

T.C.
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YAŞLI SAĞLIĞI ve BAKIMI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
YL-2024-0060

YAŞLI BİREYLERDE EVCİL HAYVAN TUTUMLARI
YALNIZLIK DÜZEYLERİ ve İLİŞKİLİ FAKTÖRLER

ELİF EROĞLU
YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN

Prof. Dr. Rahşan ÇEVİK AKYIL

2. Danışman Prof. Dr. Filiz ADANA

AYDIN-2024

TEŞEKKÜR

Tez çalışma sürecim boyunca benimle anlayışla ilgilenen her zaman yardım ve destek sağlayan, danışmanlarım Prof. Dr. Rahşan ÇEVİK AKYIL'a ve Prof. Dr. Filiz ADANA'ya çok teşekkür ederim.

Bana bu süreçte her konuda yardımcı olan , motivasyon sağlayan Yaşar AY ve Halil İMANCIOĞLU'na ,

Bu sürece beraber başladığım ve yol arkadaşım olan kızım Vera'ya ve eşim Safa'ya ,

Anne, babama teşekkürü bir borç bilirim.

Elif EROĞLU

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
TEŞEKKÜR.....	ii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	v
TABLolar DİZİNİ.....	vi
ÖZET	vii
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırma Soruları.....	4
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1 Yaşlılık.....	5
2.2. Hayvanların Evcilleştirilmesi ve Hayatımıza Etkisi	6
2.2.1. Kuramsal Çerçeve ve Evcil Hayvan Tutumu	7
2.3. Evcil Hayvan Sahibi Olmanın Yaşamımıza Etkisi	9
2.3.1.Evcil Hayvanların Sağlığa Fizyolojik Etkileri.....	9
2.3.2.Evcil Hayvanların İnsan Sağlığına Psikolojik Etkileri	11
2.4. Yalnızlık Algısı.....	12
2.4.1.Yaşlılıkta Yalnızlık	13
2.5. Yaşlılıkta Evcil Hayvan Tutumu, Yalnızlık Algısı.....	14
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	18
3.1. Araştırmanın Türü.....	18
3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı	18
3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	18
3.4. Araştırmaya Dahil Etme ve Dışlama Kriterleri	19
3.5. Verilerin Toplanması	20
3.5.1. Veri Toplama Araçları	20
3.5.2. Demografik Bilgi Formu (Ek-2) :	20
3.5.3. Evcil Hayvan Tutum Ölçeği (Ek-3):.....	20
3.5.4. Yalnızlık Ölçeği (Ek-4) :	21
3.5.5. Veri Toplama Tekniği.....	21
3.6. Verilerin İstatistiksel Değerlendirmesi	22
3.7.Araştırmanın Sınırlılıkları.....	22

3.8. Araştırmanın Etik İlkeleri	23
4. BULGULAR.....	24
5. TARTIŞMA	30
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	35
6.1. Sonuç	35
6.2.Öneriler	35
KAYNAKLAR	37
EKLER.....	45
Ek 1 : Aydınlatılmış Onam	45
Ek 2 : Anket Soruları	46
Ek 3 :Ölçekler	48
Ek 4: Etik Kurul Onayı	52
Ek 5: İzinler	53
Ek 6: Ölçek İzinleri.....	54
BİLİMSEL ETİK BEYANI.....	55
ÖZ GEÇMİŞ	56

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences (Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi)
TDK	:Türk Dil Kurumu
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
WHO	: World Health Organization



TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. <i>Örneklem Sayısının Hesaplanmasına İlişkin G*Power Analiz Sonuçları</i>	19
Tablo 2. Katılımcıların Demografik Özelliklerinin İncelenmesi.....	24
Tablo 3. Katılımcıların Evcil Hayvan Tutumu ve Yalnızlık Algısı Puanlarının Ortalamaları	26
Tablo 4. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Evcil Hayvan Tutumu ve Yalnızlık Algısı Puanlarının Karşılaştırılması (n=300).....	27
Tablo 5. Katılımcıların Yalnızlık Algısı ile Evcil Hayvan Tutumu Ölçeği ve Altölçekleri Puanlarının Karşılaştırılması	29

ÖZET

YAŞLI BİREYLERDE EVCİL HAYVAN TUTUMLARI, YALNIZLIK DÜZEYLERİ ve İLİŞKİLİ FAKTÖRLER

Eroğlu E. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yaşlı
Sağlığı ve Bakımı Programı, Yüksek Lisans Tezi, Aydın, 2024.

Amaç: Bu çalışma yaşlı bireylerin evcil hayvan tutumunun yalnızlık algısı ve ilişkili faktörleri değerlendirmek ve belirlemek amacıyla gerçekleştirildi .

Gereç ve Yöntem: Kesitsel tipteki araştırmanın evrenini Antalya ili, Konyaaltı ilçesinde yaşayan 18364 yaşlı, örnekleme ise 300 kişi oluşturdu. Araştırma verileri 01.01.2023-01.04.2023 tarihleri arasında ev ziyareti yolu ile toplandı.

Araştırmada Demografik Bilgi formu, Evcil Hayvan Tutum Ölçeği (PTÖ) ve Yalnızlık Algısı Ölçeği (YÖ) kullanılarak veriler toplandı. Veriler yüz yüze görüşme yöntemi ile toplandı. Veriler paket Statistical Package for the Social Sciences Version 22 programına kaydedilerek analiz edilmiştir. Verilerin analizinde sayılar, yüzdelikler, korelasyon analizi, one way ANOVA ve t testleri kullanıldı. $p<0,05$ düzeyindeki değerler istatistiksel olarak önemli kabul edildi. Anketleri uygulamadan önce kurum izni, etik kurul izni, ölçek kullanım izni ve katılımcılardan yazılı onam alındı.

Bulgular: Araştırmaya katılanların Evcil Hayvan Tutumu Ölçeği puan ortalaması 88,9; Yalnızlık Algısı Ölçeği puan ortalaması ise 24,5 bulundu.

Araştırmanın sonucuna göre kişilerin yalnızlık algısı ile evcil hayvan tutumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-0,378$, $p=0,0001$). Araştırmaya katılan kişilerin evcil hayvana ilişkin negatif tutumu ile yalnızlık algısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=0,246$, $p=0,0001$).

Sonuç: Çalışmamızda katılımcıların evcil hayvan tutumlarının puanları göz önüne alındığında ortalama puanın $88,93\pm11,15$; seviyesinde olduğu, araştırmaya katılan kişilerin evcil hayvana yönelik pozitif tutumunun negatif tutumundan yüksek olduğu yalnızlık

düzeylerinin de ölçek puanları baz alındığında ortalama $24,5 \pm 7,02$ seviyesinde olduğu yalnızlık algısının alt puana daha yakın olduğu söylenebilir. Çalışmamızda katılımcıların evcil hayvan tutum puanı arttıkça yalnızlık algısı azalırken ,yalnızlık algısı azaldıkça evcil hayvana ilişkin negatif tutumun da azaldığı bilgisine ulaşıldı.

Kısaca çalışmamızda, olumlu evcil hayvan tutumunun yalnızlık algısının azalmasına etki ettiğini sonucuna ulaşıldı.

Anahtar kelimeler: Yalnızlık algısı, Evcil hayvan tutumu, Yaşlılık



ABSTRACT

PET ATTITUDES, LONELINESS LEVELS AND RELATED FACTORS IN ELDERLY INDIVIDUALS

Eroğlu E. Aydın Adnan Menderes University, Institute of Health Sciences, Elderly Health and Care Program, Master's Thesis, Aydın, 2024.

Objective: The aim of this study is to determine the pet attitude of elderly individuals, their perception of loneliness and related factors.

Materials and Methods: The population of the cross-sectional study consisted of 18364 elderly people living in Antalya province, Konyaaltı district, and the sample consisted of 300 people. Research data was collected through home visits between 01.01.2023 and 01.04.2023.

In the study, data were collected using the Demographic Information Form, Pet Attitude Scale (PTS) and Loneliness Perception Scale (LS). Data were collected by face-to-face interview method. The data were analyzed by saving the package into the Statistical Package for the Social Sciences Version 22 program. Numbers, percentages, correlation analysis, one way ANOVA and t tests were used to analyze the data. Values at $p < 0.05$ were considered statistically significant. Before administering the surveys, institutional permission, ethics committee permission, scale use permission and written consent from the participants were obtained.

Results: The average Pet Attitude Scale score of the study participants was 88.9; The average score of the Loneliness Perception Scale was found to be 24.5.

According to the results of the research, there is a significant negative relationship between people's perception of loneliness and their pet attitude ($r = -0.378$, $p = 0.0001$). There is a significant positive relationship between the participants' negative attitude towards pets and their perception of loneliness ($r = 0.246$, $p = 0.0001$).

Conclusion: Considering the pet attitude scores of the participants in our study, the average score was 88.93 ± 11.15 ; It can be said that the participants' positive attitude towards pets is higher than their negative attitude, and their loneliness level is 24.5 ± 7.02 on average, based on the scale scores, and the perception of loneliness is closer to the lower score. In our study, it was found that as the pet attitude score of the participants increased,

the perception of loneliness decreased, and as the perception of loneliness decreased, the negative attitude towards the pet also decreased.

Briefly, our study concluded that a positive pet attitude reduces the perception of loneliness.

Keywords: Perception of loneliness, Pet attitude, Old age



1. GİRİŞ

Yaşlılık, biyopsikososyal, kognitif ve sosyal alanlarda çeşitli düzeylerde değişikliklerin yaşandığı, dünyaya gelen ve yaş alan her insanoğlu için kaçınılmaz bir dönemdir (Townsend, 2016). Zamanla vücudun işlevsellik kapasitesinde, mevcut fizyolojik kapasitesinde yaşanan azalma ve bununla beraber gelişen kronik hastalıkların varlığı, sosyal rollerin kaybı, emeklilik, sevdiklerinin kaybı bireyin duygusal ve sosyal yönden bir dönüşüme girmesine ve başkalarına daha çok ihtiyaç duymasına neden olabilmektedir (Yavuzer ve Beğer, 2012). Artan yaşla birlikte fizyolojik değişikliklerin yaşanması ve beraberinde fiziksel yetersizliklerin ortaya çıkması yaşlı bireyin yaşamını eve bağlı bırakabilmekte, sosyal çevre edinmesi ve iletişim imkanını kısıtlayabilmektedir (Akbaş ve diğerleri, 2020). İşitme kaybı bireyin iletişim kurmasında en büyük güçlük yaratan fizyolojik nedenlerden biridir ve bireyi yalnızlaştırmaktadır (Yavuzer ve Beğer, 2012). Ayrıca bazı ülkelerde yaşlı yoksulluğunun da fiziksel ve sosyal ihtiyaçların yeterince karşılanamamasına ve yalnızlığa sebep olan faktörler arasına eklenmesine neden olmaktadır. Yaşlılığın ele alınıp incelendiği çalışmalarda yaşlı bireyin çeşitli nedenlerle (eş kayıpları, rol kayıpları, akran kayıpları gibi) yaşam memnuniyetinin azaldığı, yalnızlık hissinin arttığı ve sosyal izolasyonun daha çok hissedildiği belirtilmektedir (Eyabola, 2021).

Bunların dışında toplumsal yapının değişmesi yaşlı bireyin yaşamını da etkilemiştir. Aile düzenlerinin geniş aileden çekirdek aileye geçmesi bireyselleşmenin artması, bilgiye erişimin kolaylaşması ve yaşlı bireyin bilgeliğine ihtiyaç duyulmaması gibi yapısal değişimlerin yaşlı bireyi soyutlanmaya , dışlanmaya ve yalnızlığa itebildiği bildirilmektedir (Tufan, 2014).

İnsanlık tarihi incelendiğinde birçok döneminde hayvanlar ile insanların ortak bir yaşamının olduğu bilinmektedir. Hayvanlar, eski çağlardan beri insanların yaşamlarında yer edinmiş ve evcil bir hayvan olarak yaşamın içerisinde yer almanın yanı sıra çeşitli figürler olarak yarattıkları eserlerde de resmedilmiştir. Tarım toplumuna geçişle beraber, insanların kendilerine dostluk etmesi, duygusal paylaşım sağlamak için hayvanları doğal alanlarından alarak evcilleştirdiği görülmüştür (Akkaya, 2016). Bununla beraber literatürde, arkeolojik çalışmalarda, bir insan mezarında yavru bir köpeğe sarılı bulunan fosil, insanlar ile

hayvanlar arasındaki ilişkinin yalnızca beslenmeye yönelik değil, aynı zamanda sevgiye, bağlanmaya ve psikososyal yönden olumlu bir destekleyici olduğunu da göstermektedir (Mueller ve diğerleri, 2021).

Evde hayvan beslemenin olumsuz duygu durumunu azaltıp bireyi pozitif yönde etkileyerek duygu durumunun olumlu yönde değişmesinde önemli bir etken olduğu bilinmektedir (Parslow ve diğerleri, 2005). Hayvanlar, insanların hayatında , evlerinde ya da bahçelerinde ya da herhangi bir mekanda aileden biri gibi yalnızlığın paylaşıldığı sevimli bir dost haline gelmişlerdir (Kirkpatrick, 2006). Evcil hayvanlarla kurulan ilişkinin; hayatımızda yalnızlık algısı, empati, iletişim becerileri ve sosyal bütünlük ve aktiflik gibi kavramları etkilediği bildirilmektedir buna bağlı olarak yalnızca evde hayvan bakımı değil genel bir hayvan sevgisi de kişiyi daha olumlu etkileyebilmektedir (Zilcha ve diğerleri, 2012).

