



İNSAN VE TOPLUM BİLİMLERİ
ARAŞTIRMALARI DERGİSİ

Cilt / Vol: 7, Sayı/Issue: 2, 2018

Sayfa: 1351-1363

Received/Geliş: Accepted/Kabul:

[22-12-2017] – [16-05-2018]

Yaşlı Bireylerde Algılanan Sosyal Desteğin Yaşam Doyumu Üzerine Etkisi

Ayfer AYDINER BOYLU

Doç. Dr., Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi
Assoc. Prof., Hacettepe University Faculty of Economic and Administrative Sciences

Orcid ID: 0000-0003-4177-5972

aaboynu@hacettepe.edu.tr

Gülay GÜNAY

Prof. Dr., Karabük Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi
Prof. Dr., Karabük University Faculty of Economic and Administrative Sciences

Orcid ID: 0000-0002-8234-6683

ggunay@karabuk.edu.tr

Öz

Bu çalışmada yaşlı bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin yaşam doyumları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmanın örneklemine Ankara'nın Çankaya ilçesine bağlı farklı sosyoekonomik düzeydeki 60 ve daha yukarı yaş grubunda olan bireyler arasında sistematik örnekleme yöntemi ile seçilen 516 kişi alınmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre yaşlı bireylerin birlikte yaşadıkları bireyler ($p<0.001$), çocuklarını görme sıklıkları ($p<0.001$) akrabalarını görme sıklıkları ($p<0.001$) ve sosyal destek algısı arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı iken yaşam doyumu ile sadece çocuklarını görme sıklıkları ($p<0.001$) ve akrabalarını görme sıklıkları ($p<0.001$) arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda algılanan sosyal destek düzeyinin yaşam doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna da ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaşlı, Yaşam Doyumu, Sosyal Destek, Yaşlılıkta Sosyal Destek, Yaşlılıkta Yaşam Doyumu, Sosyal Destek ve Yaşam Doyumu

The Effect of the Perceived Social Support on the Elderly Life Satisfaction

Abstract

This study aims to investigate the effect of social support level perceived by elderly people on life satisfaction. The sample of the study comprised of 516 people selected by systematic sampling method among 60 and older age group in different socioeconomic level from Çankaya county of Ankara. According to the results of single-way ANOVA, the relationship between family members living together ($p < 0.001$), frequency of seeing their children ($p < 0.001$), frequency of seeing their relatives ($p < 0.001$) and social support perceptions of elderly individuals were statistically significant. On the other hand, relationship between life satisfaction and only frequency of seeing their children ($p < 0.001$), frequency of seeing their relatives ($p < 0.001$) were significant. In addition, findings shown that the level of perceived social support is an important predictor of life satisfaction.

Keywords: Elderly, Life Satisfaction, Social Support, Social Support in Old Age, Life Satisfaction in Old Age, Social Support and Life Satisfaction

Giriş

Son yıllarda tüm dünyada yaşlı nüfusunda yaşanan artış, yaşlı nüfusun psikolojik, sosyal, kültürel ve ekonomik açıdan çözümlenmesi gereken sorunlarını da beraberinde getirmiştir (Kurt, Beyaztaş ve Erkol, 2010). Bu süreçte fiziksel kayıpların yanı sıra kültürel, çevresel ve ekonomik kayıpların yaşanılması kaçınılmazdır (Sözen, 2014). Özellikle eşin ölümü, gelirden düşüş, sağlığın kötüleşmesi, sosyal güvencenin yetersiz olması gibi olumsuzluklar yaşlı bireylerin yaşam doymalarını olumsuz yönde etkilemektedir (Özmete, 2008). Aynı zamanda yaşlılık doymu ve çeşitli demografik değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok çalışmada yaş artışıyla yaşam doymu arasında negatif bir korelasyonun varlığını ortaya koymuştur (Bakış ve Çınar 2007).

Yaşlıların yaşam doymunu; fiziksel ve ekonomik refah, psikolojik durum, rekreasyon faaliyetlerine katılım, sosyal çevre ile ilişkiler ve ekonomik koşullar gibi pek çok faktör etkilemektedir. Yaşlıların yaşam doymunu etkileyen önemli faktörlerden bir diğeri de sosyal destek ihtiyaçlarıdır (Kahraman, Zincir, Kaya ve Esen, 2011). Çünkü sosyal destek, mevcut zorluklarla mücadele etmede bireyin en önemli yardımcılarıdır (Sorias, 1988). Sosyal destek ağı daha geniş olan bireylerin zorlukların üstesinden gelmede daha başarılı oldukları bilinmektedir (Elbir, 2000). Çeşitli çalışmaların sonuçları da, sosyal destek sisteminin ortaya çıkabilecek sorunların önlenmesinde ve mevcut sorunların çözümünde son derece önemli olduğunu ortaya koymaktadır (Eker, Akar ve Yıldız, 2001; Kaziasty, 2005; Kapıkıran, 2016; Kaçan Softa, Bayraktar ve Uğuz, 2016). Sosyal destek sistemi, yaşlılığa uyum sürecini kolaylaştırdığı gibi yaşam doymunu da arttırmaktadır.

