

# TÜRKİYE'DE YAŞLILIK TAHAYYÜLLERİ VE PRATİKLERİ ARAŞTIRMASI





# TÜRKİYE'DE YAŞLILIK TAHAYYÜLLERİ VE PRATİKLERİ ARAŞTIRMASI

## TÜRKİYE'DE YAŞLILIK TAHAYYÜLLERİ VE PRATİKLERİ ARAŞTIRMASI 2019

**Aralık 2019, İstanbul**

Bu kitabın yayın hakları Yaşama Dair Vakıf'a (YADA Vakfı) aittir. Kitabın tamamı veya bir bölümü hiçbir şekilde çoğaltılamaz, dağıtılamaz, yeniden elde edilmek üzere saklanamaz.

### HAZIRLAYAN

**Yaşama Dair Vakıf (YADA Vakfı)**

Salacak Mah. Şerifbey Çeşmesi Sok.  
No:27/2 Üsküdar İstanbul  
[www.yada.org.tr](http://www.yada.org.tr)

### KATKIDA BULUNANLAR

Ceylan Özünel  
Dr. Caner Özdemir  
Dr. Ulaş Tol  
Doç. Dr. Özgür Arun  
Elif Öztürk  
Mehmet Ali Çalışkan  
Melek Özmüş  
Metin Solmaz

### Akademik Danışman

Doç. Dr. Özgür Arun

### AvivaSA Ekibi

Firat Kuruca  
Yeşim Taşlıoğlu  
Özgecan Okay

### Saha Araştırmacıları

Ali Doğan Karacık  
Dilek Dedeakayoğulları  
Kübra Akdoğan  
Kübra Bayraktar  
Umut Erol  
Zeynep Karakurt

### TASARIM UYGULAMA

**OVERTEAM**  
[www.overtteam.com](http://www.overtteam.com)

### Sanat Yönetmeni

Nurcan Baş

### Editörler

Mesut Ergün  
Tolga Arvas

### Birinci Baskı

ISBN 978-605-83578-7-7

### Basım

Filmon Baskı Çözümleri A.Ş

### Sorumluluk Reddi Beyanı

Bu raporda geçen görüş ve tespitlerin AvivaSA veya YADA Vakfı'na değil, katılımcılara ait olduğu unutulmamalıdır. AvivaSA bu araştırmanın yürütülmesini ve yayınlanmasını desteklemekle birlikte, raporda ifade edilen tüm görüşleri onaylamak zorunda değildir.

# TÜRKİYE'DE YAŞLILIK TAHAYYÜLLERİ VE PRATİKLERİ ARAŞTIRMASI

**7 ÖNSÖZ****8 YÖNETİCİ ÖZETİ**

8 Bu Araştırma Neden Yapıldı?

8 Araştırmanın Sağladığı Temel Bulgular

9 Türkiye Yaşlanmaya Hazır Değil

9 Türkiye'de Yaşlı ve Yaşlanma Algısı Negatif

**10 ARAŞTIRMA BİLGİLERİ**

10 Araştırmanın Metodolojisi

10 Araştırmanın Örneklemi

**11 GİRİŞ / YAŞLILIK VE YAŞLANMANIN ARKA PLANI**

13 Gelişmiş Ülkeler Yaşlanırken...

14 Türkiye'de Durum Ne?

14 Yaşlılık Konusundaki Temel Kavramlar Nelerdir?

16 Yaşlılık Ne Zaman Başlar?

18 Kime Yaşlı Denir?

20 Türkiye'de Yaşlanma Çalışmaları Ne Aşamada?

22 Eşitsiz Yaşlanma Nedir?

24 Türkiye'de Eşitsiz Yaşlanma

24 A. Aile yapısı ve hane halkı bileşimi değişiyor

24 B. Çocuk ve yaşlı yoksulluğu artıyor

24 C. Sağlık konusundaki eşitsizlikler

25 D. Kuşaklar arası yatay eşitsizlikler

**27 VERİLERLE TÜRKİYE'DE YAŞLANMA**

28 Türkiye Yaşlanmaya Hazır Değil

29 Refah ve Eğitim Düzeyi Tablonun Temel Belirleyicileri

41 Emeklilikten Ne Umuluyor, Ne Bulunuyor?

48 Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlı Algısı Negatif

49 Aile Dinamikleri Açısından Bakılınca...

55 Günlük Yaşam Pratikleri

65 Sosyal Medya, İnternet ve Kültürel Tüketim

73 Yaşlanma ve Sağlık

85 Yaşlanma ve Yaşlı Algısı

101 Yaşlı Ayrımcılığı ve Yaşam Memnuniyeti

**106 DEĞERLENDİRMELER VE GÖRÜŞLER**

## ÖNSÖZ

AvivaSA olarak uzun yıllardır, müşterilerimizin gelecekle ilgili kaygılarını gidermek ve onları belirsizlik hissinden kurtarmak için çalışıyoruz. Hem bireysel emeklilik hem de hayat sigortası alanlarında geliştirdiğimiz ürünlerle müşterilerimizin yarınlarını şimdiden güzelleştirerek, anı yaşamalarını sağlamak en önemli amaçlarımızdan birisi. Ürünlerimizle sağlamaya çalıştığımız bireysel fayda anlayışını biraz daha büyüterek toplumsal fayda sağlayabileceğimiz bir kurumsal sosyal sorumluluk projesi hayata geçirmek üzere yola çıktık. Bu doğrultuda yapacağımız projeyi toplumsal sorunların çözümleri için bir katkı sağlaması perspektifiyle tasarladık. Projemizin alanını belirlemeden önce Türkiye'de ve dünyada kurumsal sosyal sorumluluk yaklaşımlarını, bu yaklaşımları desteklemek için yapılan projeleri ve toplumdaki hassas grupların karşılaştıkları sorunları inceleyerek hangi alanlarda boşluklar olduğunu tespit etmeye çalıştık. Yaptığımız ön çalışmalar sonucunda Türkiye'de giderek önem kazanan bir toplumsal boşluk olan "yaşlanma" konusu ve "yaşlılık" üzerine eğilmenin, bu alandaki sorunlara dikkat çekerek toplumda farkındalık yaratmanın önemli olduğu kanısına vardık.

Türkiye'de yaşlanma konusuna ve yaşlılara yönelik çalışmalar yeni yeni filizleniyor. Yaşlılarla ilgili araştırmaları incelediğimizde özellikle sosyal politika alanında çalışmalar yapıldığı ve bu alanda

bir birikim oluşmaya başladığını görüyoruz. Öte yandan hem orta yaşlıların gelecek beklentileri ve kaygıları hakkında, hem de yaşlıların potansiyellerini ne kadar hayata geçirebildikleri hakkında yeterli çalışma olmadığını ve eldeki verilerin de oldukça sınırlı olduğunu gördük. Yine yaşlı ayrımcılığı üzerine veriler kısmen mevcut olmakla birlikte, algı ile olgusal durum arasındaki ilişkiye dair pek az inceleme bulunmaktaydı. Türkiye temsili güncel verilere bakıldığında bugünün ve geleceğin yaşlılarını karşılaştırma imkânı da oldukça sınırlıydı. Yaşlılığın nasıl algılandığı; nasıl yaşandığı, yaşanmak istendiği ve planlandığı gibi başlıkları bir arada ve karşılaştırmalı olarak incelemeye ihtiyaç duyulduğunu tespit ettik. Biz de buradan yola çıkarak geleceğin yaşlılarının yaşlılıkla ilgili bugünden neler yaptıklarını, yaşlılık algılarını ve planlarını karşılaştırmalı olarak resmetme hedefiyle özgün ve yenilikçi bir araştırmayla projemizin ilk adımını atmaya karar verdik. 2018 yılının son çeyreğinde başladığımız "Türkiye'de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri Araştırması"yla Türkiye'deki orta yaş ve yaşlı nüfusun; yaşlılığı nasıl tarif ettiği ve nasıl tahayyül ettiği gibi sorularla yaşlılık algısını ortaya koymayı, yaşlılık tecrübeleri, planları, yatırımları, potansiyelleri ve gündelik yaşam tecrübeleri gibi konulara odaklanarak olgusal durumu tespit etmeyi hedefledik. Türkiye temsili olarak bu bağlamda ilk kez yapılan araştırma kapsamında; 12 ilde yarısı 35-64 yaş aralığı yarısı 65 yaş ve üstü olan toplam 2400

kişiyile anket çalışması, 60 kişiyile de derinlemesine görüşmeler gerçekleştirdik. Yaptığımız derinlemesine görüşmeleri Bulanık Bilişsel Haritalama yöntemi ile analiz ederek, bir yandan niteliksel olarak algıyı derinlemesine anlama, diğer yandan da sonuçları niceliksel olarak resmetme imkânı bulduk. Bu yöntem ile yaşlılara ve yaşlanmaya yönelik algının ve yargıların neler olduğunu, ne kadar güçlü olduklarını, kaynaklarını ve ne tür dinamiklerden beslendiklerini ortaya çıkardık. Ortaya çıkan en belirgin meseleler; Türkiye'nin yaşlanmaya hazır olmaması, yaşlılığa karşı olan negatif algı ve yaşlıların uğradığı ayrımcılık oldu.

Kurumsal Sosyal Sorumluluk projemizin ilk adımı olan Türkiye'de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri Araştırmamızın tüm tasarımı, analiz ve yorumlama sürecini yürüten başta Dr. Uğraş Ulaş Tol olmak üzere Yaşama Dair Vakıf'a (YADA Vakfı), araştırmamızın akademik danışmanlığını üstlenen Doç. Dr. Özgür Arun'a teşekkürlerimizi sunarız. Ayrıca anket ve görüşmelerle bu araştırmaya katılan herkese teşekkür ederiz.

### Fırat Kuruca

AvivaSA Emeklilik ve Hayat, CEO

## YÖNETİCİ ÖZETİ

### ■ Bu Araştırma Neden Yapıldı?

“Çok uzak, fazla yakın”

“O kadar göz önünde yaşıyor ki soru sormaya bile ihtiyaç duymuyoruz” diyordu genellikle konuştuklarımız. Oysa daha birkaç soruda anlaşılıyordu ki “Türkiye’de Yaşlılık” konusunda bildiklerimiz oldukça sınırlıydı. Bu konuda fikir üretecek, planlar yapacak ve harekete geçecek olanların verilere dayanan bilgilere ihtiyacı vardı. İşte şimdi bu bilgilere sahibiz.

“Türkiye’de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri” \* araştırması bugünün ve geleceğin yaşlılarındaki yaşlılık algısını, yaşlılık beklentilerini ve planlarını ortaya çıkarmak amacıyla yapıldı. Bu çalışmada orta yaşlı ve yaşlı nüfusun; yaşlılığı nasıl tarif ettiği ve nasıl tahayyül ettiği gibi sorularla yaşlılık algısını netleştirmeyi; yaşlılık tecrübeleri, planları, yatırımları, potansiyelleri ve gündelik yaşam tecrübeleri gibi konulara odaklanarak olgusal durumu tespit etmeyi hedefledik.

\*Araştırmanın Metodolojisi ve Araştırmanın Örneklemini hakkındaki bilgileri bölüm sonunda bulabilirsiniz.

### ■ Araştırmanın Sağladığı Temel Bulgular

“Büyük iktamiyenin çıkabileceğini düşünüyoruz da, yaşlanmayı pek düşünmüyoruz. Halbuki birinde ihtimal milyonda bir, diğerinde yüzde yüz!”

Araştırma bulguları Türkiye’nin bireysel ve toplumsal olarak yaşlanmaya hazır olmadığını, üstelik demografik dönüşüme hazırlıksız yakalandığını gösteriyor. Türkiye’de insanlar uzun zaman sonra yaşlanacaklarını düşünüyor, gelecek için plan yapmıyorlar. Yaşlanmanın değişimlere ayak uydurmak gereken bir süreç olduğu ve bu süreç içinde yatırımın önemi unutuluyor. Yaşlanmanın uzak gelecekte bir anda ortaya çıkacak bir hastalık gibi olacağı düşünülüyor.

İstenmeyen bir olgu olarak uzak geleceğe ötelenen yaşlılık fikri, yaşlı kavramı ile ilgili negatif algılarla da besleniyor. Yaşlanma ve yaşlı olmak, güzelliklerinden çok negatif yönleri ile konuşuluyor. Tüm bu sonuçlar Türkiye’nin yaşlanmayı kabul etmesi için bu konuda daha çok konuşulması gerektiğini gösteriyor.

Temel bulguları iki başlıkta toplamak mümkün:

#### 1 Türkiye Yaşlanmaya Hazır Değil

“Hele bir gelsin, bakarız...”

Yaşlanma fikri kaygı yaratıyor ancak yaşlanma üzerine düşünmek ve bilgi edinmek için harekete geçilmiyor. Bir başka deyişle; yaşlanma fikrinden kaçış var.

Herkes emekli olmak istiyor fakat Türkiye toplumu emekli olmaya da hazır değil, emekli olduktan sonrasına dair tahayyülleri sınırlı. Yaşla birlikte emekli olma fikri endişe yaratmaya başlıyor. Emeklilikle ilgili en büyük endişe geçim sıkıntısı yaşama fikri, bu endişe çocuklu orta yaşta daha fazla. Emekli olma motivasyonunu artıran “daha fazla vakit” bulunacağı fikri. Daha fazla vakitle ne yapılacağı ise belirsiz; bu durum yaşamın sıkıcı olabileceği endişesini doğuruyor. Erkekler hayatlarında en büyük sorumluluğu ve vakti alan iş hayatından ayrılma fikrine karşı daha endişeli. Emekli olduktan sonra yalnız kalmaktan kadınlara göre daha çok korkuyorlar.

Günlük hayatta gerçekleştirilen aktivite ve ilgi alanı sınırlı. Daha fazla vakit bulunacağı zamanlara ertelenen planlar hiçbir zaman gerçekleşmiyor.

Türkiye’de refah seviyesi düşük bir yaşlı nüfus var. Emeklilik sonrasına dair geçim endişesi bulunmasına rağmen bu konuda da plan yapılmadığı görülüyor. Gelecek birkaç kuşağın yaşlıları arasında birikimi olmayanların yine çoğunlukta olacağı anlaşılıyor.

Yaşlılık ve yaşlanma sağlık sorunlarını düşündürürken neredeyse hiç spor ve fiziksel aktivite yapılmıyor, bu konuda harekete geçilmiyor, bir plan yapılmıyor.

50 yaş üstünün akıllı telefon ve sosyal medyaya adapte olduğu görülüyor. Yaşlanma hali ve aktivitelerin kısmen farklılaşması beklenebilir. Bu aynı zamanda evde geçirilen vakti artıracak bir katalizör olabilir.

Genel olarak mevcut durum kanıksanmış ve bu durumu değiştirmek için çaba harcanmıyor.

#### 2 Türkiye’de Yaşlı ve Yaşlanma Algısı Negatif

“Yaş yetmiş... Ununu elemiş... Bizden geçmiş...”

Türkiye’de yaşlanma ve yaşlı algısı negatif. Negatif yaşlılık algısı yaşlanma sürecine ve yaşlıların günlük hayatına yansıyor. Yaşlılar evde daha çok vakit geçiriyor, sosyal hayata daha az katılma şansı buluyor, izole hale geliyor.

Yaşlı kadınlar negatif yaşlılık algısını, baskın toplumsal cinsiyet rollerinin de etkisiyle daha çok hissediyor.

Yaşlılar yaşlılara yönelik negatif algıyı bizzat paylaşıyor. Yaşlıların kendilerinden sorumlu olması beklenmiyor, yaşlılar aileye ve devlet bakımına bağımlı bireyler olarak görülüyor. Öte yandan başkalarına bağımlı olma fikri tüm yaş gruplarında korku yaratıyor. 65 yaş üstü fırsat verilse bile eskisi kadar üretken olabileceğini düşünmüyor.

## ARAŞTIRMA BİLGİLERİ

### ■ Araştırmanın Metodolojisi

"Türkiye'de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri" araştırması, Türkiye'deki orta yaşlı ve yaşlı nüfusun çeşitli yönlerini kapsamlı bir şekilde incelemek üzere tasarlandı.

Araştırmada nicel ve nitel araçların yanında bulanık bilişsel haritalama modelini kapsayan karma bir metodoloji tercih edildi. Bu çerçevede doğrultusunda, üç evreden oluşan bir metodoloji planlandı. Araştırmanın her evresi, bir önceki evrede elde edilen bulgular üzerine inşa edilerek, daha derinlemesine analiz gerektiren alanları ortaya çıkarmak üzere tasarlandı.

#### 1. Masabaşı Çalışması

#### 2. Bulanık Bilişsel Haritalama & Derinlemesine Görüşmeler

#### 3. Niceliksel yüz yüze görüşmeler (anket)

- CAPI (Computer Assisted Personal Interview)
- İBBS Düzey 2'deki (NUTS2) 12 bölgesi: 35-64 yaş ve 65 yaş ve üstü nüfus ve cinsiyet
- 12 şehir: İstanbul (İstanbul), Balıkesir (Batı Marmara), İzmir (Ege), Bursa (Doğu Marmara), Ankara (Batı Anadolu), Antalya (Akdeniz), Kayseri (Orta Anadolu), Samsun (Batı Karadeniz), Trabzon (Doğu Karadeniz), Erzurum (Kuzeydoğu Anadolu), Malatya (Ortadoğu Anadolu) ve Diyarbakır (Güneydoğu Anadolu).

### ■ Araştırma Örnekleme

Araştırma örnekleme, Türkiye'nin orta yaş ve yaşlı nüfusunu olabilecek en üst düzeyde temsil etmek için kotalar dahilinde rastgele seçilen bireyleri içeriyor. Araştırma kapsamında 12 ilde Türkiye temsili 2.400 yüz yüze anket yapıldı, 1.285'i 65 yaş altı, 1.101'i 65 yaş üstü olmak üzere elde edilen veriler analiz edildi.

- 35-49 yaş aralığında 767,
- 50-64 yaş aralığında 518,
- 65 yaş ve üzeri yaş aralığında 1.101 kişinin anket sonuçları analize dahil edildi.

Kadın ve erkek sayısı Türkiye nüfus dağılımı ağırlıklarına göre belirlendi.

- Örneklem cinsiyet dağılımı: 1.212 kadın, 1.174 erkek.

Eğitim düzeyi ve SES dağılımı da nüfustaki ağırlıklar gözetilerek yapıldı.

- Eğitim seviyesi dağılımı: lisans ve üstü %16, lise ve yüksek okul %37, lise altı %47.
- SES dağılımı: AB %17, C1 %30, C2 %31, DE %23.

Bulanık Bilişsel Haritalama / FCM( Fuzzy Cognitive Mapping) çalışması kapsamında 18 yaş üstü 60 bireyle görüşüldü, 59'unun verisi analize dahil edildi. Çalışma kapsamında 18-29 yaş arası 25 kişi, 30-49 yaş arası 19 kişi ve 50 yaş üstü 15 kişi ile görüşmeler tamamlandı.

- Cinsiyet dağılımı : 30 erkek, 29 kadın
- Eğitim seviyesi dağılımı: Lisans ve Üstü 19, Lise ve dengi 18, ilköğretim 22 kişi

GİRİŞ

# Yaşlılığın ve Yaşlanmanın Arka Planı



**Doç. Dr. Özgür Arun**

Akdeniz Üniversitesi Gerontoloji Bölümü

Jeologların edindiği kapsamlı ve geniş bilimsel kanıtlara dayanarak, Dünya'nın yaşının yaklaşık 4,54 milyar yıl olduğuna karar verilmiştir. Bu sayı; bilinen en eski dünya kabuğuna ait minerallerin yaşı ve Ay'dan gelen örnekler üzerinde jeologların yaptığı radyometrik yaş tayini ölçümleri sonucunda ortaya çıkartılmıştır.

## ■ Gelişmiş ülkeler yaşlanırken...



Japonya'dan 90 yaşındaki bu büyükanne bir Instagram fenomeni!

Yaşlılık ve yaşlanma bir küresel sorun değil. Sorun olan, bir toplumun refah düzeyinin artmadan yaşlanması... Dünya genelinde şu anda yaşlılık oranı yüksek toplumlar aynı zamanda refah seviyesi de yüksek olan toplumlar. Örneğin Japonya'da nüfusun %25,6'sı (2018) yaşlılardan oluşuyor. Japonya, bir yandan yaşlı nüfusunun büyüklüğü nedeniyle dünyanın en yaşlı toplumu olarak sınıflandırılırken diğer yandan dünyanın en gelişmiş ülkelerinden birisi. Benzer bir durum, İskandinav ülkeleri açısından da geçerli. Dünyada refah düzeyi en yüksek toplumlardan birisi olarak tanımlanan İsveç, aynı zamanda Avrupa'nın en yaşlı ülkelerinden birisi. Bu bakımdan ele alındığında, günümüzde refah düzeyi yüksek, gelişmiş ülkelerin tamamı yaşlı toplumlardır diyebiliriz. Öte yandan, gelişmekte olan ülkelerin yaşlanan toplumlar, yoksul ülkelerin ise dünyanın en genç toplumları olduğunu görüyoruz.



## ■ Türkiye'de durum ne?

“Biz de yaşlı toplum oluyoruz ama...”

Türkiye, günümüz itibarıyla yaşlı bir toplum. Toplumsal yaşlanmayı üç faktör belirliyor: hızla düşen doğum oranları, azalan ölüm oranları ve göç dinamikleri.

Doğum oranının azalması refah düzeyiyle ilişkili. Toplumun refah düzeyi yükseldikçe doğum oranları düşüyor. Doğum oranları düşen ülkeler aynı zamanda hızla yaşlanıyorlar. Ölüm oranı da toplumsal yaşlanmanın bir başka önemli faktörü. Sadece yaşlılar içinde değil, her yaş grubunda ölüm oranlarının düşmesi doğumda beklenen yaşam süresini artırıyor.

Göç, toplumsal yaşlanmanın önemli bir başka belirleyicisi. Kırdan kente, gelişmekte olan bölgelerden/ülkelerden gelişmiş bölgelere/ülkelere doğru gerçekleşen göçler sonucunda nüfus yapısı değişiyor. Örneğin, Türkiye'de 1950'li yıllarda her 10 kişiden 8'i kırsal alanlarda yaşarken, günümüzde her 10 kişiden 8'i kentlerde yaşamakta. Göç sürecinin ortaya çıkardığı iki önemli sonuç görüyoruz: İlki, genç nüfusun kente, gelişmiş bölgelere doğru hareketliliği neticesinde, geride, kırsal alanlarda daha fazla yaşlılar kalıyor; ikincisi, refah düzeyi yüksek bölgelerde, sağlık, eğitim ve güvenlik hizmetlerine yaygın erişim insanların daha uzun yaşamasına yol açarak doğumda beklenen yaşam süresini yükseltiyor.

Demografik dönüşüm sürecini yaşayan bir ülke olarak, içinde bulunduğumuz yüzyılda Türkiye'nin en önemli sorununun, zenginleşmeden yaşlanmak olacağı görülmüyor.

## ■ Yaşlılık konusundaki temel kavramlar nelerdir?

“Aynı anda hem yaşlı futbolcu hem genç politikacı olmak mümkün”

**Yaşlılık** belirli bir yaştan itibaren başlayan döneme işaret ediyor. Örneğin Dünya Sağlık Örgütü'ne (DSÖ) göre yaşlılık 65 yaşından itibaren başlamaktadır (WHO, 2015). Ancak, kronolojik yaş, yaşlılığı ve toplumsal yaşlanma süreçlerini belirlemede yeterli olamayabilir. Birçok farklı durumda, yaş hesap edilirken insanın deneyimlerinin de değerlendirildiği görülmüyor. Örneğin, bazı ülkelerde 50 yaşını aşmış işçilere, “yaşlı işçi” denebiliyor. Bir futbol karşılaşmasında, spiker 35 yaşındaki bir futbolcuyu anlatırken “oldukça yaşlandı” tanımlamasını kullanabiliyor. Türkiye'de 18 yaşındaki birisi, oy vermek için yeterince “yaşlı” kabul edilir. Dolayısıyla, yaşlılık tanımının; zamana, kültüre, bağlama, deneyime, koşullara ve yasalara göre farklılık gösterdiğini söyleyebiliriz. Yine de kronolojik olarak hesaplanan yaş, en basit, en yalın ve en yaygın yaş ölçme biçimidir. Bu bakımdan değerlendirildiğinde, Türkiye'de araştırmacılar, yaşlılık dönemini 60 ya da 65 yaşından itibaren başlatırlar (Arun, 2013).

**Yaşlanmanın** ne olduğu en sık sorulan sorulardan birisidir. Biyolojik açıdan, doğumla başlayıp ölüme biten bir süreç olarak ele alınır. Saçların beyazlaması, cildin kırışması, fiziksel ve zihinsel işlevlerin yitirilmesi gibi biyolojik açıdan yaşanan kayıp ve yıkımlarla açıklanmaya çalışılır. Oysa yaşlanma basitçe biyolojik olarak tanımlanamayacak kadar bireye özgü, yaşamın birçok açıdan değişimine işaret eden, çok katmanlı,

benzersiz bir süreçtir. Her ne kadar batı kültüründe geleneksel olarak biyolojik kayıplarla ilerleyen bir süreç olarak tanınsa da kültüre özgü farklı anlamlar kazanır.

**Yaşlı toplum** tanımı, toplam nüfusun içinde 65 yaşından büyük kişilerin oranı %7'yi aşmış toplumları sınıflamak için kullanılır. **Çok yaşlı toplum**, toplam nüfusun içinde 65 yaşından büyük kişilerin oranı %10'u aşmış toplumlardır. Güncel verilere göre (TÜİK, 2018), Türkiye'de 0-14 yaş grubundakilerin nüfus içindeki oranı %15,6'tır. 15-64 yaş grubundaki kişiler nüfusun %75,6'sını oluşturmaktadırlar. Türkiye'de 65 yaş ve üzerindeki kişiler ise toplam nüfusun %8,8'ine karşılık gelmektedir. Dolayısıyla Türkiye günümüzde yaşlı toplum sınıflamasına dahildir. TÜİK'in güncel projeksiyonlarına göre, yaşlıların oranı 2023 yılında %10'u, 2060 yılında ise %20'yi aşacaktır. Bu bakımdan düşünüldüğünde Türkiye, cumhuriyetin 100. yılında yani gelecek birkaç yıl içinde, çok yaşlı toplum olarak tanımlanır hale gelecektir.

**Yaşlanma hızı**, bir toplumda yaşlı nüfusunun iki katına çıkması için geçen süreye bakılarak belirlenir. Örneğin, Fransa'da yaşlı nüfusun oranının %7'den %14'e yükselmesi için geçen süre 115 yıl, İsveç'te 85 yıl ve Avustralya'da ise 73 yıl sürmüştür (DSÖ, 2015). Güncel tahminlere göre, Türkiye ise bu süreyi 15 yıl içinde tamamlayacaktır (Arun, 2013). Bu bakımdan değerlendirildiğinde, Türkiye dünyanın en hızlı yaşlanan toplumlarından birisi görünümündedir.

**Doğumda beklenen yaşam süresi**, bir kişinin doğumdan itibaren yaşayacağı öngörülen ortalama yaşam süresidir. Son 50 yıl içinde insanların ortalama yaşam süresi hızla artıyor. Yine de gelişmiş ülkelerdeki ortalama yaşam süresi, gelişmemiş ülkelerden daha yüksek. Sağlık alanında yaşanan teknolojik gelişmeler, güvenli gıdaya ulaşabilme, halk sağlığındaki iyileşmeler, kentsel alanlarda hijyenin sağlanması, çevre kirliliğinin önlenmesi, kazalara ve felaketlere karşı tedbirlerin alınmış olması ortalama yaşam süresini uzatıyor. Ortalama yaşam süresi kültüre ve toplumsal gruplara göre de farklılık gösteriyor. Avrupa genelinde ortalama yaşam süresi 80,6 yıl. Bu süre erkeklerde 77,9 yıl,

kadınlarda 83,3 yıl olarak hesaplanıyor (TÜİK, 2017). Türkiye'de ise doğumda beklenen ortalama yaşam süresi 78 yıl. Bu rakam erkeklerde 75,3 yıl, kadınlarda ise 80,7 yıl olarak değişiyor. Rakamlardan da anlaşılacağı üzere, kadınlar erkeklerden daha uzun yaşıyor.

**Ortanca yaş**; toplumda yaşayan tüm bireylerin yaşları küçükten büyüğe doğru sıralandığında tam ortada kalan yaş olarak tanımlanır. Bu veri, yaşlanma ve yaşlılık çalışmalarında önemli bir bilgi olarak kabul edilir. Türkiye'nin ortanca yaşı 1935 yılında 21,2 yıl olarak hesaplanmıştır. 1950 yılında 20,1 ve 2000 yılında ise 24,8 yıl oldu. Ortanca yaş 2018 yılı itibarıyla 32 yıldır. Türkiye'de ortanca yaş, 1935 ile 2000 arasında 3,6 yıl artarken, 2000 ile 2018 yılları arasındaki sürede yaklaşık 8 yıl artış göstermiştir.

**Demografik dönüşüm**, toplumların doğum ve ölüm oranlarının yüksek olduğu aşamadan daha düşük olduğu aşamalara doğru geçiş yapması olarak tanımlanabilir. Avrupa nüfusu Fransız Devrimi sonrasında, yüksek düzeyde seyreden doğum oranlarının ve ölüm oranlarının azalmasıyla değişmeye başlamıştır. Doğum ve ölüm oranlarının azalması, nüfusun büyüklüğünü ve yapısını etkilemiş; Avrupa, genç nüfus oranının azalmasını ve yaşlı nüfus oranının artışı eş zamanlı olarak yaşamıştır. Avrupa genelinde gerçekleşen demografik dönüşümün, dünyanın diğer ülkelerinde de yaşanacağı varsayılmaktadır. Doğum oranlarının düşmesi, ölüm oranlarının her yaş grubunda azalması ve farklılaşan göç süreçleri neticesinde, Avrupa'daki demografik dönüşümün her toplumda izleneceği varsayılmaktadır.

Türkiye de demografik dönüşüm sürecini yaşayan toplumlardan birisidir. Ekonomik olarak aktif kabul edilen 15-64 yaş grubuna dahil kişilerin sayısının 2040 yılına kadar artacağı ve sonrasında ise azalacağı öngörülmektedir. Buna karşın, 65 yaş ve üzerindeki kişilerin sayısı hızla artarken, 15 yaşından küçüklerin sayısı ise hızla azalacaktır. Güncel hesaplamalara göre Türkiye'de, 2040 yılında, yaşlıların sayısı çocukların sayısından daha fazla olacaktır.

## ■ Yaşlılık ne zaman başlar?

"Bir kız bana emmi dedi neyleyim"  
(Karacaoğlan)

Yaşlanma doğal ve kaçınılmaz bir süreç. Ne var ki, yaşlılık ve yaşlanmaya ilişkin görüşler, tavırlar ve tutumlar farklılaşıyor. Yaşlılığın ve yaşlanma sürecinin başlangıcı zamana ve kültüre göre farklılıklar gösteriyor.



Küvetimin kenarında, pencereden esip gelmiş solgun bir yaprak, adı aklıma gelmeyen bir ağacın yaprağı duruyor; ona bakıyorum, damarlarını okuyorum, karşısında ürperdiğimiz ama onsuz hiçbir güzelliğin olamayacağı o tuhaf faniliği soluyorum(...) Hayır, bu ılık sabah saatinde, kum saati ile solgun yaprak arasında, başka zamanlarda hayranlık duyabildiğim akılla ilgili bir şey bilmek istemiyorum, ben fani olmak, çocuk olmak, çiçek olmak istiyorum.

Hermann Hesse, "Ağaçlar",  
Kolektif Kitap, 2018, İstanbul

Bazı ülkelerde 50 yaşındaki işçiler yasal açıdan 'yaşlı işçi' olarak tanımlanıyor.

İnsanların 40 yaşında büyükanne/ büyükbaba olmaları ya da 40 yaşında anne/baba olmaları haber programlarına konu oluyor.

2010 yılında Hindistan'da 70 yaşında bir kadın doğum yaptığında dünyanın en yaşlı annesi unvanını almış ve bu durum hem bilimsel hem etik açıdan bir kadının kaç yaşında anne olabileceği tartışmalarını başlatmıştı (Morgan & Kunkel, 2016).

Spikerler futbol maçlarını anlatırken 35 yaşındaki bir futbolcunun oldukça yaşlandığından ama "hâlen" yeteneklerini yitirmediğinden bahsederler.

Türkiye yasalarına göre 18 yaşındaki bir yetişkin oy vermek ve milletvekili seçilebilmek için yeterince yaşlıdır.

Silahlı kuvvetler mensupları 42 yaşında emeklilik hakkı kazanıp emekli olabilmektedirler.

2013 yılında Marmaris'te düzenlenen yüzme yarışlarının açılışını yapan yüzücü Nejat Nakkaş 91 yaşındaydı.

Yukarıdaki örnekler yaşlılığa ve yaşlanma sürecine ilişkin önemli bir noktaya işaret ediyor. İnsanlar yaşlılığın başlangıcına dair birbirinden farklı tanımlar yaparlar. Yaşlanma ve yaşlılığa ilişkin fikirler, tanımlar, anlamlar ve deneyimler, koşullara, zamana ve kültüre göre değişiklik gösterir. Dolayısıyla yaşlılık ne zaman başlar, kime yaşlı denilir ve yaşlılık neden önemlidir gibi soruların, çalışılan konunun bağlamına göre ele alınması yerinde olur.

## ■ Kime yaşlı denir?

“Efendim, o konu  
yorumu açık!”

Yaşlanma, zamanla ortaya çıkan fiziksel, psikolojik ve sosyal bir değişim. Zaman geçtikçe insan fiziksel açıdan değişir; saçlar beyazlar, zihinsel faaliyetler gerileyerek, üretkenlik azalabilir, hastalıklar kendini gösterebilir. Peki bunlar yaşlanmanın kaçınılmaz biçimde doğal bir parçası mıdır? Araştırmalar, yaşlanma sürecinin doğal bir parçası olarak düşünülen bazı değişimlerin engellenebileceğini gösterirken; sosyal aktivitenin, yaşam tarzının ve kültürel tercihlerin belirleyici konumda olduğunu ortaya koyuyor. Örneğin, insanın derisi zaman geçtikçe esnekliğini yitirebilir ve kırışabilir. Ancak bu değişim basitçe yaşa bağlı değildir. Güncel araştırmalar, güneşin zararlı ışınlarına uzun süre maruz kalmanın ve sigara kullanmanın kalıcı cilt hasarlarına yol açtığını ortaya koymuştur (DSÖ, 2015). Nitekim, 70 yaşında olup oldukça aktif ve sağlıklı biri olabileceği gibi, 40 yaşında sağlığını yitirmiş biriyle de karşılaşabiliriz. Dolayısıyla, fiziksel yaşlanma sürecindeki değişimlerin birçoğu için dönüştürülebilir diyebiliriz.

