyolojik bir değerlendirme. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 928-943. <https://doi.org/10.15869/itobiad.957272>
- Güler, Z., Özsel, D., ve Güler, N. (2015). Arafta kalan yaşlılar: Kırdan-kente göç'ün yaşlılara etkisi. *Sosyoloji Konferansları*, (52), 685-713.
- Irmak, H. S. (2024). Yaşlılara yönelik bakım hizmetlerinde kalitenin temel unsurları: Yaşlıların refahı için yüksek standartlar. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 12(24), 86-97. <https://doi.org/10.46218/tshd.1513321>
- İçli, G. (2010). Yaşlılar ve yaşlılığın değerlendirilmesi: Denizli ili üzerine niteliksel bir araştırma. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 3(1-2), 1-13.
- Karakuş, B. (2018). *Türkiye'de yaşlılara yönelik hizmetler ile kurumsal yaşlı bakım ve illerin durumu*. Ankara: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.
- Kılavuz, M. A. (2005). Batı kültüründe yaşlanma dönemi yalnızlık duygusunu azaltma ve arkadaş ilişkilerini geliştirme açısından dinî etkilerin önemi. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14(2), 25-39.

- Kılıç, Ü., ve Şelimen, D. (2017). Yaşlıları huzurevi yaşamını seçmeye zorlayan nedenlerin belirlenmesi. *JAREN Hemşirelik Akademik Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 73-82.
- Kıral, B. (2021). Nitel araştırmada fenomenoloji deseni: Türleri ve araştırma süreci. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 10(4), 92-103.
- Klinenberg, E. (2012). *Going solo: The extraordinary rise and surprising appeal of living alone*. Penguin.
- Korkut, G., ve Dikmen, T. (2020). Evde yaşayan yaşlı bireylerin yerinde yaşlanmaya ilişkin tutumlarının sosyo-demografik değişkenler bağlamında incelenmesi. *İğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22, 93-118.
- Kurtkapan, H. (2019). Türkiye’de demografik dönüşümün sosyal yansımaları ve yaşlılık. *Sosyal Güvence*, (15), 27-46. <https://doi.org/10.21441/sosyalguvence.597571>
- Mandıracıoğlu, A. (2010). Dünyada ve Türkiye’de yaşlıların demografik özellikleri. *Ege Tıp Dergisi*, 49(3), 39-45.
- Nocon, A., and Pearson, M. (2000). The roles of friends and neighbours in providing support for older people. *Ageing and Society*, 20(3), 341-367. <https://doi.org/10.1017/S0144686X99007771>
- Oğlak, S. (2016). Evde bakımın ihmal edilen boyutu: Sosyal bakım. *Türkiye Klinikleri Journal Public Health Nursing - Special Topics*, 2(3), 32-37.
- Özmete, E. (2017). Türkiye’de kuşaklararası dayanışmanın değerlendirilmesi. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.
- Pinquart, M., and Sorensen, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic and Applied Social Psychology*, 23(4), 245-266. https://doi.org/10.1207/S15324834BASP2304_2
- Savaş, S. (2010). Avrupa ve dünyada gündüz bakım evleri. *Akademik Geriatri*, (132-136).
- Serin, K., Görpelioğlu, S., ve Aypak, C. (2019). Yaşlıların yaşadıkları ortamlara göre yaşam kalitesi ve geriatrik depresyon ölçeği sonuçlarının karşılaştırılması. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 23(4), 150-156.
- Shanas, E. (1980). Older people and their families: The new pioneers. *Journal of Marriage and Family*, 42(1). <https://doi.org/10.2307/351929>
- Şeker, A., ve Kurt, G. (2018). Bir sosyal politika alanı olarak yaşlılık ve sosyal hizmet uygulamaları. *Nüfusbilim Dergisi*, 40, 7-30.
- Yıldırım, A., ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (9. baskı.). Seçkin Yayıncılık.
- Tekten Aksürmeli, Z. S. (2017). Yaşlılık ekseninde Türkiye’de iç göç ve kent. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, 64, 703-716.
- Tong, A., Sainsbury, P., and Craig, J. (2007). Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): A 32-item checklist for interviews and focus groups. *International Journal for Quality in Health Care*, 19(6), 349-357. <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzm042>

- TÜİK. (18 Mart 2022). *İstatistiklerle yaşlılar 2021*, Erişim Tarihi: 22 Temmuz 2024, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaslılar-2021-45636>
- TÜİK. (17 Mart 2023a). *İstatistiklerle yaşlılar 2022*, Erişim Tarihi: 22 Temmuz 2024, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaslılar-2022-49667>
- TÜİK. (11 Mayıs 2023b). *Kent-Kır Nüfus İstatistikleri, 2022*. Erişim Tarihi: 12 Ocak 2025, <https://data.tuik.gov.tr/bulten/index?p=kent-kir-nufus-istatistikleri-2022-49755>.
- TÜİK. (27 Mart 2024a). *İstatistiklerle yaşlılar 2023*, Erişim Tarihi: 22 Temmuz 2024, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaslılar-2023-53710#:~:text=Ya%C5%9F%C4%B1%20n%C3%BCfus%20olarak%20kabul%20edilen,%20C2%27ye%20y%C3%BCkseldi>.
- TÜİK. (30 Temmuz 2024b). *Nüfus projeksiyonları 2023-2100*. Erişim Tarihi: 12 Ocak 2025, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Nufus-Projeksiyonlari-2023-2100-53699>.
- WHO. (2015). *Summary: World report on ageing and health*. Geneva: World Health Organization. Erişim Tarihi: 25 Ağustos 2024, https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/186463/9789240694811_eng.pdf?sequence=1
- WHO. (2023). *WHO launches commission to foster social connection*. Erişim Tarihi: 30 Ağustos 2024, <https://www.who.int/news/item/15-11-2023-who-launches-commission-to-foster-social-connection>
- Yerli, G. (2017). Yaşlılık dönemi özellikleri ve yaşlılara yönelik sosyal hizmetler. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(52), 1012-1025. <https://doi.org/10.17719/jisr.2017.1979>
- Yeşil, İ., ve Karakaş, M. (2023). Sosyal ilişkilerin taraflarından biri: Kırsaldaki yaşlı dul kadın. *Senectus*, 1(1), 19-50. <https://doi.org/10.26650/senectus.2023.1.1.0001>
- Yumurtacı, A. (2013). Demografik değişim: Psiko-sosyal ve sosyo-ekonomik boyutları ile yaşlılık. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(6), 9-32.
- Zubaroğlu Yanardağ, M., ve Say Şahin, D. (2019). Yaşlı bireylerde sürekli kaygı ve sürekli depresyon üzerine bir inceleme. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(1), 37-55. <https://doi.org/10.33417/tsh.516681>.
- Zunzunegui, M. V., Beland, F., and Otero, A. (2001). Support from children, living arrangements, self-rated health, and depressive symptoms of older people in Spain. *International Journal of Epidemiology*, 30(5), 1090-1099. <https://doi.org/10.1093/ije/30.5.1090>.

KESİŞİMSELLİK KAVRAMI BAĞLAMINDA “ENGELLİ YAŞLILAR”

Aykut SİĞİN¹

Öz

Bu çalışmada, kesişimsellik kavramı bağlamında “engelli yaşlılar” kavramı üzerinde durulmaktadır. Engelliler ve yaşlılar gerek akademik araştırmalarda gerekse kamusal politikalarda dezavantajlı gruplar olarak genellikle iki ayrı kategori olarak ele alınmaktadır. Mevcut çalışmanın amacı, kesişimsel bir kategori olarak engelli yaşlılık kavramını kuramsal açıdan tartışmak ve engelli yaşlıların neden “yalnızca engelli” veya “yalnızca yaşlı” gruplardan ayrı bir şekilde ele alınması gerektiğini göstermeye çalışmaktır. Bu doğrultuda gerekli literatür taranmış ve daha sonra yaşlıların ve engellilerin genel olarak karşılaştıkları sorunlar değerlendirilmiştir. Daha sonra ise bu sorunların kesişim noktası olarak engelli yaşlıların sorunları ele alınmıştır. Yürütülen tartışma sonucunda, Türkiye’de engelli yaşlıların akademik çalışmaların ve politikaların daha fazla odağında olması gerektiği sonucuna varılmıştır. Öyle ki, dünyada engelli yaşlılar nispeten daha görünür hâldeyken Türkiye’de bu durum henüz gündeme gelmemiş gibi durmaktadır. Bu çalışmayla dezavantajlı bir toplumsal grup olan engelli yaşlıların hem akademide hem de toplumsal tartışmalarda daha görünür kılınacağına, böylelikle sorunlarının çözümlerine daha kapsayıcı bir bakış açısıyla bakılabileceğine inanılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Engelli yaşlılar, engelliler, yaşlılar, kesişimsellik

¹ Doç. Dr., Aksaray Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, E-posta: aykutsgn@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1197-552X
SİĞİN, A. (2025). Kesişimsellik Kavramı Bağlamında “Engelli Yaşlılar”. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 25(67), 346-369. DOI:10.21560/spcd.vi.1565939

“DISABLED ELDERLY” IN THE CONTEXT OF THE CONCEPT OF INTERSECTIONALITY

Abstract

This study focuses on the concept of “disabled elderly” in the context of intersectionality. Disabled and elderly people are usually treated as two separate categories as disadvantaged groups both in academic research and in public policies. The present study aims to discuss the concept of disabled elderly as an intersectional category from a theoretical perspective and to show why disabled elderly should be treated separately from “only disabled” or “only elderly” groups. For this purpose, the relevant literature was reviewed and then the problems faced by the elderly and the disabled in general were evaluated. Then, the problems of the disabled elderly were discussed as the intersection point of these problems. As a result of the discussion, it was concluded that the disabled elderly in Türkiye should be the focus of more academic studies and public policies. While the disabled elderly are relatively more visible in the world, this does not appear to be the case in Türkiye. It is believed that with this study, the disabled elderly, a disadvantaged social group, will be made more visible both in academia and in social debates so that the solutions to their problems can be looked at from a more inclusive perspective.

Key Words: *Disabled elderly, the disabled, the elderly, intersectionality*

GİRİŞ

Dünya nüfusu her geçen gün yaşlanmaktadır. Bunun başlıca sebepleri arasında artan uzun ömürlülük, azalan doğurganlık oranları ve hâlihazırda kalabalık bir grup olan “baby boomer” kuşağının yaşlanması gösterilebilir. Öyle ki, artık dünyanın birçok yerinde insanlar önceki dönemlere kıyasla çok daha uzun yaşıyor, aileler daha az çocuk sahibi olmayı veya hiç çocuk dünyaya getirmemeyi tercih ediyor ve İkinci Dünya Savaşından sonra doğan kuşak yaşlanıyor ve tüm bunlar orantısız olarak dünyadaki yaşlı nüfusu artırıyor (World Health Organization, 2024a). Yaşlı nüfusun hiç olmadığı kadar fazla olduğu bir dünyada yeni sorunlarla karşılaşmak da daha olası bir hâle gelmektedir. Örneğin, tıbbi bakış açısından, daha fazla yaşlı nüfus beraberinde işitme kaybı, katarakt ve bunama gibi yaşla birlikte ortaya çıkabilen rahatsızlıkları da getirecek, bu da ülkelerin sağlık sistemlerine daha fazla yük bindirecektir. Hak temelli bir bakış açısı ise insanların hastalıkları için erişilebilir sağlık sistemleri ve bunun için uygun toplumsal organizasyonun sağlanmasını gerekli kılmaktadır. Dolayısıyla, mesele hem bireysel olarak yaşlıları hem de daha geniş ölçekte toplumları ilgilendirmektedir.

Sayısı her geçen gün artan bir diğer olgu da engelliliktir. Dünya Sağlık Örgütü’nün (World Health Organization, 2024b) açıklamasına göre, engellilik insan olmanın bir parçasıdır ve neredeyse herkes hayatının bir döneminde geçici ya da kalıcı olarak engellilik deneyimi yaşayacaktır. Bununla birlikte, tahmini olarak 1,3 milyar insan, ki bu küresel nüfusun yaklaşık %16’sına tekabül etmektedir, şu anda önemli ölçüde engellilik yaşamaktadır. Bu sayı, kısmen nüfusun yaşlanması ve bulaşıcı olmayan hastalıkların yaygınlığındaki artışa paralel olarak artmaktadır (World Health Organization, 2024b).

Dezavantajlı gruplardan olan yaşlıların ve engellilerin sayılarının artması sosyal bilimcilerin dikkatinden kaçmamış, her iki grup da yaşadıkları mağduriyetler, toplumsal hayata uyum, erişilebilirlik, genel yaşam memnuniyeti gibi çeşitli bakış açılarından incelenmiştir (Lloyd-Sherlock, 2004; Dunn, 2014). Diğer yandan, yapılan çalışmaların genel olarak yaşlıları ve engellileri ayrı ayrı ele aldıkları görülmektedir. Oysa ki yukarıda Dünya Sağlık Örgütü’nden alınan bilgi doğrultusunda değinildiği üzere, engellilik

ve yaşlılık girift durumlardır ve dolayısıyla da bir arada ele alınmaları daha sağlıklı tespit ve analizler yapılmasının yolunu açabilir.

Mevcut çalışmada temelleri feminist felsefede atılmış ancak zaman içinde kadın çalışmaları alanının dışında da tartışılmaya başlanmış olan kesişimsellik kavramı üzerinden engelli yaşlılar kuramsal açıdan incelenecektir. Bununla amaçlanan, engelliliğin ve yaşlılığın kesiştiği yerde oluşan ve yalnızca engelli ya da yalnızca yaşlı olma durumunda gözlemlenen mağduriyetlerden çok daha fazlasına işaret eden sorunlara dikkat çekmek üzere kavramsal bir kategori sunmaktır. Bu doğrultuda çalışmada ilk olarak engelli yaşlılık kavramına yönelik ulusal ve uluslararası literatürün eleştirel bir değerlendirmesi sunulmuştur. Daha sonra yaşlılık kavramı ve engellilik kavramı için yapılan farklı tanımlamalara ve yaşlı grupların ve engelli grupların toplumsal varlıklarında yaşadıkları başlıca sorunlara yer verilmiştir. Sonraki bölümde ise kesişimsellik kavramının tarihçesinden başlayarak kesişimsel bir kategori olan engelli yaşlılara odaklanılmıştır. Sonuç bölümünde çalışmanın engelli yaşlılara dikkat çekme amacı tekrar vurgulanmış ve ilerideki çalışmalara yönlendirmelerde bulunulmuştur.

ULUSAL VE ULUSLARARASI LİTERATÜRDE ENGELLİ YAŞLILARIN YERİ

Literatür taranırken yaşlılık ve engellilik literatürü ayrı ayrı ele alınmıştır. Bu iki literatürü birleştiren ve dolayısıyla “engelli yaşlıları” ele alan kaynakların oldukça sınırlı olduğu anlaşılmıştır. Yapılan çalışmaların büyük çoğunluğu bir kavram olarak engelli yaşlılara değinmekten çok, engelli yaşlıları belirli bağlamlarda ele almıştır. Örneğin, Jaya Kumar’ın 1996 yılında yaptığı çalışması Hindistan’da engelli yaşlıların durumunu analiz etmiştir. 2000 yılında Cambridge’de yapılan Bound ve Waidmann tarafından yürütülen çalışma ise Amerika Birleşik Devletleri’nde engelli yaşlıların azalan istihdam oranlarını ele almıştır. Puustinen vd. (2012) Finlandiya’da yaşayan zihinsel engelli yaşlıların bilişsel gerilemelerini uzamsal bir çalışma modeli üzerinden incelemişlerdir. You vd. (2023) ise orta ve ileri yaşlı engellilerin depresyon seyrini Çin örneği üzerinde ele almışlardır. Genel bir değerlendirme yapıldığında, doğrudan engelli yaşlıların sosyal durumlarını ele alan literatürün yeterince oluşmadığı,

mevcut çalışmaların ise ağırlıklı olarak Anglosakson ülkelerde yoğunlaştığı ve sağlık alanına odaklandığı söylenebilir.

28.04.2024 tarihinde engelli yaşlılar üzerine Türkiye’deki literatür taranmıştır. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi’nde “engelli yaşlı” sözcükleriyle “Aranacak Alan: Tez Adı”, “İzin Durumu: Tümü”, “Tez Türü: Tümü” ayarlarıyla yapılan taramada biri bilgisayar mühendisliği, diğeri sosyal hizmetler bölümünde olmak üzere iki yüksek lisans tezi ve hemşirelik alanında bir doktora tezi çıkmaktadır. Aynı ayarlar kullanılarak “yaşlı engelli” sözcükleriyle yapılan taramada ise ekonomi alanında yazılmış bir doktora tezi çıkmaktadır. Söz konusu tezlerden en eskisi 2020 yılında hazırlanmıştır.

Academia.edu sitesinde “engelli yaşlı” sözcükleriyle yapılan taramada ise yedi tanesi tekrar eden on üç sonuç çıkmıştır. Yedi tekrardan beşi bir çalışmanın tekrarı, ikisi ise diğer bir çalışmanın tekrarı şeklinde ortaya çıkmıştır. Tarama “yaşlı engelli” anahtar sözcükleriyle yapıldığında da aynı çalışmalar listelenmiş, yine iki ayrı çalışmanın tekrar ettiği görülmüştür.

Google Akademik ve ResearchGate üzerinden yapılan taramalarda ise daha fazla sonucun listelendiği ancak çalışmaların büyük bölümünün doğrudan engelli yaşlılara odaklanmadığı, yüksek sayıda çalışmanın listelenmesinin altında yatan temel sebebin “yaşlı” sözcüğünün engellilikle ilgili çalışmalarda, “engelli” sözcüğünün de yaşlılıkla ilgili çalışmalarda kullanılması olduğu anlaşılmıştır.

Yapılan literatür taraması göstermektedir ki Türkiye’de “engelli yaşlı” kesişimselliğine odaklanan yeterince çalışma bulunmamaktadır. Tarama sonrası çıkan çalışmalar detaylıca incelendiğinde ise “engelli yaşlı” kavramsallaştırmasından ziyade, “yaşlı ve engelli” şeklinde yaşlıların ve engellilerin ayrı gruplar olarak ele alındığı ancak bu durumda da iki grubun da dezavantajlarının aynı veya çok benzer olduğu ön kabulüyle hareket edildiği görülmüştür.

Yabancı literatürde ise “elderly with disability/disabilities” veya “disabled elderly/elders” anahtar sözcükleriyle yapılan taramalar sonucunda genellikle tıp, psikoloji ve sosyal hizmet alanlarında yapılan çalışmalara rastlanmıştır. Araştırmalarda disiplinlere göre farklılık göstermekle birlikte, sosyal bilimler alanında daha çok anket ve görüşme teknikleriyle veri toplandığı anlaşılmıştır.

Araştırılan konulardan bazıları evde yaşayan yaşlılarda engellilik ve bakıma muhtaç olma (Akhtar, vd., 1973), yaşlılarda engellilik eğilimleri ve geleceğe yönelik çıkarımlar (Waidmann ve Liu, 2000), yaşlı nüfusta engellilik ve hayatta kalma arasındaki değişen ilişki (Lamarca vd., 2003) ve engelli yaşlılara yönelik aile içi şiddettir (Lalanda Frazão vd., 2014).

Engelliliğin ve yaşlılığın kesişiminde uluslararası literatürde ön plana çıkan diğer bir tema da yaş ayrımcılığı (ageism) ve engelli ayrımcılığı (ableism) üzerinden yapılan değerlendirmelerdir. Bu çalışmaların tıp etiği gibi alanlarda yürütüldüğü görülmektedir. Örneğin, Langmann ve Weßel (2023, s. 1) başarılı yaşlanma kavramının eleştirel bir okumasını yapmışlar ve bu kavramın engelli yaşlılar için kesişimsel sonuçlarının tam olarak araştırılmadığına değinmişlerdir. Aynı araştırmacılar demans gibi özellikle ileri yaşlarda görülen rahatsızlıkların teşhisinde ve tedavisinde gözlemlenen yaş ayrımcılığı ve engelli ayrımcılığının başarılı yaşlanma tartışmalarında genellikle göz ardı edildiğine de değinmişlerdir.

YAŞLILIK KAVRAMI VE YAŞLILARIN TOPLUMSAL YAŞAMDA KARŞILAŞTIKLARI BAŞLICA SORUNLAR

Nüfusun yaşlanması, doğurganlık oranlarının düşmesi ve yaşam beklentisinin yükselmesi nedeniyle bir nüfusun medyan yaşının artmasıdır. Günümüzde çoğu ülkede yaşam beklentisi yükselmekte ve nüfus yaşlanmaktadır; bu eğilimler ilk olarak gelişmiş ülkelerde ortaya çıkmıştır ancak artık neredeyse tüm gelişmekte olan ülkelerde görülmektedir. Birleşmiş Milletler'in 1950-2050 yılları arasını kapsayan raporuna (United Nations, 2002) göre, mevcut yaşlı nüfusun insanlık tarihinin en yüksek seviyesinde olduğu ve bu oranın her geçen gün katlanarak artacağı söylenebilir. Nüfusun yaşlanması, işgücü ve finans piyasaları dahil olmak üzere toplumun neredeyse tüm sektörleri üzerinde etkileri olan; konut, ulaşım, sosyal koruma gibi mal ve hizmetlere olan talebin yanı sıra aile yapıları ve kuşaklar arası bağları da içerecek şekilde 21. yüzyılın en önemli sosyal dönüşümlerinden biridir (United Nations, 2024a). Söz konusu dönüşümle birlikte sağlık harcamalarına olan yatırımların artacağını söylemek güçlü bir iddia olmayacaktır. Öyle ki, yaşlanma Amerika Birleşik Devletleri'ndeki sağlık harcamalarındaki artışın sebeplerinden biri olarak görülmüştür (Herwartz ve Theilen, 2010,

s. 965; Dieleman vd., 2017, s. 1669; Keehan vd., 2017, s. 3). Benzer şekilde, Avrupa ülkelerinde yaşlanan nüfusun sağlık harcamalarındaki artışın temel sebeplerinden biri olduğu öne sürülmüştür (Prieto ve Lago-Peñas, 2012, s. 21; Lopreite ve Mauro, 2017, s. 664). Yaşlı nüfus ve sağlık harcamalarına yapılan yatırım arasındaki doğru orantının Çin gibi büyük nüfus oranlarına sahip ülkeler ve Pakistan gibi gelir seviyesi düşük ülkeler için de geçerli olduğunu söylemek mümkündür (Shakoor vd., 2021). Dahası, 2018 yılında Belçika’da ve 2023 yılında Fransa’da gerçekleşen sokak protestolarının altında yatan bir neden vardı: artırılmak istenen emeklilik yaşı. Bu isteğin altında yatan sebeplerden birisi ise nüfusun daha uzun yaşamasıydı; yapılan reformla sosyal devletin omuzlarındaki “yaşlı” yükü azaltılabilecekti.

Yaşlılığın toplumsal yaşam üzerindeki etkilerine verilebilecek örnekler çoğaltılabilir ancak daha önce yaşlılıkla ilgili kavramları doğru anlamak gerekmektedir. Libertini (2021, s. 257) yaşlanma (aging/ageing) kavramının iki şekilde tanımlanabileceğini ifade etmektedir. İlk tanım, yaşla birlikte biyolojik fonksiyonlardaki gerilemeye vurgu yapmaktayken ikinci tanım, yaşla birlikte ölüm oranlarındaki artışa dikkat çekmektedir. Öte yandan, bu iki tanımın kesiştiği noktalar bulunmaktadır. Öyle ki, doğal yaşam alanlarında biyolojik fonksiyonlardaki gerileme Darwinci anlamda hayatta kalmaya olan uygunluğun azalması, yani ölüm oranındaki artışın bir göstergesidir. Yaşlanma ve yaşlılık kavramları arasında kesin bir ayrım olmamakla birlikte, yaşlanmanın (yukarıdaki tanımlardan da anlaşılabilceği gibi) daha çok biyolojik süreçlere işaret ederken yaşlılığın sosyo-kültürel dinamikleri de içerdiğini söylemek mümkündür. Yaşlılıkla ilgili bir diğer kavram olan ihtiyarlık ise genellikle yaşlılıkla aynı anlama gelecek şekilde kullanılırken bu kavramın pejoratif çağrışımlarının bulunduğu bağlamlar da söz konusu olabilmektedir. Kavramların İngilizce literatürdeki karşılıklarına bakıldığında, yaşlı için genellikle “the elderly, elder, aged, senior” ifadelerinin kullanıldığı ancak Türkçeye “daha yaşlı bireyler” şeklinde çevrilebilecek “older individuals” ifadesinin de kavrama bir görecelik katmak üzere tercih edildiği not edilmelidir. Böyle bir yaklaşımdan hareketle, herkesin doğumundan itibaren yaş almakta olduğu ancak yaşlı kategorisindeki bireylerin “daha çok” yaş aldığını söylemek mümkündür.

Duyar'a (2008, s. 13) göre, yaşlılık söz konusu olduğunda toplumsal ilişkilerin ve yapıların dışında kalan soyut ve nesnel bir yaşlılıktan bahsedilemez. Bununla birlikte, kimlerin yaşlı olarak değerlendirilebileceğini göstermek üzere ortaya atılmış birtakım sınıflandırmaların varlığından söz edilebilir. Örneğin, Birleşmiş Milletler 65 yaş ve üstü bireyleri yaşlı (older) olarak nitelendirmektedir (United Nations, 2024b). Diğer yandan, Wiles (1987, s. 24) eski olmasına rağmen hâlâ güncelliğini koruyan çalışmasında yaptığı tartışmada bazı insanların 50 yaşında "yaşlı" olacaklarını, bazılarının ise bu tanımlamayı ölene kadar kabul etmeyeceklerini söylemektedir. Bununla birlikte, emekliliğin yaşlılık tanımlamasında önemli bir yere sahip olduğunu ancak bir tür anakronizm oluşturduğunu öne sürmektedir. Öyle ki, 65 yaşında emekli olmaları gerektiği söylenen erkekler bu yaşta "yaşlı" olarak değerlendirilirlerken ortalama olarak erkeklerden daha uzun yaşayan kadınların 60 yaşında emekli olmaları gerektiği söylenmektedir. Wiles bu argümandan hareketle, kadınların erkeklerden daha ileri bir yaşta emekli olmalarının veya her iki cinsiyetin de, 60, 65 veya 70, fark etmeksizin aynı yaşta emekli olmasının daha gerçekçi olduğunu öne sürmektedir. Wiles'in tüm bu tartışmadan sonra yaşlılığın sosyal olarak inşa edildiğini ve doğası gereği göreceli olduğunu ifade etmektedir.

Yaşlılığın sosyal boyutu, ileri yaştaki bireylerin toplumsal yaşamda beraberinde getirdiği bazı sorunları da ortaya çıkarmaktadır. Yaşlıların en sık karşılaştığı zorluklar arasında şunlar sıralanabilir:

•**Sosyal izolasyon:** Bireyin sosyal olarak aidiyet duygusundan yoksun olduğu, başkalarıyla ilişki kurmadığı, az sayıda sosyal temaslarının olduğu ve tatmin edici ve kaliteli ilişkilerin eksikliğini yaşadığı bir durumdur (Nicholson, 2009, s. 1346). Sağlık durumları kötüleşip arkadaşları ve eşleri öldükçe, yaşlıların sosyal izolasyonla karşılaşma riski artmaktadır. Sosyal izolasyonun sonuçları, özellikle hâlihazırda sağlık sorunlarına yatkın olan bireyler için tehlikeli olabilir. Bu kavram yalnızlık ve ileri yaş depresyonu gibi olguları da beraberinde getirebilir. Yaşlılıkta sosyal desteğin bireyin yaşam doyumu ve toplum içinde kendisini kabul edişi üzerindeki yapıcı etkisi düşünüldüğünde bunun eksikliğinin tam tersi şekilde yıkıcı etkilerinin olduğu daha iyi anlaşılacaktır (Sığın, 2016, s. 94).

•**Yaş ayrımcılığı:** Dünya Sağlık Örgütü'ne göre (World Health Organization, 2024c) yaş ayrımcılığı, yaşa bağlı olarak başkalarına veya kendine yönelik kalıpyargıları (nasıl düşündüğümüz), önyargıları (nasıl hissettiğimiz) ve ayrımcılığı (nasıl davrandığımız) ifade etmektedir. Yaş ayrımcılığı çocukluktan itibaren bütün yaşam çizgisini etkilemekle birlikte, bu ayrımcılık türüne en çok maruz kalan gruplardan birinin yaşlılar olduğunu söylemek mümkündür. Yaş ayrımcılığıyla yaşlı bireyin bir etkinliğe yaşından dolayı katılmasının istenmemesi gibi mikro sosyal boyutlarda karşılaşılabileceği gibi, yaş haddinden emeklilik örneğinde olduğu gibi kurumsal yaş ayrımcılığı süreçlerinden de bahsedilebilir.

•**Başkalarına bağımlı olma durumu:** Yaşlı bireyler fizyolojik işlevlerinin zayıflaması sonucu başkalarına muhtaç duruma düşebilmektedir. Bununla birlikte, çocukların ve/ya yakın akrabaların yaşlı bireye bakım vermemesi gibi bağlantılı sorunlar da ortaya çıkabilir. Makro ölçekte sosyal devlet politikası olarak yaşlı bakım evleri bu gibi durumlarda önem kazanmaktadır.

•**Yaşlı ihmali:** Bilerek veya bilmeyerek yaşlı bireyi temel ihtiyaçlardan mahrum bırakma durumuna verilen addır. Yaşlı ihmali, yaşlılıkta başkalarına bağımlı olma durumuyla birlikte ortaya çıkabilen bir süreçtir.

•**Yaşlı istismarı:** İleri yaştaki "bireyin sağlık ya da iyilik halini tehdit eden ya da [bireye] zarar veren herhangi bir davranıştır" (Arpacı ve Bakır, 2017, s. 693). Yaşlı istismarının, yaşlı ihmalinin bir ileri boyutu olduğunu söylemek mümkündür. Genel itibarıyla Yaşlı istismarı fiziksel, psikolojik, cinsel ve ekonomik istismar gibi farklı şekillerde ortaya çıkabilmektedir. Aile içi yaşlı istismarı, yaşlının ailesi veya arkadaşları tarafından gerçekleştirilirken kurumsal yaşlı istismarı, yaşlılara bakmakla görevli tesis ve kurumlarda çalışanlar tarafından gerçekleştirilir.

•**Finansal yetersizlik:** Finansal anlamda yetersiz olmak yaşlıların temel ihtiyaçlarını yeterince karşılayamamalarına sebep olabilmektedir. Emekli maaşının azlığı gibi bu durumlar bu açıdan sıkça tartışılmaktadır.

•**Barınma sorunu:** Genel olarak finansal yetersizliğe bağlı olarak ortaya çıkan barınma sorunu, yaşlı deneyiminde kalitesiz barınma veya evsizlik gibi sonuçlar doğurabilmektedir.

•*Sosyal hizmet ve imkânlara erişim zorluğu:* Yaşlı bireyler gerekli durumlarda devlet kurumları ve daha çok kentsel mekânda sağlanan sağlık, bakım, destek ve güçlendirme hizmetleri gibi imkânlara erişmekte zorluk çekebilmektedir.

ENGELLİLİK KAVRAMI VE ENGELLİLERİN TOPLUMSAL YAŞAMDA KARŞILAŞTIKLARI BAŞLICA SORUNLAR

Engellilik (disability) kavramı Cambridge Dictionary (Cambridge Dictionary, 2024) tarafından “bir kişinin diğer insanların yaptığı bazı şeyleri yapmasını zorlaştıran ve genellikle kalıcı olan veya uzun süre devam eden bir hastalık, yaralanma veya durum” şeklinde tanımlanmıştır. Kahraman Güloğlu (2022, s. 292) engellilik kavramıyla ilgili kavramsal bir tartışma yürüttüğü çalışmasında engellilik kavramının özürlülük, sakatlık ve yeti yitimi gibi ilgili bazı kavramlarla sıklıkla karıştırıldığını belirterek bu karışıklığın nedenlerinden birinin İngilizceden Türkçeye yapılan farklı çeviriler olduğunu söylemiş ve “özürlülük” için “handicap”, “yeti yitimi” için de “impairment” karşılıklarının yerinde olduğunu ifade etmiştir. Yine engellilik kavramının etimolojisine bakılacak olursa, “ability” sözcüğünün kabiliyet, yetenek, beceri, yapabilme yetisi gibi anlamlara geldiği; “dis-“ olumsuzluk ön ekiyle ise söz konusu yapabilme durumunun ortadan kaldırıldığı anlaşılmaktadır. Yapabilme durumunun ortadan kalkması ya da diğer bir ifadeyle engellilik durumunun ortaya çıkmasıyla birlikte, kişi bireysel olarak birtakım zorluklar yaşayabileceği gibi sosyal açıdan da zorluk yaşayabilir. Engellilik bu yönüyle ülkelerin yasalarında yer edinmiş, Bakanlıkların çalışma alanlarını şekillendirmiş, çeşitli sivil toplum kuruluşlarının ortaya çıkmasına neden olmuş sosyal bir meseledir. Öyle ki, Stiker (1999, s. 14) Foucault’ya referansla sosyal ve kültürel inşaların dışında kalan engelliliğin ve engellinin olmadığı gibi toplumsal referans ve inşaların dışında kalan engelliliğe yönelik bir tutum geliştirmenin de mümkün olmadığını öne sürmektedir. Bunun yanı sıra, bireysel, tıbbi bakış açısından yapısal, sosyal bakış açısına geçiş, insanların bedenlerinden ziyade toplum tarafından engelli olarak görüldüğü “tıbbi modelden” “sosyal modele” geçiş olarak tanımlanmıştır (Oliver, 1990). Bu bağlamda, genel engellilik algısı “kimi yetilerini yerine getiremeyen bir beden” ötesine geçerek “toplum tarafından alımlanan bir dezavantajlılık durumu” hâlini almıştır.

Diğer yandan, engellilik olgusu kendi içerisinde çeşitli sorunlar barındırmaktadır. Jaegar ve Bowman'a (2005, s. x) göre, engellilikle ilgili tartışmaların çoğunda tutarlı bir "ötekilik" söz konusudur. Engelliliğe çoğu zaman çeşitlilik, erişim, sağlık, aile ve ekonomi gibi konuların birbiriyle ilişkili bir kümesi olarak değil, üçüncü şahıs bakış açısıyla sosyal bir sorun veya bir araştırma konusu olarak yaklaşılmaktadır. Engelli bireyler bugüne kadar var olmuş her insan kültürünün bir parçası olmuştur ancak tarihsel süreçte hiçbir toplumsal yapılanma engelli bireylerin fiziksel, bilişsel ve duygusal farklılıklarını insanlık hâlinin doğal bir parçası olarak ele almamıştır. Engelli bireyler, engel durumlarından bağımsız olarak bireysel ve sosyal süreçlerle mücadele etme, ayrımcılıkla karşılaşma ve toplumun diğer kesimleri tarafından normal kabul edilenden daha farklı yaşamayı öğrenme konusunda ortak deneyimlere sahiptir.

Engellilik durumu zihinsel engelli, işitme engelli, görme engelli, ortopedik engelli, dil ve konuşma engelli, ruhsal ve duygusal hastalığı olanlar, süregelen hastalığı olanlar, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olanlar gibi farklı alt dallara ayrıldığı için farklı engel durumu olanların sosyal hayatta farklı sorunlarla yüzleştiklerini söylemek mümkündür. Ancak özellikle gelişmemiş ve gelişmekte olan ülkelerde yaşayan engellilerin en sık karşılaştığı bazı ortak problemler aşağıdaki başlıklar altında toplanabilir (World Health Organization, 2011; Drishti, 2024):

•**Sağlık:** Doğum esnasında ortaya çıkan tıbbi sorunlar, annelik koşulları, yetersiz beslenme, kazalar ve yaralanmalardan kaynaklananlar da dâhil olmak üzere çoğu engellilik durumu önlenabilir ancak sağlık hizmeti veren kurum ve kuruluşların altyapı eksikliği ve sağlık çalışanlarının farklı engel türlerine farklı yaklaşımlar sergilemesi yönünde yeterli eğitimi almamış olması sağlık sektöründe engellilerin karşılaştıkları temel problemler olarak değerlendirilebilir. Bunun yanı sıra, sağlık tesislerine ulaşım da engelli bireyler için bir sorun olabilmektedir.

•**Eğitim:** Hafif ve orta derecede engelli çocukların eğitim süreçlerine dâhil edilmesi büyük bir zorluk olmaya devam etmektedir. Bu açıdan kapsayıcı eğitim altyapı ve programlarının geliştirilmesi önem arz etmektedir. Özel eğitim veren okullarda da ulaşım, alanında eğitim almış öğretmenlerin varlığı

ve engel durumu bulunanlara yönelik olarak hazırlanmış eğitim materyalleri gibi konularda sorunlar ortaya çıkabilmektedir.

•**İstihdam:** Büyük çoğunluğu işgücü piyasasına katkı sağlayabilecek durumda olmalarına rağmen engelli bireylerin istihdamının yeterli düzeyde olmadığı görülmektedir. Burada yine bir tür kapsayıcılık probleminden bahsetmek mümkündür. Bu durum özel sektörde kendisini kamu sektörüne kıyasla daha fazla göstermektedir. İstihdam sorunuyla paralel olarak finansal yetersizlik ve bunun sonucunda da barınma sorunu gibi hayat kalitesini olumsuz etkileyen süreçler ortaya çıkabilir.

•**Erişilebilirlik:** Binalara, ulaşım ve hizmetlere erişim engelliler için hâlâ çözülememiş sorunlardan bir tanesidir. Dijital çağda birçok işlemin dijital yollarla yapıldığı da düşünüldüğünde, daha önce sadece fiziksel olarak engellilerin karşısına çıkan bariyerlerin günümüzde dijital bir biçime de bürünerek yaşanan sorunları artırdığı söylenebilir.

•**Sosyal dışlanma:** Engelli bireylere karşı geliştirilen olumsuz tutum, davranış ve algıların sonucunda bu bireylerin aile, toplum ve işgücü piyasasında aktif rol almalarının önüne geçilmektedir. Söz konusu tutum, davranış ve algılar başkalarından gelebileceği gibi engelli bireyin kendisinden de kaynaklanabilir. Engelliliğin birçok toplumda bir damga olarak görülmesi bu sorunu tetiklemektedir. Bu bağlamda, engelli bireyler engelli olduklarını gizleme eğilimi gösterebilmektedir.

•**Ayrımcılık:** Sosyal dışlanmayla bağlantılı olarak engellilere yönelik ayrımcılık da çeşitli bağlamlarda ortaya çıkabilmektedir. Engelli tuvaletleri gibi özel kullanım alanları veya toplu taşımada öncelikli oturaklar gibi uygulamalar engelli bireylerin kendileri tarafından olumsuz değerlendirilebilir. Daha mikro boyutlarda ise engelli bireylere acıma duygusuyla yapabileceği işleri yaptırmamak veya onları diğerlerinin katıldığı herhangi bir etkinliğe katmamak gibi örnekler verilebilir.

•**Engelli ihmal ve istismarı:** Dezavantajlı ve çoğu zaman bakıma muhtaç olan engellilerin bakımlarının ihmal veya cinsel, fiziksel ve duygusal açıdan istismarı da önemli bir sorundur.

Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization, 2024b) engelliliği insan olmanın bir parçası olarak nitelendirmekte ve hemen hemen herkesin hayatının bir noktasında geçici veya kalıcı olarak engellilik yaşayacağını belirtmektedir. Dahası, yine Örgüt'e göre, dünya nüfusunun tahmini olarak %16'sı ciddi bir engellilik durumu yaşamaktadır ve bu sayı, kısmen nüfusun yaşlanması ve bulaşıcı olmayan hastalıkların yaygınlığındaki artış nedeniyle artmaktadır. Burada dikkat çekilmesi gereken nokta, dünya nüfusunun yaşlanmasıyla birlikte artış gösteren engelli oranındaki artıştır. Kesişimsellik kavramının bu noktada yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

YAŞLILIKIN VE ENGELLİLİĞİN KESİŞTİĞİ NOKTA: ENGELLİ YAŞLILAR

Kesişimsellik kavramı en genel ifadesiyle grupların ve bireylerin sosyal ve politik kimlikleri sonucu ortaya çıkan ayrımcılık ve ayrıcalıkları incelemek üzere kullanılabilecek sosyolojik bir çerçeveyi ifade etmektedir. Cinsiyet, cinsel kimlik, etnisite, sosyal sınıf, dil, din, eğitim seviyesi, yaşanılan veya doğulan coğrafi bölge, engel durumu, yaş, boy, kilo, genel fiziksel görünüm gibi birbiriyle kesişebilen, örtüşebilen ve çakışabilen çeşitli faktörler grupların ve bireylerin güçlenmelerinde de, baskı altına alınmalarında da rol oynayabilir. Amerika Birleşik Devletleri'nde siyahlar ve kadınlar üzerinden yürütülen tartışmalar kesişimsellik kavramına güzel bir örnek olmanın ötesinde, kavramın doğuşundaki motivasyonları da gözler önüne sermektedir. 1870 yılında kabul edilen Amerika Birleşik Devletleri Anayasası On Beşinci Değişikliğiyle (15th Amendment) siyah erkekler beyaz kadınlardan daha önce oy hakkına sahip olmuşlardır. 1920 yılında kabul edilen Amerika Birleşik Devletleri Anayasası On Dokuzuncu Değişikliğiyle (19th Amendment) birlikte ise birinci dalga feminizmin temel hedefi olan kadınlara oy hakkının verilmesi gerçekleşmiştir. Ancak hangi kadınlara? Öyle ki, siyah kadınlar ve diğer beyaz olmayan kadınlar 1965 Oy Hakkı Yasası (Voting Rights Act of 1965) yürürlüğe girene kadar oy verebilmek için beklemek durumunda kalmışlardır. İkinci dalga feminizmin bitimine doğru tartışılmaya başlanan ve üçüncü dalgada daha kapsamlı ve (farklı cinsel kimlikleri de içerecek şekilde) daha fazla kategoriye içerecek şekilde genişleyen kesişimsellik kavramı böyle bir düşünsel zeminde ortaya çıkmıştır. Dönemin feminist düşüncesine göre, beyaz kadını, sırf kadın

olduğu için bir kez ezen ataerkil toplumsal düzen, siyah kadını hem kadın olduğu için hem de beyaz ırktan olmadığı için ezmektedir. Bu bağlamda, etnisite ve cinsiyetin sentezi, birlikte kuruluşu veya etkileşimi sonucu ortaya çıkan bir kesişimselliğin baskısından söz edilebilir.

Kesişimselliğin “intersectionality” şeklinde kavramsal doğuşu ve literatüre kazandırılması, kendisi de siyah bir kadın olan Amerikalı sivil hak savunucusu ve Eleştirel Irk Kuramının önemli isimlerinden Kimberlé Williams Crenshaw tarafından 1989 yılında gerçekleştirilmiştir (Cooper, 2015, s. 385). Crenshaw 1991 yılında kavramsal tartışmasını büyüterek kesişimselliğin kapsamını da genişletmiştir (Carastathis, 2016, s. 1). Kesişimsellik kavramı hem olumlu hem de olumsuz çağrışımlar yapabilmektedir ancak günümüz sosyal bilimler literatüründe bu kavram daha çok baskıların katmerlenmesine atıfta bulunmak üzere kullanılmaktadır. Bu bağlamda, kesişimsellik birden fazla ötekileştirilmiş veya marjinalleştirilmiş kategoriye giren grupların ve bireylerin araştırılması yoluyla ezilenlerin sesini duyurmaya çalışır. Zaman içinde kesişimsellik kavramı birden fazla demografik kategoriyi, bireysel iktidar ve grup iktidarıyla ilgili konuları ve daha büyük sosyal sistemleri içerecek şekilde genişlemiştir (Brown vd., 2016; Carbado vd., 2013; Cohen, 2021, s. 1). Sonuç itibarıyla, etnisitenin cinsiyetle kesişmesi üzerine temellenen kesişimsellik kavramı, hâlâ büyük ölçüde feminist literatürden beslense de, günümüzde sadece kadın kimliğinin siyah kimliğine eklenmesi üzerinden ele alınmamaya başlanmıştır.