Çeşitli çalışmaların sonuçları, algılanan sosyal destek düzeyindeki artışın yalnızlık düzeyinde azalma sağladığını göstermektedir (Yılmaz, Yılmaz ve Karaca, 2008; Kapıkıran, 2016). Aynı zamanda sosyal desteğin yetersiz olması durumunda yaşlı bireylerde mortalite riskinin arttığı ifade edilmektedir (Dhar, 2001). Çeşitli çalışmalarda olduğu gibi (Molzahn ve Gail, 2007) Altıparmak (2009) tarafından huzurevlerinde kalan yaşlıların algıladıkları sosyal destek ve yaşam doymu arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapılan çalışmada da, sosyal destek ile yaşam doymu arasında pozitif korelasyon olduğu saptanmıştır.

Psikososyal ve toplumsal değişiklikler dikkate alındığında bireyin toplumsal etkinliği, çevresiyle olan ilişkileri, saygınlığı, sosyal yaşantısı ve destekleri giderek azalmakta; toplumsal yaşamda var olan etkin rolü yaşlılıkla birlikte kaybolurken daha edilgen bir pozisyona yönelmektedir (Şahin ve Yalçın, 2008). Birey yaşlılık dönemine kadar kendi ihtiyaçlarını karşılayıp toplum için üretken bir konumdan, giderek tüketen ve yardıma muhtaç insan durumuna gelebilmekte ve yaşam doymu da azalabilmektedir (Başterzi ve



Yalçın, 2005). Farklı kültür yapılarında ve farklı yaşam dönemlerinde yaşam doyumunun en önemli bileşeninin sosyal ilişkiler ve sosyal destek olduğunu söylemek mümkündür (Fernandez-Ballesteros, 2002). Sonuç olarak yaşlılıkta yaşam doyumunu aile üyeleri, akraba ve arkadaşların sağlamış olduğu sosyal destekten önemli ölçüde etkilenmektedir (Kooshar ve ark. 2012; Kaziasty, 2005). Çünkü yaşlı bireylerin eş, aile ve arkadaşlarından oluşan sosyal ağ, hem fiziksel, hem de psikolojik sağlığını olumlu yönde etkiler (Altıparmak, 2009). Yaşlanma ile birlikte bireylerin çevresindeki sosyal desteğin azalması, çeşitli sosyal gereksinimlerini karşılayamamaları, yalnızlık duygusuna, bedensel ve ruhsal sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına, sonuçta yaşam doyumunun azalmasına yol açabilir. Bu nedenle bu çalışma yaşlı bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin yaşam doyumları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla planlanmıştır.

Yöntem

Örneklem

Bu çalışma Ankara'nın merkez ilçelerinden Çankaya ilçesine bağlı yerleşim birimlerinde yürütülmüştür. Türkiye İstatistik Kurumunun (TSİ, 2013) verilerine göre Çankaya ilçesinde 60 ve daha yukarı yaş grubunda toplam 141.700 kişi ikamet etmektedir. Araştırmaya alınacak birey sayısının belirlenmesinde örneklem genişliği formülünden yararlanılmıştır. %95 güvenirlilik ve %5 hata payı ile evrenden alınması gereken örneklem büyüklüğü 384 olarak belirlenmiştir. Ancak örneklem hatasını azaltmak ve kayıp veri durumunu kontrol altına alabilmek için 550 yaşlı bireye ulaşılmıştır.

Örnekleme oluşturan bireylere ulaşmak amacıyla Aile Sağlık Merkezlerinin kayıtlarından yararlanılmıştır. Çankaya ilçesine bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren toplam 51 Aile Sağlık Merkezi arasından Basit Rasgele örnekleme yöntemi ile seçilen 5 Aile Sağlık Merkezi (ASM) çalışma kapsamına alınmıştır.

