



**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**



18-65 YAŞ ARASI YETİŞKİNLERİN YAŞLANMA VE YAŞLILIĞA YÖNELİK TUTUMLARI İLE BAŞARILI YAŞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Didem AKÇADAĞ

**SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

DANIŞMAN

Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK

ANKARA

2023

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**18-65 YAŞ ARASI YETİŞKİNLERİN YAŞLANMA VE
YAŞLILIĞA YÖNELİK TUTUMLARI İLE BAŞARILI
YAŞLANMA ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Didem AKÇADAĞ

**SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK**

**ANKARA
2023**

ETİK BEYAN

Ankara Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Yüksek Lisans tezi olarak hazırlayıp sunduğum “18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı tez; bilimsel ahlak ve değerlere uygun olarak tarafımdan yazılmıştır. Tezimin fikir/hipotezi tümüyle tez danışmanım ve bana aittir. Tezde yer alan deneysel çalışma/araştırma tarafımdan yapılmış olup, tüm cümleler, yorumlar bana aittir.

Yukarıda belirtilen hususların doğruluğunu beyan ederim.

Öğrencinin Adı Soyadı: Didem AKÇADAĞ

Tarih:

İmza:

Kabul ve Onay

Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Sosyal Hizmet Anabilim Dalında
Didem AKÇADAĞ tarafından hazırlanan
“18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı
Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı tez çalışması
aşağıdaki jüri tarafından YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak OY BİRLİĞİ/OY
ÇOKLUĞU ile kabul/ret edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 28/08/2023

Doç. Dr. Fulya AKGÜL GÖK
Ankara Üniversitesi
Jüri Başkanı

Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK
Ankara Üniversitesi
Üye

Dr. Öğr. Üyesi Esra KILIÇ CEYHAN
Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi
Üye

Tez hakkında alınan jüri kararı, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Yönetim Kurulu tarafından onaylanmıştır.

Prof. Dr. Fügen AKTAN
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

İÇİNDEKİLER

Etik Beyan	ii
Kabul ve Onay	iii
İçindekiler	iv
Önsöz	vi
Simgeler ve Kısaltmalar	vii
Şekiller	viii
Çizelgeler	ix
1. GİRİŞ	1
1.1. Yetişkinlik Dönemi	3
1.1.1. Genç Yetişkinlik Dönemi	4
1.1.1.2. Fiziksel Özellikler	5
1.1.1.3. Psikolojik Özellikler	6
1.1.1.4. Bilişsel Özellikler	7
1.1.1.5. Sosyal Özellikler	7
1.1.2. Orta Yetişkinlik Dönemi	8
1.1.2.2. Fiziksel Özellikler	9
1.1.2.3. Psikolojik Özellikler	10
1.1.2.4. Bilişsel Özellikler	11
1.1.2.5. Sosyal Özellikler	11
1.1.3. İleri Yetişkinlik Dönemi	12
1.1.3.2. Fiziksel Özellikler	13
1.1.3.3. Psikolojik Özellikler	14
1.1.3.4. Bilişsel Özellikler	14
1.1.3.5. Sosyal Özellikler	15
1.2. Yaşlanma ve Yaşlılık	15
1.2.1. Yaşlanma ve Yaşlılık Üzerine Kuramsal Yaklaşımlar	17
1.2.1.1. Yaşamdan Geri Çekilme Kuramı	18
1.2.1.2. Aktivite (Etkinlik) Kuramı	18
1.2.1.3. Rol Bırakma Kuramı	19
1.2.1.4. Modernleşme Kuramı	19
1.2.1.5. Sosyal Alışveriş Kuramı	19
1.2.1.6. Süreklilik Kuramı	20
1.2.1.7. Eksiklik Kuramı	20
1.2.1.8. Yeterlilik Kuramları	21
1.3. Gerontolojik Sosyal Hizmet	22
1.4.1. Genç Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Dair Algı ve Tutumları	24
1.4.2. Orta Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Dair Algı ve Tutumları	25
1.5. Başarılı Yaşlanma	26
2. GEREÇ VE YÖNTEM	29
2.1. Araştırmanın Amacı	29
2.2. Araştırmanın Modeli	29
2.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	30

2.4. Araştırmanın Özgünlüğü	30
2.5. Veri Toplama Araçları	31
2.6. Veri Toplama Süreci	35
2.7. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi	37
3. BULGULAR	38
3.1 Başarılı Yaşlanma Ölçeğin Doğrulayıcı Faktör Analizi ile Geçerlik Sınaması	38
3.2. Katılımcıların Demografik Değişkenlerine İlişkin Bulgular	41
3.3. Sosyo-Demografik Özellikler ile Başarılı Yaşlanma Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular	43
3.4. Sosyo-Demografik Özellikler ile Yaşlanma ve Yaşlılığa İlişkin Tutum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular	50
3.5. Katılımcıların Başarılı Yaşlanma Durumlarına Yönelik Bulgular	56
3.6. Katılımcıların Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutumlarına Yönelik Bulgular	57
3.7. Katılımcıların Başarılı Yaşlanma Davranışları ile Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutumları Arasındaki İlişki	58
4. TARTIŞMA	59
5. SONUÇ VE ÖNERİLER	59
ÖZET	74
SUMMARY	75
KAYNAKLAR	76
EKLER	81
Ek-1. Kurum İzinleri	81
Ek-2. Etik Kurul Karar Örneği	84
Ek-3. BYÖ Kullanım İzni	86
Ek-4. YYTÖ Kullanım İzni	87
Ek-5. Bilgilendirilmiş Onay/İzin Belgesi	88
Ek-6. Sosyo-Demografik Bilgi Formu	90
Ek-7. Başarılı Yaşlanma Ölçeği	92
Ek-8. Yaşlanma ve Yaşlılığa İlişkin Tutum Ölçeği	93

ÖNSÖZ

Bu çalışmada 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları ile başarılı yaşlanma arasındaki ilişki araştırılmıştır. Literatürdeki yaşlanmaya ilişkin çalışmaların, genellikle ileri yetişkinler ile gerçekleştirildiği görülmüş olup, yaşlanma sürecinin anlaşılabilmesi adına, genç ve orta yetişkinlik dönemlerindeki tutum ve davranışların da önemli bir paya sahip olduğu düşünülmektedir. Bu durum araştırma konusunun belirlenmesinde etkili olmuştur. Bu çerçevede hazırlanmış olan tez çalışmamın literatüre katkı sağlamasını diliyorum.

Tezimin hazırlanma sürecinde, sosyal hizmet alanında önemli katkılar sağlamış olan saygıdeğer hocam, danışmanım Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK'e teşekkürlerimi sunuyorum.

Tüm hayatım boyunca ellerini omzumda hissettiğim, ablam Sinem AKÇADAĞ'a, annem Nebahat AKÇADAĞ'a ve babam Mehmet AKÇADAĞ'a, teşekkürlerimi sunuyorum.

Bu zorlu süreçte yanımda olan Devrim BOSTANCI'ya, sevgili arkadaşlarım Ceren COŞKUN, Naile Gül TARAKCI ve Aybüke YILMAZ'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Ve gerontoloji alanını seçmemde en büyük rolü oynayarak hayatıma yön veren kıymetli dedem İsmail ÇİÇEK'e bu teşekkürü borç bilirim. Bir yerlerde benimle gurur duyduğunu hissediyorum.

Son olarak, bu çalışmaya katılmayı kabul ederek destek olan tüm katılımcılara teşekkür ediyorum. Yaşlanmanın bir hastalık değil, bir yaşam dönemi olduğunun anlaşıldığı, yaşlanma ve yaşlılığa dair bireysel ve toplumsal tutumumuzun olumlu yönde değiştiği sağlıklı günlere...

SİMGELER VE KISALTMALAR

BYÖ	Başarılı Yaşlanma Ölçeği
DFA	Doğrulayıcı Faktör Analizi
p	Anlamlılık Değeri
SPSS	Statistical Package For Social Science
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurum
ULS	Ağırlıklandırılmamış En küçük Kareler
YYTÖ	Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutum Ölçeği



ŞEKİLLER

Şekil 3.1. Maddeler ilişkin yol grafiği

40



ÇİZELGELER

Çizelge 3.1. DFA'ya göre değerler	38
Çizelge 3.2. Ölçeğe ilişkin uyum iyilik indeksleri	39
Çizelge 3.3. Alt boyutların madde toplam korelasyonu ve cronbach alfa katsayısı	41
Çizelge 3.4. Katılımcıların demografik bilgilerine ait frekanslar	42
Çizelge 3.5. Katılımcıların cinsiyetlerine göre BYÖ puanları	43
Çizelge 3.6. Katılımcıların yaşlarına göre BYÖ puanları	43
Çizelge 3.7. Katılımcıların yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yere göre BYÖ puanları	44
Çizelge 3.8. Katılımcıların medeni durumlarına göre BYÖ puanları	45
Çizelge 3.9. Katılımcıların eğitim durumlarına göre BYÖ puanları	46
Çizelge 3.10. Katılımcıların gelir durumlarına göre BYÖ puanları	47
Çizelge 3.11. Katılımcıların iletişim halinde oldukları 65 yaş üstü yaşlı bireylerin olup olmasına göre BYÖ puanları	48
Çizelge 3.12. Katılımcıların yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları yaşlı bireylere yakınlık derecesine göre BYÖ puanları	48
Çizelge 3.13. Katılımcıların tanıdıkları yaşlı bireylerin yaşadıkları yere göre BYÖ puanları	49
Çizelge 3.14. Katılımcıların cinsiyetlerine göre YYTÖ puanları	50
Çizelge 3.15. Katılımcıların yaşlarına göre YYTÖ puanları	51
Çizelge 3.16. Katılımcıların yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre YYTÖ puanları	51
Çizelge 3.17. Katılımcıların medeni durumlarına göre YYTÖ puanları	52
Çizelge 3.18. Katılımcıların eğitim durumlarına göre YYTÖ puanları	53
Çizelge 3.19. Katılımcıların gelir durumlarını algılayış biçimlerine göre YYTÖ puanları	54
Çizelge 3.20. Katılımcıların yakın çevresinde iletişim kurdukları 65 yaş üstü yaşlı birey olup olmasına göre YYTÖ puanları	54
Çizelge 3.21. Katılımcıların iletişim kurdukları yaşlı bireyle olan yakınlık derecesine göre YYTÖ puanları	55
Çizelge 3.22. Katılımcıların tanıdıkları yaşlı bireyin kaldığı yere göre YYTÖ puanları	56
Çizelge 3.23. Katılımcıların başarılı yaşlanma durumlarına ilişkin betimsel istatistikler	57
Çizelge 3.24. Katılımcıların YYTÖ'ne ilişkin betimsel istatistikler	57
Çizelge 3.25. Katılımcıların başarılı yaşlanma davranışları ile yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları arasındaki ilişki	58

1. GİRİŞ

Yaşlanma, bebeğin anne rahmine düşmesi ile başlayan ve hayat boyunca devam eden doğal ve kaçınılmaz bir süreçtir. Yaşlılık ise gelişim dönemlerinin son evresi olan bir yaşam dönemidir. Doğum artış hızının azalması, verem gibi hastalıkların tedavisinin bulunması, kanser tedavilerindeki gelişmeler, ölüm oranlarının azalmasını sağlamıştır. Bu gelişmelerin sonucunda nüfus yapısında değişiklikler meydana gelmiştir ve ortalama yaşam beklentisi artmıştır (Duyan ve Özgür Bayır, 2016, s. 159). Bu durum ileri yetişkin nüfus oranının artmasını da beraberinde getirmiştir.

Verilere göre Türkiye’de 65 yaş üstü nüfusa bakıldığında 2016’da toplam nüfus içerisindeki yaşlı nüfus oranı %8,3, 2021’de ise bu oran %9,7 olmuştur. Nüfus projeksiyonlarına göre, 2025 yılında yaşlı nüfus oranı %11,0 olacakken, bu oranın 2040 yılında %16,3’e yükselmesi beklenmektedir (TÜİK, 2022) Nüfus yapısındaki bu değişimler, birçok insanın yetişkinlik döneminden sonra da uzun bir süre yaşayacağını ifade etmektedir (Duyan ve Özgür Bayır, 2016, s. 159).

Tarihsel olarak bakıldığında gelişim dönemleri alanında çalışan Freud ve Piaget gelişim sürecinin ergenlik dönemi bitiminde önemli ölçüde tamamlandığını varsaymıştır. Söz konusu varsayımlar göz önüne alındığında, yetişkinlik dönemi, yaşam döngüsü içerisinde çocukluk ve yaşlılık dönemleri ile bir bütün olarak ele alınmamıştır. 1950’lerde Geriatri ve Gerontolojinin insani hizmet ve araştırma alanları olarak kurulmasıyla değişim için bir itici güç meydana gelmiştir. Ancak gerontoloji yaşam döngüsü kavramını geliştirmede çok ileri gidememiştir. Bu durumun bir nedeninin, aradaki yetişkin yıllarını incelemeyen çocukluk döneminden yaşlılık dönemine geçilmesi olduğu düşünülmektedir (Levinson, 1986).

Zaman içerisinde tüm bunlara bağlı olarak yaşlanma ve yaşlılığa yönelik yapılan çalışmalar artmış ve yaşlılık yer, zaman bağlamında ele alınarak farklı sosyal teorilerle açıklanmaya çalışılmış, farklı boyutlar ile incelenmiştir. (Tuna ve Tenlik, 2017, s. 8). Çünkü yaşlanma ve yaşlılık kavramları, temelde biyolojik bir olgu olmakla birlikte bu

kavramları yalnızca biyolojik boyut ile değerlendirmek, yeterli değildir. Biyolojik boyuta ek olarak, psikolojik, sosyolojik boyutlar ve toplumsal koşullar yaşlanmayı etkileyen faktörler arasında yer alır (Tuna ve Tenlik, 2017, s. 5).

Yaşlanma kavramı ele alındığında, yaşlanmanın hem kendimizde hem de başkalarında gördüğümüz değişimler olduğu söylenebilir. Yaşlanma sürecinde yalnızca bedenimiz değil, duygu, düşünce davranışlarımız da değişmektedir ve bu süreç içerisinde yaşlılık döneminde olumsuz koşullara maruz kalacağı algısına sahip olan birçok insan bulunmaktadır (Tufan, 2020, s. 18). Bu algı ve tutumların çocukluk döneminde oluşmaya başladığı, yetişkinlik döneminde geliştiği bilinmektedir. Aynı zamanda tüm yaşam dönemleri boyunca etkili olmaya devam etmektedir (Birinci, 2020, s. 73).

Algı, yaşam deneyimlerimiz sayesinde bildiğimiz ve bilmediğimiz arasında yapılan karşılaştırmadır. Birey, yeni olan bir durum hakkında ön bilgiye sahip değilse karşılaştırma yapmakta zorlanır hatta bazen karşılaştırma yapamaz. Bu nedenle algı hem bir bilgi kaynağı hem de bir yanılgı kaynağı olabilmektedir (Tufan, 2020, s. 6). Yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılık algıları, bireyin yaşlanma sürecinin ve yaşlılık döneminin nasıl geçeceği üzerine bir etkiye sahiptir. Bireylerin yaşlanma ve yaşlılığa dair düşünceleri, kendi yaşlılık dönemlerinde diğer insanlardan beklentilerini ve kendilerini nasıl algıladıklarını belirlemektedir (Birinci, 2020, s. 74). Algıların yanılgı kaynağı olabilmesinden dolayı yaşlanma ve yaşlılık kavramlarına dair kontrollü algılara dayanan yeni bilgi ve algılara ihtiyaç duyulmaktadır (Tufan, 2020, s. 6).

Yapılan literatür taraması sonucunda yaşlılık ve yaşlanmaya dair algı, tutum ve diğer değişkenlerin incelenmesini içeren araştırmalarda genellikle ileri yetişkinler ile çalışıldığı görülmüştür. Ancak yaşlanma bir süreçtir ve bebeğin ana rahmine düştüğü an başlamaktadır. Bu nedenle genç ve orta yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılık tutumlarının bilinmesinin, yaşlılık dönemine yapılacak yatırımlar ve bu dönemin nasıl yaşanacağı için önemli olduğu düşünülmektedir.

Yaşlanmanın kökenleri, yetişkinlikte daha erken tespit edildiği takdirde, daha sonraki yaşam dönemlerinde meydana gelen biyolojik, psikolojik ve sosyal işleyişteki

bazı değişiklikleri geciktirmek, en aza indirmek veya önlemek mümkün olabilir (Lachman, 2004). Mevcut yaşıllık anlayışı, yetişkinlik hakkında daha fazla şey bilindiğinde gelişecektir; bu nedenle, yaşıllık, önceki yaşam dönemleriyle daha doğal bir şekilde ilişkilendirilmelidir (Levinson, 1986).

Bu nedenle araştırmada genç ve orta yetişkinlik dönemleri tercih edilmiştir. 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlanma ve yaşıllık tutumları kapsamında yapılan çalışmalar çok sınırlıdır. Ayrıca yaşlanma ve yaşıllık tutumunun başarılı yaşlanma ile ilişkisini inceleyen herhangi bir çalışma bulunamamıştır. Tüm bu gerekçelerle ilgili tez çalışmasının alan yazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

1.1. Yetişkinlik Dönemi

Yaşam boyu gelişim kuramcıları, yetişkinlik dönemini genellikle üç gruba ayırmaktadır. Genç yetişkinlik dönemi, 20'li yaşlarda başlayıp 35 veya 50 yaş arasına kadar sürmektedir. Orta yetişkinlik dönemi ise 35-65 yaşları arasını kapsamaktadır. 65 yaş sonrası da ileri yetişkinlik dönemidir (Çok, 1994).

Yetişkinliğin başlangıç noktasını net bir şekilde söylemek mümkün değildir. Yetişkinliğe geçiş dönemi 18-25 yaşları arası kabul edilmektedir. Üst sınır olan 25 yaş herkes için geçerli olmayan tahmini bir yaştır (Arnett, 2004, s. 207). Zastrow ve Ashman'a göre ise genç yetişkinlik 18-30 yaş arası, orta yetişkinlik ise 30-65 yaş arasını kapsamaktadır (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 25). Bu tez çalışmasında da genç ve orta yetişkinlik yaş sınırları araştırmanın amacı, bedensel gelişim ve yaşam döngüsü göz önünde bulundurularak bu şekilde ele alınmıştır. Bir olayın ya da durumun bu başlangıcın göstergesi olduğunu ifade eden net bir özellik yoktur. Bu gelişim dönemi mesleklerin, adanmışlıkların, kimliğin sorgulandığı bir dönemdir (Yazgan İnanç ve ark., 2019, s. 6).

Yetişkinlik döneminin genel özelliklerine bakıldığında ise deneme ve keşfin öne çıktığı görülmektedir. Bu gelişim sürecinde olan birçok birey, kariyer planlamasını, kimliğinin özelliklerini ve tercih edeceği yaşam biçimini araştırmaya devam etmektedir

(Santrock, 2011, s. 416). Arnett'in (2004) gerçekleştirdiği birçok araştırmaya göre yetişkin olmak, kişinin kendi kendine yetebilmesi ve bağımsız bir kişi olarak tek başına yaşamayı öğrenmesi anlamına gelmektedir. Yetişkinliğe geçiş döneminde olan kişilerle yapılan çalışmalarda kişinin kendi kendine yetebilmesi hususunda 3 kriter olduğu görülmüştür. Bu kriterler kişinin kendisi için sorumluluk alması, bağımsız kararlar vermesi ve finansal olarak bağımsız olmasıdır (Arnett, 2004, s. 209).

1.1.1. Genç Yetişkinlik Dönemi

Yaşam dönemleri göz önünde bulundurulduğunda genç yetişkinlik döneminin hangi zamana denk geldiğini belirlemek güçtür (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 21). Genç yetişkinlik dönemi yetişkinliğe girişi temsil etmektedir. Bu dönemin yaş sınırları çeşitli yazarlar tarafından farklı şekillerde belirtilmiştir. 17-45 yaş arası Levinson'a göre genç yetişkinlik dönemidir ve 17-22 yaş arası genç yetişkinliğe geçiş dönemi ile başlamaktadır (Levinson, 1986). Havighurts'e göre ise 18-35 yaş arası genç yetişkinlik dönemidir. Bühler'e göre bu dönem 25 ile 45 yaşları arasını kapsarken Erikson genç yetişkinlik döneminin 20 ile 40 yaşlarını kapsadığını ifade etmektedir.

Erikson'un gelişim kuramında genç yetişkinlikle ilgili ikilem, 20'li yaşlarda meydana gelen yakın ilişkiler kurma ve yalıtılmadır (Cüceloğlu, 2014, s. 366). Yakınlık, başka bir kişiyle kendi kimliğini kaybetme korkusu olmadan açık ve destekleyici bir ilişki yaşayabilme kapasitesidir. Yakınlık, ilişki içerisinde karşıdaki kişiye empati duymayı içermektedir. Aynı zamanda yakınlık için ilişki içindeki bireyler bu ilişkiden zevk almalıdır (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 61).

Diğer kişilerle yakın bir ilişki kurmak isteyen birey, kendi kimliğinin ve amaçlarının farkındadır ve yakın ilişki kurmaktan korkmamaktadır. Birey, bağımsız yaşama isteği nedeniyle diğer kişilerle yakın bir ilişki kuramayabilir. Kendine dair farkındalığı olmayan birey, yakın ilişki kurmaktan korkar çünkü diğeriyle kurduğu ilişkide kaybolup gitmekten çekinir. Bu durum bireyi, diğer kişilerden yalıtır (Cüceloğlu, 2014, s. 366).

Bu dönemde sevmek ve kendini başkasında bulmak kişiye doyum verir. Ayrıca genç yetişkinlikte çocuk sahibi olmak, keyifli bir zenginleşme sağlar. Ebeveynin çocuklarının büyümelerini ve bağımsız bir birey olarak yetişmelerini görmesi, ebeveynler açısından güzel bir deneyimdir. Bu dönemi yaşayamayan kişiler kendilerini soyutlanmış ve yoksun hissederler (Erikson, 2020, s. 164).

Yetişkinliğe geçiş, büyük umut ve hayallerin olduğu bir dönemdir. Farklı seçenekleri keşfetme özgürlüğü heyecan vericidir. Bununla birlikte aynı zamanda endişe, belirsizlik ve stres dolu bir dönemdir. Çünkü genç yetişkinler kararsızdırlar ve keşiflerinin yaşamlarında onları nereye götüreceklerini bilemezler. Ancak hayallerindeki geleceğe ulaşacaklarına olan inançları genç yetişkinlerin ortaya çıkan stres ve belirsizliklerinden kurtulmak için onlara güven ve enerji vermektedir (Arnett, 2004, s. 228).

Çeşitli yazarların genç yetişkinlik yaş sınırlarını farklı ele almalarının nedeni sosyoekonomik sınıf, kültürel koşullar, kişilik farklılıkları gibi birçok faktörden kaynaklanmaktadır. Bu nedenle genç yetişkinlik evresini kesin bir biçimde belirtmek güçtür (Onur, 1995, s. 45).

Bu bölümün devamında genç yetişkinlerin fiziksel, psikolojik, bilişsel ve sosyal gelişim özelliklerine yer verilecektir.

1.1.1.2. Fiziksel Özellikler

Genç yetişkinlik döneminde fiziksel görünümdeki değişimler ve fonksiyonlardaki azalma dereceli olduğu için sürecin gözlemlenmesi zordur. Daha sonraki yıllarda bu değişimin hızı arttığından fiziksel farklılıklar daha net bir şekilde görülebilir (Kahveci, 2019). Çoğu insan fiziksel performansının doruk noktasına 19-26 yaşları arasında ulaşmaktadır (Santrock, 2011, s. 419).

Genç yetişkinlik dönemi fiziksel gelişim için zirve noktadır. Görme, duyma, koklama gibi duyuların en keskin olduğu dönemdir. Yaşamın en sağlıklı geçirilen

dönemi olarak düşünülebilir. Genç yetişkinlik dönemi çocukluk dönemine göre daha sağlıklıdır aynı zamanda orta yaşlarda görülen sağlık sorunları da henüz başlamamıştır (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 21-22).

Genç yetişkinlik fiziksel becerinin zirveye çıktığı ve bu performansın azalmaya da başladığı süreci ifade etmektedir. 30'lu yaşlar ile kasların niteliği ve kuvvetinde azalma meydana gelmektedir. Bu dönemin en yaygın şikâyetleri, fiziksel becerilerde azalma olmasıdır (Santrock, 2011, s. 419).

1.1.1.3. Psikolojik Özellikler

Genç yetişkinlik dönemine geçişte, odaklanılan iki temel psikolojik belirleyici bulunmaktadır. Ayrılma ve bireyselleşme, özerklik ve bağımsızlık kavramlarını açıklamak için, özellikle bazı psikodinamik kuramlarda, genç yetişkinlik dönemine geçişteki temel psikolojik belirleyiciler olarak öne çıkmaktadır (Arnett, 2004).

Bireyin yetişkin sayılması, kendine güven, sorumluluk alma ve maddi olarak bağımsız olmasıyla ilişkili görülmektedir. Erikson'un kişilik gelişimi kuramında genç yetişkinlik 6. Evrededir. Bu dönem ergenlikten sonra başlayıp 30'lu yaşlar ile sona ermektedir. Genç yetişkin bireyin bu dönemde ‘yakınlığa karşı yalıtılmışlık’ çatışmasını aşması gerekmektedir. Genç yetişkin, arkadaşlık ve iş ilişkilerinde yakınlık kurmayı başarmalıdır (Şingir, 2019).

Aşk, yaratıcılık, aile hayatı, mesleki ilerleme, cinsellik ve yaşam amaçlarının gerçekleştirilmesi bakımından zengin bir tatmin zamanı olabilir. Ancak ebeveynlik ve meslek kurma gibi işlerin aynı döneme denk gelmesi genç yetişkinde stres yaratabilir. Genç yetişkinlik, kendi tutkularımız ve hırslarımız ile aile ve toplumun taleplerinden en çok etkilendiğimiz dönemdir (Levinson, 1986).

