



JOURNAL of SOCIAL and HUMANITIES SCIENCES RESEARCH (JSHSR)

Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi

Received/Makale Geliş 15.09.2021
Published /Yayınlanma 29.10.2021
Article Type/Makale Türü Research Article

Citation/Alıntı: Ünalın, A. (2021). Yaşlı bireylerin yalnızlık, sosyal dışlanma ve yaşam bağlılığının incelenmesi: Kahramanmaraş örneği. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 8(75), 2622-2628.
<http://dx.doi.org/10.26450/jshsr.2811>

Abdurrahman ÜNALAN
<https://orcid.org/0000-0001-8362-4123>
Kahramanmaraş / TÜRKİYE

YAŞLI BİREYLERİN YALNIZLIK, SOSYAL DIŞLANMA VE YAŞAM BAĞLILIĞININ İNCELENMESİ: KAHRAMANMARAŞ ÖRNEĞİ EXAMINATION OF LONELY, SOCIAL EXCLUSION AND LIFE COMMITMENT OF ELDERLY INDIVIDUALS: THE CASE OF KAHRAMANMARAŞ

Issue/Sayı: 75

Volume/Cilt: 8

jshsr.org

ISSN: 2459-1149

ÖZET

Bu çalışmanın konusu saha çalışmasından elde edilen verilerden hareketle yaşlılarda sosyal dışlanma ve yaşam bağlılığının incelenmesidir. Bu bağlamda araştırmamız yaşlı bireylerin cinsiyet, meslek, psikolojik destek alma ve eğitim durumu değişkenleri açısından sosyal dışlanma, yaşam bağlılığı ve yalnızlık tutumlarını belirlemeye odaklanmıştır. Çalışmanın evreni Kahramanmaraş, örneklemini ise yaşlı bireyler olarak belirlenmiştir. 202 kişilik örnekleminin cinsiyete göre dağılımı %40,6'sı (n:82) kadın, %59,4'ü (n:120) erkeklerden oluşmaktadır. Cinsiyetler arası denge gözetilmeye çalışılmıştır. Örneklemin yaş gruplarına göre dağılımı araştırmaların amaçlarına göre değişen, farklı aralıkların dikkate alındığı bir değişkendir. Bu araştırmada yaşlı nüfus yaş grupları göz önüne alınarak dört yaş grubu belirlenmiştir. Araştırmaya katılanların %59,4'ü "55-60" (n: 120), %21,8'i "60-64" (n:44), %6,9'u "65-70" (n:14) ve %11,9'u "70 ve üzeri" (n:24) gruplarında yer almaktadır. Katılımcılarımızın yaşamlarını sürdürdükleri yeri incelediğimizde %51,5'i (n: 104) "İl", %16,3'ü (n: 33) "İlçe" ve %32,2'si (n: 65) "Mahalle-Köy" yaşamlarını sürdürmektedir. Son olarak örnekleminin medeni durum dağılımı %78,2 (n: 158) "Evli", %14,9'u (n: 30) "Bekar-Dul" şeklindedir. Araştırmada frekans, T-Test ve ANOVA'dan yararlanılmış olup, verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 16.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Çalışmamız sonucunda cinsiyet, meslek, psikolojik destek alma ve eğitim durumu değişkenleri açısından sosyal dışlanma, yaşam bağlılığı ve yalnızlık tutumları arasında bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaşlı, Psikoloji, Yalnızlık, Sosyal Dışlanma, Yaşam Bağlılığı.

ABSTRACT

The subject of this study is the examination of social exclusion and life commitment in the elderly, based on the data obtained from the field study. In this context, our research focused on determining the social exclusion, life commitment and loneliness attitudes of the elderly in terms of gender, occupation, psychological support and educational status. The universe of the study was determined as Kahramanmaraş, and the sample was determined as elderly individuals. The distribution of our sample of 202 according to gender consists of 40.6% (n:82) women and 59.4% (n:120) men. An attempt was made to maintain a balance between the genders. The distribution of the sample according to age groups is a variable that changes according to the aims of the research and takes into account different intervals. In this study, considering the elderly population age groups, four age groups were determined. 59.4% of the participants were "55-60" (n: 120), 21.8% were "60-64" (n: 44), 6.9% were "65-70" (n: 14) and 11.9% are in the "70 and over" (n:24) groups. When we examine the place where our participants live, 51.5% (n: 104) "Province", 16.3% (n: 33) "District" and 32.2% (n: 65) "Neighborhood-Village". "They live on. Finally, the marital status distribution of our sample is 78.2% (n: 158) as "Married", 14.9% (n: 30) as "Single-Widowed". Frequency, T-Test and ANOVA were used in the study, and SPSS 16.0 statistical package program was used to evaluate the data and find the calculated values. As a result of our study, it was found that there is a relationship between social exclusion, life commitment and loneliness attitudes in terms of gender, occupation, psychological support and educational status.