5 ASM'de bulunan kayıtlar bilgisayar ortamında incelenmiş 60 ve daha yukarı yaş grubunda yer alan bireyler listelenmiştir. Örnekleme alınacak birey sayısının belirlenmesinde sistematik örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Beş ASM'nin kayıt sisteminde yer alan 60 ve daha yukarı yaş grubundaki birey sayısı (n=11987) örneklem sayısına bölünerek örnek aralığı (21) saptanmıştır. Rasgele sayılar tablosundan seçilen sayıdan başlanılarak örnek aralığı kadar sayılmış ve çıkan birey örnekleme alınmıştır. Ayrıca listede örnekleme alınan bireyin bir alt ve bir üst sırasında yer alan bireyler yedek olarak seçilmiştir. Belirlenen örneklem sayısına ulaşıncaya kadar seçime devam edilmiştir.



Süreç

Çalışmada veri toplama aşamasına geçilmeden önce, anket formunun etik olarak uygunluğuna ilişkin gerekli izinler alınmıştır. Çalışmanın verileri araştırmacılar tarafından yüz yüze yapılan görüşmeler sonucu toplanmıştır. Katılımcıya öncelikle çalışmanın amacı ve önemi hakkında araştırmacılar tarafından bilgi verilmiştir. Ayrıca katılımcılara çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu, görüşmenin herhangi bir noktasında vazgeçilebileceği de açıklanmıştır. Katılmak istemeyen bireyler araştırma kapsamına alınmamış listede yer alan yedek bireyler ile görüşme yoluna gidilmiştir. Yaşlı bireylerin çalışmaya katılmayı kabul etmemesi, yedek katılımcılara ulaşamaması ve bireylerin ankete eksik cevap vermesi nedeniyle toplam 516 anket formu değerlendirmeye alınmıştır (%93.8 katılım oranı). Katılımcılarla yapılan yüz yüze görüşmeler yaklaşık 30 dk. sürmüştür. Çalışmanın veri toplama aşaması yaklaşık on hafta (Mayıs – Ağustos 2014) sürmüştür.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada demografik bilgi formu, Sosyal Destek Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu: Cinsiyet, yaş, medeni durum, aylık gelir düzeyi, gelir algısı, eğitim düzeyi, fiziksel açıdan sağlık durumu algısı, birlikte yaşanan bireyler, çocukların görülme sıklığı, akrabaların görülme sıklığı gibi demografik sorulara yer verilmiştir.

Sosyal Destek Ölçeği: Bireylerin çevrelerinden algıladıkları sosyal destek düzeylerini belirlemek amacıyla Krepi (1993) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplam 19 sorudan ve “hiçbir zaman” ile “her zaman” arasında değişen beşli likert tipinde hazırlanmıştır. Beş basamaklı ölçek üzerinde tümü olumlu olarak ifade edilen her bir madde için 0 – 4 arası puanlandırma yapılmaktadır. Öçekten alınabilecek en yüksek puan 76, en düşük puan ise 0’dır. Yükselen puanlar algılanan sosyal destek miktarındaki artışa işaret etmektedir. Sosyal Destek Ölçeği daha sonra Torun (1995) tarafından revize edilmiştir. Torun (1995) tarafından Krespi’nin (1993) aracının elde edilebilir sosyal destek bölümü yeniden düzenlenmiş ve yapılan analizler sonucunda “bilgisel ve maddi destek”, “duygusal destek” ve “beraberlik desteği” olarak üç boyut elde edilmiştir. Torun (1995) tarafından Sosyal Destek Ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı .92 olarak belirlenmiştir. Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı bu çalışma için .96 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Toplam beş maddeden oluşan “Yaşam Doyumu Ölçeği” Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilmiştir. Yedili likert tipi ölçek “kesinlikle katılmıyorum” (1) ile “kesinlikle katılıyorum” (7) arasında derecelendirilmektedir. Ölçek bireyin yaşamını değerlendirmesi, diğer bir ifade ile yaşam doyum düzeyini belirlemesi amacıyla



tasarlanmıştır. Diener ve arkadaşları orijinal çalışmada ölçeğin Cronbach alfa güvenirliğini .87 olarak, ölçüt bağımlı geçerliğini ise .82 olarak bulmuşlardır. Ölçekten alınacak puanın yüksek olması yaşam doyumunun yüksek olduğunu göstermektedir.

Diener ve arkadaşları (1985), tarafından geliştirilen ölçek, Köker (1991) tarafından Türkçeye çevrilmiş ve uyarlanmıştır. Ölçeğin; test-tekrar test güvenirliği .85, madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise yaşam doyumu ölçeğinin güvenirlik düzeyi .90 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırma formu ile toplanan bilgiler "SPSS for Windows 18.0" istatistik paket programı ile değerlendirilmiştir. Çalışmada elde edilen verilerin analizi için öncelikle betimsel analizler; sayı ve yüzde dağılımları, ortalamalar, standart sapmalar hesaplanmıştır.