Günlük yaşamda evcil hayvanların bakımını üstlenen bireyler bazı fiziksel aktivitelere yönelmek durumunda kalabilir. Özellikle kedi ve köpek gibi iletişimin ve aktifliğin fazla olduğu evcil hayvanlara sahip olan bireyler, söz konusu hayvanın cinsine bağlı olarak, tuvalet ihtiyacı, oyun ihtiyacı, bakım ve temizlik gibi ihtiyaçlarını gidermek üzere diğer bireylere göre daha çok fiziksel aktivitelere dahil olabilmektedir. Bu durum özellikle yaşlı bireyin aktifliğini destekleyerek sosyal izole olmasını ve dolaylı olarak yalnızlık hissini engelleyebilir (Parslow ve diğerleri, 2005). Petleri, gezdirmek, çeşitli oyunlar oynamak ve beslenmelerini sağlamak gibi aktiviteler yaşlı bireyi sosyalleşmeye, duygu paylaşımına ve aktifliğe teşvik eder. Yaşlı bireyin sorumluluk duygusunu devam ettirip sevgi beslemesi yalnızlık duygusunu azaltabilir. Alan yazınında bazı çalışmalara göre, evcil hayvanı olan bireylerin olmayanlara göre fiziksel aktivite konusunda daha az zorlandıkları, daha aktif oldukları; bunun yanında özellikle köpek sahiplerinin, diğer evcil hayvan sahipleri ve evcil hayvanı olmayanlara göre daha fazla aktif oldukları görülmüştür (Geof ve Vicky, 2014). Özellikle insan desteğinin sınırlı olduğu durumlarda, evcil hayvanları ile güçlü bağlılıkları olan yaşlı bireylerde depresyon semptomlarını daha az görüldüğü ve daha iyi fiziksel sağlığa sahip oldukları da rastlanan çalışma bulguları arasındadır . Fiziksel aktivitenin yanı sıra, evcil hayvanlar yaşlı bireylere bir çeşit sosyal destek sağlamaktadır (Erdoğan ve Kahya, 2022). Evcil hayvan bakımı hayatımızda bir sosyal destek elde etme şekli olarak insanlarda başka bir canlının her türlü bakımı ve beslenmesine yönelik sorumluluk duygusunun oluşmasını sağlamakta bu da bireylerde yalnızlık hissi ve depresyonun azalmasına yardımcı olmaktadır. Ayrıca bireylerin daha olumlu algılara sahip olabilmesine hatta yaşlılık döneminin olumsuz gibi görünen getirilerinin daha az hissedilmesinde

yardımcı olduğu görülmektedir (Parslow ve diğerleri, 2005). Beverland ve diğerleri (2008), tarafından yapılan bir çalışmaya göre, bireyler iki ana nedenle evcil hayvan sahibi olmaktadır. Birinci neden arkadaşlık ihtiyacını gidermek olurken, ikinci neden ise kişilerin evcil hayvan sahipliğini toplumsal bir gruba ait olma ve kendini kabul ettirmenin bir yolu olarak algılamalarıdır. Bir diğer literatürde yine evcil hayvan sahipliğinin yaşlı bireyin sosyalleşmesi için bir katalizör olduğu ve yaşam kalitesinin artmasında etkili olduğu bildirilmiştir (Akbaş ve diğerleri, 2020). Ayrıca yapılan bir çalışmada, yaşlı evcil hayvan sahiplerinin, evcil hayvanı olmayanlara göre yıl içerisinde hastane başvurularının daha az olduğu eğer hastanede yatarlarsa, yoğun bakım servislerine daha az gereksinimlerinin olduğu bildirilmiştir (Podberschek ve diğerleri, 2000). Demansı olan yaşlı bireylerin, toplu ve kalabalık ortamlarda huzursuz olabildikleri buna rağmen tanıdıkları bir evcil hayvanın varlığı ile daha sakin ve kaygılarının azalabileceği belirtilmiştir (Baun ve McCabe, 2003). Bir evcil hayvana sahip olmanın bireye güçlü bir kimlik oluşturmaya, öz değer ve varoluşçu bir tutum geliştirmesine yardımcı olabildiği bildirilmektedir. Ayrıca bir hayvana sahip olmanın bireylere derin bir “ontolojik güvenlik” duygusu sunduğu ve bu insanların hayatlarında istikrar, süreklilik ve anlam hissinin oldukça artırdığı belirtilmiştir (Türkiyenin Psikolog Portalı, 2024).

Yalnızlık duygusu, insanların mutsuz, keyifsiz ve acı içinde hissetmesine sebep olan duygulardan biridir. Yalnızlıkla ilgili literatür tarandığında, toplumdaki birçok bireyin yalnızlık duygusu yaşadığını ancak bu durumdan yaşlı yetişkinlerin daha çok etkilendiği belirlenmiştir (Cotterell ve diğerleri, 2018). Araştırmalar, yalnızlığın ve depresyon semptomlarının birbiriyle pozitif bir ilişkisi olduğunu, yani yalnızlık hissi arttıkça o oranda depresif hissedildiğini göstermektedir (Achterbergh ve diğerleri, 2020).

Ülkemizde çekirdek aile yapısının artması, sosyoekonomik zorluklar ve yaşlı bireye bakmanın ailelere zor gelmesi gibi nedenler yaşlıların sosyal olarak yalnızlığını pekiştirdiği bildirilmiştir (Erol ve diğerleri, 2016). Bu bağlamda olumsuz duyguların giderilmesi için yaşlı bireylerin evcil hayvanları daha çok sahiplenmek istemesi ya da var olan evcil hayvanlarına daha çok bağlanmalarına sebep olduğu düşünülebilir (Büyükcebeci ve Yılmaz, 2019). Bu çalışma yaşlı bireylerde evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısının incelenerek yaşlı bireylerin yalnızlık algısına ışık tutmak evcil hayvan tutumunu ve ilişkili faktörleri saptamak amacıyla yapılmıştır .

1.1. Araştırma Soruları

1. Yaşlı bireylerin evcil hayvan tutumları nasıldır?
- 2.Yaşlı bireylerin yalnızlık algıları nasıldır?
- 3.Yaşlı bireylerin evcil hayvan tutumu yalnızlık algısı ve ilişkili faktörler nelerdir?



2. GENEL BİLGİLER

2.1 Yaşlılık

Varlıkların zaman içerisinde aldıkları mesafe cansızsa eskime veya yıpranma olarak tanımlanırken canlıysa yaşlanma sözcüğü tercih edilir. Çünkü cansız varlıkların aksine canlı organizmaların zaman içerisindeki yaşlanma süreci çok boyutlu olup her ne kadar yıpranma ve bozulma gibi görülen bir süreç olsa da onarım ve yeniden yapım da devrededir. Bu nedenle yaşlanma, dünyaya gelen her canlının kaçınılmaz bir şekilde zaman içerisinde aldığı mesafe olup ölümle sona ermektedir (Akbaş ve diğerleri, 2020).

Yaşlılık, yaşam boyu gelişim ve değişim süreçlerinin kişiye özgü psikolojik ve fizyolojik olarak geldiği son evredir. İnsan doğup, büyüyüp, olgunlaşıp çok faktörlü olarak yaşadığı dönüşüm sürecini anlatan bir tanımdır. Kişiden kişiye anlamı değişebilen sübjektiflik de içeren bir terimdir (Özkan, 2017).

Yaşlılık kavramı biyolojik, sosyal, kültürel süreçleri içerir. Tufan'a göre, yaşlılık canlıların yaşamı içinde meydana gelen fizyolojik ve biyolojik değişimlerle görünür hale gelen, doğal yaşamın bir parçasıdır. Aynı zamanda fiziksel bakımdan yetersizliklere neden olup insanı sosyalizasyona sürükleyebilen bir süreç olarak görülmektedir (Tufan, 2014).

Yaşlılık, insan vücudunda biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal alanlarda farklı düzeylerde değişikliklerin yaşandığı bir dönemdir (Townsend, 2016). Vücudun fizyolojik kapasitesinde azalma ve buna eşlik eden kronik hastalıklar yaşının sosyal yönden ve duygusal olarak başkalarından destek beklemesine neden olmaktadır (Yavuzer ve Beğer, 2012). Literatürde yaşlılığın ele alınıp incelendiği çalışmalarda yaşlı bireyin yaşam memnuniyetinin azaldığı, sosyal izolasyonun arttığı ve yalnızlık duygularının daha çok hissedildiği belirtilmektedir (Türkiyenin Psikolog Portalı, 2024).

Bu dönemde fizyolojik rezervlerde yaşanan azalma, üretkenliğin azalması, emekli olma, rol kayıplarının yaşanması, kronik hastalıkların görülme sıklığının artışı, huzurevinde kalma evinden ayrılma gibi birtakım faktörler yaşlı yetişkinler için pek çok alanda sıkıntı oluşturmaktadır. Yaşlılıkta biyopsikososyal alanlarda yaşanan hızlı değişim, sosyal yapıyı da etkileyerek yaşlıların fiziksel, ruhsal, sosyal ve bilişsel pek çok problemle karşılaşmasına dolayısıyla yaşlılığın toplumsal bir sorun olarak görülmesine neden

olmaktadır (Beğer ve Yavuzer, 2012). Bu sorunlarla beraber yaşlı birey artık sözü dinlenen, bilge bir otorite olarak görülmekten çıkıp, bir yük olarak görülmeye başlar. Toplum tarafından tecrübeli, yol yordam bilen bilge kişi olarak anılan yaşlı yetişkiler artık sosyal statüsünü kaybetmiş, destek olunması gereken, güçsüz bir duruma düşmüştür (Danış, 2007).

Yaşlılık döneminde oluşan yalnızlık hissinin bireye bağlı nedenleri arasında sosyal ilişkilere girmekten çekinme, utanma ve mevcut sağlık problemleri yer alabilmektedir. Sosyal, kültürel ve ekonomik koşulların yetersizliği de diğer çevresel etmenler arasında yer alabilmektedir. Yaşlı bireyler için dış çevreden gelen sosyal etkileşimler önemlidir. Bireyde sosyal ilişkilerin eksikliği, duygusal olarak bağımlılık veya sosyal bağların oluşmadığı durumlarda yalnızlık duygusu daha belirgin yaşanmaktadır (Danış, 2024).

Ülkerin zaman içerisinde gelişmesi ile yaşlı bireylerin yaşamını sürdürdüğü aile yapısı da etkilenmiştir. Gelişmekte olan toplumlarda yaşlı nüfusun çoğunluğu kırsalda yaşarken gelişmiş toplumlarda yaşlı nüfusun çoğu kentlerde yaşam sürmektedir. Kırsal alanlarda yaşayan yaşlıların geleneksel geniş aile içinde yaşamlarını sürdürmeleri, onların sosyoekonomik yönden ve bakımla ilgili sorunlarının daha az olmasını sağlamaktadır. Bununla beraber kentsel alanda aile yapısının gelenekselden çekirdeğe dönüşümü, aile içindeki genç kadınların çalışma hayatına atılması, yaşlı birey için öncelikle bakım sorunu olmak üzere birçok sorunu da beraberinde getirmektedir. Bu değişimler neticesinde kentlerde yaşayan yaşlılarda bakım sorunlarının yanı sıra, sosyal destek kısıtlılığı, yalnızlık ve saygınlık kaybı bu konuda yaşanan en önemli sorunlardır (Buffel ve diğerleri, 2012).

2.2. Hayvanların Evcilleştirilmesi ve Hayatımıza Etkisi

İnsan ve hayvanlar arasındaki etkileşimin, insanın var olduğu bilinen çok eski çağlara dek uzanmaktadır. Yerleşik hayata geçiş ve avcı toplayıcılıktan tarım toplumuna dönüşle insanın hayatında hayvanlar farklı bir yere gelmiş birliktelikleri pek çok anlam kazanmıştır. Yapılan arkeolojik kazılar sırasında, insan hayvan etkileşimin pek çok örneğine ulaşılmıştır. Ölümünden sonra hayata inanılan ve sevdikleri eşyalarla gömüldüğü düşünülen zamanlardan kalma mezar kalıntılarında hayvan kemiklerinin bulunması, insanlar ile hayvanlar arasındaki ilişkinin yalnızca hayvanlardan faydalanma ile sınırlı kalmadığı, sevgiye dayalı bir bağın çok eskiden beri olabildiğini anlaşılmaktadır (Brown ve

Rhodes, 2006). İnsanların ve ihtiyaçlarının zamanla değişimi, hayvanlarla olan ilişkilerinin de değişmesine yol açtığı bildirilmektedir (Herzog, 2002).

İlk zamanlarda, hayvan insan etkileşimi daha çok temel ihtiyaçların karşılanmasına yönelik (yiyecek, av ve yırtıcı hayvanlardan korunmak şeklinde) ele alınırken, hayvanların evcilleştirmesi ile ekonomik kazanımlar ve sosyal paylaşımlar, duygusal ilişkiler anlam kazanmaya başlamıştır (Degrazia, 2006). Hayvanlar insan hayatında dostları, beslenme kaynakları, hayatlarını kolaylaştırıcı, yardımcı ve vahşi hayvanlar gibi belirli sınıflara ayrıldığı gözlenmiştir (Herzog, 2002). Zamanla kültürlerin ve genlerin değişmesi bu sınıflamanın da değişiminde rol oynamıştır. İnsanoğlunun, birbirinden farklı türdeki hayvanlarla ilişkisi farklı davranışlar geliştirmesine neden olmuş ve bunun sonucunda bazı hayvanlardan korkarken bazıları ile beraber yaşamak istemesi sınıflandırmanın temelini oluşturmuştur (Herzog, 2002).

Yüzyıllar içerisinde değişim gösteren insan hayvan ilişkisi; özellikle evcilleşmenin başlamasıyla evcil hayvanların hayatımızda popülerleşmesine, hayvanlarla aramızdaki bağın güçlenmesine neden olmuştur. İnsan hayvan ilişkilerinin gelişmesinin önemli bir sonucu olarak ev hayvanlarının sayısı tüm dünyada ve ülkemizde artış göstermiştir (Palaz, 2021).

Yaşadığımız dönemde, pek çok insan gündelik yaşamını evcil hayvanı ile paylaşmakta ve onunla yaşlanmaktadır. Bu evcil hayvanlar geçen zamanla beraber kişilerin yaşı ilerledikçe, sahibine karşı yoldaşlık sunmaktadır (Pamuk, 2015). Dolayısı ile bireylerin hayatında yer alan evcil hayvanlar, bireyle mutualist bir birliktelik yaşamakta; aldıkları bakımın yanında, onlar da sahiplerinin yaşamına birçok yönden katkı sunabilmektedir (Atasoy ve Şen , 2014). Kedi ve köpekler insanlara karşı uyumlu davranışları ile sosyalleşme karakterine sahip beden hareketleri ile sahibiyle iletişim kurabilen canlılardır (Chou, 2012).

2.2.1. Kuramsal Çerçeve Evcil Hayvan Tutumu

Literatürde, insan ve hayvan arasındaki etkileşimi açıklayan birden fazla kuramsal çerçeve bulunmaktadır. Bunlar arasında yaygın olarak kabul edilmiş görüşlerden biri “biofili hipotezi”dir (Palaz, 2021). Wilson (1984), biyofili hipotezini insanın doğaya yaşam kaynağı ve yakın süreçlere doğuştan gelen odaklanma eğilimi olarak tanımlamıştır (Wilson 1984 ; Gullone, 2000). Biyofili hipotezi, insanların doğaya ve yaşam belirtisi olana sevgisi

anlamına gelmektedir. Yaşayana ve yaşamı çağrıştıran sistemlere insanların sevme eğilimidir. Yaşayan temel sistemlerden olan doğayla iç içe olduklarında insanların daha sağlıklı olduklarını savunmaktadır. İnsanların diğer canlılarla iletişim içinde olmak, temas kurmak, etkileşimde bulunmak ve onları görme isteği doğaya olan sevgimiz ve bağlılığı ile ilişkilendirilmektedir. Hayvan sevgisi de evcil hayvan sahibi olsak da olmasak da bunun bir örneğidir (Gullone, 2000).

Bu hipoteze göre insanın doğuştan gelen bir doğayı andıran sesler hayvanlar bitkilere karşı sevgi besleme eğilimi vardır (Sarıçam ve ark, 2015). Bu eğilimin fazla olduğu insanların yalnızlığı daha az hissettiği yaşamdan daha çok keyif aldığı ve depresyon, anksiyete gibi psikolojik rahatsızlıkların daha az seyrettiği görülmüştür. İnsanlar evcil hayvan ya da çiçek besleyerek ya da sadece bunları sevip gözleyerek doğayla iletişim ve yakınlık halindedir (Sarıçam ve diğerleri, 2015).