Keywords: Old, Psychology, Loneliness, Social Exclusion, Life Engagement.

1. GİRİŞ

Yaşlılık, insanoğlunun ana rahminden başlayıp farklı evrelerle beraber devam eden yaşam döngüsünün son evresi olarak kabul edilmektedir. Kısaca yaşlılık yaşamın son evresi olarak değerlendirilmektedir. Bir alman atasözüne göre; “Yaşlılık çağrısız gelen bir konuktur.” (Güler, 1998, s. 105). Dünya Sağlık Örgütü’nün yaptığı ayrıma göre yaşlılık bir yaş ile başlayıp, ileri yaşlılık ce ihtiyarlıkla devam etmektedir. Bu ayırım,

- 45-59 yaş arası orta yaş,
- 60-74 yaş arası yaşlılık,
- 75-89 yaş arası ileri yaşlılık,
- 90 ve üstü ise ihtiyarlık şeklindedir (Arpacı, 2005, s. 16-17).

Bir başka tanıma göre ise yaşlı, somatik, biyolojik, fizyolojik ve psikolojik yönden gerilemelere bağlı olarak profesyonel etkinliğini sürdüremeyecek duruma gelen insanlara denmektedir (Tanman Zıplar, 2015, s. 174). Genel olarak yaşlılık döneminin başlangıcı olarak kabul edilen yaş aralığı 65-74 yaş aralığıdır (Bölükbaş ve Arslan, 2003, s. 235). Yaşlılık dönemi, 65 veya 75’ten 100 veya 105 yaşına kadar uzanmaktadır. Yaşlanmanın belirtileri fiziksel güç kaybı ve bireyin vücudundaki organlarda ve fonksiyonlarda yavaşlama görülmektedir (Özyer, 2016, s. 8-9). Zamana bağlı olarak bireyin anatomi ve fizyolojisinde değişimler olmaktadır. Bu değişimler de biyolojik yaşlanmayı oluşturmaktadır (Arpacı, 2005, s. 17). Biyolojik yaşlanma aslında doğumdan başlayarak bireyin tüm yaşamı boyunca devam etmektedir (Güler, 1998, s. 105). Gelişmiş ülkelerin genelinde emeklilik yaşı olarak 65 yaşının belirlenmesi bu genel kabuldendir.

Yaşlanmanın temelde biyolojik, bununla beraber sosyal, ekonomik ve psikolojik yönleri vardır. Yaşlılığın ekonomik ve psikolojik yönleri de vardır. Bu yönleri ile de yaşlanma süreci incelenabilmektedir. Yaşlılıkla beraber gelen biyolojik değişim sonucunda kişinin, fiziksel gücünde düşüş, vücut organlarında ve fonksiyonlarında yavaşlama olmaktadır. Aynı şekilde bu dönemdeki sosyal değişiklikler sonucunda ise, bireyin korunma ihtiyacı artmakta, sosyal güvenceye ihtiyaç duymakta ve ilgi ve bakım ihtiyaçları artmaktadır. Bu sonuçlar yaşlılık döneminin zorlukları olarak görülmektedir (Konak ve Çiğdem, 2005, s. 23). Yaşlılık döneminde bireyde meydana gelen fizyolojik, ruhsal, zihinsel ve toplumsal değişimler sonucunda oluşan yeni durumlara adapte olmakta zorlanma ve bireyin biyolojik, sosyal ve psikolojik gereksinimlerinin artması gibi zorluklar yaşanabilmektedir. Yaşlanma ile birlikte bireyin fiziksel gücünde düşüş, olmakta, toplumsal alandan çekilmeye başlamakta ve bakım ihtiyaçları artmaktadır. Yaşlı bakımının kendine özgü gerekleri ve zorlukları vardır. Bu dönemde ortaya çıkan fizyolojik, ruhsal, zihinsel ve toplumsal birtakım değişimler bedenın yıpranması, beden ve organların işlevlerinde gerileme, fiziksel rahatsızlıklar (rahatsızlıklarının birçoğunun organik kökenli olmaktan çok günümüzde psikosomatik kökenli olduğu kabul edilmektedir (Ekici ve Ünal, 1994, s. 29), ruhsal sıkıntılar (uyku bozuklukları, depresyon, bunaltı gibi) (Bölükbaş ve Arslan, 2003, s. 236) şeklinde sıralanabilir.