1.1.1.4. Bilişsel Özellikler

Bilişsel işlevler içinde bulunulan anda ya da daha önceki anlarda algılananların işlenip değerlendirilmesi, depolanması, gerekli olduğunda hatırlanıp kullanılması, plan yapma, problem çözme gibi stratejileri içermektedir. Genç yetişkinler, ergenler ve çocuklara göre plan yapma, problem çözme ve soyut düşünmede daha başarılıdırlar. Genç yetişkinlik dönemi, gerçeklerin algılanıp objektif bir şekilde değerlendirildiği bir dönemdir. Otoriteye karşı çıkma, norm ve gelenekleri tekrar değerlendirme bu duruma örnektir (Kılıç, 2020, s. 26-28).

Piaget'in görüşüne göre ise ergenlerin ve yetişkinlerin düşünce yapıları, temel olarak aynı niteliksel özellikleri paylaşır. Ancak Piaget, genç yetişkinlerin düşünme süreçlerinin, niceliksel anlamda ergenlerle karşılaştırıldığında ileri düzeyde ve daha fazla bilgiye sahip olduklarını vurgulamıştır (Santrock, 2011, s. 432).

Zihinsel gelişimin ergenlik dönemi ile tamamlandığı bilinmektedir. Ancak genç yetişkin bir bireyin, ergenlik dönemindeki bir bireye göre daha akılcı ve pratik olduğu kabul edilmektedir (Onur, 1995, s. 54). Bir başka deyişle genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin bilişsel özellikleri, önceki gelişimsel dönemlere göre daha işlevsel ve ileri düzeydedir. Genç yetişkinlik dönemiyle birlikte ortaya çıkan olay ve durumları sorgulama ihtiyacı, artan sorumluluklar, bilgi ve tecrübe birikimi bu durum üzerinde etkili olmaktadır.

1.1.1.5. Sosyal Özellikler

Sosyal ve psikolojik açıdan genç yetişkinlik, arzuları takip etme, toplumda yer edinme, aile kurma ve yetişkin olarak üst düzey konuma ulaşma dönemidir (Levinson, 1986). Havinghurst'e göre genç yetişkinlik görevleri şu şekildedir: Eş seçimi, kişinin eşiyle birlikte yaşaması, aile kurmak, çocuk yetiştirmek, ev işlerini yürütmek, işe girmek, vatandaşlık sorumluluklarını yerine getirmek ve uygun toplumsal bir gruba katılmaktır (Şingir, 2019).

Yirmili yaşlarda birçok birey eğitimini tamamlamış ve bir işe başlama noktasındadır. Genç yetişkinlerin birçoğu kariyerlerine dair hayaller kurmaktadır. Kariyerlerinde daha iyi noktalara gelebilmek için çalışmaktadır. Bu dönemde arkadaşlık ilişkileri özellikle duygusal destek konusunda önemli bir rol oynamaktadır. Yalnız yaşama ya da evlilik kararları da otuzlu yaşlarda verilmektedir (Santrock, 2011, s. 436-470).

Genç yetişkinlikten sonra gelen gelişim döneminin orta yetişkinlik olması nedeniyle bu dönemin özellikleri orta yetişkinlik başlığında ele alınacaktır.

1.1.2. Orta Yetişkinlik Dönemi

Orta yaş dönemi genellikle 40 ile 60 yaş arası dönemi kapsamaktadır. Her iki yaş grubu için de 10'ar yıllık bir değişim aralığı vardır. Bu nedenle bazı kuramcılar orta yaşın 30 yaşında başladığını ve 75 yaşında sona erdiğini düşünmektedir (Lachman, 2001, s. 5).

Gelişim psikologları ise orta yetişkinlik dönemini 35 ile 64 yaş arası olarak almaktadır (Kılıç, 2020, s. 139). Degges-White ve Myers (2003) de orta yetişkin kadınlarla yaptıkları bir çalışmada orta yaşı 35 ile 65 yaş arası olarak kabul etmiştir. Erikson'a göre de yirmili yaşların ortasında başlayıp, kırklı yaşlara kadar süren bu dönemin ikilemi üreticilik ve durgunluktan oluşmaktadır (Cüceloğlu, 2014, s. 366).

Üretkenliğe karşı durgunluk evresi, yaşam dönemleri arasında en uzun zaman dilimini kapsamaktadır. Kişinin işine yatırım yaptığı ve aile kurduğu, üretken yaşamını daha ileri taşımak için enerji harcadığı bu dönem yaklaşık 30 yıl sürmektedir. Kişinin, iş ve ailesiyle olan ilişkisi, başkalarına bakım verme görevi, artan sorumluluk ve yükümlülükler bu dönemin ana temalarıdır. Tüm bunlar kişi için doyum sağlar. Bu dönem kişi için zorlayıcıysa sıkıntılı bir hal alır. Birçok isteğe karşılık verme durumunda olan kişi, dönemin sonlarına doğru kendisini geri çekmek isteyebilir. Çünkü kişi, ait olma veya ihtiyaç duyulma durumunun kaybını deneyimlemek ister (Erikson, 2020, s. 165-166).

Durgunluk büyümenin yokluğunu ifade etmektedir. Bu dönemdeki bazı kişiler benmerkezcidir ve kendi ihtiyaçlarının ötesine bakmakta veya başkalarına bakım vererek tatmin yaşamakta zorluk çekerler. Çocuk büyütmekte sıkıntı yaşayan ya da evi geçindiremeyen yetişkinlerin durgunluk hissetmesi olasıdır (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 63).

Orta yetişkinlik, yaşam dönemlerinin son evresi olan yaşlılığa geçişte önemli bir rol oynamaktadır. Orta yetişkinlik dönemi için en çarpıcı olan orta yaş döneminin doğasındaki ve seyrindeki geniş değişkenliktir. Orta yetişkinlerin deneyimleri çok çeşitli ve değişken olduğu için bu dönemi tanımlamak zor ve karmaşıktır. Orta yaşın doğası, cinsiyet, sosyoekonomik durum, ırk, etnik köken, kültür, ülkenin bölgesi, kişilik, medeni durum, ebeveynlik durumu, istihdam durumu ve sağlık durumu gibi faktörlerin bir işlevi olarak farklılık göstermektedir (Lachman, 2004).

Orta yetişkinlik, fiziksel yeteneklerin azalıp, sorumlulukların arttığı dönemdir. Orta yetişkinler yaşamlarındaki kalan zamanın bu dönemde farkına varırlar. Kendilerinden sonra gelecek nesillere anlamlı aktarımlar gerçekleştirirler ve kariyerlerinde tatmine ulaşırlar (Santrock, 2011, s. 477).

Bu bölümden sonra orta yetişkinlerin fiziksel, psikolojik, bilişsel ve sosyal gelişim özelliklerine yer verilecektir.

1.1.2.2. Fiziksel Özellikler

Orta yetişkinlerin birçoğu iyi bir sağlığa ve sürdürülebilir enerjiye sahiptir. Bedensel fonksiyonlardaki küçük gerilemeleri fark etmek zordur. Gri saçların belirginleşmeye başlaması, derinin esnekliğini kaybetmesi, yağ dokusunun dağılımındaki değişiklikler orta yetişkinlik döneminin belirgin özelliklerindendir. Orta yetişkinlerde görülen yaygın fizyolojik değişimler, kalbin kan pompalama becerisinin azalmasıdır. Aynı zamanda böbrek işlevlerinde de azalma meydana gelir. Sağlık problemleri bu dönemde artmaya başlar. Enerji düzeyindeki aşamalı azalmayla birlikte

orta yetişkinlerin bedensel iş gerçekleştirme kapasitelerinde azalma görülmektedir (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 30-33).

Orta yetişkinlik dönemi, genellikle kronik hastalıkların ortaya çıktığı bir dönemdir. Yüksek tansiyon, yüksek kolesterol veya artrit ağrısı gibi fiziksel problemler genellikle yetişkinleri şaşırtmaktadır. Bu fiziksel rahatsızlıklar, büyük ölçüde ilaçlarla veya diyetle tedavi edilebilir olsa da stresi tetikleyebilmektedir. Çünkü tüm bu rahatsızlıklar arzu edilmeyen yaşlanmayı işaret etmektedir. Aynı zamanda yaşlanma sürecini önleme ve etkileme noktasında hala zamanın olduğu bir dönemdir (Lachman, 2004).

1.1.2.3. Psikolojik Özellikler

Orta yetişkinlik dönemi biyolojik kapasite açısından genç yetişkinlik döneminin altındadır ancak hala tatmin edicidir. Birey yaşamında spesifik bir engelle karşılaşmadıkça çoğu kişi 40'lı ve 50'li yaşlarında kendisinin en üst düzey halindedir (Levinson, 1986).

Orta yetişkinlik döneminde yaşanan psikolojik ve sosyal değişiklikler genellikle olumlu değişikliklerle ilişkilidir. Orta yetişkin birey, bu değişimlerin ortasında ilişki sorumlulukları ve iş arasında denge kurmaya çalışmaktadır. Orta yetişkin, daha önceki yaşam dönemlerinde ne olduğunu görmek için geriye, başarılarını değerlendirmek ve daha sonra ne yapacağına karar vermek için ileriye bakabilir. Zaman ve kaynaklarını ne şekilde kullanacaklarını değerlendirir, yaşamlarında değişiklik yapmak istedikleri alanları sorgular (Lachman, 2004).

İnsanlar eğer planlarının gerisinde kaldıklarını düşünürlerse ve hedeflerini gerçekçi bulmazlarsa, yaptıkları işten hoşlanmazlar ya da yaptıkları iş stresli bir işse, kariyer değişikliği için motive olurlar. Bu dönemde kişilerin boş zaman etkinlikleri için daha fazla para ve zamanları bulunmaktadır. Boş zaman, bireylerin işten artan kalan vakitlerinde kendilerinin seçtikleri ve ilgiyle uğraştıkları etkinliklere ayırdıkları vakittir. Orta yetişkinin, emeklilik döneminde de devamlılık gösteren boş zaman etkinlikleri olursa, işten emekliliğe geçişte daha az stres yaşar (Santrock, 2011, s. 493-494).

1.1.2.4. Bilişsel Özellikler

Zihinsel işlevler, orta yetişkinlik döneminde zirvededir. Orta yetişkin bireyler, yeni beceri ve eylemler öğrenmeye devam etmektedir. Bilişsel kapasite, orta yetişkinlik döneminde fark edilebilir bir gerileme göstermemektedir. Ancak genç yetişkinlik döneminde eğitimlerini tamamladığına inanan orta yetişkinlerin entelektüel işlevlerinde, gerileme görülebilir. Orta yetişkinler bütünleştirici düşünme eğilimindedir. Bilgiyi kendi deneyimlerinin süzgecinden geçirirler. Bu da 40'lı ve 50'li yaşlarda sorun çözme kapasitelerinin zirvesinde oldukları anlamına gelmektedir (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 35-36).

Zekâ ve bilişsel yetenekler yetişkinlik boyunca azalma göstermez. Yaratıcılık da orta yetişkinlik döneminde fark edilir bir biçimde azalma göstermemektedir. Hatta yaratıcılık orta yetişkinlikte zirve noktadadır. Orta yetişkin bireylerin düşünme yetenekleri, genellikle genç yetişkinlere göre daha iyidir. Çoğu orta yetişkin yeni bir konu öğrenme ve beceri edinme konusunda yeteneklidir ancak bu dönemde orta yetişkinler kendi bilgilerini küçümseme eğiliminde olabilirler. Bu konuda bireylerin kendilerine güvenmeleri önem arz etmektedir (Onur, 1995, s. 92).

1.1.2.5. Sosyal Özellikler

Kariyer anlamında orta yetişkinlik, mesleki başarı açısından en yüksek noktaya ulaşılan dönemdir. Terfi ve aşılması gereken başka meslek kademesi kalmamıştır. Bu durum mesleki doyumu durdurur ve bireyi yükselebileceği başka meslek alanları olup olmadığını araştırmaya yönlendirir (Cüceloğlu, 2014, s. 398).

Orta yetişkinlik döneminde eş ile olan ilişkilere bakıldığında özellikle uzun yıllar süren evliliklerde sevginin arttığı görülmektedir. Bu dönemde evli olan bireyler evliliklerinin çok iyi olduğunu belirtmektedir. Arkadaşlık ilişkileri ise orta yetişkinlikte önemini korumaya devam etmektedir. Yetişkinlik dönemi boyunca süren arkadaşlıklar, bu dönemde yeni oluşturulmuş arkadaşlıklara göre daha güçlüdür. Çünkü samimi arkadaş ilişkileri kurmak zaman almaktadır (Santrock, 2011, s. 518-526).

Orta yetişkinlik, bireylerin iş ve aile yaşamlarında önemli değişimlerin gerçekleştiği bir dönemdir. Genç yetişkinlik döneminde evlilik ve ebeveynlik, orta yaş döneminde birçok sorumluluğu beraberinde getirmektedir. Çocukların iyi bir eğitim alması bu sorumlulukların başında gelir. Bu dönemde orta yetişkinlerin karşılaştığı diğer bir olay da çocukların evden ayrılmasıdır. Evden ayrılan çocuklar iş sahibi olup evlenmişlerdir. Orta yetişkinlik döneminde rollerin değişmesinin yanında büyük anne ve büyük baba rolleri kazanılmaktadır (İlhan, 2019).

Bireyin anne ve babasıyla olan ilişkisine bakıldığında yaklaşık 40 yaşındaki bireyin anne babası 60-70 yaşlarındadır ve çocuklarının yardımına ihtiyaç duymaktadır. Diğer bir yandan 40 yaşındaki bireyin kendi çocukları da evden yeni ayrılmış olmalarına rağmen yardıma ihtiyaç duyarlar (Cüceloğlu, 2014, s. 398).

Orta yetişkin olan bir birey hem kendi yaşlanma sürecini hem de ebeveynlerinin yaşlılık dönemini deneyimlemektedir. Bu nedenle yaşlanma ve yaşlılık başlığında, yaşlanma süreci ve yaşlılık dönemiyle ilgili kuramsal çerçeveye yer verilecektir.

1.1.3. İleri Yetişkinlik Dönemi

İleri yetişkinlik dönemi, insan ömrünün son dönemidir. Orta yetişkinlik ile ileri yetişkinlik döneminin ayrımı genellikle 65 yaş olarak belirtilir. Almanya ve Amerika Birleşik Devletleri'nin sosyal güvenlik sistemleri doğrultusunda 65 yaşı emeklilik yaşı olarak belirlemesi bu ayrım konusunda etkili olmuştur. Yaşlılığın başlangıcının 65 olarak kabul edilmesiyle ilgili kesin ve bilimsel bir sonuç yoktur. İleri yetişkinler çeşitlilik içeren heterojen bir gruptur. Fiziksel, psikolojik, sosyolojik anlamda birçok farklılığı içinde bulundurur (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 274).

Bu dönem Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramındaki son aşamadır. Bu aşama bireyin, geçmiş yaşantısı hakkında olumlu ya da olumsuz düşüncelere sahip olmasını içerir. Birey, tüm yaşamını düşündüğünde olumlu bir bakış açısına sahipse ve yaşamını iyi olarak değerlendiriyorsa yaşam doyumu yani benlik bütünlüğü

sağlanmış olacaktır. Eğer geçmişe yönelik olumsuz düşünceler varsa benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk sonucuna varılır (Santrock, 2011, s. 594).

Umutsuzluk, bireyin geçmiş yaşamından pişmanlık duyması ile ilgilidir. Birey umutsuzluğa kapıldığında ölümü, kötü bir yaşamı sonlandırmanın bir yolu olarak görür ya da ölümden aşırı derecede korkar. Çünkü ölüm, hatalarını telafi etmeyi imkânsız hale getirecektir (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 316).

Yaşlanma bireysel bir süreçtir herkes bu süreçten farklı şekillerde etkilenir. Genel olarak saçlar beyazlar ve seyrekleşir, ciltte kırışıklıklar meydana gelir. Dolaşım sistemi ve kas iskelet sisteminde zayıflamalar görülür. 5 duyu organında gerilemeler meydana gelebilir. Ancak olumsuz olarak görülen bu durumlar istisnalar dışında bireyin fiziksel ve bilişsel anlamda dinç olmasına yetecek yüksek bir seviyededir (Zastrow, 2015, s. 641-642).

Önceki gelişim dönemlerinde sağlıkla ilgili gerçekleştirilen davranışlar, genetik faktörler, yaşam şekli bu değişiklikler üzerinde rol oynamaktadır. Sağlığa dair olumlu davranış kalıpları ileri yetişkinlik döneminin daha rahat geçmesinde etkilidir (Bilir, 2004, s. 2)

Bu bölümden sonra ileri yetişkinlerin fiziksel, psikolojik, bilişsel ve sosyal gelişim özelliklerine yer verilecektir.

1.1.3.2. Fiziksel Özellikler

Fiziksel boyutuyla yaşlılık, kronolojik yaş ile meydana gelen değişimleri ifade etmektedir (Beğer ve Yavuzer, 2012). İleri yetişkinlikteki en belirgin değişiklikler cilt kırışıklıklarıdır. Hareket yeteneğinde yavaşlama meydana gelir. Kalp damar hastalıkları, inme, böbrek rahatsızlıkları yaşama riski artar. Akciğer kapasitesi azalır. Yaşla birlikte bağışıklık sistemi çalışmasında gerileme görülür ve hastalıklara yakalanma olasılığı artar (Santrock, 2011, s. 558).

İleri yetişkinlerde sık olarak karşılaşılan sağlık problemleri, kas iskelet sisteminde meydana gelen hastalıklar, hipertansiyon, diyabet, akciğer ve solunum sistemi hastalıkları, bazı kanser türleridir (Bilir, 2013, s. 3). Merkezi sinir sisteminde yavaşlama gerçekleşir ancak beyin, esneklik ve uyum sağlama yeteneğinin büyük kısmını korur (Santrock, 2011, s. 558).

1.1.3.3. Psikolojik Özellikler

Psikolojik açıdan yaşlılık, bireyin öğrenme, psikomotor beceriler, problem çözme yeteneği, algısı ve kişilik özellikleri gibi alanlarda adapte olma yeteneğinin, kronolojik yaşın ilerlemesiyle birlikte değişimini ifade etmektedir (Beğer ve Yavuzer, 2012).

İleri yetişkinlik dönemindeki en önemli değişimlerden bir tanesi kayıplardır. Yakınların kaybı, sağlık problemleri, emeklilikle birlikte iş yaşamının kaybı, çocukların evden ayrılması gibi yaşantılar ileri yetişkinlik dönemindeki kayıplara örnek olarak verilebilir. Bireyin kayıplar ile başa çıkma stratejisi, yaşlılıkta bireyin ruh halinin belirlenmesinde rol oynar (Erden Aki, 2013, s. 27).

1.1.3.4. Bilişsel Özellikler

İleri yetişkinlik dönemindeki bilişsel gelişim çok boyutlu olarak değerlendirilmesi gereken bir alandır. Yaş almayla birlikte bilişsel bazı boyutlar azalmakla birlikte, bazı boyutlar aynı kalmakta ve bazıları da gelişmektedir (Santrock, 2011, s. 562).

Özellikle yönetici işlevlerden olan bellek, problem çözmek, karar vermek gibi birden fazla işin aynı anda yapılması gerektiren işlevlerde bilişsel açıdan gerileme olması beklenir. Geçmişte edinilen bilgiler, motor beceriler, kelime bilgisi gibi alanlar nispeten korunur (Cangöz, 2013, s. 142).

1.1.3.5. Sosyal Özellikler

İleri yetişkinlik döneminin en belirgin sosyal özelliklerinden birisi emeklilik ile birlikte ortaya çıkan gelir düşüklüğüdür (Onur, 1995, s. 121). İleri yetişkinler için ekonomik kısıtlılıklar zorlayıcı olabilir. Ayrıca emeklilik ile birlikte oluşan boş zamanı değerlendirmek için birey yeni uğraş alanları bulmalıdır, böylece emekliliğin getirdiği olumsuz yönlerle başa çıkılabilir (Durak, 2019, s. 223).

İleri yetişkinlerin çocukları ile olan ilişkileri, daha genç oldukları döneme göre farklıdır. Çünkü uzun ve ortak bir geçmişin ve birçok deneyimin etkisindedir. Bazı koşullarda ebeveynleri ileri yetişkin olan çocukların, anne ve babalarının günlük yaşam aktivitelerinde yardımcı olmaları gerekir. Bu ilişki çeşitli duyguları içinde barındırır. Bir yandan sevgi ve karşılık yardımın getirdiği olumlu duyguları içerirken bir yandan da aile çatışmaları ve bakım stresini içerir (Santrock, 2011, s. 608).

1.2. Yaşlanma ve Yaşlılık

Sağlık ve teknoloji alanındaki gelişmelerle birlikte yaşam süresi uzamıştır. Yaşam süresinin uzaması dünya nüfusunun hızlı bir şekilde yaşlandığını göstermektedir. Ülkemiz de yakın gelecekte yaşlı nüfuslu ülkeler arasına girecektir (Cangöz, 2013). Önceki yıllarda ortalama yaşam süresi 40-45 yıl arasındayken, günümüzde yeni doğan bir bebeğin 70-80 yaşına kadar yaşayacağı düşünülmektedir (Bilir, 2013).

Yaşlanma, zamanla bireyin fiziksel ve ruhsal açıdan değişime uğraması anlamına gelir. Bu değişim, temelde bireysel olmakla birlikte, toplumun değerleri ve diğer faktörler yaşlılık kavramının toplum içindeki anlamını ve önemini belirlemektedir. İnsanların yaş almaları fizyolojik bir durumu ifade etmektedir. Ayrıca yaşlılık, toplumsal bir durumdur. Toplumdan topluma değişebilir. İleri yetişkinlik, hayatın diğer dönemleri gibi kaçınılmaz olan doğal bir süreçtir. Birleşmiş Milletler yaşlılık döneminin başlangıcını 60, DSÖ ise 65 yaş olarak belirtmektedir (Karakuş, 2018).

Yaşlanma ve yaşlılık kavramları, kronolojik, biyolojik, psikolojik, patolojik ve sosyal olmak üzere farklı alt gruplara ayrılmaktadır (Artan, 2017, s. 14).

Kronolojik Yaşlanma: Zamanın geçişine dayalı olarak bir yıl birimleri ile ölçülen bir kavramdır. Toplumsal olarak buna karşılık gelen ise "yaş" olarak ifade edilir. (Güler ve Çobanoğlu, 1994, s. 13).

Biyolojik Yaşlanma: Döllenme ile başlayarak yaşam boyu devam eden süreç olarak tanımlanmaktadır (Duyan ve Özgür Bayır, 2016, s. 160).

Psikolojik Yaşlanma: Bireylerini duygu, algı ve davranışların oluşan değişimler psikolojik yaşlanma olarak adlandırılmaktadır (Soyuer ve Soyuer, 2008).

Patolojik Yaşlanma: Normal yaşlanma sürecinde ortaya çıkan, patolojik yaşlanmaların tümüdür (Güler ve Çobanoğlu, 1994, s. 13).

Sosyal Yaşlanma: Gerontologlar sosyal yaşlanmayı, yaşlıların sosyal rolleri ve alışkanlıklarına göre tanımlamaktadırlar (Soyuer ve Soyuer, 2008). Sosyolojik açıdan yaşlılığın bir statü olarak belirlenmesine, sosyal yaşlanma denilmektedir. Sosyal yaşlanma, biyolojik yaşlanma ile ilişkilidir ancak doğrudan sonucu değildir. Sosyal yaşlanma toplumun yaşlılığı tanımlama şekli ve kişinin kendisini başkalarının gözünden algılamasıyla ilgilidir (Gökçe Kutsal, Cangöz, ve Baydar, s. 36-37).

Yaşlanma her insanda farklı düzeylerde ortaya çıkan bireysel bir süreçtir. Sosyopsikolojik etmenler ve fizyolojik değişiklikler bu süreci geciktirip hızlandırabilir. Her insan yaşamı boyunca yavaş bir şekilde yaşlanmaktadır. Yaşlanmanın ne oranda olacağı birçok etkene bağlıdır. Yaşlanmanın birçok etkisinin geri döndürülebilir olduğuna dair kanıtlar ortaya çıkmaktadır. Stresin azaltılması, düzenli egzersiz ve sağlıklı diyet ile birlikte yaşlılığın neden olduğu düşünülen etkiler durdurulabilir (Zastrow, 2015, s. 641-642).

Yaşlanma ve yaşlılığı algılama şekli, yaşlı insanlar hakkındaki düşüncelerimizi şekillendirmektedir. Aşağıda yer verilen gerontoloji kuramlarının, yaşlanma ve yaşlılığa

dair algılardaki değişimlerin sonucunda ortaya çıktıkları söylenebilir (Tufan ve ark., 2017, s. 74).

1.2.1. Yaşlanma ve Yaşlılık Üzerine Kuramsal Yaklaşımlar

Yaşlılığa dair yapılan çalışmalar, sosyal hizmet mesleği yöntemleri arasında yer alan mikro, mezzo ve makro boyutlar kapsamında ele alınıp bütüncül bir perspektif ile sunulabilir. Mikro boyut, birey ile birlikte bire bir çalışmayı ifade eder. Mezzo boyut aile gibi küçük gruplar ile çalışmayı ifade ederken, makro boyut topluluklarla çalışma, sosyal politikaların araştırılması ve geliştirilmesine dair uygulamalardır (Zastrow, 2015, s.9)

Kavramsal şekilde farklı disiplinlerin yaşlılığa dair bakış açıları, yaşlılığın farklı şekillerde değerlendirilmesini beraberinde getirmiştir. Her kuram yaşlılığa ilişkin farklı yaklaşımlar geliştirmiştir (Artan, 2017, s. 39-40).