Çalışmada yaşlı bireylerin yaşam doyumları ile bağımsız değişkenler (birlikte yaşanan bireyler, çocukların görülme sıklığı ve akrabaların görülme sıklığı) arasındaki farkın istatistiksel olarak önemli olup olmadığını test etmek amacıyla "Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)" uygulanmıştır. Analiz sonucunda farklılığın önemli bulunması durumunda farklılığın hangi grup ya da gruplardan kaynaklandığı "Çoklu Karşılaştırma Testi (LSD)" ile kontrol edilerek sonuçlar tablolar halinde verilmiştir (Büyüköztürk, 2007:67).

Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişki düzeyini ya da miktarını ve yönünü belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Yaşlı bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile demografik değişkenler ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına Spearman Korelasyon analizi ile bakılmıştır. Bağımsız değişkenlerin cinsiyet, yaş, medeni durum, aylık gelir, öğrenim durumu ve fiziksel sağlık durumunun yaşlı bireylerin sosyal destek algı düzeylerine hangi sırayla katkı sağladıklarını belirleyebilmek amacıyla Çoklu Regresyon Analizi uygulanmıştır. Analiz öncesinde uç değerlerin olup olmadığına bakılmış ve regresyon analizinin "doğrusallık" ve "çok değişkenli normallik" varsayımlarını karşıladığı görülmüştür.

Bulgular

Çalışma kapsamına alınan yaşlı bireylerin 165'ini kadınlar, 351'ini erkekler oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 60 – 91 arasında değişmekte olup, ortalama yaş 66 (S:5.6) olarak hesaplanmıştır. Hem kadın (%52.7) hem de erkek (%78.3) katılımcılar arasında evli olduğunu belirtenlerin oranı bekar olanlardan yüksektir. Yaşlı bireyler arasında en düşük aylık gelir düzeyinin 640 TL en yüksek aylık gelir düzeyinin ise 10000 TL olduğu gözlemlenmiştir. Aylık ortalama gelir düzeyi 2026,13 TL (S:1261) olarak hesaplanmıştır.



Çalışmada bireylere sahip oldukları gelir miktarını nasıl değerlendirdikleri sorulduğunda; %36.0'sının sahip oldukları aylık gelir miktarının yeterli olup olmadığına dair herhangi bir fikirlerinin olmadığını, %29,1'i sahip oldukları aylık gelir miktarının kötü, %23.3'ü ise sahip oldukları aylık gelir miktarının iyi olduğunu belirtmişlerdir.

Yaşlılar arasında en fazla ilkokul mezunu olanların oranı (%40.5) yüksektir (Kadın: %54.6, Erkek: %33.9). Yaşlı bireylerin %23.3'ünün lise, %18.6'sının ortaokul, %9.5'inin lisans ve üzeri, %8.1'inin ise önlisans diploması vardır. Yaşlılar genel olarak fiziksel sağlıklarının iyi olduğunu (%42.6) belirtmişlerdir (Tablo 1).

Çalışma kapsamına alınan yaşlı bireylerin yaklaşık yarısı (%49.0) kendi evlerinde eşleri ile yaşadıklarını belirtmiştir. Gerek kadınlar (%40.0) gerekse erkekler (%53.3) arasında kendi evlerinde eşleri ile yaşayanlar önde gelmektedir. Yaşlılar arasında çocuklarını her gün gördüklerini (%41.5) belirtenler ilk sırada, haftada 1-2 gün gördüklerini belirtenler (%29.7) ikinci sırada yer almaktadır. Ayrıca akrabalarını hafta 1-2 gün gördüklerini belirtenlerin (%26.0) ilk sırada gelmekte, bunu ayda 1 gün gördüklerini (%25.4) belirtenler izlemektedir (Tablo 1).

Tablo 1. Demografik Değişkenler

Demografik Değişkenler	Kadın (n = 165)		Erkek (n = 351)		Toplam (n = 516)	
	Ort.	S	Ort.	S	Ort.	S
Yaş (Ort.: 66.1; S: 5,6)	65,9	5,8	66,2	5,5	66.1	5.6
Medeni Durum	N	%	N	%	N	%
Bekar (bekar, dul ya da boşanmış)	78	47,3	76	21,7	154	29,8
Evli	87	52,7	275	78,3	362	70,2
Aylık Gelir (Ort.: 2026,1; S: 1261,0)						
1250 TL ve daha az	70	42,4	89	25,4	159	30,8
1251–2000 TL	47	28,5	136	38,7	183	35,5
2001 TL ve daha fazla	48	29,1	126	35,9	174	33,7
Gelir Algısı						
Çok kötü	7	4,2	16	4,6	23	4,4
Kötü	47	28,5	103	29,3	150	29,1
Kararsız	61	37,0	125	35,6	186	36,0



