

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI**  
**SOSYAL HİZMET BİLİM DALI**

**YAŞLILARDA PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ, SOSYAL  
DESTEK VE YAŞAM KALİTESİNİN SOSYAL MEDYA  
KULLANIMINA GÖRE İNCELENMESİ**

**DOKTORA TEZİ**

**Derya ALAÇAYIR**

**İstanbul**

**Mayıs-2024**

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI**  
**SOSYAL HİZMET BİLİM DALI**

**YAŞLILARDA PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ, SOSYAL DESTEK VE**  
**YAŞAM KALİTESİNİN SOSYAL MEDYA KULLANIMINA**  
**GÖRE İNCELENMESİ**

**DOKTORA TEZİ**

**Derya ALAÇAYIR**

**Tez Danışmanı**

**Doç. Dr. Emel YURTSEVER**

**İstanbul**

**Mayıs-2024**

## TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Sosyal Hizmet Bilim Dalında DOKTORA TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Doç. Dr. Emel YURTSEVER .....

Üye Doç. Dr. Taner ARTAN .....

Üye Doç. Dr. Esra TÖRE .....

Üye Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA .....

Üye Dr. Öğr. Üyesi Melek İPEK .....

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

## **BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ**

Doktora tezi olarak hazırladığım “**Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş, Sosyal Destek ve Yaşam Kalitesinin Sosyal Medya Kullanımına Göre İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından, sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

**Derya ALAÇAYIR**

## ÖN SÖZ

Dünya nüfusu giderek yaşlanmakta ve aynı zamanda dijital teknoloji de sürekli olarak yenilenecek ilerlemektedir. Yaşlılıkla birlikte bireylerde fiziksel kısıtlılık ve yalnızlık artmakta, sosyal, ekonomik, ruhsal ve sağlık sorunları ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla günümüzün dijitalleşen dünyasında sosyal medya ile ileri yaşta tanışan yaşlıların, sosyal medyayı nasıl deneyimlediklerini, sosyal medyayı kullanarak yaşam kalitesi, sosyal destek ve psikolojik iyi oluş düzeylerini artırabileceklerini düşünerek bu araştırmayı yapmaya karar verdim.

Çalışmanın bütün aşamasında, bu uzun süreçte ve lisansüstü eğitimim süresi boyunca benden desteğini esirgemeyen, tecrübeleri ve bilgisiyle her zaman yol gösteren değerli tez danışmanım Doç. Dr. Emel YURTSEVER'e teşekkürü bir borç bilirim. Alanda kendisiyle çalışma fırsatı bulduğum ve yaşlılık alanındaki deneyimleriyle ve bilgisiyle çalışmama katkı sağlayan tez izleme komitesi üyesi hocam Doç, Dr. Taner ARTAN'a, bilgisi, görüşleri ve tecrübesiyle çalışmamı zenginleştiren tez izleme komitesi üyesi hocam Doç. Dr. Esra TÖRE'ye teşekkür ederim. Tez savunmamda önerileriyle çalışmama katkı sağlayan Dr. Öğr. Üyesi Melek İPEK'e ve Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA'ya teşekkür ederim.

İstanbul Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü'ne bağlı 6 resmi huzurevinde kalan ve çalışmama tüm samimiyetleriyle katılım sağlayan sakinlere, çalışmamın uygulanmasında her türlü kolaylığı ve yardımı sağlayan huzurevleri müdürlerine ve meslek elemanlarına teşekkürlerimi sunarım.

Uzun yıllar birlikte çalışma fırsatımın olmasının yanında, her zaman yanımda olan, benimle bilgisini ve tecrübesini paylaşan, beni motive eden değerli arkadaşım ve meslektaşım Arzu TAMBULUT'a teşekkür ederim.

Bu uzun ve zorlu süreçte elinden geldiğince yaşamımı kolaylaştıran ve çalışmama verdiği teknolojik destekten dolayı kıymetli eşim Özgür ALAÇAYIR'a teşekkür ederim.

**Derya ALAÇAYIR**

## ÖZET

# YAŞLILARDA PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ, SOSYAL DESTEK VE YAŞAM KALİTESİNİN SOSYAL MEDYA KULLANIMINA GÖRE İNCELENMESİ

**Derya ALAÇAYIR**

Doktora, Sosyal Hizmet

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Emel YURTSEVER

Mayıs, 2024-187+XVI Sayfa

Araştırma, huzurevinde kalan yaşlıların psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kalitesini sosyal medya kullanımına göre karşılaştırarak, yaşlıların sosyal medyayı nasıl algıladıkları ve deneyimlediklerinin incelenmesini amaçlamaktadır. Karma yöntem ile yapılan bu çalışmada, yakınsayan paralel desen kullanılmıştır. Araştırmanın nicel kısmının örneklemini İstanbul ilinde bulunan altı resmi huzurevinde kalan, 60 ve üstü yaş grubunda yer alan, bilişsel ve ruh sağlığı problemi bulunmayan 302 yaşlı oluşturmaktadır. Araştırmanın nicel kısmında Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın nitel kısmında ise Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu kullanılarak araştırmanın nicel kısmına katılan ve sosyal medya kullanan 16 yaşlı ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Nicel verilerin analizinde SPSS 23.00 programı, nitel verilerin analizinde ise MAXQDA Analytics Pro 2020 programı kullanılmıştır.

Araştırmanın nicel bulguları; yaşlıların büyük çoğunluğunun sosyal medyaya telefonla bağlandığı, yaşlıların çoğunun Whatsapp kullandığı ve sosyal medyayı ailesi, yakınları ve arkadaşlarıyla iletişim kurmak için kullandıkları tespit edilmiştir. Sosyal medya kullanan yaşlıların, kullanmayan yaşlılara göre çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin arkadaş ile özel bir insan alt ölçek puanlarının ve algılanan sosyal destek düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca sosyal medya kullanan yaşlıların, kullanmayan yaşlılara göre yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeğinin özerklik ve memnuniyet algısı alt ölçek puanlarının ve yaşam kalitesi düzeylerinin daha yüksek

olduđu, sosyal medya kullanan yařlıların psikolojik iyi oluř dűzeylerinin kullanmayan yařlılardan daha yűksek olduđu saptanmıřtır.

Nitel boyutta derinlemesine yapılan gűrűşmeler; yaşlıların sosyal medya kullanımlarının sosyal destekleri, psikolojik iyi oluşları ve yaşam kaliteleri açısından önemine ilişkin bazı deneyimleri ortaya çıkarmıştır. Sosyal medya kullanımının sosyal destek için önemi kapsamında yaşlıların sosyal medya aracılığıyla sevdikleri kişilerle iletişimlerini sűrdűrebildikleri ve sosyal ilişkilerinin gűclendiđi ön plana çıkmıştır. Sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluř için önemi kapsamında yaşlıların çođu, gideceği yerleri önceden sosyal medyadan araştırdığını ve bilgi edindiğini, sosyal medya sayesinde kendini geliştirdiğini ve ilgilendiği alanlara ilişkin sayfaları kolaylıkla takip edebildiğini vurgulamıştır. Ayrıca yaşlı bireylerin çoğunluğu başkasıyla iletişim kurmanın yaşam kaliteleri açısından önemli olduğuna ve sosyal medyadan iletişim kurmanın daha ucuz olduğuna dikkat çekmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Yaşlılık, Sosyal Medya, Psikolojik İyi Oluş, Sosyal Destek, Yaşam Kalitesi

## **ABSTRACT**

# **AN INVESTIGATION OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, SOCIAL SUPPORT AND QUALITY OF LIFE AMONG THE ELDERLY BASED ON SOCIAL MEDIA USE**

**Derya ALAÇAYIR**

Ph. D. Social Work

Supervisor: Assoc. Prof. Emel YURTSEVER

May, 2024-187+XVI Pages

The purpose of the research is to examine how elderly individuals residing in nursing homes perceive and experience social media by comparing their psychological well-being, social support and quality of life based on their social media use. Employing a mixed method approach, this study used a convergent parallel design. The sample of the quantitative part of research consists of 302 elderly people, aged 60 and above, living in six official nursing homes in Istanbul, who do not have any cognitive or mental health problems. In the quantitative part of the research, Socio-Demographic Information Form, Psychological Well-Being Scale, Multidimensional Perceived Social Support Scale and Quality of Life Scale in the Elderly were used. In the qualitative part of the research, in-depth interviews were conducted with 16 elderly participants from the quantitative phase who use social media, using a Semi-Structured Interview Form. The SPSS 23.00 software was used in the analysis of quantitative data, and MAXQDA Analytics Pro 2020 software was used in the analysis of qualitative data.

The quantitative findings indicate that the majority of the elderly people use mobile phones to access social media, with many using WhatsApp for communication with family, relatives and friends. It was found that elderly people who use social media have higher multidimensional perceived social support scale, specifically in the sub-scales related to friends and significant others, compared to those who do not use social media. In addition, elderly people who use social media exhibit higher levels of perceived quality of life, particularly in the sub-scales of autonomy and satisfaction,

compared to non-users. Moreover, it was determined that the psychological well-being levels of elderly individuals who use social media are higher than those who do not. In-depth qualitative interviews revealed some experiences related to the importance of social media use of the elderly people in terms of their psychological well-being, social support and quality of life. Concerning the importance of social media use for social support, it emerged that the elderly people can maintain communication with their loved ones through social media leading to strengthened social relationships.. Regarding the importance of social media use for psychological well-being, most of the elderly emphasized that they research and gather information about places they intend to visit beforehand through social media, enabling personal development and easy access to pages related to their interests. In addition, the majority of elderly individuals pointed out that communicating with someone else is important for their quality of life and it is more cost-effective to communicate through social media.

**Keywords:** Elderliness, Social media, Psychological Well-Being, Social Support, Quality of Life

# İÇİNDEKİLER

<b>TEZ ONAYI</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖN SÖZ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>xiii</b>
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	<b>xiv</b>
<b>KISALTMALAR LİSTESİ</b> .....	<b>xv</b>
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Araştırmanın Amacı .....	3
1.2. Araştırmanın Problemi .....	4
1.3. Araştırmanın Nicel Amaç Hipotezleri ve Nitel Amaç Soruları .....	6
1.3.1. Araştırmanın Nicel Amaç Hipotezleri .....	6
1.3.2. Araştırmanın Nitel Amaç Soruları .....	6
1.4. Araştırmanın Önemi ve Özgün Değeri .....	7
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	7
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>8</b>
<b>KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>8</b>
2.1. Yaşlılık .....	8
2.2. Yaşlılıkla Birlikte Ortaya Çıkan Sorunlar .....	10
2.2.1. Sağlık Sorunları.....	11
2.2.2. Ruhsal Sorunlar .....	12
2.2.3. Sosyal Sorunlar .....	14

2.2.4. Ekonomik Sorunlar .....	16
2.3. Türkiye’de Yaşlılara Sunulan Sosyal Hizmetler .....	17
2.4. Sosyal Medya .....	22
2.4.1. Sosyal Medyanın Tarihsel Gelişimi .....	23
2.4.2. Sosyal Medyanın Özellikleri .....	25
2.4.3. Sosyal Medya Platformları ve Özellikleri .....	26
2.4.3.1. Facebook .....	27
2.4.3.2. X (Twitter) .....	28
2.4.3.3. Whatsapp .....	29
2.4.3.4. Instagram .....	29
2.4.3.5. Youtube .....	30
2.4.3.6. TikTok .....	30
2.4.4. Yaşlılarda Sosyal Medya Kullanımı .....	31
2.4.5. Yaşlılarda Sosyal Medya Kullanımıyla İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar .....	33
2.4.6. Yaşlılarda Sosyal Medya Kullanımıyla İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar .....	35
2.5. Psikolojik İyi Oluş .....	37
2.5.1. Psikolojik İyi Oluş’un Boyutları .....	39
2.5.1.1. Kişisel Gelişim .....	39
2.5.1.2. Kendini Kabul .....	40
2.5.1.3. Yaşamın Amacı .....	40
2.5.1.4. Özerklik .....	40
2.5.1.5. Başkalarıyla Olumlu İlişkiler .....	41
2.5.1.6. Çevresel Hâkimiyet .....	41
2.6. Sosyal Destek ve Kaynakları .....	41
2.6.1. Yaşlılarda Sosyal Destek .....	44
2.7. Yaşam Kalitesi .....	45

2.7.1. Yaşam Kalitesi Göstergeleri .....	47
2.7.1.1. Yaş .....	47
2.7.1.2. Sosyal Destek .....	47
2.7.1.3. Cinsiyet .....	48
2.7.1.4. Eğitim.....	48
2.7.1.5. İş Yaşamı.....	49
2.7.1.6. Sağlık .....	50
2.7.1.7. Gelir .....	50
2.7.1.8. Medeni Durum .....	51
2.7.1.9. Boş Zaman Faaliyetleri .....	51
2.7.1.10. Yaşanılan Konut ve Özellikleri.....	52
2.7.2. Yaşlılıkta Yaşam Kalitesi.....	52
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>55</b>
<b>ARAŞTIRMA YÖNTEMİ.....</b>	<b>55</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	55
3.1.1. Araştırmanın Nicel Boyutu .....	56
3.1.2. Araştırmanın Nitel Boyutu .....	57
3.2. Evren ve Örneklem .....	57
3.2.1. Araştırmanın Nicel Boyutunun Örnekleme .....	57
3.2.2. Araştırmanın Nitel Boyutunun Çalışma Grubu .....	60
3.3. Veri Toplama Araçları .....	61
3.3.1. Nicel Yöntemde Kullanılan Veri Toplama Araçları .....	62
3.3.1.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu.....	62
3.3.1.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOÖ).....	62
3.3.1.3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) .....	63
3.3.1.4. Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği (YYKÖ).....	63
3.3.2. Nitel Yöntemde Kullanılan Veri Toplama Araçları.....	64

3.3.2.1. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu .....	64
3.4. Araştırmanın Nitel Boyutunun Geçerlik ve Güvenirliği .....	65
3.5. Veri Toplama Süreci .....	66
3.6. Verilerin Analizi.....	67
3.7. Araştırmanın Etik Yönü .....	69
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>70</b>
<b>ARAŞTIRMA BULGULARI.....</b>	<b>70</b>
4.1. Nicel Yöntemle Elde Edilen Bulgular.....	70
4.1.1. Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Özellikleri .....	70
4.1.2. Yaşlıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Ölçek Puanları.....	74
4.1.3. Yaşlıların Sosyo-Demografik Değişkenlerine Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları .....	86
4.1.4. Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Durumlarına Göre Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği.....	88
4.2. Nitel Yöntemle Elde Edilen Bulgular .....	90
4.2.1. Huzurevi Yaşlısının Sosyal Medya Kullanım Deneyimleri Ana Temasına İlişkin Bulgular .....	92
4.2.1.1. Sosyal Medya Algısı Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	92
4.2.1.2. Sosyal Medya İle İlk Tanışma Alt Temasına İlişkin Bulgular.....	94
4.2.1.3. Sosyal Medyayı Kullanım Amaçları Alt Temasına İlişkin Bulgular	95
4.2.1.4. Sosyal Medya Kullanımında Yaşanan Sorunlar Alt Temasına İlişkin Bulgular.....	98
4.2.1.5. Sosyal Medya Kullanımında Yaşanan Sorunlara İlişkin Çözüm Önerileri Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	99
4.2.2. Sosyal Destek İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya Ana Temasına İlişkin Bulgular .....	102
4.2.2.1. Sosyal Destek Algısı Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	102

4.2.2.2. Sosyal Destek Sağlayan Kişi veya Kurumlar Alt Temasına İlişkin Bulgular.....	103
4.2.2.3. Sosyal Medya Kullanımının Sosyal Destek İçin Önemi Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	105
4.2.3. Psikolojik İyi Oluş İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya Ana Temasına İlişkin Bulgular .....	109
4.2.3.1. Psikolojik İyi Oluş Algısı Alt Temasına İlişkin Bulgular.....	110
4.2.3.2. Psikolojik İyi Oluş Algısını Etkileyen Kişiler veya Araçlar Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	111
4.2.3.3. Sosyal Medya Kullanımının Psikolojik İyi Oluş İçin Önemi Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	113
4.2.4. Yaşam Kalitesini Artırmak İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya Ana Temasına İlişkin Bulgular .....	116
4.2.4.1. Yaşam Kalitesi Algısı Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	117
4.2.4.2. Yaşam Kalitesi Algısını Etkileyen Kişi veya Araçlar Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	118
4.2.4.3. Sosyal Medya Kullanımının Yaşam Kalitesi İçin Önemi Alt Temasına İlişkin Bulgular .....	119
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM .....</b>	<b>124</b>
<b>TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>124</b>
5.1. Tartışma.....	124
5.2. Sonuç.....	140
5.3. Öneriler .....	143
5.3.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler .....	143
5.3.2. Araştırmacılar İçin Öneriler .....	144
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>145</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>172</b>
<b>ÖZ GEÇMİŞ.....</b>	<b>186</b>

## TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3.1: Belirli Evrenler Açısından Kabul Edilebilir Örneklem Sayıları.....	58
Tablo 3.2: Araştırmanın Nicel Boyutuna Katılan Yaşlıların Sosyo-Demografik Özellikleri.....	59
Tablo 3.3: Araştırmanın Nitel Boyutuna Katılan Yaşlıların Sosyo-Demografik Özellikleri.....	60
Tablo 3.4: Ölçeklerin Normallik Dağılımı Analizi .....	68
Tablo 4.1: Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Durumlarına İlişkin Özellikleri .....	70
Tablo 4.2: Ölçeklerin Tanımlayıcı İstatistikleri .....	73
Tablo 4.3: Yaşlıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	75
Tablo 4.4: Yaşlıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	80
Tablo 4.5: Yaşlıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması .....	84
Tablo 4.6: Yaşlıların Cinsiyetlerine Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları.....	86
Tablo 4.7: Yaşlıların Yaş Gruplarına Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları .....	86
Tablo 4.8: Yaşlıların Eğitim Durumlarına Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları .....	87
Tablo 4.9: Yaşlıların Gelir Durumlarına Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları ..	87
Tablo 4.10: Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Durumlarına Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması .....	89
Tablo 4.11: Tema ve Alt Temalar .....	91

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 3.1: Paralel Karma Yöntem Deseni .....	55
Şekil 3.2: Araştırmanın Değişkenleri .....	56
Şekil 4.1: Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Ana Temalar (MAXQDA 22-Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli).....	92
Şekil 4.2: Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Bulgular (MAXQDA 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli).....	92
Şekil 4.3: Cinsiyete Göre Benzerlik Veya Farklılık Gösteren Kodlar (MAXQDA 22- İki Vaka Modeli) .....	101
Şekil 4.4: Sosyal Destek ve Sosyal Medya İlişkisi (MAXQDA 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli).....	102
Şekil 4.5: Cinsiyete Göre Benzerlik Veya Farklılık Gösteren Kodlar (MAXQDA 22- İki Vaka Modeli).....	108
Şekil 4.6: Psikolojik İyi Oluş İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya (Maxqda 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli) .....	110
Şekil 4.7: Cinsiyete Göre Benzerlik Veya Farklılık Gösteren Kodlar (MAXQDA 22- İki Vaka Modeli) .....	115
Şekil 4.8: Yaşam Kalitesini Artırmak İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya (MAXQDA 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli) .....	117
Şekil 4.9: Cinsiyete Göre Benzerlik Veya Farklılık Gösteren Kodlar (MAXQDA 22- İki Vaka Modeli).....	122

## KISALTMALAR LİSTESİ

A.g.e.	: Adı Geçen Eser
BİT	: Bilgi ve İletişim Teknolojileri
ÇBASDÖ	: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği
DPT	: Devlet Planlama Teşkilatı
PCR	: Polymerase Chain Reaction-Polimeraz Zincir Reaksiyonu
PİÖÖ	: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği
QOL	: Yaşam Kalitesi
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı (Statistic Packets For Social Sciencences)
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
vb	: ve Benzeri
vd	: ve Diğerleri
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü
YYKÖ	: Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Yirminci yüzyılda teknolojik ve bilimsel gelişmeler demografik yapıya da etki ederek birtakım değişimlerin ortaya çıkmasına yol açmıştır. “Bu gelişmeler, hastalıkların erken dönemde teşhis ve tedavisinin sağlanarak önlenmesi, koruyucu sağlık hizmetlerinin gelişmesi, doğurganlık hızının ve bebek ölümlerinin azalması ile ortalama insan ömrünün uzaması şeklinde sıralanabilir” (Aközer, Nuhrat ve Say, 2011: 104). Bu kapsamda dünya nüfusu giderek yaşlanmakta ve yaşlı bireylerin toplam nüfus içindeki oranı sürekli artmaktadır. Birleşmiş Milletler’e (BM) göre, yaşlı birey sayısının 2013 ile 2050 arasında iki katından fazla artarak 841 milyondan 2.000 milyonun üzerine çıkacağı öngörülmektedir. 2047 yılında ilk kez yaşlı bireylerin sayısının çocukların sayısını geçmesi beklenmektedir. Ayrıca yaşlı nüfus da yaşlanmaktadır. 2013 yılında 80 yaş ve üstü bireylerin yaşlı nüfus içindeki oranı %14 iken, 2050 yılında da bu oranının %19’a ulaşması tahmin edilmektedir (Coto, vd., 2017: 65).

Nüfusun yaşlanması, gelişmiş ve gelişmekte olan toplumlara etki eden küresel bir olgudur. Yaşlıların zihinsel ve fiziksel sağlığının sosyal belirleyicileri arasında bulunan sosyal ağlar, genellikle yaşlılık sürecinde yaşam kalitesinin ve sağlığın korunmasında koruyucu bir faktörü temsil etmektedir. Farklı sosyal destek biçimleri, çeşitli zihinsel ve fiziksel sağlık sonuçlarıyla ilişkilidir. Örneğin, yaşlılar sevdikleri kişilerden duygusal destek alabilir ve onların hayatlarına dahil olduklarında kendilerini iyi hissedebilirler (Bélanger, vd., 2016: 1). Sosyal ağlar, öz saygı, iyilik durumu ve stresli durumların etkisini azaltan duygusal ruh hali ile ilişkilidir. Sosyal destek, yaşlı bireyleri kişilerarası çatışmalar, aile üyelerinin ölümü ve hatta doğal afetler gibi olağanüstü olayların olumsuz etkilerine karşı korumakta ve aynı zamanda depresyon ve kaygı gibi ruhsal sorunların da önüne geçmektedir (Sarla, vd., 2020: 1-2). Yaşlılar arasında yüksek düzeyde multimorbidite, kronik hastalık ile çocuklarına, akrabalarına ve arkadaşlarına coğrafi uzaklık ya da partnerlerin ölümü nedeniyle sosyal ağ bağlarında kayıplar yaşanabilmektedir. Bu noktada sosyal medya kullanımı, yaşlıları sosyal bağları ve daha genel olarak toplumla ilişkide tutmanın yanı sıra yalnızlığı ve izolasyonu azaltmanın teknolojik bir yolu olabilir (Cotten, Schuster ve Seifert, 2022:

1). Yapılan alışmalar, yaşlı bireylerin sosyal medya aracılığıyla akrabalarından ve arkadaşlarından sosyal destek aldıklarını bildirmiştir (Maqbool1 ve Ullah: 2021: 1211).

Sosyal medya, insanların günlük yaşamlarının önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Sosyal ağ sitelerinin (Youtube, Facebook ve Whatsapp) ve ana sosyal medya uygulamalarının 2,4 milyar kullanıcısı bulunmaktadır. Ancak Whatsapp ve Youtube kullanıcı sayısı bir milyarın üzerindedir. Yedi milyarın üzerinde olan dünya nüfusunun 3,5 milyardan fazlası sosyal ağ sitelerinde ve farklı sosyal medya uygulamalarında evrimiidir. Bu da dünyadaki her dört kişiden birisinin sosyal medya kullanıcısı olduğu anlamına gelmektedir. Yakın zamanda Pew Araştırma Merkezi tarafından yapılan bir ankete göre, yaşlıların %72'si sosyal medya kullanmaktadır (Khuhro, Memon ve Fatima, 2023: 1-2). 2022'nin Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine bakıldığında; hanelerin 2021 yılında %92,0'sinin, 2022'de ise %94,1'inin internete evden erişim olanağının bulunduğu; 16-74 yaş arasında bulunan bireylerde 2021'de internet kullanım oranı %82,6 iken 2022 yılında bu oranın %85,0'e yükseldiği görülmektedir. En fazla kullanılan sosyal medya uygulamasının ise %82,0 oranıyla Whatsapp olduğu bildirilmiştir. Dolayısıyla bu verilerden yola çıkılarak yaşlıların büyük bir oranının interneti sosyal medya için kullandığı söylenebilir. Ancak genç bireylerle karşılaştırıldığında yaşlıların sosyal medya kullanımının hala düşük olduğu görülmektedir (Coto, vd., 2017: 66).

Sosyal medya ve internet ortamlarının, yaşlıların sınırlı uğraş alanlarını geliştirmeleri, sosyalleşebilmeleri ve iletişim kurmakta mutlu oldukları diğer aile üyeleriyle görüşmeleri sonucunda yaşlılık sürecini mutlu bir şekilde devam ettirmeleri ve yaşam kalitesi seviyelerini artırebilmeleri açısından büyük bir potansiyeli bulunmaktadır (Tekedere ve Arpacı, 2016: 381). Sosyal bütünleşme ve sosyal ağlar, genellikle daha iyi bir ruh sağlığı durumunda ve psikolojik iyi oluşun sürdürülmesinde yararlı bir rol oynamaktadır. Bu nedenle, yaşlı bireylerin sosyal ağ sitelerinin bir parçası olmalarını sağlayan araçları devreye sokmak faydalı olabilir (Cornejo, Tentori ve Favela, 2013: 898). Sosyal ağ kullanımı, yaşlılara yeni arkadaşlar edinme, çeşitli aktivitelere katılma ve sonraki yaşamlarını zenginleştirme konusunda yeni fırsatlar sunarak yaşam doyumlarını artırebilir (Zhou, 2018: 1).

Yaşlı bireyler, ailelerinden ve arkadaşlarından ayrıldıklarında ya da taşındıklarında ilişkileri değişir. Sosyal medya, ayrılık meydana geldiğinde yaşlıların

sosyalleşmelerine izin verir, hatta yaşlının bağımsızlığına da saygı duyar. Bir araç olarak sosyal medya, yaşam kalitesini artırmak için gerekli olan bir tür bilişsel hız egzersizi ve sosyal entegrasyon sağlayabilir (Milovich ve Burleson, 2017: 3-4). Ayrıca Düşük maliyeti, içeriğin çeşitliliği, yüksek hızı ve internetin kullanım kolaylığı sosyal medyanın popüler bir araç haline gelmesini sağlamıştır. Yaşlıların genel sağlığını iyileştirmek için sosyal medya ve internet, hem yaşlı bireylere ve ailelerine hem de sağlık sistemine yardımcı olabilir (Habibi, vd., 2020: 461).

Literatür incelendiğinde, yaşlı bireylerin sosyal medya kullanımı, psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kalitesiyle ilgili çalışmaların çok kısıtlı olduğu görülmüştür. Bu boşluğu doldurmak için yapılan bu çalışma, resmi huzurevlerinde kalmakta olan, 60 ve üstü yaş grubunda bulunan, herhangi bir akıl ve ruhsal sağlık problemi bulunmayan yaşlılarda psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kalitesinin sosyal medya kullanımına göre incelenmesini araştırmayı amaçlamaktadır. Bu tez çalışması beş bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmanın girişi, amacı, problemi, araştırmanın nicel amaç hipotezleri ve nitel amaç soruları, araştırmanın önemi ve özgün değeri, araştırmanın sınırlılıklarına yer verilirken, ikinci bölümde yaşlılık olgusu, yaşlılıkla birlikte ortaya çıkan sorunlar, Türkiye’de yaşlılara yönelik hizmetler, sosyal medya, sosyal medyanın tarihsel gelişimi, sosyal medyanın özellikleri, sosyal medya platformları ve özellikleri, yaşlılarda sosyal medya kullanımı, yaşlılarda sosyal medya kullanımıyla ilgili dünyada yapılan araştırmalar, yaşlılarda sosyal medya kullanımıyla ilgili Türkiye’de yapılan araştırmalar, psikolojik iyi oluş, psikolojik iyi oluşun boyutları, sosyal destek ve kaynakları, yaşlılarda sosyal destek, yaşam kalitesi, yaşam kalitesi göstergeleri ve yaşlılıkta yaşam kalitesine yer verilmiştir. Üçüncü bölümde araştırmanın gereç ve yöntemi ele alınmıştır. Dördüncü bölümde araştırmanın nicel ve nitel bulgularına yer verilmiştir. Beşinci bölümde ise bulgular literatür doğrultusunda tartışılmış, daha sonra elde edilen sonuçlar ile uygulamaya ve araştırmacılara yönelik önerilerden bahsedilmiştir.

### **1.1. Araştırmanın Amacı**

Önlenmesi mümkün olmayan biyolojik, sosyolojik, psikolojik ve kronolojik boyutları bulunan yaşlanma süreci, sosyal yaşamdan bir geri çekilmenin yanı sıra gelir, sağlık, iş gibi insan yaşamının birçok alanında statü ve rollerin kaybedilmesi olarak ifade edilmektedir. Yaşın ilerlemesiyle birlikte duygusal ve sosyal hayatta değişiklikler ortaya çıkmaktadır. Yaşlılarda çoğunlukla içe kapanma ve sosyal çevrelerinde daralma

olur (Yerli, 2017: 1283). Yaşlılık döneminde kişinin, bedensel, zihinsel ve toplumdaki kültürel kodlar aracılığıyla yaşlılığa ilişkin beklentilerinde değişiklikler oluşabilmekte ve bu süreçte de teknoloji araçlarını daha uzun sürede ve sıklıkla kullanabilmektedirler. Özellikle sosyal medya ve internet yaşlı bireylerin sosyalleşmelerinde bir araç olarak kullanılmaktadır. Sosyal medya ve internet kullanımıyla birlikte yaşlı bireyler içinde buldukları çevreleriyle iletişimlerini artırmaları sonucunda yalnızlıklarında azalma, yaşam kalitelerinde ise artış olabilmektedir (Uysal, 2020: 43-44). Yaşlı bireylerde sosyal destek sistemlerinin eksik olması durumunda mortalite riskinde artış olduğu, güçlü sosyal destek sistemleri olanlarda ise sağlıklı yaşam biçimi davranışlarındaki gelişmelerle birlikte iyileşmelerin olduğu ifade edilmektedir. Yaşlı bireylerin diğer kişilerle olan etkileşiminin artmasının yaşam doyumuna ve iyi oluş düzeyine etkisi bulunmaktadır (Kaçan Softa, Bayraktar ve Uğuz, 2016: 3). Sosyal medya aracılığıyla kurulan sosyal bağların sağladığı sosyal desteğin ve oluşturduğu olumlu duyguların kişilerin psikolojik iyi oluşlarına pozitif yönde etki edebileceği belirtilmektedir (Hanbay ve Yıldırım, 2023: 36).

Bu bağlamda bu çalışmanın amacı İstanbul ilinde bulunan, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'na bağlı resmi huzurevlerinde bulunan, 60 ve üstü yaş aralığında yer alan ve herhangi bir bilişsel ve ruhsal problemi olmayan yaşlılarda psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kalitesinin sosyal medya kullanımına göre incelenmesi olarak belirlenmiştir. Bu amaç doğrultusunda yaşlıların sosyal medyayı nasıl algıladıkları ve deneyimledikleri ortaya çıkarılacaktır.

Bu çalışma ile sosyal medya kullanan ve kullanmayan yaşlıların Sosyo-Demografik özellikleri, psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kalitesi düzeyleri ile yaşlıların sosyal medyayı nasıl algıladıkları ve deneyimledikleri ortaya konulmuş olmasından dolayı yaşlı bireylere yönelik planlanacak hizmet modellerine, sosyal politikalara ve yaşlılarla yapılacak mesleki çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## **1.2. Araştırmanın Problemi**

Günümüzde geleneksel medyanın üreten ve tüketen yapısı, iletişimin tek taraflı kullanımı, mekâna ve zamana bağlı olması, genel hedef kitleye hitapta bulunması ve merkezîyetçi içerik oluşumu gibi temel özellikleri yerini, sosyal medyanın mekândan ve zamandan bağımsızlık, paylaşım, kullanıcıların bireysel olarak içerik

üretebilmeleri, iki yönlü iletişim, özgürlük, özel hedef kitle, ölçme, eş zamanlı bilgi, hız, değiştirilebilirlik ve erişilebilirlik gibi özelliklere bırakmıştır (Sümer, 2017: 167). Dolayısıyla sosyal medya günlük yaşantımızın vazgeçilmezleri arasında bulunmakla birlikte kullanıcı sayısı her gün artış göstermekte ve her yaş grubu tarafından da kullanıcısı bulunmaktadır.

Sosyal paylaşım sitelerinin en büyük oranı genç bireylerden oluşsa da, yaşlı bireyler arasında bu sitelerin kullanımı hızlı bir artış göstermekte, ancak yaşlıların yaşadıkları psikolojik sorunlar ve toplumsal engeller, yaşlıların teknolojiyi kullanmasına engel teşkil etmektedir. Bu nedenle yaşlı bireylerin hala büyük bir bölümü sosyal paylaşım sitelerini kullanmamaktadır (Kalınkara ve Sarı, 2019: 9). Bunun sebebi ise yaşlı bireylerin sosyal paylaşım ağları ya da sosyal medya ile geç bir yaşta tanışmış olmaları, sosyal paylaşım ağlarına karşı duydukları endişe ve korku, emeklilikle birlikte gelirlerindeki azalmaya bağlı olarak dijital cihazlara ulaşım sağlamada zorluk yaşamaları, düşük eğitim düzeyi ve yaşın ilerlemesi gibi faktörlerle açıklanabilir.

Yaşlılık, bireyin bilişsel ve fiziksel kapasitesinde gerilemenin olduğu, ruhsal problemlerin ve kronik hastalıkların arttığı, rol, statü ve eş kaybının yaşandığı, çocukların evden ayrıldığı, gelirin, sosyal desteğin, sosyal yaşantının, bağımsızlığın ve ilişkilerin azaldığı, fiziksel kısıtlılığın ve yalnızlığın arttığı bir kayıplar dönemidir. Yaşlılık sürecine bağlı olarak oluşan bu sorunlar yaşlıların sosyal yaşamı ile ruhsal ve fiziksel sağlığını olumsuz yönde etkilemekte ve onların kaliteli bir yaşam sürdürmelerine engel oluşturmaktadır.

Sosyal izolasyon ve yalnızlık özellikle yaşamın ilerleyen aşamasındaki kişilerin genel sağlığını olumsuz yönde etkilemekte, bu da sosyal faydaların, sosyal medya katılımından ve teknolojiden nasıl elde edilebileceğine gösterilen ilginin önemini ortaya koymaktadır. Facebook ve Twitter gibi sosyal medya uygulamaları sosyal bağlantıları güçlendirdiğinden, yaşlılarda yaşam kalitesini ve sosyal ilişkiyi artırmak için erişilebilir ve nispeten düşük maliyetli yöntemler sunabilmektedir (Quinn, 2018: 1). Bu bağlamda araştırmanın problemini, “sosyal medya kullanan yaşlı bireyler ile kullanmayan yaşlıların psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kaliteleri ne düzeydedir? Yaşlıların sosyal medya algıları ve deneyimleri nasıldır?

### **1.3. Araştırmanın Nicel Amaç Hipotezleri ve Nitel Amaç Soruları**

Karma yöntemin kullanıldığı bu araştırmanın nicel amacı için hipotezler, nitel amacı için ise araştırma soruları oluşturulmuştur.

#### **1.3.1. Araştırmanın Nicel Amaç Hipotezleri**

Araştırmanın probleminin cevabını bulmak için 6 hipotez belirlenmiştir.

Hipotez 1: Yaşlıların sosyal medya kullanımları Sosyo-demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve gelir durumu) göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Hipotez 2: Sosyal medya kullanan yaşlıların algıladıkları aile destek düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.

Hipotez 3: Sosyal medya kullanan yaşlıların algıladıkları arkadaş destek düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.

Hipotez 4: Sosyal medya kullanan yaşlıların algıladıkları özel kişi destek düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.

Hipotez 5: Sosyal medya kullanan yaşlıların psikolojik iyi oluş düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.

Hipotez 6: Sosyal medya kullanan yaşlıların yaşam kalitesi düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.

#### **1.3.2. Araştırmanın Nitel Amaç Soruları**

Soru 1: Yaşlılar sosyal medyayı nasıl tanımlamaktadırlar?

Soru 2: Yaşlıların sosyal medya deneyimleri nasıldır?

Soru 3: Yaşlıların aile, arkadaş ve özel kişilerle ilişkilerinde sosyal medya kullanım deneyimleri nasıldır?

Soru 4: Yaşlıların sosyal medya kullanımları psikolojik iyi oluşlarını nasıl etkilemektedir?

Soru 5: Yaşlıların sosyal medya kullanımları yaşam kalitelerini nasıl etkilemektedir?

Soru 6: Yaşlıların sosyal medya kullanımı ile ilgili yaşadıkları sorunlara yönelik çözüm önerileri nelerdir?

#### **1.4. Araştırmanın Önemi ve Özgün Değeri**

Yaşlılarda sosyal medya kullanımı güncel bir çalışma alanı olup ulusal literatür incelendiğinde, bu konudaki araştırmaların sınırlı olduğu, yaşlılarda sosyal medya kullanımının sosyal hizmet alanındaki keşfinin henüz çok yeni olduğu söylenebilir. Örneğin, Aydoğan (2022) yaşlılarda sosyal medya kullanımını yaşam doyumu, yalnızlık ve algılanan sosyal destek değişkenleriyle sosyal hizmet alanında ve nicel yöntemle çalışmıştır. Bu tez çalışmasının yaşlılarda sosyal medya kullanımıyla ilgili sosyal hizmet alanında yapılan tek çalışma olduğu görülmüştür. Bununla birlikte yaşlı bireylerde sosyal medya kullanımının fiziksel ve ruhsal sağlıkları ile sosyal yaşamları üzerindeki etkisiyle ilgili çalışmaların yetersiz olduğu söylenebilir. Örneğin, Hanbay ve Yıldırım (2023) yaşlı bireylerde sosyal medya kullanımını, psikolojik iyi oluş boyutuyla ve psikoloji alanında, nicel yöntemle çalışmışlardır. Şamilova (2022) ise yaşlılarda sosyal medyayı, iletişim bilimleri alanında ve yaşam doyumu değişkeniyle çalışmıştır.

Ancak yaşlılarda sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi değişkeni ile çalışılmamış olması, ayrıca yaşlılarda sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluş, algılanan sosyal destek ve yaşam kalitesi değişkenleri ile birlikte çalışıldığı araştırmanın olmaması açısından bu çalışmanın akademik çalışmalara sağlayacağı katkının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmanın, öncelikle sosyal medya kullanan yaşlılar ile kullanmayan yaşlıların karşılaştırılması ve sosyal hizmet alanında yapılan ilk doktora araştırması olması sebebiyle önemli olduğu öngörülmektedir. Ayrıca yapılan literatür taramasında, yaşlılarda sosyal medya kullanımıyla ilgili karma çalışmaların az olduğu görülmüştür. Bu çalışmada, nicel teknikle birlikte nitel tekniğin de kullanılmış olması ve yaşlı bireylerin deneyimlerinin de ortaya çıkarılması açısından önem taşımaktadır. Dolayısıyla araştırma kapsamında ortaya konan sonuçlar, yaşlı alanındaki uygulayıcılara yeni veriler sunması açısından önem arz etmektedir.

#### **1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırma, yalnızca İstanbul ilinde altı tane resmi huzurevinde kalan, çalışmaya katılmaya gönüllü olan, 60 yaş ve üstü yaş grubunda bulunan, herhangi bir ruhsal problemi olmayan ve yüz yüze ulaşılabilen yaşlı bireyler ile sınırlıdır.

Araştırma süre açısından 24.01.2022-24.04.2022 tarihleri arasında görüşme gerçekleştirilen yaşlılar ile sınırlıdır.

## İKİNCİ BÖLÜM

### KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın kuramsal bölümü beş ana başlık altında ele alınmıştır. İlk ana başlık altında yaşlılık olgusu, yaşlılıkla birlikte ortaya çıkan sorunlar, Türkiye’de yaşlılara sunulan sosyal hizmetler; ikinci ana başlıkta sosyal medya, sosyal medyanın tarihsel gelişimi, sosyal medyanın özellikleri, sosyal medya platformları ve özellikleri, yaşlılarda sosyal medya kullanımı, yaşlılarda sosyal medya kullanımıyla ilgili dünyada yapılan araştırmalar, yaşlılarda sosyal medya kullanımıyla ilgili Türkiye’de yapılan araştırmalar; üçüncü ana başlıkta psikolojik iyi oluş, psikolojik iyi oluşun boyutları; dördüncü ana başlıkta sosyal destek ve kaynakları, yaşlılarda sosyal destek; beşinci ana başlıkta ise yaşam kalitesi, yaşam kalitesi göstergeleri ve yaşlılıkta yaşam kalitesi ele alınmıştır.

#### 2.1. Yaşlılık

Yaşlılık, insan yaşamının çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik gibi zorunlu ve doğal bir evresidir. Doğumla başlayan yaşam sürecinde ölüm öncesi yaşanan ve kişinin hem zihinsel hem de fiziksel yönden, bağımsızlıktan bağımlılığa geçtiği, organizmanın doku, organ, hücre ve sistemler düzeyinde, zamanla ortaya çıkan, geriye dönüşü olmayan fonksiyonel ve yapısal değişikliklerin bütünüdür (Koldaş, 2017: 1). Ancak yaşlılığın biyolojik, psikolojik ve sosyolojik boyutları bulunduğundan başlangıcı için bir yaş sınırı ortaya koymak kültürlere ve dönemlere göre farklılık gösteren yaşlı tanımı ve algısı sebebiyle her zaman zor olmuştur. Örneğin, Dünya Sağlık Örgütü 65 ve üzeri yaş grubunda bulunan kişileri yaşlı olarak belirlerken, Birleşmiş Milletler 60 ve üstü yaş aralığında bulunan kişileri yaşlı olarak kabul etmektedir (Soysal, 2020: 291). Dolayısıyla yaşlılığın başlangıç yaşının kurumlar arasında farklılık gösterdiği görülmektedir.

Yaşam beklentisinin artması ile 60+ üstü yaş grubundaki kişi sayısının her geçen gün artması nedeniyle 60 yaş ve üzeri, demografik veri toplama ve diğer amaçlar için ayrıca sınıflandırılmaktadır. Gelişmiş ülkelerde 65 yaş, yaşlanmanın başlangıcı olarak kabul edilmekte ve yaşlanma; 65 ile 74 arası genç yaşlı, 75-84 orta yaşlı, 85+ yaşlı ve 100+ asırlık insanlar şeklinde gruplandırılmaktadır (Chalise, 2019: 9).

Tıp ve sağlık alanındaki ilerlemeler nedeniyle yaşam sũresinin uzaması, birkaç on yıl öncesine kıyasla aktif bir yaşlı nüfusla sonuçlanan küresel bir yaşlanma olgusunun ortaya çıkmasını sağlamış ve dolayısıyla geleneksel tanımlar ve sınırlar sorgulanmıştır. Ancak tipik olarak kronolojik yaş, ölçülmesi kolay olduğu için ağırlıklı olarak iletişim ve yaşlanma araştırmalarında yaşlıları tanımlamak için kullanılmıştır (Rylands ve Van Belle, 2017: 41). Yaşlılığın genellikle kabul gören tanımı, kronolojik olarak 65 yaşını yaşlılığın göstergesi olarak kabul etmektedir. Amerikan Psikoloji Derneği'ne göre yaşlı, yetişkin, emekli olmuş ya da emeklilik yaşına gelmiş, genellikle 65 yaş ve üstü olan kişidir. Yaşlanma, zihinsel, fiziksel ve sosyal değişiklikler de dahil olmak üzere birçok değişiklikle ilişkilidir. Fiziksel değişiklikler; hücresel ve moleküler hasar gibi hastalıklara karşı artan duyarlılık, bireyin kapasitesinde ve fonksiyonlarında genel bir düşüş gibi biyolojik düzeydeki değişiklikleri içermektedir. Yaşlılık, fiziksel değişikliklerin yanı sıra, önceki rollerin kaybı, emeklilik, sosyal ağların azalması ve yas gibi hayatın diğer yönlerinde de önemli değişikliklerle ilişkilidir (Mukherjee, Ghosh ve Dasgupta, 2022: 4).

Yaşlılık, hastalık değildir. Yaşlılık evresi, insan yaşamının olağan bir süreci ve yaşam boyu devam eden bir dönüşüm ve değişimdir. Ancak, yaşlılığı bir sorun şeklinde ele alıp çalışmak ve sorun olarak ifade etmek başlı başına bir soruna işaret etmektedir. Hukuk, eğitim ve sağlık alanında, iş yaşamında ve günlük hayatta yaşlılığın sorun olarak tarif edilmesi algılara da olumsuz yönde etki etmektedir (Arun, 2023: 1).

Yaşlılık çoğunlukla bireylerin fiziksel görünüşleriyle değerlendirilir. Ancak fiziksel olarak yaşlı görünen bir birey sosyal yönden daha fazla genç davranışlara sahip olabileceğinden kişilerin kendilerini algıladıkları yaş ile takvim yaşı arasında "toplumsal yaş" ve "işlevsel yaş" ayrımı yapılmaktadır (İçli, 2008: 31). Ayrıca yaşlılığın biyolojik, fizyolojik, kronolojik, duygusal ve sosyal yaşlılık şeklinde farklı tanımları yapılmaktadır. Biyolojik yaşlılık, hücre ve dokularda meydana gelen hasar ile insan vücudunun fonksiyonlarında ve yapısında ortaya çıkan yıpranma (Ardahan, 2010: 26) iken fizyolojik yaşlılık, bu yıpranma sonucunda bireyin kişiliğinde ve davranışlarında meydana gelen değişiklikler şeklinde ifade edilmektedir. Kronolojik yaşlılık, kişinin doğduğu andan başlanarak geçen zamana göre hesaplanan yaşıdır. Duygusal yaşlılık, bireyin hissettiği yaşa bağlı olarak belirlenen yaştır. Sosyal yaşlılık, bir toplumda yaşayan bireyin sosyal özelliklerine ve kültür durumuna göre kendisinin veya toplumun bireye yüklediği rol ve sorumluluklardır. Fonksiyonel yaşlılık ise aynı

yaştaki kişilerle karşılaştırıldığında kişilerin dayanıklılık, mental kapasite, fiziki görünüş ve hareketlilik gibi gözlemlenen özelliklerine göre belirlenen yaşadır (Tuncay, 2012: 85).

## **2.2. Yaşlılıkla Birlikte Ortaya Çıkan Sorunlar**

Doğurganlık ve ölüm oranlarındaki azalmaya eşlik eden çocuk sağ kalımındaki iyileşme ve yaşam beklentisindeki artışla birlikte yaşanan demografik değişimin önemli bir özelliği, yaşlı birey sayısındaki sürekli artıştır (Lena, vd., 2019: 131). Yaşlılar, dünyada yaşanan demografik dönüşüm, modernleşme ve endüstrileşmenin yarattığı toplumsal değişimin en fazla etki ettiği yaş grubunu oluşturmaktadır. Yaşanan bu toplumsal değişim yaşlı bireylerin rollerini, statülerini ve saygınlıklarını negatif yönde değiştirmekle birlikte aile yapılarını, sosyal çevrelerini, ekonomik durumlarını, yaşlanma süreçlerini, yaşlılıklarını ve sağlık durumlarını doğrudan etkilemiştir (Sever, 2020: 1).

20. yy.ın başlarında sanayileşme ve teknolojik gelişmelerle birlikte kırsal alanlardan kentlere göç başlamıştır. Kentlere başlayan göç akımıyla birlikte aile yapısı ve toplum etkilenmiştir. Toplumdaki geniş aile yapısının yerini yalnızca çocuklardan ve ebeveynlerden oluşan çekirdek aile yapısı almıştır. Evlilik, eğitim gibi nedenlere bağlı olarak çocukların evden ayrılmaları, gerideki yaşlıları problemlere çözüm bulmada yetersiz ve yalnız bırakmaktadır. Bu durum da yaşlının kendisini desteksiz, yalnız ve çaresiz hissetmesine neden olabilmektedir (Kaçan Softa, 2015: 64).

Sanayi öncesi toplumlarda yaşlı bireyler mülkiyetin sahibi oldukları için siyasi ve ekonomik güç onların ellerinde bulunuyordu. Yaşlı bireylerin tecrübeleri ile bilgisine değer veriliyordu ve kültürün korunarak gelecekteki nesillere aktarılmasında önemli bir rolleri bulunmaktaydı. Kitaplar ve diğer kayıt araçları ile teknoloji ve bilimdeki hızlı gelişmeler, yaşlıların bilgi birikiminin değerini azaltarak yaşlıların daha az değerli olmasına neden olmuştur. Çocukların gelecekteki mesleklerini ebeveynlerinden değil de eğitim kurumlarından almaları yaşlıların statüsünün azalmasının bir diğer sebebini oluşturmaktadır (Ünal, 2019: 284-285). Sanayi öncesi toplumlarda yaşlının bakımı aile içinde sağlanmaktaydı ve yaşlılar bir sorun olarak görülmemektedir. Ancak sanayileşme, bilgi ve teknolojideki gelişmelerle birlikte yaşlı bireyin aile içindeki statüsü azalmış ve yaşlılar bir sorun olarak görülmeye başlanmıştır.

Dünya nüfusu hızla yaşlanmaktadır. 2015'ten 2050'ye kadar, dünyadaki 60 yaş ve üstü nüfusun iki katından fazla artacağı, 2050 yılına kadar yaklaşık olarak 1,5 milyar insanın 65 yaş ve üzerinde olacağı tahmin edilmektedir. Kronik hastalık yaygınlığı daha yüksek olan ve bakım yükü fazla olan yaşlı bireylerin sorunları, toplumun her alanında özellikle sağlık hizmetlerinde büyük zorluklar yaratacağı tahmin edilmektedir (Jiang, vd., 2022: 2). Toplumların bu zorlukların önüne geçebilmeleri adına yaşlılara yönelik var olan sosyal politikaları tekrardan gözden geçirmeleri, ayrıca yeni hizmet modelleri, sosyal yardım ve sosyal politikalar geliştirmeleri gerekmektedir.

Yaşlanma olgusu, sağlığın bozulması, psikolojik değişim, savunmasız kalma, yalnızlık, aile ve toplum yaşamına uyumsuzluk, gelirin azalması, emeklilik gibi birçok sorunun ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Tuncay, 2012: 85). Bu sorunların bir kısmı yaşlının fiziksel, ekonomik ve psikolojik gibi kişisel durumlarından kaynaklanırken, bir kısmı ise yaşlı bireyin dışındaki çevresel faktörlerden yani yaşlının yaşadığı ülkenin politik ve sosyo-ekonomik uygulamalarından kaynaklanmaktadır (Doğramacı, 2019: 239).