Bu kuramlar:

- Yaşamdan Geri Çekilme,
- Aktivite,
- Rol bırakma,
- Modernleşme,
- Sosyal Alışveriş,
- Süreklilik,
- Eksiklikler.

Bu çalışmanın dayanak noktasını başarılı yaşlanma ile en çok ilişkilendirilen Aktivite ve Süreklilik Kuramları oluşturmaktadır.

1.2.1.1. Yaşamdan Geri Çekilme Kuramı

Bu kuram, Henry ve Cumming tarafından 1961 yılında ortaya atılmıştır. Kuram yaşlılık dönemindeki sorunlara ve yaşlılık döneminde yaşamdan duyulan hoşnutsuzluklara vurgu yapmaktadır. Toplumun beklentileri ve bireysel ihtiyaçlar arasında bir dengesizlik bulunmaktadır (Tufan, 2020, s. 49).

Bu çerçevede yaşlı birey, kendi isteği ile yaşamdan çekilmektedir. Yaşlı yetişkin öncelikle fiziksel anlamda etkinliğini yavaşlatır. Psikolojik anlamda odağını kendi yaşamına verir. Toplumsal anlamda ise yaşlı ve toplum karşılıklı olarak geri çekilmektedir (Artan, 2017, s. 41). Yaşamdan Geri Çekilme Kuramı, yaşlılığı sosyal rollerden ve sorumluluklardan uzaklaşma dönemi olarak adlandırdığı için birçok eleştiri almıştır (Tufan ve ark., 2017, s. 76).

1.2.1.2. Aktivite (Etkinlik) Kuramı

Aktivite Kuramı, R. J. Havighurts, B. L. Neugarten, S. S. Tobin, E. W. Burgess, R. S. Cavan ve Goldhammer tarafından geliştirilmiştir. Yaşamdan Geri Çekilme Kuramına karşı bir tepki olarak ortaya atılmıştır. Kurama göre orta yetişkinlik davranış kalıplarından, ileri yetişkinlik davranış kalıplarına doğru bir değişim söz konusudur (Müftüler, 2021, s. 32).

Orta yetişkinlik döneminde, çalışma hayatının sona ermesi, çocukların evden ayrılması ile rol ve işlevlerde kayıplar meydana gelmektedir. Aktivite Kuramı bu kayıplar nedeniyle bireylerin kimlik krizi yaşadıklarını kabul etmektedir. Ancak kurama göre orta yaşlarda edinilen yaşam tarzı yaşlılık döneminde korunabilir ve yeni etkinlikler eklenebilir (Tufan ve ark., 2017, s. 76).

Aktivite Kuramı, bireyin orta yetişkinlik dönemindeki rollerini ileri yetişkinlik dönemine taşıması halinde yaşamından daha fazla doyum alacaklarını savunmaktadır. Eğer rol kaybı durumu söz konusu ise, kişilerin aktif bir yaşam sürebilmeleri için yeni roller bulmaları önemlidir (Santrock, 2011, s. 596). Bireyler fiziksel ve zihinsel olarak

aktif bir yaşam sürerlerse başarılı bir şekilde yaşlanacaklardır (Zastrow ve Krist-Ashman, 2015, s. 322).

1.2.1.3. Rol Bırakma Kuramı

Bu kuram, Blau tarafından geliştirilmiştir. İnsan sosyal bir varlıktır ve sosyal ilişkiler bakımından bazı kimlikler oluşturmaktadır. Bu kimlikler benlik algısını belirlemektedir. Yetişkinlik döneminde bireyler, edindikleri kimliklerini yaşlılık döneminde de sürdürmeyi tercih ederler ve daha önce sahip oldukları rolleri bırakmak istemezler. Özellikle emeklilik sonrasında yaşanan sosyal konum değişiklikleri, yeni roller edinmeyi gerekli kılmaktadır (Artan, 2017, s. 45-46).

1.2.1.4. Modernleşme Kuramı

W.W. Rostow 1961 yılında Modernleşme Kuramını geliştirmiştir. Kurama göre toplumlar geleneksel ve modern olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Modern toplumlarda kişinin yaşı ilerledikçe toplumdan gördüğü saygı ve değer azalmaktadır. Geleneksel toplumlarda ise kişi yaş aldıkça toplumdan gördüğü saygı ve değer artması beklenmektedir. Modernleşme süreci ile birlikte yaşlılık algısı ve yaşlılara yönelik davranışlar olumsuz yönde değişiklik göstermiştir (Müftüler, 2021, s. 44).

Modern toplumlarda yaşlıların statüsünü azaltan dört temel boyut bulunmaktadır (Artan, 2017, s. 47). Bu boyutlar eğitim, ekonomik ve endüstriyel teknoloji kentleşme, sağlık teknolojisi olarak ortaya çıkmaktadır.

1.2.1.5. Sosyal Alışveriş Kuramı

Sosyal Alışveriş Kuramı, 1975 yılında J. Dowd ve diğer sosyologlar tarafından geliştirilmiştir. Kuram modernleşmecî perspektifin bir devamı olarak ortaya çıkmıştır. Sosyal Alışveriş Kuramı, bireylerin cezalandırıcı sonuçlardan kaçınma ve ödüllendirici

davranışlara yönelme eğilimlerine dayanan bir görüşü temsil etmektedir (Artan, 2017, s. 48).

1.2.1.6. Süreklilik Kuramı

Süreklilik Kuramını 1989'da R. C. Atchley geliştirmiştir. Hayatta süreklilik esastır ve her yaşam dönemi, gelecek diğer döneme hazırlıktır. Kurama göre yaşam memnuniyetinin temelinde başarılı yaşlanma vardır. Birey, kendi özelliklerini orta yetişkinlik döneminden itibaren yaşlılık dönemine taşımaktadır. Mevcut yaşam biçimini ve alışkanlıkları sürdürme isteği, bireyi yaşlanmanın olumsuz etkilerinden koruyabilir (Müftüler, 2021, s. 36-38).

Yaşlanma bir süreçtir ve bu süreçte kazanılan beceriler, kimlik ve özgüvenin korunmasına yardımcı olmaktadır. Bu nedenle bireyin problem çözme becerisi ve davranış stratejileri Süreklilik Kuramının temelini oluşturmaktadır. Bireysel yeterlilikler, ileri yetişkinlik döneminde de korunabilirse ve bunları kullanmak mümkünse yaşlılık dönemi yaşam memnuniyeti içerisinde geçer (Tufan ve ark., 2017, s. 76).

1.2.1.7. Eksiklik Kuramı

Birinci Dünya Savaşı döneminde, Amerikan ordusuna subay almak amacıyla büyük bir çalışma yürütülmüştür. Bu çalışmada, iki milyon erkeğin zekâ düzeyleri belirlenmeye çalışılmıştır. Eksiklik Kuramı bu araştırma sonucunda ortaya çıkmıştır. Araştırma sonuçlarına göre yaşlıların hareket kabiliyeti gençlerle karşılaştırıldığında daha yavaştır. Yaşlıların ilgi düzeyi düşüktür ve gençlere göre uygulamaya daha kapalıdır (Artan, 2017, s. 52-53).

O dönemlerde birçok zekâ testi ortaya çıkmıştır. Yaşlanma sürecindeki zihinsel değişimler elde edilmiştir ve bu testlerde benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Zekâ düzeyinin 30 yaşından sonra gerilediği bulgusu elde edilmiştir. Ancak günümüzde Eksiklik

Kuramının bilimsel anlamda bir geçerliliği kalmamış ve yanlış olduğu anlaşılmıştır (Tufan ve ark., 2017, s. 75).

1.2.1.8. Yeterlilik Kuramları

Yeterlilik, 1960'larda ortaya çıkmıştır ve Eksiklik Kuramına yönelik bir cevaptır. Yeterlilik, bireyin beklentilere uygun bir tepki verebilme yeteneğini ifade etmektedir. Örneğin, bilişsel açıdan yeterli olmak, entelektüel ödevleri başarıyla yerine getirmek; sosyal açıdan yeterli olmak ise çevrenin beklentilerine yanıt verme ve iletişim kurma becerisi olarak tanımlanmaktadır. Yeterlilik kuramları, yaşlanma sürecinde meydana gelen yetenek kayıplarının herkeste farklı şekillerde ortaya çıktığını ve tüm alanlarda kayıpların meydana gelmesi gerekmediğini vurgulamaktadır (Tufan, 2020, s. 51).

Jasper (2002) Gerontologie: Lehrbuch Altenpflege (Gerontoloji: Yaşlı Bakımı Ders Kitabı) kitabında yeterlilikleri üç kategoriye ayırmıştır:

Genel Eylem Yeterliliği: Bireyin özel hayatında sorumluluk alması ve hayatıyla ilgili kararlarında rol üstlenmesidir. Aynı zaman da bireyin hayatına anlam kazandırması ile ilişkilidir.

Kısmi Yeterlilikler: Kısmi yeterlilikler çeşitli becerileri kapsamaktadır. Örneğin kısmi bilişsel yeterlilikler yaratıcı ve soyut düşünme, problem çözme becerisi, karar verebilme yeteneği gibi boyutlardır.

Yeterlilik Duygusu: Bireyin ileri yaşlarına kadar gelişim potansiyeli olduğunu ve davranışlarda olumlu değişiklik yaratabilme gücünü ifade etmektedir (akt. Tufan, 2020, s. 51).

Yukarıda açıklanan gerontoloji kuramları göz önünde bulundurulduğunda Aktivite Kuramı ve Süreklilik Kuramı, başarılı yaşlanma kavramına odaklanarak bireylerin orta yetişkinlikten itibaren alışkanlıklarını devam ettirmeleri ve yeni stratejiler geliştirmeleri sayesinde yaşlılık dönemlerini yaşam doyumu içerisinde geçirmelerini sağlayacağını

savunur. Bu nedenle bu çalışma da Aktivite Kuramı ve Süreklilik Kuramı üzerine kurulmuştur. Çalışmada yer alan, genç ve orta yetişkinlerin yaşlılık ve yaşlanma algılarının ve davranışlarının, yaşlılık döneminin nasıl geçeceğinin belirlenmesi konusunda etkili olacağı düşüncesi Aktivite ve Süreklilik Kuramları ile örtüşmektedir.

1.3. Gerontolojik Sosyal Hizmet

Gerontolojik sosyal hizmetin temel amacı, ileri yetişkinlik döneminde fiziksel ve psiko-sosyal açıdan ortaya çıkan, iyilik halini engelleyen faktörleri ortadan kaldırmak ya da etkisini en aza indirmek, yaşlı bireyin ve ailesinin hayat kalitesini artırmaya yardımcı olmaktır. Bu müdahaleler yaşlı bireylerin güçlendirilmesi, işlevselliğinin en üst düzeye çıkarılması, problem çözme yeteneğini artırmaya yöneliktir (Duyan ve Özgür Bayır, 2016, s. 161-162). Gerontolojik sosyal hizmet, sosyal hizmet uzmanlarının, gerontologların ve diğer sağlık profesyonellerinin iş birliğine dayalı multidisipliner çalışmayı gerektiren bir alandır.

Bu alanda çalışan uzmanlar, birey ve aile danışmanlığı, kriz müdahalesi, yas danışmanlığı, yaşlı bireyi koruyucu aile hizmetleri, terapi grupları, hastane ve huzurevlerinde yaşlı bireylerin ihtiyaçlarının değerlendirilmesi ve gerekli bakım planlarının hazırlanmasında rol oynarlar (Zastrow, 2015, s.671-672). Gerontolojik sosyal hizmet, Yaşlı bireylerin yaşlanma sürecini daha olumlu bir şekilde deneyimlemelerine yardımcı olurken, toplumdaki yaşlılık ve yaşlanmaya yönelik tutumları, pozitif ve doğru değiştirme çabası göstermektedir. Bu sayede yaşlı bireylerin yaşam kalitesi ve mutluluğu artar, toplumsal uyum ve dayanışma güçlenir. Bu nedenle tez çalışmamızın konusunu oluşturan başarılı yaşlanma ve yaşlılığa olan tutumlara yönelik farkındalığın artırılmasının gerontolojik sosyal hizmet açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.4. Yaşlanma ve Yaşlılığa Dair Algı ve Tutumlar

Tutum, bireyin olgu, olay, kişi ya da nesne karşısındaki tepki eğilimidir. Başka bir deyişle tutum, herhangi bir durum karşısında bireyden beklenen davranış biçimi olarak tanımlanabilir. Bireyin sahip olduğu duyguları, tecrübeleri, bilgi birikimi tutumu etkileyen faktörler arasında sayılabilir (İnceoğlu, 2011, s. 16). Algılama ise bireyin uyarıcıları, duyu organları ile kavrayıp, zihninde anlamlandırmasıdır (Tosun, 2017, s. 315).

Yaşlanma süreci, bireyde fiziksel, bilişsel ve sosyal açıdan bazı değişikliklere yol açar. Bu değişimler, kişinin genetik özelliklerine, fiziksel ve ruhsal sağlık durumuna, yaşam tarzına, alışkanlıklarına bağlı olarak değişebilir. Bu değişikliklerin, bireyler arasında farklı biçimlerde ortaya çıkması, kişinin yaşlılığa olan bakış açısını da etkilemektedir. Yaşlılık algısı, kişinin yaşlılığa dair tutum ile düşüncelerini kapsamaktadır. Yaşlılık algısı ve yaşlılığa dair deneyimler, yaşlı bireyin fiziksel sağlığı, genel refah durumu, öz algısı ve davranışları üzerinde etkili olabilmektedir (Levy, 2003).

Yaşlılık algısı, çok boyutlu bir olgudur. (Steuerink ve ark., 2001). Geniş çaplı birçok çalışmada yaşlanma stereotiplerinin henüz daha çocukken ortaya çıktığı ve yetişkinlik döneminde güçlendiği bilinmektedir (Levy, 2003).

Hem olumlu hem de olumsuz deneyimler yaşlılık algısını etkilemektedir. Fiziksel kapasitenin azalması, yaşama gücünün ve sağlığın kaybı, kişisel gelişim, sosyal anlamda artık başkaları tarafından ihtiyaç duyulmamak ya da başkalarının saygısının azalması gibi kayıplar yaşlılık algısını etkileyen faktörlerdendir. Aynı zamanda bireylerin yaşlılık algısı ile toplumun yaşlılık algısı arasındaki ilişki de önemlidir (Steuerink ve ark., 2001).

Bu nedenle, kültürel stereotipler, grup stereotipleri ve yaşlanmanın benlik algısı arasında ayrımı yapmak önemlidir. Sosyal stereotipler, belirli bir toplum tarafından belirli bir grup hakkındaki baskın inançlar olarak kabul edilir; ayrıca, bireyler kendi grupları hakkında kişisel inançlara sahiptir ve son olarak, bireylerin yaşlanmaya yönelik kendi algıları vardır. Aynı zamanda, yaşlı kişilerin kendi yaşlanma süreçleri hakkındaki

algıları, yaşla ilgili kültürel ve grup stereotiplerinden etkilenmektedir (Ferna'ndez-Ballesteros ve ark., 2013).

Gençlik ve yaşlılık dönemleriyle ilgili birçok stereotip mevcuttur. Gençlik genellikle ideal bir beden, güzellik, zarafet ve iyimserlikle ilişkilendirilirken; yaşlılık ise genellikle çirkin bir beden, tembellik ve bozulmuş bir ruh haliyle ilişkilendirilir (Bond ve Corner, 2004). Yaşlılığa ilişkin olumsuz ve olumlu stereotipler, bireylerin yaşlılık algısını etkileyebilmektedir. (Ron, 2007). Stereotipler sabit değildir. Bağlamdaki değişikliklerle değişecektir. Ancak yaşlı insanlara dair olan stereotipler, yaşlanan bedenin basit imgelerinin ötesindedir. (Bond ve Corner, 2004, s. 59)

Araştırmalarda tutum kavramı ise 3 boyutta açıklanmaktadır. Bu boyutlar bilişsel, duyuşsal ve davranışsaldır. Bilişsel boyut, nesne ya da duruma ilişkin algısal girdinin psikolojik bir organizasyonudur. Duyuşsal bileşen, reddetme veya çekim, sevgi veya nefret ile ilgili duyarlılık ve duygusallık seviyeleridir. Davranışsal bileşen ise nesneye karşı açıkça davranma eğilimini ifade eder (Ron, 2007).

Tutumlar bireyin, geçmiş yaşam deneyimleri, kültürel inanışları, değer ve eğitim durumu gibi faktörlerden etkilenmektedir (Akdemir ve ark., 2007). Yaşlanmaya dair tutumlar, kişinin yaşlanma deneyiminin yanında yaşlı yetişkinlere ilişkin tutumunu anlamak için de bir çerçeve sağlamaktadır (McConatha ve ark., 2003).

1.4.1. Genç Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Dair Algı ve Tutumları

Duyguların temelini düşünceler oluşturmaktadır. Düşünceler de tutumları etkilemektedir. İnsan ilişkilerinin temelini algı ve tutumlar oluşturmaktadır. Bu nedenle olumlu duygulara sahip olmak, olumlu tutumları beraberinde getireceğinden son derece önemlidir. Yaşlılığa yönelik oluşturulacak planlamalarda, genç yetişkinlerin yaşlıya yönelik tutumlarının araştırılması gerekmektedir (Ucun ve ark., 2015).

McConatha ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada, Almanya ve Amerika Birleşik Devletleri'nden genç yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa dair tutumlarının karşılaştırmalı

bir analizine odaklanılmaktadır. Spesifik olarak, bu çalışmanın amacı, yaşla ilişkili dört ölçülebilir boyutla ilişkili anksiyetede benzerlikleri ve farklılıkları değerlendirmektir. Bu boyutlar yaşlılardan korkma, yaşlanmayla ilişkili psikolojik endişeler, yaşlanmanın bir sonucu olarak fiziksel görünümdeki değişikliklerle ilgili endişe ve korku, yaşlanma ile ilişkili kayıpların oranıdır. Almanya'daki 157 lisans öğrencisi ve Amerika Birleşik Devletleri'nden de 97 lisans öğrencisi ile yapılan bu çalışmada yaşlılarla ilgili olumsuz stereotipler iki ülkede de yaygın görünmektedir. Fakat Almanya'da daha sık görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır (McConatha ve ark., 2003).

Kurtkapan'ın araştırmasında 19-24 yaş arası 639 bireye Yaşlanma ve Yaşlılığa Tutum Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmaya katılanların kısmen olumsuz tutumları olduğu görülmüştür. Büyük ebeveynler ile birlikte yaşama durumu ve cinsiyetin bu tutumu etkilemediği bulgusuna ulaşılmıştır (Kurtkapan, 2020).

Genç yetişkinlerin yaşlılık algısı, kendi yaşlılık dönemleriyle nasıl başa çıkabileceklerini belirlemektedir (Birinci, 2020, s. 74). Genç yetişkinlerin, yaşlılar ile kurdukları kaliteli iletişim ya da genç yetişkinin arkadaşlarının yaşlılar ile olumlu ilişkiler kurması gençlerin yaşlılara dair olumlu tutumlarının artmasını sağlayacaktır. Aynı zamanda gençlerin ve yaşlıların daha fazla iletişim halinde olmaları gençlerin kendi yaşlılık dönemlerine dair daha az kaygı duymalarını ve daha az yaş ayrımcılığı yapmalarını sağlamaktadır (Drury ve ark., 2016).

1.4.2. Orta Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Dair Algı ve Tutumları

Orta yaşlı yetişkinlerin nüfusundaki artış ve bu yaş dönemi hakkındaki artan bilgi birikimi, orta yetişkinliğin kendi başına çalışılmaya değer bir yaşam dönemi olarak tanımlanmasına yol açmıştır. Orta yetişkinlik dönemini diğer gelişim dönemlerinden ayırt etme çabası, yaşlanmanın optimizasyonuna artan bir ilgiyi de yansıtmaktadır (Lachman, 2004). Bu nedenle orta yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik algılarının incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Yaşlanma ile ilgili algılar, belirli bir toplum tarafından (kültürel), yaşlı yetişkinler tarafından ve son olarak da yaşlanan bir kişi olarak bireyler tarafından olmak üzere kendisini üç şekilde göstermektedir (Ferna'ndez-Ballesteros ve ark., 2013). İnsanların algı ve tutumlarının erken yaşta formüle edildiği ve yaşam deneyiminin, normların, aile, kültürel algıların ve kazanılan deneyimlerin bu algıların devam etmesi veya değişmesi üzerinde bir etkisi olduğu görülmektedir (Ron, 2007). Bireylerin, eğitim düzeyi, ruhsal durumu, geçmiş deneyimleri, kültürleri, ilgileri, ihtiyaç ve istekleri algılarını etkileyen faktörler arasında sayılabilir. Algının hangi yöne eğilim göstereceğini bu faktörler belirlemektedir (Birinci, 2020, s. 69).

Dağlı tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, orta yaş ve yaşlı bireylerin yaşlılık dönemiyle ilgili algıları ile yaşam boyu öğrenme ihtiyaçları incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre iki yaş grubunun da yaşlılığa dair algılarının büyük oranda olumsuz olduğu bulunmuştur. Ancak refah düzeyi ve eğitim arttıkça yaşlılık algısı da olumlu anlamda değişmektedir. Orta yetişkinlik döneminde olumlu benlik algısı geliştiren bireylerin, olumlu algılarını yaşlılık dönemlerinde de sürdürdükleri fark edilmiştir. Ayrıca orta yetişkin olan katılımcıların hemen hepsi yaşlılık dönemine hazırlanılması gerektiğini düşünmektedir (Dağlı, 2018).

Orta yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik algıları kapsamında sınırlı sayıda araştırmaya rastlanılmıştır. Bu nedenle bu konuda yapılacak araştırmaların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.5. Başarılı Yaşlanma

Başarılı yaşlanma Gerontoloji literatüründe uzun bir geçmişe sahiptir. Havighurts 1960'lı yıllarda başarılı yaşlanmanın ilk kavramsal tanımını kişinin, topluma ekonomik anlamda yük olmadan, en yüksek seviyede yaşam doyumuna sahip olması şeklinde açıklamıştır (Iwamasa ve Iwasaki, 2011).

Rowe ve Khan başarılı yaşlanmayı 3 bileşen çerçevesinde tanımlamaktadır. Bu 3 bileşen birbirleri ile ilişki içerisindedir (Rowe ve Kahn, 1997). Bunlar sırasıyla:

1. Yaşlılık dönemine girmeden bireyin sağlığı ile ilgili koruyucu önlemler alması, düşük hastalık ve sakatlık riski.
2. Fiziksel ve bilişsel işlevlerin yerinde olması.
3. Yaşama aktif olarak katılım, aile ve arkadaş ilişkilerinin sürdürülebilir olması.

Başarılı yaşlanmanın üç bileşeninin her biri alt bölümler içerir. Düşük hastalık olasılığı, sadece hastalığın kendisinin yokluğuna veya varlığına değil, aynı zamanda hastalık için risk faktörlerinin yokluğuna, varlığına veya ciddiyetine de atıfta bulunmaktadır. İşlevsel fiziksel ve bilişsel kapasite aktivite potansiyelleridir; kişinin ne yaptığını değil ne yapabileceğini ifade etmektedir. Yaşamla aktif ilişki ise kişilerarası ilişkiler, başkalarıyla temas, sosyal ve duygusal destek ve üretkenlik anlamına gelmektedir.

Bireyin fiziksel, mental, psikolojik ve sosyal açıdan sağlıklı bir yaşlanma geçiriyor olması ve yaşlı bireyin bilgece davranması başarılı yaşlanmayı ifade etmektedir. Aynı zamanda yaşamdan zevk almayı ve kişinin hayatını rasyonel bir şekilde yönetebilmesini de beraberinde getirmektedir. Başarılı yaşlanma, iyi yaşlanma anlamına gelen aktif yaşlanma, sağlıklı yaşlanma, üretken yaşlanma gibi kavramlara göre daha kapsayıcı ve diğer insanlara olumlu örnek oluşturan bir anlam içermektedir. Fiziksel aktiviteleri başarılı bir şekilde yerine getiren bir birey rasyonel ve bilgece olmayan bir şekilde davranabilir. Aktif yaşlanma ve başarılı yaşlanma kavramları arasındaki temel farkın, yaşlı bireyin bilgece davranıp davranmaması ile ilgili olduğunu söylemek mümkündür (Görgün Baran, 2018, s. 43). Sonuç olarak hem başarılı yaşlanma hem de aktif yaşlanma kavramları bireyi yaşam boyu eğitime teşvik etmekte ve yaşamdan soyutlanmak yerine aktif sosyalleşmeyi vurgulamaktadır (Kolland, 2017, s. 93-93).

Başarılı yaşlanmanın sadece yaşlılık dönemi içerisinde değerlendirilmemesi gerekmektedir. Çünkü başarılı yaşlanmayı etkileyen birçok faktör vardır. Bireyin çocukluk yaşantısı, eğitim durumu, aile yaşamı, iş hayatı, hayat tarzı gibi birçok etmen yaşlılık döneminin nasıl geçirileceğini belirlemektedir (Özmete, 2012).

Tüm bu bilgiler göz önünde bulundurulduğunda 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumlarının başarılı yaşlanma süreçleri açısından önemli olduğu düşünülmektedir.



2. GEREÇ VE YÖNTEM

Tezin ikinci bölümünde araştırmanın amacı, modeli, evreni ve örneklemini, varsayımları, sınırlılıkları, veri toplama araçları, veri toplama süreci, değerlendirilmesi ve analizi başlıklarına yer verilmiştir.