Kavramın evrildiği noktayı daha açık bir şekilde göstermek üzere bazı örnekler verilebilir. Connell’ın Erkeklikler Kuramında öne sürdüğü marjinal erkeklik kavramsallaştırması bir kesişimsellik örneği olarak ele alınabilir. Engelli ve siyah bir erkek örneği düşünüldüğünde bu erkeğin bir erillik tezahürü olan fiziksel güç sergileme eylemini gerçekleştirdiğinde ataerkil düzenden hegemonik erkekler kadar faydalanamadıkları anlaşılabacaktır (Sığın ve Canatan, 2018, s. 169). Engelli ve siyah erkek fiziksel güç gösterisi aracılığıyla toplumsal cinsiyet hiyerarşisinde yükselirken etnik ve engel durumu nedeniyle hegemonik erkek seviyesine yükselemez. Engel durumu fiziksel gücün “istenilen düzeyde” ortaya çıkmasını engelleyebileceği gibi siyah olmak da ortaya çıkan fiziksel gücün “meşru” bir amaç uğruna

kullanılmayacağını düşündürebilir. Bunun karşısına engel durumu olmayan beyaz bir erkeği koyduğumuzda ise karşımıza ataerkil sistemden büyük fayda sağlayan hegemonik erkeklik kavramı çıkmaktadır. Hegemonik erkek fiziksel güç sergilediğinde toplum nezdinde onaylanabilir, dahası takdir görebilir; marjinal erkek ise sergilediği fiziksel güç nedeniyle kınanıp yargılanabilir. Daha somut bir örnek vermek gerekirse, Amerika Birleşik Devletleri'nde çete savaşlarına katılan siyah erkekler fiziksel güçlerini kötü amaçlarla kullandıkları düşüncesiyle kınanmaktayken benzer bir durumda beyaz erkekler (ten renkleri nedeniyle damgalanmadıkları, ötekileştirilmedikleri ve marjinalleştirilmedikleri için) aynı muameleye maruz kalmayabilirler. Bunun dışında, kesişimsellik kavramıyla açıklanabilecek birkaç örnek aşağıdaki gibi olabilir:

•**Eğitim ve coğrafi bölge:** Kırsal bölgelerden veya yetersiz kaynaklara sahip topluluklardan gelen kişiler, kentsel veya daha varlıklı bölgelerden gelen kişilere kıyasla kaliteli eğitim ve istihdam fırsatlarına sınırlı erişime sahip olabilirler,

•**Millet ve dil:** Ülkelerindeki baskın dilden farklı bir dil konuşan göçmenler veya ötekileştirilmiş topluluklardan gelen bireyler, kaynaklara ve fırsatlara erişimlerini sınırlayan dil bariyerleriyle karşılaşabilirler,

•**Yaş ve din:** Dini azınlık gruplarına mensup yaşlı bireyler, ayrımcılık ve sosyal dışlanma ile bağlantılı farklı zorluklarla karşılaşabilir. Yaşlı bireye farklı bir dini inanca sahip olması nedeniyle rahatsız edici müdahalede bulunmak daha kolay olabilir,

•**Fiziksel görünüm ve sosyal statü:** Toplumun güzellik standartlarına uymayan bireyler ayrımcılık ve önyargıya maruz kalabilir; bu durum, aynı zamanda marjinalleştirilmiş bir sosyal veya ekonomik arka plana sahiplerse daha da kötüleşebilir.

Toplumsal kaynaklara ulaşmakta en çok zorluk çeken toplumsal gruplar arasında yer alan engelliler ve yaşlılar da kesişimsellik kavramı üzerinden incelenmeye ihtiyaç duyan bir alanı oluşturmaktadır.

Her şeyden önce, engellilerin ve yaşlıların toplum içerisinde karşılaştıkları sorunlara bakıldığında bunların büyük bölümünün ortak sorunlar olduğu

görülmektedir. Öyle ki, sosyal izolasyon/dışlanma ve ayrımcılık, bakıma muhtaç olma, ihmal ve/ya istismar edilme, finansal yetersizlik ve buna bağlı olarak ortaya çıkan barınma sorunu ile sosyal hizmet ve imkânlarla erişimde yaşanan sıkıntılar her iki dezavantajlı grubun da yaşadığı sorunlar arasındadır. Bu durum kesişimsellik çerçevesinde düşünüldüğünde engelli yaşlı bireyin bütün bu sorunlardan katlanarak artan bir şekilde etkileneceği anlaşılmaktadır. Örnek vermek gerekirse, engelli yaşlının kendini savunma yetisinin engeli bulunmayan bir yaşlı bireyden daha fazla olacağı için ihmal veya istismara daha açık olabileceği söylenebilir. Aynı örneğe tersten bakılacak olursa, engeline rağmen kendini savunabilen bir birey yaşlandığında yetilerinin zayıflamasıyla birlikte daha düşük direnç gösterebilir. Aynı şekilde, sosyal hizmet ve imkânlarla ulaşmak engelli yaşlılar için yalnızca engelli veya yalnızca yaşlı olanlara kıyasla daha zor olabilir. Herhangi bir engeli bulunmayan yaşlı bir bireyin bankadan para çekmesinde veya market alışverişini yapmasında karşısına çıkmayan sorunlar engelli yaşlının ancak yardım alarak halledebileceği süreçler hâline gelebilir. Banka işlemleri ve market alışverişi gibi örnekler özellikle fiziksel yeterlilik gerektirmektedir. Diğer taraftan, dijital bir işlem yapmak da engelli yaşlılara katmanlı bir sorun sunabilir. Örneğin, dil ve konuşma engelli yaşlı bir birey telefonunda kendi yapamadığı bir işlem için torunundan yardım istemek durumunda kalabilir. Yaşlılığı dolayısıyla yapamadığı işlemi, torununa aktarması engelinden dolayı zor olacaktır.

Dahası, herhangi bir engel durumu bulunmayan yaşlı bireye ailesi bakım vermeyi tercih edebilir ancak engelli yaşlı bakımı daha zor olduğu gerekçesiyle yaşlı bakım evine verilebilir. Söz konusu engel doğuştan gelen bir durum olabileceği gibi zaman içerisinde de ortaya çıkmış olabilir. İnsanlar teknolojik gelişmelerle birlikte daha ileri yaşlara kadar yaşayacağı için genel nüfus içerisinde engelli oranı artacaktır (Lee, 2003, s. 185) ancak engelli yaşlılar söz konusu olduğunda iki ayrı dezavantajlı grubun yaşadığı sorunların bir kesişiminden söz edildiği için bu kategorideki insanlar ayrı bir çalışma alanına ihtiyaç duymaktadır. Engelli yaşlılar gerek bireysel gerekse sosyal varlıklarını iki dezavantajlılık üzerinden inşa etmektedirler. Dünya Sağlık Örgütü böylesi bir süreci tanıdığını ortaya koymuştur. Öyle ki, 2011 yılında engelliler üzerine hazırladıkları “World Report on Disability” başlıklı çalışmalarında demografik kategori olarak iki gruba odaklanmışlardır: (yine dezavantajlı bir grup olan)

çocuklar ve yaşlılar. Engelliliğin yaşlılıkla veya yaşlılığın engellilikle kesiştiği nokta bu anlamda sosyolojik açıdan önemli bir sorun olarak literatürde belirmeye başlamıştır. Ancak daha önce de belirtildiği gibi, engelli yaşlıların ayrı bir kategori olarak yeterince incelenmediği görülmektedir. Örnek vermek gerekirse, birçok saha araştırması engellileri ve yaşlıları dezavantajlı iki ayrı grup olarak ("engelliler ve yaşlılar") incelemiştir ancak bu ikisinin kesiştiği durumlar yeterince ön plana çıkamamıştır. Bu çalışmalardan bazıları için bkz. Tissue, 1977; Bruen vd., 2003; LoGiudice vd., 2012.

Türkiye'de ise gerek akademide gerekse bürokraside bu yaklaşım yeterince görünürlük kazanmamıştır. Basit bir örnek vermek gerekirse, T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı bünyesindeki Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğünün teşkilat şeması incelendiğinde Yaşlı Bakım Hizmetleri Daire Başkanlığı ve Engelli Bakım Hizmetleri Daire Başkanlığı olmak üzere iki ayrı Daire Başkanlığının bulunduğu görülmektedir. Söz konusu Daire Başkanlıklarının görevlerine bakıldığında bu görevlerin iki gruptan birine (yaşlı veya engelli) yönelik olacak şekilde ifade edildiği anlaşılmaktadır. Buradaki mesele, bürokrasinin engelli yaşlıları görmüyor olması değil, aksine hâlihazırda verilmekte olan hizmetlerin ve yürütülen çalışmaların, toplumsal bir grup olarak engelli yaşlıları; yalnızca yaşlı veya yalnızca engelli bireyler kadar görünür kılamıyor oluşudur. Öte yandan, Huzurevleri ile Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri Yönetmeliğinin 72. Maddesinde aşağıdaki ifade yer almaktadır:

Zaman içerisinde bedensel ve zihinsel yeteneklerini değişik derecelerde yitirerek rehabilitasyona, sürekli ve özel bakıma gereksinim duyar hale gelenlere ve evlerinde iken bu duruma gelip, aile yanında bakımı güçleşenlere, her huzurevi bünyesinde tesis edilmesi zorunlu olan özel bakım bölümlerinde ve Sürekli Bakım ve Rehabilitasyon Merkezlerinde hizmet verilir. Bu bölümlere 60 yaş ve üzerinde, ruh sağlığı yerinde, bulaşıcı bir hastalığı bulunmayan, yatağa bağımlı, felçli, bedensel, görme ve işitme özürsüz, demanslı yaşlılar kabul edilir (Mevzuat, 2001).

Söz konusu Maddede bedensel, görme ve işitme engelli yaşlıların özellikle vurgulandığı ve uygulamanın kapsayıcı olacak şekilde açıkça ifade edildiği görülmektedir. Dolayısıyla, bu çalışmanın da dikkat çekmeyi amaçladığı üzere

böylesi bir yaklaşım örnek olarak alınabilir. Engelli yaşlıların sorunlarına kesişimsellik penceresinden bakmanın bu görece göz ardı edilmiş toplumsal grup için son derece önemli olduğu ve bürokrasinin akademiyle birlikte hareket ederek bu sorunu aşmasının daha sağlıklı bir toplum oluşturmak adına uygun olacağı söylenebilir.

Türkiye İstatistik Kurumu (2022; 2023) verilerine göre, 2023 yılı itibarıyla sayıları 8 milyon 722 bin 806 olan yaşlıların 2022 yılında hayatlarını kaybetmelerindeki ilk üç neden sırasıyla dolaşım sistemi hastalıkları (%39,1), solunum sistemi hastalıkları (%15,5) ve iyi huylu ve kötü huylu tümörlerdir (%12,7). Endokrin, beslenme ve metabolizmayla ilgili hastalıklar (%5,0), sinir sistemi ve duyu organları hastalıkları (%3,9) ve Alzheimer hastalığı (%3,2) da hatırı sayılır bir orana tekabül edecek şekilde ölümle sonuçlanmaktadır. Bu durum tersten okunacak olursa, yaşlılar salt yaşlılıktan ziyade bir rahatsızlıktan, engel durumundan veya sağlık durumundaki bir bozukluktan dolayı hayatlarını kaybetmektedirler. Gerontoloji literatüründe de yoğun bir şekilde tartışılan aktif yaşlanma gibi süreçlerle bir arada düşünüldüğünde yaşlıların engel durumunun ayrıca tartışılmayı gerekli kıldığı yinelenebilir. Kesişimsellik, birbirinin içine geçmiş ve biri diğerini “yutmuş” gibi görünen durumların anlaşılmasında büyük önem taşımaktadır. Engelli yaşlıların böylesi bir yaklaşımla göz önünde bulundurulması da Türkiye’nin yaşlanan toplumsal yapısı için önemlidir.

SONUÇ

Klişeleşmiş de olsa “her sağlıklı birey bir engelli adaydır” ifadesi her geçen gün biraz daha geçerli olmaktadır. Bunun altında yatan temel sebeplerden biri de teknolojik gelişmelerle nüfusun artık daha uzun süre yaşayabilmesi, diğer bir ifadeyle nüfusun yaşlanmasıdır. Dolayısıyla da engellilik ve yaşlılık durumları daha önce hiç olmadığı kadar bir arada varlık göstermektedir. Bu çalışma da üzerine yeterince düşülmemiş bir toplumsal kategori olan engelli yaşlıları hem akademisyenlerin hem de politika yapımcıların dikkatine sunmayı hedeflemiştir. Bu bağlamda engelli bireylerin ve yaşlı bireylerin sorunlarının kesiştiği noktalar ana hatlarıyla çıkarılmaya çalışılmıştır. Kesişimsellik kavramı “yalnızca engelli” veya “yalnızca yaşlı” olan bireylerin Türk toplumundaki “elden ayaktan düşmek” ifadesi aslında bir açıdan engellikle yaşlılığın

kesiştği durumları açıklamak için kullanılmaktadır. Öte yandan, dünyadaki yaklaşımın aksine Türkiye’de engelliliğin ve yaşlılığın salt ayrı kategoriler olarak değerlendirildiği görülmektedir.

Yaşlı ayrımcılığı ve engelli ayrımcılığı toplumsal yaşamda birbiri içine geçmiş şekilde ortaya çıkmakta ve engelli yaşlı bireyler tarafından bir arada tecrübe edilmektedir. Yapısal veya kurumsal yaşlı ayrımcılığı olarak tanımlanabilecek evrensel bir anlayış, yaşlıları toplumsal yaşamın dışına itmekte, dahası bu süreç “normal” olarak ele alınmaktadır. Bunun nedeni, yaşlılara yönelik olarak oluşmuş normların ve uygulamaların tarihsel süreç içerisinde ortaya çıkarak ritüel hâlini alması ve değiştirilmesi zor bir yapıya bürünmesidir. Benzer bir süreç bedeninin veya zihninin bazı özelliklerinin kaliteli bir yaşam için gerekli olduğu görüşünden doğan engelli ayrımcılığında da söz konusudur. Toplumun “engelli bireyin bedensel veya zihinsel birtakım özelliklerden yoksun olduğu” kalıp yargısal yaklaşımı yapısal bir meseledir. Hem yaşlı ayrımcılığı hem de engelli ayrımcılığı doğal olmaktan ziyade, sosyal olarak inşa edilen süreç ve sonuçlardır.

Mahler (2021, s. 11), yaşlanmanın biyolojik sürecinin engellilik olasılığının artmasını içerdiğini kabul etmekle birlikte, hastalığın tedaviyi gerektiren tıbbi bir durum yerine yaşlılığın bir belirtisi olarak görülmesinin, yaşlıların önleyici tarama, cerrahi tedavi, rehabilitasyon hizmetleri ve organ nakli gibi uygun sağlık hizmetlerinden dışlanmasına yol açtığı yönündeki endişelerini dile getirmiştir. Bu bakımdan engelli yaşlı bireylerin ayrı bir kategori olarak ele alınmaları bu sosyal inşa sürecini daha iyi anlamayı mümkün kılacak ve yapısökümcü bir yaklaşımla hem engelli bireylerin hem de yaşlı bireylerin sorunlarının daha iyi anlaşılmasında önemli bir rol oynayacaktır.

Mevcut araştırmacı engellilerin ve yaşlıların iki ayrı sosyal grup olarak ele alınmasının mutlak bir sorun olduğunu düşünmemekte ancak bu grupların kesişen problem noktalarının “yalnızca engelli” veya “yalnızca yaşlı” yaklaşımından daha farklı bir yaklaşım gerektirdiğine dikkat çekmektedir. Bu bağlamda mevcut çalışmanın “engelli yaşlı” kavramını gündeme getirerek literatürdeki bir açığı kapatacağına ve kesişimselliği daha çok göz önünde bulunduran sosyal politikalar benimsenmesine yönelik bir katkı sağlayacağına inanılmaktadır. Böylelikle sosyolojiden sosyal hizmete,

psikolojiden hemşireliğe varan birçok disiplin ve alanda araştırmaların artacağı ve engelli yaşlı grubun sorunlarının, bir çarpan etkisi gösteren kesişimsellik kavramı üzerinden okunarak bu sorunlara daha kapsayıcı çözümler üretilebileceği düşünülmektedir. Öyle ki, engelli yaşlıların sorunları için ortaya konulacak çözüm önerileri kimi durumlarda engellilik boyutuna ağırlık vermeyi, kimi durumlarda yaşlılık boyutuna ağırlık vermeyi, kimi durumlarda ise iç içe geçmiş sorunlarıyla bu grubu ayrı bir kategori olarak ele almayı gerektirebilir.

Bu çalışma, sayıları dünyada her geçen gün artacak bir sosyal grup olan engelli yaşlılara dikkat çekme amacıyla tasarlanmıştır. Yürütülen tartışma gerek ulusal gerekse uluslararası literatürde bu sosyal grubun üzerinde hâlâ yeterince durulmadığı görülmektedir. Bu çalışma engelli yaşlıları önemli bir araştırma konusu olarak teorik açıdan tartışmıştır ancak sahadan toplanacak veriler ışığında daha derinlemesine analizler yapılabilir ve yapılmalıdır. Sosyal politikaların da engelli yaşlı bireyleri ayrı bir kategori olarak değerlendirerek daha kapsayıcı bir yönelimle hazırlanmasının uygun olacağı düşünülmektedir. Yapısal sorunların bireysel çabalarla ortadan kaldırılamayacağı düşüncesinden hareketle yasa yapıcıların engelli yaşlılara ayrıca eğilmesi gerektiği vurgulanmalıdır. Sorun yapısal olmakla birlikte henüz tam anlamıyla kronikleşmiş değildir. Bu açıdan bu çalışma bir tür “dikkat çağırısı” olarak değerlendirilebilir.

KAYNAKÇA

- Akhtar, A. J., Broe, G. A., Crombie, A., McLean, W. M. R., Andrews, G. R. ve Caird, F. I. (1973). Disability and dependence in the elderly at home. *Age and Ageing*, 2(2), 102–111. doi:10.1093/ageing/2.2.102
- Arpacı, F. ve Bakır, B. (2017). Yaşlı istismarı ve ihmali. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 21(3), 691–703.
- Bound, J. ve Waidmann, T. (2000). *Accounting for recent declines in employment rates among the working-aged disabled* (Working Paper No. 7975). National Bureau of Economic Research. <https://doi.org/10.3386/w7975>
- Brown, T. H., Richardson, L. J., Hargrove, T. W. ve Thomas, C. S. (2016). Using multiple-hierarchy stratification and life course approaches to understand health inequalities: The intersecting consequences of race, gender, SES, and age. *Journal of Health and Social Behavior*, 57(2), 200–222. <https://doi.org/10.1177/0022146516645>
- Bruen, B. K., Wiener, J. M. ve Thomas, S. (2003). *Medicaid eligibility policy for aged, blind, and disabled beneficiaries* (Policy Brief No. 2003-14). The Urban Institute.
- Cambridge Dictionary. (2024). Disability. Erişim tarihi: 08.05.2024, <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/disability>
- Carastathis, A. (2016). *Intersectionality: Origins, contestations, horizons*. Lincoln ve Londra: University of Nebraska Press.
- Carbado, D., Crenshaw, K. W., Mays, V. M. ve Tomlinson, B. (2013). Intersectionality: Mapping the movements of a theory. *Du Bois Review*, 10(2), 303–312.
- Cohen, A. (2021). The challenges of intersectionality in the lives of older adults living in rural areas with limited financial resources. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 7(1–9). doi:10.1177/23337214211009363
- Cooper, B. (2015). Intersectionality. *The Oxford Handbook of Feminist Theory*, L. Disch ve M. Hawkesworth (Ed) içinde (ss. 385–406). New York: Oxford University Press. doi:10.1093/oxfordhb/9780199328581.013.20
- Dieleman, J. L., Squires, E., Bui, A. L., Campbell, M., Chapin, A., Hamavid, H., Horst, C., Li, Z., Matyas, T., Reynolds, A., Sadat, N., Schneider, M. T. ve Murray, C. J. L. (2017). Factors associated with increases in US health care spending, 1996–2013. *JAMA*, 318(17), 1668–1678. doi:10.1001/jama.2017.15927
- Drishti. (2024). *Issues related to persons with disability*. Erişim tarihi: 09.05.2024, <https://www.drishtiias.com/to-the-points/Paper2/issues-related-to-persons-with-disability> Forum Üstü
- Dunn, D. (2014). *The social psychology of disability*. Oxford: Oxford University Press.
- Duyar, İ. (2008). Geriatri. *Geriatri, Bölüm 1: Gerontolojinin Temelleri*, R. Mas, A. T. Işık, M. A., T. Karan Beğ, Ş. Akman ve T. Ünal (Ed.) içinde (ss. 9–19). Ankara: TGV.
- Google Akademik. (2024). *Ana sayfa*. Erişim tarihi: 28.04.2024, <https://scholar.google.com/schhp?hl=tr>

- Herwartz, H. ve Theilen, B. (2010). The determinants of health-care expenditure: New results from semiparametric estimation. *Health Economics*, 19(8), 964–978. doi:10.1002/hec.1540
- Jaeger, P. T. ve Bowman, C. A. (2005). *Understanding disability: Inclusion, access, diversity, and civil rights*. Westport, CT: Praeger Publishers.
- Jaya Kumar, G. S. (1996). The aged and aged disabled: The Indian scene. *International Review of Modern Sociology*, 26(1), 81–90.
- Kahraman Güloğlu, F. (2022). Engellilik hakkında kavramsal karmaşanın nedenleri ve Türkiye'deki durum. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 33(1), 291–315. DOI: 10.33417/tsh.989123
- Keehan, S. P., Stone, D. A., Poisal, J. A., Cuckler, G. A., Sisko, A. M., Smith, S. D., Madison, A. J., Wolfe, C. J. ve Lizonitz, J. M. (2017). National health expenditure projections, 2016–25: Price increases, aging push sector to 20 percent of economy. *Health Affairs*, 36(3). doi:10.1377/hlthaff.2016.1627
- Lalanda Frazão, S., Santos Silva, M., Norton, P. ve Magalhães, T. (2014). Domestic violence against elderly with disability. *Journal of Forensic and Legal Medicine*, 28, 19–24.
- Lamarca, R., Ferrer, M., Andersen, P. K., Liestøl, K., Keiding, N. ve Alonso, J. (2003). A changing relationship between disability and survival in the elderly population: Differences by age. *Journal of Clinical Epidemiology*, 56(12), 1192–1201.
- Langmann, E. ve Weßel, M. (2023). Leaving no one behind: Successful ageing at the intersection of ageism and ableism. *Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine*, 18(1), 22.
- Lee, R. (2003). The demographic transition: Three centuries of fundamental change. *Journal of Economic Perspectives*, 17(4), 167–190. doi:10.1257/089533003772034943
- Libertini, G. (2021). Aging definition. *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*, D. Gu ve M. E. Dupre (Ed.) içinde (ss. 257–266). Cham, Springer. doi:10.1007/978-3-030-22009-9
- Lloyd-Sherlock, P. (2004). *Living longer: Ageing, development and social protection*. Londra: Zed Books.
- LoGiudice, D. C., Smith, K., Shadforth, G., Lindeman, M., Carroll, E., Atkinson, D., Schaper, F., Lautenschlager, N., Murphy, R. ve Flicker, L. (2012). Lungurra Ngoora: A pilot model of care for aged and disabled in a remote Aboriginal community—Can it work? *Rural and Remote Health*, 12, 1–11.
- Lopreite, M. ve Mauro, M. (2017). The effects of population ageing on health care expenditure: A Bayesian VAR analysis using data from Italy. *Health Policy*, 121(6), 663–674. doi:10.1016/j.healthpol.2017.03.015
- Mahler, C. (2021). *Report of the independent expert on the enjoyment of all human rights by older persons, Claudia Mahler*. Presented to UN Human Rights Council, 48th session,

- 13 September–1 October 2021. Erişim tarihi: 27.01.2025, <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G21/215/63/PDF/G2121563.pdf?OpenElement>
- Mevzuat Bilgi Sistemi. (2001). *Huzurevleri ile Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri Yönetmeliği*. Erişim tarihi: 11.11.2024, <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=4414 and MevzuatTur=7 and MevzuatTertip=5>
- Nicholson, N. (2009). Social isolation in older adults: An evolutionary concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 65, 1342–1352. doi:10.1111/j.1365-2648.2008.04959.x
- Oliver, M. (1990). *The politics of disablement*. Basingstoke: Macmillan and St Martin's Press.
- Prieto, D. C. ve Lago-Peñas, S. (2012). Decomposing the determinants of health care expenditure: The case of Spain. *The European Journal of Health Economics*, 13(1), 19–27. doi:10.1007/s10198-010-0276-9
- Puustinen, J., Nurminen, J., Vahlberg, T., Lyles, A., Isoaho, R., Räihä, I. ve Kivelä, S.-L. (2012). CNS medications as predictors of precipitous cognitive decline in the cognitively disabled aged: A longitudinal population-based study. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders Extra*, 2(1), 57–68. <https://doi.org/10.1159/000336710>
- Shakoor, U., Rashid, M., Baloch, A. A., Husnain, M. I. ve Saboor, A. (2021). How aging population affects health care expenditures in Pakistan? A Bayesian VAR analysis. *Social Indicators Research*, 153(2), 585–607. doi:10.1007/s11205-020-02500-x
- Sığın, A. (2016). Çalışma hayatı ve emeklilik bağlamında Türkiye'de yaşlılık. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(1), 87–101.
- Sığın, A. ve Canatan, A. (2018). Connell'in "Erkeklikler" teorisinde işbirlikçi erkek, madun erkek ve marjinal erkek: Hegemonik erkekliğin kavramsal hegemonyası. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(32), 163–175.
- Stiker, H. J. (1999). *A history of disability*. W. Sayers (Çev.). Ann Arbor: University of Michigan Press.
- T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. (2024). *Engelli bakım hizmetleri daire başkanlığı görevleri*. Erişim tarihi: 28.04.2024, <https://www.aile.gov.tr/eyhgm/sayfalar/engelli-bakim-hizmetleri-daire-baskanligi-gorevleri>
- T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. (2024). *Teskilat şeması*. Erişim tarihi: 28.04.2024, <https://www.aile.gov.tr/eyhgm/genel-mudurluk/teskilat-semasi>
- T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. (2024). *Yaşlı Bakım Hizmetleri daire başkanlığı görevleri*. Erişim tarihi: 28.04.2024, <https://www.aile.gov.tr/eyhgm/sayfalar/yasli-bakim-hizmetleri-daire-baskanligi-gorevleri>
- Tissue, T. (1977). The survey of the low-income aged and disabled: An introduction. *Social Security Bulletin*, 40(2), 3–11.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2022). *Ölüm ve ölüm nedeni istatistikleri, 2022*. Erişim tarihi: 17.05.2024, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Olum-ve-Olum-Nedeni-Istatistikleri-2022-49679>

- Türkiye İstatistik Kurumu. (2023). *İstatistiklerle yaşlılar, 2023*. Erişim tarihi: 17.05.2024, <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaslilar-2023-53710>
- United Nations. (2002). *World population ageing 1950-2050* (No. ST/ESA/SER.A/206).
- United Nations. (2024a). *Global issues: Ageing*. Erişim tarihi: 02.05.2024, <https://www.un.org/en/global-issues/ageing>
- United Nations. (2024b). *International day of older persons: 1 october*. Erişim tarihi: 02.05.2024, <https://www.un.org/en/observances/older-persons-day>
- Waidmann, T. A. ve Liu, K. (2000). Disability trends among elderly persons and implications for the future. *The Journals of Gerontology: Series B*, 55(5), S298–S307. doi:10.1093/geronb/55.5.S298
- Wiles, D. (1987). Who is old?: Defining old age. *Australian Journal on Ageing*, 6(4), 24. <https://doi.org/10.1111/j.1741-6612.1987.tb01000.x>
- World Health Organization. (2011). *World report on disability 2011*. Erişim tarihi: 11.05.2024, <https://www.who.int/teams/noncommunicable-diseases/sensory-functions-disability-and-rehabilitation/world-report-on-disability>
- World Health Organization. (2024a). *Ageing and health*. Erişim tarihi: 14.10.2024, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health#:~:text=Every%20country%20in%20the%20world,in%202020%20to%201.4%20billion.>
- World Health Organization. (2024b). *Disability*. Erişim tarihi: 27.04.2024, https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab_1
- World Health Organization. (2024c). *Ageing: Ageism*. Erişim tarihi: 04.05.2024, <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/ageing-ageism>
- You, R., Li, W., Ni, L. ve Peng, B. (2023). Study on the trajectory of depression among middle-aged and elderly disabled people in China: Based on group-based trajectory model. *SSM - Population Health*, 24, 101510. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2023.101510>

POLİVAGAL TEORİ TEMELLİ DUYGU DÜZENLEME EĞİTİMİ: ÇOCUK GELİŞİMCİ ADAYLARI ÜZERİNDE BİR ARAŞTIRMA

Elifcan CESUR¹

Öz

Bu araştırmada çocuk gelişimi bölümü son sınıf öğrencilerine verilen polivagal teori temelli duygu düzenleme eğitiminin etkisini incelemek amaçlanmıştır. Çalışma karma modelde, açımlayıcı sıralı desende yürütülmüştür. İç içe ardışık örnekleme yöntemi ile belirlenen çalışma grubunu Türkiye'nin kuzey batı bölgesindeki bir üniversitenin Çocuk Gelişimi Bölümünde öğrenim gören 62 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği ve Görüşme Formu kullanılmıştır. Geliştirilen eğitim programı öğrencilere çevrimiçi olarak toplam 8 oturumda uygulanmıştır. Uygulanan program öğrencilerin duygusal düzenleme becerilerinde anlamlı farklılığa neden olmuştur. Ayrıca eğitimin etki boyutunun Öz-Destek dışındaki tüm alt boyutlarda yüksek düzeyde olduğu; Öz-Destek alt boyutunda ise orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın nitel ve nicel bulgularının paralellik gösterdiği görülmüştür. Duygu düzenleme becerilerinin hem bireysel hem de mesleki anlamdaki önemi ve gerekliliği göz önüne alındığında, üniversitelerin çocuk gelişimi bölümleri başta olmak üzere, danışan-danışman ilişkisi bulunan tüm meslek gruplarının lisans eğitim programlarında zorunlu ders olarak yer almasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk gelişimci, duygu düzenleme becerileri, duygusal destek, polivagal teori

¹Dr.Öğr.Üye., Kırklareli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü,E-posta: elifcancesur@gmail.com ORCID: 0000-0002-9364-2293

CESUR, E. (2025) Polivagal Teori Temelli Duygu Düzenleme Eğitimi: Çocuk Gelişimci Adayları Üzerinde Bir Araştırma. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 25(67),370-397. DOI:10.21560/spcd.vi.1568121

POLYVAGAL THEORY-BASED EMOTION REGULATION TRAINING: A STUDY ON CHILD DEVELOPMENT UNDERGRADUATES

Abstract

In this study, it was aimed to examine the effect of polyvagal theory-based emotion regulation training given to senior students of child development department. The study was conducted in a mixed model, exploratory sequential design. The study group was determined using a nested sequential sampling method and consists of 62 students enrolled in the Child Development Department at a university in the northwestern region of Turkey. Data collection tools include the Emotion Regulation Skills Scale and an Interview Form. The developed training program was conducted online in a total of eight sessions. The results indicate that the implemented program led to a significant improvement in students' emotion regulation skills. Moreover, the effect size of the training was found to be high in all subdimensions except for Self-Support, where it was at a moderate level. The qualitative and quantitative findings of the study were observed to be consistent with each other. Considering the importance and necessity of emotion regulation skills both individually and professionally, it is suggested that such training should be incorporated as a mandatory course in undergraduate curricula, particularly in Child Development departments, as well as in all professional fields involving counselor-client relationships.

Key Words: *Child development specialist, emotion regulation skills, emotional support, polyvagal theory*

GİRİŞ

Sağlık lisansiyerleri olan çocuk gelişimciler; yaşına uygun gelişim gösteren, özel gereksinimli, akut/kronik hastalığı olan, korunmaya ihtiyacı olan ve risk grubunda olduğu belirlenen 0-18 yaş grubundaki çocukların gelişimlerine yönelik değerlendirme, destekleme ve izleme çalışmaları yapan; ailelere, çocukla çalışan profesyonellere, kurum ve kuruluşlara danışmanlık hizmeti sunan bir meslek grubudur (ÇUÇEP, 2016). Bu bağlamda çalıştıkları grupların genel olarak sosyal-duygusal desteğe ihtiyaç duydukları söylenebilir. Dolayısı ile danışmanlık yaptıkları kişilerle duygu odaklı-terapötik bir iletişim kurabilmeleri gerekmektedir.

Levine ve Frederick (2020), danışmanın çok bilgili olmasının ve gerekli müdahaleleri yapmasının, danışanlara duygusal destek sunarken yeterli olmadığını vurgulamaktadırlar. Çünkü duygusal sorunlar klasik hastalıklar değildir, temelinde huzursuzluk, endişe ve uyumsuzluk gibi durumlar barındırmaktadırlar. Bu nedenle danışman kendi duygularından uzak, sağlıklı bir rehber gibi ilişki kurduğunda danışan ile terapötik bir ilişki kuramayacak ve onunla ortaklık geliştiremeyecektir. Oysa çocukların ve ailelerin yaşadıkları bu zorluklar karşısındaki duygularını fark etmesi, fark ettiklerini kabul edebilmesi ve anlamlandırabilmesi, bu duyguları ile baş etme becerilerinin artırılması onlara sunulan destek sürecinin önemli bir parçasıdır (Greenberg, 2018) ve çocuk gelişimcilerin bu süreci iyi yönetebilmeleri gerekmektedir. Ancak kişinin bu becerileri kendi hayatında etkin bir şekilde kullanamadığında karşısındaki kişiye yol göstermede başarılı olması beklenemez. Bu nedenle çocuk gelişimcilerin çalıştıkları çocuk ve ailelerin ihtiyaç duyduğu duygusal desteği onlara etkin bir şekilde sunabilmeleri için öncelikle kendilerinin duyguları hakkında fikir sahibi olmaları ve bunu danışanlarına iletebilmeleri, empati kurabilmeleri ve duygularını düzenleyebilmeleri gerekmektedir (Ogden, 2018). Süreç boyunca sakin ve kontrollü kalmalı, kendini danışanların duygu yoğunluğundan da sıyrabilmelidir. Böylece hem danışanla güvene dayalı terapötik bir ilişki kurabilecek hem de durumu daha objektif değerlendirebilecek ve daha doğru kararlar alarak doğru yönlendirmeler yapabilecektir. Ayrıca danışanlarının destekleme sürecine aktif bir şekilde katılmalarını ve bu sürece devam etmeyi istemelerini de sağlayacaktır (Morrison, 2019). Araştırmalar duygu düzenleme becerilerinde iyi olan sağlık

profesyonellerinin hem süreci daha iyi yönlendirdiğini (Epstein ve Street, 2011; Hojat vd., 2013) hem de kurdukları ilişkinin danışan memnuniyetini ve destek sürecine bağlılığı arttırdığını göstermektedir (Joosten vd., 2008; Zolnierek ve Dimatteo, 2009). Bu doğrultuda, danışmanların duygu düzenleme becerilerinin yalnızca terapötik ilişkinin kalitesini yükseltmekle kalmayıp destek sürecinin etkinliğini de güçlendirdiği açıktır. Bu becerilerin biyolojik temellerini anlamak ise sürecin daha bilinçli ve etkili yönetilmesine katkıda bulunur. İşte bu noktada polivagal teori, duygu düzenleme süreçlerini ve danışanların sinir sistemlerinin nasıl regüle edilebileceğini açıklayan değerli bir çerçeve sunmaktadır.

Polivagal teori, merkezi sinir sisteminden etkilenen ve hem çevreden hem de iç organlardan gelen sinyallere tepki veren özerk sinir sistemini tanımlayarak insan davranışını anlatmaktadır. İnsan özerk sinir sisteminin; evrimsel değişimlere bağlı olan, öngörülebilir bir tepkisellik modeline sahip olduğu ileri sürülmektedir (Porges, 2017). Polivagal teori daha çok fizyolojik bir model gibi gözükmese de rağmen sosyal bilimler için önemli bir çerçeve sunmaktadır. İnsanlardaki sosyal, duygusal ve fizyolojik düzenleme süreçlerinin nasıl işlediğini anlamaya çalışan teori, insan davranışının biyolojik temellerine odaklanarak insanı anlamaya yeni bir boyut kazandırmaktadır. Gelişim, bağlanma, empati, kişilerarası ilişkiler, stres tepkileri ve duygusal düzenleme gibi konulara biyolojik bir perspektif ekleyerek sosyal bilimlerde daha bütüncül bir anlayış geliştirmeye imkan sunar (Dana, 2021; Porges ve Dana, 2018). Danışmanlar polivagal teoriyi kullanarak danışanları ile empatik ilişkiler kurabilir ve terapötik bir bağ geliştirebilirler. Danışanlarının sinir sistemlerini nasıl regüle edebileceklerini anlayarak iyileşmeye daha fazla kaynak sunabilirler. Danışanlarının kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olabilir, böylece stres ve travma yönetimine destek olabilirler (Dana, 2021; Levine, 2018; Porges, 2021; van der Kolk, 2018). Son yıllarda duygu düzenleme becerilerini nörobilim ışığında ele almanın hem problemleri daha iyi anlamaya hem de performansı optimal düzeyde biçimlendirmeye destek olacağı düşünülmektedir (Arden, 2017; Field vd. 2019). Dolayısıyla farklı gruplara sunulan ruhsal-duygusal destek çalışmalarında da polivagal bakış açısı oldukça önem kazanmıştır (Porges ve Dana, 2018).

Çocuk gelişimciler ile yürütülen sınırlı sayıdaki araştırmalar bu meslek grubunun sosyal hizmet alanında (Cesur ve Akyol, 2018), hastanelerde (Taştepe ve Köksal Akyol, 2014) ve rehabilitasyon merkezlerinde (Arucan, 2008; Yavuz ve Kahraman, 2022) çeşitli nedenlerle mesleki yıpranma payının yüksek olduğunu göstermektedir. Mesleki yıpranma payının artması ve işteki motivasyonun düşmesi danışan-danışman arasında güvene dayalı terapötik bir ilişkinin kurulmasına ket vurabilir. Bu da danışanlara sunulacak hizmetin kalitesini düşüreceği gibi çocuk gelişimcilerin hem mesleki hem de kişisel hayatlarındaki doyumu ve üretkenliği olumsuz etkileyebilecektir. Duygu düzenleme ile bireylerin iyilik durumu ve ruhsal belirtileri arasındaki ilişkiler son yıllarda oldukça önem kazanmış (Berking ve Whitney, 2018; Schweinhardt vd., 2008) ve duygu düzenleme eğitimleri yaygınlaşmaya başlamıştır. Mevcut literatürde, duygu düzenleme becerilerini geliştirmeye yönelik diyalektik davranış terapisi temelli (Gülgez ve Gündüz, 2015; Rizvi ve Steffel, 2014), bilişsel terapi yaklaşımlarını benimseyen (Demir ve Gündoğan, 2018) ve farkındalık temelli (Huppert ve Johnson, 2010; Demir, Gökmen ve Fırat, 2024) çeşitli programlara rastlanmaktadır. Ayrıca, bazı araştırmalar duygu düzenleme eğitimlerini çevrimiçi formatta (Demir, Gökmen ve Fırat, 2024) veya kişilerarası duygu düzenleme perspektifinde (Sarıcaoğlu ve Avcı, 2021) ele almıştır. Bu çalışmaların sonuçlarına bakıldığında, bireylerin iyilik halleri, uyum becerileri, duygusal yetkinlikleri ve farkındalık düzeylerinde artış sağladığı belirlenmiştir (Demir ve Gündoğan, 2018; Demir, Gökmen ve Fırat, 2024; Gülgez ve Gündüz, 2015; Huppert ve Johnson, 2010; Sarıcaoğlu ve Avcı, 2021; Rizvi ve Steffel, 2014; Vatan, 2020). Ancak, duygu düzenleme becerileri eğitiminde polivagal teoriye dayalı bir müdahale programının uygulandığı bir araştırmaya literatürde rastlanmamaktadır. Mevcut duygu düzenleme programları genellikle bilişsel süreçlere odaklanırken, polivagal teori duyguların sinir sistemi ile ilişkisini ve fizyolojik düzenleme mekanizmalarını ele almaktadır. Bu doğrultuda, korunmaya, bakıma ve desteğe ihtiyaç duyan dezavantajlı gruplarla çalışacak çocuk gelişimci adaylarının duygu düzenleme becerilerini geliştirmek hem kendi mesleki motivasyonlarını korumada hem de duygusal tükenmişliklerini azaltıp dayanıklılıklarını artırmada kritik bir rol oynamaktadır. Duygu düzenleme becerilerinde farkındalık kazanan ve bu becerilerde ustalaşan çocuk gelişimciler, vakalarını daha iyi analiz edebilme,

terapötik ilişkiler kurma, destek süreçlerini daha etkili yönetme ve gerekli yönlendirmeleri daha hızlı gerçekleştirme noktasında önemli avantajlar elde edeceklerdir. Bu da sunulan hizmetin kalitesinin artırılması anlamına gelmektedir.

Bu araştırmada, çocuk gelişimi bölümü son sınıf öğrencilerine polivagal teori temelli duygu düzenleme becerileri eğitimi verilerek bu eğitimin öğrencilerin duygu düzenleme becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Sekiz hafta boyunca çevrimiçi olarak uygulanan program kapsamında, katılımcılara duyguların beyindeki işleyişi, sinir sisteminin fizyolojik tepkileri, nefes ve kas egzersizleri yoluyla vagal tonusun düzenlenmesi, farkındalık ve öz-şefkat geliştirme gibi çeşitli becerilerin kazandırılması amaçlanmıştır. Çalışma, bilişsel ve davranışsal süreçlerin yanı sıra fizyolojik ve nörolojik mekanizmaları da içeren bütüncül bir yaklaşım sunarak literatüre katkı sağlamayı hedeflemektedir.

YÖNTEM

Çalışma Deseni

Bu araştırma karma modelde açımlayıcı sıralı desende yürütülmüştür. Araştırmada bu deseni seçmedeki amaç, nicel sonuçlardaki olası aykırı/şaşırtıcı verileri derinlemesine incelemektir (Bradley vd., 2009). Açımlayıcı sıralı desen, öncelikli olarak nicel verilerin toplanmasını ve bu verilerde beklenmeyen durumlar ortaya çıktığında nitel veriler aracılığıyla bu durumların nedenlerinin incelenmesini öngören bir yaklaşımdır (Creswell ve Plano Clark, 2015). Bu doğrultuda, çalışmada ilk olarak nicel veriler elde edilmiş, ardından ölçek puanlarında beklenen değişimi göstermeyen veya düşüş yaşayan katılımcılar arasından gönüllü olanlarla nitel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Bu yöntem, eğitim müdahalesinin tüm katılımcılar üzerindeki genel etkisini belirledikten sonra, spesifik farklılıkların daha derinlemesine anlaşılmasına olanak tanımaktadır.