Günümüzde insanların ortalama yaşam süresinin uzaması ile birlikte yaşlı nüfusunda da artış görülmektedir. Bu da yaşlılarla ilgili birçok sağlık, ekonomik, psikolojik ve sosyal sorunu beraberinde getirmektedir. Bu kapsamda bu başlık altında yaşlıların sağlık, ruhsal, sosyal ve ekonomik sorunları açıklanacaktır.

### **2.2.1. Sağlık Sorunları**

Yaşlı kişinin sağlık problemleri diğer kişilere göre daha fazladır (Altunay, 2020: 12). Yaşlılık döneminin başlıca sağlık sorunları, dejeneratif ve kronik hastalıklardır. Yaşlılardaki morbitide ve mortalite nedeni olan hastalıkların başında kanserler ve kardiyovasküler hastalıklar gelmektedir. Bununla birlikte, yaşlılarda boşaltım sistemi hastalıkları ile kas-iskelet sisteminin dejeneratif hastalıkları da çok sık görülmektedir. Yapılan araştırmalarda da kalp hastalıkları ve hipertansiyon yaşlı bireylerde en fazla görülen hastalıklar olarak saptanmıştır (Ayrancı, vd., 2005: 114). Yapılan klinik ve istatistiksel çalışmalar, kronik hastalıkların yaşlı bireylerde diğer yaş gruplarına göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Bazı çalışmalara göre 65 yaş üstü her insanda ortalama 3-4 kronik hastalık bulunduğu tespit edilmiştir (Svraka, vd., 2017: 272).

Son yirmi yılda ölüm oranları düşmesine rağmen, kardiyovasküler hastalıklar yaşlılarda en yaygın ölüm nedenini oluşturmaktadır. Kardiyovasküler hastalıklar, ritim bozukluğunu, konjestif kalp yetmezliğini ve iskemik kalp hastalığını kapsamaktadır. Ayrıca damar sertliğinin önemli bir nedeni olan hipertansiyon, yaşlılarda en çok görülen kronik hastalıktır. İzole sistolik hipertansiyon, özellikle yaşlılar arasında yaygın olarak görülmekle birlikte ileri yaşlarda bile mortaliteyle ilişkilidir (Jaul ve Barron, 2017: 2).

Kanserin yaşlılarda görülme olasılığının artması nedeniyle yaşlıların sağlığı açısından büyük bir önemi bulunmaktadır. 60-79 yaş grubundaki bireylerde kanserin görülme oranı, 40-59 yaş arasında bulunan bireylerle karşılaştırıldığında üç kat daha fazladır. En yaygın olan meme, prostat, kolorektal ve akciğer kanser türlerinin görülme sıklığı 60 yaşından sonra artış göstermektedir. Ayrıca daha önce kansere yakalanan ve iyileşen bireylerde ikinci bir kansere yakalanma olasılığı da artmaktadır (Deimling, vd., 2005: 416).

Yaşlanma ile birlikte tendon ve ligamentlerdeki su miktarı azalmaktadır. Bu nedenle tendon ve ligamentler, esnekliğini kaybetmekte, zayıf ve sert hale gelmektedir. Bu da eklemlerin hareketliliğinin azalmasına neden olabilir. Eklem ve kemik sistemindeki değişiklikler ağırlı dejeneratif hastalıklara, osteoartrit ve osteoporoza yol açar. Yaşlanmayla birlikte kaslar kasılma yeteneklerini kaybeder, daha az esnekleşir ve güçlerini kaybederler (Svraka, vd., 2017: 272).

Yaşlılıkta duyu organlarında da kayıplar ortaya çıkmaktadır. Göz, yaşlanmanın en belirgin olarak hissedildiği organ olmakla beraber en önemli değişiklikler lenste meydana gelmektedir. Yaşla birlikte lensin sertliği artmakta, buna bağlı olarak görme netliğinde azalma olmakta ve görme için daha fazla ışığa gereksinim duyulmaktadır. Işık değişikliklerine uyum sağlamada güçlükler oluşmakta ve renk ayırımı yeteneğinde azalma görülmektedir (Nalbant, 2008: 5).

### **2.2.2. Ruhsal Sorunlar**

Yaşlanma, bedende psikolojik, sosyal ve biyolojik birtakım değişiklikleri beraberinde getirmektedir. Bu değişikliklere uyum sağlanmadığında ve oluşan zorluklarla baş edilemediğinde ise yaşlı bireylerde birtakım ruhsal sorunlar ortaya çıkmaktadır (Özen Çınar ve Kartal, 2008: 399). Yaşlılık döneminde bireylerin en çok yaşadıkları ruhsal sorunlar depresyon, madde bağımlılığı ve anksiyetedir (McCombe, vd., 2018: 84).

Yaşlılık döneminde yaşanan psikolojik bozukluklar, yaşlı bireyin gençlik dönemindeki tecrübe ve yaşantılarından kaynaklı olabileceği gibi, yaşlanmaya bağlı oluşan andropoz, menopoz, akraba ve eşin ölümü, başkalarına bağımlı olma, emeklilik, ölüm korkusu, kronik hastalıklar gibi stres kaynakları da birtakım sorunlara sebep olabilmektedir. Söz konusu stres kaynakları kronik ağrılar, depresyon, kaygı bozuklukları, duygu durum, demans ve uyku bozukluklarına etki etmektedir (Ünlü, 2019: 17). Yaşlılık sürecinde en çok yaşanan ruhsal sorunlardan biri olan depresyon; eşin veya sevilen birinin kaybı, emeklilik, fiziksel hastalıklar sebebiyle ortaya çıkabilmekte ve fiziksel rahatsızlıklara, engelliliğe, yalnızlığa ve ekonomik problemlere neden olmaktadır. Yaşlı bireylerde depresyonun önemli bir sebebi, yaşamlarındaki kontrollerini kaybettikleri algısına sahip olmalarıdır. Sosyal ilişki eksikliği ve maddi zorluklar da yaşlı bireyin depresyona daha eğilimli olmasına yol açmaktadır (Bulucu, 2012: 14).

Yaşlı bireyler tarafından kötüye kullanıldığı bildirilen en yaygın maddeler arasında alkol ve reçeteli ilaçlar bulunmaktadır. Alkol bağımlısı yaşlılar, ekonomik yoksunluk ve sosyal izolasyon riskiyle karşı karşıyadır. Alkol bağımlısı yaşlıların %12,3'ü, genellikle depresif semptomlar ile baş etmek için aşırı içki içmektedir. Bu da daha fazla depresyona ve sosyal izolasyona neden olabilmektedir. Ayrıca yaşlıların reçeteli ilaçları kötüye kullanım oranlarının yüksek olduğu ileri sürülmektedir. Reçeteli ilaç riskinin artmasıyla ilişkili risk faktörleri; polifarmasi, sosyal izolasyon, kronik/çoklu fiziksel hastalık, genel tıbbi durumun kötü olması, cinsiyetin kadın olması, yaşlıların daha önce madde kullanım öyküsünün bulunması ve reçeteli ilaçları kötüye kullanımındadır (Sarkar, Parmar ve Chatterjee, 2015: 75-76).

Yaşlı bireylerde anksiyete bozuklukları da sık görülmektedir. Yaşlı nüfusunda anksiyete belirtileri genellikle tıbbi, psikiyatrik ve nörodejeneratif hastalıklara eşlik etmektedir. Yaşlılarda çoğunlukla depresyonun eşlik ettiği anksiyete, bu kırılgan yaş grubunda bilişsel, işlevsel ve fiziksel bozuklukların kötüleşmesine neden olabilmektedir (Crocco, vd., 2017: 34).

Yaşlıların psikolojik davranışları gençlerden farklılık göstermektedir. Yaşlıların algılama ve kavrama gücünde azalma olmakta, dış görünüşleri onlar açısından farklı bir anlam ifade etmekte ve çevresi ile baş etmede zorluklar yaşamaktadırlar. Çekicilik, gençlik ve güzelliğin yok olması, deride kırışıklıkların oluşması, saç tellerinde azalmanın olması, kulağın işitmemesi ve gözün görmemesi gibi değişimler yaşlı

bireyin görünüşünü bozar. Dış görünüşü değişen yaşlının kendisini nasıl algıladığı ile başka bireylerin onu nasıl algıladığı ruhsal dünyasına etki eder. Yaşlı, kendisini kabullenmeyip toplumun da kendisini kabullenmediğini düşünerek içine kapanabilir ve sosyal olaylardan kaçınabilir (Tereci, vd., 2016: 98). Yaşlanmaya bağlı olarak ortaya çıkan fiziksel değişimlere uyum sağlamakta zorlanan yaşlıların ruhsal sağlıkları olumsuz yönde etkilenebilir, kendilerini çevrelerinden soyutlayarak yalnızlaşabilirler.

Yaşlıların herhangi bir nedene bağlı olarak uzun süre evde kalmaları, diğer kişilerle fiziksel ve sosyal temasın azalması, yaşamlarında var olan rutinin kaybı, yaşlılarda cesaretin kırılmasına, umutsuzluğa, fobik bozuklukların ve korkuların oluşmasına, stres, sıkıntı ve hayal kırıklığına sebep olabilmektedir. Sağlıkla ilgili bir problem veya herhangi bir nedene bağlı olarak evde kalma durumu devam ettiğinde, anksiyete bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk, depresif bozukluk, nörolojik değişiklikler, posttravmatik stres bozukluğu ve madde bağımlılığı görülebilmektedir (Küçük ve Karadeniz, 2021: 100). Bu kapsamda yaşlı bireyin sosyal çevresiyle ilişkisinin azalması, ruh sağlığını olumsuz etkilediği ve yaşlıda bazı psikolojik bozuklukların ortaya çıkmasına sebep olduğu söylenebilir.

### **2.2.3. Sosyal Sorunlar**

Yaşlılık döneminde sosyalleşme çok önemlidir. Aile, akraba, komşu ve arkadaşlarla var olan ilişkiler yaşlı bireylerin hayatlarını anlamlandırmaktadır. Bu kişilerle herhangi bir problem yaşanması, eşin ölümü, boşanma ve hastalık gibi hayatlarında görülen ve rollerdeki değişiklikler bazı sosyal problemlere de sebep olabilmektedir (Küçük ve Karadeniz, 2021: 101). Yaşlılık döneminde pasif konuma geçen ve daha önce var olan rollerini yerine getiremeyen birey, çalışma yaşamından, sosyal ve kültürel çevresinden uzaklaşarak izole ve yalnız bir hayat devam ettirmek zorunda kalmaktadır. Günümüzde yaşlı bireylerin fizyolojik, bireysel ve çevresel sebeplerden dolayı sosyal izolasyon ve yalnızlık problemleri giderek artış göstermektedir. Söz konusu bu sebeplerden ve toplumsal yapıda ortaya çıkan hızlı değişimler yaşlı bireyin bu duruma adapte olmasını zorlaştırmakta ve yaşlıda yoğun bir yalnızlık duygusunun ve sosyal izolasyonun yaşanmasına yol açmaktadır (Akbaş, Taşdemir Yiğitoğlu ve Çunkuş, 2020: 4542-4543).

Yaşlanan kişinin hem yaşlılık sürecine hem de topluma uyum sağlaması arasında yakın bir ilişkinin bulunduğu söylenebilir. Yaşlının sosyal uyum problemi, yaşamdan doyum

sağlama, yaşama aktif olarak katılım ve kendini gerçekleştirmeyle yakından ilgilidir. Sosyal uyum, bütün yaşlıları ilgilendiren bir sorun olmakla birlikte çekirdek aile ve kentsel yaşam içinde daha çok hissedilmektedir (Buluş, 2022: 33). Gelişmekte olan birçok ülkede hızlı kentleşme nedeniyle çoğu yaşlı bireyin ailesinden aldığı destek azalmıştır. Genç kuşağın eğitim düzeylerinin ve statülerinin ebeveynlerinden daha yüksek olmasına bağlı olarak yaşlıların toplumdaki liderlik rolünde ve etkisinde azalma olmuştur. Çeşitli nedenlere bağlı olarak ailesiyle birlikte kırsal alandan kentlere göç eden yaşlı bireyler, gittikleri kentlerde uyum sağlamakta problem yaşadıklarından buradaki imkânları kullanamamaktadırlar. Yaşlı bireylerin kırsal kesimde çevreleriyle olan ilişkilerinde psikolojik rahatlık ve arkadaşlık söz konusu iken, kentlerde ailedeki diğer üyelere daha çok bağımlı bir hayat yaşayabilmektedirler (Bulduk, 2014: 56-57). Bu kapsamda kentleşmeyle birlikte yaşlı bireyin rol ve statüsü değiştiğinden yaşlıların sosyal bir sorun olarak görülmeye başlandığı söylenebilir.

Eşin vefat etmesiyle ortaya çıkan dulluk, yaşlı bireylere olumsuz yönde etki etmektedir. İleri yaşlılık sürecinde eşin vefat etmesi ve sağlıktaki bozulmaların artmasıyla birlikte diğer eşin de yaşamını yitirmesine neden olabilir. Yaşlı, eşinin vefatıyla birlikte kendisini kimsesiz hissetme, güven duygusunun azalması, yalnız kalma gibi duyguların etkisiyle hayatı anlamsız bulmaya başlar ve yabancılaşma sürecine girer. Özellikle eşi vefat eden erkekler, biri tarafından bakılmaya gereksinim duyarlar. Dul kişi, yeniden evlenebilir, bakımı aile üyelerinden biri tarafından üstlenilebilir veya bakılması için huzurevine yerleştirilebilir (İçli, 2008: 34).

Geleneksel toplumlarda geniş aile yapısında yaşlı bireyin sahip olduğu otorite ve sorumluluk gibi fonksiyonlar nedeniyle yaş ve yaşlılık, bir sorun olmak yerine bir itibar ve güç kaynağıdır. Yaşlıların aile içinde sahip oldukları bu statüsü ise yaşlı bireyin bakım ve güvenliğine olumlu yönde etki ederek yaşlılığın sosyo-kültürel yapıda bir problem olarak ortaya çıkmasını engellemektedir. Ancak, sanayileşme ile birlikte geniş aile yapısının küçülerek çekirdek aile yapısına dönüşmesiyle yaşlının ailedeki statüsü değişmiş, yaşlının güvenliğini ve bakımını sağlamak adına bakım merkezleri aracılığıyla bu sosyal sorun çözülmeye çalışılmıştır (Doğramacı, 2019: 33).

Yaşlılıkla birlikte bireylerin gelirinde azalmanın olması ve tüketim harcamalarının artması nedeniyle yaşlı yoksulluğu önemli bir sorun haline gelmiştir (Srivastava ve Mohanty, 2012: 494). Yaşlılarda yoksulluk kısıtlılıkla ilişkili olup kaygı ve depresyona neden olabilir. Yoksulluk içinde yaşamak, çoğunlukla sağlıklı yaşlanma

ile ilişkilendirilen sosyo-duygusal ve bilişsel süreçleri olumsuz yönde etkilemekte, kamu hizmetlerine erişimde eşitsizliklere ve engellere yol açması sebebiyle sosyal dışlanma için belirleyici bir unsur olarak kabul edilmektedir. Yoksulluk içinde yaşamak, daha yüksek ölüm oranları, artan hastaneye yeniden yatış sayısı ve süresi, daha fazla işlevsel sınırlama ve yetersiz beslenmeyle ilişkilendirilmiştir (Dobarrio-Sanz, vd., 2023: 4305).

#### **2.2.4. Ekonomik Sorunlar**

Yaşlı bireylerin yaşadıkları ekonomik sorunların başında gelir düzeyinin düşüklüğü gelmektedir. Bu gelir düşüklüğü kişinin kendisiyle ilgili bir durumdur. Bir de kişinin yaşadığı ülkenin sosyal ve politik uygulamalarından kaynaklanan ekonomik problemler bulunmaktadır. Ortalama insan ömrünün giderek artmasına bağlı olarak emekli olan bireyin gelir düzeyinde büyük bir düşüş yaşanmakta ve geçimini sağlamak zorluklarla karşılaşmaktadır. Bu durum ülkelerin uyguladıkları sosyal politikaları da ilgilendiren bir sorundur. Çünkü insan ömrü uzadıkça ülkeler yaşlıların yaşamlarını kolaylaştırmak için sosyal güvenlik politikaları geliştirmek zorunda kalmaktadırlar. Sosyal güvenlik sisteminin dışında kalan yaşlılar çalıştıkları işten ayrıldıkları zaman daha fazla geçim sıkıntısı yaşamaktadırlar (Üçok, 2018: 33).

Emeklilikle birlikte gelirin düşmesi yaşlının geçim sıkıntısı yaşamasına, hastane masraflarını karşılayamamasına, sağlıklı bir yaşam sürememesine ve sosyal yaşamdan uzaklaşıp kendi hanesine çekilmesine neden olmaktadır. Yaşın ilerlemesiyle birlikte bireyin algılama gücü azalmakta ve günümüz teknoloji toplumunda kendine yeni bir iş bulması zorlaşmaktadır (Altunay, 2020: 18). İşe alımlarda teknolojiyle yaşlılık döneminde tanışmış olan bireylerden ziyade günlük yaşam içerisinde teknolojiyle büyüyen gençler tercih edilmektedir. Dolayısıyla geçim sorunu yaşayan yaşlıların kendilerine yeni bir iş bulmaları zorlaşmakta ya da daha düşük ücretlerle çalıştırılmaktadırlar.

Yaşlılık döneminde işsizlik artmakta ve gelirden azalma görülmektedir. Özellikle yoksul bölgelerde yaşayan yaşlı bireylerde kronik işsizlik bulunurken, herhangi bir iş bulup çalışan yaşlılar ise genellikle düşük ücretler almaktadırlar. Sanayileşmiş ülkelerde yaşlı bireyin bir işte çalıştırılmasında ve ücretinin belirlenmesinde yaş ayırt edici bir fonksiyondur. Yaşlılar, gelirlerine katkı sağlayacak ve yaşam standartlarını yükseltecek ek iş bulmakta zorluklarla karşı karşıya kalmaktadırlar (Üçok, 2018: 34).

Yaşlı, yaşı gereğince herhangi bir işe girip çalışamayacak duruma gelmekte ve sağlık giderlerinde artış olabilmektedir. Bu nedenle yaşlıların ekonomik güvencelerinin olması gerekmektedir. Yaşının işinden ayrılması ve emekli olmasıyla gelirinde azalma görülebilmektedir. Barınma için ayrılan bütçenin ve sağlık giderlerinin miktarı da kentlerde birçok yaşlı bireyin yoksulluk sınırında yaşamını idame ettirmesine yol açabilmektedir (Doğramacı, 2019: 25).

Yaşlanma her birey tarafından farklı bir biçimde yaşanmaktadır. Toplumsal cinsiyet ve sınıf, yaşlanma sürecine etki eden önemli faktörlerdir. Yaşlılık, toplumsal boyutu olan bir süreçtir. Genellikle kadınlar erkeklerden daha fazla yaşadıklarından ileri yaşı büyük oranda kadınlar oluşturmaktadır. Kadınlar, ev işleri, çocukların bakımı gibi sorumlulukları nedeniyle genelde çalışma hayatına erkeklerden daha az katılım gösterirler. Bu durum da kadınların ileri yaşlarında maddi koşullarına olumsuz olarak etki etmektedir (İçli, 2008: 33).

### **2.3. Türkiye’de Yaşlılara Sunulan Sosyal Hizmetler**

Teknolojik ve bilimsel gelişmelere bağlı olarak sağlık alanında yaşanan ilerlemeler, hastalıklara erken tanı konabilmesi ve tedavi yöntemlerinin gelişmesi, sağlıklı yaşamın teşviki, sağlığı geliştirici ve koruyucu gibi faktörler dünyada toplam nüfus içindeki yaşlı oranının artmasına yol açmıştır (Yelden, 2020: 10). Sanayi öncesi dönemde ekonomik gücü elinde bulunduran, bilgisine ve tecrübesine değer verilen yaşlı, bir sorun olarak görülmemiştir. Ancak sanayileşmeyle birlikte kırdan kent göçünün artması, kadının çalışma yaşamına girmesi, geleneksel ailenin yerini çekirdek ailenin alması, yaşlıların sosyal bir sorun olarak ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu kapsamda dünya ülkelerinin yaşlılara yönelik sosyal politikaların ve hizmetlerin oluşturulmasını ve geliştirilmesini zorunlu hale getirdiği söylenebilir. Yaşlı nüfusun artış gösterdiği ülkemizde de yaşlı bireylere yönelik sosyal hizmetler giderek önem kazanmıştır.

Türkiye’de sosyal hizmetlerin planlanması ve uygulanmasından sorumlu merkezi kuruluş, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı’dır. Yaşlı bireylere yönelik sosyal hizmetler çoğunlukla bakım ve rehabilitasyon üzerine odaklanmaktadır. Yaşlılara yönelik sosyal hizmetler genellikle Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü ile Sosyal Yardımlar Genel Müdürlüğü’nce sunulmaktadır (Güler, 2022: 65; Altun, 2021: 37).

Yaşlılara yönelik sosyal hizmet uygulamaları huzurevleri, yaşlı bakım ve rehabilitasyon merkezleri, gündüzlü bakım merkezleri, yaşlı dayanışma merkezleri, evde bakım hizmetleri ve sosyal güvenlik hizmetleri şeklinde sıralanabilir. Ayrıca Belediyelerin de yaşlılara yönelik sosyal hizmet uygulamaları bulunmaktadır.

*Huzurevleri*; modern toplumlarda her zaman ekonomik fayda anlayışı ve üstün performans önemsendiğinden bu toplumlarda yaşlı olmak, istenilen bir durum olmamakla birlikte genç bireylere göre alt statüde görülmektedir. Yaşlılar için toplumsal boyutta gerçekleşen ekonomik ve sosyal alandaki değişimlerin sebep olduğu olumsuzlukların üstesinden gelinebilmesi ve toplumda bozulan dengenin tekrardan sağlanabilmesi için kurumsal anlamdaki sosyal politikaların ve hizmetlerin üretilerek geliştirilmesi zorunlu ve önemli bir durum haline gelmiştir (Artan ve Irmak, 2017: 53). Yaşlılara yönelik sunulan kurumsal hizmetlerden biri olan huzurevleri, bakım ihtiyacı bulunan yaşlıların, huzurlu bir ortamda bakılmak, korunmak, psikolojik ve sosyal gereksinimlerini karşılamak amacıyla kurulan sosyal hizmet kuruluşları olarak tanımlanmaktadır (Talu, 2019: 158).

Huzurevleri ile Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri Yönetmeliği 21.02.2001 tarihinde 24325 Sayı ile Resmî Gazetede yayınlanarak yürürlüğe girmiştir. Huzurevlerinde maddi ve sosyal yoksunluk içinde bulunan, fakat yeme, içme ve tuvalet gibi günlük gereksinimlerini karşılayabilen, sürekli bir tıbbi tedavi ve bakım gerektiren ağır bir hastalığı ve engel durumu bulunmayan, akıl ve ruh sağlığı problemi bulunmayan, 60 ve üstü yaş grubunda bulunan kişiler kalmaktadır. Huzurevlerinde ekonomik olarak iyi durumda olan ancak sosyal olarak yoksunluk içinde bulunan yaşlı bireyler ücretli, maddi yoksunluk içinde olan ve kendisine bakacak kimsesi bulunmayan yaşlılar ise ücretsiz kalabilmektedirler (Ardahan, 2010: 28).

*Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri*; Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri Yönetmeliği, 21.02.2001 tarihinde 24325 Sayı ile Resmî Gazetede yayınlanmıştır. Bu merkezler, “yaşlı kişilerin yaşamlarını sağlık, huzur ve güven içinde sürdürmeleri amacıyla, kendi kendilerini idare edebilecek şekilde rehabilitasyonlarının sağlandığı, tedavisi mümkün olmayanların ise sürekli olarak özel bakım altına alındığı yatılı sosyal hizmet kuruluşu” olarak tanımlanmaktadır. İşitme, görme ve bedensel engeli olan, herhangi bir bulaşıcı hastalığı bulunmayan, ruh sağlığı sorunu olmayan, yatağa bağımlı ve demanslı yaşlıların bu merkezlere kabulü yapılmaktadır. Ayrıca maddi durumu yeterli olmayan yaşlıların tedavi giderleri ile protez ve ilaç gibi ihtiyaçları

devlet tarafından ücretsiz karşılanmaktadır (Gürer, Küdür Çırpan ve Atalan Özlen, 2019: 5-6). Bu merkezlerde ihtiyaçlarını karşılayamayan ve bu nedenle başka bir kişinin yardımına ve bakımına gereksinim duyan yaşlılara, “aktif sosyal bakım hizmetleri, psiko-sosyal ve tıbbi rehabilitasyon programları ve geniş kapsamlı bakım tedavi hizmetleri” verilmektedir (Artan, 2017: 141).

*Gündüzlü Bakım Merkezleri;* huzurevi maliyetlerinin ve yaşlı bireyin topluma dayalı bakım hizmetleri taleplerinin artmasına bağlı olarak aileler ve devletler tarafından daha fazla tercih edilen ve 1970’li yıllardan itibaren gelişmiş ülkelerde uygulanan bir bakım modelidir (Oğlak, 2011: 121). Gündüzlü Bakım Merkezi, kişilerin yaşamlarını sağlıklı bir şekilde sürdürmelerini amaçlayan ve planlı etkinliklerin düzenlenmesini içeren toplum odaklı bir bakım modelidir. Yaşlı bireyi sosyal yönden destekleyerek başkalarına bağımlı olmadan kendi evinde yaşamasını amaçlayan süreli bakım hizmetlerini kapsamaktadır. Bu merkezler, genellikle fonksiyonel kısıtlılıkları bulunan yaşlılara serbest zaman aktiviteleri, tıbbi ve psiko-sosyal bakım gibi kapsamlı bir yelpazede hizmet sunmaktadır. Bir merkez tek bir hizmete odaklanabileceği gibi birden çok hizmete de odaklanabilir (Savaş, 2010: 133). Gündüzlü bakım merkezleri, huzurevine gitmeyi tercih etmeyip evinde yaşamını sürdüren ya da ailesi çalışan yaşlının gündüz bırakıldığı merkezlerdir.

*Yaşlı Dayanışma Merkezleri;* kurum bakımı ihtiyacı bulunmayan, kendi evlerinde tek başına veya ailesiyle birlikte yaşayan yaşlı bireylerin psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarının karşılanması amacıyla açılmış olan gündüzlü kuruluşlardır. Bu merkezlerde yaşlıların yaşam koşullarını iyileştirmek, mesleki danışmanlık yapmak, rehberlik etmek, zamanlarını değerlendirmelerini sağlamak, sosyal ilişkilerini ve aktivitelerini artırmak amaçlanmaktadır (Gürer, Küdür Çırpan ve Atalan Özlen, 2019: 5).

*Evde Bakım Hizmetleri;* bakım hizmetleri Avrupa’da 18. yy.dan itibaren önemsenmekte ve yürütülmekte iken ülkemizde daha yeni bir mesleki uygulama boyutu kazanmıştır. Küreselleşmenin ve modern çağın bir sonucu olarak bakım hizmetlerinde profesyonel hizmetin önemi artmaktadır. Bütün toplumlarda yaşlı nüfusun artması ve engelli bireylerin varlığı bu alanı gerekli hale getirmiştir. Önceki dönemlerde kurumsal bakım hizmetlerini destekleyen ve bunun için imkânlar oluşturan devletler, bu hizmetlerin çıktılarını değerlendirdiğinde verilen hizmetin

yeterli olmadığı düşüncesinden yola çıkarak alternatif hizmet olarak evde bakım hizmetlerini önemsemeye başlamışlardır (Genç ve Barış, 2015: 40).

Evde bakım hizmetine en fazla ihtiyaç duyan yaş grubunu yaşlı bireyler oluşturmaktadır. Evde bakım hizmetleri, genellikle kişinin sağlığını koruyarak yükseltmek, kişinin sağlığına kavuşmasını sağlamak amacıyla sağlık ve sosyal hizmetlerin profesyonel olarak ya da aile üyeleri tarafından kişinin evinde veya yaşadığı ortamda sunulmasıdır (Solmaz ve Altay, 2019: 151).

Ülkemizde evde bakım hizmetlerine yönelik yasal anlamda ilk düzenleme Sağlık Bakanlığı'na bağlı olarak Evde Bakım Hizmetleri Sunumu Hakkında Yönetmelik 10.03.2005 tarihinde 25751 sayı ile Resmî Gazetede yayınlanmıştır. Sağlık Bakanlığından sonra Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü'ne bağlı 07.09.2008 Tarih ve 26960 sayılı Yaşlı Hizmet Merkezlerinde Sunulacak Gündüzlü Bakım ile Evde Bakım Hizmetleri Hakkında Yönetmelik yayımlanarak yürürlüğe girmiştir.

*Sosyal Güvenlik Hizmetleri;* Yaşlılar sosyal güvenlik sisteminin önemli sosyal risklerinden birisini oluşturmaktadır. Herhangi bir işte belli bir süre çalıştıktan sonra emekli olma ve emekli maaşı alma hakkını elde eden bireylerin sosyal güvenliklerinin sağlanması, yaşlı bireylere sunulan hizmetlerin önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. Sosyal bir devlet olan ülkemizde, bütün bireylerin sosyal güvenliklerinin sağlanması görevi 1982 Anayasasının 60., 61., ve 62. maddelerinde ifade edilmiştir. Devletin maluliyet, meslek hastalığı, aile masrafları, işsizlik, hastalık, iş kazası, analık, ölüm ve yaşlılık gibi sosyal risklerin oluşmasını engelleyici görevi ile birlikte sosyal sigortalar yoluyla bu risklere karşı koruyucu bir rolü bulunmaktadır (DPT, 2007: 18).

Yaşlıların emekli olduktan sonra yaşadıkları gelir kayıpları primsiz ödemeler ve sosyal sigortalar yoluyla karşılanmaya çalışılmaktadır. Ülkemizde yaşlılık sigortası, yaşlılara yönelik uygulanan önemli sosyal politikalardan birisini oluşturmaktadır. Yaşlılık sigortasının amacı, çalışma yaşamından ayrılan kişinin gelirinde ortaya çıkan kayıpların bu sigorta kapsamında karşılanmasıdır (Umutlu ve Epik, 2019: 38). Bu sigorta, primini ödeyerek emekli olmaya hak kazanan yaşlı bireye, yaşamının sonraki döneminde geçimini sağlamak için sürekli bir gelir sağlamaktadır. Çalışma yaşamında sosyal güvencesiz çalışma veya sosyal güvenlik sistemine dahil olmayan bireyler yaşlılık dönemlerinde ekonomik sorunlarla karşı karşıya kalmaktadırlar. Ülkemizde

ekonomik yoksunluk yaşıyan yaşlı bireylere aylık bağlayarak destek olunması amacıyla 01.07.1976 Tarih ve 2022 sayılı 65 Yaşını Doldurmuş Muhtaç, Güçsüz ve Kimsesiz Türk Vatandaşlarına Aylık Bağlanması Hakkında Kanun yayınlanarak yürürlüğe girmiştir.

*Yerel Yönetimler Tarafından Sunulan Sosyal Hizmetler;* Türkiye’de yaşlılara yönelik hizmetlerin sunulmasında aktif rol alan paydaş kurumlardan biri de yerel yönetimlerdir. Belediyelerin bu konudaki sorumluluğu yasalarda açık olarak belirtilmiştir.

Türkiye’de çıkarılan yerel yönetim yasaları yaşlılara ilişkin birtakım düzenlemeleri içermektedir. Bu yasaları şu şekilde sıralayabiliriz: Cumhuriyet’in ilanından sonra 1930 yılında 1580 sayılı “Belediye Kanunu” yürürlüğe girmiştir. Bu kanun ile ilk kez belediyelere bakım ihtiyacı bulunan yaşlı bireylerin korunması, yaşlılara yönelik evler yapma ve bu evleri yönetme sorumluluğu verilmiştir (Çavuş, 2013: 20). Yine 03.07.2005 Tarih ve 5393 sayılı Belediye Kanunu’nun 14. maddesinin (a) bendinde belediyeler “Sosyal hizmet ve yardım hizmetlerinin geliştirilmesi için hizmetleri yapar veya yaptırır” hükmü yer almaktadır (Belediye Kanunu, 2005).

5216 sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanunu 2004 yılında yürürlüğe girmiştir. Bu kanun kapsamında sosyal hizmetlerle ilgili yeni düzenlemeler yapılmıştır. Söz konusu Kanunu’nun 7. maddesinin (v) bendine göre, engelli ve yaşlı bireylere yönelik her türlü kültürel ve sosyal hizmetleri yürütmek, geliştirmek ve bu amaçla mesleki ve beceri kazandırma kursları açmak, sosyal tesisler kurmak, işletmek ya da işlettirmek, bu hizmetleri yürütürken mesleki liseler, yüksekokullar, üniversiteler, sivil toplum kuruluşları ve kamu kuruluşlarıyla işbirliği yapma görevleri bulunmaktadır. Bu kapsamda çıkarılan yerel yönetim yasalarının yaşlı bireylerin sorunlarının çözülmesi konusunda belediyelere büyük sorumlulukların yüklendiği söylenebilir. Yine 2005 yılında yürürlüğe giren 5302 İl Özel İdaresi Kanunu’nda da sosyal hizmetlerle ilgili görevlendirmelerin olduğu görülmektedir. “İl özel idaresi hizmetleri, vatandaşlara en yakın yerlerde ve en uygun yöntemlerle sunulur. Hizmet sunumunda engelli, yaşlı, düşkün ve dar gelirlilerin durumuna uygun yöntemler uygulanır”. Bu kapsamda İl Özel Müdürlüklerinin de yaşlılarla ilgili sorumluluklarının bulunduğu söylenebilir.

Ülkemizde belediyeler tarafından yaşlı bireylere yönelik; evde sağlık hizmeti, ev temizliği, kişisel temizlik, ayni-nakdî yardım, evde teknik hizmeti, alışveriş hizmeti,

sosyal destek, yemek hizmetleri, sosyal-kültürel faaliyet, rehberlik hizmeti, psikolojik destek, refakatçi görevlendirme ve ulaşım hizmetleri sunulmaktadır. Belediyelerin yaşlı bireylere yönelik hizmetlerinde özellikle sosyal yardımlar, ulaşım desteği, evde bakım/destek hizmetleri ve sosyal kültürel faaliyetler gibi hizmetlerin ön plana çıktığı bilinmektedir (Karakuş, 2018: 106-107).

#### **2.4. Sosyal Medya**

Gelişen teknolojiyle birlikte iletişim ve bilgi teknolojileri de sürekli olarak gelişme göstermektedir. Radyo, televizyon, dergi, gazete, vb. tek yönlü yani karşılıklı etkileşimin olmadığı kitle iletişim araçlarının yerini yeni teknolojiler almıştır. Böylece insanların bilgi edinme ve birbirleriyle iletişim kurma şekillerinde değişiklikler ortaya çıkmıştır. Günümüzde bu iletişim ve bilgi edinme şekilleri için internet, cep telefonu ve bilgisayar kullanılarak sağlanan iletişim yollarından birisi de sosyal medyadır.

Sosyal medya, geleneksel olan medyadan farklılık göstermektedir. En büyük farklılığı, bireyler sosyal medyanın içeriğini yaratabilmekte, yorum yapabilmekte ve katkı sağlayabilmektedir. Sosyal medya resim, ses, video ve metin paylaşımına imkan tanımakta ve bu yönüyle de kullanıcılara geniş bir kullanım olanağı sağlamaktadır. Kişiler hem okuyucu ve izleyici hem de doğrudan bilgiyi yayan konumundadırlar. Ayrıca kişiler sosyal medya platformları aracılığıyla fikirlerini, düşüncelerini ve deneyimlerini paylaşabilmektedirler (Yağmurlu, 2011: 6).

Eski medya, insanlara tek yönlü olarak yalnızca bilgiyi iletmektedir. İnsanların iletilen bu bilgileri doğrulama, teyit etme ve cevap verme gibi imkânları bulunmamaktadır. Medyanın sosyal boyut kazanarak sosyal medya haline gelmesi bu iki yönlü ve karşılıklı iletişimin olmasıyla mümkün olmuştur (Metin, 2016: 224). Sosyal medyanın referansı olarak görülen temel gelişme, 2004 yılında insanların yaşamına giren ve kullanıcılarına çevrimiçi paylaşım ve iş birliği imkânı sağlayan Web 2.0 teknolojisi servsidir. Bu servis dağılık durumda bulunan kullanıcıların Web 2.0 uygulamaları desteği ile paylaşım alanları oluşturmalarına olanak sağlamaktadır (Çetinkaya, 2019: 9).

Sosyal medyanın tek bir tanımı bulunmamakla birlikte birçok araştırmacı tarafından farklı tanımlamalar yapılmıştır. Günlük yaşamımızın bir parçası olan sosyal medya, kişilerin birbirleriyle iletişim ve bağlantı kurmasına, içerik oluşturmaya ve oluşturdukları içerikleri paylaşmalarına olanak tanıyan herhangi bir web sitesi,

uygulama ya da bir dijital platformu ifade etmektedir. Bunlar; oyun siteleri, Youtube, Instagram, Twitter, Facebook, vb. etkileşimli web sitelerini kapsamaktadır (Abolfathi vd., 2022: 1). Russo, vd., (2008: 22) sosyal medyayı ağ oluşturmayı, çevrimiçi iletişimi ve iş birliğini kolaylaştırmak olarak geniş bir şekilde tanımlarken, Howard ve Parks (2012: 4) sosyal medyanın üç bölümden oluşan tanımını şu şekilde sunmaktadırlar; (a) bilgi alt yapısı ve araçlar üretmek ile içerik dağıtmak, (b) haberlerin, kişisel mesajların, fikirlerin ve kültürel ürünlerin dijital biçimini alan içerik, (c) dijital içerik üreten ve tüketen kuruluşlar, endüstriler ve insanlar. Kaplan ve Haenlein (2010: 61) ise sosyal medyayı, kullanıcının içerik üretmesine ve üretilen bu içerikleri paylaşmasına imkân tanıyan, kendisine web 2.0'ı temel alan ve internete bağlı olarak kullanılan uygulamalar şeklinde ifade etmişlerdir.

Günümüzde sosyal medya, önemli iletişim kanallarından birisini oluşturmaktadır. İnsanlar sosyal medya sayesinde birbiriyle iletişim kurabilmekte ve birçok bilgiyi de paylaşabilmektedir. Bireyler, sosyal medya ortamında kendilerini ifade etmenin yanında yeni insanlarla tanışma veya daha önceden tanıdıkları kişilerle iletişim kurabilme imkânına sahiptirler. Ayrıca sosyal medya diğer kişilerle ilişkileri geliştirip, devamlı kılmayı da sağlamaktadır (İnce ve Koçak, 2017: 738).

#### **2.4.1. Sosyal Medyanın Tarihsel Gelişimi**

Sosyal medyanın ilk ortaya çıkışıyla ilgili olarak birçok düşünce mevcuttur. İnsanlık tarihinin çoğu zamanında insanların birbiriyle iletişim kurmasını kolaylaştıran teknolojiler geliştirilmiştir (Edosomwan, vd., 2011: 80). M.Ö. 550 yılına kadar uzanan ilkel posta sistemi, mesajların uzun mesafelerde at binicileri aracılığıyla iletilmiş ve belirli bir süre boyunca iletişim şekli olarak devam etmiştir. 1792 yılında uzun mesafeli mesajların iletimini kolaylaştıran telgraf icat edilmiştir. 1865'te yer altı basınçlı hava tüplerini kullanarak bir bölgeden diğerine sırayla kapsülleri taşıma şeklinde gerçekleştiren hızlı bir mektup taşıma sistemi olan havalı posta sistemi geliştirilmiştir. Daha sonra 1876 ve 1895 yıllarında devrim niteliğindeki iletişim araçları olan radyo ve telefon icat edilmiştir (Dhingra ve Mudgal, 2019: 2). Bu dönemde kullanılan telgraf, telefon ve radyo tek yönlü de olsa etkileşim için kullanılmıştır. Günümüzdeki sosyal medyanın oluşmasında geçmişteki birçok gelişmenin, özellikle internetin ve teknolojik iletişim araçlarında ortaya çıkan gelişmelerin katkısı olmuştur.

20. yy.da devrim niteliğinde bir değişim yaşanmıştır. 1940’larda süper bilgisayarlar ortaya çıkmış ve sonrasında bilgisayarlar arasındaki ağlar gelişmeye başlamış ve bu da internetin gelişmesine yol açmıştır (Dhingra ve Mudgal, 2019: 1). Sosyal medya, son yıllarda hayatımızın vazgeçilmezleri arasında yer alsa da tarihi 1970’li yıllara dayanmaktadır. Ward Christensen ve Randy Suess, arkadaşlarıyla iletişimini sürdürmek ve bilgi alışverişinde bulunmak amacıyla 1978 yılında BBS isimli bir yazılımı geliştirerek ilk sosyal ağ örneğini ortaya koymuşlardır. 1994’te kurulan GeoCities’in internet kullananlara kendilerine ait web sitelerini kurma imkânı vermesi ve ilk tarayıcı olan Mosaic ile birlikte “halka inen” internet 1994’te “Information Superhighway” şeklinde ifade edilmektedir (Saitoğlu, 2018: 64).

1990’larda Six Degrees, BlackPlanet, Asian Avenue ve MoveOn gibi birçok sosyal ağ sitesi oluşturulmuştur. Bunlar, kamu politikası savunuculuğuna yönelik siteler ve bir iletişim ağı modeline dayalı bir sosyal ağ olmakla birlikte insanların etkileşimde bulunabileceği çevrimiçi sosyal sitelerdir. Ayrıca Blogger ve Epinions gibi bloglama servisleri oluşturulmuştur. Epinions, tüketicilerin ürün incelemeleri oluşturabildiği ya da ürünleri okuyabildiği bir sitedir (Edosomwan, vd., 2011: 82). Arkadaş odaklı ve sosyal ağların ilk örneği olan sixdegrees.com sitesi, 1997’de kullanıcılara arkadaş listeleme ve profil oluşturma fırsatı sunmuş, 1998 yılının başında ise arkadaşlarının listelerini inceleme imkânı tanımıştır. Bu uygulama kısa bir sürede çok ilgi görmüş ve 2000’de 125 milyon dolara satılmıştır. Ancak bu tarz sitelerin artması sonucunda rekabete giremeyerek 2001 yılında kapanmıştır (Çalışkan ve Mencik, 2015: 257).

2003 yılında Tribe.net, LinkedIn, Couchsurfing, Myspace, Del.icio.us, Second Life, Plaxo, Lastfm, Photobucket ve Hi5 gibi uygulamalar sosyal ağ sitelerine dâhil olmuştur (Altınay Bor, 2018: 12). Günümüzde insanlar tarafından en çok kullanılan sosyal medya uygulaması olan Facebook, Mark Zuckerberg ve arkadaşları tarafından 2004’te Harvard Üniversitesi’nde kurulmuştur. Facebook, 2005’te çoğunlukla akademik camia tarafından kullanılmış ancak 2006’dan itibaren günümüzdeki niteliklerine kavuşarak genel kitleye ulaşmıştır (Çalışkan ve Mencik, 2015: 257). İnsanların “tweetler” gönderip bunlarla etkileşime girdiği bir sosyal ağ ve çevrimiçi haber hizmeti olan Twitter, Jack Dorsey, Noah Glass, Biz Stone ve Evan Williams tarafından 2006 yılında kurulmuştur. Sosyal medyanın büyümesiyle ve kullanıcılar tarafından oluşturulan içeriğin zenginleşmesiyle Youtube (video paylaşımı), FM (müzik) ve Flickr (fotoğraf paylaşımı) gibi içerik paylaşımına dayalı olan daha fazla

sosyal ağ sitesi ortaya çıkmıştır. Cep telefonları, tabletler ve PC'ler gibi cihazlara yüklenen, kullanıcılar arasında resimleri, metinleri, belgeleri, görüntülü ve sesli mesajları paylaşmak için interneti kullanan, anında mesajlaşma uygulaması olan Whatsapp 2009'da kurulmuştur (Dhingra ve Mudgal, 2019: 3-6).

Check-in diye isimlendirilen konum paylaşımına ve yer bildirimine imkân tanıyan Foursquare uygulaması 2009'da kurulmuştur. Daha sonrasında kullanıcıların arkadaşlarını takip ederek arkadaşlarıyla buluşmalarına olanak tanıyan Swarm isimli uygulama kurulmuştur. Kevin Systrom ve Mike Krieger, 2010 yılında Instagram'ı kurmuşlar ve bu uygulama kısa sürede popüler olmuştur. Instagram, video ve fotoğraf paylaşımına olanak sağlamakla birlikte kullanıcıların bu paylaşımlara yorum yapmalarına imkân tanımaktadır (Harmancı, 2021: 11). Kullanıcıların Instagram, Youtube, Facebook gibi sosyal medya platformlarında uzun videolar izleyerek vakit harcamak istememeleri nedeniyle yeni çıkan platformlar da daha kısa videolar üretilmesini sağlamıştır. 2016'da kurulan TikTok uygulaması Çin merkezli Bytedance şirketinin bir ürünü olmakla birlikte kısa video izlemenin en önemli örneklerinden birisini oluşturmaktadır (Özdemir, 2022: 12).

#### **2.4.2. Sosyal Medyanın Özellikleri**

Günümüzde internetin ucuzlaması, kişilerin internete erişiminin kolaylaşması ve akıllı telefonların kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte sosyal medya kullanımı da giderek artış göstermektedir. Bireyler, kendi profillerini oluşturarak bu profiller aracılığıyla istedikleri yerde ve zamanda tanıdıkları kişilerle ya da yeni kişilerle iletişim kurabilmekte, video, fotoğraf ve beğendikleri içerikleri paylaşabilmekte, sosyal medyadan takip ettikleri kişilerin paylaşımlarını beğenebilmekte ve yorum yapabilmektedirler.

Günümüzdeki en popüler olan ağ siteleri Twitter ve Facebook'tur. Farklı özelliklere sahip yüzlerce sosyal ağ siteleri mevcut ve bu siteler yapılarına her gün yeni özellikler eklemektedirler. Yeni özelliklerin inovasyonu; çevrimiçi topluluklar oluşturmak, etkileşimin oluşmasını sağlamak ve kullanıcı tarafından oluşturulan içeriği çevrimiçi toplulukların üyeleri arasında paylaşmak gibi sosyal ağ hedeflerinin başarılmasına yardım etmelidir (Dawot ve Ibrahim, 2014: 178). Sosyal ağ sitelerinin temel özellikleri; kullanıcı profili ve çevrimiçi bağlantılar oluşturma, çevrimiçi gruplara katılma, çevrimiçi bağlantı listeleriyle iletişim kurmak, kullanıcı tarafından

oluşturulan içeriğin paylaşılması, düşünce paylaşma, bilgiye ulaşmak ve kullanıcıları korumaktır (Önder ve Gümüşkaya, 2011: 470). Sosyal medyanın ana özellikleri kullanıcı profilleri, çevrimiçi bağlantılar, çevrimiçi gruplar ve çevrimiçi bağlantı listeleridir. Birinci ana özellik kullanıcı profilleridir. Sosyal medya genellikle kullanıcıların profiller oluşturmasına ve kullanıcının iletişim içinde olduğu diğer kullanıcıların listelerine bakmasına izin vermektedir. İkinci ana özellik, diğer kullanıcıların oluşturulan içerikler hakkında yorum yapmasına izin veren çevrimiçi bağlantılardır. Üçüncü ana özellik, içerik oluşturan diğer kullanıcıların profil sayfasını ziyaret ederek kişilerin bir başkası hakkında ayrıntılı bilgilere erişmesini sağlayan çevrimiçi gruplardır. Son ana özelliği, sohbet siteleri ve e-posta sistemi aracılığıyla kullanılabilen çevrimiçi bağlantı listeleridir (Dawot ve Ibrahim, 2014: 178).

Lietsala ve Sirkkunen (2008: 24) sosyal medya platformlarının beş tane temel özelliğinin bulunduğunu ifade etmektedirler. Bu özelliklerin birincisi, içeriğin paylaşılması için uygun bir alanın olmasıdır. İkincisi, katılımcılar içeriğin tamamını kendileri oluşturmakta, paylaşmakta ve değerlendirmektedir. Üçüncüsü, sosyal etkileşime dayalı olmasıdır. Dördüncüsü, bütün içeriklerin diğer harici ağlara bağlamak için Tek Düzey Kaynak Bulucusu (URL) bulunmaktadır. Beşincisi ise siteye aktif olarak katılım gösteren bütün üyelerin, diğer kişilerle, platformun kendisiyle, içeriklerle ve olası uygulamalarla bağlantı kurmak için kendilerine ait profil sayfaları bulunmaktadır.

### **2.4.3. Sosyal Medya Platformları ve Özellikleri**

Sosyal Medya Platformları, diğer bireylerin ya da grupların profilleri ile bağlantı kurarak çevrimiçi sosyal ağların geliştirilmesini kolaylaştıran web tabanlı uygulamalardır. Bireyler, profiller oluştururlar ve bu profilleri kişisel bilgiler ve diğer kullanıcılar tarafından oluşturulan içeriklerle doldururlar. Platformlara genellikle bilgisayar tabanlı tarayıcılar ile birlikte tabletler ve akıllı telefonlar gibi farklı cihazlardan erişilebilmekte, bu da gün boyunca erişimi kolaylaştırmaktadır (O'leary, vd., 2020: 1).

Sosyal medya platformları günümüzde tanıdıklarımızla etkileşimimizin ve iletişimimizin önemli bir parçası haline gelmiştir. Aslında sosyal medya, yalnızca arkadaşlarla bağlantı kurmak için değil, genellikle aile ilişkileri, iş arkadaşları ve eski arkadaşlar dâhil ve bunlarla da sınırlı olmamak üzere diğer sosyal gruplarla da

etkileşime girebilecek şekilde gelişmiştir. Çeşitli sosyal medya platformları, bazen kendine ait özelliklerini yaratarak, bazen de diğer platformların “hikâyeler” gibi başarılı özelliklerini kopyalayarak rekabet etmektedirler. Kullanıcılar, platformun sunmuş olduğu özelliklere bağlı olarak çeşitli platformlar arasında seçim yapmaktadırlar (Khalil, vd., 2018: 165).

Sosyal paylaşım platformları genç, orta yaş, yaşlı, yoksul, zengin, erkek ve kadın ayrımı yapılmaksızın bütün kişilerin daha fazla insanlarla tanışabildiği, sohbet edebildiği, herhangi bir konu hakkında fikir beyan ederek tartışabildiği, duygu ve düşüncelerini paylaşma olanağı bulduğu, yeni ortamlar oluşturabildiği alanlar haline dönüşmüştür. Kişiler bu platformlar aracılığıyla mekân ve zaman sınırlaması olmaksızın iletişim kurabilmektedir (Yaşar, 2019: 15). Günümüzde en çok bilinen sosyal medya uygulamaları Facebook, Twitter, Instagram Youtube, Google, Wikipedia, LinkedIn, Blogger, Flickr ve Vine şeklinde sıralanabilir. Ancak bu sıralama kişilerin ilgilerine bağlı olarak değişiklik gösterebilir (Polat, 2016: 13).