*Yüzü buruş buruş ihtiyarcık, herkesin eğlendirmeye, gönlünü hoş edip sevgisini kazanmaya çalıştığı bu güzel çocuğu görünce, içinin sevinçle dolduğunu duydu; kendisi, yani ihtiyarcık gibi çok zayıf, gene kendisi gibi saçsız ve dişsiz olan bu güzel yaratığı.*

Charles Baudelaire,  
PARİS SIKINTISI

Psikolojik yaşlanma, bireyin yaşamı süresince ortaya çıkan, kişilikte, duygularda ve zihinsel işlevlerdeki değişimdir. Bunların bazıları insanın gelişim sürecinin doğal bir parçasıdır, bazıları ise beyin fonksiyonlarının değişimiyle ortaya çıkar. Araştırmalar, gelişim sürecinin parçası olan psikolojik değişimleri ve zihinsel işlev yitimleri arasındaki farkı ortaya koymaktadır. Örneğin, Alzheimer hastalığı yaşlanmanın doğal bir parçası olmayan, zihinsel bir işlev yitimidir. Dolayısıyla zihinsel işlevlerin yitilmesi yaşlanmanın kaçınılmaz bir sonucudur denilemez. Nasıl ki, fiziksel yaşlanma sürecinin etkileri, evrensel ve kaçınılmaz değilse, psikolojik yaşlanma süreci de her birey için farklı bir seyir izleyebilir. İlerleyen yaşla birlikte zihinsel aktivitenin değişmeye başladığını hatta bazı durumlarda geliştiğini biliyoruz.

Fiziksel ve psikolojik açıdan her zaman benzer bir süreç izlemiyorsa ve etkileri kaçınılmaz değilse, yaşlanmak neden bu denli önemseniyor? Bu sorunun



yanıtı yaşlanmanın sosyal boyutunda gizlidir. Sosyal yaşlanma, yaşlanma deneyiminin ve yaşlanmanın anlamının toplum tarafından şekillendirilmesidir. Örneğin, “bunu yapmak için henüz çok gençsin” ya da “sen bu iş için biraz yaşlısın” gibi yargıları normal karşılarız. Bunlar, belirli yaş dönemlerinde hangi rollerin üstlenilebileceğini ya da kişilere hangi fırsatların sunulabileceğini ortaya koyan sosyal tanımlardır. Sadece basit ön kabullere de dayanmazlar. Yasal olarak tanımlanmış kuralları vardır. Örneğin, birey araç kullanmak için yeterince yaşlı olmalıdır, ya da evlenmenin bir yaşı vardır. Seçme ve seçilme hakkı da yaşa göre tanımlanır. Bu örneklerde, bireyler sosyal haklarını kullanmak için yeterince yaşlı olmalıdırlar.

Sonuç olarak, kronolojik yaşın, yaşlılığı ve toplumsal yaşlanma süreçlerini tanımlamakta yeterli olmayabildiğini anlıyoruz. Birçok durumda, insan eylemleri ve deneyimlerinin değerlendirilmesi gerekebiliyor. Yine de yaşlanmanın farklı boyutlarıyla

ilgili olarak çalışan araştırmacılar bireylerin yaşlarını net olarak ölçmek isterler. Bu ölçüm üç farklı biçimde gerçekleşir: (1) kronolojik yaş, (2) işlevsel durum ve (3) yaşam döngüsü. Her bir ölçüm kendi içinde avantajlara ve dezavantajlara sahiptir. Her ne olursa olsun, her biri sosyal olarak inşa edilmiş anlam dünyasının değerlendirilmesine yardımcıdır. Kronolojik yaş bu bakımdan en basit, en temel değerlendirme biçimidir ve yönetimsel karmaşıklığı ortadan kaldırır. Toplumda en yaygın olarak kullanılan yaş ölçme biçimidir. Bu bakımdan kronolojik yaş ile yapılan ölçüm, araştırmacıların da temel değişkenlerinden birisidir. Türkiye’de yaşlı tanımlaması için araştırmalarda kullanılan yaş sınırı genel olarak 60 ya da 65 yaşından başlatılmaktadır.

## ■ Türkiye'de Yaşlanma Çalışmaları Ne Aşamada?

“Kolları sıvamanın zamanıdır”

Dünyanın en hızlı yaşlanan ülkelerinden birisi olsak da, yaşlanma çalışmaları Türkiye'nin gündemine henüz hak ettiği ölçüde giremedi. Sosyo-politik gündem içinde kendine bir yer bulamadığı gibi merkezi ve yerel yönetimler, sivil toplum ve akademi içinde de ilgi gördüğü söylenemez. Kendisine yer bulamaması, gündemini de belirleyememesine neden olmaktadır. Türkiye'de yaşlanma çalışmaları, gündem oluşturacak bir girişime ihtiyaç duymaktadır.

Öte yandan sivil toplum cephesinde de yaşlanmaya ilişkin stratejik bir konum alındığından, insan kaynağının yetiştirildiğinden ve kapasite gelişiminin tamamlandığından bahsetmek olanaksızdır. Tıpkı 1980'li yıllarda çocuk meselesinde olduğu gibi, günümüzün yaşlanma meselesinde de bir sivil toplum inisiyatifi yetersizliği hissedilmektedir.

Akademik de yaşlanma çalışmaları başlığı altında, bir perspektif geliştirebildiğini söylemek mümkün değildir. Huzurevinde yaşlılarla yapılan yaşam doyumu çalışmaları, yaşlılığı bir sorun olarak tarif ederek basitçe belirli bir yaşın üzerindeki yurttaşların demografik özelliklerinin eğitim, sağlık ve bakım gibi alanlardaki konularını etkilediğine ilişkin pozitivist indirgemeci araştırmalar Türkiye'de akademik yaşlanma ilişkili bir perspektif geliştiremediğinin göstergesidir. Bunun yanı sıra, sosyoloji ve psikoloji gibi sosyal bilimlerin temel alanlarında yaşlanma başlığında müstakil bir dersin lisans ve lisansüstü düzeyde yaygın bir yer

bulamamış olması da akademinin yaşlanma meselesine olan ilgisinin düzeyini göstermektedir. Yaşlanmaya ilişkin yaygın bir akademik ilgiden söz edilemeyeceği gibi sosyal bilimlerde yaş, ana metinlere ara bir değişken olarak katılmak suretiyle çalışılmaktadır.

Türkiye'de yaşlanma ve yaşlılık alanında son beş yıl içinde yayınlanmış çalışmaların büyük çoğunluğu (%67,5'i) makalelerden oluşuyor. İkinci sırada ise tez çalışmaları yer alıyor (%20,8). Kitap ve araştırma raporları ise oldukça sınırlı. Kitaplar tüm yayınlar içinde %7,8 ve raporlar ise %3'lük bir orana karşılık geliyor. Öte yandan, son beş yılda TÜBİTAK tarafından desteklenmiş sadece iki proje çalışması bulunuyor.

Türkiye'de yaşlanma ve yaşlılık çalışmalarının odaklandığı tematik başlıklar incelendiğinde, uluslararası literatürdeki sıcak konuların Türkiye'de kendine yer bulamadığı dikkat çekiyor. Huzurevi çalışmalarının ve belirli bir yaş grubu üzerinde gerçekleştirilen bakım, yaşam doyumu, yaşlılık algısı gibi çalışmaların sıklığı, Türkiye'deki çalışmaların nereye sıkıştığını da gösteriyor. Türkiye'de alandaki çalışmalar, basitçe belirli bir yaş grubundaki katılımcıyla gerçekleştirilen ve sağlık bakımı ekseninde kurgulanan konuları ele alarak, yaşlılık ve hastalık arasındaki açık ya da örtük ilişki ile temsil edilen bir eksenle meseleyi tartışmaya çalışmaktadır. Yaşlanma çalışması yok denecek kadar azken, yaşlılar üzerinde gerçekleştirilen çalışmaların sayısı her geçen gün artmaktadır. Ne

yazık ki, 60 ya da 65 gibi belirli kronolojik yaşlar ile sınırlandırılmış bir grup katılımcı üzerinde anket tekniği kullanarak veri toplamak, yaşlanma çalışması yapıldığı anlamına gelmiyor.

Göç, göçmenlik, mülteciler, toplumsal cinsiyet, ayrımcılık, LGBTI, cinsellik, çevre, tasarım, dijitalleşme, medya ve yaşlanmaya ilişkin algılar neredeyse hiç çalışılmayan

konular olarak görünüyor. Türkiye'de, yaşlılarla ilgili lokal düzeyde gerçekleştirilmiş araştırmalar olsa da ulusal düzeyde planlanmış ve hayata geçirilmiş bir yaşlanma araştırması bulunmuyor. Önümüzdeki 10-15 yıl için gerekli bilgileri üretebilecek, Türkiye'de bir yaşlanma gündemi belirleyebilecek ulusal düzeyde bir araştırmaya duyulan ihtiyaç giderek büyüyor.



## Eşitsiz Yaşlanma Nedir?

“Konunun en hassas başlığı!”

Eşitsiz yaşlanma, kişinin tüm yaşam döngüsüne ilişkin bir sürecin yansımasıdır. Türkiye’de en yoksul kuşaklardan birisi çocuklardır. Türkiye’de çocuk yoksulluğu %25’ler düzeyindedir. Yoksulluk riskinde ikinci sırada ise yaşlılar gelmektedir. Türkiye’de yaşlıların %17’si yoksuldur. Bu bakımdan değerlendirildiğinde, genç kuşaklar arasındaki yüksek eşitsizlik riskinin gelecek 50 yıl içinde de eşitsiz yaşlanmaya neden olacağı anlaşılıyor. Ayrıca, istikrarsız işgücü piyasaları ve esnek istihdam biçimleri nedeniyle, eşitsizliklerin gençler arasında da yaygınlaşması dikkat çekiyor. Hane gelirinin eşitsiz dağılımı da hızla yaşanan Türkiye’de gelecek için önemli risklerden birisini oluşturuyor. 2008 ile 2017 yılları arasındaki 10 yıllık süre içinde hane halkı ortalama fert gelirinin 6.490 \$’dan 5.952 \$’a düştüğü ve bu bant içinde sıkışıp kaldığı izleniyor. Nitekim eşitsiz gelir dağılımının önemli göstergelerinden birisi olan Gini katsayısının<sup>1</sup> da Türkiye’de bu süre zarfında 0,40 düzeyinde demirlediği görülüyor. Bu göstergelere göre;

i. Türkiye, OECD ülkeleri içinde en düşük gelir düzeyine sahip üç ülkeden birisi. OECD içinde, Şili, Türkiye ve Meksika’da yıllık kullanılabilir ortalama hane halkı fert geliri 9000 \$’ın altında.

ii. Türkiye, OECD ülkeleri içinde gelirin en adaletsiz dağıldığı üç ülkeden birisi. Şili, Türkiye ve Meksika’da Gini katsayısı 0,40 ile 0,50 arasında değişiyor.

iii. Türkiye, OECD ülkeleri içinde yoksulluğun en yaygın olduğu üç ülkeden birisi.

Gelire dayalı eşitsizlikler basitçe gelir dağılımına ilişkin bulgularla da sınırlı değil. Yaşam koşulları itibarıyla değerlendirildiğinde eşitsiz yaşlanma sürecini etkileyen aşağıdaki temel alanların risk yarattığı görülüyor.

i. Türkiye’de her on haneden dördünde fiziksel sorunlar (sızdıran çatı, nemli duvarlar ya da çürümüş pencere çerçeveleri vb) bulunuyor. Yine her 10 haneden dördünde ısıtma sorunları yaşıyor.

ii. Türkiye’de her on haneden yedisinin borcu var.

iii. Türkiye’de her on haneden yedisi yılda bir hafta tatil yapma imkanına sahip değil.

Gelire dayalı olarak ortaya çıkan yoksulluk ve kötü yaşam koşulları eşitsiz yaşlanmanın diğer göstergelerini de tetikliyor. Eşitsiz gelir dağılımı, kuşaklar arası çatışmaya yol açıyor ve dayanışmaya engel oluyor.

Öte yandan, gelire dayalı eşitsizlikler törpülenmiş olsa dahi, temel hak ve hürriyetler gerçekleşmeyebilir. Dahası temel hak ve hürriyetlerin düzenlenmesinden sonra dahi eşitsizlikler ortaya çıkmaya devam edebilir. Öyleyse gelecekteki sosyal politika gündemini belirlemek için gelire dayalı olarak tanımlanan dikey eşitsizliklerin yanında yatay düzeydeki eşitsizliklerin de izlenmesi gerekmektedir. Örneğin, genç işçiler, kaybolmaya yüz tutan meslek sahipleri, yalnız yaşayan kimseler, geri kalmış bölgelerde yaşayanlar gibi gruplar arasındaki yatay eşitsizlikler de izlenmelidir. Nitekim hem dikey hem de yatay eşitsizliklerin 100 yıl öncesiyle kıyaslandığında Avrupa düzeyinde ve Türkiye’de hızla arttığı gözleniyor. Bilhassa Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde, eğitimsel kazanımlar ile

orta sınıflar arasında yerini almaya başlayan gençler, istikrarsız iş piyasalarında, geri kalmış bölgelerde ve hayli dijitalleşen dünyada, düzenli bir gelir ve sosyal güvenlik kapsamında kalmak için mücadele veriyorlar. Orta sınıflar arasında yerini almaya çalışan bu kesimler, her ne kadar orta sınıfların gelir düzeyine erişseler de orta sınıfların sahip oldukları iş güvenliği ve istikrara erişmekte güçlük çekiyorlar. Sonuçta Türkiye’de gençler de eşitsiz yaşananlar kervanına katılıyorlar.

Türkiye’nin eşitsiz yaşlanma sürecinde olacağı önümüzdeki 30 yılda, dört mühim unsur, kuşaklar arasında ortaya çıkacak paylaşım dayalı gerilimler yaratma potansiyeli taşıyor. Genç kuşakların daha fazla standart dışı (geçici, mevsimlik ya da yarı zamanlı gibi) istihdam içinde yer almaları bu unsurlardan ilkinin oluşturuyor. İkincisi, işinde yükselmek, kadro almak ya da bir işte kalabilmenin, yani iş güvenliğinin genç kuşaklar arasında hızla azalması olacak. İş piyasalarında elde ettikleri kazançların hızla düşmesi genç kuşaklar için gelecekteki önemli bir diğer risk olarak görülüyor. Örneğin üniversite mezunlarının her geçen yıl daha düşük ücretlerle istihdam edilmeleri, yaşlanma sürecindeki olumsuz etkilerden birisi olacak. Genç kuşakların iş piyasalarındaki konumlarının, geçtiğimiz 15 yıl içinde orta yaş ve yaşlılara nazaran giderek kötüleşmesi gelecekte yaşanacak kuşaklar arası çatışmaların bir başka nedenini oluşturabilir.

Kuşaklar arası çatışmalar, elbette sadece Türkiye’de de ortaya çıkmayacak. Ancak Türkiye zenginleşmeden yaşlandığı için, kuşaklar arası çatışmaların daha derinden yaşanması riski var. Türkiye’nin zenginleşmeden yaşlanma sürecine diğer ülkeler ve bölgelerle kıyaslayarak ve kuşaklar arası değişimler izlenerek bakıldığında önemli riskler daha da görünür hâle geliyor.

<sup>1</sup> Gini katsayısı : 0 ile 1 arasında değişen gelir dağılımının nasıl dağıldığını gösteren bir katsayıdır.

## ■ Türkiye'de Eşitsiz Yaşlanma

*"Gelecekte gelen bir alarm!"*

Bulgular, kuşaklar arası paylaşım ve kaynakların dağılımına ilişkin toplumsal sözleşmenin mühim bir risk altında olduğunu gösteriyor. Hem ülkeler arasında hem de toplum içinde kuşaklar arasında gözlenen eşitsiz yaşlanma dinamikleri, gelecek 30 yıl içinde Türkiye için hangi risklerin ortaya çıkmasına neden olabilir?

TÜİK, OECD, Dünya Bankası gibi kurumların ve uluslararası örgütlerin gerçekleştirdikleri güncel araştırmalar Türkiye'deki eşitsiz yaşlanma sürecine ilişkin çarpıcı veriler içeriyor.

### Aile yapısı ve hane halkı bileşimi değişiyor

i. 2016 yılında %22,5 olan yaşlı içeren hane halkı oranı 2050 yılında %41'e ulaşacaktır (Canpolat, 2016).

ii. Hane halkı bileşimi değişmekte, hane halkları da yaşlanmaktadır. En az bir yaşlı birey içeren çekirdek aile oranı 2016 yılında %9,9 iken, 2050 yılına gelindiğinde %19,6 olacaktır. Tek kişilik yaşlı hane halkı oranı da %5,4'ten, 2050 yılına gelindiğinde %14,7'ye ulaşacaktır (Canpolat, 2016).

### Çocuk ve yaşlı yoksulluğu artıyor

Türkiye'de çocuk yoksulluğu artış göstermektedir. Çocuklar ve yaşlılar yoksulluk bağlamında en kırılgan iki toplumsal kesimi oluştururlar. Her iki yoksulluk tipinin birbirinden oldukça farklı görünimleri vardır ve değişik sonuçlar verirler. Çocuk yoksulluğu sadece çocukların o andaki hayatlarını etkilemekle kalmaz, geleceğe de olumsuz izler bırakır. Yaşamlarının erken dönemlerinde yoksulluk içinde yaşayanların yetişkinliklerinde ve yaşlılıklarında, daha fazla çevresel, eğitimsel, sağlık ve güvenlik riskleriyle karşılaştıkları, bilişsel, davranışsal ve sosyo-duygusal açıdan zorluklar yaşadıkları tespit edilmiştir.

### Sağlık konusundaki eşitsizlikler

Yaşlılığın ve hastalığın her daim kol kola olduğunu iddia etmeye, yaşlılığı mütemadiyen sağlık sorunuyla ilişkilendirmeye yaşlı ayrımcılığı (ageism) diyoruz. Yaş ve hastalık arasında her zaman ve her durumda kaçınılmaz bir bağ bulunmuyor. Yaş, tek başına sağlık durumunun güçlü bir belirleyicisi değil. Sağlıklı olmanın, besinler ve yaşam tarzlarının farklılaşmasından kaynaklı olarak kültürden kültüre değiştiği ortaya konmuştur (Kunkel & Whittington 2014). Ayrıca, yaşla birlikte gerçekleşen fiziksel değişimlerin bireysel düzeyde ciddi farklılık gösterdiği ve yaşlanmanın kaçınılmaz biçimde hastalık üretmeyeceği de vurgulanmıştır (Alessio, 2001).

Yaşlanma sürecinde yaş, toplumsal cinsiyet ve sınıftan oluşan kesişim alanının kritik bir etki yarattığına dikkat edilmelidir. Bu faktörlerin bir araya gelmesiyle ortaya çıkan dezavantajlar, yaşlılığa bırakılan yıkıcı bir miras yaratmaktadır. Bu yıkıcı etkiler, güncel araştırmalarda kendini göstermektedir. Gelir, eğitim, sınıf ya da etnisiteye bağlı olarak daha avantajlı konumda yer alanların, kendi toplumları içinde diğerlerinden daha sağlıklı oldukları (Hendricks & Hatch 2006); sağlıkta ortaya çıkan eşitsizliğin yoksullukla yakından ilgili

olduğu (Arber, Davidson & Ginn 2003) ve ilerleyen yaşlara da bu eşitsizliklerin miras kaldığı tespit edilmiştir. Arber ve arkadaşları (2003), gençliğinde alt sınıflara mensup çalışanların, 60 ve 70'li yaşlarında, üst sınıflara nazaran, daha sağlıksız oldukları bulgusuna ulaşmışlardır. Sonuç olarak söylenmesi gereken, ölüm, hastalıklar, engellilik ve psikososyal sorunların yaşlılar arasında değil, yoksullar arasında çok daha yaygın olduğu gerçeğidir.

### Kuşaklar arası yatay eşitsizlikler

Yaş, toplumsal cinsiyet ve sınıf temelinde, muazzam biçimde çeşitlenmiş eşitsizliklerle nasıl başa çıkılabilir? Bu soru kısa bir süre içinde sadece hükümetlerin değil, akademi ve sivil toplumun da yüz yüze kalacağı temel meselelerden birisi olacak. Genç işçiler, kaybolmaya yüz tutan meslek sahipleri, yalnız yaşayan kimseler, geri kalmış bölgelerde yaşayanlar gibi gruplar arasındaki yatay eşitsizlikleri, basitçe gelir düzeyine bakarak yani dikey eşitsizlikleri izleyerek anlamak mümkün değil.

İktisadi açıdan ölçülemeyen, otonomi ve bağımsızlık gibi değerler, istikrarlı olmayan iş piyasalarından, geçici ve mevsimlik istihdamdan etkileniyor. Eğitimsel kazanımlar ile orta sınıflar arasında yerini almaya başlayan gençler, istikrarsız iş piyasalarında, geri kalmış bölgelerde ve hayli dijitalleşen dünyada, düzenli bir gelir ve sosyal güvenlik kapsamında kalmak için mücadele veriyorlar. Orta sınıflar arasında yerini almaya çalışan bu kesimler, her ne kadar orta sınıfların gelir düzeyine erişseler de orta sınıfların sahip oldukları iş güvenliği ve istikrara erişemiyorlar. Onlar, eşitsiz yaşlananlar kervanına katılıyor.

Genç kuşaklarla kıyaslandığında yaşlıların yaklaşık üçte biri yüksek düzeyde yatay eşitsizliklerle karşı karşıya. Bununla birlikte yatay eşitsizlikler söz konusu olduğunda, yaşlıların yaklaşık 5'te biri hakkında herhangi bir bilgi bulunmuyor. Bir alanda istatistiki bilginin eksik olması, basitçe idari/teknik bir soruna işaret etmez. Veriden yoksunluk, hak ihlallerinin de yoğun olduğu alanlarda göze çarpıyor. Eşitsiz yaşlanmanın hem dikey

hem de yatay olarak ölçülebilmesi, bu başlıklarda veri sunulması Türkiye'nin yaşlanma gündemini oluşturmak açısından öncelikli önemdedir.

Öte yandan maddi koşullarda kimi iyileşmeler olması, yaşam kalitesinin de her zaman doğrusal ve eş zamanlı biçimde arttığına işaret etmeyebiliyor. Türkiye'nin performansı tam olarak bu eşitsizliği yansıtmaktadır. Diğer OECD ülkeleri ile kıyaslandığında, Türkiye'de maddi yaşam koşullarındaki kısmi iyileşmeler toplumsal açıdan yaşam kalitesinin eş zamanlı arttığını göstermemektedir.

Yatay eşitsizlikler kuşaklar arasındaki sonuçları itibarıyla kıyaslandığında çarpıcı sonuçlar elde edilmiştir.

**Türkiye'ye de;**

**Orta yaştakilere göre gençlerin;**

- Sağlık durumları
- Eğitim düzeyleri
- Sosyal ilişkileri daha iyi düzeydedir.

**Gençlere göre orta yaşlıların ise;**

- Kazançları
- İstihdam düzeyleri
- Politik etkililiği daha yüksektir.

**Orta yaştakilere göre yaşlıların;**

- Eğitim düzeyleri
- Gelir düzeyleri
- Sağlık durumları
- İstihdam oranları daha düşük düzeydedir.

Daha eşitsiz bir toplum, daha güvensiz yurttaşlar demektir. Dolayısıyla, gelecekte Türkiye'yi bekleyen önemli risklerden birisinin, kuşakların farklılaşan güven düzeylerinin belirleyeceği politik atmosfer ile ilgili olacağını söyleyebiliriz. Kurumlara duyulan güven azaldıkça, yeni bir toplumsal sözleşme, kapsayıcı bir sosyal politika ortaya koyma meşruyetinin de zayıflayacağı öngörülebilir.

**Doç. Dr. Özgür Arun**  
**Akdeniz Üniversitesi Gerontoloji Bölümü**

# Verilerle Türkiye'de Yaşlanma

## Kaynakça<sup>2</sup>

2

Alessio H. (2001). "The Physiology of Human Aging". Ed. Morgan & S. Kunkel, *Aging: The Social Context* (2001) 107-137. Thousand Oaks.

Arber S., Davidson K. & Ginn J. (2003). *Gender and Ageing: Changing Roles and Relationships*. Maidenhead 2003.

Canpolat, Ş.B. (2016). *Changes In The Household Structures Of The Elderly: Household Projections For Turkey, 2016–2050*. *Turkish Journal of Geriatrics* DOI: 10.31086/tjgeri.2018240420 2018;21 (2):193-205

Hendricks J. & Hatch L. R. (2006). "Life Style and Aging". Eds. R. H. Binstock & L. K. George, *Handbook of Aging and Social Sciences*(2006) 301-319. Burlington.

Kunkel S. R. & Whittington F. J. (Eds.). (2014). *Global Aging: Comparative Perspectives on Aging and the Life Course*. New York 2014.

OECD (2017), *How's Life? 2017: Measuring Well-being*, OECD Publishing, Paris.

[http://dx.doi.org/10.1787/how\\_life-2017-en](http://dx.doi.org/10.1787/how_life-2017-en)

# Türkiye yaşlanmaya hazır değil

## ■ Refah ve Eğitim Düzeyi Tablonun Temel Belirleyicileri

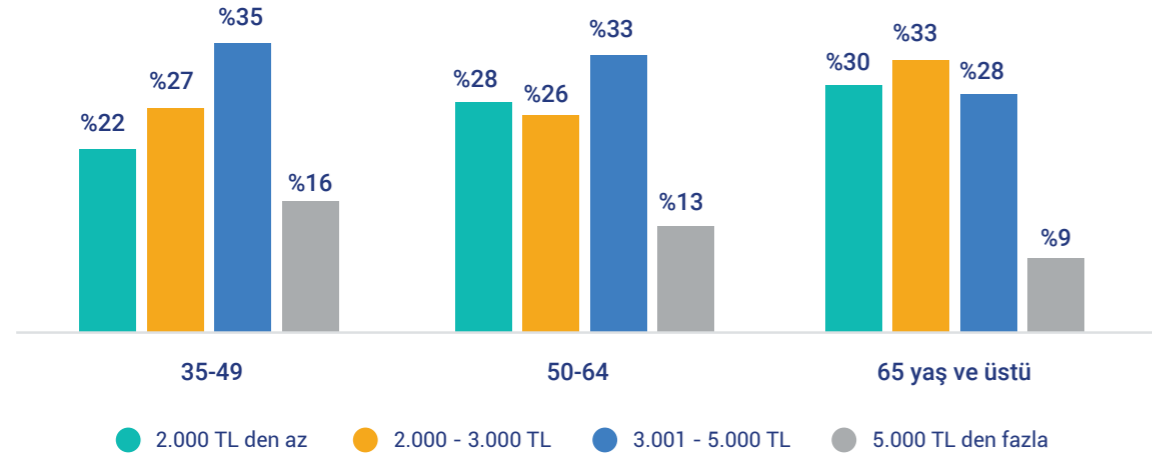
Refah ve eğitim düzeyi düşük bir yaşlı nüfus var. Yaşlı nüfus henüz spesifik bir tüketici kategorisi olarak karşımıza çıkmıyor. Yaşlıların ayrımcılığa uğraması da yaşlı nüfusun potansiyel tüketici olarak görülmesini sınırlayan diğer bir etken.



## Türkiye'de refah ve eğitim düzeyi düşük bir yaşlı nüfus var.

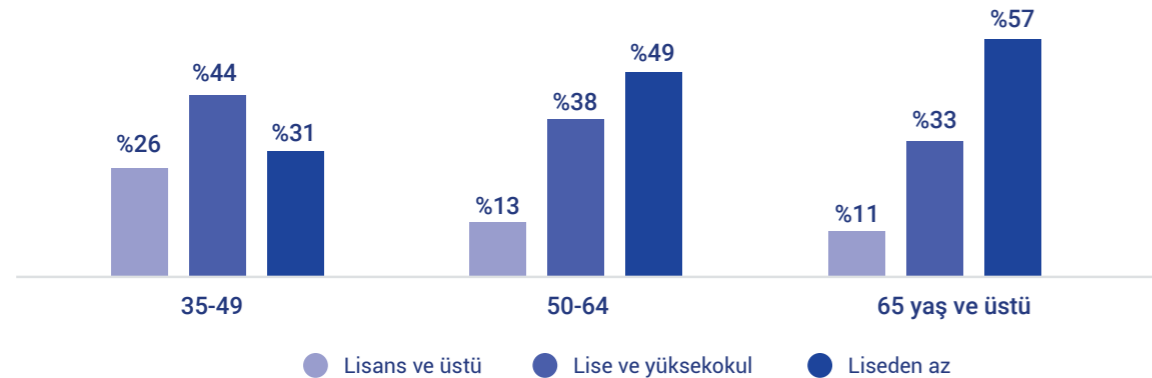
Haneye giren toplam aylık geliri 2.000 TL'nin altında olan nüfusun %30'u ve 2.000-3.000 TL aralığında olanların %33'ü 65 yaş ve üstü yaş grubundakilerden oluşuyor. 5.000 TL üstünde gelir elde edenlerin en yüksek oranı 35-49 yaş grubunda. Bu da Türkiye'deki yaşlı nüfusun refah ve eğitim düzeyinin düşük olduğunu gösteriyor.

Grafik 1: Yaş gruplarına göre gelir dağılımı



Türkiye'de ileri yaş gruplarının gelir düzeyi gibi eğitim seviyesi de oldukça düşük (Tablo 2). Geçmiş dönemlerde eğitim kaynaklarına ulaşımın kısıtlı olması ve olanakların yetersizliği bunun sebepleri arasında değerlendirilebilir.

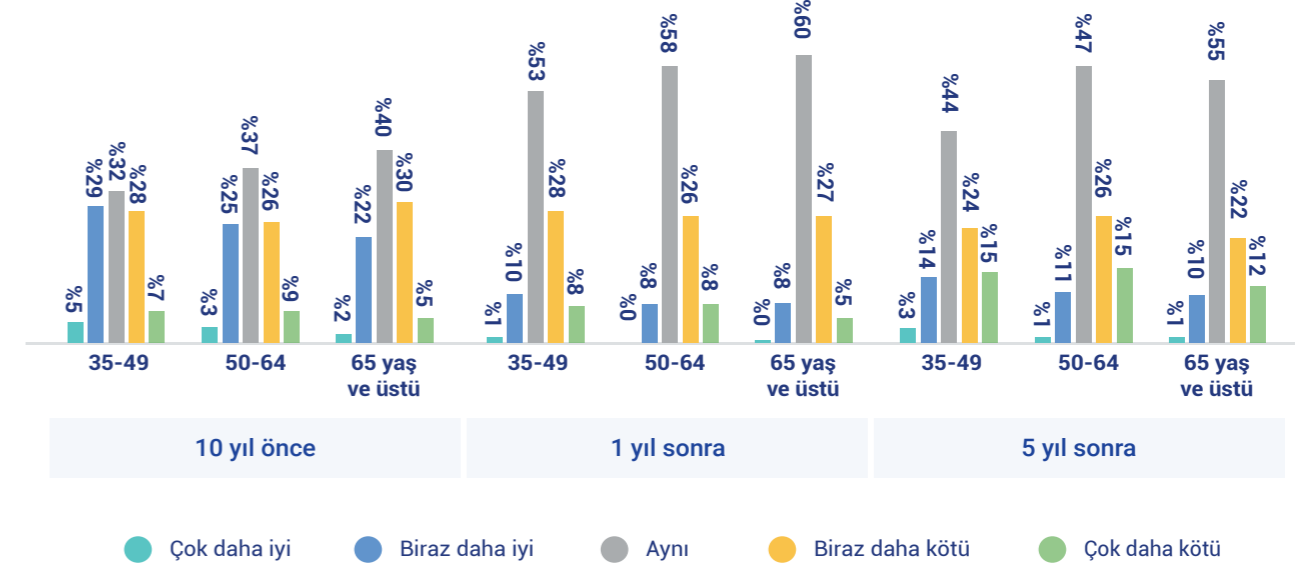
Grafik 2: Yaş gruplarına göre eğitim durumu



## Toplumda ekonomik dalgalanmaların etkileri görülüyor. Tüm yaş grupları, gelecekte umutsuz.

Katılımcılar ekonomik durumlarını "idare eder" olarak nitelerken, geçmişe göre de değişmediğini düşünüyor. Öte yandan tüm yaş grupları içinde durumlarının kötüye gideceğini düşünenlerin oranı 1 yıl sonra kısmen, 5 yıl sonra da daha büyük oranlarda yükseliyor. Bir başka deyişle gelecekte umutlu değiller ve gelecek konusunda karamsarlık hakim.

Grafik 3: Maddi durum değerlendirme



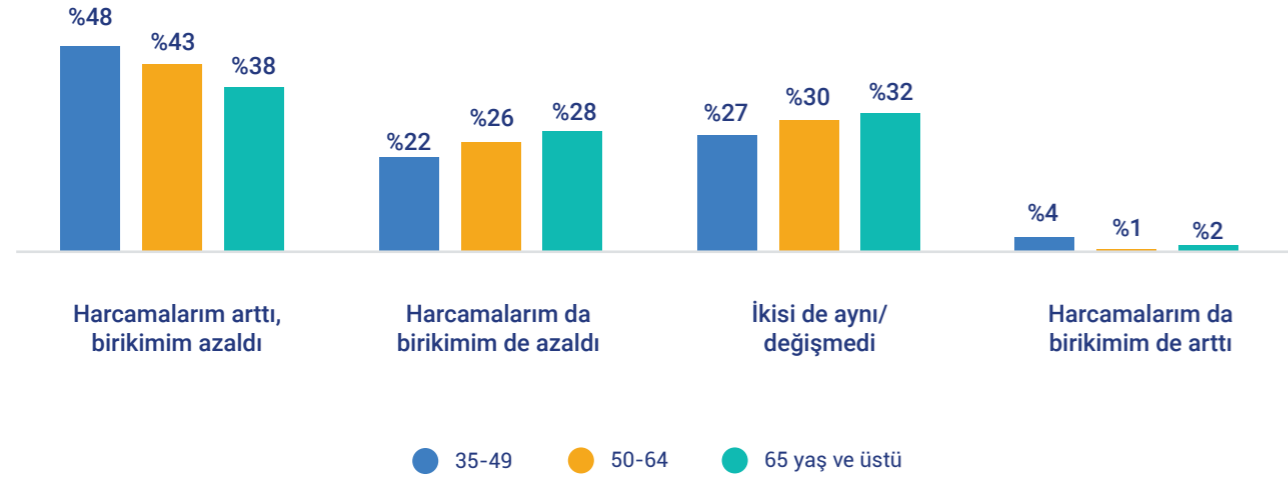
Katılımcıların çoğunluğu 10 yıl öncesine göre maddi durumlarının değişmediğini düşünüyor. Yalnızca 65 yaş üstü grupta bugünkü maddi durumunun 10 yıl öncesine göre daha kötü olduğunu düşünenler daha fazla.