2.1 Araştırmanın Amacı

Araştırma; 18-65 yaş arası yetişkinlerin, yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları ile başarılı yaşlanma arasındaki ilişkiyi sosyal hizmet bakış açısı ile incelemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla araştırmada betimsel yöntem tarama çalışması kullanılmıştır. Bu bağlamda şu alt amaçlara yanıt aranacaktır:

- 18-65 yaş arası yetişkinlerin sosyodemografik özellikleri ile, yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında ilişki var mıdır?
- 18-65 yaş arası yetişkinlerin sosyodemografik özellikleri ile, başarılı yaşlanma davranışları arasında ilişki var mıdır?
- 18-65 yaş arası yetişkinlerin başarılı yaşlanma durumları hangi düzeydedir?
- 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları nedir?

2.2. Araştırmanın Modeli

Araştırma betimsel tarama modeline dayalı niceliksel bir araştırmadır. Betimsel araştırmalar bireylerin ya da grupların özelliklerini ortaya koyar. Mevcut durumu olabildiğince eksiksiz bir şekilde tanımlar (Büyüköztürk ve ark., 2020, s. 25).

2.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evreni, Ankara ilinde ikamet eden 18-65 yaş arası yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Ankara'da bulunan ve araştırmanın başlangıç noktasını oluşturan Nevia Oran Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi, Altınçatı Yıldız Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi, Altınçatı Gordion Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nde yakını kalan, araştırmaya katılmaya gönüllü olan 18-65 arası yetişkinler ve kartopu örnekleme kullanılarak bu yetişkinlerin çevresinde bulunan kişiler oluşturmaktadır. Bir yaşlının yakını olmak, ya da yakını olunan yaşlı bireyin huzurevinde kalıyor olması araştırmaya katılım sağlamak için bir kriter değildir. Araştırma bu üç huzurevinde başlamış olup, kartopu örnekleme ile Ankara ilinde ikamet eden ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan 18-65 yaş arası bireylere ulaştırılmıştır. Başlangıç noktasının huzurevleri seçilmesinin nedeni yaşlanma ve yaşlılığa dair huzurevi deneyimi olan kişilere de ulaşarak, huzurevlerinin bu süreçte başarılı yaşlanma ve tutum üzerine de etkileri olup olmadığını da araştırmaktır.

Kartopu örneklemede örneklem aşamalı olarak oluşturulur. Araştırmacı ilk olarak ulaşabildiği yakın çevresindeki kişileri örnekleme dahil eder. Sonraki aşamada katılımcılar, kendi yakın çevresinden katılımcılara ulaşırlar. Araştırma için belirlenen örneklem sayısına ulaşana kadar bu şekilde devam eder. Araştırmaya az katılımcı ile başlanıp, giderek katılımcı sayısının artması kartopu örnekleme olarak adlandırılır (Aziz, 2014, s:56).

Araştırmanın başlangıç noktasını oluşturan Nevia Oran Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi, Altınçatı Yıldız Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi, Altınçatı Gordion Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nden 10.01.2023 tarihinde edinilen bilgiye göre toplamda 197 yaşlı kalmaktadır. Yaşlı yakını sayısına tam olarak ulaşamayacağı için her yaşlının en az 3 yakını olduğu varsayılmıştır. Bu varsayım örneklem sayısını belirlemek amacıyla tercih edilmiştir. Süreksiz değişkenlerin bulunduğu araştırmalarda evrenin 500 ve 1000 arasında bulunduğu durumda en uygun örneklem sayısının en az 278 olması gerekmektedir (Büyüköztürk ve ark.,

2020, s. 101). Bu nedenle araştırmada ulaşılması planlanan örneklem sayısı en az 278 olarak hedeflenmiştir.

Araştırmaya dahil edilme kriterleri, 18-65 yaş aralığında bulunmak (18 ve 64 yaş dahil) çalışmaya katılmaya gönüllü olmak, sağlıklı olmak ve soruları anlayabilecek yeterlilikte olmaktır.

2.4. Araştırmanın Özgünlüğü

İlgili literatür tarandığında bu çalışmanın konusunu oluşturan 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları ile başarılı yaşlanma arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutum ve başarılı yaşlanma ile ilişkili bulunan çalışmalara yayın yılı dikkate alınarak aşağıda yer verilmiştir.

Yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutum ile ilgili çalışmalar:

Ron'un (2007) 65 ve 92 yaşları arasındaki bireylerle yaşlanma ve yaşlılık ilgili tutum ve algıları üzerine yaptığı çalışmada üç farklı tutum türü tanımlanmıştır: Yaşlılığa karşı olumsuz tutumlar, yaşlılığa karşı olumlu tutumlar ve yaşlılığa ve yaşlanmaya karşı ilgisizlik. Yaşlılık ve yaşlanmaya yönelik olumsuz tutumlar ile sağlık durumunun öznel değerlendirmesi arasında bir korelasyon bulunmuştur. Sağlık durumlarını orta ila kötü olarak tanımlayan katılımcılar, yaşlılık ve yaşlanma ile ilgili sağlık durumlarını iyi veya mükemmel olarak tanımlayanlardan daha olumsuz tutum ve algılara sahiptir.

Çin'de 305 üniversite öğrencisi (18-24 yaş arası) ve baby boomers kuşağı olan 159 katılımcı (40-55 yaş arası) ile yapılan bir araştırmanın amacı bu iki yaş grubu arasındaki yaşlılara yönelik tutumlardaki farklılıkları incelemektir. Genel olarak 40-55 yaş arası olan katılımcıların, üniversite öğrencilerine göre yaşlı insanlara daha olumlu tutumlar sergiledikleri görülmüştür. Aynı zamanda araştırmada yüksek gelire sahip orta yetişkinlerin, yüksek gelire sahip üniversite öğrencilerine göre yaşlı

bireylere karşı daha olumlu tutum sergiledikleri görülmüştür. Bu sonuca göre gelir durumu yaşlı bireylere yönelik tutumları etkileyen faktörlerden birisidir (Xie ve ark., 2007).

Baysan'ın yaptığı araştırmada Manisa'da yaşayan yaşlıların yaşlılık algısı ve sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin ortaya konulması amaçlanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, alt sosyal sınıfa mensup bireylerin sağlık hizmetlerine erişiminde zorluklar yaşaması, evde veya sağlık kurumlarında sürekli bakım alamaması, katılımcıların yaşlılık tutumu, algısı ve algılanan sağlık ile yaşam kalitesi açısından olumsuz etkiler doğurmaktadır. (Baysan, 2008).

Kaçan ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada Aile Sağlığı Merkezi'ne gelen kişilerin yaşlı tutum düzeyleri incelenmiştir. Araştırmada katılımcıların sıklıkla yaşlılara karşı olumlu tutum sergiledikleri bulunmuştur. Sonuçlara göre 21-30 yaş arasında bulunan kişilerin olumsuz, 41-50 yaş aralığında bulunan kişilerin olumlu tutuma sahip oldukları görülmüştür (Kaçan ve ark., 2018).

Yazıcı'nın yaptığı bir çalışmada, semt polikliniğine başvuran 418 kişilik çalışma grubunun başarılı yaşlanma algısı incelenmiştir. Katılımcılar 18-30 yaş arasındaki genç bireyler, 31-50 yaş arasındaki bireyler ve 51 yaş ve üzeri bireyler üç grupta değerlendirilmiştir. Araştırma bulgularına göre başarılı yaşlanmanın en önemli faktörü fiziksel bağımsızlıktır. Başarılı yaşlanma algısı açısından, sağlık hizmetlerine erişimin üç grup için de önemli olduğu görülmektedir. Genç ve orta yaş döneminde, sağlıklı beslenme ile bireyin kendiyle barışık olma durumu önemli bir faktördür. Ancak ileri yaş grubunda, emeklilik güvencesi ve bağımlılık olmaksızın yaşamak daha büyük bir öneme sahiptir (Yazıcı, 2018).

Ercan'ın yaptığı yüksek lisans tez çalışmasında katılımcıların yaşlılık ve YYTÖ puanı ile yaşlı ayrımcılığı tutum ölçek puanları karşılaştırıldığında puan ortalamalarının yakın olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Ercan , 2021)

Akpınar'ın yaptığı yüksek lisans tez çalışmasında sosyal yıpranma algısı erkeklerin kadınlara oranla daha olumsuzdur. Yaşlı bireyler yaşamla başa çıkma

konusunda daha olumsuz bir tutum sergilemektedir. Ayrıca yaşlı bireylerin yaşlılığı olumsuz algıladıkları saptanmıştır. Öğrencilerin ise gelir, ebeveynlerin eğitim durumu, aile tipi ve yaşanan yerin yaşlılığa ilişkin tutumlarını anlamlı şekilde etkilediği belirlenmiştir (Akpınar, 2021)

Baş'ın gerçekleştirdiği çalışmada üniversite öğrencilerinin yaşlanmaya yönelik algı düzeylerini ölçmek ve bireysel farklılıkların yaşlanmaya ilişkin tutumlarını nasıl etkilediğini ortaya koymak amaçlanmıştır. Farklı cinsiyetler için yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutum ölçeği açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur (Baş, 2021).

Yılmaz'ın gerçekleştirdiği yüksek lisans tezinde LGBTİ+ 'ların yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları bazı değişkenlere göre incelenmiştir. 50 yaş üzeri bir LGBTİ+ ile tanışıyor olması, ayrımcılığa maruz kalma sıklığı, şiddet yaşama ve şiddete hiç maruz kalmama hali, yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Yılmaz, 2022).

Başarılı yaşlanmaya yönelik yapılan çalışmalar:

Şanlı'nın yaptığı yüksek lisans tez çalışmasında ileri yetişkinlerin başarılı bir yaşlanma için eğitim ihtiyaçları belirlenmeye çalışılmıştır. İleri yetişkinlerin başa çıkma ihtiyacına yönelik eğitim ihtiyaçları olduğu saptanmıştır. Başa çıkmayı topluma katkıda bulunma konusu izlemiştir. Cinsiyet değişkenine bakıldığında erkek katılımcıların kendilerini ifade etme hususunda kadınlara göre eğitim ihtiyacı daha yüksektir. İleri yetişkinlerin eğitim düzeyi arttıkça, kendilerini ifade etme ve topluma katkıda bulunma ihtiyaçlarında artış olduğu görülmüştür (Şanlı, 2012).

Özsungur'un gerçekleştirdiği doktora tezinde ileri yetişkinlerin teknolojiyi kullanım şekillerinin başarılı yaşlanmaya etkileri analiz edilmiştir. Sağlıklı yaşam biçimi, sorunlarla başa çıkma şekli, yaşamlarının son ayında sağlıklarını nasıl algıladıkları, yaşama biçimi, eğitim düzeyi, çalışma durumu ve medeni durum arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur (Özsungur, 2018).

Çelik Seyitoğlu'nun gerçekleştirdiği araştırmasında ileri yetişkinlerin, depresyon, istismar ve başarılı yaşlanma durumları belirlenip, bu faktörler üzerinde etkili olan unsurlar ortaya çıkarılmıştır. Yaşlıların depresif belirtilerinin yaş, medeni hal, cinsiyet, eğitim durumu, gelir düzeyi, bakım verenin varlığı, kronik hastalıkları, psikiyatrik hastalık öyküsü, istismar ve başarılı yaşlanma durumları ile ilişkili bulunmuştur (Çelik Seyitoğlu, 2019).

Akça'nın gerçekleştirdiği araştırmasında 60 yaş ve üzeri kişilerde başarılı yaşlanma üzerindeki değişkenler analiz edilmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre uzun süreli diyabet hastalığının sağlıklı yaşam biçimi üzerinde olumlu etkiye sahipken uzun süreli sigara kullanımı sağlıklı yaşam biçimini olumsuz etkilemektedir. Erkek cinsiyet, emekli olmak, yüksek gelir düzeyi, yüksek eğitim seviyesi, hobiye sahip olmak ve düzenli spor yapmak, sorunlarla başa çıkma başarısını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde arttırmaktadır (Akça, 2019).

Demirel'in gerçekleştirdiği yüksek lisans tez çalışmasında yaşlıların karşılaştığı uyum güçlükleri ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişki incelenmiştir. Yaşlı bireylerin başarılı yaşlanma davranışları sosyodemografik değişkenler açısından anlamlı farklılık göstermiştir. Yaşlılıkta uyum güçlüğü ve başarılı yaşlanma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Demirel, 2019).

Ünal'ın gerçekleştirdiği yüksek lisans tez çalışmasında ileri yetişkinlerin başarılı yaşlanma düzeyleri, yaşam kalitesi ve sağlıklı yaşam durumu incelenmiştir. Erkeklerin kadınlara göre yaşam kalitesi, sağlıklı yaşam biçim ve başarılı yaşam düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Gelir düzeyi ve eğitim seviyesi yüksek olan yaşlı bireylerin başarılı yaşlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada, katılımcıların yaşam kalitesi ile başarılı yaşlanma düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır (Ünal, 2021).

Şengül'ün gerçekleştirdiği araştırmasında yaşlı bireylerin başarılı yaşlanma, hayattan aldıkları doyum ve fiziksel aktiviteleri değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, başarılı yaşlanma ile yaşam doyumu arasındaki ilişki anlamlı ve pozitifdir (Şengül, 2022).

Belirtilen çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda sosyal hizmet bakış açısı ile başarılı yaşlanma davranışları ve yaşlanma yaşlılığa yönelik tutumu ilişkilendirerek konuyu ele alan herhangi bir çalışma bulunmadığı görülmektedir. Çalışmamızın bilgi birikimine yeni bilgiler eklemesi ve mevcut teorileri veya anlayışları zenginleştirmesi nedeniyle alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, çalışmamızın 18-65 yaş arası yetişkinleri kapsayan bir yaş aralığını incelemesi de yaşlılık ve yaşlanma süreçleri hakkında farklı yaş grupları arasındaki farklılıkları ve benzerlikleri anlamak adına alanda gelecekteki araştırmalar için temel oluşturacak ve politika yapıcılar, uygulayıcılar ve hizmet sağlayıcılar için yol gösterici olacaktır.

2.5. Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak araştırmacının literatüre dayalı olarak oluşturduğu ve katılımcıların sosyo-ekonomik ve demografik özelliklerinin yer aldığı “Sosyo-Demografik Bilgi Formu (Ek 6)” ve Başarılı Yaşlanma Ölçeği (Ek 7) ve Yaşlanmaya ve Yaşlılığa Yönelik Tutum Ölçeği (Ek 8) kullanılmıştır. Ölçeklerin kullanılabilmesi için gerekli izinler alınmıştır (Ek 3, Ek 4).

Reker (2009) tarafından geliştirilen Başarılı Yaşlanma Ölçeğinin ülkemizde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Hazer ve Özsungur (2017) tarafından gerçekleştirilmiştir. BYÖ iki alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; sağlıklı yaşam biçimiyle ilgili (3 madde) ve sorunlarla mücadele etme ile ilgili (7 madde) olmak üzere toplam on sorudan oluşmaktadır. BYÖ’ndeki ifadeler 1’ den 7’ ye kadar puanlanmıştır. BYÖ yedili Likert tipte bir ölçektir. BYÖ ‘inde katılımcılar minimum (10) maksimum (70) puan alabilirler. Bireylerin başarılı yaşlanma durumu puan yükseldikçe artmaktadır. Katılımcılar alt boyutlardan biri olan sağlıklı yaşam biçiminden minimum (3), maksimum ise (21) puan alabilmektedirler. Katılımcılar maksimum puana yaklaştıkça başarılı yaşlanma alt boyutundan olan sağlıklı yaşam biçimini kabul etme durumları da yükselmektedir. Katılımcılar sorunlarla mücadele etme alt boyutunda minimum (7), maksimum (49) puan alınabilir. Katılımcıların

puanı arttıkça başarılı yaşlanma alt boyutundan olan sorunlarla mücadele etme düzeyi de artmaktadır. Cronbach α katsayısı;

- Sağlıklı Yaşam Biçimi birinci düzey faktörü için .80,
- Hayata Bağlılık birinci düzey faktörü için .60,
- Uyumsal Başa Çıkma birinci düzey faktörü için .74,
- Sorunlarla Mücadele Etme ikinci düzey faktörü için .79,
- Genel olarak Başarılı Yaşlanma Ölçeği için ise .85 olarak elde edilmiştir (Hazer ve Özsungur, 2017).

“Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutum Ölçeği (YYTÖ)” Otrar (2016) tarafından geliştirilmiş olup 45 maddeden oluşmaktadır. 5’li likert tipindeki ölçek, yetişkin kişilerin yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumlarını tespit etmeyi hedeflemektedir. Ölçeği kullanabilmek için ölçek sahibinden e-posta yoluyla gerekli izin alınmıştır. Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0,97 bulunmuştur (Otrar, 2016: 527). Ölçekten en düşük puan 45, en yüksek 225 puan alınabilmektedir. İlk alt boyut olan 12 maddeden oluşan “Yaşlılığı Kabullenme Zorluğu” dur. Bu alt boyuttan minimum 12 puan alınabilmekteyken, maksimum 60 puan alınabilmektedir. Diğer alt boyut 15 maddeden oluşan “Sosyal Yıpranma Algısı” dır. Bu alt boyuttan minimum 15 puan alınırken, maksimum 75 puan alınabilmektedir. Üçüncü alt boyut 10 maddeden oluşan “Yaşamla Baş Etme Zorluğu” dur. Bu alt boyuttan en az 10 puan alınabilirken, en fazla 50 puana ulaşılmaktadır. Dördüncü alt boyut olan, 8 maddelik “Olumsuz İmge” alt boyutundan ise 8-40 puan alınabilmektedir (Otrar, 2016, s. 536). Ölçekte genel toplam puanın artması, genellikle olumsuz tutumun arttığına işaret ederken, puanın azalması ise yaşlılıkla ilgili olumlu tutum ve algının arttığını göstermektedir. Bu durumda, katılımcının ölçeğin alt boyutlarından elde ettiği puanların artmasıyla birlikte ilgili tutumun da olumsuz yönde güçlendiği değerlendirilmektedir. (Otrar, 2016, s. 535). Örnek olarak, bireyin "yaşlılığı kabullenme zorluğu" alt boyutundan yüksek bir puan alması, yaşlanma sürecini kabullenmede güçlük yaşadığını ifade etmektedir.

2.6. Veri Toplama Süreci

Araştırmaya başlamadan önce Ankara Üniversitesi Etik Kurul Başkanlığı'ndan etik kurul izni (Ek 2), araştırmada kullanılmış olan “Başarılı Yaşlanma Ölçeği” (Ek 3) ve “Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutum Ölçeği” izni (Ek 4) ve kartopu örnekleme yönteminin başlangıç noktası olarak belirlenen Nevia Oran Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi, Altınçatı Yıldız Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi ve Altınçatı Gordion Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nden izin (EK-1) alınmıştır. Veriler araştırmanın başlangıç noktası olan huzurevlerinin bilgisi dâhilinde, kurumlarda yüz yüze ve yüz yüze görüşmenin sağlanamadığı durumlarda katılımcılara internet ortamında “Google Form” olarak gönderilerek elde edilmiştir. Araştırmada yer alan tüm katılımcılara sosyodemografik bilgi formu ve ölçekler uygulanmadan önce “Aydınlatılmış Onam Formu” sunulmuştur. Katılımcılar araştırma hakkında bilgilendirilmiş ve bu sayede etik kuralların uygulanmasına özen gösterilmiştir. Araştırma kapsamında toplamda 342 katılımcı ile çalışma gerçekleştirilmiştir.

2.7. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

İstatiksel analiz, Statistical Package For Social Science (SPSS) 26.0 istatistik paket programı aracılığıyla yapılmıştır. Parametrik testler aracılığıyla, ölçümlerin normal dağılıma uygunluğu test edilmiştir. İki grup arasındaki karşılaştırmalarda t testi kullanılmışken, üç veya daha fazla grup arasındaki karşılaştırmalar ANOVA testi ile gerçekleştirilmiştir. Normal dağılım göstermeyen ölçümler için, iki grup arasındaki karşılaştırmalarda Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Üç veya daha fazla grup arasındaki karşılaştırmalar için Kruskal-Wallis testi tercih edilmiştir.

3. BULGULAR

Bu bölümde ilk olarak Başarılı Yaşlanma Ölçeğinin 18-65 yaş arası yetişkinlerde uygulanabilir olduğuna dair faktör analizi ve geçerlik sınamasına yer verilmiştir. Ardından 18-65 yaş arası yetişkinlerin sosyo-demografik özellikleri, yaşlanma ve yaşlılığa olan tutumları ve başarılı yaşlanma algıları arasındaki ilişki ele alınmıştır.

3.1 Başarılı Yaşlanma Ölçeğin Doğrulayıcı Faktör Analizi ile Geçerlik Sınaması

10 maddelik iki alt boyutlu olan 60 yaş üstü bireyler için Türkçe uyarlaması yapılan ölçek, bu çalışmada 18-65 yaş arasındaki bireylere uygulanmıştır. Bu yaş grubunda ölçeğin geçerlilik sınaması için Doğrulayıcı Faktör Analizi kullanılmıştır. Maddeler arasındaki çoklu normallik varsayımı sağlanmadığı ise, parametre kestirimi için Ağırlıklandırılmamış En Küçük Kareler yöntemi tercih edilmiştir. DFA'ya göre ölçek maddelerine ilişkin faktör yükleri, t değerleri ve r^2 (açıklanan varyans) değerlerine Çizelge 3.1.'de yer verilmiştir.

Çizelge 3.1. DFA'ya göre değerler.

Alt Boyutlar	Madde No	Faktör Yüğü	r^2	t değeri
Sağlıklı Yaşam Biçimi	BYÖ5	0.72	0.52	7,28
	BYÖ6	0.79	0.63	7,75
	BYÖ10	0.82	0.67	9,16
	BYÖ1	0.63	0.40	5,7
	BYÖ2	0.73	0.53	7,53
Sorunlarla Mücadele Etme	BYÖ3	0.83	0.68	10,53
	BYÖ4	0.77	0.59	8,84
	BYÖ7	0.80	0.64	8,84
	BYÖ8	0.73	0.53	6,68
	BYÖ9	0.77	0.60	8,71

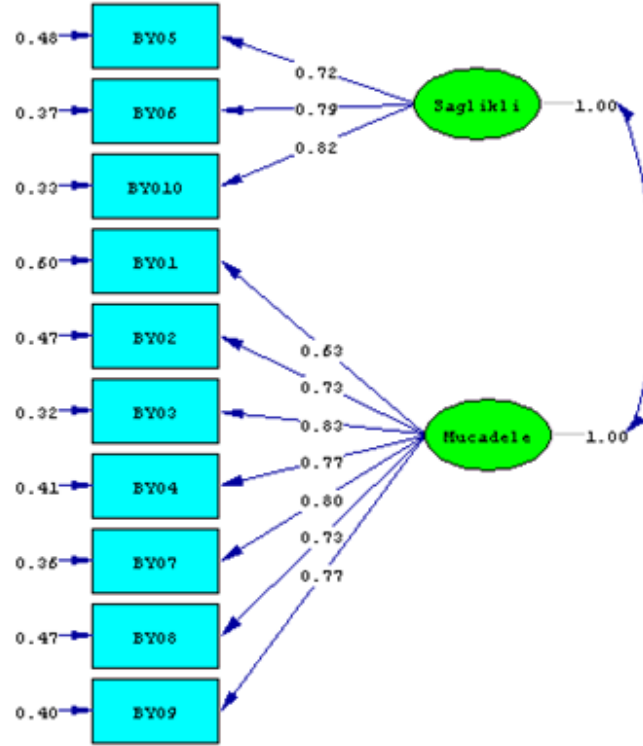
Ölçek maddeleri ile ölçülen özellikler arasındaki ilişki katsayılarının t değerleri, anlamlıdır ($p<0.05$). Başarılı Yaşlanma Ölçeğinden çıkarılması gereken bir madde olmadığı sonucuna varılmıştır. Maddelerin faktör yükleri ise 0.63-0.83 arasında değişmektedir. Ayrıca, varyans değerlerinin yüksek olduğu sonucuna

ulaşılmıştır. Uyum indeksleri, iki boyutlu modele uyumu değerlendirmek için kullanılmaktadır. Bu çalışmada, iki faktörlü ölçeğin model-veri uyum indeksleri Çizelge 3.2'de sunulmuştur.

Çizelge 3.2. Ölçeğe ilişkin uyum iyilik indeksleri (Kline, 2011; Baumgartner ve Homburg, 1996; Bentler, 1980).

İyilik Uyum İndeksi	Kabul Edilebilir Sınır *	Değer
X^2/sd	<5 Orta düzeyde <3 İyi uyum	49,07/34 = 1,44
GFI	>0.90	0,99
CFI	>0.90	0,97
NFI	>0.90	0,94
NNFI	>0.90	0,96
RFI	>0.85	0,92
S-RMR	< 0.08	0,060
RMSEA	< 0.08	0,077

Çizelge 3.2.'ye göre benzerlik oranı ki-kare istatistiğinin $\chi^2(34)=49,07$ $p<0.05$; Ki-kare istatistiğinin serbestlik derecesine oranının $(X^2/sd)=1,44$; kök ortalama kare yaklaşım hatasının (RMSEA)=0.077; standardize edilmiş kök ortalama kare artığının (S-RMR)=0.060; karşılaştırmalı uyum endeksinin (CFI)= 0,97; uyum iyiliği endeksinin (GFI)= 0,99; normlanmış uyum endeksinin (NFI)=0,94; görel uyum endeksinin (RFI)=0,92 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bütün uyum indekslerinin kabul edilebilir değerler üzerinde olduğu görülmüştür. Sonuç olarak 10 maddesi bulunan ve iki alt boyutu olan ölçeğin 18-65 yaş arası bireylerde yapısal geçerliliği doğrulanmıştır. Maddelere ilişkin yol (path) grafiğın Şekil 3.1'de gösterilmiştir. Grafikteki Ki-kare değeri=49.07, Serbestlik derecesi=34, p değeri=0.04553, RMSEA (The Root Mean Square Error of Approximation is a parsimony- adjusted index) değeri=0.077'dir



Şekil 3.1. Maddelere ilişkin yol grafiği.