İyi	37	22,4	83	23,6	120	23,3
Çok İyi	13	7,9	24	6,9	37	7,2
Eğitim						
En fazla ilkokul mezunu	90	54,6	119	33,9	209	40,5
Ortaokul mezunu	19	11,5	77	21,9	96	18,6
Lise mezunu	38	23,0	82	23,4	120	23,3
Ön lisans mezunu	10	6,1	32	9,1	42	8,1
Lisans ve üstü mezunu	8	4,8	41	11,7	49	9,5
Sağlık Durunu						
Çok kötü	6	3,6	3	,9	9	1,7
Kötü	31	18,8	41	11,7	72	14,1
Ne iyi – Ne kötü	63	38,2	126	35,9	189	36,6
İyi	59	35,8	161	45,9	220	42,6
Çok İyi	6	3,6	20	5,6	26	5,0
Birlikte yaşanan bireyler						
Kendi evinde yalnız	39	23,6	68	19,4	107	20,7
Kendi evinde bakıcı ile	7	4,3	-	-	7	1,5
Kendi evinde eşi ile	66	40,0	187	53,3	253	49,0
Kendi evinde çocukları ile	23	13,9	34	9,7	57	11,0
Kendi evinde eşi ve çocukları ile	14	8,5	59	16,8	73	14,1
Çocuklarının evinde onlarla birlikte	16	9,7	3	0,8	19	3,7
Çocukların görülme sıklığı						
Her gün	75	45,5	139	39,6	214	41,5
Haftada 1-2 gün	47	28,5	106	30,2	153	29,7
2 haftada 1 gün	12	7,3	24	6,8	36	7,0
Ayda 1 gün	13	7,9	41	11,7	54	10,5
Yılda birkaç defa	18	10,8	41	11,7	59	11,3
Akrabaların görülme sıklığı						
Her gün	22	13,3	37	10,5	59	11,4
Haftada 1-2 gün	46	27,9	88	25,1	134	26,0
2 haftada 1 gün	26	15,8	61	17,4	87	16,9
Ayda 1 gün	38	23,0	93	26,5	131	25,4



Yılda birkaç defa	33	20,0	72	20,5	105	20,3
-------------------	----	------	----	------	-----	------

Yaşlı bireylerin algıladıkları sosyal destek ile birlikte yaşadıkları bireyler, çocuklarını görme sıklıkları ve akrabalarını görme sıklıkları arasındaki ilişkiye yönelik tek faktörlü varyans analizi sonuçları Tablo 2’de gösterilmiştir. Tablo 2 incelendiğinde, yaşlı bireylerin algıladıkları sosyal destek ve birlikte yaşadıkları bireyler ($F=4,360$; $df=4-514$; $p<0.001$), çocuklarını görme sıklıkları ($F=29,377$; $df=4-514$; $p<0.001$) akrabalarını görme sıklıkları ($F=20,179$; $df=4-514$; $p<0.001$) arasındaki ilişkinin istatistiksel açıdan da anlamlı olduğu bulunmuştur. Çoklu karşılaştırma testlerinden LSD testi sonuçlarına göre algılanan sosyal destek ile birlikte yaşadıkları bireyler, çocuklarını görme sıklıkları ve akrabalarını görme sıklıkları arasındaki istatistiksel önemliliğin hangi kategori ya da kategorilerden kaynaklandığı Tablo 2’de açıklanmıştır.

Tablo 2. Yaşlı Bireylerin Algıladıkları Sosyal Destek İle Bağımsız Değişkenler Arasındaki Tek Faktörlü Varyans Analizi Sonuçları

Demografik Değişkenler	N	Algılanan Sosyal Destek		
		Ort.	S	LSD Test
Birlikte yaşanan bireyler		$F=4,360$; $df=5-514$; $.001^*$		
Kendi evinde yalnız	106	44,9	21,2	
Kendi evinde bakıcı ile	7	47,3	29,3	1. – 3.
Kendi evinde eşi ile	253	53,4	16,2	1. – 4.
Kendi evinde çocukları ile	57	52,4	19,5	1. – 5.
Kendi evinde eşi ve çocukları ile	73	50,6	17,5	1. – 6.
Çocuklarının evinde onlarla birlikte	19	59,7	10,9	
Çocukların görülme sıklığı		$F=29,377$; $df=4-514$; $.000^*$		
1. Her gün	214	54,9	16,9	1.-4.
2. Haftada 1-2 gün	153	57,2	13,9	1.-5. 2.-5.
3. 2 haftada 1 gün	36	50,0	12,9	2.-3. 3.-4.
4. Ayda 1 gün	54	39,2	14,9	2.-4. 3.-5.
5. Yılda birkaç defa	59	34,9	23,1	
Akrabaların görülme sıklığı		$F=20,179$; $df=4-514$; $.000^*$		
1. Her gün	59	59	58,4	4.-1. 5.-1.
2. Haftada 1-2 gün	134	134	56,9	4.-2. 5.-2.