Bu başlık altında günümüzde insanlar arasında popüler olan Facebook, Twitter, Whatsapp, Instagram, Youtube ve TikTok isimli sosyal medya uygulamalarına yer verilmiştir.

#### **2.4.3.1. Facebook**

Günümüzde kullanıcıların en fazla ilgi gösterdikleri web sitesi olarak nitelendirilebilen ve Mark Zuckerberg tarafından 4.02.2004 tarihinde Harvard Üniversitesi’nde okuyan öğrencilerin birbirleriyle iletişime geçmeleri amacıyla kurulan Facebook, 2006 yılında halkın kullanımına açılmıştır (Ayan Gürsoy, 2019: 41; Hew, 2011: 663). Facebook, 2006 yılının sonuna doğru 13 yaşından büyük her bireyin kullanabildiği ve bir e-posta adresine sahip bir sosyal ağ uygulaması haline gelmiştir. 2008 yılında cep telefonlarına bir uygulama olarak yüklenmeye başlayan Facebook, 2009’da ağa gerçek isimle kayıt olmayı zorunlu hale getiren “Facebook Kullanıcı Adı” uygulamasını başlatmıştır. 2010 yılında “Facebook Place” uygulaması geliştirilerek kullanıcıların yer bildirimini yapmasına olanak tanınmış ve kullanıcıların “profil sayfaları” değişmiştir. 2011 yılında zaman tüneli ve video araması uygulamalarını kullanıma sunmuş, 2012’de ise Instagram’ı satın almış ve kamera uygulamasını geliştirmiştir (Dondurucu, 2019: 124).

Facebook, kişilerin aile üyeleriyle, arkadaşlarıyla ve tanıdıklarıyla bağlantı kurarak iletişime geçmesine olanak tanımakla birlikte insanlara fotoğraf ve durum

güncellemesi gibi içerikleri paylaşma fırsatı verir (Alhabash ve Ma, 2017: 2). Bir kişi Facebook hesabı açtıktan sonra Facebook hesabı olan başka birisinin profilini görüntüleyebilir ve arkadaşlık isteği gönderebilir. Kullanıcılar ayrıca hayranı oldukları ve çok beğendikleri grupların, ünlülerin, futbol kulüplerinin ve yemek sayfalarına katılabilirler ya da hayranı olabilirler. Bu da ortak ilgi alanına sahip kullanıcıların bir araya gelmesine olanak tanımaktadır (Hew, 2011: 663).

Sosyal medya platformlarının zaman içerisinde ortaya çıkardığı birçok değişime Facebook hızlı bir şekilde ayak uydurmuştur. İlk kurulduğunda sadece fotoğraf yüklenen, kullanıcıların sosyal çevresindeki kişilerle ilgili bilgi alınabilen sosyal medya platformu iken, sosyal çevredeki bütün insanların, doğum günlerini hatırlatan, yeni arkadaşlar edinmeye aracılık eden, ilişki durumlarının takip edilebileceği ve diğer bütün iletişim araçlarının çok daha ötesinde hızlı bir şekilde iletişim olanağı sunan bir platform olmuştur (Özdemir, 2022: 10). Kullanıcıların gereksinimlerine ve kişisel özelliklerine göre Facebook grubu kurmalarına, uygulama geliştirmelerine ve etkinlik oluşturmalarına olanak tanıyan özelliklere sahiptir. Kullanıcılarına listelerindeki kişilerle sohbet etme, mesajlaşma ve sahip olduğu oyun programlarıyla eğlenceli zaman geçirme ile yazılı, sesli ve görüntülü içerik paylaşımına ve bunlara yorum yapmaya, beğenmeye imkân vermektedir (Süllü, 2019: 258).

#### **2.4.3.2. X (Twitter)**

X (Twitter), 2006 yılında, kayıtlı kullanıcılara karakter sınırlamalı gönderiler aracılığıyla "mikroblog" yapma olanağı sağlayan bir sosyal ağ sitesi olarak kurulmuştur (O'leary, vd., 2020: 3). X, paylaşım ve iletişim amacıyla bireyler tarafından sık kullanılan sosyal medya platformlarından birisini oluşturmaktadır. X, mesaj yazarken kullanılacak karakter sayısının 140 ile sınırlı olması, anlık mesajların daha hızlı paylaşılması ve karşılıklı takipleşme koşulunun olmaması ile diğer sosyal medya platformlarından ayrılmaktadır. Kullanıcılar, "tweet" ismi verilen anlık mesajlarını diğer kullanıcılarla paylaşarak ve onların yaptığı paylaşımlara yorum yaparak iletişim kurmaktadır (Günüç, Odabaşı ve Kuzu, 2013: 437).

Kullanıcılar X platformunda görüntü, veri paylaşımı, ses, duygu ve düşüncelerini paylaşabilmekte, dünya ve ülkenin gündeminden haberdar olabilmektedirler. Ayrıca bireyler, bu platformda bir tweete yorum yapabilir, beğenebilir veya retweet edebilir.

Herhangi bir tweetin çok sayıda retweet alması, diğer kişiler tarafından paylaşılması ve etkileşim oluşturmaları demektir (Ayan Gürsoy, 2019: 49-50).

### **2.4.3.3. Whatsapp**

Whatsapp hemen hemen bütün akıllı telefonlarda kullanılan anlık mesajlaşma uygulamasıdır. Whatsapp, internetin olduğu her an kullanıcıların ücretsiz olarak mesaj gönderip almalarına, ses kaydetme ve hemen göndermeye ek olarak video, ses ve fotoğraf gibi farklı medya türlerinin diğer kullanıcılara gönderilmesi de dahil olmak üzere çeşitli başka imkânlar da sunmaktadır (Alamer ve Al Khateeb, 2023: 154). Bu uygulama 180'den fazla ülkede, dünyanın her yerindeki telefonlarda kullanılabilen güvenilir, kolay bir arama ve mesajlaşma hizmeti vermektedir. 2014 yılında Facebook tarafından satın alınan Whatsapp, ilk olarak 2009'da SMS'e bir alternatif olarak başlamış ancak şu anda görüntülü ve sesli arama yapmanın yanı sıra belge, video, metin, konum ve fotoğraf gibi birçok çeşitli tipte medyayı alıp gönderme özellikleri bulunmaktadır (Bozkurt, 2020: 48).

Bu uygulama, 2009 yılında Yahoo'nun eski çalışanlarından olan Biran Acton ve Jan Koum tarafından Amerika'da kurulmuştur. Dünyada en çok kullanılan üçüncü sosyal medya uygulaması olan Whatsapp, çok çeşitli bilgisayar ve telefon işletim sistemlerinde çalışmasından dolayı kullanıcılar sohbetlerini istediği zaman ve yerden sürdürebilmektedir. Bu uygulama birebir ya da grup aramaları yapmak için Wİ-Fİ ve hücresel verilerden yararlanarak pahalı arama ücretlerine olan gereksinimi azaltmakla birlikte kullanıcı, SMS ücreti ödemediği takdirde yurt dışındaki ailesi ve arkadaşlarıyla iletişim sağlayabilmektedir (Akkök, 2022: 29-30).

### **2.4.3.4. Instagram**

Bir fotoğraf paylaşım uygulaması olan Instagram, Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından 2010 yılında kurulmuştur (Aşantıoğlu, 2020: 17). Instagram, akıllı telefon kullanıcıları arasında popüler olan bir sosyal medya platformudur. Instagram, fotoğraf paylaşımının hızı ve kolaylığı sebebiyle çok sayıda kullanıcısı bulunmaktadır. Kullanıcılar fotoğraflara farklı bir hava vermek ve renkleri değiştirmek için çeşitli fotoğraf filtrelerinden yararlanabilir. Instagram'ın "popüler", "takip et" ve "beğen" özellikleri Instagram'ı kullanıcıları için daha fazla cazip hale getirmektedir (Nadzira, Setiyawan ve Wiyarni, 2020: 85). Ayrıca kullanıcıların çektikleri fotoğrafları istemeleri halinde Foursquare, Tumblr, Twitter, Flickr gibi platformlarda paylaşılabilir.

imkânı sunmakla birlikte ücretsiz olarak erişim sağlayabilmesi ve diğer sosyal ağlarla entegre çalışabilmesi özelliklerinden dolayı kullanıcılar tarafından tercih edilmesini sağlamıştır (Sözen, 2022: 33).

#### **2.4.3.5. Youtube**

Youtube uygulaması, Steve Chen, Chad Hurley ve Jawed Karim tarafından 2004'te video içeriği yayınlamanın ve paylaşmanın bir yolu olarak kurulmuştur. Youtube, kuruluşundan sonraki bir yıl içinde Google tarafından satın alınmıştır. Bu uygulama, diğer video paylaşım sitelerinin girişimlerinin çok ötesinde bir başarı elde ederek kısa sürede Web 2.0'ın dayanağı olarak baskın bir konuma sahip olmuştur (Soukup, 2014: 3).

Youtube siteleri, günde 2 milyar görüntülemeyi aşmakta, ortalama olarak her dakikada yeni bir video yüklenmekte ve bir kullanıcı sitede günde ortalama en az 15 dakika vakit geçirmektedir (Madathil, vd., 2015: 173). Youtube, milyarlarca kişinin orijinal bir şekilde oluşturulmuş olan videoları keşfederek izlemelerini ve paylaşımlarını, diğer kullanıcılar ile iletişim kurarak onlara bilgi vermelerini sağlamaktadır. Youtube'nin orijinal içerik oluşturucular ile küçük ve büyük çaptaki reklam veren kişiler için bir dağıtım platformu fonksiyonu da bulunmaktadır (Bozkurt, 2020: 40). Dünyada olduğu gibi ülkemizde de popüler olan ve kişiler tarafından çok fazla tercih edilen sosyal medya platformlarından birisi olan Youtube, kişilere video yükleme, videolara yorum yapma, videoları beğenme ve beğenmeme imkânı sunmaktadır.

#### **2.4.3.6. TikTok**

2014 yılında kurulan ve temel amacı popüler müzik türlerini kullanıcıların videoları ile birleştirmek olan ve özellikle 13-18 yaş arasındaki bireyler arasında çok fazla kullanılan Musical.ly, 2017'nin ortalarına doğru kullanıcı sayısı iki yüz milyondan fazla kişiye ulaşan rekabetçi bir uygulama haline gelmiştir. Musical.ly uygulaması, kullanıcıların ürettikleri eğlenceli içerikleri diğer sosyal medya platformları üzerinden de paylaşmasıyla daha da popüler hale gelmiş ve 2018'de Çin merkezli şirket olan ByteDance tarafından 800 milyon dolara satın alınmış, uygulamadaki bütün hesaplar ile bu hesaplardan yapılan paylaşımlar TikTok'a aktarılmıştır (Akkök, 2022: 36). Kullanıcıların kısa video içeriği oluşturmasına, paylaşmasına ve izlenmesine olanak tanıyan TikTok uygulaması, yeni olmasına rağmen şimdiden iki milyardan fazla

indirilmiş, bu da TikTok'u son on yılın en çok indirilen uygulamalardan birisi yapmıştır (Schellewald, 2021: 1438).

Kullanıcılarının çoğunluğu gençlerden oluşan TikTok uygulamasını diğer sosyal medya platformlarından ayıran en önemli özelliği, içerik üretiminin sadece mobil uygulama ile yapılabilmesidir. TikTok akışı 15-60 saniye arasında değişiklik gösteren çoğunlukla kısa ve dublaja dayalı videoların üretilmesine ve paylaşılmasına dayanmaktadır. Videoların kısa olmasına bağlı olarak ekranın sürekli kaydırılarak kullanılması, bu uygulamada çok fazla profil ve içerikle karşılaşmayı mümkün kılmaktadır (Kızılkaya, 2022: 234). Genellikle müzik içerikli oluşturulan bir uygulama olan TikTok'ta çok kısa süreli olan videolara farklı şekillerde efektler uygulanarak kişilere sunulabilmektedir. Videolarda kullanılan bu dikkat çekici ve farklı efektlerle bu uygulamayı kullanan kişileri etkileyebilir. Böylece kullanıcıların hem takipçi hem de beğeni sayısı artarak üst seviyelere taşınabilir (Filiz, 2021: 1084-1085).

#### **2.4.4. Yaşlılarda Sosyal Medya Kullanımı**

Bireyler yaş aldıkça fiziksel kapasitelerinde gerileme olur, sınırlı hareketlilik ve tepki süreleri daha yavaştır. Hareketliliklerinde böyle bir sınırlamanın olması çoğunlukla sosyal aktivitelere daha az katılımı sonuçlanmaktadır. Bu durum da yaşlılarda yalnızlığın artmasına, moral ve yaşam doyumunu azaltabilmektedir. Ayrıca yaşlıların iyilik içinde ve sağlıklı olmaları büyük oranda aile üyeleri ve arkadaşlarıyla sahip oldukları sosyal ve duygusal ilişkilere bağlıdır (Coto, vd., 2017: 65). Yaşlıların çalışma yaşamından ve sosyal çevrelerinden uzaklaşmaları, eşlerini kaybetmeleri, çocuklarının evden uzaklaşmaları, vb. nedenlere bağlı olarak yalnızlık sorunuyla karşılaşmaktadırlar. Yaşlılık döneminde yalnızlık düzeyinin artmasına bağlı olarak bireylerin teknolojiye yöneldikleri, mesajlaşmaların, sosyal medya platformlarının ve akıllı telefonların kullanımının yaygın olduğu görülmektedir (Göker, Tekedere ve Arpacı, 2020: 1632).

Sosyal medya teknolojisi, yaşlılar ve toplum arasında metin, ses ve görüntü alışverişi kullanımıyla birbirlerine yakınlaşmasını kolaylaştırmaktadır. Yaşlılıkla birlikte artan yalnızlık sorunuyla baş etmede, sanal dünya aracılığıyla bilgi alışverişi ve sosyal etkileşim potansiyelini artıran internet kullanımı ve bilgisayar etkili bir yol olarak görülmektedir (Haris, vd., 2014: 253). Bilgi ve iletişim teknolojileri, devlet kurumları veya toplumlar tarafından yürütülen girişimlerle birlikte, yaşlıların zihinsel sağlıklarını

artırmaya ve yalnızlık duygularını azaltmaya yardımcı olacak bir araç olarak kullanılabilir. Mobil iletişim ağlarının, tabletlerin ve akıllı telefonların yaygın olarak kullanılabilirliği, sosyal medya uygulamalarıyla birleştiğinde yaşlıların ailesi, yakınları ve arkadaşlarıyla iletişim kurmasını ve bilgi paylaşmasını kolaylaştırmaktadır. Ayrıca sosyal medya, yalnızlığı azaltmakta, sosyal desteği, aidiyet ve bağlılık duygusunu artırmaktadır (Coto, vd., 2017: 67). Yaşlı bireyler sosyal medyada aile üyelerinin, torunlarının fotoğraflarını görmekte ve bu resimleri beğenebilmekte, yorum yapabilmektedir ve onlarla iletişim kurabilmektedir. Böylece yaşlıların sosyal izolasyonu azalmakta ve kendisini sosyal olarak oldukça iyi hissetmektedir (Göker, Tekedere ve Arpacı, 2020: 1633)

Yaşlıların geç adapte olma eğilimlerine rağmen sosyal medya gibi teknolojilerden onların kazanacakları çok şey bulunmaktadır. Yaşlılıkla birlikte bireylerin sağlık problemlerinde artış görülebilmektedir. Sosyal medya, yaşlıların sağlıkla ilgili bilgi aramada aktif kalmalarına ve benzer sağlık sorunlarıyla karşılaşan diğer bireylerle iletişimi sürdürmelerine izin verebilecek hayati bilgilere potansiyel bir erişim noktası sağlamaktadır (Parida, Mostaghel ve Oghazi, 2016: 1135). Yaşlı bireyler sosyal medya üzerinden sağlık profesyonellerine ulaşarak hastalıklarıyla ilgili sorular sorabilmekte ve bilgi alabilmektedirler. Ayrıca yaşlılar, sosyal medya üzerinden kendisiyle aynı sağlık sorunu yaşayan diğer yaşlı bireylerle iletişime geçerek bilgi alışverişinde bulunabilmektedirler. Böylece benzer sağlık problemleri yaşayan kişilerle iletişim kurmak yaşlıların ruhsal durumlarına olumlu yönde etki edebilmekte ve onlara sosyal destek sağlayabilmektedir.

Sosyal medya, yaşlı bireylerin sosyal ağlarını ve özgüvenini güçlendirerek, yalnızlık sorunlarının üstesinden gelmelerine yardımcı olabilmektedir. Yaşlılıkla birlikte sosyal ağlar azalmakta, bu durum da yaşlılarda yalnızlık duygusunu artırmakta, umutsuzluk, iyilik hali ve depresyon ile ilişkilendirilerek yaşam kalitelerine olumsuz etki etmektedir. Yaşın ilerlemesiyle birlikte ortaya çıkan kronik hastalıklar, hareket kısıtlamaları, vb. nedenlerle sosyal bağlılığı devam ettirmek daha zor hale gelebilir ve çevreyle kurulan fiziksel bağlar azalabilir. Sosyal medya, ileri yaştaki bireylerin sosyal ilişkilerini sürdürmede önemli bir unsur olabilir (Kalınkara ve Sarı, 2023: 89). Yaşlı bireyler hem yaşları gereği hem de ekonomik gelirlerindeki azalmaya bağlı olarak uzaktaki çocukları, akrabaları ve arkadaşları ile istedikleri zaman bir araya gelip yüz yüze görüşemeyebilirler. Bu noktada sosyal medya, yaşlılar açısından kolaylaştırıcı bir

unsur olabilmektedir. Yaşlılar, sosyal medya aracılığıyla istedikleri zaman uzakta yaşayan çocukları, akrabaları ve arkadaşlarıyla görüntülü ve sesli arama yaparak iletişim sağlayabilmektedirler. Ayrıca yaşlılar, temas içinde olmadıkları eski tanıdıklarını sosyal medyadan ekleyerek onlarla iletişime geçebilmektedirler.

Yaşlılar arasında en dezavantajlı grubu 80 yaş ve üstünde bulunanlar oluşturmakta ve bu yaş grubuyla ilgili yurt dışında yapılan araştırmaların hemen hemen hepsinde yaşları nedeniyle dijital ortamdaki uzak oldukları bildirilmiştir. Bu yaş grubunda bulunan yaşlıların dijital dünyayla ilgili bildikleri çevreden duyduklarıyla sınırlı olmasından kaynaklı olarak dijital dünya onlar için bir yandan korkutucu gelirken diğer yandan da Skype ve Facebook gibi uygulamalar merak uyandırmaktadır. Yaşlıların özellikle sosyal medya platformlarında bulunmalarının istenmesinin nedeni onları hayata bağlamak, onların yalnızlık duygularını yenmelerini ve bilişsel yeteneklerini korumalarını sağlamaktır (Bayrakçı, 2021: 151-152).

#### **2.4.5. Yaşlılarda Sosyal Medya Kullanımıyla İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar**

Teng ve Joo (2017: 740, 742) Malezya'da 200 yaşlı ile yaptıkları çalışmada, yaşlılar arasında en popüler olan sosyal medya platformunun Facebook olduğu, ailenin yaşlıların sosyal medyaya katılmasında ana güç olduğu, bunu arkadaşlar, kişisel çabalar, iş ve medya gibi diğer faktörlerin izlediği, yaşlıların %55'inin birkaç yıl önce ailesinin teşvikiyle sosyal medyaya katıldığı, %23'ünün ise sosyal medyaya yeni katıldığı, yaşlıların sosyal medyayı kullanmalarındaki temel amacın önce aileleriyle, ardından arkadaşlarıyla bağlantı kurmak olduğu bulunmuştur. Yine Haris vd., (2014: 256) yaptıkları çalışmada, yaşlıların sosyal medya platformu olan Facebook'u kişisel sosyal yaşam kalitelerini, bireysel öğrenmelerini, meraklarını ve yaşamlarının istikrarı için olumlu yaklaşım olarak kabul ettikleri bulunmuştur.

Fu ve Xie (2021: 6) tarafından yapılan çalışmada, sosyal medyayı yaygın olarak kullanan yaşlıların, sosyal medyayı kullanmayan ya da orta düzeyde kullanan yaşlılara göre daha iyi bir fiziksel sağlığa ve ruh sağlığına sahip olduğu tespit edilmiştir. Yine Nam (2021: 4594-4595) 1132 yaşlı birey ile yaptığı çalışmada; erkeklerin %23,1'inin, kadınların ise %19,2'sinin sosyal medya kullandığı, kadınların sosyal destek puan ortalamasının 2.89 iken, erkeklerin sosyal destek puan ortalamasının 2.95 olduğu, 64-74 ya grubunda bulunan yaşlıların sosyal medya kullanım, sosyal destek ve yaşam

kalitesi düzeylerinin 75 yaş grubunda bulunan yaşlılardan daha yüksek olduğu, eğitim düzeyi yükseldikçe sosyal medya kullanımının, sosyal destek ve yaşam kalitesinin de arttığı bulunmuştur.

Ractham, Techatassanasoontorn ve Kaewkitipong (2022: 15-19) yaptıkları araştırmada, yaşlıların sosyal medyayı aile, eğlence ve sağlık alanlarında kullandıklarını ve kullanımlarından memnun olduklarını bildirirken, yaşlıların sosyal medyayı yeni sosyal ilişkiler kurmak için kullanılmasından en az memnun olduklarını belirttikleri, özellikle Line Chat ve Facebook'un tüm yaş gruplarında popüler olduğu, yaşlıların sosyal medyayı aileleri ve arkadaşlarıyla iletişim kurmak için kullandığı, sosyal medyanın yaşlıların çoklu yaşam alanlarındaki yaşamlarında bütünleyici bir rol oynadığı, sosyal medya kullanımının aile, arkadaş, toplum, sağlık, tüketici, eğitim, kendini gerçekleştirme etkinlikleri yoluyla boş zaman, benlik ve sosyal yaşam alanlarında yaşam doyumu üzerinde olumlu bir etkisini olduğu bulunmuştur.

Chen, vd., (2023: 7-10) "Malezya'daki Yaşlılar Arasında Yaşam Kalitesi ve İlgili Sosyal Medya İhtiyaçlarının Değerlendirilmesi" başlıklı çalışmada, yaşlıların %77,2'sinin sosyal medya kullanmakta olduğu ve sosyal medya ihtiyacı olduğunu belirttiği, sosyal medya ihtiyaçlarının ilgili ortalama puanlarının oyalayıcı ihtiyaçlar için 8.42, bilişsel ihtiyaçlar için 11.92, duygusal ihtiyaçlar için 7.06, kişisel bütünleştirici ihtiyaçlar için 9.00 ve sosyal bütünleştirici ihtiyaçlar için 15.53 olduğu, sosyal bütünleştirici ihtiyaçların karşılanmasının tüm alanlarda daha yüksek yaşam kalitesinin en güçlü yordayıcısı olduğu, sosyal medyayı duygusal ihtiyaçları için kullanan yaşlıların daha düşük psikolojik sağlık kalitesi gösterdiği tespit edilmiştir.

Ugalde, Acosta ve Carvallo (2023: 5908) tarafından "Yaşlılarda Sosyal Medya Kullanımı: Teknoloji Kabul Modeli Uygulaması" başlıklı 300 yaşlı ile yapılan araştırmada, yaşlıların %65'inin sosyal medya kullanımını içeren projelere katılmakla ilgilendiğini belirttiği, yaşlıların %70,5'inin sosyal medyayı kullandığı, %58,2'sinin ise sosyal medyayı kullanmadığı, yaşlıların yarısından fazlasının yaşlılara özel temalar içeren bir sosyal medyayı kullanmak konusunda kararsız olduğu veya ilgilenmediği, yaşlıların sosyal medyayı kullanıp kullanmamalarında eğitim düzeyinin etkisinin çok az olduğu, en çok kullanılan sosyal medya uygulamasının Facebook olduğu, erkeklerin sosyal medyada daha çok spor ve siyaset gibi içeriklerle ilgilenirken, kadınların yemek pişirme, el sanatları, moda, güzellik gibi çeşitli alanlarla ilgilendikleri tespit edilmiştir.

#### **2.4.6. Yaşlılarda Sosyal Medya Kullanımıyla İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar**

Yaşlılarda sosyal medya kullanımıyla ilgili literatürde çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Türkiye’deki alanyazın incelendiğinde yaşlılarda sosyal medya kullanımıyla ilgili yapılan araştırmaların sınırlı olduğu söylenebilir. Ayrıca bu konuyla ilgili çalışmaların çok yeni olduğu görülmüştür.

Göker, Tekedere ve Arpacı (2020: 1637) tarafından 300 yaşlı ile yapılan araştırmada, yaşlı bireylerde sosyal medya kullanımı ile yalnızlık algısı arasında ilişkinin bulunmadığı saptanmıştır. Yine Kalinkara ve Sarı (2019: 11) tarafından 205 yaşlı birey ile yapılan araştırmada, yaşlıların % 21,4’ünün sadece bir sosyal medya uygulamasını (Youtube, Whatsapp ve Facebook), % 39,6’sının iki tane sosyal medya uygulamasını ve % 39,0’unun ise ikiden fazla uygulamayı birlikte kullandığı, % 51,5’inin Facebook, % 32,5’inin Whatsapp, % 16,0’sının ise Youtube, Twitter ve Instagram kullandığı, % 23,9’unun yalnızca bilgisayarını, % 35,6’sının akıllı telefonu, % 40,5’inin ise hem bilgisayarını hem de akıllı telefonu birlikte kullanarak sosyal medya platformlarına ulaştıkları ve % 68,3’ünün her gün interneti kullandığı bulunmuştur. Ayrıca yaşlıların sosyal ağı “iş birliği sağlama” amacıyla kullandıkları, gelir arttıkça iletişim kurma gereksiniminin arttığı, toplumsal organizasyonlara ve dernek toplantılarına katılmayanların daha az sosyal ağ kullandıkları, sosyal ilişkileri düşük olanların sosyal ağ kullanımlarının da düşük olduğu belirtilmiştir.

Taşan (2018: 74-75-76) yaptığı çalışmada, yaşlıların %47,1’inin 5 yıldan fazla süredir, %26,3’ünün 3-4 yıldır ve %17,5’inin 1-2 yıldır sosyal medyayı kullandığı, %47,1’inin sosyal medyaya hem mobil cihazlardan hem de bilgisayardan bağlandığı, yaşlıların kullandıkları en popüler sosyal medya uygulamasının Facebook olduğu, Facebook uygulamasını her gün kullanan yaşlıların haftada birkaç defa kullananlara göre çoğunlukla etkileşim ve sosyalleşme ihtiyacını karşılamak için kullandığı, Facebook’u hiç kullanmayanların ise bilgi edinmek için sosyal medyayı kullandığı, Twitter uygulamasını her gün kullananların bu uygulamayı hiç kullanmayanlara göre daha çok bilgi edinme ihtiyacını karşılamak için Twitter’den yararlandığı, Youtube’u her gün kullananların kullanmayanlara göre daha çok bilgi edinme ihtiyacını karşılamak için kullandığı tespit edilmiştir. Yine Sunay ve Harmancı (2022: 50) 57 yaşlı ile yaptıkları çalışmada, yaşlıların %52,6’sının sosyal medya kullandığı, erkeklerdeki sosyal medya kullanım sıklığının kadınlardan daha yüksek olduğu, sosyal medyaya ulaşımın

%96,7'sinin akıllı telefonlar aracılığıyla olduğu, en sık kullanılan uygulamaların Facebook ve Whatsapp olduğu, yaşlıların %20'sinin sosyal medyada dört saatin üzerinde vakit geçirdikleri, yaşlıların %30'unun eğlenmek, %63,3'ünün ailesiyle iletişimde kalabilmek, %30'unun da boş zamanlarını geçirmek amacıyla sosyal medyayı kullandıkları bulunmuştur.

Erbil ve Hazer (2021: 48-49) 13 yaşlı ile yaptıkları çalışmada, yaşlıların 8'inin sosyal medyayı aktif kullanırken 5'inin sosyal medya uygulamalarından hiçbirini kullanmadığı, sosyal medyayı yeni bilgiler öğrenme ve bilgi paylaşımı, aile, akraba ve arkadaşları takip etme ve onlarla iletişim kurma, fotoğraf paylaşarak özlem giderme amacıyla kullandıkları, en çok Facebook'u kullandıkları tespit edilmiştir. Yine Sinav (2020: 125-135-136) tarafından 387 yaşlı ile yapılan çalışmada, genç yaşlı bireylerin, orta yaşlılar ile ileri yaşlılara göre bilgisayar kullanımından ziyade mobil cihazları tercih ettiği, 65-74 yaş grubundaki yaşlıların %66,7'sinin, 75-84 yaş grubundaki yaşlıların %83,6'sının, 85 ve üzeri yaş grubundaki yaşlıların ise %90,3'ünün Facebook kullandığı, 65-74 yaş aralığındaki yaşlıların %46,7'sinin, 75-84 yaş aralığındaki yaşlıların %34,5'inin, 85 ve üzeri yaş aralığındaki yaşlıların ise %29'unun Instagram kullandığı, 65-74 yaş grubundaki yaşlıların en çok siyaset içerikli hesapları takip ettikleri, 75-84 yaş grubundaki yaşlılar ile 85 ve üzeri yaş grubundaki yaşlıların en çok sağlık içerikli hesapları takip ettikleri tespit edilmiştir.

Kalınkara ve Sarı (2023: 92) 273 yaşlı ile yaptıkları çalışmada, bütün yaşlıların cep telefonu kullandığı, yaşlıların %70'inin hem bilgisayar hem de cep telefonu kullandığı, bilgisayar ve cep telefonu kullanımının günde en çok 1-3 saat arasında değiştiği, sosyal medya uygulamalarını haberleşmek (görsel, sözlü veya yazılı), ilgi duyduğu veya merak ettiği bir konuyla ilgili bilgi aramak, herhangi bir soruna yönelik çözüm yolları ile görüşlerine dayanak oluşturacak yazı, video ve fotoğraf gibi materyaller bulmak, ilgi duyduğu gruplara katılım sağlama, bir ekiple veya tek başına oyun oynamak, reklam ve tanıtım (duyuru, bilgilendirme) yapmak amacıyla kullandığı bulunmuştur. Yine Tekedere ve Arpacı (2016: 385) 106 yaşlı birey ile yaptıkları çalışmada, yaşlıların sosyal medya kavramı denilince %39,5'inin aklına iletişim kurmak, %16,0'sinin paylaşım yapmak ve %2,8'inin eğlence geldiği, %41,5'inin ise bu konuyla ilgili fikirlerinin olmadığı, sosyal medyada geçirilen günlük ortalama kullanım süresinin 39,22 dakika olduğu, yaşlıların %17,9'unun Facebook, %1,9'unun

Twitter ve %9,4'ünün diğeri sosyal medya araçlarını kullandıkları, %70,8'inin ise hiçbir sosyal medya uygulamasını kullanmadığı bulunmuştur.

Aydoğan (2022: 115-119-120) 406 yaşlı ile yaptığı çalışmada, en çok kullanılan sosyal medya platformunun Facebook, daha sonra Twitter ve Instagram olduğu, yaşlıların çoğunluğunun sosyal medyayı 6 ve üzeri yıldır kullandığı, sosyal medyayı en çok bilgiye ulaşmak, güncel olayları takip etmek ve arkadaşlarıyla iletişimi sürdürmek amacıyla kullandıkları, sosyal medyayı kullanmaktan memnun olan yaşlıların yaşam doyum düzeylerinin de yüksek olduğu, yaşlıların algıladıkları sosyal destek düzeyi; sosyal medya kullanımına ilişkin memnuniyet düzeyleri, günlük sosyal medya kullanım sıklığı, sosyal medya kullanma amaçları ve sosyal medya kullanım sürelerine göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur.

## **2.5. Psikolojik İyi Oluş**

Ruh sağlığıyla ilgili yapılan çalışmalarda çoğunlukla anksiyete ve depresyon gibi olumsuz ruh sağlığına odaklanılmıştır. Ancak pozitif psikolojinin gelişmesi bu durumu değiştirmiştir. Pozitif psikoloji akımının ortaya çıkmasıyla birlikte günümüzde ruh sağlığının olumsuz yönlerinin yanı sıra olumlu yönlerinin de araştırılma isteği giderek artış göstermektedir. Pozitif psikoloji, insanların doğumundan ölümüne kadar yaşamda neyin iyi olduğuna yönelik bilgiler ortaya koyan bilimsel bir ruh sağlığı çalışma alanı olarak tanımlanmaktadır. Pozitif psikoloji ile birlikte öznel iyi oluş, yaşam doyumu, yaşam kalitesi, psikolojik iyi oluş, iyilik hali gibi birçok olumlu kavram araştırma konusu olmaya başlamıştır (Telef, 2013: 374; Gülyüksel Akdağ ve Cihangir Çankaya, 2015: 646).

Pozitif psikolojinin kavramlarından biri olan psikolojik iyi oluş modeli, 1980'li yıllarda görülen pozitif insan fonksiyonelliğinin eksikliklerini giderebilmek adına Ryff tarafından geliştirilmiştir. Ancak psikolojik iyi oluş kavramı ilk olarak 1969'da Bradburn tarafından kullanılmıştır. Bradburn, yaptığı çalışmada olumsuz ve olumlu duyguları birbirinden ayırmış ve bu iki duygu arasında oluşan dengeyi mutluluk olarak ifade etmiştir (Battal ve Seyrek, 2022: 1409). Bradburn (1969) psikolojik iyi oluşu, olumlu duygulanım deneyiminin olumsuz duygulanım deneyiminden daha yüksek olması ile kişinin psikolojik iyi oluş düzeyinin yüksek olacağını, bunun tersi durumda ise kişinin düşük bir psikolojik iyi oluşa sahip olacağı şeklinde ifade etmiştir. Bu

tanıma göre psikolojik iyi oluş, kişinin olumlu duyguları, olumsuz duygulara göre daha fazla tecrübe etmesidir (Kaplan, 2022: 33-34).

Ryff, pozitif psikolojiye psikolojik iyi oluşu kazandırarak ruhsal yönden sağlıklı olan kişilerin sahip olması gerektiği özelliklerle ilgili kuramsal bir yaklaşım ortaya çıkarmıştır (Tatlıhoğlu, 2015: 3). Psikolojik iyi oluş, bireyin kendisini ve geçmiş yaşamını olumlu olarak değerlendirmesi, sürekli bir büyüme ve gelişme içinde olması, yaşamın bir anlamının ve amacının olduğuna inanması, başkalarıyla kaliteli ilişkilere sahip olması, kendi kaderini tayin etme duygusunun olması, hem kendisinin hayatını hem de yakın ve sosyal çevresindeki insanları etkili bir şekilde yönetebilme kapasitesinin olması psikolojik sağlamlığın bir sonucu olarak ifade edilmektedir (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002: 1007).

Psikolojik iyi oluş, genellikle mutluluk yani hazcı bakış açısı, bireysel ve toplumsal yaşamda optimal etkililik gibi olumlu duygusal durumların bir birleşimi olarak kavramsallaştırılır. Huppert (2009: 137) psikolojik iyi oluşu, insanların yaşamlarının iyi gitmesiyle ilgili olduğu şeklinde özetlemiştir. Psikolojik iyi oluş, etkili işlev görmenin ve iyi hissetmenin birleşimidir. Bu kapsamda tanımı gereği psikolojik iyi oluş düzeyleri yüksek olan bireyler, kendilerini mutlu, yetenekli, yaşamdan memnun ve iyi desteklenmiş hissettiklerini bildirmektedirler (Winefield, vd., 2012: 2).

Etkili işlev görmenin ve iyi hissetmenin birleşimi olarak ifade edilen psikolojik iyi oluşun bireylerin sağlıklı yaşlanmaları için önemli bir unsur olabileceği öne sürülmektedir. Psikolojik iyi oluşun yordayıcılarından bazıları ruh hali, benlik saygısı ve yaşam doyumdur. Birçok çalışma, psikolojik olarak daha iyi olan yaşlıların daha uzun süreli yaşama, daha yüksek bir yaşam kalitesine sahip olma ve daha sağlıklı olma olasılığının yüksek olduğunu belirtmektedir (Gümüş Demir, 2022: 18). Bu doğrultuda yaşlılık sürecinde bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin iyi olması, onların yaşam kalitelerini ve sağlıklı olmalarını da olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Yaşam stresini ve depresyonu, koroner kalp hastalığı, engellilik, diyabet, ölüm ve diğer kronik hastalıklarla ilişkilendiren bir araştırma literatürü olduğundan, öznel iyi oluşun bozulmasının fiziksel hastalık riskinin artmasıyla ilişkili olduğu düşüncesi yeni değildir. Yeni olan, öznel iyi oluşun kişilerin sağlıkları açısından koruyucu bir faktör olma olasılığıdır. İleriye yönelik epidemiyolojik çalışmalar, mutluluk ve pozitif yaşam değerlendirmeleri gibi durumların gelecekteki hastalık ve ölüm oranlarını

düşüreceğini ileri sürmektedir (Steptoe, Deaton ve Stone, 2015: 644). Yaşlılıkla birlikte kronik hastalıklar artmakta ve bu kronik hastalıklar yaşlıların günlük yaşam aktivitelerini büyük oranda kısıtlamaktadır. Bu da bireylerin yaşlılık döneminde kaliteli bir yaşam sürdürememelerine neden olabilmektedir. Bu nedenle psikolojik iyi oluşun yaşlıların daha uzun ve daha sağlıklı bir yaşam sürdürmelerini olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Sosyalleşme, yaşlıların psikolojik iyi oluşları açısından önemlidir. Kendisini yalnız hissetmeyen, sosyal olarak aktif, başkalarıyla iletişim kurmak için yeterli fırsatlara sahip olan yaşlılar; yalnız yaşayan ve arkadaşlarıyla iletişim kurma olanakları düşük olan yaşlara göre daha yüksek bir psikolojik iyi oluş düzeyine sahiptir (Hryhorivna ve Spivak, 2018: 172-173). Yaşlılar emeklilik, aktif konumdan pasif bir konuma geçmeleri, eskiden sahip oldukları rol ve statülerini kaybetmeleri, çocukların çeşitli nedenlere bağlı olarak evden ayrılması, eş ve arkadaş vefatı, kronik hastalıklar, fiziksel kapasitedeki gerilemeler ve duyuşsal yitimler gibi nedenlerden dolayı yalnızlık ve sosyal izolasyon gibi sorunlar yaşayabilmektedirler. Bu nedenle yaşlılık döneminde sosyal ilişkilerin bireylerin psikolojik iyi oluşları açısından önemli olduğu söylenebilir.

### **2.5.1. Psikolojik İyi Oluş'un Boyutları**

Psikolojik iyi oluş, psikolojik sistemin düzgün işlemeş ile tanımlanabilir. Ryff (1989: 1072) psikolojik iyi oluşun altı boyuttan oluştuğunu ifade etmiştir. Bu boyutlar kişisel gelişim, yaşamın amacı, kendini kabul, başkalarıyla olumlu ilişkiler, çevresel hâkimiyet ve özerkliği kapsamaktadır. Psikolojik iyi oluşun her bir boyutu ruh sağlığına katkıda bulunur (Chamuah ve Sankar, 2017: 213).

#### **2.5.1.1. Kişisel Gelişim**

Optimal psikolojik işleyiş, yalnızca önceki karakter özelliklerine dönmeyi değil, aynı zamanda bir birey olarak büyümeye ve gelişmeye devam etmeyi gerektirir. Kendini gerçekleştirme ve kişinin potansiyelinin farkına varma ihtiyacı, kişisel gelişimin klinik bakış açılarının merkezinde yer alır. Örneğin, deneyime açık olma, tamamen fonksiyonel kişinin temel bir özelliğidir. Böyle bir birey, bütün sorunların çözüldüğü sabit bir durumu kabullenmektense devamlı olarak bir gelişim ve dönüşüm içinde olmaya çalışır (Ryff, 1989: 1071). Yaşam boyu teorileri (Buhler, Erikson, Neugarten, Jung) de sürekli büyümeye ve yaşamın farklı dönemlerinde yeni zorluklarla

yüzleşmeye açık vurgu yapmaktadır (Ryff ve Singer, 2008: 21-22). Bu doğrultuda kişisel gelişim, bireyin potansiyelini ortaya kayabilmesi ve potansiyelini en üst seviyeye çıkarabilmesi için sürekli olarak kendisini geliştirmeye devam etmesidir.

#### **2.5.1.2. Kendini Kabul**

İyi oluşun en çok tekrarlanan kriteri bireyin kendini kabul etmesidir. Bu, zihinsel sağlığın merkezi bir özelliği olduğu kadar optimal işleyiş, kendini gerçekleştirme ve olgunluğun özelliği olarak tanımlanmaktadır. Bu boyut, bireyin kendini ve geçmiş yaşamını kabul etmesini vurgulamaktadır. Böylece kendine karşı olumlu tutumlara sahip olmak, “pozitif psikolojik işleyişin” ana özelliği olarak ortaya çıkmaktadır (Ryff ve Singer, 1996: 15). Dolayısıyla bireyin geçmişte yaşadıklarını, olumlu ve olumsuz özellikleriyle birlikte kendisini kabul etmesidir.

#### **2.5.1.3. Yaşamın Amacı**

Ruh sağlığı, yaşamın bir anlamı ve amacı hissi veren düşünceleri içermek olarak tanımlanmaktadır. Olgunluğun tanımı aynı zamanda yaşamın amacının net bir şekilde kavranmasını, amaç ve yönlülük duygusunu vurgulamaktır. Yaşam boyu gelişim teorileri, yaratıcı ve üretken olmak ya da sonraki yaşamda duygusal bütünleşmeyi sağlamak gibi yaşamdaki çeşitli değişen hedeflere ya da amaçlara değinmektedirler. Dolayısıyla olumlu işleyen bir kişinin hedefleri ve amaçları vardır ve bunların hepsi yaşamın anlamlı olduğu duygusuna katkıda bulunur (Ryff ve Singer, 1996: 15).

#### **2.5.1.4. Özerklik**

Özerklik, kendi kaderini tayin etme, bağımsızlık, davranışlarını düzenleme ve kendini kontrol etme olarak tanımlanmaktadır. Örneğin, kendisini gerçekleştirenler, bağımsız işlev ve kültürlenmeye karşı direnç gösterenler olarak tanımlanmaktadır. Tam işlevli kişi, aynı zamanda içsel bir değerlendirme odağına sahip olarak tanımlandığından başkalarından onay beklemez, kendisini kişisel standartlarına göre değerlendirir. Bireyselleşme, kişinin kitlelerin genel korkuları, inançları ve kanunları gibi kurallara bağlı kalmamayı ve gelenekten kurtulmayı içerir (Ryff, 1989: 1071). Dolayısıyla özerklik, kişinin kararlarını bağımsız olarak alabilmesi, seçimlerini yapabilmesi, bir davranışta bulunurken başkasından onay beklememesi ve yaptığı davranışın sorumluluğunu alması şeklinde ifade edilebilir.

### **2.5.1.5. Başkalarıyla Olumlu İlişkiler**

Başkalarıyla olumlu ilişkiler kavramı, kişinin samimiyet ve güvenle birlikte sevgi ve güçlü empatinin geliştirildiği kişilerarası ilişkiler kurması olarak ifade edilmektedir. Kişilerin diğerleriyle olan ilişkilerine önem vermesi, onlara güven duyması psikolojik iyi oluşun önemli bir boyutunu meydana getirmektedir. Diğerleriyle olumlu ilişkiler boyutu, psikolojik iyi oluşun kişiler arası ve sosyal tarafıyla ilgilidir (Uyar, 2019: 18). Başkalarıyla olumlu ilişkisi bulunan kişiler, insanlarla tatmin edici, sıcak ve güvene dayalı ilişki kurabilmekte, başkasının iyilik halini düşünmekte ayrıca güçlü şefkat, empati ve samimiyet yeteneğine sahiptir (Ryff, vd., 1999: 251).

### **2.5.1.6. Çevresel Hâkimiyet**

Çevresel hâkimiyet, ruh sağlığının bir özelliği olarak bireyin seçme yeteneği veya ruhsal koşullarına uygun ortamlar yaratmasıdır. Olgunluk, benliğin dışında önemli bir faaliyet alanına katılmayı gerektirmektedir. Ömür boyu gelişim, karmaşık ortamları manipüle ve kontrol etme becerisini gerektirmesi olarak da tanımlanır. Çevresel hâkimiyet, çevreye aktif katılımın ve çevrede ustalaşmanın, pozitif psikolojik işleyişin bütünlük bir çerçevesinin önemli bileşenleri olduğunu göstermektedir (Ryff, 1989: 1071). Çevresel hâkimiyeti yüksek olan bir kişi; çevreyi yönetme konusunda yeterlilik duygusuna sahip olmakla birlikte çevresinde bulunan fırsatları etkili bir şekilde kullanır, kişisel ihtiyaç ve değerlerine uygun kaynakları seçebilir ve yaratabilir (Ryff, 1995: 101).

## **2.6. Sosyal Destek ve Kaynakları**

İnsanlar günlük yaşamlarında stresli durumlarla veya sorunlarla karşılaşabilmektedir. İnsanlar karşılaştıkları bu stresle baş edebilmek ve sorunlarına çözüm bulmak için her zaman sosyal desteğe ihtiyaç duyabilmektedirler.

Günümüzde sosyolojik ve teknolojik gelişmelerle birlikte kişilerin sosyal yaşamlarında ve iletişimlerinde değişiklikler ortaya çıkmıştır. Bu değişikliklerle birlikte kişiler günlük hayatlarında karşılaştıkları zorluklarla baş edebilmek için çeşitli psikolojik desteklere gereksinim duymaktadırlar. Bu desteklerin en önemlisi sosyal destek kavramıdır (Zorlu Yam ve Tüzel İşeri, 2019: 53). Sosyal desteğin kuramsal alt yapısı Kurt Lewin'in "Alan Kuramı ve Davranış Tanımına" dayanmaktadır. Lewin, yaşam alanını belirli bir zamanda kişinin davranışına etki eden etmenlerin bütünü; davranışı ise kişi ile çevre fonksiyonu şeklinde ifade etmektedir. Görüldüğü gibi yaşam

alanı sadece davranışla ilgili olgular ile sınırlıdır ve bu olgular çevreyi anlatanlar ve kişiyi tanımlayanlar şeklinde iki gruba ayrılır. Lewin'in davranış tanımında bulunan "çevre" kavramı fiziksel çevreden farklı ancak onun içinde bulunan psikolojik bir çevredir. Psikolojik çevrenin bütün öğeleri davranışa etki etmekte ve bu sebeple dış durumların anlatımıdır (Yıldırım, 1997: 81). Lewin davranışı, bu psikolojik çevrede oluşan değişim olarak ifade etmektedir. Kişide var olan olumsuz davranışları ortadan kaldırarak kişiye yeni davranışlar kazandırmak, kişinin kendi psikolojik çevresinde değişiklik yapmasına destek olunarak sağlanabilir. Kişinin var olan sosyal destek sistemi, kendisinin bulunduğu psikolojik çevresinin içinde bulunmaktadır (Terzi, 2008: 3).

Bireyler, diğer insanlar ile sosyal alışverişler yoluyla aidiyet ve dayanışma duygusu hissetmeye, onların ilgi ve şefkatiyle öz saygılarını korumaya çalışırlar. İnsanlar tarafından algılanan sevgi, ilgi ve destek sosyal bir yapı içinde yaşayan çoğu insan için çok önemli bir unsur olan algılanan sosyal desteği oluşturmaktadır (Nam, 2021: 4591). Sosyal destek, günlük yaşamda ortaya çıkan zorlanmalarda ve stresli durumlarda, kişinin sosyal çevresinde bulunan kişi veya kişilerden aldığı yardım ve destek şeklinde tanımlanabilir. Sosyal destek almanın kişilerde stresin ortaya çıkmasına engel olabileceği, stresli durumlarda sosyal destek almanın stresin düzeyini azaltabildiği ve kişinin stresle baş etme yöntemlerine etki ettiği bilinmektedir (Kılıç, 2019: 16).

Sosyal destek, eşlerden, ilişkilerden, arkadaşlardan, iş arkadaşlarından, sosyal ve toplumsal bağlardan ve hatta sadık bir ev hayvanından alınabilmektedir (Taylor, 2011: 192). Sosyal destek duygusal, maddi ve zihinsel destek şeklinde incelenebilir. Zihinsel (bilişsel) destek; kişinin problemlerine çözüm bulmasına yardım edecek bilgidir. Kişinin benlik değerini ortaya çıkarmasını ve kendisini tanımasını sağlayan geri bildirimler de birer zihinsel destektir. Örneğin, okul akademisi düşük olan bir öğrencinin okul arkadaşları tarafından çalıştırılması ya da kendisine sınava nasıl hazırlanması gerektiği konusunda taktiklerinin verilmesi, bir iş yerinde işe yeni başlayan bir kişiye, iş yerindeki daha tecrübeli kişiler tarafından işin inceliklerinin ve kendisinden nelerin beklenileceğinin anlatılması gibi (Ardahan, 2006: 69). Duygusal destek; tavsiye, bilgi, güven ve kendi öz değeri için desteği kapsamaktadır. Maddi destek; kişinin günlük yaşamını sürdürebilmesi için ihtiyacı olduğunda başkalarından doğrudan aldığı eşya yardımı ve maddi destektir (Norbeck ve Tilden, 1988: 174).

Kişiye sunulan sosyal destek ve kişinin algıladığı sosyal destek ile ilgili alanyazında farklı tanımlar yapılmıştır. Kişiye sunulan destek, diğerleri tarafından gösterilen davranış ve eylemler şeklinde görülmekle birlikte sosyal kaynaklardan elde edilen niceliksel destek olarak ele alınmaktadır (Gün, 2021: 40). Algılanan sosyal destek ise, insanların ilişkilerinden ve sosyal bağlantılarından potansiyel olarak ne kadar destek alınabileceği ve bu desteğin kalitesi hakkındaki inançlarını ifade eder. Bu, alınan sosyal destekten farklı olup bireyin belirli destekleyici davranışları ne sıklıkta aldığını bildirdiğinin bir derecelendirmesidir. Algılanan sosyal desteğin ölçümleri, sosyal desteğin kalitesini ya da yeterliliğini öznel bir bakış açısıyla değerlendirmektedir (Wang, 2018: 2). Algılanan sosyal destek, bir bireyin sosyal yardıma olası erişimi ile ilgiliyken, alınan sosyal destek ise bir kişinin bildirdiği sosyal destek hizmetleri alışverişi ya da kullanımı anlamına gelmektedir (Ahmed ve Mohamed, 2022: 2). Kendisini çevresinde bulunan insanlar tarafından sayılan, sevilen, gereksinim duyduğunda yanında olacağı kişilerin olduğuna inanan, çevresiyle arasındaki ilişkilerini doyum sağlayıcı ve yeterli olarak gören kişilerin algılanan sosyal destek düzeyleri yüksektir (İskender, 2018: 87).

Bireyler yaşamları boyunca çeşitli stres durumlarıyla karşılaşmakta ve bu stresli durumlarla baş edebilmek için sosyal destek alabilecekleri birçok kaynak bulunmaktadır. Sosyal destek kaynakları genellikle resmi ve resmi olmayan destek kaynakları şeklinde iki grupta incelenmektedir.