Cronbach Alfa katsayısı kullanılarak ölçeğin güvenirliği değerlendirilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı yüksek bir iç tutarlılık seviyesi olan 0.932 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, ölçeğin güvenirliğinin sağlandığını göstermektedir. Güvenirlik katsayısı 0 ile 1 arasında değer almaktadır. Katsayı 1'e yaklaştıkça, ölçeğin güvenirliğinin yüksek olduğu ve maddeler arasında güçlü bir iç tutarlılığın bulunduğu anlaşılmaktadır. Bu durum, istenen bir sonuçtur ve ölçeğin güvenirliğini vurgular. Madde geçerlik katsayısı, aynı zamanda madde-toplam korelasyonu olarak da bilinir. Bu katsayılar, ölçek maddeleri ile toplam puan arasındaki ilişkiyi gösterir ve alt boyutların Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları ile birlikte Çizelge 3.3'te gösterilmiştir.

Çizelge 3.3. Alt boyutların madde toplam korelasyonu ve cronbach alfa katsayısı.

Alt Boyutlar	Madde No	Madde Toplam Korelasyonu	Cronbach Alfa Katsayısı
Sağlıklı Yaşam Biçimi	BYÖ5	,779	,893
	BYÖ6	,850	
	BYÖ10	,743	
	BYÖ1	,722	
	BYÖ2	,741	
Sorunlarla Mücadele Etme	BYÖ3	,795	,909
	BYÖ4	,620	
	BYÖ7	,677	
	BYÖ8	,803	
	BYÖ9	,734	

Ölçek maddelerinin madde geçerlik katsayıları 0,62-0,85 aralığında değişmektedir. Madde-toplam korelasyonları ise 0,30'dan yüksek olduğu için ölçekten madde çıkarılmasına gerek duyulmamıştır. Tüm faktörlerdeki maddelerin iç tutarlılığını ifade eden Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları yüksektir.

3.2. Katılımcıların Demografik Değişkenlerine İlişkin Bulgular

Bireylerin demografik özelliklerine dair yüzde frekans dağılımlarına Çizelge 3.4.'de yer verilmiştir. Buna göre araştırmaya katılan katılımcıların %43'ü erkek, %57'si kadındır. Katılımcıların yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yer daha çok metropollerdir. [1 = Büyükşehir (%16), 2 = İlçe (%9), 3 = Köy (%2), 4 = Köy (%7), 5 = Metropol (%58), 6= Şehir (%16)]. Katılımcıların çoğu evlidir. [1 = Bekar (%33), 2 = Evli (%58), 3 = Boşanmış (%8), 4 = Dul (%1), 5 =]. Katılımcıların çoğu lisans mezunudur [1 = İlkokul mezunu (%1), 2 = Lise ve denginden mezun (%7), 3 = Ön lisans mezunu (%6), 4 = Lisans mezunu (%47), 5 = Lisansüstü mezunu (%39)]. Katılımcılar gelir durumlarını çoğunlukla orta düzey olarak algılamaktadır. [1 = Alt (%16), 2 = Orta (%69), 3 = Üst (%15)]. Katılımcıların %93'nün 65 yaş üstü tanıdığı vardır. 65 yaş üstü tanıdığı olan katılımcılarının yaşlı ile yakınlık derecesi en çok anne-çocuk ilişkisine dayanmaktadır. Bu oran %31.6'dır. 65 yaş üstü tanıdığı olan katılımcıların yaşlı yakınları %53 oranında ailesi ile birlikte yaşamaktadır.

Çizelge 3.4. Katılımcıların demografik bilgilerine ait frekanslar.

		n	%
Yaş grupları	18-30 (18 ve 30 yaş dahil)	101	30%
	31-64 (31 ve 64 yaş dahil)	241	70%
	Toplam	342	100,0
Cinsiyet	Erkek	146	43%
	Kadın	196	57%
	Büyükşehir	54	16%
Yaşamın büyük çoğunluğunun geçirildiği yer	İlçe	30	9%
	Köy	7	2%
	Metropol	197	58%
	Şehir	54	16%
Medeni durum	Bekâr	112	33%
	Evli	200	58%
	Boşanmış	27	8%
	Dul	3	1%
Eğitim durumu	İlköğretim	4	1%
	Lise	24	7%
	Ön lisans	22	6%
	Lisans	160	47%
	Lisansüstü	132	39%
Gelir durumu	Alt	54	16%
	Orta	236	69%
	Üst	52	15%
65 yaş üstü tanıdığınız var mı?		n	%
	Evet	317	93%
	Hayır	25	7%
Yaşlı ile yakınlık derecesi	Yanıt vermeyen	20	5,8%
	Amcam	2	,6%
	Annem	108	31,6%
	Arkadaşım	17	5,0%
	Babam	43	12,6%
	Büyükanne	70	20,5%
	Büyükbabam	23	6,7%
	Dayım	4	1,2%
	Diğer	22	6,4%
	Eşim	2	,6%
Yaşlı Tanıdığınız Nerede Yaşıyor?	Halam	3	,9%
	Kardeşim	11	3,2%
	Kayınpederim	1	,3%
	Komşum	12	3,5%
	Teyzem	4	1,2%
	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	3%
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	53%
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	9%
	Yalnız yaşıyor.	88	27%
	Diğer	24	7%
Yaşlı ile yakınlık derecesi		n	%
	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	51
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	33
	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	16
Toplam		322	100

3.3. Sosyo-Demografik Özellikler ile Başarılı Yaşlanma Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

18-65 yaş arası yetişkinlerin cinsiyetlerine göre başarılı yaşlanmaya ilişkin durumları arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla Mann Whitney U kullanılmıştır. Sonuçlara göre, cinsiyetler arasında anlamlı fark vardır. Detaylı sonuçlar Çizelge 3.5.'te gösterilmiştir.

Çizelge 3.5. Katılımcıların cinsiyetlerine göre BYÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	U	p
Sağlıklı yaşam biçimi	Erkek	146	5,63	1,20	13018,000	,151
	Kadın	196	5,36	1,42		
Sorunlarla mücadele etme	Erkek	146	5,75	,98	11811,000	,006*
	Kadın	196	5,40	1,21		
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	Erkek	146	5,72	,96	12204,000	,020*
	Kadın	196	5,39	1,21		

* $p < 0.05$

Kadın ve erkek yetişkinlerin sağlıklı yaşam biçimine yönelik davranışlarında anlamlı bir farklılık yoktur ($p > 0.05$). Diğer yandan yetişkinlerin cinsiyetlerine göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya yönelik davranışları arasında anlamlı farklılık vardır ($p < 0.05$). Bulunan farklar, erkek yetişkinlerin lehinedir. Bir başka deyişle erkekler kadınlara göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanma davranışları konusunda daha başarılıdır.

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşları ile başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasındaki ilişki Spearman'ın korelasyon katsayısı ile test edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.6.'da gösterilmiştir.

Çizelge 3.6. Katılımcıların yaşlarına göre BYÖ puanları.

		Sağlıklı yaşam biçimi	Sorunlarla mücadele etme	Toplam Başarılı Yaşlanma
Yaş	Spearman's rho	,202	,251	,247
	p	,000*	,000*	,000*
	N	342	342	342

* $p < 0.05$

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşları ile alt boyutlar ve toplam başarılı yaşlanma davranışları arasındaki ilişki düşük düzeyde, anlamlı ve pozitif yönlüdür ($p<0.05$). Yani 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşları artıkça başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları olumlu yönde artmaktadır veya yetişkinlerin yaşları azaldıkça başarılı yaşlanmaya ilişkin ölçülen olumsuz davranışları azalmaktadır. Düşük düzeyde doğrusal bir ilişki söz konusudur.

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yere göre başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasındaki ilişki Kruskal Wallis testi ile test edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.7.'de yer verilmiştir.

Çizelge 3.7. Katılımcıların yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yere göre BYÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2	p
Sağlıklı yaşam biçimi	Büyükşehir	54	5,69	1,10	2,981	,561
	İlçe	30	5,30	1,69		
	Köy	7	5,90	,99		
	Metropol	197	5,50	1,27		
	Şehir	54	5,17	1,56		
Sorunlarla mücadele etme	Büyükşehir	54	5,72	,99	4,512	,341
	İlçe	30	5,25	1,47		
	Köy	7	6,10	,67		
	Metropol	197	5,59	1,07		
	Şehir	54	5,35	1,28		
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	Büyükşehir	54	5,71	,96	4,195	,380
	İlçe	30	5,26	1,47		
	Köy	7	6,04	,59		
	Metropol	197	5,57	1,05		
	Şehir	54	5,29	1,31		

Yetişkinlerin yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre alt boyutlar ve başarılı yaşlanmaya yönelik davranışları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

18-65 yaş arası yetişkinlerin medeni durumlarına göre başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasındaki ilişki Kruskal Wallis testi kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuçlar Çizelge 3.8.'de gösterilmiştir.

Çizelge 3.8. Katılımcıların medeni durumlarına göre BYÖ puanları.

Değişkenler		<i>n</i>	<i>Ortalama</i>	<i>SS</i>	χ^2	<i>p</i>
Sağlıklı yaşam biçimi	Bekar	112	5,31	1,45	2,113	,549
	Evli	200	5,53	1,28		
	Boşanmış	27	5,72	1,19		
	Dul	3	5,78	1,58		
Sorunlarla mücadele etme	Bekar	112	5,28	1,24	11,198	,011*
	Evli	200	5,66	1,07		
	Boşanmış	27	5,90	,98		
	Dul	3	5,38	,93		
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	Bekar	112	5,29	1,24	7,286	,063
	Evli	200	5,62	1,06		
	Boşanmış	27	5,85	,96		
	Dul	3	5,50	1,11		

* $p<0.05$

Yetişkinlerin medeni durumları ile sağlıklı yaşam biçimi ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$). Fakat yetişkinlerin medeni hallerine göre sorunlarla mücadele etme durumları arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0.05$). Yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumlarının hangi medeni haller arasında olduğu varyanslar heterojen bulunduğundan post hoc testlerinden LSD testi yorumlanmıştır. Dolayısıyla bekar yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumları ile evli ve boşanmış yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumları arasında anlamlı bir farklılık vardır ($p<0.05$). Bir başka deyişle evli ya da boşanmış yetişkinler sorunlarla mücadele etme konusunda bekar yetişkinlere göre daha başarılıdır.

18-65 yaş arası yetişkinlerin eğitim durumlarına göre başarılı yaşlanmaya yönelik davranışları arasındaki ilişki Kruskal Wallis Testi kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen sonuçlar Çizelge 3.9'da sunulmuştur.

Çizelge 3.9. Katılımcıların eğitim durumlarına göre BYÖ puanları.

Değişkenler		<i>n</i>	$\bar{x}$	<i>SS</i>	χ^2	<i>p</i>
Sağlıklı yaşam biçimi	İlköğretim	4	6,00	1,28	8,492	,075
	Lise	24	5,43	1,53		
	Ön lisans	22	4,71	1,68		
	Lisans	160	5,38	1,37		
	Lisansüstü	132	5,70	1,14		
Sorunlarla mücadele etme	İlköğretim	4	5,71	1,40	13,046	,011*
	Lise	24	5,57	1,07		
	Ön lisans	22	4,82	1,64		
	Lisans	160	5,44	1,16		
	Lisansüstü	132	5,81	,92		
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	İlköğretim	4	5,80	1,33	13,178	,010*
	Lise	24	5,53	1,11		
	Ön lisans	22	4,79	1,57		
	Lisans	160	5,42	1,17		
	Lisansüstü	132	5,78	,90		

* $p < 0.05$

Yapılan analize göre, yetişkinlerin eğitim durumlarına bağlı olarak sağlıklı yaşam biçimi alt boyutu arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p > 0.05$). Fakat, eğitim durumuna göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı farklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p < 0.05$). Yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme ve toplam başarılı yaşlanma davranışlarının hangi eğitim durumları arasında olduğu varyanslar homojen bulunduğundan post hoc testlerinden Tamhane testi ile yorumlanmıştır. Dolayısıyla lisans eğitime sahip yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumu ile lisansüstü eğitime sahip yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumu arasında anlamlı bir farklılık vardır ($p < 0.05$). Lisansüstü eğitime sahip yetişkinler lisan eğitime sahip yetişkinlere göre sorunlarla mücadele etme konusunda daha başarılıdır. Aynı zamanda lisans eğitime sahip yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma puanları ile lisansüstü eğitime sahip yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma puanları arasında anlamlı farklılık vardır ($p < 0.05$). Bu farklılığa göre lisansüstü eğitime sahip yetişkinler lisans eğitime sahip yetişkinlere göre daha başarılıdır.

Kruskal Wallis ile yapılan bir araştırmada, 18-65 yaş arası yetişkinlerin gelir durumlarına göre başarılı yaşlanmaya yönelik davranışları arasındaki ilişki test edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.10'da yer verilmiştir.

Çizelge 3.10. Katılımcıların gelir durumlarına göre BYÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2	p
Sağlıklı yaşam biçimi	Alt	54	5,27	1,55	5,050	,080
	Orta	236	5,43	1,33		
	Üst	52	5,88	,99		
Sorunlarla mücadele etme	Alt	54	5,21	1,21	14,207	,001*
	Orta	236	5,54	1,15		
	Üst	52	5,96	,84		
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	Alt	54	5,23	1,24	11,738	,003*
	Orta	236	5,51	1,13		
	Üst	52	5,94	,81		

* $p<0.05$

Yetişkinlerin gelir durumlarına sağlıklı yaşam biçimine ilişkin davranışları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$). Fakat yetişkinlerin gelir durumlarına göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0.05$). Bulunan farklar, üst gelir durumuna sahip olan yetişkinlerin lehinedir. Üst gelir durumuna sahip olan kişiler diğerlerine göre sorunlarla mücadelede ve başarılı yaşlanmada daha olumlu davranışlar sergilemektedir. Yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumlarının hangi gelir durumları arasında olduğu varyanslar heterojen bulunduğundan post hoc testlerinden LSD testi yorumlanmıştır. Dolayısıyla üst gelir grubundaki yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumları ile alt ve orta gelir gruplarındaki yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumları arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0.05$). Üst gelir grubundaki yetişkinler diğerlerine göre sorunlarla mücadele etme konusunda daha başarılıdır. Yine yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma davranışlarının hangi gelir durumları arasında olduğu varyanslar homojen bulunduğundan post hoc testlerinden Tamhane testi ile yorumlanmıştır. Dolayısıyla üst gelir grubundaki yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma puanları ile alt ve orta gelir gruplarındaki yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma puanları arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0.05$). Üst gelir grubundaki kişiler diğerlerine göre daha başarılı yaşlanmaktadır.

18-65 yaş arası yetişkinlerin yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları 65 yaş üstü yaşlı bireylerin olup olmamasına göre başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasındaki ilişki Mann Whitney U ile test edilmiştir. Buna ilişkin sonuçlara Çizelge 3.11.'de yer verilmiştir.

Çizelge 3.11. Katılımcıların iletişim halinde oldukları 65 yaş üstü yaşlı bireylerin olup olmamasına göre BYÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	U	p
Sağlıklı yaşam biçimi	Evet	317	5,48	1,33	3651,000	,510
	Hayır	25	5,31	1,43		
Sorunlarla mücadele etme	Evet	317	5,56	1,13	3672,500	,542
	Hayır	25	5,45	1,19		
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	Evet	317	5,54	1,12	3702,000	,584
	Hayır	25	5,40	1,23		

18-65 yaş arası yetişkinlerin yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları 65 yaş üstü yaşlı bireylerin olup olmamasına göre alt boyutlar ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

18-65 yaş arası yetişkinlerin yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları yaşlı bireylere yakınlık derecesine göre başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasındaki ilişki Kruskal Wallis ile analiz edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.12.'de yer verilmiştir.

Çizelge 3.12. Katılımcıların yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları yaşlı bireylere yakınlık derecesine göre BYÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2	p
Sağlıklı yaşam biçimi	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	5,55	1,24	5,084	,079
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	5,25	1,46		
	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	5,79	1,18		
Sorunlarla mücadele etme	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	5,72	,99	8,504	,014*
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	5,28	1,28		
	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	5,68	1,12		
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	5,67	,98	7,047	,029*
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	5,27	1,28		
	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	5,72	1,07		

* $p<0.05$

Yetişkinlerin yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları yaşlı bireylere yakınlık derecesine göre sağlıklı yaşam biçimine yönelik davranışları arasında anlamlı farklılık yoktur ($p>0.05$). Ancak yetişkinlerin yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları yaşlı bireylere yakınlık derecesine göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı bir farklılık vardır ($p<0.05$). Yetişkinlerin sorunlarla

mücadele etme durumları yaşlı bireye hangi yakınlık dereceleri arasında olduğu varyanslar homojen bulunduğundan post hoc testlerinden Tamhane testi ile yorumlanmıştır. Dolayısıyla 1.derece yakına sahip yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumu ile 2.derece yakına sahip yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumu arasında anlamlı bir farklılık vardır ($p<0.05$). 1. Derece yakına sahip olan kişiler 2. Derece yakına sahip olanlara göre sorunlarla mücadele etme konusunda daha başarılıdır. Yine yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma puanları ile hangi yakınlık dereceleri arasında anlamlı farklılık olduğu varyanslar homojen bulunduğundan post hoc testlerinden Tamhane testi kullanılarak yorumlanmıştır. Dolayısıyla 1.derece yakına sahip yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma davranışları ile 2.derece yakına sahip yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma davranışları arasında anlamlı bir farklılık vardır. 1. Derece yakına sahip olan kişiler 2. Derece yakına sahip olan kişilere göre daha başarılı yaşlanmaktadır.

18-65 yaş arası yetişkinlerin tanıdıkları yaşlı bireylerin yaşadıkları yerlere göre başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasındaki ilişki Kruskal Wallis ile analiz edilmiştir. Sonuçlar Çizelge 3.13.'de gösterilmiştir.

Çizelge 3.13. Katılımcıların tanıdıkları yaşlı bireylerin yaşadıkları yere göre BYÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2	p
Sağlıklı yaşam biçimi	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	5,97	1,05	2,111	,715
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	5,43	1,35		
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	5,45	1,27		
	Yalnız yaşıyor.	88	5,56	1,33		
	Diğer	24	5,47	1,30		
Sorunlarla mücadele etme	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	6,29	,70	8,321	,080
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	5,45	1,16		
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	5,63	1,20		
	Yalnız yaşıyor.	88	5,66	1,07		
	Diğer	24	5,64	1,02		
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	6,19	,72	6,616	,158
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	5,45	1,15		
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	5,58	1,18		
	Yalnız yaşıyor.	88	5,63	1,09		
	Diğer	24	5,59	,96		

18-65 yaş arası yetişkinlerin tanıdıkları yaşlı bireylerin yaşadıkları yerlere göre alt boyutlar ve başarılı yaşlanmaya ilişkin durumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

3.4. Sosyo-Demografik Özellikler ile Yaşlanma ve Yaşlılığa İlişkin Tutum Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

18-65 yaş arası yetişkinlerin cinsiyetlerine göre yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı puanların normal dağılıma uyması durumunda bağımsız örneklem için t testi ile, normal dağılıma uymadığı durumda Mann Whitney U testi kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuçları Çizelge 3.14.'te gösterilmiştir.

Çizelge 3.14. Katılımcıların cinsiyetlerine göre YYTÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	U / t	p
Yaşlılığı kabullenme	Erkek	146	2,50	,82	U=11333,000	,001*
zorluğu	Kadın	196	2,80	,83		
Sosyal yıpranma algısı	Erkek	146	2,54	,72	t=-2,092	,037*
	Kadın	196	2,70	,71		
Yaşamla baş etme	Erkek	146	2,83	,86	11589,500	,003*
zorluğu	Kadın	196	3,11	,85		
Olumsuz imge	Erkek	146	2,56	,79	t=-1,669	,096
	Kadın	196	2,70	,79		
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı	Erkek	146	2,60	,73	t=-2,764	,006*
	Kadın	196	2,82	,73		

* $p<0.05$

18-65 yaş arası yetişkinlerin cinsiyetlerine göre alt boyutlar ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Bu farklılığa göre deyişle erkekler kadınlara göre daha olumlu tutuma sahiptir. Ancak, 18-65 yaş arası yetişkinlerin cinsiyetlerine göre olumsuz imgeye yönelik tutumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşları ile yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasındaki ilişki Spearman'ın korelasyon katsayısı ile test edilmiştir. Sonuçlar Çizelge 3.15.'de gösterilmiştir.

Çizelge 3.15. Katılımcıların yaşlarına göre YYTÖ puanları.

		Yaşlılığı kabullenme zorluğu	Sosyal yıpranma algısı	Yaşamla baş etme zorluğu	Olumsuz imge	Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı
Yaş	Spearman's rho	-,152	-,127	-,144	-,090	-,138
	P	,005*	,019*	,008*	,097	,011*
	N	342	342	342	342	342

* $p < 0.05$

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşları ile olumsuz imge alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişki yoktur ($p > 0.05$). Diğer yandan yetişkinlerin yaşları ile alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır ($p < 0.05$). Sonuç olarak 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşları artıkça alt boyutlara ilişkin tutum puanları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutum puanları azalmaktadır veya yetişkinlerin yaşları azaldıkça alt boyutlara ilişkin tutum puanları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya yönelik tutum puanları artmaktadır. Bir başka deyişle yaş artıkça yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutum, olumlu yönde değişmektedir.

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasında anlamlı farklılık olup olmadığı Kruskal Wallis kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.16.'da yer verilmiştir.

Çizelge 3.16. Katılımcıların yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre YYTÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2	p
Yaşlılığı kabullenme zorluğu	Büyükşehir	54	2,57	,88	3,432	,488
	İlçe	30	2,63	,92		
	Köy	7	2,32	,43		
	Metropol	197	2,69	,81		
	Şehir	54	2,79	,87		
Sosyal yıpranma algısı	Büyükşehir	54	2,57	,74	2,523	,641
	İlçe	30	2,68	,88		
	Köy	7	2,30	,48		
	Metropol	197	2,63	,67		
	Şehir	54	2,71	,79		
Yaşamla baş etme zorluğu	Büyükşehir	54	2,86	,93	5,131	,274
	İlçe	30	3,04	1,06		
	Köy	7	2,71	,63		
	Metropol	197	2,98	,81		
	Şehir	54	3,18	,90		

Çizelge 3.16. (devam) Katılımcıların yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre YYTÖ puanları.

Olumsuz imge	Büyükşehir	54	2,59	,80	5,098	,277
	İlçe	30	2,68	1,05		
	Köy	7	2,05	,63		
	Metropol	197	2,64	,75		
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı	Şehir	54	2,75	,82	4,063	,398
	Büyükşehir	54	2,64	,77		
	İlçe	30	2,75	,89		
	Köy	7	2,35	,42		
	Metropol	197	2,72	,70		
	Şehir	54	2,84	,79		

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya yönelik tutumları arasında anlamlı birer farklılık yoktur ($p>0.05$).

18-65 yaş arası yetişkinlerin medeni durumlarına göre yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasındaki ilişki Kruskal Wallis kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuçlar Çizelge 3.17.'de gösterilmiştir.

Çizelge 3.17. Katılımcıların medeni durumlarına göre YYTÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2	p
Yaşlılığı kabullenme zorluğu	Bekar	112	2,83	,88	5,154	,161
	Evli	200	2,61	,81		
	Boşanmış	27	2,52	,73		
	Dul	3	2,36	,92		
Sosyal yıpranma algısı	Bekar	112	2,77	,78	6,436	,092
	Evli	200	2,57	,68		
	Boşanmış	27	2,46	,66		
	Dul	3	2,60	,64		
Yaşamla baş etme zorluğu	Bekar	112	3,13	,91	4,455	,216
	Evli	200	2,94	,84		
	Boşanmış	27	2,82	,82		
	Dul	3	2,67	,81		
Olumsuz imge	Bekar	112	2,76	,86	5,454	,141
	Evli	200	2,61	,76		
	Boşanmış	27	2,38	,71		
	Dul	3	2,38	,45		
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı	Bekar	112	2,87	,80	5,557	,135
	Evli	200	2,67	,71		
	Boşanmış	27	2,54	,67		
	Dul	3	2,51	,70		

18-65 yaş arası yetişkinlerin medeni durumlarına göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya dair tutumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

18-65 yaş arası yetişkinlerin eğitim durumlarına göre yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasındaki ilişki Kruskal Wallis kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.18.'de yer verilmiştir.

Çizelge 3.18. Katılımcıların eğitim durumlarına göre YYTÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2	p
Yaşlılığı kabullenme zorluğu	İlköğretim	4	2,29	1,03	3,016	,555
	Lise	24	2,56	,77		
	Ön lisans	22	2,88	,99		
	Lisans	160	2,70	,79		
	Lisansüstü	132	2,64	,87		
Sosyal yıpranma algısı	İlköğretim	4	2,68	1,14	3,534	,473
	Lise	24	2,56	,66		
	Ön lisans	22	2,86	,87		
	Lisans	160	2,65	,68		
	Lisansüstü	132	2,58	,73		
Yaşamla baş etme zorluğu	İlköğretim	4	2,95	1,32	3,037	,552
	Lise	24	2,85	,83		
	Ön lisans	22	3,13	,97		
	Lisans	160	3,04	,86		
	Lisansüstü	132	2,93	,86		
Olumsuz imge	İlköğretim	4	2,91	1,45	2,199	,699
	Lise	24	2,62	,79		
	Ön lisans	22	2,85	,85		
	Lisans	160	2,65	,75		
	Lisansüstü	132	2,59	,82		
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı	İlköğretim	4	2,68	1,15	2,789	,594
	Lise	24	2,64	,69		
	Ön lisans	22	2,92	,90		
	Lisans	160	2,75	,70		
	Lisansüstü	132	2,67	,75		

18-65 yaş arası yetişkinlerin eğitim durumlarına göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

18-65 yaş arası yetişkinlerin gelir durumlarına göre yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçümler normal ise ANOVA değilse Kruskal Wallis testi ile analiz edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.19'da yer verilmiştir.