Çalışma Grubu

Bu araştırmada çalışma grubunun belirlenmesinde iç içe ardışık örnekleme yöntemi kullanılmıştır. İç içe ardışık örnekleme, nicel veri toplama sürecinde belirlenen özel durumları daha derinlemesine anlamak amacıyla, geniş nicel

örneklem içerisinde bir alt grubun seçilmesiyle gerçekleştirilen bir yöntemdir (Johnson ve Christensen, 2014). Çalışma grubunu Türkiye'nin kuzey batı bölgesindeki bir üniversitenin Çocuk Gelişimi Bölümünde son sınıfta öğrenim gören araştırmaya katılmaya gönüllü toplam 62 öğrenci oluşturmaktadır. Tamamı kadınlardan oluşan çalışma grubunun yaş ortalaması 23,75'dir (Min=20, Max=41). Çalışmaya dahil edilme kriterleri:

- Çocuk gelişimi bölümünde son sınıf öğrencisi olmak
- Daha önce duygu düzenleme konusunda bir eğitime katılmamış olmak

Çalışmada verilen eğitim sonucunda katılımcıların duygu düzenleme ölçek puanlarında artış olması beklenmektedir. Ancak bu beklentiye aykırı olarak bazı katılımcıların puanlarında bu artış gözlenmemiştir. Çalışmanın nitel boyutunda eriş (büyüme gelişme) puanlarında bir değişiklik olmayan (N=1) ve düşüş meydana gelen (N=8) kişilerden görüşmeyi yapmayı kabul eden yedi katılımcı ile görüşmeler yapılmıştır ve düşüşün olası nedenlerini belirleyebilmek hedeflenmiştir. Bu grubun yaş ortalaması 23,28'dir (Min=20, Max=31).

Veri Toplama Araçları

Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği: Berking ve Znoj'un (2008) geliştirdiği 5'li likert tipi ölçek, Vatan ve Oruçlular Kahya'nın (2018) geçerlik ve güvenirlik çalışması ile Türk diline uyarlanmıştır. Ölçek "0: Neredeyse hiçbir zaman, 4: Neredeyse her zaman" aralığında derecelendirmeli 27 madde ve 9 alt boyut içermektedir. Alt boyutlar; farkındalık, beden duyuları, netlik, anlama, kabul, tolerans, yüzleşmeye hazırlanma, öz-destek ve değişimlemedir. Alt boyutların Cronbach alfa değerleri 0.49-0.75 arasında değişmektedir. Tüm test için ise 0.89 değerindedir (Vatan ve Oruçlular Kahya, 2018). Bu çalışma kapsamında ise ölçek alt boyutlarının Cronbach alfa değerlerinin 0.48-0.73 arasında değiştiği görülmüştür. Alt boyutlarda üçer madde olduğu için madde sayısının azlığından dolayı alfa değerlerinin düşük değer aldığı düşünülmektedir (Şeker ve Gençdoğan, 2006). Ayrıca toplam puana ait Cronbach alfa değerleri ise 0.83 olarak bulunmuştur.

Görüşme Formu: Araştırmacı tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formunda katılımcıların uygulanan program hakkındaki

düşüncelerine, eğitimin polivagal bakış açısıyla sunulmasına dair görüşlerine ve bu puan düşüşünün olası nedenleri hakkındaki düşüncelerini öğrenmek için hazırlanmış toplam üç soruya yer verilmiştir. Görüşme formu doktor unvanına sahip, çocuk gelişimi bölümünde görev yapan üç öğretim üyesi tarafından incelenmiş ve sorular anlaşılabilirlik ve amaca uygunluk açısından değerlendirilmiştir. Uzman görüşleri doğrultusunda, ifadelerdeki olası belirsizliklerin giderilmesi amacıyla küçük dilsel düzenlemeler yapılmış, soruların açık uçluluk ve tarafsızlık açısından uygunluğu yeniden gözden geçirilmiştir. Ancak formun temel yapısı korunmuş ve içerikte köklü bir değişiklik yapılmamıştır.

Programın Geliştirilmesi ve İçeriği

Araştırma sürecinden önce araştırmacı, duyguların tanınması, fark edilmesi, adlandırılması, ifade edilmesi, düzenlenmesi ve empati becerilerinin desteklenmesi konularında çalışmalar yürütmüştür. Araştırmalarında, beyinde duyguların işlenişi, stres tepki sistemi ve sinir sisteminin duygusal düzenleme süreçlerindeki rolüne odaklanmıştır. Bu kapsamda, nefes kontrolü ve kas gevşetme tekniklerinin sakinleşme, odaklanma ve duyguların düzenlenmesi üzerindeki etkileri üzerine araştırmalar yapmıştır. Academy For Mindful Teaching, Remind Türkiye ve NeuroSystemics CARE gibi kuruluşlardan duygu düzenleme, mindfulness, meditasyon, polivagal teori ve sinir sistemi üzerine eğitimler almıştır. Ayrıca, ulusal ve uluslararası düzeyde travma, duygu düzenleme ve mindfulness konularında düzenlenen çeşitli seminerlere katılmıştır.

Polivagal Teori Temelli Duygu Düzenleme Eğitim Programı geliştirilirken öncelikle ilgili literatür taranmıştır (Örn.:Berking ve Whitney, 2018; Dana, 2021; Davis vd., 2016; Field vd., 2019; Greenberg, 2018; Gross, 2013; Levine ve Frederick, 2020; Mischke Reeds, 2018; Neff, 2021; Porges, 2021). İlgili literatür çerçevesinde araştırmacı aşağıdaki sekiz oturumdan oluşan bir program tasarlamıştır. Oturumlar, Tablo 1’de verilmiştir. Oturumlardaki uygulamalara örnek teşkil etmesi amacıyla, ikinci oturumun detaylı açıklaması Ek-A’da sunulmuştur.

Tablo 1. Polivagal Teori Temelli Duygu Düzenleme Eğitimi Oturum İçeriği

Oturum 1	Duyguların insan yaşamındaki önemini kavramaları, duyguların beyinde nasıl işlendiğini, farklı beyin bölgeleri üzerinde işlendikleri bilinçli ve bilinçsiz yolları öğrenmeleri, duyguların beden üzerindeki fizyolojik sonuçlarının neler olduğu hakkında bilgi sahibi olmaları hedeflenmiştir. Sinir sisteminin işleyişi ve insanın güven duygusu arayışı üzerine tartışmalar yapılmıştır.
Oturum 2	Kas ve nefes egzersizleri yoluyla, katılımcıların bilinçli olarak kaslarını gevşetmelerine ve nefeslerini sakinleştirmelerine yardımcı olmayı amaçlamıştır. Ayrıca vagal tonusu aktive etmek için günlük egzersizler de öğretilmiştir.
Oturum 3	Hissedilen duyguyu olduğu gibi fark edebilmelerini sağlamak amaçlanmıştır. Oturum sürecinde öğrenciler ile farkındalık, odaklanma ve gözlem kavramları üzerinde durulmuştur. Farklı duyguların vücut üzerindeki fizyolojik etkisinden, yarattıkları bedensel değişimlerden bahsedilmiştir. Böylece öğrencilerin hissettikleri duyguyu fark etmeleri ve tanımlayabilmeleri hedeflenmiştir.
Oturum 4	Öğrencilerin düşünce, duygu ve davranışların birbirleriyle ilişkili olduğunu fark etmeleri hedeflenmiştir. Farklı düşüncelerin duygu ve davranışlar üzerinde farklı etkilere sahip olduğu, bazı düşünce tarzlarının iyi veya kötü hissetme üzerinde etkin olduğu ve düşünceleri nasıl değiştirebilecekleri üzerine konuşulmuştur.
Oturum 5	Hissettikleri olumsuz duyguları fark etmeleri ve kabul etmeleri üzerinde durulmuştur. Kabul etmenin ne demek olduğu ve ne demek olmadığı hakkında beyin fırtınası yapılmıştır. Duygularını ifade edebilmeleri ve olduğu gibi kabul edebilmeleri amaçlanmıştır. Aslında her insanın şefkati hak ettiğine dair farkındalık yaratmak hedeflenmiştir. Öz-şefkatin bir bileşeni olan insanlığın ortak deneyimi kavramının anlaşılması ve aslında herkesin bir acısının, zorlandığı bir şeylerin olduğunun, yalnız olmadığımızın farkındalığı hedeflenmiştir.
Oturum 6	Özgüvenin önemi, kendini sevmenin ve kendine değer vermenin gerekliliği üzerinde durulmuştur. Bu oturumun amacı koyucu ve önleyici becerileri güçlendirmektedir.
Oturum 7	Empatinin gelişimi ve önemini vurgulamak amaçlanmıştır. Öğrencilerin başkalarının duygularını tanıması, onların duygularını anlaması, hissetmesi ve kendilerini onların duygularından ayırtması hedeflenmiştir.
Oturum 8	Son oturum öğrencilerin önceki oturumlar arasında bağlantıları kurup, bu becerileri bir bütün olarak kullanmalarını içermektedir. Çeşitli nefes egzersizleri, meditasyon uygulamaları, farkındalık çalışmaları ve öz-şefkat pratikleri yapılmıştır.

Programın Uygulanması ve Veri Toplama Süreci

Araştırma kapsamında öncelikle Kırklareli Üniversitesi Senatosu Etik Komisyonuna başvurulmuş ve etik kurul onayı (Evrak Tarihi: 25.02.2021 ve Protokol No: PR0294R0) alınmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllülere araştırmanın konusu, amacı, süresi ve nasıl ilerleyeceği hakkında ön bilgilendirme toplantısı yapılmıştır. Her bir oturuma katılmanın önemine dikkat çekilmiş ve katılımcılara yazılı birer bilgilendirilmiş onam verilmiştir. Oturum sonunda herkesin Google-Forms uygulaması üzerinden çevrimiçi olarak ön-testleri doldurması istenmiştir. Program sekiz hafta süre (Mayıs-Haziran 2021) ile haftada bir gün, iki saat süre ile Microsoft Teams programı üzerinden çevrimiçi olarak yürütülmüştür. Katılımcıların tamamı tüm oturumlara devamlılık sağlamıştır. Program tamamlandıktan sonra katılımcılardan son-testleri yine Google-Forms uygulaması üzerinden çevrimiçi olarak doldurmaları istenmiştir. Nicel verilerin analizinden sonra son-test uygulamalarında erişimi (büyüme gelişme) puanlarında düşüş meydana gelen yedi katılımcıya görüşme soruları e-posta ile iletilmiş ve yazılı yanıtları araştırmacıya geri göndermeleri istenmiştir. Bu çalışmada pandemi dolayısı ile tüm veri toplama süreçlerinde internet olanaklarından yararlanılmıştır. Verilerin tümü Mart-Temmuz 2021 tarihleri arasında toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Nicel Verilerin Analizi: Verilerin analizi SPSS 20 (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık ve basıklık katsayıları ile incelenmiş, tüm katsayıların -1 ile +1 aralığında olduğu tespit edilmiştir. Bu değerlerin belirtilen aralıkta olması, normal dağılımdan önemli bir sapma olmadığını göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ayrıca normallik varsayımını değerlendirmek amacıyla histogram ve Q-Q plot grafikleri incelenmiş ve verilerin normal dağılıma uygun olduğu belirlenmiştir. Kolmogorov-Smirnov testinde bazı alt boyutlarda anlamlı farklılık gözlenirse de normallik varsayımını değerlendirirken çarpıklık ve basıklık katsayıları, histogram ve Q-Q plot gibi farklı kriterlerin de dikkate alınması gerektiği vurgulanmaktadır (Field, 2013). Tüm bu değerlendirmeler doğrultusunda verilerin parametrik analizlere uygun olduğu sonucuna varılmış ve analiz sürecinde İlişkili Örneklem

İçin T-Testi kullanılmıştır. Ayrıca programın pratikteki etkisine bakmak için Cohen-d istatistiğinden yararlanılmıştır ve değerlendirirken Cohen d (1988) kriterleri benimsenmiştir (.20- küçük etki büyüklüğü; .50- orta; .80 ise büyük etki büyüklüğü).

Nitel Verilerin Analizi: Nitel veriler içerik analiziyle değerlendirilmiş ve dört basamakta tamamlanmıştır: (1) veriler kodlanmış, (2) temalar bulunmuş, (3) kodlar ve temalar düzenlenmiş ve (4) bulgular yorumlanmıştır. Veri setleri araştırmacı tarafından birkaç defa okunmuş ve kodlamalar yapılmıştır. Örneğin, katılımcılardan biri “Güven arayışı içinde, hayatta kalmak adına sinir sistemlerimizin nasıl işlediğini anladığımda kendimi anladım, insanları anladım” dediğinde, bu ifade “insanı/davranışlarının nedenlerini anlama” kodu ile etiketlenmiştir. Kodlamalar, tümevarımcı analiz yaklaşımıyla, verilerden çıkarılan kavramlara dayalı olarak araştırmacı tarafından oluşturulmuştur (Merriam, 2015). Kodlar arasındaki benzerlikler belirlenerek tematik kodlama yapılmış ve bu süreçte “polivagal bakış açısının öğrenmeye etkisi”, “programın katkıları” ve “puan düşüşünün olası sebepleri” ana temaları geliştirilmiştir. Örneğin, “polivagal bakış açısının öğrenmeye etkisi” teması altında şu kodlar birleştirilerek alt temalar oluşturulmuştur: “eğitimin etkililiğini arttırma” ve “insanı/davranışlarının nedenlerini anlama”. Bu aşamada, veri analizinin güvenliği adına iç ve dış tutarlılığı sağlamak için araştırmacı, veri analizinde doktora derecesine sahip bir alan uzmanına danışmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Uzmanın önerileri doğrultusunda alt temalar ve temalar düzenlenmiş; örneğin, “kendini mesleki olarak daha yetkin hissetme” alt teması başlangıçta “mesleki yetkinlik geliştirme” olarak adlandırılmışken, uzman görüşü ile daha geniş değil, daha özelleştirilmiş bir bakış açısına sahip olacak şekilde revize edilmiştir. Uzmanın önerileri doğrultusunda kodlar ve temalar düzenlendikten sonra toplanan verinin orijinal formuna sadık kalarak katılımcıların doğrudan görüşlerine yer verilerek bulgular yorumlanmıştır (Wolcott, 1994). Yapılan doğrudan alıntılarda katılımcı kimliklerinin gizliliğini korumak için, katılımcılar K1, K2... gibi kodlarla belirtilmiş ve gerçek isimler saklı tutulmuştur.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma hem ölçme araçlarında yer alan sorular ve ölçtüğü niteliklerle, hem de katılımcıların bu sorulara verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

Bu araştırma, yalnızca deneysel süreç öncesi ve eğitimler tamamlandıktan sonra toplanan verilerle sınırlıdır. Bu nedenle, zaman içinde farklı etkilerin ortaya çıkıp çıkmadığı ya da görülen etkilerin zamanla nasıl değiştiği incelenememiştir. Ayrıca bu çalışmada yalnızca deney grubunun öntest ve sontest verileri değerlendirilmiştir. Kontrol grubunun dahil edilmemiş olması, çalışmanın bulgularının yalnızca deney grubuna dayalı olmasına yol açmıştır, bu da sonuçların genel geçerliliği açısından bir sınırlama oluşturabilmektedir.

Araştırma pandemi döneminde yürütüldüğü için tüm eğitim süreci çevrimiçi olarak tamamlanmıştır. Duygu odaklı bir çalışma olduğu için eğitimlerin yüz yüze yapılması sonuçların daha farklı olmasına neden olabilir.

BULGULAR

Çocuk gelişimi bölümü son sınıf öğrencilerine verilen polivagal teori temelli duygu düzenleme eğitiminin öğrencilerin duygu düzenleme becerilerdeki etkisini incelemeyi amaçlayan bu araştırmanın verileri nitel ve nicel bulgular olmak üzere iki alt başlıkta ele alınmıştır.

Araştırmaya İlişkin Nicel Bulgular

Tablo 2’de, çalışma grubunun Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları puanlara ilişkin betimsel istatistikleri ve yapılan T-testinin sonuçları yer almaktadır.

Tablo 2. Çalışma Grubunun Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği Alt Boyutları Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikleri ve İlişkili Örneklemeler İçin T-Testi Sonuçları

Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği Alt Boyutları		n	$\bar{x}$	S	t	Sd	p
Duygulara Dikkat Etme	Ön-test	62	2.4301	1.11193	-3.362	61	.001
	Son-test		2.9409	0.43743			
Duyguların Bedensel Algısı	Ön-test	62	2.5161	0.72599	-3.952	61	.000
	Son-test		2.9624	0.66695			
Duygular Hakkında Netlik	Ön-test	62	2.5161	0.73099	-3.320	61	.002
	Son-test		2.8763	0.66457			
Duyguları Anlama	Ön-test	62	2.6667	0.64726	-3.110	61	.003
	Son-test		2.9731	0.56394			
Duyguları Kabul	Ön-test	62	2.0860	0.73906	-4.754	61	.000
	Son-test		2.5591	0.62949			
Dayanıklılık	Ön-test	62	1.9946	0.83523	-5.893	61	.000
	Son-test		2.5699	0.67855			
Yüzleşme İçin Hazırlanma	Ön-test	62	2.1129	0.82304	-4.452	61	.000
	Son-test		2.6559	0.70895			
Öz-Destek	Ön-test	62	2.2849	0.83818	-2.394	61	.020
	Son-test		2.5376	0.62537			
Değişimleme	Ön-test	62	2.2151	0.73946	-4.801	61	.000
	Son-test		2.7312	0.55920			
Toplam: Duygu Düzenleme Becerileri	Ön-test	62	2.2965	0.54379	-6.500	61	.000
	Son-test		2.7826	0.44901			

Tablo 2 incelendiğinde çalışma grubunda uygulama öncesi ölçülen Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği alt ölçek puanları ile uygulama sonrası ölçülen alt ölçek puanları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.01$, $p<0.05$). Bu bulgular çalışma grubuna verilen eğitimin öğrencilerin duygu düzenleme becerileri üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir.

Tablo 3'te uygulanan programın pratikteki etkilerini incelemek için yapılan Cohen-d analizinin sonuçları verilmiştir.

Tablo 3. Çalışma Grubunun Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği Ön-Test Son-Test Puan Farklarının Cohen-d İstatistiksel Testine Dair Sonuçları

Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği Alt Boyutları	r	Cohen-d
Duygulara Dikkat Etme	-0.28	-0.60
Duyguların Bedensel Algısı	-0.30	-0.64
Duygular Hakkında Netlik	-0.24	-0.51
Duyguları Anlama	-0.24	-0.50
Duyguları Kabul	-0.32	-0.68
Dayanıklılık	-0.35	-0.75
Yüzleşme İçin Hazırlanma	-0.33	-0.70
Öz-Destek	-0.16	-0.34
Değişimleme	-0.36	-0.78
Toplam: Duygu Düzenleme Becerileri	-0.43	-0.97

Tablo 3 incelendiğinde çalışma grubunun ön-test son-test puanları arasında ölçümlenen etki boyutunun Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği alt boyutlarından Öz-Destek dışındaki tüm alt boyutlarda yüksek düzeyde olduğu (.80); Öz-Destek alt boyutunda ise orta düzeyde olduğu (.50) olduğu görülmektedir. Etki büyüklüğü ölçümlerinin deneysel müdahalenin göreceli büyüklüğünü ve deneysel etkinin boyutunu verdiği göz önüne alındığında bu bulgular verilen eğitimin çocuk gelişimi bölümü öğrencilerinin duygu düzenleme becerileri üzerinde oldukça etkili olduğunu göstermektedir.

Araştırmaya İlişkin Nitel Bulgular

Nitel veriler katılımcıların uygulanan program hakkındaki düşüncelerine, eğitimin polivagal bakış açısıyla sunulmasına dair görüşlerine ve puan düşüşün olası nedenlerine ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla yapılan görüşmeyi içermektedir. Yapılan analizler doğrultusunda üç üst temaya ulaşılmıştır: (1) Polivagal bakış açısının öğrenmeye etkisi (2) Programın katkıları (3) Puan düşüşünün olası sebepleriyle ilgili görüşleri. Tablo 4'te katılımcı-tema eşleşmeleri ayrıntılı bir şekilde verilmiştir.

Tablo 4. Temalar, Alt Temalar ve Bahseden Katılımcı

Tema	Alt Tema	Bahseden Katılımcı
Polivagal bakış açısının öğrenmeye etkisi	Eğitimin etkililiğini arttırma	K1,K2,K3,K4,K5,K6,K7
	İnsanı/ davranışlarının nedenlerini anlama	K1,K2,K3,K4,K5,K6,K7
Programın katkıları	Kendini ve duygularını anlama	K1,K2,K3,K4,K5,K6,K7
	Duygularını ifade edebilme	K2,K3,K4,K5,K7
	Duygularını kabul etme, kaçmama	K2,K4,K5,K7
	Duyguları ile etkili baş etme	K1,K2,K3,K4,K5,K6,K7
	Daha etkili iletişim kurabilme	K1,K4,K5,K7
	Danışanları anlama/empati kurabilme	K1,K2,K5,K6,K7
	Kendini mesleki olarak daha yetkin hissetme	K1,K3,K4,K5,K7
Puan düşüşünün olası sebepleri	Farkındalığın artması sonucu daha gerçekçi puanlama yapma	K1,K2,K3,K4,K5,K6,K7

Polivagal bakış açısının öğrenmeye etkisi

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların almış oldukları duygu düzenleme becerileri eğitiminin polivagal bakış açısıyla işlenmesinin eğitimin etkinliğini arttırdığını ve hem kendilerini hem de diğer insanları daha iyi anlamalarına katkı sunduğunu düşündükleri görülmektedir. Katılımcılardan bazılarının cevapları şu şekildedir:

K1: Çok fazla düşünen biri olarak neyi nasıl ve neden yaptığımı bilmek beni çok rahatlattı. Büyük bir farkındalık kazandım kendime karşı. Stresli olduğum zamanlarda belki o anda sakinleşemeyeceğimi bilmek bile beni rahatlatıyor. Bazı şeylerin bizden bağımsız olarak işliyor olmasını bilmek ya da aslında beynimizin ve sinir sistemimizin yapısı gereği bazen farklı davrandığımızı anlamak çok iyi. Herkesi bir birey olarak kabul etmeme çok yardımcı oldu.

K4: Polivagal teoriyi öğrenmek hayatımı çok değiştirdi. Çünkü bazen yaptığım hareketler ya da davranışlar için sonradan “ya niye böyle yaptım ki” dediğim zamanlar oluyordu. Aynı şekilde başka insanlar için de. Davranışlarını ya da tepkilerini anlamlandıramadığım ya da çok kişisel algıladığım zamanlar. Ama güven arayışı içinde, hayatta kalmak adına sinir

sistemlerimizin nasıl işlediğini anladığımda kendimi anladım, insanları anladım. Bu teori işlenirse bence eğitim eksik kalırdı.

K6: Ben hem bireysel olarak hem de ileride çalışacağım çocuklar açısından baktığımda, insanların neyi neden yaptığını, yani iç dünyasında neler olduğunu anladığımızda suçlayıcı taraftan uzaklaştığımızı düşünüyorum. Bence bu durum mesleki açıdan da bir profesyonellik sağlıyor. Aynı durum insan ilişkileri için de geçerli. Beyni ve sinir sistemini bilmeseydim çok yüzeysel bilgilere sahip olurdu ve çocuğu ya da insanları anlamak için bu kadar ince düşünmez, derine inmezdim diye düşünüyorum. Bu sebeple polivagal bakış açısını öğrenmenin çok faydalı olduğuna inanıyorum.

Programın katkıları

Katılımcılar eğitim sonunda kendilerini daha iyi tanıdıklarını, kendilerine karşı daha anlayışlı yaklaştıklarını, duygularını fark ettiklerini, ifade edebildiklerini, kabul edebildiklerini ve duyguları ile daha rahat baş edebildiklerini belirtmişlerdir. Ayrıca iletişim becerilerinin geliştiğini, kendilerini mesleki açıdan daha yetkin hissettiklerini söylemişlerdir. Ayrıca danışanlarını daha iyi anlamayacaklarına inandıklarını belirtmişlerdir. Katılımcılardan bazılarının cevapları şu şekildedir:

K1: Mesleki açıdan çocukları anlamam konusunda bana iyi bir yol gösterici olacağını düşünüyorum. Bu eğitimi en çok da kendimi ve duygularımı anlarsam, çocukları da anlarım diye düşündüğümünden aldım. Artık daha bilinçliyim. Duyguları anlamak daha iyi bir iletişimi sağlar; çocuklarla daha iyi bir iletişim kurmamda büyük bir adım oldu bu eğitim benim için. Kendimi anlamazsam bir çocuğu hiç anlayamam ve anlayamadığım birine hiçbir anlamda yardımcı olamam. Bu öğrendiklerim meslek hayatımda da bana çok daha iyi bir rehber olacak.

K2: Hislerimi dile getirmeme fırsat verdi bu eğitim. Arkadaşlarımla bile bilmediğini orada herkes içinde dile getirebildim. Hem şükredilebilin yaşanılanlara diye hem de kendim kabullenebilmek amacıyla bu durumu. Ertelemek kolaydı benim için, görmemek... Ama artık kabul etmem gerektiğini biliyorum. Eğitimden sonra kabul edemezsem devam edemeyeceğimi öğrendim. Bir süre sonra yüzleşme cesaretimi kendimde

buldum. Yüzleştikçe acım arttı, yüzleştikçe yenilendi içimdeki boşluk. Kendim dışında davranmaya çalışan biriyken yavaş yavaş kendim gibi davranmayı, hissetmeyi ve kabul etmeyi öğrendim.

K6: Özerk sinir sistemini anlamak insanlara karşı daha az önyargılı yaklaşmama sebep oldu. Bu meslek hayatıma da elbette yansıyor. Özellikle duygusal ve davranışsal bozukluklara sahip çocuk ve ergenlere bakış açım çok değişti, onlara ve ailelere çok daha anlayışlı yaklaşmama katkı sağladığını söyleyebilirim. Bilmesem eksik kalırdım bence, çünkü çocuk gelişimi alanı beyinden ve sinir sisteminden bağımsız düşünülemez. Çocuğu ve davranışları anlamak bu eğitimden geçiyor diye düşünüyorum.

Puan düşüşünün olası sebepleriyle ilgili görüşleri

Tablo 4 incelendiğinde araştırmaya katılan ve beklenenin aksine puan düşüşü yaşayan katılımcıların da verilen eğitimin kendilerine hem bireysel hem de mesleki anlamda katkıları olduğunu düşündükleri görülmektedir. Tüm katılımcılar bu puan düşüşünün nedeninin farkındalıklarındaki artış dolayısıyla ikinci kez puanlama yaparken daha dürüst cevaplar vermelerinden kaynaklı olabileceğini ifade etmiştir. Katılımcılardan bazılarının cevapları şu şekildedir:

K3: Aslında bu durumun temel nedeni ilk doldurduğumda kendime dürüst olmamamdı galiba. İkinci kez ölçeği doldururken aldığım tüm dersler sürecinde kendimi sorguladım eksikliklerimi gözden geçirdim ve ölçeği ona göre doldurdum. Duygusal düzenleme becerim ilk ölçeğe göre düşük çıkabilir ama ikinci ölçeği doldururken kendime dürüst bir şekilde davranmam, bir şeylerin farkına vardığımın göstergesi.

K4: Bu eğitimi almadan önce ciddi manada kendimi tanıımıyordum, bunu gördüm. Eğitimin sonunda doldurduğum formun daha gerçekçi olduğunu düşünüyorum o yüzden yani ilk doldurduğum formda yalan bir bilgi yoktu ama şu durumlarda böyle yapardım dediğim şeylerde aslında yapma nedenimin altında yatan şeyleri fark etmiyordum. Dolayısıyla ilk formda hislerim ve düşüncelerim biraz daha yüzeysel fakat ikinci formda kendimi ve hislerimi tanıyarak daha gerçekçi doldurdum. Puanlarda gerileme olmuş

olabilir bunun farkındaydım hatta, ama şimdi duygularım hakkında daha derinlemesine düşünüyorum diyebilirim.

K5: Ben bu eğitimde duygularım ve düşüncelerim arasında ne kadar sıkı bir bağ olduğunu öğrenmiş oldum. Daha öncesinde düşüncelerimin duygularımı, duygularımın da bu şekilde düşüncelerimi etkilediğini ve bunların davranışlarımda bu kadar büyük farklılıklara neden olduğunu hiç bilmiyordum. Öncesinde yaptığım işaretlemelerde kesinlikle kendimi tanıımıyordum. Bunu çok rahat söyleyebilirim.

TARTIŞMA

Bu araştırmada çocuk gelişimi bölümü son sınıf öğrencilerine polivagal teori temelli duygu düzenleme becerileri eğitimi verilmesi ve eğitim sonucunda öğrencilerin bu becerilerindeki değişimi incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın bulguları, çalışma grubunda uygulama öncesi ölçülen ile uygulama sonrası ölçülen Duygu Düzenleme Becerileri Ölçeği alt ölçek puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir ($p<0.01$, $p<0.05$). Ayrıca çalışma grubunun ön-test son-test puanları arasında ölçümlenen etki boyutunun Öz-Destek dışındaki tüm alt boyutlarda yüksek düzeyde olduğu (.80); Öz-Destek alt boyutunda ise orta düzeyde olduğu (.50) olduğu bulunmuştur. Elde edilen istatistiki veriler yürütülen bu eğitimin öğrencilerin duygu düzenleme becerilerinde oldukça etkili olduğunu göstermektedir. Literatürde duygu düzenleme becerilerini desteklemeye yönelik farklı çalışmaların sonuçlarına bakıldığında da benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Bu araştırmalarda duygu düzenleme becerilerini kazandırmaya yönelik verilen farklı eğitimlerin bireylerin iyilik durumlarına, duygusal yetkinliklerine, uyum becerilerine ve farkındalıklarına katkı sağladığı görülmektedir (Demir ve Gündoğan, 2018; Demir Gökmen ve Fırat, 2024; Gülgez ve Gündüz, 2015; Huppert ve Johnson, 2010; Rizvi ve Steffel, 2014; Sarıcaoğlu ve Avcı, 2021; Vatan, 2020). Literatür taramasında polivagal teoriyi temel alan duygu düzenleme becerilerini kazandırmaya yönelik herhangi bir programın uygulandığı araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak Porges ve Dana'nın (2018) editörlüğünü yaptığı kitapta polivagal teorisinin danışan-danışman ilişkisinde son derece yararlı olduğunu gösteren kanıtlara

rastlanmaktadır. Bu araştırmanın sonuçları ise duygu düzenleme becerilerini kazandırmada da polivagal teorinin etkili olduğunu göstermektedir.

Korunmaya, bakıma ve desteğe ihtiyaç duyan dezavantajlı gruplara hizmet veren bir meslek grubu olan çocuk gelişimcilerin kendi duygu düzenleme becerilerinde etkin olması son derece önemlidir. Gelişimci danışanlarının yaşadıkları huzursuzluk, kaygı ve uyumsuzluk duygularını fark edip, danışanı utandırmadan ve rahatsız etmeden, şefkat ve anlayış duygusunu danışanın özerk sinir sistemi tepkisine uygun bir şekilde aktarabildiği takdirde onlarla terapötik bir ilişki kurabilecektir (Levine, 2018; Levine ve Frederick, 2020). Böylece çocuğun ve ebeveynlerinin deneyimleri karşısında hissettikleri duyguları güvenli bir alanda fark edebilmesini ve anlamlandırabilmesini sağlayacaklar, baş etme stratejilerini geliştirmeleri konusunda onları destekleyebileceklerdir (Greenberg, 2018). Ancak tüm bu süreci iyi yönetmek için “yapmak” değil “olmak” gerekmektedir (Ogden, 2018). Yani yalnızca empati göstermek ve sosyal destek sağlamak yeterli değildir. Polivagal teorinin sıklıkla vurgu yaptığı gibi ortaklığı ve karşılıklı ilişkiyi sağlayabilmek için (van der Kolk, 2018) çocuk gelişimci, kendi duygularının farkında olmalı, duygusunu danışanına iletebilmeli, onun duygu yoğunluğundan sıyrılıp süreci kontrol edebilmelidir. Araştırmaların da gösterdiği gibi duygu düzenleme becerilerinde iyi olan sağlık çalışanları süreci daha iyi yönlendirmektedir (Epstein ve Street, 2011; Hojat vd., 2013). Danışanları sürece aktif katılmakta (Morrison, 2019) süreçten duydukları memnuniyet de artmaktadır (Joosten vd., 2008; Zolnierek ve Dimatteo, 2009).

Bu çalışmada beklenen sonucun aksine bazı katılımcıların toplam puanlarında düşüş meydana gelmiştir. Bu düşüşün olası nedenlerini anlayabilmek için yedi katılımcı ile birebir görüşmeler yapılmıştır. Yapılan görüşmelerde bu katılımcılarda görülen puan düşüşünün nedeninin kendilerinin de ifade ettikleri gibi önceki değerlendirmelerine göre daha farkındalıkları gelişmiş şekilde değerlendirmeler yapmalarından kaynaklı olduğu görülmüştür.

Katılımcılar eğitimin kendilerine hem bireysel hem de mesleki anlamda önemli katkıları olduğunu düşündüklerini ifade etmişlerdir. Dolayısı ile araştırmanın nitel boyutu da nicel sonuçları destekler niteliktedir. Katılımcıların

eğitim sonunda kendilerini daha iyi tanıdıklarını, duygularını fark ettiklerini, ifade edebildiklerini, kabul edebildiklerini ve duyguları ile daha rahat baş edebildiklerini, ayrıca aldıkları eğitimin ileride meslek hayatlarına da önemli katkılarının olacağına inandıklarını da ifade ettikleri görülmektedir. Ayrıca katılımcılara aldıkları eğitimin polivagal temelli olmasıyla ilgili görüşleri de sorulmuştur. Tüm katılımcılar teorinin kendilerini ve insanları daha iyi anlamalarına yardımcı olduğunu ve eğitimin etkililiğini arttırdığını ifade etmişlerdir. Katılımcılar teorinin çocuklara bakış açılarını ve onlarla olan ilişkilerini de değiştirdiğini söylemişlerdir. Araştırmanın nitel bulguları da duygu düzenleme becerilerini nörobilim ışığında ele almanın önemine vurgu yapan literatür bilgilerini desteklemektedir (Arden, 2017; Dana, 2021; Field vd. 2019; Porges, 2017; Porges, 2021; Porges ve Dana, 2018).

Polivagal teori ışığında ele alınan duygu düzenleme becerilerindeki yetkinlik danışanların özerk sinir sistemi modunun anlaşılmasına olanak sağlayacaktır. Böylece görüşme ve destek sürecinde çocuk gelişimci danışanın sinir sisteminin nasıl işlediğini fark edecek, nerede fonksiyon gösterdiğini bilecek ve böylece ona en uygun müdahaleyi tanımlayıp, doğru zamanda uygulayabilecek ve danışanı etkili bir şekilde yönlendirebilecektir (Levine, 2018). Polivagal teori klasik danışan-danışman ilişkisinden ve sosyal destekten çok daha fazlasının sunulmasına imkan sağlamaktadır. Polivagal teorinin asıl vurguladığı şey ortaklık ve karşılıklı ilişkilerdir. Çocuk gelişimci danışanın özerk sinir sistemi modunu anladığında onunla karşılıklı, destekleyici bir ilişki kurabilecek ve sosyal angajman sistemini devreye kolaylıkla sokabilecektir (van der Kolk, 2018). Dolayısıyla çocuk gelişimcilerin yalnızca duygu düzenleme becerilerinde yetkin olması değil bunu polivagal çerçevede ele alabilmesi de mesleki yetkinlikleri açısından son derece önemlidir. Sonuç olarak çocuk gelişimcilerin duygu düzenleme becerilerini güçlendirmek hem bu kişilerin mesleki yeterliliklerini arttırarak motivasyonlarını güçlendirecek ve yıpranma paylarını azaltacaktır, hem de sundukları danışmanlığın kalitesini arttıracaktır.

SONUÇ

Bu çalışma, duygu düzenleme eğitime polivagal bakış açısını dahil eden ilk çalışmalardan biridir. Araştırmanın nitel ve nicel bulguları incelendiğinde polivagal teori temelli duygu düzenleme eğitimlerinin katılımcıların

duygu düzenleme becerilerine katkı sağladığı ve farkındalıklarını arttırdığı görülmektedir. Katılımcıların görüşlerine göre eğitim mesleki becerilerine önemli katkılar yapmış, kendilerine, çocuklara ve diğer insanlara bakış açıları değişmiş ve anlayışları artmıştır. Duygu düzenleme becerilerinin, hem bireysel hem de mesleki anlamdaki önemi ve gerekliliği göz önüne alındığında, üniversitelerin çocuk gelişimi bölümleri başta olmak üzere, danışan-danışman ilişkisi bulunan tüm meslek gruplarının lisans eğitim programlarında zorunlu ders olarak yer almasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Alanda çalışan çocuk gelişimciler ile bu eğitimler yürütülerek, eğitimi alan-almayan gelişimcilerin mesleki yeterlilik algılarına, duygusal yıpranma paylarına ve hizmet sundukları grupların süreçten etkilenme durumlarına bakılarak bu eğitimlerin gereklilikleri daha geniş çerçevede sınanabilir. Ayrıca toplumun dezavantajlı kesimlerine hizmet sunan diğer meslek gruplarıyla ve bu bölümlerin üniversite öğrencileri ile de bu eğitimler yapılarak duygu düzenleme becerileri eğitimlerinin hem bireysel hem de mesleki katkıları incelenebilir. Farklı gruplara farklı teorileri ve bakış açılarını temel alan duygu düzenleme eğitimleri verilerek etkinlikleri karşılaştırılabilir. Duygu düzenleme eğitimi almış ve almamış, toplumun dezavantajlı kesimlerine hizmet sunan meslek gruplarının danışanlarından veri toplanarak süreç danışanların gözünden incelenebilir.

Bu çalışmanın yalnızca deney grubunun öntest ve son test verilerine dayandığı ve kontrol grubunun dahil edilmemiş olması, sonuçların genel geçerliliği açısından sınırlayıcı olmuştur. Gelecekteki araştırmalarda kontrol grubu eklenerek daha güçlü karşılaştırmalar yapılabilir. Ayrıca, bu çalışmanın pandemi döneminde çevrimiçi yürütülmesi, yüz yüze yapılan eğitimlerle kıyaslandığında farklı sonuçlar doğurabilir. Bu nedenle, gelecekteki araştırmaların yüz yüze eğitimler üzerinde yapılması, farklı ortamların etkisini gözlemlemek açısından faydalı olacaktır. Çalışmanın zaman kısıtlamaları nedeniyle, duygu düzenleme becerilerinin uzun vadeli etkileri incelenememiştir. Bu nedenle, gelecekte yapılan müdahalelerin uzun vadeli sonuçları göz önünde bulundurularak yapılan değişikliklerin kalıcılığı araştırılabilir.

KAYNAKÇA

- Arden, J.B. (2017). *Brain 2 brain-Nörobilimin psikoterapi üzerindeki dönüştürücü etkisi* (Çev. Ö. Şimşek). Sola Unitas.
- Arucan, D. (2008). *Özel özel eğitim kurumlarında ve kız meslek liselerinde görev yapan çocuk gelişimi ve eğitimcilerinin tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Tez Numarası: 219653) [Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Berking, M. and Znoj, H. (2008). Entwicklung und validierung eines fragebogens zur standardisierten selbsteinschätzung emotionaler kompetenzen (SEK-27). *Zeitschrift Für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 56(2), 141-153. <https://doi.org/10.1024/1661-4747.56.2.141>
- Berking, M., and Whitney, B. (2018). *Duygulanım düzenleme eğitimi: Uygulamacı el kitabı* (Çev. Ed. S. Vatan). Nobel.
- Bradley, E. H., Curry, L. A., Ramanadhan, S., Rowe, L., Nembhard, I. M., and Krumholz, H. M. (2009). Research in action: using positive deviance to improve quality of health care. *Implementation Science*, 4, 1-11. <https://doi.org/10.1186/1748-5908-4-25>
- Cesur, E., ve Akyol, A. K. (2018). Aile ve sosyal politikalar bakanlığında çocuk gelişimci olmak. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 29(2), 245-269.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Creswell, J.W., and Plano Clark, V.L. (2015). *Karma yöntem araştırmaları: Tasarımı ve yürütülmesi* (Çev. Ed. Y. Dede ve S.B. Demir). Anı.
- ÇUÇEP (2016). Çocuk gelişimi ulusal çekirdek eğitim programı. http://www.yok.gov.tr/documents/10279/38058561/cocuk_gelisimi_cekirdek_egitim_programi.pdf adresinden erişildi.
- Dana, D. (2021). *Terapide polivagal teori: Ruhsal düzenlenmenin ritmine uymak* (Çev.D. Olgaç, A.S. Bilgez ve B.Makinacı Özkılıç). Psikonet.
- Davis, M., Eshalman, Er., and Mckay, M. (2016). *Stresten kurtulun ve gevşeyin* (Çev. Ed. O. Yorulmaz). Nobel Yaşam.
- Demir Gökmen, B., ve Fırat, M. (2024). Investigation of the effect of mindfulness-based psychoeducation on defense mechanisms and mindful awareness in nursing students. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 14(3), 667-675. <https://doi.org/10.33808/clinexphealthsci.1286603>
- Demir, V., ve Gündoğan, N. (2018). Bilinçli farkındalık temelli bilişsel terapi programının üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüklerini azaltmadaki etkisi. *Ege Eğitim Dergisi*. 19(1), 46 – 66. <https://doi.org/10.12984/egeefd.332844>
- Epstein, R. M., and Street, R. L. (2011). Shared mind: communication, decision making, and autonomy in serious illness. *The Annals of Family Medicine*, 9(5), 454-461. <https://doi.org/10.1370/afm.1301>

- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. SAGE Publications.
- Field, T.A., Jones, L.K., and Russell Chapin, L.A. (2019) *Nöro-psikolojik danışma: Beyin temelli klinik yaklaşımlar* (Çev. V. Yorğun). Anı.
- Greenberg, L.S. (2018). *Duygu odaklı terapi: Danışanlara duygu koçluğu yapmak* (Çev. Ed. S.Balcı Çelik). Nobel.
- Gross, J. J. (Ed.). (2013). *Handbook of emotion regulation*. Guilford publications.
- Gülgez, Ö., ve Gündüz, B. (2015). Diyalektik davranış terapisi temelli duygu düzenleme programının üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme güçlüklerini azaltmadaki etkisi. *Çukurova University Faculty of Education Journal*, 44(2). <https://doi.org/10.14812/cufej.2015.010>
- Hojat, M., Louis, D. Z., Maio, V., and Gonnella, J. S. (2013). Empathy and health care quality. *American Journal of Medical Quality*, 28(1), 6-7. <https://doi.org/10.1177/1062860612464731>
- Huppert, F. A., and Johnson, D. M. (2010). A controlled trial of mindfulness training in schools: The importance of practice for an impact on well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 5(4), 264-274. <https://doi.org/10.1080/17439761003794148>
- Johnson, B., and Christensen, L. (2014). *Eğitim araştırmaları: nicel, nitel ve karma yaklaşımlar* (Çev. Ed. S.B. Demir). Eğiten Kitap.
- Joosten, E.A., DeFuentes-Merillas, L., De Weert, G. H., Sensky, T., Van Der Staak, C.P.F., and de Jong, C. A. (2008). Systematic review of the effects of shared decision-making on patient satisfaction, treatment adherence and health status. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 77(4), 219-226. <https://doi.org/10.1159/000126073>
- Levine, P., and Frederick, A. (2020). *Kaplanı uyandırmak: Travmayı iyileştirmek* (Çev.Z. Yalçinkaya). Butik.
- Levine, P.A. (2018). Polivagal teory and trauma. In S.W.Porges ve D. Dana, (Eds.), *Clinical applications of the polyvagal theory: The emergence of polyvagal-informed therapies* (pp.3-26). W.W. Norton ve Company.
- Merriam, S.B. (2016). *Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber* (Çev. S.Duran). Nobel.
- Mischke Reeds, M. (2018). *Somatic psychotherapy toolbox: 125 worksheets and exercises to treat trauma ve stress*. PESI Publishing.
- Morrison, J. (2019). *İlk görüşme* (Çev. Ed. S.Uluç, İ.V. Gülüm, E. Ataman). Nobel.
- Neff, K. (2021). *Öz şefkat: Kendine nazik olmanı kanıtlanmış gücü* (Çev. E. Güldemler). Diyojen.
- Ogden, P. (2018). Polivagal theory and sensorimotor psychotherapy. In S.W.Porges ve D. Dana, (Eds.), *Clinical applications of the polyvagal theory: The emergence of polyvagal-informed therapies* (pp.34-49). W.W. Norton ve Company.
- Porges, S.W (2017). *The pocket guide to the polyvagal Theory: The transformative power of feeling safe*. W.W. Norton ve Company.