Resmi destek kaynakları, bürokratik yapılar ve bunlara bağlı kuruluşların sunduğu hizmetler olarak tanımlanırken resmi olmayan destek kaynağı ise aile, akraba, arkadaş, komşu gibi bireysel sosyal ağları ifade etmektedir. Kurumsal ve bürokratik doğası gereği, resmi destek, profesyonel bilgi ve beceriler yoluyla problem çözmede daha görev odaklı olma eğilimindedir. Bu nedenle hizmet kalitesi daha standart ve istikrarlıdır, ancak daha az kişi merkezli ve bireysel farklılıklara duyarlı olduğu için de eleştirilebilmektedir (Baig ve Chang, 2020: 3). Resmi olmayan sosyal destek kaynakları ise bireyleri ve aileleri duygusal, ruhsal ve sosyal bağlantı için çevrelerindeki unsurlara bağlar. Resmi olmayan sosyal destek, geniş aileyi, sosyal ağları ve dini kuruluşları kapsamaktadır (Glass ve Few-Demo, 2013: 715). Resmi kaynaklar sadece desteğe gereksinim duyan kişilere yönelik destek sağlamak ve birtakım kurallar çerçevesinde kurulan uzmanlık ilişkisine dayanırken, resmi olmayan kaynaklar ise çift yönlü sosyal destek sağlamaktadır (Yılmaz, 2022: 36).

Resmi olmayan sosyal destek, bireylerin genellikle tamamlayıcı ve birbiriyle ilişkili roller oynadığı ekolojik bir günlük yardım sürecini şekillendiren kişilerarası bir yardım sistemi bağlamında inşa edilen bir yakınlık düzeyine odaklanır. Bu sosyal destek düzeyi, bağlılık duygularını ve ortak değişimleri ve birbirlerinin esenliği için ortak sorumluluğa sahip ilişkileri kapsamaktadır. Sonuç olarak, resmi olmayan sosyal destek, esenlik ve sağlık açısından temel bir değişken olarak geniş ölçüde kabul edilmektedir (Sa'nchez-Moreno, vd., 2014: 4). Kişilerin yaşamlarına bağlı olarak sosyal destek kaynaklarının niteliği ve niceliği de değişim göstermektedir. Bir çocuğun sosyal destek kaynaklarını kardeşleri, ailesi, oyun arkadaşları, eğer çocuk okula gidiyorsa öğretmenleri ve okul arkadaşları oluşturmaktadır. Yetişkin bir bireyin sosyal destek kaynakları ise ailesi, arkadaşları, yakınları, birlikte olduğu kişi, komşuları, iş arkadaşları, etnik, dinsel ya da ideolojik gruplar ile kişinin içinde yaşadığı toplumda etkileşim içinde olduğu diğer bireylerdir (Ceyhun, 2009: 38).

### **2.6.1. Yaşlılarda Sosyal Destek**

Sosyal destek, bir kişiyi, sevildiğine, saygı duyulduğuna, ilgilenildiğine ve karşılıklı yükümlülükler ağının bir üyesi olduğuna inandıran bilgi olarak kavramsallaştırılabilir. Sosyal desteğin güvenlik ve aidiyet duyguları, benlik saygısı ve genel olarak olumlu bir duygu kaynağı olduğuna inanılmaktadır. Sosyal destek, herhangi bir bilinçli çaba olmadan ortaya çıkabilen sosyal bağlılığın aksine, bir ağın üyeleri yardımcı olma niyetiyle birbirlerine yardım ettiğinde ortaya çıkmaktadır. Sosyal desteğe olan ihtiyaç, özellikle yaşlanmaya bağlı sağlık sorunları yaşayan yaşlılar arasında daha yüksek olabilmektedir. Yapılan çalışmalar, daha yüksek sosyal destek düzeyinin yaşlılarda daha iyi esenlik ve sağlık ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Goswami, vd., 2010: 3-4). Algılanan sosyal desteğin yaşlıların ekonomik, psikolojik ve fiziksel yaşam doyumu üzerinde büyük bir etkiye sahip olduğu bilinmekle birlikte dul kalma ve depresyon gibi yaşam krizlerinin olumsuz etkilerinden korumakta ve yaşam kalitesini artırmaktadır (Nam, 2021: 4591; Wu ve Chiou, 2020: 615).

Yaşlı bireylerin çevresindeki aile, eş ve arkadaşlarından oluşan sosyal ağ, yaşlıların bir gruba ait olma, sevgi, benlik saygısı ve bağlılık gibi temel sosyal ihtiyaçlarını karşılayarak psikolojik ve fiziksel sağlığına olumlu yönde etki etmektedir. Sosyal destekte azalma, yaşlı bireylerde yalnızlık duygusunun oluşmasına, ruhsal ve bedensel sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Sosyal desteği yeterli düzeyde alan yaşlılarda iyileşmenin ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında

gelişmenin görüldüğü, yeterli sosyal destek alamayan yaşlılarda ise mortalite riskinin arttığı belirtilmektedir (Polat ve Bayrak Kahraman, 2013: 214). Yaşlılık sürecinde eş kaybı, çocukların evden ayrılması, yaşlının emekli olduktan sonra çalışma yaşamından kopması, biyolojik yaşlanmaya bağlı olarak yaşlının sosyal yaşamdan koparak yalnızlaşması onların birtakım ruhsal ve fiziksel sağlık sorunları yaşamalarına neden olabilmektedir. Bu nedenle yaşlılık döneminde yaşlı bireylere yeterli düzeyde sosyal destek sağlanarak yaşlının daha sağlıklı bir yaşlılık dönemi geçirmesi desteklenmelidir.

Aile, kişi üzerinde olumlu veya olumsuz etkileri bulunan, kişinin ilk olarak sosyal desteğinin başlatılarak sürdürüldüğü kurumdur. Örneğin, kişinin ailesinden yeterli düzeyde sosyal destek alması kişinin stres düzeyine olumlu yönde etki etmektedir. Kişinin ailesinden sosyal destek görmemesi stres düzeyini artırmakta ve bu da kişiyi olumsuz etkilemektedir (Çalışkan, 2019: 21). Yaşlılık, ruhsal, ekonomik, sağlık ve barınma gibi sorunların ortaya çıktığı bir dönemdir. Dolayısıyla aile kurumu, yaşlılar için önemli bir sosyal destek kaynağını oluşturmaktadır. Aile, yaşlıların karşılaştıkları stresli durumlarla baş etmelerinde, psikolojik açıdan kendilerini iyi hissetmelerine katkı sağlayan sosyal bir ortamdır.

Yaşlı birey açısından önemli bir diğer sosyal destek kaynağı arkadaş çevresi ile özel olarak adlandırılan bir kişinin varlığıdır. Aileden sonra en büyük destek kaynağı olarak düşünülen arkadaşlıklar, yaşlılık sürecinde önemli bir yere sahiptir. Yaşlı kendisine geçmişini hatırlatan eski komşuları ve dostları ile görüşmek, onlarla sorunlarını, sevincini ve derdini paylaşmak istemektedir. Yaşlılık döneminde arkadaşlardan alınan sosyal desteğin yalnızlık duygusuyla baş edilmesinde koruyucu bir rolü bulunmaktadır (Yılmaz, 2022: 38).

## **2.7. Yaşam Kalitesi**

Yaşam üzerine düşünme felsefenin en eski ve önemli konularından birini oluşturmaktadır. Geçmişte kaliteli ve mutlu bir yaşamın nasıl olabileceği üzerine birçok düşünür çalışmalar yapmıştır. Bu felsefeciler arasında “Sorgulanmamış yaşam yaşanmaya değmez” diyen Sokrates başta olmak üzere Buda, Goethe, Konfüçyüs, Montaigne, Kant, Nietzsche, Aristoteles, Mevlana, Yunus Emre, , Fuzuli, Hacı Bektaş Veli ve Fuzuli gibi düşünürler sayılabilir (Özbay, 2021: 4). Bu kapsamda yaşam kalitesi tartışmalarının yeni olmadığı, eski dönemde de var olduğu söylenebilir.

Yaşam kalitesi kavramı, ilk olarak iyi olma hali, kişisel bakım, duygu ve özgürlük gibi faktörleri içeren “iyi yaşamı” tanımlamak için zamanla artan refah ile modellenmiştir. Diğer yandan, sağlık hizmetleri araştırmacıları, büyük ölçüde DSÖ’nün sağlık tanımını temel alarak fiziksel işlevsellik ile birlikte genel sağlığı (yani fiziksel ve zihinsel esenlik) dahil ederek yaşam kalitesi çalışmasının kapsamını genişletmiştir. Sağlığın ilk tanımı daha sonra Saracci (1997) ve Bircher (2005) tarafından bir topluluğun duygusal, sosyal, kültürel ve ruhsal boyutlarının refahını içerecek şekilde genişletilmiş ve böylece genel yaşam kalitesi kavramı fiilen ortaya koyulmuştur (Ghosh ve Dinda, 2020: 73).

Yaşam kalitesi son yıllarda gerek tıp gerek sosyal bilimlerde çok fazla kullanılmaktadır. Yaşam kalitesi, pek çok alanı kapsayan çok faktörlü bir kavram olması nedeniyle bu kavramı tanımlamak oldukça zordur. Toplumlar arasında büyük değişkenlikler gösteren yaşam kalitesi kavramı, aynı toplumdaki kişiler arasında bile farklılık gösterebilmektedir. Ancak genel kabul gören ortak kaniya göre yaşam kalitesinin olmazsa olmaz boyutları bulunmaktadır. Bu boyutlar; hastalık ve tedavi ile ilişkili yakınmalar, işlevsel yeterlilik, sosyal ve psikolojik işlevlerde yeterliliktir (Müezzinoğlu, 2005: 25).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), yaşam kalitesini bireylerin beklentileri, standartları, ilgileri ve amaçları dikkate alınarak içinde yaşadıkları kültür ve değerler sistemindeki kendi konumları ile ilgili bireysel algıları şeklinde tanımlamaktadır. Kelleher, vd., (1997: 1374) yaşam kalitesini, kişisel ve kültürel değerler, benlik kavramları, hedefler, inançlar, yaş ve yaşam beklentisinden etkilenen soyut ve oldukça öznel bir kavram şeklinde tanımlamışlardır. Calman (1984: 125) yaşam kalitesini, hastaların beklentileri ile başarıları arasındaki fark olarak ifade etmiştir. Yaşam kalitesi (QOL) fiziksel, sosyal, psikolojik ve zihinsel bileşenleri kapsamaktadır (Lapid, vd., 2011: 485-486). Bu doğrultuda yaşam kalitesi, bireyin zihinsel, fiziksel, sosyal ve ruhsal yönden sağlıklı olmasıdır.

Yaşam kalitesi kavramı, genellikle bireyin yaşamını etkileyen birçok unsuru farklı yönleriyle ve bakış açılarıyla değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Bu sebeple yaşam kalitesinin somut göstergelerinden birisini oluşturan ekonomik geliri, yaşam kalitesinin tek ve en önemli belirleyici kriteri şeklinde görmek, yanlış bir bakış açısı oluşturur. Ekonomi ile birlikte sağlık, kültür, eğitim gibi yaşam tarzına etki eden, bireyin öz saygısını koruyabileceği ve insan onuruna yakışır bir hayat sürdürmeyi

yaşam kalitesi kavramı içerisinde değerlendirmek gerekmektedir (Selçuk, 2022: 133). Yaşam kalitesi, sosyo-ekonomik faktörleri içermektedir. Bir kişinin mali durumu konut kalitesini ve çevreyi etkilemektedir. Bunların sosyal yönleri, topluluk içindeki karşılıklı ilişkileri, eğitim, eğlence ve kültürel fırsatları içermektedir. Kişinin duygusal ve fiziksel iyi oluşu, iş tatmininden ve iş yerinin kalitesinden, gürültü ve hava kirliliği, duygusal stresler ve fiziksel tehlikeler gibi fiziksel olarak zararlı faktörlerden etkilenmektedir (Kerr, 1993: 14). Bu kapsamda yaşam kalitesinin ekonomik gelir gibi tek bir belirleyicisinin bulunmadığı, yaşam kalitesi bireyin ruhsal durumundan, fiziksel sağlığından ve çevresiyle bulunan ilişkilerinden etkilendiği söylenebilir.

### **2.7.1. Yaşam Kalitesi Göstergeleri**

Yaşam kalitesi göstergeleri genel olarak yaş, cinsiyet, sosyal destek, medeni durum, eğitim, sağlık, yaşanan konut ve özellikleri, iş yaşamı, gelir ve boş zaman aktiviteleri şeklinde sınıflandırılabilir.

#### **2.7.1.1. Yaş**

Yaşam kalitesi ve yaş arasındaki ilişkiyle ilgili yapılan alanyazın taramasında öncelikle belli bir yaş dönemini (yaşlılık dönemi, ergenlik dönemi) örneklemine alan araştırmaların çokluğu, yaş faktörünün yaşam kalitesi için önemli göstergelerden birini oluşturduğunu göstermektedir (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016: 139-140). Yaşlı bireyler açısından yaş unsuru büyük bir önem taşımaktadır. Çünkü yaşlılık sürecine bağlı olarak bireyler fiziksel, ruhsal, sosyal ve ekonomik sorunlar yaşayabilmektedirler. Bu sorunlar da yaşlı bireylerin yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca yaşlılık süreci, içinde bulunan bireyin yaşam kalitesinin en düşük olduğu dönem olarak bilinmektedir.

#### **2.7.1.2. Sosyal Destek**

Yaşam kalitesi için önemli olan göstergelerden biri de, kişinin içinde bulunduğu sosyal çevresi ile olan ilişkisidir. Bireyin gereksinimlerinin karşılanması noktasında aile çevresinin imkânları etkili olmaktadır. Kişinin kendisini gerçekleştirebileceği, ait ve var olabileceği, kendisini destekleyen bir aile ortamının olması gibi faktörler yaşam kalitesinin gelişmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Özmete, 2010: 456). Sosyal desteğin yaşam kalitesi üzerindeki etkisini inceleyen ilk ülkeler gelişmiş ülkeler olmuştur. Elde edilen sonuçlarda, sosyal desteğin yaşam kalitesine olumlu yönde etki ettiği, zihinsel ve sağlık durumu iyileştirdiği tespit edilmiştir (Shen, vd., 2022: 2).

Yapılan araştırmalarda yalnız yaşayan yaşlıların, yalnız yaşamayan yaşlı bireylere göre depresyon düzeyinin daha yüksek olduğu, sosyal izolasyonun yaygınlığında bir artışın mevcut olduğu, sosyal desteğin daha az olduğu, günlük yaşam aktivitelerinde azalmanın olduğu ve önleyici bakım hizmetlerini daha az kullandıkları bulunmuştur (Kim ve Lee, 2018: 316). Dolayısıyla sosyal desteğin yaşam kalitesine katkı sağladığı, bireylerin ruhsal ve bilişsel sağlıklarını olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

### **2.7.1.3. Cinsiyet**

Cinsiyet ile yaşam kalitesi arasında kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır. Bu ilişki, çoğunlukla objektif yaşam kalitesi ölçümlerinde ortaya çıkmaktadır. Örneğin, az gelişmiş ve gelişmekte olan toplumlarda öncelikle eğitim ve istihdam alanında cinsiyet yönünden büyük farklılıklar görülmektedir. Bu toplumlarda yaşayan ve herhangi bir işte çalışmayan ya da çalışmalarına izin verilmeyen geleneksel, muhafazakr ve ataerkil ailelerden gelen kadınlarda ücretsiz aile işçiliği (ev kadınlığı) daha fazla görülmekte, kadınlara yaşam kaliteleri eşlerinin sosyal sosyal güvencelerine ve çalışma durumlarına bağlı olmaktadır (Aydıner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016: 139).

Genellikle kadınlara iş ve eğitim yaşamında geride kalmakta ve herhangi bir sosyal güvenceleri de bulunmamaktadır. Toplumun cinsiyete yüklediği görevler, sorumluluklar ve roller nedeniyle kadınlara yaşam kaliteleri daha düşüktür. Kişinin temel gereksinimlerini karşılayabilmesi ve yaşanabilir bir ortam yaratabilmesi için eğitim ve sağlık hizmetlerine erişebilmesi ve topluma katılım sağlayarak diğer kişilerle yaşayabilmesi için bazı ekonomik koşulların olması gerekmektedir. Yapılan araştırmalarda finansal gelirin n koşullarından olan kişinin biyo-psiko-sosyal yaşamına paralel olarak iş ve sosyal yaşamındaki doyumun da kişinin yaşam kalitesine etki ettiği bulunmuştur (Leblebici, 2022: 22).

### **2.7.1.4. Eğitim**

Eğitim, yaşam kalitesine etki eden önemli göstergelerden birisidir. Yaşam kalitesi ile eğitim arasında aslında bir etkileşim bulunmaktadır. Yaşam kalitesindeki artışın eğitime etki ettiği gibi, eğitim düzeyinin ve koşullarının iyi olması da yaşam kalitesine yansımaktadır. Yüksek düzeyde ve nitelikli eğitim alan bireylerin genellikle sosyal ilişkiler, ruhsal sağlık ve ekonomik şartlar bakımından iyi durumda oldukları söylenebilir. Aldığımız eğitimler büyük oranda yaşama bakışımızı ve yaşam koşullarımızı şekillendirmektedir (şahin, 2022: 183). Çoğunlukla iyi bir eğitim alan

bireylerin daha nitelikli ve yüksek gelirli bir işte çalışmaları ve sosyal koşullarının daha iyi olması nedeniyle yaşam kalitesi seviyelerinin yüksek olduğu; düşük bir eğitim düzeyine sahip olanların ise çalışma koşullarının kötü olması, işsizlik, düşük ücretle çalışma ve ekonomik yoksunluk yaşamaları sebebiyle sürekli olarak sosyal, psikolojik ve maddi kaygı duymakta, yeterli beslenememekte ve sosyal olanaklardan yararlanamamaktadırlar. Bu nedenle eğitim seviyesi düşük olan kişilerin yaşam kalitelerinin de düşük olduğu bilinmektedir (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016: 141).

Yapılan birçok araştırmada, bireyin yaşam kalitesinin, alınan eğitim düzeyiyle birlikte kişinin kendinden, sosyal ilişkilerinden, yaşam koşullarından, işinden, maddi durumundan ve boş zamanlarından memnun olmadan büyük oranda etkilendiği bulunmuştur. Beceri ve yetkinlik eksikliği kaliteli işlere erişimi kısıtlamakta, yoksulluk ve sosyal dışlanma riskini artırmakla birlikte sosyal faaliyetlere tam katılımın önünde engel oluşturmaktadır (Radovanovic, vd., 2017: 188). Dolayısıyla yaşam kalitesiyle eğitim arasında doğrusal bir ilişkinin olduğu, yani eğitim seviyesinin artmasıyla birlikte yaşam kalitesinin de arttığı söylenebilir.

#### **2.7.1.5. İş Yaşamı**

Çalışma saatleri bireyin günlük yaşamının büyük bir bölümünü almaktadır. Bu sebeple iş hayatı kişinin ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Kişinin iş yaşamında elde ettiği başarı, karşılaştığı olumlu ve olumsuz durumlar, dışlanma ve sosyal katılım kişinin yaşam kalitesine etki etmektedir (Leblebici, 2022: 23). İş yaşamı, toplam yaşam kalitesinin bileşimini oluşturan boyutlarından biridir. Buna karşılık çalışma yaşamının kalitesi, yaşam kalitesinin diğer alanlarıyla (bireyin gelişimi, eğitimi, sosyal yaşamı, kendini gerçekleştirme fırsatları, maddi refahı vb.) birçok yönden bağlantılıdır ve onlardan ayrılamaz. İş yaşamı kalitesi, çalışanın iş doyumunu sağlayan iş yeri süreçleri, stratejileri ve çevresinin sentezi olarak tanımlanabilir. Aynı zamanda çalışma koşullarına ve organizasyonun verimliliğine de bağlıdır (Ruževičius, 2014: 323).

Yapılan araştırmalarda, kişilerin hoşlarına giden, ilgilerini çeken ve sorumluluk alabilecekleri bir işte çalıştıklarında yaşam doyumları düzeylerinin arttığı, aynı zamanda hizmet yılı, iş yerindeki pozisyonları ve gelirleri arttıkça iş tatminlerinin artmasıyla birlikte yaşam kalitelerinin de arttığı görülmektedir. Söz konusu araştırmalarda bu sonuçların; iş yerindeki pozisyon, hizmet yılı ve gelir arttıkça; mesleki algısıyla

birlikte sahip olunan sosyal imkânların iyileşmesinden kaynaklandığı belirtilmektedir (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016: 143).

#### **2.7.1.6. Sağlık**

Yaşam kalitesi göstergelerinin öncelik sırası kendi içinde koşullara ve zamana göre farklılık göstermektedir. Ancak “sağlık” göstergesi her zaman önemli bir yere sahiptir. Kötü sağlığın kişinin refah duygusu üzerindeki etkisi düşünüldüğünde bu daha net anlaşılmaktadır. Sağlık kavramını ölçmek ve somutlaştırmak güç bir durumdur. Kişinin kendi sağlığını öznel olarak değerlendirmesi, genel yaşam kalitesinin çok önemli bir belirleyicisi şeklinde görülmektedir (Selçuk, 2022: 136-137). Yaşam kalitesi ve sağlık ile ilişkili yaşam kalitesi birbirinden farklı kavramlardır. Yaşam kalitesi çok boyutlu ve daha geniş bir kavram olup fonksiyonel, sosyal, emosyonel/mental ve fiziksel boyutları mevcuttur. Sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi ise yaşam kalitesinin yalnızca bir kısmını meydana getirmekte ve bireyin içinde bulunduğu sağlık durumundan duyulan memnuniyet durumunu ve sağlık durumuna verdiği emosyonel cevabı da kapsayan bir kavram olarak kabul edilmektedir (Küçükdeveci, 2005: 23-24). Dolayısıyla yaşam kalitesi çok boyutlu bir kavram iken sağlıkla ilgili yaşam kalitesi ise yaşam kalitesinin bir alt bileşenini oluşturmaktadır.

#### **2.7.1.7. Gelir**

Bireylerin gelirlerinin yaşam kalitesini yakından etkilediği bilinmektedir. Gelir ve yaşam kalitesi ile ilgili yapılan pek çok araştırmanın benzer bulguları elde ettiği görülmüştür. Çünkü aylık düzenli geliri olan kişilerin daha sağlıklı bir yaşam sürdüğü belirtilmektedir. Ayrıca gelir düzeyi, kişiye mesleki bir statü oluşturması ve sınıfsal bir konum vermesi sebebiyle yaşam kalitesini doğrudan etkilemektedir (Teke, 2022: 35).

Gelir, zenginlik, barınma, yiyecek, sağlık hizmetleri ve temiz su gibi belirli temel gereksinimleri giderme araçlarını sağlayan, yaşamın fizyolojik açıdan devam etmesi için önemli bir göstergedir. Bu sebeple yoksulluk, temel gereksinimlerin elde edilmesi noktasında yaşam kalitesine olumsuz etki etmektedir. Temel gereksinimlerin karşılanmaması tehlikesiyle karşı karşıya kalınması, yani gelirin yeterli seviyede olmayışı, refahın düşmesinde büyük bir rol oynamaktadır. Dolayısıyla yaşam kalitesi ve gelir arasında kuvvetli bir ilişki olduğu söylenebilir (Selçuk, 2022: 138-139).

### **2.7.1.8. Medeni Durum**

Medeni durum, yaşam kalitesine etki eden unsurlardan birisini oluşturmaktadır. Medeni durum, evli, bekar, dul ve boşanmış şeklinde sınıflandırılmaktadır. Bu kapsamda en önemli hususlardan biri kişinin boşanmış ya da dul olmasıdır. Evli ya da bekar olmak toplumlarda benimsenen bir durum iken, özellikle gelişmemiş ve gelişmekte olan ülkelerde boşanmış ya da dul olmak kabul görmemek ile birlikte düşük yaşam kalitesinin önemli göstergelerinden birisini oluşturmaktadır. Ayrıca kadının namus kavramı ve toplumsal cinsiyet eşitsizliğiyle bütünleştirilmesi sebebiyle boşanmış ya da dul kadınların, boşanmış ya da dul erkeklere göre daha fazla yoksulluk riskiyle karşı karşıya kaldıkları, dışlandıkları, sorumluluklarının arttığı ve yaşam kalitelerinde azalmanın olduğu görülmektedir (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016: 140). Avcı ve Pala (2004: 84) tarafından yapılan çalışmada evli olan bireylerin yaşam kalitelerinin daha yüksek olduğu, yaşam kalitesi puanlarının özellikle sosyal alanda belirgin olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu da evli çiftlerin birbirlerine sosyal destek sağlamalarına, sorunların çözümünde birbirlerinden destek almalarına bağlanabilir.

### **2.7.1.9. Boş Zaman Faaliyetleri**

Boş zaman aktiviteleri, boş zamanlarında herhangi bir hayatta kalma baskısı olmadan gerçekleştirilen belirli aktivitelere katılımın ardından doğrudan tatmin, memnun ve mutlu olmayı sağlayan, zorunlu olmayan herhangi bir zaman ya da aktiviteyi ifade etmektedir. Boş zaman aktivitelerine sinemaya gitmek, bir etkinliğe seyirci olarak gitmek, bir müzeye, kütüphaneye, alışveriş merkezine ya da bir eğlenceye ve açık hava gezilerine gitmek, arkadaşları tarafından ziyaret edilmek veya arkadaşları ziyaret etmek ya da yemek için dışarı çıkmak örnek olarak verilebilir (Ngamaba, vd., 2023: 2). Boş zaman faaliyetleri, kişinin yaşam kalitesini geliştiren ve artıran en önemli öğelerinden birisini oluşturmakla birlikte kişinin kendisini yenilemesini, ortaya koyabilmesini ve keşfetmesini sağlamaktadır (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016: 144).

Yapılan bir araştırmada Serebral Palsili ergenler, çeşitli aktivitelere, özellikle de kendi seçtikleri boş zaman aktivitelerine katılımın, iyi bir yaşam kalitesine katkıda bulunduğunu vurgulamışlardır. Sosyal ve boş zaman aktivitelerine katılımın yaşam kalitesinin farklı boyutları üzerindeki etkisini anlamayı amaçlayan ve yakın zamanda

yayınlanan bir revizyon, günlük ve fiziksel aktivitelere katılımın fiziksel iyi oluşu artırdığını göstermiştir. Ayrıca boş zaman aktivitelerine katılımın benlik algısı üzerinde bir etkisi bulunmakta, yaşam kalitesinin sosyal ve duygusal boyutlarını geliştirmekte, keyif ve mutluluk almaya katkıda bulunabilmekte ve en azından kişinin seçtiği ve tercih ettiği aktiviteye katılması, kişinin genel iyi oluşuna katkıda bulunmaktadır (Badia, vd., 2013: 2865).

#### **2.7.1.10. Yaşanılan Konut ve Özellikleri**

Temel insan haklarından birisi barınma hakkıdır. Barınma hakkı konut hakkını da içermektedir. Kişilerin yaşamlarını sürdürdükleri konut ve özellikleri ile konutun bulunduğu çevrenin de yaşam kalitesi açısından önemi büyüktür. Konut, bireylerin barınma ihtiyacını gidermekte ve birçok gereksinimine karşılık vermektedir. Bireyler yaşamlarının büyük bölümünü konutlarında geçirmektedir. Bu nedenle kişilerin yaşadıkları konutun fiziksel koşullarının ve bulunduğu çevrenin iyi olması gerekmektedir.

Yaşanılan konutun türü (apartman dairesi, müstakil, gecekondü) ile özellikleri (elektrik, su, ısınma, vb.), konforlu ve güvenli bir konutun önemli göstergelerini oluşturmaktadır. Bununla birlikte beyaz eşya ve mobilya gibi dayanıklı tüketim mallarının yanı sıra diğer ev araçlarının da kişilerin yaşam kalitelerinde önemli bir etkisi bulunmaktadır. Kullanışlı, yeterli ve uygun ürünler, bireylerin ev işlerini daha kolay, etkin ve kısa sürede gerçekleştirmelerini, ayrıca yaşamlarını kolaylaştırmaktadır (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016: 143).

Konutun fiziksel özelliklerinden oluşacak kalitenin yanı sıra kültürel, mekan ve sosyal kalitesi için gerekli olan kalite değişkenlerinin de konut ve çevresi kalitesinde katkısının olduğu düşünülmektedir. Yapılan alanyazın taraması göstermektedir ki; konut ve konut çevresinden memnuniyet ile ilgili farklı model ve yaklaşımların olduğu görülmektedir. Bireylerin mutlu oldukları ve zevk aldıkları konutlarda yaşamlarının ruh sağlıklarını olumlu yönde etkileyerek yaşam kalitelerini artırmaktadır (Hatipoğlu Şahin ve Tereci, 2021: 865)

#### **2.7.2. Yaşlılıkta Yaşam Kalitesi**

İnsan ömrünün uzaması, toplam nüfus içindeki yaşlı oranının artması, özellikle ileri yaşlarda pek çok sağlık problemini beraberinde getirmekte, kronik hastalıklar, engellilik ve kısıtlılık oranlarında artış görülmektedir. Yaşlılık süreciyle birlikte artan

kronik hastalıklar nedeniyle yaşlıların birtakım faaliyetleri kısıtlandığından toplum içindeki aktif olma durumları sınırlanmakta ve yaşam kaliteleri de düşmektedir. Dolayısıyla yaşlı nüfusunda asıl hedeflenen “yaşam kalitesinin korunmasıdır” (Altay, Çavuşoğlu ve Çal, 2016: 182). Bu kapsamda son yıllarda bütün toplumlarda ortalama yaşam süresinin uzaması ve yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranının giderek artması, yaşlılık sürecinde yaşam kalitesinin öneminin giderek artan bir kavram haline gelmesini sağladığı söylenebilir.

Yaşlı bireyler için iyi bir yaşam kalitesi, günlük temel aktivitelerini yapmak, kendini iyi hissetmek ve başkasına ihtiyaç duymadan bağımsız yaşamak olarak tanımlanmaktadır. Yaşlı bireyler için yaşam kalitesinin belirlenmesi, yaşlılarla ilgili uygulanacak politikaların tespit edilmesinde ve bu politikaların sonuçlarının değerlendirilmesinde önemlidir (Al Yasarı ve Değer, 2022: 134). Yaşlı bireylerin yaşam kalitesi ile ilgili yapılmış araştırmalarda, cinsiyet, yaş, eğitim durumu, kronik hastalıklar, fiziksel yetersizlikler, ilaç kullanma durumu, fiziksel aktivite durumu, fiziksel yetersizlikler, sosyal güvence, ekonomik durum, eşyle yaşama durumu ve boş zaman aktiviteleri gibi bazı özellikler yaşlıların yaşam kalitesini etkileyen unsurlar olarak tespit edilmiştir. Ayrıca sağlık hizmetlerinin ulaşılabilirliği ve kullanılabilirliği, aile ve ev ile ilgili konular, bilişsel bozukluklar, ağrılar, alkol ve sigara kullanımı yaşlı bireylerin yaşam kalitelerine etki eden önemli değişkenler olduğu bulunmuştur (Ercan Şahin ve Emiroğlu, 2013: 58-59). Yaşlılarda yaşam kalitesi değerlendirilirken bu hususların dikkate alınması gerekmektedir. Çünkü yaşlılıkta yaşam kalitesine etki eden faktörlerin bilinmesi yaşlı bireylerin sağlığının korunmasında, geliştirilmesinde ve yaşlıların mutlu olmalarında önemli olduğu ifade edilmektedir. Yaşlı bireyler açısından yaşamın uzunluğundan ziyade nitelikli, kaliteli ve refah içerisinde oluşları daha önemlidir. Genç bireyler açısından tıbbın amacı tedavi iken yaşlılarda amaç yaşam kalitesinin korunmasıdır (Toher ve Özpolat, 2023: 244).

Yaşlı popülasyonunun yaşam kalitesinde fiziksel fonksiyon genellikle önemli bir faktör olarak kabul edilmektedir. Yaşlıların fiziksel işleyiş kapasitesi çoğunlukla günlük yaşamlarındaki aktiviteleri yapabilme durumları ölçülerek hesaplanır. Günlük yaşam aktiviteleri, bireyin bağımsız bir yaşam sürdürebilmesi için gerekli olan yaygın günlük görevler olarak tanımlanabilir. Yapılan araştırmalar zayıf sağlık göstergelerinin yaşlı hastalarda, özellikle kronik hastalıkları olanlarda sağlıkla ilgili yaşam kalitesinin azalmasına yol açtığını göstermektedir (Saqlain vd., 2021: 131).

Dolayısıyla yaşıllıkla birlikte bireylerin bilişsel ve fiziksel kapasitelerinde gerilemeler görüldüğünden ve kronik hastalıklar arttığından yaşlılar, günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirmede zorlanabilmekte veya bir başkasına bağımlı hale gelebilmektedir. Bu durumun da yaşlı bireylerin yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Yaşıllıkla sürecinde ortaya çıkan kronik hastalıklar, fizyolojik değişiklikler, rol kaybı, eş kaybı, emeklilik, ekonomik kayıplar, kentleşme gibi durumlar yaşlının sosyal ilişkilere girememeye, kendi kabulünü zorlaştırmaya, benlik saygısında düşmeye ve çekingen hissetmeye sebep olmaktadır. Buna bağılı olarak da yaşlının çevresindeki kişilerle iletişiminde bozulmalar ortaya çıkmakla birlikte yalnızlık duygusu daha fazla hissedilmektedir (Akbaş, Taşdemir Yiğitoğlu ve Çunkuş, 2020: 4543). Sosyal ilişki kalitesi, daha yüksek CASP-19 skorlarını öngörür ve zorluklarla baş etme gücünü destekler böylece süreğen hastalıkların etkisini sınırlayarak yüksek yaşam kalitesinin sürdürülmesini sağlar (Netuvelı ve Blane, 2008: 120). Yaşıllıkla birlikte bireylerin yeni sosyal ilişkiler kurmaları veya var olan sosyal ilişkileri sürdürmeleri zorlaşabilmektedir. Bu nedenle yaşlı bireylere yönelik geliştirilecek politikaların ve sunulacak hizmetlerin yaşlıların sosyal ilişkilerini destekleyecek boyutta olması gerekmektedir.

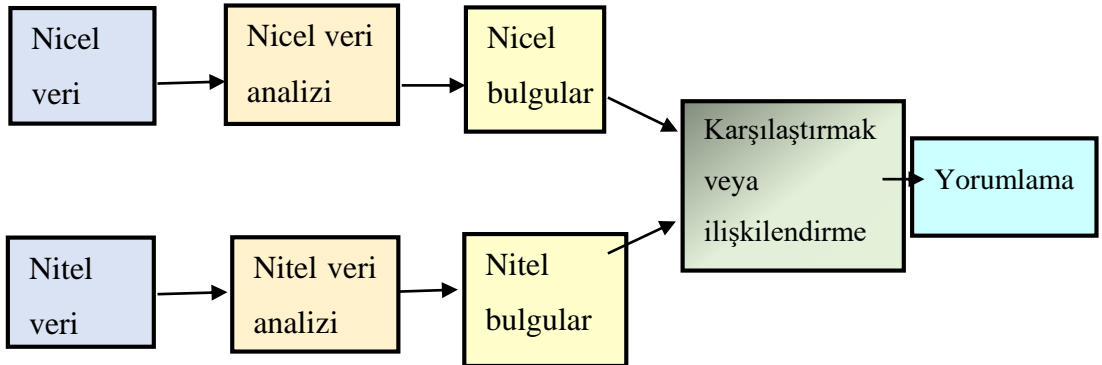
## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde sırasıyla araştırmanın modeli, araştırma modelinin nicel boyutu, araştırma modelinin nitel boyutu, evren ve örneklem, araştırmanın nicel boyutunun örnekleme, araştırmanın nitel boyutunun örnekleme, veri toplama araçları, araştırmanın nitel boyutunun geçerlik ve güvenilirliği, veri toplama süreci, verilerin analizi ve araştırmanın etik yönü başlıklarına yer verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma araştırmanın içeriğine ve amacına uygun olacak şekilde karma yöntem kullanılarak tasarlanmıştır. Karma yöntem, bir araştırmacının, geniş kapsamlılığı ve derinliği anlamak ve doğrulamak amacıyla nicel ve nitel araştırma yaklaşımlarının unsurlarını (nicel ve nitel bakış açılarının kullanımı, veri toplama, analiz, çıkarım teknikleri gibi) birleştirdiği araştırma türüdür. Bu yaklaşımın temel varsayımı, bir araştırmacı, istatistiksel eğilimleri (nicel veriler) ve yaşanmış deneyimlerle (nitel veriler) birleştirdiğinde, her iki veri türünün ortak gücünün tek bir veri türünden daha iyi bir anlayış sağladığıdır (Harrison, Reilly ve Creswell, 2020: 2). Bu araştırmada karma yöntem desenlerinden biri olan yakınsayan paralel karma yöntem deseni kullanılmıştır. Yakınsayan paralel desende nicel ve nitel veriler birlikte toplanmakta, toplanan veriler ayrı ayrı analiz edilmekte ve son olarak bu veri tabanları birleştirilmektedir.



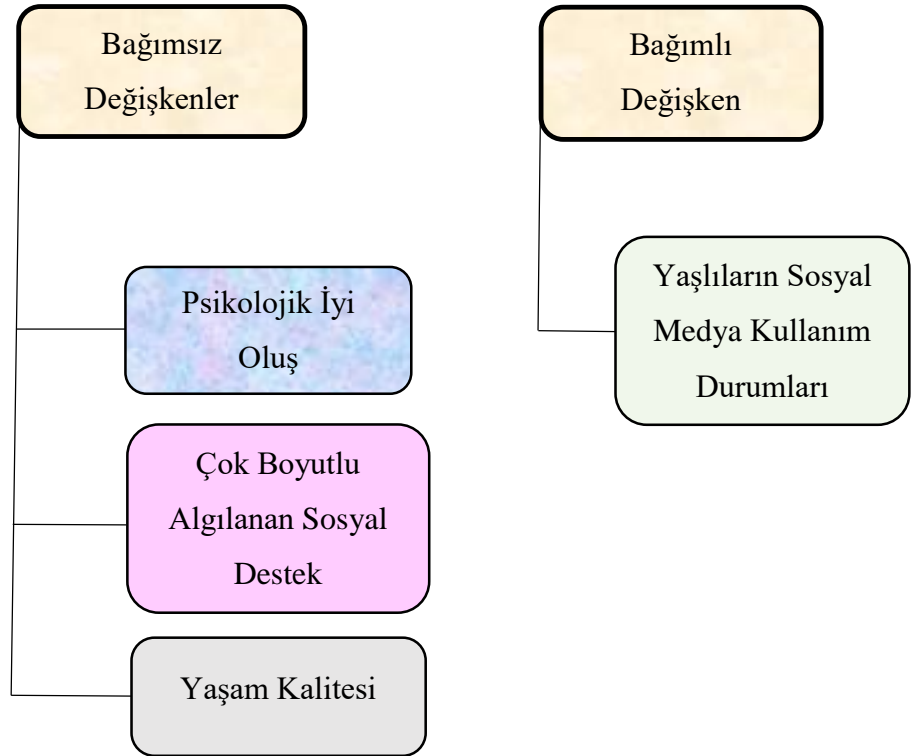
**Şekil 3.1: Paralel Karma Yöntem Deseni**

**Kaynak:** Creswell, 2006: 63

### 3.1.1. Araştırmanın Nicel Boyutu

Araştırmanın nicel boyutu genel tarama modeli ile yapılmıştır. Tarama modeli, geçmişteki veya şu andaki var olan bir durumu olduğu şekliyle betimlemeyi amaç edinen bir araştırma yaklaşımı olarak ifade edilmektedir. Araştırmanın konusu olan nesne, olay ya da birey, bulunduğu koşullar içerisinde ve var olduğu şekliyle tanımlanır. Onları etkilemek ve değiştirmek için herhangi bir çaba içine girilmez. Önemli olan, var olan şeyi uygun bir şekilde gözleyerek belirleyebilmektir (Karasar, 2007: 77). Araştırmada ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. Bu model, birden fazla sayıdaki değişken arasında bulunan değişimi ve derecesini belirlemek için kullanılmaktadır. İlişkisel çözümleme iki farklı şekilde yapılabilmektedir. Bunlar; karşılaştırma yolu ile elde edilen ilişkiler ile korelasyon türü ilişkilerdir. Böylece eğilimlerin ve tutumların belirlenmesine imkân sağlanmaktadır. Bu model, iki farklı nicel değişken arasındaki etkinin ve ilişkinin bir korelasyon katsayısı aracılığı ile belirtilmesidir (Bekman, 2022: 250).

Çalışmanın bağımsız değişkenleri ile bağımlı değişkeni aşağıdaki şekilde gösterilmiştir.



Şekil 3.2: Araştırmanın Değişkenleri

Araştırmanın bağımlı değişkeni yaşlıların sosyal medya kullanım durumlarıdır. Bağımsız değişkenler ise çok boyutlu algılanan sosyal destek, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi olarak belirlenmiştir.

### **3.1.2. Araştırmanın Nitel Boyutu**

Nitel araştırma, bir probleme çözüm bulunması amacıyla görüşme, doküman analizi ve gözlem gibi nitel veri toplama teknikleri kullanılan, daha öncesinden bilinen ve farkına varılmayan problemlerin algılanmasına, problemle ilgili doğal olguların gerçekçi olarak ele alınıp değerlendirilmesine yönelik öznel ve yorumlayıcı bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Baltacı, 2019: 369-370). Bazı araştırma soruları yalnızca nicel yöntemlerle cevaplanamaz. Bu nedenle gözlenen örneklerin, özellikle de görünmeyen veya şaşırtıcı olanların nedenlerini keşfetmek için nitel tasarımlara ihtiyaç duyulur (Busetto, Wick ve Gumbinger, 2020: 2). Bu kapsamda yaşlıların sosyal medya kullanımının çalışıldığı bu araştırmada, yaşlıların sosyal medyayı nasıl algıladıkları ve deneyimlediklerini ortaya çıkarabilmek için nitel araştırmanın bir boyutu olan fenomenoloji yaklaşımı kullanılmıştır. Fenomenolojik yaklaşım, katılımcıların bir fenomene yani konuya ilişkin deneyimlerinin ortak noktalarını tanımlamaktadır. Bu yaklaşımda araştırmacı, kişilerin neyi nasıl anlamlandırdıkları ve deneyimledikleriyle ilgili veri toplar ve tüm kişiler için deneyimin özünün bileşik bir tanımını geliştirir (Creswell, vd., 2007: 253).

### **3.2. Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde bulunan resmi huzurevlerinde kalan 60 yaş ve üzeri yaştaki yaşlılar oluşturmaktadır. İstanbul'daki resmi huzurevlerinde kalan yaşlı birey sayısının belirtildiği herhangi bir yazılı kaynağa ulaşılamamıştır. Bu nedenle İstanbul'daki yaşlı hizmetleri birimi ile görüşülmüştür. Yapılan görüşme sonucunda toplamda 9 tane resmi huzurevinin olduğu ve bu huzurevlerinde toplam 1383 yaşlı bireyin kaldığı öğrenilmiştir. Bu nedenle bu araştırmanın evrenini 1383 yaşlı birey oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme nicel ve nitel boyutlar şeklinde ele alınmıştır.

#### **3.2.1. Araştırmanın Nicel Boyutunun Örnekleme**

Seçilen bir örneklemden elde edilen sonuçlara dayalı olarak evren ile ilgili genellemeler yapmak olasılığa dayanmaktadır. Bu nedenle, araştırmacı ne kadar büyük örnek kütle seçerse evrenle ilgili yapacağı genellemelerde de yanılma payı azalır.

Araştırmacılar tarafından genellikle kabul gören aşağıdaki kuralların dikkate alınması, örneklemeyle ilgili hata riskinin azalmasını sağlamaktadır.

- 500'den küçük, 30'dan büyük örnekleme sayısı çoğu çalışma için yeterli görölmektedir.
- Örnekler yaş, eğitim, statü, mevki, cinsiyet gibi alt gruplara ayrıldığında her alt grupta katılımcı (gözlem) sayısının en az 30 olması gerekmektedir.
- Regresyon ve diğer çok değişkenli analizlerin yapılması için örneklemin araştırmadaki değişken sayısının tercihen en az 10 katı ya da on katından fazla olması dikkate alınmalıdır (Coşkun, Altunışık ve Yıldırım, 2017: 143-144).

**Tablo 3.1: Belirli Evrenler Açısından Kabul Edilebilir Örnekleme Sayıları**

N	S	N	S	N	S	N	S
10	10	190	127	1100	285	5,000	357
20	19	200	132	1200	291	6,000	361
30	28	250	152	1300	297	7,000	364
40	36	300	169	<b>1400</b>	<b>302</b>	8,000	367
50	44	350	185	1500	306	9,000	368
60	52	400	196	1600	310	10,000	370
70	59	450	212	1700	313	15,000	375
80	66	500	217	1800	317	20,000	377
90	73	550	226	1900	320	30,000	379
100	80	600	234	2000	322	40,000	380
110	86	650	242	2200	327	50,000	381
120	92	700	248	2400	331	75,000	382
130	97	750	254	2600	335	100,000	384
140	103	800	260	2800	338	1,000,000	384
150	108	850	265	3000	341	10,000,000	384
160	113	900	269	3500	346		
170	118	950	274	4000	351		
180	123	1000	278	4500	354		

(N= Evren büyüklüğü; S= Gerekli Örnekleme Büyüklüğü)

Tablo 3.1.'de de göröldüğü gibi 1383 evreni temsilen 302 örnekleme sayısı istatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte evrene genellenebilir.

Bu araştırmanın nicel verileri olasılığa dayalı olmayan örneklem türü olan kasti (kararsal) örneklem tekniği ile seçilmiştir. Bu örneklem tekniğinde, araştırmanın örnekleme dahil edilecek elemanlar araştırmacının çalışmanın amacına uygun ve problemine cevap verebileceğine inandıkları arasında seçilir (A.g.e.: 149). Araştırmanın örneklemini; İstanbul ilindeki 6 resmi huzurevinde kalan 151 sosyal medya kullanan ve 151 sosyal medya kullanmayan olmak üzere toplamda 302 yaşlı birey oluşturmaktadır. Zaman, maliyet gibi olanakların kısıtlı olması ve evrene ulaşma zorlukları sebebiyle, araştırma seçilen örneklem yoluyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemini alzheimer ve demans tanısı bulunmayan, herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığı ile bilişsel işlevlerinde bozulma olmayan, iletişim kurabilen, işitme problemi olmayan ve araştırmaya gönüllü katılım sağlamak isteyen yaşlı bireyler oluşturmuştur.

**Tablo 3.2: Araştırmanın Nicel Boyutuna Katılan Yaşlıların Sosyo-Demografik Özellikleri**

Değişkenler	Kategoriler	F	%
Cinsiyet	Kadın	148	49.0
	Erkek	154	51.0
Yaş	60-70 yaş grubu	62	20.6
	71-80 yaş grubu	147	48.7
	81+ yaş grubu	93	30.8
Medeni Durum	Evli	46	15.2
	Hiç evlenmemiş	42	13.9
	Boşanmış	71	23.5
	Eşi vefat etmiş	143	47.4
Eğitim Durumu	Okur-yazar değil	10	3.3
	Okur-yazar	12	4.0
	İlkokul mezunu	91	30.1
	Ortaokul mezunu	39	12.9
	Lise mezunu	73	24.2
	Üniversite mezunu	77	25.5
Gelir Kaynağı	SKK	140	46.4
	Emekli Sandığı	116	38.4
	Bağ-kur	28	9.3
	Diğer	18	5.9
Gelir Durumu	0-2000	32	10.6

2001-4000	144	47.7
4001+	126	41.7

Not: Verilerin toplandığı tarihlerde dolar kuru ortalama olarak 14.0863 TL değerindedir.

Tablo 3.2'ye göre araştırmaya 302 yaşlı katılım sağlamıştır. Yaşlı bireylerin %49.0'u kadın, %51'i erkeklerden oluşmaktadır. Yaşlıların %20.6'sı 60-70 yaş aralığında, %48.7'si 71-80 yaş aralığında ve %30.8'i 81+ yaş aralığında yer almaktadır. Çalışmaya katılan yaşlı bireylerin medeni durumlarına bakıldığında; yaşlıların %15.2'sinin evli, %13.9'unun hiç evlenmemiş, %23.5'inin boşanmış, %47.4'ünün eşi vefat etmiş bireyler oluşturmaktadır. Yaşlıların %3.3'ü okuma-yazma bilmemekte, %4.0'ü okuryazardır, %30.1'i ilkokul, %12.9'u ortaokul, %24.2'si lise ve % 25.5'i üniversite mezunudur. Yaşlı bireylerin çoğunluğunun (%46.4) gelir kaynağının SSK olduğu, yine çoğunluğunun (%47.7) 2001-4000 TL arasında gelire sahip olduğu belirtilmiştir. Araştırmaya katılan yaşlıların cinsiyet dağılımının dengeli olduğu, büyük çoğunluğunun 71-80 yaş grubunda olduğu, eşi vefat etmiş, ilkokul mezunu, gelir kaynağının SSK ve gelir durumunun 2001-4000 TL arasında olduğu tespit edilmiştir.

### 3.2.2. Araştırmanın Nitel Boyutunun Çalışma Grubu

Araştırmanın nitel boyutu amaçlı örnekleme yöntemi türlerinden birisi olan ölçüt örnekleme kullanılarak yapılmıştır. Bu örnekleme yönteminde araştırmacı tarafından çalışılacak olan durumların önceden belirlenmiş bir dizi ölçütü karşılaması gerekmektedir. Ölçütler araştırmacının kendisinin oluşturabileceği gibi önceden hazırlanmış bir ölçütler listesi de kullanılabilir (Baltacı, 2018: 254). Araştırmanın çalışma grubunu nicel araştırmaya katılan, sosyal medya kullanan, herhangi bir psikiyatrik tanısı bulunmayan, iletişime açık olan ve nitel araştırmaya katılmak için gönüllü olan yaşlı bireyler oluşturmuştur. Bu kapsamda 9'u erkek ve 7'si kadın olmak üzere toplamda 16 yaşlı ile derinlemesine görüşme gerçekleştirilmiştir.