Çizelge 3.19. Katılımcıların gelir durumlarını algılayış biçimlerine göre YYTÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2 / F	p
Yaşlılığı kabullenme zorluğu	Alt	54	2,69	,84	$\chi^2 = 2,139$	,343
	Orta	236	2,70	,82		
	Üst	52	2,51	,91		
Sosyal yıpranma algısı	Alt	54	2,59	,72	$\chi^2 = 3,348$	,188
	Orta	236	2,68	,72		
	Üst	52	2,46	,68		
Yaşamla baş etme zorluğu	Alt	54	3,01	,91	F= 1,220	,297
	Orta	236	3,02	,85		
	Üst	52	2,82	,88		
Olumsuz imge	Alt	54	2,56	,82	$\chi^2 = 4,991$	,082
	Orta	236	2,71	,78		
	Üst	52	2,44	,82		
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı	Alt	54	2,70	,76	F=1,866	,156
	Orta	236	2,77	,73		
	Üst	52	2,55	,75		

18-65 yaş arası yetişkinlerin gelir durumlarına göre alt boyutlara ilişkin tutumları ile genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

18-65 yaş arası yetişkinlerin yakın çevresinde iletişim kurdukları 65 yaş üstü yaşlı birey olup olmamasına göre yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasındaki ilişki Mann Whitney U kullanılarak analiz edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.20.'de yer verilmiştir.

Çizelge 3.20. Katılımcıların yakın çevresinde iletişim kurdukları 65 yaş üstü yaşlı birey olup olmamasına göre YYTÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	U	p
Yaşlılığı kabullenme zorluğu	Evet	317	2,67	,82	3932,500	,950
	Hayır	25	2,70	1,04		
Sosyal yıpranma algısı	Evet	317	2,63	,70	3798,000	,729
	Hayır	25	2,62	,87		
Yaşamla baş etme zorluğu	Evet	317	2,99	,85	3915,000	,920
	Hayır	25	2,97	1,11		
Olumsuz imge	Evet	317	2,65	,79	3473,500	,304
	Hayır	25	2,51	,92		
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı	Evet	317	2,73	,72	3817,000	,760
	Hayır	25	2,70	,92		

18-65 yaş arası yetişkinlerin yakın çevresinde iletişim kurdukları 65 yaş üstü yaşlı birey olup olmamasına göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

18-65 yaş arası yetişkinlerin iletişim kurdukları yaşlı bireyle olan yakınlık derecesine göre yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçümler normalse ANOVA; değilse Kruskal Wallis ile analiz edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.21.'de yer verilmiştir.

Çizelge 3.21. Katılımcıların iletişim kurdukları yaşlı bireyle olan yakınlık derecesine göre YYTÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2 / F	P
Yaşlılığı kabullenme zorluğu	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	2,63	,78	F= 2,735	,066
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	2,81	,87		
	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	2,50	,89		
Sosyal yıpranma algısı	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	2,57	,65	F= 3,042	,049*
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	2,77	,75		
	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	2,56	,81		
Yaşamla baş etme zorluğu	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	2,95	,80	$\chi^2 = 1,988$	,370
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	3,10	,93		
	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	2,92	,84		
Olumsuz imge	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	2,59	,76	F= 2,183	,114
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	2,79	,83		
	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	2,58	,82		
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin	1.derece (Anne-Baba-Eş-Kardeş)	164	2,67	,67	F= 2,638	,073
	2.derece (Büyükanne/baba-Hala-Amca-Dayı-Teyze)	106	2,86	,79		
toplam ölçek puanı	3.derece (Arkadaş-Komşu-Diğer)	52	2,63	,80		

$p < 0.05$

18-65 yaş arası yetişkinlerin iletişim kurdukları yaşlı bireyle olan yakınlık derecesine göre yaşlılığı kabullenme, yaşamla baş etme zorluğu, olumsuz imgeye ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p > 0.05$). Fakat, yetişkinlerin iletişim kurdukları yaşlı bireyle olan yakınlık derecesine göre sosyal yıpranmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı farklılık vardır ($p < 0.05$). LSD pos hoc testine göre iletişim kurulan 65 yaş üstü bireyin 2.derece yakını olan yetişkinler ile 3.derece yakını olan yetişkinlerin sosyal yıpranmaya ilişkin tutumları arasındadır. 2. derece yakını olanlar, 3. derece yakını olanlara göre daha olumsuz tutuma sahiptir.

18-65 yaş arası yetişkinlerin tanıdıkları yaşlı bireyin kaldığı yerlere göre yaşlılık ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasındaki ilişki Kruskal Wallis ile analiz edilmiştir. Sonuçlara Çizelge 3.22.'de yer verilmiştir.

Çizelge 3.22. Katılımcıların tanıdıkları yaşlı bireyin kaldığı yere göre YYTÖ puanları.

		n	Ortalama	Std. sapma	χ^2	p
Yaşlılığı kabullenme zorluğu	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	2,37	,79	2,004	,735
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	2,70	,85		
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	2,57	,78		
	Yalnız yaşıyor.	88	2,68	,82		
	Diğer	24	2,70	,91		
Sosyal yıpranma algısı	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	2,48	,65	2,181	,702
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	2,67	,72		
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	2,47	,69		
	Yalnız yaşıyor.	88	2,61	,70		
	Diğer	24	2,75	,82		
Yaşamla baş etme zorluğu	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	3,05	,84	,984	,912
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	3,01	,86		
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	2,82	,81		
	Yalnız yaşıyor.	88	2,99	,86		
	Diğer	24	3,07	,87		
Olumsuz imge	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	2,60	,61	1,278	,865
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	2,69	,79		
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	2,48	,75		
	Yalnız yaşıyor.	88	2,64	,82		
	Diğer	24	2,67	,87		
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı	Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.	11	2,60	,67	1,190	,880
	Ailesiyle birlikte yaşıyor	170	2,76	,75		
	Aynı evde yaşıyoruz.	29	2,58	,69		
	Yalnız yaşıyor.	88	2,72	,72		
	Diğer	24	2,79	,83		

18-65 yaş arası yetişkinlerin tanıdıkları yaşlı bireyin kaldığı yerlere göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p>0.05$).

3.5. Katılımcıların Başarılı Yaşlanma Durumlarına Yönelik Bulgular

18-65 yaş arası yetişkinlerin başarılı yaşlanma durumlarına ilişkin betimsel istatistikler Çizelge 3.23.'de gösterilmiştir.

Çizelge 3.23. Katılımcıların başarılı yaşlanma durumlarına ilişkin betimsel istatistikler.

	Min.	Mak.	Ortalama	Std. Sapma	Düzy
Sağlıklı yaşam biçimi	1,67	7,00	5,47	1,33	Yüksek
Sorunlarla mücadele etme	1,43	7,00	5,55	1,13	Yüksek
Toplam başarılı yaşlanma puanı	1,50	7,00	5,53	1,12	Yüksek

18-65 yaş arası yetişkinlerin başarılı yaşlanma davranışlarının ortalaması yüksek düzeyde bulunmuştur. En yüksek ortalama “sorunlarla mücadele etme” alt boyutuna ilişkindir. Bir başka deyişle 18-65 yaş arası yetişkinler başarılı yaşlanma, sağlıklı yaşam biçimi ve sorunlarla mücadele etme konusunda başarılıdır.

3.6. Katılımcıların Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutumlarına Yönelik Bulgular

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumlarının betimsel istatistikleri Çizelge 3.24.’de gösterilmiştir.

Çizelge 3.24. Katılımcıların YYTÖ’ne ilişkin betimsel istatistikler.

	Min.	Mak.	Ortalama	Std. Sapma	Düzy
Yaşlılığı kabullenme zorluğu	1,00	5,00	2,67	0,83	Orta
Sosyal yıpranma algısı	1,00	5,00	2,63	0,71	Orta
Yaşamla baş etme zorluğu	1,00	5,00	2,99	0,87	Orta
Olumsuz imge	1,00	5,00	2,64	0,80	Orta
Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı	1,00	5,00	2,72	0,74	Orta

18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin tutum ortalaması orta düzeyde bulunmuştur. En yüksek ortalama “yaşamla baş etme zorluğuna” ilişkin bulunmuştur. Bir başka deyişle 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları orta düzeyde olumludur.

3.7. Katılımcıların Başarılı Yaşlanma Davranışları ile Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutumları Arasındaki İlişki

18-65 yaş arası yetişkinlerin başarılı yaşlanma davranışları ile yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasındaki ilişki Spearman'ın korelasyon katsayısı ile test edilmiştir. Sonuçlar Çizelge 3.25.'de verilmiştir.

Çizelge 3.25. Katılımcıların başarılı yaşlanma davranışları ile yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları arasındaki ilişki.

		Yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin toplam ölçek puanı
Toplam Başarılı Yaşlanma Puanı	Spearman's rho	-,211
	P	,000*
	N	342

* $p < 0.05$

18-65 yaş arası yetişkinlerin başarılı yaşlanma davranışları ile yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında-0,211 olan düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır ($p < 0.05$). 18-65 yaş arası yetişkinlerin başarılı yaşlanma davranışlarına ilişkin ölçek puanları artarken yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutum puanları azalmaktadır veya yetişkinlerin başarılı yaşlanma durumlarına ilişkin ölçek puanları azalırken yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutum puanları artmaktadır. Bir başka deyişle yaşlanma ve yaşlılığa yönelik olumlu tutuma sahip olan bireyler, daha başarılı yaşlanmaktadır.

4. TARTIŞMA

Araştırmaya katılan bireylerin başarılı yaşlanma ve yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin tutumlarına dair bulgular literatür göz önünde bulundurularak bu bölümde tartışılmıştır.

Araştırma dahilinde değişken olarak kabul edilen sosyo-demografik özelliklerden yaş değişkenine bakıldığında genel olarak heterojen bir dağılım görülmektedir. Bu durum üzerinde kartopu örneklem yönteminin tercih edilmesi etkili olmuştur. Katılımcıların %11,1 oranında 60 yaşında olduğu görülmektedir. Huzurevlerinde kalan ileri yetişkinlerin yaşları 80 yaş ve üzerinde yoğunluk göstermektedir. 80 yaş ve üzeri ileri yetişkinlerin çocuklarının yaşları ise genellikle 60 yaş civarındadır. Bu bulgu üzerinde araştırmanın başlangıç noktasında huzurevlerinin yer almasının etkili olduğu düşünülmektedir.

Cinsiyet değişkenine bakıldığında, araştırmaya katılmayı kabul eden 342 katılımcıdan 196'sı kadın (%57), 146'sı ise erkek (%43) olarak araştırmaya katkı sağlamışlardır. Katılımcılar içerisinde kadın katılımcıların erkek katılımcılardan fazla olması araştırmanın sınırlılıklarından biri olarak kabul edilebilir. Bu durum yaşlanma ve yaşlılık konusunda kadınların daha ilgili olmaları ile açıklanabilir. Araştırmaya katılan erkeklerin kadınlara kıyasla daha az olmasındaki diğer sebep ise örneklem seçiminin “kartopu örnekleme” olarak tercih edilmesidir. Kartopu örneklemede ilk katılımcı sayesinde diğer katılımcılara ulaşılır. Her katılımcının araştırmayı bir diğer katılımcıya ulaştırması ile örneklem sayısı elde edilmektedir. Bu nedenle araştırmaya katılmayı kabul eden ilk katılımcının cinsiyeti bu durumda belirleyici olmuştur. Ron'un (2007) yaşlı bireylerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumlarını araştırdığı çalışmasında kadın katılımcı oranının %61,6 erkek katılımcı oranının ise %38,4 olduğu görülmektedir. Benzer şekilde Baysan'ın (2008) yapmış olduğu çalışmada kadın katılımcı oranı %67,2'ken erkek katılımcı oranı %32,8'dir. Kaçan ve arkadaşlarının (2018) yapmış olduğu çalışmada kadın katılımcı oranı %60, erkek katılımcı oranı %40'tır.

Diğer yandan yaşamın büyük çoğunluğunun geçirildiği yer değişkeni açısından ulaşılan bulgular doğrultusunda %58 oranında metropol, %16 oranında büyükşehir ve

%16 oranında şehirde yaşanıldığı görülmektedir. Araştırmanın Ankara ilinde gerçekleştirilmesinin bu durum üzerinde etkileri olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca araştırmanın yalnızca Ankara ili ile sınırlandırılması, araştırmanın da sınırlılıkları arasındadır. Aksu'nun (2020) gerçekleştirdiği yüksek lisans tezi çalışmasında katılımcıların %90,2 oranında ilde yaşadığı görülmektedir.

Medeni durum değişkenine bakıldığında, katılımcıların %58 oranında evli olduğu görülmektedir. Katılımcıların %33'ü ise bekar olduğunu belirtmiştir. Yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumun ele alındığı araştırmalarda, katılımcıların medeni durumlarının oranlarında genellikle evli bireylerin diğer seçeneklere göre daha yüksek olduğu fark edilmektedir. Kaçan ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2018) benzer şekilde katılımcıların %55'i evlidir. Yazıcı'nın (2018) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada katılımcıların %72,2 oranında evli oldukları görülmektedir. Evli bireyler, sosyal bağlantıların daha güçlü olduğu bir yapıya sahip, araştırmaya katılmaya daha istekli ve erişilebilir olabilirler. Bu durum da evli bireylerin çalışmaya katılım oranını artırabilir. Evli katılımcıların daha çok katıldığı bir araştırmada bu nedenlerin hangi ölçüde etkili olduğunu belirlemek için daha fazla analiz yapmak ve katılımcıların profillerini daha detaylı incelemek gerekmektedir. Araştırmalara katılımın çeşitliliğini artırmak ve daha kapsayıcı sonuçlar elde etmek için farklı yaş gruplarından, sosyoekonomik düzeylerden ve medeni durumlardan katılımcılarla çalışmak önemlidir. Bu, araştırmanın sonuçlarının daha geniş bir toplum kesimine uygulanabilir ve anlamlı olmasını sağlayacaktır.

Eğitim değişkenine ait bulgular doğrultusunda, araştırmaya katılım sağlayan bireylerin neredeyse yarısının (%47) lisans mezunu olduğu, %39'unun ise lisansüstü bir eğitime sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre araştırmanın 18-65 yaş arası yetişkinlere uygulanmasının, eğitimde meydana gelen iyileştirmelerin, araştırmaya Ankara'nın sosyoekonomik yönden orta ve üst gelire sahip olan bireylerin tercih ettikleri huzurevlerinden başlamanın etkili olduğu düşünülmektedir. Ercan'ın (2021) çalışmasında lisans ve lisansüstü katılımcı oranı %44,71'dir.

Araştırmaya katılan bireylerin %16'sı gelirini alt, %69'u orta, %15'i ise üst olarak değerlendirmektedir. Literatür incelendiğinde benzer araştırmalarda katılımcıların çoğunluğunun kendilerini orta gelirli olarak değerlendirdikleri görülmektedir.

Özsungur'un gerçekleştirdiği çalışmada da (2018) katılımcılar %69,6 oranında kendilerini orta gelirli algıladıklarını belirtmişlerdir.

Katılımcıların 65 yaş üstü tanıdıkları olup olmadığı bulgusuna bakıldığında, %93 oranında evet cevabı verildiği görülmektedir. Araştırmanın başlangıç noktasının huzurevleri olması bu durumda etkili olmuştur.

65 yaş üstü tanıdığı olan bireylerin, yaşlı ile yakınlık dereceleri değerlendirildiğinde katılımcıların tanıdıkları yaşlının %31,6'sının annesi, %20,5'inin ise büyükannesi olduğu görülmektedir. Yaşlı bir tanıdığı olan katılımcıların, tanıdıkları yaşlılar %53 oranında ailesiyle birlikte yaşamaktadır. Katılımcıların tanıdıkları yaşlı ile yakınlık derecesi %51 oranında birince derece (anne, baba, eş, kardeş) akrabalık ilişkisidir.

Başarılı Yaşlanma Ölçeğinin iki alt boyutu bulunmaktadır. Bu kısımda araştırmaya katılan bireylerin sosyodemografik özellikleri ile Başarılı Yaşlanma Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişki alt boyut ve toplam başarılı yaşlanma durumu doğrultusunda değerlendirilmiştir.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanma arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Erkekler kadınlara göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanma konusunda daha başarılıdır. Sağlıklı yaşam alt boyutunda anlamlı farklılık yoktur. Yoldaş'ın gerçekleştirdiği çalışmada (2019) bu araştırmaya benzer olarak erkekler BYÖ toplamda kadınlara göre daha yüksek ve anlamlı puan almıştır. Yine Yoldaş'ın çalışması incelendiğinde bu araştırmadan farklı olarak sağlıklı yaşam alt boyutunda da erkeklerin aldıkları puan kadınlardan daha fazladır. Çin'de Nakagawa ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2021) bizim araştırmamıza benzer şekilde erkekler kadınlara göre daha başarılı yaşlanmaktadır. (Nakagawa, Cho ve Yeung, 2021). Bu sonuç üzerinde genetik faktörler, cinsiyet hormonları, yaşam tarzı, sosyal baskı ve kültürel etkenlerin etkili olabileceği düşünülmektedir.

Bir diğ er sosyodemografik özellik olan yaş  aısından bulgulara bakıldığında 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşları artıkça alt boyutlar ve toplam başarılı yaşlanma puanları artmaktadır. Düşük düzeyde doğrusal bir ilişkiye ulaşılmıştır. Bu sonuç üzerinde yaşın artmasıyla beraber bireylerin yaşlanma sürecini daha uzun deneyimleme şansı olmasının, tecrübelerin, zamanla artan bilgi ve birikimin etkili olduğu düşünülmektedir. Ayrıca 18-65 yaş arası katılımcıları genç yetişkin ve orta yetişkin olarak gruplandırıdığımızda orta yetişkinlik dönemi, bireylerin yaşam hedeflerini, değerlerini ve kişisel farkındalıklarını daha net bir şekilde anlamalarına yardımcı olabilir. Orta yetişkinler, kariyerlerinin olgunlaşması ve gelir düzeylerinin artması nedeniyle genç yetişkinlere göre daha iyi finansal duruma sahip olabilirler. Bu, yaşlanma sürecini daha iyi planlama ve ekonomik olarak daha güvende hissetme ve başarılı yaşlanma  aısından önemli bir avantaj olabilir. Literatür incelendiğinde ülkemizde başarılı yaşlanma ile ilgili yapılan araştırmaların genellikle ileri yetişkin bireylerle gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu nedenle bu sonucun farklı yaş aralıklarındaki bireylerin başarılı yaşlanma davranışları ve yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları arasındaki ilişkinin anlaşılması  aısından literatüre önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Jeste ve arkadaşlarının (2013) gerçekleştirdiği çalışmada da bizim çalışmamıza benzer şekilde 50 ve 99 yaş arası yetişkinlerde yaşın artması, yüksek başarılı yaşlanmayla ilişkili bulunmuştur. Bizim çalışmamızdan farklı olarak şengül' n (2022) yaptığı uzmanlık tezinde ise BYÖ toplam ve alt boyut puanlarının yaşla birlikte azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. şengül' n (2022)  alışmasındaki bu sonuç, tez çalışmamızdaki sonucu desteklememektedir. Araştırmanın 60 yaş ve üzeri kişilerle gerçekleştirilmiş olmasının bu sonuçta etkili olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların, yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre alt boyutlar ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Bu araştırmanın Ankara ili ile sınırlandırılmış olması araştırmanın sınırlılıklarından biridir. Araştırma sonuçlarını yorumlamak ve genelleme yapmak için daha çeşitli yerlerde analiz ve değerlendirme yapılması gerekmektedir. Aksu'nun (2020) yaptığı çalışmada da bu araştırmaya benzer olarak yerlere göre alt boyutlar ve başarılı yaşlanma puan ortalamalarının anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Hamid ve

arkadaşlarının gerçekleştirdiği (2012) ileri yetişkinler ile yapılan çalışmada da başarılı yaşlanmanın yaşanılan yer açısından anlamlı bir farklılık yaratmadığı görülmüştür.

Katılımcıların medeni halleri ile sorunlarla mücadele etme puanları arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bu farka göre boşanmış ya da evli olan bireyler sorunlarla mücadele etme açısından bekar kişilere göre daha başarılıdır. Katılımcıların medeni halleri ile sağlıklı yaşam biçimi ve başarılı yaşlanma arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Li ve arkadaşlarının Tayvan’da gerçekleştirilen bir çalışmada (2014) medeni durum ve başarılı yaşlanma arasında bir ilişki bulunamamıştır. Bu sonuçlar üzerinde, kültürel ve bireysel farklılıkların etkili olabileceği düşünülmektedir. Evli ya da boşanmış olan bireyler eş ve eski eşleri ile bekarlara göre daha fazla duygusal bağ ve desteğe sahip olabilir. İlişkiler, çatışmaları ve sorunları çözme becerilerini geliştirmede fırsatlar sunabilir. Bu nedenle, evli veya boşanmış bireyler daha iyi iletişim kurma ve problem çözme yetenekleri geliştirmiş olabilirler. Evli veya boşanmış bireyler genellikle daha stabil bir yaşam düzenine sahiptir. Bu düzen, günlük rutinleri ve sorumlulukları belirli bir yapıya oturtmayı sağlayarak, zorlukların daha etkili bir şekilde üstesinden gelmeyi kolaylaştırabilir.

Katılımcıların eğitim durumlarına göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı birer farklılık vardır. Lisans eğitime sahip katılımcıların sorunlarla mücadele etme durumları ile lisansüstü eğitime sahip katılımcıların sorunlarla mücadele etme durumları arasında anlamlı bir farklılık vardır ($p<0.05$). Bu farklılığa göre lisansüstü katılımcıların sorunlarla mücadele etme düzeyleri lisans mezunlarına göre daha olumludur. Aynı zamanda lisans eğitime sahip yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma durumları ile lisansüstü eğitime sahip yetişkinlerin toplam başarılı yaşlanma durumları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlıdır ($p<0.05$). Bu farklılık da lisansüstü mezun katılımcılar lisans eğitime sahip katılımcılara göre daha başarılı yaşlanmaktadır. Ancak eğitim durumları ve sağlıklı yaşam biçimi arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Literatür araştırmasına göre benzer olarak Demirel’in (2019) yaptığı çalışmada da eğitim düzeyi arttıkça başarılı yaşlanma puanları artmaktadır. Park ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada da (2013) eğitim düzeyi arttıkça başarılı yaşlanma düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. (Park ve Bischof, 2013).

Araştırmaya katılan bireylerin, gelir durumlarına göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulunan farklar, üst gelir durumuna sahip olan yetişkinlerin lehinedir. Bu sonuca göre maddi kaygı yaşamayan kişilerin sorunlarla başa çıkabilmesinde ve başarılı yaşlanma açısından maddi gücünü kullanabilme olanağının etkili olabileceği düşünülmektedir. Yoldaş'ın (2019) yaptığı çalışmada da başarılı yaşlanma puanlarının bu araştırmaya benzer şekilde gelir düzeyi yükseldikçe arttığı görülmektedir. 2020 yılında Thoma ve arkadaşlarının gerçekleştirdiği bir araştırma da sosyoekonomik durumun düzelmesinin başarılı yaşlanma düzeyini artırdığını ortaya koymuştur. (Thoma vd., 2021).

Katılımcıların yakın çevrelerine iletişim halinde oldukları 65 yaş üstü yaşlı bireylerin olup olmamasına göre alt boyutlar ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Araştırmanın farklı katılımcılar ve daha çeşitli yerler ile genişletilmesi ve desteklenmesi gerekmektedir.

Katılımcıların yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları yaşlı bireylere yakınlık derecesine göre sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı bir farklılık vardır. Yaşlı birey ile birinci dereceden yakınlığa sahip katılımcıların, ikinci dereceden yakına sahip olan katılımcılara göre sorunlarla mücadele etme alt boyut puanı ve toplam başarılı yaşlanma puanları daha yüksektir. Başka bir deyişle sorunlarla mücadele etme durumunda ve toplam başarılı yaşlanmada, birinci dereceden yakınlığa sahip olanlar daha başarılıdır. Literatür incelendiğinde, Lee ve arkadaşlarının (2019) yapmış olduğu araştırmaya göre yakın çevresinde yaşlı bir birey olan ve olmayan kişilerin başarılı yaşlanma düzeyleri arasındaki farklılıklar araştırılmıştır. Araştırmanın sonucunda, yakın çevresinde yaşlı bir birey olan kişilerin daha yüksek bir başarılı yaşlanma düzeyine sahip olduğu ve aile desteğinin önemli bir faktör olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte bizim araştırmamızda yakın çevrelerinde iletişim halinde oldukları yaşlı bireylere yakınlık derecesine göre sağlıklı yaşam biçimine ilişkin durumları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Araştırmaya katılan bireylerin tanıdıkları yaşlı bireylerin yaşadıkları yerlere göre alt boyutlar ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı bir fark

bulunamamıştır. Yaşlı bireylerin kaldıkları yerlerin çeşitli olması, örneklem sayısı gibi etmenlerin bu durum üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde bizim çalışmamızdan farklı olarak Ünal'ın yaşlılarla yaptığı çalışmada (2021) ailesi ile birlikte yaşayan yaşlıların başarılı yaşlanma düzeyleri yüksek bulunmuştur.

Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutum Ölçeğinin yaşlılığı kabullenme zorluğu, sosyal yıpranma algısı, yaşamla baş etme zorluğu ve olumsuz imge olmak üzere toplamda dört alt boyutu vardır.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre yaşlılığı kabullenme, sosyal yıpranma, yaşamla baş etme zorluğuna ilişkin tutumları ile genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunmuştur. Bulunan bu fark, erkek yetişkinlerin lehinedir. Ancak, katılımcıların cinsiyetlerine göre olumsuz imgeye ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılaşma gözlenmemiştir. Kang ve arkadaşlarının yaptığı (2011) çalışmada da benzer şekilde erkeklerin kadınlara göre daha olumlu tutumlara sahip oldukları görülmüştür. Çalışmamızdan farklı olarak Ünal ve arkadaşlarının (2012) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada kadınların erkeklere kıyasla daha olumlu tutumlar sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Ülkemizde hem çocuk hem de yaşlılara bakım verme rolü ağırlıklı olarak kadınların üzerindedir. Kadınların yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin tutumlarının olumsuz olmasındaki neden olarak bakım verme rolünün etkili olduğu düşünülebilir.

Katılımcıların yaşları ile yaşlılığı kabullenme, sosyal yıpranma, yaşamla baş etme zorluğuna ilişkin tutumları ile genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye ulaşılmıştır. Ancak araştırmaya katılan katılımcıların yaşları ile olumsuz imge alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişki yoktur. Katılımcıların yaşları arttıkça yaşlılığı kabullenme, sosyal yıpranma, yaşamla baş etme zorluğuna ilişkin tutum puanları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutum puanları azalmaktadır. Sonuç olarak katılımcıların yaşları arttıkça yaşlanma ile yaşlılığa dair tutumları olumlu yönde değişmektedir. Ercan'ın (2021) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada Y kuşağında doğan kişilerin YYTÖ aldıkları puan ortalaması 137.21 ± 33.81 iken Z kuşağında doğan kişilerin YYTÖ'den aldıkları puan ortalaması

138.60±32.65 bulunmuştur. Y kuşağındaki kişiler, Z kuşağındaki kişilere göre yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin daha olumlu tutumlara sahip olmalarına rağmen istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Araştırmaya katılan bireylerin yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır. Kurtkapan'ın (2020) yaptığı çalışmada bu araştırmadan farklı olarak kır veya köyde yaşayan bireylerin “Yaşamla Baş Etme Zorluğu” alt boyutundan kentte yaşayan bireylere göre daha yüksek puan aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer deyişle kır veya köyde yaşayan bireyler yaşamla baş etme konusunda daha olumsuz bir tutuma sahiplerdir. Bu farklılıkların nedeni olarak bizim araştırmamızda örneklemin Ankara ile sınırlı olması, coğrafi ve kültürel farklılıklar olarak düşünülebilir.

Katılımcıların medeni durumlarına göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır. Literatür incelendiğinde bizim çalışmamıza benzer şekilde Ercan'ın (2021) yaptığı çalışmada da medeni durum ve YYTÖ puanları açısından anlamlı bir farklılığa ulaşılmamıştır.

Katılımcıların eğitim durumlarına göre yaşlılığı kabullenme, sosyal yıpranma, yaşamla baş etme zorluğu, olumsuz imgeye ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır. Çetin'in (2019) ileri yetişkinler ile gerçekleştirdiği çalışmasında da bizim çalışmamıza benzer şekilde eğitim durumunun, yaşlılık algısıyla anlamlı bir ilişkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ercan'ın (2021) yaptığı çalışmada da eğitim ve YYTÖ puanı açısından anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir.

Araştırmaya katılan bireylerin gelir durumlarına göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır. Literatür incelendiğinde benzer şekilde Göçer'in (2012) yaşlılık ve yaşlı ayrımcılığı çalışmasında gelir durumu, Yaşlı Ayrımcılığı Tutum Ölçeği puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Katılımcıların yakın çevresinde iletişim kurdukları 65 yaş üstü yaşlı birey olup olmamasına göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır. Benzer şekilde Coşkun'un (2019) hekimler ile yapmış olduğu çalışmasında evinde yaşlı yaşayan ve yaşamayan kişilerin YYTÖ puanı bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır.

Araştırmaya katılan bireylerin iletişim kurdukları yaşlı bireyle olan yakınlık derecesine göre yaşlılığı kabullenme, yaşamla baş etme zorluğu, olumsuz imgeye ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır. Ancak, yetişkinlerin iletişim kurdukları yaşlı bireyle olan yakınlık derecesine göre sosyal yıpranmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farka ulaşılmıştır. Bu fark, 65 yaş üstü bireyin ikinci derece yakını olan yetişkinler ile üçüncü derece yakını olan yetişkinlerin tutumları arasındadır. Bir başka deyişle üçüncü derece yakınlığa sahip katılımcılar, ikinci derece yakınlığa sahip olanlara göre sosyal yıpranma bakımından daha olumlu bir tutuma sahiptir. Literatüre bakıldığında yaptığımız araştırma ile örtüşen sonuçlar veren çalışmalar bulunduğu gibi karşı görüşte sonuç veren çalışmalar da olduğu görülmektedir. Liu ve arkadaşlarının (2015) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada ABD'de yaşlı ebeveynleri ile birlikte yaşayan yetişkin çocukların, daha az depresyon, daha iyi zihinsel sağlık, daha az anksiyete ve daha az stres yaşadıkları bulunmuştur. Görüldüğü üzere bu araştırma bizim araştırmamızı tam olarak desteklememektedir. Bu durumun aile içi ilişkilerin karmaşık yapısı, değişkenliği ve kültürel farklılıklardan kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların tanıdıkları yaşlı bireyin kaldığı yerlere göre alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır. Literatür incelendiğinde Bulut'un (2015) cerrahi hemşirelerle gerçekleştirmiş olduğu çalışmada katılımcıların yaşlı bireylerle yaşama durumu açısından YATÖ puanı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. İlerleyen dönemlerde araştırmanın farklı mekanlarda ikamet eden yaşlı ve yakınlarıyla daha geniş bir örnekleme yapılması araştırma sonuçları için destekleyici olacaktır.

Katılımcıların BYÖ puan ortalaması yüksek düzeyde bulunmuştur. En yüksek ortalama “sorunlarla mücadele etmeye” ilişkindir. Literatür incelendiğinde Güngör ve Kılıç’ın (2016) gerçekleştirdiği çalışmada katılımcıların başarılı yaşlanma düzeylerinin yüksek olduğu ve yaşam kaliteleri ile olumlu bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, bizim araştırma sonucumuzla örtüşmektedir.

Araştırmamızda katılımcıların yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin tutum ortalaması orta düzeyde bulunmuştur. En yüksek ortalama “yaşamla baş etme zorluğuna” ilişkin bulunmuştur. Levy ve arkadaşlarının (2002) gerçekleştirdiği çalışmada da bizim çalışmamızla benzer şekilde sonuçlara ulaşılmıştır. Yaşlı yetişkinlerin yaşlılık ve yaşlanmaya yönelik tutumlarıyla ilgili 98 araştırmanın meta-analizi yapılmış ve ortalama bir tutum puanı hesaplanmıştır. Bu çalışmada, yaşlı yetişkinlerin genellikle orta düzeyde bir olumlu tutuma sahip oldukları bulunmuştur.

Katılımcıların başarılı yaşlanma davranışları ile yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında -0,211 düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Sonuç olarak 18-65 yaş arası yetişkinlerin başarılı yaşlanmaya ilişkin ölçek puanları artarken yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutum puanları azalmaktadır. Yapılan literatür taramasında başarılı yaşlanma ve yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutum arasındaki ilişkiyi 18-65 yaş arası yetişkinler ile inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Yaşlanma tüm hayat boyu devam eden bir süreçtir ve başarılı bir yaşlanma süreci ve yaşlılık dönemi için tüm yaşam dönemlerinin bütüncül olarak ele alınması, sürecin daha iyi anlaşılabilmesi adına önemlidir. Bu nedenle bizim çalışmamızın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Beşinci bölümde, araştırmanın sonuçları ve bu verilere dayanarak ortaya çıkan bulgular sunulmuştur. Ayrıca, bu bulgular ışığında yapılan öneriler de ifade edilmiştir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların başarılı yaşlanma davranışlarının yüksek olduğu ortaya çıkmaktadır. Katılımcıların yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları ise orta düzeydedir. Katılımcıların başarılı yaşlanma ile yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Başka bir deyişle başarılı yaşlanma davranışı arttıkça, yaşlanma ve yaşlılığa yönelik olumsuz tutumlar azalmaktadır.

Diğer yandan, araştırmanın sonucuna göre elde edilen genel bulguları maddeler halinde sıralayacak olursak;

- Erkek katılımcıların, başarılı yaşlanma ve sorunlarla mücadele etme durumları kadın katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca erkek katılımcıların yaşlılığı kabullenme, sosyal yıpranma, yaşamla baş etme zorluğuna ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları, kadın katılımcılara göre daha olumludur. Diğer yandan kadın ve erkek yetişkinlerin sağlıklı yaşam biçimine ilişkin davranışları arasında anlamlı fark bulunamamıştır. Bununla birlikte 18-65 yaş arası yetişkinlerin cinsiyetlerine göre olumsuz imgeye ilişkin tutumları arasında da anlamlı bir farklılaşma gözlenmemiştir.
- Katılımcıların yaşları arttıkça sağlıklı yaşam biçimi, sorunlarla mücadele etme ve toplam başarılı yaşlanma puanları artmaktadır. Ayrıca katılımcıların yaşları arttıkça yaşlılığı kabullenme, sosyal yıpranma, yaşamla baş etme zorluğuna ilişkin tutum puanları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutum puanları azalmaktadır. Sonuç olarak katılımcıların yaşları arttıkça yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin tutumları olumlu yönde değişmektedir. Diğer yandan 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşları ile olumsuz imge alt ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

- Yetişkinlerin yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre sağlıklı yaşam biçimi, sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ayrıca 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşamlarının büyük çoğunluğunu geçirdikleri yerlere göre YYTÖ'nün alt boyutlara ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır.
- Katılımcıların, medeni durumlarına göre bakıldığında bekar yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumları ile evli ve boşanmış yetişkinlerin sorunlarla mücadele etme durumları arasında anlamlı bir farklılık vardır ($p<0.05$). Bir başka deyişle evli ya da boşanmış yetişkinler sorunlarla mücadele etme konusunda bekar yetişkinlere göre daha başarılıdır. Diğer yandan yetişkinlerin medeni durumlarına sağlıklı yaşam biçimine yönelik ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı fark yoktur. Yetişkinlerin medeni durumlarına göre YYTÖ'nün alt boyutları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır.
- Katılımcıların eğitim düzeyi yükseldikçe sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları olumlu yönde artmaktadır. Lisansüstü eğitimi olan katılımcıların, lisans düzeyinde eğitime sahip olan katılımcılara göre sorunlarla mücadele etme ve toplam başarılı yaşlanma açısından daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Diğer yandan katılımcıların, eğitim durumları ile sağlıklı yaşam biçimine ilişkin algıları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ayrıca katılımcıların eğitim durumlarına göre YYTÖ'nün alt boyutlarına ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır.
- Üst gelir durumuna sahip katılımcıların sorunlarla mücadele etme ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları diğer katılımcılara göre daha olumludur. Katılımcıların gelir durumlarına sağlıklı yaşam biçimine ilişkin davranışları arasında anlamlı bir farklılığa ulaşılamamıştır. Diğer yandan gelir durumlarına göre YYTÖ'nün alt boyutlarına ilişkin tutumları ve genel

olarak yaşlılık ile yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır.

- Katılımcıların yakın çevrelerine iletişim halinde oldukları 65 yaş üstü yaşlı bireylerin olup olmamasına göre BYÖ'nün alt boyutları ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı fark bulunamamıştır. Ayrıca YYTÖ'nün alt boyutlarına ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır.
- Birinci dereceden yaşlı yakına sahip katılımcılar sorunlarla mücadele etme ve toplam başarılı yaşlanma konusunda, ikinci dereceden yaşlı yakına sahip olan katılımcılara göre istatistiksel açıdan anlamlı şekilde daha yüksek puan almışlardır. İkinci derece yakını olan yetişkinler ile üçüncü derece yakını olan yetişkinlerin sosyal yıpranmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı farklılık vardır. Bu farklılığa göre; ikinci dereceden yakına sahip olan katılımcılar sosyal yıpranma yönünden üçüncü derece yakını olan katılımcılara göre daha olumsuz bir tutuma sahiptir. Diğer yandan katılımcıların yakın çevrelerine iletişim halinde oldukları yaşlı bireylere yakınlık derecesine göre sağlıklı yaşam biçimine ilişkin davranışları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Benzer şekilde katılımcıların iletişim kurdukları yaşlı bireyle olan yakınlık derecesine göre yaşlılığı kabullenme, yaşamla baş etme zorluğu, olumsuz imgeye ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında anlamlı birer farklılık bulunamamıştır.
- Katılımcıların tanıdıkları yaşlı bireylerin yaşadıkları yerlere göre BYÖ'nün alt boyutları ve başarılı yaşlanmaya ilişkin davranışları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sonuç olarak katılımcıların tanıdıkları yaşlı bireyin kaldığı yerlere göre YYTÖ'nün alt boyutlarına ilişkin tutumları ve genel olarak yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları arasında da anlamlı birer farklılık bulunamamıştır.

Bu bölümde araştırmanın sonuçlarına göre mikro, mezo ve makro düzeyde önerilere yer verilmiştir.

Mikro düzeyde öneriler:

- Çalışmamızda elde ettiğimiz bulgulara göre yaşlanma ve yaşlılıkla ilgili olumlu tutumlar geliştirmek, başarılı yaşlanmada önemli bir etken olduğu görülmektedir. Bu noktada yaşlılık sürecinde karşılaşılan zorluklara olumlu bir bakış açısıyla yaklaşmak, başarılı yaşlanmada göz önünde bulundurulması gereken hususlardan biridir. Yaşlanmanın doğal bir süreç olduğunu kabul etmek, yaşlılıkta tecrübelerin ve bilgeliğin artacağına inanmak, yaşam kalitesini artıracaktır.
- Kendi yaşlanma sürecimizi ve yaşlı bireylerin deneyimlerini anlamanın yaşlılıkla ilgili olumlu tutumlar geliştirmeye katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Bireylerin fiziksel, bilişsel ve psikolojik sağlıklarını korumaları ve buna uygun bir yaşam biçimi benimsemeleri de başarılı yaşlanma sürecini destekleyecektir. Düzenli fiziksel aktivite yapmak, kilo kontrolünü sağlamak, sigara ve alkol kullanmamak, bilişsel egzersizler yapmak, stresle başa çıkma yöntemlerini kullanmak, depresyondan korunmak bu süreçte bireyler açısından destekleyici olacaktır. Sosyal hizmetin bu konuda bireylere danışmanlık ve profesyonel hizmetlere yönlendirme açısından faydalı olacağı düşünülmektedir.

Mezzo düzeyde öneriler:

- Yaşlı bireylerin, genç nesillerle bir arada yaşayabileceği topluluklar oluşturulmalıdır. Bu tür topluluklar aracılığı ile yaşlıların tecrübelerini genç nesillerle paylaşmaları, birbirlerinden öğrenmeleri ve karşılıklı fayda sağlamaları mümkün olacaktır. Bu konuda kuşaklararası dayanışma önem arz etmektedir.
- Yerel yönetimlerce bireylerin fiziksel, bilişsel ve psikolojik bütünlüğünü korumaya yönelik gerontolojik danışmanlık sunan merkezlerin sayısı artırılmalıdır.

Makro düzeyde öneriler:

- Yaşlıların aktif, sağlıklı, mutlu ve değerli birer birey olduğunu vurgulayan, yaşlılıkla ilgili olumlu mesajlar veren medya içerikleri, toplumun genel tutumunu pozitif yönde etkileyecektir.
- Başarılı yaşlanmaya yönelik hizmetlerin etkili bir şekilde sunulabilmesi için gerekli kaynakların sağlanması, bu alanda çalışacak personelin eğitimi ve denetimi de önem arz etmektedir.



ÖZET

18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yaşlanma bebeğin anne rahmine düştüğü an başlayan ve hayatı boyunca devam eden bir süreçtir. Yaşlılık ise yaşam dönemleri içerisinde kaçınılmaz olan son dönemdir. Bu bilgiler göz önünde bulundurulduğunda bir bebeğin de ileri yetişkin bir bireyin de yaşlanma süreci içerisinde olduğu söylenebilir. Başarılı yaşlanma, bireyin ileri yetişkinlik dönemine geçmeden önce, sağlığını korumak amacıyla önlem almasını, fiziksel, bilişsel, psikolojik ve sosyal açıdan sağlıklı olmasını, ileri yetişkinlik döneminde de bilgece davranmasını ifade eder. Algı ve tutumların çocukluk döneminde oluşmaya başladığı ve yetişkinlik döneminde de geliştiği bilinmektedir. Bireyin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik algısı ve tutumu kendi başarılı yaşlanma süreci ve yaşlılık dönemi üzerinde bir etkiye sahiptir. Bu nedenle genç ve orta yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları ile başarılı yaşlanma davranışları arasındaki ilişkinin, sosyal hizmet alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu tez çalışmasının konusu 18-65 yaş arası yetişkinlerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları ile başarılı yaşlanma arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu doğrultuda araştırmanın kapsamını Ankara’da yaşayan 18-65 yaş arası yetişkinlerin sosyo- demografik özellikleri ile, yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları ve başarılı yaşlanma davranışları oluşturmıştır.

Kartopu örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenen katılımcılara sosyo-demografik bilgi formu, Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutum Ölçeği ve Başarılı Yaşlanma Ölçeği uygulanmıştır. Ardından elde edilen veriler SPSS paket programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların başarılı yaşlanma davranışlarının yüksek olduğu ortaya çıkmaktadır. Katılımcıların yaşlanma ve yaşlılığa yönelik tutumları ise orta düzeydedir. Katılımcıların başarılı yaşlanma ile yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu ilişkiye göre başarılı yaşlanma davranışı arttıkça, yaşlanma ve yaşlılığa yönelik olumsuz tutumlar azalmaktadır.

Anahtar Sözcükler: başarılı yaşlanma, tutum, yaşlanma, yaşlılık, yetişkin

SUMMARY

Investigation of the Relationship Between Successful Aging and Attitudes Towards Aging and Old Age of Adults aged 18-65

Aging is a process that begins the moment the baby falls into the mother's womb and continues throughout his life. Old age is the last inevitable period of life. Considering this information, it can be said that both an infant and an advanced adult are in the aging process. Successful aging means that an individual takes precautions to protect his/her health, be healthy physically, cognitively, psychologically and socially, and behaves wisely in advanced adulthood. It is known that perceptions and attitudes begin to form in childhood and develop in adulthood. An individual's perception and attitude towards aging and aging has an impact on his or her successful aging process and old age. For this reason, it is thought that the relationship between young and middle adults' attitudes towards aging and old age and successful aging behaviors will contribute to the field of social work.

The subject of this thesis is to examine the relationship between the attitudes of adults aged 18-65 towards aging and old age and successful aging. In this direction, the scope of the research consists of the socio-demographic characteristics, attitudes towards aging and old age, and successful aging behaviors of adults between the ages of 18-65 living in Ankara.

A socio-demographic information form, Attitudes towards Aging and Aging Scale, and Successful Aging Scale were applied to the participants who were determined using the snowball sampling method. Then, the obtained data were analyzed through the SPSS package program. According to the results obtained, it is revealed that the successful aging behaviors of the participants are high. The participants' attitudes towards aging and old age are at a moderate level. It was concluded that there is a significant relationship between successful aging and the attitudes of the participants towards aging and aging. According to this relationship, as successful aging behavior increases, negative attitudes towards aging and old age decrease.

Keywords. successful aging, attitude, aging, old age, adult

KAYNAKLAR

- AKÇA G (2019). Altmış Yaş ve Üzeri Bireylerde Başarılı Yaşlanma Düzeyini Etkileyen Kişisel Değişkenlerin Analizi. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği.
- AKDEMİR N, ÇINAR Fİ, GÖRGÜLÜ Ü. (2007). Yaşlılığın algılanması ve yaşlı ayrımcılığı. *Türk Geriatri Dergisi*, **10**(4): 215-222.
- AKPINAR Ö (2021). Üniversite Öğrencilerinin Yaşlılık Tutumlarının Ölçülmesi İstanbul Üniversitesi Örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- ARNETT JJ (2004). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*. New York: Oxford University Press.
- ARTAN T (2017). *Yaşlılarla Sosyal Hizmet*. Ankara: SABEV.
- BAŞ F (2021). Sosyal Hizmet Bölümü Öğrencilerinin Yaşlılık Algıları Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- BAUMGARTNER H, HOMBURG C (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International Journal of Research in Marketing*, **13**(2): 139-161.
- BAYSAN NP (2008). Yaşlıların Yaşlılık Algısı ve Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- BEĞER T, YAVUZER H (2012). Yaşlılık ve yaşlılık epidemiyolojisi. *Klinik Gelişim*, **25**: 1-3.
- BENTLER PM (1980). Multivariate analysis with latent variables. Causal modeling. *Annual Review of Psychology*, **31**: 419-456.
- BİLİR N (2004). Yaşlanan Toplum. *Sağlıklı ve Başarılı Yaşlanma* (s. 2). içinde Ankara: Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Araştırma Merkezi.
- BİLİR N (2013). Yaşlanan Toplum. *Sağlığımız Önceliğimizdir Yaşlanırken Sağlıklı Kalalım* (s. 17). (Dü. GÖKÇE-KUTSAL Y). içinde Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- BİRİNCİ E (2020). *Y Kuşağının Yaşlı ve Yaşlılık Algısı*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- BOND J, CORNER L (2004). *Quality of Life and Older People*. New York: Open University Press.
- BOWLING A (2005). *Ageing well: Quality of Life in Old Age*. UK: McGraw-Hill Education.

- BÜYÜKÖZTÜRK Ş, KILIÇ ÇAKMAK E, AKGÜN ÖE, KARADENİZ Ş, DEMİREL F (2020). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- CANGÖZ B (2013). Sağlıklı Bilişsel ve Psikolojik Yaşlanma. *Yeni Başlangıçlara Hazır Mıyız? Sağlıklı ve Aktif Yaşlanma* (s. 142). (Dü. GÖKÇE-KUTSAL Y) içinde Ankara: Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Uygulama ve Araştırma Merkezi.
- CANGÖZ B (2013). Sağlıklı Bilişsel Yaşlanma ve Demansların Bilişsel Süreçler Üzerindeki Etkileri. *Sağlık Psikolojisi* (s. 137). (Dü. OKYAVUZ ÜH). içinde Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- CÜCELOĞLU D (2014). *İnsan ve Davranış*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- ÇELİK SEYİTOĞLU D (2019). Malatya İli Battalgazi İlçesinde, 65 Yaş ve Üzeri Yaşlılarda İstismar, Depresyon, Başarılı Yaşlanma Durumlarının Saptanması ve Etkileyen Faktörler. Yayımlanmış Tıpta Uzmanlık Tezi, İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- ÇOK F (1994). Gelişim psikolojisi: Ergenlik ve yetişkinlik. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 27(2): 905-935.
- DAĞLI Y (2018). Orta Yaş ve Yaşlı Bireylerin Yaşlılık Dönemine İlişkin Algılarının ve Yaşam Boyu Öğrenme İhtiyaçlarının Değerlendirilmesi. Yayımlanmış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- DEGGES-WHITE SE (2003). The Relationships Among Transitions, Chronological Age, Subjective Age, Wellness, and Life Satisfaction in Women at Midlife. Dissertations Theses, The University of North Carolina The Faculty of the Graduate School.
- DEMİREL KM (2019). Yaşlılıkta Karşılaşılan Uyum Güçlükleri ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- DRURY L, HUTCHISON P, ABRAMS D (2016). Direct and extended intergenerational contact and young people's attitudes towards older adults. *British Journal of Social Psychology*, 55(3): 522-543.
- DURAK, M. (2019). Yaşlılık Döneminde Psikososyal ve Bilişsel Gelişim. *Yetişkinlik ve Yaşlılık Psikolojisi ve Gelişimi* (s. 205-235). (Dü. BACANLI H, IŞIK Ş). içinde, Ankara: Pegem Akademi.
- DUYAN V, ÖZGÜR BAYIR Ö (2016). *Sosyal Hizmete Giriş*. Ankara: Sosyal Çalışma Yayınları.
- ERCAN G (2021). Y ve Z Kuşağındaki Kişilerin Yaşlı Ayrımcılığı ve Yaşlanmaya İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- ERDEN AKİ, Ö. (2013). İleri Yaşlarda Ruh Sağlığı. *Yeni Başlangıçlara Hazır Mıyız? Sağlıklı ve Aktif Yaşlanma* (s. 27). (Dü. GÖKÇE KUTSAL Y). içinde Ankara: Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Uygulama ve Araştırma Merkezi.
- ERIKSON EH (2020). *İnsanın 8 Evresi*. (Çev. AKKAYA G). İstanbul: Okuyan Us.