## Harcamalar artarken, birikimler azalıyor.

Katılımcılardan geçen yıla göre tüketim ve tasarruf etkinliklerini değerlendirmeleri istendiğinde tüm yaş grupları çoğunlukla "harcamalarım arttı, birikimim azaldı" yanıtını veriyor. Her yaş grubunun ekonomiden olumsuz etkilendiği görülüyor. Fakat halihazırda refah

düzeyleri diğer yaş gruplarına göre daha düşük olan 65 yaş ve üstü grubun durumlarına iyimser yaklaştığı görülüyor. Burada Türkiye'deki şükretme kültürünün etkileri olduğu söylenebilir.

Grafik 4: Geçen yıla göre tüketim ve tasarruf etkinlikleri

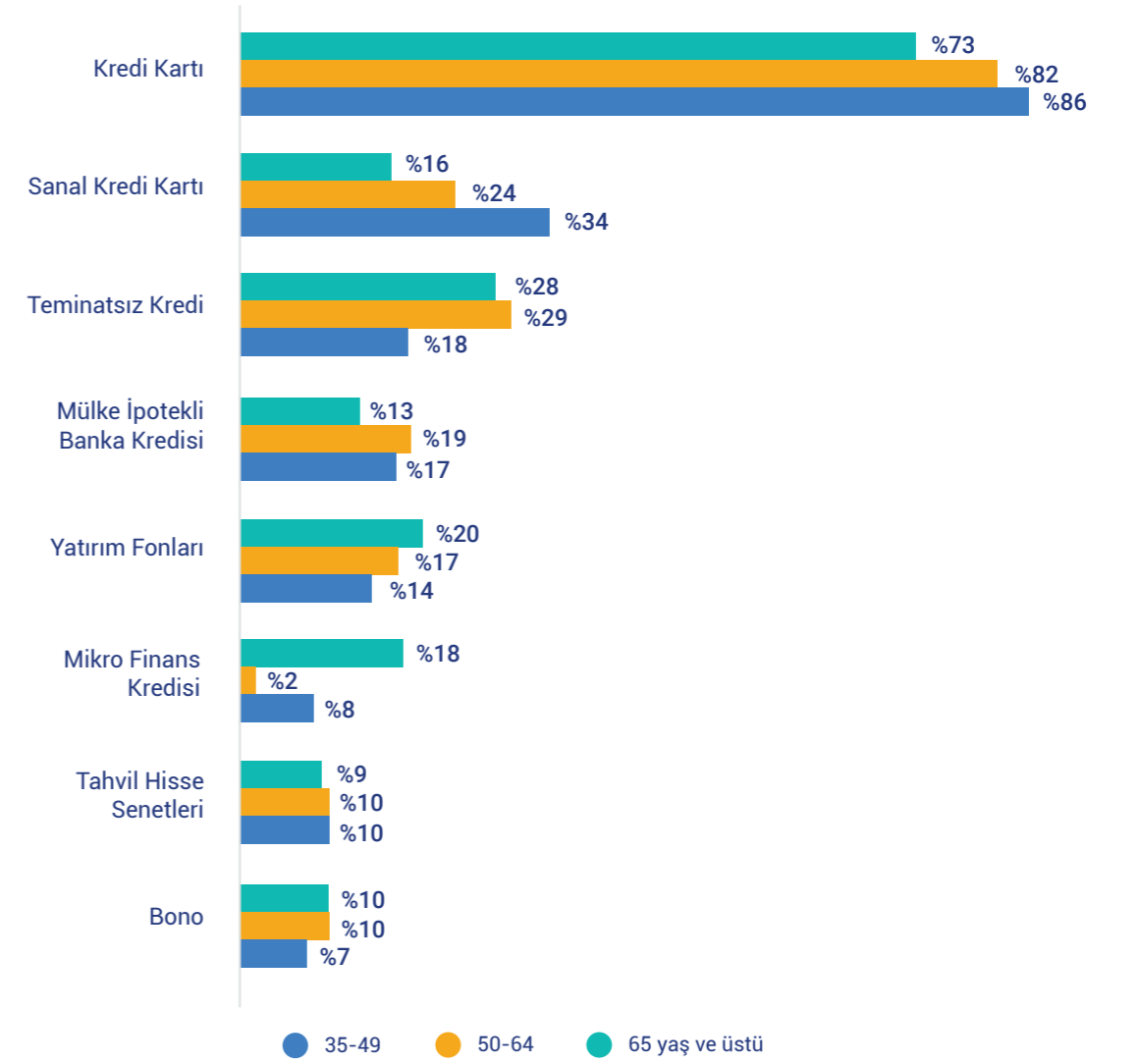


## Finansal yatırım araçlarının kullanım oranları tüm yaş gruplarında düşük.

Yaş grupları arasında finansal yatırım araçları kullanımında büyük farklar gözlemlenmiyor. En belirgin fark sanal kredi kartı kullanımında. 35-49 yaş grubunun sanal kredi kartı kullanımı çok daha yüksek. 65 yaş

ve üstü grubunda daha az olmakla birlikte kredi kartı kullanımındaki yükseklik dikkate değer. Yine bu grubun yatırım fonlarına ve mikro finans kredisine ilgisi de diğerlerinden daha yüksek.

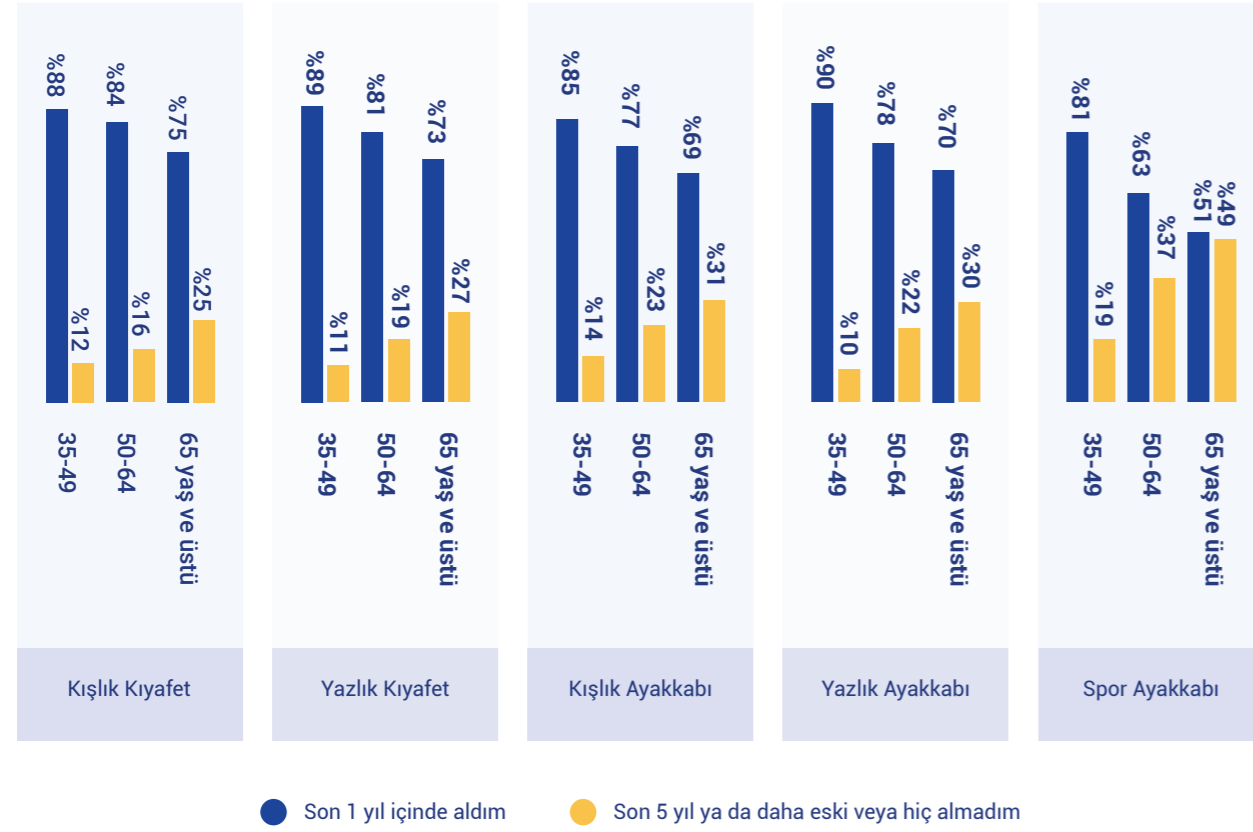
Grafik 5: Finansal yatırım araçlarının kullanım oranları



## Giyim alışverişi sıklığı yaşla birlikte düşüyor, 65 yaş üstü grupta oldukça sınırlı.

Katılımcıların alışveriş davranışlarına bakıldığında giyim alışverişi sıklığının yaşla birlikte düştüğü görülüyor, 65 yaş üstü grupta oldukça sınırlı. En sık yapılan giyim alışverişinin kışlık kıyafet, yazlık kıyafet olduğu görülüyor. 65 yaş ve üstü insanların giyim alışverişini daha az yapmasının sebepleri arasında ekonomik gelirlerinin düşmesine ek olarak geçmişten gelen az tüketme alışkanlığı da yatıyor.

Grafik 6: Giyim alışverişi oranları



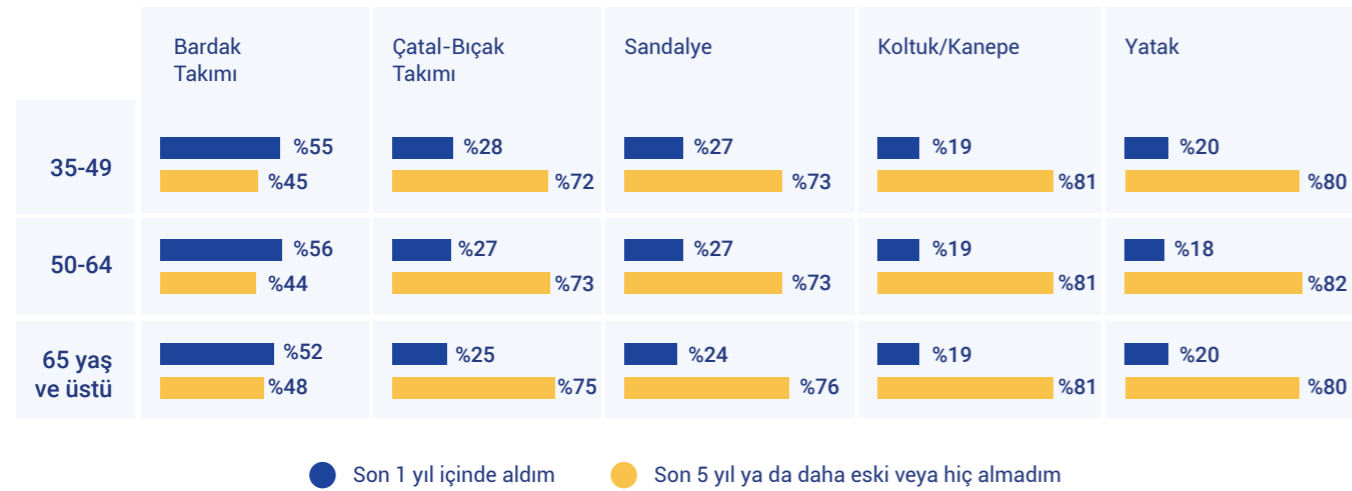
**Seyahat etme sıklığı** da yaşla birlikte düşüyor. Orta yaş grubunun alışveriş eğilimleri daha fazla. Yurt dışı uçak bileti alımlarının tüm yaş gruplarında düşük olduğu görülüyor.

**Grafik 7:** Ulaşım bileti alışverişi oranları



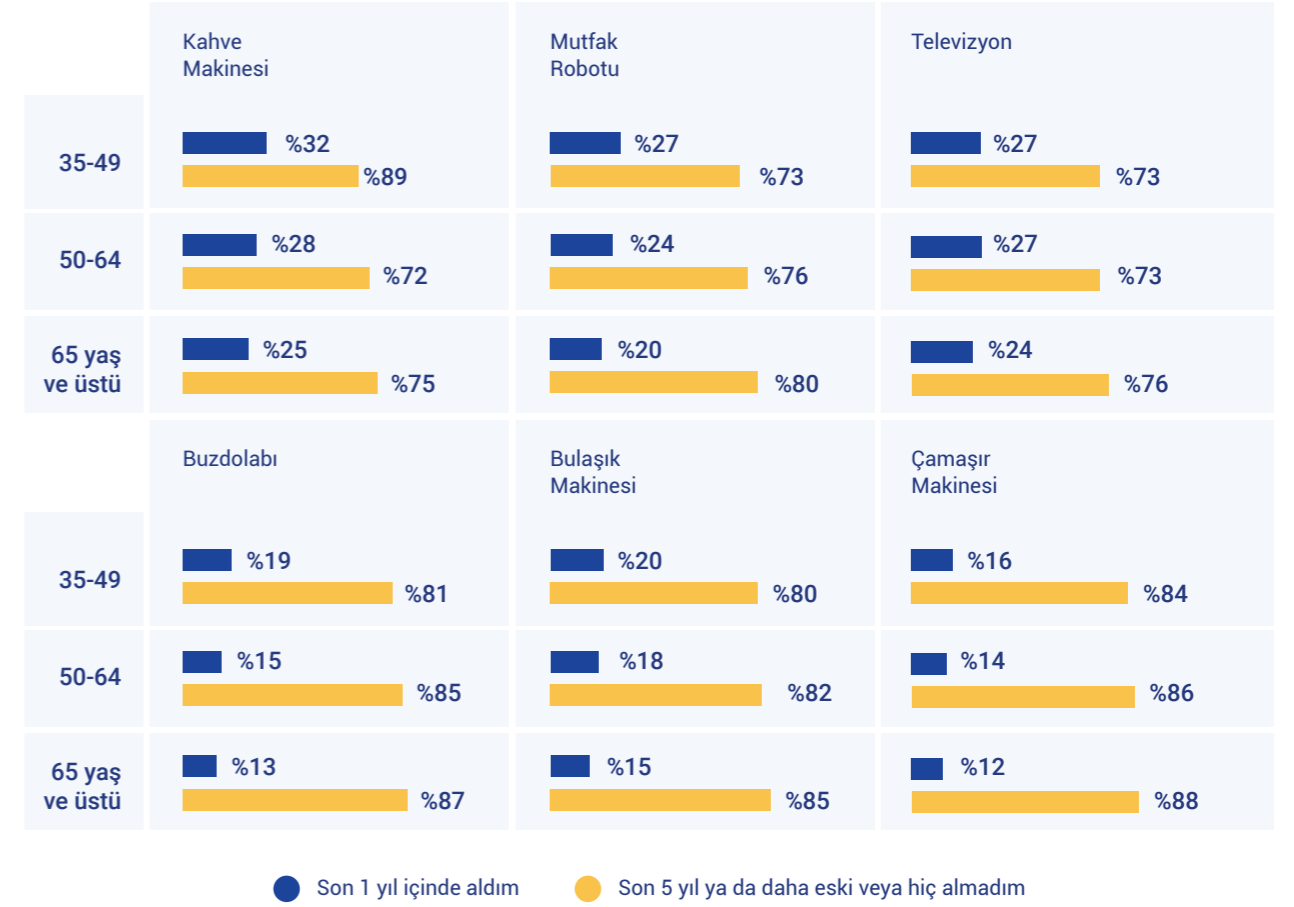
**Ev eşyası tüketimi** yaş gruplarına göre benzerlik gösteriyor.

**Grafik 8:** Ev eşyası alışverişi oranları



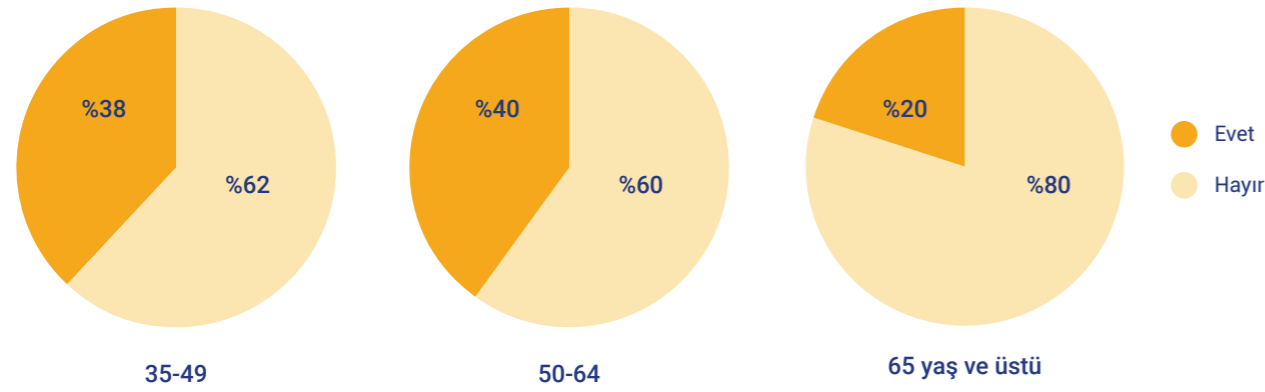
**Beyaz eşya alışverişi** ise yaşla birlikte artıyor.

**Grafik 9:** Beyaz eşya alışverişi oranları



**Otomobil sahipliğinde** en yüksek oran 50-64 yaş grubunda. Bunu 35-49 yaş grubu takip ediyor, 65 yaş ve üstü grubun yalnızca %20'si otomobil sahibi.

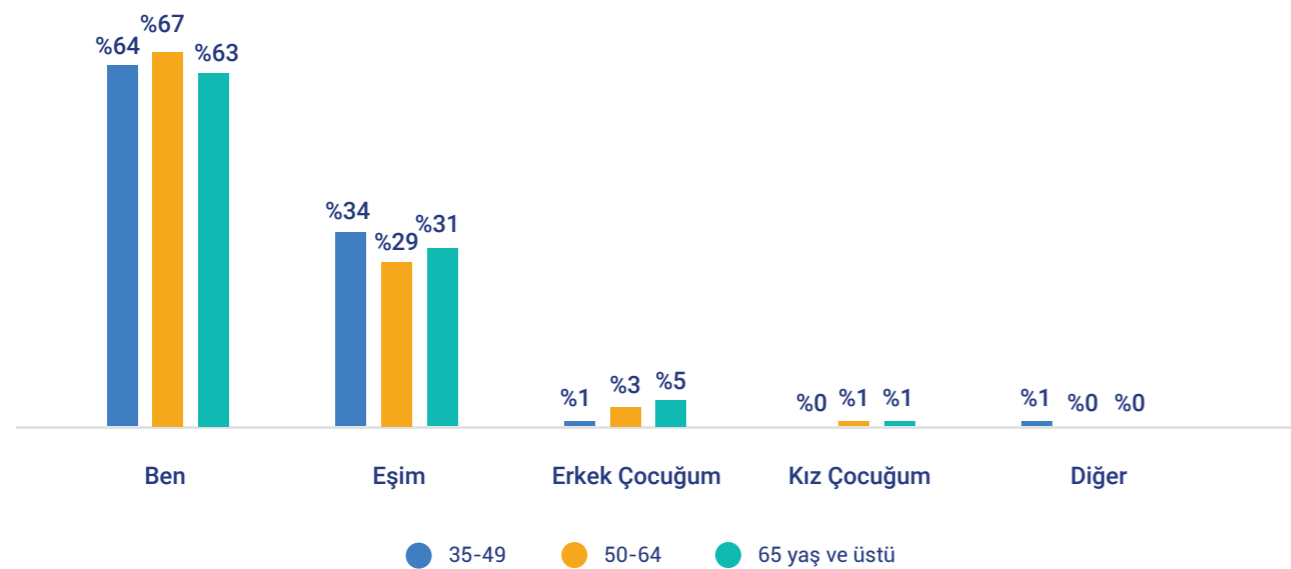
**Grafik 10:** Kendine veya eşine ait otomobil sahibi olma oranları



Otomobili çoğunlukla erkekler kullanıyor.

Cinsiyete göre otomobil kullanım oranlarına bakıldığında tüm yaş gruplarında kadınların otomobil kullanma oranı çok düşük. Kadınların %24'ü, erkeklerin %96'sı otomobili ben kullanıyorum diyor. Kadınların %71'i eşim kullanıyor cevabını veriyor. Evlerdeki otomobilleri en çok kişilerin kendileri ve eşleri ardından erkek çocukları kullanıyor.

**Grafik 11:** Evde otomobili en sık kullanan kişilerin oranı



*Dodge Otomobil (İstanbul T. 51679 plakalı 1927 model):*

*İstanbul'da amme hizmetinde 36 yıl çalışarak ve tahminen 900.000 kilometre yaparak 1963 yılında bir dünya rekoru yapmış bir arabadır. Takside çalışan bu arabanın şoförlüğünü de otuz altı yıl boyunca meslektaşları arasında Baba Hüseyin diye anılan biri yapmıştır. 1963 yılında arabanın fabrikası İstanbul'da bir dünya rekoru kırmış olan bu arabayı kendi müzesine koymak için 72 yaşında bulunan sahip ve şoförü Baba Hüseyin'i New York'a davet etmiş ve ona emektar arabasına karşılık en son model bir araba verileceğini bildirmiştir.*

*Reşat Ekrem Koçu, İstanbul Ansiklopedisi, Cilt 9, Koçu Yayınları, İstanbul, 1966*



## ■ Emeklilikten Ne Umuluyor, Ne Bulunuyor?

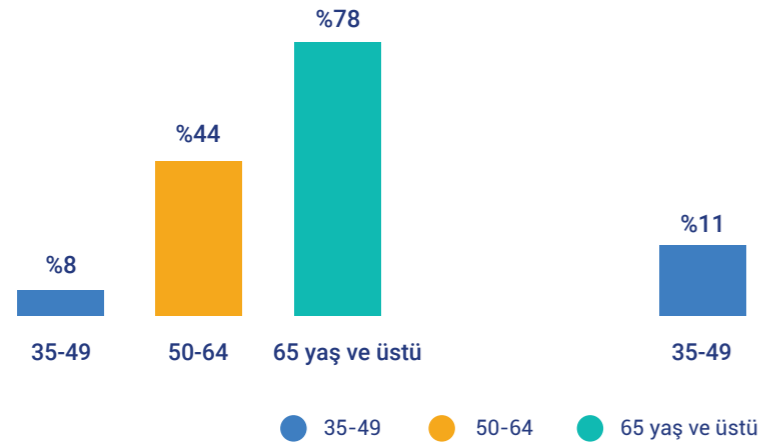
Yaşlanma, doğal akışına terk ediliyor, üzerinde düşünülüyor.  
Yaşlanma ile ilgili tek hedef ya da plan emekli olmak. Herkes hızla emekli olmak istiyor, emekli olmakla ilgili endişeler yüksek ancak bu endişelerin neler olduğu konusundaki algı düşük.

## Türkiye'de emekli sayısı 12 milyon üzerinde.

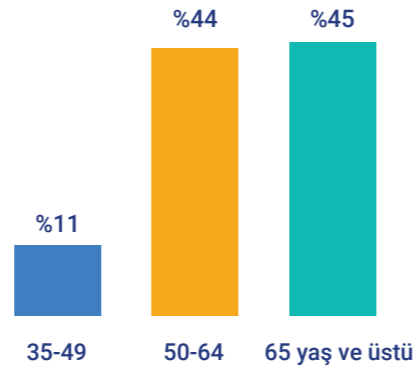
Araştırma örneleminde 65 yaş üstü nüfusun %78'i, 50-64 yaş grubunun %44'ü ve 35-49 yaş grubunun %8'i emeklilerden oluşuyor. Diğer taraftan emeklilerin yarısından çoğu 65 yaşın altında. Bir başka deyişle,

güncel tanımlamayla "erken yaşta emekliler" hala emeklilerin çoğunluğunu oluşturuyor. Emeklilerin yaş dağılımı ise 35-49 yaş grubunda %11, 50-64 grubunda %44, 65 yaş ve üstünde %45.

Grafik 12: Yaş gruplarına göre emekli olanların oranları

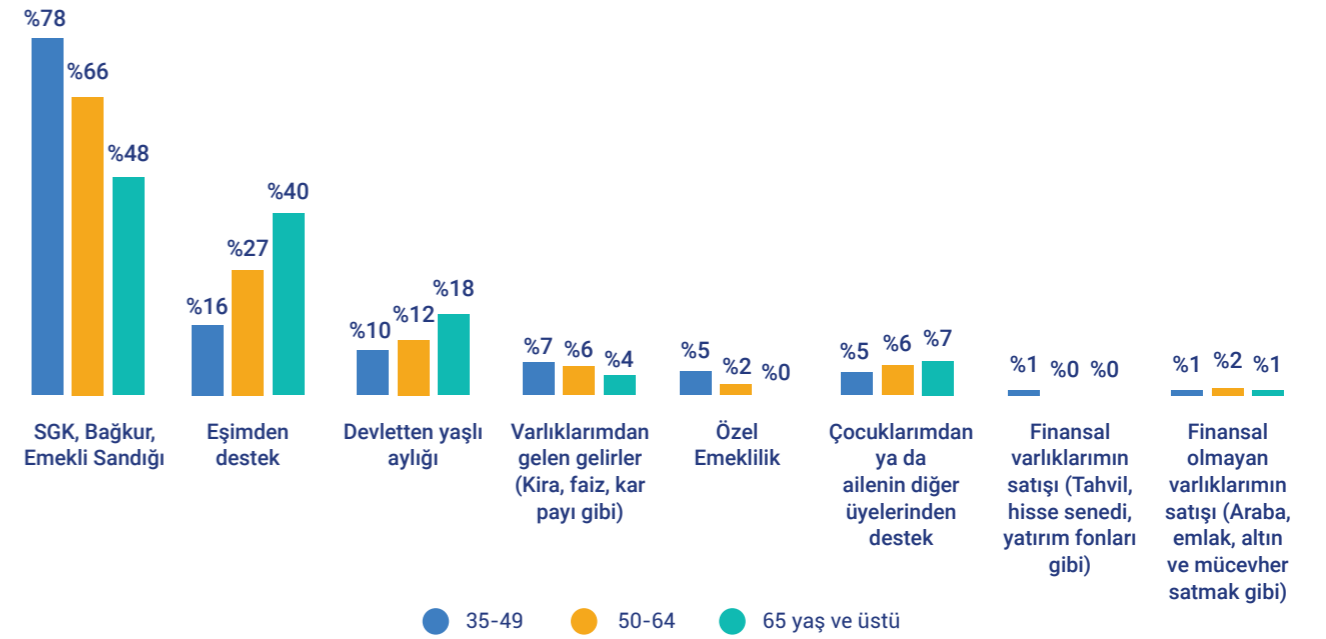


Grafik 13: Emeklilerin yaş dağılımları



Emeklilerin %71'i emekli olduktan sonra çalışmayı tamamen bırakmış. Yaşlılık için emeklilik maaşı dışında bir plana rastlanmıyor. Emeklilik demek SGK demek, özel emeklilikle geçimini planlama oranı oldukça düşük.

Grafik 14: Emeklilik geçimine dair gelir planları oranları



Tablo 1: Toplam nüfus içinde emekli oranları

	35-49 yaş	50-64 yaş	65 yaş ve üstü	Toplam
Emekli	%3,8	%14,6	%14,9	%33
Emekli değil	%44,1	%18,5	%4,1	%67
Toplam	%47,9	%33,1	%19,0	

Türkiye nüfusuna bakıldığında 35 yaş üstü nüfusun %4'ü 35-49 yaş, %15'i 50-64 yaş, %15'i de 65 yaş üstü emeklilerden oluşuyor. Türkiye'de 35 yaş ve üzeri kişi sayısı 37.238.535 ve emekli sayısı 12.324.186 kişi (SGK, 2018). Yaş kırılımına bakıldığında, 35 yaş üstü nüfusun %3.8'i, 35-49 yaş grubunun %14.6'sı ve 65 yaş ve üzerinin %14,9'u emeklilerden oluşuyor. Yani Türkiye'de 35 yaş üstü nüfusun %33'ü emeklilerden oluşuyor. 35 yaş üstü nüfusun üçte birlik bir bölümünün emeklilerden oluşması, bu grubun ne kadar önem verilmesi gereken bir toplumsal kesim meydana getirdiğine işaret ediyor.

## Toplumda emekli olma arzusu çok kuvvetli.

Katılımcıların emekli olabilecek yaşta olup henüz emekli olmamış olanlarından; "emekli olmaktan mutluluk duyarım", "emekli olma düşüncesi beni heyecanlandırıyor" gibi ifadeleri "0: hiç katılmıyorum" "5: son derece katılıyorum" olacak şekilde puanlamaları istendiğinde emekli olmaktan mutluluk duyacakları, emekli olma düşüncesinden heyecanlandıkları ve emeklilik yaşamında yeni şeyler öğrenmeyi planladıkları görülüyor.

Öte yandan derinlemesine görüşmelerde verilen yanıtlarda, bu planların çok fazla düşünülmemiş olduğu, "yeni" şeyler arzusunun olduğu ancak bu "yeni"nin vakit sahibi olmak dışında tanımsız olduğu görülüyor.

*"Emekli olmak her insanın en doğal hakkı olduğu gibi benim de en doğal hakkım. İsterdim çok çünkü her insan belli bir süre yoğun çalışmak zorunda, o yoğun çalışmanın sonunda emekli olup biraz da emekliliğin tadını çıkarabilmelidir."*

(Erkek, No:9, 49 yaş)

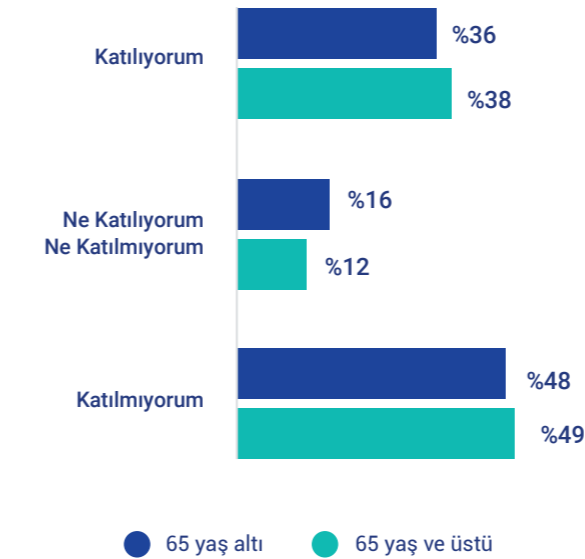
Grafik 15: Emeklilikle ilgili ifadelere katılım puanları



## Emekli olabilecek yaştakilerin yarısı "emekli olunca zaman geçirmekte zorlanmam" diyor.

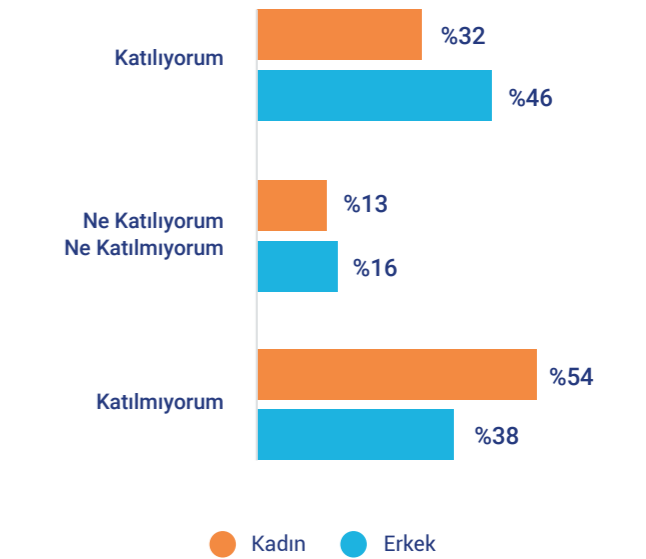
Emekli olabilecek yaştakiler emekli olmaya fazla istekli olsalar ve yeni şeyler öğrenmeyi planlıyorum deseler de emeklilik yaşamında zaman geçirmekte zorlanacaklarını düşünme eğilimleri de düşük değil. Bu eğilim yaş gruplarına göre farklılaşmıyor. 65 yaş altının %36'sı, 65 yaş ve üstünün %38'i "emeklilik yaşamımda zaman geçirmekte zorlanırım" diyor.

Grafik 16: "Emeklilik yaşamında zaman geçirmekte zorlanırım" ifadesine katılım oranları



Erkekler kadınlara göre emeklilik yaşamında zaman geçirmekte daha çok zorlanacağını ifade ediyor. Erkeklerin %46'sı zorlanacağını ifade ederken, kadınlarda bu oran %32. Emeklilikte erkeğin hayatının kadınlara göre daha çok değiştiği görülüyor.

Grafik 17: Cinsiyete göre; "emeklilik yaşamında zaman geçirmekte zorlanırım" ifadesine katılım oranları



*"Emekli olup başka şeyler yapmak istiyorum. Ben müzik öğretmenliği yapıyorum. Mesela istiyorum ki ileride bir yer açabileyim. Çocukları eğitebileyim. Yani öğrendiklerimi aktarabileyim."*

(Kadın, No:14, 40 yaş)





## Toplum kendini yaşlanmaya hazır hissetmiyor.

Katılımcıların, “yaşlanmaktan korkuyorum”, “genç olmayı tercih ederdim” gibi ifadeleri “0: Hiç katılmıyorum” “5: Son derece katılıyorum” olacak şekilde puanlamaları istendiğinde, yaşlanma ile ilgili kaygılarının yüksek olduğu, “yaşlanma”nın üzerine düşünülen bir şey olmadığı görülüyor. Her yaş grubundan katılımcılar olduklarından daha genç olmak istiyor.