**Tablo 3.3: Araştırmanın Nitel Boyutuna Katılan Yaşlıların Sosyo-Demografik Özellikleri**

Görüşmeci	Cinsiyet	Yaş	Medeni Durum	Eğitim Durumu	Kurumda Bulunma Süresi	Gelir Durumu	Gelir Kaynağı
G1	E	78	Eşi Vefat Etmiş	Üniversite	7 yıl	2600 TL	SSK

<b>G2</b>	E	77	Evli	Üniversite	2.5 yıl	5000 TL	Bağ-Kur
<b>G3</b>	E	81	Boşanmış	Üniversite	7 yıl	5500 TL	Emekli Sandığı
<b>G4</b>	K	75	Bekar	Üniversite	8 yıl	4000 TL	Emekli Sandığı
<b>G5</b>	E	68	Boşanmış	Ortaokul	3 yıl	3250 TL	SSK
<b>G6</b>	E	81	Boşanmış	Üniversite	4 ay	13000	Emekli Sandığı
<b>G7</b>	K	73	Eşi Vefat Etmiş	Lise	8 yıl	3700 TL	Emekli Sandığı
<b>G8</b>	K	67	Bekar	Lise	3.5 yıl	3700 TL	SSK
<b>G9</b>	K	68	Boşanmış	Ortaokul	6 yıl	1500 TL	Emekli Sandığı
<b>G10</b>	K	67	Boşanmış	Lise	2.5 yıl	291 TL	Huzurevinde Ücretsiz Kalıyor
<b>G11</b>	E	76	Evli	Üniversite	10 yıl	3500 TL	Emekli Sandığı
<b>G12</b>	E	78	Boşanmış	İlkokul	1 yıl	3000 TL	SSK
<b>G13</b>	K	85	Eşi Vefat Etmiş	Lise	6 yıl	3700 TL	Emekli Sandığı
<b>G14</b>	E	68	Boşanmış	İlkokul	1 ay	4000 TL	SSK
<b>G15</b>	E	71	Boşanmış	Lise	10 yıl	3500 TL	SSK
<b>G16</b>	K	61	Eşi Vefat Etmiş	Lise	3 yıl	291 TL	Huzurevinde Ücretsiz Kalıyor

Araştırmanın nitel boyutuna katılan yaşlıların 7'si kadın iken 9'u erkektir. Yaş aralıkları 61-85 arasında değişmektedir. Yaşlıların 8'inin boşanmış olduğu, 4'ünün eşi vefat etmiş, 2'sinin evli, 2'sinin ise bekar olduğu görülmektedir. Yaşlıların 6'sı üniversite, 6'sı lise, 2'si ortaokul, 2'si ilkokul mezunudur. Huzurevinde kalma süresine bakıldığında en az 1 ay, en çok 10 yıldır huzurevinde kalan yaşlı bulunmaktadır. Yaşlıların gelirleri 291 TL ile 13000 TL arasında değişmektedir. Yaşlıların 6'sının SSK'dan, 1'inin Bağ-Kurdan, 7'sinin Emekli Sandığından emekli olduğu, 2'sinin ise huzurevinde ücretsiz kaldığı görülmektedir.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın amacı doğrultusunda kullanılan araçlar iki başlık altında ele alınmıştır. Bu araştırmada nicel verilerin toplanması için "Sosyo-demografik bilgi formu" ve

ölçekler uygulanmıştır. Nitel verilerin toplanmasında ise “yarı yapılandırılmış görüşme formu” kullanılmıştır.

### **3.3.1. Nicel Yöntemde Kullanılan Veri Toplama Araçları**

Nicel verileri toplamak için “Sosyo-demografik bilgi formu”, “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği”, “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” ve “Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği” kullanılmıştır.

#### **3.3.1.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu**

“Sosyo-Demografik bilgi formu” iki ana bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde yaşlı bireylerin tanıtıcı özellikleri, ikinci bölümde ise yaşlıların sosyal medya kullanımlarıyla ilgili bilgilere yer verilmiştir. İlgili formun iki bölümü araştırmacı tarafından yapılan literatür taraması ve üç akademisyenden alınan görüş sonucunda geliştirilmiştir. Bu form toplam 18 sorudan oluşmaktadır. Birinci bölümde 60 yaş ve üstü bireylerin cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, medeni durumu, gelir kaynağı, aylık geliri ve çocuğunun olup olmadığıyla ilgili bilgiler yer almaktadır. İkinci bölümde ise yaşlıların sosyal medya kullanıp kullanmadıkları, hangi sosyal medya platformlarını kullandıkları, sosyal medyaya hangi araçlarla bağlandıkları, sosyal medyayı günlük ortalama kullanım süresi, sosyal medyayı hangi amaçlarla kullandıkları, aile, akraba ve arkadaşlarla görüşüp görüşmedikleri, görüşüyorlarsa hangi yöntemlerle görüştüğü bilgileri yer almaktadır (EK 1).

#### **3.3.1.2. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOÖ)**

Ölçek Diener ve arkadaşları tarafından 2009 yılında geliştirilmiştir. Telef (2013: 376-381) tarafından ise Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Maddeler “kesinlikle katılıyorum” ile “kesinlikle katılmıyorum” arasında değişim gösteren 7’li likert tipi kullanılarak puanlama yapılmaktadır. Psikolojik iyi oluş ölçeği 8 maddeden oluşmakta ve ters madde bulunmamaktadır. Bu ölçekten alınabilecek en yüksek puan 56, en düşük puan ise 8’dir. Kişinin yüksek puan alması birçok psikolojik kaynağının ve gücünün bulunduğunu, düşük puan alması ise psikolojik iyi oluş düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında elde edilen sonuçlara göre; Cronbach alfa katsayısı. 80 ve açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam açıklanan varyansın %42 olduğu, ölçeğin maddelerinin faktör yükleri 54 ve 76 arasında değiştiği görülmektedir (EK 4).

### 3.3.1.3. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği Zimet ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilmiş, Eker ve Arkar (1995) tarafından ise Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Ölçek 2001’de tekrardan revize edilmiştir (Eker, Arkar ve Yıldız, 2001). Ölçeğin revize edilmesinin gerekçesi özel bir insan kavramının yanlış anlaşılması sebebiyle bu kavram “nişanlı, sözlü, flört, komşu, akraba, doktor” olarak örneklendirilmiştir. Ölçek 12 maddeden oluşmakla birlikte ölçeğin aile (3,4,8,11), arkadaş, (6,7,9,12) ve özel bir insan (1,2,5,10) şeklinde 3 alt boyutu bulunmaktadır. Her alt kategorideki 4 maddenin puanlarının toplanması ile alt boyut puanı, aile, arkadaş ve özel bir insan alt boyut puanlarının toplanması ile de toplam ölçek puanı bulunmaktadır. Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinden alınan toplam puanının yüksek olması algılanan sosyal destek düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında elde edilen bulgularda Cronbach alfa değeri 0,89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin aile alt boyutunun Cronbach alfa değeri 0,85, arkadaş alt boyutunun Cronbach alfa değeri 0,88 ve özel bir insan alt boyutunun Cronbach alfa değeri 0,92 olduğu görülmektedir (EK 2).

### 3.3.1.4. Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği (YYKÖ)

Ölçek Hyde ve ark. (2003) tarafından geliştirilmiştir. Türkoğlu ve Adıbelli (2014: 100-101) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. 19 maddesi bulunan bu ölçeğin “kontrol”, “otonomi”, “zevk” ve “kendini gerçekleştirme” şeklinde 4 alt ölçeği bulunmaktadır. Kontrol alt ölçeği 1, 2, 3, 4, 5, 6, otonomi alt ölçeği 7, 8, 9, 10, 11, zevk alt ölçeği 12, 13, 14, 15 ve kendini gerçekleştirme alt ölçeği 16, 17, 18, 19 numaralı sorulardan oluşmaktadır. Ölçeğin her maddesi “hiçbir zaman” (0 puan) ile “her zaman” (3) arasında değişen 4’lü likert kullanılarak puanlama yapılmaktadır. Ölçeğin 1, 2, 4, 6, 8, 9 no’lu maddeleri ters kodlanmakta olup ölçeğin her bir maddesine 0 ile 3 arasında puan verilmektedir. Ölçekte alınan toplam puanın artması yaşam kalitesi düzeyinin de arttığı anlamına gelmektedir. Bu çalışmada ölçeğin öz değeri 1’den fazla olan iki faktör elde edilmiştir. Faktör 1’in öz değeri 6,47 ve faktör 2’nin öz değeri 1.70 olarak tespit edilmiştir. Faktör 1’de 10 maddenin, faktör 2’de ise 3 maddenin toplandığı görülmüştür. Yapılan tekrarlı faktör analizleri sonucunda 19 maddeden meydana gelen ölçekten, faktör yükü 0.35’in altında kalan maddeler çıkartılarak, 13 maddeli ve 2 faktörde toplanan bir ölçek elde edilmiştir. Bütün maddelerin faktör yük değerlerinin 0.59 ile 0.83 arasında olduğu bulunmuştur. Maddelerin aynı kavramı ölçüp

ölçmediğine yönelik yapılan istatistiksel değerlendirme sonucunda ölçeğin 2 faktörde toplandığı saptanmıştır. Ölçekteki olumlu anlamı kapsayan 3, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18 ve 19. maddeler faktör 1’i oluştururken, olumsuz anlam içeren 1, 2 ve 8. maddeler ise faktör 2’yi oluşturmaktadır. Maddelerin faktörler arası yer değiştirmesine bağlı olarak orijinal ölçeğin alt boyutları değişerek faktör 1’deki sorular genelde yaşlıların özgürlükle birlikte geçmişte yaşananlardan memnun olma ve gelecekte umutlu olma söz konusu olduğundan “özerklik ve memnuniyet algısı”, faktör 2’deki soruların ise yaşlı bireylerin yapmak istediklerine engellerden bahsetmesi nedeniyle “engel algısı” adı verilmiştir. Ölçeğin Cronbach’s alfa güvenilirlik katsayısı 0.91, faktör 1’in Cronbach’s alfa güvenilirlik katsayısı 0.93, faktör 2’nin Cronbach’s alfa güvenilirlik katsayısı ise 0.75 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 39’dur (EK 3).

### **3.3.2. Nitel Yöntemde Kullanılan Veri Toplama Araçları**

Araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak çalışmanın nitel verileri toplanmıştır.

#### **3.3.2.1. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu**

Nitel araştırmalarda görüşme, bilgi toplamak için en çok kullanılan tekniklerden birisini oluşturmaktadır. Görüşme, veri ya da bilgi toplamak için soruların sorulduğu bir konuşmadır. Bu veriler yapılandırılmış, yapılandırılmamış ve yarı yapılandırılmış olmak üzere farklı görüşme yöntemleri kullanılarak toplanabilir (Mannan ve Afni, 2020: 1). Yapılandırılmış görüşmede görüşmeci, belirli bir konuyla ilgili önceden hazırlanan ve standartlaştırılan soruları belirli bir sırayla sorar. Katılımcılar yanıtlarını seçenekler listesinden seçer. Bu görüşme türü genellikle anketlerde kullanılır. Yapılandırılmamış görüşmede, görüşmecinin önceden belirlenmiş soruları veya seçenek listesi bulunmamaktadır. Görüşmeci, katılımcıyı resmi olmayan, açık ve kendiliğinden bir tartışmaya dahil etmek için birkaç genel soru sorar (Easwaramoorthy ve Zarinpoush, 2006: 1). Yarı yapılandırılmış görüşmede ise araştırmacı veri toplamak için standart bir dizi soru sorar. Ancak görüşme sürecinde araştırmacının ek sorular sormasına imkân tanır. Soru sormadaki bu esneklik, araştırmacının konu hakkında derinlemesine veri toplamasına yardımcı olur (Mannan ve Afni, 2020: 2). Bu nedenle araştırmada veri toplamak için “yarı yapılandırılmış görüşme formu” kullanılmıştır. “Yarı yapılandırılmış görüşme formu”, araştırmacının yaptığı alanyazın incelemesi

sonucunda oluşturulmuş ve toplam 33 soru hazırlanmıştır. Bu formdaki sorular önce yaşlılık alanında uzun süre çalışan ve bu alanda tecrübesi bulunan iki sosyal hizmet uzmanı ile paylaşılmış ve fikirleri alınmıştır. Daha sonra tez danışmanı ve tez izleme komitesinde yer alan hocaların görüşlerine sunulmuştur. Tez danışmanı ve tez izleme komitesinde yer alan hocaların değerlendirmesi sonucunda yarı yapılandırılmış görüşme formunda bazı değişiklikler ve düzeltmeler yapılmış, bazı sorular araştırma hipotezlerinde olmadıkları için formdan çıkarılmış ve bazı sorular ise birleştirilmiştir. Tez izleme komitesinde bulunan akademisyenlerin katkılarıyla birlikte yapılan değişiklikler sonucunda 10 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu son halini almıştır (EK 5). Yarı yapılandırılmış görüşme formunun amacına uygun olup olmadığını tespit etmek için İstanbul ili içerisinde bulunan resmi huzurevlerinde kalan 3 yaşlı ile ön deneme görüşmeleri yapılmıştır. Form yaşlıların sosyo-demografik bilgileri, sosyal medya kullanım deneyimleri, sosyal destek için bir araç olarak sosyal medya, psikolojik iyi oluş için bir araç olarak sosyal medya, yaşam kalitesini artırmak için bir araç olarak sosyal medya, sosyal medya kullanımıyla ilgili yaşanan zorluklar ve öneriler üzerinden kurgulanmıştır.

#### **3.4. Araştırmanın Nitel Boyutunun Geçerlik ve Güvenirliği**

Geçerlik ve güvenirlilik, bütün araştırmaların temel unsurlarını oluşturmaktadır. Araştırmada geçerlik, bilimsel bulguların doğruluğu ve kesinliği ile ilgilidir. Sağlam bir çalışma, gerçekte neyin var olduğunu ortaya koymalı ve geçerli bir ölçü ve araç ile ölçmesi beklenen şeyi gerçekten ölçmelidir. Güvenirlilik, bilgi kaynağının açıklamalarının sağlamlığı, tutarlılığı ve yinelenebilirlik ile olduğu kadar araştırmacıların bilgileri doğru bir şekilde toplama ve kaydetme becerisiyle de ilgilidir. Bir araştırma yönteminin tekrarlanan test periyotları süresince tutarlı bir şekilde aynı sonuçları verebilmesini ifade etmektedir. (Brink, 1993: 35). Nitel araştırmalarda güvenirlilik ve geçerliğin sağlanması için gerekli olan ölçütler; üçgenleme, olumlu veya olumsuz örneklere yer verme, araştırmacının rolünü açıkça belirtmesi, gözlem notlarının ve katılımcılarla yapılan görüşme sonucunda elde edilen transkripsiyonların doğru olup olmadığını gözden geçirme ve onaylama, analiz ve yorumların özgünlüğünü ya da önyargılı olmamasını sağlamak için birden fazla araştırmacıyı araştırmaya katılmalarını sağlama, veri kaynaklarından alıntılar yapma, katılımcıları gözlemlemek, onaylanabilir ve güvenilir sonuçlar için sahada yeterli olan zamanı geçirmek, verileri ayrıntılı olarak betimleme ve saklamak, derinlemesine veri

oluşturma, araştırmacının raporu hazırlarken adil, sistematik ve Őeffaf olmasıdır (Tekindal ve Uğuz Arsu, 2020: 175).

Bu araştırmada yukarıda bahsedilen ölçütler esas alınarak geçerlik ve güvenilirlik sağlanmıştır. Veri toplama aracı olarak kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formu literatüre dayandırılarak hazırlanmıştır. Verilerin yüz yüze toplandığı bu çalışmada, öncelikle katılımcılara gönüllü onam formu okunmuş olup kimlik bilgilerinin hiç kimse ile paylaşılmayacağı, verdikleri bilgilerin yalnızca araştırma kapsamında kullanılacağı aktarılmıştır. Katılımcılarla yapılan görüşme sonrasında sorulara vermiş oldukları cevapları kendilerine okunmuş ve varsa düzeltmek istedikleri ifadelerini düzeltmeleri ve onaylamaları aktarılmıştır. Nitel araştırma konusunda uzman araştırmacıdan, araştırmanın analizi ve sonuçlar hakkında geri bildirim alınmıştır. Araştırmanın analiz aşamasında katılımcıların ifadeleri alıntılama yapılarak ve herhangi bir yorum katılmadan eklenmiştir. Katılımcılar ile yapılan görüşmelerde tutulan notlar kayıt altına alınarak arşivlenmiştir. Bulgular ve sonuçlar benzer araştırmalarla karşılaştırılmış ve çalışmanın tartışma bölümünde açıklanmıştır.

### **3.5. Veri Toplama Süreci**

Veriler toplanmadan önce araştırmanın etik ilkelere uygun olduğuna dair İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurul Başkanlığı'ndan 24.09.2021 tarihinde etik kurul izni alınmış daha sonra ise araştırmanın amacına uygun olan ve araştırmanın yapılacağı huzurevleri için Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'ndan izin alınmıştır. Araştırmanın nicel ve nitel verilerinin toplanması için belirlenen huzurevleri ile iş birliği yapılarak süreç başlatılmıştır. Bu kapsamda öncelikle huzurevleri müdürleriyle iletişime geçilmiş, uygulama için haftanın hangi günleri ve saatlerinin uygun olduğu konusunda bilgi alınmış ve bu doğrultuda randevu alınmıştır. COVID-19 hastalığından kaynaklı yaşlıların risk altında olmaları nedeniyle uygulama için huzurevlerine gitmeden önce Polymerase Chain Reaction-Polimeraz Zincir Reaksiyonu (PCR) testi yapılmıştır. Uygulama için huzurevlerine gidilmiş ve kuruluş müdürleri ile görüşülmüştür. Huzurevleri müdürlerine PCR testi gösterildikten ve maske takıldıktan sonra uygulamanın yapılacağı yaşlılar hakkında bilgi almak için sosyal servis meslek elemanları ile görüşülmüştür. Meslek elemanlarından alzheimer ve demans tanısı bulunmayan, herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığı ile bilişsel işlevlerinde bozulma olmayan yaşlıların isimlerinin bulunduğu listeler alınmıştır. Huzurevleri müdürlerinin uygulamanın

yapılacağı mekânlar olarak belirledikleri dinlenme salonuna, kantine ve televizyon odasına meslek elemanları ile birlikte gidilerek uygulamanın yapılacağı yaşlı bireyler ile tanışılmıştır. Uygulamanın yapılacağı bireylere araştırmacıyı tanıtan sözel bildirimde bulunulmuş sonrasında ise katılımcılara bu araştırmanın konusu, veri toplama araçları, etik kurul ve izin yazıları sunulmuştur. Katılımcılara “bilgilendirilmiş onam formu” açıklanarak yazılı izinleri alındıktan sonra veriler toplanmaya başlanmıştır. Araştırmaya ilk olarak nicel veri toplama süreci ile başlanmıştır. Yaklaşık 25 dakika süren araştırmanın nicel soruları yaşlı bireylere karşılıklı yüz yüze tekniğiyle uygulanmıştır. Sosyo-demografik bilgi formundaki sorular ile ölçek soruları yaşlılara araştırmacı tarafından tek tek okunarak sorulmuş ve yaşlıların vermiş oldukları cevaplara göre formda işaretleme yapılmıştır. 151 sosyal medya kullanan ve 151 sosyal medya kullanmayan yaşlı ile uygulama yapılmış ve yeterli düzeyde örneklem sayısına ulaşıldıktan sonra nicel veri toplama süreci sonlandırılmıştır.

Araştırmanın nicel veri toplama süreci devam ederken sosyal medya kullanan ve nitel görüşme yapmak için gönüllü olan yaşlıların isimleri not alınmış, daha sonra kendileriyle uygun gün ve saat ayarlanarak randevu oluşturulmuştur. Sosyal medya kullanan ve nitel araştırma için gönüllü olan 16 yaşlı birey ile görüşme yapılmış ve bu süreç nicel veri toplama süreci ile paralel olarak yürütülmüştür. Görüşmelerin süresi 40 dakika ile 1 saat arasında değişmiştir. Yaşlı bireylerin de izinleriyle yapılan görüşmeler araştırmacı tarafından yazılı olarak not alınmıştır. Nicel ve nitel veriler 24.01.2022 -24.04.2022 tarihleri arasında toplanmıştır.

### **3.6. Verilerin Analizi**

Araştırmanın nicel verilerinin analizinde SPSS 23.00 programı kullanılmıştır. Verilerin kontrolleri yapıldıktan sonra analizleri yapılmıştır. İlk önce yaşlıların sosyo-demografik özelliklerinin ortaya konulduğu betimleyici istatistikler yapılmıştır. Daha sonra yaşlı bireylerin sosyal medya kullanım durumlarına göre yaşam kalitesi, sosyal destek ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin ortaya konulabilmesi için betimleyici istatistikler ile hipotez testlerinin analizi yapılmıştır.

**Tablo 3.4: Ölçeklerin Normallik Dağılımı Analizi**

	Kolmogorov Smirnov			Shapiro-Wilk			Skewness	Kurtosis
	Statistic	Df	p	Statistic	df	p	(Çarpıklık )	(Basıklık )
<b>Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>	.067	302	.356	.979	302	.152	.065	-.679
Engel Algısı	.129	302	.234	.936	302	.234	.088	-1.167
Özerklik ve Memnuniyet Algısı	.088	302	.326	.964	302	.147	.502	-.362
<b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>	.072	302	.124	.986	302	.056	.292	-.187
<b>Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği</b>	.030	302	.200	.992	302	.082	-.007	-.286
Aile	.136	302	.213	.868	302	.059	-.712	-.772
Arkadaş	.088	302	.240	.959	302	.068	-.441	-.630
Özel Bir İnsan	.232	302	.235	.772	302	.069	.963	-.556

Araştırmada kullanılan “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği”, “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” ve “Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği” puanlarının normal dağılım gösterip göstermediğini değerlendirmek için Kolmogorov Smirnov ve Shapiro-Wilk Testi yapılmıştır. Bütün ölçeklerin toplam puanları ile alt boyut puanlarının normal dağılım sağladığı tespit edilmiştir ( $p < .05$ ). Ayrıca verilerin normal dağılım sağladığına ilişkin diğer varsayım olan çarpıklık ve basıklık değerlerinin çoklu normallik dağılımı için gerekli olan en düşük değer aralığında ( $\pm 1.96$ ) bulunması da ölçek puanlarının normal dağılım gösterdiğini ifade etmektedir (Tablo 3.4) (Ho, 2014: 4). Bu kapsamda verilerin çoklu normal dağılım değerlerinin parametrik analizlerin yapılmasına elverişli olduğu söylenebilir.

Psikolojik iyi oluş ölçeği, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği ve yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği puanlarının birbirleriyle olan ilişkisi Pearson Korelasyon Testi/Spearman's Korelasyon Testi ile, cinsiyet, medeni durum, aile yapısı gibi ikili grupların puanlarının karşılaştırılması Independent Sample T Testi ile, ikiden fazla grubun karşılaştırılması One Way Anova Testi ile analizi yapılmıştır. Yapılan One Way Anova Testi sonrasında anlamlı ilişkinin hangi gruplar arasında olduğunu ortaya çıkarmak için varyansların homojenlik gösterdiği alt ölçeklerde Bonferroni çoklu karşılaştırma testleri ile, varyansların homojenlik göstermediği alt ölçeklerde ise Tamhane's T2 çoklu karşılaştırma testleri ile analiz edilmiştir. İki kategorik değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için ise ki-kare testi yapılmıştır.

Nitel görüşmeler 24.01.2022-24.04.2022 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Nitel veri toplama sürecinde alınan görüşme notları Microsoft Word programına

aktarılmıştır. Nitel verilerin analizi için MAXQDA programı kullanılarak kodlama yapılmıştır. Nitel verilerin analizinde katılımcıların kimliğinin ifşa edilmemesi ve mahremiyetlerinin korunması için “katılımcı” G harfi ile gösterilmiştir. Katılımcılar görüşme sırasına göre G1, G2, G3, G4.....G16 şeklinde sıralanmış, sonrasında ise katılımcıların cinsiyetleri kadın (K) ve erkek (E) şeklinde kodlanmıştır.

Nitel verilerin incelenmesi için tematik analiz yöntemi tercih edilmiştir. Tematik analiz kavramı, bir veri kümesindeki farklılıklara, ilişkilere ve ortak noktalara göre verilerin analiz edilme süreci olarak tanımlanmaktadır. Bu analiz, veriler içindeki temaları belirleyerek analiz etme ve raporlama yöntemidir. Tematik analiz yöntemi, nitel verilerin kodlanmasında kullanılan bir süreçtir. Kodlama, açık bir kod gerektirmekle birlikte bu bir tema listesi olabilir; nedensel olarak ilişkili temaları, nitelikleri ve göstergeleri kapsayan karmaşık bir model ya da bu iki form arasında yer alan bir şey de olabilmektedir. Tematik analizde; ortak noktaların, farklılıkların ve ilişkilerin incelenmesi şeklinde üç genel amaç bulunmaktadır. Bu analizin önemli bir özelliği, verilerde bulunan ortak noktaların incelenmesi oluşturmaktadır. Bu ortak noktalar daha fazla analize tabi tutulur ve alt bölümlere ayrılır (Toker, 2022: 330-331).

Soruların yöneltildiği yaşlı bireylerle görüşme gerçekleştirilirken yaşlıların da izniyle araştırmacı tarafından not tutulmuş ve görüşme sonucunda da tutulan notlar temize çekilerek kayıt altına alınmıştır. Yapılan görüşmelerden elde edilen bulgular okunup tematik analizi yapılmış, yaşlıların verdiği benzer ifadeler belirlenerek kodlamalar yapılmıştır. Bu kodlamalardan sosyal medya kullanan yaşlıların sosyal medyayı nasıl algıladıkları ve deneyimlediklerinin derinlemesine ilişkin olarak temalar ve bu temalara göre alt temalar belirlenmiştir. Nitel analizlere bulgular bölümünde yer verilmiştir.

### **3.7. Araştırmanın Etik Yönü**

Araştırmaya 24.09.2021 tarih ve 2021/09 sayılı İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurul Başkanlığı tarafından etik kurul onayı verilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formunun soruları revize edildiğinden tekrardan araştırmaya 28.01.2022 tarih ve 2022/01 sayılı İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurul Başkanlığı tarafından etik kurul onayı verilmiştir.

# DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

## ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde araştırmanın nicel ve nitel bulguları yer almaktadır. Araştırmanın nicel ve nitel bulguları iki ana başlık altında incelenmiştir.

### 4.1. Nicel Yöntemle Elde Edilen Bulgular

Araştırmasının nicel bulguları; araştırmaya katılım sağlayan yaşlıların sosyal medya kullanım özellikleri, yaşlıların Sosyo-demografik özelliklerine göre ölçek puanlarının karşılaştırılması, yaşlıların Sosyo-demografik değişkenlerine göre sosyal medya kullanım durumları ve yaşlıların sosyal medya kullanım durumlarına göre ölçek puanlarının karşılaştırılması olmak üzere 4 ana başlık altında sunulmuştur.

#### 4.1.1. Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Özellikleri

Bu başlık altında yaşlıların sosyal medya kullanım durumlarına ilişkin özellikleri bulunmaktadır.

**Tablo 4.1: Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Durumlarına İlişkin Özellikleri**

Değişkenler	Kategoriler	f	%
Sosyal Medya Kullanım Durumu	Evet	151	50.0
	Hayır	151	50.0
Sosyal Medya Kullanım Araçları	Telefon	135	89.4
	Bilgisayar	5	3.3
	Her ikisi	11	7.3
	Diğer		
Kullanılan Sosyal Medya Platformları	Whatsapp	141	46.7
	Facebook	111	36.8
	Youtube	86	28.5
	Instagram	71	23.5
	Messenger	65	21.5
	X (Twitter)	33	10.9
	Diğer	6	2.7
Günlük Ortalama Sosyal Medya Kullanım Süresi	1 saatten az	64	42.4
	1 ile 2 saat arası	45	29.8
	2 ile 3 saat arası	8	5.3
	3 ile 4 saat arası	13	8.6
	4 saatten fazla	21	13.9

	Ailem, yakınlarım ve arkadaşlarımla iletişim kuruyorum	141	46.7
	Boş zamanlarımı değerlendiriyorum	110	36.4
	Güzel zaman geçiriyorum	103	34.1
	Eğlence	86	28.5
Sosyal Medya Kullanım Amacı	Bilgi arıyorum	86	28.5
	Haber akışlarını takip ediyorum	82	27.2
	Sağlıkla ilgili içerikleri takip ediyorum	79	26.2
	İçerik paylaşıyorum (fotoğraf, video, vb.)	78	25.8
	Yeni insanlarla tanışıyorum	25	8.3
	Alışveriş yapıyorum	9	3
Aile Üyeleri ile Görüşme Durumu	Evet	265	87.7
	Hayır	37	12.3
	Hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi	119	44.7
	Hem yüz yüze hem telefon görüşmesi	107	40.2
	Sadece telefon görüşmesi ile	21	7.9
*Aile Üyeleri ile Görüşme Yöntemleri	Hem telefon görüşmesi ile hem sosyal medya ile	9	3.4
	Sadece yüz yüze	7	2.6
	Hem yüz yüze hem sosyal medya ile	2	0.8
	Sadece sosyal medya ile	1	0.4
Akrabaları ile Görüşme Durumu	Evet	231	76.5
	Hayır	71	23.5
	Hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi	91	39.4
	Hem yüz yüze hem telefon görüşmesi	82	35.5
	Sadece telefon görüşmesi ile	27	11.7
*Akrabaları ile Görüşme Yöntemleri	Hem telefon görüşmesi ile hem sosyal medya ile	19	8.2
	Sadece yüz yüze	7	3.0
	Hem yüz yüze hem sosyal medya ile	4	1.7
	Sadece sosyal medya ile	1	0.4
Arkadaşları ile Görüşme Durumu	Evet	302	100
	Hayır	0	0
	Hem yüz yüze hem telefon görüşmesi	142	47.2
	Hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi	139	46.2
	Sadece yüz yüze	14	4.7
*Arkadaşları ile Görüşme Yöntemleri	Sadece telefon görüşmesi ile	3	1.0
	Hem telefon görüşmesi ile hem sosyal medya ile	2	0.7
	Hem yüz yüze hem sosyal medya ile	1	0.3

\*Yaşlıların birden fazla seçenek işaretleme imkânı olduğu için toplam sayı her bir soru için farklılaşabilmektedir.

Tablo 4.1’de yaşlıların sosyal medya kullanım durumlarına yer verilmiştir. Yaşlıların %50’si sosyal medya kullandığını, %50’si ise sosyal medya kullanmadığını, %89.4’ü sosyal medyaya telefon ile, %3.3’ü bilgisayarla, %7.3’ü ise hem telefon hem bilgisayar ile bağlandığını belirtmiştir. Yaşlıların %46.7’si Whatsapp, %36.8’i Facebook, %28.5’i Youtube, %23.5’i Instagram, %21.5’i Messenger, %10.9’u X (Twitter) kullandığını söylemiştir. Yaşlı bireylerin %42.4’ü sosyal medyayı günlük ortalama 1 saatten az, %29.8’ü 1 ile 2 saat arasında, %5.3’ü 2 ile 3 saat arasında, %8.6’sı 3 ile 4 saat arasında ve %13.9’u 4 saatten fazla kullandığını ifade etmiştir. Yaşlıların %46.7’si sosyal medyayı ailesi, yakınları ve arkadaşlarıyla iletişim kurmak, %36.4’ü boş zamanlarını değerlendirmek, %34.1’i güzel zaman geçirmek, %28.5’i bilgi aramak, %28.5’i eğlence, %26.2’si sağlıkla ilgili içerikleri takip etmek, %25.8’i içerik paylaşmak (fotoğraf, video, vb.), %8.3’ü yeni insanlarla tanışmak ve %3’ü alışveriş yapmak için kullandığını söylemiştir.

Yaşlıların %87.7’si aile üyeleri ile görüştüğünü, %12.3’ü ise aile üyeleri ile görüşmediğini belirtmiştir. Yaşlıların %44.7’si aile üyeleri ile hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi ile, %40.2’si hem yüz yüze hem telefon görüşmesi ile, %7.9’u sadece telefon görüşmesi ile, %3.4’ü hem telefon görüşmesi hem sosyal medya ile, %2.6’sı sadece yüz yüze, %0.8’i hem yüz yüze hem sosyal medya ile ve %0.4’ü sadece sosyal medya ile görüştüğünü söylemiştir.

Yaşlıların %76.5’i akrabaları ile görüştüğünü, %23.5’i ise akrabaları ile görüşmediğini, %39.4’ü akrabaları ile hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi ile, %35.5’i hem yüz yüze hem telefon görüşmesi ile, %11.7’si sadece telefon görüşmesi ile, %8.2’si hem telefon görüşmesi hem sosyal medya ile, %3’ü sadece yüz yüze, %1.7’si hem yüz yüze hem sosyal medya ile ve %0.4’ü sadece sosyal medya ile görüştüğünü ifade etmiştir.

Yaşlıların %100’ü arkadaşları ile görüştüğünü belirtmiştir. Yaşlıların %47.2’si hem yüz yüze hem telefon görüşmesi ile, %46.2’si hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi ile, %4.7’si sadece yüz yüze, %1’i sadece telefon görüşmesi ile, %0.7’si hem telefon görüşmesi hem sosyal medya ile ve %0.3’ü hem yüz yüze hem sosyal medya ile görüştüğünü söylemiştir.

Araştırmaya katılan yaşlı bireylerin yarısının sosyal medyayı kullandığı, yarısının ise kullanmadığı, sosyal medyayı kullanan yaşlıların çoğunluğunun sosyal medyaya

telefonla bağlandığı, sosyal medya platformlarından olan Whatsapp'ı kullandıkları, sosyal medyayı günlük ortalama 1 saatten az ve sosyal medyayı ailesi, yakınları ve arkadaşlarıyla iletişim kurmak için kullandıkları, aile üyeleri, akrabaları ve arkadaşları ile görüştikleri tespit edilmiştir.

**Tablo 4.2: Ölçeklerin Tanımlayıcı İstatistikleri**

	N	$\bar{X}$	SS	Min-Max	Cronbach $\alpha$	Düzyey
<b>Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>	302	1.09	.59	0-13	.85	Orta
Engel Algısı	302	1.22	.84	0-3	.70	Orta
Özerklik ve Memnuniyet Algısı	302	1.05	.69	0-10	.89	Orta
<b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>	302	4.35	1.09	1-8	.82	Orta
<b>Çok Boyutlu Sosyal Destek Ölçeği</b>	302	3.98	1.33	12-84	.86	Orta
Aile	302	4.74	2.04	4-28	.94	Yüksek
Arkadaş	302	4.56	1.61	4-28	.90	Yüksek
Özel Bir İnsan	302	2.63	2.06	4-28	.94	Çok Düşük

Yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeğinin eşit aralıklı bir ölçek olduğunu düşünürsek, aritmetik ortalamalar için puan aralığı katsayısı ((En yüksek değer-En düşük değer)/4=3/4=) 0.75 olarak hesaplanmıştır. Bu bağlamda ölçeğin aritmetik ortalama değerlendirme aralığı: 0-0.75 arası “düşük”, 0.76-1.51 arası “orta”, 1.52-2.27 arası “yüksek”, 2.28-3 “çok yüksek” olarak belirlenmiştir. Bu puan aralıklarına göre ölçeğin tamamına ve alt boyutlarına verilen cevapların orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Psikolojik iyi oluş ölçeğinin eşit aralıklı bir ölçek olduğunu düşünürsek, aritmetik ortalamalar için puan aralığı katsayısı ((En yüksek değer-En düşük değer)/7=6/7=) 0.86 olarak hesaplanmıştır. Bu bağlamda ölçeğin aritmetik ortalama değerlendirme aralığı: 1-1.86 arası “en düşük”, 1.87-2.73 arası “çok düşük”, 2.74-3.60 arası “düşük”, 3.61-4.47 “orta”, 4.48-5.34 “yüksek”, 5.35-6.20 “çok yüksek”, 6.21-7 “en yüksek” olarak belirlenmiştir. Bu puan aralıklarına göre ölçeğin tamamına verilen cevapların orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çok Boyutlu sosyal destek ölçeğinin eşit aralıklı bir ölçek olduğunu düşünürsek, aritmetik ortalamalar için puan aralığı katsayısı ((En yüksek değer-En düşük değer)/7=6/7=) 0.86 olarak hesaplanmıştır. Bu bağlamda ölçeğin aritmetik ortalama değerlendirme aralığı: 1-1.86 arası “en düşük”, 1.87-2.73 arası “çok düşük”, 2.74-3.60 arası “düşük”, 3.61-4.47 “orta”, 4.48-5.34 “yüksek”, 5.35-6.20 “çok yüksek”, 6.21-7

“en yüksek” olarak belirlenmiştir. Bu puan aralıklarına göre ölçeğin tamamına verilen cevapların orta; aile ve arkadaş alt boyutlarına verilen cevapların yüksek; özel bir insan alt boyutuna verilen cevapların ise çok düşük düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

#### **4.1.2. Yaşlıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Ölçek Puanları**

Bu başlık altında çalışmaya katılan yaşlıların Sosyo-demografik özelliklerine göre Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği puanlarına yer verilmiştir. Bu amaca ilişkin bulgular Tablo 4.3, Tablo 4.4 ve Tablo 4.5’te yer almaktadır.



**Tablo 4.3: Yaşlıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması**

		Aile		Arkadaş		Özel Bir Kişi		Toplam	
Cinsiyet	N	$\bar{x}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]
Kadın	148	20.01 $\pm$ 7.59	[18.73, 21.22]	19.14 $\pm$ 5.90	[19.91, 21.02]	10.49 $\pm$ 7.61	[9.25, 11.76]	49.64 $\pm$ 14.60	[47.08, 52.04]
Erkek	154	17.97 $\pm$ 8.61	[6.64, 8.38]	17.37 $\pm$ 6.82	[16.28, 18.38]	10.55 $\pm$ 8.80	[9.07, 11.89]	45.89 $\pm$ 17.11	[43.19, 48.44]
		t=2.185 p=.030*		t=2.417 p=.016*		t=-.069 p=.945		t=2.050 p=.041*	
Yaş Grupları	N	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]
60-70 yaş grubu	62	15.55 <sub>a</sub> $\pm$ 9.93	[13.28, 18.08]	16.94 $\pm$ 7.48	[15.14, 18.92]	10.89 $\pm$ 8.89	[8.72, 13.03]	43.37 <sub>a</sub> $\pm$ 17.89	[39.13, 48.08]
71-80 yaş grubu	147	20.00 <sub>b</sub> $\pm$ 7.91	[18.65, 21.31]	18.48 $\pm$ 6.46	[17.36, 19.51]	10.83 $\pm$ 8.33	[9.59, 12.26]	49.31 <sub>b</sub> $\pm$ 16.18	[46.59, 51.94]
81+ yaş grubu	93	19.61 <sub>b</sub> $\pm$ 6.64	[18.25, 20.89]	18.73 $\pm$ 5.54	[17.58, 19.86]	9.78 $\pm$ 7.61	[8.28, 11.38]	48.13 <sub>a</sub> $\pm$ 13.93	[45.27, 51.14]
		F=7.164 p=.001*		F=1.650 p=.194		F=.536 p=.586		F=3.081 =.047*	
Medeni Durum	N	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]
Evli	46	20.67 <sub>a</sub> $\pm$ 7.73	[18.45, 22.81]	17.63 $\pm$ 5.99	[15.85, 19.19]	10.54 $\pm$ 7.70	[8.31, 12.76]	48.85 $\pm$ 15.38	[44.22, 53.25]
Bekar	42	16.31 <sub>b</sub> $\pm$ 9.32	[13.74, 19.06]	18.60 $\pm$ 7.27	[16.32, 20.65]	9.07 $\pm$ 7.47	[7.00, 11.42]	43.98 $\pm$ 16.75	[39.37, 48.92]
Eşi vefat etmiş	143	19.91 <sub>ac</sub> $\pm$ 7.55	[18.58, 21.12]	18.69 $\pm$ 6.27	[17.64, 19.62]	10.39 $\pm$ 8.21	[9.14, 11.75]	48.99 $\pm$ 15.59	[46.51, 51.59]

Boşanmış	71	17.54 <sub>b</sub> ±8.52	[15.58, 19.44]	17.51±6.57	[15.99, 18.95]	11.62±8.99	[9.56, 13.84]	46.66±16.69	[42.89, 50.49]
		F=3.596 p=.014*		F=.720 p=.540		F=.868 p=.458		F=1.250 p=.292	
<b>Eğitim Durumu</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>
Lise altı	152	18.01±8.84	[16.53, 19.50]	17.40±6.98	[16.30, 18.58]	9.47 <sub>a</sub> ±7.60	[8.27, 10.71]	44.88 <sub>a</sub> ±16.62	[42.17, 47.76]
Lise mezunu	73	19.75±7.16	[18.05, 21.46]	19.23±5.90	[17.94, 20.49]	10.05 <sub>ab</sub> ±7.99	[8.37, 12.09]	49.04 <sub>ab</sub> ±13.90	[45.92, 52.23]
Lise üstü	77	20.12±7.56	[18.43, 21.80]	18.95±5.61	[17.64, 20.21]	13.04 <sub>b</sub> ±9.15	[11.05, 15.11]	52.10 <sub>b</sub> ±15.67	[48.44, 55.42]
		F=2.164 p=.117		F=2.653 p=.072		F=5.109 p=.007*		F=5.709 p=.004*	
<b>Gelir Durumu</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>
0-2000TL	32	18.28 <sub>ab</sub> ±8.53	[15.21, 21.36]	14.75 <sub>a</sub> ±7.13	[12.18, 17.31]	8.44±6.90	[5.95, 10.93]	41.47 <sub>a</sub> ±14.89	[36.10, 46.84]
2001TL-4000TL	144	17.83 <sub>a</sub> ±8.70	[16.40, 19.27]	17.90 <sub>b</sub> ±6.87	[16.77, 19.02]	10.33±8.26	[8.97, 11.69]	46.06 <sub>a</sub> ±16.37	[43.66, 48.75]
4001TL +	126	20.43 <sub>b</sub> ±7.25	[19.16, 21.72]	19.52 <sub>c</sub> ±5.33	[18.58, 20.45]	11.27±8.44	[9.78, 12.76]	51.22 <sub>b</sub> ±15.16	[48.55, 53.89]
		F=3.592 p=.029*		F=7.714 p=.001*		F=1.596 p=.205		F=6.459 p=.002*	

Not: “a”, “b” harfleri, yapılan post hoc analizinde anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirtmektedir.

\*p<.05

Tablo 4.3'te yaşlıların toplam algılanan sosyal destek puanları ile bu ölçeğin alt boyutlarından algılanan alt ölçek puanlarının cinsiyet, yaş, medeni, eğitim ve gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Yaşlıların cinsiyetleri ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği (ÇBASDÖ) toplam puanları ( $t=2.050$ ;  $p=.041$ ), ÇBASDÖ'nün aile ( $t=2.185$ ;  $p=.030$ ) ve arkadaş ( $t=2.417$ ;  $p=.016$ ) alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu durumda puan ortalamaları dikkate alındığında; kadınların ( $49.64\pm 14.60$ ), erkeklere ( $45.89\pm 17.11$ ) göre toplam ölçek puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Kadınların ( $20.01\pm 7.59$ ), aile alt ölçek puanlarının erkeklerden ( $17.97\pm 8.61$ ) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kadınların ( $19.14\pm 5.90$ ), arkadaş alt ölçek puanlarının erkeklerden ( $17.37\pm 6.82$ ) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ortalamalara bakıldığında kadınların algılanan sosyal destekleri, aile ve arkadaş alt ölçek puanları erkeklerden daha yüksektir.

Yaşlıların yaş gruplarına göre ÇBASDÖ toplam puanları ile ( $F(2,299)=3.081$ ;  $p=.047$ ) ÇBASDÖ'nün aile ( $F(2,299)=7.164$ ;  $p=.001$ ) alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu anlamlı farklılığın hangi yaş gruplarında olduğunu belirlemek için Bonferroni Post-Hoc testi yapılmıştır. Bu teste göre bu farklılığın ÇBASDÖ toplam puanı için "71-80 yaş grubu" ile "60-70 yaş grubu" arasında ( $p=.013$ ) ve "81+ yaş grubu" arasında ( $p=.041$ ) olduğu; aile alt ölçek puanı için "60-70 yaş grubu" ile "71-80 yaş grubu" arasında ( $p=.031$ ) ve "81+ yaş grubu" arasında ( $p=.028$ ) olduğu bulunmuştur. Bu durumda 71-80 yaş grubundaki yaşlıların ( $49.31\pm 16.18$ ); 60-70 yaş grubunda yer alan yaşlılara ( $43.37\pm 17.89$ ) ve 81+ yaş grubunda yer alan yaşlılara göre ( $48.13\pm 13.93$ ) toplam ölçek puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna göre 71-80 yaş grubunda bulunan yaşlıların sosyal destekleri, 60-70 ile 81 ve üstü yaş aralığında bulunan yaşlılardan daha yüksektir. 60-70 yaş arasındaki yaşlıların ( $15.55\pm 9.93$ ); 71-80 yaş grubunda yer alan yaşlılar ile ( $20.00\pm 7.91$ ) 81+ yaş grubunda yer alan yaşlılara göre ( $19.61\pm 6.64$ ) aile alt ölçek puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Ortalamalara bakıldığında 60-70 yaş grubunda yer alan yaşlıların aileleri tarafından sağlanan sosyal desteğin 71-80 yaş grubunda bulunan yaşlılar ile 81 ve üstü yaş grubunda bulunan yaşlılara göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Yaşlıların medeni durumları ile ÇBASDÖ'nün aile alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $F(3,596)=.014$ ).

Anlamli farklilikgi belirlemek amaciyla Bonferroni Post-Hoc Testi yapilmisttir. Bu teste gore bu farklilikin evli yaslilar ile bekar yaslilar arasinda ( $p=.021$ ), eşi vefat etmiş yaslilar arasinda ( $p=.012$ ) ve boşanmiş yaslilar arasinda ( $p=.002$ ) olduğu; bekar yaslilar ile eşi vefat etmiş yaslilar arasinda ( $p=.003$ ) olduğu; eşi vefat etmiş yaslilar ile boşanmiş yaslilar arasinda ( $p=.032$ ) olduğu tespit edilmiştir. Bu kapsamda evli yaslilarin ( $20.67\pm7.73$ ) aile alt ölçek puanlarının bekar yaslilardan ( $16.31\pm9.32$ ), eşi vefat etmiş yaslilardan ( $19.91\pm7.55$ ) ve boşanmiş yaslilardan ( $17.54\pm8.52$ ) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ortalamalara bakıldığında evli olan yaslilarin aileleri tarafinda sağlanan sosyal destek düzeyleri bekar, eşi vefat etmiş ve boşanmiş yaslilara göre daha yüksektir. Bekar yaslilarin ( $16.31\pm9.32$ ), aile alt ölçek puanları, eşi vefat etmiş yaslilardan ( $19.91\pm7.55$ ) daha düşüktür. Buna göre eşi vefat etmiş yaslilarin aileleri tarafinda sağlanan sosyal destek düzeyleri bekar yaslilardan daha yüksektir. Eşi vefat etmiş yaslilarin ( $19.91\pm7.55$ ), boşanmiş yaslilara göre ( $17.54\pm8.52$ ) aile alt ölçek puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ortalamalara bakıldığında boşanmiş yaslilarin aileleri tarafinda sağlanan sosyal destek düzeyleri eşi vefat etmiş yaslilardan daha düşüktür.

Yaslilarin eğitim durumlarına göre ÇBASDÖ 'nün toplam puanları ile ( $F(2,299)=5.709$ ;  $p=.004$ ); ÇBASDÖ'nün özel bir insan ( $F(2,299)=5.109$ ;  $p=.007$ ) alt boyutundan aldıkları puanlar arasinda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklilik tespit edilmiştir. Anlamli farklilikin hangi gruplar arasinda olduğunu belirlemek için Bonferroni Post-Hoc Testi yapilmisttir. Bu teste gore bu anlamlı farklilikin ÇBASDÖ toplam puanı için “lise altı” ile “lise” arasinda ( $p=.025$ ) ve “lise üstü” arasinda ( $p=.016$ ) olduğu; özel bir insan alt ölçek puanı için “lise altı” ile “lise” arasinda ( $p=.025$ ) ve “lise üstü” arasinda ( $p=.016$ ) olduğu bulunmuştur. Bu kapsamda eğitim düzeyi lise altı olan yaslilarin ( $44.88\pm16.62$ ) toplam ölçek puanları, eğitim düzeyi lise ( $49.04\pm13.90$ ) ve lise üstü olan yaslilardan daha düşüktür. Buna göre eğitim düzeyi lise altı olan yaslilarin sosyal destek düzeylerinin eğitim durumu lise ve lise üstü olan yaslilardan daha düşük olduğu görülmektedir. Eğitim durumu lise altı olan yaslilarin ( $9.47\pm7.60$ ), özel bir insan alt ölçek puanları eğitim durumu lise ( $10.05\pm7.99$ ) ve lise üstü olan yaslilardan ( $13.04\pm9.15$ ) daha düşüktür. Ortalamalara bakıldığında; eğitim durumu lise ve lise üstü olan yaslilarin özel bir insan alt ölçek puanlarının eğitim durumu lise altı olan yaslilardan daha yüksek olduğu görülmektedir.

Yaşlıların gelir durumlarına göre ÇBASDÖ toplam puanları ile ( $F(2,299)=6.459$ ;  $p=.002$ ), ÇBASDÖ 'nün aile ( $F(2,299)=3.592$ ;  $p=.029$ ) ve arkadaş ( $F(2,299)=7.714$ ;  $p=.001$ ) alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Tamhane's T2 testi yapılmıştır. Bu kapsamda geliri "0-2000TL arasında" olan yaşlıların ( $41.47\pm 14.89$ ) toplam ölçek puanları, geliri "4001TL+ üstü olan" yaşlılardan ( $51.22\pm 15.16$ ) daha düşüktür. Buna göre geliri düşük olan yaşlıların sosyal destek düzeyleri geliri yüksek olanlardan daha düşüktür. Geliri "2001 TL-4000 TL arasında" olan yaşlıların ( $17.83\pm 8.70$ ) aile alt ölçek puanları, geliri "4001 TL+ üstü olan" yaşlılardan ( $20.43\pm 7.25$ ) daha düşüktür. Buna göre geliri düşük olan yaşlıların ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri geliri yüksek olan yaşlılardan daha düşüktür. Geliri "0-2000 TL arasında" olan yaşlıların ( $14.75\pm 7.13$ ); geliri "2001-4000 TL arasında" olan yaşlılara ( $17.90\pm 6.87$ ) ve "4001 TL+ üstü olan" yaşlılara göre ( $19.52\pm 5.33$ ) arkadaş alt ölçek puanlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde geliri "2001-4000 TL arasında" olan yaşlıların ( $17.90\pm 6.87$ ); geliri "4001 TL+ üstü olan" yaşlılara göre ( $19.52\pm 5.33$ ) arkadaş alt ölçek puanlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Ortalamalara bakıldığında geliri düşük olan yaşlıların arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek düzeyleri geliri yüksek olan yaşlılardan daha düşüktür.