3. 2 haftada 1 gün	87	86	54,7	4.-3.	5.-3.
4. Ayda 1 gün	131	131	49,7	4.-5.	5.-5.
5. Yılda birkaç defa	105	105	39,4		

*P<0.001

Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü ve şiddetini belirlemek amacıyla uygulanan "Spearman Korelasyon" analizi sonuçları Tablo 4'de yer almaktadır. Spearman Korelasyon analizi sonuçlarına göre yaşlı bireylerin yaşam doyumları ile öğrenim düzeyi ($r=0.21$; $p<0.01$), ve algılanan sosyal destek düzeyi ($r=0.43$; $p<0.01$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Aynı zamanda bağımsız değişkenlerden, gelir algısı ($r=-0.67$; $p<0.01$), fiziksel sağlık durumu ($r=-0.31$; $p<0.01$) ile yaşam doyumu arasında negatif yönlü anlamlı ilişkinin olduğu gözlemlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 3. Spearman Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	9
1. Cinsiyet	-,05
2. Yaş	-,02
3. Medeni durum	-,06
4. Aylık gelir	-,02
5. Gelir algısı	-,67**
6. Öğrenim durumu	,21**
7. Fiziksel sağlık durumu	-,31**
8. Sosyal destek	,43**
9. Yaşam doyumu	1,000

** 0.01; * 0.05

Yaşlı bireylerin yaşam doyumları üzerinde etkili olabilecek bağımsız değişkenlere (cinsiyet, yaş, medeni durum, aylık gelir, gelir algısı, öğrenim durumu, fiziksel sağlık durumu, algılanan sosyal destek ölçeği) ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 5'de gösterilmiştir. Öğrenim durumu, fiziksel sağlık durumu ve algılanan sosyal destek değişkenlerinin, yaşlıların yaşam doyum puanları ile anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmektedir ($R=.721$, $R^2=.520$, $F=49.400$, $p<.001$). Öğrenim durumu, fiziksel sağlık durumu ve algılanan sosyal destek değişkenleri birlikte yaşlıların yaşam doyumuna ilişkin toplam varyansın %52'sini açıklamaktadır.

Standarize edilmiş regresyon katsayı β (beta) değerleri arasında en yüksek olan değişken görece olarak en önemli yordayıcıdır (Büyüköztürk, 2011:103). Standarize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, bağımsız değişkenlerin



yaşlıların yaşam doyumları puanları üzerindeki görece önem sırası öğrenim durumu ($\beta=-.63$, $p<.001$), algılanan sosyal destek puanları ($\beta=.22$, $p<.001$) ve fiziksel sağlık durumu ($\beta=-.15$, $p<.01$) şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise her üç bağımsız değişkenin yaşlıların yaşam doyum puanları üzerinde anlamlı yordayıcılar olduğu bulunmuştur (öğrenim durumu: $t=-18.574$, $p<.001$; algılanan sosyal destek: $t=6.667$, $p<.001$; fiziksel sağlık durumu: $t=-4.255$, $p<.001$) (Tablo 4).

Tablo 4. Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	B	Beta	t	Sig.	
1. Cinsiyet	-.43	,57	-.02	-,761	,447
2. Yaş	,06	,05	,04	1,205	,229
3. Medeni durum	-.92	,58	-.05	-1,575	,116
4. Aylık gelir	,79	,71	,05	1,120	,263
5. Gelir algısı	,15	,82	,01	,178	,859
6. Öğrenim durumu 1	,87	1,09	,03	,803	,422
7. Öğrenim durumu 2	1,40	1,03	,05	1,355	,176
8. Öğrenim durumu 3	,00	,00	-.03	-,908	,364
9. Öğrenim durumu 4	-5,11	,28	-.63	-18,574	,000*
10. Fiziksel sağlık durumu	-1,46	,34	-.15	-4,255	,000*
10. Algılanan Sosyal Destek	,10	,01	,22	6,667	,000*
R	.721				
R ²	.520				
R ² Adj.	.509				
F	49.400*				