Yapılan araştırmalar sonucunda yaşlı bireylerde, tükenmişlik, yalnızlaşma (içe kapanma, duygusal yalnızlık veya sosyal ilişkilere isteksizlikle, sosyal yalnızlık), yaşam doyumunda azalma¹, zihinsel aktivitede gerileme (sonucunda duygu ve düşüncelerini kontrol edememeye başlama, kendine güvenin azalması, motivasyon (güdülenme) kaybı, stresle başa çıkamama vb.), sosyal rollerde kayıp (birey artık çalışan değil çalışmayan, neticesinde bakan değil de muhtaç bakılan durumuna geçmiştir.), toplumsal hayattan geri çekilme, aile bireylerinin (bakacak çocukların) ölümü, bireyin sosyal güvencesinin olmaması, yaşlılığa/yaşlılara karşı toplumda var olan birtakım düşünceler, önyargılar (ör. yaşı geçmiş, işi bitmiş, Yaşlılık ölümden daha korkunçtur). Bunların karşısında onları koruyanlar da vardır (Güler, 1998, s. 105) gibi değişimler biyolojik, sosyal ve psikolojik gereksinimleri artmaktadır.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Yaşlılık ve Yalnızlık

Yaşlı bireylerde yalnızlık duygusu sık sık karşılaşılan bir durumdur. Yalnızlık duygusunu yaşayabilecek potansiyel risk grubu içerisinde yer alan yaşlı bireylerin yaşadıkları bu duyguların kaynakları, aile bireylerinin (vb. akrabaların, yakınların) ölümü, terk edilme, ilgisizlik, yaşlı bireyle ilgilenecek, ona

¹ Yaşam doyum kavramı bireyin yaşamdan beklentileri ve bu beklentilerin karşılanması ile ilgilidir (Erol, Sezer, Şişman ve Öztürk., 2016, s.61).

bakacak olanların ekonomik koşullarının iyi olmaması (yeterli olmayan gelir), hayal kırıklığı, acı çekme, istenmeyen biri olma, aldatılma, eş, arkadaş vb. kayıplar yaşama, bireyin sosyal ilişkilerinde yetersizlik olması, özlem, ayrılık, hastalanma, ağrı, kişilerarası ilişkilerde bozulma, kişisel özgüven kaybı (başarısız olma), psikiyatrik hasta olma (şizofreni, ünsiyete, depresyon vb.), fiziksel engelli olma, bireyin yaşamındaki önemli kişilerle ilişkilerinin kesilmesi (Konak ve Çiğdem, 2005, s. 41), bir bakımevinde yaşamak zorunda bırakılmak veya zorunda kalmak şeklinde sıralanabilir.

Yalnızlık duygusunu yaşayan bireylerin yaşamlarında bir takım olumsuz etkiler de görülmektedir. Bu etkiler, bireyin yaşamının amaçsız olduğunu düşünmesi, kendini önemsiz görmesi ile, bireyde boşluk duygusu, bireyde kimsesizlik ve terk edilmişlik duygusu yaşanma (Erol vd., 2016, s. 61), bireyin yaşam doyumunda azalma: yaşam doyumunu kavramı bireyin yaşamla ilgili beklentileri ve bireyin beklentilerinin karşılanmasıyla ilgilidir. Yaşlı bireyde yalnızlık duygusu yaşamdan sağladığı doyumunu olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Erol vd. (2016) tarafından yapılan araştırmada kırdaki yaşayan bireylerin yaşam doyumunu puanları kentte yaşayanlardan daha yüksek bulunmuş, kentte yaşayan bireylerin yalnızlık algısı da kırdaki yaşayanlardan daha yüksek bulunmuştur (Erol vd., 2016, s. 60).

2.2. Yaşlılık ve Yaşam Bağlılığı

Her bireyin kendi içerisinde geliştirmiş olduğu ve ona özgü olan bir yaşam amacı vardır. Bu amaç bireyde doğal bir gereksinim olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanoğlunun sahip olduğu anlamlılık duygusu onu diğer varlıklardan ayırmış ve ona hayatın anlamını sorgulamayı öğretmiştir. Yaşama dair beklentisinin ne olduğu, neden burada olduğu ve yaşama amacına dair sorulara verilen cevaplar bireyin “yaşam anlamına” dair bilgiler vermektedir (Uğur ve Akın, 2015: 425). Birey tarafından değerli olarak kabul edilen hedefler yaşam bağlılığı açısından önemli bulunan amaçların daha sağlam bir şekilde gelişmesine katkı sağlamaktadır (Scheier vd. 2006: 292). Adler’in de yaşamın anlamı ile ilgili olarak yaklaşımı şöyledir: Her insanın yaşama yüklediği anlam kendine özeldir. Yani dünyada ne kadar insan varsa yaşama yüklenen anlam da o kadardır. Bu açıdan bakıldığında beraberinde her anlam bir ölçüde yanlıştır neticesi de çıkabilmektedir. Hiçbir birey hayatın mutlak anlamını bilemez. Bu yüzden bir şekilde faydalı olan hiçbir yoruma kesin olarak yanlıştır denemez (Adler, 2010).