Brickel (1985), “öğrenme teorisinde” terapötik tedavi ortamında hayvanların potansiyel anti-anksiyolitik yararlar sağladığını ifade etmiştir (Brickel 1985; Kruger ve Serpell, 2010). Ortamda hayvan mevcut olduğunda insanlar kendini daha sakin hissetmektedir. Bu durumun insanların sevme ve sevilme eğilimleriyle ilişkili olacağını düşünmüştür. Brickel (1982) insanların ağrı ve rahatsızlık durumunda terapötik bir ortamda hayvanların tampon görevi göreceğini düşünmektedir (Brickel 1982; Kruger ve Serpell, 2010). Psikanaliz bilimi kurucusu Sigmund Freud’un başarılı bir tedavi için terapi seanslarına hayvanları getirdiği bilinmektedir (Laun, 2003). “Psikanalitik teoride” bireylerin paylaşmayı güç bulduğu düşünce ve duygularının hayali bir hayvana aktarılarak yansıtılmasının sorunun açığa çıkmasını kolaylaştıracağını öne sürülmüştür (Kruger ve Serpell, 2010).

Birçok insan evcil hayvanlara duygusal olarak yoğun bir sevgi duyar ve derinden bağlıdır, aralarındaki bu bağ her geçen gün güçlenmektedir (Akpınar ve Öz, 2013). Bu bağlanmanın insanlar için sevmek seilmeyi hissetmek olumsuz duygulardan kaçınmak gibi faydalı yararlar sağladığı, hayvanlar için de ortak bir ihtiyaç olduğu ileri sürülür (Clements ve diğerleri, 2003). Yapılan çalışmalar doğrultusunda insanlar ve evcil hayvanlarının birbirleri için önemli olduğu anlaşılmıştır (Clements ve diğerleri, 2003). Evcil hayvanlar, insanlara sosyal destek, sevgi, güven ve sadakat gibi olumlu duygular sağlamaktadır. İnsan hayatında önemli bir yer edinmiş olan evcil hayvanların kaybı veya alınması bu özel bağın sona ermesine sebep olmaktadır ve insanlar aile bireylerini kaybetmiş gibi tepki verebilmektedir (Clements ve diğerleri, 2003).

Hayvanlar ile iletişimin bireye her yaşta olumlu yönde katkılar sunması sebebi ile günümüzde, hayvanlarla iletişim ve temas halinde olmanın faydalarıyla ilgili çalışmalar artmakta, hayvan destekli terapi ve tedavi programları ile ortaya konmaktadır (Büyükcebeci ve Yılmaz, 2019).

2.3. Evcil Hayvan Sahibi Olmanın Yaşamımıza Etkisi

Hayvanlarla aynı ortamda bulunmak ,bir hayvanla temas etmek fiziksel ve duygusal olarak olumlu etkileşimler yaratabilmekte ve refah seviyesini artırmaktadır (Bouchard ve Landry, 2004). Hayvanlarla ilgilenmek, beslemek, temel ihtiyaçlarını gidermek, oyun oynamak (bir kedi veya köpek ile) insanları daha fazla hareket etmeye teşvik ederek, aktifleştirmekte ve hastalıklardaki iyileşme potansiyelini artırmaktadır. Bir hayvanın varlığı insanlar için çok yönlü bir iyilik sağlayıcısı olabilmekte iyileşmekte veya sağlık durumunun korunmasında önemli bir destek sistemi haline gelmektedir (Ballarini , 2003).

Hayvan beslemenin veya hayvanlarla birlikte yaşamının insanların fiziksel ve ruhsal sağlıklarını iyileştirdiği bilinmektedir pek çok yaşlı birey için hayvan destekli terapiler kullanılmaktadır (Akkaya, 2016).

2.3.1.Evcil Hayvanların Sağlığa Fizyolojik Etkileri

İnsan hayvan etkileşiminin hem insan hem de hayvan sağlığı iyi oluşu artırdığı karşılıklı faydalı ve dinamik bir ilişki sağladığı düşünülmektedir (Kruger ve Serpell, 2010). Evcil hayvanlar, bireylerin algılarını iyileştirerek aktifliğe teşvik ederek; uzun vadeli kronik hastalıkların gelişimi ve ilerlemesinde faydalı etki yapmaktadır (Friedmann ve Thomas, 1995). Literatürde insanların hayvanlarla dost olmasının ve hayvanların insanlara fiziksel destek sağlamanın çok eski yıllara dayandığı ileri sürülmektedir (Ormerod, 2005).

Erika Friedman ve arkadaşları (1980) ilk olarak bilimsel bakış ile evcil hayvan sahibi olmanın etkilerini, evcil hayvanı olan ve olmayan hastalarda incelemiştir. Çalışmada evcil hayvanı olan hastaların kalp krizi geçirdikten sonraki bir yıllık sağ kalım yüzdesinin olmayanlara göre daha fazla olduğu bildirilmiştir (Friedmann ve Thomas, 1995). Daha sonra Friedman ve Thomas (1995), aynı çalışmayı geliştirilmiş kriterler ve daha büyük bir örneklem grubu ile tekrarlamıştır. Çalışma sonuçları ile evcil hayvan beslemenin fizyolojik sağlığa etkileri araştırılmıştır. Kardiyovasküler sistem, fizyolojik, psikososyal durumlar analiz edilmiş ve önceki çalışmada elde edilen sonuçları destekler nitelikte olduğu

bildirilmiştir. Fizyolojik ve diğer psikososyal değişkenler göz önüne alındığında, “*evcil hayvan sahibi olanların, olmayanlara göre 1 yıl daha fazla yaşadığı*” çalışmanın sonuçlarındandır (Friedmann ve Thomas, 1995).

Evcil hayvan besleyenlerin fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi üzerine yapılan çalışmaların bazılarında köpek besleyenlerin diğer evcil hayvan sahiplerine göre fiziksel aktivitesinin fazla olduğu sonucu elde edilmiş köpek sahipliğinin cins fark etmeksizin daha fazla aktiflik gerektirdiği ve hareketliliği artırdığı böylece kişiyi sosyal etkileşime de açtığı sonucuna ulaşılmıştır (Brown ve Rhodes, 2006). Başka birinin geçici olarak evcil hayvanının sorumluluğunu alan kişilerde bile olumlu sağlık kazanımları olduğu belirtilmektedir. Emanet edilen bir köpeği yürüyüşe çıkarmak kişiyi fiziksel aktiviteye teşvik ederken fizyolojik sağlık açısından da olumlu sonuçlanması beklenmektedir (Melfi, 2014). Özellikle köpek sahipliğinin uyku düzenlerinin, egzersiz ve sağlık ile ilişkili olduğu bildirilmektedir. Evcil hayvanın beslenmesi tuvalet ihtiyacının giderilmesi, bakımı, oyun gereksinimi kişileri aktifleşmeye teşvik etmektedir (Mein ve Grant, 2018). Köpek sahibi olan ve onlarla düzenli yürüyüş yapan insanların çevreyle daha uyumlu oldukları, sosyal ilişkiler kurdukları, günlük yaşam aktiviteleri iyileştirdikleri, uyku düzenlerinin daha iyi olduğu sosyal ağlarının genişlediği, diğer insanlarla etkileşime daha açık ve ılımlı oldukları belirtilmektedir (Mein ve Grant, 2018).

Evcil hayvanlarla yapılan aktivitelerin ve bunun sonucunda gelen hareket halinin obeziteye karşı ve zindelik kazanmada olumlu bir rol oynadığı belirtilmiştir. Hayvan insan etkileşimin kardiyovasküler sisteme etkilerinin anlaşılmasına yönelik yapılan çok sayıda çalışmada, hayvanların kalp atış hızı ve kan basıncı üzerine etkileri incelenmiş olup evcil hayvanların insanlar üzerinde sakinleştirici bir etkiye sahip olduğu, önemli bir sosyal destek kaynağı olarak kan basıncını dengelediği ve kardiyovasküler sistem gelişimini iyi yönde etkilediği ileri sürülmüştür (Kruger ve Serpell, 2010).

Rehabilitasyon gerektiren pek çok hastalıkta hipertansiyon, miyokard enfarktüsü, inme, demans, kanser, solunum sistemi hastalıkları gibi kronik hastalıkların tedavisinde tamamlayıcı bir tedavi olarak hayvan destekli uygulamalar kullanıldığı literatürde bildirilmiştir (Akyıl ve Şengül , 2022). Yapılan bir çalışmada kalabalık ortamdaki bir grup hipertansiyon hastasından yanlarında köpek varken ve köpek yokken konuşmaları istendiğinde, köpeğin bulunduğu ortamda konuşan hipertansiyon hastalarının diyastolik kan basıncının, köpeğin olmadığı ortamda konuşanlara oranla daha düşük olduğu bildirilmiştir

(Barker ve diğerkleri, 2010). Başka bir çalışmada yine benzer şekilde hayvan destekli uygulamaların kan basıncı ve nabızı azalttığını bildirilmiştir (Krause, 2012).

İnme öyküsü olan yaşlı yetişkinlerle birlikte yaşayan evcil hayvanların fiziksel ve psikososyal desteğinin iyileşmeye olumlu olarak katkı sağladığını ileri sürülmektedir (Gee ve Mualler, 2019).

Özetle insan hayvan birlikteliği ile ilgili (özellikle kedi ve köpek) farklı yaş gruplarındaki insanlarla yapılan bu çalışmaların sonuçları hayvanların insanların fiziksel hastalıklarının tedavisindeki olumlu etkilerini göstermiştir.

2.3.2.Evcil Hayvanların İnsan Sağlığına Psikolojik Etkileri

İnsanlar ve hayvanlar arasındaki etkileşim insan sağlığının iyileşmesi ve yaşam kalitesinin artırmak için büyük bir potansiyel sunmaktadır (Ormerod ve diğerkleri, 2005). Evcil hayvan sahipleri evcil hayvanlarını “çok sevilen ve yalnızlığını paylaştığı aile dostları olarak” tanımlar (Beverland, 2008). Hayvanlarla insanlar arasındaki bağ önemli bir sosyopsikolojik destek sağlayıcısıdır. Birçok evcil hayvan sahibi, evcil hayvanını aile üyesi yerine koyarak güçlü bir duygusal bağ kurar ve iki tarafta bundan olumlu olarak beslenir (Wells, 2009). Evcil hayvan sahiplerinin duygu durumlarını (kederlerini, mutluluklarını) evcil hayvanlarıyla konuşup paylaştıkları bilinmektedir. Hayvanlar sahiplerine yoldaşlık, arkadaşlık ve duygusal paylaşım imkanı sağlamaktadır (Melson, 2003).

Serpell (2003) antropomorfizmin (insani özellikleri insan dışındaki varlıklara aktarmak) insanlara duygularını dışa vurmada yarar sağladığını öne sürmektedir (Staats, 2008). Bu etkileşimle biyopsikososyal sorunların değerlendirilmesi anlaşılması ve desteklenmesinde yardımcı olarak kullanılabilecektir (Ormerod ve diğerkleri, 2005). Evcil hayvan besleyen kişilerin evcil hayvanı olmayanlara göre; daha az stresli, ılımlı, daha mutlu ve sağlıklı olduğu ileri sürülmektedir (Ormerod ve diğerkleri, 2005). Kanada’da 14 veteriner ve 117 hayvan sahibi ile yapılan bir anket çalışmasında insanlar ile hayvanlar arasındaki etkileşimin önemi gösterilmiştir(Aams ve diğerkleri, 2000). Evcil hayvanın varlığı insanlara güven vermekte ve sosyal destek oluşturmaktadır. Hayvanların insanlara özgüven verdiği ve insanların sosyal çevre içerisinde yanlarında bir evcil hayvan varsa daha rahat ve güvenli hissettikleri bildirilmiştir (Yeşilkaya ve Ofluoğlu, 2018). İnsanlarla hayvanlar arasındaki ilişki güven temelli olup güçlenerek sosyalleşmeyi destekleyerek ilerlemektedir. Evcil

hayvanların, insanların özellikle yaşlı yetişkinlerin sosyalizasyonunu azaltmaya yardımcı olurken aynı zamanda duygusal destek sağladığı bildirilmektedir (Krause, 2012).

2.4. Yalnızlık Algısı

Yalnızlık, çok eskiden beri dünyanın her yerinde ve bütün kültürlerde, edebiyatta, psikolojide, tıpta, şiirlerde işlenmekte olan bir konudur. Evrensel bir yaşam deneyimi çoğu insanın hayatının bir döneminde tecrübe ettiği ama sübjektif olarak algılanan tecrübelerden biridir. Çoğu zaman bireyler için acı veren sıkıntılı bir durumdur ve bir başkasına yalnızlığını ifade etmesi zordur (Karnick, 2005). Yani yalnızlık bireyin yaşamını olumsuz etkileyebilen bir duygu durumudur. Bireyin kendini amaçsız hissetmesine, boşluk, kimsesizlik amaçsız ve gereksiz olduğunu düşünmesine neden olabilir (Yılmaz ve Altınok, 2009).

Yalnızlık, anlaşılması zor bir yapıya sahip olduğu için açıklanmasında güçlük çekilmiştir. Literatüre baktığımızda tanımlanması ne kadar güç bir kavram olsa da yalnızlığın pekçok tanımının olduğu görülmektedir (Akbaş ve diğerleri, 2020).

De Jong Gierveld (1998) yalnızlığı, insanın istediği kişi ile arzu ettiği şekilde yakınlık kuramadığında yaşadığı zorluk nedeniyle kendisini yetersiz görmesi olarak tanımlamıştır. Kişinin arzu ettiği ilişki ile yaşayabildiği ilişkinin farklı olması durumudur (Gierveld, 1998).

Yalnızlık algısı yüksek olan bireyler diğer insanlardan uzaklaşıp sosyalle olabilmektedir. Çevremizdeki insanlardan uzaklaşmak, kurulmuş olan özel bağları zedeleyip iletişime zarar verebilmektedir (Kılıç, 2015). Yalnızlık algısıyla başa çıkamayan birey giderek kendini daha yorgun, umutsuz bir ruh hali içerisinde bulmaktadır. Birey edindiği olumsuz duygu ve deneyimlere odaklanıp kendisini toplumdan ayırıştırır ve toplumun bir üyesi olduğuna ilişkin inancına da zarar verebilmektedir. Kişinin kendisini ve dünyayı algılayış biçimi benlik saygısını etkilemekte ve yalnızlık, depresyonla ilişkilendirilmektedir. Dünyayı algılayış biçimi olumsuz olduğu zaman, benlik saygısı düşmekte, birey kendini toplumdan çekmekte ve yalnızlık düzeyinin arttığı gözlenmektedir (Antonocopoulos ve Phcyhl, 2010).

İnsan toplu olarak yaşamaya alışmış sosyal bir varlıktır ve bunun sonunca birbirleriyle etkileşim hayatı önem taşımaktadır. Topluluk halinde yaşarken kişinin yalnızlık hissi bireyde dışlanmışlık, sevilmemelik, işe yaramaz ve amaçsız olduğunu

düşündürebilir. Toplulukta yaşayan insanlar için doğal olarak oluşan, sosyal ve duygusal beklentilerin karşılanmamasıyla meydana gelen yalnızlık algısı kişi için rahatsızlık verici, ötekileştirici, sarsıcı ve yaralayıcı bir durumdur (Gierveld, 1998).