Yaşlanma konusunda bilgili olduğunu düşünen ve yaşlanmanın güzel olduğu fikrine en çok katılanlar 65 yaş ve üstünde. 50 yaş altında ortalama düşüyor. Bir başka deyişle orta yaş grubunda yaşlanma nosyonu zayıf. Yaşlanmaktan korkuyorum ifadesine en çok 35-49 yaş grubu katılıyor. Yalnızlık ve kendini değersiz hissetme eğilimleri 65 yaş ve üstü grubunda çok daha yüksek.

Özetle, toplumda ancak yaşlı sayılmaya başlanınca yaşlanma gündeme alınıyor. Yaşlılıkla ilişkilendirilen imgelerin ifadeler üzerinde etkili olduğu Bulanık Bilişsel Haritalama analizi sonuçlarından da anlaşılıyor. Medya analizlerinde yaşlılar daha çok sorunlarla (hastalık, engellilik, kırılabilirlik, yoksulluk vb. gibi) birlikte yansıtıldığı için yaşlanmak daha da korkulacak bir hâl alıyor.

Grafik 18: Yaşlanmaya dair ifadelere katılma oranları



# Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlı Algısı Negatif

## ■ Aile Dinamikleri Açısından Bakılınca...

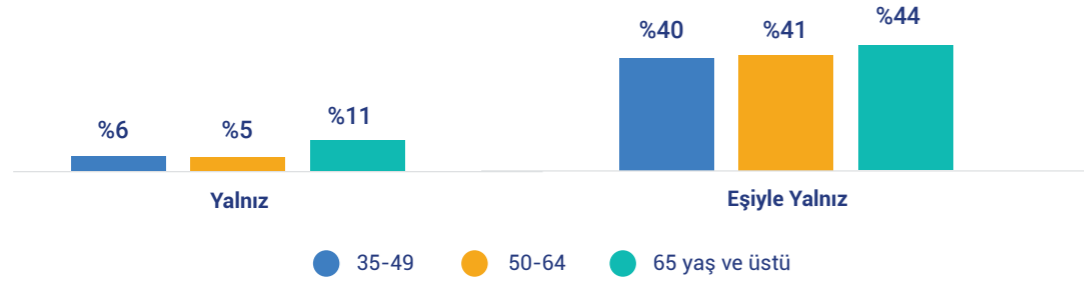
Yaşlılıkta evde vakit geçirme süresi artıyor. Bu durum kadınlarda daha da yüksek, kadınların yaşlandıkça neredeyse eve kapandıkları söylenebilir.

## 65 yaş üstü yalnızlaşıyor.

Yaşla birlikte hanede yalnız yaşama oranı artıyor, özellikle 65 yaş ve üstünün yalnızlaştığı görülüyor. 65 yaş ve üstünün %11'i yalnız yaşıyor. Bu oran 35-49 yaş grubunda %6; 50-64'te %5 olarak karşımıza çıkıyor.

Evde, yakınlarımla yaşıyorum diyenler en çok eşi ve çocukları ile yaşıyor. 65 yaş üstünün %44'ü çocuklar olmaksızın eşiyle birlikte yaşadığını belirtiyor. Öte yandan bu oran diğer yaş gruplarında da yüksek değil. Bir başka deyişle geniş aile tercihi hâlâ yaygın.

Grafik 19: Hanede yalnız ve eşiyle yaşama oranları

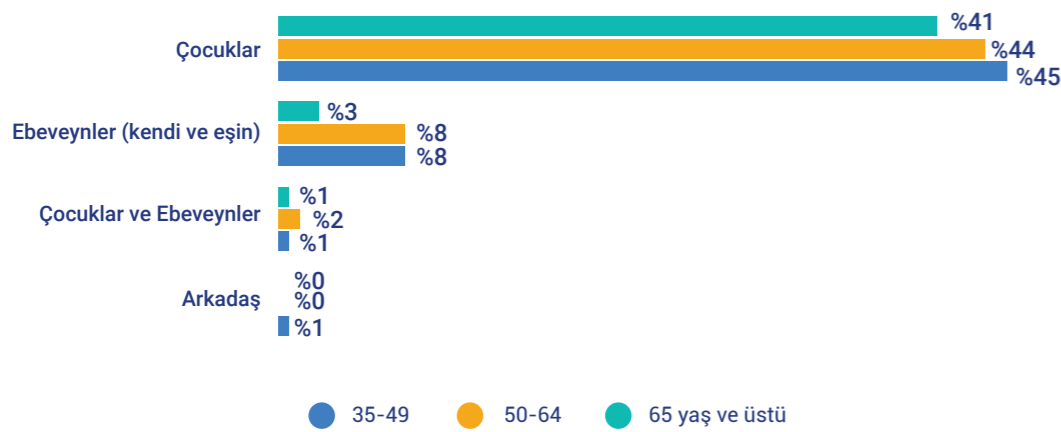


## Geniş aile hâlâ yaygın.

35-49 ve 50-64 yaş grubunun %8'i kendi anne-babası, kayınvalidesi ya da kayınpederi ile yaşıyor. 65 yaş ve üstü grubun dahi %41'inin çocuklarıyla aynı evde yaşıyor olması dikkat çekici.

Yaşla birlikte arkadaşlar tarafından ziyaret edilme oranı da azalıyor; çocuklar ve torunlar öne çıkıyor. Çocuk ve torun ziyaretleri karşılıklı olarak gerçekleşiyor.

Grafik 20: Hanede kimlerle yaşandığını gösteren oranlar

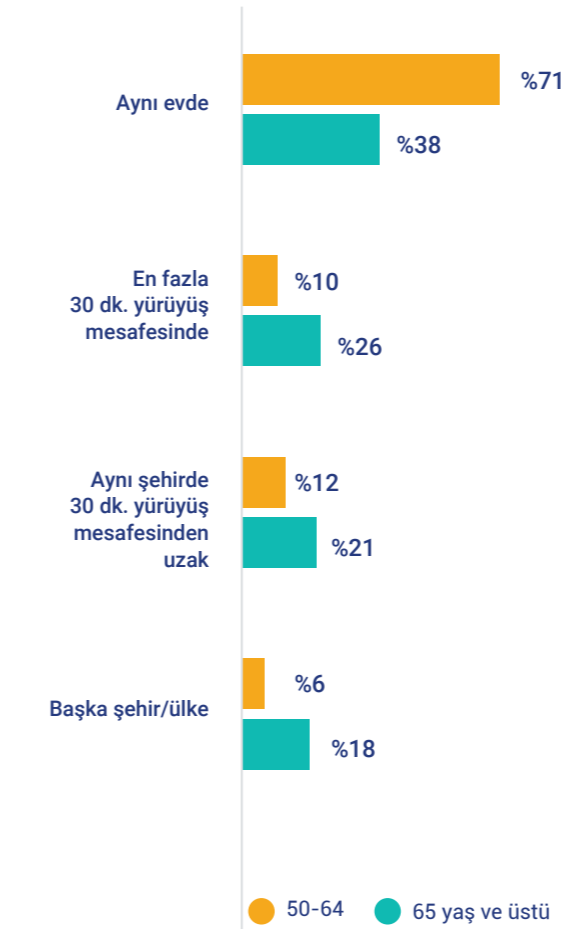


## Çocuklar ve ebeveynler birbirlerine yakın mesafede yaşama eğiliminde.

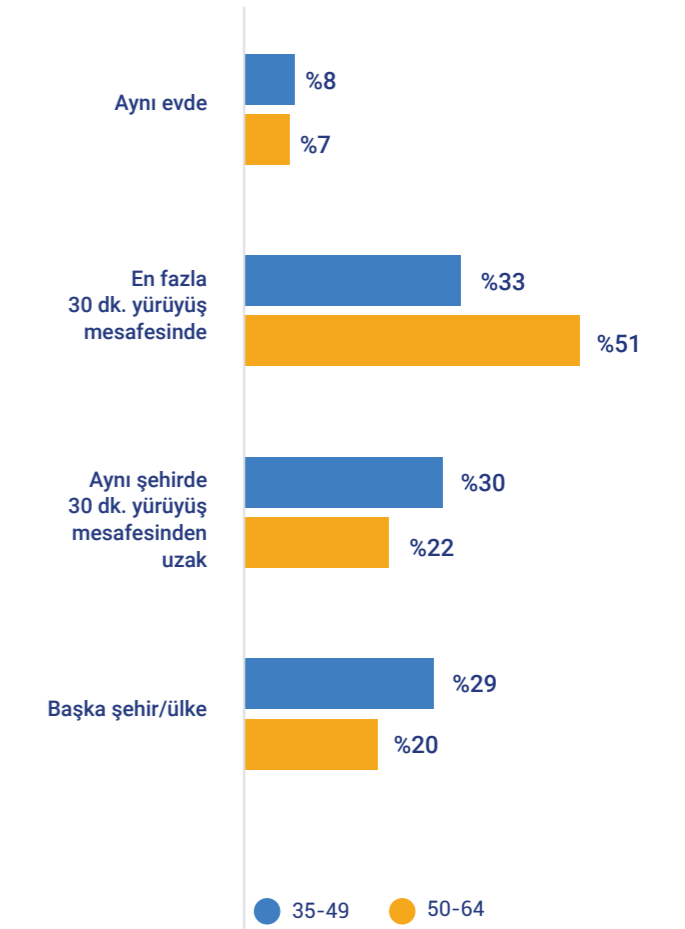
Çocuklar evden geç ayrılıyor fakat yine de çok uzağa gitmiyorlar. Aile bireylerinin birbirine yakın mesafede yaşama eğiliminde olduğu görülüyor.

50-64 yaş grubunun %71'i çocuklarıyla aynı evde yaşadığını belirtiyor. 65 yaş üstü grubun %60'ı çocuklarıyla aynı evde ya da 30 dk. yürüme mesafesinde yaşıyor.

Grafik 21: Çocuklarla yakınlık mesafesini gösteren oranlar



Grafik 22: Anne-baba ile yakınlık mesafesini gösteren oranlar



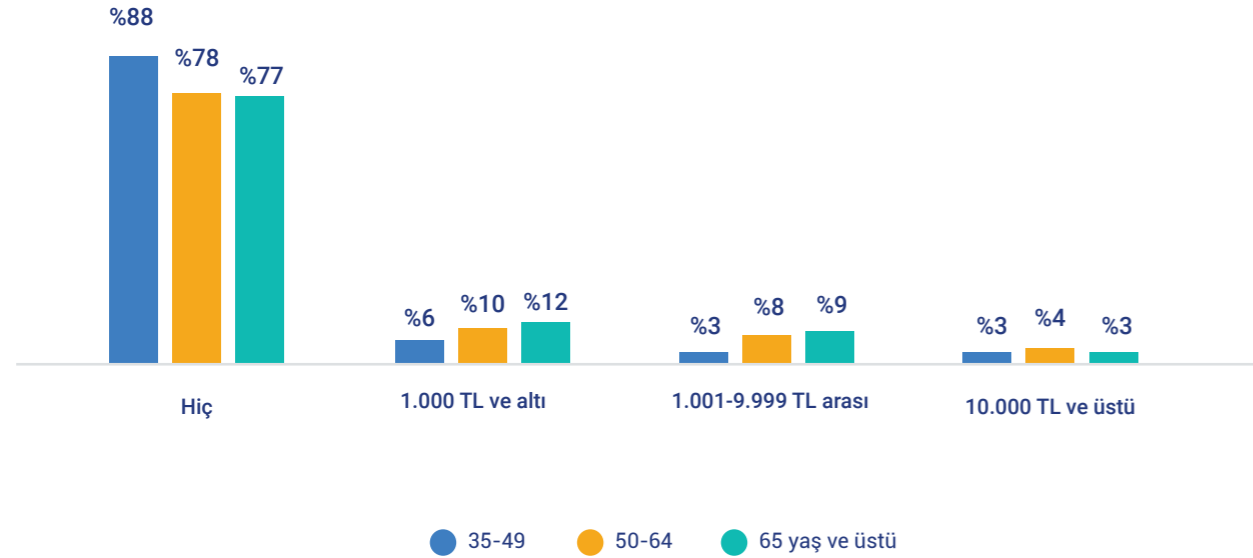
## Ebeveynler her yaşta çocuklarına maddi destek vermeye devam ediyor. Çocuklardan ebeveynlerine giden maddi katkı miktarı, ebeveynlerden çocuklara gidenin çok altında.

65 yaş üstü grubun %21'i son bir yıl içinde çocuklarından 10.000 TL altında destek aldığını belirtiyor. Çocuklardan son bir yıl içinde alınan destek ortalaması 35-49 yaş grubu için 617 TL; 50-64 yaş grubu için 1.023 TL; 65 yaş üstü grubu için 778 TL.

*"Arada torunuma gönderiyorum harçlık. İhtiyacı olduğunda veriyorum, elimde olduğu zaman."*  
(Kadın, No:7, 50 yaş)

*"Çocuklara, torunlara, işte elimden geldiği kadar bir şeyler yapıyorum."*  
(Erkek, No:12, 74 yaş)

Grafik 23: Çocuklardan alınan maddi destek tutarları ve oranları

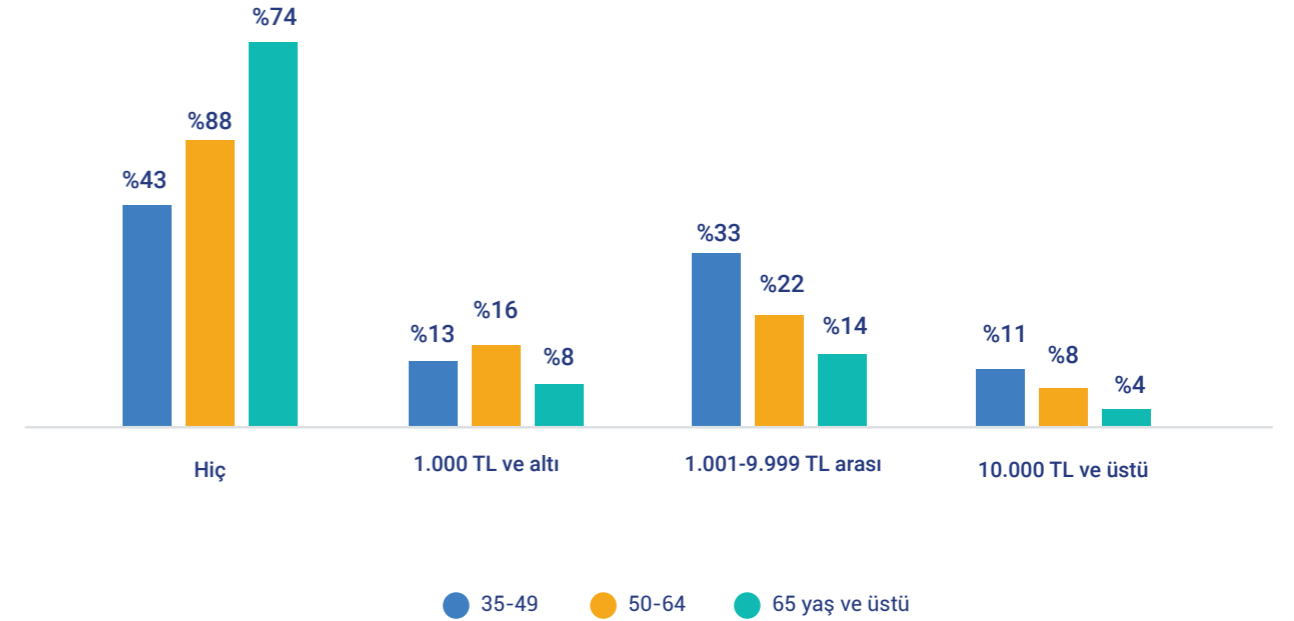


Çocuklara son bir yıl içinde verilen destek ortalamaları ise 35-49 yaş grubu için 4.855 TL, 50-64 yaş grubu için 4.060 TL ve 65 yaş üstü grubu için 3.971 TL.

*"İşte annelerine ediyorlar bana etmiyorlar; yarın bu işi bırakıp boşta kalırsam edecekler ama şimdi diyorlar ki babam nasılsa harçlığını çıkarıyor orda; benden de bir şey istedikleri yok yine bir şey olursa alıyorlar; giyim alırlar bir şeyler alırlar."*  
(Erkek, No:21, 76 yaş)

*"Kızım verir, oğlum verir. İşte suyu biri veriyor. Oğlum doğalgazımı veriyor. Kızım verir, kızımın oğlu verir; Allaha şükür aç değiliz açıkta değiliz."*  
(Kadın, No:6, 73 yaş)

Grafik 24: Çocuklara verilen maddi destek tutarları ve oranları



## ■ Günlük Yaşam Pratikleri

---

*Varsa yoksa sokak  
İnsan o yaşlarda  
Gözü beni görmez olur  
Gece gündüz dışarda.*

*Yok kıl kadar değerim,  
Öyle olsun!  
Ben beklerim  
Kısa veya uzun.*

*Oğullar uzaklaşır, kızlar  
uzaklaşır  
Bir zaman içinde benden,  
Oluruna bırak, gençtir, derim,  
Hevesini alsın sokaklardan.*

*Bensiz olamazlar, dönerler  
Çok denedim.  
Ben büyüğüm, affederim  
Ben evim.*

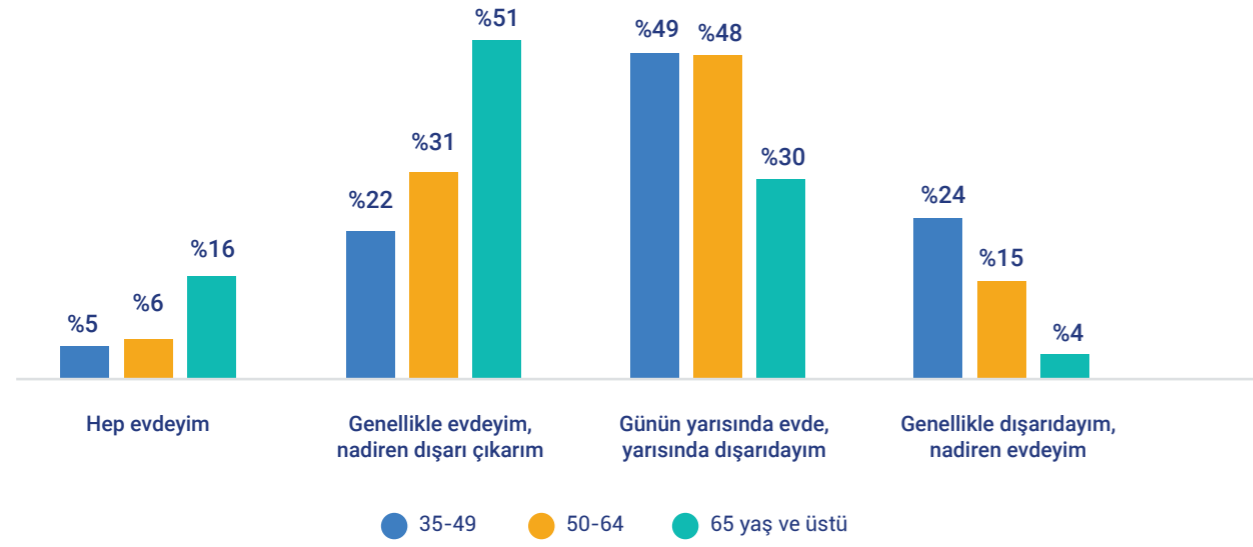
Behçet Necatigil, "VARSA EV"

---

## Yaş aldıkça ev dışında geçirilen vakit azalıyor.

65 yaş üstü grubun %67'si nadiren evden çıkıyor ya da hiç çıkmıyor. 35-49 ve 50-64 yaş gruplarının yaklaşık yarısı ise günün yarısını evde yarısını dışarda geçirdiğini belirtiyor. Yaş aldıkça evde geçirilen vakit de artıyor. "Genelde dışarıdayım" cevabı en çok 35-49 yaş grubu tarafından veriliyor.

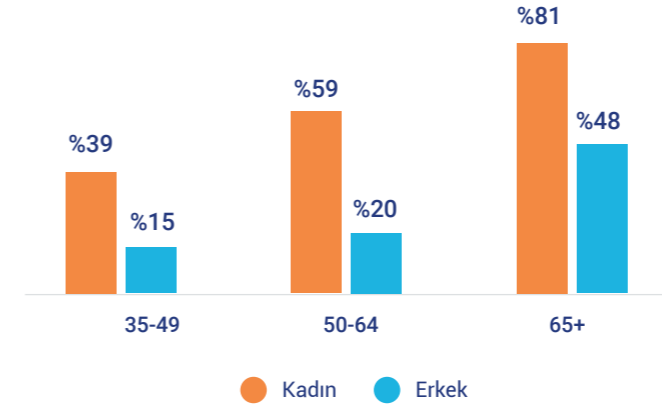
**Grafik 25:** Evde ve dışarıda geçirilen vakit



## 65 yaş üstü kadınlar eve kapanıyor.

Cinsiyet dağılımına bakıldığında kadınların vaktinin çoğunu evde geçirdiği görülüyor. 65 yaş ve üstü kadınların %81'i nadiren evden çıkıyor.

**Grafik 26:** Yaş ve cinsiyete göre; "Hep evdeyim" veya "Nadiren evden çıkarım" diyenlerin oranı



## Ev işlerinde toplumsal cinsiyet rolleri baskın.

Çamaşır, bulaşık yıkamak, ütü yapmak gibi günlük işlere "çoğunlukla ben yaparım" yanıtını verenlerin oranları karşılaştırıldığında; kadınların ev içi işleri üstlendiği görülüyor.

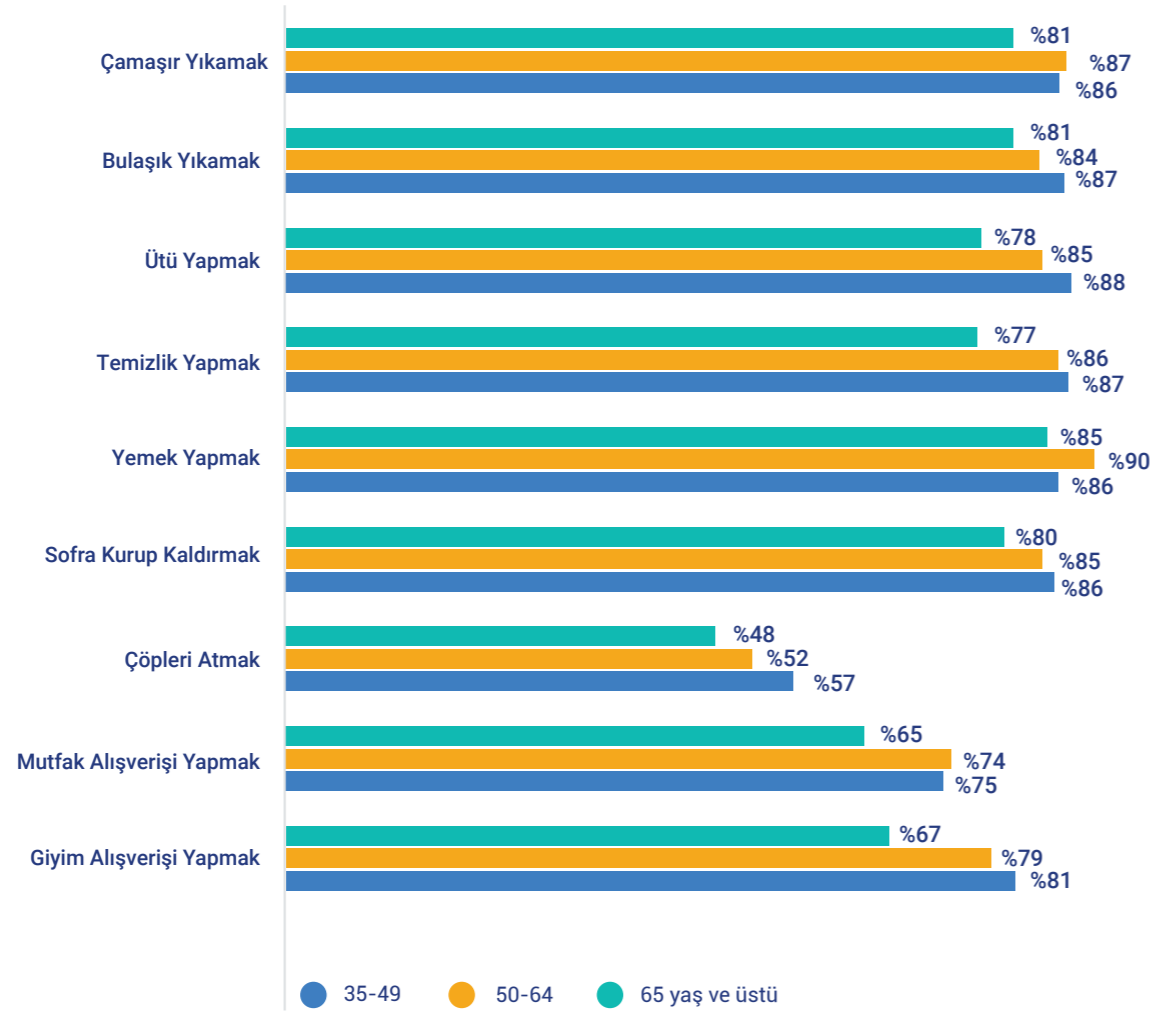
*"Tabii ki ağırlık onda ama ben de yardımcı olmak isterim. Düzenli bir insanım."*

(Erkek, No:14, 58 yaş)

*"Yemekleri hanım yapar. Ben çöp dökerim. Hastalanınca yumurta pişiririm, makarna yaparım."*

(Erkek, No:3, 70 yaş)

Grafik 27: Günlük işleri kadınların yapma oranı

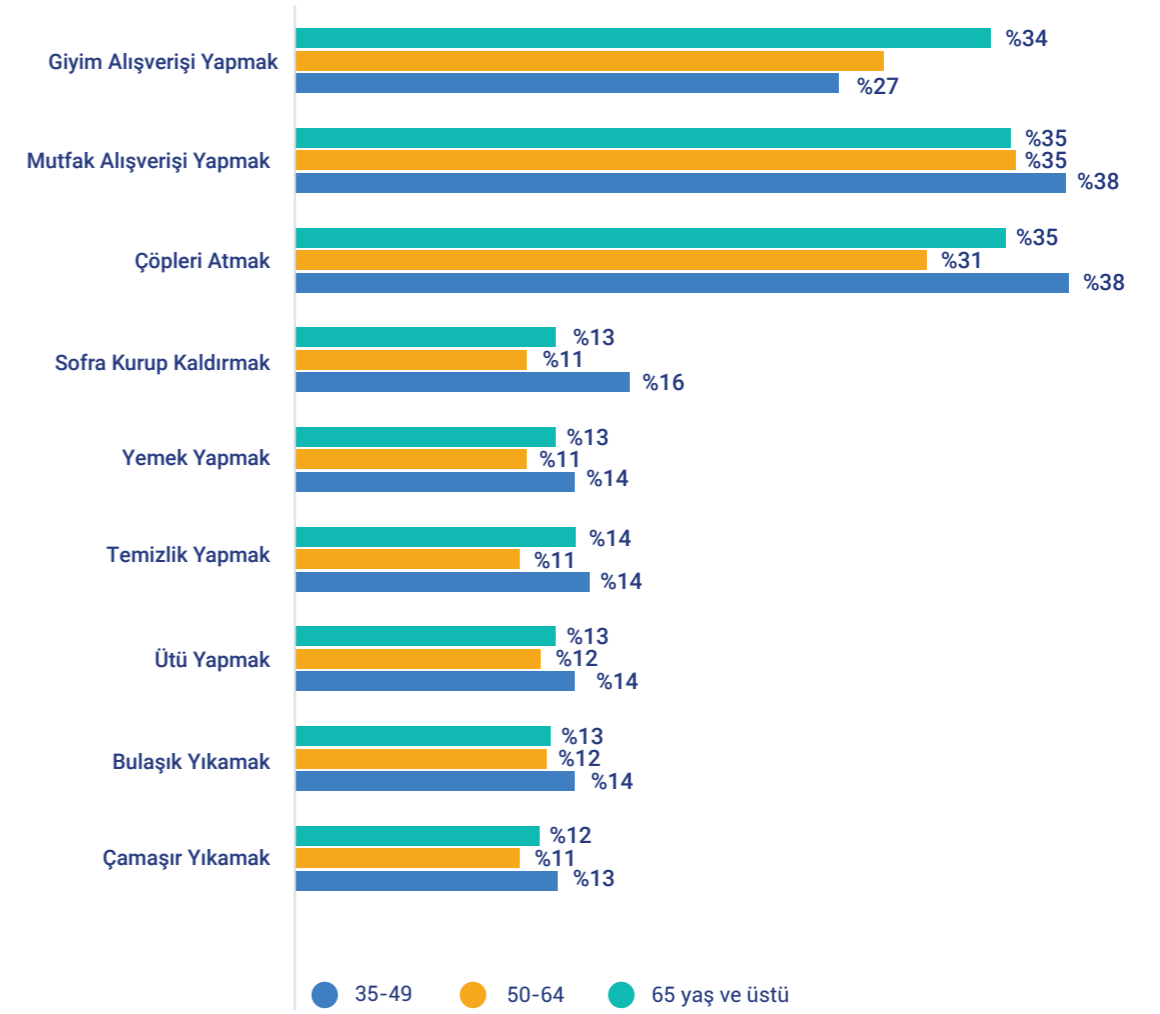


Yaşla birlikte ev içinde yapılan işlerin oranı artarken fatura yatırmak, mutfak alışverişi gibi dışarıyla ilişkili işlerin bizzat yapılma oranı azalıyor. Yaşla birlikte erkeklerin ev işlerine katkısı az da olsa artıyor. Erkeklerin en çok üstlendiği işler fatura yatırmak, çöp atmak, mutfak alışverişi yapmak gibi dışarıyla ilişkili işler. Toplumsal cinsiyet rolleri 35 yaş üstü grupta baskınlığını koruyor.

*"Ben yapabildiğim kadar yapıyorum. Yoksa temizlikçi kızcağız geliyor o yapıyor. Bazen geldiğinde yemek yapıyor bana. Bir iki kap bir şeyler yapıyor işte. Çamaşırını yıkıyorum, asıyorum. O da geliyor ütü yapıyor."*

(Erkek, No:12, 70 yaş)

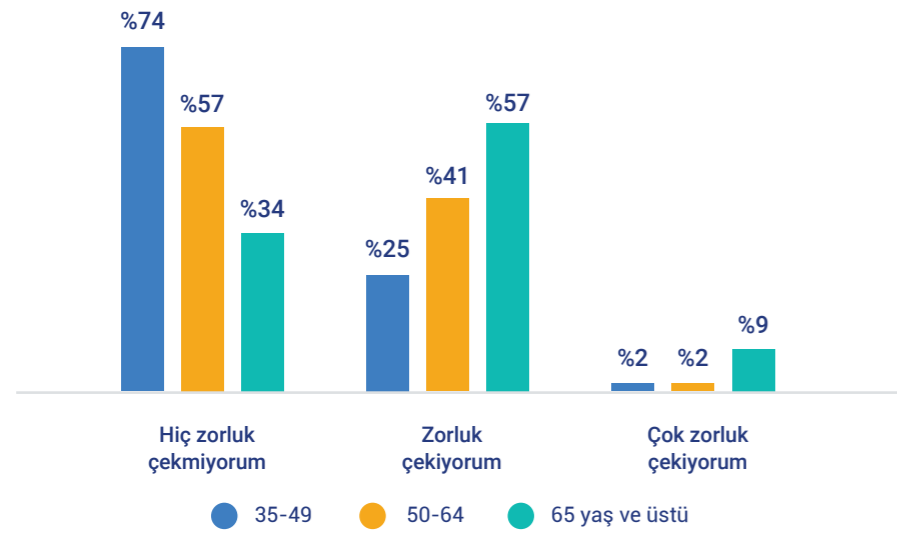
Grafik 28: Günlük işleri erkeklerin yapma oranı



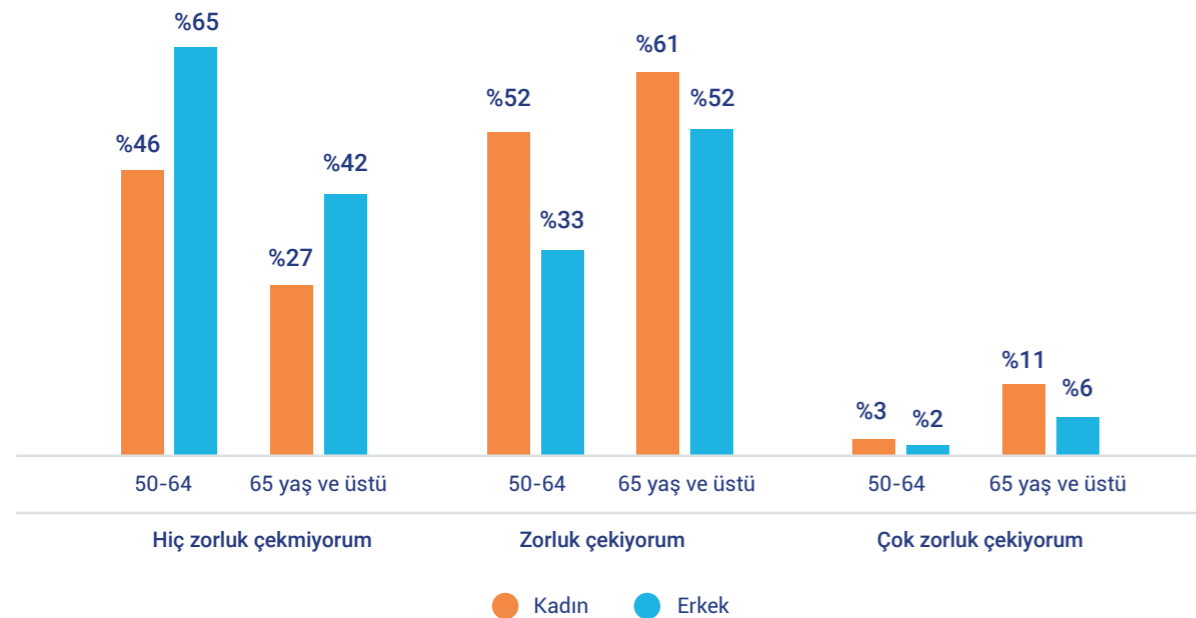
## 65 yaş ve üstü bireyler günlük işlerini yapmakta zorluk çekiyor.