Psikolojide ele alınan yaşam anlamı kavramı, özellikle varoluşçu yaklaşımı benimsemiş birçok araştırmacının vurguladığı bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Irvin Yalom’a (1980) göre “Varoluşçu yaklaşım, bireyin var olmanın getirileriyle yüzleşmesinden kaynaklanan çatışma üzerinde durmaktadır.” Yalom ‘var olmanın getirileri’ derken, insanın yaratılışından itibaren taşıdığı belirli nitelikleri yani yaşamsal kaygılarını kastetmektedir. Bunlar; ölüm, özgürlük, varoluşsal yalıtım ve anlamsızlıktır. Bizim üzerinde duracağımız kavram, Yalom’un dördüncü olarak tanımladığı, insanın anlam arayışıdır. Yalom (1980) anlam arayışını açıklarken, anlamı iki farklı boyutta ele almaktadır: kozmik anlam ve dünyevi-kişisel anlam. Kozmik anlam, kişinin dışında ve ondan daha üstün olarak var olan bir düzeni temsil etmektedir. Bu boyut, insanın dinsel inancı ile bağlantılıdır. İkinci olarak tanımlanan dünyevi anlam ise tamamen din dışı dayanakları temel alabilir. Bu doğrultuda, insan kozmik anlam sistemi olmaksızın kişisel anlam hissine sahip olabilir. İnsanın, herhangi bir dış işaret olmaksızın kendi anlamını oluşturma ve hayatı için bir yön bulma görevi vardır.

2.3. Yaşlılık ve Sosyal Dışlanma

Sosyal dışlanma kavramının birçok tanımı bulunmaktadır. Genel kabul gören tanım toplum içerisindeki dezavantajlı grupların (engelliler, çocuklar, kadınlar, yaşlılar, göçmenler, yoksullar vb.) ekonomik, sosyal ve kültürel nedenlerden dolayı kaynaklara ve hizmetlere ulaşamama ve bu kaynaklardan yararlanamama durumu şeklindedir. İnsanoğlu yaşamının her evresinde farklı bir şekilde dışlanma riskine sahiptir. Ancak yaşlılık dönemiyle beraber bireyde meydana gelen mental ve fiziksel gücün zayıflaması beraberinde getirdiği sosyal yaşamdan uzak kalma bu riski arttırmaktadır. Sosyal dışlanma ve bununla beraber oluşan yaşlı yalnızlığı yaşlılık döneminde sık sık görülen sosyal bir problemdir. Sosyal dışlanma kavramı, toplumsal bütünlük ve entegrasyon açısından risk oluşturabilecek bir durumu ifade eden sorun olarak ortaya çıkmaktadır. Bu anlamda sosyal dışlanma, bireylerin ya da grupların toplumun sosyal, ekonomik ve politik imkanlarının dışında ya da kenarında kalmalarını ve toplumda giderek görmezden gelinmelerini ifade etmektedir. Dışlanmanın, ekonomik, sosyal ve kültürel birçok boyutu vardır.

3. SAHA ÇALIŞMASININ UYGULANMASI VE İSTATİSTİKSEL İŞLEMLER

Araştırmanın verilerini toplamak amacıyla Yaşam Bağlılığı Ölçeği (YBÖ), Yaşlılarda Sosyal Dışlanma Ölçeği (YSDÖ), Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği (YİYÖ) ve Kişisel Bilgi Anketi kullanılmıştır (EK-1). Uygulama Eylül-2020’de gerçekleştirilmiştir. Bir anket formunun doldurulma süresi ortalama olarak 20-25 dakika arasında gerçekleşmiştir. Anket formları Google Form üzerinden hazırlanmış olup elektronik ortamda Kahramanmaraş’ta ikamet etmekte olan yaşlı bireylere ulaştırılmış ve 202 adet anket katılımcılara uygulanmıştır. Çalışmada anket tekniği kullanılmış, örnekleme yer alan katılımcılar tesadüfi yöntemle belirlenmiştir. Ankette öğrencilere yöneltilen yaşam bağlılığı ölçeği (YBÖ) Uğur ve Akın (2015) tarafından, yaşlılarda sosyal dışlanma ölçeği (YSDÖ) Apak ve Apak (2020) tarafından ve yaşlılar için yalnızlık ölçeği (YİYÖ) Akgül ve Yeşilyaprak (2015) tarafından geliştirilmiştir.