Bireyin hayatında diğer canlılarla kurduğu ilişkiler oldukça önemli bir yere sahiptir. Yalnızlık da bu ilişkilerin dinamiğinden etkilenen bir kavramdır. Hem sosyal ilişkilerden etkilenen hem de bireyi etkileyerek ilişkilere yön veren bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Akbaş ve diğerleri, 2020). Sosyal ilişkilerimizin ve hayatımızın ayrılmaz bir parçası olarak yalnızlık algısı bireyi etkilemiştir. Teknolojinin hayatımıza etkisi, bireyselleşmenin artması, ilişkilerin değişmesi, değer yargılarımızın değişimi, artan insan ömrü gibi nedenlerle yalnızlık sık karşılaştığımız bir problem olarak karşımıza çıkmaya başlamıştır (Çetin, 2021).

2.4.1. Yaşlılıkta Yalnızlık

Gelişim dönemlerinden biri olan yaşlılık insan hayatında yalnızlığın daha sık hissedildiği bir dönemdir (Akbaş ve diğerleri, 2020). Yaşlılıkta yalnızlığın daha yaygın hissedilmesi aşağıdaki nedenlere bağlı oluşabileceği belirtilmektedir.

- İleri yaş; artan yaşla beraber yalnızlığa sebebiyet verebilecek nedenler daha sık görülebilmektedir (Tufan, 2014).

- Yaşlılıkta eş ya da arkadaş kaybının, sosyal destek faktörünün azalması gibi sorunlar oluşmasına ayrıca yaşlı bireyde yalnızlık hissine ve psikolojik sorunlara neden olabildiği bildirilmektedir (Kurt, 2008).

- Artan yaşla beraber rollerde yaşanan değişimler, rol kayıpları, emeklilik bireyi sosyalizasyona ve dolayısıyla yalnızlığa sürükleyebilmektedir (Akbaş ve diğerleri, 2020).

- Yaşlılıkta yaşanan fiziksel rahatsızlıkların artması, bedende yaşanan kısıtlılıklar, duysal yitimler, kronik hastalıklar gibi sağlık sorunları bireyin sosyal hayatını kısıtlamaktadır. Kimi zaman sağlık sorunları ileri boyutta olup bireyi bakıma muhtaç hale getirebilmekte, kurumsal bakım alanlarına ihtiyaç doğurmaktadır. Evinde yaşamını sürdürememe kişinin içine kapanmasına ve yalnızlık hissetmesine neden olabilmektedir (Erol ve diğerleri, 2016).

- Kentsel ya da kırsal bölgelerde yaşama, sosyal olanaklar, sosyal destek sisteminin azlığı, çevresel faktörler yaşlılıkta yalnızlığa etki edebilmektedir (Karadakovan, 2014).

•Yaşlılıkta emeklilik ve çalışamayacak durumda olma gibi nedenlerle yoksullaşma görülebilmektedir. Ekonomik koşullar yaşlı bireyi kısıtlayabilir, çeşitli kaynaklardan yararlanmasına engel oluşturup bireyin yalnızlık hissinin artmasına neden olabildiği bildirilmiştir (Danış, 2007).

• Kentleşmenin artması, çekirdek aile yapısına dönüşüm, çocuklar ile yaşanan sorunlar nedeniyle ayrı yaşama, huzurevine yerleşerek varolan sosyal destek kaynaklarından, aşına olduğu alanlardan uzaklaşan yaşlıların sosyal çevreleriyle yeterli samimi ve sıcak ilişki geliştirememeleri yalnız hissetmelerine, yetersizlik duygusu oluşturmakta ve yalnızlık hissi ile birlikte sosyal izolasyon yaşamasına sebep olmaktadır (Danış, 2024).

2.5. Yaşlılıkta Evcil Hayvan Tutumu, Yalnızlık Algısı

İnsan hayatında hayvan dostlarımız önemli bir sosyal psikolojik destek sağlayıcıdır. Hayvanları gördüğümüzde, temas kurduğumuzda olumlu duygular oluşturduğumuz, mutluluk düzeyimizi yükselttiği görülmüştür karşılıklı sevgi ve ilgi iyi gelmektedir (Wells, 2009). İnsanların kimi zaman üzüntülerini, sevinçlerini evcil hayvanları ile konuşup paylaştıkları bilinmektedir (Melson, 2003).

İnsanın doğaya ve doğadan gelene olan sevgisi her yaşta insan hayatına olumlu katkılar sunabilmiştir. Hayvan insan etkileşimi, insanın psikososyal sağlığı ve yaşam kalitesini artırmak için önemli bir işleve sahiptir (Ormerod, 2005). İnsanların evcil hayvanlara yönelik tutumları onların daha sosyal olabilmesine olanak sağlamaktadır ve hayvanla kurulan etkileşim insana duygusal destek sağlamakta, depresyon, yalnızlık gibi olumsuzluk duyguları azaltmaya yardımcı olmaktadır. Evcil hayvanların, insanların toplumsal ortamda izole olmasını azaltmaya yardımcı olduğu ve yaşlılık gibi izole olmaya yatkınlığımızın fazla olduğu bir gelişim döneminde, olumsuz duygularla, yalnızlıkla başetmesinde etkili olarak ruhsal sağlığa olumlu etki ettiği bildirilmektedir (Krause, 2012). Aynı zamanda insan hayvan etkileşimin hormonal sistemimizi etkilediği ve oksitosin seviyemizi artırarak yaşam memnuniyetimizi artırdığı, sosyal etkileşime teşvik ettiği bir nevi hayata bağlılığımızı desteklediği öne sürülmüştür (Melfi, 2014).

Evcil hayvanların, bireylerin stresli durumlarda veya ortamlarda oluşabilecek olumsuz tepkilerini azalttığı bilinmektedir. İnsanların evcil hayvanlarından hissetmiş olduğu destek, özellikle sosyal destek alamayan bireyler için oldukça önemli

nitelendirilmektedir (Melfi, 2014). Sosyal hayatta bir hayvanın varlığı sahiplerinin duygularını olumlu ya da olumsuz ifade etmelerine yardımcı olmaktadır (Bouchard ve diğerleri, 2004). Kalabalık alanlarda köpekleriyle ve köpekleri olmadan yürüyüş yapan insanların, köpekler olduğunda yabancılarla sosyal etkileşiminde artış olduğu görülmektedir (Kruger ve Serpell, 2010).

Evcil hayvanların bazı özel gruplarda “engelliler, çocuklar, yaşlılar ve hastalar gibi “ sosyal etkileşimi artırmada, yaşam memnuniyetini artırmada olumlu etkileri vardır. Kalabalık ortamlarda evcil hayvanlarıyla olan bireylerin diğer zamanlara göre sosyal etkileşimlerinin artmış olduğu görülmüştür (Kruger ve Serpell, 2010). Sosyal hayatta evcil hayvanlara yönelik tutumun yüksek olduğunda insanlar arası etkileşimin fazla olduğu, insanların daha dışa dönük davrandığı, duygularını daha rahat ifade ettikleri düşünülmektedir (Bouchard ve diğerleri, 2004).

Yaşlı yetişkinlerle evcil hayvanlar arasındaki etkileşimde evcil hayvanların yalnız yaşayan, çocuklarından uzak yaşlılar tarafından yalnızlıklarını paylaştıkları bir aile dostları olarak tanımlanır. Hayvan beslemek ya da onlar için bir şeyler yapmak (kapı önlerine mama su koymak gibi), çocukluk ve yaşlılık dönemindeki bireyleri tatmin ettiği sevgi ihtiyacını karşıladığı bildirilmiştir (Utkugün, 2022). Doğaya ve yaşam görülen şeylere yönelik sevgi insanın olumlu yaşam algısını pekiştirir (Geof ve Vicky, 2014).

Uzun süreli bakım evlerinde yaşayan bireylerde kronik hastalıkları olan yaşlı bireylerin kurumda kalan diğer sakinlerle arasındaki sosyal iletişim düzeyi azalabilmektedir (Ballarini , 2003). Hayvanların varlığı bakım evlerinde yaşayan bireyler arasında sosyal etkileşimi artırmada etkin bir yöntemdir. Bakım evlerinde yapılan uygulamalardan sonra kişiler arasındaki sosyal etkileşimde iyileşme sağlanmış olması, hayvanların önemli bir yeri olduğunu düşündürmüştür (Mecauley, 2006). Son yıllarda insan hayvan birlikteliğinin ruhsal sağlığa etkileri sıklıkla irdelenen bir konu haline gelmiştir.

Evcil hayvan besleyen ve beslemeyen yaşlılar üzerinde yapılan bir çalışmada, evcil hayvanı olan kişilerin ruh sağlıkları ve sosyal destek sağlayıcıları arasındaki ilişkinin anlamlı bir şekilde değiştiğini göstermiştir (Çakıcı ve Kök, 2020).

Literatür incelendiğinde araştırmacılar, petlerle kurulan arkadaşlıkların toplumda ve huzurevlerinde yaşayan yaşlılara pozitif ayrıcalıkları artırdığı ve psikolojik yararları olduğunu belirlemişlerdir. Yalnızlık algısının daha az hissedilmesi fiziksel ve sosyal aktivite düzeyinin yaşlı bireylerde arttığı saptanmıştır (Gammonley ve Yates 1991).

Evcil hayvan insan etkileşimi her yaşta olduğu gibi yaşlılık döneminde de psikososyal sorunların değerlendirilmesinde yardımcı olarak kullanılmaktadır (Ormerod ve diğerleri, 2005).

İnsanlar evcil hayvanları bir yakını kaybetme, yalnızlıktan kurtulma kimi zaman çocuklarının istemesi, sosyalleşmek, arkadaş olma, sorumluluk alma gibi sebeplerle sahiplenmektedir (Staats ve diğerleri, 2008). Evcil hayvanlar, insanların olduğu her yerde önemli bir yer tutmaktadır (Sıddıq ve diğerleri, 2018).

Michigan Üniversitesi'nin 2018 yılında yapılmış bir çalışmaya katılan yaşlı yetişkinler evcil hayvanların hayattan zevk almalarına yardımcı olduklarını sevildiklerini hissettirdiği, hayatlarına anlam kattığı ve bir rutin oluşturmalarını kolaylaştırdığı streslerini ve yalnızlık hislerini azalttığını, böylece boşluk hislerinin azaldığını ifade etmiştir (Janevic ve diğerleri, 2019).

Evcil hayvanlar, yaşlı yetişkinler için duygusal ve fiziksel sağlığın artırılması da dahil olmak üzere sayısız fayda sağlayabilmektedir. Evcil hayvan sahiplerinin çoğunluğu, hayvanlarının kendilerini diğer insanlara bağladığına, arkadaşlık sağladığına, stresi azalttığına, fiziksel olarak aktif olmalarına yardımcı olduğuna ve ağrı dahil fiziksel ve duygusal semptomlarla baş edebildiğine ve ruhsal sağlıklarına iyi geldiğine inanmaktadır (Janevic ve diğerleri, 2019).

Yetişkin bireylerde evcil hayvan olarak en çok köpekler tercih edilmektedir. Köpeklerin iletişim kurmadaki başarıları, kolay eğitilebilmeleri, güven vermeleri ve sahiplerine olan bağlılıkları daha fazla sahiplenilme nedenleri olarak sıralanmaktadır (Çakıcı ve Kök, 2020). Kedi ve köpek sahipleri onlarla daha aktif temas kurabilmekte ve fiziksel hareketlilikleri hayvanlarının türüne göre değişiklik oyunlar oynayarak beslenme ve boşaltımlarını sağlayarak artmaktadır (Çakıcı ve Kök, 2020).

Yaşlı yetişkinlerle birlikte yaşayan refakatçi bir evcil hayvanın varlığının fiziksel ve sosyal desteğinin Alzheimer hastalığında ve inme sonrası iyileşmeye katkıda bulunduğu yönelik çalışmalar öne sürülmektedir (Mueller ve diğerleri, 2021).

Yalnızlık hissi ile evcil hayvan besleme tercihi arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlı yapılan çalışmalarda evcil hayvan sahibi olmayıp yalnız yaşayanların, evcil hayvan sahibi olup yalnız yaşayanlara göre daha yalnız hissettikleri ve sosyal etkileşimden, insanlarla iletişim kurmaktan kaçındıkları belirtilmiştir (Şan, 2020).

Hayvanlarla temas etme ve sosyal ilişki kurmanın sosyal yaşlanma ile anlamlı bir ilişkisi vardır (Palaz, 2021). Literatürde artan yaşla beraber bireylerin evcil hayvan sevgisinin ve evcil hayvanlara bağlanma oranının daha yüksek olabildiği bildirilmiştir (Koçak, 2009). Bunun olası sebebi olarak da zaman içerisinde yalnızlaşmaya başlayan sosyalizole olan eş, akran kaybı yaşayan, çocukları uzakta olabilen ve fiziksel sağlıktaki bozulmalar nedeniyle dışarıda eskisi kadar zaman geçiremeyen birey evin içinde aynı ortamı evcil hayvanıyla paylaşabilmekte ve karşılıklı duygusal beslenim ve yalnızlıkla başa çıkma gücü oluşabileceği bildirilmiştir (Koçak, 2009).

Literatürde evcil hayvan sahibi olmanın yurt içi ve yurt dışı çalışmalarda yaşam doyumu, empati ve yalnızlık algısı üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Evcil hayvanlarla etkileşimde bulunmanın yalnızlık duygusu üzerindeki etkisinin incelendiği bir çalışmada, evcil hayvanlarla yüksek etkileşim düzeyine sahip olan bireylerin diğer bireylere göre yalnızlığı daha az hissettikleri görülmüştür (Black, 2012). Yapılan başka bir çalışmaya göre ise bireylerin evcil hayvan sahibi olma nedenleri ikiye ayrılmaktadır. Arkadaşlık ihtiyacını karşılamak ilk sırada yer alırken bir gruba ait olmak ikinci neden olarak karşımıza çıkmaktadır (Farrelly ve diğerleri, 2008). Dolayısıyla evcil hayvanlara yönelik tutumların yalnızlık ve depresyon duygularını azaltabilmesinin yanı sıra sosyal katalizör olarak da önemli rol oynadığı görülmektedir (Cotterell ve diğerleri, 2018).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Türü

Bu çalışma kesitsel tipte bir çalışma olup yaşlı bireylerin evcil hayvan tutumu, yalnızlık algısı ve ilişkili faktörlerin belirlenmesi amacıyla yapıldı.

3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Araştırma, Antalya'nın Konyaaltı ilçesinde bireyler ile Ocak 2023-Nisan 2023 tarihleri arasında gerçekleştirildi. Bireylerin mahremiyet ve gizlilik esasları göz önüne alınarak ev ziyaretleri ile görüşme yapıldı.

3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Antalya'nın Konyaaltı ilçesinin 65 yaş ve üzeri ve araştırmaya dahil etme kriterlerini karşılayan bireyler araştırmanın evrenini oluşturdu. TÜİK (2021) verilerine göre toplam nüfusun 9,2'sini yaşlı nüfus oluşturmaktadır. Bu bilgi doğrultusunda ve ilçenin toplam nüfusu göz önüne alındığında (199 609) yaşlı nüfus 18364 olarak hesaplandı (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2022). Konyaaltı ilçesinde toplam 20 adet muhtarlık bulunmaktadır. Bu muhtarlıklardan kura yöntemi ile üç mahalle araştırmanın yapılacağı mahalleler olarak belirlendi. Çalışmada olasılıklı örnekleme yöntemlerinden Rastlantısal Güzergah Örnekleme Yöntemi kullanıldı. Araştırmanın örneklem sayısı G*Power 3.1.9.7 programı kullanılarak hesaplandı. Buna göre çalışmada 269 kişi örneklem grubunu oluşturdu. (Tablo 1 Örneklem Sayısının Hesaplanmasına İlişkin G*Power Analiz Sonuçları). Olası kayıplar için %10'luk artırıma gidilerek 296 kişi düşünülmüş ve 300 birey ile çalışma tamamlandı. Yapılan hesaplamada orta etki büyüklüğü ($f = 0.25$), %5 hata payı ($\alpha = 0.05$) ve %80 güç ($1 - \beta = 0.80$) alındı.