- Porges, S.W (2021). *Polivagal teori: Duyguların Bağlanması, İletişimin, Özdüzenlemenin Nörofizyolojik Temelleri* (Çev. O. Tüzün Akgün, H. Bostancı Demirci ve E. Özgen Böler). Psikonet.
- Porges, S.W. and Dana, D. (Eds.) (2018) *Clinical applications of the polyvagal theory: The emergence of polyvagal-informed therapies*. W.W. Norton ve Company.
- Sarıcaoglu, A.Ö., ve Raşit, A. (2021). Kişilerarası duygu düzenleme yaklaşımına dayalı geliştirilen grup psikoeğitim programının üniversite öğrencilerinin kişilerarası duygu düzenleme becerilerine etkisi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 214-230. <https://doi.org/10.21666/muefd.789210>
- Schweinhart, P., Kalk, N., Wartolowska, K., Chessell, I., Wordsworth, P., and Tracey, I. (2008). Investigation into the neural correlates of emotional augmentation of clinical pain. *Neuroimage*, 40(2), 759-766. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2007.12.016>
- Southam Gerow, M.A. (2014). *Çocuklarda ve ergenlerde duygusal düzenleme: Uygulayıcının rehberi* (Çev. Ed. M. Şahin). Nobel.
- Rizvi, S.L., and Steffel, L.M. (2014). A pilot study of 2 brief forms of dialectical behavior therapy skills training for emotion dysregulation in college students. *Journal of American College Health*, 62(6), 434-439. <https://doi.org/10.1080/07448481.2014.907298>
- Şeker, H. ve Gençdoğan, B. (2006). *Psikolojide ve eğitimde ölçme aracı geliştirme*. Nobel.
- Tabachnik, B., and Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics*. Pearson.
- Taştepe, T., ve Akyol, A. K. (2014). Hastanelerde görev yapan çocuk gelişimcilerin çalışma ortamları ile mesleklerine ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(1), 29-54. https://doi.org/10.1501/Asbd_0000000045
- van der Kolk, B. (2018). Safety and reciprocity: Polyvagal theory as a framework for understanding and treating developmental trauma. In S.W.Porges ve D. Dana, (Eds.), *Clinical applications of the polyvagal theory: The emergence of polyvagal-informed therapies* (pp.27-33). W.W. Norton ve Company.
- Vatan, S. (2020). Duygu düzenleme eğitiminin duygu düzenleme becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 21(4), 396-402. <https://doi.org/10.5455/apd.68943>
- Vatan, S., ve Oruçlular Kahya, Y. (2018). Duygu düzenleme becerileri ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 19(2), 192-201. <https://doi.org/10.5455/apd.260322>
- Wolcott, H. F. (1994). *Transforming qualitative data: Description, analysis, and interpretation*. Sage.
- Yavuz, E. C., ve Kahraman, Ö. G. (2022). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde çocuk gelişimci olmak. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 33(3), 811-840. <https://doi.org/10.33417/tsh.979999>
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin.

Zolnierrek, K.B., ve and Dimatteo, M.R. (2009). Physician communication and patient adherence to treatment: A meta-analysis. *Med Care*, 47, 826–834. <https://doi.org/10.1097%2fmlr.0b013e31819a5acc>

Ek-A

2. Oturum: Kas ve Nefes Egzersizleri

Süre: 120 dakika

Hedefler:

1. Katılımcıların sinir sistemiyle bağlantılı olarak beden farkındalıklarını geliştirmek.
2. Günlük hayatta kullanılabilecek gevşeme tekniklerini öğretmek.
3. Vagal tonusu artırıcı teknikleri öğretmek duygusal regülasyonu desteklemek.

Süreç: Eğitimci katılımcılara şu konulara dair kısa bir açıklama yapar:

- Kas gerginliği ve nefes alışkanlıklarının stres, kaygı ve duygusal tepkiler üzerindeki etkisi.
- Sinir sistemi ve duygusal regülasyon arasındaki bağ.

Eğitmen “(...) Stres altındayken bedenimiz farkında olmadan kasılır ve nefesimiz hızlanır. Ancak, bedenimizi bilinçli olarak rahatlatmak, beynimizdeki duygusal tepkileri dengeleyebilir. Bugünkü çalışmamızda, beden ve zihin arasındaki bu bağlantıyı nasıl kullanacağımızı öğreneceğiz.” Açıklamasını yapar; vagus sinirinin işlevlerini ve vagal tonusun önemini sade bir dille açıklar. Beyindeki vagus sinirinin kalp atışlarını, nefes ritmini ve sindirimi düzenleyen ana sinir olduğu aktarılır. Yüksek vagal tonusun kişinin stresle daha etkili başa çıkmasını sağladığı; düşük vagal tonusun ise kaygı, depresyon ve öfke patlamalarına yol açabileceği açıklanır. Eğitimci, kas gevşetme ve nefes kontrolünün vagal tonusu güçlendiren doğal yöntemler arasında olduğunu vurgular. Ayrıca soğuk duş alma, kahrkaha atma, titreşimli sesler gibi günlük yaşamda kolaylıkla yapılabilecek vagal tonusu aktive eden uygulamalar açıklanır.

Uygulamalar:

1.Kas Gevşetmesi Egzersizi

Eğitmen, kas gevşetme egzersizlerinin duygusal regülasyondaki rolünü açıklar:

“Bedeninizde fark etmeden taşıdığımız kas gerginlikleri, duygusal durumlarınızın bir yansıması olabilir. Örneğin, stresliken omuzlarınızın yukarı kalktığını veya dişlerinizi sıkıldığını fark etmişsinizdir. (...) Bugün bu farkındalığı

artırarak, bilinçli bir şekilde gevşeme sağlayacağız. Her kas grubunu sırasıyla kasıp gevşeterek, hem fiziksel hem de zihinsel rahatlama hissedeceksiniz.”

Katılımcılar, rahat bir pozisyonda (oturarak ya da yere uzanarak) gevşeme egzersizine başlar. Eğitmen yavaş ve sakin bir ses tonuyla rehberlik eder:

“Öncelikle birkaç derin nefes alarak bedeninizi sakinleştirin. Burnunuzdan derin bir nefes alın, nefesi birkaç saniye tutun ve ardından ağzınızdan yavaşça bırakın. Nefesinizi bedeninizin her köşesine yaydığınızı hayal edin. Şimdi tüm dikkatinizi vücudunuza odaklayın.”

Kas grupları sırayla kasılır ve gevşetilir. Her adımda, kasılı tutma süresi yaklaşık 5 saniye, gevşetme süresi ise 10 saniyedir. Eğitmen, katılımcılara aşağıdaki şekilde rehberlik eder:

“Şimdi ayaklarınıza odaklanın. Ayak parmaklarınızı mümkün olduğunca sıkın, sıkın... ve bırakın. Ayaklarınızdaki gerginliğin yavaşça dağıldığını hissedin. Gevşekliğin ayaklarınızdan bacaklarınıza yayıldığını hayal edin... Şimdi baldır kaslarınızı sıkın. Ayaklarınızı kendinize doğru çekin, bacaklarınızı gerginleştirin... ve bırakın. Kasların serbest kaldığını ve gevşediğini hissedin... Şimdi kalça kaslarınızı sıkın, sıkın... ve bırakın. Ardından karın kaslarınıza odaklanın. Karnınızı içeri çekerek sıkın... ve yavaşça bırakın. Rahatlama hissini fark edin... Şimdi sırtınızı hafifçe kavis vererek sıkın, sıkın... ve bırakın. Omuzlarınıza geçiyoruz. Omuzlarınızı kulaklarınıza doğru kaldırın, iyice sıkın... ve bırakın. Omuzlarınızın düşmesine izin verin, sanki bir yükten kurtulmuş gibi... Şimdi kollarınızı ve ellerinizi sıkın. Yumruklarınızı sıkın, sıkın... ve bırakın. Ellerinizi gevşetin ve rahatlayın. (...) Şimdi tüm bedeninizin gevşediğini hayal edin. Ayaklarınızdan başınızın tepesine kadar bir hafiflik hissi yayılsın. Tüm kasların serbest olduğunu ve bedeninizin tamamen rahatladığını fark edin. Bu huzurlu anın tadını çıkarın.”

Egzersiz sonunda katılımcılara şu sorular yöneltilir: Bedeninizdeki gerginliği gevşetmek nasıl bir his yarattı? Hangi bölgelerde daha fazla rahatlama hissettiniz?

2.Nefes Farkındalığı: Kutu Nefesi ve 4-7-8 Nefes Teknikleri

Eğitmen, nefesin duygusal regülasyondaki rolünü açıklar.

Katılımcılar rahat bir pozisyonda oturur. Kutu nefesi tekniği yönergesi: (...)

4-7-8 nefes tekniği yönergesi:

“Burnunuzdan 4 saniyede derin bir nefes alın. Nefesi 7 saniye boyunca tutun. Ağzınızdan 8 saniye süresince yavaşça nefes verin.”

Teknik 5 kez tekrar edilir. Katılımcılara, egzersiz sırasında bedenlerinde hissettikleri değişimler sorulur: Nefesinizi yavaşlattığınızda ne hissettiniz? Nefes egzersizi sırasında dikkatiniz en çok nereye odaklandı?

3. Vagal tonu aktive eden pratik uygulamalar yapılır.

- Uzun “Om” sesi çıkarma: Dudakları titreştirerek “mmm” veya “vuuu” sesleri çıkarılır, derin nefes alırken boyun hafifçe sağa veya sola eğilir.
- Bir burun deliği kapatılarak diğerinden nefes alınır, ardından diğer burun deliği kapatılır ve aynı burun deliğinden nefes verilir.
- (1) Parmak uçları kullanılarak başın üst kısmına yavaşça baskı yapılır. Daireler çizerek şekilde başın üst kısmına nazikçe masaj uygulanır. (2) Şakaklara parmak uçlarıyla hafifçe yuvarlak hareketlerle masaj yapılır. (3) Parmak uçlarıyla boynun her iki yanı (trapez kasları) nazikçe yoğurulur. Boynun alt kısmından başlayarak yukarıya doğru, kasları rahatlatarak şekilde hareket edilir. Boynun omuzlarla birleştiği noktaya hafif bir baskı uygulanır ve birkaç saniye tutulur. (4) Eğer ulaşabiliyorlarsa, omuzların üst kısmına parmak uçları ile dairesel hareketlerle baskı yapılır. Gergin hissedilen bölgelere nazikçe baskı uygulanır. Masajı bittikten sonra birkaç derin nefes alınır ve vücudun rahatlamasına izin verilir.

Değerlendirme: Bugünkü çalışmalardan en çok hangisi size iyi geldi? Bu teknikleri hangi durumlarda kullanmayı düşünüyorsunuz?

Öneriler: Eğitmen, katılımcılara çalışmaları günlük yaşamlarına dahil etmeleri için şu önerilerde bulunur:

- Her gün 10 dakika progresif kas gevşetme.
- Gün içinde kutu nefesi ve 4-7-8 nefes egzersizlerini 3'er kez tekrar etme.
- Sabah veya akşam “Om” sesi çıkarma pratiği gibi vagal tonu aktive eden uygulamaları günlük yaşamlarına dahil etme.

THE EFFECTIVENESS OF CHILD-CENTERED PLAY THERAPY ON ANXIETY: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Rümeysa AYAZ¹
Yağmur ULUSOY DOĞMUŞ²

Abstract

The purpose of this systematic literature review was to examine the effectiveness of Child-Centered Play Therapy (CCPT) on children's anxiety levels. Nine studies were identified across four databases (EBSCOhost, Scopus, Web of Science, and ScienceDirect), published in English between January 2000 and December 2022, and meeting the inclusion criteria. These studies explored the effectiveness of CCPT on children with a range of anxiety-related issues, including clinical anxiety problems, anxiety in earthquake victims, children benefiting from special education, children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), social anxiety symptoms, children who are homeless, and those exposed to adverse childhood experiences. The children included in the studies ranged in age from 3 to 12 years old. The findings indicate that CCPT is effective in addressing general anxiety, physiological symptoms of anxiety, agoraphobia, separation anxiety, anxiety related to physical injury, social anxiety, and generalized anxiety disorder in children. Furthermore, the results suggest that CCPT can be a viable approach for reducing anxiety in children. However, the risk of bias assessment of the studies included in this review was mostly uncertain. This highlights the need for further systematic literature reviews or meta-analyses that incorporate studies with an increased risk of bias in order to provide more robust conclusions.

Keywords: *Child-centered play therapy, anxiety, systematic literature review, randomized controlled trials.*

¹Uz.Psk.Dan, İstanbul Kağıthane Anaokulu, E-posta: pdrmysplt@gmail.com, ORCID: 0009-0007-0595-9498

²Doç.Dr., İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, E-posta: yagmur.ulusoy@inonu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-8906-7396

AYAZ, R., ULUSOY DOĞMUŞ, Y. (2025) The Effectiveness of Child-Centered Play Therapy on Anxiety: A Systematic Literature Review. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 25(67), 398-425. DOI:10.21560/spcd.vi.1588446

ÇOCUK MERKEZLİ OYUN TERAPİSİNİN KAYGI ÜZERİNDEKİ ETKİLİLİĞİ: BİR SİSTEMATİK LİTERATÜR TARAMASI

Öz

Bu sistematik literatür taramasının amacı Çocuk Merkezli Oyun Terapisinin (ÇMOT) çocukların kaygı düzeyleri üzerindeki etkinliğini incelemektir. Ocak 2000 ile Aralık 2022 arasında İngilizce olarak yayınlanan ve dahil etme kriterlerini karşılayan dört veri tabanında (EBSCOhost, Scopus, Web of Science ve ScienceDirect) dokuz çalışma belirlenmiştir. Bu araştırmalarda, ÇMOT'nin, klinik düzeyde kaygı sahip olan, depremzede, özel eğitim hizmetinden yararlanan, DEHB ve sosyal kaygı belirtileri gösteren, evsiz ve olumsuz çocukluk deneyimi geçiren çocuklar üzerinde etkililiği test edilmiştir. Çalışmalara dahil edilen çocukların yaşları 3 ila 12 yaş arasında değişmektedir. Bulgular, ÇMOT 'nin çocuklarda genel kaygı, kaygının fizyolojik semptomları, agorafobi, ayrılık kaygısı, fiziksel yaralanmayla ilgili kaygı, sosyal kaygı ve yaygın kaygı bozukluğunun giderilmesinde etkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca sonuçlar, ÇMOT 'nin çocuklarda kaygıyı azaltmak için geçerli bir yaklaşım olabileceğini göstermektedir. Ancak bu çalışmaya dahil edilen çalışmaların yanlışlık riskinin çoğunlukla belirsiz olduğu görülmektedir. Bu, gelecekte yanlışlık riskine karşı önlemlerin artırıldığı deneysel çalışmaları bütünleştiren sistematik literatür taramaları veya meta-analiz çalışmalarına ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk merkezli oyun terapisi, kaygı, sistematik literatür taraması, randomize kontrollü çalışmalar.

INTRODUCTION

Anxiety, which keeps us alert to life's dangers, is not always temporary (Gutiérrez-García and Contreras, 2013). Its persistence and severity can lead to anxiety disorders, depending on its impact on functionality (Bittner et al., 2007; Costello et al., 2003;). Anxiety can also contribute to the development of other disorders, such as depression, substance use disorders, and externalizing behavior problems (e.g., anger control issues, aggression) later in life (Bittner et al., 2007; Cartwright-Hatton et al., 2006; Costello et al., 2003; Rapee et al., 2009). Childhood anxiety is one of the most commonly addressed problems in clinical settings (Cartwright-Hatton et al., 2006; Costello et al., 2003; Rapee et al., 2009), as early intervention can prevent a range of issues that may arise during adolescence and adulthood (Bittner et al., 2007; Costello et al., 2003). For instance, childhood anxiety is a strong predictor of depression, conduct disorder, and post-traumatic stress disorder in adolescence (Bittner et al., 2007; Costello et al., 2003; Kılıç et al., 2008; Roza et al., 2003).

Interventions for reducing anxiety in children typically include psychotherapy (Hill et al., 2016; Walter et al., 2020), pharmacological treatments (Strawn et al., 2012; Walter et al., 2020), and a combination of both psychotherapy and pharmacotherapy (Connolly et al., 2011). Evidence supporting the effectiveness of psychotherapy in reducing childhood anxiety continues to grow (Jansen et al., 2012; Hateli, 2022; Stulmaker and Ray, 2015;). While Cognitive Behavioral Therapy (CBT) is often the first approach considered for addressing maladaptive behaviors caused by anxiety in children (Jansen et al., 2012), play therapies have also been found to be effective in reducing anxiety (Baggerly, 2004; Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Patterson et al., 2018; Shen, 2002; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019). Among these, evidence increasingly supports the effectiveness of Child-Centered Play Therapy (CCPT) in alleviating children's anxiety (Baggerly, 2004; Ray et al., 2007; Shen, 2002; Stulmaker and Ray, 2015).

Child-Centered Play Therapy (CCPT)

CCPT, developed by Virginia Axline (1942) under the influence of Carl Rogers's Client-Centered Therapy, is one of the most widely used approaches in the development of play therapies (Cochran et al., 2022). This approach

allows children to lead the therapeutic process within the playroom (Axline, 2012; Cochran et al., 2022). Throughout therapy, the child's play behaviors are observed, and emotions and content are reflected to facilitate insight (Axline, 2012; Cochran et al., 2022). CCPT is based on encouraging the child to take responsibility for their behaviors, promoting self-esteem, and establishing therapeutic boundaries (Axline, 2012; Cochran et al., 2022). Research has demonstrated that CCPT is effective in addressing a wide range of issues, from anxiety disorders to academic failure, performance anxiety, lack of social skills, depression, aggression, and low self-esteem (Baggerly, 2004; Blanco et al., 2015; Blanco and Ray, 2011; Burgin and Ray, 2022; Ray et al., 2022; Shen, 2002; Wilson and Ray, 2018). Since anxiety and depression are higher looked after children, such as homeless children, CCPT appears to be particularly important for these groups. (Carter, 2015). Because children in care have more difficulties in forming relationships and feeling loved (Brown et al., 2019), they are at higher risk of developing behavioral problems (Stanley et al., 2005). As with all play therapies, CCPT aims to prevent or decrease behavioral problems in children (Drisko et al., 2020).

Unconditional acceptance, which is the cornerstone of Child-Centered Play Therapy (CCPT), serves as a key resource in activating the therapeutic process. This emphasises that the therapist should have an accepting attitude. The therapist's accepting attitude helps to challenge the beliefs that cause children to perceive themselves and their environments as incompatible, thereby paving the way for them to develop healthy and constructive relationships with both themselves and others. Furthermore, when the play therapist creates a non-threatening environment and conveys the message that the child can empower themselves, the child's ability to form positive relationships with others and to engage in self-improvement emerges (Ray et al., 2015). As Dacey et al.(2021) point out, since anxious children develop certain thought errors (e.g., no one understands me or I am helpless), the therapist's accepting attitude provides a safe environment for reviewing these thought errors.

Children with anxiety tend to interpret ambiguous situations as dangerous or frightening, responding with heightened timidity when faced with unexpected circumstances (Stallard, 2019). Given their difficulty in meeting

new people and socializing (Silverman and Field, 2011), such children often experience diminished self-esteem (Martinsen et al., 2016), are less open to new experiences, and hold weak beliefs about learning, focusing, and achieving success (Măirean et al., 2022). This suggests that CCPT could be a promising approach to reducing anxiety in children. However, robust evidence is necessary to support this claim. One of the most effective ways to assess whether CCPT is truly responsible for changes in children's anxiety is through a systematic review of the existing empirical research on the topic.

In addition to individual studies examining the effectiveness of Child-Centered Play Therapy (CCPT), several meta-analyses and systematic reviews have been conducted to aggregate these findings (Hillman, 2018; Humble et al., 2019; Parker et al., 2021; Ray et al., 2015). These reviews primarily focus on the efficacy of CCPT in addressing children's internalizing (e.g., depression) and externalizing (e.g., aggression) problems (Hillman, 2018; Humble et al., 2019; Parker et al., 2021; Ray et al., 2015). However, to date, no meta-analysis or systematic review has specifically synthesized the existing studies on the effectiveness of CCPT in reducing children's anxiety levels. Synthesising the effects of CPT on children's anxiety will contribute to filling the gap in the literature and increase the knowledge of psychotherapists working with children about the effectiveness of CCPT. Moreover, it will provide concrete evidence on whether CCPT can be an alternative to other play therapies (e.g. cognitive behavioural play therapy) used to reduce children's anxiety.

Systematic reviews are particularly valuable in psychotherapy research because they provide an accurate and reliable summary of data from the literature (Liberati et al., 2009), synthesize findings (Paré et al., 2015), and evaluate the effectiveness of interventions (Munn et al., 2018). By compiling studies that report on the effectiveness of specific psychotherapy interventions, systematic reviews offer a comprehensive perspective and help identify gaps in the existing literature (Munder and Barth, 2018).

Given the increasing volume of studies on CCPT since the early 21st century (Baggerly et al., 2010; VanFleet et al., 2020), a systematic review focusing on the effectiveness of CCPT in addressing childhood anxiety would deepen our understanding of this issue and contribute significantly to the planning

of future research. Therefore, the present study aims to conduct a systematic review that rigorously synthesizes the empirical evidence on the effectiveness of CCPT in alleviating anxiety in children. Specifically, the review seeks to achieve the following objectives: (a) to identify empirical studies that use CCPT as an intervention for childhood anxiety, (b) to examine the characteristics and methodological features of these studies, and (c) to critically analyze and summarize the results using a narrative review approach.

METHOD

The present study employed the Systematic Literature Review (SLR) method alongside the Narrative Synthesis method, which is commonly used in systematic reviews to describe research findings (as opposed to statistical analyses) (Rodgers et al., 2009). In this context, the PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis) guidelines were utilized. Although PRISMA was originally developed to assist researchers in collecting and reporting studies to evaluate the benefits and harms of health services (Liberati et al., 2009), it has also been applied in the review of social and educational interventions (Pagé et al., 2021).

The PICOS framework (Participants, Interventions, Comparisons, Outcomes, and Study Design) is widely used to structure research questions in systematic literature searches (Liberati et al., 2009). Participants are defined based on characteristics such as age, gender, socio-cultural background, developmental level, psychiatric diagnosis, etc.; interventions are defined based on the area of interest or the content of the intervention; comparisons are made by contrasting different interventions or comparing experimental, control, and placebo groups; and outcomes are defined according to the specific findings obtained. To implement this approach, it is essential to establish clear inclusion and exclusion criteria (Perestelo-Pérez, 2013). Table 1 outlines the inclusion and exclusion criteria for the present study along with the rationale for each criterion.

Table 1. Inclusion and Exclusion Criteria for The Study Selection Process

Inclusion criteria	Rationale
The age of the children participating in the study is between 3-12.	Child-centered Play Therapy is designed for children aged between 3 and 12. (Axline, 2012)
Having studies that will include Child-centered Play Therapy	Child-centered Play Therapy is the model whose effectiveness was investigated.
Examining the results by using a psychometric measurement tool	Experimental intervention based on quantitative data.
The study is written in English	The most common language used in scientific studies is English and it can be translated.
Experimental-pattern study designs (including quasi-experimental designs)	Experimental-pattern studies present generalizable findings to the study population.
Published in a peer-reviewed journal	Inclusion of quality work
Studies published after 2000	Since the 21st century, the research on CCPT has increased (Baggerly, 2004; Blanco et al., 2015; Blanco and Ray, 2011; Burgin and Ray, 2022; Ray et al., 2021; Shen, 2002)
Exclusion Criteria	Rationale
Theses	Including less scientific rigor.
Works published in other formats: Books (including full books, chapters, or reviews), Conference papers/summaries, Films, Magazines, Newspapers, and Bulletins.	Including less scientific rigor.
Other play therapy models used. Applications of Child-centered Play Therapy for problems other than anxiety	The effectiveness of Child-centered Play Therapy was investigated. Anxiety is the variable whose effectiveness was investigated.
Studies written in a language other than English	Unable to translate.

In this study, the EBSCOhost, Web of Science, ScienceDirect, and Scopus databases, which provide comprehensive coverage in the field of social sciences, were searched for articles published in English between October and November 2022. Since the first study was published in 2002 at the beginning of the 21st century, the 20-year period between 2002 and 2022 was taken into account. Experimental studies published in English were reviewed using the following keywords: (“play therapy” OR “Child-Centered Play Therapy” OR “person-centered play therapy” OR “non-directive play therapy” OR “therapeutic play” OR “play intervention”) AND (“child”) AND (“anxiety” OR “stress” OR “worry”). Titles and abstracts were screened for relevant content,

and when insufficient data were available from the abstract, the full article was read to determine if it met the inclusion criteria.

Article Coding

The included studies were coded by two researchers (one is an scholar working in the field of guidance and counseling; the other is a graduate student in this field). While the scholar researcher continues his play therapies training and research; The researcher, who is a graduate student, works as a kindergarten counselor. Two researchers were responsible for identifying the included articles. They worked together until the coding process was completed. The studies were coded based on the titles of the PICOS Model (Participants, Interventions, Comparisons, Outcomes, and Study Design). The following categories were used to determine the inclusion of studies:

- a) Author and year of publication,
- b) Sample characteristics (age, gender, number of participants, ethnicity),
- c) Country of publication,
- d) Experimental design model,
- e) Intervention process (number of sessions and duration),
- f) Type of intervention (individual or group Child-Centered Play Therapy),
- g) Measurement tools applied,
- h) Effect size,
- i) Psychological measurement outcomes.

They created a guide to rate articles according to inclusion and exclusion criteria as “appropriate,” “unclear,” and “not applicable.” The coding process was generally consistent. Some disagreements between researchers (for example, deciding whether a study was experimental or quasi-experimental) were resolved through discussion.

Evaluation of Risk of Bias

The Cochrane Risk of Bias Tool, developed to assess the risk of bias in meta-analyses and systematic literature reviews, consists of seven dimensions. Three ratings are used to evaluate each dimension: low, uncertain, and high (Higgins et al., 2011). Although originally developed for studies in the health field, the suggestions of Munder and Barth (2018) were applied in evaluating psychotherapy studies. These seven dimensions were assessed by two researchers for each study, and a consensus decision was made.

One of the dimensions of the risk of bias evaluation, selection bias, includes the procedures for random sequence generation and the concealment of randomization information (allocation concealment). This dimension indicates whether participants were randomly assigned to the intervention groups. Another dimension, performance bias, involves the potential for bias resulting from the knowledge of which interventions were applied to which group. This is referred to as blinding of participants and practitioners. Performance bias arises when participants and/or practitioners know the details of the intervention assignments during the study. Additionally, performance bias can result from insufficient information about adherence to the intervention, such as the therapist's competence or whether the sessions fully included the intervention's core components. This aspect is referred to as treatment implementation (Munder and Barth, 2018).

Another dimension, detection bias, relates to whether the evaluators' knowledge of the interventions influences the detection of outcomes. Attrition bias addresses whether there is missing outcome data, and if so, how the missing data are handled. Finally, reporting bias involves whether the intervention protocol was made available and whether all results related to the pre-specified variables were reported (Munder and Barth, 2018).

FINDINGS

A total of 470 publications were identified through the keyword search conducted in this study. The review process began by determining the number of studies that did not meet the inclusion criteria, which were then excluded from each database.

In the first step, duplicate articles ($n = 70$) indexed in more than one database were removed. In the second step, studies published in languages other than English ($n = 27$) were excluded. The third step involved excluding qualitative studies, reports, case studies, and review articles ($n = 237$) that did not employ an experimental design. In the fourth step, studies that did not include a CCPT intervention ($n = 119$) were removed. Finally, dissertation studies ($n = 8$) were excluded, resulting in a total of 9 studies that met the inclusion criteria. The process of selecting the included studies is summarized in Figure 1.

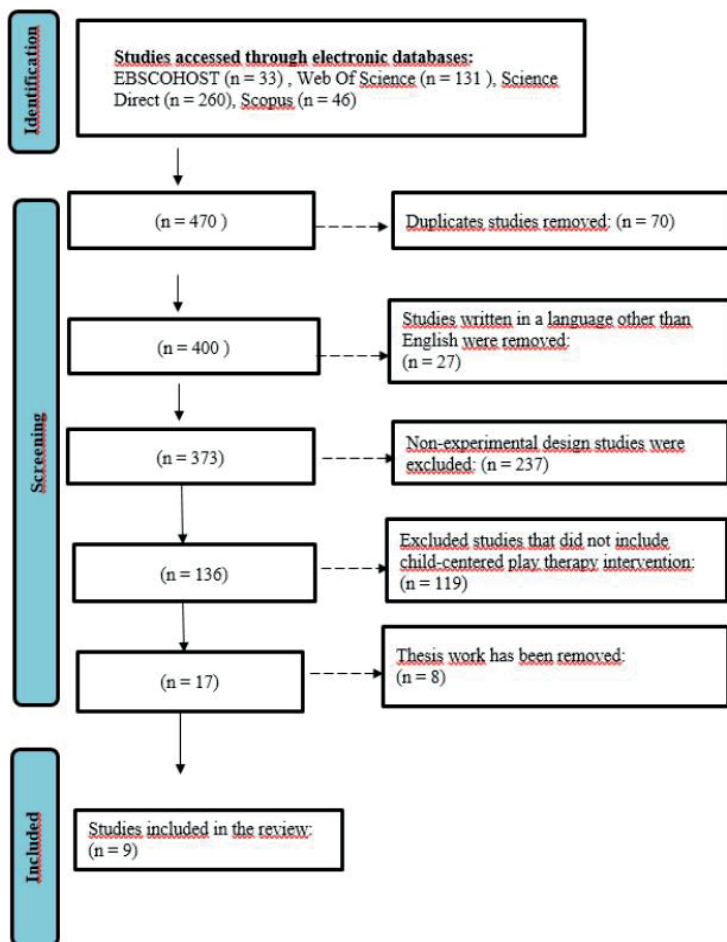


Figure 1. PRISMA Diagram Showing the Study Selection Process

Characteristics of Studies

The age range of the sample groups in the studies included in this review varied from 3 to 12 years. A significant portion of these studies were conducted in the United States (Baggerly, 2004; Fall et al., 2002; Patterson et al., 2018; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019), with one study conducted in China (Shen, 2002) and another in Iran (Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022). Among these studies, three (Hateli, 2022; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019) focused specifically on children with clinically significant anxiety problems. The remaining studies included children who were earthquake victims (Shen, 2002), children benefiting from special education (Fall et al., 2002), children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) (Ray et al., 2007), children with social anxiety (Gholamalizadeh et al., 2018), homeless children (Baggerly, 2004), and children exposed to adverse childhood experiences (Patterson et al., 2018).

Most of the studies on CCPT utilized individual interventions (Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015), while group interventions were preferred in the remaining studies (Baggerly, 2004; Shen, 2002; Swan et al., 2019). In one study (Patterson et al., 2018), both individual and group interventions were implemented. With the exception of one study (Gholamalizadeh et al., 2018), the experimental procedures were carried out by experts in play therapy in all other studies (Baggerly, 2004; Fall et al., 2002; Hateli, 2022; Patterson et al., 2018; Ray et al., 2007; Shen, 2002; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019).

Methodological Characteristics of the Studies

Most of the studies included in this review were experimental in design and utilized control groups (Baggerly, 2004; Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Shen, 2002; Stulmaker and Ray, 2015), with random assignment in the experimental design. Among the studies with a quasi-experimental design, two (Baggerly, 2004; Patterson, 2018) lacked a control group, and one study (Swan et al., 2019) employed a single-subject experimental design. All studies included pre-test and post-test measurements.

CCPT was the sole experimental procedure used in all studies. Intervention durations (for each session) ranged from 30 to 50 minutes. The length of the

intervention varied, with the shortest being 6 sessions (Fall et al., 2002) and the longest being 16 sessions (Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015), with an average of 10 sessions.

Effectiveness

Almost all of the studies reported that CCPT was effective in reducing anxiety. However, the results varied depending on who evaluated the outcomes in a single study. For instance, no significant difference was found in reducing children's anxiety when evaluated by the classroom teacher, but a significant difference was observed when the evaluation was conducted by the therapist (Fall et al., 2002). Effect sizes were calculated in all studies, except for a few (Fall et al., 2002; Patterson et al., 2018; Swan et al., 2019).

In Shen's (2002) study, the effect size values for the CCPT intervention applied to the experimental group were as follows: overall anxiety level ($\eta^2 = 0.274$), physiological anxiety ($\eta^2 = 0.189$), and worry/oversensitivity ($\eta^2 = 0.135$). In Baggerly's (2004) study, the effect size values for the intervention applied to the experimental group were: overall anxiety level ($\eta^2 = 0.43$) and physiological anxiety ($\eta^2 = 0.68$). Ray et al. (2007) found an effect size for anxiety/withdrawal ($\eta^2 = 0.38$), while Stulmaker and Ray (2015) found an effect size for overall anxiety ($\eta^2 = 0.71$). In Hateli's (2022) study, the highest effect sizes were observed for general anxiety (overall anxiety) ($\eta^2 = 0.79$), agoraphobia ($\eta^2 = 0.44$), separation anxiety ($\eta^2 = 0.43$), anxiety associated with physical injury ($\eta^2 = 0.48$), social anxiety ($\eta^2 = 0.32$), and generalized anxiety disorder ($\eta^2 = 0.45$). Bibliometric data, including the year of publication, author information, country of affiliation, the age range of the sample, research design, details of the intervention, evaluation process, and results, are presented in Table 2.

Table 2 Bibliometric Information Obtained from Retrieved Studies

Study	Age range	Country	Research Pattern , <i>N</i>	Intervention Details	Intervention Type	Control Group	Assess
Shen (2002)	8-12	Chinese	Experimental ,30	10 sessions, single session 40 min	Group play therapy (number of members: 3)	No interven- tion	Pre-test post-test
Baggerly (2004)	5-11	America	Semi-Experi- mental , 25	9-12 ses- sions, single session 30 min	Group play therapy (number of members: 2)	No control group	Pre-test post-test
Ray et al., (2007)	5-11	America	Experimental , 60	16 sessions, , single session 30 min	İndividual play therapy	Reading counseling intervention	Pre-test post-test
Stulmaker and Ray (2015)	6-8	America	Experimental , 53	12-16 ses- sions, single session 30 min	İndividual play therapy	Participation intervention in activity groups	Pre-test post-test
Swan et al., (2019)	3-5	America	Single-subject experimental design , 4	10 sessions, single session 30 min	Group play therapy (number of members: 2)	No control group	Pre-test post-test
Patterson et al., (2018)	5-9	America	Semi-Experi- mental, 12	12 sessions, single session 50 min	6 sessions of individual, 6 sessions of group play therapy	No control group	Pre-test post-test
Fall et al., (2002)	6-10	America	Experimental , 66	6 sessions, single session 30 min	İndividual play therapy	No interven- tion	Pre-test post-test
Gholamal- izadeh et al., (2018)	5-6	Iranian	Experimental ,30	9 sessions, single session 45 min	İndividual play therapy	No interven- tion	Pre-test post-test

Not: N total sample size

ment	Measuring Tools	Effect Size	Psychological Consequences
t, st	Revised Children's Manifest Anxiety Scale	Overall anxiety level: .274, Physiological anxiety: .189, Worry/oversensitivity: .135	Significant. Significant reduction in overall anxiety level, physiological anxiety, worry.
t, st	Revised Children's Manifest Anxiety Scale, Child Anxiety Scale	Overall anxiety level: .43, Physiological anxiety: .68	Significant. Significant reduction in overall anxiety level and physiological anxiety level.
t, st	Index of Teaching Stress	Anxiety/ Withdrawal : .38	Significant. Significant reduction in anxiety.
t, st	Revised Children's Manifest Anxiety Scale	Overall anxiety level: .71	Significant. Significant reduction in overall anxiety level.
t, st	Child Behavior Checklist/Caregiver-Teacher Report Form,	Unspecified	Significant. Significant reduction in anxiety.
t, st	Spence Anxiety Scale	Unspecified	Significant. Significant reduction in generalized anxiety, obsessive-compulsive disorder, anxiety related to physical injury, and panic disorder.
t, st	Classroom behaviors, anxiety, and social problems	Unspecified	It gave mixed results according to the person assessing the student.
t, st	Social Anxiety Inventory for children	social anxiety: .25	Significant. Significant reduction in social anxiety.

In the studies included in this review, both experimental and control groups were compared, along with pre-test and post-test measurements. The Revised Children's Manifest Anxiety Scale was found to be the most frequently used measurement tool across these studies (Baggerly, 2004; Shen, 2002; Stulmaker and Ray, 2015).

Child-Centered Play Therapy (CCPT) was associated with a significant reduction in overall anxiety levels in the majority of studies (Baggerly, 2004; Hateli, 2022; Patterson, 2018; Shen, 2002; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019). Significant decreases were also observed in specific subtypes of anxiety, such as physiological anxiety (Baggerly, 2004; Shen, 2002) and social anxiety (Gholamalizadeh et al., 2018).

Evaluation of Risk of Bias

The risk of bias evaluation for the studies included in this review was generally classified as uncertain. The risk of selection bias (random sequence generation and allocation concealment) was high in some studies (Baggerly, 2004; Patterson, 2018; Swan et al., 2019). Four studies (Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015) were rated as having low risk of selection bias, while two studies (Fall et al., 2002; Shen, 2002) did not provide information on how the members of the experimental and control groups were selected. Due to the lack of this information, these studies were classified as having an uncertain risk of selection bias.

Most studies (Baggerly, 2004; Fall et al., 2002; Patterson et al., 2018; Shen, 2002; Swan et al., 2019) were rated as high risk for performance bias (blinding of participants and personnel). Three studies (Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007) did not provide sufficient data to assess this risk of bias, so they were rated as having an uncertain risk. Only one study (Stulmaker and Ray, 2015) provided data on the blinding of participants, which resulted in a low risk rating for this dimension.

Regarding performance bias (treatment administration), most studies (Baggerly, 2004; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019) were classified as low risk. Four studies (Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018) were rated as having uncertain risk due to the

lack of detailed data regarding the intervention process. None of the studies provided sufficient data to assess detection bias. Consequently, all studies were rated as having uncertain risk in this area.

With respect to attrition bias, most studies (Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Patterson, 2018; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019) lacked sufficient information to determine whether any outcome data were missing or how missing data were handled. Only one study (Shen, 2002) provided information on how missing outcome data were addressed. Due to the lack of data in most studies on attrition, it was not possible to clearly identify whether participants dropped out or missed any sessions. Only two studies (Baggerly, 2004; Ray et al., 2007) provided data on the dropout rate.

All studies included in this review had study protocols, and all results for the variables specified prior to the experimental intervention were reported. Therefore, these studies were evaluated as having low risk for reporting bias. Details of the bias risk evaluations are presented in Table 3.

Table 3. Risk of Bias for Each Included Study

Studies Reviewed	Shen (2002)	Baggerly (2004)	Ray et al., (2007)	Stulmaker and Ray (2015)	Swan et al., (2019)	Patterson (2018)	Fall et al., (2002)	Gholamalizadeh et al., (2018)	Hateli (2022)
Random sequence generation (selection bias)	?	-	+	+	-	-	?	+	+
Allocation concealment (selection bias)	?	-	+	+	-	-	?	?	?
Blinding of participants and personnel (performance bias)	-	-	?	+	-	-	-	?	?
Treatment implementation (performance bias)	?	+	+	+	+	?	?	?	+
Blinding outcome assessment (detection bias)	?	?	?	?	?	?	?	?	?
Incomplete outcome data (attrition bias)	+	+	+	?	?	?	?	?	?
Selective reporting (reporting bias)	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Note: + : Low risk, - : High risk, ? : Uncertain risk

DISCUSSION

The purpose of the present study was to systematically review the literature on the effectiveness of CCPT in reducing anxiety in children. A total of 9 studies, published in peer-reviewed English journals between 2000 and 2022, met the inclusion criteria for this review. This study is the first systematic literature review to examine the use of CCPT specifically as an intervention for children's anxiety.

Most of the studies included in this review were conducted in the United States (Baggerly, 2004; Fall et al., 2002; Patterson et al., 2018; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019), with additional studies conducted in Iran (Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022) and China (Shen, 2002). This geographical distribution aligns with broader trends in the literature, as the majority of CCPT studies have been conducted in the United States (Ray et al., 2015; Parker et al., 2021). The diversity of the sample populations in these studies—encompassing children from various ethnic backgrounds, including Hispanic, Asian, Caucasian, African-American, Chinese, and Iranian—suggests that CCPT can be effectively applied across different cultural contexts.

The participants in these studies were typically children aged 3 to 12 years, some of whom exhibited clinically significant levels of anxiety (Hateli, 2022; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019). Other participants faced unique challenges, such as being victims of earthquakes (Shen, 2002), requiring special education (Fall et al., 2002), or exhibiting symptoms of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) (Ray et al., 2007). Several children in the studies were homeless (Baggerly, 2004) or had experienced adverse childhood events (Patterson, 2018), while others struggled with social anxiety (Gholamalizadeh et al., 2018). These findings support the notion that CCPT is effective not only for children with clinical levels of anxiety but also for those facing a variety of stressors and challenges, including trauma, socio-economic hardship, and developmental disorders.

This diversity in both the participant characteristics and the settings in which the studies were conducted provides strong evidence for the generalizability of CCPT across different populations. Moreover, it highlights the adaptability of CCPT as a therapeutic tool for addressing a wide range of anxiety-related

issues in children, making it a valuable intervention for use in various contexts, including clinical, educational, and community settings.

The majority of CCPT interventions in the studies reviewed were delivered on an individual basis (Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015), with a smaller number of studies involving group applications (Baggerly, 2004; Shen, 2002; Swan et al., 2019). The differentiation of children's problems may have influenced this choice, as some of the children in the included studies had specific characteristics, such as being earthquake victims, experiencing homelessness, or having ADHD. In one study, both individual and group interventions were implemented together. Patterson et al. (2018) compared individual and group CCPT interventions with the same participants. Although both individual and group applications are generally more resource-intensive, the use of both modalities within a single study is justifiable, particularly considering cost-effectiveness. Moreover, the widespread use of CCPT in school settings (Gholamalizadeh et al., 2018; Patterson et al., 2018; Ray et al., 2007; Shen, 2002; Swan et al., 2019) suggests that schools offer an accessible environment for the intervention, making it easier to implement and reach children who may benefit from therapeutic support. The current findings are consistent with previous research that supports the functional use of CCPT in schools (Ray, 2007; Ray et al., 2015; Schottelkorb and Ray, 2009).