- FERNANDEZ-BALLESTEROS R, CAPRARA M, SCHETTINI R, BUSTILLOS A, MENDOZA- NUNEZ V, OROSA T (2013). Effects of university programs for older adults. Changes in cultural and group stereotype, self perception of aging and emotional balance. *Educational Gerontology*, **39**(2): 119-131.
- GÖKÇE KUTSAL Y, CANGÖZ B, BAYDAR T (Dü). (2018). *Geriatrik Bilimler*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- GÖRGÜN BARAN A (2018). Sosyoloji ve Yaşlanma. *Geriatrik Bilimler*. (Dü. GÖKÇE KUTSAL Y, CANGÖZ B, BAYDAR T). içinde Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- GÜLER Ç, ÇOBANOĞLU Z (1994). *Yaşlı ve Çevre*. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı.
- HAZER O, ÖZSUNGUR F (2017). Başarılı Yaşlanma Ölçeği (BYÖ) Türkçe versiyonu. *International Journal Of Education Technology and Scientific Researches*, **4**: 184-206.
- IWAMASA G, IWASAKI M (2011). A new multidimensional model of successful aging: Perceptions of Japanese American older adults. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, **26**(3): 261-278.
- İLHAN T (2019). Orta Yetişkinlik Döneminde Psikososyal ve Bilişsel Gelişim. *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*. (s. 188-190). (Dü. BACANLI H, IŞIK Ş). içinde Ankara: Pegem Akademi.
- İNCEOĞLU M (2011). *Tutum Algı İletişim*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- KAÇAN H, DİBEKLİ E, AKKAN K (2018). Toplumda yaşayan bireylerin yaşlı ayrımcılığı tutum düzeylerinin incelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, **11**(2): 8-15.
- KAHVECİ G (2019). Fiziksel Gelişim (Genç Yetişkinlik, Yetişkinlik, Yaşlılık). *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*. (s. 107-141) (Dü. BACANLI H, IŞIK Ş). içinde Ankara: Pegem Akademi.
- KARAKUŞ B (2018). *Türkiye’de Yaşlılara Yönelik Hizmetler, Kurumsal Yaşlı Bakımı ve Kurumsal Yaşlı Bakımında İllerin Durumu*. Ankara: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Yayınları
- KILIÇ M (2020). *Gerçek yaşam tadında: Yaşam dönemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- KLİNE RB (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. New York: The Guilford Press.
- KOLLAND F (2017). Eğitimsel Gerontoloji Yaşlanan Toplumlarda Yaşam Boyu Öğrenme. *Gerontoloji – Kapsam, Disiplinlerarası İş Birliği, Ekonomi ve Politika* (s. 93). (Dü. TUFAN İ, DURAK M). içinde, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- KURTKAPAN H (2020). Y kuşağı gençliğinin yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin tutumları: Nevşehir örneği. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, **13**(1): 48-55.
- LACHMAN ME (2001). *Handbook of Midlife Development*. New York: John Wiley & Sons.

- LACHMAN ME (2004). Development in midlife. *Annual Review of Psychology*, **55**(1): 305-331.
- LEVINSON J (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, **41**(1): 3-13.
- LEVY BR (2003). Mind matters. Cognitive and physical effects. *The Journals of Gerontology*, **58**(4): 203-211.
- MCCONATHA JT, SCHNELL F, VOLKWEIN K, RILEY L, LEACH E (2003). Attitudes toward aging: A comparative analysis of young adults from the United States and Germany. *The International Journal of Aging and Human Development*, **57**(3): 203-215.
- MÜFTÜLER HG (2021). *Yaşlılık Sosyolojisi Kurumsal Yaklaşım*. Ankara: Pegem Akademi.
- NAKAGAWA T, CHO, J, YEUNG DY. (2021). Successful aging in East Asia: comparison among China, Korea, and Japan. *The Journals of Gerontology: Series B*, **76**(Supplement_1): S17-S26.
- ONUR B (1995). Genç Yetişkinlik. *Gelişim Psikolojisi* (s. 45). (Dü. ONUR B). içinde Ankara: İmge Kitabevi.
- ÖZMETE E (2012). Başarılı yaşlanma. *Biz Bir Aileyiz Dergisi*, **1**(1): 1-5.
- ÖZSUNGUR F (2018). Yaşlıların Teknoloji Kabul ve Kullanım Davranışlarının Başarılı Yaşlanma Üzerindeki Etkilerinin Analizi: Adana İli Örneği. Yayımlanmış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- PARK DC, BISCHOF GN (2013). *Neuroscientist*, **19**(1): 81-94.
- RON P (2007). Elderly people's attitudes and perceptions of aging. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, **22**(7): 656-662.
- ROWE J, KAHN R (1997). Successful aging. *The Gerontological Society of America*, **37**(4): 433-440.
- SANTROCK JW (2011). *Yaşam Boyu Gelişim: Gelişim Psikolojisi*. (Çev. YÜKSEL G) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- SOYUER F, SOYUER A (2008). Yaşlılık ve fiziksel aktivite. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, **15**(3): 219-224.
- STEVERINK N, WESTERHOF GJ, BODE C, DITTMANN-KOHLI F (2001). The personal experience of aging, individual resources, and subjective well-being. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, **56**(6): 364-373.
- ŞANLI S (2012). Başarılı Bir Yaşlanma İçin Yaşlı Yetişkinlerin Eğitim İhtiyaçlarının Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- ŞENGÜL E (2022). 60 Yaş Üstü Kişilerde Başarılı Yaşlanma ile Yaşam Doyumu ve Günlük Fiziksel Aktivitelerinin Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- ŞINGİR H (2019). Genç Yetişkinlik Döneminde Psikososyal ve Bilişsel Gelişim. *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi* (s. 142-144). (Dü. BACANLI H, IŞIK Ş). içinde Ankara: Pegem Akademi.
- THOMA MV, KLEINEIDAM L, FORSTMEIER S, MAERCKER A, WEYERER S, EISELE M, WAGNER M. (2021). Associations and correlates of general versus specific successful ageing components. *European journal of ageing*, **18**(4): 549-563.
- TOSUN NB (2017). *Marka Yönetimi*. İstanbul: Beta Yayınları.
- TUFAN İ (2020). *Gerontolojiye Hazırlık*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- TUFAN İ, OKTUĞ ZENGİN M, TAMER KÖSE M (2017). Sosyal Gerontoloji. *Gerontoloji – Kapsam, Disiplinlerarası İş Birliği, Ekonomi ve Politika* (s. 74-76). (Dü. TUFAN İ, DURAK M). içinde Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- TUNA M, TENLİK Ö (2017). Türkiye'de ve Dünyada Yaşlanma. *Gerontoloji – Kapsam, Disiplinlerarası İş Birliği, Ekonomi ve Politika*, (s. 5-8). (Dü. TUFAN İ, DURAK M). içinde Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- TÜİK. (2020, Aralık). *TÜİK Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları*. Aralık 30, 2020 tarihinde <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Adrese-Dayali-Nufus-Kayit-Sistemi-Sonuclari-2020-37210>. adresinden alındı.
- UCUN Y, MERSİN S, ÖKSÜZ E (2015). Gençlerin yaşlı bireylere karşı tutumu. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, **8**(37): 1143-1148.
- ÜNAL S (2021). Yaşlıların Yaşam Kalitesi, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Başarılı Yaşlanma Düzeylerinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma: Konya İli Örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- XIE X, XIA YR, LIU X. (2007). Family income and attitudes toward older people in China: Comparison of two age cohorts. *Journal of Family and Economic Issues*, **28**(1): 171-182.
- YAZGAN İNANÇ B, BİLGİN M, KILIÇ ATICI M, GÜRKAN S (2019). *Gelişim Psikolojisi II: Yetişkinlik, Yaşlılık ve Ölüm*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- YAZICI S (2018). Başarılı yaşlanma algısı: Farklı yaş gruplarından bireylerin yaşlılığa bakışı. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, **27**(5): 305-316.
- YILMAZ R (2022). LGBTİ+ 'ların Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutumlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- ZASTROW C (2015). *Sosyal Hizmete Giriş*. (Dü. ÇİFTÇİ BD) Ankara: Nika Yayınevi.
- ZASTROW C, KRİST-ASHMAN K (2015). *İnsan Davranışı ve Sosyal Çevre II Yetişkinlik-Yaşlılık*. (Çev. TÜRKÖZÜ S, ALPARSLAN B). Ankara: Nika Yayınevi.

EKLER

Ek-1. Kurum İzinleri

26.01.2023

İlgili Makama,

Ankara Üniversitesi Sosyal Hizmet Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Didem AKÇADAĞ'ın Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK danışmanlığında hazırladığı "18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tez araştırmasını Nevia Oran Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nde kalan yaşlı yakınları ile gerçekleştirmesine izin veriyorum.

Gereğini bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

Özge KOYUNCU

Nevia Oran Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi

Sorumlu Müdürü

26.01.2023

İlgili Makama,

Ankara Üniversitesi Sosyal Hizmet Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Didem AKÇADAĞ'ın Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK danışmanlığında hazırladığı "18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tez araştırmasını Altınçatı Yıldız Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nde kalan yaşlı yakınları ile gerçekleştirmesine izin veriyorum.

Gereğini bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

Talha AÇIKEL

Altınçatı Yıldız Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi

Sorumlu Müdürü

25.01.2023

İlgili Makama,

Ankara Üniversitesi Sosyal Hizmet Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Didem AKÇADAĞ'ın Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK danışmanlığında hazırladığı "18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tez araştırmasını Altınçatı Gordion ve Yaşlı Bakım Merkezi'nde kalan yaşlı yakınları ile gerçekleştirmesine izin veriyorum.

Gereğini bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

Duygu ÖCAL

Altınçatı Gordion Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi

Ek-2. Etik Kurul Karar Örneği



T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurulu Başkanlığı

Sayı : 56786525-050.04.04 / 831546
Konu : Etik Kurul Kararı Hakkında

16.02.2023

Sayın Didem AKÇADAĞ

“18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı teziniz ile ilgili olarak Ankara Üniversitesi Etik Kurulunun 13/02/2023 tarihli toplantısında alınan 04/26 sayılı kararın bir örneği ilişikte gönderilmektedir.

Bilgilerinizi saygılarımla rica ederim.

Prof. Dr. Ercan BAYAZITLI
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

EKLER:
Karar Örneği (1 sayfa)

ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ALT ETİK KURULU
KARAR ÖRNEĞİ

Karar Tarihi :13/02/2022
Toplantı Sayısı :04
Karar Sayısı :26

26-Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Fakültesi öğretim üyesi **Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK**'in danışmanlığını yaptığı, yüksek lisans öğrencisi Didem AKÇADAĞ'ın "18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı tezi ile ilgili "İnsan Üzerinde Yapılan Klinik Dışı Araştırmalar Başvuru Formu" Etik Kurulumuzca incelenmiştir.

Yapılan görüşmeler ve incelemeler sonucunda, **Doç. Dr. Melahat DEMİRBİLEK**'in danışmanlığını yaptığı, yüksek lisans öğrencisi Didem AKÇADAĞ'ın "18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı tezi ile ilgili COVID-19 salgını nedeniyle; çalışma takviminiz de dahil araştırmanızda oluşabilecek tüm değişikliklerin Etik Kurulumuza yazılı olarak bildirilmesi, araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olması koşuluyla uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

Ek-3. BYÖ Kullanım İzni



Didem Akçadağ

Alici: ohazer ▾

22 Kas 2022 08:00 (5 gün önce)



Merhabalar,

Ben Ankara Üniversitesi Sosyal Hizmet tezli yüksek lisans öğrencisi gerontolog Didem Akçadağ. Yüksek lisans tez çalışmamda kullanabileceğim ölçek araştırmasında geçerlilik güvenirlik çalışmasını sizin gerçekleştirmiş olduğunuz Başarılı Yaşlanma Ölçeği ile karşılaştım. Ancak ölçek maddelerine tam olarak ulaşamadım. İzniniz olursa ölçek maddelerini gönderebilir misiniz? Ayrıca tezimde ölçeği kullanmak için de sizden izin istiyorum. Bu konuda yardımcı olabilirsiniz çok sevinirim.

Saygılarımla...

Gerontolog

Didem Akçadağ



OYA HAZER

Alici: ben ▾

22 Kas 2022 12:00 (5 gün önce)



Sevgili Didem Akçadağ

Ekte Başarılı Yaşlanma Ölçeğine ilişkin dosya bulunmaktadır.
Çalışmalarınızda bu ölçeği kullanmanız bizi memnun edecektir. Başarılı Yaşlanma Ölçeğini tabiki kullanabilirsiniz. İlgine teşekkür eder, çalışmalarında başarılar dilerim.

Ek-4. YYTÖ Kullanım İzni

Didem Akçadağ
Alıcı: Mustafa ▾
25 Kasım Cum 08:00 (2 gün önce) ☆ ↶ ⋮

Merhabalar,

Ben Didem Akçadağ, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Anabilim Dalı Sosyal Hizmet tezli yüksek lisans programında öğrenciyim. Tez konum Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları İşe Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Geçerlilik güvenilirlik çalışmasını sizin gerçekleştirmiş olduğunuz Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutum Ölçeğinizi yüksek lisans tezimde kullanmak üzere izninizi istiyorum.

Saygılarımla
Gerontolog
Didem Akçadağ

motrar@marmara.edu.tr
Alıcı: ben ▾
13:27 (8 saat önce) ☆ ↶ ⋮

Didem Hanım Merhabalar,
Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutum Ölçeği'ni tez çalışmanızda kullanmanızda memnuniyet duyarım. Puanlama bilgilerini ve psikometrik detayları içeren makalemi ekli dosyada sundum.
Ölçeğe gösterdiğiniz ilgi için teşekkür eder, başarılar ve kolaylıklar dilerim.

Mustafa OTRAR (Doç.Dr.)
T.C. Kırklareli Üniversitesi

Ek-5. Bilgilendirilmiş Onay/İzin Belgesi

Aydınlatılmış Onam Formu

Araştırmanın adı: 18-65 Yaş Arası Yetişkinlerin Yaşlanma ve Yaşlılığa Yönelik Tutumları ile Başarılı Yaşlanma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Sayın gönüllü,

Yüksek lisans tezi kapsamında planlanmış olan yukarıda adı yazılı araştırmaya katılmak üzere davet edilmiş bulunuyorsunuz. Bu araştırmada yer almayı kabul etmeden önce, araştırmanın ne amaçla yapılmak istendiğini anlamanız ve kararınızı bu bilgilendirme çerçevesinde özgürce vermeniz gerekmektedir. Aşağıdaki bilgileri lütfen dikkatlice okuyunuz, sorularınız olursa sorunuz ve açık yanıtlar isteyiniz.

Bu araştırma bireylerin yaşlanma ve yaşlılığa yönelik duygu, düşünce ve davranışlarının, kendi başarılı yaşlanma süreçlerine ne gibi etkileri olduğunu öğrenebilmek amacıyla gerçekleştirilecektir. Çalışmaya katılım koşulları 18-65 yaş aralığında bulunmak, sağlıklı olmak, soruları anlayabilecek yeterlilikte olmak ve çalışmaya katılmaya gönüllü olmaktır. Çalışma kapsamında sosyodemografik soru formunda cevap vereceğiniz sorular bağımsız değişken olarak kabul edilecektir. Bağımsız değişkenlerin ölçeklere verdiğiniz cevaplar ile ilişkisi incelenecek olup, cevaplarınız SPSS adlı programda analiz edilecektir. Evren ve örneklem sayıları göz önünde bulundurularak araştırmaya en az 278 kişinin dahil edilmesi planlanmaktadır. Araştırma sorularının yanıtlanması yaklaşık olarak 10-15 dakika sürmektedir. Araştırmaya katılmaya gönüllü olmanız, katılmayı kabul etmemeniz ya da araştırmadan ayrılmak istemeniz durumunda herhangi bir olumsuz sonuçla karşı karşıya kalmanız söz konusu değildir. Araştırmaya katılmaya gönüllü olmanız halinde herhangi bir ücret ödenmeyecek ve talep edilmeyecektir.

“Bu araştırmada yer almak tümüyle sizin isteğinize bağlıdır. Araştırmada yer almayı reddedebilirsiniz ya da başladıktan sonra yarıda bırakabilirsiniz. Bu araştırmanın sonuçları bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Araştırmadan  ekilmeniz ya da araştırmacı tarafından araştırmadan çıkarılmanız halinde, sizle ilgili veriler kullanılmayacaktır. Ancak veriler bir kez anonimleştikten sonra araştırmadan çekilmeniz mümkün olmayacaktır. Sizden elde edilen tüm bilgiler gizli tutulacak, araştırma yayınlandığında da varsa kimlik bilgilerinizin gizliliği korunacaktır.”

“Yukarıda yer alan ve araştırmaya başlanmadan önce gönüllülere verilmesi gereken bilgileri içeren metni okudum (ya da sözlü olarak dinledim). Eksik kaldığını düşündüğüm konularda sorularımı araştırmacılara sordum ve doyurucu yanıtlar aldım. Yazılı ve sözlü olarak tarafıma sunulan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anladığım kanısındayım. Çalışmaya katılmayı isteyip istemediğim konusunda karar vermem için yeterince zaman tanındı.

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi  zg r irademle kabul ettiğimi beyan ederim.”

 mza/Tarih

 mza/Tarih

Gönüllünün

adı/soyadı

Araştırmacının adı/soyadı

Ek-6. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı;

Katılımınızı beklediğimiz çalışma Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı yüksek lisans tezi kapsamında kullanılacaktır.

Çalışmaya katılım gönüllülük ve gizlilik esasına dayalıdır. Çalışma sonunda elde edilen bilgiler yalnızca bilimsel amaçla kullanılacak ve bilginiz paylaşılmayacaktır. Araştırmada yer almayı reddedebilirsiniz ya da başladıktan sonra yarıda bırakabilirsiniz. Araştırmadan çekilmeniz ya da araştırmacı tarafından araştırmadan çıkarılmanız halinde, sizle ilgili veriler kullanılmayacaktır. Sizden elde edilen tüm bilgiler gizli tutulacaktır. Bu nedenle sorulara olabildiğince açık ve doğru yanıtlar vermeniz bizim için büyük önem taşımaktadır. Lütfen soruyu okuduktan sonra sizin için uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

Çalışmaya destek verdiğiniz için teşekkür ederiz.

1. Yaşınız:

2. Cinsiyetiniz

- a) Kadın
- b) Erkek

3. Yaşamınızın büyük bölümünü geçirdiğiniz yer

- a) Köy
- b) İlçe
- c) Şehir
- d) Büyükşehir
- e) Metropol (Ankara, İstanbul, İzmir)

4. Medeni Durumunuz

- a) Evli
- b) Bekar
- c) Dul
- d) Boşanmış

5. Eğitim düzeyiniz

- a) İlköğretim
- b) Lise
- c) Ön lisans
- d) Lisans
- e) Lisansüstü (Yüksek Lisans/Doktora)

6. Gelir Düzeyiniz (Kendinizin aşağıda belirtilen hangi gelir grubunda olduğunu düşünüyorsunuz?)

- a) Alt
- b) Orta
- c) Üst

7. Yakın Çevrenizde İletişim Halinde Olduğunuz Yaşlı (65 yaş ve üstü) Tanıdığınız Biri Var Mı?

- a) Evet var. (Varsa 8. Soru ve 9. Soruyu cevaplayınız.)
- b) Hayır yok.

8. Yaşlı ile Yakınlık Dereceniz Nedir? Belirtiniz.....

9. Yaşlı Tanıdığınız Nerede Yaşıyor?

- a) Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezinde yaşıyor.
- b) Ailesiyle birlikte yaşıyor.
- c) Aynı evde yaşıyoruz.
- d) Yalnız yaşıyor.
- e) Diğer. (Belirtiniz.).....



Ek-7. Başarılı Yaşlanma Ölçeği

Başarılı Yaşlanma Ölçeği (BYÖ)

Aşağıda bireyin kendi yaşlılığını nasıl hissettiğini değerlendiren ifadeler bulunmaktadır. Her bir ifadeyi dikkatlice okuyun ve her bir ifadenin sizin için ne kadar geçerli olduğunu 7 puanlık ölçeği kullanarak belirtiniz.

Kesinlikle katılıyorum = 7

Katılıyorum = 6

Kısmen katılıyorum = 5

Kararsızım = 4

Kısmen katılmıyorum = 3

Katılmıyorum = 2

Kesinlikle katılmıyorum = 1

(Not: Kararsızım seçeneğini mümkün olduğunca az kullanmaya çalışınız)

Başarılı Yaşlanma Ölçeği (BYÖ)

Maddeler	Kesinlikle katılıyorum	Katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Kararsızım	Kısmen katılmıyorum	Katılmıyorum	Kesinlikle katılmıyorum
Madde 1: İşler eskiden olduğu gibi gitmediğinde, aynı sonuca ulaşana kadar başka yollar denemeye devam ederim							
Madde 2: Zor zamanlarda durumun üstesinden gelmek için metanetli olmaya gayret gösteririm							
Madde 3: Üretken faaliyetler sayesinde yaşama aktif olarak bağlıyım							
Madde 4: Mümkün olduğunca uzun süre bağımsız kalmak için çabalıyorum							
Madde 5: Hastalık ve sakatlıklardan uzak kalmak için elimden geleni yapıyorum							
Madde 6: Yaşlandıkça bedenimi ve zihnimi iyi bir şekilde korumaya çalışıyorum							
Madde 7: Düzenli sosyal ilişkiler sayesinde yaşama aktif şekilde bağlıyım							
Madde 8: Benim için önemli olan hedeflere ulaşmak için her türlü çabayı gösteriyorum							
Madde 9: Yoluma ne çıkarsa çıksın, baş edebilirim							
Madde 10: Sağlıklı yaşam tarzı alışkanlıklarını kazanmak için çabalıyorum							

Ek-8. Yaşlanma ve Yaşlılığa İlişkin Tutum Ölçeği

Yaşlanmaya ve Yaşlılığa İlişkin Tutum Ölçeği (YYTÖ)

Aşağıda yaşlanmaya ve yaşlılığa yönelik gözlem ve izlenimlerinizi belirlemek amacıyla hazırlanmış ifadelere yer verilmiştir. Doğru ya da yanlış cevap diye bir şey yoktur. Lütfen kendinize uygun gelen seçeneği işaretleyiniz.

Çalışmanın güvenilirliği size sunulan ifadeleri **içtenlikle**, **dürüstçe** ve **dikkatle** doldurmanıza bağlıdır. Bu nedenle her bir maddeyi dikkatle okuyarak doldurunuz ve lütfen **boş ifade bırakmayınız**. Uygulama formuna isimlerinizi yazmanıza gerek yoktur. Elde edilecek sonuçlar grupça değerlendirilecek bilimsel çalışma amacının dışında bir amaçla kullanılmayacaktır.

Katkılarınız için tekrar teşekkür ederiz.

	İfadeler	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1.	"Yaşlanıyor olmak" düşüncesi son derece rahatsızlık verici.					
2.	Yaşlandıkça insanın sosyal yaşantıları azalır.					
3.	Yaşlanmak demek bir köşeye çekilip oturmak demektir.					
4.	Yaşlandıkça yaşam sorunları ile başa çıkmak zorlaşır.					
5.	Yaşlandığımı düşündükçe mutsuz oluyorum.					
6.	Yaşlandıkça insanın ilişkileri kötüye gidiyor.					
7.	Yaşlılık deyince aklıma "elden ayaktan düşmek" geliyor.					
8.	Yaşlılık insanı diğer insanlara bağlı hale getirir					
9.	Yaşlandıkça hayatın anlamı kayboluyor.					
10.	Yaşlanmaktan korkuyorum.					
11.	Yaşlanmak bedenin çöküşü demektir.					
12.	Yaşlandıkça insanlar daha geveze olur.					
13.	Yaşlı insanlar; sosyal ilişkileri yürütmekte zorlanırlar.					
14.	Yaşlandıkça insanın kendi davranışlarını kontrol etmesi zorlaşır.					
15.	Yaşlanmak insanı yeniliklere kapalı hale getirir.					
16.	Yaşlandıkça insanın kendini geliştirmesi zorlaşır.					
17.	Yaşlandıkça arkadaş edinmek güçleşiyor.					
18.	Yaşlandıkça insanı yalnızlık korkusu sarıyor.					
19.	Yaşlandıkça insanın kendine güveni azalır.					
20.	Yaşlandıkça insanın yaşama sevinci kalmıyor.					
21.	Yaşlandıkça insan aynalara küsüyor.					
22.	Gittikçe unutkan olmak yaşlılıkla ilgili kaygılarımı artırıyor.					
23.	Yaşlandıkça insanın enerjisi tükeniyor.					
24.	Yaşlılık deyince aklıma bitip tükenmeyen sağlık problemleri geliyor.					

25.	Yaşlılığın etkileri insanı korunaksız hissettiriyor.					
26.	Yaşlı bir insan iş performansları düşük olur.					
27.	Yaşlandıkça insanın kimseye güveni kalmaz.					
28.	Yaşlılığın zorlukları ile baş etmenin en iyi yolu aile desteğidir.					
29.	Yaşlılıkta insan ancak başkalarının desteği ile ayakta durabilir.					
30.	Yaşlandıkça insan daha hoşgörülü oluyor.					
31.	Yaşlılık insanın yaratıcılığını engelliyor.					
32.	Yaşlı insan akıllı insan demektir.					
33.	Yaşlandıkça giderek işe yaramaz bir hale geleceğimi düşünüyorum.					
34.	Yaşlanmak demek giderek değersizleşmek demektir.					
35.	Yaşlı insanlar kendilerini objektif olarak değerlendiremezler.					
36.	Yaşlandıkça insanın ekonomik güvenceye daha çok ihtiyacı oluyor.					
37.	İnsan yaşlandıkça yalnızlaşıyor.					
38.	Yaşlılığımı aklıma getirememeye çalışırım.					
39.	Yaşlılığım için kaygılıyım.					
40.	Yaşlanmak dediğin diğer insanlar için çekilmez hale gelmek demektir.					
41.	Yaşlandıkça insan daha savunmasız hale geliyor.					
42.	Yaşlanma hissi içimde çöküntü oluşturuyor.					
43.	Yaşlandıkça saygı görürsün.					
44.	Yaşlandıkça insanlar gençlerin maskarası olur.					
45.	Yaşlılık yakınlarına yük olmaktır.					