Araştırmadan elde edilen veriler Statistical Package for Social Science (SPSS) 22.0 programı ile analiz edildi. Sonuçlar %95'lik güven aralığında, $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirildi. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler (Mod, medyan,

aritmetik ortalama, standart sapma, sıklık, yüzdelik), analiz yöntemleri olarak; hipotez testleri, korelasyon analizleri kullanıldı. Normal dağılım gösteren karşılaştırmalarda araştırma verileri tanımlayıcı istatistikler, Student t testi, Paired Samples, One Way ANOVA ile analiz edildi; normal dağılım dışı karşılaştırmalarda Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testi kullanıldı. Normal dağılımı değerlendirmede Gauss eğrisi, minimum ve maksimum puan genişliği, Kolmogorov-Smirnov testi anlamlılık düzeyi hesaplandı.

Tablo 1. Örneklem Sayısının Hesaplanmasına İlişkin G*Power Analiz Sonuçları

F tests – ANCOVA: Fixed effects, main effects and interactions		
Analysis: A priori: Compute required sample size		
Input: Effect size f	=	0.25
α err prob	=	0.05
Power (1- β err prob)	=	0.80
Numerator df	=	10
Number of groups	=	4
Number of covariates	=	1
Output: Noncentrality parameter λ	=	16.8125000
Critical F=		1.8666726
Denominator df	=	264
Total sample size	=	269
Actual power	=	0.8001280

3.4. Araştırmaya Dahil Etme ve Dışlama Kriterleri

Araştırmaya; gönüllü olarak katılmayı kabul eden, okuma yazma bilen, 65 yaş ve üstünde olan, iletişim kurabilmeyi engelleyecek herhangi bir sağlık sorunu bulunmayan ve

veri toplama formundaki bütün soruları yanıtlayan bireyler dahil edildi, bu şartları sağlamayan bireyler araştırma dışı bırakıldı.

3.5. Verilerin Toplanması

3.5.1. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri, araştırmacılar tarafından literatür ışığında hazırlanan Demografik Bilgi Formu, Evcil Hayvan Tutum Ölçeği ve Yalnızlık Algısı Ölçeği kullanılarak veriler toplandı.

3.5.2. Demografik Bilgi Formu (Ek-2) :

Anket formunun ilk kısmını oluşturan bu formda bireyin sosyodemografik özellikleri (yaş, cinsiyet, kiminle yaşandığı, eğitim düzeyi, medeni durumu, çalışma durumu, ekonomik durumu ve sağlık durumu) evcil hayvanı olup olmadığına yönelik bireyi tanımaya yönelik sorulan 13 sorudan oluşan formdur (Akkaya, 2016).

3.5.3. Evcil Hayvan Tutum Ölçeği (Ek-3):

Evcil Hayvan Tutum Ölçeği, Templer ve diğerleri tarafından 2011 yılında bireylerin evcil hayvanlara yönelik tutumlarını ölçebilmek amaçlı geliştirilmiştir. Ölçek 18 maddeden oluşan 7'li Likert tipi bir ölçektir. Her madde 1 ile 7 arasında puanlanmıştır. Ölçeğin orjinal formunda, bireylerin evcil hayvanlara yönelik tutumlarını belirtmek üzere üç alt ölçeği vardır. Minimum ve maksimum puanlar sırasıyla 18 ve 126'dır (Al-Fayez ve diğerleri, 2003). Akyıl ve diğerleri (2022) tarafından ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği çalışılmıştır. Ölçek 1 ve 7 arası puanlanan 18 maddeden oluşmaktadır. Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışmasında ölçek iki alt ölçekte toplanmıştır. Bunlar Pozitif tutum (1, 2, 3, 5, 7, 8, 10, 11, 14, 16 maddeler) ve negatif tutum (4, 6, 9, 12, 13, 15, 17) maddeler formu üç ana bölümden oluşmaktadır. Cronbach's Alpha (iç tutarlılık) Birinci (pozitif tutum) faktör için 0.925, ikinci (negatif tutum) faktör için 0.824, ve tüm ölçek için 0.906 olarak bulundu. İki faktörün toplam varyansın %53,7'sini açıkladığı belirlenmiştir. Çalışmada evcil hayvan tutum ölçeğinin güvenilirlik durumuna bakıldığında ölçeğin mükemmel derecede güvenilir olduğu (Cronbach's Alpha 0,87) evcil hayvan tutumuna ilişkin pozitif tutum alt boyutunun

ise yüksek derecede güvenilir olduğu (Cronbach's Alpha 0,84) negatif tutum alt boyutunun ise genel kabul gören düzeyde güvenilir olduğu (Cronbach's Alpha 0,65) bulunmuştur.

3.5.4. Yalnızlık Ölçeği (Ek-4) :

UCLA Yalnızlık ölçeği, bireylerin yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla ML Ferguson, Daniel Russell ve Letitia Anne Peplau (1978) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye 1989 yılında çevrilmiş olan ölçeğin , üçüncü gözden geçirilmiş formu 20 maddeden oluşmaktadır. Dörtlü Likert tip cevaplama seçeneği ile uygulanan ölçekten alınan yüksek puanlar, yalnızlığa ilişkin algının fazlalığına işaret etmektedir (Russel ve diğerleri, 1980). Kullandığımız bu ölçek 2021 yılında Çelikbaş ve Tatar tarafından geliştirilip güvenilirliği test edilmiştir. Yalnızlık düzeyi ölçümlerinde kullanılan Ucla Yalnızlık ölçeği ve diğer alan ölçekleri temel alınarak oluşturulmuştur. Çalışma, ilk ikisi uzman görüşü uygulaması olmak üzere, madde havuzu uygulaması ve kriter geçerlik uygulaması şeklinde dört ayrı uygulama ile yürütülmüştür. Çalışmanın iç tutarlılık güvenirlik katsayısı, üçüncü uygulamada 0,910, dördüncü uygulamada 0,883 olarak hesaplanmıştır (Çelikbaş, 2021).

Ölçek 14 maddeden 3 lü likert şeklinde oluşmaktadır. 14 maddeden toplam puan alınarak hesaplanmakta ve ölçekten yüksek puan alanın yalnızlık algısının yüksek olduğu belirlenmektedir (Çelikbaş, 2021). Araştırmada kullanılan yalnızlık algısı ölçeğinin güvenirlik düzeyine bakıldığında ise ölçeğin mükemmel derece güvenilir olduğu (Cronbach's Alpha 0,96) bulunmuştur.

3.5.5. Veri Toplama Tekniği

Demografik Bilgi Formunun kullanılabilirliğini belirlemek üzere 10 hastaya ön uygulama yapılmış, soruların anlaşılabilir ve kullanılabilir olduğu görüldü, sorularda herhangi bir değişikliğe gerek duyulmadı.

Araştırmacı tarafından Ocak 2023 – Nisan 2023 tarihleri arasında Antalya ili Konyaaltı ilçesi Mollayusuf Mahallesi, Öğretmenevleri Mahallesi, Uncalı Mahallesi'nde daha önce belirlenmiş örneklem sayısına ulaşıncaya dek haftanın belirli günleri (cumartesi, pazar, pazartesi, salı ve çarşamba) bireylerin evlerinde ziyaret edilerek çalışma kriterlerine uyan gönüllü katılımcılara çalışma ve veri toplama araçları ile ilgili gerekli açıklamalar

yapıldıktan ve onamları alındıktan sonra görüşme formları verilip cevaplamaları istendi ve araştırma verileri toplandı.

Değişkenler

Bağımsız Değişkenler: Cinsiyet, eğitim durumu, ekonomik durum, medeni durum, çocuk sahibi olma, evcil hayvan sahibi olma, görüşülen birey sayısı

Bağımlı Değişkenler: Evcil Hayvan Tutum Ölçeği, Yalnızlık Algısı Ölçeği

3.6. Verilerin İstatistiksel Değerlendirmesi

Tüm veriler bilgisayarda SPSS (statistical package for social sciences) for Windows 22 programına kaydedilerek analiz edildi. Verilerin analizinde ilk olarak hangi testlerin (parametrik/nonparametrik testler) uygulanacağına karar vermek için karşılanması gereken varsayımlar test edildi. Dağılımın normalliğine karar vermek için Kolmogorov-Smirnov testi ve normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerlerinden yararlanıldı. Verilerin normal dağılıma uygun olduğu bulundu. Bağımsız değişkenlerin dağılımını göstermek için sayı, yüzde aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri kullanıldı. Bağımsız iki değişkenin karşılaştırılmasında Student-t testi, ikiden fazla grup karşılaştırmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve farkın kaynağını belirlemek için Bonferroni çoklu karşılaştırma testi, bağımlı grupların karşılaştırılmasında Pearson Korelasyon Analizi kullanıldı. Yapılan istatistiksel analizlerden elde edilen sonuçlardan $p < 0.05$ olan değerler önemli kabul edildi.

3.7. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma; Demografik Bilgi Formu, Yalnızlık Tutum Ölçeği, Yalnızlık Algısı Ölçeğinin ölçtüğü özelliklerle, Antalya İli Konyaaltı ilçesinin 3 mahallesinde Ocak 2023- Nisan 2023 tarihleri arasında ikamet eden ve 65 yaş üstü bireylerden oluşan örneklemin küçüklüğü ve yüz yüze yapılması ile sınırlıdır.

3.8. Araştırmanın Etik İlkeleri

Araştırmanın verileri, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu' ndan (Ek-5), Antalya ili Konyaaltı İlçesi mahalle muhtarlıklarından (Ek-6) ve kullanılan ölçeklerin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yapan yazarlardan gerekli izinler (Ek-7) alındıktan sonra katılımcılardan Aydınlatılmış Onam (Ek-1) alınarak toplandı.



4. BULGULAR

Yaşlı bireylerde evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısının araştırıldığı bu çalışmada elde edilen bulgular sırasıyla katılımcıların demografik özellikler, demografik özelliklerin evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısıyla ilişkisi ve son olarak evcil hayvan tutumu ile yalnızlık algısının ilişkisi incelendi.

Tablo 2. Katılımcıların Demografik Özelliklerinin İncelenmesi

Kişisel Özellikler (300 kişi) (Materyal metoda)	n (%)	Aile Özellikleri	n (%)	Evcil Hayvan Besleyen Kişilerin Bazı Özellikleri	n (%)
Cinsiyet		Birlikte Yaşadığı Kişiler		Evcil Hayvan Türü	
Kadın	159(53)	Aile Üyeleri	41(14)	Kedi	23(25,3)
Erkek	141(47)	Eşiyle	163(54)	Köpek	18(19,8)
Medeni Durum		Tek Başına	96(32)	Kuş	32(35,2)
Evli	173(64)	Görüşülen Kişi Sayısı		Balık	18(19,8)
Bekar	75(25)	Üç kişiden az	99(33)	Kaç Yıldır Var	
Boşanmış	46(11)	Üç kişiden fazla	201(67)	0-1	5(5,5)
Eğitim Durumu		Evcil Hayvan Besleme Durumu		2-4	44(48,4)
Okuryazar	30(10)	Evet	91(30)	5-7	19(20,9)
İlkokul	51(17)	Hayır	209(70)	7+	23(25,3)
Ortaokul	80(26)			Evcil Hayvandan Sorumlu Kişi	
Lise	86(29)			Kendisi	67(73,6)
Lisans ve Lisansüstü	53(18)			Ortak	15(16,5)
Gelir Düzeyi				Diğerleri	9(9,9)
Alt	41(14)			Sahiplenme Nedeni	
Orta	132(44)			Kendi İsteği	68(74,7)
Üst	127(42)			Çocuğunun isteği	12(13,2)
				Sevdiği insanı kaybetme	11(12,1)
YAŞ	69,86±4,83				
65-75	255 (85)				
75-84	42 (14)				
85 ve üzeri	3 (1)				

Araştırmaya katılan kişilerin %53'ü (n=159) kadın, %47'si ise (n=141) erkek olarak bulundu (Tablo 2).

Katılımcıların yaşlarına ilişkin elde edilen verilere bakıldığında araştırmaya katılan kişilerin en az 65 en fazla 90 yaş arasında değiştiği ve örneklemin yaş ortalamasının $69,86 \pm 4,83$ olduğu bilgisine ulaşıldı (Tablo 2).

Katılımcıların yaşıyla ilgili verinin evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısıyla ilişkisine yönelik analizlerin yapılabilmesi için katılımcıların yaşları gruplandırıldı. Buna araştırmaya katılan kişilerden yaşı 65-74 yaş arası olanlar “genç yaşlı” 75-84 arası olanlar “orta yaşlı” ve 85 yaş ve üzeri olanlar ise “ileri yaşlı” olarak gruplandırıldı. Buna göre katılımcıların yaş gruplarına bakıldığında; katılımcıların %85'inin (n=255) genç yaşlı grubunda olduğu, %14'ünün (n=42) ise orta yaşlı grupta olduğu ve %1'inin (n=3) ise ileri yaşlı grupta olduğu bulundu (Tablo 2).

Katılımcıların medeni durumlarına ilişkin verilere bakıldığında örneklemin %64'ünün (n=173) evli olduğu, %25'inin bekar (n=75) ve %11'in (n=46) ise boşanmış olduğu belirlendi.

Araştırmaya katılan kişilerin eğitim durumlarına ilişkin verilere bakıldığında %29'unun (n=86) lise mezunu, %26'sının (n=80) ortaokul mezunu, %18'inin (n=53) lisans ve daha üst derecede eğitime sahip olduğu, %17'sinin (n=53) ise ilkokul mezunu olduğu bulundu. Katılımcıların %10'u (n=30) ise eğitim kurumundan mezun olmamakla birlikte okuryazar durumda olduğu bulundu. Genel olarak bakıldığında katılımcıların %47 (n=141) sinin lise ve daha üst düzeyde eğitime sahip olduğu toplamda ise %90'ının (n=270) formal eğitim düzeyine sahip olduğu saptandı (Tablo 2).

Araştırma katılan kişilerin gelir duruma ilişkin soruda kişilerin gelir durumları alt düzey, orta ve üst gelir grubunda olmak üzere üç şekilde tanımlamaları istendi. Buna göre katılımcıların %44'ü (n=132) gelir durumunu orta düzey, %42'si (n=126) üst düzey ve %14'ü (n=42) ise alt düzeyde gelire sahip olduklarını görüldü (Tablo 2).

Katılımcıların çoğunluğunun (%54; n=163) eşiyle birlikte yaşadığı, %32'sinin (n=96) ise tek başına yaşadığı %14'ünün (n=42) ise diğer aile üyeleriyle beraber yaşadığı bulundu. Katılımcıların görüştüğü kişi sayısına ilişkin veriler bakıldığında ise araştırmaya katılan kişilerin çoğunluğunun (%67; n=201) en az üçten fazla kişiyle irtibat halinde olduğu belirlendi (Tablo 2).