* $p < 0.001$

Tartışma

Yaşam doyumunun en önemli belirleyicilerinden biri sosyal ilişkilerdir (Diener ve Seligman, 2002). Sosyal ilişkiler ve sosyal destek aynı zamanda sağlığın korunması ve sürdürülmesinde koruyucu bir mekanizma oluşturmaktadır (Kaçan Softa, Bayraktar ve Uğuz, 2016). Bu çalışma da yaşlı bireylerin sosyal destek algılarının yaşam doyumları üzerindeki etkisini belirlemek amaçlanmıştır. Bununla birlikte çalışmada yaşlı bireylerin birlikte yaşadıkları bireyler, çocuklarını görme sıklıkları ve akrabalarını görme sıklıkları değişkenleri ile sosyal destek algısı ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerde analiz edilmiştir.



Sosyal destek bireylerin sosyal ağlarının yanı sıra grup üyeleri arasındaki sosyal ilişkilerin işlevsel yönleri gibi yapısal özellikleri de içeren geniş bir kavramdır (Fernandez-Ballesteros, 2002). Sosyal ilişkiler ve sosyal destek açısından bireylerin nerede ve kimlerle birlikte yaşadıkları önemli bir noktadır. Çünkü toplum içinde veya bir kurumda yaşamak, yalnız veya aile üyeleri ile birlikte yaşamak ya da diğer insanlarla birlikte yaşamak sosyal ağlar ve bağlar oluşturmak için bireylere farklı fırsatlar sağlayabilir. Çalışmadan elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde de yaşlı bireylerin birlikte yaşadıkları bireyler, çocuklarını görme sıklığı ve akrabalarını görme sıklığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Yaşlıların çocuklarını görme sıklıkları azaldıkça, akrabalarını görme sıklıkları arttıkça sosyal destek algı puanları da artış göstermektedir. Eurostat tarafından 2010 yılında 27 Avrupa ülkesinde gerçekleştirilen bir çalışmada, yaş arttıkça sosyal izolasyonun da arttığını, yaşlı nüfusun arkadaşlıkların dağılması veya ölümlerinden olumsuz etkilendiklerini ve bu ilişkilerin yerine yenilerinin konulmasının oldukça zor olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte çalışmada arkadaşları ile görüşmelerin oranı akrabaları ile görüşmelerden daha yüksektir (EUROSTAT, 2010). Aynı zamanda çalışmada yaşlıların çocukları ve akrabaları ile görüşme sıklıkları arttıkça yaşam doyumlarının arttığı da gözlemlenmiştir. Fernandez-Ballesteros, (2002) tarafından İspanya’da gerçekleştirilen bir çalışmada her 10 kişiden 9’unun çocukları, torunları, akrabaları, arkadaşları ve diğer insanlarla görüşme sıklıkları arttıkça yaşam doyumlarının arttığı ortaya konulmuştur.

Tatmin edici sosyal ilişkilere sahip olan bireyler mutluluklarını daha çok, üzüntülerini daha az dile getirmektedirler. Aynı zamanda tatmin edici ilişkilere sahip olmayan bireylere göre yaşamlarından daha çok memnun olduklarını belirtmektedirler (Siedleck ve ark., 2013). Bu çalışmada da öğrenim durumu, fiziksel sağlık durumu birlikte algılanan sosyal desteğin yaşlılıkta yaşam doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Konuyla ilgili olarak yaşlılıkta sosyal destek ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkiyi inceleyen farklı çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir (McCauley, Blissmer, Marquez , Lerome ve Kramer 2000; Kapıkıran, 2016, Kooshiar ve ark. 2012; Unsar, Erol ve Sut, 2016; Shen ve Yeatts, 2013).

Yaşlı bireyin çevresindeki sosyal destek sistemini oluşturan aile, akraba, komşular, arkadaşların var olması, bireyin maddi ve manevi sorunlarının çözümünde destek göstermesi, bireyin sosyal hayatın zorluklarıyla daha kolay baş edip hayatın bütün güçlükleriyle daha fazla mücadele etmesini sağlayarak, hayatı kolaylaştırabilir. Yaşanan sorunlar aynı derecede yaşanmaya devam etse de bireylerin kendilerini daha güçlü, daha mutlu ve daha iyi hissetmesini sağlayarak daha kaliteli bir yaşlılık dönemi söz konusu olacaktır. Bu araştırmada elde edilen sonuçlar, yaşlıların algıladıkları sosyal



desteğin artmasının onların yaşam doymu üzerinde olumlu katkısı olduğunu ortaya koyması bakımından önemlidir.