Most of the studies in this review employed experimental designs (Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Shen, 2002; Stulmaker and Ray, 2015), while two used quasi-experimental designs (Baggerly, 2004; Patterson et al., 2018), and one study utilized a single-subject experimental design (Swan et al., 2019). In the studies with control groups, pre-test measurements confirmed that the experimental and control groups were similar at baseline. However, discrepancies between groups before the intervention may suggest the influence of external factors other than the experimental procedure, which could lower the internal validity of the studies (Field and Hole, 2019). Therefore, future studies should aim to ensure greater equivalence between experimental and control groups to enhance internal validity.

In studies with control groups (Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Shen, 2002; Stulmaker and Ray, 2015), random assignment was used, which enhances the internal validity of the findings (Field and Hole, 2019). In contrast, studies without control groups (Baggerly, 2004; Patterson et al., 2018; Swan et al., 2019) did not utilize random assignment, which can introduce bias and limit the ability to draw causal conclusions (Punch, 2014).

The number of CCPT sessions varied from 6 to 16, with an average of 10 sessions. Studies involving fewer than six sessions, such as Fall et al. (2002), did not show significant reductions in anxiety. In contrast, those with more than six sessions (Baggerly, 2004; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Patterson et al., 2018; Ray et al., 2007; Shen, 2002; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019) generally reported significant reductions in anxiety.

CCPT was found to be effective in addressing various types of anxiety, including general anxiety, physiological anxiety, agoraphobia, separation anxiety, anxiety related to physical injury, social anxiety, and generalized anxiety disorder in children. This finding is consistent with the work of Humble et al. (2019), who also found CCPT to be effective in reducing anxiety. Most studies (Baggerly, 2004; Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Shen, 2002; Stulmaker and Ray, 2015) reported effect sizes ranging from moderate to high, highlighting the strong impact of CCPT on reducing anxiety.

However, one study (Fall et al., 2002) reported mixed results: teachers observed no change in anxiety levels, while therapists noted a reduction in anxiety. This discrepancy underscores the need for more consistent measurement tools and reporting methods across studies. Overall, CCPT was found to significantly reduce children's anxiety in all but one study, suggesting that it is an effective intervention for childhood anxiety.

In the current study, finding evidence that CCPT is effective in reducing children's anxiety seems to support some of the assumptions of CCPT. First, the non-directive nature of CCPT creates a comfortable and accepting environment, which reduces anxiety by relieving pressure during sessions (Axline, 2012; Cochran et al., 2022). Second, the playroom provides a safe

space for children to express and process their emotions, which encourages the development of coping strategies (Baggerly et al., 2010; VanFleet et al., 2020). This therapeutic environment is non-judgmental and allows children to confront and experience their anxiety in a controlled environment, ultimately helping them to manage and reduce their anxiety (Axline, 2012; Cochran et al., 2022; VanFleet et al., 2020).

The risk of bias in the studies was assessed by two researchers, who evaluated selection, performance, detection, attrition, and reporting biases. Regarding selection bias, most studies showed a low risk (Gholamalizadeh et al., 2018; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015), while a few studies showed uncertain (Fall et al., 2002; Shen, 2002) or high risk (Baggerly, 2004; Patterson, 2018; Swan et al., 2019). Random assignment, when implemented, reduces selection bias and strengthens causal conclusions (Higgins et al., 2011; Munder and Barth, 2018).

Blinding of participants and personnel was rated as uncertain in most studies (Baggerly, 2004; Fall et al., 2002; Patterson, 2018; Shen, 2002; Swan et al., 2019), with only one study (Stulmaker and Ray, 2015) reporting a low risk. Given that blinding is challenging in psychotherapy research, its absence can influence the evaluation of the intervention's true effects (Orkibi and Feniger-Schaal, 2019). In terms of performance bias, most studies adhered to CCPT protocols and were evaluated as having low risk (Baggerly, 2004; Hateli, 2022; Ray et al., 2007; Stulmaker and Ray, 2015; Swan et al., 2019). However, a few studies (Fall et al., 2002; Gholamalizadeh et al., 2018; Patterson, 2018; Shen, 2002) had uncertain performance bias due to insufficient data. Detection bias was uncertain in all studies, as there was limited information on how evaluators minimized bias (Higgins et al., 2011; Munder and Barth, 2018). Regarding attrition bias, three studies (Baggerly, 2004; Ray et al., 2007; Shen, 2002) had low risk, while the others were classified as uncertain due to a lack of data on participants lost to follow-up (Higgins et al., 2011; Munder and Barth, 2018). Finally, reporting bias was rated as low across all studies, indicating that the results were reported consistently and in accordance with the study protocols.

Limitations

The first limitation of the current study is that it includes only studies published in the English language. Therefore, findings from studies published in non-English languages may lead to different conclusions. The second limitation is that the risk of bias is unclear in most of the included studies. As such, there is a need for findings from studies with a low risk of bias. The third limitation is that the included studies are drawn from articles published in journals indexed in databases identified between 2000 and 2022. Although studies published before 2000 are limited, incorporating theses and expanding the range of sources could provide a deeper understanding of this issue. Additionally, the current study includes only interventions for children. Results from studies examining interventions such as Filial therapy for parents of children undergoing CCPT for anxiety-related issues may differ.

CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS

This systematic review provides strong evidence supporting the effectiveness of Child-Centered Play Therapy (CCPT) in reducing anxiety in children. Therefore, it would be functional for all mental health professionals working with children to utilize the CCPT in reducing children's anxiety. In particular, it would be appropriate for social workers working with children in care to take into account the basic assumptions of CCPT to reduce the anxiety of children in this group. Because CCPT is appropriate for children's development and communication styles, it is thought that it should find more space in the field of social work, which is one of the professional groups related to children. It would be appropriate for the Ministry of Family and Social Services to develop policies that adopt the basic principles of the CCPT to reduce the anxiety of looked after children.

Although the current study provides valuable insights into the effectiveness of CCPT, the uncertainty and potential risk of bias in several studies underscore the need for future research to adopt more rigorous methodologies, including randomization, blinding, and comprehensive reporting. Future studies should also explore CCPT's effectiveness in addressing other behavioral issues, such as aggression, depression, and low self-esteem, to further establish its broader applicability. While this review focuses on studies published between 2000 and

2022, it is recommended that future research include studies in other languages and databases, which would offer a more global perspective on CCPT's effectiveness. Additionally, incorporating both self-reported and second-person outcomes (from parents, teachers or social workers) would provide a more holistic understanding of its benefits. In conclusion, while CCPT shows promise as a therapeutic intervention for childhood anxiety, further high-quality studies are essential to strengthen and expand the evidence base.

Declaration of Conflicting Interests

The authors declared no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/or publication of this article.

Ethical Statement

The authors have abided by the Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct.

Data Availability Statement

Data sharing is not applicable to this article as no new data were created or analyzed in this study.

REFERENCES

- Axline, V. M. (2012). *Play therapy-The inner dynamics of childhood*. Read Books Ltd.o
- Baggerly, J. (2004). The Effects of Child-Centered Group Play Therapy on Self-Concept, Depression, and Anxiety of Children Who Are Homeless. *International Journal of Play Therapy*, 13(2), 31–51. <https://doi.org/10.1037/h0088889>
- Baggerly, J. N., Ray, D. C., and Bratton, S. C. (Eds.). (2010). *Child-centered play therapy research: The evidence base for effective practice*. John Wiley and Sons.
- Bittner, A., Egger, H. L., Erkanli, A., Jane Costello, E., Foley, D. L., and Angold, A. (2007). What do childhood anxiety disorders predict?. *Journal of Child Psychology and psychiatry*, 48(12), 1174-1183.
- Blanco, P. J., and Ray, D. C. (2011). Play therapy in elementary schools: A best practice for improving academic achievement. *Journal of Counseling and Development*, 89(2), 235-243.
- Blanco, P. J., Muro, J. H., Holliman, R., Stickley, V. K., and Carter, K. (2015). Effect of child-centered play therapy on performance anxiety and academic achievement. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 1(2), 66-80.
- Bradley, H. A., Rucklidge, J. J., and Mulder, R. T. (2017). A systematic review of trial registration and selective outcome reporting in psychotherapy randomized controlled trials. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 135(1), 65-77.
- Brown, R., Alderson, H., Kaner, E., McGovern, R., and Lingam, R. (2019). “There are carers, and then there are carers who actually care”; Conceptualizations of care among looked after children and care leavers, social workers and carers. *Child Abuse and Neglect*, 92, 219-229.
- Burgin, E. E., and Ray, D. C. (2022). Child-Centered Play Therapy and Childhood Depression: An Effectiveness Study in Schools . *Journal of Child and Family Studies*, 31(1), 293–307.
- Carter, A.W. (2015). Equipping homeless shelter providers with Children-Centered Play Therapy skills. *Journal of Poverty*. 19 (4), 399 - 408
- Cartwright-Hatton, S., McNicol, K., and Doubleday, E. (2006). Anxiety in a neglected population: Prevalence of anxiety disorders in pre-adolescent children. *Clinical psychology review*, 26(7), 817-833.
- Cochran, N. H., Nordling, W. J., and Cochran, J. L. (2022). *Child-Centered Play Therapy: A Practical Guide to Therapeutic Relationships with Children*. Taylor and Francis.
- Connolly, S. D., Suarez, L., and Sylvester, C. (2011). Assessment and treatment of anxiety disorders in children and adolescents. *Current psychiatry reports*, 13(2), 99-110.
- Costello, E. J., Mustillo, S., Erkanli, A., Keeler, G., and Angold, A. (2003). Prevalence and development of psychiatric disorders in childhood and adolescence. *Archives of general psychiatry*, 60(8), 837-844.

- Dacey, J.S. , Mack, M.D. and Fiore, L.B. (2021). Çocuklarda aşırı kaygı ve kaygı azaltma yöntemleri (Çev. I.Doğangün). İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları
- Drisko, J., Corvino, P., Kelly, L., and Nielson, J. (2020). Is individual child play therapy effective?. *Research on Social Work Practice*, 30(7), 715-723.
- Fall, M., Navelski, L. F., and Welch, K. K. (2002). Outcomes of a play intervention for children identified for special education services. *International Journal of Play Therapy*, 11(2), 91–106. <https://doi.org/10.1037/h0088866>
- Field, A. and Hole, G. (2019). *Araştırma nasıl tasarlanır ve raporlaştırılır* [How to Design and Report Experiments]. (A. Özer, Trans.). Ankara: Anı Yayıncılık. (Original work published 2003).
- Gholamalizadeh, S., Asghari, F., and Farhangi, A. (2018). The effectiveness of child-centered play therapy on social anxiety and communication skills of preschool children. *Prof. RK Sharma*, 12(1), 1198.
- Gutiérrez- Garcia, A. G., and Contreras, C. M. (2013). Anxiety: an adaptive emotion. F. Durbano içinde, *New Insights into Anxiety Disorders*. Rijeka: Intech.
- Hateli, B. (2022). The effect of non-directive play therapy on reduction of anxiety disorders in young children. *Counselling and Psychotherapy Research*, 22(1), 140-146.
- Higgins, J. P., Altman, D. G., Gøtzsche, P. C., Jüni, P., Moher, D., Oxman, A. D., ... and Sterne, J. A. (2011). The Cochrane Collaboration's tool for assessing risk of bias in randomised trials. *Bmj*, 343.
- Hill, C., Waite, P., and Creswell, C. (2016). Anxiety disorders in children and adolescents. *Paediatrics and Child Health*, 26(12), 548-553.
- Hillman, H. (2018). Child-centered play therapy as an intervention for children with autism: A literature review. *International Journal of Play Therapy*, 27(4), 198–204. <https://doi.org/10.1037/pla0000083>
- Humble, J. J., Summers, N. L., Villarreal, V., Styck, K. M., Sullivan, J. R., Hechler, J. M., and Warren, B. S. (2019). Child-Centered Play Therapy for Youths Who Have Experienced Trauma: a Systematic Literature Review. *Journal of Child and Adolescent Trauma*, 12(3), 365–375.
- Jansen, M., van Doorn, M. M., Lichtwarck-Aschoff, A., Kuijpers, R. C., Theunissen, H., Korte, M., ... and Granic, I. (2012). Effectiveness of a cognitive-behavioral therapy (CBT) manualized program for clinically anxious children: study protocol of a randomized controlled trial. *BMC psychiatry*, 12(1), 1-9.
- Kılıç, E. Z., Kılıç, C., and Yılmaz, S. (2008). Is anxiety sensitivity a predictor of PTSD in children and adolescents?. *Journal of Psychosomatic Research*, 65(1), 81-86.
- Liberati, A., Altman, D. G., Tetzlaff, J., Mulrow, C., Gøtzsche, P. C., Ioannidis, J. P., ... and Moher, D. (2009). The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate health care interventions: explanation and elaboration. *Journal of clinical epidemiology*, 62(10), e1-e34.

- Munder, T., and Barth, J. (2018). Cochrane's risk of bias tool in the context of psychotherapy outcome research. *Psychotherapy Research*, 28(3), 347-355.
- Munn, Z., Stern, C., Aromataris, E., Lockwood, C., and Jordan, Z. (2018). What kind of systematic review should I conduct? A proposed typology and guidance for systematic reviewers in the medical and health sciences. *BMC medical research methodology*, 18(1), 1-9.
- Orkibi, H., and Feniger-Schaal, R. (2019). Integrative systematic review of psychodrama psychotherapy research: Trends and methodological implications. *PloS one*, 14(2), e0212575.
- Pag , M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... and Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *Systematic reviews*, 10(1), 1-11.
- Par , G., Trudel, M.-C., Jaana, M., and Kitsiou, S. (2015). Synthesizing information systems knowledge: A typology of literature reviews. *Information and Management*, 52(2), 183-199.
- Parker, M. M., Hergenrather, K., Smelser, Q., and Kelly, C. T. (2021). Exploring child-centered play therapy and trauma: A systematic review of literature. *International Journal of Play Therapy*, 30(1), 2-13. <https://doi.org/10.1037/pla0000136>
- Patterson, L., Stutey, D. M., and Dorsey, B. (2018). Play therapy with African American children exposed to adverse childhood experiences. *International Journal of Play Therapy*, 27(4), 215-226. <https://doi.org/10.1037/pla0000080>
- Perestelo-Pérez, L. (2013). Standards on how to develop and report systematic reviews in Psychology and Health. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(1), 49-57.
- Punch, F. Keith. (2014). *Sosyal Araştırmalara Giriş* ( ev. D. Bayrak, H.B. Arslan ve Z. Aky z), Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Rapee, R. M., Schniering, C. A., and Hudson, J. L. (2009). Anxiety Disorders During Childhood and Adolescence: Origins and Treatment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 5, 311-341.
- Ray, D. C., Armstrong, S. A., Balkin, R. S., and Jayne, K. M. (2015). Child-Centered Play Therapy In The Schools: Review And Meta-Analysis. *Psychology in the Schools*, 52(2), 107- 123 .
- Ray, D. C., Burgin, E., Gutierrez, D., Ceballos, P., and Lindo, N. (2022). Child-centered play therapy and adverse childhood experiences: A randomized controlled trial. *Journal of Counseling and Development*, 100(2), 134-145.
- Ray, D. C., Schottelkorb, A., and Tsai, M.-H. (2007). Play therapy with children exhibiting symptoms of attention deficit hyperactivity disorder. *International Journal of Play Therapy*, 16(2), 95-111. <https://doi.org/10.1037/1555-6824.16.2.95>

- Rodgers, M., Sowden, A., Petticrew, M., Arai, L., Roberts, H., Britten, N., and Popay, J. (2009). Testing methodological guidance on the conduct of narrative synthesis in systematic reviews: effectiveness of interventions to promote smoke alarm ownership and function. *Evaluation*, 15(1), 49-73.
- Roza, S. J., Hofstra, M. B., Van Der Ende, J., and Verhulst, F. C. (2003). Stable prediction of mood and anxiety disorders based on behavioral and emotional problems in childhood: a 14-year follow-up during childhood, adolescence, and young adulthood. *American Journal of Psychiatry*, 160(12), 2116-2121.
- Shen, Y.-J. (2002). Short-term group play therapy with Chinese earthquake victims: Effects on anxiety, depression and adjustment. *International Journal of Play Therapy*, 11(1), 43-63. <https://doi.org/10.1037/h0088856>
- Stanley, N., Riordan, D., and Alaszewski, H. (2005). The mental health of looked after children: matching response to need. *Health and Social Care in The Community*, 13(3), 239-248.
- Strawn, J. R., Sakolsky, D. J., and Rynn, M. A. (2012). Psychopharmacologic treatment of children and adolescents with anxiety disorders. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 21(3), 527-539.
- Stulmaker, H. L., and Ray, D. C. (2015). Child-centered play therapy with young children who are anxious: A controlled trial. *Children and Youth Services Review*, 57, 127-133.
- Swan, K. L., Kaff, M. and Haas, S. (2019). Effectiveness of group play therapy on problematic behaviors and symptoms of anxiety of preschool children. *The Journal for Specialists in Group Work*, 44(2), 82-98.
- VanFleet, R., Sywulak, A. E. and Sniscak, C. C. (2020). *Çocuk Merkezli Oyun Terapisi*. İstanbul: Apamer yayınları.
- Walter, H. J., Bukstein, O. G., Abright, A. R., Keable, H., Ramtekka, U., Ripperger-Suhler, J., and Rockhill, C. (2020). Clinical practice guideline for the evaluation and treatment of children and adolescents with anxiety disorders. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59(10), 1107-1124.
- Wilson, B. J., and Ray, D. (2018). Child-centered play therapy: Aggression, empathy, and self-regulation. *Journal of Counseling and Development*, 96(4), 399-409.

ENGELLİ KARAKTERLERİN TEMSİLİNDE FİMLERİN ENFORMATİK ROLÜ: ‘CODA’ FİLMİ ÖRNEĞİ

Özgür YILMAZKOL¹

Öz

Toplumsal düzlemde yaşanan her türlü gelişme, medya aracılığıyla temsil edilerek izleyenlere aktarılır. Temsil noktasında medyanın bu ayrıştırıcı ya da bütünleştirici rolü hep tartışılabilen bir konu olduğundan farklı bakış açılarından yorumlamalar yapılmaktadır. Temsil kavramı, fikir, kavram ve duyguları aktarabilen ve bunları anlamlı bir şekilde yorumlayabilecek sembolik bir formda somutlaştırmaktır. Temsil işlevi tek yönlü bir aktaran olmaktan öte karşılıklı etkileşimden kaynaklı diyalog eksenli bir işlev görür. Sinema filmleri, bireylerin sosyo-kültürel ve gündelik yaşam kesitlerini karakterler üzerinden ele almaktadır. Filmsel zaman içinde rol model olarak yansıtılan mükemmel karakterlerin yansıttığı kusursuz dünya enformatik ve çatışmacı alanın inşa edilmemesi nedeniyle gerçeklikten uzaklaşmaktadır. İnsana dokunmanın ve duygu akrabalığı oluşturma en doğal biçimi olan engellilik halinin ele alındığı filmler, kusur yerine uzlaşma eylemine odaklanmaktadır. Bu çalışma kapsamında dezavantajlı gruplar olarak sınıflandırılan engelli bireylerin yaşadığı zorluklar, CODA filminin anlatısı ve enformatik alan ilişkisi üzerinden incelenmektedir. CODA (Children of Deaf Adults) kelime olarak da ‘İşitme Engelli Ebeveynlerin Çocukları’ anlamını taşıdığı için, filmi bu perspektiften okumayı ve incelemeyi gerektirmektedir. Bu çalışma kapsamında, işitme engelli karakterlerin temsili bağlamında CODA filmi analiz edilerek, söz konusu temsilin taşıdığı sembolik anlamlar, işitsel farklılıklar ve bedensel iletişim biçimleri göstergebilimsel analiz yöntemiyle yorumlanacaktır. Çalışmanın amacı, işitme engellilik halinin sinemasal temsili üzerinden kültürel kimlik, empati ve farkındalık üretimine katkı sağlayıp sağlamadığını ortaya koymaktır. Elde edilen temel bulgu, filmin engelli bireyleri eksiklik ya da yetersizlik çerçevesinde değil; üretken, iletişim kurabilen, aile ve toplum içinde etkin rol üstlenen bireyler olarak temsil ettiğidir. Bu temsil biçimi, sinemanın yalnızca bir anlatı aracı değil, aynı zamanda farklılıkları anlamlandırmaya katkı sunan enformatik bir alan olduğunu da göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: *Kültürel temsil, duygu akrabalığı, engellilik, film, göstergebilim analizi*

¹ Dr., TRT Genel Müdürlüğü, İç Yapımlar Dairesi Başkanlığı, E-posta: ozguryilmazkol@gmail.com, ORCID: 0000-0002-4150-4243

YILMAZKOL, Ö. (2025). Engelli Karakterlerin Temsiline Filmlerin Enformatik Rolü: ‘Coda’ Filmi Örneği. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 25(67), 426-450. DOI:10.21560/spcd.vi.1595748

THE INFORMATIC ROLE OF FILMS IN THE REPRESENTATION OF DISABLED CHARACTERS: AN EXAMPLE OF A 'CODA' FILM

Abstract

All kinds of developments on the social plane are represented through the media and transmitted to the audience. Since this differentiating or integrative role of the media at the point of representation is a subject that is always discussed, interpretations are made from different points of view. The concept of representation is to embody ideas, concepts and emotions in a symbolic form that can convey and interpret them in a meaningful way. The representation function, rather than being a one-way transmitter, performs a dialogue-oriented function caused by mutual interaction. Cinema films deal with the socio-cultural and everyday life sections of individuals through the characters. The perfect world reflected by the perfect characters who are projected as role models in the filmic time is moving away from reality due to the lack of construction of an informal and confrontational space. The films that deal with disability, which is the most natural way to touch a person and create emotional kinship, focus on the act of reconciliation instead of imperfection. Within the scope of this study, the difficulties experienced by disabled individuals classified as disadvantaged groups are examined through the narrative of the *CODA* film and the relationship between the informatics field. Since *CODA* (Children of Deaf Adults) also means 'Children of Hearing-Impaired Parents' as a word, it requires reading and studying the film from this perspective. Within the scope of this study, the *CODA* film will be analyzed in the context of the representation of hearing impaired characters, and the symbolic meanings, auditory differences and bodily forms of communication carried by this representation will be interpreted by semiotic analysis method. The aim of the study is to determine whether the state of hearing disability contributes to the production of cultural identity, empathy and awareness through cinematic representation. The main finding obtained is that the disabled people of the film are not in the framework of deficiency or inadequacy; it represents them as productive, communicative, active individuals who take on an active role in the family and society. This form of representation shows that cinema is not only a narrative tool, but also an informative space that contributes to making sense of differences.

Keywords: *Cultural representation, emotional kinship, disability, film, semiotic analysis*

GİRİŞ

Medyanın hemen her türünde oluşturulan içeriklerde temsil eylemine sıklıkla rastlanmaktadır. Bu temsiller kimi zaman temsil edilen şey'in aslına çok benzer şekilde tasarlanıp uygulanırken, kimi zamansa temsil edilen şey'in aslından uzak bir yorumla içerik içinde konumlandırılmaktadır. Medya, bireylerin kendini gerçekleştirmelerinin yanı sıra enformasyon alanlarını geliştirerek zengin bir perspektif sağlamaları konusunda derinlik kazandırabilmektedir. Medyayı takip eden kullanıcılar, medyanın gündemi ile kendi gündemlerini şekillendirme konularında içerikler üzerinden tavır geliştirebilmektedir. Medyanın haber akışları üzerinden ele aldığı konuların önem sırası, takipçi eğilimlerine ve ekonomik tabanlı gerçekliklere göre şekillenmektedir. Medyanın önemli bir ilgi alanını tanımlayan hikâye ve oyun konusu ise tiyatro ve sinema filmleri üzerinden okuyuculara iletilmektedir. Medyanın çerçevelemesi ile bireyler kendisi dışındaki insanların yaşam öykülerine ve gerçekliklerine odaklanabilmektedir. Medyanın beslendiği önemli bir alan görsellik olduğundan; fotoğrafik gerçeklik ve filmsel gerçeklik konuları etkileme ve yönlendirme ile bilinç kazandırma konusunda ciddi bir yönlendirme işlevini üstlenmektedir.

Sinema filmleri gerek türsel gerekse karakterler bağlamında farklı anlatı yapılarına sahiptir. Karakterlerin tanımlanma biçimleri konusunda anlatı kavramı belirleyici olabilmektedir. Filmin anlatısını şekillendiren alt temalar olarak ideolojik tavır ve propaganda tercihleri, izleyicinin film ile arasındaki anlamlandırma şemalarının belirlenmesinde etkili olabilmektedir. İzleyicinin filmi kendi duygularıyla izlemesi, filmin güçlü anlatısı karşısında anlamını yitirmekte ve ana karakterin duyguları üzerinden kendi gerçekliğini inşa edebilmesini sağlayabilmektedir. Filmlerde katarsis yapıyı belirleyen önemli bir aşama olarak son sahnenin ardından izleyicinin ana karakterle bütünleşerek kendine yeni bir karakter bütünleşmesi sağlaması konusu bazı filmlerde empatik yapının kurulması noktasında önemli araç olarak kabul edilmektedir.

Dezavantajlı gruplar olarak sınıflandırılan engelli bireylerin, medyada ve sinema filmlerinde temsili, izleyenlerin algılarındaki belirsizlikleri netleştirmek ya da daha olumlu bir imaj yaratmak için son derece önemlidir. Ulus sinemalarında yaşam değerlerini, engelli bireylerin yaşadığı zorlukları ele

alan ilk dönem sinema filmleri, çaresizlik ve kader temaları üzerinden dramatik anlatı modelleri üzerinden konuyu sıklıkla ele alırken, küresel sinemayı temsil eden Hollywood sinemasında bu konu; toplumsal hassasiyetler, bilinçlenme, başarı ve çözümlenme biçiminde ele alınabilmektedir. Sinemada engelli bireylerin temsil edilme biçimleri, sosyo-psikolojik bağlamda toplumun görüşleri üzerinde çoğu zaman son karar verici pozisyonda bulunduğu için hassas bir konumlandırmayı gerektirmektedir. Dolayısıyla engelli bireylerin temsillerinin en yoğun ve etkili şekilde kullanıldığı alan filmlerdir. Filmin anlatısı içindeki engelli karakterler aracılığıyla temsil edilen ‘engelli birey olma hali’, sembolik bir figür olmaktan öteye gittiği ölçüde, derin anlamlarla yüklenerek yorumlamaya fırsat veren anlatı değerlerine dönüşebilmektedir.

1.Önceki Çalışmalar

Sinemada engelli bireylerin temsili, uzun yıllar boyunca göz ardı edilmiş ve normatif anlatı yapılarının gölgesinde kalmış; engellilik hali ise çoğunlukla merhamet, trajedi ve dram ekseninde stereotipik bir çerçevede kurgulanmıştır. Engelli bireyler, genellikle anlatının merkezinde değil, anlatıya dramatik yoğunluk katmak için kullanılan ikincil figürler olarak işlev görmüştür (Darke, 1998). Bu durum, temsil edilen kimliğin pasifleştirilmesine ve toplumsal öznelliğinin görünmez kılınmasına neden olmuştur.

Medya ise engelli bireylerin toplumsal yaşama entegrasyonu açısından kritik bir rol üstlenmektedir. Arslan (2006), Toruk (2008) ve Özbaş ve Özkan (2010) gibi isimler, medyanın eğitsel ve sosyokültürel yönüne vurgu yaparak, engelliliğin yalnızca bireysel bir deneyim değil, toplumsal olarak inşa edilen bir kategori olduğunu ifade eder. Özellikle Kaçar (2012), medya anlatılarının engelli bireylerin sosyal yaşama uyum süreçlerini etkilediğini ve bu süreçlerdeki yönlendirici rolünü detaylandırır.

Ancak özellikle 2000 sonrası dönemde, engellilik çalışmalarının sinema ile kesiştiği kuramsal üretimlerde bir artış gözlemlenmiştir. Bu bağlamda, CODA filmiyle birlikte “azınlık kimliği”, “bedensel farklılık”, “iletişim engeli” ve “görsel anlatı” kavramları etrafında gelişen tartışmalar, çağdaş sinema kuramlarının merkezine yerleşmiştir.

Özellikle Paul Darke (1998), engelliliğin sinemada nasıl ‘narrative prosthesis’ (anlatı protezi) olarak kullanıldığını vurgulamış ve fiziksel farklılıkların

dramatik yapıya hizmet eden bir unsur olarak işlevselleştirildiğini belirtmiştir. CODA ise bu anlayışı tersine çevirerek, işitme engelli karakterlerin pasif değil, aktif ve üretken bireyler olarak konumlandığı yeni bir anlatı modeli sunar. Darké'nin bu yaklaşımı, CODA'daki karakter sunumlarının hem normatif hem de sinematografik açılardan nasıl kırıldığını anlamak açısından önemlidir.

Michael Chion (1994) ise “sessizliğin sesi” kavramı üzerinden sesin ve sessizliğin filmdeki anlam üretim sürecine nasıl katkı sağladığını derinlemesine incelemiştir. CODA filminde sessizlik, yalnızca bir eksiklik değil, aynı zamanda iletişimdeki çokkatmanlılığı simgeleyen yapısal bir öğe olarak kullanılmaktadır. Özellikle Chion'un “acousmatic voice” ve “synchresis” gibi kavramları, filmin bazı sahnelerindeki işitsel kurgunun izleyici üzerindeki etkisini analiz etmekte işlevseldir.

Ryan ve Lenos (2012) ise sinema filmlerinin engellilik bağlamında bir “öğrenme alanı” sunduğunu ve izleyicide farkındalık yaratma potansiyeline sahip olduğunu vurgular. Sinema, yalnızca temsil eden bir mecra değil, aynı zamanda toplumsal normları yeniden üreten veya sorgulayan bir alandır. Bu anlamda, CODA gibi filmler, engelli bireylerin temsiline yönelik klasik anlatı kalıplarını kırarak, onları aktif ve özneleşmiş figürler olarak yeniden konumlandırır.

Ayrıca, çağdaş engellilik kuramları çerçevesinde Rosemarie Garland-Thomson (2009), sinemada “görünürlük” meselesinin engellilikle olan ilişkisine dikkat çekerek, engelli bedeninin kamusal alandaki temsiline yönelik dönüşümlerin önemini vurgular. Engellilik, bu bağlamda yalnızca biyolojik bir farklılık değil, kültürel olarak anlamlandırılan bir deneyim alanı olarak değerlendirilmelidir.

Türkiye’de de bu alana yönelik yapılan akademik çalışmalar daha çok medyadaki engelli temsilleri, dizilerdeki sunum biçimleri ve iletişim ekseninde yapılan haber çözümleri üzerinde yoğunlaşmaktadır. Arslan (2006), engelliliğin sinema ve dizilerde “yardım edilmesi gereken mağdur” şeklinde kodlandığını belirtirken, Toruk (2008) sinema filmlerinde sıklıkla kullanılan dramatik kurguların, engelli karakterleri sadece anlatıya araçsallaştıran figürler olarak sunduğunu ileri sürer. Özbaş ve Özkan (2010) ise, sinema ve televizyonda engelliliğin klişe anlatılarla temsiline karşı eleştirel bir okuma önerir.

Bu çalışmalarla birlikte, engelli bireylerin iletişim süreçleri ve toplumsal görünürlüğü üzerine yürütülen araştırmalar da dikkat çekicidir. Kaçar (2012), engelli bireylerin medyada temsil edilme biçimlerinin sosyal yaşam içindeki rollerini doğrudan etkilediğini belirtir. Sibel Yardımcı (2003), engellilik kültürünün medyada temsiline dair çalışmasında, görsel anlatılarda engelliliğin genellikle acı, mağduriyet ve kurtuluş anlatılarıyla birlikte kurgulandığını belirtmektedir. CODA ise bu kalıplardan uzak bir yapı sunarak, işitme engelli bireylerin gündelik yaşam içindeki işlevselliğini ve aile dinamiklerindeki yerini görünür kılar. Filmde, karakterlerin engelsiz bireyler üzerinden tanımlanmak yerine kendi iç dünyalarıyla inşa edilen çok boyutlu kişiliklere sahip olması, bu bağlamda dikkate değerdir.

Bu bağlamda, CODA filmi üzerine geliştirilen kuramsal okumalar ve önceki akademik çalışmalar, filmin yalnızca bir temsil örneği değil, aynı zamanda sinemanın iletişim potansiyeline dair yeni tartışma alanları sunduğunu ortaya koymaktadır.

1.1.Engellilik Tipolojileri ve Anlatı

Sinema filmleri tür, kategori, anlatı, dönem ve karakter yönelimleri konusunda farklı senaryoları perdeye yansıtarak seyircinin genel ruhsal yapısında dönüşüm sağlamaktadır. Bu dönüşümün en sancılı ve travmatik olanı korku ve duygusal tabanlı filmlerde görülmektedir. Sinemada engellilik halinin temsili, var olan yaşam gerçekliğinin bir yansımasıdır. Gerçek yaşamdan uyarlanan filmler ve etkileyici karakter performansları kimi zaman hastalıkların tedavisinde, kimi zaman bilinçli bir kitle oluşturulmasında ve farkındalık sağlanmasında kimi zaman ise bu alandaki bireylere destek verilmesi konuları da dahil olmak üzere geniş bir yelpazede ele alınmaktadır. Filmlerin anlatısı; karakterin tepkisi, ailesinin ruh hali ve davranışları, çevresinin genel değişimi ve toplumsal dışlanma gibi bağlamlarda oluşturulabilmektedir.

Engelli birey olma durumu, sadece fiziksel veya zihinsel bir farklılıktan değil, toplumun koyduğu engellerden ve önyargılardan dolayı da ortaya çıkan bir durum (Kolay, 2010, s. 8-9) dışında bedensel, bilişsel ve duygusal farklılıklar şeklinde (Snyder, 2006) de sıralanmaktadır. Literatür içinde engelli konusu “engelli çalışmaları” şeklinde değerlendirilirken (Taylor,

2009), Giddens (2008) ise konuyu tıbbi bir noktada değerlendirerek bireylerin engellilik halini edilgen kimlikler düzeyinde yorumlamaktadır.

Engelli olma halini ele alan filmler ve ilgili çalışmalara bakıldığında; Engellilik Kuramları (Sieber, 2008; Ben-Moshe, 2020), Medya ve Televizyon Çerçevelemesi (Biklen ve Bogdan,1977; Cumberbatch ve Negrine, 1992), Sosyo-Kültürel ve Fiziksel Yapılar (Abberley, 1986; Barnes, 1991; Bolt, 2014; Dunn, 2015; Benson, 2016; Collis, 2016;Polat, 2011), Psikolojik temelli anlatılar (Rajarajesvari, 2019; McGill, 1990), Mental Rahatsızlıklar ve Şizofreni (Kissling ve Leucht, 1999; Coverdale vd., 2022; Oven, 2012; Von Maffei vd., 2015; Rainwater, 2018; Scarf vd., 2020; Poulgrain vd., 2022; DeMare, 2016) konusunu ele alan çalışmalarda mental rahatsızlıklar, sıklıkla nükseden zihinsel çatışma ve kronik hastalıklar olarak belirtilmektedir. Kaygı ve sosyal çatışma (Gibson vd., 2013; Hansen, 2015), Kimlik ve Cinsellik (Villareal, 2022; Garland-Thomson, 2012;), Duyusal Engellilik ve Uzuv Kaybı (Giddens, 2008) Yatılı Hasta Halindeki Engellilik (Goering, 2015) Kaza ve felaket sonrası engellilik (Chivers and Markotić, 2010) konusundaki çalışmasında “Milyon Dolarlık Bebek” filminde boksör karakterin engelli bireye dönüşmesi üzerinden engellilik konusu ele alınmaktadır.

Von Maffei vd., (2015) şizofreni ve film örnekleri üzerinden ilişkiyi ele aldıkları çalışmalarında 113 katılımcı üzerinden; şizofreninin belirtileri, teşhisi, nedenleri, uyarı işaretleri, tedavisi ve aile üyeleri ve arkadaşların etkisi hakkında altı filmi araştırma kapsamında, hemşirelerin de bulunduğu bir grup ortamında gösterdiler. Bu fizibilite pilot çalışmasının ana sonuç kriteri olarak bilgi üzerindeki etkileri ile uyum, hastalık iç görüşü, yan etkiler ve yaşam kalitesi ölçülmüştür. Engelli filmlerinin en önemli konularından birisini oluşturan Otizm; yaşamın erken dönemlerinde başlayan ve yaşam boyu süren sosyal ilişkiler, iletişim, davranış ve bilişsel gelişimde gecikme ve sapmayla belirli, nöropsikiyatrik bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Ocakçı ve Karakoç, 2013, s.839). 2001 yapımı “*I Am Sam/Benim Adım Sam*”, “*Benim Adım Khan*” filmleri bu alandaki öne çıkan filmler arasındadır. Ruh sağlığının ergenler üzerindeki görünümünü inceleyen Googwin vd., (2021) ise film tabanlı eğitimlere ve müdahale

biçimlerine odaklanmaktadır. Bu çalışma kapsamında amprik tabanlı bir literatür taraması ile ergenlerde ruhsal müdahale konusunda filmlerin kaynak olarak kullanılmasının yararı ve ruhsal gelişimdeki potansiyeline de odaklanılmaktadır.

1.2.Engelli Filmografisi

Sinemada dönemsel olarak farklı konular ve karakterlere ağırlık verilmektedir. Gerçek hayat vurgusu yapan anlatılar gibi, hayatın içinden insanların anlatılması yanında değişik fiziksel özellikleri ve güçleri ile başkalaşmış karakterlere (kahraman temsillerine de) de yer verilmektedir. Sinemanın beslendiği gerçek hayat dışında fantastik ve ütöpik alanın varlığı da anlatı yapısının çeşitliliğine ve karakter temsillerinin çok boyutluluğuna sebep olmaktadır. Hollywood ana akım sinemasının içeriğinde sıklıkla yer verdiği kahraman anlatısının önemli örneklerinden Batman/Superman/Catwoman vb. filmler, fiziksel başkalaşımaları dışında güçleri hızlı düşünme ve eyleme geçme pratikleri ile karakterleri ilgi çekici ve akılda kalıcı bir mantıkla resmetmektedirler. Benzer biçimde bu yoğun etkili ve başarılı özelliklerden yoksun olan dezavantajlı kişilerin karakter olarak temsilleri ise kahraman temsillerine kıyasla daha yavaş ve sessiz gerçekleşmiştir.

Hafer ve Narcus, (1979); Threlkeld ve DeJong, (1983); Byrd ve Elliott, (1985); Byrd, (1989;1990) engelli bireylerin davranış tipolojilerini sinema filmleri üzerinden incelemişlerdir. İlk dönem filmlerinde gülme ögesi olarak görülebilen engelli birey olma hali, Hitchcock gibi önemli yönetmenlerin elinde (Örneğin Arka Pencere Filmi¹) korku alanına da dönüşebilmektedir. Popüler olan her türlü kültürel kodu içeriğinde ustalıkla kullanan kahraman temalı filmlerin fantastik-bilim kurgusal ve ütöpik olarak yapılan türsel sınıflandırmalarının aksine, dezavantajlı grupların hikayelerini anlatan filmler, daha yalın ve dramatik ağırlıklı yapımlar olarak konumlanmıştır. Bu tarz filmlerin, izleyen insanların duygularını ajite etmesi ya da karakterlerin çok derinliksiz resmedilmesi gibi iki uçlu bir sorunsalı da bulunmaktadır. Bu sebepten dolayı, hassas bir dilin ve görselliliğin gerektirdiği yapımlar;

¹ Bu film, yakın dönemde esinlenmiş bir senaryo ile Disturbia (Şüpheli) adıyla, ayağından kelepçeli olan sorunlu bir gencin hikayesi üzerinden katil komşu tipolojisi yeniden ele alınmıştır.

bileşenleri doğru oranda kullanıldığında etkili ve özgün enformasyon veren yapımlar olarak öne çıkmaktadır. Engelli birey olma halinin öne çıkan belirgin özelliklerini gerçekçi bir dille anlatan yapımlar, izleyenler üzerinde bilgilendiren bir etki bırakır. 1980 yapımı *"The Elephant Man/Fil Adam"*, 1986 yapımı *"Children of a Lesser God/Başka Tanrı'nın Çocukları"*, 1988 yapımı *"Rainman/Yağmur Adam"*, 1989 yapımı *"My Left Foot/Sol Ayağım"*, ve *"A Beatiful Mind/Akıl Oyunları"*, 2004 yapımı *"Mar Adentro/İçimdeki Deniz"* ve 2015 yapımı *"The Theory of Everything/Herşeyin Teorisi"* filmleri anlatısı içinde engelli birey olmaya dair tekil ya da çoğul anlamda temsiller sunan filmler olarak öne çıkmaktadır.

2.Engellilik ve Göstergeler Evreni

Film çalışmaları, tarihsel süreç içinde sessiz dönemden sesli döneme geçiş yaparken, izleyicinin taleplerini dikkate alan bir modelde inşa edilmiştir. Filmlerin yeni dönemde üç boyutlu ve etkileşimli yapılarında sanatın teknik ve endüstriyel pazarlama süreçlerinde yaşadığı hızlı değişim izleyicinin beklentisini, izleyicinin genel tipolojisini ve seyir mantığını da tamamen değiştirmiştir. Bununla birlikte film çalışmaları, çağdaş izleyicilerin fiziksel ve zihinsel benliğin değişkenliğine yönelik bitmez tükenmez görünen saplantısı içindeki engelli birey olma hali karşısındaki tavrını henüz tam olarak açıklamamıştır. Bilim kurgu ve korku türleri, alternatif bedenlerle bu meşguliyetin aşırı örneklerini sunarken, sanat filmlerinde ve duygusal komedi filmlerindeki görünümü ile en gösterişli türlerde bile, engelli karakterlerin tasarlanması ve temsil edilmesinde genellikle özel efektler ve makyaj sanatında bir alıştırma haline geldiği de görülmektedir. Ryan ve Kellner'e göre; tarih boyunca ve farklı toplumlarda değişen engellilik vb. kavramların sinema aracılığıyla nasıl temsil edildiğinin incelenmesi, toplumsal ve kültürel özelliklerin anlaşılabilmesi için önemlidir (1997, s. 26). Film çözümleme süreçlerinde sesli betimleme; (Okyavuz, 2017; Şulha, 2021) konusu filmin anlatısı ile betimsel düzeyde anlamlandırılmasının engelli bireylerin doğru konumlandırılmaları ve mizansenin aktarımında akıcılık noktasında önemini vurgulamaktadır. Hall ise özellikle temsilin anlamlandırmayla

ilişkisini vurgulayarak “normalin ne olduğunu, kime ait olduğunu ve kimin dışarıda kaldığını tanımlayan” temsilin gücünü (Hall, 2017, s.19) ön plana çıkarmaktadır. Filmlerde vurgulanan önemli bir ayrıntı engelli birey olmanın, dışlanma, ruhsal çöküntü gibi negatif değerler üzerinden olduğu gibi mücadele etme, kendini gerçekleştirme ve toplumsal alanda aktif olma eylemleri üzerinden de pozitif düzeylerde inşa edilebilmektedir.