**Tablo 4.4: Yaşlıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması**

Cinsiyet	N	Engel Algısı		Özerklik ve Memnuniyet Algısı		Toplam	
		$\bar{x}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]
Kadın	148	3.68±2.45	[3.26, 4.07]	10.22±6.87	[9.03, 11.36]	13.90±7.65	[12.55, 12.11]
Erkek	154	3.62±2.59	[3.16, 4.01]	10.73±7.02	[9.65, 11.94]	14.34±7.68	[13.21, 15.62]
			t=.226 p=.821		t=.702 p=.523		t=.941 p=.614
Yaş Grupları	N	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]
60-70 yaş grubu	62	3.34 <sub>a</sub> ±2.32	[2.75, 3.96]	11.21±7.21	[9.44, 13.00]	14.55±8.26	[12.54, 16.58]
71-80 yaş grubu	147	3.33 <sub>a</sub> ±2.46	[2.92, 3.74]	10.78±6.92	[9.62, 11.91]	14.12±7.81	[12.76, 15.39]
81+ yaş grubu	93	4.35 <sub>b</sub> ±2.62	[3.85, 4.89]	9.51±6.75	[8.11, 10.87]	13.86±7.05	[12.44, 15.35]
			F=5.446 p=.005*		F=1.403 p=.247		F=.150 =.861
Medeni Durum	N	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]
Evli	46	3.20±2.20	[2.64, 3.83]	10.80±7.76	[8.52, 12.91]	14.00±8.20	[11.64, 16.35]
Bekar	42	3.50±2.35	[2.79, 4.19]	10.05±5.92	[8.41, 11.81]	13.55±6.78	[11.61, 15.54]
Eşi vefat etmiş	143	3.79±2.66	[3.35, 4.19]	10.18±6.80	[8.99, 11.28]	13.97±7.59	[12.68, 15.20]

Boşanmış	71	3.75±2.51	[3.18, 4.35]	11.11±7.30	[9.42, 12.89]	14.86±8.03	[12.88, 16.82]
			F=.731 p=.534		F=.370 p=.775		F=.318 p=.812
<b>Eğitim Durumu</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>
Lise altı	152	3.62±2.71	[3.19, 4.05]	9.34 <sub>a</sub> ±6.57	[8.28, 10.28]	12.95 <sub>a</sub> ±7.45	[11.89, 14.10]
Lise mezunu	73	3.70±2.46	[3.15, 4.24]	11.05 <sub>ab</sub> ±6.92	[9.46, 12.71]	14.75 <sub>ab</sub> ±7.93	[12.93, 16.68]
Lise üstü	77	3.66±2.17	[3.18, 4.13]	12.18 <sub>b</sub> ±7.33	[10.49, 13.65]	15.84 <sub>b</sub> ±7.50	[14.11, 17.26]
			F=.026 p=.974		F=4.749 p=.009*		F=4.043 p=.019*
<b>Gelir Durumu</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>	<b><math>\bar{X}</math>±SS</b>	<b>[95% CI]</b>
0-2000TL	32	3.31±2.52	[2.40, 4.22]	9.34±7.01	[6.82, 11.87]	12.66±8.13	[9.73, 15.59]
2001TL-4000TL	144	3.69±2.55	[3.27, 4.11]	9.90±6.75	[8.79, 11.02]	13.59±7.43	[12.37, 14.81]
4001TL +	126	3.69±2.49	[3.25, 4.13]	11.42±7.07	[10.17, 12.67]	15.11±7.74	[13.75, 16.48]
			F=.319 p=.727		F=2.100 p=.124		F=1.997 p=.138

Not: “a”, “b” harfleri, yapılan post hoc analizinde anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirtmektedir.

\*p<.05

Tablo 4.4'te yaşlıların yaşlılarda yaşam kalitesi toplam puanları ile bu ölçeğin alt boyutlarından aldıkları puanlarının cinsiyet, yaş, medeni, eğitim ve gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Yaşlıların cinsiyetleri ile YYKÖ toplam puanları ve alt ölçek puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yaşlıların cinsiyetleri yaşam kalitesi puanlarına etki etmemektedir. Farklı cinsiyetlerdeki bireylerin yaşam kalitesi puanları benzerdir.

Yaşlıların yaşları ile YYKÖ'nün engel algısı alt boyutu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $F(2,299)=5.446$ ;  $p=.005$ ). Anlamlı farklılığın hangi yaş grupları arasında olduğunu anlamak için Tamhanes's Post-Hoc testi yapılmıştır. Bu teste göre bu ilişkinin YYKÖ engel algısı alt ölçek puanı için "81+ yaş grubu" ile "60-70 yaş grubu" ( $p=.002$ ) ve "71-80 yaş grubu" ( $p=.004$ ) arasında olduğu bulunmuştur. Bu kapsamda 81+ yaş grubunda bulunan yaşlıların ( $4.35\pm 2.62$ ); 60-70 yaş grubunda yer alan yaşlılara ( $3.34\pm 2.32$ ) ve 71-80 yaş grubunda yer alan yaşlılara ( $3.33\pm 2.46$ ) göre YYKÖ'nün engel algısı alt ölçek puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 4.4). Buna göre YYKÖ'nün engel algısı alt ölçek puanı için 81 ve üstü yaş grubunda bulunan yaşlıların yaşam kaliteleri 60-70 ve 71-80 yaş arasında bulunan yaşlılardan daha düşüktür.

Yaşlıların medeni durumları ile YYKÖ toplam puanları ve alt boyut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Yaşlıların medeni durumları yaşam kalitesi puanlarına etki etmemektedir. Medeni durumları farklı olan yaşlı bireylerin yaşam kalitesi puanları benzerdir.

Yaşlıların eğitim durumları ile YYKÖ'nün toplam puanları ( $F(2,299)= 4.749$ ;  $p=.009$ ) ve YYKÖ'nün özerklik ve memnuniyet algısı alt puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $F(2,299)=4.043$ ;  $p=.019$ ). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için Tamhanes's Post Hoc testi yapılmıştır. Bu teste göre bu farklılığın YYKÖ toplam puanı ve özerklik ve memnuniyet algısı alt ölçek puanı için "lise altı" ile "lise üstü" arasında olduğu bulunmuştur. Bu kapsamda; eğitim durumu lise altı olan yaşlıların ( $12.95\pm 7.45$ ) toplam ölçek puanları, eğitim durumu lise üstü olan yaşlılardan ( $15.84\pm 7.50$ ) daha düşüktür. Buna göre eğitim düzeyi düşük olan yaşlıların yaşam kalitesi düzeyleri eğitim durumu yüksek olan yaşlılardan daha düşüktür. Diğer taraftan eğitim durumu lise altı olan bireylerin

(9.34±6.57); lise üstü olan bireylere göre (12.18±7.33) YYKÖ'nün özerklik ve memnuniyet algısı alt ölçek puanlarının daha düşük olduğu saptanmıştır. Ortalamalara bakıldığında YYKÖ'nün özerklik ve memnuniyet algısı alt ölçek puanı için eğitim durumu yüksek olan yaşlı bireylerin yaşam kalitesi düzeyleri eğitim durumu düşük olan yaşlılardan daha yüksektir.

Yaşlıların gelir durumları ile YYKÖ toplam puanları ve alt ölçek puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Yaşlıların gelir durumları yaşam kalitesi puanlarına etki etmemektedir. Gelir durumları farklı olan yaşlı bireylerin yaşam kalitesi puanları benzerdir.



**Tablo 4.5: Yaşlıların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması**

Değişkenler	Alt Kategoriler	N	$\bar{x}\pm SS$	[95% CI]	t/F	p
Cinsiyet	Kadın	148	35.57±8.08	[34.20, 36.94]	1.505	.133
	Erkek	154	34.05±9.34	[32.63, 35.51]		
Yaş Grupları	60-70 yaş grubu	62	34.95 <sub>ab</sub> ±8.99	[32.62, 37.26]	4.323	.014*
	71-80 yaş grubu	147	36.06 <sub>a</sub> ±8.47	[34.67, 37.50]		
	81+ yaş grubu	93	32.69 <sub>b</sub> ±8.77	[30.93, 34.40]		
Medeni Durum	Evli	46	36.96±9.35	[29.66, 36.03]	1.209	.307
	Bekar	42	33.74±7.97	[31.39, 35.98]		
	Eşi vefat etmiş	143	34.47±8.55	[33.06, 35.74]		
	Boşanmış	71	34.68±9.20	[32.49, 36.76]		
Eğitim Durumu	Lise altı	152	32.82 <sub>a</sub> ±7.99	[31.59, 34.06]	9.609	.000*
	Lise mezunu	73	35.59 <sub>ab</sub> ±7.51	[33.75, 37.36]		
	Lise üstü	77	37.94 <sub>b</sub> ±10.28	[35.58, 40.26]		
Gelir Durumu	0-2000TL	32	32.88±8.67	[29.75, 36.00]	2.499	.084
	2001TL-4000TL	144	34.13±8.45	[32.73, 35.52]		
	4001TL+	126	36.05±9.04	[34.45, 37.64]		

Not: “a”, “b” harfleri, yapılan post hoc analizinde anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirtmektedir.

\*p<.05

Tablo 4.5'te Yaşlıların psikolojik iyi oluş ölçeğinden aldıkları puanlarının cinsiyet, yaş, medeni, eğitim ve gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Yaşlıların cinsiyetleri ile Psikolojik İyi Oluş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yaşlıların cinsiyetleri psikolojik iyi oluş puanlarına etki etmemektedir. Farklı cinsiyetlerdeki yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluş puanları benzerdir.

Yaşlıların yaşları ile psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $F(2,299)=4.323$ ;  $p=.014$ ). Anlamlı farklılığın hangi yaş grupları arasında olduğunu anlamak için Tamhanes's Post-Hoc Testi yapılmıştır. Bu teste göre bu farklılığın psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanı için "71-80 yaş grubu" ile "81+ yaş grubu" arasında olduğu bulunmuştur ( $p=.041$ ). Bu kapsamda 71-80 yaş grubu arasında bulunan yaşlıların ( $36.06\pm 8.47$ ); 81+ yaş grubunda yer alan yaşlılara göre ( $32.69\pm 8.77$ ) toplam ölçek puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna göre 71-80 yaş arasında bulunan yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri 81 ve üstü yaş grubunda yer alan yaşlılardan daha yüksektir.

Yaşlıların medeni durumları ile psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yaşlıların medeni durumları psikolojik iyi oluş puanlarına etki etmemektedir. Medeni durumları farklı olan yaşlıların psikolojik iyi oluş puanları benzerdir.

Yaşlıların eğitim durumları ile psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $F(2,299)=9.609$ ;  $p=.000$ ). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak için Bonferroni Post-Hoc Testi yapılmıştır. Bu teste göre bu farklılığın psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanı için "lise altı" ile "lise üstü" arasında olduğu görülmektedir ( $p=.025$ ). Bu kapsamda eğitim durumu lise altı olan yaşlıların ( $32.82\pm 7.99$ ) toplam ölçek puanları, eğitim durumu lise üstü olan yaşlılardan ( $37.94\pm 10.28$ ) daha düşüktür. Ortalamalara bakıldığında eğitim durumu yüksek olan yaşlıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin eğitim durumu düşük olan yaşlılardan daha yüksek olduğu görülmektedir.

Yaşlıların gelir durumları ile psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yaşlıların gelir durumları

psikolojik iyi oluş puanlarına etki etmemektedir. Gelir durumları farklı olan yaşlıların psikolojik iyi oluş puanları benzerdir.

#### 4.1.3. Yaşlıların Sosyo-Demografik Değişkenlerine Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları

Bu başlık altında çalışmaya katılan yaşlıların Sosyo-demografik değişkenlerine göre sosyal medya kullanım durumlarına yer verilmiştir. Bu amaca ilişkin bulgular Tablo 4.6, Tablo 4.7, Tablo 4.8 ve Tablo 4.9’da yer almaktadır.

**Tablo 4.6: Yaşlıların Cinsiyetlerine Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları**

		Sosyal medya kullanım durumu		
		Evet	Hayır	Toplam
Cinsiyet	Kadın	77	71	148
		%52.0	%48.0	%100.0
	Erkek	74	80	154
		%48.1	%51.9	%100.0

Yaşlıların cinsiyetleri ile sosyal medya kullanım durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>.05$ ). Kadın ve erkek yaşlıların sosyal medya kullanım durumları benzerdir. Kadınların %52’si, erkeklerin %48.1’i sosyal medya kullanan; kadınların %48’i, erkeklerin %51.9’u sosyal medya kullanmayan bireylerden oluşmaktadır.

**Tablo 4.7: Yaşlıların Yaş Gruplarına Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları**

		Sosyal medya kullanım durumu		
		Evet	Hayır	Toplam
Yaş Grupları	60-70 yaş grubu	30	32	62
		%48.4	%51.6	%100.0
	71-80 yaş grubu	84	63	147
		%57.1	%42.9	%100.0
	81+ yaş grubu	37	56	93
		%39.8	%60.2	%100.0

Yaşlıların yaşları ile sosyal medya kullanım durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $X^2(300)=6.946$ ;  $p=.031$ ). 71-80 yaş grubunda yer alan yaşlıların %57.1’i sosyal medya kullanan yaşlılardan oluşuyorken; 60-70 yaş grubunda yer alan yaşlıların %48.4’ü, 81+ yaş grubunda yer alan yaşlıların %39.8’i sosyal medya kullanan bireylerden oluşmaktadır.

**Tablo 4.8: Yaşlıların Eğitim Durumlarına Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları**

		Sosyal medya kullanım durumu		
		Evet	Hayır	Toplam
Eğitim Durumu	Lise altı mezunu	59	93	152
		%38.8	%61.2	%100.0
	Lise mezunu	40	33	73
		%54.8	%45.2	%100.0
	Lise üstü mezunu	52	25	77
		%67.5	%32.5	%100.0

Yaşlıların eğitim durumları ile sosyal medya kullanım durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $X^2(300)=17.744$ ;  $p=.000$ ). Lise altı düzeyde mezun olan yaşlıların %38.8'i sosyal medya kullanan bireylerden oluşuyorken; lise mezunu yaşlıların %54.8'i, lise üstü düzeyde mezun olan yaşlıların %67.5'i sosyal medya kullanan bireylerden oluşmaktadır.

**Tablo 4.9: Yaşlıların Gelir Durumlarına Göre Sosyal Medya Kullanım Durumları**

		Sosyal medya kullanım durumu		
		Evet	Hayır	Toplam
Gelir Durumu	0-2000TL	13	19	32
		%40.6	%59.4	%100.0
	2001-4000TL	64	80	144
		%44.4	%55.6	%100.0
	4001TL+	74	52	126
		%58.7	%41.3	%100.0

Yaşlıların gelir durumları ile sosyal medya kullanım durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır ( $X^2: 6.744$ ;  $df:2$ ;  $p=.034$ ). 0-2000TL arasında geliri olan yaşlıların %59.4'ü, 2001-4000TL arasında geliri olan yaşlıların %55.6'sı sosyal medya kullanmayan bireylerden oluşuyorken; 4001TL üstü geliri olan yaşlıların %58.7'si sosyal medya kullanan bireylerden oluşmaktadır.

#### **4.1.4. Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Durumlarına Göre Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği**

Bu bölümde çalışmaya katılan yaşlı bireylerin sosyal medya kullanım durumlarına göre Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği puanlarına yer verilmiştir. Bu amaca ilişkin bulgular Tablo 4.10'da yer almaktadır.



**Tablo 4.10: Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Durumlarına Göre Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması**

	Sosyal Medya Kullanan Bireyler		Sosyal Medya Kullanmayan Bireyler		t	p
	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]	$\bar{X}\pm SS$	[95% CI]		
<b>Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği</b>	51.87±15.77	[49.21, 54.47]	43.58±15.20	[41.13, 45.85]	4.656	.000*
Aile	19.88±8.21	[18.42, 21.16]	18.05±8.06	[16.69, 19.39]	1.951	.052*
Arkadaş	19.50±6.11	[18.46, 20.47]	16.98±6.53	[15.94, 17.94]	3.458	.001*
Özel Bir İnsan	12.50±8.76	[11.13, 13.93]	8.54±7.16	[7.43, 9.70]	4.296	.000*
<b>Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği</b>	15.83±7.50	[14.62, 17.07]	12.42±7.46	[11.23, 13.66]	3.955	.000*
Engel Algısı	3.47±2.42	[3.05, 3.84]	3.83±2.60	[3.38, 4.25]	-1.236	.217
Özerklik ve Memnuniyet Algısı	12.36±6.91	[11.29, 13.46]	8.60±6.46	[7.52, 9.65]	4.886	.000*
<b>Psikolojik İyi Oluş Ölçeği</b>	38.74±8.31	[37.37, 40.05]	30.85±7.33	[29.70, 32.03]	8.753	.000*

\*p&lt;.05

Yaşlıların sosyal medya kullanım durumlarına göre çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanları ile ( $t=4.656$ ;  $p=.000$ ), ÇBASDÖ'nün arkadaş ( $t=3.458$ ;  $p=.001$ ) ve özel bir insan ( $t=4.296$ ;  $p=.000$ ) alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Bu durumda puan ortalamaları dikkate alındığında; sosyal medya kullanan yaşlıların ( $51.87\pm15.77$ ), kullanmayan yaşlılara ( $43.58\pm15.20$ ) göre toplam ölçek puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 4.10). Sosyal medya kullanan yaşlıların ( $19.50\pm6.11$ ) arkadaş alt ölçek puanları, sosyal medya kullanmayan yaşlılardan ( $16.98\pm6.53$ ) daha yüksektir (Tablo 4.10). Sosyal medya kullanan yaşlıların ( $12.50\pm8.76$ ) özel bir insan alt ölçek puanları, sosyal medya kullanmayan yaşlılardan ( $8.54\pm7.16$ ) daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 4.10). Ortalamalara bakıldığında sosyal medya kullanan yaşlıların algılanan sosyal destek düzeylerinin kullanmayan yaşlılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Yaşlıların sosyal medya kullanım durumlarına göre yaşlılarda yaşam kalitesi toplam puanları ile ( $t=3.955$ ;  $p=.000$ ) ve YYKÖ'nün özerklik ve memnuniyet algısı ( $t=4.886$ ;  $p=.000$ ) alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu durumda puan ortalamaları dikkate alındığında; sosyal medya kullanan yaşlıların ( $15.83\pm7.50$ ), kullanmayan yaşlılara ( $12.42\pm7.46$ ) göre toplam ölçek puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 4.10). Sosyal medya kullanan yaşlıların ( $12.36\pm6.91$ ), kullanmayan yaşlılara ( $8.60\pm6.46$ ) göre özerklik ve memnuniyet algısı alt ölçek puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 4.10). Buna göre sosyal medya kullanan yaşlıların yaşam kalitesi düzeylerinin de yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Yaşlıların sosyal medya kullanım durumları ile psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $t=8.753$ ;  $p=.000$ ). Bu kapsamda sosyal medya kullanan yaşlıların ( $38.74\pm8.31$ ), kullanmayan yaşlılara ( $30.85\pm7.33$ ) göre toplam ölçek puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 4.10). Ortalamalara bakıldığında sosyal medya kullanan yaşlıların psikolojik iyi oluş düzeyleri de yüksektir.

#### **4.2. Nitel Yöntemle Elde Edilen Bulgular**

Araştırmanın amacı doğrultusunda sosyal medya kullanan yaşlılar ile yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgular bu başlık altında sunulmuştur. Nitel

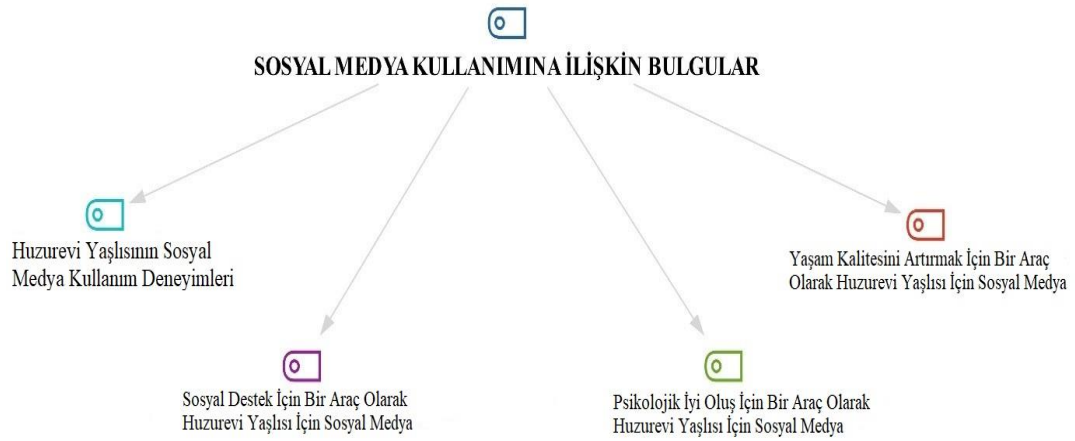
bulgular, yaşlı bireylerin sosyal medya kullanım deneyimleri, sosyal destek için bir araç olarak sosyal medya, psikolojik iyi oluş için bir araç olarak sosyal medya ve yaşam kalitesini artırmak için bir araç olarak sosyal medya ana temaları şeklinde dört başlık altında ele alınmıştır.

Araştırmada elde edilen nitel bulgular dört ana ve on dört alt tema altında ele alınmıştır. Ana temalar ile alt temalara Tablo 4.11’de yer verilmiştir.

**Tablo 4.11: Tema ve Alt Temalar**

Ana Tema	Alt temalar
Ana Tema I; Huzurevi yaşlısının sosyal medya kullanım deneyimleri	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Sosyal medya algısı</li><li>2. Sosyal medya ile ilk tanışma</li><li>3. Sosyal medyayı kullanım amaçları</li><li>4. Sosyal medya kullanımında yaşanan sorunlar</li><li>5. Sosyal medya kullanımında yaşanan sorunlara ilişkin çözüm önerileri</li></ol>
Ana Tema II; Sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Sosyal destek algısı</li><li>2. Sosyal destek sağlayan kişi veya kurumlar</li><li>3. Sosyal medya kullanımının sosyal destek için önemi</li></ol>
Ana Tema III; Psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Psikolojik iyi oluş algısı</li><li>2. Psikolojik iyi oluşu etkileyen kişiler veya kurumlar</li><li>3. Sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluş için önemi</li></ol>
Ana Tema IV: Yaşam kalitesini artırmak için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Yaşam kalitesi algısı</li><li>2. Yaşam kalitesini etkileyen kişi veya kurumlar</li><li>3. Sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi</li></ol>

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya kullanımına ilişkin yapılan görüşmelerin verileri incelendiğinde tematik olarak 4 ana tema ortaya çıkmıştır. Bu temalar; huzurevi yaşlısının sosyal medya kullanım deneyimleri, sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya, psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya ve yaşam kalitesini artırmak için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medyadır. Bütün ana temalar Şekil 4.1’de gösterilmektedir.



**Şekil 4.1: Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Ana Temalar (MAXQDA 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli)**

#### 4.2.1. Huzurevi Yaşlısının Sosyal Medya Kullanım Deneyimleri Ana Temasına İlişkin Bulgular

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya kullanımına ilişkin yapılan görüşmelerden elde edilen sonuçlar incelendiğinde; yaşlıların sosyal medya algısı, sosyal medya ile ilk tanışması, sosyal medyayı kullanım amaçları, sosyal medya kullanımında yaşadıkları sorunlar ve sosyal medya alanında yaşadıkları sorunlara ilişkin çözüm önerileri ön plana çıkmış olup Şekil 4.2.'de gösterilmektedir:



**Şekil 4.2: Sosyal Medya Kullanımına İlişkin Bulgular (MAXQDA 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli)**

##### 4.2.1.1. Sosyal Medya Algısı Alt Temasına İlişkin Bulgular

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya algılarına ilişkin elde edilen veriler kapsamında; yaşlıların büyük bir çoğunluğu, sosyal medyayı hem sesli hem görüntülü iletişim kurmak, sevdiklerinden haberdar olmak olarak ifade etti;

*Sosyal medya, yakınlarımla, arkadaşlarımla ve ailemle haberleşmek, iletişim kurmaktır. (G1-E-78)*

*Sosyal medya, arkadaşlarımdan ve dünyadan haberdar olmaktır. (G2-E-77)*

*Sosyal medya, yakınlarımla sürekli olarak iletişim kurmamı, onlarla yakınlaşmamı sağlıyor. (G3-E-81)*

*Sosyal medya insanlarla hem sesli hem de görüntülü iletişim kurmaktır. (G13-K-85)*

*Sosyal medya Twitter, Instagram ve Facebook üzerinden insanlarla iletişim kurmaktır. (G15-E-71)*

Bununla birlikte bazı yaşlıların sosyal medya sayesinde yakınlarıyla etkileşim kurduğunu, sosyal ilişkilerini geliştirdiğini, sosyalleştiğini, tanıdıklarını sosyal medyadan takip ettiğini ve paylaşımlarına yanıt vererek etkileşimde bulunduğunu ifade etti;

*Sosyal medya, akıllı telefon ve sosyal ilişkiler demektir. (G7-K-73)*

*Eski arkadaşlarımı takip etme şansım oluyor. (G2-E-77)*

*Video ve fotoğraf paylaşmak, bunları beğenmek ve yorum yapmaktır. (G13-EK-85)*

Huzurevinde kalan bazı yaşlıların, sosyal medyadan bilgi sahibi olduğunu, her türlü bilgiye istedikleri zaman aralığında, sosyal medya aracılığı ile erişebildiklerini, beğendiği video ve fotoğraflarla ilgili sosyal medyada paylaşımlarda bulunduğunu belirtti;

*Bilgi sahibi olmak, dünyanın o andaki durumu hakkında bilgi sahibi olmaktır. (G1-E-78)*

*Ayrıca sosyal medya her türlü bilgiye ulaşmak demektir. (G8-K-67)*

*Sosyal medya, istediğim bilgiye istediğim zamanda ulaşabilmektir. (G16-K-61)*

*Sosyal medya ailem ve arkadaşlarımla iletişim kurmak, onları takip etmek, paylaştıkları fotoğraflara ve videolara yorum yapmak, beğenmek istediğim fotoğrafları, videoları paylaşmaktır. (G10-K-67)*

Ek olarak huzurevindeki yaşlıların sosyal medya algıları incelendiğinde ise, bazı yaşlılar sosyal medya üzerinden gündemi takip ettiğini ifade ederken, yaşlıların çoğunluğu sosyal medyanın internet ve akıllı telefonla ilişkili olduğunu, sosyal

ilişkilerin sosyal medya aracılığı ile geliştiğini, sosyal medya platformlarından biri olan Facebook üzerinden yeni insanlarla tanıştıklarını ve diğer sosyal medya platformlarıyla birlikte sosyal çevreleriyle iletişim kurduklarını ifade etti;

*Sosyal medya, güncel haberleri dinlemek. (G12-E-78)*

*Sosyal medya, internet demektir. (G14-E-68)*

*Facebook'ta sevgili ve alışveriş yapmak, yeni insanlarla tanışmak. (G5-E-68)*

*Sosyal medya, akıllı telefon ve sosyal ilişkiler demektir. (G7-K-73)*

*Facebook, Instagram, Whatsapp ve TikTok'ta aile ve arkadaşlarla haberleşme ve iletişim kurmaktır. (G14-E-68)*

Son olarak huzurevinde kalan bir yaşlı, sosyal medyada güzel vakit geçirdiğini ifade ederken bir yaşlı da sosyal medyayı, dedikodu şeklinde tanımladı;

*Ayrıca sosyal medya güzel vakit geçirmektir. (G9-K-68)*

*Sosyal Medya, dedikodu demektir. (G8-K-67)*

#### **4.2.1.2. Sosyal Medya İle İlk Tanışma Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya ile ilk nasıl tanıştıklarına ilişkin elde edilen veriler incelendiğinde; çoğu yaşlının sosyal medya ile ilk kez akıllı telefon aracılığı ile tanıştığı ve sosyal medya kullanımını kendi kendilerine öğrendiği ön plana çıktı;

*Sosyal medya ile ilk akıllı telefon kullanmaya başlayınca tanıştım. (G1-E-78)*

*Sosyal medyayı 12 yıl önce akıllı telefon alınca kullanmaya başladım. (G3-E-81) 3)*

*Sosyal medyayı 2015 yılında akıllı telefon alınca kullanmaya başladım. (G9-K-68)*

*Sosyal medyayı kendim kullanmayı öğrendim. (G1-E-78)*

*Youtube kullanmayı da kendi kendime öğrendim. (G10-K-67)*

*Whatsapp'ı ise kullanmayı kendi kendime öğrendim. (G16-K-61)*

Huzurevinde kalan bazı yaşlılar ise sosyal medya kullanımını çocuklarından ve arkadaşlarından öğrendiklerini ifade etti;

*Facebook'tan sonra çocuklarım bana Whatsapp ve Youtube kullanmayı öğrettiler. (G2-E-77)*

*Kızım bana Facebook kullanmayı öğretti. (G9-K-68)*

*Facebook kullanmayı bana kızım öğretti 10 yıl önce. (G10-K-67)*

*Sosyal medya kullanmayı çocuklarım bana öğrettiler. (G13-K-85)*

*İlk önce Facebook kullandım. Facebook kullanmayı arkadaşlarım bana öğrettiler. (G12-E-78)*

*Sosyal medya kullanmayı arkadaşlarım bana öğretti. (G14-E-68)*

Son olarak huzurevinde kalan yaşlıların bir kısmı ise, sosyal medya kullanımını yeğenlerinden ve öğrencilerinden öğrendiğini ifade ederken, yaşlılardan biri huzurevinde kaldığı süreç içerisinde sosyal medya ve bilgisayar kullanımına dair bir eğitim verildiğini, sosyal medya kullanımını kurumda verilen bu eğitim sayesinde öğrendiğini ifade etti;

*Sosyal medya kullanmayı yeğenlerimden öğrendim. (G4-K-75)*

*Yeğenim bana önce Facebook daha sonra Instagram, Twitter ve Messenger kullanmayı öğretti. (G8-K-67)*

*Facebook kullanmayı öğrencilerim bana öğretti. (G6-E-81)*

*Huzurevinde 8 yıl önce internet, sosyal medya ve bilgisayar nasıl kullanılır eğitimi verildi, ben de sosyal medyayı bu eğitimle birlikte öğrendim. (G11-E-66)*

#### **4.2.1.3. Sosyal Medyayı Kullanım Amaçları Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlılar ile sosyal medya kullanımına dair yapılan görüşme sonrasında elde edilen veriler değerlendirildiğinde sosyal medyayı kullanım amaçları incelenmiş olup etkileşimde bulunmak, boş zamanların değerlendirilmesi, iletişim kurmak, bilgi edinmek, gündem ve içerik takibi ile iş için sosyal medyanın kullanımı ön plana çıktı.

Bu bağlamda yaşlıların çoğunluğu sosyal medyayı, aile ve arkadaş çevrelerinin neler yaptığını takip etmek, fotoğraf ve videolarını beğenmek, yorum yapmak ve etkileşimde bulunmak için kullandıklarını ifade etti;

*Sosyal medya bir haberleşme aracıdır. Çabuk haber almamı sağlıyor. Yakınlarımdan, dostlarımdan günlük haber almamı sağlıyor. Onların neler yaptıklarını sosyal medyadan takip ediyorum. Beğendiğim ve inandığım videoları paylaşıyorum. (G3-E-81)*

*Video ve fotoğraf paylaşmak amacıyla kullanıyorum. (G11-E-76)*

*Ailemin, arkadaşlarımdan, sevdiğim sanatçıların gönderilerini beğeniyorum ve yorum yapıyorum. (G4-K-75)*

*Sevdiğim videoları, şarkıların sözlerini paylaşmak, paylaşılan videolara ve fotoğraflara yorum yapmak ve beğenmek. (G10-K-67)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan bazı yaşlıların sosyal medyayı haberleşme aracı olarak kullandıkları ön plana çıktı. Bu bağlamda bazı yaşlılar, yakınlarından sosyal medya aracılığı ile haber aldığını, arkadaş gruplarıyla bilgi paylaşımları yaptıklarını ifade etmiş olup, sosyal medya aracılığı ile sevgili bulduklarını ve yeni insanlarla tanıştıklarını vurguladı;

*Sosyal medya bir haberleşme aracıdır. Çabuk haber almamı sağlıyor. Yakınlarımdan, dostlarımdan günlük haber almamı sağlıyor. Üniversite dönemindeki arkadaşlarımla Whatsapp grubumuz var. Bu gruptan haberleşiyoruz ve bilgi paylaşımları yapıyoruz. (G3-E-81)*

*Akrabalarımın ve arkadaşlarımdan yaşamlarından haberdar olmak için kullanıyorum. (G7-K-73)*

*Yeni insanlarla tanışmak için kullanıyorum. (G14-E-68)*

*Sosyal medyayı sevgili bulmak için kullanıyorum. (G5-E-68)*

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medyayı kullanım amaçlarından biri boş zamanların değerlendirilmesi olarak ön plana çıkmış olup, bazı yaşlılar boş zamanların değerlendirilmesi kapsamında, sosyal medyayı stres atmak, müzik dinlemek, alışveriş yapmak, eğlenmek ve iyi vakit geçirmek için kullandıklarını ifade etti;

*Boş zamanlarımı değerlendirmek için kullanıyorum. (G8-K-67)*

*Stres atmak. (G14-E-68)*

*Youtube'dan beğendim müzikleri dinliyorum. (G2-E-77)*

*Sosyal medyadan Türk sanat müziği dinliyorum. (G6-E-81)*

*Alışveriş yapmak. (G5-E-68)*

*Eğlenmek için kullanıyorum. (G16-K-61)*

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medyayı kullanım amaçlarından bir diğeri de iletişim kurmak ve bilgi edinmek olarak ön plana çıktı. Bu bağlamda yaşlılar, aileleri, akrabaları ve arkadaşlarıyla iletişim kurabilmek, onlardan haber alabilmek amacıyla sosyal medyayı kullandıklarını ifade etti ve görüntülü arama yoluyla iletişim kurduklarını belirtti;

*Ailemle, yakınlarımla ve arkadaşlarımla iletişim kurmak, onlardan haber almak. (G1-E-78)*

*Sosyal medyadan çocuklarım, torunlarım ve arkadaşlarımla iletişim kuruyorum, onlardan haberdar oluyorum. (G2-E-77)*

*Çocuklarımla, kardeşlerimle ve arkadaşlarımla iletişim kurmak, görüntülü konuşmak için kullanıyorum. Örneğin huzurevinde kalmayan arkadaşlarımla kahvelerimizi yapıyoruz ve birbirimizi görüntülü arayıp karşılıklı kahvelerimizi içiyoruz. Sanki yan yana ve birliktymişiz gibi. (G9-K-68)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan bazı yaşlılar ise, sosyal medya aracılığı ile bilgi edindiklerini, istedikleri bilgiye anında ulaşabildiklerini, gündemi, ekonomiyi, etkinlikleri ve sağlık ile ilgili bazı içerikleri takip ettiklerini ifade ederken bir yaşlı, sosyal medyayı iş için kullandığını, oyunculuk yaptığını ve sosyal medya aracılığı ile ajanslara fotoğraf ile videolarını gönderdiğini belirtti;

*Sosyal medyadan bilgi alıyorum, güzel vakit geçiriyorum. (G3-E-81)*

*İstediğim bilgiye anında ulaşabilmek. (G7-K-73)*

*Haberleri takip ediyorum, beğendiğim sayfaları takip ediyorum. (G3-E-81)*

*Etkinliklerden haberdar olmak, resim, heykel sergileri ve sinemadan haberdar olmak. (G4-K-75)*

*Ekonomiyi takip ediyorum. (G6-E-81)*

*Bilgi aramak, haberleri takip etmek. (G11-E-76)*

*Sağlıkla ilgili içerikleri takip etmek için kullanıyorum. (G1-E-78, G12-E-78)*

*Sosyal medyayı daha çok iş için kullanıyorum. Oyunculuk yapıyorum, ajanslara fotoğraflarımı gönderiyorum, oynayacağım rolü video çekip ajansa gönderiyorum. (G15-E-71)*

#### **4.2.1.4. Sosyal Medya Kullanımında Yaşanan Sorunlar Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlılar ile sosyal medya kullanımına dair yapılan görüşme sonrasında elde edilen veriler değerlendirildiğinde sosyal medya kullanımında yaşanan sorunlar ön plana çıktı. Bu bağlamda yaşlıların büyük bir çoğunluğu, internet sorunu yaşadıklarını, huzurevindeki internetin çok yavaş olduğunu, internetin çekmediğini bu nedenle sosyal medyada diledikleri kadar vakit geçiremediklerini ve sosyal medyaya gelen güncellemeleri takip edemediklerini ifade etmiş olup, kendi internet kullanımlarının sınırlı ve pahalı olmasından dolayı da ücretli internet sorunu ile karşılaştıklarını vurguladı;

*Sosyal medya kullanımı ile ilgili internet sorunu yaşıyorum. Huzurevinin interneti çok yavaş. Kaldığım odada modem yok. Sadece belli yerlerde modem var. İnternet çok yavaş olduğu için istediğim kadar sosyal medyada vakit geçiremiyorum. (G1-E-78)*

*Telefonumdaki internet de az olduğu için yetmiyor. (G8-K-67)*

*Kendi telefonumdaki internet de çok sınırlı ve pahalı olduğundan istediğim şekilde kullanamıyorum. (G12-E-78)*

*Kaldığım odada internet yok. İnternet olmadığı için de sosyal medyaya bağlanmak için huzurevinde internetin çektiği yerlere gidip bağlanabiliyorum. Telefonumdaki yani şahsıma ait internet de çok az olduğu için istediğim şekilde kullanamıyorum. (G16-K-61)*

*Sosyal medya kullanımı ile ilgili özellikle yeni güncellemeler olunca sorun yaşıyorum. Örneğin, Instagram'a yeni güncelleme gelince nereden hikâye ve fotoğraf paylaşacağımı bilmiyorum. (G3-E-81)*

*Örneğin Facebook ve Instagram'da yeni güncellemeler olduğu zaman zorlanıyorum. Huzurevinde de soracak kimse bulamıyorum. Odamda internet çok yavaş ve arada da kesiliyor. Telefonumdaki internet de sınırlı olduğu için sosyal medyayı istediğim kadar kullanamıyorum. Özellikle Youtube'dan*

*istediğim videoları izleyemiyorum. Kendim de çok fazla ücretli internet alamıyorum çünkü maddi olarak beni zorluyor. (G9-K-68)*

*Huzurevinde internet olmadığından istediğim zamanlarda sosyal medyayı kullanamıyorum, istediğim filmleri ve videoları izleyemiyorum. (G5-E-68)*

*Sosyal medya kullanımı ile ilgili sorun yaşıyorum. Huzurevinde internet çok yavaş. Huzurevinin her yerinde internet yok. Odamda internet çok yavaş ve arada kesiliyor. Bu yüzden istediğim kadar interneti kullanamıyorum. (G7-K-63)*

*Huzurevinin her yerinde internet çekmiyor. Odamda internet çok iyi çekmediğinden istediğim zaman sosyal medyaya giremiyorum. (G14-E-68)*

*Huzurevinin sadece belli yerlerinde modem var. Örneğin kantinde ve oturma salonlarında var. Odamda modem olmadığı için internet çok yavaş ve arada da kesiliyor. Kendi Telefonumdaki internet de az olduğu için sosyal medyayı istediğim kadar kullanamıyorum, istediğim videoları, filmleri, dizleri izleyemiyorum, müzikleri dinleyemiyorum. (G10-K-67)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan bazı yaşlılar ise sosyal medya kullanımında yaşanan sorunlar kapsamında sosyal medya platformlarının tüm özelliklerini bilmediklerini, bu nedenle sosyal medya kullanımını ile ilgili sorunlar yaşadıklarını vurguladı;

*Sosyal medya kullanımı ile ilgili sorunlar yaşıyorum. Örneğin Facebook'ta fotoğraf paylaşmayı bilmiyorum. Whatsapp'ın bütün özelliklerini kullanmayı bilmiyorum, Whatsapp'tan başkasına fotoğraf göndermeyi bilmiyorum. (G2-E-77)*

*Sosyal medya kullanımı ile ilgili bazen sorunlar yaşıyorum. Örneğin Whatsapp'tan konum nasıl atılır bilmiyorum. (G11-E-76)*

*Sosyal medyayı tam olarak kullanmayı bilmiyorum. (G14-E-68)*

#### **4.2.1.5. Sosyal Medya Kullanımında Yaşanan Sorunlara İlişkin Çözüm Önerileri Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlılar ile sosyal medya kullanımına dair yapılan görüşme sonrasında elde edilen veriler değerlendirildiğinde sosyal medya kullanımında yaşanan sorunlara ilişkin çözüm önerileri ön plana çıktı. Bu bağlamda yaşlıların büyük

bir çoğunluğu, sosyal medya kullanımına dair eğitimlerin verilmesini, huzurevinde internetin ücretsiz, kesintisiz ve hızlı olmasını, odalarına modemin takılmasını önerdiler;

*Sosyal medya kullanımı ile ilgili eğitim verilmesini istiyorum. (G2-E-77)*

*Sosyal medya kullanımı ile ilgili eğitimlerin verilmesini istiyorum. (G14-E-68)*

*Huzurevinde ücretsiz internetin olmasını istiyorum. (G5-E-68)*

*Odamda ve diğer odalarda ücretsiz ve hızlı internetin olmasını istiyorum. (G7-K-73)*

*İstediğim zaman ve istediğim kadar sosyal medyayı kullanmak için odamda kesintisiz internetin olmasını istiyorum. (G8-K-67)*

*Odamdaki interneti kesintisiz olmasını istiyorum. (G11-E-76)*

*Odamda modemin olmasını istiyorum. (G1-E-78)*

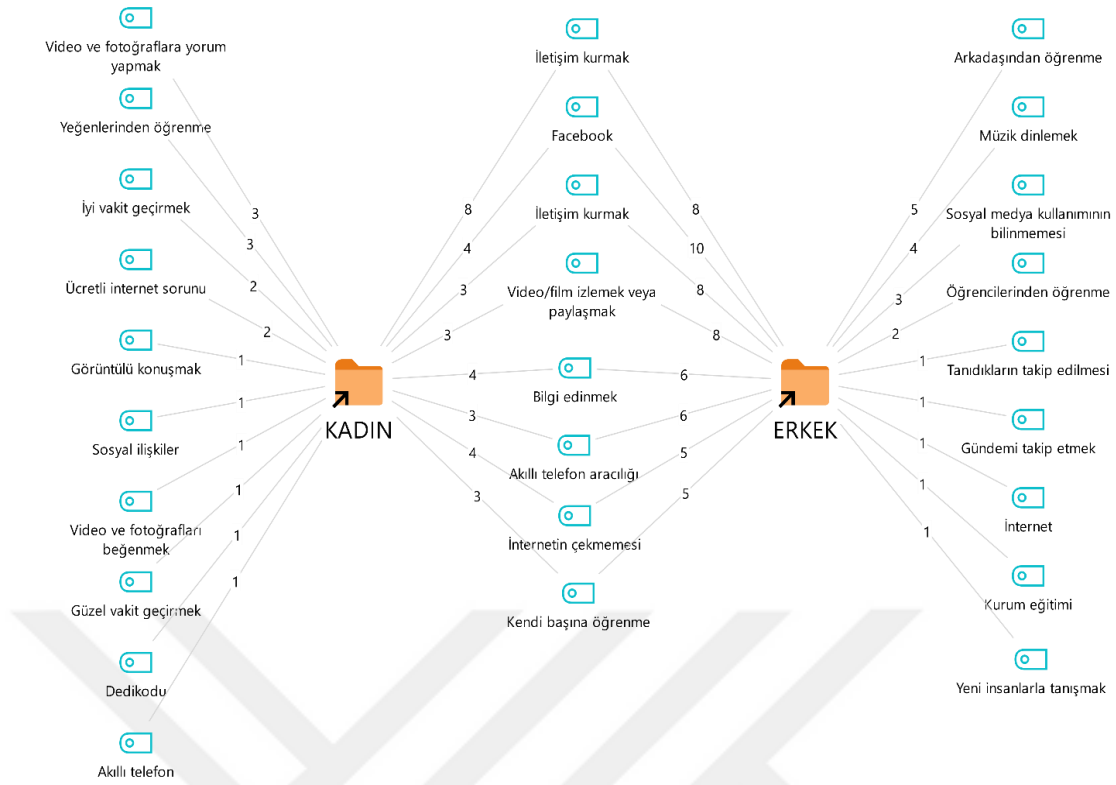
*Odamdaki internetin hızlı olmasını istiyorum. (G10-K-67)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan bazı yaşlılar ise, sosyal medya kullanımında zorlandıklarında danışabileceği birilerinin olmasını ve sosyal medya kullanımının basitleştirilmesini öneri arasında belirttiler;

*Zorlandığım zaman sorabileceğim birisinin olmasını istiyorum. (G9-K-68))*

*Sosyal medya kullanımı ile ilgili sorun yaşadığımda huzurevinde danışabileceğim birisinin olmasını istiyorum. (G11-E-76)*

*Sosyal medya kullanımı daha da basitleştirilmelidir. (G14-E-68)*



**Şekil 4.3: Cinsiyete Göre Benzerlik Veya Farklılık Gösteren Kodlar (MAXQDA 22-İki Vaka Modeli)**

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya kullanımları kapsamında elde edilen veriler incelendiğinde cinsiyete göre benzerlik veya farklılık gösteren kodlamalar ön plana çıkmıştır. Bu bağlamda kadın ve erkek yaşlıları, sosyal medya kullanımında benzer kodlamalarda, akıllı telefon aracılığı ile sosyal medya ile tanıştıklarını ve kendi kendilerine sosyal medyayı kullanmayı öğrendiklerini ifade ettiler. Ayrıca sosyal medyayı iletişim kurmak, video veya film izlemek, paylaşmak ve bilgi edinmek için kullandıklarını ifade ettiler. Huzurevinde kalan kadın ve erkek yaşlılar, sosyal medya kullanımında yaşadıkları sorunları benzer kodlamalarla internetin çekmemesi olarak vurguladılar.

Farklılık gösteren kodlamalar incelendiğinde ise, kadın yaşlılar sosyal medya kullanımına ilişkin bulgular kapsamında; sosyal medyayı akıllı telefon ve dedikodu olarak tanımlamıştır. Ayrıca kadın yaşlılar, sosyal medyayı güzel ve iyi vakit geçirmek, video ve fotoğrafları beğenmek ya da yorum yapmak, sosyal ilişkilerini geliştirmek ve görüntülü konuşmak için kullandıklarını ifade ettiler. Bununla birlikte sosyal medya kullanımını yeğenlerinden öğrendiklerini vurguladılar. Kadın yaşlılar

sosyal medya kullanımında yaşadıkları sorunu ise, internetin ücretli olması olarak vurguladılar.

Erkek yaşlılar ise kadın yaşlılara göre, sosyal medyayı internet olarak tanımlamıştır. Bununla birlikte sosyal medyayı kurum eğitiminden, arkadaşlarından veya öğrencilerinden öğrendiklerini belirttiler. Erkek yaşlılar sosyal medyayı, gündemi ve tanıdıklarını takip etmek, müzik dinlemek ve yeni insanlarla tanışmak için kullandıklarını ifade ettiler. Ayrıca sosyal medya kullanımında yaşadıkları sorunu da sosyal medya kullanımının bilinmemesi şeklinde dile getirdiler.

#### 4.2.2. Sosyal Destek İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya Ana Temasına İlişkin Bulgular

Sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medyayla ilgili yapılan görüşmelerden elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde; yaşlıların sosyal destek algıları, sosyal destek sağlayan kişi ve kurumlar ile sosyal medya kullanımının sosyal destek için önemi ön plana çıkmış olup Şekil 4.4'te gösterilmektedir.



Şekil 4.4: Sosyal Destek ve Sosyal Medya İlişkisi (MAXQDA 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli)

##### 4.2.2.1. Sosyal Destek Algısı Alt Temasına İlişkin Bulgular

Sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya ile ilgili gerçekleştirilen görüşmede elde edilen veriler değerlendirildiğinde yaşlıların sosyal destek algısı ön plana çıktı. Bu bağlamda yaşlıların çoğu sosyal desteği insanlara ihtiyaç duyduklarında maddi veya manevi yardım etmek olarak ifade etti;

*Sosyal destek, parasal yardım demektir. (G2-E-77)*

*Sosyal destek, ihtiyacı olan insanlara maddi ve parasal destek sağlamaktır. (G3-E-81)*

*Sosyal destek, yardım etmektir. Bir insana parasal ve duygusal olarak destek olmaktır. Başkalarının sorunlarını dinlemek, sorunlarına çözüm bulmak ve yardımcı olmaktır. (G4-K-75)*

*Sosyal destek, yardım kurumlarının ihtiyacı olan insanlara maddi ve manevi yardım sağlamasıdır. (G6-E-81)*

*Sosyal destek maddi olarak zor durumda kalındığında başkasından alınan parasal yardımdır. (G15-E-71)*

*Sosyal destek, başka insanlara yardım etmektir. (G16-K-61)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan bazı yaşlılar, sosyal destek algılarını, sorunların paylaşımı, iletişim kurmak, sosyalleşmek ve destek almak şeklinde ifade etti;

*Sosyal destek, zorlukları, sevinçleri, güzellikleri, problemleri insanlarla paylaşmak, onlardan destek almaktır. (G11-E-76)*

*Sosyal destek, aile ve arkadaşlarla sohbet etmek, onlarla mutluluğunu ve sorunlarını paylaşmaktır. (G12-E-78)*

*Sosyal destek, sosyalleşmek ve diğer insanlarla iletişim kurmaktır. (G7-K-73)*

*Sosyal destek, en yakınlarından zor zamanlarda destek almaktır. (G1-E-78)*

*Sosyal destek, çevremizdeki kişilerden yani aile, arkadaşlar ve akrabalarından maddi ve manevi destek almaktır. (G14-E68)*

#### **4.2.2.2. Sosyal Destek Sağlayan Kişi veya Kurumlar Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya ile ilgili gerçekleştirilen görüşmede elde edilen veriler değerlendirildiğinde yaşlıların sosyal destek aldığı kişi ve kurumlar ön plana çıktı. Bu bağlamda yaşlıların çoğu arkadaşlarından ve çocuklarından sosyal destek aldıklarını belirtirken bazı yaşlılar erkek arkadaşından ve eşinden destek aldığını ifade etti;

*Ben maddi zorluk yaşayınca iki kızımdan ve huzurevinde kalan arkadaşarımdan yardım alıyorum. Onlar bana yardımcı oluyorlar. Ayrıca bir problemim olduğunda, kendimi kötü hissettiğimde öncelikle iki kızım bana*

*destek olurlar. Ayrıca huzurevinde kalan arkadaşlarım sorunlarımın çözümünde bana psikolojik olarak destek olurlar. (G1-E-78)*

*Yardıma ihtiyaç duyduğum ya da sorunum olduğu zaman arkadaşlarımla paylaşıyorum. Sorunlarımı çocuklarımla değil arkadaşlarımla paylaşıyorum. Bir mutlu anım olduğu zaman çocuklarımla ve arkadaşlarımla paylaşıyorum. (G3-E-81)*

*Hastalandığımda çalışma yıllarımdaki ve lisedeki arkadaşlarım yanımda olurlar, hastaneye giderken bana eşlik ederler. (G4-K-75)*

*Berlin'de yaşayan bir arkadaşım var. Sorunlarımı, dertlerimi ve mutluluğumu onunla paylaşıyorum, beni dinliyor. (G5-E-68)*

*Maddi ya da duygusal desteğe ihtiyacım olduğu zaman çocuklarım ve eşim bana yardımcı olurlar. (G2-E-77)*

*Bir sorun yaşadığımda, kendimi iyi hissetmediğimde, yardıma ihtiyaç duyduğum zamanlarda kızlarımdan ve erkek arkadaşlarımdan destek alırım. (G10-K-67)*

*Benim bir sorunum olduğu ya da mutlu olduğum zaman, maddi desteğe ihtiyacım olduğunda kızıyla paylaşırım ve kızımdan destek alırım. (G16-K-61)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan yaşlıların bir kısmı da maddi ve manevi desteğe ihtiyaç duyduklarında kardeşlerinin, yeğenlerinin, torunlarının sosyal destek sağladığını ifade ederken yaşlılardan biri herhangi bir sorun yaşadığında gelininden ve damadından destek aldığını belirtti;

*Benim parasal ya da duygusal bir desteğe ihtiyacım olduğu zaman kız kardeşim ve yeğenlerim bana destek olurlar. Örneğin tek başıma tatile gitmeyi sevmiyorum. Kız kardeşim ve yeğenlerim ile tatile gidiyorum. Hastalandığım zaman kız kardeşim ve yeğenlerim bana destek olurlar. (G4-K-75)*

*Bir sorun yaşadığımda ya da kendimi zor durumda hissettiğimde kardeşlerim ve yeğenlerim bana destek olurlar. (G8-K67)*

*Kardeşlerim ve arkadaşlarım bana destek olurlar. Maddi desteğe ihtiyacım olduğunda çocuklarım, kardeşlerim ve arkadaşlarım bana destek olurlar. (G9-K-68)*

*Benim bir sorunum olduğunda arkadaşlarımla paylaşıyorum. Mutlu anlarımı ise çocuklarım ve torunlarımla paylaşıyorum. (G13-K-85)*

*Bir sorun yaşadığım zaman kızım, oğlum, damadım ve gelinimden destek alırım. (G14-K-68)*

Son olarak huzurevinde kalan bazı yaşlılar, sorun yaşadıklarında psikolog ve sağlık çalışanları gibi kurum personellerinden destek aldığını ve maddi destek sağlayan kurumlardan nakdi yardım desteği aldıklarını ifade ederken yaşlılardan biri herhangi bir sorunla karşılaştığında öğrencilerinden destek aldığını belirtti;

*Bazen de bir sorunum olduğunda huzurevinde çalışan psikologlardan ve sosyal çalışmacılardan destek alırım. (G1-E-78)*

*Psikolojik desteği hastanenin psikoloğundan alırım. (G7-K-73)*

*Maddi destek aldığım kurumlar da var. Örneğin yılda bir kez kaymakamlıktan maddi destek alıyorum. (G9-K-68)*

*Ben bir sorun yaşadığımda öğrencilerimden ve arkadaşlarımdan destek alırım. (G6-E-81)*

#### **4.2.2.3. Sosyal Medya Kullanımının Sosyal Destek İçin Önemi Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlılar ile sosyal medya kullanımının sosyal destek için önemine ilişkin gerçekleştirilen görüşmede elde edilen veriler değerlendirildiğinde yaşlıların sosyal medya kullanımının sosyal destek için önemi ön plana çıktı.