3.1. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evreni, Kahramanmaraş; örnekleme ise Kahramanmaraş’ta ikamet etmekte olan yaşlı bireylerdir. Araştırmamıza katılanların 82’si erkek ve 120’si kadından oluşmaktadır.

3.2. Verilerin Analizi

Anket verilerinin hem girilmesinde hem de verilerin istatistiksel tekniklerle analiz edilmesinde SPSS (16.0) programı kullanılmıştır. İstatistiksel analizde katılımcıların demokratik vatandaşlık puan ortalamaları (Xdt) ve standart sapmaları (Sdt), çok kültürlülük düzeyi puan ortalamaları (Xck) ve standart sapmaları (Sck) ve insan hakları düzeyi puan ortalamaları (Xih) ve standart sapmaları (Sih) olarak hesaplanmıştır. Veriler çözümlenirken; yüzde (%), frekans dağılımı, Varyans Analizi (Tek Yönlü ANOVA) ve T-Testinden yararlanılmıştır. Değişkenlerin hem olgusal özellikleri hem de demografik durum verilerinde frekans ve yüzdelik oranlar kullanılmış ve sonuçlar tabloda gösterilmiştir. Varyans analizi sonucu önemli bulunan ortalamalar arasındaki farkın hangi gruplar arasında önemli olduğunun belirlenmesinde Post-Hoc (Scheffe, Tukey ve LSD) testleri kullanılmıştır. Veriler test edilirken genellikle istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşanlar tablo olarak verilmiştir. Hipotezlerin test edilmesinde önemlilik düzeyi “.05” olarak alınmıştır.

4. BULGULAR ve YORUMLAR

Tablo 1: Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Betimsel Dağılımı-I

		N	%
Cinsiyet (Cinsiyetiniz?)	Kadın	82	40,6
	Erkek	120	59,4
	Toplam	202	100
Yaş (Yaşınız?)	55-60	120	59,4
	60-65	44	21,8
	65-70	14	6,9
	70 Ve Üzeri	24	11,9
	Toplam	202	100
Yaşamın Geçtiği Yer (Yaşamınızın Büyük Çoğunluğunu Geçirdiğiniz Yerleşim Birimi)	İl	104	51,5
	İlçe	33	16,3
	Mahalle-Köy	65	32,2
	Toplam	202	100
Medeni Durum	Bekar	14	6,9
	Evli	158	78,2
	Bekar-Dul	30	14,9
	Toplam	202	100

Tablo 1, örneklemin demografik özelliklerine göre betimsel dağılımını göstermektedir. 202 kişilik örnekleminin cinsiyete göre dağılımı %40,6’sı (n:82) kadın, %59,4’ü (n:120) erkeklerden oluşmaktadır. Cinsiyetler arası denge gözetilmeye çalışılmıştır. Örneklemin yaş gruplarına göre dağılımı araştırmaların amaçlarına göre değişen, farklı aralıkların dikkate alındığı bir değişkendir. Bu araştırmada yaşlı nüfus yaş grupları göz önüne alınarak dört yaş grubu belirlenmiştir. Araştırmaya katılanların %59,4’ü “55-60” (n: 120), %21,8’i “60-64” (n:44), %6,9’u “65-70” (n:14) ve %11,9’u “70 ve üzeri” (n:24) gruplarında yer almaktadır. Katılımcılarımızın yaşamlarını sürdürdükleri yeri incelediğimizde %51,5’i (n: 104) “İl”, %16,3’ü (n: 33) “İlçe” ve %32,2’si (n: 65) “Mahalle-Köy” yaşamlarını sürdürmektedir. Son olarak örnekleminin medeni durum dağılımı %78,2 (n: 158) “Evli”, %14,9’u (n: 30) “Bekar-Dul” şeklindedir.

Tablo 2: Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre Betimsel Dağılımı-II

		N	%
Eğitim Durumu	Okur Yazar Değil	16	7,9
	Okur Yazar	9	4,5
	İlkokul Mezunu	52	25,7
	Ortaokul Mezunu	40	19,8
	Lise Mezunu	21	10,4
	Lisans Mezunu	64	31,7
	Toplam	202	100
Meslek	Öğretmen	25	12,4
	Avukat	5	2,5
	Ev Hanımı	39	19,3
	Esnaf	63	31,2
	Emekli	41	20,3
	Memur	29	14,4
	Toplam	202	100

Tablo 2, örneklemin demografik özelliklerine göre betimsel dağılımını göstermektedir. 202 kişilik örneklemin eğitim durumuna göre dağılımı %7,9'u (n:16) okur yazar değil, %4,5'i (n:9) okur yazar, %25,7'si (n:52) ilkokul mezunu, %19,8'i (n:40) ortaokul mezunu, %10,4'ü (n: 21) lise mezunu ve %31,7'si (n:64) lisans mezunu şeklindedir. Araştırmaya katılanların %12,4'ü "Öğretmen" (n: 25), %2,5'i "Avukat" (n:5), %19,3'ü "Ev Hanımı" (n:39), %31,2'si "Esnaf" (n:63), %20,3'ü "Emekli" (n:41) ve %14,4'ü "Memur" (n:29) gruplarında yer almaktadır.