Araştırmaya katılan kişilerin evcil hayvan sahibi olma durumuna ilişkin elde edilen verilere göre katılımcıların %30'unun (n=90) en az bir evcil hayvana sahip olduğu %70'inin (n=210) ise evcil hayvanı olmadığı bulunmuştur. Evcil hayvan besleyen kişilerin evcil hayvan besleme durumlarıyla ilgili besledikleri evcil hayvan türü, ne kadar süredir besledikleri, beslenen evcil hayvanla ilgilenen kişi ve evcil hayvan besleme nedenine ilişkin sorular katılımcılara yöneltildi. Bu sorularla elde edilen verilere bakıldığında evcil hayvan besleyenlerin en çok (%35,2 n=32) kuş besledikleri, besleme sürelerinin çoğunlukla (%48,4 n=44) 2 ile 4 yıl arasında değiştiği, evcil hayvan besleyen kişilerin çoğunlukla (%73,6 n=67) kendileri ilgilendikleri ve sahiplenme nedeni olarak çoğunlukla (%74,7 n=68) kendi istekleriyle sahiplendikleri bulundu (Tablo 2).

Tablo 3. Katılımcıların Evcil Hayvan Tutumu ve Yalnızlık Algısı Puanlarının Ortalamaları

	Min	Max	Mean
Evcil Hayvan Tutumu Toplam Puan	62,00	126,00	88,93±11,15
Pozitif tutum	33,00	77,00	54,34±7,69
Negatif Tutum	7,00	31,00	21,41±4,20
Yalnızlık Algısı	17,00	36,00	24,5±4,31

Katılımcıların Evcil Hayvan Tutumu ve Yalnızlık Algısı Puanlarının Ortalamaları incelendiğinde; Evcil Hayvan Tutumu Toplam Puanı 88,93±11,15; Pozitif tutum puanı 54,34±7,69; Negatif Tutum puanı 21,41±4,20; Yalnızlık Algısı puanı 24,5±4,31 bulundu. Araştırmaya katılan kişilerin pozitif tutum ortalamalarının negatif tutumdan daha yüksek olduğu bulundu (Tablo 3).

Katılımcıların yalnızlık algısına ilişkin bulgulara bakıldığında araştırmaya katılan kişilerin yalnızlık algısı en düşük puanının 17 en yüksek 36 olduğu yalnızlık algısı ortalama puanının 24,5 standart sapmasının 4,31 olduğu bulundu (Tablo 3). Yüksek puan alanların yalnızlık algısının yüksek olduğu görüldü.

Tablo 4. Katılımcıların Demografik Özellikleri ile Evcil Hayvan Tutumu ve Yalnızlık Algısı Puanlarının Karşılaştırılması (n=300)

Kişisel Özellikler	n	Evcil Hayvan Tutumu (Toplam)		Pozitif Tutum		Negatif Tutum		Yalnızlık Algısı	
		X±ss	Test, p	X±ss	Test, p	X±ss	Test, p	X	Test, p
Cinsiyet*			1,34;		1,35;		-1,09;		-1,29;
Erkek	159	88,11±10,39	0,178	53,77±7,29	0,176	21,66±3,83	0,275	24,35	0,198
Kadın	141	89,85±11,92		54,98±8,09		21,13±4,58		23,70	
Yaş Grubu **			0,180;		0,313;		0,135;		0,341;
Genç Yaşlı	256	89,08±11,13	0,835	54,49±7,60	0,731	21,40±4,22	0,874	24,00	0,711
Orta Yaşlı	40	88,10±11,56		53,47±8,40		21,37±4,20		24,17	
İleri Yaşlı	4	87,25±10,62		53,75±7,13		22,50±3,69		25,75	
Medeni Durum**			0,616;		1,136;		0,021;		0,118;
Bekar	81	87,75±9,14	0,541	53,24±6,47	0,322	21,49±3,49	0,979	23,95	0,889
Evli	173	89,36±12,25		54,76±8,43		21,39±4,56		24,15	
Boşanmış	46	89,34±10,01		54,69±6,61		21,34±4,06		23,84	
Eğitim Düzeyi**			0,627;		0,487;		0,695;		1,030;
Okuryazar	30	86,73±11,13	0,644	53,10±7,84	0,745	22,36±4,13	0,596	24,96	0,392
İlkokul	51	89,62±13,37		54,76±9,52		21,13±4,63		24,52	
Ortaokul	80	88,50±10,07		54,08±7,17		21,58±3,94		23,78	
Lise	86	88,73±11,70		54,16±7,84		21,43±4,35		24,17	
Lisans ve üstü	53	90,47±9,48		55,33±6,12		20,86±3,98		23,26	
Gelir Düzeyi**			3,731;		3,348;		3,356;		1,900;
Alt	41	88,02±9,92	0,025	53,43±6,64	0,037	21,41±3,89	0,036	24,00	0,151
Orta	132	87,27±10,19		53,34±7,18		22,07±3,93		24,56	
Üst	127	90,94±12,19		55,67±8,34		20,73±4,48		23,52	
Birlikte Yaşadığı Kişi**			0,309;		0,233;		0,486;		0,853;
Aile Üyeleri	41	87,95±13,65	0,734	53,63±9,55	0,792	21,68±4,69	0,616	23,8	0,427
Eşyle	163	88,81±11,37		54,36±7,90		21,55±4,28		24,34	
Tek Başına	96	89,5±11,15		54,61±6,39		21,07±3,85		23,64	
Görüşülen Kişi Sayısı*			-3,10;		-2,70;		3,03;		0,58;
Üç kişiden az	99	86,56±7,04	0,002	52,86±5,50	0,007	22,30±2,84	0,003	24,26	0,561
Üç ve daha fazla	201	90,09±12,53		55,07±8,48		20,98±4,67		23,94	
Evcil Hayvan Olma Durumu*			6,93;		6,71;		-6,33;		-3,70;
Var	91	96,23±13,34	0,000	59,16±9,00	0,000	18,93±4,88	0,000	22,78	0,000
Hayır	209	85,75±8,26		52,24±5,95		22,49±3,34		24,60	
Yalnızlık Algısı***			25,26;		33,29;		8,18;		
Düşük	165	92,21±11,89	0,000	56,87±8,10	0,000	20,66±1,46	0,000		
Orta	122	85,99±8,15		52,09±5,21		22,09±3,77			
Yüksek	13	74,84±6,63		43,38±5,62		24,53±2,43			

*independent sample t, ** One Way ANOVA

Katılımcıların Demografik Özelliklerinin Evcil Hayvan Tutumu ve Yalnızlık Algısı ilişkisinin Karşılaştırılmasında gelir düzeyi incelendiğinde geliri üst seviyede olan kişilerin evcil hayvan tutumu toplam puan ortalaması geliri orta düzeyde olan kişilerden daha yüksek olduğu bulundu (Ü.G. ort=90,94±12,19; O.G. ort=87,27±10,19). Benzer şekilde üst seviyede gelire sahip kişilerin evcil hayvana yönelik pozitif tutum puan ortalamaları orta düzeyde gelire sahip olan kişilerden daha fazladır (Ü.G. ort=55,67±8,34 ; O.G. ort=53,34±7,18). Evcil hayvana yönelik negatif tutuma bakıldığında ise orta düzeyde geliri olan kişilerin negatif tutum puan ortalamalarının üst seviyede geliri olan kişilerden daha yüksektir (Ü.G. ort=22,07±3,93; Ü.G. ort=20,73±4,48). Buna göre yapılan analizler sonucunda araştırmaya katılan kişilerin gelir düzeyi arttıkça evcil hayvana yönelik pozitif tutumun arttığı, negatif tutumun azaldığı ve genel olarak üst seviyede geliri olan kişilerin evcil hayvan tutumu toplam puanının daha yüksek olduğu bulundu.

Araştırmaya katılan kişilerin evcil hayvana yönelik pozitif ve negatif tutumla birlikte evcil hayvan tutumu toplam puanlarının evcil hayvan sahip olma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaştığı bulundu (sırasıyla $t=6,71$, $p=0,0001$; $t=-6,33$, $p=0,0001$; $t=6,93$, $p=0,0001$). Buna göre araştırmaya katılan kişilerden evcil hayvanı olanların evcil hayvana yönelik pozitif tutumları ve evcil hayvan tutumu toplam puanının evcil hayvanı olmayanlardan daha yüksek olduğu bulundu. Benzer şekilde evcil hayvanı olanların evcil hayvana yönelik negatif tutum puanının evcil hayvanı olmayanlardan daha düşük olduğu bulundu. Evcil hayvana sahip olma durumunun yalnızlık algısıyla ilişkisine bakıldığında ise evcil hayvana sahip olma ile yalnızlık algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($t=-3,70$, $p=0,001$). Evcil hayvanı olanların yalnızlık algısının evcil hayvanı olmayanlardan daha düşük olduğu sonucuna ulaşıldı.

Araştırmaya katılan kişilerin evcil hayvan tutumlarındaki farkın hangi yalnızlık algısı düzeyi arasında olduğu anlamak için Post-Hoc testlerinden Bonferroni ve Tamhane's T2 testleri uygulandı. Yapılan analizlere göre hayvanlara yönelik pozitif tutumdaki farkın yalnızlık algısı düşük olanlar ile yalnızlık algısı yüksek olanlar arasında olduğu bulundu. Buna göre yalnızlık algısı düşük olanların hayvanlara yönelik pozitif tutumu yalnızlık yüksek olanlardan daha olumludur. Benzer şekilde yalnızlık algısı düşük olanların evcil hayvan besleme tutumu toplam puanı yalnızlık algısı yüksek olanlardan daha fazladır. Evcil hayvana yönelik negatif tutuma bakıldığında ise yalnızlık algısı yüksek olanların hayvanlara yönelik negatif tutum puanlarının yalnızlık düşük olanlarda daha yüksek olduğu bulundu. Genel olarak bakıldığında yalnızlık algısı düşükten yükseğe doğru gittikçe evcil

hayvana yönelik pozitif tutum ve toplam evcil hayvan tutumu puanlarının düştüğü hayvanlara yönelik negatif tutum puanlarının arttığı bulundu (Tablo 4).

Cinsiyete , yaş gruplarına göre dağılım, medeni durum, eğitim düzeyi, birlikte yaşanan kişi sayısı göre evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısının nasıl farklılaştığını belirlemek için yapılan Bağımsız Örneklem T Testine ilişkin veriler tabloda yer almaktadır. Buna göre araştırmaya katılan kişilerin evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısı cinsiyete, medeni durum, eğitim durumu, birlikte yaşanan kişi sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermemektedir (tüm boyutlar için $p>0,05$).

Tablo 5. Katılımcıların Yalnızlık Algısı ile Evcil Hayvan Tutumu Ölçeği ve Altölçekleri Puanlarının Karşılaştırılması

		Evcil Hayvan Tutum Ölçeği (Toplam Puan)	Pozitif Tutum Altölçeği	Negatif Tutum Altölçeği
Yalnızlık Algısı		0-,378**	0-,414**	0,246**
		0,000	0,000	0,000

***r :Pearson korelasyon katsayısı**

Katılımcıların Yalnızlık Algısı ile Evcil Hayvan Tutumu Ölçeği ve Altölçek puanlarının karşılaştırılmasında Yalnızlık Algısı ile Evcil Hayvan Tutum toplam puanı ve Pozitif Tutum Altölçeği arasında negatif yönlü orta düzeyli, Negatif Tutum Altölçeği ile pozitif yönlü düşük düzeyli anlamlı bir ilişki bulundu ($r=0,246$, $p=0,0001$) (Tablo 5).

5. TARTIŞMA

Bu bölümde evcil hayvan tutumu, yalnızlık algısı ve ilişkili faktörler incelendi ve elde edilen sonuçlar literatür dikkate alınarak tartışıldı.

Çalışma Antalya’da ikamet eden 300 kişiyle gerçekleştirildi. Araştırmaya katılan kişilerin %53’ü (n=159) kadın, %47’si ise (n=141) erkektir. Çalışmada katılımcılarının %89’u (n=256) genç yaşlı grubundadır. Yaş gruplarına göre evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısına bakıldığında katılımcılarının yaş grupları ile evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadı ($p>0,05$) (Tablo 2). Palaz (2021) yapmış olduğu çalışmada benzer nitelikte evcil hayvan besleme durumu ve yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu araştırmadaki popülasyonun yaşlı nüfustan oluşması sınırlılığı ve %89’nun 65-74 yaş aralığında olması ve bu yaş aralığında bireylerin benzer toplumsal yapı ve kültürel değerlere sahip olduğu düşüncesi ve çalışmadaki 75 yaş ve üzeri katılımcı sayısının az olması durumu, evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısı ilişkisinin yaş grupları arasında farklılaşmadığı sonucuna ulaşmamıza neden olmuş olabilir.

Çalışmaya katılan kişilerin evcil hayvan sahibi olma durumuna ilişkin elde edilen verilere göre katılımcıların %30’unun (n=90) en az bir evcil hayvana sahip olduğu %70’inin (n=210) ise evcil hayvanı olmadığı bulundu. Literatüre bakıldığında evcil hayvan sahipliği oranının bazı çalışmalarda bizim elde ettiğimiz orandan daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulguların araştırmaya dahil edilen yaş grupları ile ilişkili olduğu ve yaşlı popülasyonun geleneksel yaşamı sürdürerek evde hayvan besleme eğiliminin daha düşük olmasından kaynaklanabileceği düşünüldü (Tablo 4). Savikko ve diğerleri (2005) tarafından yapılmış bir çalışmada ileri yaş insanların, düşük gelir düzeyi, konut durumu yetersizliği, eğitim düzeyi düşüklüğü ve kötü sağlık durumunun başka bir canlının bakım ve ilgi ihtiyacını karşılamaya yetersiz kalacağı için evcil hayvan sahipliğini etkilediği ve bu bireylerin hayvan sahiplenme eğiliminin azalmasına neden olduğunu bildirmiştir. Nitekim bu çalışmadaki yaşlı bireylerin evcil hayvan besleme oranının düşüklüğü bu araştırmayla bağdaştırılabilir.

Çalışmamızda katılımcıların cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi gibi demografik faktörlerinin evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı ($p>0,05$).

Çalışmamızda cinsiyet evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısı üzerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak literatürde kadın cinsiyetin yalnızlık üzerinde anlamlı farklılık olduğu bilgisine erişilmiştir. Black (2012) tarafından yapılmış 293 katılımcılı çalışmada pet bağlılık düzeyi ile kişilerin sosyal çevresindeki insan sayısı arasında pozitif bir ilişki görülmüş, kadınlarda pet bağlılığı anlamlı olarak daha yüksek olarak bulunmuştur (Black, 2012). Yine Onur (2012) tarafından ülkemizde yapılan çalışmada da kadınların %96 sının arkadaşlık ve yoldaşlık isteğiyle evcil hayvan sahiplenme durumunun olduğu saptanmıştır (Tablo 4). Çalışmamızda cinsiyetin belirleyici bir faktör olmamasında, popülasyonun yaşlı kadınlardan oluşması ülkemizde yaşlı kadınların yoksulluğunun daha fazla olması, kadınların torun bakmak, aileye destek sağlamak gibi rollerle sosyal çevreye dahil olması gibi nedenlerin yalnızlık algılarını ve evcil hayvan tutumlarını etkilediği düşünüldü.