65 yaş üstü grubun sadece %34'ü günlük işlerini zorluk çekmeden yapıyor. Kadınlar erkeklerle karşılaştırıldığında işlerini yapmakta daha çok zorlanıyor. 65 yaş ve üstü kadınların %72'si günlük işlerini yaparken zorlandığını belirtirken, erkeklerde bu oranın %58 olduğu görülüyor.

**Grafik 29:** Günlük işleri yaparken zorluk çekme oranları



**Grafik 30:** Yaş ve cinsiyete göre; günlük işleri yaparken zorluk çekme oranları



## Yaş ilerledikçe hareketlilik ve seyahat azalıyor.

Katılımcılara son bir yılda yurt içinde gezilere katılmak, yurt dışına geziye gitmek, deniz tatili yapmak ve memleket ziyareti faaliyetleri sorulduğunda, verilen yanıtlar yaş gruplarına göre önemli farklar gösteriyor.

En büyük fark deniz tatili yapmada... 35-49 yaş grubunun %52'si deniz tatili yapmışken, 65 ve üstü grubunda bu oran %30'a düşüyor. Dikkat çekici bir diğer bulgu da 35-49 yaş grubunda bu etkinlikleri gerçekleştirme oranlarının erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olması, 50-64 ve 65 yaş ve üstü gruplarda ise farkın olmaması ya da kadınlar lehine olması...

**Tablo 2:** Yaş ve cinsiyete göre; son 1 yıl içinde seyahat etme oranları

Son bir yıl içinde	Türkiye içinde gezilere /turlara katılmak			Yurtdışına gezmeye gitmek			Deniz tatili yapmak			Memleket Ziyareti		
	Kadın	Erkek	Toplam	Kadın	Erkek	Toplam	Kadın	Erkek	Toplam	Kadın	Erkek	Toplam
Yaş Grubu												
35-49	22.7	32.0	27.4	6.0	9.4	7.7	49.6	54.7	52.2	43.9	48.7	46.3
50-64	23.9	21.6	22.6	8.0	5.8	6.8	42.9	38.1	40.2	47.8	48.1	48.0
65 ve üstü	21.4	22.1	21.7	3.2	5.6	4.3	27.9	32.9	30.2	40.8	40.6	40.7



## Çarşı/pazar ve park/yeşil alanlar her yaşın buluşma noktası.

Çarşı/pazar ve park/yeşil alanlar tüm yaş grupların ve her iki cinsiyetin ev/iş yeri dışında en çok vakit geçirdiği alanlar. Yaşla birlikte bu ortak alanlarda bulunma oranı artıyor.

Bu alanların dışında erkekler en çok kahvehanede vakit geçirirken kadınlar komşularının evinde zaman geçiriyor. Çocukların evi/evleri ve akrabaların evi/evleri de kadınların daha fazla vakit geçirdiği yerler. Kadınlar kendi evlerinden çıktıklarında yakınlarının evlerinde vakit geçirmeyi tercih ediyor.

Ankara- Yenimahalle; merkezini semti boydan boya geçen Rağıp Tüzün Caddesi'nin ortasında bulunan 5. Durak teşkil ediyor. Bu durakta otobüsten indiğinizde sizi çok güzel, sürekli bir canlılık içinde olan Rağıp Tüzün Parkı karşılayacaktır, namı diğer "Moruklar Parkı". Evet, yaşlısı çok bu parkın, banklarda oturmuş birbirleriyle sohbet ediyorlar. Hemen karşıda yer alan camiden çıkan cemaatin parkın yaş ortalamasının yükselmesinde payı var. Her yaştan Yenimahalle sakini tadını çıkarıyor bu parkın ama en çok çocuklar ve yaşlılar. Çocuklar biraz ileride yer alan, Ankara'nın en güzel dondurmasını yapan Vardar Dondurmacısı'ndan aldıkları dondurmalarıyla; yaşlılar, kısaldıkça genişleyen zamanlarına yaydıkları sohbetleriyle.

Tolga Arvas, "Bir kentin kırışıklıklarını kim silebilir?", Birikim Dergisi, sayı: 362-363

Çarşı/pazar ve park/yeşil alanlar tüm yaş grupların ve her iki cinsiyetin ev/iş yeri dışında en çok vakit geçirdiği alanlar. Yaşla birlikte bu ortak alanlarda bulunma oranı artıyor.

Bu alanların dışında erkekler en çok kahvehanede vakit geçirirken kadınlar komşularının evinde zaman geçiriyor. Çocukların evi/evleri ve akrabaların evi/evleri de kadınların daha fazla vakit geçirdiği yerler. Kadınlar kendi evlerinden çıktıklarında yakınlarının evlerinde vakit geçirmeyi tercih ediyor.

Grafik 31: Yaş ve cinsiyete göre; ev dışında geçirilen vakit





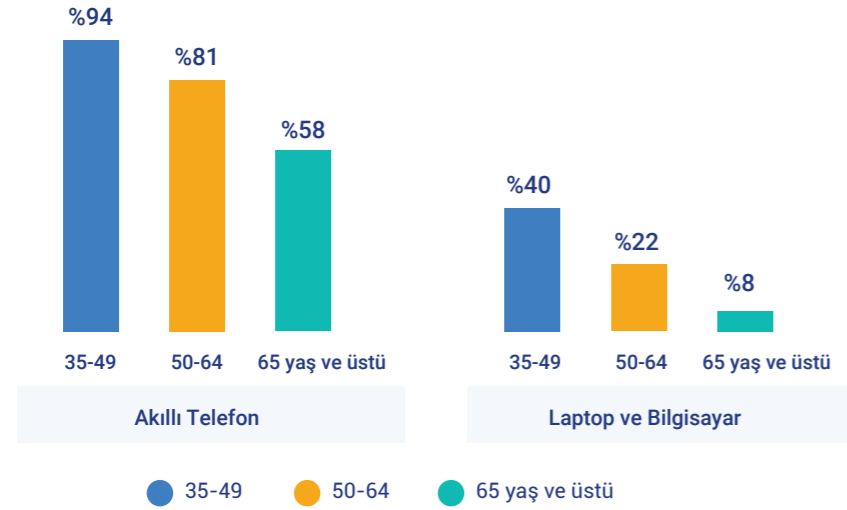
## ■ Sosyal Medya, İnternet ve Kültürel Tüketim

Sosyal medya sadece genç işi değil. Her yaş grubu akıllı telefon kullanıyor; Whatsapp ve Facebook tüm yaşların vazgeçilmezi.

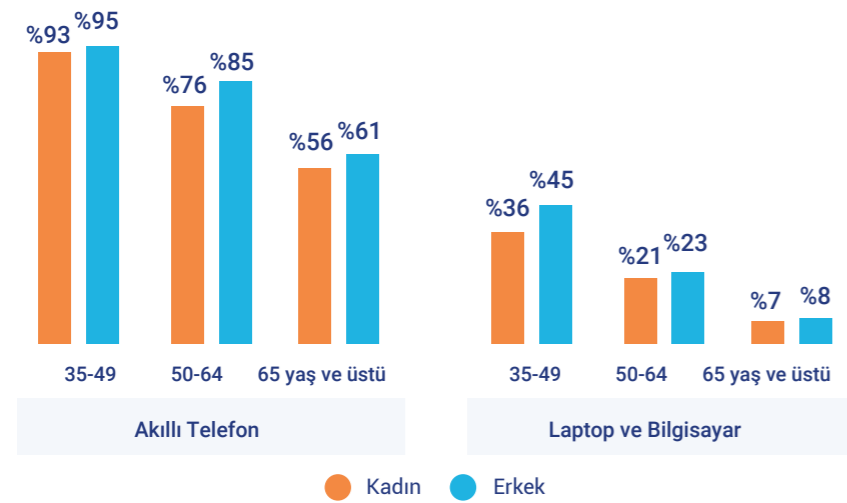
## 50 yaş üzeri bilgisayarı yakalayamamış ama akıllı telefon yaygın.

35-49 yaş grubunun neredeyse tamamı akıllı telefon kullanıyor, laptop veya bilgisayara sahip olanların ise %40 oranında olduğu görülüyor. 50-64 ve 65 yaş ve üstü gruplarının akıllı telefona sahip olma oranlarının yüksek, laptop/bilgisayar sahipliği oranlarının daha düşük olduğu görülüyor.

Grafik 32: Akıllı telefon ve laptop/bilgisayar sahipliği



Grafik 33: Yaş ve cinsiyete göre; akıllı telefon ve laptop/bilgisayar sahipliği



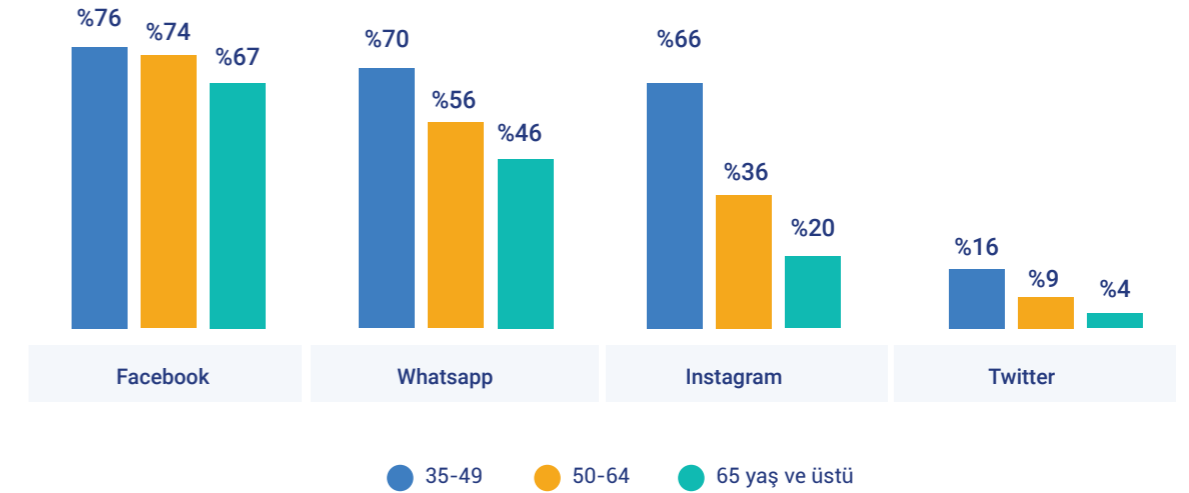
Cinsiyete göre bakıldığında tüm yaş gruplarında erkeklerin teknoloji kullanımına daha yakın olduğu görülüyor.

## Sosyal medya kullanımı yaş ilerledikçe düşüyor; buna karşın Facebook ve Whatsapp tüm yaşların vazgeçilmezi.

Facebook ve Whatsapp tüm yaşlarda en fazla ilgi gören sosyal medya uygulamaları. Instagram üye olunan sosyal ağlarda Facebook'tan sonra ikinci sırada yer alıyor.

Facebook ve Whatsapp üyelik oranları 65 yaş ve üstünde daha düşük. Buna karşın 65 yaş üstü grupta dahi Facebook kullanımı oldukça yüksek, Whatsapp kullanımı da yarıya yakın oranda. Instagram'a ve Twitter'a üyelikte yaşa göre farklar oldukça yüksek.

Grafik 34: Sosyal medya uygulamaları üyelik oranları



## 50 yaşından itibaren internette işlem yapma oranları azalıyor.

İnternet işlemlerinin yapılma sıklığına bakıldığında 35-49 yaş grubundakilerin en sık işlem yapanlar olduğu görülüyor. 65 yaş ve üstü grubunda bu işlemleri hiç yapmamış olanların oranları oldukça yüksek. 50-64 grubu banka, navigasyon, hastaneden randevu alma ve e-devlet işlemlerini internetten alışveriş yapmaya göre daha sık kullanıyor.

Grafik 35: İnternette işlem yapma oranları



## İleri yaş gruplarında TV izleme oranı artıyor.

"Televizyon izlemek, internette vakit geçirmek gibi faaliyetlere gün içinde ne kadar zaman ayırıyorsunuz" sorusunun yanıtlarına bakıldığında yaş ilerledikçe TV izleme süresinin de arttığını görüyoruz. Kadınların TV izleme zamanı tüm yaş gruplarında erkeklere göre daha yüksek. Aile ile sohbet etmeye ayrılan zaman yaş gruplarına göre çok farklılık göstermiyor.

İnternette en çok zaman geçiren grup 35-49 yaş aralığındaki erkekler. Yaş ilerledikçe internette zaman geçirme süresi düşüyor buna rağmen 65 yaş ve üstünün günde ortalama 1 saatini internette geçirdiği görülüyor. Müzik dinlemeye ayrılan zamanda 50-64 ve 65 ve üstü yaş grupları birbirine daha yakınken, 35-49 grubu müzik dinlemeye en çok vakit ayıran grup.

**"Haber sitelerini seyredirim. Ben sinemayı, film seyretmeyi çok seviyorum. Türk filmleri özellikle. Seyretmediğim filmler varsa seyredirim."**

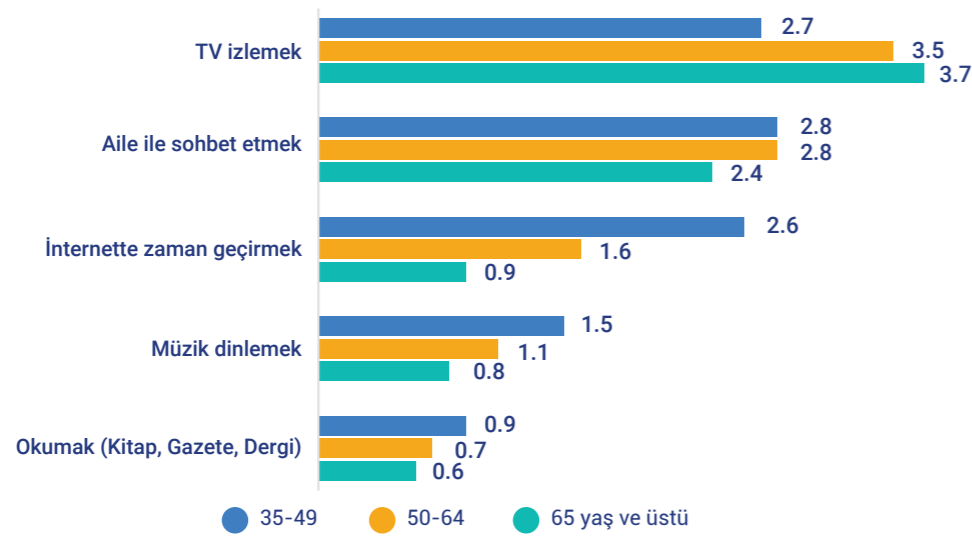
(Erkek, No:5, 52 yaş)

Ben yalnızca hayvanlar üzerine olan belgeselleri izliyorum, onlar çok hoşuma gidiyor. Kuşlar hariç. Kuşlar bende hiçbir heyecan uyandırmıyor. Ben memelilerden söz ediyorum. Kuşları ve balıkları konu dışı bırakabiliriz (...) Yaşlandıkça uykusuzluk başlıyor; 'televizyonun bununla ne ilgisi var diyeceksiniz?' Bilmem, öylesine aklıma geldi. Uyuyamadığım zamanlarda babamın anlattığı öyküleri tekrar tekrar düşünerek kendimi rahatlatırım. Öyle zamanlarda kendimi savaş sırasında bir mağarada ya da bir sığınakta hayal ederim; karşı tarafta Avusturyalıların olduğunu ve beni ele geçiremediklerini düşünürüm...

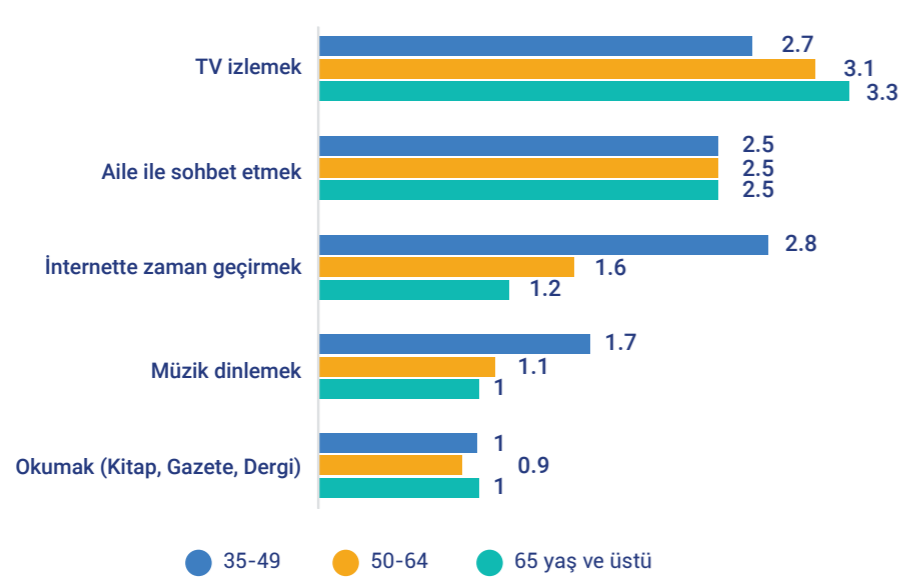
Marcello Mastroianni, "Hatırlıyorum",  
Can Yay. , İstanbul, 1999

Tüm bu faaliyetler arasında gün içerisinde en az okumaya vakit ayırdığı görülüyor. Günde okumaya en çok vakit ayıran grup 65 yaş ve üstü erkekler.

**Grafik 36:** Kadınların aşağıdaki faaliyetlere gün içinde ayırdığı vakit (saat bazında)



**Grafik 37:** Erkeklerin aşağıdaki faaliyetlere gün içinde ayırdığı vakit (saat bazında)

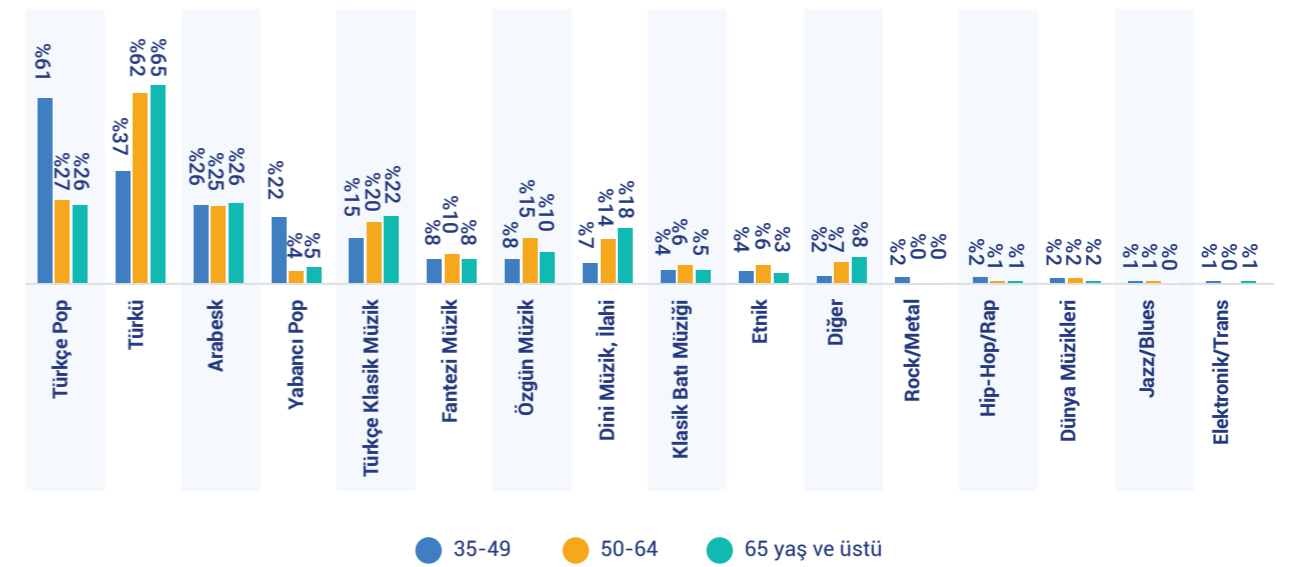


## En çok dinlenen müzik türünde 50 yaş kırılma noktası.

Toplamda en çok dinlenen müzik türünün türkü olduğu görülüyor. 50-64 ve 65 yaş ve üstünün türkü dinleme oranları birbirine yakınken, 35-49 yaş en çok Türkçe Pop dinliyor. Arabesk müzik tercihleri arasında 3. sırada ve yaş gruplarının oranları hemen hemen aynı. Yabancı Pop yine en çok 35-49 yaş grubunun tercih ettiği müzik, diğer yaş gruplarının oranı çok düşük. Dini ve ilahi müzik dinleme yaş ilerledikçe artıyor.

En beğenilen ses sanatçısı yaş gruplarına göre oldukça değişiyor. İbrahim Tatlıses, Neşet Ertaş ve Zeki Müren 65 yaş üstü grupta, yine İbrahim Tatlıses, Neşet Ertaş, Müslüm Gürses ve Orhan Gencebay 50-64 yaş grubunda, Ahmet Kaya, Sezen Aksu, Tarkan ve Yıldız Tilbe 35-49 yaş grubunda öne çıkan isimler.

**Grafik 38:** Yaşa göre müzik tercihleri



Yüzündeki çizgilerinle  
Saçındaki beyazlarla  
Benim için eskisinden daha güzelsin  
Bırak varsın geçsin yıllar  
Bitsin artık bu korkular  
Her yaşın ayrı bir güzelliği var

Ajda Pekkan  
Söz-Müzik: Fikret Şeneş, Garo Mafyan



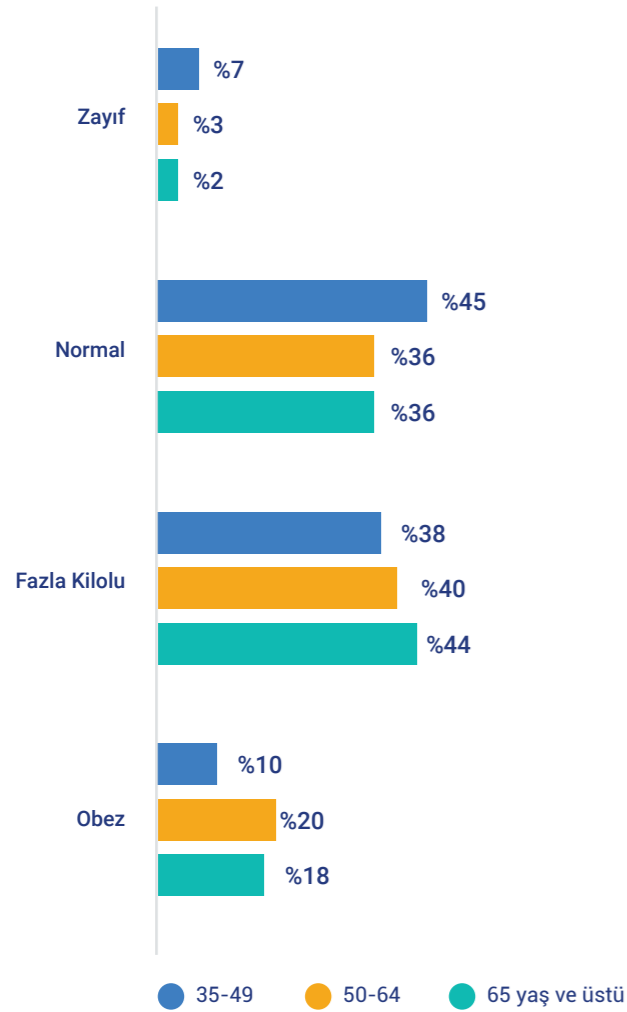
## ■ Yaşlanma ve Sağlık

Yaş arttıkça hareket azalıyor,  
obezite artıyor.

## 65 yaş ve üstünün %62'si, 50-64 yaş grubundakilerin %60'ı fazla kilolu ya da obez.

Katılımcıların vücut kitle endeksinde bakıldığında yaş ilerledikçe kilolu olma oranının arttığı görülüyor. Kırılmanın 50 yaş ve üstü ile başlaması dikkat çekici. Obezite 50 yaş üstü grupta oldukça yüksek. Özellikle çalışma yaşamından çekilmenin kilo artışı ile önemli bir ilişkisi var.

Grafik 39: Örneklem vücut kitle endeksi



## Fiziksel aktivite veya spor yapma oranları genelde düşük, kadınlarda daha da az.

Ne kadar sıklıkta fiziksel aktivite veya spor yapıldığı sorusuna, "neredeyse hiç" yanıtı verenlerin önemli bir oranda olduğu görülüyor. Bu oran 65 yaş üstü grupta %48'i buluyor. Sık spor yapanların oranı ise 65 yaş altında %30, 65 yaş üstünde %20.

Hiç spor ya da fiziksel aktivite yapmam diyenler kıyaslandığında erkeklerin genel olarak kadınlara göre daha fazla spor ya da fiziksel aktivite yaptığı görülüyor. Her iki cinsiyette de yaş ilerledikçe spor yapma oranı azalıyor. Kadınlarda bu azalma daha belirgin.

*"İşte dediğim gibi yürüyüş yaparım, evime gelirim. Banyomu tıraşımı yaparım, giyinirim. Arkadaşlarımla buluşurum. Kahve hayatını pek sevmem. Yani öyle oturup çay içeriz, sohbet ederiz. Tavla oynarız. Böyle günümüz geçiyor."*

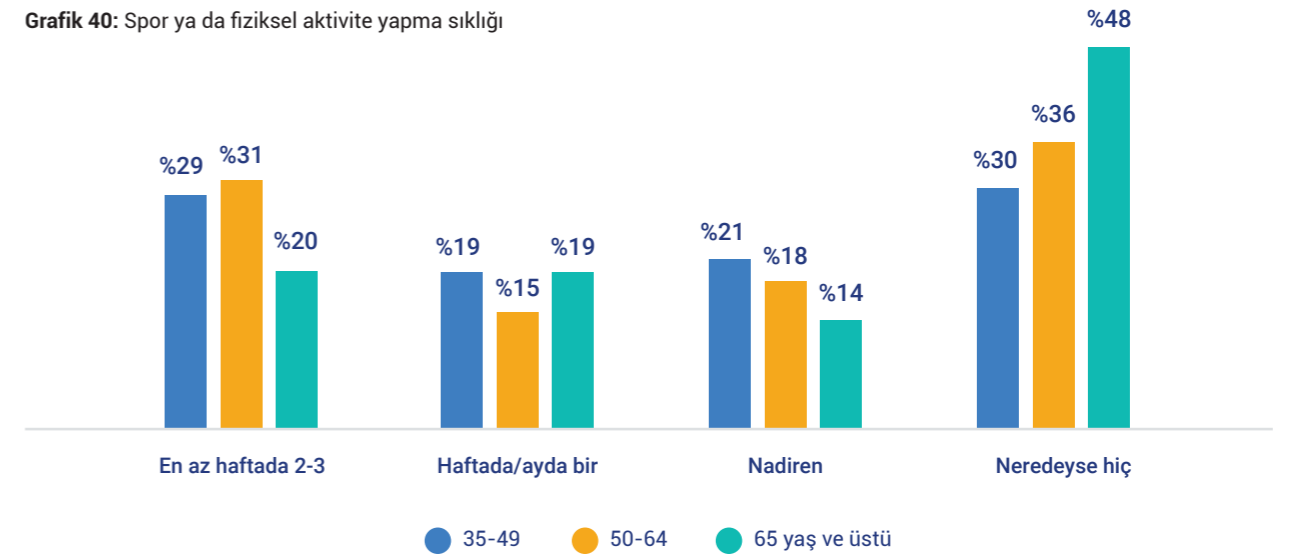
(Erkek, No:10, 69 yaş)

*"Sabah kalkarım 6:30'da yürüyüşümü yaparım. 1,5 saat yürüyüşümü yapıp kahvaltımı yapıp işyerime gelirim."*

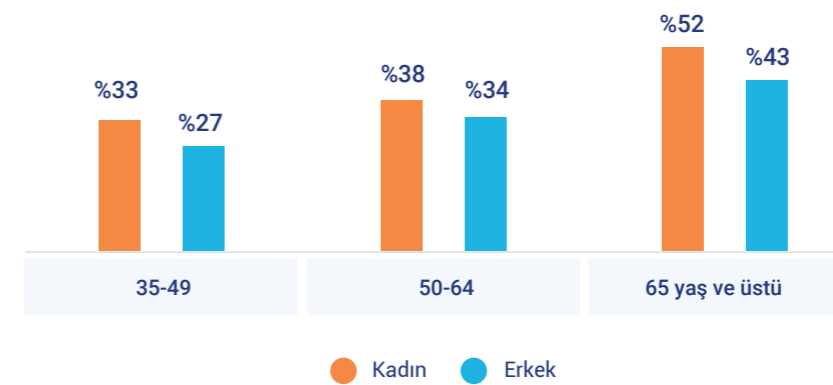
(Erkek, No:5, 52 yaş)

Örneklemin cevaplarına bakıldığında neredeyse hiç aktivite yapmayanlarda en yüksek oranın beklendiği üzere obezlerde olduğu görülüyor.

Grafik 40: Spor ya da fiziksel aktivite yapma sıklığı



Grafik 41: Yaş ve cinsiyete göre; spor ya da fiziksel aktivite neredeyse hiç yapmam diyenlerin oranı



## Yaş ilerledikçe kişisel özen artıyor.

On yıl öncesine göre; beslenmeye daha çok özen gösterme oranları yaş grupları arasında fark göstermiyor. Giyim kuşama, kişisel bakıma ve temizliğe daha çok özen gösterme oranı en yüksek 65 yaş ve üstünde. Sağlığına daha çok özen gösterme oranı ise 50-64 yaş grubunda öne çıkıyor.

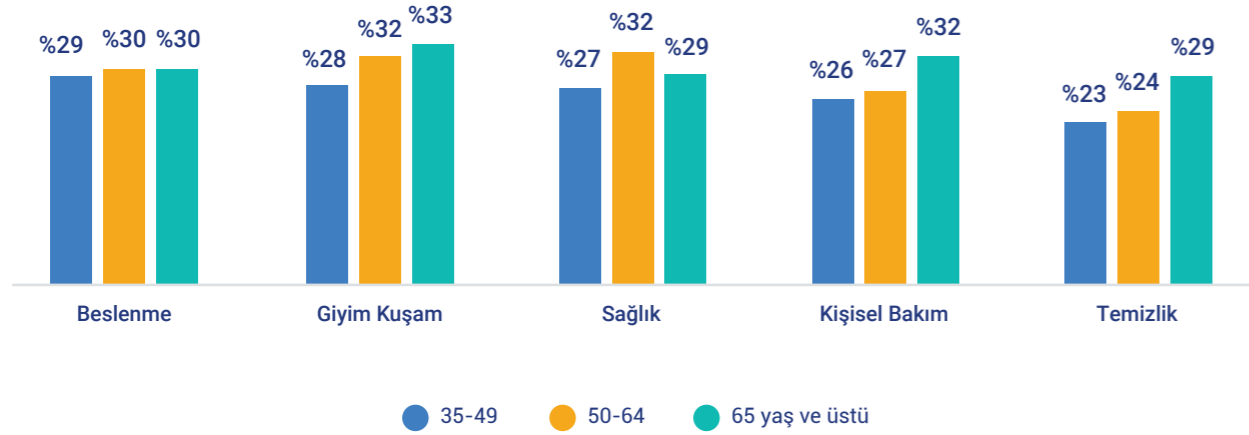
**"Giyimime çok özen gösteririm geçen senelerde de bu böyleydi"**

(Kadın, No:5, 51 yaş)

**"Mesela güzel giyinmek istiyorum, seyahat etmek istiyorum, güzel beslenmek istiyorum."**

(Erkek, No:10, 69 yaş)

**Grafik 42:** Aşağıdaki konulara "10 yıl öncesine göre daha çok özen gösteririm" diyenlerin oranları



## Yaş ilerledikçe daha az tüketilen gıdaların başında tuz ve şeker geliyor.

Günlük süt, margarin ve katkı maddeli gıdaların tüketilmeme oranının diğer gıdalara göre yüksek olduğu görülüyor. Yaş ilerledikçe en çok tuz ve şekerin tüketiminin azaldığı görülüyor. Bununla birlikte sebze, yoğurt, meyve, peynir, tavuk eti, kırmızı et ve balığın hiç tüketilmeme oranlarının düşük olduğu görülüyor.

**"Zararlı şeyler yapay yiyecekler paketlenmiş ürünler yapay dondurmalar çikolata bisküvi gibi şeyleri eve almıyorum. Cips almıyorum. Çok tuz kullanmıyorum."**

(Kadın, No:4, 44 yaş)

**"Mesela ekmek, şeker, tuz daha az tüketiyorum."**

(Erkek, No:1, 62 yaş)

**"Ben zeytini sabah 1 tane yerim. Daha 2.yi yemem. Niye yemiyorum? Tuz var diye yemiyorum. Mesela ne diyeyim sana bir ekmek kadayıfını çok seviyorum. Ama bir lokma yiyorum."**

(Erkek, No:12, 74 yaş)

Katılımcıların sağlık konusunda en beğendiği kanaat önderi Canan Karatay, diğerleri sırasıyla; İbrahim Saraçoğlu, Mehmet Öz ve Ender Saraç olarak karşımıza çıkıyor.

**"Canan Karatay mantıklı geliyor. Gerçi aslında şahıslara pek bakmıyorum. Bana mantıklı gelen hangisiyse başka yerlerden de bakıyorum. İnternet bunun için çok ideal."**

(Erkek, No:16, 46 yaş)

Kapı aralanır; bir el, içeriye, çay, kahve ya da Haşim'in yemek tepsisini uzatırdı. Ben de teşekkür eder, tepsiyi alırdım. Ancak tatsız tuzsuz haşlamalar yemek zorunda kalması, Haşim'i fena halde kızdırdı. Tepsiyi, yatağının yanındaki komodine koyup, sahanın kapağını kaldırdığımda, "Açma sahanı! Bir faciadır içindeki!" derdi. Bütün "gourmet"liği su içmeye yönelmişti. İrili ufaklı şişelerde, İstanbul'un değişik kaynak sularından örnekler vardı: Karakulak, Hamidiye, Taşdelen, Çırçır, Kestane, Kısıklı, Halkalı, Kayışdağı, Çamlıca, Kocataş, vb. Bu sulardan birkaç yudum içmemi ister; "Söyle bakalım, bu hangisi?" diye sorardı. Ben bilemezdim elbette. Ama o bilirdi. Kaynak suları arasındaki tat değişikliklerini anlatırdı bana.