Tablo 3: Örneklemin Sosyal Dışlanma Seçeneklerine Göre Betimsel Dağılımı

		N	%
Günlük Hayatta Dışlanma Düşüncesi	Bazen	30	14,9
	Hayır	172	85,1
	Toplam	202	100
Dışlanma Hissedilen Alanlar	Hastaneye Gittiğimde	29	14,4
	Toplu Taşıma Araçlarında	5	2,5
	Ailem Tarafından	5	2,5
	Akrabalarım Tarafından	15	7,4
	Mahallede Komşular Arasında	5	2,5
	Hiçbirinde	143	70,8
	Toplam	202	100,0
Dışlanma Nedenleri	Ekonomik Yetersizlikten Dolayı	10	5,0
	Fiziksel Olarak Yetersizliğimden Dolayı	10	5,0
	Konuşmayı Çok Sevmediğimden Dolayı	5	2,5
	Sinirli Bir Yapıya Sahip Olduğum İçin	10	5,0
	Diğer	39	19,3
	Yanıtız	128	63,4
	Toplam	202	100

Tablo 3, örneklemin sosyal dışlanma seçeneklerine göre betimsel dağılımını göstermektedir. 202 kişilik örneklemin dağılımı %14,9'u (n:30) günlük hayatta bazen dışlandığını düşünürken %85,1'i ise (n:172) dışlanmadığını düşünmektedir. Araştırmaya katılanların sosyal hayatta dışlanma hissettiği alanlar olarak %14,4 "Hastaneye Gittiğimde" (n: 29), %2,5'i "Toplu Taşıma Araçlarında" (n:5), %2,5'i "Ailem Tarafından" (n:5), %7,4'ü "Akrabalarım Tarafından" (n:15), %2,5'i "Mahallede Komşular Arasında" (n:5) ve %70,8'i "Hiçbirinde" (n:143) gruplarında yer almaktadır. Katılımcılarımızın dışlanma nedenlerini incelediğimizde %5'i (n: 10) "Ekonomik Yetersizlikten Dolayı", %5'i (n: 10) "Fiziksel Olarak Yetersizlikten Dolayı", %2,5'i (n:5) "Konuşmayı Çok Sevmediğimden Dolayı", %19,3'ü (n:39) "Diğer" ve %63,4'ü (n: 128) "Yanıtız" şeklinde dağılım göstermiştir.

Tablo 4: Örneklemin Psikolojik Destek Almasına Göre Betimsel Dağılımı

		N	%
Psikolojik Destek Alma Durumu	Evet, Geçmişte Aldım	35	17,3
	Evet, Hala Alıyorum	5	2,5
	Düzenli Olmasa da Bazen Alıyorum	100	49,5
	Hayır, Hiç Almadım	62	30,7
	Toplam	202	100,0
Psikolojik Destek Alınan Kişiler	Psikolog	15	7,4
	Psikiyatrist	25	12,4
	Diğer	5	2,5
	Yanıtız	157	77,7
	Toplam	202	100

Tablo 4, örneklemin psikolojik destek alma durumlarına göre betimsel dağılımını göstermektedir. 202 kişilik örneklemin psikolojik destek alma dağılımı %17,3'ü (n:35) "Evet, geçmişte aldım", %2,5'i (n:5) "Evet, hala alıyorum" ve %49,5'i ise (n:100) "Düzenli olmasa da bazen alıyorum" şeklinde dağılım

göstermiştir. Katılımcılara psikolojik destek aldıkları kişiler sorulduğunda, %7,4'ü (n:15) “Psikolog”, %12,4'ü (n:25) “Psikiyatrist”, %2,5'i (n:5) “Diğer” ve %77,7'si (n:157) “Yanıtsız” şeklinde cevap vermiştir.

Tablo 5: Cinsiyet Dağılımına Göre Yalnızlık Puanları (T-Test)

No		N	%	Xyy	Syy	
1	Kadın	82	40,6	22,03	2,12	
2	Erkek	120	59,4	21,47	2,59	
	Toplam	202	100			
		df=200	f=17,894	T=-1,623	p=,000	p<,05

Tablo 5, cinsiyete göre yaşlıların yalnızlık düzeyini göstermektedir. Buna göre kadınların yalnızlık puan ortalaması 22,03, erkeklerin puan ortalaması 21,47 olup T-Test analizi sonucunda istatistiksel anlamda bir farklılaşmaya ulaşılamamıştır (p<,05). Cinsiyete göre yalnızlık puan ortalamaları önemlilik düzeyine ulaşmamıştır ancak kadınların yalnızlık puan ortalaması, erkeklere göre biraz daha yüksektir.