Katılımcıların gelir düzeyi incelendiğinde geliri üst seviyede olan kişilerin evcil hayvan tutumu toplam puan ortalaması geliri orta düzeyde olan kişilerden daha yüksek olduğu bulundu. (Ü.G. ort=90,94±12,19; O.G. ort=87,27±10,19). Benzer şekilde üst seviyede gelire sahip kişilerin evcil hayvana yönelik pozitif tutum puan ortalamaları orta düzeyde gelire sahip olan kişilerden daha fazladır (Ü.G. ort=55,67±8,34 ; O.G. ort=53,34±7,18). Evcil hayvana yönelik negatif tutuma bakıldığında ise orta düzeyde geliri olan kişilerin negatif tutum puan ortalamalarının üst seviyede geliri olan kişilerden daha yüksektir (Ü.G. ort=22,07±3,93; Ü.G. ort=20,73±4,48). Buna göre yapılan analizler sonucunda araştırmaya katılan kişilerin gelir düzeyi arttıkça evcil hayvana yönelik pozitif tutumun arttığı, negatif tutumun azaldığı ve genel olarak üst seviyede geliri olan kişilerin evcil hayvan tutumu toplam puanının daha yüksek olduğunu bulduk. Krause, (2012) tarafında yapılan çalışmada da eve giren paranın evcil hayvan besleme durumunu ve yalnızlığı etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumun özellikle yaşlı popülasyonda ekonomik kaygıların fazla olması ve sosyoekonomik güç arttıkça bireylerin hayvanların bakım ve sağlık ihtiyaçlarını daha rahat karşılayabilecek olmasıyla ilişkili olabileceği düşünüldü (Tablo 4).

Çalışmamızda evcil hayvana sahip olma durumunun yalnızlık algısıyla ilişkisine bakıldığında evcil hayvana yönelik pozitif ve negatif tutumla birlikte evcil hayvan tutumu toplam puanlarının evcil hayvan sahip olma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaştığı bulunmuştur (sırasıyla $t=6,71$, $p=0,0001$; $t=-6,33$, $p=0,0001$; $t=6,93$, $p=0,0001$). Araştırmaya katılan kişilerden evcil hayvanı olanların evcil hayvana yönelik

pozitif tutumları ve evcil hayvan tutumu toplam puanının evcil hayvanı olmayanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Evcil hayvana sahip olma durumunun yalnızlık algısıyla ilişkisine bakıldığında ise evcil hayvana sahip olma ile yalnızlık algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($t=-3,70$, $p=0,001$) (Tablo 3). Buna göre çalışmamızda evcil hayvanı olanların yalnızlık algısının evcil hayvanı olmayanlardan daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Evcil hayvan sahipliğinin yalnızlıklığa, psikolojik ve fiziksel sağlığa etkilerine yönelik literatürde yapılmış çalışmalar mevcuttur. Müllersdorf ve diğerleri (2010), yapmış oldukları bir çalışmada evcil hayvanı olan ve olmayan bireyleri ölçüt alarak bireylerin iyilik halini değerlendirilmiş ve, evcil hayvan sahiplerinin, birçok iyilik hali ölçümü (yüksek sorumluluk duygusu, düşük korkulu bağlanma, sosyallik) açısından evcil hayvanı olmayanlara üstünlük sağladığı saptanmıştır. Yine aynı çalışmanın başka bir basamağında evcil hayvan sahiplerinin dışarda sosyal ilişki yürütürken daha açık olduğu, artan sosyallikle beraber yalnızlık düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır bu durum bizim çalışmamızın bulgularını destekler niteliktedir (Müllersdorf ve diğerleri, 2010).

Hoang ve diğerlerinin (2022), yapmış olduğu çalışmada, 65 yaş üstü bireylerin aktifliğinin artırılması, sosyalizasyon ve yalnızlık hislerinin azalmasına yönelik müdahaleler ve etkileri araştırılmış, hayvan destekli terapilerin bu konuda olumlu yönde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı çalışmada özellikle zaten hayvan besleyenlerde hayvan destekli terapinin ve diğer müdahalelerin yalnızlık üzerine etkisinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Ülkemizde yapılmış 587 kişinin dahil edildiği bir çalışmada katılımcıların %87'nin kendilerine arkadaşlık ve yoldaşlık etmesi amacıyla evcil hayvan beslediği yalnızlıkla baş etmede destek olarak gördükleri bildirilmiştir (Onur, 2012).

Black (2012) 'in yapmış olduğu bir çalışmada evcil hayvan bağlılığı ve yalnızlık ilişkisi değerlendirilmiştir. 246'sı pet sahibi olan, 47 pet sahibi olmayan toplam 293 kişi bu çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmada pet sahiplerinin yalnızlık skorları, pet sahibi olmayanlara göre anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Yine yetişkinlerde hayvan etkileşimleri ve ilişkili faktörlerin incelendiği bir çalışmada, yalnızlığın çok yönlü olduğu evcil hayvanların bazen doğrudan bazense dolaylı olarak yalnızlık algısını düşürdüğü bildirilmiştir. Bu çalışmada doğrudan etkilerine pekçok bireyin evcil hayvanını aile üyesi gibi görmesi, arkadaşlık, yoldaşlık gibi paylaşımlarda bulunması; dolaylı katkılarına örnek olaraksa hayvanın bakımı ihtiyaçlarının giderilmesi gibi amaçlarla sosyalleşme düzeyini artırması bazen iletişim başlangıcını zorunlu kılarak insanlar arasında buz kırıcı görevi görmesi örnek verilmiştir. Hayvanlar bu yollarla bireylerin karşılaşması ve sosyal

temaslarını artırarak kişilerin yalnızlık düzeylerini düşürdüğü bildirilmiştir (Mc Nicholas ve diğerleri, 2005)

Aynı zamanda evcil hayvan beslemenin özellikle de köpek gibi evcil hayvanlarla bireylere yeni roller verdiği (pet sahipliği gibi) ve toplumda algılanışını değiştirdiği, mahallesinde ya da sosyal ağında tanınırlığını artırdığı, evcil hayvan tutumu pozitif olan diğer bireyler için bu kişilere yönelik olumlu algılar oluştuğu bilgisine ulaşılmıştır (Gilbey ve Tani, 2020). Bu çalışmalarda ulaşılan bulgular genel olarak bizim çalışmamızı destekler nitelikte sonuçlar olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak bakıldığında evcil hayvan besleyenlerin evcil hayvan besleme tutumlarının daha olumlu olduğu ve yalnızlık algısının daha düşük olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda evcil hayvan tutumu yüksek olan bireylerin yalnızlık algısının düşük olduğu yine yapılan çalışmaları destekler niteliktedir.

Araştırmaya katılan kişilerin evcil hayvan tutumu ile yalnızlık algısına ilişkisi açısından bakıldığında, araştırmaya katılan kişilerin yalnızlık algısı ile evcil hayvan tutumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-0,378$, $p=0,0001$). Buna katılımcıların evcil hayvan tutum puanı arttıkça yalnızlık algısı puanı azalmaktadır. Araştırmaya katılan kişilerin evcil hayvana ilişkin negatif tutumu ile yalnızlık algısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=0,246$, $p=0,0001$). Buna göre katılımcıların yalnızlık algısı azaldıkça evcil hayvana ilişkin negatif tutumu da azalmaktadır. Literatürde de çalışmamıza benzer sonuçlar elde edilmiş araştırmalar mevcuttur. Erdoğan ve Kahya (2022) yapmış oldukları çalışmada insan doğası kişilik ve ihtiyaçların yapılması ve evcil hayvanlara yönelik tutum ve davranışlar arasında ilişkilerin incelenmiş, evcil hayvanlara yönelik tutumlarımızın insanlar arası ilişkilerimizle de ilişkili olduğu bulunmuştur. Hayvan sevmeyen grupların insanlara karşı eleştirme, geri çekilme, yalnızlık, depresyon gibi öykülerinin daha fazla olduğu bildirilmektedir. Buna destek olarak yapılan bir çalışmada da hayvan destekli tedavinin yalnızlık ve psikolojik iyilik haline etkileri araştırılmış ve hayvanlara yönelik pozitif tutumları yüksek olan bireylerin hayvan destekli terapilerden daha etkin bir şekilde yararlandığı bulunmuştur (Brimelow ve Wollin, 2017).

Bir başka çalışmada ileri yetişkinlikte kişilerin psikolojik ve fiziksel sağlığının daha kolay bozulabildiği ve daha kırılğan oldukları bu yetişkinlerin refah duygularını artırmada hayvanlarla etkileşimlerin önemi araştırılmıştır. Bir refakatçi hayvanla olan etkileşimin, yaşlı yetişkinlerin yas sürecinde deneyimledikleri kayıp ve yalnızlık hissiyle başa çıkmalarına yardımcı olabildiği aynı zamanda hayvanlarla kurulan etkileşim sayesinde fiziksel sağlıklarında iyileşmeler görülebildiği bildirilmiştir (Krause ve Gulick, 2015). Yine

evcil hayvan varlığının yaşlı yetişkinlerin zihinsel sağlığını ve refahını olumlu etkilediği buna bağlı olarak da yalnızlık gibi duygulardan koruduğu belirtilmiştir (Cherniack ve Cherniack, 2014).

Friedmann ve Thomas (2008) tarafından yapılan araştırmada, evcil hayvanların özellikle sosyal destek kısıtlılığı yaşayan ya da sosyal destekten mahrum olan kişilerde pek çok konuda işlevselliğini arttırdığı, sosyal etkileşimi kolaylaştırdığı ve algılanan yalnızlık seviyesini düşürdüğü belirtilmiştir. Evcil bir hayvanın sorumluluğunu almak, bireylerin kendi sorunlarından ve iç dünyalarından uzaklaşmasına katkı sunmakta (Ballarini, 2003) ve bu sayede de bireylerin streslerini düşürmekte ve yaşam kalitesi, sağlık algısı ve iyi oluşunu yükseltmektedir (McCullough ve diğerleri, 2017).

Literatürde rastlanan yaşlı bireylerin konakladığı bakım tesislerinde yaşlı yalnızlığını azaltmaya yönelik müdahalelere yönelik yapılan bir çalışmada altı aylık bir süre ile yaşlı yetişkinlerle hayvanların etkileşime sokulduğu ve UCLA yalnızlık ölçeği puanının deneme süreci öncesine göre yaklaşık 10 puan azaldığı bulunmuştur. Yine aynı çalışmada evcil hayvan etkileşiminin bireyin ne kadar yalnız olduğuna bağlı olarak olumlu etkilerinin de o denli fazla olabileceğini sonucuna ulaşılmıştır (Brimelow ve Wollin, 2017).

25.006'sını evcil hayvan sahibi olmayan, 14.989'u evcil hayvan sahibi olan toplam 39.995 kişi dahil edildiği ve İsveçte yapılmış bir başka çalışmada evcil hayvan sahiplerinin genel sağlık durumu evcil hayvanı olmayanlara göre daha iyi bulunmakla birlikte, ruh sağlığı açısından evcil hayvan sahipleri, evcil hayvanı olmayanlara göre daha dezavantajlı görünmektedir . Bunun yanında herhangi bir hayvana yönelik olumlu düşüncenin hayvanlarla etkileşim halinde olmanın kişilerin fiziksel ve ruhsal sağlıklarını olumlu etkiledikleri, sosyalizasyonu önleyerek yalnızlık hissini azalttığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Müllersdorf ve diğerleri, 2010).

Bir başka çalışmada pet sahipliği ile yalnızlık arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmaya 50 yaş üstü 5210 kişi dahil edilmiş. Bu çalışmada evcil hayvan sahibi olmanın ilerideki yalnızlığı önleyeceği, yalnızlığında ilerideki pet sahipliğini etkileyeceği sonucuna ulaşılmış, her iki yönde de pet sahibi olmak yalnızlığı azaltıyor olarak değerlendirilmiştir (Stanley ve diğerleri, 2014). Bu çalışmalar da evcil hayvanların ve evcil hayvanlara yönelik tutumumuzun pozitif yönde yüksek olmasının yalnızlığı ve olumsuz duyguları anlamlı olarak etkilediğini bildirmektedir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Araştırmamız ışığında elde edilen sonuçlara göre ;

Yaşlı bireylerin evcil hayvana yönelik pozitif tutum ortalamalarının negatif tutumdan daha yüksek olduğu bulundu (Pozitif tutum puanı $4,94 \pm 7,69$; Negatif tutum puanı $34,58 \pm 4,20$).

Yaşlı bireylerin yalnızlık algısına ilişkin bulgulara bakıldığında yalnızlık algısı en düşük puanının 17 en yüksek 36 olduğu yalnızlık algısı puan ortalaması $24,50 \pm 4,31$ bulundu. Yalnızlık algısı ölçeğinin ortalama puanı 21,8 olarak değerlendirildiği yaşlı bireylerin yalnızlık algısının ortalamadan daha yüksek olduğu belirlendi.

Yaşlı bireylerin evcil hayvan tutumları ve yalnızlık algılarında yaşa göre anlamlı bir farklılık bulunmadı ($p > 0,05$). Yaşlı bireylerin, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi gibi demografik faktörlerinin evcil hayvan tutumu ve yalnızlık algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadı ($p > 0,05$). Evcil hayvan tutumu yüksek olan bireylerin yalnızlık algılarının düşük olduğu saptandı ($p < 0,05$). Evcil hayvana sahip olma durumunun yalnızlık algısıyla ilişkisine bakıldığında ise evcil hayvana sahip olma ile yalnızlık algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır. Buna göre evcil hayvanı olanların yalnızlık algısının evcil hayvanı olmayanlardan daha düşük olduğu belirlendi ($p < 0,05$).

6.2. Öneriler

Bu sonuçlar doğrultusunda literatürde evcil hayvan besleyen bireyler üzerinden yapılmış çalışmalar bulunmakla beraber evcil hayvanlara yönelik tutumla ilgili çalışmalar bulunamamıştır. Bu doğrultuda bu grup bireylerde araştırmaların sayısının artırılmasına ihtiyaç vardır.

Hayvanlara karşı olumlu tutumun yaşlı bireyin günlük yaşamında olumlu katkıları olabildiği sonucuna ulaşılmıştır. Olumlu hayvan tutumu olan yaşlı bireylerin, evcil hayvan bakımının günlük yaşamlarına entegre edilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir. Literatür incelendiğinde ülkemizde bu konuyla ilgili yapılan çalışmalar oldukça azdır. Evcil hayvan

sahibi olmanın yaşlılarda yalnızlığa etkisi üzerine daha fazla araştırma yapılması önerilmektedir.

Evcil hayvanların özellikle sosyalizasyonun önlenmesi gibi konularda önemli olduğu ve bu konuya yönelik araştırmalar yapılmasının yaşlılıktaki yaşanan sorunlar için koruyucu bir önlem olabileceği düşünölüp, hayvan eşliğinde yaşamla ilgili daha fazla araştırma yapılabilir.

65 yaş üzeri bireylerde evcil hayvan tutumunun yaşama etkilerine yönelik vaka kontrol grupları oluşturularak araştırma ilerletilebilir.

.