Mina Urgan, "Bir Dinozorun Anıları", Y.K.Y., 1998, İstanbul



**Tablo 3:** Aşağıdaki gıdalar için "hiç tüketmiyorum" veya "çok az tüketiyorum" diyenlerin oranları

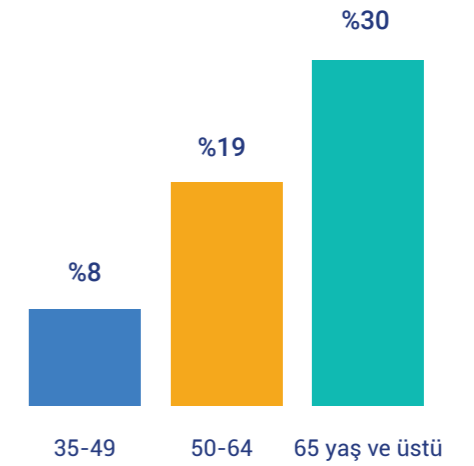
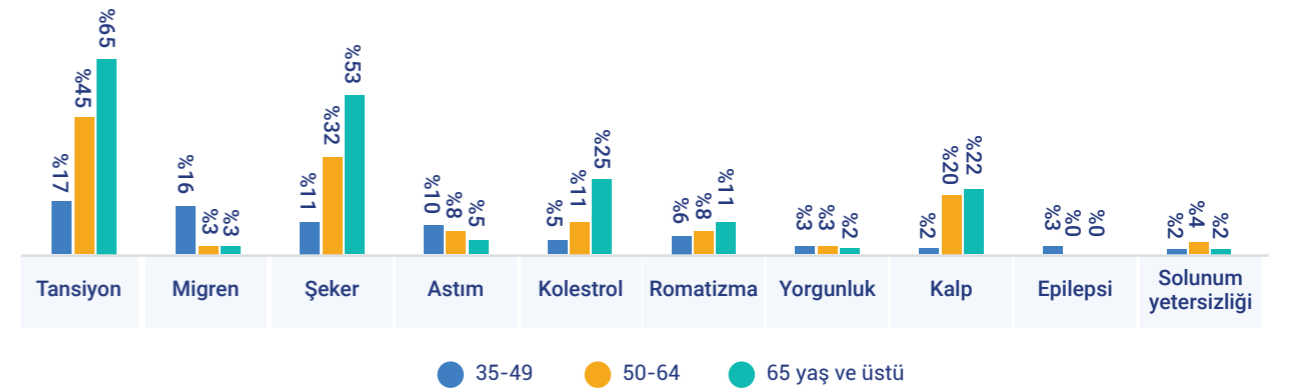
Hiç tüketmiyorum veya çok az tüketiyorum	35-49 yaş	50-64 yaş	65 yaş ve üstü
Sebze	%5	%5	%6
Yoğurt	%7	%6	%7
Meyve	%7	%6	%5
Peynir	%7	%4	%8
Tavuk eti	%10	%10	%15
Kırmızı et	%18	%21	%25
Balık	%21	%21	%22
Tuz	%24	%37	%40
Beyaz Ekmek	%25	%32	%37
Şeker	%27	%40	%41
Meyve suyu	%29	%40	%34
Bitkisel yağ	%32	%31	%30
Paketli Süt (UHT)	%32	%40	%40
Günlük süt	%43	%40	%40
Margarin	%47	%56	%54
Katkı maddeli gıdalar	%63	%65	%62

## Kronik rahatsızlıklar 65 yaş üstünde yaygın.

Kronik rahatsızlığı olduğunu bildirenlerde en yüksek oran 65 yaş ve üstünde ve en sık rastlanan rahatsızlık da tansiyon. Tansiyon, şeker, kolesterol, romatizma ve kalp rahatsızlıklarında en yüksek oranlar 65 yaş ve üstüdeyken, migren, astım ve yorgunlukta en yüksek oran 35-49 yaş grubunda.

50-64 yaş grubu kalp, şeker, tansiyon, migren gibi rahatsızlıklarda 65 yaş ve üstüne yakinen, astım ve romatizma oranlarında 35-49 yaş grubuna yakın. Bu grupta diğer gruplara kıyasla en yüksek oranda görülen rahatsızlık solunum yetersizliği.

Genelde sadece hastalanınca ilaç kullanılıyor. Tüm yaş gruplarında çoğunluk en az yılda 1-2 kez bir sağlık merkezine gidiyor.

**Grafik 43:** "Kronik rahatsızlığım var" diyenlerin oranı**Grafik 44:** Sahip olunan kronik rahatsızlıkların oranları

İlk yazdan kalma bir Şubat. Öğle güneşinin ısısı her kemikte. Esinti yok.  
(...)

-“Üç damar değiştirdiler(...)Keyfine bak sen de. Şimdi turp gibiyim. Perhize de alıştım. Ne güzel bilsen bu avare öğle zamanı”.

-“Birden düştüm kalkınca. Üst üste. Neyse felç değilmiş. Yüksek tansiyon. Bak şu fotoğrafa: Atletizm milli takımındayım. Ah! Yelkenli bir sandalım vardı. Moda’dan alırdık kızları. Annem de nefret ederdi hastalıktan.

Öyle güzeldi ki... Öyle güzeldi ki...”

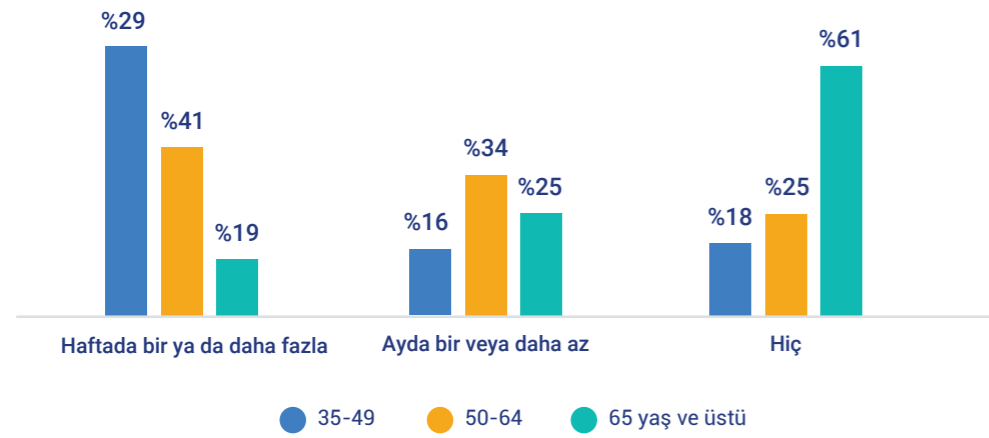
Ahmet Oktay, PARK

## 65 yaş ve üstünün %61'i hiç cinsel ilişkide bulunmuyor.

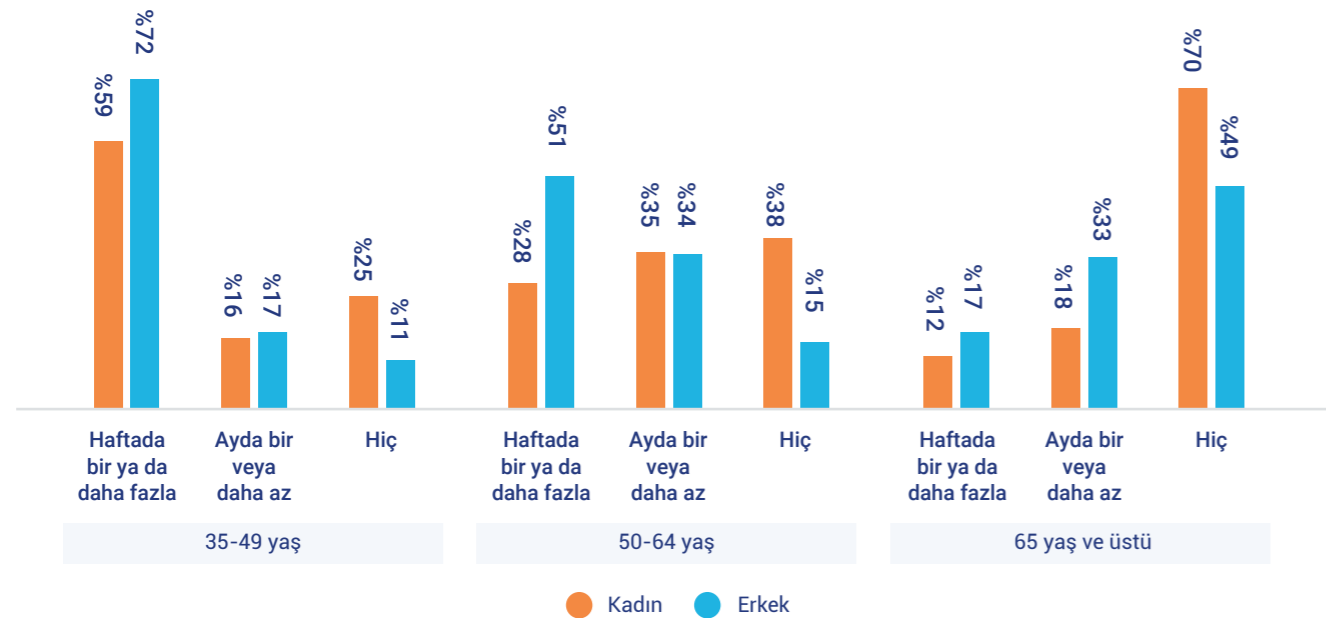
Yaş gruplarına göre ne sıklıkta cinsel ilişkide bulunduğu sorusu yöneltildiğinde 35-49 yaş grubunun %18'inin, 50-64 yaş grubunun %25'inin ve 65 yaş ve üstünün %61'inin hiç cinsel ilişkide bulunmadığı görülüyor. Bir başka deyişle 65 yaş üstünde cinsel ilişki oldukça azalıyor. 50-64 yaş grubundakilerin %59'unun ayda bir veya daha az ya da hiç cinsel ilişkide bulunmadığı görülüyor.

Cinsiyete göre bakıldığında kadınların ilişkide bulunmama oranı yaş ilerledikçe erkeklerden daha fazla artıyor, özellikle 65 yaş ve üstünde bu oran dramatik bir şekilde artıyor. Erkeklerin genel olarak kadınlara göre daha sık cinsel ilişkide bulduklarını ifade ettikleri görülüyor.

Grafik 45: Cinsel ilişkide bulunma sıklığı



Grafik 46: Yaş ve cinsiyete göre; cinsel ilişkide bulunma sıklığı



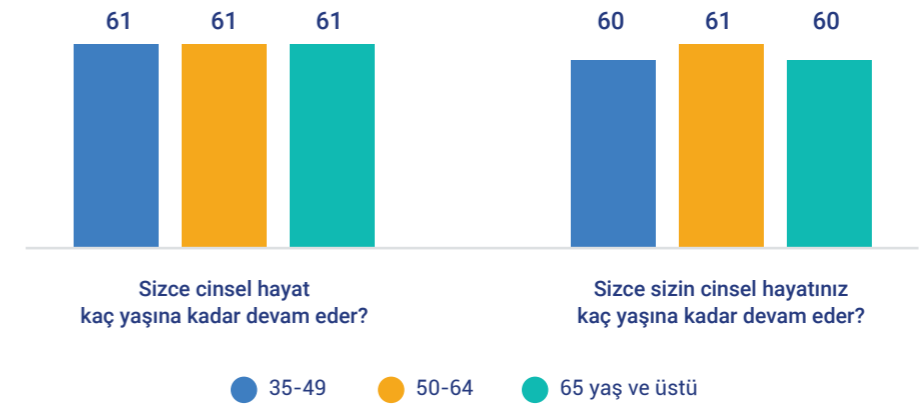
## Her yaş grubu ortalama 61 yaşında cinsel hayatın bittiği düşüncesinde.

Katılımcılara sizce cinsel hayat kaç yaşına kadar devam eder diye sorulduğunda tüm yaş gruplarının verdiği yaş, ortalama 61 çıkıyor. Bu rakam kendi cinsel hayatlarının ne zamana kadar devam edeceği sorulduğunda verilen ortalama yaş ile yaklaşık aynı.

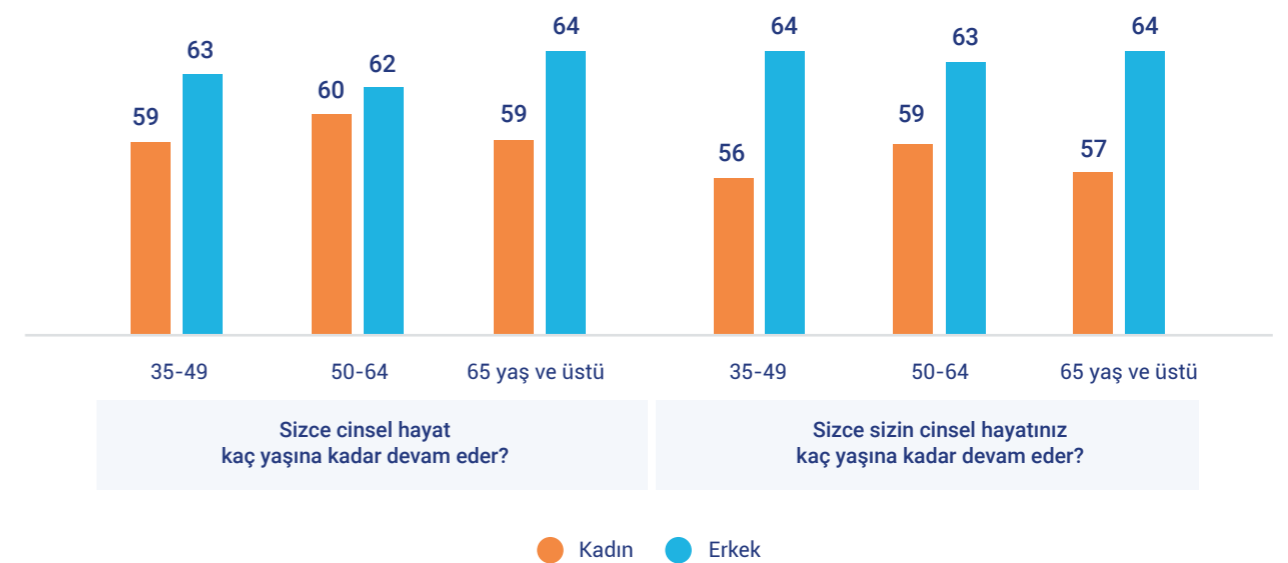
erkeklerin verdikleri yanıtlar arasında bir fark göze çarpıyor. Tüm yaş gruplarında kadınlar kendi cinsel hayatlarının genel olarak düşünülen yaştan daha erken biteceğine, erkekler ise ortalamadan daha geç biteceğine inanıyor.

Genel olarak cinsel hayatın ve kendi cinsel hayatlarının kaç yaşına kadar süreceğine ilişkin sorulara kadın ve

Grafik 47: Cinsel hayatın kaç yaşına kadar devam edeceğine dair verilen yanıtların ortalaması



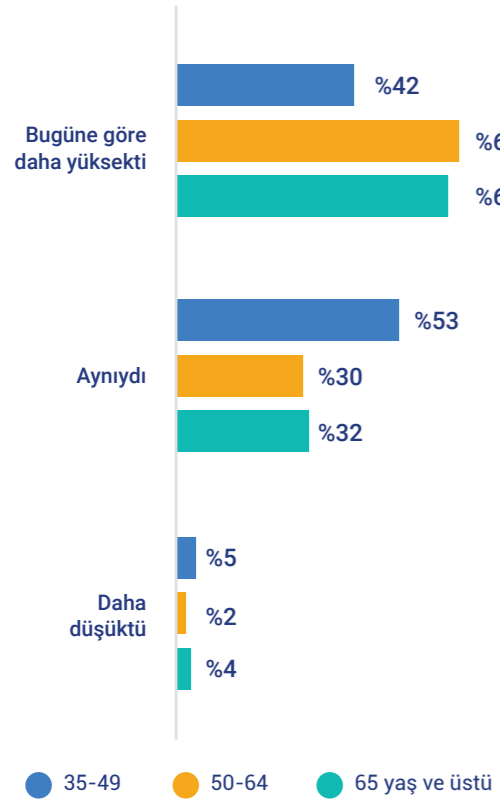
Grafik 48: Yaş ve cinsiyete göre; cinsel hayatın kaç yaşına kadar devam edeceğine dair verilen yanıtların ortalaması



## 10 yıl öncesine göre cinsel istek düzeyleri kıyaslandığında 50 yaş grubu ile 65 yaş ve üstü grupta benzer eğilimler görülüyor.

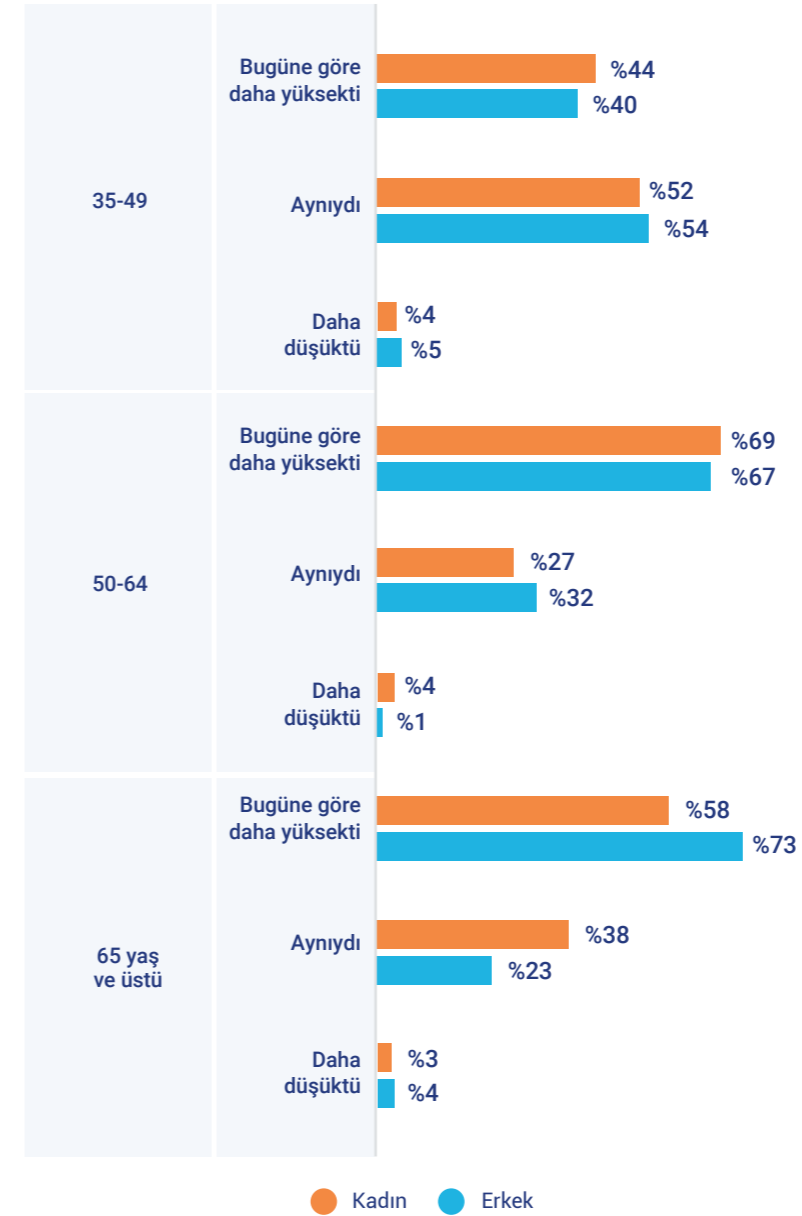
Katılımcılara istek düzeylerinin 10 yıl önce nasıl olduğu sorulduğunda 35-49 yaş grubunun %42'si "bugüne göre daha yüksekti" derken, %53'ü "aynıydı" cevabını veriyor. 50-64 yaş grubunun %68'i, 65 yaş ve üstünün %65'i "bugüne göre daha yüksekti" diyor.

Grafik 49: Cinsel istek düzeyi 10 yıl önce



Kadınlar da erkekler de tüm yaş gruplarında 10 yıl öncesindeki cinsel istek oranlarının bugüne göre daha yüksek olduğunu belirtiyor. 35-49 yaş grubunda aynıydı deme oranı daha yüksek ancak yine de cinsel isteğin yaşla birlikte azaldığı görülüyor.

Grafik 50: Yaş ve cinsiyete göre; cinsel istek düzeyi 10 yıl önce



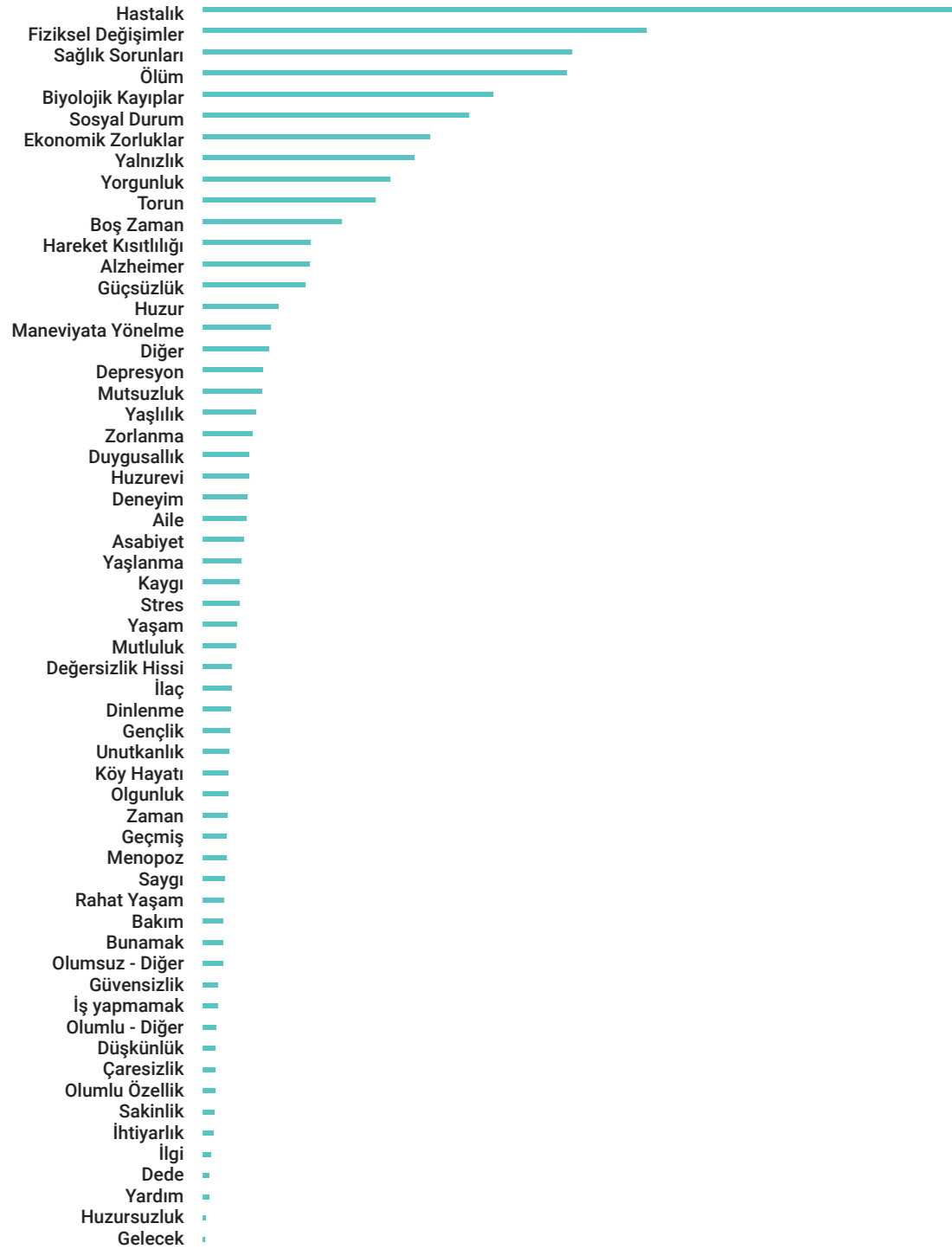


## ■ Yaşlanma ve Yaşlı Algısı

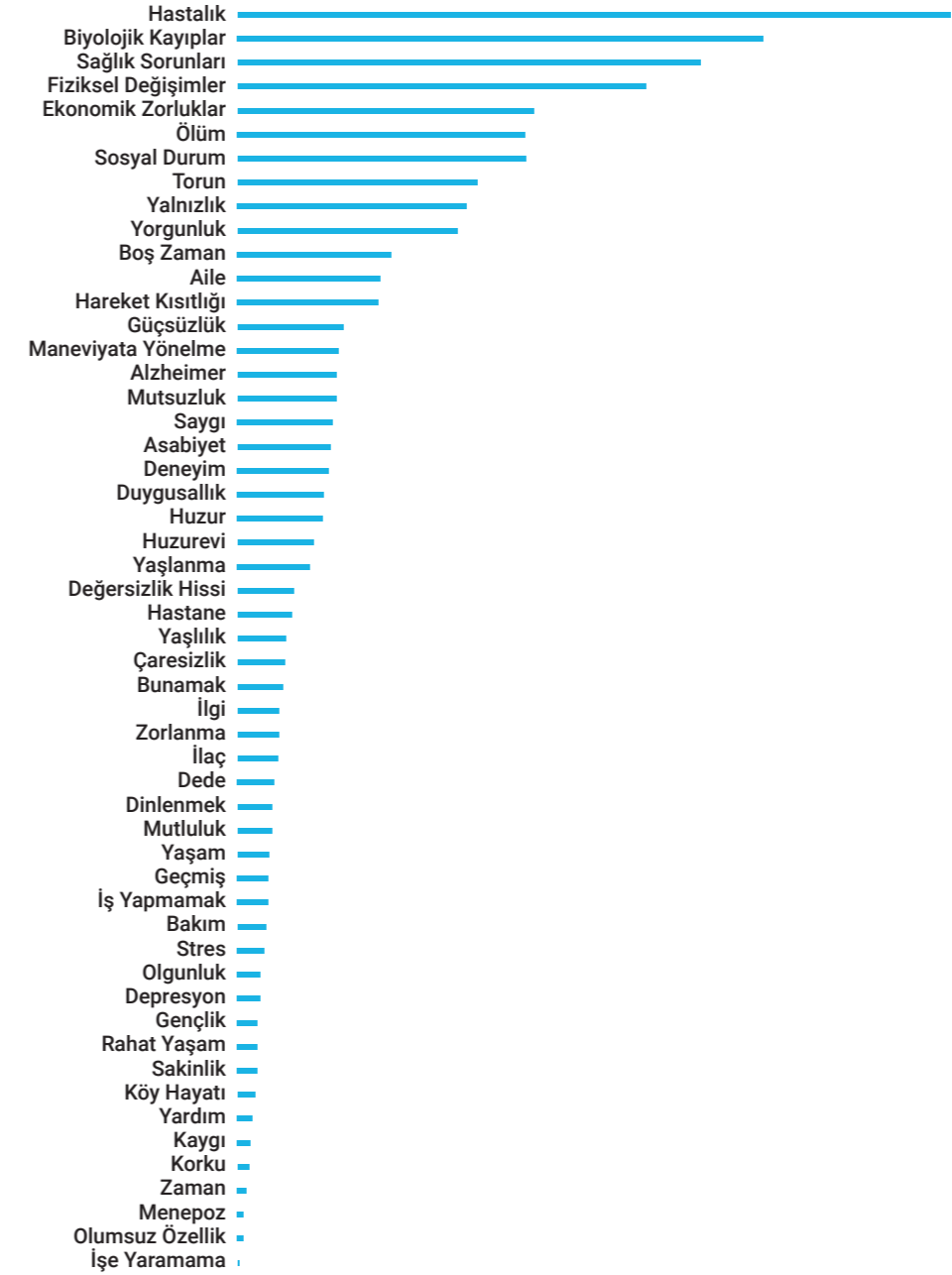
Türkiye'de yaşlanma ve yaşlı algısı negatif.



Grafik 51: Yaşlanma kelimesinin çağrıştırdığı kavramlar



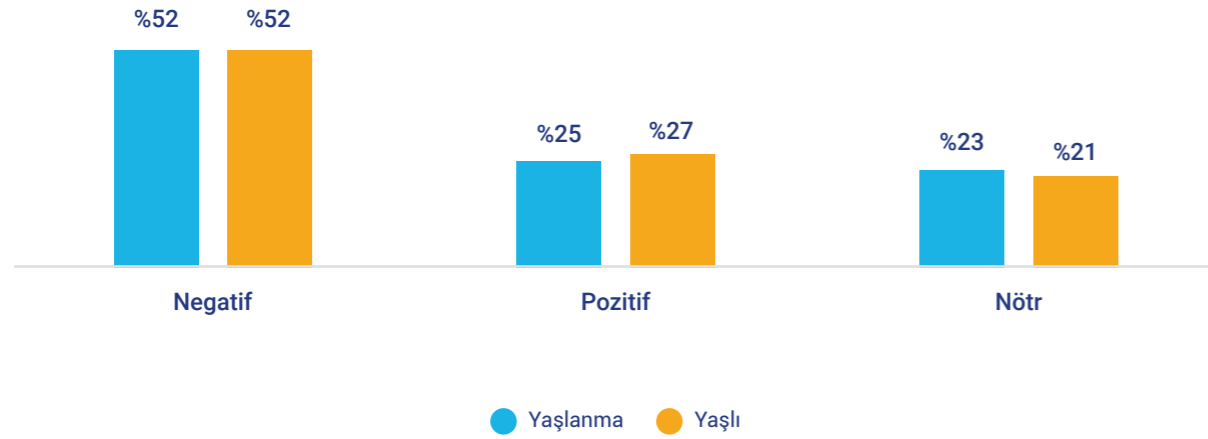
Grafik 52: Yaşlı kelimesinin çağrıştırdığı kavramlar



## Yaşlanma ve yaşlı algısı yaygın olarak negatif.

Yaşlı ve yaşlanma ile ilgili bazı olumlu kavramlar var olsa da toplumdaki hakim algı bu kavramların ve çağrıştırdıklarının olumsuz olduğunu gösteriyor.

**Grafik 53:** Yaşlanma ve yaşlı algısı kavramlarının negatif, pozitif ve nötr görülme oranları



*İyi ve mutlu yaşama kabiliyeti bulunmayan insanlara her çağ ağır gelir... Bunların başında da yaşlılık gelir, herkes ona ulaşmayı ister, ulaştınca da onu suçlar, işte böyle büyüktür budalalığın tutarsızlığı ve huysuzluğu! Yaşlılığın beklenenden daha hızlı geldiğini söylüyorlar. Öncelikle, kim onları böyle yanlış bir düşünceye sevk etti? İnsanın gençlikten yaşlılığa geçişi, çocukluktan gençliğe geçmesinden daha mı hızlı oluyor? Sonra, yaşlılık seksen yaşındayken, sekiz yüz yaşındakine göre daha ağır gelmez insana. Zira geçmiş zaman ne kadar uzun olursa olsun, budala birinin yaşlılığını hiçbir teselli hafifletmeyecektir.*

Cicero, "Yaşlı Cato veya Yaşlılık Üzerine", İş Bankası Yay., İstanbul, 2017

## Resmi yaş tanımı, toplumun yaşlı algısını belirliyor.

Hemen hemen her ülkede belirlenen resmi yaşlılık yaşının toplumun yaş algısını belirlediği görülüyor. Dünya Sağlık Örgütü'nün de belirlediği gibi 65 yaşını geçmiş bireyler yaşlı olarak tanımlıyor. Bununla beraber; ülkemizde 65 yaş itibarıyla insanlara sağlanan toplu taşımada ücretsiz ulaşım imkanı veren yaşlı kartı gibi uygulamalar da toplumun yaşlı yaş algısını etkiliyor.

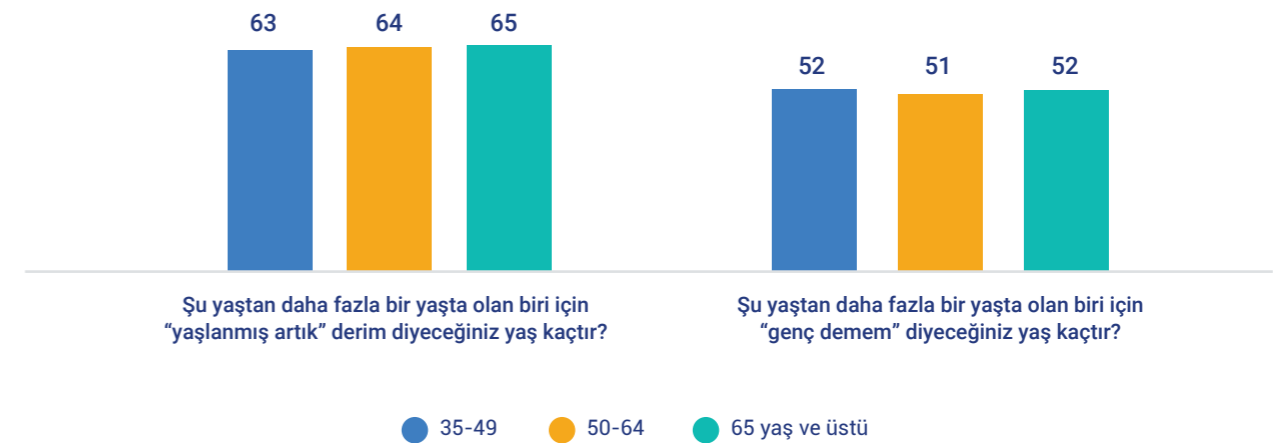
Öte yandan resmi tanımlarda 30'a hatta 35'e çıkan gençlik yaşı tanımı için toplumun algısı oldukça farklı.

Katılımcılar ortalama 52 yaş üzeri biri için artık genç demeyeceğini söylüyor. Yaş grupları arasında bu sorulara verilen yanıtlar arasında çok fark bulunmuyor.