3. Çalışmanın Metodolojisi

3.1.Araştırma Problemi ve Amaç: Engelli bireylerin sinemada temsili, uzun yıllar boyunca ya melodramatikleştirilmiş ya da dışlayıcı kalıplarla sınırlandırılmıştır. Bu temsiller, çoğunlukla engelliliği eksiklik, acı, bağımlılık ya da kurtarılması/kurtulunması gereken bir durum olarak yansıtmış; engelli karakterler çoğu zaman anlatının merkezine değil, çevresine yerleştirilmiştir. Bu çalışmanın çıkış noktası da tam bu noktada şekillenmektedir: Engelli karakterler sinemada nasıl temsil edilmektedir ve bu temsil biçimleri izleyicinin engelliliğe dair bilgi, farkındalık ve empati geliştirmesine nasıl katkı sağlamaktadır? Bu bağlamda çalışmanın temel amacı, CODA filmi üzerinden engelli karakterlerin sinemasal temsiline dair göstergeleri çözümleyerek, bu temsillerin enformatik bir rol üstlenip üstlenmediğini ortaya koymaktır. Filmdeki işaret dili, sessizlik, bedensel anlatım gibi göstergeler aracılığıyla engellilik deneyiminin nasıl aktarıldığı incelenecek ve bu göstergelerin sadece estetik değil aynı zamanda toplumsal bir iletişim aracı olarak nasıl işlediği değerlendirilecektir. Bu çalışmada şu soruya cevap aranacaktır: “CODA filminde engelli bireyler nasıl temsil edilmekte ve bu temsil izleyicide nasıl bir anlam ve farkındalık üretmektedir?” Bu soru üzerinden hareketle, temsilin sadece anlatıya hizmet eden bir unsur değil; aynı zamanda bilgi taşıyan, dönüştürücü ve pedagojik işlevi olan bir unsur olup olmadığı da tartışılacaktır.

3.2.Önem: Çalışmanın 2021 yapımı CODA filmi ile sınırlı tutulmasının nedeni, yeni bir film olması yanında, uluslararası çapta birçok ödül kazanması nedeniyle kitleleri bu konu üzerinde düşünmeye sevk etmesi ve bu konuda var olan farkındalığı arttırmış olmasından kaynaklanmaktadır. Dezavantajlı grupların temsillerine dair geline noktaı daha üste çıkaracak ve gelecekte bu temalar üzerinden yeni filmlerin üretilmesine ilişkin bir niceliksel artışın

da önemli bir sebebi olarak *CODA* filmi, içeriğine dair detaylı ve derin bir göstergebilimsel incelemeyi gerektirmektedir. Daha önceki filmlerde çoğunlukla tekil temsillerin aksine *CODA* filminde, hikâyenin ana karakteri Rubby dışında ailenin tüm üyelerinin işitme ve konuşma engelli bireyler olması da, filmi ayrıcalıklı ve özgün kılan bir diğer unsurdur. Tüm bu sebeplerden dolayı *CODA* filminin analizi ile dezavantajlı grupların temsilde gelinen son nokta ve bu filmin özelinde izleyenler üzerindeki enformasyon etkisi araştırılacak ve yorumlanacaktır.

3.3. Yöntem Alanı: Göstergebilim, dünya ve insan konusuna dair akla gelebilecek her şeyi çalışma alanı içine alır. Göstergebilimsel alan, evrende var olan tüm göstergeleri sistemsel olarak ele alır ve bu göstergelerin alımlama biçimlerini kapsar. Toplumsal yapının içinde şekillenen her türlü yapıdan bağımsız olarak düşünülemeyecek olan göstergebilim, yapısal olarak var olan ve işleyen kodların ve sistemin şekillendirdiği yapılar ile ilgilenir. Medya ve medya ürünleri ideolojilerle yüklü dünyayı anlattığı için; zengin içeriği ve farklı bakış/sunuş olanakları nedeniyle göstergebilimsel analizlerin yapıldığı önemli bir alanı oluşturmaktadır.

3.4. Göstergebilimsel Analiz Modeli: Bu çalışmada, Fransız göstergebilimci Roland Barthes'ın kuramlaştırdığı iki düzeyli anlamlandırma modeline dayalı göstergebilimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Barthes'a göre bir göstergenin anlamı yalnızca sözlük anlamıyla sınırlı değildir; aynı zamanda kültürel, tarihsel ve ideolojik çağrışımlarla da yüklüdür (Barthes, 1977). Bu doğrultuda filmdeki işaret dili, sessizlik, mimikler, mekân kullanımı gibi görsel-işitsel öğeler yalnızca yüzeysel bir anlatı unsuru değil, aynı zamanda daha derin anlam katmanlarını temsil eden göstergelerdir. Analiz sürecinde, öncelikle *CODA* filminde öne çıkan sahnelerdeki işitsel ve görsel kodlar çözümlemeye tabi tutulmuş; ardından bu göstergelerin taşıdığı birinci düzey (denotatif) ve ikinci düzey (konnotatif) anlamlar yorumlanmıştır. Böylece filmdeki engellilik temsili, sadece anlatı düzeyinde değil; görsel göstergelerin ideolojik ve kültürel anlamları üzerinden de incelenmiştir.

CODA Filmindeki Göstergelerin Anlam Katmanları (Barthes'ın İki Düzeyli Göstergebilimsel Yaklaşımıyla)

Sahne/Gösterge	Birinci Düzey (Denotatif Anlam)	İkinci Düzey (Konnotatif Anlam / Mit)
Ruby'nin sahnede şarkı söylemesi	Genç bir kız, sahnede müzik performansı sergiler.	İşitme engelli bir ailede bireysel sesini bulma çabası; sesin temsil ettiği özgürlük.
Ailenin sessizlik içinde dinlemesi	İzleyiciler sessiz kalır, aile hiçbir şey duymaz.	Toplumsal dışlanma değil, alternatif duyuşsal varoluş; farklılıkla anlam üretme.
İşaret diliyle tartışma sahnesi	Aile üyeleri elleriyle konuşur.	Sessizlik içinde duygu aktarımı; dilin sadece sesle kurulmadığını gösterme.
Balıkçılık sahnesi	Baba teknesinde çalışır, oğlu yardım eder.	Engelli bireyin üretkenliğini vurgulama; ekonomik hayata aktif katılım.
Ruby'nin ağlaması/susması	Karakterin duygusal boşalma anı.	İki dünya (işiten ve işitmeyen) arasında sıkışmışlık; "çifte aidiyetin" sancısı.

Göstergebilimsel analiz yöntemiyle yorumlanacak olan filmde; her biri birer özgün metin olarak kabul edilen olgular, olaylar ve durumlar incelenecektir. Zengin metin içeriklerinin taşıdığı derin anlam içerisindeki göstergeler ve başka yorumlamalara yol açacak bağlantılar araştırılacaktır. Çalışmanın amacı, filmin anlatı kalıpları içinde örtük bir biçimde konumlanmış saklı gösterge unsurlarını bularak, bunların çağrıştırdığı anlamları ortaya koymak ve yorumlamaktır. Filmlerde anlatı yapısı; insanların değer yargılarını, inançlarını, hayattan beklentilerini ve daha birçok duyguyu yansıtır. Bu yansıtma eylemi imgesel ve kültürel unsurlarla beslenen bir yapısal kod üzerinden yapılır. Bu sebepten dolayı bu yapısallığı oluşturan birimleri göstergebilimsel ilkeler ve analiz yöntemleri ile doğru bir şekilde anlamlandırmak gerekmektedir.

3.5. Filmin Hikayesi: Filmin ana karakteri olan Ruby, işitme engelli bir ailenin işiten tek üyesidir; bir başka deyişle CODA'dır. Ruby'nin hayatı çocukluğundan itibaren ebeveynlerine çevirmenlik yaparak ve her sabah okula gitmeden önce babası ve ağabeyiyle birlikte ailenin balıkçı teknesinde çalışarak geçer. Ruby, okuldaki müzik korosuna katılınca şarkı söyleme yeteneğini keşfeder. Coşkulu koro şefinin yönlendirmesiyle önemli bir

müzik okuluna başvuran Ruby, çocukluğundan beri ailesine karşı olan yükümlülüğü ile müzik yeteneğinin peşinden gitme arasında kalıp bocalar.

3.6. Analiz: Film, bir aile içindeki üç bireyin iştirme ve konuşma engelli olması yanında, bu duyulara sahip bir kız olan Ruby'yi merkeze alarak, iştirme engelli bireylerin olduğu bir ailede yaşananları anlatmaktadır. Ana karakter Ruby, çocukluğundan itibaren sessiz ailesine dil elçiliği yaparak, onların sesi olmuş ve onların varlık alanlarını oluşturmuştur. Ruby, yabancılarla iş konuşmaktan ticari antlaşmalara kadar hemen her konu ve durumda ailesinin yanında bulunarak, olaylara yön veren, ailenin yegane sesi olan aktif bir kişiliğe sahip karakter olarak resmedilmiştir.

Ruby, dış iletişim evreni içinde ailesi, okul çevresi ve arkadaşları ile kurduğu diyalog ve iletişimde, bir *CODA* olduğu için çoğunlukla gergin, sessiz, utangaç bir ruh halinde bulunurken, iç iletişim evreninde ise kendiyi baş başa kaldığı ve kendine zaman ayırdığı tekil zamanlarda özellikle müzik kulübü çalışmalarında daha umutlu ve mutlu bir ruh halinde bulunmaktadır. Ruby'nin yüz ifadesiyle anlattığı ve izleyenlere gösterdiği ise dile dökemediği ruhsal gelgitleridir.

Ailesinin durumu nedeniyle çocukluğundan beri tüm aile üyelerine her konuda destek vererek onların sesi olan Ruby'nin üzerindeki bu ağır sorumluluk duygusu, okulun müzik kulübüne girmesiyle birlikte farklılaşmaya başlar. Ailesinin yeni bir işe girmesi ve müzik kulübünün çalışmaları arasında bocalayan Ruby, her ne kadar istemese de müzik eğitimi veren üniversitenin sınavına girmekten vazgeçerek yeni işlerinde ailesinin yanında olmayı seçer. Bu tercih ve zorunlu vazgeçme duygusu, Ruby'nin mutsuz olması ve abisinin de değersizlik hissini arttırması nedeniyle aile içi ilişkileri zedelenir. Bu noktada Ruby'nin tercihini kendi isteklerinden yana değil de ailesinden yana kullanması, *CODA*'ların taşıdıkları ağır sorumluluğa önemli bir örnek teşkil eder.

Ruby, okulun müzik kulübünde öğretmenin dikkatini çeker ve öğretmen müzik üzerine eğitim veren bir üniversitenin sınavına hazırlanması konusunda kendisine bir davette bulunur. Ruby'nin çocukluğundan beri yaşadığı sessiz dünyanın sesi olma çabası yanında müzik alanı yeni bir varlık alanı olarak karşısına çıkar. Çalışmalar devam ettikçe müziği ne kadar çok sevdiğini

anlayan Ruby, kendi gerçekliğini ve varoluşunu müzik aracılığıyla yeniden inşa eder. Kendi yaşam alanı içinde müzik ile hayata tutunan Ruby, yaşadıkları yerin dışında bir eyalette müzik eğitimi almak istediği fikrini ailesine açtığı anda ise farklı tepkiler alır. Annesi, -kör olsaydım ressam mı olacaktın? diyerek aslında dış dünya ile yegane bağları olan kızını yanından ayırmak istemediğini oldukça sert bir şekilde ifade eder. Baba ise Ruby'nin şarkı söylemesini ve bunu dinlemek istediğini ifade eder. Baba, burada duyamıyorum ama seni anlamaya çalışıyorum mesajını vermektedir.

Okulda verilen konserde Ruby'nin sesini ve yorumunu duyamaları da salondaki yoğun alkışlar ve mutlu insan yüzleri nedeniyle Ruby'nin sınava girmesi gerektiğini düşünen ailesi, Ruby'yi hep birlikte sınava götürerek destek olurlar. Bu kararda Ruby'nin mutlu olması ve kendi yaşam alanını kurmasına yardımcı olmak fikri ağır basmıştır. Tüm ailenin desteği ile sınavı kazanan ve başka eyalette müzik okumak üzere gidecek olan Ruby, aileden yaşadığı kopuş ile birlikte kendi varlığıyla öz yaşam alanını oluşturarak mutlu olacaktır. Ailesini geride bırakarak onların yalnız kalacağını düşünen Ruby, abisinin (engelli bir birey olmasına rağmen) onları yalnız bırakmayacağını söylemesi ile rahatlar. Artık ailenin sorumluluğunu taşıyan kişi değişmiştir. Hayallerinin peşinden giderek üniversiteyi kazanan ve bu konuda ailesinin rızasını da alan Ruby, film boyunca en mutlu olduğu yüz ifadesiyle ailesinden ayrılır. Ruby'nin ideallerini gerçekleştirmesi noktasında hemfikir olan aile üyelerinin hepsi, mutlu bir şekilde anlatıyı sonlandırırlar.

Her türlü zorluğa rağmen, engelli bireylerin kendi yaşam alanlarını kurdukları zaman, kendilerine yetebileceklerini anlatan film; bağımlılık ve bağılılık ikilemine de farklı bir yorum katmıştır. Ruby'nin çocukluğundan beri ailenin dış dünyaya açılan yüzü olması yanında tercihleri, beğenileri ile bir birey olduğu gerçeğini kavrayan aile hem kendi bağımlılıklarını hem de Ruby'nin bağımlılığını ortadan kaldırarak tam anlamıyla bir kopuşun gerçekleşmesini sağlamışlardır. Bu kopuş, Ruby'yi bireyselleştirirken, engelli bireylerden oluşan aileyi de kendi yaşam alanları içinde minimal bir hayatı sürdürmek konusunda motive etmiştir. Birbirlerine bağımlılık noktasında zorunlu olmadan ve her türlü tercihe saygı duyan bir yapısalılık içinde inşa ettikleri yaşamsal döngülerini yaratmışlardır. Filmin sonunda her türlü destek

ve yardıma olanak sağlayan bakışı onaylayan ancak yapıp edebildikleri ve gerçekleştirebildikleri noktalarda da özgür olmayı isteyen/bekleyen bir engelli birey temsili resmedilmiştir.

3.7.Tablolar

Tablo 1.CODA Filminde Engelli Bireylerin Temsili ve Ana Temalar

Tema	Açıklama	Filmden Örnekler	Yorum
Aile İlişkileri	Engelli bireylerin aile içindeki rolü ve ilişkilerinin sinemada temsili	Ruby'nin ebeveynleriyle iletişimi, işitme engelli bireylerin karar alma sürecinde verdiği katkı	Film, işitme engelli bireylerin bağımsız bireyler olarak varlıklarını ortaya koyarken aile dayanışmasını da öne çıkarır
Toplumsal Dışlanma	Engelli bireylerin toplumdaki yeri ve algılanma biçimi	Aile fertlerinin balıkçı toplantısında yaşadıkları iletişim problemleri ve toplumun genel bakışı	Bu tema, toplumsal farkındalık oluşturma açısından güçlü bir mesaj verirken, engelli bireylerin toplumda yaşadıkları ötekileştirmeyi de sorguluyor
Güçlendirme ve dayanışma	Engelli bireylerin kendi hayatlarında güçlenmeleri ve çevrelerinden destek görmeleri	Ruby'nin ailesine tercümanlık yapması ve ailesinin toplantıda haklarını savunması	Film, güçlendirme temasını ailevi bağlarla ilişkilendirerek topluma bu anlamda bir çağrıda bulunuyor
Sanat ve kendini ifade	Sanatın özellikle de müziğin engelli bireyler üzerindeki etkisi ve kendini ifade aracı olarak kullanımı	Ruby'nin müzik tutkusu ve ailesinin onu bu konuda desteklemesi	Film, sanat ve iletişim arasındaki ilişkiye odaklanarak, engelli bireylerin duygu dünyasını daha derinden anlatmaya çalışıyor

Tablo 1'de CODA filmindeki ana temalar ile engelli bireylerin toplumsal ve bireysel deneyimleri incelenmiştir. Filmin anlatısı içinde temsil edilen engelli karakterleri ve bu karakterlerin mücadeleci tavırları izleyenleri

düşündürmüş ve engelli bireylere dair daha fazla farkındalık duygusunun oluşması sağlanmıştır. Örneğin aile ilişkileri temasında film, yalnızca engelli bireylerin bağımlı kişiler olmadığını, aynı zamanda ailenin kararlarına da etkin bir şekilde katılabileceklerini vurgular. Sanat teması ise, engelli bireylerin iletişim alanında kendini ifade etme becerilerinin yaratıcı yollarla desteklenebileceğini göstermektedir.

Tablo 2. CODA Filminde Engelli Bireylerin Temsili: Avantajlar ve Dezavantajlar

Kategori	Avantajlar	Dezavantajlar	Yorum
Gerçekçi Temsil	İşitme engelli bireylerin günlük yaşam mücadelelerinin gerçekçi ve detaylı olarak aktarılması	Bazı durumların dramatize edilerek klişeleştirilmesi	Film, temsil açısından güçlü bir başlangıçla farkındalık yaratmış ancak bazı klişeler nedeniyle bu farkındalık sürekli olamamıştır.
Oyuncu Kadrosu	İşitme engelli karakterlerin engelli bireyler tarafından canlandırılması	Ruby'nin hikayesine yoğunlaşarak, işitme engelli bireylerin hikayesinin ikinci planda kalması	Engelli bireylerin oyuncu olması temsiliyette özgünlük sağlar ancak anlatının merkezinde engelli bireylerin olmaması eleştiriye kapı açar
Toplumsal Farkındalık	İşitme engelli bireylerin toplumla entegrasyonu ve iletişimde yaşanan zorlukların yansıtılması	İş alanında yaşanan zorluklar veya toplumsal önyargılar detaylı şekilde incelenmemiştir.	Film, farkındalık yaratmak için etkili bir araç olarak düşünülse de, engelli bireylerin iş hayatı ve yaşadıkları ekonomik sıkıntılar anlatılmamıştır

Tablo.2'de CODA filmindeki engelli bireylerin temsiliindeki avantajlar ve dezavantajlar yorumlanmıştır. Öncelikle engelli bireylerin filmin anlatısı içinde de engelli karakter rolünü canlandırması filmin gerçekliği için önemli bir tercihtir. Ancak Ruby'nin hikayesinin anlatının merkezinde yer alması, engelli bireylerin daha fazla görünür-lüğünü engellemiştir. Ayrıca toplumsal farkındalık açısından bakıldığında film, toplumda engelli bireylerin yaşadığı iletişim problemlerine dikkat çekmiş ancak iş ve iş süreci ile ekonomik zorluklar yeterince anlatılmamıştır.

3.8. Bulgular

3.8.1. İşitsel Engelliliğin Stereotiplerden Arındırılmış Temsili

CODA filmi, engelli karakterleri pasif, mağdur ya da yalnızca “farklı” olarak betimlemek yerine aktif, bağımsız ve özne konumunda temsil eder. Özellikle işitme engelli anne ve baba karakterlerin aile içinde karar alıcı, ekonomik olarak üretken ve iletişimde kuvvetli bireyler olarak sunulması, engelli bireylerin genelde sinemada maruz kaldığı “eksik birey” stereotipini

kırar. Bu temsil, Rosemarie Garland-Thomson'un "normatif bakış" kavramıyla da ilişkilendirilebilir: "Engelli beden yalnızca biyolojik bir gerçeklik değil, toplumsal ve kültürel anlamlar yüklenmiş bir inşadır" (Garland-Thomson, 2002, s. 7). Film, bu anlamları yeniden üretmek yerine dönüştürmeyi amaçlar. Bu durum aynı zamanda Mitchell ve Snyder'ın (2000) "narrative prosthesis" (anlatı protezi) kavramının dışına çıkmaktadır. Zira bu filmde engellilik, anlatıya sadece dramatik derinlik katmak için eklenmiş bir özellik değil, hikâyenin temel dinamiğidir. Engelli karakterler bir "araç" ya da "diğer" değil, anlatının taşıyıcı öznesidir. Bu nedenle CODA, engellilik temsiline dair sinematik anlatının yeni bir etik formunu temsil eder.

3.8.2.Filmin Enformatik Yönü: Sessizliğin İçsel Dünyasını Aktarma Kapasitesi

Film, izleyicinin işitme engelli bireylerin deneyim dünyasını anlamasını sağlayan güçlü bir görsel ve işitsel strateji sunar. Özellikle Ruby'nin sahnede şarkı söylediği ve ailesinin sessizliğe gömüldüğü sekans, işitme engellilik deneyimini izleyiciye doğrudan hissettirmeyi amaçlar. Bu sahnede sesin çekilmesi, izleyicide bir boşluk ve eksiklik değil, farkındalık yaratır. Bu durum Marks'ın (2000) "haptic visuality" (dokunsal görsellik) kavramıyla da örtüşür: "Duyulararası etkileşim, izleyiciyle ekran arasında dokunsal bir bağ kurar" (Marks, 2000, s.163).

Bu bağlamda CODA, yalnızca bir temsil değil; aynı zamanda izleyiciyi eğiten bir enformasyon taşıyıcısıdır. Linda Alcoff'un ifadesiyle, "sessizliğin politikası, kimin konuşabildiğini değil, kimin duyulabildiğini sorar" (Alcoff, 1991, s. 15). Film de bu çerçevede işitme engellilik deneyimini görünür kılarken, izleyiciye bilgi ve farkındalık kazandıran bir araç rolü üstlenir.

3.8.3. Ailenin Bütünsel Sunumu: Engellilik ve Normallliğin Yeniden Tanımı

Filmde aile yapısı, geleneksel işbölümüne dayalı normatif rollerin ötesinde kurgulanır. İşitme engelli anne-baba, Ruby'nin kararlarında hem destekleyici hem de katılımcı bir pozisyonadadır. Özellikle baba karakterin balıkçılık kooperatifinde liderlik yapması, engelli bireylerin sadece ev içi değil, kamusal ve ekonomik alanda da etkin olduğunu gösterir. Bu durum, Barnes ve Mercer'in engelliliği sosyal bir kategori olarak ele aldığı çerçevede değerlendirilebilir:

“Engellilik, yalnızca bireysel bir durum değil, toplumsal ilişkilere gömülü bir inşa sürecidir” (Barnes and Mercer, 2010, s. 45).

Aile üyeleri arasındaki işaret dili kullanımı, duygusal bağları güçlendirir ve iletişimin “sadece sözlü” olmadığını vurgular. Film, böylece “normal” aile yapısının işitme yetisine göre değil, duygusal ve kültürel bağlara göre yeniden tanımlanabileceğini savunur. Bu yaklaşım, engelli bireylerin aile anlatılarında edilgin değil etkin aktörler olarak yer almasına olanak tanır.

3.8.4.CODA Olmanın İkili Gerçekliği

Ruby karakteri hem işiten bir birey hem de işitme engelli ebeveynlerin çocuğu olarak iki farklı kültürel ve duysal dünyanın kesişim noktasındadır. Bu ikili pozisyon, ona hem arabuluculuk hem de aidiyet sorunsalı yükler. Bu durum, Stuart Hall’un “melez kimlik” (hybridity) kavramıyla açıklanabilir: “Kimlik, durağan değil; karşıtlıklar içinde şekillenen ve yeniden üretilen bir süreçtir” (Hall, 1996, s. 4).

Ruby’nin kendisini sahnede ifade etme arzusu ile ailesine karşı duyduğu sorumluluk arasındaki gerilim, yalnızca bireysel değil, yapısal bir çatışmanın da göstergesidir. Film bu çatışmayı dramatize ederek, engellilikle ilişkili toplumsal rollerin hem bireyi hem de ailesini nasıl etkilediğini göstermeye çalışır. Bu durum, engellilik anlatılarında sıklıkla göz ardı edilen “ilişkisel deneyim” boyutunu görünür kılar.

3.8.5. Görsel Anlatının Üstünlüğü ve Duyusal Deneyim

CODA, geleneksel anlatının sözlü iletişime dayalı biçimini kırarak işaret dili, yüz ifadeleri ve sessizliğe dayalı görselliği ön plana çıkarır. Bu sinematografik tercih, Vivian Sobchack’ın “duyumsal sinema” (cinesthetic subjectivity) ve “bedenlenmiş izleme” kavramlarıyla yakından ilişkilidir. Sobchack’a göre, “film yalnızca izlenmez; bedensel olarak hissedilir, duyuların bütünlüğüyle deneyimlenir” (Sobchack, 2004, s. 65). Bu bağlamda CODA, izleyiciyi yalnızca anlamaya değil, “bedensel olarak empati kurmaya” yönlendirir.

Özellikle işaret diliyle yapılan diyalogların kamera diliyle desteklenmesi, sessizliklerin dramatik değil anlatsal anlamlar taşımasını sağlar. Bu, Marks’ın (2000) “haptic visuality” kavramında işaret ettiği gibi, izleyicinin gözleriyle adeta dokunarak izlediği bir deneyim yaratır. Bu tür bir görsellik, engelli

bedenin “görülme biçimini” dönüştürür ve duyuşsal normların dışında alternatif bir anlatı biçimi kurar.

3.8.6. Toplumsal Algının Dönüştürülmesi: “Normal” Olanın Yeniden Tanımı

Film, izleyicinin engelliliğe dair sahip olduğu normatif yargılarla yüzleşmesini sağlar. Ruby’nin sahnede şarkı söylerken ailesinin onu duyamaması ama mimiklerinden, titreşimlerden ve ortamın enerjisinden anlamaya çalışmaları, duyuşsal farklılıkların iletişimi nasıl şekillendirdiğini gösterir. Bu, “normal” olanın yalnızca işitmeye dayalı bir algı değil, çoklu duyularla kurulan bir ortak alan olduğunu öne sürer. Garland-Thomson’un “normdan sapma değil, normun kendisinin sorgulanması gerekir” düşüncesi bu bağlamda önemlidir (2002, s. 10).

Ayrıca film, engelli bireylerin toplumsal rollerini yeniden çerçeveleyerek, izleyicinin bilinçdışındaki önyargıları kırmaya çalışır. Barnes ve Mercer’in (2010, s.45) belirttiğı üzere, “toplum engelliliğı yalnızca bireysel bir yetersizlik olarak değil, kolektif bir yapı olarak inşa eder”. Film, bu yapının yeniden düşünülmesi gerektiğini sezdirenen sahnelerle izleyiciyi sorgulamaya iter.

3.8.7. Film Yoluyla Enformasyon Aktarımı: Toplumun Empatik Dönüşümüne Katkı

CODA, yalnızca bir film değil, aynı zamanda işitme engellilikle ilgili bilgi ve farkındalık sağlayan bir medya içeriğidir. Engelli bireylerle ilgili bilgiye sahip olmayan izleyici için bu film, hem temsilin gücünü hem de medyanın enformatik işlevini ortaya koyar. Bu bağlamda Alcott’un (1991, s.15) “konuşma hakkı değil, duyulma hakkı esastır” şeklindeki vurgusu oldukça yerindedir. *CODA*, engelli bireylerin “duyulma hakkını” hem mecazi hem de doğrudan bir biçimde savunur.

Filmin pedagojik etkisi, yalnızca hikâye üzerinden değil, sinematografik tercihler ve görsel stratejilerle de pekişir. Bu da onu sadece sanatsal değil, aynı zamanda sosyokültürel bir araç haline getirir. Özellikle eğitim ve medya okuryazarlığı bağlamında, *CODA*, medyanın empati kurdurma potansiyelini somutlaştıran örneklerden biridir.

SONUÇ

Filmler, anlattığı hikayeler aracılığıyla izleyenlere yeni düşünme pratikleri sunarken, çok fazla bilgiye sahip olunmayan konular üzerinde de bilgilendirici etkiler bırakabilir. Özellikle dezavantajlı gruplar olarak nitelendirilen kesime dair yapılan filmler; izleyenler üzerinde enformasyon etkisi yaratır. Filmin anlatısı içinde temsil edilen kesime dair yapılan gerçekçi vurgu, bahsedilen kesimin daha iyi tanınmasına ve farkındalık duygusunun oluşmasına sebep olur. Ötekileştirilip toplumsal yapının içinde farklı konumlandırılan yapımlar; engelli bireylerin temsilini eksik, yanlış ya da yanlış bir şekilde ortaya koyarken, filmin anlatısı içinde çok didaktik olmayan bilgilendirici diyaloglar ve gerçekçi yapılar, söz konusu kesimin (acıma ve ötekileştirme duygularından uzak bir şekilde) daha rasyonel bir şekilde algılanmasına sebep olacaktır. Böylesi bir bilinçlenme sonucu engelli bireyler, toplumun hemen her kesimi tarafından benimsenen ve ihtiyaçları doğrultusunda daha çok temas edilip empati kurulan bir kesime dönüşecektir. Doğru ve anlaşılır enformasyon aktarımı ile var olan yanlış bilgiler doğruya dönüştürülürken, toplumsal düzenin içinde engelli bireylere ayrılan alan da genişletilmiş olacaktır. Varlık alanları genişletilen engelli bireyler de böylelikle kendilerini insanlara ve topluma karşı daha yalın, dolaysız ve gerçekçi anlatabilecekleri için toplumsal yaşamda da bir uzlaş sağlanmış olacaktır. Böylelikle filmler, bu uzlaş alanının oluşması ve toplumsal yaşam içinde kendisini rahatlıkla ifade edip, gösteremeyen kesimler için önemli bir mecra olarak konumlanır. Filmlerin anlatıları içinde yer verilen engelli bireylerin temsilleri, izleyenlerin zihninde var olan, yanlış algıların kırılması ve eksik bilgilerin yok olması açısından son derece önemlidir. Bu sebepten dolayı özellikle anlatısı içinde engelli bireylerin temsillerine yer veren filmlerin amacı var olan olumsuz algıları pekiştirmek yerine yeni ve daha olumlu düşünme alanları açmak olmalıdır. Toplumsal yaşamdaki her kesim arasındaki uyumlu bir aradalığın inşasına katkıda bulunacak hikayelere metinlere ve anlatılara sahip olan filmler, doğru enformasyon kaynağı olarak öne çıkacak ve toplumsal anlamda doğru ve sağlıklı bilincin yenilenmesine ve tazelenmesine olanak sağlayacaktır.

Sinemada engelli bireylerin varlığı, tarihsel olarak sınırlı temsiliyet ve çoğunlukla da eksik bir biçimde ele alınmıştır. Genellikle stereotiplerle şekillenen bu temsiller; engelli birey olma halini sıklıkla bir trajedi, kahramanlık

ya da başarı hikayesi üzerinden anlatma eğiliminde olmuştur. Ancak, son yıllarda engelli bireylerin temsillerinin daha insani, daha gerçekçi ve çok boyutlu perspektiften insan hakları bakışı üzerinden ele alındığı anlatılar ağırlık kazanmaya başlamıştır. Bu bağlamda *CODA* filmi, engelli bireylerin temsiline dair dönüşümün önemli bir örneği olarak yorumlanabilir.

CODA filmi, işitme engelli bireyleri anlatının merkezine alarak, onları yalnızca engelli olma halleri ile tanımlamayarak onların ayrıca zengin ve karmaşık bireysel kimliklerinin varlığına da dikkat çekmiştir. Film, yalnızca bireysel engellikleri anlatmaktan ziyade, engelli bireylerin aile içindeki durumlarını, toplumsal alandaki konumlarını ve kültürel bağlamdaki etkileşimlerini de inceler.

Sonuç olarak bakıldığında, *CODA* filmi, sinemada engelli bireylerin temsiline dair önemli bir paradigma değişimini ortaya koymuştur. Film, engelli bireylerin sinemada sadece bir anlatı nesnesi olmaktan çıktığı, engelli bireylerin kendi hikayelerinin öznesi haline geldiği bir dönüşümün başladığına dikkat çekmektedir. Bu dönüşüm hem sinemasal alanda hem de toplumsal bağlamda kapsayıcı ve kuşatıcı bir yaklaşımın oluşmasına zemin oluştururken, hem de engelli birey olmanın görünürlüğüne arttıran ve toplumsal algının da dönüşmesine sebep olan bir bakışın gelişmesine sebep olmuştur. Bu bağlamda *CODA* filmi, sonraki yıllarda yapılacak engelli temalı filmlere yol gösterecek etkili ve önemli bir prototip olarak yorumlanabilir.

Çalışmanın temel bulgusu ise, *CODA* filminde engelli bireylerin sinemasal temsili geleneksel dışlayıcı kalıplardan uzaklaşarak, bu bireyleri özneleştiren ve toplumsal üretim süreçlerinin aktif katılımcıları olarak konumlandırıran bir yapıya evrilmiştir. Film, işitme engelliliği yalnızca bireysel bir yetersizlik değil; aile içindeki ilişkileri, ekonomik üretimi ve sosyal etkileşimi etkileyen, kültürel olarak anlam yüklü bir farklılık biçimi olarak temsil etmektedir. Bu temsil biçimi, izleyicinin yalnızca duygusal bir bağ kurmasını değil; aynı zamanda duygusal bir farkındalık geliştirmesini sağlamaktadır. Dolayısıyla *CODA* filmi, sinemanın enformatik işlevini yerine getirerek hem kültürel algıyı dönüştüren hem de toplumsal empatiyi güçlendiren anlatıların başat örneklerinden biri olarak değerlendirilebilir.

KAYNAKÇA

- Abberley, P. (1987). The Concept of Oppression and the Development of a Social Theory of Disability, *Disability Handicap and Society*, 2(1), London: Carfax Publishing Company
- Alcoff, L. M. (1991). The problem of speaking for others. *Cultural Critique*, (20), 5–32. <https://doi.org/10.2307/1354221>
- Arslan, A. (2006). Medyanın Birey, Toplum ve Kültür Üzerine Etkileri, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, <http://www.insanbilimleri.com/>, e.t. 1.11.2024
- Arslan, A. (2006). *Türk Sinemasında Engelli Temsilleri*. Ankara: Ütopya Yayınları.
- Barnes, C. (1991). *Disabled People in Britain and Discrimination: A Case For Anti-Discrimination Legislation*, London: C Hurst and Co.
- Barnes, C. and Mercer, G. (2010). *Exploring Disability* (2nd ed.). Polity Press.
- Ben-Moshe, L. (2020). *Decarcerating Disability: Deinstitutionalization and Prison Abolition*. USA: University of Minnesota Press
- Benson, D. (2016). Disabling Characters: Representations of Disability in Young Adult Literature, *Disability and Society* 31:5, doi: 10.1080/09687599.2016.1167361
- Biklen, D. and Bogdan, R. (1977). *Media Portrayal of Disabled People: A Study of Stereotypes Inter-Racial Children's Book Bulletin*, Vol.8, USA: American Printing House
- Bolt, D. (2014). *Changing Social Attitudes Toward Disability: Perspectives From Historical, Cultural, and Educational Studies*, David Bolt (Ed.), London: Routledge
- Byrd, E.K. (1989). A Study of Depiction of Specific Characteristics of Characters With Disability in Film. *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*
- Byrd, E.K. (1990). A Comparison of Characters in Feature Films Who Are Disabled and Able Bodied. *International Journal of Rehabilitation Research* 13(3)
- Byrd, E.K. and Elliott, T.R. (1985). Feature Films and Disability: A Descriptive Study. *Rehabilitation Psychology* 30(1)
- Chion, M. (1994). *Audio-Vision: Sound on Screen*. New York: Columbia University Press.
- Chivers, S. and Markotić, N. (2010). *Neoliberal Risks: Million Dollar Baby, Murderball, and Anti-National Sexual Positions. The Problem Body: Projecting Disability on Film*, Sally Chivers and Nicole Markotić (Ed.), Columbus: Ohio State University Press
- Collis, A. (2016). *Changing Social Attitudes Toward Disability: Perspectives From Historical, Cultural, and Educational Studies*, *Disability and Society*, 31:5, UK: Routledge
- Coverdale J, Nairn R. And Claasen D. (2002). Depictions of Mental Illness in Print Media: A prospective national sample, *The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 36(5), <https://doi.org/10.1046/j.1440-1614.2002.00998.x>
- Cumberbatch, G. and Negrine, R. (1992). *Images of Disability on Television*, London: Routledge

- Darke, P. (1998). "Understanding Cinematic Representations of Disability." *Exploring Disability*.
- DeMare, N. (2016). Exaggerations and Stereotypes of Schizophrenia in Contemporary Films. *Elon Journal of Undergraduate Research in Communications*, 7(1). USA: Elon University Press
- Derman, M. (2018). *Sinema ve Engellilik: Temsiller Üzerine Bir İnceleme*. Ankara: De Ki Yayınları.
- Dunn, P.A. (2015). *Disabling Characters: Representations of Disability in Young Adult Literature*, New York: Peter Lang Group AG
- Garland-Thomson, R. (2002). Integrating disability, transforming feminist theory. *NWSA Journal*, 14(3), 1–32.
- Garland-Thomson, R. (2012). The Case for Conserving Disability. *Journal of Bioethical Inquiry*, vol. 9 (3), USA: Johns Hopkins University Press
- Gibson, S., Brand, S.L., Burt, S., Boden, ZVR and Benson, O. (2013). Understanding Treatment Non-adherence in Schizophrenia and Bipolar Disorder: a Survey of What Service Users Do and Why, *BMC Psychiatry*, 13, <https://doi.org/10.1186/1471-244X-13-153>
- Giddens, A. (2008). *Sosyoloji*. (C. Güzel, Haz.) İstanbul: Kırmızı Yayınları
- Goering, S. (2015). "Rethinking Disability: The Social Model of Disability and Chronic Disease." *Current Reviews in Musculoskeletal Medicine*, 8(2), doi: 10.1007/s12178-015-9273-z
- Goodwin, J., Saab, M. M., Dillon, C. B., Kilty, C., McCarthy, A., O'Brien, M. and Philpott, L.F. (2021). The Use of Film-Based interventions in Adolescent Mental Health Education: A Systematic Review, *Journal of Psychiatric Research*, DOI: 10.1016/j.jpsychires.2021.02.055
- Hafer, M. and Narcus, M. (1979). Information and Attitudes Toward Disability. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 23 (2)
- Hall, S. (1996). Cultural identity and diaspora. In J. Rutherford (Ed.), *Identity: Community, Culture, Difference* (pp. 222–237). Lawrence and Wishart.
- Hall, S. (2017). *Temsil Kültürel Temsiller ve Anlamlandırma Uygulamaları*. (İ. Dündar, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık
- Hansen, J.B. (2015). Does Film Keep Anti-psychiatry Alive? Aesthetic Knowledge of Mental Illness and Institutions, DOI: <https://doi.org/10.17380/rr2015.4.3>
- Kaçar, D. (2012). Otistik Çocuklarda Dil ve İletişim Becerileri Özellikleri. *Otizm Dünyası*, 1(1)
- Kaçar, T. (2012). "Televizyon Programlarında Engelli Birey Temsili." *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (34), 65-86.
- Kissling W. and Leucht S. (1999). Results of Treatment of Schizophrenia: Is the Glass Half Full or Half Empty? doi: 10.1097/00004850-199906003-00003

- Kolat, S. (2010). Avrupa Birliği Sosyal Politikası Çerçevesinde Özürlülere Yönelik Ayrımcılıkla Mücadele ve Türkiye’deki Yansımaları. Ankara: T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı
- Maffei V.C., Görges F., Kissling W., Schreiber W. and Rummel-Kluge C. (2015). Using Films as a Psychoeducation Tool for Patients with Schizophrenia: a Pilot Study Using a Quasi-experimental Pre-post Design. BMC Psychiatry, doi: 10.1186/s12888-015-0481-2.
- Marks, L. U. (2000). *The Skin of the Film: Intercultural Cinema, Embodiment, and the Senses*. Duke University Press.
- McGill, CW. and Patterson, CJ. (1990). Former Patients as Peer Counselors on Locked Psychiatric Inpatient Units *Hospital and Community Psychiatry*, doi: 10.1176/ps.41.9.1017
- Mitchell, D. T. and Snyder, S. L. (2000). *Narrative Prosthesis: Disability and the Dependencies of Discourse*. University of Michigan Press.
- Mutlu, E. (2005). *Kültürel Çalışmalara Giriş*. İstanbul: Babil Yayınları.
- Ocakçı, A. F. and Karakoç, A. (2013). Çocuklarda Uyum Ve Davranış Sorunları Ve Hemşirelik Yaklaşımı, Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi
- Okyayuz, A. Ş. (2017). Sesli Betimlemenin Çeviribilim Sınıflarında Tanıtımı için Bir Eğitim Bileşeni Önerisi. *Turkish Studies*, 12(22), doi:http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.12325
- Owen, P.R. (2012). Portrayals of Schizophrenia by Entertainment Media: a Content Analysis of Contemporary Movies. *Psychiatric Service* 63(7), <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201100371>
- Özbaş, B. ve Özkan, M. (2010). “Sinema ve Engellilik: Medyada Engelli Temsiline Eleştirel Bir Yaklaşım.” *Selçuk İletişim*, 6(4), 97-110.
- Polat, Ç. S. (2011). Engelli Bireylere İlişkin Kültürel Tanımlamaların Başka Dilde Aşk Filmi Üzerinden İncelemesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi, Ankara
- Poulgrain, J., Bremner, N.M. and Zimmerman, H. vd. (2022). Why So Serious? An Attempt to Mitigate the Short-Term Harmful Effects of the Film Joker on Prejudice Toward People with Mental Illness. *Behavioral Sciences*, 12(10), DOI: 10.3390/bs12100384
- Rainwater, M.C. (2018). *Stigma in Cinema: Mental Illness’ Representation in Film, USA*: Eastern Kentucky University Press
- Rajarajeswari, S. (2019). Depiction of disabled characters in Preeti Shenoy’s *Life is what you make it* and the Tamil film *3*: A Psychological Perspective, *Think India Journal*, 22(5), India
- Ryan, M. and Lenos, M. (2012). *An Introduction to Film Analysis: Technique and Meaning in Narrative Film*. Continuum.

- Ryan, M. ve Kellner, D. (1997). Politik Kamera. (E. Özsayar, Çev) İstanbul: Ayrıntı Yayınları
- Ryan, M. ve Lenos, M. (2012). Film Çözümlemesine Giriş, (E.S.Onat,Çev.). Ankara: DeKi Basım Yayım.
- Scarf, D., Zimmerman, H. and Winter, T. (2020). Association of Viewing the Films Joker or Terminator: Dark Fate With Prejudice Toward Individuals With Mental Illness. JAMA Network Open, 3(4)
- Siebers, T.A. (2008). Disability Theory. Michigan: University of Michigan Press
- Snyder, S. L. (2006). Disability Studies: Encyclopedia of Disability. California: Sage Publications
- Sobchack, V. (2004). *Carnal Thoughts: Embodiment and Moving Image Culture*. University of California Press.
- Şulha, P. (2021). Türk Komedi Filmlerinin Bağını Kuramı Bağlamında Sesli Betimlenmesi: Neşeli Günler. RumeliDE Dil ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi, (22), 991-1004. doi: 10.29000/rumelide.897310.
- Taylor, J. S. (2009). Disability Studies: Encyclopedia of American Disability History, New York: Facts On File
- Threlkeld, R.M. and DeJong, W. (1983). Hiring the Disabled: an Attempt to Influence Behavioral Intentions Through a Media Presentation. Rehabilitation Psychology, 28 (2), <https://doi.org/10.1037/h0091006>
- Toruk, İ. (2008). “Medya ve Engellilik: Farklılıkların Temsili Üzerine.” *Akademik Bakış*, (16), 1-14
- Villarreal, N.D. (2022). Critically Engaging Representation: Queer, Fat, and Disabled BodyMinds in Romantic Films, Thesis Master of Arts in Women’s Studies, USA: San Diego State University

YAŞLI BİREYLERDE OKUMA ALIŞKANLIĞININ YAŞAM DOYUMU VE PSİKOSOSYAL İYİLİK HALİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: KIRIKKALE İLİ ÖRNEĞİ

Ali KAVAK¹
Erol YILMAZ²

Öz

Bu araştırma, yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkilerini belirlemeyi ve bu ilişkide kütüphane kullanımı, sosyal aktivitelere katılım ve öğrenme isteği gibi değişkenlerin aracılık rolünü incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama deseni kullanılmıştır. Kırıkkale ilinde yaşayan 391 yaşlı bireylerden elde edilen veriler üzerinde yapılan analizler, okuma sıklığı ile yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Kütüphane kullanımı, sosyal aktivitelere katılım ve öğrenme isteği gibi değişkenlerin, bu ilişkilerde aracılık rolü oynadığı tespit edilmiştir. Özellikle sosyal aktivite katılımının psikososyal iyilik hali üzerindeki aracılık etkisinin yaşam doyumu üzerindeki etkisinden daha güçlü olduğu bulunmuştur. Demografik özellikler incelendiğinde, cinsiyet, eğitim düzeyi ve emeklilik durumunun okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerinde anlamlı etkileri olduğu görülmüştür. Sonuçlar, yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının teşvik edilmesinin, yaşam kalitesini artırmada etkili bir strateji olabileceğini göstermektedir. Bu bağlamda, kütüphane hizmetlerinin geliştirilmesi, sosyal etkileşimi artıran okuma programlarının düzenlenmesi ve yaşlı bireylerin demografik özelliklerini dikkate alan müdahale programlarının planlanması önem taşımaktadır.