Tablo 6: Meslek Dağılımına Göre Sosyal Dışlanma Puanları

No		N	%	Xysd	Sysd	Tukey
1	Öğretmen	25	12,4	56,04	11,59	
2	Avukat	5	2,5	30,00	,00	1/2
3	Ev Hanımı	39	19,3	47,20	13,80	1/4
4	Esnaf	63	31,2	46,55	13,44	2/5
5	Emekli	41	20,3	50,17	11,48	2/6
6	Memur	29	14,4	49,62	13,42	
	Toplam	202	100	48,61	13,30	
		df=5/196	f=4,391	p=,001	p<,05	

Tablo 6, yaşlı bireylerin meslek dağılımına göre sosyal dışlanma puanlarını göstermektedir. Buna göre mesleklere göre sosyal dışlanma puan ortalamaları incelendiğinde öğretmenlerin 56,04, avukatların 30,00, ev hanımlarının 47,20, esnafın 46,55, emeklilerin 50,17 ve memurların ise 49,62 şeklinde dağılım göstermekte olup tek yönlü varyans (ANOVA) analizinde istatistiksel anlamda bir farklılaşma bulunmuştur (p<,5). Post hoc (tukey) ise bu durumun 1. Grup (Öğretmen) ile 2. Grup (Avukat), 1. Grup (Öğretmen) ile 4. Grup (Esnaf), 2. Grup (Avukat) ile 5. Grup (Emekli) ve 2. Grup (Avukat) ile 6. Grup (Memur) arasındaki farklılıktan kaynaklandığını göstermektedir.

Tablo 7: Psikolojik Destek Alma Durumlarına Göre Sosyal Dışlanma Puanları

No		N	%	Xysd	Sysd	Scheffe
1	Evet, geçmişte aldım	35	17,3	41,94	10,81	
2	Evet, hala alıyorum	5	2,5	68,00	,00	1/2
3	Düzenli olmasa da bazen alıyorum	100	49,5	50,60	14,04	1/3
4	Hayır, hiç almadım	62	30,7	47,62	11,57	2/4
5	Toplam	202	10,4	48,61	13,30	
		df=3/198	f=8,104	p=,000	p<,05	

Tablo 7, katılımcıların psikolojik destek alma ve sosyal dışlanma puanlarını göstermektedir. Buna göre psikolojik destek alma durumlarına göre sosyal dışlanma puan ortalamaları incelendiğinde geçmişte destek alanların 41,94, hala almaya devam edenlerin 68,00, düzenli olmamakla beraber bazen alanların 50,60 ve hiç almamış olanların 47,62 şeklinde dağılım göstermekte olup tek yönlü varyans (ANOVA) analizinde istatistiksel anlamda bir farklılaşma bulunmuştur (p<,5). Post hoc (scheffe) ise bu durumun 1. Grup (Evet, geçmişte aldım) ile 2. Grup (Evet, hala alıyorum), 1. Grup (Evet, geçmişte aldım) ile 3. Grup (Düzenli olmasa da bazen alıyorum) ve 2. Grup, (Evet, hala alıyorum) ile 4. Grup (Hayır, hiç almadım) arasındaki farklılıktan kaynaklandığını göstermektedir.

Tablo 8. Eğitim Durumuna Göre Yaşam Bağlılığı Puanları

No		N	%	Xyb	Syb	Tukey
1	Okur Yazar Değil	16	7,9	19,68	1,25	
2	Okur Yazar	9	4,5	19,44	,52	3/4
3	İlkokul Mezunu	52	25,7	20,32	2,14	3/5
4	Ortaokul Mezunu	40	19,8	18,60	2,02	
5	Lise Mezunu	21	10,4	18,47	2,87	
6	Lisans Mezunu	64	31,7	19,32	2,93	
	Toplam	202	100	19,38	2,46	
		df=5/201	f=3,122	p=,010	p<,05	

Tablo 8, örneklemin eğitim düzeyi ve yaşam bağlılığı puanlarını göstermektedir. Buna göre eğitim düzeyi ve yaşam bağlılığı puan ortalamaları incelendiğinde okur yazar olmayanların 19,68, okur yazar olanların 19,44, ilkököl mezunu olanların 20,32, ortaokul mezunu olanların 18,60, lise mezunu olanların

18,47 ve lisans mezunu olanların 19,32 şeklinde dağılım göstermekte olup tek yönlü varyans (ANOVA) analizinde istatistiksel anlamda bir farklılaşma bulunmuştur ($p < .5$). Post hoc (tukey) ise bu durumun 3. Grup (İlkokul mezunu) ile 4. Grup (Ortaokul mezunu) ve 3. Grup (İlkokul mezunu) ile 5. Grup (Lise mezunu) arasındaki farklılıktan kaynaklandığını göstermektedir.