**Grafik 54:** Birine yaşlanmış demek için belirtilen yaş ortalaması



**Grafik 55:** Yaş gruplarına göre; birine yaşlanmış demek için belirtilen yaş ortalamaları







Tablo 4: Bulanık Bilişsel Haritalama Özeti

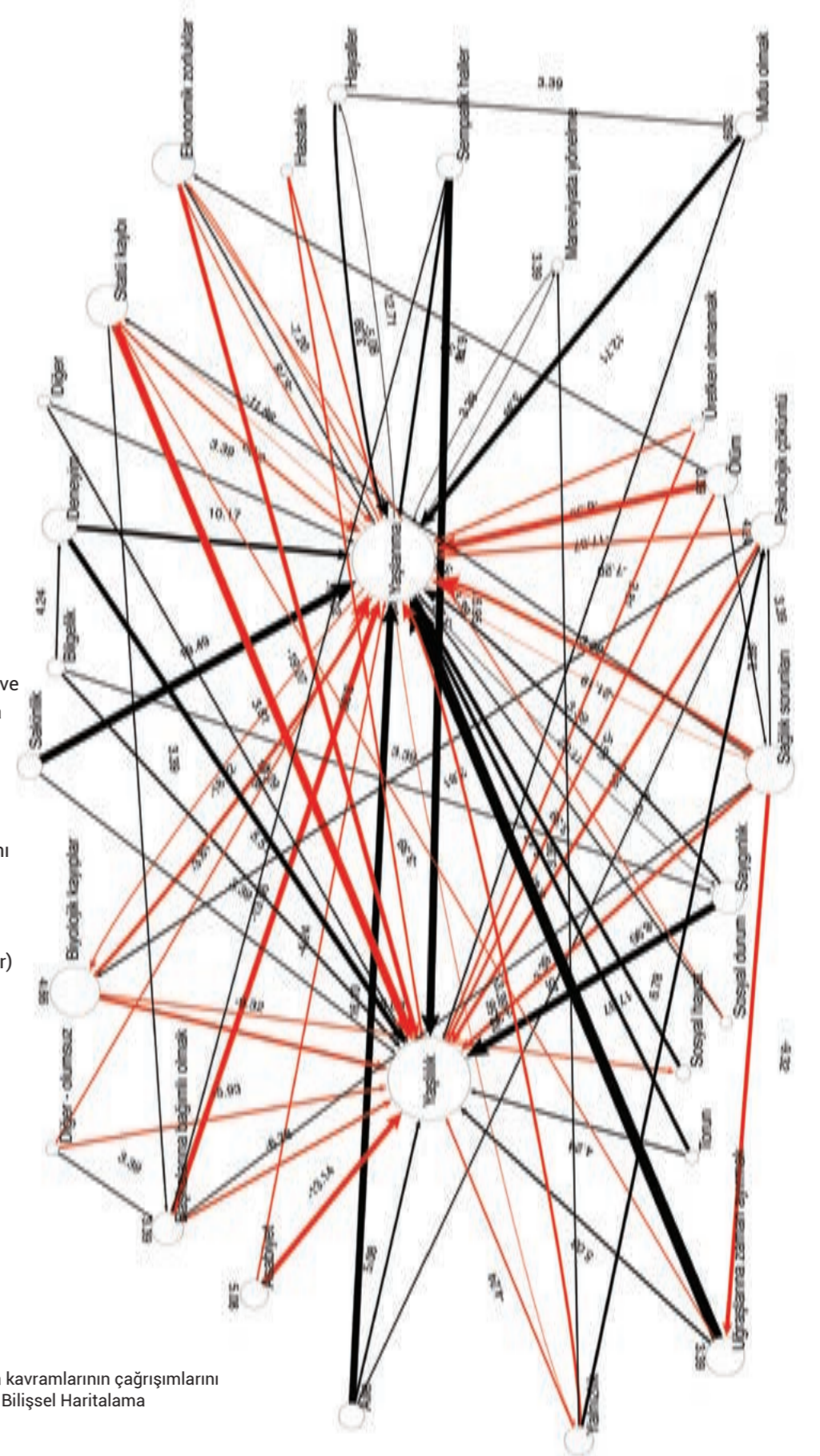
Harita Yoğunluğu	%23.7
Kavram Sayısı	39
İlişki Sayısı	360
Hem Gönderen Hem Alan	39
Döngüsel İlişki	23
Döngüsel Olmayan İlişki	337

Görüşülen 59 kişiden “yaşlanma” ve “yaşlı” kelimelerinin ifade ettiği kavramları konuşmaları istendi. Bulanık Bilişsel Haritalama analizi sonucu ortaya çıkan bütünleşik harita özeti Tablo 60’ta gösteriliyor.

Bu iki başlık çerçevesinde oluşturulan kavramsal kümeler analiz edildiğinde, toplam 39 kavram ortaya çıktı. Ortaya çıkan 39 kavram ile toplam 360 farklı ilişki oluşturuldu. 39 kavram (hem gönderen hem alan) hem başka kavramları etkiledi hem de başka kavramlarla ilişkilendirildi. Haritadaki yoğunluk % 23.7 oldu. Kavramların kendisiyle kurduğu ilişki sayısı 23, döngüsel olmayan ilişki sayısı 337 oldu.

Bilişsel haritalama çalışması, orta yaş ve yaşlı nüfusun “yaşlı” ve “yaşlanma” konusundaki algıları hakkında fikir veriyor. 59 katılımcının bireysel bilişsel haritalarında ortaya çıkan 39 kategorik kavramı içeren bütünleşik harita aşağıda görülebilir.

Bütünleşik haritanın değerlendirilmesi, “yaşlı” ve “yaşlanma” kavramlarıyla olumlu ve olumsuz ilişkisi olan kavramların sayısı ve etkinliğini gösteriyor. Buna göre bu iki kavramın çağrışımlarını olumsuz yönde etkileyen çağrışımların sayısının (kırmızı oklar), olumlu kavramlardan (siyah oklar) düşük olduğu görülüyor.



Grafik 56: Yaşlı ve Yaşlanma kavramlarının çağrışımlarını gösteren Bütünleşik Bulanık Bilişsel Haritalama

## Yaşlı Algısı

"Yaşlı" kavramıyla ilişkilendirilen öne çıkan negatif kavramlar içinde **sağlık sorunları, biyolojik kayıplar, ölüm, yalnızlık, başkalarına bağımlı** olma en belirgin olanlar. Toplamda negatif kavramlar ve negatif ilişkilendirme sayısı pozitiflere göre çok daha fazla.

**Uğraşlarına zaman ayırmak** tümü içinde yaşlılık algısını en pozitif etkileyen kavram olarak ortaya çıkıyor. Bu kavramı kadınlar, 18-29 yaş aralığında olanlar, ilköğretim ve altı eğitim seviyesindekiler, lisans ve üstü eğitim seviyesindekiler ile sekülerler diğer gruplara nazaran daha çok pozitif ilişkilendiriyor. Diğer pozitif kavramlar ise **sakinlik, aile, hayaller, mutlu olmak, saygınlık, deneyim, torun** olarak ortaya çıkıyor. Yaşlı ile ilgili pozitif kavramların pozitif ilişkilendirilmesinin yaş ilerledikçe azaldığı görülüyor. 18-29 yaş aralığındakilerin daha pozitif ilişkilendirdikleri kavramları 50 yaş ve üstü daha az pozitif ilişkilendiriyor. Aynı şekilde sekülerler muhafazakarlara göre bu kavramları daha pozitif ilişkilendiriyor.

**"Çabuk yorulma, daha fazla dinlenme ihtiyacı hissetme. Bazı şeyleri yapmaktan vazgeçiyorsun. Daha aktif olduğunda koşturduğun, gittiğin geldiğin. Daha az hareket ediyorsun, daha çok eve kapanıyorsun. Dışarı çıkma isteğinin daha azalıyor. Haftada bir ancak halvet olabiliyorsun."**

(Erkek, No:2, 52 yaş)

**"Kırıksıklık geliyor, sıkıcılık geliyor biraz. Çocuk gibi oluyorlar, çocuk gibi olma hali. Onlar geliyor evet. Başka yani çok oturma geliyor galiba, bir de sadece oturma."**

(Kadın, No:2, 42 yaş)

**"Çaresizlik, işe yaramama, kendi kendine yetememe."**

(Kadın, No:20, 46 yaş)

*İnsan hiç bir zaman büsbütün yalnız değildir dünyada. En kötü durumda, bir çocuğu, bir delikanlıyı ve zamanla olgun bir adamı, yani kendisinin eski halini bulur yanında.*

Cesare Pavese, "Yaşama Uğraşı"

**Tablo 5:** Bulanık Bilişsel Haritalama'da "Yaşlı" kavramıyla ilişkilendirilen kavramlar

	Toplam	Kadın	Erkek	18-29	30-49	50+	İlköğretim	Lise Dengi	Lisans ve üstü	Muhafazakar	Seküler
Uğraşlarına zaman ayırmak	25	30	20	33	21	17	25	18	32	15	30
Sakinlik	19	22	17	18	16	27	18	24	17	23	20
Aile	16	17	15	30	16	-7	5	17	29	19	15
Hayaller	13	14	12	18	11	7	5	17	18	12	15
Mutlu olmak	13	12	13	14	16	7	14	17	8	5	15
Saygınlık	11	10	12	14	8	10	7	17	11	7	17
Deneyim	10	7	13	10	16	3	11	17	3	10	13
Sosyal hayat	8	14	3	8	11	7	14	11	0	5	15
Torun	8	14	3	10	13	0	9	6	11	-5	19
Sempatik haller	7	7	7	8	0	13	5	11	5	10	4
Sorumlulukların azalması	4	4	3	7	0	3	2	1	8	1	6
Diğer	3	2	5	2	5	3	1	10	0	7	1
Kazanımlar	3	7	0	0	11	0	5	0	5	0	7
Maneviyata yönelme	3	7	0	0	0	13	9	0	0	10	0
Sosyal durum	3	3	3	6	11	-10	-7	8	11	0	4
Boş zaman	3	3	3	5	3	0	-3	0	13	1	1
Geçmiş	1	-2	3	4	-3	0	0	6	-3	5	-2
Çaba göstermek	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Bilgelik	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kendine odaklı	-1	1	-3	-1	1	-3	0	1	-4	0	-2
Sabit Fikirli	-3	-3	0	-4	0	0	0	-5	0	-5	0
Yaşlanma	-3	-5	0	-6	0	0	0	-8	0	-5	0
Fiziksel değişimler	-3	-7	1	-4	-4	0	-9	4	-3	-2	-5
Diğer - olumsuz	-4	-4	-3	-8	-4	-7	-1	-6	-5	-5	-1
Asabiyet	-4	-5	-3	-6	0	-7	0	-8	-5	-5	-4
Hastalık	-5	-3	-7	-4	-5	-7	-5	-6	-5	0	-7
Yorgunluk	-5	-5	-5	-10	0	-3	0	-14	-3	-10	-2
Kaygı	-6	-5	-8	-7	-5	-7	-7	-6	-7	-10	-6
Üretken olmamak	-6	-9	-3	-9	-8	0	-7	-8	-4	-2	-6
Ekonomik zorluklar	-7	-15	0	-4	-12	-7	-14	-10	3	-10	-7
Psikolojik çöküntü	-7	-9	-5	-2	-8	-15	-6	-6	-11	-2	-14
Statü kaybı	-12	-17	-7	-14	-17	-2	-15	-13	-8	-4	-19
Başkalarına bağımlı olmak	-14	-21	-7	-20	-16	0	0	-25	-18	-7	-17
Yalnızlık	-14	-15	-12	-17	-12	-10	-20	-13	-7	-10	-13
Ölüm	-17	-24	-11	-23	-11	-17	-18	-11	-22	-19	-17
Biyolojik kayıplar	-18	-18	-18	-21	-13	-20	-23	-15	-16	-17	-19
Sağlık sorunları	-21	-24	-18	-30	-11	-20	-17	-22	-25	-17	-19

## Yaşlanma Algısı

“Yaşlanma” kavramıyla ilişkilendirilen öne çıkan **negatif kavramların, statü kaybı, asabiyet, ekonomik zorluklar, biyolojik kayıplar, sağlık sorunları, psikolojik çöküntü, başkalarına bağımlı olmak ve ölüm** olduğu görülüyor. Toplamda negatif kavramlar ve negatif ilişkilendirme sayısı pozitive göre daha fazla.

**Saygınlık ve sempatik haller** bütün yaşlanma algısı içerisinde yaşlılık algısını en çok pozitif etkileyen kavramlar olarak ortaya çıkıyor. Bu kavramları erkekler, 50 yaş üstü, ilköğretim ve altı eğitim seviyesi, lise ve dengi eğitim seviyesi, muhafazakar ve sekülerler diğer gruplara nazaran daha çok pozitif ilişkilendiriyor. Diğer pozitif kavramların ise **deneyim, bilgelik, aile uğraşlarına zaman ayırmak ve torun** olduğu görülüyor. Yaşlanma ile ilgili pozitif kavramların pozitif ilişkilendirilmesinin yaş ilerledikçe arttığı ortaya çıktı. 18-29 yaş aralığındakilerin daha az pozitif ilişkilendirdikleri kavramları 50 yaş ve üstü daha pozitif ilişkilendiriyor.

**“Yaşlanma deyince... Geçim sıkıntısı, ağır iş şartları, maddi imkansızlıklar geliyor.”**  
(Erkek, No:4, 54 yaş)

**“Valla yaşlanma deyince aklıma kızım böyle yatalak olmaktan korkuyorum. Kötü hastalık vermesin Allah**

**insana. Kötü olmaktan korkuyorum yatmaktan yani unutkanlık, yürüyememek canım benim.”**

(Kadın, No:7, 50 yaş)

**“Yaşlanma denilince aklıma ölüm geliyor. Emeklilik ama yani emeklilik bile denemez. Yaşlanma denince yani yaşlanmayı şey gibi düşünüyorum daha bir sürü şeyi yapamamak gibi düşünüyorum biraz.”**

(Erkek, No:20, 48 yaş)

**“Valla yaşlanma deyince aklıma kızım böyle yatalak olmaktan korkuyorum. Kötü hastalık vermesin Allah insana. Kötü olmaktan korkuyorum yatmaktan yani unutkanlık, yürüyememek canım benim.”**

(Kadın, No:7, 50 yaş)

**“Yani baston almak, evde oturmak yani. Yaşlanmak denilince bu. Artı torun torba sahibi olmak yani her şeyden uzaklaşmak, evde oturmak yani bunlar aklıma geliyor.”**

(Kadın, No:5, 51 yaş)

**Tablo 6:** Bulanık Bilişsel Haritalamada “yaşlanma” kavramıyla ilişkilendirilen kavramlar

	Toplam	Kadın	Erkek	18-29	30-49	50+	İlköğretim	Lise Dengi	Lisans ve üstü	Muhafazakar	Seküler
Saygınlık	17	9	26	9	16	33	27	17	7	19	19
Sempatik haller	17	10	23	14	13	27	14	22	16	24	17
Deneyim	12	18	7	20	7	7	7	15	16	7	14
Bilgelik	6	5	6	12	1	0	0	8	9	2	10
Aile	5	7	3	0	5	13	9	6	0	10	4
Uğraşlarına zaman ayırmak	5	0	10	0	0	20	14	0	0	0	11
Torun	4	7	2	2	5	7	5	8	0	5	6
Diğer	4	-1	8	3	0	10	5	3	4	7	4
Mutlu olmak	4	2	6	0	4	10	7	6	-1	2	7
Sakinlik	3	3	3	4	0	7	5	6	0	5	4
Geçmiş	3	1	5	2	1	7	0	10	0	5	3
Çaba göstermek	3	0	5	4	3	0	0	3	5	0	13
Hayaller	2	3	0	0	0	7	5	0	0	5	0
Sosyal hayat	2	3	0	4	0	0	0	6	0	5	0
Boş Zaman	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kazanımlar	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Maneviyata yönelme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sorumlulukların azalması	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sosyal durum	0	-2	1	0	-3	2	-2	-1	0	-1	0
Yaşlanma	-1	-1	-2	-1	-3	0	0	-3	-1	0	-2
Fiziksel değişimler	-2	0	-3	-4	0	0	-1	-1	-5	-1	1
Kaygı	-2	-3	-1	-4	-1	0	-1	0	-5	0	-1
Yorgunluk	-2	-3	-1	0	-1	-7	-5	0	-1	-5	0
Sabit fikirlilik	-3	-2	-4	-2	-1	-7	-6	0	-3	0	-5
Yalnızlık	-4	-3	-5	-8	-3	0	0	-6	-8	0	-7
Hastalık	-5	-7	-3	-4	-5	-7	-9	0	-5	-5	-7
Kendine odaklı	-6	-4	-7	-5	-3	-10	-7	-8	-1	-5	-7
Üretken olmamak	-6	0	-11	0	-1	-20	-14	0	-1	-14	0
Diğer-olumsuz	-6	0	-12	-10	0	-7	-5	-6	-8	-10	-4
Ölüm	-6	-3	-9	-5	-5	-10	-5	-15	0	-7	-8
Başkalarına bağımlı olmak	-7	-3	-10	-4	-5	-13	-14	0	-5	-5	-11
Psikolojik çöküntü	-8	-10	-7	-8	-8	-10	-7	-7	-12	-2	-16
Sağlık sorunları	-9	-8	-10	-4	-4	-23	-19	0	-5	-6	-15
Biyolojik kayıplar	-9	-5	-13	-9	-12	-7	-6	-6	-17	-6	-7
Ekonomik zorluklar	-11	-5	-17	-6	-8	-23	-16	-14	-3	-12	-13
Asabiyet	-13	-3	-23	-7	-8	-30	-18	-11	-9	-11	-18
Statü kaybı	-19	-16	-22	-9	-17	-38	-26	-18	-12	-29	-17



## ■ Yaşlı Ayrımcılığı ve Yaşam Memnuniyeti

Yaşlılar kendilerine atfedilen algısal kısıtları kabullenmiş ve yaşlılara yönelik ayrımcılığı içselleştirmişler.

## Bakıma muhtaç kalmak ve ekonomik özgürlüğe sahip olamamak tüm yaş gruplarının ortak endişesi.

Katılımcılardan yaşlanmaktan duydukları endişeleri "0: Hiç katılmıyorum" ve "5: Son derece katılıyorum" olacak şekilde puanlamaları istendiğinde; sağlığın bozulmasından duyulan endişenin yaş ilerledikçe arttığı ancak tüm yaş gruplarının bu konuda endişeli olduğu görülüyor. Şiddetle karşılaşmaktan, yaşlılıkta yalnız kalmaktan en çok endişe duyanlar 65 yaş ve üzeri grupta görülürken, çocuklar ve torunların geleceği için en çok endişelenenler 35-49 yaş grubunda.

**"Aç kalmak. Sokakta kalmak. Bugün kirayı ödeme, kapının önüne koyarlar."**

(Erkek, No:4, 54 yaş)

**"Ülkenin gidişatından kaygı duyuyorum. Hiç memnun değilim. Bu birincisi. İkincisi, çocuklar ileride ne olacak? Çocukları düşünüyorum, onlardan kaygı duyuyorum."**

**"Çünkü hayatı burada yaşayacaklar. En önemli kaygı duyduklarım bunlar. Bu iki neden. Bir de insan sağlığından kaygı duyuyor. Çocuklarımla sağlığımdan, kendi sağlığımdan kaygı duyuyorum."**

(Erkek, No:2, 52 yaş)

**"Üzüntü, yoksulluk, hastalık. Hasta olursam kim bakacak. Anladın mı? Hasta olurum kim bakacak bana?"**

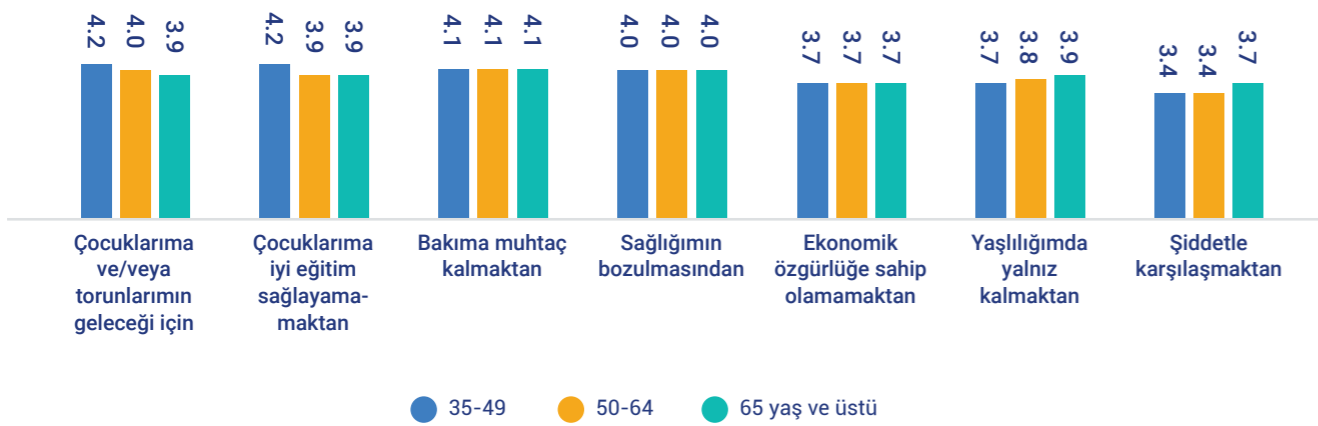
(Kadın, No:6, 73 yaş)

**"Çocuklarımla kötü bir yol veyahut da kötü amaçlı bir şeylere bulaşmalarından çok korkuyorum. Sağlığımla kaybetmekten çok korkuyorum."**

(Kadın, No:9, 39 yaş)

Bakıma muhtaç kalma ve ekonomik özgürlüğe sahip olamama endişesinde yaş grupları benzeşiyor.

Grafik 57: Yaşlanmaya karşı duyulan endişelere verilen puanlar



## Yaşlılara yönelik ayrımcı tutumu yaşlıların kendileri de benimsiyor.

Yaşlı bir erkek veya kadın için tam zamanlı bir işte çalışmak, üniversite eğitimine başlamak, siyasete atılmak gibi faaliyetlerin hangileri uygun değildir diye sorulduğunda özellikle tam zamanlı bir işte çalışmak, üniversite eğitimine başlamak ve siyasete atılmak hem yaşlı kadınlar için hem de erkekler için uygun görülüyor. Yaş gruplarının değerlendirmelerine bakıldığında; yaşlıları tam zamanlı bir işte çalışmak için uygun görmeyenlerin en çok 35-49 yaş grubunda olduğu ortaya çıkıyor. Bu yaş grubu diğer konularda 50-65 yaş ve üzeri gruplarına göre yaşlıların bu tür işleri yapabileceği konusunda görece daha iyimser bir tablo ortaya koyuyor. 50 ve üzeri yaş grupları yaşlıların bu tür işlerde yer alması konusunda daha katı.

Yaşlı kadınların özellikle kurslara, sertifika programlarına katılması ve bir iş kurmaları erkekler görece daha uygun bulunurken, tam zamanlı bir işte çalışmaları, üniversite eğitimine başlamaları ve siyasete atılmaları uygun bulunmuyor.

Yaşlılar spor yapabilir, şehirde gezebilir ama geceleri eğlence hayatına katılamaz diye görülüyor. Yaşlı bir erkek veya kadın için özellikle geceleri eğlence hayatına katılmak ve yalnız yurt dışına gezmeye gitmek hem yaşlı kadınlar için hem de erkekler için uygun görülüyor. Yaşlılar evlenebilir ama flört edemez diye düşünülüyor. Yaşlılar cinsel ilişkiyi kendilerine yakıştırmıyor. 65 yaş ve üzeri eskisi kadar üretken olabileceğine inanmıyor.

Grafik 58: Yaş ve cinsiyete göre; yaşlı bir erkek veya kadın için uygun değil diyenlerin oranları



**"Bir köşesinde oturabilir. Ufak tefek evin içinde yardım edebilir. Çok değil yani ufak tefek dediğim işte torunlarıyla ilgilenebilir. Mesela çünkü yaşlandığı zaman belki torunu olacak. Yaşlı bir kadının evlenmesini normal karşılamam. Şöyle bir şey de var. Yalnızlık da güzel bir şey değil ama yaşlandıktan sonra da evlenmesini normal görmüyorum."**

(Kadın, No:19, 39 yaş)

**"Yaşlı bir erkek yaşının gerektirdiği gibi, olgun davranmalı yani; bütün yaşam boyunca biriktirdiklerini çevresindekilere doğru olarak aktarabilmeli ve öyle yaşamalı. Sürekli birilerine bir şeyler öğretebilmeli yani. Bütün birikimlerini paylaşarak yaşamalı."**

(Erkek, No:9, 49 yaş)

**"Yaşlı bir erkek bütün olgunluğunu yüklenmiş, o yaşa gelmiş bir insandır. İyi kötü hayat görmüş, yaşamış, anlamış karşısındaki insana da bu saatten sonra verebileceği en güzel şeyleri vermesini isterim. Çünkü belli bir hayata girmişsin, koşturmuşsun, yorulmuşsun, yanındaki de seninle yorulmuş. Çocuğun da belki yorulmuş bir yaşa geldikten sonra zaten geriye kalan ömrün toplasan ne kadar. O ömründe daha keyifli daha relax daha güzel ne bileyim hayatı yaşayabileceğin şeyler isterim yani. Konuşma olsun, yaşam olsun, ilgi olsun tabii karşılıklı bunlar. Yaşlı bir erkek örnek olacak. Model olacak. Ona göre hareket edecek."**

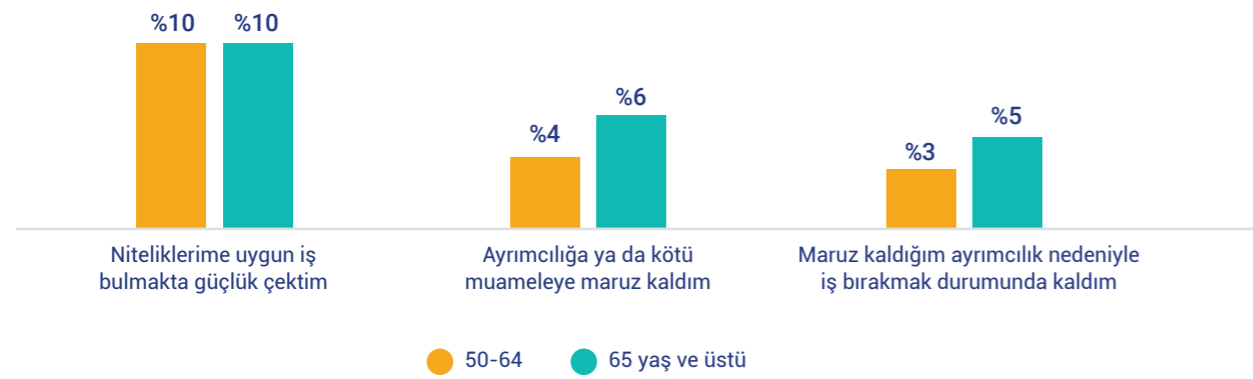
(Kadın, No:3, 44 yaş)

## Yaşlılarda yaşlı ayrımcılığı algısı yok.

50 yaş ve üzeri katılımcılar arasında "ayrımcılığa ya da kötü muameleye maruz kaldım" ve "maruz kaldığım ayrımcılıktan dolayı işi bırakmak zorunda kaldım" ifadelerine 65 yaş ve üstü, 50-64 yaşa göre daha fazla evet yanıtı veriyor.

"Yaşımdan dolayı niteliklerime göre iş bulmakta güçlük çektim" ifadesine her iki yaş grubu da eşit oranda evet yanıtı veriyor. Diğer algısal soruların yanıtlarına bakıldığında yaşlıların uğradığı ayrımcılıkların farkında olmadıkları görülüyor.

**Grafik 59:** Yaşımdan dolayı aşağıdaki durumlarla karşı karşıya kaldım diyenlerin oranları



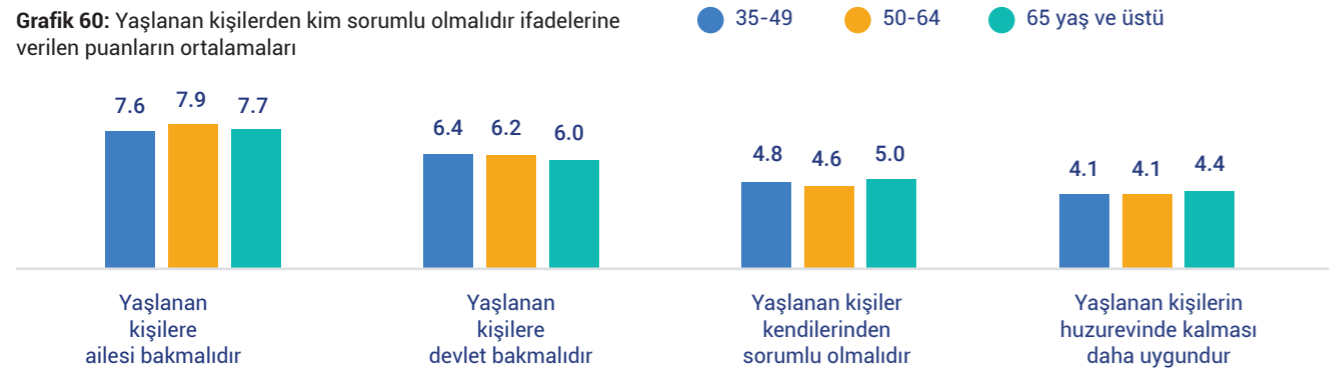
## Yaşlılar bakılması gereken bir toplumsal grup olarak algılanıyor.

Katılımcılardan yaşlanan kişilere ailesi, devlet bakmalıdır gibi ifadeleri "0: Hiç katılmıyorum" "10: Son derece katılıyorum" şeklinde puanlaması istendiğinde puan ortalamalarına göre, yaşlanan kişilere ailesinin bakması gerektiği en yüksek düzeyde kabul gören ifade olarak karşımıza çıkıyor. Aileden sonra yaşlanan kişilere devletin bakması gerektiği ifadesi en çok puanı alıyor.

Yaşlanan kişilerden devletin sorumlu olması gerektiğine en çok katılan 35-49 yaş grubu.

Huzur evinin tüm yaş grupları tarafından negatif algılandığı görülüyor. Yaşlanan kişilerin kendinden sorumlu olması gerektiğine hiçbir yaş grubu katılmıyor. Bu ifadeye en çok katılan yaş grubu 65 yaş ve üzeri.

**Grafik 60:** Yaşlanan kişilerden kim sorumlu olmalıdır ifadelerine verilen puanların ortalamaları



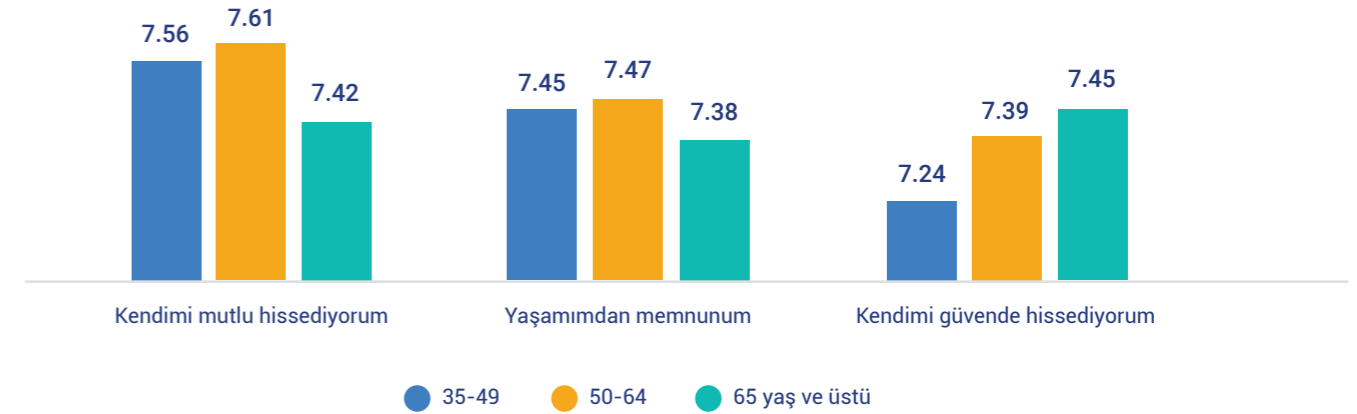
## Kendini en az güvende hisseden 35-49 yaş grubu. Kendini en çok güvende hissedenler 65 yaş üstü olanlar ancak yaşamından en az mutlu ve memnun olanlar da onlar.

Tüm yaş gruplarının "kendimi mutlu hissediyorum, yaşamımdan memnunum" ve "kendimi güvende hissediyorum" ifadelerini 10 üzerinden puanlamaları istendiğinde, genel olarak tüm yaş gruplarının bu ifadeleri yüksek puanladığı görülüyor. Kendini mutlu hissetme ve yaşamından memnun olma puan ortalaması en yüksek grup 50-64 yaş, kendini güvende

hissetme puan ortalaması en yüksek grup 65 yaş ve üstü.

35-49 yaş grubunun diğer gruplara göre kendini güvende hissetme puan ortalaması daha düşük görünürken, mutlu hissetme ve yaşamından memnuniyet konularında daha düşük puan ortalamasına sahip olan grup 65 yaş ve üstü.

**Grafik 61:** Aşağıdaki ifadelerine verilen puanların ortalamaları



## DEĞERLENDİRMELER VE GÖRÜŞLER

### Yaşlanınca ne oluyoruz?

**Doç.Dr. İtir Erhart**

*İstanbul Bilgi Üniversitesi  
İletişim Fakültesi*

Yaşlanma ve yaşlılık kavramları üzerine oldukça uzun zamandır düşünüyorum. Doktora tezime ve daha sonra Boğaziçi üniversitesi Yayınları tarafından "Ben Neyim" adıyla yayınlanan kitabıma ilham veren anneannemin Alzheimer Hastalığı süresinde kendime sorduğum sorular olmuştu. Alzheimer gibi nörodejeneratif hastalıklara yakalanınca "ben"e ne oluyordu? Gündüz eczanesine giden, akşam eve döndüğünde sevdiği televizyon programlarını izleyen, kırmızı rujunu sürmeden asla sokağa çıkmayan kadın ile bütün gün aynı koltukta iskambil kâğıtları ile oynayan, neredeyse tüm hatıralarını unutmuş, zaman algısını kaybetmiş kadın arasında bir devamlılık var mıydı? Ben tezimde bizi biz yapanın hafızamız, hatıralarımız olmadığını, bu nedenle de bir devamlılık olduğunu iddia etmiştim. Bugün de aynı görüşü savunuyorum. Hatta unutmanın negatif çağrışımlardan kurtulması ve özgürleştirici, tedavi edici yanlarına odaklanılması gerektiğini bile düşünüyorum. Anneannem Borges'in Bellek Funes [Funes el memorioso] hikayesinin hiçbir şeyi unutamayan kahramanından çok daha huzurlu ve dingindi ömrünün son yıllarında...