Bu bağlamda huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya aracılığı ile sosyal ilişkilerinin güçlendiği, bireylerin sosyal medya aracılığı ile sevdikleriyle iletişimlerinin sürdürebildiği ön plana çıktı. Bununla birlikte bazı yaşlılar, sosyal medya platformları aracılığıyla yeni insanlarla tanıştığını ve böylelikle yalnız kalmadıklarını, sevdikleriyle sosyal medya üzerinden iletişim kurarak sürekli görüşebildiklerini ifade ettiler;

*Sosyal medyadan kardeşlerim ve yeğenlerimle görüntülü konuşabiliyorum. Çünkü her zaman onlarla yüz yüze görüşemiyorum. Pandemide ailem ve yakınlarımla yüze görüşemedim. Sosyal medyadan onlarla istediğim saatte istediğim zamanda görüşebildim. (G8-K-67)*

*Facebook'tan yeni insanlarla tanışıyorum, onlarla sohbet ediyorum. Özellikle benzer ilgi alanına sahip olduğum insanlarla tanışıyorum. İstediğim kadar ailemle, yakınlarımla ve arkadaşlarımla iletişim kurabiliyorum. (G1-E-78)*

*Sosyal medyadan yeni insanlarla tanışıyorum. Örneğin ben matematik öğretmeniyim, matematikle ilgilenen yeni insanlarla sosyal medyadan tanışıyorum. Sosyal medya yalnız kalmamı sağlıyor. Sanki sürekli olarak sosyal yaşamın içerisindeymişim gibi hissediyorum. (G3-E-81)*

*Uzakta yaşayan arkadaşlarımla ve akrabalarımla sosyal medyadan görüşüyorum. İstanbul'da yaşayan akrabalarımla da sosyal medyadan sürekli olarak görüşüyorum. (G4-K-75)*

*Sosyal medyadan ablama, yeğenlerime, huzurevi dışındaki arkadaşlarıma daha hızlı ulaşabiliyorum. Çünkü istediğim zaman onlarla aynı ortama gelip görüşemiyorum. (G7-K-73)*

*Huzurevinde kaldığım için istediğim saatte ve zamanda çocuklarım ve arkadaşlarımla bir araya gelemiyorum. Sosyal medya çocuklarım ve arkadaşlarımla iletişimimi sürdürmemi sağlıyor. İstediğimde ailem, yakınlarım ve arkadaşlarımla sosyal medyadan görüşüyorum. Huzurevinde kalan arkadaşlarımla Whatsapp grubumuz var, Bu gruptan iletişim kuruyoruz, grupta güzel sözler, müzikler ve sağlıkla ilgili paylaşımlarda bulunuyoruz. (G9-K-68)*

*Sosyal medya, İstanbul dışında ve Londra'da yaşayan torunlarımla iletişim kurmamı sağlıyor. Çünkü onlarla her zaman yüz yüze görüşemiyorum. Sosyal medya ile istediğim zaman istediğim yerde onlarla görüşebiliyorum. Arkadaşlarımla da sosyal medya üzerinden istediğimde görüşebiliyorum. (G13-K-65)*

*Facebook'tan yeni insanlarla tanışıyorum, onlarla sohbet ediyorum. Pandemi sürecinde ailem, akrabalarım ve arkadaşlarımla fiziksel ortamda bir araya*

*geliş görüşemedim. Onlarla Whatsapp'tan görüntülü olarak görüştim. (G16-K-61)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan yaşlılar sosyal çevreleriyle sosyal medya platformları sayesinde etkileşimde bulduklarını, birbirlerinden haberdar olduklarını, sosyal medyadan birbirlerini takip ettiklerini belirtti;

*Sosyal medya aracılığıyla yakınlarımla, ailemle, arkadaşlarımla her gün iletişim kurduğum için sürekli onlardan haber alıyorum. (G3-E-81)*

*Sosyal medyadan kardeşlerimin, yeğenlerimin ve arkadaşlarımla paylaşımlarını takip ediyorum. Onlar da benim paylaşımlarımı takip ediyorlar. Birbirimizden bu şekilde haberdar olabiliyoruz. (G8-K-67)*

*Sosyal medyadan huzurevinde kalan arkadaşlarımla takip ediyorum. Arkadaşlarımla huzurevindeki etkinliklerde çektiğimiz fotoğrafları ve videoları sosyal medyadan paylaşıyoruz. Arkadaşlarımla sosyal medyadan haberleşiyoruz. Bu da ilişkilerimizi ve iletişimi güçlendiriyor. (G13-K-85)*

*Sosyal medyadan kızlarıma ve torunlarıma daha çabuk ulaşabiliyorum. Facebook'tan ve Instagram'dan kızlarımla ve torunlarımla takip ediyorum, onların paylaştıkları fotoğrafları beğeniyorum, onlarla sürekli iletişim halinde oluyorum. (G10-K-67)*

Ek olarak huzurevinde kalan bazı yaşlılar sosyal medya platformları üzerinden eski arkadaşlarının veya öğrencilerinin telefon numaralarını alarak iletişim kurduklarını belirtti;

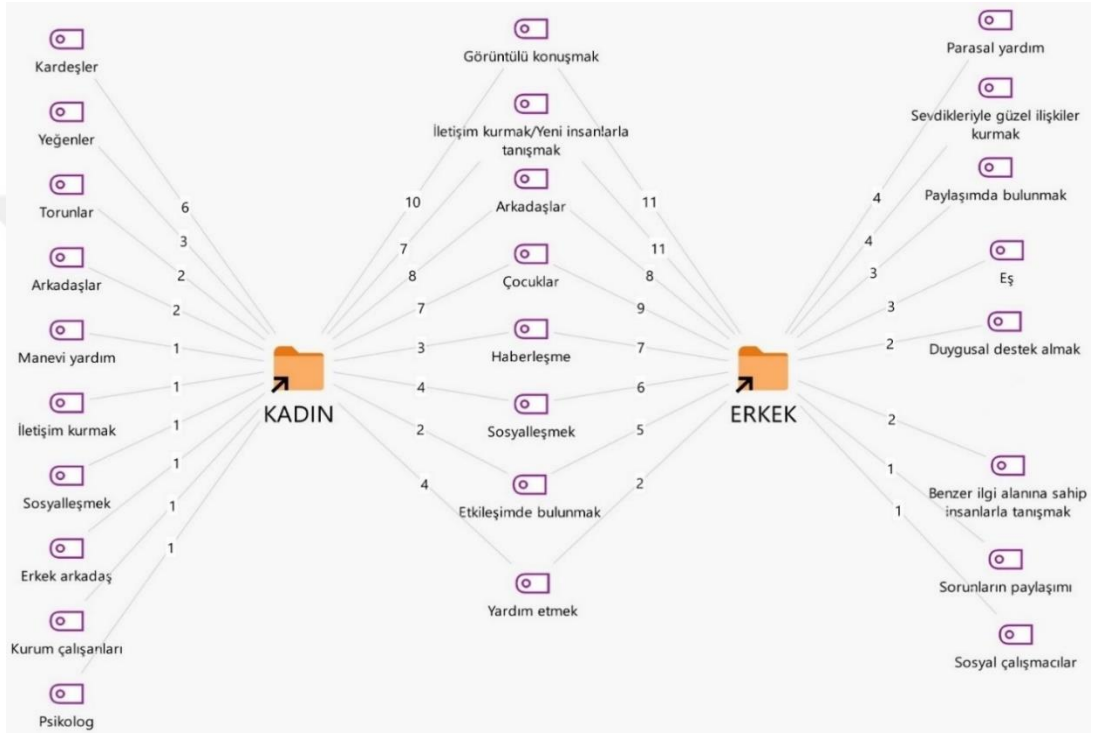
*Facebook'tan eski arkadaşlarımla ve öğrencilerimin telefon numaralarını alıyorum ve onlarla iletişim kuruyorum. (G3-E-81)*

*Facebook'tan eski arkadaşlarımla buluyorum, onların telefon numaralarını alıyorum ve onlarla telefonla görüşebiliyorum. (G1-E-78).*

Son olarak, huzurevinde kalan bazı yaşlılar sosyal medya platformları aracılığıyla sosyal yaşamın içindeymiş gibi hissettiklerini vurguladı;

*Sosyal medya yalnız kalmamı sağlıyor. Sanki sürekli olarak sosyal yaşamın içerisindeymişim gibi hissediyorum. (G3-E-81).*

*Sosyal medyadan huzurevinde kalmayan arkadaşlarımla iletişim kuruyorum, arkadaşlarımı takip ediyorum, onlardan haberdar oluyorum, yeni insanlarla tanışıyorum, onlarla arkadaşlık kuruyorum ve sohbet ediyorum, sevdiğim sayfaları takip ediyorum, onların paylaşımlarını beğeniyorum ve yorum yapıyorum, böylece sosyal yaşamın içindeymişim gibi hissediyorum. (G15-E-71)*



**Şekil 4.5: Cinsiyete Göre Benzerlik Veya Farklılık Gösteren Kodlar (MAXQDA 22-İki Vaka Modeli)**

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında elde edilen veriler incelendiğinde cinsiyete göre benzerlik veya farklılık gösteren kodlamalar ön plana çıkmıştır. Bu bağlamda kadın ve erkek yaşlılar, sosyal destek algılarını benzer kodlamalarda, sosyalleşmek, paylaşımında bulunmak ve yardım etmek şeklinde ifade ettiler. Bununla birlikte kadın ve erkek yaşlılar arkadaşlarının ve çocuklarının sosyal destek sağladığını vurguladılar. Ayrıca sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında elde edilen veriler incelendiğinde ise, kadın ve erkek yaşlılar benzer kodlamalarla, sosyal medyanın sosyal çevreleriyle haberleşme imkânı sağladığını, insanlarla etkileşimde

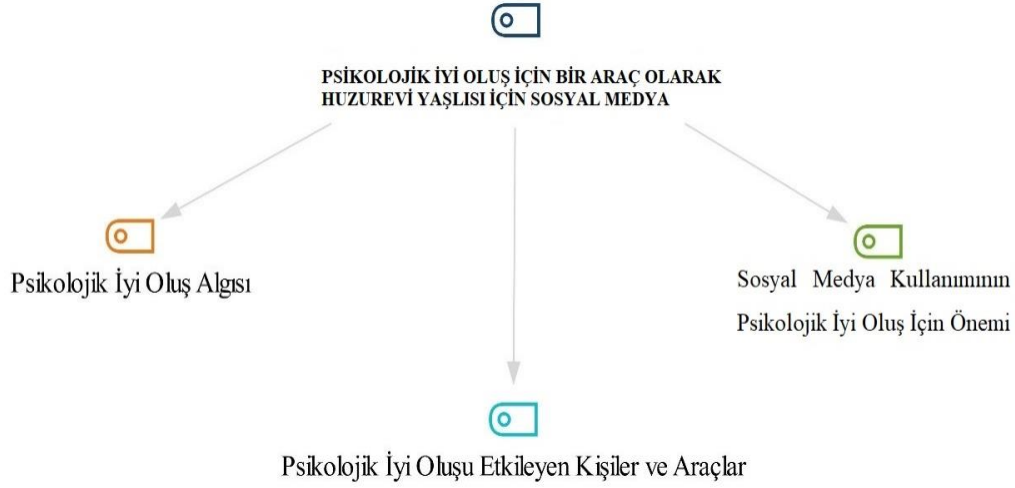
bulunulduğunu, yeni insanlarla tanışma fırsatı elde ettiğini, görüntülü başta olmak üzere iletişim kurma fırsatı sağladığını ifade ettiler.

Farklılık gösteren kodlamalar incelendiğinde ise, sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında kadın yaşlılar sosyal desteği, sosyalleşmek, iletişim kurmak ve manevi yardımda bulunmak olarak tanımladılar. Ayrıca arkadaşlarının, erkek arkadaşlarının, torunlarının, kardeşlerinin, yeğenlerinin ve psikolog gibi kurum çalışanlarının kendilerine sosyal destek sağladıklarını belirttiler.

Erkek yaşlılar ise kadın yaşlılara göre sosyal desteği, paylaşımda bulunmak, duygusal destek almak ve parasal yardım olarak tanımladılar. Bununla birlikte sosyal desteği, sosyal çalışmacılardan ve eşlerinden aldıklarını ifade ettiler. Ayrıca sosyal destek için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında erkek yaşlılar kadın yaşlılara göre, sosyal medyanın benzer ilgi alanlarına sahip yeni insanlarla tanışma fırsatı sağladığını belirttiler. Bununla birlikte sevdikleriyle güzel ilişkiler kurma fırsatı ve yaşadıkları sorunların sevdikleriyle paylaşılmasını sağlamak gibi etkileri olduğunu da sözlerine eklediler.

#### **4.2.3. Psikolojik İyi Oluş İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya Ana Temasına İlişkin Bulgular**

Psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya ile ilgili yapılan görüşmelerden elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde; yaşlıların psikolojik iyi oluş algıları, psikolojik iyi oluşu etkileyen kişiler veya araçlar ile sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluş için önemi ön plana çıkmış olup Şekil 4.6'da gösterilmektedir.



**Şekil 4.6: Psikolojik İyi Oluş İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya (Maxqda 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli)**

#### **4.2.3.1. Psikolojik İyi Oluş Algısı Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında gerçekleştirilen görüşmelerden elde edilen veriler değerlendirildiğinde; yaşlılar psikolojik iyi oluş algılarını iyi ve sağlıklı olmak ile sosyal ilişkilerinin iyi olması şeklinde ifade etti.

Bu bağlamda huzurevinde kalan yaşlılar, psikolojik iyi oluş algılarını, ruhsal olarak iyi olmak, her açıdan mutlu ve huzurlu olmak, canlı kalmak, neşeli olmak, her şeyi kafaya takmamak şeklinde ifade etmiş olup yaşama sevinçlerinin olmasını, morallerinin iyi olmasını ve her işlerinin yolunda gitmesini psikolojik iyi oluş algıları kapsamında vurguladı;

*Psikolojik iyi oluş, ruhsal olarak iyi olmaktır. (G6-E-81)*

*Psikolojik iyi oluş her açıdan iyi ve huzurlu olmaktır. Yani sosyal ve ruhsal yönden iyi olmaktır. İnsanların sorunlarının olmaması, kendisinin, ailesinin ve yakınlarının sağlıklı olmasıdır. (G14-E-68)*

*Psikolojik iyi oluş, bir insanın her işinin yolunda gitmesi ve mutlu olmasıdır. (G1-E-78)*

*Psikolojik iyi oluş, şen şakrak olmak, gamsız ve neşeli olmaktır. (G2-E-77)*

*Psikolojik iyi oluş, moral, sevmek, sevilmek, yaşam sevinci ve yaşama isteği demektir. (G10-K-67)*

*Psikolojik iyi oluş, insanın huzurlu olmasıdır, ruh sağlığının yerinde olmasıdır. (G7-K-73)*

*Psikolojik iyi oluş, moralin yerinde olması, her şeyi kafaya takmamak, hayatın her anlamı ile yolunda olmasıdır. (G5-E-68)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan bazı yaşlılar, psikolojik iyi oluş algılarını, insanların çevresi ile ilişkisinin iyi olması, sosyal yönden iyi olmak, hayatı ve yaşamı sevmek, sevilmek, fiziksel yönden de sağlıklı olmak şeklinde ifade etti;

*Psikolojik iyi oluş, insanın çevresi ile ilişkisinin, sosyal ilişkilerinin iyi olmasıdır, huzurlu olmaktır. (G11-E-76)*

*Her insanın kendisinin mutlu olması, ailesi, arkadaşları ve akrabalarıyla iletişiminin ve ilişkisinin iyi olmasıdır. (G12-E-78)*

*Psikolojik iyi oluş, huzurlu olmaktır, maddi sıkıntının olmaması, sosyal yönden iyi olmak ve fiziksel olarak sağlıklı olmaktır. (G15-E-71)*

*Psikolojik iyi oluş, insanların dışa dönük olmalarıdır. İnsanın ruhsal olarak iyi olmasıdır. (G4-K-75)*

*Psikolojik iyi oluş insanın canlı kalmasıdır. Hayatı ve yaşamı sevmektir. Mutlu olmaktır. (G3-E-81)*

*Psikolojik iyi oluş insanların her zaman iyi olması, insanlara saygı duyulması, sevilmek, sevmek ve sosyal ilişkilerin iyi olmasıdır. (G13-K85)*

*Psikolojik iyi oluş, huzurlu olmaktır, maddi sıkıntının olmaması, sosyal yönden iyi olmak ve fiziksel olarak sağlıklı olmaktır. (G15-E-71)*

#### **4.2.3.2. Psikolojik İyi Oluş Algısını Etkileyen Kişiler veya Araçlar Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlıların psikolojik iyi oluş algısını etkileyen kişiler ve araçlar kapsamında elde edilen veriler değerlendirildiğinde; yaşlıların çoğunluğu psikolojik iyi oluş algılarını arkadaşlarının etkilediğini, arkadaşlarıyla sık sık bir araya gelemediklerini ancak sosyal medya platformları üzerinden sürekli iletişim halinde olduklarını, morallerinin bozuk olduğu dönemlerde arkadaşlarıyla sosyal medya aracılığıyla sık sık iletişim kurduklarını ifade etti. Bununla birlikte yaşlılardan biri,

erkek arkadaşının el işi yapma konusunda kendisini cesaretlendirdiğini ve destek olduğunu belirtti;

*Sosyal medya, arkadaşlarımla ilişkilerimizin ve iletişimimizin devam etmesini sağlamaktadır. Yaşım gereği ve maddi nedenlerden dolayı arkadaşlarımla çok sıklıkla bir araya gelip görüşemiyorum. Onlarla Facebook'tan ve Whatsapp'tan görüşüyorum, bir sorunum olunca onlarla paylaşıyorum. Örneğin, ben motor kullanıyorum. Motor ya da elektronik bir ürün alacağım zaman Facebook'ta bende ekli olan arkadaşlarıma sorarım, onlarla bilgi alışverişinde bulunurum. Elektronik ürünleri nerede alacağımı sorarım. Onlar da bana yardımcı olurlar. (G5-E-68)*

*Erkek arkadaşım el işi yapma konusunda beni motive eder. Huzurevinin korosundayım, erkek arkadaşım gitarıyla bana eşlik eder. (G10-K-67)*

*Benim biricik kızım ve huzurevi dışındaki arkadaşlarımla çok güzel ilişkilerim var. Onlarla iletişim kurmak, sohbet etmek, yemeğe gitmek, yürüyüş yapmak, bir araya gelmek beni iyi hissettiriyor. Küçük kızım ve arkadaşlarımla Whatsapp'tan görüntülü konuşuyorum, onlarla sosyal medyadan istediğim zaman mesajlaşıyorum, görüntülü konuşuyorum, istediğim zaman onlara ulaşabiliyorum. (G12-E-78)*

*Moralim bozursa arkadaşlarımla sosyal medyadan iletişim kuruyorum, arkadaşlarıma sorunumu anlatıyorum, onlar da bana çözüm önerileri sunuyorlar. (G15-E-71)*

Ek olarak huzurevinde kalan bazı yaşlılar ise, psikolojik iyi oluş algılarını çocuklarının, yeğenlerinin, torunlarının ve kardeşlerinin etkilediğini, onlarla sorunlarını ve mutluluklarını paylaştığını ve maddi-manevi destek aldığını ifade ederken, yaşlılardan biri ise psikolojik iyi oluş algılarını öğrencilerinin etkilediğini belirtti;

*Sorunlarımı ve mutluluğumu çocuklarımla, torunlarımla ve arkadaşlarımla paylaşıyorum. (G13-K-85)*

*Benim bir sorunum ve mutlu anım olunca küçük kızım ile paylaşırım, onunla sohbet ederim. O bana yardımcı olur. (G16-K-61)*

*Kız kardeşim ve yeğenlerimle sorunlarımı paylaşıyorum ya da onlardan maddi ve psikolojik destek alıyorum. Onlar hayatımda çok önemli bir yere sahiptirler. (G4-K-75)*

*Daha önce burs verdiğim öğrencilerim, şuan burs verdiğim öğrencilerim, arkadaşlarım, ablamın kızıyla iyi bir iletişimim var. Onlarla geliştirdiğim olumlu ilişkiler beni mutlu ediyor. (G6-E-81)*

*Sorunlarımı ve mutluluğumu çocuklarımla, torunlarımla ve arkadaşlarımla paylaşıyorum. (G13-K-85)*

#### **4.2.3.3. Sosyal Medya Kullanımının Psikolojik İyi Oluş İçin Önemi Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluş için önemi kapsamında elde edilen veriler değerlendirildiğinde; yaşlıların çoğunluğu sosyal medyada boş zamanlarında ya da kendilerini iyi hissetmedikleri zamanlarda videolar izlediklerini ifade etti;

*Kendimi iyi hissetmediğim zamanlarda Youtube'dan komik videolar izliyorum. Bu da bana iyi geliyor. (G4-K-75)*

*Sosyal medyadan kişisel gelişim ve insan ilişkileri ile ilgili bilgi ve eğitim içerikli videoları, komik videoları izliyorum. Böylece mutlu oluyorum. (G6-E-81)*

*Stresli anlarımda ya da karamsar olduğumda Youtube'dan komik videolar izliyorum. (G11-E-76)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan yaşlıların çoğu, sosyal medya aracılığı ile kendini geliştirdiğini, ilgilendiği alanlara ilişkin sayfaları kolaylıkla takip edebildiğini, gideceği yerleri önceden sosyal medya aracılığı ile araştırdığını ve bilgi edindiğini belirtti;

*Facebook'tan takip ettiğim sayfalardan bilgi ediniyorum. Bu da beni mutlu ediyor. (G1-E-78).*

*Facebook ve Instagram'dan kaldığım huzurevine yakın restoranları, parkları, gidilebilecek güzel yerlere bakabiliyorum. Ayrıca buralarla ilgili yapılan yorumlara bakabiliyorum. Sosyal medyadan oturduğum yerden bu yerlerle ilgili bilgi alabiliyorum. (G3-E-81)*

*Ben uzay bilimlerini ve tarihi çok seviyorum, Youtube'dan bunlarla ilgili videolar izliyorum, Facebook'tan da ilgi alanıma giren gruplara üye oluyorum, bu grupları takip ediyorum, gruptaki paylaşımları görebiliyorum, bu paylaşımlara yorum yapıp beğenebiliyorum. (G11-E-76)*

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluş için önemi kapsamında elde edilen veriler değerlendirildiğinde; bazı yaşlılar, sosyal medya platformlarından biri olan Youtube üzerinden sesli kitaplar dinlediğini, bilgi içerikli belgeselleri ya da videoları izleyerek vakit geçirdiğini ifade etti;

*Youtube'dan sesli kitaplar dinliyorum. Gözlerimden rahatsız olduğum için sürekli olarak kitap okuyamıyorum. Bu nedenle Youtube'dan istediğim kitapları sesli dinleyebiliyorum. (G2-E-77)*

*Sosyal medyadan kişisel gelişim ve insan ilişkileri ile ilgili bilgi ve eğitim içerikli videoları, komik videoları izliyorum. Böylece mutlu oluyorum. (G6-E-81)*

*Astronomi ile ilgileniyorum. Youtube'dan bununla ilgili videolar ve bilgi içerikli belgeseller izliyorum. Facebook'tan takip ettiğim sayfalardan bilgi ediniyorum. (G1-E78)*

Yaşlıların sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluş için önemi kapsamında elde edilen veriler değerlendirildiğinde; bazı yaşlıların, sosyal medya aracılığıyla sevdikleriyle istediği anda iletişime geçebildiğini, sevdikleriyle kurdukları iletişimden dolayı kendilerini iyi hissettiği, sosyal medya platformları üzerinden paylaşımlarda bulduklarını ve insanların paylaşımlarını beğenmeleri ya da yorum yapmaları sonucunda kabul gördüklerini belirtti;

*Sosyal medya ailem ve arkadaşarımla olan ilişkilerimi daha da güçlendiriyor. Sosyal medyadan istediğim zaman onlarla iletişim halindeyim, onların paylaştığı fotoğrafları ve videoları beğeniyorum. Onlar da benim paylaştıklarımı beğeniyorlar. Böylece çevrem, arkadaşarımla ve ailem tarafından kabul gördüğümü hissediyorum. (G8-K-67)*

*Resim ve el işi yapmayı çok seviyorum. Yaptığım resimleri ve el işlerini Instagram'da paylaşıyorum, beğeni alınca da ya da yorum yapılmıca çok mutlu oluyorum, diğer insanlar tarafından kabul gördüğümü hissediyorum. (G9-K-68)*

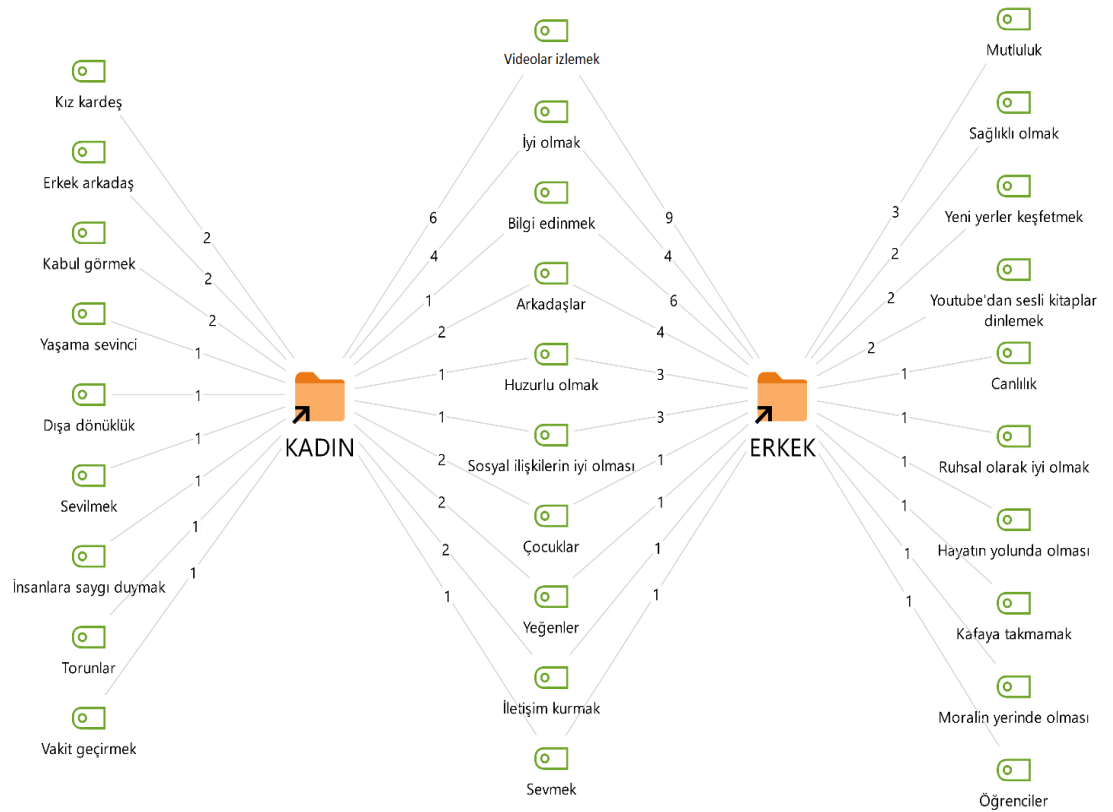
Huzurevinde kalan bazı yaşlılar ise, kendilerini iyi hissetmediği zamanlarda sosyal medyada vakit geçirdiklerini, sosyal medya platformları ile stres attıklarını, sosyal medya platformları üzerinden komik videoları birbirleriyle paylaşarak etkileşimde bulduklarını ifade etti;

*Sorunlarımı ve mutluluğumu çocuklarımla, torunlarımla ve arkadaşlarımla paylaşıyorum. Onlarla sosyal medyada güzel vakit geçirmek beni iyi hissettiriyor. (G13-K-85)*

*Günlük düzenli olarak gazete alır okurum, Whatsapp ve Facebook'ta vakit geçirince stres atıyorum. (G15-E-71)*

*Instagram, TikTok, Whatsapp ve Facebook'ta vakit geçirmek can sıkıntısına iyi geliyor. (G14-E-68)*

*Bazen de arkadaşlarım komik videoları sosyal medyadan benimle paylaşıyorlar, ben de bu videoları izleyip eğleniyorum. (G15-E-71)*



**Şekil 4.7: Cinsiyete Göre Benzerlik Veya Farklılık Gösteren Kodlar (MAXQDA 22- İki Vaka Modeli)**

Huzurevinde kalan yaşlıların psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında elde edilen veriler incelendiğinde cinsiyete göre

benzerlik veya farklılık gösteren kodlamalar ön plana çıkmıştır. Bu bağlamda kadın ve erkek yaşlılar, psikolojik iyi oluş algılarını iyi ve huzurlu olmak, sevmek ve sosyal ilişkilerinin iyi olması şeklinde ifade ettiler. Bununla birlikte kadın ve erkek yaşlılar, psikolojik iyi oluş algılarını arkadaşlarının, çocuklarının ve yeğenlerinin etkilediğini belirttiler. Ayrıca psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında elde edilen veriler incelendiğinde ise, kadın ve erkek yaşlılar benzer kodlamalarla, iletişim kurmak, bilgi edinmek, dizi, film veya videolar izlemelerinde etkisi olduğunu ifade ettiler.

Farklılık gösteren kodlamalar incelendiğinde ise, psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında kadın yaşlılar psikolojik iyi oluş algısını, yaşama sevinci, insanlara saygı duymak, sevmek ve dışa dönük olmak şeklinde ifade ettiler. Bununla birlikte psikolojik iyi oluş algılarını, erkek arkadaşlarının, kız kardeşlerinin ve torunlarının etkilediğini dile getirdiler. Ayrıca psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında kabul gördüklerini, sosyal medyada vakit geçirdiklerini dile getirdiler.

Erkek yaşlılar ise kadın yaşlılara göre psikolojik iyi oluş algısını, canlılık, mutlu ve sağlıklı olmak, ruhsal açıdan iyi olmak, hayatın yolunda ve moralin yerinde olması, kafaya takmamak şeklinde ifade ettiler. Bununla birlikte öğrencilerinin psikolojik iyi oluş algılarına etkisi olduğunu belirttiler. Ayrıca psikolojik iyi oluş için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya kapsamında yeni yerler keşfettiklerini ve Youtube'dan sesli kitaplar dinlediklerini vurguladılar.

#### **4.2.4. Yaşam Kalitesini Artırmak İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya Ana Temasına İlişkin Bulgular**

Yaşam kalitesini artırmak için bir araç olarak huzurevi yaşlısı için sosyal medya ile ilgili yapılan görüşmelerden elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde; yaşlıların yaşam kalitesi algıları, yaşam kalitesini etkileyen kişiler veya araçlar ile sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi ön plana çıkmış olup Şekil 4.8'de gösterilmektedir.



**Şekil 4.8: Yaşam Kalitesini Artırmak İçin Bir Araç Olarak Huzurevi Yaşlısı İçin Sosyal Medya (MAXQDA 22- Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli)**

#### 4.2.4.1. Yaşam Kalitesi Algısı Alt Temasına İlişkin Bulgular

Huzurevinde kalan yaşlıların yaşam kalitesi algıları kapsamında elde edilen veriler değerlendirildiğinde; yaşlıların çoğunluğu yaşam kalitesi algılarını, ekonomik yönden iyi olmak ve sağlıklı olmak şeklinde ifade etti. Bu bağlamda yaşlılar, yaşam kalitesinin ekonomik olarak iyi olmaktan ve sağlıklı olmaktan geçtiğini belirtti;

*Yaşam kalitesi, parasal ve sağlık açısından iyi olmaktır. (G14-E-68)*

*Yaşam kalitesi, üzüntülerden uzak olmaktır. (G1-E-78)*

*Yaşam kalitesi, fiziksel, ruhsal ve ekonomik olarak iyi olmaktır. (G2-E-77)*

*Yaşam kalitesi, bir insanın sağlıklı olmasıdır. (G3-E-81)*

*Yaşam kalitesi, mutlu yaşamak, çevre ile iyi iletişim kurmak, fiziksel ve ruhsal olarak sağlıklı olmaktır. (G4-K-75)*

*Yaşam kalitesi, ekonomik olarak iyi düzeyde olmaktır. (G12-E-78)*

Huzurevinde kalan bazı yaşlılar yaşam kalitesi algılarını etkileşimde bulunmak ve faaliyetlere katılmak şeklinde ifade etmiş olup yaşam kalitesini sosyal ilişkilerinin iyi olması, sevdikleriyle paylaşımda bulunulması, çevredekilerle güzel ilişki kurması, özgürce yaşayabilmesi, istediği şeylere istediği zamanda ulaşabilmesi olarak vurguladı;

*Yaşam kalitesi, daha mutlu yaşamak, ekonomik olarak iyi standartlarda yaşamak, faaliyetlere katılmak ve sosyal olmaktır. (G10-K-67)*

*Yaşam kalitesi, bir insanın çevresindeki insanlarla güzel ilişkiler kurmasıdır. (G16-K-61)*

*Yaşam kalitesi, ekonomik olarak iyi olmak, bir şeyler öğrenebileceğiniz kişilerle konuşmaktır, kendini özgürce ifade etmektir. (G6-E-81)*

*Yaşam kalitesi, sağlıklı olmak, herhangi bir maddi sıkıntının olmaması, gezip dolaşmak, özgürce yaşayabilmektir. (G15-E-71)*

*Yaşam kalitesi, hayal ettiğin yerde istediğin gibi yaşamaktır. Ekonomik olarak iyi olmaktır. (G5-E-68)*

*Yaşam kalitesi, istenilen şeye istenilen zamanda ulaşabilmektir. Sosyal ilişkilerin, maddi durumun ve sağlık durumunun iyi olmasıdır. (G11-E-76)*

#### **4.2.4.2. Yaşam Kalitesi Algısını Etkileyen Kişi veya Araçlar Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlıların yaşam kalitesi algılarını etkileyen kişiler ve araçlar kapsamında elde edilen veriler değerlendirildiğinde; yaşlıların çoğunluğu arkadaşlarının yaşam kalitesi algılarını etkilediğini, sorunlarını arkadaşlarıyla paylaştığını ve böylelikle iyi hissettiğini ifade etti;

*Huzurevindeki arkadaşlarımla sorunlarımı konuşabiliyorum, günlük sohbetler ediyorum. Bu da beni iyi hissettiriyor. (G1-E-78)*

*Facebook'tan ve Whatsapp'tan arkadaşlarımla iletişimim sürekli devam etmektedir, istediğim zaman onlarla konuşabiliyorum. (G5-E-68)*

*Huzurevindeki arkadaşlarımla sohbet etmek, iletişim kurmak beni iyi hissettiriyor. (G7-K-73)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan bazı yaşlılar zor durumda kaldıklarında çocuklarının, akrabalarının, yeğenlerinin, torunlarının maddi ve manevi olarak yanında olduklarını, destek olduklarını ve yaşam kalitesi algılarını etkilediklerini ifade ederken; yaşlılardan biri sosyal medya aracılığı ile öğrencileriyle de iletişime geçtiğini belirtti;

*Zor durumlarımda çocuklarım, arkadaşlarım ve akrabalarım bana yardımcı olurlar. Bana destek olurlar. (G9-K-68)*

*Kızlarım ve torunlarım beni arayıp sorarlar, gerektiğinde bana maddi destek olurlar. Kendimi mutsuz hissettiğimde onlarla paylaşıyorum. (G10-K-67)*

*Sosyal ilişkilerim iyi olduğunda, sevdiğim arkadaşlarım ve küçük kızım beni aradıkları zaman ya da huzurevine beni ziyarete geldikleri zaman, onlarla birlikte gezmeye ve yemeğe gitmek onlarla iletişim kurmak, sohbet etmek, sorunlarımı ve mutluluğumu paylaşmak beni iyi hissettiriyor. (G12-E-78)*

*Kardeşim, yeğenlerim ve arkadaşlarımla ilişkilerim çok iyi. Onlardan her türlü desteği alıyorum. (G4-K-75)*

*Bir sorunum olduğu zaman kız kardeşim ve yeğenlerimle paylaşıyorum, onlarla sohbet ediyorum, onlardan destek alıyorum. (G7-K-73)*

*Kızlarım ve torunlarım beni arayıp sorarlar, gerektiğinde bana maddi destek olurlar. Kendimi mutsuz hissettiğimde onlarla paylaşıyorum. (G10-K-67)*

*Sosyal medyadan öğrencilerimle, yeğenimle ve arkadaşlarımla bulunduğum yerden iletişim kuruyorum. (G6-E-81)*

#### **4.2.4.3. Sosyal Medya Kullanımının Yaşam Kalitesi İçin Önemi Alt Temasına İlişkin Bulgular**

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi kapsamında elde edilen veriler değerlendirildiğinde; yaşlıların çoğunluğu iletişim kurmanın yaşam kaliteleri için önemli olduğunu, sosyal medya aracılığı ile sevdikleriyle iletişim kurmanın daha ekonomik olduğunu ifade etti;

*Sosyal medyayla ailem, arkadaşlarım ve akrabalarımla istediğim zaman görüşebiliyorum, görüntülü olarak da görüşüyorum, daha sık iletişim kuruyorum. Sosyal medya üzerinden iletişim kurmak daha ucuz oluyor benim için. Sosyal medya kullanmadan önce ailemi, yakınlarımı ve arkadaşlarımı sık sık arayamıyordum, çünkü telefon faturası daha yüksek geliyordu ve ödemekten zorluk yaşıyordum. Whatsapp'tan görüşünce ekstra bir ücret ödememe gerek yok. (G11-E-76)*

*Uzakta yaşayan arkadaşlarımla ve akrabalarımla çok sıklıkla bir araya gelemiyorum. Onlarla sosyal medyadan görüşüyorum. Onları sosyal medyadan takip ediyorum. (G12-E-78)*

*Ailem, akrabalarım ve arkadaşlarımla telefonla ya da yüz yüze görüşmek daha pahalı oluyor. Sosyal medyadan iletişim kurmak benim için daha ekonomik oluyor. (G13-K-85)*

*Çocuklarımla akrabalarım ve arkadaşlarımla istediğim zaman yüz yüze görüşemiyorum. Sosyal medyadan onlarla görüşmek hem daha ekonomik oluyor hem de istediğim zaman onlarla görüşebiliyorum. (G16-K-61)*

Huzurevinde kalan bazı yaşlılar, sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi değerlendirildiğinde, yaşlılar ilgi duydukları alanlarla ilgili etkinlikleri takip ettiğini, yaşadıkları sağlık sorunlarına ilişkin bilgi edindiklerini, araştırma yaptıklarını ve doktorlarla sosyal medya aracılığı ile iletişime geçtiklerini ifade etti;

*Facebook'ta takip ettiğim etkinlikler var, bu etkinlikleri takip ediyorum ve bu etkinliklerden haberdar oluyorum ve daha sonra bu etkinliklere katılabiliyorum. (G5E-68)*

*Dizlerimde protez var ve daha önce kolon kanseri olmuştum. Bu sağlık sorunlarımla ilgili doktorları Instagram'dan takip ediyorum ve sağlığım ile ilgili bilgi alıyorum. Diğer hastaların yapmış olduğu yorumlara da bakınca sadece kendimin hasta olmadığını, benim gibi hasta olan insanların da olduğunu görüyorum. Bu konuda kendimi yalnız hissetmiyorum. Instagram'da doktora sağlığım ile ilgili sorular sorabiliyorum ve cevap alabiliyorum. (G8-K-67)*

*Sağlıkla ilgili takip ettiğim sayfalar var, burada sağlığım ile ilgili sorular soruyorum, yapılan yorumları okuyorum. (G14-E-68)*

*Sağlıkla ilgili bilgi ediniyorum. Örneğin ben kalp hastasıyım ve bel fıtığım var. Bu hastalıklarımla ilgili takip ettiğim doktorlar var. Sosyal medyadan doktorlara sorular sorabiliyorum. (G1-E-78)*

*Sağlıkla ilgili bazı bilgileri sosyal medyadan araştırıyorum ve oradan bilgiler alıyorum. (G12-E-78)*

Bununla birlikte huzurevinde kalan bazı yaşlılar, sosyal medyada videolar izleyerek vakit geçirdiklerini, boş zamanlarını sosyal medya platformlarında değerlendirdiklerini, eğlendiklerini, sosyal medya aracılığıyla sevdikleriyle daha rahat ve daha sık iletişim kurduklarını, böylelikle iletişimlerinin sürekliliğinin olduğunu,

sosyalleştiklerini, alışveriş yaptıklarını ifade etti ve bütün bunların yaşam kalitesi için önemli olduğunu vurguladı.

*Ailemin, akrabalarımın ve arkadaşlarımla Facebook'ta ya da Instagram'da paylaştıkları fotoğraflara, videolara bakıyorum, beğeniyorum ya da yorum yapıyorum. (G11-E-76)*

*Kızlarımla ve arkadaşlarımla paylaştıkları fotoğrafları ve videoları beğeniyorum, yorum yapıyorum. (G12-E-78)*

*Çocuklarımla arkadaşlarımla ve akrabalarım paylaştığım videolara ve fotoğraflara yorumlar yapıyorlar, beğeniyorlar ben de onların paylaşımlarına yorum yapıyorum ve beğeniyorum. (G16-K-61)*

*Sosyal medyada güzel vakit geçiriyorum, eğleniyorum. Facebook'tan eski arkadaşlarımla iletişime geçiyorum, onlarla görüşüyorum, bu da sosyal ilişkilerimi olumlu etkiliyor. (G15-E-71).*

*Sosyal medyadan eğlenceli videolar izliyorum ve stres atıyorum. (G14-E-68).*

*Uzakta yaşayan arkadaşlarımla ve akrabalarımla çok sıklıkla bir araya gelebilirim. Onlarla sosyal medyadan görüşüyorum. Onları sosyal medyadan takip ediyorum. (G12-E-78)*

*Sosyal medyadan bilgi ediniyorum, eğleniyorum, yeni şeyler öğreniyorum. Bu da beni geliştiriyor. (G6-E-81)*

*Sosyal medya arkadaşlarımla görüşmemi ve iletişimimi sürdürmemi daha çok kolaylaştırdı ve sosyal ilişkilerimi güçlendirdi. (G7-K-73)*

*Sosyal medyada sosyalleşiyorum. (G4-K-75)*

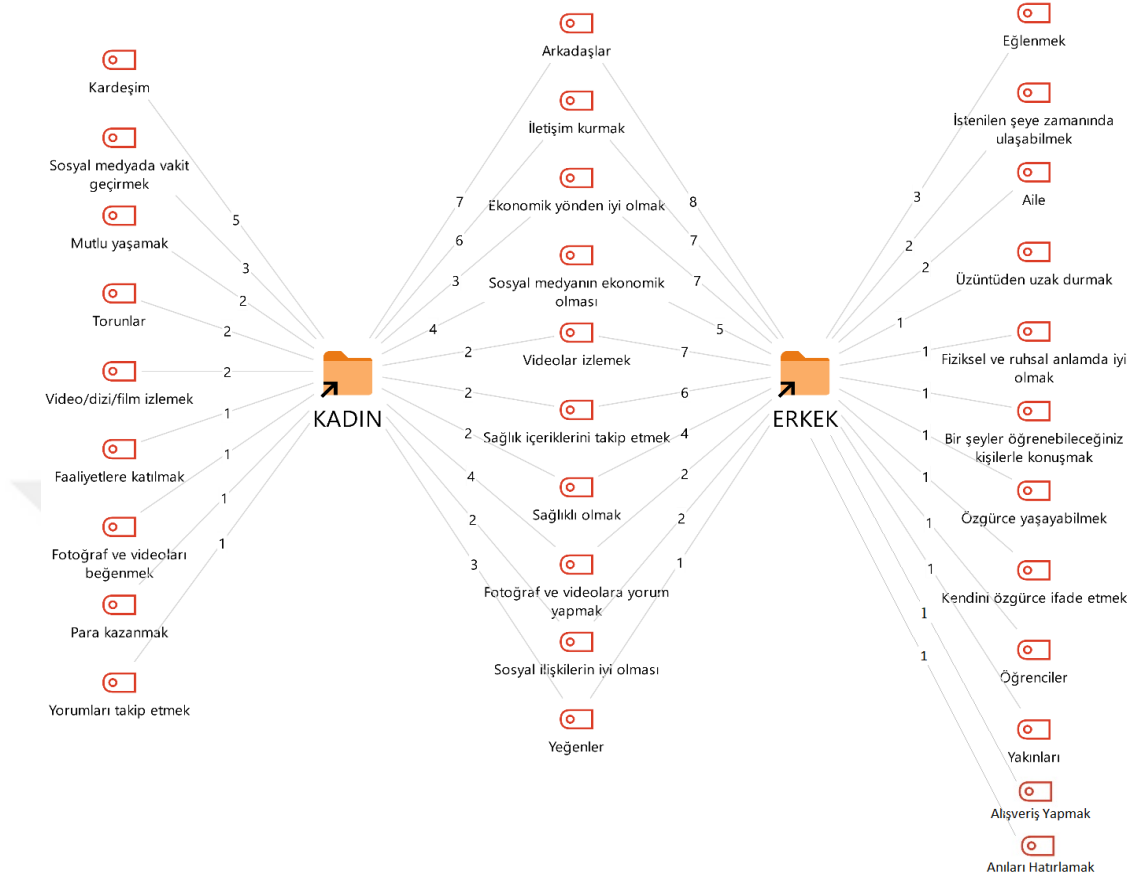
*Facebook'tan alışveriş yapıyorum. (G1-E-78)*

*Youtube'dan komik video, dizi ve film izleyerek boş zamanlarımı değerlendiriyorum. (G3-E-81)*

Huzurevinde kalan yaşlılardan birisi sosyal medyadan paylaştığı fotoğraflar ile anılarını hatırladığını, bir diğeri ise sosyal medya aracılığı ile para kazandığını belirtti;

*Çocukluk ve gençlik fotoğraflarımı Facebook'ta paylaşıyorum. Anılarımı hatırlamak için Facebook'tan bu resimlere bakıyorum. (G12-E-78)*

*Yaptığım resim ve el işlerini Instagram'da paylaşıyorum ve burada satış yapıyorum, para kazanıyorum. (G9-K-68).*



**Şekil 4.9: Cinsiyete Göre Benzerlik Veya Farklılık Gösteren Kodlar (MAXQDA 22- İki Vaka Modeli)**

Huzurevinde kalan yaşlıların sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi kapsamında elde edilen veriler incelendiğinde cinsiyete göre benzerlik veya farklılık gösteren kodlamalar ön plana çıkmıştır. Bu bağlamda kadın ve erkek yaşlılar, yaşam kalitesi algılarını ekonomik yönden iyi olmak, sağlıklı olmak, sosyal ilişkilerinin iyi olması şeklinde ifade ettiler. Bununla birlikte yaşam kalitelerini yeğenlerinin ve arkadaşlarının etkilediğini belirttiler. Ayrıca kadın ve erkek yaşlılar sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi kapsamında ise, sosyal medyanın ekonomik olduğunu ve daha rahat ve daha sık iletişim kurabildiklerini, sosyal medya platformlarında paylaşılan fotoğraf ve videolara yorum yaptıklarını, sağlık içeriklerini takip ettiklerini, videolar izlediklerini dile getirdiler.

Farklılık gösteren kodlamalar incelendiğinde ise, sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi kapsamında kadın yaşlılar yaşam kalitesi algılarını, mutlu yaşamak ve faaliyetlere katılmak şeklinde ifade ettiler. Bununla birlikte erkek yaşlılardan farklı olarak, yaşam kalitelerini, torunlarının ve kardeşlerinin etkilediğini belirttiler. Sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi kapsamında, video, dizi veya film izleyerek sosyal medyada vakit geçirebildiklerini, paylaşılan fotoğraf ve videoları beğendiklerini, yorumları takip ettiklerini ve sosyal medya aracılığı ile para kazandıklarını dile getirdiler.