5. SONUÇ

Bu makale yaşlı bireylerin cinsiyet, meslek, psikolojik destek alma ve eğitim durumu değişkenleri açısından sosyal dışlanma, yaşam bağlılığı ve yalnızlık tutumlarını belirlemeye odaklanmıştır. Bu kapsamda çalışmanın evreni Kahramanmaraş, örneklemini ise yaşlı bireyler olarak belirlenmiştir. Araştırmada sosyo-demografik değişkenlerden cinsiyete yalnızlık puan ortalamaları önemlilik düzeyine ulaşmamıştır ancak kadınların yalnızlık puan ortalaması, erkeklere göre biraz daha yüksektir.

Yaşlı bireylerin meslek dağılımına göre sosyal dışlanma puanları incelendiğinde en yüksek puanın öğretmenlerde (56,04) en düşük puanın ise avukatlarda (30,00) olduğu görülmektedir. Katılımcıların psikolojik destek alma ve sosyal dışlanma puanlarına baktığımızda psikolojik destek almaya devam edenlerin puanı sosyal dışlanma puanı en yüksekken (68,00) geçmişte psikolojik destek almış olanların sosyal dışlanma puanının en düşük (41,94) olduğu görülmektedir. Son olarak örneklemin eğitim düzeyi ve yaşam bağlılığı puanlarından elde edilen veriler incelendiğinde yaşlı bireylerde en yüksek yaşam bağlılığı puanının ilkökul mezunu (20,32) olanlara en düşük puanın ise lise mezunlarına (18,47) ait olduğu görülmektedir. Çalışmamız sonucunda cinsiyet, meslek, psikolojik destek alma ve eğitim durumu değişkenleri açısından sosyal dışlanma, yaşam bağlılığı ve yalnızlık tutumları arasında bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır.

KAYNAKÇA

- ADLER, A. (2010). *Yaşamın Anlamı*. Ankara: Alter Yayıncılık.
- AKGÜL, H., YEŞİLYAPRAK, B. (2015). Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği'nin Türk Kültürüne Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, (1), 34-45.
- APAK, E. ve APAK, H. (2020). Yaşlılarda Sosyal Dışlanma Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Kadim Akademi SBD*, 4(1), 1-15.
- ARPACI, F. (2005). *Farklı boyutlarıyla yaşlılık*. Ankara: Türkiye İşçi Emeklileri Derneği Eğitim ve Kültür Yayınları.
- BÖLÜKBAŞ, N. & ARSLAN, H. (2003). Huzur Evinde Kalan Yaşlıların Psikososyal Yönlerinin İncelenmesi. *Düşünen Adam*, 16(4), 235-239.
- EKİCİ, H. & ÜNAL, S. (1994). Evinde ve Huzurevinde Kalan Yaşlıların Psikolojik Semptomlarının ve Yaşam Doyumlarının Karşılaştırılması. *Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, (5), 29-35.
- EROL, S., SEZER, A., ŞİŞMAN, F.N. & ÖZTÜRK, S. (2016). Yaşlılarda Yalnızlık Algısı ve Yaşam Doyumu. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3), 60-69.
- GÜLER, Ç. (1998). Yaşlılıkta Tanımlar ve Yaşlılık Üstüne Söylenenler. (*Editöre Mektup*). *Geriatrici*, 1(2), 105.
- KONAK, A. & ÇİĞDEM, Y. (2005). Yaşlılık Olgusu: Sivas Huzurevi Örneği. *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*, 29(1), 23-63.
- ÖZYER, H. (2016). *Yaşlılık Sorunu ve Bir Çözüm Olarak Huzurevi (Konya Dr. İsmail Işık Huzurevi Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- SCHEIER, M. F., WROSCHE, C., BAUM, A., COHEN, S., MARTIRE, L., MATTHEWS, K. A., SCHULZ, R. & ZDANIUK, B. (2006). The Life Engagement Test: Assessing Purpose in Life. *Journal of Behavioral Medicine*. 29(3), 291-298.
- TANMAN ZIPLAR, Ü. (2015). Dünyada ve Türkiye'de Yaşlılık Hizmetleri. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 173-194.
- UĞUR, E. ve AKIN, A. (2015). Yaşam Bağlılığı Ölçeği Türkçe Formu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 4(2), 424-432.
- YALOM, I. D. (1980). *Varoluşçu Psikoterapi*. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.