KAYNAKLAR

- Akbaş, E., Taşdemir Yiğitoğlu, G., & Çunkuş , N. (2020). Yaşlılıkta Sosyal İzolasyon ve Yalnızlık. *OPUS*, 4542-4565.
- Akbaş, E., Yiğitoğlu, G., & Çunkuş, N. (2020). Yaşlılıkta Sosyal İzolasyon ve Yalnızlık. *Uluslararası Toplum Araştırma Dergisi*, 4542-4553.
- Akkaya, K. (2016). Bireylerin evcil hayvan besleme durumları ile ilişkili faktörlerin araştırılması. *Uzmanlık Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Aile Hekimliği Ana Bilim Dalı.
- Akpınar, O., & Öz, S. (2013). Gerçeklik Terapisi Özellikler Temel Kavramlar Tedavi Uygulama ve Değerlendirme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 1-22.
- Al-Fayez, G., Awadalla, A., I. Templer, D., & Arikawa, H. (2003). Companion Animal Attitude and its Family Pattern in Kuwait. *Society & Animals*, 17-28.
- Antonocopoulos, N., & Phcyhl, T. (2010). An Examination of the Potential Role of Pet Ownership, Human Social Support and Pet Attachment in the Psychological Health of Individuals Living Alone. *Anthrozoös*, 37-54.
- Atasoy, F., & Şen , Y. (2014). Köpek ve Kedilerde Bazı Anarmol Davranışlar. *Lalahan Hay. Araşt. Enst. Derg*, 91-99.
- Ballarini , G. (2003). Pet therapy. Animals in human therapy. *Acta Biomed*, 74(2), 97-100.
- Black, K. (2012). The relationship between companion animals and loneliness among rural adolescents. *J Pediatr Nurs*, 103-112.
- Black, K. (2012). The Relationship Between Companion Animals and Loneliness Among Rural Adolescents. *J Pediatr Nurs*, 27(2), 103-112.
- Bouchard, F., & Landry, M. (2004). A magical dream:a pilot project in animal-assisted therapy in pediatriconcology. *Canadian Oncology Nursing Journal = Revue Canadienne de Nursing Oncologique*, 14(1), 14-17.

- Bouchard, F., Landry, M., Belles, M., & Gagnon, J. (2004). A magical dream:a pilot project in animal-assisted therapy in pediatric oncology. *Canadian Oncology Nursing Journal = Revue Canadienne de Nursing Oncologique*, 1(14), 14-17.
- Brown, S. G., & Rhodes, R. E. (2006). Relationships among dog ownership and leisure-time walking in Western Canadian adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 2(30), 131-136.
- Buffel, T., Phillipson, C., & Scharf, T. (2012). Ageing in urban environments: Developing 'age-friendly' cities. *Critical Social Policy*, 597-617.
- Büyükcebeci, A., & Yılmaz, H. (2019). Evcil Hayvan Beslemeye Karşı Yaklaşımın Bazı Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. 3. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Kongresi* (s. 50-66). Muğla: ICOESS.
- Chou, Y. (2012). The Changing Social Meanings of Pets and Their Alternative Futures. *Journal of Futures Studies*, 1-14.
- Clements, P., Benasutti, K. M., & Carmone, A. (2003). Support for Bereaved Owners of Pets. *Perspectives in Psychiatric Care*, 49-54.
- Cotterell, N., Buffel, T., & Phillipson, C. (2018). Preventing Social Isolation in Older People. *Maturitas*, 80-84.
- Çakıcı , A., & Kök, M. (2020). Hayvan Destekli Tedavi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(1), 117-130.
- Çetin, İ. (2021). Evcil hayvan sahibi olan ve olmayan yetişkin bireylerde yaşam doyumu empatik eğilim ve yalnızlık algısı ilişkisinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul.
- Çevik Akyıl, R., & Şengül , B. (2022). Kronik Hastalıklarda Hayvan Destekli Terapi. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 101-108.
- Danış, M. Z. (2024, Mart 14). *Yaşlılık Yoksulluk ve Yalnızlık*. Gebam: https://gebam.hacettepe.edu.tr/sosyal_boyut/yaslilik_yoksuluk_yanlizlik.pdf adresinden alındı
- Davis, S. J., & Valla, F. R. (1978). Evidence for Domestication of the Dog 12000 Years Ago in the Natufian of Israel. *Nature* 276/1, 608-610.

- Degrazia, D. (2006). *Hayvan Hakları*. (H. Gür, Çev.) Dost Kitabevi.
- Enmalker, I., Hellzen, O., Ekker, K., & Berg, A. (2015). Depression in older cat and dog owners: the Nord-Trøndelag Health Study (HUNT)-3. *Aging of Mental Health*, 14(5), 347-352.
- Erdoğan, A., & Kahya, Y. (2022). Evcil Hayvan Sahibi Olanlar ve Olmayanların Depresyon, Anksiyete ve Yaşam Kalitesi Açısından Karşılaştırılması. *Selcuk University School of Medicine*, 32(5), 486-495.
- Erol, S., Sezer, A., Şişman, F., & Öztürk, S. (2016). Yaşlılarda yalnızlık algısı ve yaşam doyumu. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3), 60-69.
- Erzen, E., & Çıkırıkçı, Ö. (2018). The effect of loneliness on depression: A meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 64(5), 427-435.
- Eyabola C., D. B. (2021). Profile and needs of primary informal caregivers of older patients in Belgian geriatric day hospitals: a multicentric crosssectional. *BMC Geriatrics*, 315.
- Farrelly, F., Beverland, M. B., & Ching Lim, E. A. (2008). Exploring the darkside of pet ownership status- and control-based pet consumption. *Journal of Business Research*(61), 490-496.
- Friedmann, E., & Thomas, S. (1995). Pet ownership, social support, and one-year survival after acute myocardial infarction in the Cardiac Arrhythmia Suppression Trial (CAST). *The American Journal of Cardiology*, 1213-1217.
- Geof, H., & Vicky, M. (2014). Human-animal interactions, relationships and bonds: A review and analysis of the literature. *International Journal of Comparative Psychology*, 117-142.
- Gierveld, J. D. (1998). A Review of Loneliness: Concept and Definitions,. *Reviews in Clinical Gerontology*, 73-80.
- Gierveld, J. D. (1998). A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 359.
- Gullone, E. (2000). The Biophilia Hypothesis and Life in the 21st Century: Increasing Mental Health or Increasing Pathology? *Journal of Happiness Studies*, 293-322.

- Gürler, A. M., & Osmanağaoğlu, Ş. (2009). Türkiye’de Hayvanları Koruma Kanununun Tarihsel Gelişimi. *Kafkas Üniversitesi Veterinerlik Fakültesi Dergisi*, 325-330.
- Herzog, H. (2002). Darwinism and the Study of Human Animal Interactions. *Society & Animals*, 361-367.
- Janevic, M. R., Shute, V., & Fynke, J. (2019). How Pets Contribute to Healthy Aging. *National Poll on Healthy Aging*, 39(10).
- Karnick, P. (2005). Feeling Lonely: Theoretical Perspectives. *Nursing Science Quarterly*, 7-12.
- Kılıç, M. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Konya.
- Kirkpatrick, L. (2006). DİN PSİKOLOJİSİNDE BAĞLANMA TEORİSİ. *Bilimname X*, 133-172.
- Koçak, İ. (2009). Huzurevlerindeki yaşlıların ve personelin evcil hayvanlarla terapiye yönelik görüşlerinin belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara.
- Kogen, L., McCulloch, J., Bussolari, C., Pachman, W., & Erdman, P. (2021). The Psychosocial Influence of Companion Animals on Positive and Negative Affect during the COVID-19 Pandemic. *Animals Basel*, 13(11), 2084.
- Krause- Parello, C. (2012). Pet Ownership and Older Women: The Relationships Among Loneliness, Pet Attachment Support, Human Social Support, and Depressed Mood. *Geriatric Nursing*, 194-203.
- Kruger, K. A., & Serpell, J. A. (2010). Animal-Assisted Interventions in Mental Health: Definitions and Theoretical Foundations. A. H. Fine içinde, *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (s. 21-38). Academic Press.
- Laun, L. (2003). Benefits of Pet Therapy in Dementia. *Home Healthcare Nurse: The Journal for the Home Care and Hospice Professional*, 49-52.
- Levin, I., & Stokes, J. (1986). An Examination of the Relation of Individual Difference Variables to Loneliness. *Personality*, 717-733.

- Mein, G., & Grant, R. (2018). A cross-sectional exploratory analysis between pet ownership, sleep, exercise, health and neighbourhood perceptions: the whitehall II cohort study. *BMC Geriatrics*, 1(18), 176.
- Melfi, V. (2014). Human-animal interactions, relationships and bonds: a review and analysis of the literature. *International journal of comparative psychology*, 117-142.
- Melson, G. F. (2003). Child development and the human-companion animal bond. *Am Behav Sci*, 47, 31-39.
- Meltzer, H., Bebbington, P., Dennis, M., Jenkins, R., Mcmanus, S., & Brucha, T. (2012). Feelings of Loneliness Among Adults With Mental Disorder. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 5-13.
- Mueller, M., Richer, A., Calina, K., & Charmaraman, L. (2021). Companion Animal Relationships and Adolescent Loneliness during COVID-19. *Animals*, 885.
- Müllersdorf, M., Granström, F., Sahlqvist, L., & Tillgren, P. (2010). Aspects of health, physical/leisure activities, work and socio-demographics associated with pet ownership in Sweden. *Journal of Public Health*, 53-63.
- Onur, E. (2012). İstanbul'da Kedi Köpek Sahiplenmenin Sosyoekonomik Parametreleri. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Ormerod, E. (2005). Therapeutic applications of the human-companion animal bond. *The Veterinary Record*, 689-691.
- Ormerod, E., Etney, A., Foster, S., & Whyham, M. C. (2005). Therapeutic applications of the human-companion animal bond. *Veterinary Record*, 157(22), 689-691.
- Özel İhtisas Komisyonu - ÖİKR. (2018). *Yaşlanma 11. Kalkınma Planı*.
- Özkan, M. (2017). Yaşlılarda Mekan Aidiyeti: Yaşlılık ve Mekan İlişkisine Sosyolojik Bakış. *Yüksek Lisans Tezi*. Konya.
- Palaz, H. (2021). Evcil Hayvan Sahibi Olmanın Fiziksel ve Ruhsal Sağlığa Etkileri. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul.
- Pamuk, D. (2015). Yaşlı Bireylerin Yaşamında Evcil Hayvanların Rolü. *Journal of Humanities*, 297-306.

- Parslow, R., Anthony, J., Christensen, H., Rodgers, B., & Jacomb, P. (2005). Pet Ownership and Health in Older Adults: Findings From a Survey of 2,551 Community-Based Australians Aged 60-64. *Gerontology*, 40.
- Pikhartova, J., Bowling, A., & Victor, C. (2014). Does owning a pet protect older people against loneliness? *BMC Geriatrics*, 106.
- Podberschek, A., Paul, E., & Serpell, J. (2000). *Companion Animals and Us : Exploring the Relationship Between People and Pets*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rock, K. S. (1984). The Negative Side of Social Interaction: Impact on Psychological Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1097-1108.
- Sarıçam, H., Şahin, S. H., & Soyuçok, E. (2015). Doğayla İlişkili Olma ve Depresyon Ansiyete ve Stres Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Hakemli Psikiyatri ve Psikoloji Araştırma Dergisi*, 38-57.
- Savishinsky, J. (1985). Pets and Family Relationship Among Nursing Home Residents. *Marriage and Family Review*, 109-134.
- Sıddıq, A. B., Erdem, Ç., & Şanlı, S. (2018). Türkiye’de İnsan Hayvan İlişki Bilimi Antrozooloji’nin Faaliyet Alanları. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırma Dergisi*, 7(2), 805-826.
- Staats, S., Wallace, H., & Anderson, T. (2008). Reasons for companion animal guardianship (pet ownership) from two populations. *Society and Animals*, 16, 279-291.
- Stanley, I., Conwell, Y., Bowen, C., & Van Orden, K. (2014). Pet ownership may attenuate loneliness among older adult primary care patients who live alone. *Aging Mental Health*, 18(3), 394-399.
- Stanley, M. (2010). Nowadays You Don't Even See Your Neighbours': loneliness in the everyday lives of older Australians. *Health Soc Care Community*, 407.
- Sullivan, H. S. (1955). *The Interpersonal Theory Of Psychiatry*. New York: Tavistock Publication Limited.
- Şahin, Ö., & Kahya, Y. (2018). Evcil Hayvana Bağlanma Ölçeği: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Nesne*, 174-199.

- Şan, M. A. (2020). Evcil hayvan sahiplerinde depresyon ve anksiyete düzeylerinin incelenmesi. *Bursa Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi*. Bursa.
- Townsend, M. C. (2016). *Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliğinin Temelleri Kanıta Dayalı Uygulama Bakım Kavramları*. (Cilt 6). Ankara: Akademisyen Kitabevi.
- Tufan, İ. (2014). *Türkiyede Yaşlılığın Yapısal Değişimi*. Koç Yayınları.
- Türkiyenin Psikolog Portalı. (2024, Şubat 14). *Epsikog Tv*. Evcil Hayvanın Ruh Sağlığımıza Faydası: <http://www.epsikogtv.com/evcil-hayvanin-ruh-sagligimiza-faydasi/> adresinden alındı
- Utkugün, C. (2022). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Hayvan Sevgisi ve Duyarlılıkları. *Trakya Eğitim Dergisi*, 12(3), 1515-1550.
- Wells, D. L. (2009). The effects of animals on human health and well-being. *Journal of Social Issues*, 65, 523-543.
- Yavuzer, H., & Beğer, T. (2012). Yaşlılık ve Yaşlılık Epidemiyolojisi. *Klinik Gelişim Dergisi*, 1-3.
- Yeşilkaya, E., & Ofluoğlu, A. (2018). Animal assisted interventions in social work practices. *Journal of Human Sciences*, 1875-1885.
- Yılmaz, E., & Altınok, V. (2009). Okul Yöneticilerinin Yalnızlık ve Yaşam Doyum Düzeylerinin. *Educational Administration: Theory and Practice*, 451-469.
- Zilcha Mano, S., Michulinger, M., & Shaver, P. (2012). Pets As Safe Havens and Secure Bases: The Moderating Role Of Pet Attachment Orientations. *American Psychological Association*, 571-580.
- Gilbey, A., & Tani, K. (2015). Companion animals and loneliness: A systematic review of quantitative studies. *Anthrozoös*, 28(2), 181-197.
- Hoang, P., King, J. A., Moore, S., Moore, K., Reich, K., Sidhu, H., ... & McMillan, J. (2022). Interventions associated with reduced loneliness and social isolation in older adults: a systematic review and meta-analysis. *JAMA Network Open*, 5(10), e2236676-e2236676.

- Krause-Parello, C. A., Gulick, E. E., & Basin, B. (2019). Loneliness, depression, and physical activity in older adults: The therapeutic role of human–animal interactions. *Anthrozoös*, 32(2), 239-254.
- Gilbey, A., & Tani, K. (2020). Pets and loneliness: Examining the efficacy of a popular measurement instrument. *Anthrozoös*, 33(4), 529-546.
- Brimelow, R. E., & Wollin, J. A. (2017). Loneliness in old age: Interventions to curb loneliness in long-term care facilities. *Activities, Adaptation & Aging*, 41(4), 301-315.