Anahtar kelimeler: Okuma alışkanlığı, yaşlı bireyler, yaşam doyumu, psikososyal iyilik hali, kütüphane kullanımı

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Kırıkkale Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Bilgi ve Belge Yönetimi Bölümü, E-posta: alikavak@kku.edu.tr, ORCID: 0000-0001-5329-2420

² Prof. Dr., Kırıkkale Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Bilgi ve Belge Yönetimi Bölümü, E-posta: erolyilmaz@kku.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6689-1745

KAVAK, A., YILMAZ, E. (2025). Yaşlı Bireylerde Okuma Alışkanlığının Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilik Hali Üzerindeki Etkisi: Kırıkkale İli Örneği. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 25(67), 452-486. DOI:10.21560/spcd.vi.1663705

THE EFFECT OF READING HABITS ON LIFE SATISFACTION AND PSYCHOSOCIAL WELL-BEING IN ELDERLY INDIVIDUALS: THE CASE OF KIRIKKALE

Abstract

This study aimed to determine the effects of reading habits on life satisfaction and psychosocial well-being in elderly individuals and to examine the mediating role of variables such as library use, participation in social activities and desire to learn in this relationship. Relational survey design, one of the quantitative research models, was used in the study. Analyses of the data obtained from 391 elderly individuals living in Kırıkkale province showed that there were significant positive relationships between reading frequency and life satisfaction and psychosocial well-being. Variables such as library use, participation in social activities and desire to learn were found to play a mediating role in these relationships. In particular, the mediating effect of social activity participation on psychosocial well-being was found to be stronger than the effect on life satisfaction. When demographic characteristics were analysed, gender, education level and retirement status were found to have significant effects on reading habits, life satisfaction and psychosocial well-being. The results suggest that encouraging reading habits in older adults may be an effective strategy to improve quality of life. In this context, it is important to improve library services, to organise reading programmes that increase social interaction and to plan intervention programmes that take into account the demographic characteristics of elderly individuals.

Key words: *Reading habits, elderly individuals, life satisfaction, psychosocial well-being, library usage*

GİRİŞ

Yaşlı nüfusun artması ve yaşam süresinin uzaması (Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü, 2020), yaşlı bireylerin yaşam kalitesinin iyileştirilmesi ihtiyacını gündeme getirmektedir. Bu bağlamda, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları, zihinsel sağlıklarını ve psikososyal iyilik hallerini doğrudan etkileyen önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır.

Okuma, bireylerin bilişsel kapasitelerini geliştiren, hayal gücünü besleyen ve bilgi edinme sürecini destekleyen temel bir etkinliktir. Özellikle yaşlı bireyler için okuma, zihinsel stimülasyonu sağlamak, hafızayı keskin tutmak ve genel bilişsel işlevselliği korumak açısından kritik bir role sahiptir. Yapılan araştırmalar, okuma alışkanlığının yaşlı bireylerde demans ve Alzheimer gibi bilişsel gerilemelerin önlenmesine yardımcı olduğunu göstermektedir (Scarmeas ve Stern, 2003). Ayrıca okuma, stresin azalmasına ve duygusal dengenin sağlanmasına katkı sağlayarak bireylerin genel yaşam kalitesini artırmaktadır (Billington vd., 2010).

Okumanın bu bilişsel ve duygusal faydalarının yanı sıra, genel yaşam kalitesi üzerindeki etkisi de dikkate değerdir. Yaşam doyumu, bireyin yaşamına ilişkin genel memnuniyet düzeyini ifade eder ve psikolojik iyilik halinin önemli bir bileşenidir (Diener, 1984). Yaşam doyumunun yüksek olması, bireylerin genel mutluluk düzeyini ve yaşamdan aldıkları tatmini gösterir. Psikososyal iyilik hali ise sosyal ilişkiler, duygusal denge ve bireyin toplum içindeki rolü gibi faktörleri içerir. Sosyal destek, yaşlı bireylerin psikososyal iyilik hali üzerinde önemli bir etkiye sahiptir ve bu destek, okuma etkinlikleri gibi sosyal ve entelektüel faaliyetler yoluyla güçlendirilmektedir (Pinquart ve Sörensen, 2000).

Bu psikososyal faktörlerin anlaşılması, okumanın yaşlı bireyler üzerindeki etkilerini kavramak açısından önemlidir. Okuma alışkanlıkları, bireylerin yaşam doyumunu ve psikososyal iyilik halini çeşitli şekillerde etkileyebilir. Okuma, bireylerin dünyayı ve kendilerini daha iyi anlamalarına yardımcı olur, bu da kişisel gelişim ve öz-farkındalık sağlamaktadır. Aynı zamanda, okuma grupları ve kitap kulüpleri gibi sosyal okuma etkinlikleri, yaşlı bireylerin sosyal etkileşimlerini artırarak sosyal destek ağlarını genişletmektedir. Bu sosyal etkileşimler, yalnızlık ve izolasyon duygularını azaltarak bireylerin

psikososyal iyilik hallerini olumlu yönde etkileyebilir (Fratiglioni, Paillard-Borg ve Winblad, 2004).

Problem durumu

Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları, zihinsel ve fiziksel sağlıklarını, psikolojik iyilik hallerini ve sosyal ilişkilerini doğrudan etkileyen kritik bir faktördür. Ancak mevcut literatürde, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarına odaklanan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu (Antunes vd., 2021; Ojeda, 2024; Verissimo vd., 2019; Zhao, 2011; Zhang vd., 2021; Zhang vd., 2022) ve özellikle okuma alışkanlığının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkilerini doğrudan ve kapsamlı şekilde ele alan araştırmaların bulunmadığı görülmektedir.

Alan yazındaki çalışmalar ağırlıklı olarak çocuklar, gençler ve yetişkinler gibi diğer yaş gruplarında okuma alışkanlığının bilişsel işlevler üzerindeki etkilerine odaklanmaktadır. Oysaki, sosyal ilişkiler ve duygusal denge, yaşlı bireylerin psikososyal iyilik hali üzerinde önemli bir role sahiptir (Fratiglioni vd., 2004). Bu nedenle, okuma alışkanlığının yaşlı bireylerin yaşam doyumu ve psikososyal iyilik halleri üzerindeki rolünü kapsamlı bir şekilde inceleyen çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Ayrıca Türkiye'nin On İkinci Kalkınma Planı'nda (Strateji ve Bütçe Başkanlığı, 2023) da kütüphane hizmetlerinin geliştirilmesi ve okuma kültürünün yaygınlaştırılması hedefleri açıkça belirtilmiştir. Bu hedefler doğrultusunda, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarının teşvik edilmesi, onların yaşam kalitelerinin artırılmasında önemli bir rol oynayabilir. Bu nedenle, bu çalışma politika yapıcılara ve kütüphane hizmet sağlayıcılarına, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarının desteklenmesi ve yaygınlaştırılması konusunda değerli bilgiler sunarak, ilgili stratejilerin geliştirilmesine katkı sağlamayı da hedeflemektedir.

Amaç ve Araştırma Soruları

Araştırmanın temel amacı yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik halleri üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini incelemektir. Sosyal aktiviteler, kütüphane kullanımı ve öğrenme isteği gibi aracı değişkenlerin bu ilişkideki rolü de ayrıntılı olarak değerlendirilmektedir.

Bu temel amaç doğrultusunda çalışma kapsamında aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranmıştır:

- Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları ile yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları ile psikososyal iyilik halleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Sosyal aktivite, kütüphane kullanımı ve öğrenme isteği gibi aracı değişkenler, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları ile yaşam doyumu ve psikososyal iyilik halleri arasındaki ilişkide rol oynamakta mıdır?
- Yaşlı bireylerin demografik özellikleri (cinsiyet, yaş aralığı, eğitim düzeyi ve emeklilik durumları) okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik halleri üzerinde etkili midir?

Hipotezler

Araştırma sorularına bağlı olarak aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

- *Hipotez 1: Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları arttıkça, yaşam doyumu düzeyleri de artmaktadır.*
- *Hipotez 2: Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları arttıkça, psikososyal iyilik halleri de olumlu yönde etkilenmektedir.*
- *Hipotez 3: Kütüphane kullanımı, sosyal aktiviteler ve öğrenme isteği değişkenleri, okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali arasındaki ilişkiye anlamlı düzeyde aracılık etmektedir.*
- *Hipotez 4: Yaşlı bireylerin demografik özellikleri (cinsiyet, yaş aralığı, eğitim düzeyi ve emeklilik durumları) okuma alışkanlıklarını, yaşam doyumlarını ve psikososyal refahlarını önemli ölçüde etkiler.*

Literatür Değerlendirmesi

Dünya genelinde artan yaşlı nüfusu ile, yaşlıların sağlık sorunları birçok ülkenin öncelikli konuları arasına girmiştir. Yaşlıların iyi sağlık durumu hem kendi yaşam kalitelerini artırmakta hem de toplumsal yükü hafifletmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'ne (WHO) göre sağlık; hastalık veya zayıflığın yokluğundan daha fazlasını ifade eder ve bireyin fizyolojik, psikolojik ve

sosyal uyum yeteneğinin bütünlüğünü içerir. Bu bağlamda, yaşlı bireylerin fiziksel ve zihinsel sağlıklarına olumlu katkı sağlayabilecek çeşitli aktiviteler araştırılmaktadır. Bu aktiviteler arasında okuma alışkanlığı, yaşlı bireylerin yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkileri açısından önemli bir yer tutmaktadır.

Mevcut literatürde, yaşlı bireylerin fiziksel ve zihinsel sağlığı çoğunlukla sosyal güvenlik, fiziksel egzersiz ve tıbbi iyileştirme perspektiflerinden ele alınmaktadır (örn. Arslan ve Ekren, 2017; Bodur, 2022; Ekşioğlu Ahad, 2016; Kanber, 2018; Uysal, 2020). Bununla birlikte, yaşlıların fiziksel ve zihinsel sağlıklarının iyileştirilmesini kültürel yerleştirme perspektifinden tartışan çalışmalar oldukça sınırlıdır. Karmaşık ve yaratıcı bir ruhsal üretim faaliyeti olan okuma, yaşlıların hem fiziksel hem de zihinsel sağlıklarının korunmasına yardımcı olabilir. Bu nedenle, yaşlıların okuma alışkanlıklarının fiziksel ve ruhsal sağlığa etkisini çok boyutlu bir şekilde inceleyen araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Bilgi toplumunun başarılı bireyleri, her konuda bilgiye başvurarak kendi kendine ve yaşam boyu öğrenebilen bireyler olmalıdır. Yaşam boyu öğrenme, aktif ve sürekli bilgi kullanımını gerektirir. Herhangi bir sorunun çözümünde gereksinim duyduğu bilgiye ulaşabilen, ulaştığı bilgiyi kendi yapısına uydurabilen ve buna yenilerini ekleyebilen kişiler, yaşam boyu öğrenebilme becerilerine sahip kişilerdir. Bu bağlamda, bilgiye ulaşma ve bilgiyi kullanma becerisi olarak tanımlanan bilgi okuryazarlığı, yaşam boyu öğrenmenin de temel bileşenidir.

Bilgi toplumunun başarılı bireyleri, her konuda bilgiye başvurarak kendi kendine ve yaşam boyu öğrenebilen bireyler olmalıdır. Yaşam boyu öğrenme, aktif ve sürekli bilgi kullanımını gerektirir. Herhangi bir sorunun çözümünde gereksinim duyduğu bilgiye ulaşabilen, ulaştığı bilgiyi kendi yapısına uydurabilen ve buna yenilerini ekleyebilen kişiler, yaşam boyu öğrenebilme becerilerine sahip kişilerdir (Polat ve Odabaş, 2008). Bu bağlamda, okuma faaliyeti, bilgiye ulaşma ve bilgiyi kullanma becerisi olan bilgi okuryazarlığının temel taşıdır. Okuma, bireylerin bilgiye erişimini kolaylaştırır, bilgi kullanımını teşvik eder ve sürekli öğrenmeyi destekler. Düzenli okuma alışkanlığı, bireylerin dünyayı ve kendilerini daha iyi anlamalarına yardımcı olurken,

yaşam boyu öğrenme sürecini de besler. Bu nedenle, okuma alışkanlığı, bilgi toplumunda bireylerin başarısı için vazgeçilmez bir unsurdur.

Okuma, bireylerin bilişsel kapasitelerini geliştiren, hayal gücünü besleyen ve bilgi edinme sürecini destekleyen temel bir etkinliktir. Özellikle yaşlı bireyler için okuma, zihinsel stimülasyonu sağlamak, hafızayı keskin tutmak ve genel bilişsel işlevselliği korumak açısından kritik bir role sahiptir (Scarmeas ve Stern, 2003). Okuma alışkanlıkları, bireylerin yaşam doyumunu ve psikososyal iyilik halini çeşitli şekillerde etkiler. Bireylerin dünyayı ve kendilerini daha iyi anlamalarına yardımcı olur, bu da kişisel gelişim ve öz-farkındalık sağlar. Ayrıca, okuma grupları ve kitap kulüpleri gibi sosyal okuma etkinlikleri, yaşlı bireylerin sosyal etkileşimlerini artırarak sosyal destek ağlarını genişletir. Bu sosyal etkileşimler, yalnızlık ve izolasyon duygularını azaltarak bireylerin psikososyal iyilik hallerini olumlu yönde etkiler (Lin vd., 2022).

Lee ve diğerlerinin (2018) çalışmasında, okuma etkinliklerinin manevi zenginlik sağlayabileceği, zamanın verimli kullanılmasını destekleyebileceği ve kişisel gelişimi teşvik edebileceği belirtilmektedir. Ancak manevi zenginlik ve gerçekliğin yalnızlığının, sıklıkla güçlü bir boşluk duygusu yaratabileceği ve bireyin içsel sosyal etkileşim ihtiyaçlarını artırabileceği düşünülmektedir. Bu durumun, bireyin sosyal etkileşim motivasyonunu uyardığı öne sürülmektedir. Bu nedenle, okuma alışkanlığının yaşlı bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerindeki etkilerini anlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Okuma alışkanlığının ruhsal sağlık üzerindeki etkilerinin Türkiye dışındaki ülkelerde geniş çapta incelendiği görülmektedir. Wang ve diğerleri (2020) tarafından yapılan çalışmada, bireysel okuma etkinlikleri ile sosyal etkinlikler arasında önemli ölçüde pozitif bir ilişki bulunduğu belirtilmektedir. Fuller ve Sedo'nun (2014) çalışmasında, okuma davranışının insanlara sosyal aktivitelere ve kişilerarası etkileşimlere katılma fırsatları sağladığı ve bunun da katılımcılar arasında kimlik veya duygusal bağları teşvik edebildiği gösterilmektedir. Ayrıca, sosyal etkileşim teorisine göre, sosyal etkileşimlerin bireylerin fiziksel ve zihinsel sağlıklarına olumlu etkileri bulunduğu ileri sürülmektedir. Bu nedenle, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarının, onların

sosyal iletişim ihtiyaçlarını uyararak ruhsal sağlıklarını da iyileştirebileceği düşünülmektedir.

Türkiye’de yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının yaşam doyumu üzerindeki etkilerine yönelik araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir, ancak mevcut çalışmaların önemli bulgular sunduğu belirtilmektedir. Çelik (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, yaşlı bireylerin bilişsel ve sosyal becerilerini koruma ve geliştirme noktasında okuma alışkanlığının öneminin vurgulandığı ifade edilmektedir. Okuma alışkanlığının, yaşlı bireylerin bilişsel gerilemelerini önleyerek yaşam kalitelerini artırdığı ve onları sosyal olarak daha aktif hale getirdiği belirtilmektedir. Bu durumun da yaşam doyumlarını olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir.

Yaşlı bireylerin psikososyal iyilik hali, onların toplumsal yaşama katılım düzeyleri ile yakından ilişkilidir. Özellikle Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde, yaşlı bireylerin sosyal hayattan soyutlanması yaygın bir sorundur. Hastaoğlu ve Çelik (2023) tarafından yapılan araştırma, düzenli kitap okuma aktivitelerinin yaşlı bireylerin mental sağlıkları üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda okuma, bireylerin içe kapanıklığını azaltarak onların sosyal etkileşimlerini artırmakta ve bu da psikososyal iyilik hallerini olumlu yönde etkilemektedir. Sosyal etkileşim teorisi de sosyal etkileşim ile bireyler arasındaki etkileşimin, bireylerin kendi sosyal eylemleri üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu ve bu sosyal etkileşimin onların fiziksel ve zihinsel sağlıklarına faydalı olduğunu savunmaktadır (Becker, 1974).

Yaşlı bireylerde bilişsel gerileme yaygın bir durumdur ve bu tür gerilemeler yaş arttıkça daha belirgin hale gelir. Okuma alışkanlığı, bu bilişsel gerilemelerin önlenmesinde önemli bir rol oynar. Güngen ve diğerleri (2002), bilişsel işlevlerdeki azalmayı önlemek için düzenli zihinsel aktivitelerin, özellikle de okuma alışkanlığının önemini vurgulamaktadır. Bu doğrultuda, okuma alışkanlığı olan yaşlı bireylerin zihinsel sağlıklarının daha iyi korunduğu ve yaşam doyumlarının arttığı görülmektedir.

Literatürde yapılan çok sayıda çalışma, okuma alışkanlığının insan sağlığı ve psikolojisi üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir. Okuma faaliyeti, bilişsel işlevleri korumakta, sosyal etkileşimi artırmakta ve yaşam

boyu öğrenmeyi desteklemektedir. Bu alanda daha fazla araştırma yapılması, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik stratejilerin geliştirilmesine katkı sağlayacaktır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma kapsamında nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli benimsenmiştir. Tarama modeli, mevcut durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır ve araştırmacıya ilgili olguyu kendi koşulları içinde gözlemleyebilme imkânı tanımaktadır (Karasar, 2023). İlişkisel tarama modeli ise iki veya daha çok değişken arasındaki ilişkilerin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan bir modeldir.

Örneklem ve Evren

Bu çalışmanın evreni, Türkiye'nin İç Anadolu Bölgesi'nde yer alan Kırıkkale ili olarak belirlenmiştir. Kırıkkale ili, 2023 yılı verilerine göre 285.744 kişilik bir nüfusa sahiptir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) yaşlılık başlangıcını 65 yaş olarak belirlemiş olup; yaşlılığı da kendi içerisinde genç yaşlı (65-74), yaşlı (75-84) ve ileri yaşlı (85+) olarak sınıflamıştır (Lee vd., 2018). Ancak Türkiye'de kadınların emeklilik yaşı 58, erkeklerin emeklilik yaşı 60 olması nedeniyle (Sosyal Sigortalar ve Genel Sağlık Sigortası Kanunu, 2006), bu çalışmada 60 yaş ve üzeri emekli bireyler de bu çalışma kapsamında “yaşlı birey” olarak kabul edilmektedir. Araştırmanın örneklemi bu kriterlere uygun olan 60 yaş ve üzeri bireylerden oluşmaktadır.

Örneklem seçimi için çok katmanlı rastgele örnekleme yöntemi benimsenmiştir. Bu yöntem, tüm il genelindeki sosyal koşulların mikro düzeyde çok boyutlu bir araştırmasını gerçekleştirmek amacıyla kullanılmıştır. Böylelikle, Kırıkkale ilinin demografik çeşitliliği ve farklı sosyal grupların temsil edilmesi sağlanmıştır.

Kırıkkale ilinde 60 yaş ve üzeri bireylerin sayısı toplam 55.997'dir. Yaş gruplarına göre dağılım ise şu biçimde sıralanmaktadır: 17.520 kişi (%6,13) 60-64 yaş, 14.005 kişi (%4,90) 65-69 yaş, 10.783 kişi (%3,77) 70-74 yaş, 7.011 kişi (%2,45) 75-79 yaş, 3.986 kişi (%1,39) 80-84 yaş, 1.810 kişi (%0,63) 85-89 yaş, 882 kişi (%0,31) 90+ yaş.

Örneklem büyüklüğü, belirli bir güven aralığı ve hata payı ile hesaplanmıştır. Erdoğan ve Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004) tarafından geliştirilen örneklem büyüklüğü tablosuna göre, %95 güven aralığında ve heterojen bir örneklem için minimum örneklem büyüklüğü 381 olarak hesaplanmaktadır. Bu büyüklük, Kırıkkale ilindeki 60 yaş ve üzeri nüfusu temsil etmek için yeterli görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada yaşlıların okuma alışkanlıklarının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik haline etkisini incelemek için iki temel ölçek kullanılmıştır: Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen, Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan 5 maddelik “Yaşam Doyumu Ölçeği” ile Gümüş Demir (2022) tarafından geliştirilen 15 maddelik “Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği”. Her iki ölçek de tek faktörlü yapıda ve 5’li Likert formatında olup (1: Hiç Katılmıyorum- 5: Tamamen Katılıyorum), yüksek puanlar daha olumlu durumu göstermektedir.

Bu çalışmanın temel açıklayıcı değişkeni, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarıdır. Yaşlıların okuma alışkanlıkları “Boş zamanlarınızda ne sıklıkla kitap, gazete veya dergi okudunuz?” sorusuyla 5’li derecelendirme ile (1: Hiçbir zaman- 5: Her gün) ölçülmüştür. Ayrıca temel açıklayıcı değişkene etki edebileceği düşünülen aracı değişkenlerde kullanılmıştır. Bu aracı değişkenler arasında sosyal aktivite, kütüphane kullanımı ve öğrenme isteği bulunmaktadır. Sosyal aktivite değişkeni, “Boş zamanlarınızda ne sıklıkla sosyal aktivitelere veya kültürel faaliyetlere katılırsınız?”; kütüphane kullanımı değişkeni, “Boş zamanlarınızda ne sıklıkla kütüphaneye gidersiniz?”; öğrenme isteği değişkeni ise “Boş zamanlarınızda yeni şeyler öğrenmeye ne sıklıkla zaman ayırırsınız?” sorularından oluşan 5’li derecelendirmeye (1: Hiçbir zaman- 5: Çok sık) değerlendirilmiştir. Bu aracı değişkenlerin, okuma alışkanlığının yaşlıların yaşam kalitesi üzerindeki olumlu etkisini güçlendirdiği düşünülmektedir.

Araştırmada ayrıca, cinsiyet, eğitim düzeyi, yaş aralığı ve emeklilik durumu gibi demografik veriler kontrol değişkenleri olarak kullanılmıştır. Tüm bu değişkenler Zhang ve diğerlerinin (2022) çalışmasından uyarlanarak, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkilerini kapsamlı biçimde analiz etmeye olanak tanımaktadır.

Veri Toplama Süreci ve Analizi

Veri toplama süreci, Kırıkkale ilindeki çeşitli sosyal merkezler, kütüphaneler, emekli dernekleri, sağlık kuruluşları ve sosyal alanlar gibi farklı mekânlarda gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, araştırmanın amacı ve önemi hakkında bilgilendirilmiş ve gönüllü olarak araştırmaya katılmaları sağlanmıştır. Tüm katılımcıların anonimliği ve verilerin gizliliği korunmuştur.

Toplanan veriler, SPSS istatistiksel analiz programlarıyla işlenmiştir. Analiz sürecinde, öncelikle demografik verilerin ve diğer temel değişkenlerin frekans dağılımları incelenmiştir. Bu aşama, çalışma grubunun özelliklerini ayrıntılı bir şekilde incelemeyi ve örneklemin heterojen yapısını anlamayı amaçlamaktadır. Daha sonra, normallik varsayımının karşılanmaması (Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri) nedeniyle parametrik olmayan Spearman korelasyon analizleri kullanılarak, okuma sıklığı ile Yaşam Doymu Ölçeği, Psikolojik İyi oluş Ölçeği ve sosyal aktivite gibi değişkenler arasındaki ilişkiler ortaya konmuştur (örneğin, okuma sıklığı ile yaşam doymu; okuma sıklığı ile psikososyal iyilik hali gibi). Daha sonra ise, Hayes'in (2015) PROCESS makrosu ile regresyon analizleri gerçekleştirilerek, okuma alışkanlıklarının yaşlı bireylerin yaşam doymu ve psikososyal iyilik halleri üzerindeki etkileri modellenmiş ve aracı değişkenlerin (kütüphane kullanımı, sosyal aktivite, öğrenme isteği) rolleri değerlendirilmiştir. Bu analizler sayesinde, okuma alışkanlıklarının bireylerin yaşam kalitesi üzerindeki potansiyel etkileri (toplam etki: yaşam doymu için veya psikososyal iyilik hali için) ayrıntılı bir şekilde anlaşılmış ve istatistiksel olarak anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır. Son olarak, demografik değişkenler (cinsiyet, emeklilik durumu, yaş aralığı ve eğitim düzeyi) ile ilgili analizler gerçekleştirilerek, bu değişkenlerin okuma sıklığı, yaşam doymu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkileri Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis testleri ile incelenmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

<i>Değişken</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>Değişken</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Cinsiyet			Eğitim Seviyesi		
Kadın	201	51,40	Okur yazar değil	18	4,60
Erkek	190	48,60	Okur yazar	42	10,7
Yaş Aralığı			İlkokul	118	30,20
60-64 yaş arası	138	35,30	Ortaokul	52	13,30
65-74 yaş arası	147	37,60	Lise	90	23,00
75-84 yaş arası	87	22,30	Ön lisans / Lisans	63	16,10
85 yaş ve üzeri	19	4,90	Lisansüstü	8	2,00
Görev Türü			Emeklilik Durumu		
Kamu sektörü	131	33,50	Evet	275	70,30
Özel sektör	84	21,50	Hayır	116	29,70
Serbest meslek	176	45,00	Toplam	391	100,00

Araştırmaya katılan yaşlı bireylerin demografik profilinde dengeli bir cinsiyet dağılımı gözlemlenirken, çoğunluk 60-74 yaş aralığındadır ve 75 yaş üstü katılımcılar daha sınırlı bir orana sahiptir. Eğitim düzeyi açısından ilkokul mezunları en büyük grubu oluştururken, lise ve yükseköğrenim mezunları da önemli bir kesimi temsil etmektedir; buna karşın okuma-yazma bilmeyenler ile lisansüstü mezunlar en küçük grupları oluşturmaktadır. Mesleki dağılımda serbest meslek sahipleri öne çıkarken, bunu kamu ve özel sektör çalışanları takip etmektedir. Dikkat çekici bir bulgu olarak katılımcıların büyük çoğunluğunun emeklilik statüsünde olması, örneklemin yaş yapısıyla uyumlu bir sonuç göstermektedir.

Tablo 2. Ölçeklerin Cronbach's Alpha Güvenirlik Değerleri

<i>Alt Boyutlar</i>	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>Madde Sayısı</i>
Yaşam Doyumu Ölçeği	0,772	5
Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	0,892	15

Tablo 2' deki veriler, araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilirlik analizi sonuçlarının tatmin edici düzeyde olduğunu göstermektedir. Yaşam Doyumu Ölçeği'nin Cronbach's Alpha değeri (0,772) kabul edilebilir sınırın üzerinde olup, Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılan Türkçe uyarlama

çalışmasındaki değerden (0,88) kısmen düşük olsa da, bu durum öğretmenler yerine yaşlı bireylerin örneklem olarak kullanılmasından kaynaklanabilir. Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ise 0,892'lik yüksek bir güvenirlik katsayısı göstermiş ve bu değer, Gümüş Demir (2022) tarafından geliştirilen orijinal ölçekteki sonuçla (0,89) neredeyse aynıdır. Her iki ölçek de sosyal bilimlerde kabul edilen 0,70 eşik değerinin üzerinde güvenirlik değerlerine sahip olduğundan, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisini incelemek için güvenilir ölçme araçları olarak değerlendirilebilir.

Tablo 3. Ölçeklerin Normallik Testi

	<i>Kolmogorov-Smirnova</i>			<i>Shapiro-Wilk</i>		
	<i>İstatistik</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	<i>İstatistik</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Yaşam Doyumu Ölçeği	0,126	391	0,000	0,868	391	0,000
Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	0,101	391	0,000	0,981	391	0,000

Çalışmada kullanılan ölçeklerden elde edilen verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri uygulanmış ve verilerin normal dağılım göstermediği bulunmuştur ($p<0,05$). Shapiro-Wilk sonuçları, Psikososyal İyilik Hali ölçeğinin (0,981), Yaşam Doyumu ölçeğine (0,868) göre normale daha yakın olduğunu, ancak yine de istatistiksel olarak normal dağılmadığını göstermektedir. Bu durum, Blanca ve diğerlerinin (2017) psikolojik ölçümlerde verilerin yaklaşık %83'ünün normal dağılmadığını belirten meta-analiz çalışmasıyla uyumludur. Bu nedenle, örneklem büyüklüğü ($n=391$) yeterli olmasına rağmen, normallik varsayımının karşılanmaması sebebiyle araştırmada Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis testleri ve Spearman korelasyon analizleri gibi parametrik olmayan testler kullanılmış, ayrıca veri dönüştürme yöntemleri ve bootstrap örnekleme teknikleri uygulanarak bulguların güvenilirliği artırılmaya çalışılmıştır.

Hipotezlerin Test Edilmesi

Hipotez 1

Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman'ın sıralama korelasyonu analizi yapılmıştır. Bu analiz, değişkenlerin normal dağılım göstermemesi nedeniyle tercih edilmiştir.

Tablo 4. Yaşlı Bireylerin Okuma Sıklıkları ile Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları (N = 391)

Değişkenler		Okuma Sıklığı	Yaşam Doyumu
Okuma sıklığı	<i>Kolerasyon Katsayısı (r_s)</i>	1,000	0,398**
	<i>p (2-tailed)</i>		0,000
	<i>N</i>	391	391
Yaşam Doyumu	<i>Kolerasyon Katsayısı (r_s)</i>	0,398**	1,000
	<i>p (2-tailed)</i>	0,000	.
	<i>N</i>	391	391

** . Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (2 kuyruklu).

Analiz sonuçlarına göre, yaşlı bireylerin kitap, gazete veya dergi okuma sıklıkları ile yaşam doyum düzeyleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r_s=0,40$; $p<0,05$; $N=391$). Bu sonuç, “Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları arttıkça yaşam doyum düzeyleri de artmaktadır” şeklindeki Hipotez 1’i desteklemektedir.

Bu bulgu, okuma aktivitesinin yaşlı bireylerin yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Korelasyon katsayısının orta düzeyde olması (0,40), değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu, ancak yaşam doyumunun okuma alışkanlığı dışında başka faktörlerden de etkilendiğini göstermektedir. Literatürde de belirtildiği gibi, okuma aktivitesi yaşlı bireylerin bilişsel becerilerini aktif tutarak ve sosyal etkileşim fırsatları sunarak yaşam doyumlarını olumlu yönde etkilemektedir.

Bu tespit, Türkiye’nin On İkinci Kalkınma Planında (Strateji ve Bütçe Başkanlığı, 2023) belirtilen kütüphane hizmetlerinin geliştirilmesi ve okuma kültürünün yaygınlaştırılması hedeflerinin, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmada önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir.

Hipotez 2

Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları ile psikososyal iyilik halleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman'ın sıralama korelasyonu analizi yapılmıştır. Değişkenlerin normal dağılım göstermemesi nedeniyle parametrik olmayan bu test tercih edilmiştir.

Tablo 5. Yaşlı Bireylerin Okuma Sıklıkları ile Psikososyal İyilik Halleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler		Okuma Sıklığı	Psikososyal İyilik Durumları
Okuma sıklığı	Korelasyon Katsayısı (r_2)	1,000	0,489**
	p (2-tailed)		0,000
	N	391	391
Psikososyal İyilik Durumları	Korelasyon Katsayısı (r_2)	0,489**	1,000
	p (2-tailed)	0,000	
	N	391	391

** . Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (2 kuyruklu).

Analiz sonuçlarına göre, yaşlı bireylerin kitap, gazete veya dergi okuma sıklıkları ile psikososyal iyilik halleri arasında pozitif yönde, orta-yüksek düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r_2=0,49$; $p<0,05$; $N=391$). Bu sonuç, “Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları arttıkça, psikososyal iyilik halleri de olumlu yönde etkilenmektedir” şeklindeki Hipotez 2’yi desteklemektedir. Düzenli okumanın yaşlı bireylerin psikososyal iyilik halleri üzerindeki olumlu etkisini göstermektedir. Korelasyon katsayısının (0,49) yaşam doyumu ile olan ilişkiye (0,37) göre daha yüksek olması, okuma alışkanlığının psikososyal iyilik hali üzerinde daha güçlü bir etkiye sahip olduğunu düşündürmektedir.

Bu sonuç, çalışmanın teorik çerçevesinde belirtildiği gibi, düzenli okuma alışkanlığının yaşlı bireylerin zihinsel fonksiyonlarını korumalarına ve duygusal dengeyi sürdürmelerine yardımcı olduğu açıklamalarını destekler niteliktedir. Ayrıca okuma aktivitesinin, yaşlı bireylerin sosyal ortamlara katılımlarını teşvik ederek ve yeni ilişkiler kurmalarını sağlayarak psikososyal iyilik hallerini olumlu yönde etkilediğini düşündürmektedir. Bu durum, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarının desteklenmesinin, onların psikososyal

sağlıklarının korunması ve geliştirilmesi açısından önemli bir strateji olabileceğini göstermektedir.

Hipotez 3

Yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları ile yaşam doyumu ve psikososyal iyilik halleri arasındaki ilişkide aracı değişkenlerin rolünü incelemek için Spearman korelasyon analizi (Tablo 6) ve Hayes'in (2015) aracılık modeli PROCESS analizleri (Tablo 7, Tablo 8, Tablo 9) kullanılmıştır.

Tablo 6. Değişkenler Arasındaki İlişkilere Yönelik Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları

		<i>Okuma sıklığı</i>	<i>Kütüphane Kullanımı</i>	<i>Sosyal Aktivite</i>	<i>Öğrenme İsteği</i>	<i>Yaşam Doyumu</i>	<i>Psikososyal İyilik Hali</i>
Okuma sıklığı	r_2	1,000	0,756**	0,746**	0,807**	0,398**	0,489**
Kütüphane Kullanımı	r_2		1,000	0,772**	0,796**	0,436**	0,498**
Sosyal Aktivite	r_2			1,000	0,834**	0,393**	0,540**
Öğrenme İsteği	r_2				1,000	0,453**	0,569**
Yaşam Doyumu	r_2					1,000	0,648**
Psikososyal İyilik Hali	r_2						1,000

Not. ** $p < 0,05$ (çift yönlü).

Tablo 6' daki Spearman korelasyon analizi sonuçlarına göre, tüm değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur ($p < 0,05$). Okuma sıklığı ile aracı değişkenler arasında güçlü ilişkiler gözlenmiştir: kütüphane kullanımı ($r_2=0,756$), sosyal aktivite ($r_2=0,746$) ve öğrenme isteği ($r_2=0,807$). Benzer şekilde, aracı değişkenler ile bağımlı değişkenler arasında da anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Özellikle öğrenme isteği ile yaşam doyumu ($r_2=0,453$) ve psikososyal iyilik hali ($r_2=0,569$) arasındaki ilişkilerin diğer aracı değişkenlere kıyasla daha güçlü olduğu gözlenmiştir.

Tablo 7. Okuma Sıklığı ile Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilik Hali Arasındaki İlişkide Kütüphane Kullanımının Aracılık Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Yol</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>%95 GA</i>
Yaşam Doyumu Modeli					
Okuma Sıklığı → Kütüphane Kullanımı	0,60	0,03	19,14	0,00	[0,54- 0,66]
Kütüphane Kullanımı → Yaşam Doyumu	1,00	0,22	4,55	0,00	[0,57- 1,43]
Okuma Sıklığı → Yaşam Doyumu (doğrudan)	0,58	0,19	3,04	0,03	[0,20- 0,95]
Okuma Sıklığı → Yaşam Doyumu (toplam)	1,18	0,14	8,43	0,00	[0,90- 1,45]
Okuma Sıklığı → Kütüphane Kullanımı → Yaşam Doyumu (dolaylı)	0,60	0,12	-	-	[0,35- 0,85]
Psikososyal İyilik Hali Modeli					
Okuma Sıklığı → Kütüphane Kullanımı	0,60	0,03	19,14	0,00	[0,54- 0,66]
Kütüphane Kullanımı → Psikososyal İyilik Hali	2,09	0,44	4,78	0,00	[1,23- 2,94]
Okuma Sıklığı → Psikososyal İyilik Hali (doğrudan)	1,45	0,38	3,85	0,00	[0,71- 2,19]
Okuma Sıklığı → Psikososyal İyilik Hali (toplam)	2,70	0,28	9,73	0,00	[2,15- 3,25]
Okuma Sıklığı → Kütüphane Kullanımı → Psikososyal İyilik Hali (dolaylı)	1,25	0,30	-	-	[0,66- 1,85]

Not. B = Standardize edilmemiş regresyon katsayısı; SH = Standart hata; GA = Güven aralığı. (5000 bootstrap örnekleme).

Tablo 7’ de sunulan PROCESS makrosu analizi, kütüphane kullanımının hem yaşam doyumu hem de psikososyal iyilik hali modellerinde anlamlı bir aracılık rolü oynadığını göstermektedir. Yaşam doyumu modelinde, okuma sıklığının kütüphane kullanımını artırdığı ve bu etkinin anlamlı olduğu görülmüştür ($B=0,60$; $SH=0,03$; $p<0,05$). Aynı şekilde, kütüphane kullanımının yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediği ve bu etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir ($B=1,00$; $SH=0,22$; $p<0,05$). Kütüphane kullanımının aracılık etkisi kontrol edildiğinde, okuma sıklığının yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak yine de anlamlılığını korumuştur ($B=0,58$; $SH=0,19$; $p<0,05$). Bootstrap yöntemiyle hesaplanan dolaylı etki ise, ($0,60$; $\%95$ GA $[0,35-0,85]$) de istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Psikososyal iyilik hali modelinde ise benzer sonuçlar elde edilmiştir. Okuma sıklığının kütüphane kullanımını anlamlı düzeyde artırdığı belirlenmiştir ($B=0,60$; $SH=0,03$; $p<0,05$). Kütüphane kullanımı da psikososyal iyilik halini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde etkilemektedir ($B=2,09$; $SH=0,44$; $p<0,05$). Okuma sıklığının psikososyal iyilik hali üzerindeki toplam etkisi anlamlıdır ($B=2,70$; $SH=0,28$; $p<0,05$). Kütüphane kullanımının aracılık etkisi dikkate

alındığında, okuma sıklığının psikososyal iyilik hali üzerindeki doğrudan etkisi azalmış, ancak hâlâ anlamlı düzeyde kalmıştır ($B=1,45$; $SH=0,38$; $p<0,05$). Dolaylı etki ise, ($1,25$; %95 GA $[0,66-1,85]$) de istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Bu bulgular, kütüphane kullanımının, okuma sıklığı ile hem yaşam doyumu hem de psikososyal iyilik hali arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Dikkat çekici bir bulgu, kütüphane kullanımının psikososyal iyilik hali modelindeki aracılık etkisinin ($1,25$), yaşam doyumu modelindeki aracılık etkisine ($0,60$) göre daha güçlü olmasıdır.

Tablo 8. Okuma Sıklığı ile Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilik Hali Arasındaki İlişkide Sosyal Aktivite Katılımının Aracılık Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Yol	B	SH	t	p	%95 GA
Yaşam Doyumu Modeli					
Okuma Sıklığı → Sosyal Aktivite Katılımı	0,73	0,03	22,43	0,00	[0,67-0,79]
Sosyal Aktivite Katılımı → Yaşam Doyumu	0,49	0,22	2,25	0,24	[0,06-0,91]
Okuma Sıklığı → Yaşam Doyumu (doğrudan)	0,82	0,21	3,91	0,00	[0,41-1,24]
Okuma Sıklığı → Yaşam Doyumu (toplam)	1,18	0,14	8,43	0,00	[0,90-1,45]
Okuma Sıklığı → Sosyal Aktivite Katılımı → Yaşam Doyumu (dolaylı)	0,35	0,17	--	--	[0,01-0,69]
Psikososyal İyilik Hali Modeli					
Okuma Sıklığı → Sosyal Aktivite Katılımı	0,73	0,03	22,43	0,00	[0,67-0,79]
Sosyal Aktivite Katılımı → Psikososyal İyilik Hali	2,02	0,42	4,78	0,00	[1,19-2,84]
Okuma Sıklığı → Psikososyal İyilik Hali (doğrudan)	1,23	0,41	3,01	0,00	[0,43-2,04]
Okuma Sıklığı → Psikososyal İyilik Hali (toplam)	2,70	0,28	9,73	0,00	[2,15-3,25]
Okuma Sıklığı → Sosyal Aktivite Katılımı → Psikoso- syal İyilik Hali (dolaylı)	1,47	0,37	--	--	[0,73-2,20]

Not. B = Standardize edilmemiş regresyon katsayısı; SH = Standart hata; GA = Güven aralığı. (5000 bootstrap örnekleme).