Araştırmanın oldukça çarpıcı bulgularına baktığımda doğal bir süreç olan yaşlanmanın tıbbileştirilmesinin çok yaygın olduğu dikkatimi çekti. Yaşlanma biyolojik kayıplar, sağlık sorunları, psikolojik çöküntü ve bunların yol açtığı statü kaybı, yalnızlık, maddi zorluklarla bir

arada düşünülüyor ağırlıklı olarak. Ben de bu konuyu çalıştığım ilk dönemde, sanırım çalışma alanımın Alzheimer Hastalığı olması nedeniyle, konuya biraz böyle bakıyordum. 2015 yılında sevgili Alan Duben sayesinde "yaşlılık" kavramı ile tanıştım. Alan farklı üniversitelerde çalışan, daha önce bu alanda araştırma yapmış bizleri disiplinlerarası bir ders için bir araya getirdi. Ben bir hafta yaşlanma ve benlik üzerine ders anlatacaktım, bu doktora yıllarımdan beri hâkim olduğum konuydu. Bir hafta da medyada yaşlılık temsilleri ve ayrımcılık üzerine konuşacaktım. Bu ikinci konu benim için oldukça yeniydi. Evet, ayrımcılık üzerine uzun zamandır çalışıyordum; temsil de benim konumdu ama yaşlı ve yaşlılık temsilleri üzerine epey okuma ve sonrasında da araştırma yapmam gerekecekti. Yaklaşık altı ay çalıştım ve araştırma bulgularında da gördüğümüz gibi medya temsillerinde yaşlılığın "istenmeyen" bir durum olarak karşımıza çıktığını fark ettim. Yaşlılar çoğunlukla evde oturan, üretmeyen, sağlık sorunlarından ve maddi sorunlardan şikâyet eden, gençleri eleştiren, öfkeli, huzursuz bireyler olarak temsil ediliyordu.

Reklamlarda ise yaşlılık ötelenmesi, karşı konulması, direnilmesi gereken bir olgu olarak çıkıyordu karşımıza. Bu araştırmanın bulgularında da gördüğümüz gibi, kırışıklıklar korkutucuydu. Çare olarak "yaşlanmayı geciktiren", "yaşlanmanın izlerini silen", "sonsuz gençlik vadeden" "mucize" ürünler gösteriliyordu. Bu ürünler

özellikle de kadınları hedef alıyordu çünkü, özellikle Batı'da, yaşlanmak kadın için çok daha korkutucu olarak sunulmaktaydı bin yıllardır. Masalları hatırlayın; yaşlı kadınlar cadıdır, büyücüdür, kıskançtır, kötüdür; yaşlı erkekler bilgedir, akıl hocasıdır... Hollywood'da erkek oyuncular 60'lı yaşlarda romantik rollerde oynamaya devam ederken, aynı yaştaki kadın oyuncular büyükanne rollerinden başka teklif almamaya başlarlar. Ekran yüzü kadınlar, yaşlıları erkeklere oranla çok daha erken emekli edilir. Araştırmada da altı çizilen, yaşlanmanın toplumsal cinsiyet boyutunun çok kritik olduğunu düşünüyorum bu nedenle.

Yaşlanmanın fiziksel aktivite ile ilişkisi de uzun zamandır üzerinde kafa yorduğum bir konu. Araştırmaya göre yaşlılar spor yapmıyor. Kurucuları arasında yer aldığım Adım Adım'ın demografik yapısı da bu bulguyu destekler nitelikte. 65 üstü koşucu oranı yalnızca %1. Bir başka deyişle, 60,000 Adım Adım koşucusunun yalnızca 600'ü 65 yaşın üzerinde. Bu 600 kişinin de yaklaşık 10'da 1'i kadın. Yani 60,000 kişi içinde 65 yaş üstü yalnızca 60 civarında kadın bizimle koşuyor/yürüyor.

Bu araştırmanın yaşlanma ve yaşlılık konusundaki tüm bu kalıp yargıların, negatif tutumların, içselleştirilmiş ön kabullerin sorgulanmasına ve zaman içinde tutum değişikliğine götürecek politikalar, kampanyalar geliştirilmesine katkı sağlayacağına inanıyorum ve destek veren tüm araştırmacı ve kurumları kutluyorum.

## Yaşlılık hayalleri

### Dr. Ulaş Tol

*Yaşama Dair Vakıf (YADA Vakfı), Kurucu Üye*

Yaşlılık ve yaşlanma neredeyse herkesin bir şekilde ilgi gösterdiği kavramlardan; herkesin hayatının bir parçası, herkesin bu konuda bir fikri ve tecrübesi var. Zira herkesin ailesinde yaşlısı var ve herkes yaşlanıyor. Buna karşın toplumumuzda bu kadar ihmal edilen ve/veya yok sayılan bir konu da çok azdır sanırım. Öte yandan yaşlılık gün geçtikçe daha güncel ve popüler bir konu haline de geliyor. Yaşlılıkla ilgili konular arasında şimdilik sağlıkla ilgili olanlar ve fizyolojik değişiklikler ön planda. Yaşlanınca fiziksel görünüşümüz nasıl olacak en popüler konu örneğin. Son zamanlarda sosyal medyada yaygınlaşan yaşlandırma uygulaması yoğun ilgi gördü. Korku ve kaygıyla baktı birçok kişi, gelecekteki görüntüsünün simülasyonuna.

Yaşlılar, yaşlılık, yaşlanma kavramları seilmeyen, pek iyi hisler uyandırmayan, kaygı yüklü kavramlar. Bu kavramlarla ilgili toplumumuzdaki algı, bize bu araştırmanın da gösterdiği gibi net bir biçimde negatif. Durum şu: kimse yaşlanmak istemiyor, kimse yaşlılarla vakit geçirmek istemiyor ama hem yaşlı yakınları bulunduğundan hem de bir gün kendisi de yaşlanacağından herkes yaşlılara hürmet ediyor. Geçmişten gelen, geleneksel bir saygınlık statüsü var yaşlıların ama bu değerini ve etkisini oldukça kaybetmiş durumda. Böyle olunca da atsan atılmaz, satsan satılmaz bir konu haline geliyor. Yaşlı yakınlarının yaşlıları hakkındaki hisleri çelişkili. Bir yandan bağlılar, seviyorlar; diğer yandan bir yük olarak görüyorlar. Bu yükü mücadelede yaşlı bakım ve/veya kurumsal destek hizmetlerinden faydalanmayı kültürel sebeplerle reddediyorlar, “el alem ne der” kaygıları hakim oluyor.

Bakıma muhtaç bir yaşlı yakınının olması başa gelebilecek en fena durum olarak görülüyor. Tüm bunlar yaşlılarla yakınları arasında zıt hislerle kurulan sağlıklı bir ilişki meydana getiriyor. İstenilmediğini bilen yaşlılar fırsatı ve imkanı varsa yalnız yaşamayı tercih ediyor. Geçmişe göre yaşlısı ile aynı evde yaşayan ya da yakınında oturan ailelerin oranı düşüyor. Bunun başka sosyo-ekonomik nedenleri de var elbette. Kültürel değişimler de yaşlıları genç yakınlarından ayrı ve bağımsız yaşamaya yönlendiriyor. Bunu olumsuz bir gelişme olarak değil bir olgusal dönüşüm olarak ele almak ve bağımsız bir yaşam sürdürmeyi tercih eden ya da buna mecbur kalan yaşlıların hayatlarını kolaylaştıracak sosyal politikalar geliştirmek daha anlamlı olacaktır. Bu durumun birlikte yaşama göre daha fazla zorluğu olduğu açık. İlk bakışta aile bağlarının zayıflaması gibi bir olumsuz sonucu da akla getiriyor; fakat karşılıklı bağımlılık ilişkisinin azalması ile aile içindeki sorunların da azalabileceğini gözetmekte fayda var. Ayrıca bağımsız yaşam, yaşlıların bireysel tercihlerini daha özgürce yaşamaları ve yaşlılık hayallerini gerçekleştirmeleri için de bir fırsat olarak görülebilir. Aksine bu durum bir kendini gerçekleştirme tercihinden ziyade, genellikle zorunlu veya belli olumsuzluklardan kaynaklı bir sonuç olarak karşımıza çıkıyor. Hakim olan ve değişmeyen tavır ise ister yakınları ile birlikte yaşasın, ister ayrı yaşasın yaşlıların pek ayakaltında görülmesinin istenmemesi.

Herkesin yaşlılarla bir şekilde teması bulunmasına rağmen, yaşlanma da yaşlılık gibi ihmal edilen bir nosyon olmaya devam ediyor. Negatif algıların hakim olduğu çoğu konuda olduğu gibi, yaşlanma da yok sayılıyor. Yaşlanma her yaşa dair bir şey ama hiç var olmayan bir şey gibi görülüyor. Fiziksel belirtiler ve artan sağlık sorunları hatırlatsa da kimse yaşlandığını hissetmiyor. Bir gün uyanacağız ve yaşlanmış olacağız diye varsayılıyor.

Yaşam beklentisi algısı, ömür ortalamalarındaki uzamaya paralel biçimde değişmiş değil. Bir uzun yaşama beklentisi ya da tahayyülü bulunmuyor. Bu konuda tanık olunan emsaller de sınırlı. Bugünün orta yaş kuşaklarının önünde izleyip karşılaştıracakları bir yaşlanma tecrübesi yok, yalnızca yaşlılık görgüleri var ki onlar hakkındaki algının da pek muteber olmadığından bahsettik.

Bilinen ve hatırlanan yaşlılıklar ise pek iyi veya güzel şeyler çağırıştırıyor. Yeti ve statü kayıpları, sorunlar ve bağımlılık akla geliyor. Bir başka deyişle yapılamayanların arttığı, özgürlüklerin azaldığı, davranışın kısıtlandığı bir kaybetme hali olarak resmediliyor yaşlılık. Elbette kimse kaybetmek istemez ama kaçınılmaz olduğu halde bu kaybetme halini düşünmemek yaygın bir reflekse dönüşüyor. Hal böyle olunca da yaşlanma da yaşlılık bir türlü normalleşemiyor. Normal olmayan her şey gibi yaşlılık da toplum çoğunluğunun eğilimlerinin dışına itiliyor. Eğlenme, hatta dışarıda vakit geçirme, dilediğince giyinme, flört etme, gezme, teknolojik aletleri kullanma, oyun oynama, dans etme gibi etkinlikler gençlere yakıştırıldığından, yaşlılar sözkonusu olunca eğreti duruyor. “Bu yaşta...” diye başlıyor ileri yaştaki bireylere eleştiriler; “Bu yaşta ne işin var?”, “Bu yaştan sonra hiç yakıştı mı?”, “yaşına bakmadan...” vb. kalıplar devam ediyor. Aksine bazı tuhaf, eksik ya da yetersiz davranışlar da yaşlılara yakıştırılıyor ve şöyle tarif ediliyor: “Bunlar hep yaşlanma belirtisi”. Örneğin alzheimer, demans gibi bir hastalığı olmadığı halde bir unutkanlık gösterdiğinde “yaşlandın sen” denebiliyor. Bunların aksine “gençliğine doyamadan” tabirinin “yaşlılığına doyamadan” şeklinde bir versiyonu yok. Oysa “her yaşın ayrı bir güzelliği vardır” gibi, klişe de olsa başka bir doğrusu var toplumun.

Toplumda yaşlanma ile ilgili uzun vadeli düşünme kabiliyeti de çoğu konuda olduğu gibi yüksek değil. Buna olumsuz yaşlılık algısı da eklenince yaşlanma konusunun ihmal edilmesi doğal bir sonuç oluyor. Toplumdaki yok sayma tavrını devlet de takip ediyor. Bir kere bu konuyla öncelikli ilgilenmesi için üzerinde bir baskı yok. Kimse devletin yaşlanma alanındaki ihmalleri ile ilgili hesap sorma niyetinde değil. Devlet de yaşlılığa özgü bir yaklaşımdan ziyade, konuyu bir engellilik meselesi gibi ele alıyor. Engelli alanındaki sosyal yardım ve bakım yaklaşımını bu konuya da transfer ediyor. Sonuç olarak bu konuda bir sosyal politika geliştirme baskısı görmüyoruz. Son yıllarda hızla yaşanan bir toplum olduğumuz gerçeği ile ilgili farkındalığın artmış olması, bir nebze kıpırdanma yaratmış durumda. Ancak Türkiye yaşlanma hızına paralel bir hazırlık içerisinde değil. Ayrıca, tüm hazırlığı bakım ve sağlık hizmetleri ile sınırlı görmeyen, yaşlı bir toplum olmaya kültürel ve sosyal olarak da hazırlanmak gerektiği perspektifine sahip bir bakışın henüz uzağındayız.

Velhasıl yaşlı bir toplum olmaya ve yaşlanmaya hazırlanmak için bir değişim gerektiği açık. Öncelikle yaşlanma ve yaşlılığa bakıştan başlamak gerekiyor. Yaşlılığın ve yaşlanmanın normalleşmesi için farkındalık kampanyaları ve adımlar atılması gerekiyor. İkincisi nasıl gençlerin gelecek hayalleri gibi bir kavram varsa, yaşlılık hayalleri diye de bir kavram olmalı. Bunun için meşgale çeşitliliği gerekiyor. Yaşlanınca yeni meşgaleler geliştirmek biraz daha zor. Yine de geçmişten getirilen kimi meşgalelere daha fazla zaman ayırmak ve bunlarla ilgili kendini geliştirmek mümkün. Türkiye’de zaten genel olarak bireylerin pek az meşgalesi var. En büyük meşgaleler zorunlu olarak hayatımıza girmiş olanlar: Eğitim, iş, eş ve çocuklar. Bunlar da hayatından çıkınca boşluğa düşen çok kişi oluyor. Örneğin erkekler, çalışma yaşamında daha yüksek oranda ve daha uzun süre bulunuyor ve iş dışı meşgaleleri kadınlara göre daha az oluyor ve çalışma yaşamından sonra genellikle bir boşluğa düşüyorlar. Kadınların ev içi sorumluluk ve yüklerinden gelen zaruri meşgaleleri daha fazla. Belki bu farkın kadınların erkeklere göre daha uzun yaşamasında da bir etkisi vardır. Sonuç olarak yaşlandığında insanlar, yaşamlarında yer kaplayan, sorumluluklarından kaynaklanan meşgaleler azaldığı ve bunları yenileri ile doldurmadığı için de izole oluyor. Buna toplumsal ve kültürel izolasyon da eklenince, yani normal olana yaşlıların dahil olması yakışık alır görünmeyince, yaşlılık doğası gereği olmasa da sosyal ürün olarak negatif bir vakaya dönüşüyor.

Diğer önemli bir ihtiyaç da bir yaşlanma nosyonun geliştirilmesi. Her an yaş aldığımızın farkında ve buna eşlik eden değişimlerle barışık şekilde, toplumsal hayattan izole olmadan, değişime paralel yeni katılım biçimleri oluşturarak. Aksi takdirde emekli olmak, çocukları evlendirmek, bazı fizyolojik sorunların başlaması gibi momentlerle hayata giren yaşlılık karşısında aşırı hazırlıksız kalınca yaşlılık kabullenilmiş bir çaresizlik olarak yaşanıyor. Mevcut durumu ise yaşlılar açısından gönüllü izolasyon olarak tarif edebiliriz. Toplumdan soyutlanma gönlünden geçen şey değil belki ama dahil olma durumunda kendini huzursuz hissettiğinden ve kimi zaman da zarar gördüğünden gönüllü olarak izole olma eğiliminde oluyor. Bir anlamda el ayak altından çekiliyor ve ölümü bekliyor. Artık yaşlı bir toplum olduğumuza göre ölümü bekleyen değil, hayalleri olan yaşlıların çoğaldığı bir kültürel değişim mümkün olmalı...



## Gençler bilebilseydi, yaşlılar yapabilseydi...

### Doç. Dr. Göksenin İnalhan

*İstanbul Teknik Üniversitesi  
Mimarlık Bölümü*

Tüm dünyada, doğum oranındaki azalma ile birlikte yaşam standartlarının iyileşmesi sonucunda ileri yaşlara uzayan insan ömrü ve yaşlı nüfusun giderek artması, 21. yüzyılda ön plana çıkan en önemli demografik olgulardan birisidir. Bu olgu, sağlıktan sosyal güvenliğe, çevre ile ilgili konulardan eğitime, istihdam olanaklarına, sosyo-kültürel faaliyetlere ve aile yaşamına kadar toplumun tüm yönlerini etkilemektedir. Yeni sosyal politikaların üretilmesine ilişkin çeşitli önlemlerin alınmasını da kaçınılmaz kılmaktadır.

Yaşlanmanın yaşam döngü sürecimize göre biyolojik, psikolojik, sosyal ve ekonomik etkenlerin birleşerek ve birbirlerini etkileyerek gelişen fizyolojik bir süreç olması kadar, ortaya çıkış süreçleri incelendiğinde, bir o kadar da demografik, öznel ve sosyal bir konu olduğu görülmektedir.

Yaşlılık, önu alınması mümkün olmayan, biyolojik, kronolojik ve sosyal yönleri ile çok yönlü ve karmaşık bir süreçtir (Özer ve Karabulut, 2003: 73). Yaşlılık, ilerleyen zaman ve yaşa bağlı olarak, bireyin çevreye uyum gücü ve organizmanın iç ve dış faktörler arasında denge sağlama potansiyelinin azalmasıdır (Karslı, 1982: 5). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) yaşlılığı, çevresel faktörlere uyum sağlayabilme yeteneğinin azalması olarak ifade etmektedir.

Yaşlılık ya da “yaşlanma” , yetkinliğin düştüğü, çevresel baskının üstesinden gelinemediği bir uyum (adaptasyon) sorunudur (Ünlü, 2018). Adaptasyon, çevre şartlarına uyum kapasitesidir. Bu kavram bir değişimi ifade eder. Bir birey işlevselliğini sürdürebilmek için yeni koşullara ve durumlara uyum sağlamalı ya da değişmelidir. İnsanlar, sürekli olarak yaşanan değişimler ve çeşitli streslerle baş edebilmek için esnekliğe ve adaptasyon yeteneğine gereksinim duyarlar (Ünlü, 2018). Yaşlıların

yaşadıkları değişim içinde en büyük direnci gösterdikleri konulardan biri yaşam alanları olmaktadır (Salur, 2019). Dr. Salur, yaşama ve yaşlanmayı, kendine bir alan oluşturma ve ona alışma, onun içinde rahat etme süreci olarak nitelendirir.

Ancak unutulmamalıdır ki birey ve çevre arasındaki ilişkiler etkileşimseldir. Birey davranışı ile çevresini şekillendirebileceği gibi çevre şartlarının etkisi ve çevre ile kurulan ilişkiler de bireyin davranışı üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Birey ve çevresi arasındaki ilişkide döngüsellik ve karşılıklılık söz konusudur. Bir de sürekli değişen bireysel istekler ile çevre şartları bu ilişkiyi dinamik kılmaktadır. Bu nedenle bireyler çevrelerini etkiledikleri gibi aynı zamanda sosyal ve fiziksel çevrelerinden de etkilenmektedirler (Danış, 2006:50). Kendimizi nasıl hissettiğimiz, sosyal çevrenin bize yönelik davranışlarını etkilemekte, sosyal çevrenin bizlerle kurduğu ilişkilerin genel dinamikleri de, bizim davranış tarzımızı şekillendirmektedir (Miley, O'Melia ve DuBois 1998: 30-32, (Aktaran:Danış, 2006:49).

Dr. Güllüstü Salur'un “herkesin hakkıyla yaşlanmasının mekânsal karşılığı için tahayyülünde olan bir modeli” paylaştığı yazısında, yaşam alanı kararlarını, yaşlıların yaşlılıkta bir şeylerin değişmesi gerekeceğini inkâr ederek ve bu kabulü erteleyerek bir nevi akışına bıraktığını ifade etmektedir. Yaşlanınca yaşam koşullarının değişeceği kabulüyle yaşlanmaya hazırlanma ve yaşlanınca nasıl bir mekânda yaşarım kafa yormanın, toplumumuzda çok ender rastlanan bir durum olduğunu belirtmektedir. Oysa ki, yaşlılıkta gereksinimlerin değişkenliği de hesaba katılarak mekânla ilişki dinamik kurulmalıdır (Salur, 2019).

Ashman ve Hull (1999:15)'a göre bireyler hem çevrelerini etkilerler hem de çevreden etkilenirler. Diğer taraftan çevreye başarılı bir biçimde adapte olabilmek için hem kendileri hem de çevre üzerinde değişim yaratabilirler. Bu açıdan bakıldığında adaptasyon iki yönlü bir süreci ifade eder, bu süreç bireysel özellikleri ve çevre koşullarını içerir (Aktaran: Danış, 2006:50). Bu sebeple yaşama ve yaşlanma sürecini çevreye uyumlandırabilmek için öncelikle yaşlılığın nasıl

algılandığı; nasıl yaşandığı, yaşanmak istendiği ve planlandığının da bilinmesi gerekmektedir.

Yaşlılarla ilgili araştırmalar incelediğinde çoğunlukla sürecin bir yönünü işaret eden sosyal politika alanında çalışmalar yapıldığı ve bu alanda bir birikim oluşmaya başladığı ifade edilmektedir. Öte yandan sürecin diğer yönündeki sorunlara dikkat çeken hem orta yaşlıların gelecek beklentileri ve kaygıları üzerine hem de yaşlıların potansiyellerini ne kadar hayata geçirebildikleri hakkındaki çalışmaların oldukça sınırlı kaldığı vurgulanmaktadır.

“Türkiye’de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri” araştırması alandaki bu boşluğa dikkatleri yönelterek, çok özgün ve yenilikçi bakış açısıyla, bugünün ve geleceğin yaşlılarındaki yaşlılık algısını, yaşlılık beklentilerini ve planlarını ortaya koymaktadır. Bu araştırmayla Türkiye’deki orta yaş ve yaşlı nüfusun yaşlılığı nasıl tarif ettiği ve nasıl tahayyül ettiği gibi sorularla yaşlılık algısını ortaya koymayı, yaşlılık tecrübeleri, planları, yatırımları, potansiyelleri ve gündelik yaşam tecrübeleri gibi konulara odaklanarak olgusal durum tespiti yapılmaktadır. “Türkiye’de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri” araştırması diğer bir yönüyle de, yaşlılığın nasıl algılandığı; nasıl yaşandığı, yaşanmak istendiği ve planlandığının bilinmesi üzerinden, yaşlanma alanında toplumsal farkındalığı arttırıp, insanları gelecek ve belirsizlik korkusundan kurtarıp, yaşlıların ve dolayısı ile toplumun değişime hazır hale gelmesini sağlamaktadır. Bu açıdan oldukça önemli ve kıymetli bir çalışmadır.

Diğer bir taraftan mimarlık da, tartışılan bu uyum sorununu niteliksel açıdan çözmeye çalışan bir disiplin ve uğraşı alanıdır (Ünlü, 2018). Bu kapsamda günümüzde yaşlılık sürecine yönelik üretilen politikalar, gündelik yaşamın ve bu yaşamın geçtiği yapılaşmış çevrenin yaşlıya uygun hale getirilmesine yönelik çabaların artırılması ve yaygınlaştırılması ile olmaktadır. Yaşlıların gündelik yaşama katılımı ve sosyal ilişkilerini sürdürebilmesi, etkileşimde oldukları yapısal çevrenin erişilebilirliği ve kullanılabilirliği sağlandığı ölçüde mümkündür (Tutal, 2016). Bütüncül

ve kapsayıcı yaklaşımı ile evrensel tasarım, yaşanan çevreyi yaşlılık sürecinin her döneminde yetilerini farklı düzeylerde kullanabilen insanlar ve çeşitli insanlık durumları için uygun hale getirirken, odağına potansiyel tüm kullanıcılarının ihtiyaçlarını, beklentilerini ve tahayyüllerini alarak (tasarıma katılımlarını sağlayarak), bağımsız ve eşitlikçi kullanımı da karşılayacak planlama ve tasarımları kapsamaktadır.

Bu anlamda, paylaşılan “Türkiye’de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri” araştırması biz tasarımcılara yaşlanma ve yaşlılık dönemine dair kalıplaşmış yargılardan sıyrılma ve kullanıcı beklentilerini doğrudan deneyimleme fırsatı yaratırken, aktif yaşlanmayı destekleyen kapsayıcı ve erişilebilir çevreleri oluşturmaya yönelik kritik öngörülerde bulunma imkanı da sağlayacaktır. Emeği geçen herkese içten teşekkürlerimi sunarım.

### Referanslar

*Ashman, K. K. ve Grafton H. Hull (1999) Understanding Generalist Practice, Chicago, Nelson Hall Publishers.*

*Danış, Z. (2006), Davranış Bilimlerinde Ekolojik Sistem Yaklaşımı, Aile ve Toplum Yıl: 8 Cilt: 3 Sayı: 9 Ocak-Şubat-Mart 2006.*

*Karşlı, D. (1982), Yaşlılık ve Türkiye’de Yaşlı Sorunları, Sağlık ve Sosyal Sigortalar Bakanlığı Hıfzısıhha Okulu Sosyal Hizmetler Bölümü Yayınları, Ankara.*

*Miley, K.K., O’ Melia, M., Dubois, B.L. (1998) Generalist Social Work Practice—An Empowering Approach.UK, Allyn and Bacon.*

*Özer, M. ve Karabulut, Ö. (2003), “Yaşlılarda Yaşam Doyumunu”, Türk Geriatri Dergisi, Cilt.6, Sayı:2, ss.72-74.*

*Salur,G.(2019) Mekan ve Yaşlılık, Artı Nefes Vakfı, http://www.artinefes.com.tr/me kan-ve-yaşlılık-2/ [25.8.2019 erişim tarihi]*

*Tutal, O. (2016), Yaşlılık, Yaşam Çevresi ve Evrensel Tasarım, Yaşlılık Disiplinlerarası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler (Edit: Velittin Kalmkara) Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti, S: 489-507.*

*Ünlü, A. (2018), “Ekolojik Adaptasyon, Yaşlılık ve Mimarlık”, Sağlıkli Kentler Birliği Kadıköy Konferansı “Aktif Yaşlanma”, 12-14 Ekim 2018, Kadıköy*

## Yaşlı ve öfkesiz

### Metin Solmaz

Fethiye'de bir arkadaşımınla beraber Uçarsu Yaylası'na gitmiştim. Sonbahar, yani dönüş vaktiydi. Bir tek büyük çadır kalmıştı. Arabayı çadırın önüne çekti, selam verelim dedik.

İçeriden bir ses geldi: Buyurun evladım.

Belli ki yaşlı birisi bizi içeri çağırıyordu. Biz de "Amca hava çok güzel sen dışarı gelsene" dedik. Adam güldü. Reddemeyeceğimiz bir ses tonuyla "Siz gelin hele", dedi. Merakla girdik içeri. Amca yüzden ibaretti. Üzeri yorganlar ve battaniyelerle kapalıydı, bütün vücudu felçliydi. Üstelik kördü.

İnanamadık. İnanamadığımız gibi kımıldayamadık da. Adam gülerken yanına çağırdı. Anlamıştı şaşkınlığımızı. Hal hatır sormaya başladı. Sohbet her ne kadar enerjik olsa da bizde enerji filan kalmamıştı. Bir de adamın bizi teselli ediyor olması çok fenaydı. Bize uzun uzun çocuklarının torunlarının çalışmaya gittiğini durumun görüldüğü kadar fena olmadığını onyıllardır bu halde olduğunu ve buna alıştığını, mutlu olduğunu anlattı

ve gidin dedi. Gidemeyişimizi anlamış ve üzülmüştü. Seni böyle nasıl bırakır gideriz demeye yeltendim. Ama diyemedim. Adamın aylardır yıllardır yaşadığına kim olarak müdahale edecektim? Dahası yargılayıp korumaya kalkışacaktım. Sonra da arkadaşlarıma bir macera olarak anlatmak üzere olay yerinden uzaklaşacaktım. Ve amca hayatına dönecekti. Gidip çocuklarını bulmaya kalkışmak filan da saçmalık olacaktı. Aklımıza gelen bütün her şey saçma geldi bize. Nitekim kös kös gittik.

Görüntü Almodovar filmi gibiydi. Devasa bir çadırda küçülmüş, battaniyeler altında ezilmiş, çok, çok yaşlı ve felçli bir amca. Bu görüntüyle beraber değerlendirmesi zor, tuhaf ama sahici "bir tatlı huzur", gösterişsiz bir bilgelik vardı adamda. Ve enteresan olanı berrak bir Türkçe, çalışan bir akıl hatta nefis bir mizah duygusu eşlik ediyordu huzuruna. Alaylı bir ses tonuyla "Ne sandınız?", "Hadi anacım hadi" gibi ince nükteler işitmiştik.

Harikulade bir gün geçirdik. Ara ara amcamızı -amcamız olmuştu bile- nedense konuştuk. Asla ayağımız çekmiyordu amcaya bakmak üzere dönmeye. Kaçış yoktu tabii. Eninde sonunda dönecektik.

Döndük.

Gözlerimize inanamadık. Çadırın içinde 20 kişi kadar kalabalık bir aile vardı. Amcanın üzerinde tepinen üç tane küçük çocuk vardı. Ve amca kıkır kıkırdı. Nasıl güzel gülüyordu, nasıl mutluydu. Biz ağızımız açık

kalakaldık. Amcanın oğlu, yanıma gelip amcanın bizi anlattığını yemeğe beklediklerini zaten, hatta bizim için yemeği geciktirdiklerini söyleyip sofrayı kurdular. Amca meşguldü, bizimle gündüzki kadar çok ilgilenmedi. Ama biz onunla çok ilgilendik tabii. Gündüz -biraz utanarak- acımıştık, akşam -çok utanarak- hayranlık duyuyorduk.

Harikulade bir akşam yemeği yedik. Sohbet ettik. Amca sohbetlerin bir çoğuna girdi. Gülümsüyordu. Çok sahici gülümsüyordu.

Hep beraber, her yaştan ve kalabalık bir şekilde huzur içinde yaşamının resmini yapmışlardı. Üstelik bir de "fakir ama neşeli" durumu eklenmişti ki işin en tatlı kısmı oydu.

Bu araştırmayı okuduğumdan beri bu hikaye dönüp duruyor kafamda.

Amca bir tek kere olsun botoks yaptırmamış, krem kullanmamıştı. Ama çok güzel görünüyordu. Amcanın bakım ve bakıcı dolu bir hayatı yoktu. Ama bir işi yarım bırakılıyor gibi de değildi.

Amcanın yanında yaşıtı arkadaşları, eşi yoktu. Yaşına yakın kimse bile yoktu. Hatta gündüzleri yanında kimse yoktu. Ama yalnız birisi olmaya çok uzaktı. Yaşlılığını reddetmiyor, önüne gelene "Kaç yaşında gösteriyorum?" diye sormuyordu. Hatta muhtemelen bu soruyu hayatında hiç sormamıştı.

Öfkesiz, huysuz olmadığı gibi çok eğlenceliydi. Hiç öyle bulunduğu duruma isyan eder gibi görünmüyordu.

Ölümü bekler gibi bir hali de yoktu. Çok konuşmaya meraklı değildi. Ama konuştu mu asla tekrara düşmeyen ve muhakkak dinleten bir yanı vardı. Bu bile yaşlı klişelerinin tamamını yerle bir etmeye yeterliydi.

Ve (maalesef yaşlıların da kabullenmek suretiyle zımni işbirlikçisi olduğu) yaşlı ayrımcılığını örtmeye, görünmez kılmaya yarayan o plastik hürmetten de eser yoktu ortalıkta. Amca elbette bir pozitif ayrımcılık görüyordu. O haldeki herkes en vicdansız ortamda bile pozitif ayrımcılık görür. Ama insanın insana zaten göstermekle yükümlü olduğu saygının dışında ilişkilerinde bir tek şey yoktu. "Oğlum, kızım, tepinmeyin dedenizin üzerinde" düzeyinde bile müdahale yoktu. Çocuklar da durması gereken yerleri biliyordu. Yahut ben konudan o kadar etkilenmişim ki her şey gözüme mükemmel görünüyordu.

Büyük şehir hayatında bunun ne kadar imkansız olduğunu farkındayım. Büyük şehirlerin genellikle çocuklar, yaşlılar, engelliler yokmuş gibi dizayn edilmiş olduğunu da farkındayım. Sosyal örgütlenmede bir çok yapının çocukları yahut yaşlıları göz önünden çekmeye dönük olması da cesaretimi bir miktar kırıyor.

Lakin son yıllarda konuya artan ilgiyle beraber bir değişme umudunun belirdiğini de görüyorum. Bu yüzden AvivaSA'nın araştırmasını ve o araştırma üzerinden yapılacak iletişimi hepimiz için çok umut verici buluyorum.

2018 yılının son çeyreğinde saha çalışmaları tamamlanan "Türkiye'de Yaşlılık Tahayyülleri ve Pratikleri Araştırması" Türkiye'deki orta yaş ve yaşlı nüfusun yaşlılığı nasıl tarif ettiği ve nasıl tahayyül ettiğini anlamayı hedefledi. Bunu yaparken yaşlılık tecrübeleri, planları, yatırımları, potansiyelleri ve gündelik yaşam tecrübeleri gibi konulara odaklanarak olgusal durumu tespit etmeyi amaçladı.

12 ilde; yarısı 35-64 yaş aralığı, yarısı 65 yaş ve üstü olan toplam 2400 kişiyle anket çalışması, 60 kişiyle derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilerek tamamlanan araştırma, bu bağlamda Türkiye temsili olarak yapılan ilk araştırma olma iddiasını taşıyor.

YADA'nın çalışmaları ve AvivaSA'nın katkılarıyla ortaya çıkan bu kitabın yaşlılara ve yaşlanmaya yönelik algıların ve yargıların güçlerine, kaynaklarına ve beslendikleri dinamiklere ışık tutacağını düşünüyoruz. Çalışmanın alanda çalışan herkese faydalı olması temennisizle...

Daha detaylı bilgi için [heryasta.org](http://heryasta.org)