Kaynakça / References

- Altıparmak, S. (2009). Huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin yaşam doymu, sosyal destek düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 23(3), 159 – 164.
- Bakış, E. ve Çınar, S. (2007). Huzur evlerinde yaşayan bireylerde özbakım gücü ve yaşam doymu arasındaki ilişki. *Hemşirelik Forumu*, 7, 89 – 93.
- Başterzi, A.D. ve Ertekin Yazıcı, A. (2005). Yaşamın son yılları. *Türkiye Klinikleri Journal of Internal Medical Sciences*, 1(27), 50 – 53.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*, 7.Baskı. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Dhar, H.L. (2001). Gender, aging, health and society. *The Journal of the Association of Physicians of India*, 49, 1012 – 1020.
- Diener, E. and Seligman, M.E.P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81 – 84.
- Eker, D., Akar, H. ve Yıldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlilik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 17 – 25.
- Elbir, N. (2000). *Lise 1. sınıf öğrencilerinin sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Eurostat (European Statistics) (2010). *Social participation statistics*. Erişim tarihi: 17 Ocak 2017, http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Archive:Social_participation_statistics.
- Fernandez-Ballesteros, R. (2002). Social support and quality of life among older people in Spain. *Journal of Social Issues*, 58, 645 – 659.
- Kaçan Softa, H., Bayraktar, T.ve Uğuz, C. (2016). Yaşlı bireylerin algılanan sosyal destek sistemleri ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını etkileyen faktörler. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(Haziran), 1 – 12.
- Kahraman, S., Zincir, H., Kaya, S. ve Esen, F. (2011). Bir huzurevinde yaşlı kadın ve erkeğin ayrı yaşamasının onların yalnızlık ve yaşam doymuna etkisi. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 1 – 16.
- Kapıkıran, Ş. (2016). Yaşlılarda yalnızlık ile yaşam doymu arasındaki ilişki: Sosyal desteğin aracılık rolünün sınanması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(Haziran), 13 – 25.
- Kaziasty, K. (2005). Social support and traumatic stress. *Disorder Research Quarterly*, 16(2), 1 – 8.



- Kooshiar, H.N., Yahaya, T.A., Hamid, T.A, Abu Samah, A. ve Sedaghat Jou, V. (2012). Living arrangement and life satisfaction in older Malaysians: The mediating role of social support function. *PLoS ONE* 7(8), e43125.
- Krespi, M. (1993). *An investigation of the relationship of life events and social support with depression in dialysis patients*. Boğaziçi University, İstanbul.
- Kurt, G., Beyaztas, F. and Erkol, Z. (2010). The problems of aged people and the life satisfaction. *Turkish Journal of Forensic Medicine*, 24(2), 32 – 39.
- McCauley, E., Blissmer, B., Marquez, D., Lerome, G. and Kramer, A. (2000). Social relations, physical activity and well being in older adults. *Preventive Medicine*, 33, 608 – 617.
- Molzahn, A.E. and Gail, L. (2007). Predictors of quality of life in old age: A cross-validation study. *Research in Nursing and Health*, 30, 141 – 150.
- Özmete, E. (2008). Yaşlılıkta yaşamın anlamının refah göstergeleri ile yordanması. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(15), 7 – 20.
- Shen, Y. and Yeatts, D.E. (2013). Social support and life satisfaction among older adults in China: Family-based support versus community-based support. *Journal of Aging and Human Development*, 77(3), 189–209.
- Siedlecki, K., Salthouse, T., Oishi, S. and Jeswani, S. (2014). The relationship between social support and subjective well-being across age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561 – 576.
- Sorias, O. (1988). Sosyal desteklerin ruhsal sağlığı koruyucu etkisinin depresyonlu ve sağlıklı kontrollerde araştırılması. *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(3), 1033 – 1039.
- Sözen, F. (2014). *Yaşlılarda yaşam kalitesi ve yaşlılık algısı: Başkent Üniversitesi Ankara Hastanesi örneği*. Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Şahin M. ve Yalçın, M. (2008). Huzurevinde veya kendi evlerinde yaşayan yaşlılarda depresyon sıklıklarının karşılaştırılması. *Türk Geriatri Dergisi*, 6, 10 – 13.
- Torun, A. (1995). *Tükenmişlik, aile yapısı ve sosyal destek ilişkileri üzerine bir inceleme*. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Unsar, S., Erol, O. and Sut, N. (2016). Social support and quality of life among older adults. *International Journal of Caring Sciences*, 9(1), 249 – 257.
- Yılmaz, E., Yılmaz, E. ve Karaca F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2), 71 – 79.