Tablo 8’ de sunulan PROCESS makrosu ile yapılan aracılık analizi sonuçlarına göre, sosyal aktivite katılımının hem yaşam doyumu hem de psikososyal iyilik hali üzerindeki etkilerde anlamlı bir aracılık rolüne sahip olduğu belirlenmiştir. Yaşam doyumu modelinde, okuma sıklığının sosyal aktivite katılımını olumlu yönde ve anlamlı düzeyde artırdığı gözlemlenmiştir ($B=0,73$; $SH=0,03$; $p<0,05$). Aynı şekilde, sosyal aktivite katılımının yaşam

doyumunu olumlu yönde ve anlamlı düzeyde etkilediği tespit edilmiştir ($B=0,49$; $SH=0,22$; $p<0,05$). Okuma sıklığının yaşam doyumuna üzerindeki toplam etkisi de anlamlı bulunmuştur ($B=1,18$; $SH=0,14$; $p<0,05$). Sosyal aktivite katılımının aracılık etkisi kontrol edildiğinde, okuma sıklığının yaşam doyumuna üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak yine de anlamlılığını korumuştur ($B=0,82$; $SH=0,21$; $p<0,05$). Bootstrap yöntemiyle hesaplanan dolaylı etki (0,35; %95 GA [0,01-0,69]) de istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Psikososyal iyilik hali modelinde de benzer bulgular elde edilmiştir. Okuma sıklığının sosyal aktivite katılımına anlamlı düzeyde artırdığı belirlenmiştir ($B=0,73$; $SH=0,03$; $p<0,05$). Sosyal aktivite katılımı ise, psikososyal iyilik halini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde etkilemektedir ($B=2,02$; $SH=0,42$; $p<0,05$). Okuma sıklığının psikososyal iyilik hali üzerindeki toplam etkisi anlamlıdır ($B=2,70$; $SH=0,28$; $p<0,05$). Sosyal aktivite katılımının aracılık etkisi dikkate alındığında, okuma sıklığının psikososyal iyilik hali üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak hâlâ anlamlı düzeyde kalmıştır ($B=1,23$; $SH=0,41$; $p<0,05$). Dolaylı etki ise 1,47 olarak hesaplanmış ve %95 güven aralığı [0,73-2,20] ile istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Bu bulgular, sosyal aktivite katılımının her iki modelde de belirgin bir aracı rol oynadığını ortaya koymaktadır. Özellikle dikkat çekici olarak, sosyal aktivite katılımının psikososyal iyilik hali üzerindeki aracılık etkisi (1,47), yaşam doyumuna üzerindeki etkisinden (0,35) belirgin şekilde daha güçlüdür.

Tablo 9. Okuma Sıklığı ile Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilik Hali Arasındaki İlişkide Öğrenme İsteğinin Aracılık Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Yol</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>%95 GA</i>
A. Yaşam Doyumu Modeli					
Okuma Sıklığı → Öğrenme İsteği	0,90	0,03	28,46	0,00	[0,83-0,96]
Öğrenme İsteği → Yaşam Doyumu	0,67	0,22	3,03	0,00	[0,24-1,11]
Okuma Sıklığı → Yaşam Doyumu (doğrudan)	0,57	0,24	2,36	0,01	[0,10-1,05]
Okuma Sıklığı → Yaşam Doyumu (toplam)	1,18	0,14	8,43	0,00	[0,90-1,45]
Okuma Sıklığı → Öğrenme İsteği → Yaşam Doyumu (dolaylı)	0,60	0,21	--	--	[0,16-0,99]
B. Psikososyal İyilik Hali Modeli					
Okuma Sıklığı → Öğrenme İsteği	0,90	0,03	28,46	0,00	[0,83-0,96]
Öğrenme İsteği → Psikososyal İyilik Hali	2,20	0,43	5,07	0,00	[1,35-3,05]
Okuma Sıklığı → Psikososyal İyilik Hali (doğrudan)	0,73	0,47	1,55	0,12	[0,20-1,66]
Okuma Sıklığı → Psikososyal İyilik Hali (toplam)	2,70	0,28	9,73	0,00	[2,15-3,25]
Okuma Sıklığı → Öğrenme İsteği → Psikososyal İyilik Hali (dolaylı)	1,97	0,43	--	--	[1,08-2,79]

Not. *B* = Standardize edilmemiş regresyon katsayısı; *SH* = Standart hata; *GA* = Güven aralığı. (5000 bootstrap örneklemi).

Tablo 9' da sunulan PROCESS makrosu ile yapılan aracılık analizi sonuçlarına göre, öğrenme isteğinin hem yaşam doyumu hem de psikososyal iyilik hali üzerindeki etkilerde anlamlı bir aracılık rolüne sahip olduğu ortaya konulmuştur. Yaşam doyumu modelinde, okuma sıklığının öğrenme isteğini olumlu yönde ve anlamlı düzeyde artırdığı belirlenmiştir ($B=0,90$; $SH=0,03$; $p<0,05$). Aynı şekilde, öğrenme isteğinin yaşam doyumunu olumlu yönde ve anlamlı düzeyde etkilediği görülmüştür ($B=0,67$; $SH=0,22$; $p<0,05$). Okuma sıklığının yaşam doyumu üzerindeki toplam etkisi de anlamlı bulunmuştur ($B=1,18$; $SH=0,14$; $p<0,05$). Öğrenme isteğinin aracılık etkisi kontrol edildiğinde, okuma sıklığının yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi azalmış ancak hâlâ anlamlı düzeyde kalmıştır ($B=0,57$; $SH=0,24$; $p<0,05$). Bootstrap yöntemiyle hesaplanan dolaylı etki 0,60 olarak bulunmuş ve %95 güven aralığı [0,16-0,99] ile istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Çünkü bu aralık sıfırı içermemektedir.

Psikososyal iyilik hali modelinde ise okuma sıklığının öğrenme isteğini anlamlı düzeyde artırdığı belirlenmiştir ($B=0,90$; $SH=0,03$; $p<0,05$). Öğrenme isteği, psikososyal iyilik halini pozitif yönde ve anlamlı düzeyde etkilemektedir.

($B=2,20$; $SH=0,43$; $p<0,05$). Okuma sıklığının psikososyal iyilik hali üzerindeki toplam etkisi anlamlıdır ($B=2,70$; $SH=0,28$; $p<0,05$). Ancak, öğrenme isteğinin aracılık etkisi dikkate alındığında, okuma sıklığının psikososyal iyilik hali üzerindeki doğrudan etkisinin azaldığı ve istatistiksel olarak anlamlı olmayan bir düzeye gerilediği görülmüştür ($B=0,73$; $SH=0,47$; $p>0,05$). Dolaylı etki ise 1,97 olarak hesaplanmış ve %95 güven aralığı [1,08-2,79] ile istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Bu bulgular, öğrenme isteğinin, okuma sıklığı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolü, psikososyal iyilik hali ile ilişkisinde ise tam aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Özellikle dikkat çekici bir bulgu, öğrenme isteğinin psikososyal iyilik hali modelindeki aracılık etkisinin (1,97), yaşam doyumu modelindeki aracılık etkisine (0.60) göre belirgin şekilde daha güçlü olmasıdır.

Tüm bulgular “kütüphane kullanımı, sosyal aktiviteler ve öğrenme isteği, okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali arasındaki ilişkiye anlamlı düzeyde aracılık etmektedir.” ifade edilen Hipotez 3’ü güçlü şekilde desteklemektedir. Aracılık etkilerinin gücü değişkenlere göre farklılık göstermekte, yaşam doyumu için kütüphane kullanımı ve öğrenme isteği eşit derecede güçlü araçlar iken, psikososyal iyilik hali için öğrenme isteği en güçlü aracı değişken olarak öne çıkmaktadır. Tüm aracı değişkenlerin etkisi psikososyal iyilik hali modelinde daha güçlüdür. Bu sonuçlar, yaşlılara yönelik okuma programlarının tasarımında öğrenme isteği, sosyal aktivite ve kütüphane kullanımı faktörlerinin dikkate alınmasının, Türkiye’nin On İkinci Kalkınma Planı’nda (Strateji ve Bütçe Başkanlığı, 2023) vurgulanan kütüphane hizmetleri hedefinin önemine işaret etmektedir.

Hipotez 4

Demografik değişkenlerin yaşlı popülasyondaki davranış ve refahı nasıl etkilediğini anlamak, bu grup için etkili müdahale ve hizmetlerin geliştirilmesinde kritik öneme sahiptir. İki gruplu değişkenler olan cinsiyet (Tablo 10) ve emeklilik durumu (Tablo 11) için Mann-Whitney U testi, ikiden fazla grup içeren yaş aralığı ve eğitim düzeyi değişkenleri (Tablo 12) için ise Kruskal-Wallis testi uygulanmıştır.

Tablo 10. Cinsiyetin Yaşlı Bireylerde Okuma Sıklığı, Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilik Hali Üzerindeki Etkisi

Sırlama Ortalaması ($\bar{R}$)	Cinsiyet	N	Okuma Alışkanlığı	Yaşam Doyumu	Psikososyal İyilik Hali
	Kadın	201	181,95	182,93	185,13
	Erkek	190	210,86	209,83	207,49
<i>Mann-Whitney U</i>			16271,000	16467,500	16911,000
<i>Z</i>			-2,610	-2,360	-1,958
<i>p (2-tailed)</i>			0,009	0,018	0,050

Cinsiyetin yaşlı bireylerde okuma sıklığı, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisini incelemek amacıyla parametrik olmayan Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları, okuma sıklığı açısından cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur ($U=16271.00$, $Z=-2.61$, $p=0.009$). Erkek katılımcılar ($\bar{R}=210,86$), kadın katılımcılara ($\bar{R}=181,95$) kıyasla daha yüksek okuma sıklığı bildirmiştir. Benzer şekilde, yaşam doyumu açısından da cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($U=16467,50$, $Z=-2.36$, $p=0,018$). Buna göre, erkek katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri ($\bar{R}=209.83$) kadın katılımcılara ($\bar{R}=182,93$) göre daha yüksek bulunmuştur. Aynı şekilde, psikososyal iyilik hali için istatistiksel anlamlılık eşiğinde farklılık gözlenmiş ($U=16911.00$, $Z=-1.96$, $p=0,050$); erkek katılımcılar ($\bar{R}=207,49$), kadın katılımcılara ($\bar{R}=185,13$) kıyasla daha olumlu psikososyal iyilik hali göstermiştir.

Tablo 11. Emekliliğin Yaşlı Bireylerde Okuma Sıklığı, Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilikleri Üzerindeki Etkisi

Sırlama Ortalaması ($\bar{R}$)	Emeklilik Durumu	N	Okuma Alışkanlığı	Yaşam Doyumu	Psikososyal İyilik Hali
	Evet	275	208,60	204,96	205,15
	Hayır	116	166,13	174,77	174,32
<i>Mann-Whitney U</i>			12485,500	13487,000	13435,000
<i>Z</i>			-3,504	-2,421	-2,467
<i>p (2-tailed)</i>			0,000	0,015	0,014

Emekliliğin yaşlı bireylerde okuma sıklığı, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisini incelemek amacıyla parametrik olmayan Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları, okuma sıklığı açısından

emeklilik durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur ($U=12485,500$, $Z=-3,504$, $p<0,05$). Emekli katılımcılar ($\bar{R}=208,60$), emekli olmayan katılımcılara ($\bar{R}=166,13$) kıyasla daha yüksek okuma sıklığı bildirmiştir. Benzer şekilde, yaşam doyumu açısından da emeklilik durumuna göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($U=13487,000$, $Z=-2,421$, $p<0,05$). Buna göre, emekli katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri ($\bar{R}=204,96$) emekli olmayan katılımcılara ($\bar{R}=174,77$) göre daha yüksek bulunmuştur. Psikososyal iyilik hali için de istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiş ($U=13435,000$, $Z=-2,467$, $p<0,05$); emekli katılımcılar ($\bar{R}=205,15$), emekli olmayan katılımcılara ($\bar{R}=174,32$) kıyasla daha olumlu psikososyal iyilik hali göstermiştir. Bu bulgular, emekliliğin yaşlı bireylerde okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerinde önemli bir belirleyici faktör olduğunu göstermektedir.

Tablo 12. Yaşın Yaşlı Bireylerde Okuma Sıklığı, Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilikleri Üzerindeki Etkisi

	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>Okuma Alışkanlığı</i>	<i>Yaşam Doyumu</i>	<i>Psikososyal İyilik Hali</i>
Sırlama Ortalaması ($\bar{R}$)	60-64 yaş arası	138	188,51	185,16	186,52
	65-74 yaş arası	147	188,76	198,19	199,95
	75-84 yaş arası	87	209,81	194,06	190,02
	85 ve üzeri	19	243,18	266,68	261,66
<i>Kruskal-Wallis H</i>			6,203	8,842	7,829
<i>df</i>			3	3	3
<i>p</i>			0,102	0,031	0,050

Yaş aralığının yaşlı bireylerde okuma sıklığı, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisini incelemek amacıyla parametrik olmayan Kruskal-Wallis testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları, okuma sıklığı açısından yaş aralığı grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını göstermiştir ($H_{(3)}=6,203$, $p=0,102$). Bununla birlikte, sıra ortalamaları incelendiğinde yaş arttıkça okuma sıklığının da arttığı gözlenmiştir (60-64 yaş $\bar{R}=188,51$; 65-74 yaş $\bar{R}=188,76$; 75-84 yaş $\bar{R}=209,81$; 85 ve üzeri $\bar{R}=243,18$). Yaşam doyumu açısından yaş aralığı grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($H_{(3)}=8,842$, $p=0,031$). Sıra ortalamaları incelendiğinde, özellikle 85 ve üzeri yaş grubunun yaşam

doyumunu sıra ortalamasının ($\bar{R}=266,68$) diğer yaş gruplarından belirgin şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Psikososyal iyilik hali için de istatistiksel anlamlılık eşiğinde bir farklılık gözlenmiştir ($H_{(3)}=7,829$, $p=0,050$). Benzer şekilde 85 ve üzeri yaş grubunun psikososyal iyilik hali sıra ortalaması ($\bar{R}=261,66$) diğer yaş gruplarından daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgular, yaş aralığının özellikle yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerinde belirleyici bir faktör olduğunu ve ileri yaş gruplarında bu değişkenlerin daha olumlu düzeyde olabileceğini göstermektedir.

Tablo 13. Eğitimin Yaşlı Bireylerde Okuma Sıklığı, Yaşam Doyumu ve Psikososyal İyilikleri Üzerindeki Etkisi

	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>Okuma Alışkanlığı</i>	<i>Yaşam Doyumu</i>	<i>Psikososyal İyilik Hali</i>
Sırlama Ortalaması ($\bar{R}$)	Okur yazar değilim.	18	64,50	139,44	120,28
	Okur yazarım	42	212,49	174,76	162,05
	İlkokul	118	168,77	171,75	169,89
	Ortaokul	52	189,45	187,81	206,91
	Lise	90	229,10	220,37	219,92
	Üniversite (Ön lisans/Lisans)	63	222,17	228,24	234,18
	Üniversite (Lisansüstü)	8	271,00	317,63	289,13
<i>Kruskal-Wallis H</i>			49,991	30,474	35,410
<i>df</i>			6	6	6
<i>p</i>			0,000	0,000	0,000

Eğitim düzeyinin yaşlı bireylerde okuma sıklığı, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisini incelemek amacıyla parametrik olmayan Kruskal-Wallis testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları, okuma sıklığı açısından eğitim düzeyi grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur ($H_{(6)}=49,991$, $p<0,001$). Sıra ortalamaları incelendiğinde, eğitim düzeyi arttıkça okuma sıklığının da genel olarak arttığı görülmüştür. En düşük okuma sıklığı sıra ortalaması, okur-yazar olmayanlarda ($\bar{R}= 64,50$); en yüksek okuma sıklığı sıra ortalaması ise, lisansüstü eğitim düzeyine sahip olanlarda ($\bar{R}= 271,00$) bulunmuştur. Yaşam doyumu açısından da eğitim düzeyi grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($H_{(6)}=30,474$, $p<0,001$). Sıra ortalamaları

incelendiğinde, eğitim düzeyi arttıkça yaşam doyumu sıra ortalamasının da genel olarak arttığı görülmüştür. En düşük yaşam doyumu sıra ortalaması, okur-yazar olmayanlarda ($\bar{R}=139,44$); en yüksek yaşam doyumu sıra ortalaması ise, lisansüstü eğitim düzeyine sahip olanlarda ($\bar{R}=317,63$) bulunmuştur. Psikososyal iyilik hali için de eğitim düzeyi grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gözlenmiştir ($H_{(6)}=35,410$, $p<0,001$). Benzer şekilde, en düşük psikososyal iyilik hali sıra ortalaması, okur-yazar olmayanlarda (*sıra ortalaması*=120,28); en yüksek psikososyal iyilik hali sıra ortalaması ise, lisansüstü eğitim düzeyine sahip olanlarda (*sıra ortalaması*=289,13) bulunmuştur. Bu bulgular, eğitim düzeyinin yaşlı bireylerde okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerinde güçlü bir belirleyici faktör olduğunu ve eğitim düzeyi yükseldikçe bu değişkenlerdeki olumlu düzeyin de arttığını göstermektedir.

Yapılan analizler sonucunda, “Yaşlı bireylerin demografik özellikleri (cinsiyet, yaş aralığı, eğitim düzeyi ve emeklilik durumları) okuma alışkanlıklarını, yaşam doyumlarını ve psikososyal refahlarını önemli ölçüde etkiler.” şeklinde ifade edilen Hipotez 4’ün büyük ölçüde desteklendiği görülmüştür. Demografik değişkenlerin tamamının yaşlı bireylerin okuma alışkanlıkları, yaşam doyumları ve psikososyal iyilik halleri üzerinde anlamlı etkileri olduğu tespit edilmiştir. Bu tespitler, yaşlı bireylerde demografik faktörlerin okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerinde önemli belirleyiciler olduğunu göstermektedir. Özellikle eğitim düzeyinin ve emeklilik durumunun bu değişkenler üzerinde tutarlı ve güçlü etkilerinin olması dikkat çekicidir. Bu sonuçlar, yaşlı bireylere yönelik hizmetlerin tasarlanmasında demografik değişkenlerin dikkate alınması gerektiğini ve özellikle dezavantajlı demografik gruplarda (düşük eğitim düzeyi, emekli olmayanlar, kadınlar) okuma alışkanlıkları ve refahı artırmaya yönelik olarak yapılacak müdahalelerin önemine işaret etmektedir.

TARTIŞMA

Çalışmanın bulguları, yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisini kapsamlı bir biçimde ortaya koymaktadır. Araştırmanın temel hipotezleri, okuma alışkanlığının yaşlı bireylerin yaşam doyumu ve psikososyal iyilik halini olumlu yönde

etkilediğini öne sürmektedir. Elde edilen bulgular, çalışmanın hipotezlerini destekler niteliktedir ve literatürdeki diğer çalışmalarla önemli paralellikler göstermektedir.

Yapılan analizler sonucunda, yaşlı bireylerin okuma sıklıkları ile yaşam doyum düzeyleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, Antunes ve diğerlerinin (2021) yaşlı kadınlarda okumanın duygusal iyilik durumunu artırdığını bildiren çalışmasıyla uyumludur. Bu orta düzeydeki ilişkinin yaşlı bireylerin okuma deneyimlerinin bireysel farklılık göstermesinden kaynaklanmakta olduğu değerlendirilmektedir. Okuma alışkanlığının yaşam doyumunu üzerindeki etkisinin kişisel okuma tercihleri, sosyal çevre ve geçmiş okuma deneyimlerine bağlı olarak değişkenlik göstermekte olduğu görülmektedir. Benzer şekilde, okuma sıklığı ile psikososyal iyilik hali arasında da pozitif yönde, orta-yüksek düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu durum, okumanın psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisinin yaşam doyumunu üzerindeki etkisinden daha güçlü olduğunu göstermektedir. Zhang ve diğerlerinin (2022) çalışmasında, okuma aktivitelerinin fiziksel ve zihinsel sağlık üzerinde gösterdiği artış bulgusu, mevcut çalışmanın sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Bu güçlü ilişkinin, okumanın yaşlı bireylerde hem bireysel hem de toplumsal düzeyde kimlik gelişimini desteklemesinden kaynaklandığı değerlendirilmekte ve okumanın, yaşlı bireylerin kendilerini ifade etme ve toplumsal roller geliştirme açısından kritik bir araç işlevi görmekte olduğu anlaşılmaktadır. Öte yandan, buna ilave olarak mevcut çalışma, psikososyal boyutlara daha fazla odaklanarak literatüre katkı sağlamaktadır.

Araştırma bulguları, Billington ve diğerlerinin (2010) okumanın yaşlı bireylerde sosyal ve duygusal iyilik durumunu geliştirdiğine dair bulgularıyla örtüşmektedir. Özellikle psikososyal iyilik hali üzerindeki etki, sosyal bağların ve duygusal dengenin okuma yoluyla güçlendiğini vurgulamaktadır. Deepti'nin (2016) gençlerde okumanın empatiyi artırdığını bildiren çalışmasının bulguları, mevcut çalışmada yaşlı bireylerde genişletilmiş ve sosyal boyutlara odaklanılmıştır. Yaşlı bireylerde okumanın empati geliştirme kapasitesinin gençlerden farklı bir dinamik göstermekte olduğu gözlemlenmektedir. Yaşam deneyiminin zenginliği ile birleşen okuma pratiğinin, yaşlı bireylerde daha

derinlikli ve anlamlı sosyal bağlantılar kurulmasına imkân tanımakta olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, mevcut çalışma, okumanın sosyal etkileşimler aracılığıyla psikososyal iyilik halini daha fazla geliştirdiğine göstermektedir.

Kütüphane kullanımı, sosyal aktiviteler ve öğrenme isteği gibi aracı değişkenlerin, okuma alışkanlıkları ile yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali arasında söz konusu olan ilişkideki rolünü inceleyen analizler, bu değişkenlerin anlamlı düzeyde aracılık etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, Zhang ve diğerlerinin (2022), sosyal aktivitelerin okuma ile sağlık arasındaki ilişkide pozitif bir aracılık etkisi bulduğu çalışmasıyla uyumludur. Mevcut çalışmada, sosyal aktivite katılımının psikososyal iyilik hali üzerindeki aracılık etkisinin, yaşam doyumu üzerindeki etkisinden daha güçlü olduğu bulunmuştur. Bu sonucun, sosyal aktivitelerin yaşlı bireylerde kimlik ve aidiyet duygusunu güçlendirmesinden kaynaklanmakta olduğu değerlendirilmektedir. Özellikle Türkiye'nin toplumsal yapısında yaşlı bireylerin sosyal rollere olan ihtiyacının, okuma temelli sosyal aktiviteler aracılığıyla karşılanabilmesinin önemli olmakta olduğu görülmektedir. Bu sonuç, Zhang ve diğerlerinin (2022) sosyal aktivite aracılığının önemini vurgulayan bulgularını desteklemekte ve psikososyal iyilik halinin sosyal boyutunu daha belirgin şekilde ortaya koymaktadır.

Hastaoğlu ve Çelik'in (2023) okuma ile sosyalleşme arasındaki ilişkiyi vurgulayan çalışması, mevcut araştırmanın sosyal aktivite katılımının psikososyal iyilik hali üzerindeki güçlü aracılık etkisini gösteren bulgularıyla örtüşmektedir. Bu durum, okumanın sosyal bağlar yoluyla yaşlılarda ruhsal iyilik halini nasıl geliştirdiğini göstermektedir. Kütüphane ortamının yaşlı bireyler için sadece bilgi erişim merkezi değil, aynı zamanda sosyal etkileşim ve kimlik inşa etme mekânı olarak işlev görmekte olduğu bilinmektedir. Bu durumun, kütüphane hizmetlerinin yaşlı bireylere yönelik tasarımında sosyal boyutun dikkate alınmasının kritik önemde olmakta olduğunu düşündürmektedir. Ayrıca, Zhao'nun (2011) kütüphane hizmetlerinin okuma alışkanlıklarını teşvik ettiğini bildiren bulguları, mevcut çalışmada kütüphane kullanımının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki aracılık etkisiyle desteklenmektedir.

Demografik özelliklerin okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisini inceleyen analizler, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve emeklilik durumu gibi değişkenlerin önemli rol oynadığını göstermiştir. Erkek katılımcıların kadınlara göre daha yüksek okuma sıklığı, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali gösterdiği bulunmuştur. Bu bulgu, Hastaoğlu ve Çelik'in (2023) erkeklerin daha yüksek zihinsel sağlık puanlarına sahip olduğunu bildiren çalışmasıyla paralellik göstermektedir. Bu sonucun, yaşlı erkek bireylerin emeklilik sonrası döneme uyum sağlama yaklaşımlarının kadınlardan farklı olmasından kaynaklanmakta olabileceği değerlendirilmektedir. Bu durumun, erkeklerin iş yaşamından emekliliğe geçiş sürecinde serbest zamanlarını değerlendirmek ve sosyal rollerindeki değişimi telafi etmek amacıyla okumayı daha aktif bir şekilde benimsemiş olmalarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Zhao'nun (2011) çalışmasında erkeklerin kadınlara göre iki kat daha fazla okuduğunu bildiren bulgusu, mevcut çalışmadaki erkeklerin daha yüksek okuma performansı gösterdiği bulgusunu desteklemektedir. Ancak, Kırıkkale ilindeki cinsiyet durumunun daha farklı olduğu ve farkın Zhao'nun (2011) çalışmasındaki kadar keskin olmadığı görülmektedir. Bu farklılığın Türkiye'deki kadın okur-yazarlık oranlarının son yıllarda artmasıyla ve kadınların eğitime erişiminin iyileşmesiyle ilişkili olabileceği değerlendirilmektedir. Eğitim düzeyinin okuma performansı üzerindeki etkisi incelendiğinde, mevcut çalışmada eğitim düzeyinin okuma performansı üzerinde güçlü bir etkisi olduğu ve lisansüstü eğitimlilerin en yüksek okuma performansına sahip olduğu bulunmuştur. Bu bulgunun, eğitim düzeyinin yaşam boyu öğrenme motivasyonunu sürdürmede kritik rol oynadığını göstermekte olduğu değerlendirilmektedir. Buna göre, yüksek eğitim düzeyine sahip yaşlı bireylerin, entelektüel merak ve öğrenme isteğini yaşlılık döneminde de koruyabildikleri anlaşılmaktadır. Bu bulgu, Zhang ve diğerlerinin (2021) orta yaşlı ve yaşlı Çinli bireylerde okuma oranının %15,04 olduğunu ve bu oranın ulusal okuma anketi sonuçlarından daha düşük olduğunu bildiren çalışmasıyla karşılaştırıldığında, Kırıkkale'de eğitimin okuma performansını teşvik edici bir faktör olduğunu göstermektedir.

Emeklilik durumunun okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkisi incelendiğinde, emekli katılımcıların emekli olmayanlara göre daha yüksek okuma sıklığı, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali gösterdiği bulunmuştur. Bu bulgu, Antunes ve diğerlerinin (2021), emekliliğin okuma süresini artırdığını bildiren çalışmasıyla uyumludur ve emekliliğin yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarını nasıl teşvik edebildiğini göstermektedir. Emekliliğin yaşlı bireyler için sadece iş yaşamından çekilme değil, aynı zamanda kişisel gelişim ve entelektüel tatmin arayışında yeni fırsatlar sunmakta olduğu gözlemlenmektedir. Bu durumun, emeklilik döneminde zaman ve enerji kaynaklarının okuma gibi anlamlı aktivitelere yönlendirilmesinin yaşam kalitesi açısından kritik önemde olduğunu düşündürmektedir.

Yaş aralığının okuma performansı üzerindeki etkisi incelendiğinde, mevcut çalışmada yaş aralığının okuma performansı üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı bulunmuştur. Bu bulgu, Zhao'nun (2011) genç yaşlıların daha yaşlılara göre 1,5 kat daha fazla okuduğunu bildiren çalışmasıyla çelişmektedir. Bu farklılığın, çalışmadaki yaşlı bireylerin okuma motivasyonlarının yaşla birlikte azalmadığını göstermekte olduğu değerlendirilmektedir. İleri yaşlardaki bireylerin okuma alışkanlıklarını sürdürme konusundaki kararlılığının, yaşam deneyimi ve bilgelik arayışıyla ilişkili olmakta olabileceği görülmektedir. Buna karşılık, mevcut çalışmada 85 yaş ve üzeri bireylerde yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali sıra ortalamalarının diğer gruplardan yüksek olması, Zhao'nun (2011) yaş odaklı bulgularına ters düşse de ileri yaşlarda sosyal ve duygusal tatminin artabileceği yönündeki literatürle uyumludur. Bu sonucun, çok ileri yaştaki bireylerin yaşam perspektiflerinin olgunlaşması ve mevcut durumlarından daha fazla tatmin alma eğilimi göstermelerinden kaynaklanabileceği değerlendirilmektedir.

Sonuç olarak, mevcut çalışmanın bulguları, yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerinde olumlu etkilerini ortaya koymuştur. Bu etkiler, kütüphane kullanımı, sosyal aktiviteler ve öğrenme isteği gibi aracı değişkenler tarafından güçlendirilmektedir. Ayrıca, demografik özelliklerin okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkileri, literatürdeki diğer çalışmaların bulgularıyla

genel olarak uyumludur. Bu sonuçlar, yaşlı bireylerin okuma alışkanlıklarının desteklenmesinin ve yaygınlaştırılmasının, onların yaşam kalitesini artırmada önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Bu bulgular, Türkiye'nin On İkinci Kalkınma Planı'nda (Strateji ve Bütçe Başkanlığı, 2023) belirtilen kütüphane hizmetlerinin geliştirilmesi ve okuma kültürünün yaygınlaştırılması hedeflerinin önemini vurgulamaktadır. Dolayısıyla, yaşlı bireylere yönelik okuma programlarının tasarımında demografik özelliklerin ve aracı değişkenlerin dikkate alınmasının, bu programların etkinliğini artırabileceğini söylemek mümkündür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırma bulguları, okuma alışkanlığının yaşlı bireylerin yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Okuma sıklığı ile yaşam doyumu arasında orta düzeyde ($r^2=0,40$, $p<0,05$), psikososyal iyilik hali ile orta-yüksek düzeyde ($r^2=0,49$, $p<0,05$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlar, okuma alışkanlığının yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmada önemli bir rol oynadığını göstermektedir.

Araştırmada ayrıca, kütüphane kullanımı, sosyal aktivitelere katılım ve öğrenme isteği gibi aracı değişkenlerin, okuma alışkanlığı ile yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali arasındaki ilişkide aracılık rolü oynadığı tespit edilmiştir. Özellikle, sosyal aktivite katılımının psikososyal iyilik hali üzerindeki aracılık etkisinin, yaşam doyumu üzerindeki etkisinden daha güçlü olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, sosyal etkileşimlerin yaşlı bireylerin ruhsal sağlığı üzerindeki önemini vurgulamaktadır.

Demografik özelliklerin etkisi incelendiğinde, cinsiyet, eğitim düzeyi ve emeklilik durumu gibi faktörlerin okuma alışkanlıkları, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerinde anlamlı etkileri olduğu görülmüştür. Erkek katılımcıların kadınlara göre daha yüksek okuma sıklığı, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali gösterdiği; eğitim düzeyi yükseldikçe okuma performansının arttığı; emekli katılımcıların emekli olmayanlara göre daha yüksek okuma sıklığı, yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali sergilediği tespit edilmiştir.

Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Araştırma bulgularından hareketle, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik uygulayıcılar için aşağıdaki öneriler sunulabilir:

Kütüphane ve Toplum Merkezleri için:

- Yaşlı bireylere yönelik özel okuma programları ve etkinlikleri düzenlenmesi
- Kütüphane hizmetlerinin yaşlı dostu hale getirilmesi (büyük puntolu kitaplar, sesli kitap seçenekleri)
- Sosyal etkileşimi artıran okuma kulüpleri ve tartışma gruplarının oluşturulması
- Sosyal Hizmet Uzmanları ve Yaşlı Bakım Merkezi Yöneticileri için:
- Düşük eğitim düzeyine sahip yaşlı bireyler için okur-yazarlık destekleme programları
- Kadın yaşlılar için özel okuma teşvik programları geliştirilmesi
- Emekli olmayan yaşlı bireyler için esnek okuma fırsatları yaratılması
- Sağlık Profesyonelleri için:
- Yaşlı bireylere okuma alışkanlığının psikososyal faydaları hakkında bilgilendirme yapılması
- Depresyon ve yalnızlık riski taşıyan yaşlılara okuma terapisi alternatiflerinin sunulması

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Gelecekteki araştırmalar için aşağıdaki konular önerilebilir:
- Okuma alışkanlığının yaşlı bireylerin bilişsel işlevleri, fiziksel sağlığı ve sosyal bağları üzerindeki uzun vadeli etkilerini inceleyen boylamsal çalışmalar yapılması
- Farklı okuma materyallerinin (basılı kitaplar, elektronik kitaplar, dergiler) yaşlı bireylerin psikolojik ve sosyal iyilik hali üzerindeki etkilerini karşılaştıran deneysel çalışmalar

- Farklı sosyoekonomik durumlardan yaşlı bireyleri kapsayan geniş örneklem grupları ile çalışmalar yürütülmesi
- Kırsal ve kentsel yaşlı popülasyonları arasındaki okuma alışkanlığı farklılıklarının incelenmesi
- Teknoloji destekli okuma uygulamalarının yaşlı bireyler üzerindeki etkilerinin araştırılması

Sonuç olarak, bu çalışma yaşlı bireylerde okuma alışkanlığının yaşam doyumu ve psikososyal iyilik hali üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koyarak, yaşlı nüfusun refahını artırmaya yönelik politika ve uygulamalara katkıda bulunmaktadır. Bu bulgular, Türkiye'nin On İkinci Kalkınma Planı'nda belirtilen kütüphane hizmetlerinin geliştirilmesi ve okuma kültürünün yaygınlaştırılması hedeflerinin önemini de güçlü biçimde desteklemektedir.

KAYNAKÇA

- Antunes, D. C. R., Fagundes, C., Kampff, C. A., Cardoso, E. H., Silveira, M. M., Scur, M. D. and Barbosa, R. (2021). Reading Habit During the Successful Aging Process. *International Journal for Innovation Education and Research*, 9(11), 566-578. doi:10.31686/ijer.vol9.iss11.3550
- Arslan, M. ve Ekren, E. (2017). Yaşlı Kişilerin Sağlığı ve Etkinlikleri İçin Terapi Bahçeleri. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 361-373. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/aeusbed/issue/33268/346438>
- Becker, G. S. (1974). A Theory of Social Interactions. *Journal of Political Economy*, 82(6), 1063-1093. <https://www.jstor.org/stable/1830662>
- Billington, J., Dowrick, C., Hamer, A., Robinson, J. and Williams, C. (2010). *An Investigation into the Therapeutic Benefits of Reading in Relation to Depression and Well-Being*. Liverpool: The Reader Organization, Liverpool Health Inequalities Research Centre.
- Blanca, M. J., Alarcón, R., Arnau, J., Bono, R. and Bendayan, R. (2017). Non-normal Data: Is ANOVA Still a Valid Option? *Psicothema*, 29(4), 552-557. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.383>
- Bodur, N. D. (2022). Sosyal Yardımların Yaşlı Refahı Üzerindeki Etkisi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 15(2), 57-73. <https://doi.org/10.46414/yasad.1177824>
- Çelik, A. Ç. (2019). *Anımsama Terapisinin Huzurevinde Kalan Yaşlıların Bilişsel İşlevleri, Umut Düzeyleri ve Yaşam Kalitesine Etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam Doymu Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262. <https://doi.org/10.17755/esosder.263229>
- Deepti, S. (2016). Casual Reading Habits and Interpersonal Reactivity: A Correlational Study. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(2), 10-13. <https://doi.org/10.25215/0302.173>.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. and Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Ekşioğlu Ahad, Y. (2016). *Yaşlıların Yaşlılık Algısının Yaşam Kalitesi ve Depresyonla İlişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü. (2020). *Yaşlı Nüfusun Demografik Değişimi* T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. Erişim Tarihi: 22 Eylül 2024, <https://www.aile.gov.tr/media/45354/yasli-nufus-demografik-degisimi-2020.pdf>

- Fratiglioni, L., Paillard-Borg, S. and Winblad, B. (2004). An Active and Socially Integrated Lifestyle in Late Life Might Protect Against Dementia. *The Lancet Neurology*, 3(6), 343-353. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(04\)00767-7](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(04)00767-7)
- Fuller, D. and Sedo, D. R. (2014). “And Then We Went to the Brewery”: Reading as a Social Activity in a Digital Era. *World Literature Today*, 88(3), 14-18. doi:10.1353/wlt.2014.0093
- Güngen, C. (2002). Standardize Mini Mental Test'in Türk Toplumunda Hafif Demans Tanısında Geçerlik ve Güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13, 273-281. <https://cir.nii.ac.jp/crid/1570009749391941504>
- Gümüş Demir, Z. (2022). Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 6(1), 16-32. <https://dergipark.org.tr/en/pub/senex/issue/75197/1239612>
- Hastaoğlu, F. ve Çelik, P. (2023). Düzenli Kitap Okuma Aktivitesinin Yaşlıların Mental Sağlığı Üzerine Etkisi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi (YSAD) / Elderly Issues Research Journal (EIRJ)*, 16(1), 9-20. <https://doi.org/10.46414/yasad.1271741>
- Hayes, A. F. (2015). An Index and Test of Linear Moderated Mediation. *Multivariate Behavioural Research*, 50(1), 1-22. <https://doi.org/10.1080/00273171.2014.962683>
- Kanber, N. (2018). *Yaşlıların Sosyal Destek Algısının Depresyon Düzeyine Etkisinin İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karasar, N. (2023). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikler* (38. Bsk.). Ankara: Nobel.
- Lee, H. Y., Yu, C. P., Wu, C. D. and Pan, W. C. (2018). The Effect of Leisure Activity Diversity and Exercise Time on The Prevention of Depression in the Middle-Aged and Elderly Residents of Taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(4), 654. <https://doi.org/10.3390/ijerph15040654>
- Lin, Y., Peters, K. and Chen, I. (2022). Television Watching, Reading, Cognition, Depression and Life Satisfaction Among Middle-Aged and Older Populations: A Group-Based Trajectory Modelling Analysis of National Data. *Health Soc Care Community*, 30, e5661–e5672. <https://doi.org/10.1111/hsc.13993>
- Ojeda, D. R. R. (2024). Postural and Ergonomic Analysis of Reading Habits in Elderly Adults: A Case Study. *Sapienza: International Journal of Interdisciplinary Studies*, 5(2), e24037. <https://orcid.org/0009-0005-0737-1087>
- Pinquart, M. and Sörensen, S. (2000). Influences of Socio-Economic Status, Social Network, and Competence on Subjective Well-Being in Later Life: A Meta-Analysis. *Psychology and Aging*, 15(2), 187-224. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.15.2.187>
- Polat, C. ve Odabaş, H. (2008). Bilgi Toplumunda Yaşam Boyu Öğrenmenin Anahtarı: Bilgi Okuryazarlığı. *Küreselleşme, Demokratikleşme ve Türkiye Uluslararası Sempozyumu Bildiri Kitabı*, Antalya: Akdeniz Üniversitesi Yayınları.

- Scarmeas, N. and Stern, Y. (2003). Cognitive Reserve and Lifestyle. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 25(5), 625-633. <https://doi.org/10.1076/jcen.25.5.625.14576>
- Sosyal Sigortalar ve Genel Sağlık Sigortası Kanunu (2006) *T.C. Resmî Gazete*, 5510, 16 Haziran 2006.
- Strateji ve Bütçe Başkanlığı. (2023). *On İkinci Kalkınma Planı (2024-2028)*. Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı, Strateji ve Bütçe Başkanlığı. https://www.sbb.gov.tr/wp-content/uploads/2023/12/On-Ikinci-Kalkinma-Plani_2024-2028_11122023.pdf
- Uysal, M. T. (2020). Yaşlı Bireylerin Sosyalleşmesinde Dijital Teknolojinin Rolü: Dijital Yaşlılar Üzerine Bir Çalışma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (50), 43-59. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sufesosbil/issue/56641/741769>
- Verissimo, A. C., Barbosa, M. C. A., Almeida, N. A. V., Queiroz, A. C. C., Kelmann, R. G. and Silva, C. L. A. (2019). Association Between the Habit of Reading Food Labels and Health-Related Factors in Elderly Individuals of the Community. *Revista de Nutrição*, 32, e180207. <https://doi.org/10.1590/1678-9865201932e180207>
- Wang, H., Fang, Q., Chen, Y., Guan, L. and Dong, T. (2020). Research on the Factors Influencing the Reading Motivation of Social Media Users from The Perspective of Reading Promotion in China. *Libri*, 70(4), 279-290. <https://doi.org/10.1515/libri-2019-0135>
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdogan, S. (2004). *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Zhang, W., Zhang, Y. and Wang, J. (2022). Effect and Mechanism of Reading Habits on Physical and Mental Health Among the Elderly: Evidence from China. *Frontiers in Public Health*, 10, 1031939. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1031939>
- Zhang, Y., Du, Y., He, S., Sun, X., Yang, J. and Li, J. (2021). Association Between Reading Habit and Sleep Among Age Over 40 Years Community Residents: A Population-Based Evidence Study. *Nature and Science of Sleep*, 13, 591-599. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.2147/NSS.S300519>
- Zhao, M. (2011). Leisure-Time Reading Habit of Older Adults in Shanghai of China, 1998 to 2008. *Carolina Digital Repository*. <https://doi.org/10.17615/y3x0-c153>

YAYIN İLKELERİ

- Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi; Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından yılda dört kez yayımlanan hakemli ve bilimsel bir dergidir.
- Dergiye Türkçe ve İngilizce olmak üzere iki dilde yayın kabul edilmektedir.
- Gönderilen eserler öncelikle konunun dergiye uyumu, yazıların objektiflik kriterine ve yayın etiği ilkelerine uygunluğu, şekil şartlarını sağlaması ve intihal içermemesi bakımından Yayın Kurulunca ön incelemeye tabi tutulmakta ve uygun bulunanlar hakemlere gönderilmektedir.
- Dergiye gönderilen makaleler, “kör hakem sistemi” çerçevesinde iki hakeme iletilmekte; gerekli görülmesi durumunda ise üçüncü bir hakeme yönlendirilmektedir. Yayına kabul açısından çoğunluk kararı aranmaktadır.
- Dergiye gönderilen yazıların başka bir dergide yayınlanmamış ya da değerlendirilmek üzere farklı bir dergiye gönderilmemiş olması gerekmektedir.
- Dergide yayımlanan yazılardaki görüşler ve bu konudaki sorumluluklar çalışmanın yazar(lar)ına aittir.
- Gönderilen eserlerin telif hakkı Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi’ne aittir. Yazarlar, makalelerini gönderdikleri zaman bu durumu kabul etmiş sayılırlar. Dergide yayınlanan yazılardan kaynak gösterilmeden alıntı yapılamaz.
- Makale yazımında Microsoft Office Word programı kullanılması ve eserlerin Dergipark sistemi üzerinden <https://dergipark.org.tr/tr/pub/spcd> adresine gönderilmesi gerekmektedir.

PUBLICATION PRINCIPLES

- Journal of Social Policy Studies is a peer-reviewed and scientific journal published four times a year by the Ministry of Family and Social Services
- Publications are accepted in two languages, Turkish and English.
- The submitted publications are subject to preliminary review by the Editorial Board in terms of compliance with the journal's content, objectivity criteria, ethical principles, and format. Publications providing conditions are sent to the reviewer. The editorial process gives the editors the authority to reject any manuscript, if it does not meet the scientific publishing standards or is out of scope of the journal.
- The articles submitted to the journal are sent to two reviewers within the "blind refereeing"; In case of conflicting feedback, the editor may choose to send the paper to a third reviewer. The majority decision is required for acceptance.
- The article sent to Journal of Social Policy Studies must not have been published in another journal, or has not been submitted to a different journal for evaluation.
- Responsibilities arising from comments in the publications belong to the author (s).
- The copyright of the submitted publications belongs to the Journal of Social Policy Studies. Authors accept this when they submit their articles. Quotations must give reference to the articles published in the journal.
- Articles must be written in Microsoft Word program and sent to <https://dergipark.org.tr/tr/pub/spcd> via Dergipark system.
- For more information about publication principles and to access reference guidelines: <http://dergipark.gov.tr/spcd/page/4807>

Notlar

Notlar

Notlar