Erkek yaşlılar ise kadın yaşlılara göre yaşam kalitesi algılarını, fiziksel ve ruhsal açıdan iyi olmak, üzüntüden uzak durmak, istenilen şeye zamanında ulaşabilmek, bir şeyler öğrenebilecekleri insanlarla iletişim kurmak, özgürce yaşayabilmek ve kendini özgürce ifade etmek olarak ifade ettiler. Bununla birlikte erkek yaşlılar kadın yaşlılardan farklı olarak ailelerinin, yakınlarının ve öğrencilerinin yaşam kalitelerini etkilediğini belirttiler. Ayrıca sosyal medya kullanımıyla eğlendiklerini, alışveriş yaptıklarını ve paylaştıkları fotoğraflarla anılarını hatırladıklarını belirtmiş olup sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemini vurguladılar.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde ilk önce araştırma sürecinde uygulanan ölçekler ile derinlemesine yapılan görüşmelerin sonuçları alanyazın doğrultusunda tartışılmış, daha sonra ise elde edilen sonuçlar ile uygulamaya ve gelecek çalışmalar için araştırmacılara önerilerde bulunulmuştur.

#### 5.1. Tartışma

Yaşlı nüfus, günümüzde çoğu gelişmiş ülke için bir gerçekliktir. Örneğin, Almanya’da 2050 yılında nüfusun %30’undan fazlasını 65 yaş ve üstü bireylerin oluşturacağı öngörülmektedir. Ülkelerin bu demografik değişimi, sağlık hizmeti sağlayıcıları, hükümet ve toplum açısından zorluklara neden olmaktadır. Bu tür zorluklar sadece sağlık hizmeti sağlama açısından parasal maliyetleri kapsamamakta ve aynı zamanda yaşlı bireylere yönelik diğer sosyal faydaların yanı sıra, onları hem fiziksel hem de bilişsel olarak aktif tutmanın yollarını bulmak ve yaşlıların yaşam kalitesini artıracak destek hizmetleri tasarlamaktır. Ayrıca yapılan araştırmalar, sosyal temasların azalmasının ve sosyal aktivitelere katılım eksikliğinin yaşlılarda işlevsellik kaybı riskini artırdığını, sosyal ağlardan sağlanan duygusal desteğin ise yaşlıları işlevsel tutabildiğini saptamıştır (Goswami, vd., 2010: 2).

Son zamanlarda, yaşlıların fiziksel ve maddi sınırlarını aşma ve sosyal ilişki kurma yollarından biri sosyal medya, yani çevrimiçi ilişkiler inşa etmektir. Sosyal medyanın temel amacı, kullanıcıların internet ya da cep telefonu aracılığıyla bir sosyal ağ oluşturmasına imkân sağlamasıyla oluşan sosyal destektir. Çevrimiçi sosyal ilişkiler, sadece yaşlıların çevresiyle ve arkadaşlarıyla iletişim kurmasına olanak tanımakla kalmaz, aynı zamanda yaşlıların yaşlılıklarından zevk almanın yollarını bulmalarına ve yaşam kalitelerini iyileştirmelerine yardımcı olmaktadır (Nam, 2021: 4591). Daha yaşlı yetişkinlikte (60+ yaş) ilişkiler, yaşam memnuniyetini, yaşam kalitesini ve pozitif ruh sağlığını desteklemede önemli bir rol oynamaktadır. Sosyal medya, yaşlılara, özellikle yüz yüze sosyal destek biçimlerini daha az erişebilir kılan hareketlilik ve coğrafi engellerle karşılaşan yaşlılara anlamlı ilişkiler kurma ve sürdürme konusunda büyük bir fırsat sağlamaktadır (Brewer, vd., 2021: 1).

Bu araştırmada da sosyal medya kullanan yaşlılar ile kullanmayan yaşlıların psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kaliteleri karşılaştırılmış ve sosyal medyanın yaşlılarca nasıl tanımlandığı ve deneyimlendiğı araştırılmaktadır.

Yaşlıların sosyal medya kullanım durumlarına ilişkin özellikleri değerlendirildiğinde; yaşlı bireylerin büyük çoğunluğunun sosyal medyaya telefon ile bağlandığı bulunmuştur. Araştırmanın bu bulgusu, Sunay ve Harmancı (2022: 50) ile Khuhro, Memon ve Fatima (2023: 10) tarafından yapılan çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Dolayısıyla bu bulgunun, literatürdeki çalışmaların sonuçlarıyla tutarlı olduğu görölmektedir. Bu bulgu, cep telefonunun bilgisayara göre daha ucuz olması, hem sesli konuşma hem de internete bağlanma özelliğinin olması ve taşınmasının daha kolay olması nedeniyle yaşlılar tarafından tercih edildiğıyle açıklanabilir.

Yaşlı bireyler tarafından en çok kullanılan sosyal medya uygulamasının Whatsapp olduğu tespit edilmiştir. Ancak literatürde yapılan araştırmalar incelendiğinde, yaşlıların en çok Facebook'u kullandığı bildirilmiştir. (Kalınkara ve Sarı 2019: 15; Teng ve Joo 2017: 737; Ugalde, Acosta ve Carvallo, 2023: 5908). Dolayısıyla çalışmanın bu bulgusu, literatürdeki diğer çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermemektedir. Yaşlı bireylerin Whatsapp kullanımına ilgisinin diğer sosyal medya uygulamalarına göre daha fazla olmasının nedeni, daha fazla güvenlik sağlaması ya da kullanımının daha kolay olması olabilir (Habibi, vd., 2020: 461). Ayrıca araştırmada elde edilen bu sonuç, çalışmanın COVID-19 sürecinde yapılmış olmasına bağlanabilir. Çünkü COVID-19 sürecinde en riskli gruplardan birisini oluşturan yaşlı bireylerin pandeminin olumsuz etkilerinden korunması için birtakım kısıtlamalar getirilmiştir. Pandemi sürecinde aileleri, yakınları ve arkadaşlarıyla yüz yüze görüşemeyen yaşlıların bu süreçte sadece internet yoluyla hem görüntülü hem de sesli, ücretsiz arama, mesajlaşma, dosya, fotoğraf ve video gönderme özelliği bulunan Whatsapp'ı daha fazla tercih ettiklerini göstermektedir.

Araştırmanın nicel deseninde sosyal medya kullanan yaşlı bireylerin çoğunluğunun, sosyal medyada günlük geçirdiğı sürenin 1 saatten az olduğu tespit edilmiştir. Nitel desende elde edilen bulguda ise yaşlıların büyük bir çoğunluğu, huzurevindeki internetin çok yavaş olduğunu, internetin çekmediğini, kendi telefonlarındaki internetin de pahalı ve sınırlı olduğunu bu nedenle de sosyal medyada istedikleri kadar vakit geçiremediklerini ifade etmişlerdir. Bu kapsamda yaşlıların sosyal medyaya bağlanma konusunda internetin önemli bir sorun teşkil ettiğı söylenebilir. Nicel

desende elde edilen bu bulgu, huzurevlerindeki internetin çok yavaş olması ya da internetin çekmemesi ile ilişkilendirilebilir. Kalıncara ve Sarı (2019: 11) tarafından yapılan çalışmada da benzer şekilde yaşlıların çoğunluğunun sosyal medya uygulamalarını günlük bir saatten az kullandıkları saptanmıştır. Başka bir çalışmada ise yaşlı bireylerin sosyal medyada ortalama 2 saat vakit geçirdikleri tespit edilmiştir (Sümer, 2017: 175). Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusuyla ilgili alanyazında farklı sonuçların mevcut olduğu görülmektedir.

Araştırmada yaşlı bireylerin çoğunluğunun sosyal medyayı ailesi, yakınları ve arkadaşlarıyla iletişim kurmak için kullandıkları tespit edilmiştir. Araştırmanın bu bulgusu, nitel desende elde edilen bulgularla paralellik göstermektedir. Nitel desende elde edilen bulgularda, yaşlıların çoğunluğu sosyal medyayı, aile ve arkadaş çevrelerinin neler yaptığını takip etmek, video ve fotoğraflarını beğenmek ve yorum yapmak için kullandıklarını belirtmişlerdir. Bu bulgu, huzurevinde kalan yaşlı bireylerin ailelerinden, yakınlarından ve arkadaşlarından ayrı ve uzak olmaları, COVID-19 pandemisine bağlı olarak getirilen kısıtlamalar nedeniyle dışarı çıkmalarının sınırlandırılmış olmasının bir sonucu olarak yorumlanmıştır. Habibi, vd., (2020: 458) İran'da yaptıkları çalışmada da benzer şekilde yaşlıların büyük bir çoğunluğunun sosyal medyayı iletişim kurmak için kullandıklarını saptamıştır. Goswami, vd., (2010: 4) tarafından yapılan çalışmada yaşlı bireylerin sosyal medyayı yeni çevrimiçi bağlar oluşturmak ve mevcut bağları sürdürmek için kullandıkları, Kalıncara ve Sarı (2019: 16) tarafından yapılan çalışmada ise yaşlıların sosyal medyayı, içerik paylaşımında bulunmak için kullandıkları tespit edilmiştir. Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusuyla ilgili literatürde farklı sonuçların olduğu görülmektedir.

Araştırmada yaşlıların büyük bir çoğunluğunun aile üyeleri, akrabaları ve arkadaşlarıyla görüştüğü ve çoğunluğunun görüşme yöntemi olarak sosyal medyayı tercih ettiği bulunmuştur. Literatüre bakıldığında, yaşlı bireylerin aile üyeleri ve arkadaşlarıyla iletişim kurmak ve sosyal bağlantıları sürdürmek için sosyal medyayı kullandıkları belirtilmektedir (Cotten, Schuster ve Seifert, 2022: 8; Coto, vd., 2017: 67). Dolayısıyla bu bulgunun literatürle paralellik gösterdiği görülmektedir. Yaşlılıkla birlikte fiziksel kısıtlılık artmakta ve ekonomik gelirdede azalma görülmektedir. Bu nedenle de yaşlıların yakınları, arkadaşları ve aile üyeleriyle yüz yüze görüşmeleri sınırlı olmaktadır. Dolayısıyla bu bulgu, yaşlıların aile üyeleri, yakınları ve

arkadaşlarıyla iletişim kurmak için hem görüntülü konuşma özelliği bulunan hem de daha ucuz olan sosyal medyayı tercih ettiklerini göstermektedir.

Yaşlıların Sosyo-demografik özelliklerine göre çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği puanları değerlendirildiğinde; araştırmada kadınların algılanan sosyal destek düzeyleri ile aile ve arkadaştan algılanan sosyal destek düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatüre bakıldığında, algılanan sosyal destek ile cinsiyet arasındaki ilişkiyle ilgili yapılan çalışmalar, erkeklerin sosyalleşme süreçlerinde otonomi, bağımsızlığını ve kendine güveni önemseydiği, bu nedenle algılanan sosyal destek kullanımının ve gelişiminin engellenebileceği belirtilmiştir. Erkeklerle özgü olan özelliklerin kişinin problemlerini başkasıyla paylaşmasını ve problemleri için yardım istemesini zorlaştırdığı ileri sürülmektedir. Kadınların ise duyarlı, problemlerini başkaları ile paylaşan ve sıcak özellikte olmaları sebebiyle sosyal destek sistemlerini daha rahat kullanabildikleri belirtilmektedir (Altıparmak, 2009: 163). Ayrıca bu bulgunun, literatürdeki bazı çalışmaların sonuçları ile benzerlik gösterdiği görülmektedir (Ali ve Hazarika, 2016: 447-448; Özçürmez, 2018: 123).

Araştırmada 71-80 yaş grubunda bulunan yaşlıların sosyal desteklerinin 60-70 ile 81 ve üstü yaş grubunda yer alan yaşlılara göre daha yüksek olduğu, 60-70 yaş grubunda yer alan yaşlıların ise aileleri tarafından sağlanan sosyal desteklerinin 71-80 ile 81 ve üstü yaş grubunda bulunan yaşlılara göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, yaşın ilerlemesiyle birlikte yaşlı bireylerin bir başkasına özellikle de aile üyelerine daha bağımlı hale geldikleri bu nedenle de aile üyeleri aracılığıyla aldıkları desteğin de bu oranda arttığı şeklinde yorumlanabilir. Son zamanlardaki demografik değişiklikler (aile modelleri nedeniyle evliliğin azalması, boşanma ve birlikte yaşamamanın artması) ciddi aile parçalanmalarını ve ailenin bakım rolünün azaldığını vurgulamaktadır. Literatüre göre, bunun yaşlılara özellikle de işlevsel kısıtlamaları ve sağlık sorunları olan en yaşlı kişilere sosyal destek sağlaması açısından çok önemli sonuçları bulunmakta ve bu da özellikle emeklilikten sonra meydana gelen sosyal ilişkilerdeki azalmayı daha fazla etkilemektedir (Melchiorre, vd., 2013: 4-5). Yuvakgil (2017: 45) yaptığı araştırmada yaşlı bireylerin yaşı arttıkça sosyal destek düzeylerinin azaldığını tespit etmiştir. Özçelik (2017: 25) tarafından yapılan çalışmada ise yaşlıların yaşlarının sosyal destek düzeyleri üzerinde etkili olmadığı bulunmuştur. Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusuyla ilgili literatürde farklı sonuçların olduğu görülmektedir.

Araştırmada evli olan yaşlıların aileleri tarafından sağlanan sosyal desteğin bekar, eşi vefat etmiş ve boşanmış yaşlılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulguyu, evli yaşlıların genellikle eşleri ile birlikte huzurevinde kalmaları ve eşlerin birbirlerine destek olmaları ile ilişkilendirilerek yorumlamak mümkündür. Eşi vefat etmiş yaşlıların aileleri tarafından sağlanan sosyal desteğin bekar yaşlılardan daha yüksek, boşanmış yaşlıların ise aileleri tarafından sağlanan sosyal desteğin eşi vefat etmiş yaşlılardan daha düşük olduğu saptanmıştır. Sosyal destek, aile, eş ve arkadaşlar tarafından sağlanan manevi ve maddi desteği kapsamaktadır. Yapılan araştırmalarda evli olup eşile birlikte yaşayan yaşlıların sosyal destek düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır (Altıparmak, 2009: 163). Brezilyalı yaşlı bireylerle yapılan çalışmada da benzer şekilde evli ya da düzenli bir partnere sahip olan yaşlıların sosyal destek düzeylerinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir (Patrão, Alves ve Neiva 2018: 198). Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusunun literatürdeki çalışmalarla paralellik gösterdiği görülmektedir.

Araştırmada eğitim durumu lise altı olan yaşlıların sosyal destek düzeylerinin eğitim durumu lise ve lise üstü olan yaşlılardan daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Eğitim durumu lise ve lise üstü olan yaşlıların özel bir insan alt ölçek puanlarının eğitim durumu lise altı olan yaşlılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Alanyazındaki bazı çalışmalara bakıldığında yaşlı bireylerin eğitim seviyesi yükseldikçe algıladıkları sosyal desteğin de arttığı görülmektedir (Tooper, 2017: 58; Patrão, Alves ve Neiva, 2018: 196; Özçelik, 2017: 26). Ancak Hindistan'da yaşlılarla yapılan bir çalışmada eğitim düzeyi yükseldikçe sosyal desteğin azaldığı bulunmuştur (Khandre, Raut ve Mundra, 2023: 294). Dolayısıyla bu bulguyla ilgili alanyazında farklı sonuçların olduğu görülmektedir.

Yaşam kalitesi göstergelerden biri olan gelir, yaşlılardaki algılanan sosyal desteğe etki eden değişkenlerdendir (Altıparmak, 2009: 163). Araştırmada geliri düşük olan yaşlıların sosyal destek düzeyleri, geliri yüksek olanlardan daha düşük, geliri düşük olan yaşlıların ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri, geliri yüksek olan yaşlılardan daha düşük ve geliri düşük olan yaşlıların arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek düzeyleri geliri yüksek olan yaşlılardan daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu sonucunda yaşlı bireylerde gelir düzeyinin artmasıyla birlikte sosyal destek düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Ayrıca bu bulgu, emeklilikle birlikte yaşlı bireyin iş yaşamından kopması ve gelirindeki azalmaya bağlı olarak

önceki sosyal ilişkilerini sürdürememesinin sosyal destek düzeyini de olumsuz yönde etkilediği ile açıklanabilir. Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde, geliri düşük olan yaşlı bireylerin sosyal destek düzeylerinin de düşük olduğu görülmektedir (Mahmud, vd., 2020: 66; Kapıkıran, 2016: 20; Spitzer, vd., 1995: 852). Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusunun literatürdeki çalışmalarla tutarlı olduğu görülmektedir.

Yaşlıların Sosyo-demografik özelliklerine göre yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeği puanları değerlendirildiğinde; çalışmada yaşlı bireylerin cinsiyetlerinin yaşam kalitesi düzeylerini etkilemediği bulunmuştur. Yani cinsiyetleri farklı olan yaşlıların yaşam kalitesi düzeyleri benzerdir. Yaşlılık sürecinde yaş ve sosyo-ekonomik durum gibi sosyo-demografik özellikler ile birlikte istihdam durumu, yaşamdan alınan doyum, sosyal izolasyon, bilişsel bozukluklar gibi konular yaşam kalitesiyle ilişkilendirilmektedir. Yaşlılık döneminde yaşam kalitesinin değerlendirilmesinde bu konular dikkate alınmalıdır. Bu kapsamda yaşlılıkta yaşam kalitesine etki eden unsurların bilinmesi yaşlı bireylerin mutlu olmasında, sağlığının korunması ve geliştirilmesinde önemlidir (Toper ve Özpolat, 2023: 344). Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, erkek yaşlıların yaşam kalitelerinin kadın yaşlılardan daha yüksek olduğu görülmektedir (Mittial, vd., 2019: 176; Qadri, vd., 2013: 517; Khaje-Bishak, vd., 2014: 261). Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusu, literatürdeki diğer çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermemektedir.

Araştırmada yaşlı bireylerin yaş durumları ile yaşam kalitesi ölçeğinin engel algısı alt boyutu puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmiştir. Yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeğinin engel algısı alt ölçek puanı için 81 ve üstü yaş grubunda yer alan yaşlı bireylerin yaşam kalitelerinin 60-70 ve 71-80 yaş arasında bulunan yaşlılardan daha düşük olduğu saptanmıştır. Daha düşük yaştaki yaşlıların ileri yaştaki yaşlılara göre daha az zihinsel, sosyal ve fiziksel kısıtlamaları bulunmakta ve bu da yaşam kalitelerinde önemli farklılıklara neden olmaktadır. Ayrıca yaşın ilerlemesiyle birlikte kronik hastalıkların ve fonksiyonel bozuklukların görülme sıklığı da artmaktadır. Bu nedenle yaş, yaşlıların yaşam kalitesinde önemli bir faktördür (Momenabadi, vd., 2018: 64). Yapılan çalışmalara bakıldığında, genç yaş grubundaki yaşlıların yaşam kalitesinin, ileri yaş grubundaki yaşlılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Khalaf Khalaf ve Değer, 2023: 97; Heydari, Rouhani ve Mohammadpour, 2012: 1307). Ancak İran'da 184 yaşlı birey ile yapılan çalışmada yaşlıların yaşlarının yaşam kalitesi düzeylerini etkilemediği bildirilmiştir (Khaje-Bishak, vd., 2014: 261).

Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusuyla ilgili literatürde farklı sonuçların mevcut olduğu görölmektedir.

Araştırmada yaşlıların medeni durumlarının yaşam kalitesi düzeylerini etkilemediği bulunmuştur. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, evli olan yaşlı bireylerin yaşam kalitelerinin eşi vefat etmiş, boşanmış ve yalnız yaşayan yaşlılardan daha yüksek olduğu görölmüştür (Qadri, vd., 2013: 519; Khalaf Khalaf ve Değer, 2023: 97). Araştırmanın bu bulgusunun, alanyazındaki diğer çalışmaların sonuçlarıyla uyumlu olmadığı görölmüştür.

Araştırmada yaşlıların eğitim düzeyi arttıkça yaşam kalitelerinin de arttığı bulunmuştur. Ayrıca yaşlılarda yaşam kalitesi ölçeğinin özerklik ve memnuniyet algısı alt ölçek puanı için eğitim durumu yüksek olan yaşlı bireylerin yaşam kalitesi düzeylerinin, eğitim durumu düşük olan yaşlılardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yüksek eğitim düzeyi, bireylerin ekonomik gücünü, sosyal sınıfını ve özgüvenini geliştirerek yaşam kalitesini artırabilir (Momenabadi, vd., 2018: 65). Alanyazın incelendiğinde, yapılan çalışmaların çoğunda eğitim düzeyinin yaşlıların yaşam kalitesini olumlu yönde etkilediği görölmüştür (Khalaf Khalaf ve Değer, 2023: 98). Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusunun alanyazındaki çalışmaların sonuçlarıyla tutarlı olduğu görölmektedir.

Araştırmada yaşlıların gelir durumlarının yaşam kalitesi düzeylerini etkilemediği bulunmuştur. Bu bulgu, araştırmanın huzurevlerinde yapılması ile açıklanabilir. Çünkü huzurevlerinde kalan yaşlı bireylerin ihtiyaçlarının çoğu devlet tarafından karşılanmaktadır. Bu nedenle araştırmaya katılan yaşlıların gelir durumları yaşam kalitelerini etkilememektedir. Literatürdeki bazı çalışmalar incelendiğinde, geliri yüksek olan yaşlıların yaşam kalitelerinin, geliri düşük olan yaşlılardan daha yüksek olduğu görölmüştür (Khalaf Khalaf ve Değer, 2023: 97; Momenabadi, vd., 2018: 65). Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusunun, alanyazındaki diğer çalışmaların sonuçlarıyla tutarlı olmadığı görölmektedir.

Yaşlıların dosyo-demografik özelliklerine göre psikolojik iyi oluş ölçeği puanları değerlendirildiğinde; araştırmada yaşlı bireylerin cinsiyetlerinin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkilemediği tespit edilmiştir. Alanyazındaki diğer çalışmalar incelendiğinde, erkek yaşlıların psikolojik iyi oluşlarının kadın yaşlılardan daha yüksek olduğu görölmüştür (Dorji, Dunne ve Gurung, 2019: 4; Chamuah ve Sankar,

2017: 215; Momtaz, vd., 2011: 441). Araştırmanın bu bulgusunun literatürdeki diğer çalışmaların sonuçlarıyla tutarlı olmadığı görülmektedir.

Araştırmada yaşlıların yaş grupları ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. 81 ve üstü yaş grubunda bulunan yaşlıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin 71-80 yaş arasında yer alan yaşlılardan daha düşük olduğu bulunmuştur. Yaşlılıkla birlikte bireylerin sosyal ilişkileri zayıfladığından ve yeni ilişkiler kurmakta zorlandıklarından yalnızlık düzeyleri de artmaktadır. Yalnızlık duygusu da yaşlı bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlığını olumsuz yönde etkilediğinden psikolojik iyi oluş düzeylerinde de azalma olmaktadır. Bu bulgu literatürdeki bazı çalışmalar ile desteklenmektedir. Bu çalışmalara göre yaşın artmasıyla birlikte yaşlıların psikolojik iyi oluşları da azalmaktadır (Sanuade, vd., 2014: 82; Momtaz, vd., 2011: 441).

Araştırmada yaşlıların medeni durumları ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak literatürdeki diğer çalışmalar incelendiğinde, evli yaşlıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin boşanmış ya da eşi vefat etmiş yaşlılardan daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Dorji, Dunne ve Gurung 2019: 4; Bennett, 2004; 283). Evli bireylerin destekleyici yakın ilişkilerden yararlanma şansı daha yüksektir ve daha az yalnızlık duygusu yaşarlar. Aynı zamanda evlilik, çiftlerin yaşam stresiyle başa çıkmalarına yardımcı olabilecek bir güven ve destek ağı sağlar. Evli olmayan kişiler, evli bireylerin erişebildiği finansal ve sosyal kaynaklardan yoksun olduklarından, evlilere göre daha düşük psikolojik iyi oluşa sahiptirler (Momtaz, vd., 2011: 441). Dolayısıyla bu bulgunun literatürdeki diğer çalışmaların sonuçlarıyla tutarlı olmadığı görülmektedir.

Araştırmada yaşlıların eğitim durumları ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Eğitim durumu lise altı olan yaşlıların, lise üstü olan yaşlılara göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha düşük olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, eğitim düzeyi yüksek yaşlıların muhtemelen daha iyi bir beslenmeye erişebilmeleri ve iyi yaşam tarzına sahip olmalarıyla açıklanabilir (Sanuade, vd., 2014: 82). Alanyazındaki çalışmalar incelediğinde, eğitim durumu düşük olan yaşlıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin de düşük olduğu görülmüştür (Khumalo, Temane ve Wissing, 2012: 437; Momtaz, 2014: 439). Dolayısıyla bu bulgunun, literatürdeki diğer çalışmaların sonuçlarıyla tutarlı olduğu görülmektedir.

Araştırmada yaşlıların gelir durumları ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Cinsiyet, yaş, yaşam koşulları ve sosyo-ekonomik göstergeler gibi sosyo-demografik değişkenlerin iyi oluşu ve ruh sağlığını etkilediği bildirilmiştir (Khumalo, Temane ve Wissing, 2012: 420). Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde, geliri yüksek olan yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluşlarının da yüksek olduğu görülmüştür (Momtaz, vd., 2011: 441; Khumalo, Temane ve Wissing, 2012: 433). Araştırmada elde edilen bu bulgunun, alanyazındaki diğer çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermediği görülmektedir.

*H1: Yaşlıların sosyal medya kullanımları Sosyo-demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve gelir durumu) göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.*

Yaşlı bireylerin sosyal medya kullanım durumları ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamış, yaş, eğitim düzeyi ve gelir durumu ile anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Dolayısıyla yaşlıların sosyal medya kullanım durumları cinsiyet ile doğrulanmamış, yaş, eğitim düzeyi ve gelir durumu ile doğrulanmıştır. Yaşlıların cinsiyetleri ile sosyal medya kullanım durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak yapılan araştırmalar, sosyal medya platformlarını kullanma motivasyonlarının kullanıcıların cinsiyetine, yaş grubuna, ekonomik durumuna ve eğitim düzeyine göre değişebileceğini göstermektedir (Bozoğlu, 2022: 11). Son dönemlerde yapılan birçok çalışma, erkek ve kadın arasındaki dijital eşitsizliğin azaldığını ileri sürse de yeni medyanın kullanımında önemli cinsiyet farklılıkları bulunmaktadır. Örneğin, erkekler eğlence, boş zaman, içerik üretme ve iletişim ile ilgili hemen hemen bütün faaliyetlere kadınlara göre daha sık katılım sağlama eğilimindedirler (Kalmus, Realo ve Siibak, 2011: 338). Literatüre bakıldığında, araştırmanın bu sonucuyla hem tutarlı (Yıldız Durak ve Tekin, 2020: 434; Han, vd., 2021: 4) hem de tutarlı olmayan çalışmaların olduğu görülmüştür (Quan-Haase, Mo ve Wellman, 2017: 972; Bell, vd., 2013: 160; Görgün Baran ve Öztekin Alpaydın, 2020: 114). Araştırmanın bu bulgusu, kadın yaşlıların sosyal medyayı kullandıklarını göstermektedir. Dolayısıyla araştırmanın bu bulgusuyla ilgili alanyazında farklı sonuçların mevcut olduğu görülmektedir.

Araştırmada yaşlı bireylerin yaşları ile sosyal medya kullanım durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ayrıca sosyal medya kullanan yaşlıların çoğunun 71-80 yaş grubunda olduğu tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında, sosyal medya kullanımının daha genç yaşlılar arasında daha fazla olduğu

görülmüştür (Quan-Haase, Mo ve Wellman, 2017: 972; Hutto, vd., 2015: 85; Görgün Baran ve Öztekin Alpaydın, 2020: 114; Han, vd., 2021: 4). Bu kapsamda araştırmanın bu bulgusunun diğer çalışmaların sonuçlarıyla paralellik göstermediği görülmektedir.

Araştırmada yaşlı bireylerin eğitim durumları ile sosyal medya kullanım durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Eğitim durumu lise üstü düzeydeki yaşlıların sosyal medya kullanım düzeylerinin, eğitim düzeyi lise mezunu ve lise altı düzeyde olanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda eğitim düzeyinin yüksek olmasının yaşlı bireylerin sosyal medya kullanımlarını kolaylaştırdığı söylenebilir. Ayrıca araştırmada yaşlıların gelir durumları ile sosyal medya kullanım durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Geliri yüksek olan yaşlıların sosyal medya kullanım düzeylerinin de yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde, geliri ve eğitimi yüksek yaşlıların sosyal medya kullanım düzeylerinin de yüksek olduğu bildirilmiştir (Yıldız Durak ve Tekin, 2020: 434; Nam, 2019: 6; Görgün Baran ve Öztekin Alpaydın, 2020: 114). Yaşın ilerlemesinin mutlaka bilgisayar aracılı bilgi teknolojisine erişememek anlamına gelmemekte; bunun yerine yaşlı bir bireyin bilgisayar tabanlı teknolojilere erişimini etkileyebilecek kötü bir eğitim seviyesi, daha düşük bir yıllık gelir ya da yalnız bir yaşam düzenlemesi olabilir (Lee, Chen ve Hewitt, 2011: 1235). Bu kapsamda yaşlıların sosyal medya kullanmalarında eğitim ve gelirin önemli bir etken olduğu söylenebilir. Dolayısıyla araştırmanın bu bulgularının literatürdeki diğer çalışmalarla tutarlı olduğu görülmektedir.

*H2: Sosyal medya kullanan yaşlıların algıladıkları aile destek düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.*

Araştırmada yaşlı bireylerin sosyal medya kullanım durumları ile algılanan çok boyutlu sosyal destek ölçeğinin aile alt boyutundan aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Dolayısıyla H2 hipotezi doğrulanmamıştır. Çalışmanın nitel deseninden elde edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu desteklememektedir. Nitel desende görüşmeye katılan yaşlılar, sosyal medya aracılığıyla aile üyeleriyle görüştiklerini belirtmektedir. Sosyal ağ sitelerinde sunulan etkileşim düzeyi, aile üyeleri ile daha fazla sosyal bağ kurmayla pozitif ilişkilidir (Han, vd., 2021: 2). Yapılan araştırmalar, sınırlı sosyal ağlara sahip olmanın ve yalnız yaşamanın bir sonucu olarak sosyal temas eksikliğinin, sosyal izolasyona neden olabileceğini ve yaşlıların sağlığını olumsuz yönde etkileyebileceğini bildirmiştir.

Ancak Facebook kullanımıyla birlikte yaşlılar, yaşlılık sürecinde ortaya çıkan çoğu fiziksel yetersizliğe ve coğrafi mesafelere bakılmaksızın sosyal olarak bağlantıda kalabilmektedirler (Rylands ve Van Belle, 2017: 740). Turan, Çulha ve Yıldırım (2023: 1096) tarafından yapılan çalışmada huzurevinde kalan yaşlı bireylerin sosyal medya kullanımlarının artmasıyla birlikte ailenin sağladığı sosyal desteğin de arttığı bulunmuştur. Ayrıca alanyazındaki bazı nicel çalışmaların (Wu ve Chiou, 2020: 3; Czaja, vd., 2018: 474; Teng ve Joo, 2017: 735) sonuçlarının araştırmanın bu bulgusuyla tutarlı olmadığı görülmüştür. Dolayısıyla H2 hipotezinin literatürdeki çalışmaların sonuçlarıyla tutarlı olmadığı görülmektedir. Araştırmanın bu bulgusu, Türk toplumunda yaşlı bireye verilen değer ile açıklanabilir. Çünkü Türk toplumunda yaşlı birey hala aile içindekini konumunu korumakta, kendisine saygı duyulmakta ve tecrübesine değer verilmektedir. Huzurevinde kalan yaşlı bireylerin, aile üyeleri tarafından ziyaret edildiği ve herhangi bir stres durumuyla karşılaşmaları durumunda kendilerine sosyal destek sağlandığı düşünülmektedir. Bu nedenle sosyal medya kullanımının yaşlıların aile aracılığıyla aldığı sosyal destek düzeyini etkilemediği söylenebilir.

*H3: Sosyal medya kullanan yaşlıların algıladıkları arkadaş destek düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.*

Araştırmada sosyal medya kullanan yaşlıların algıladıkları arkadaş destek düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın nitel deseninden elde edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan yaşlı bireylerin çoğunluğu, arkadaşlarıyla sosyal medya üzerinden iletişim kurduklarını belirtmektedir. Böylece nicel ve nitel desende elde edilen bulgular, H3'ü doğrulamaktadır. Yaşlı bireyler, sorunlarını aile üyeleri ve arkadaşlarıyla paylaşarak sosyal destek alabilir ve böylece arkadaşları ve aile üyeleri, yaşlıların yalnızlık ve yaşam stresinin hafifletilmesine yardımcı olabilirler (Yang, vd., 2016: 3136). Sosyal destek, yaşlılığın ve sağlıklı yaşlanmanın önemli belirleyicilerinden birisini oluşturmaktadır. Sosyal medya, son on yılda dünyanın dört bir yanındaki insanlar arasında günlük yaşamda merkezi bir iletişim aracı haline gelmiş ve yeterince ilgi görmüştür. Bununla birlikte sosyal medya artık yaşlılar arasında da popüler olmuştur. Yapılan çalışmalar, yaşlıların sosyal medyayı kullanarak sosyal destek aldıklarını göstermektedir (Maqbooll ve Ullah, 2021: 1211). Sosyal izolasyon, davranışsal faktörler, sosyo-ekonomik durum ve komorbidite dikkate

alındığında bile, kronik hastalık, morbidite ve erken ölüm riskinin artmasıyla ilişkilidir. Sosyal medyayı, iletişimi ve sosyal etkileşimleri sanal ortamda sürdürmek için bir araç olarak tanımlayan yeni bir literatür bulunmaktadır (Geirdal, vd., 2021: 149). Literatüre bakıldığında, sosyal medya kullanımının akran desteğini ve sosyal desteği artırdığı, insanların çevrimiçi ortamda “beğenerek” ve yorum yaparak sosyal destek sağlayabileceği ileri sürülmektedir (Maqbooll ve Ullah, 2021: 1213; Yue, vd., 2023: 1454). Araştırmanın bu bulgusunun, literatürdeki bazı nitel ve nicel çalışmalar ile tutarlı olduğu görülmektedir (Quan-Haase, Mo ve Wellman, 2017: 974; Yang, Niu ve Lu, 2023: 8-9). Dolayısıyla H3 hipotezinin literatürdeki çalışmaların sonuçlarıyla paralellik gösterdiği görülmektedir.

*H4: Sosyal medya kullanan yaşlıların algıladıkları özel kişi destek düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.*

Araştırmada sosyal medya kullanan yaşlıların algıladıkları özel kişi destek düzeylerinin sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın nitel deseninden elde edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan yaşlı bireyler, yakınları ile sosyal medya aracılığıyla görüştiklerini belirtmektedir. Böylece nicel ve nitel desende elde edilen bulgular, H4’ü doğrulamaktadır. Sosyal katılımın bir biçimi olan sosyal destek, hassas biyo-psiko-sosyal olaylar (örneğin eş kaybı, emeklilik ve çoklu hastalıklar) sırasında bireyleri korumadaki rolü nedeniyle özellikle yaşlı bireyler için önemlidir. Ayrıca araştırmalar, genellikle düşük düzeydeki sosyal katılımın, ölüm oranı, bilişsel gerileme ve diğer olumsuz sağlık sonuçlarıyla olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Rhee, Marottoli ve Monin, 2021: 1). Sosyal medya, yaşlı bireylerin sosyal çevreleriyle iletişim kurmalarına ve iletişimi sürdürmelerine, yüz yüze görüşemedikleri aile üyeleri, arkadaşları veya akrabaları ile görüşmelerine imkân tanımaktadır (Turan, Çulha ve Yıldırım, 2023: 1098). Literatür incelendiğinde, yaşlıların internet ve sosyal medya kullanımı ile sosyal destek arasındaki ilişkinin tartışıldığı nitel araştırmaların sayısının oldukça az olduğu görülmüştür. Araştırmanın bu bulgusu literatürdeki birçok nicel çalışma (Silva, Alba Scortegagna ve Bertolletti De Marchi, 2018: 200; Aydoğan 2022: 120; Şahin ve Yıldırım, 2019: 104) ile desteklenmektedir. Dolayısıyla H4 hipotezinin literatürdeki çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik gösterdiği görülmektedir.

*H5: Sosyal medya kullanan yaşlıların psikolojik iyi oluş düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.*

Araştırmada sosyal medya kullanan yaşlıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın nitel deseninden elde edilen bulgular, nicel desende elde edilen bu bulguyu desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan yaşlı bireylerin çoğunluğu, kendilerini iyi hissetmediklerinde veya boş zamanlarında sosyal medyada videolar izlediklerini belirtmektedir. Böylece nicel ve nitel desende elde edilen bulgular, H5'i doğrulamaktadır. Yaşlının kaliteli bir yaşam sürdürmesinde önemli olan psikolojik iyi oluşunu, iç huzurunu, duygusal dengesini ve ruhsal rahatlığını sağlamaktır. Yaşlı bireyin duygusal açıdan dengeli oluşu, psikolojik iyi oluş için önemli bir unsurdur. Sosyal izolasyon ve yalnızlık yaşlıların ruh sağlığına olumsuz yönde etki etmektedir (Kabakcı, 2022: 7). Yaşlılar, zamanlarının çoğunu evlerinde hiçbir şey yapmadan geçirmek zorunda kaldıklarından birçok sorun ile karşı karşıya kalmaktadır. Yaşlıların bazıları diğerlerine göre daha fazla depresyona girmektedir. Bazen yaşlılar depresif hissettiklerinde ailelerinden daha fazla destek ve kendilerine zaman ayrılmasını talep ederler. Bu noktada yalnızlık yaşayan yaşlıları desteklemek için sosyal medya önemli bir rol oynamaktadır (Khuhro, Memon ve Fatima, 2023: 2). Ancak Twitter, Facebook ve LINE gibi sosyal ağ sitelerinin kullanımının bireylerin öznel iyi oluşu üzerindeki etkisine ilişkin yapılan çalışmaların sonuçları genellikle tutarsızlık göstermektedir (Oshio, vd., 2020: 1). Sosyal medyanın aşırı ve bağımlılık derecesinde kullanımı aynı zamanda stresi tetikleyebileceği, egzersizi ve aktif hobileri engelleyebileceği, uyku kalitesini azaltabileceği için iyi oluş açısından bir tehdit olarak da görülmektedir (Yue, vd., 2021: 1456). Iqbal, vd., (2016: 215) sosyal medya platformlarının, yaşlı bireylerin iyi oluşlarını sürdürmelerine yardımcı olduğunu ve yaşlılara eğlence olanakları sunduğunu ileri sürmektedir. Literatür incelendiğinde, yaşlı bireylerin sosyal medya ve internet kullanımı ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin çoğunlukla nicel desende çalışıldığı, elde edilen bulguların ise bu araştırmanın nicel ve nitel deseninde elde edilen bulgularla tutarlı olduğu görülmektedir (Yang, vd., 2022: 5-6; Kim ve Fingerman, 2022: 12; Bianchi, 2021: 28-29-30-31; Forsman ve Nordmyr, 2017: 36). Ancak literatürdeki bazı nicel çalışmaların (Hanbay ve Yıldırım, 2023: 44; Hunsaker, Hargittai ve Piper, 2020: 716) sonuçlarının araştırmanın bu bulgusuyla tutarlı olmadığı

görülmüştür. Dolayısıyla H5 hipoteziyle ilgili literatürde farklı sonuçların mevcut olduğu görülmektedir.

*H6: Sosyal medya kullanan yaşlıların yaşam kalitesi düzeyleri sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksektir.*

Araştırmada sosyal medya kullanan yaşlıların yaşam kalitesi düzeylerinin sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Çalışmanın nitel deseninden elde edilen bulgular nicel desende elde edilen bu bulguyu desteklemektedir. Nitel çalışmaya katılan yaşlı bireylerin çoğunluğu, sosyal medya üzerinden iletişim kurmanın daha kolay ve daha ucuz olduğunu ifade ederek iletişimin yaşam kaliteleri açısından önemli olduğunu vurgulamaktadır. Böylece nicel ve nitel desende elde edilen bulgular, araştırmanın hipotezlerinden H6'yı doğrulamaktadır. Yaşlılık, fiziksel gerilemenin olduğu ve kronik hastalıkların artış gösterdiği bir süreçtir. Ayrıca bu duruma bireyin statü kaybı, emekli olması, eş kaybı, gelirin azalması, sosyal faaliyetlere katılımdaki azalma ve yalnızlık eklenince yaşam kalitesinde azalma kaçınılmaz olmaktadır. Bu sebeple yaşlıların yaşam kalitesinin ölçülmesi ve yaşam kalitesine etki eden unsurların bilinmesi sosyal politikaların ve kamu hizmetlerinin belirlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Değer ve Ordu, 2022: 575). Özellikle yalnızlığı ve sosyal izolasyonu önlemek ve hafifletmek için yaşlıların yaşam kalitesinin nasıl iyileştirileceği giderek daha ciddi bir sosyal sorun haline gelmektedir. Yerel topluluklar ve devlet kurumları tarafından başlatılan çeşitli sosyal hizmet programlarına ek olarak, bilgi ve iletişim teknolojisi (BİT), yaşlıların zihinsel sağlığını artırmaya ve yalnızlık duygularını azaltmaya yardımcı olacak bir araç olarak kullanılabilir (Yang, vd., 2016: 3133). Sosyal medya, yaşlı bireylerin yaşam kalitesine çeşitli şekillerde katkı sağlayabilecek önemli bir faktör olarak kabul edilmektedir. Sosyal medya platformlarında geçirilen zaman, yaşam kalitesinde olumlu değişimi beraberinde getirmektedir. Çalışmalar, bireylerin interneti kullanarak iyilik hallerini artırmak için çeşitli bilgiler elde edebileceğini göstermiştir. Örneğin, internet aracılığıyla edinilen temel sağlık bilgileri, hasta iletişimini kolaylaştırabilir ve hasta-hekim ilişkisini güçlendirebilir (Maqbooll ve Ullah, 2021: 1212). Chen, vd., (2023: 14) yaptıkları çalışmada, yaşlıların yaşam kalitesini iyileştirmek için sosyal medya aracılığıyla sosyal bütünleşme ihtiyaçlarının karşılanmasının çok önemli olduğunu, teknoloji ilerledikçe ve gelecekteki bir salgın hastalığa hazırlıklar yapıldıkça, sosyal medyanın sosyal entegrasyon, sosyal destek ve sağlık bilgilerine

ulaşmada önemli bir iletişim aracı haline geldiğini ileri sürmektedir. Benzer şekilde Haris, vd., (2014: 256) yaptıkları nitel çalışmada, yaşlı bireylerin sosyal medya uygulaması olan Facebook'un kişisel öğrenmelerini, ilgilerini, kişisel sosyal yaşam kalitelerini ve yaşamlarının istikrarını kazanmalarında olumlu bir yaklaşım olarak kabul ettiklerini ve Facebook'un yaşlıların yaşam kalitesine katkıda bulunduğunu saptamıştır. Ayrıca araştırmanın bu bulgusu, sosyal medya kullanımının yaşlı bireylerin yaşam kalitesine önemli ölçüde katkıda bulunduğunu tespit eden (Maqbool ve Ullah, 2021: 1224; Nam, 2021: 4595; Rylands ve Van Belle, 2017: 747) gibi diğer nicel desende gerçekleştirilen çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Dolayısıyla H6 hipotezinin, literatürdeki diğer çalışmaların sonuçlarıyla tutarlı olduğu görülmektedir.

Araştırmada görüşmeye katılan yaşlıların büyük bir çoğunluğu, sosyal medyayı sesli ve görüntülü iletişim kurmak, sevdiklerinden haberdar olmak şeklinde tanımlamaktadır. Benzer şekilde Tekedere ve Arpacı (2016: 385) tarafından yapılan çalışmada da yaşlı bireylerin sosyal medyayla ilgili olarak ilk akıllarına iletişimin geldiği bildirilmiştir. Bu da yaşlıların genellikle sosyal medyayı iletişim için kullandıklarını göstermektedir.

Araştırmada görüşmeye katılan yaşlıların çoğunluğu, sosyal medya ile ilk olarak akıllı telefon sayesinde tanıştığı ve sosyal medyayı kullanmayı kendi kendilerine öğrendiklerini belirtmektedir. Yaşlılar sosyal ağ sitelerini ailesiyle ilişkilerini sürdürmek için kullanmakta ve bir aile üyesinin ya da arkadaşının etkisi veya yardımı ile katılmaktadırlar (Hope, Schwaba ve Piper, 2014: 3904). Bozoğlu (2022: 58) yaptığı çalışmada yaşlıların sosyal medyayı arkadaşlarının Whatsapp ve Facebook gruplarına davet edilerek, iş gereği, çocuklarının ısrarı ve başkalarından görüp duyarak kendi istekleriyle kullanmaya başladıklarını bulmuştur. Yapılan başka bir çalışmada ise yaşlı bireylerin teknolojik cihaz kullanmayı çoğunlukla ailesinden ve yakın çevresinden aldıkları yardım sonucunda öğrendikleri tespit edilmiştir (Sinav, 2020: 325). Bu bulgu, akıllı telefonların hem internet hem de kamera özelliğinin olması, ayrıca araştırmanın aile üyelerinden ve yakınlarından ayrı ve huzurevinde kalan yaşlı bireylerle yapılmasıyla açıklanabilir. Bu bulgunun literatürdeki diğer araştırmalarla tutarlı olmadığı görülmektedir.

Araştırmada görüşmeye katılan yaşlıların büyük bir çoğunluğu, sosyal medya kullanımıyla ilgili çözüm önerilerini; sosyal medya kullanımıyla ilgili eğitimlerin

verilmesini, huzurevindeki internetin ücretsiz, hızlı ve kesintisiz olmasını, odalarına modem takılmasını, sosyal medya kullanımında zorluk çektiklerinde danışabilecekleri birilerinin olmasını ve sosyal medya kullanımının basitleştirilmesini istediklerini belirtmektedir. Sinav (2020: 323-324) yaptığı araştırmada ise yaşlı bireylerin sosyal medya kullanımıyla ilgili yaşadıkları sorunların çözümünde yakın çevrelerinden yardım talep ettiklerini saptamıştır. Bu bulgu, yaşlıların sosyal medya ile ileri bir yaşta tanışmalarından dolayı sorunlar yaşadıklarını ve bu nedenle de başka birisinin yardımına ihtiyaç duyduklarını göstermektedir.

Araştırmada derinlemesine görüşmeye katılan yaşlıların çoğunluğu, sosyal desteği, insanların ihtiyaç duymaları halinde onlara maddi ya da manevi yardım etmek olarak tanımlarken bazı yaşlılar ise iletişim kurmak, problemlerin paylaşımı, destek almak ve sosyalleşmek şeklinde tanımlamaktadır. Dolayısıyla yaşlıların çoğunun sosyal desteği parasal ve duygusal destek üzerinden tanımladığı görülmektedir.

Araştırmada görüşmeye katılan yaşlıların çoğu, arkadaşlarından ve çocuklarından sosyal destek aldıklarını belirtmektedir. Yaşlı bireylerin herhangi bir sorun ile karşılaşmaları durumunda en yakınındaki kişi olan arkadaşlarından sosyal destek aldıkları ve her ne kadar çocuklarından ayrı olarak huzurevinde kalsalar da önemli sosyal destek sistemlerinden birisinin de çocuklarının olduğu görülmektedir.

Araştırmada derinlemesine görüşmeye katılan yaşlı bireylerin çoğu, psikolojik iyi oluş algılarını ruhsal açıdan iyi olmak, huzurlu, mutlu ve neşeli olmak, her sorunu ciddiye almamak, moralin iyi olması, yaşama sevincinin olması ve her şeyin yolunda olması şeklinde tanımlamaktadır. Yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluş algılarını olumlu duygular üzerinde değerlendirdikleri görülmektedir.

Araştırmada görüşmeye katılan yaşlıların çoğunluğu, psikolojik iyi oluş algılarına arkadaşlarının etki ettiğini, arkadaşları ile sıklıkla yüz yüze görüşemediklerini ancak sosyal medya aracılığıyla sürekli iletişim kurduklarını, moralleri bozuk olduğunda arkadaşları ile sosyal medya üzerinden sık sık iletişim kurduklarını belirtmektedir. Pinguart ve Sorensen (2000: 189-190) arkadaş desteğinin psikolojik iyi oluşla aile desteğinden daha güçlü bir ilişkiye sahip olduğuna dair en az dört neden ileri sürmüştür. Birincisi, arkadaşlıklar gönüllü ilişkiler olduğundan, arkadaş olarak seçilmek ve arkadaşlardan duygusal destek almak serf saygısını geliştirebilir ve öznel iyi oluşa aile ilişkilerinden daha fazla katkıda bulunabilir. İkinci neden, arkadaşların

genellikle yaşlarının aynı olması ve benzer özellikleri paylaşmasıdır. Üçüncü neden, arkadaşların bir sosyalleşme ve keyif kaynağı olma eğiliminde olmaları; dördüncü neden ise yaşlıların tatmin edici olmayan ilişkilerden kopma eğilimi göstermesi nedeniyle arkadaşlıklar çoğunlukla her zaman yüksek kalitededir. Araştırmanın bu bulgusu literatürdeki birçok nicel çalışma (Poulin, 2012: 324; Larson, Mannell ve Zuzanek, 1986: 120; Zhang ve Silverstein, 2022: 530) ile desteklenmektedir.

Araştırmada görüşülen yaşlıların çoğunluğu, yaşam kalitesi algılarını, ekonomik yönden iyi olmak ve sağlıklı olmak şeklinde belirtmektedir. Yaşlılıkla birlikte kronik hastalıklar atmakta ve gelirden kayıplar yaşanmaktadır. Bu nedenle yaşlıların yaşam kalitesini tanımlarken ekonomi ve sağlığa odaklandıkları görülmektedir. Wilhelmson, vd., (2005: 590) tarafından yapılan çalışmada yaşlıların çoğunun, yaşam kalitesini sosyal ilişkiler olarak tanımladığı tespit edilmiştir. Hall, vd., (2020: 660) tarafından yapılan çalışmada yaşlıların çoğunun, yaşam kalitesini fiziksel iyiliğe ve sosyal desteğe sahip olmak şeklinde tanımladığı bulunmuştur. Yapılan başka bir çalışmada ise yaşlı bireylerin çoğunun, yaşam kaliteleri için en önemli alan olarak sağlığı sıraladıkları tespit edilmiştir (Milte, vd., 2013: 10). Dolayısıyla bu bulgu ile ilgili literatürde farklı sonuçların olduğu görülmektedir.

Araştırmada görüşmeye katılan yaşlıların çoğunluğu, yaşam kalitesi algılarını arkadaşlarının etkilediğini, problemlerini arkadaşlarıyla paylaştıklarını ve böylece iyi hissettiklerini belirtmektedir. Sosyal destek, psikolojik sağlamlığa olumlu yönde etki eden unsurlardan birisini oluşturmakta ve mutluluk, yaşam doyumu ve yaşam kalitesi gibi birçok unsurla ilişkilidir (Çevik Akyıl, 2018: 37). Literatüre bakıldığında, huzurevinde kalan yaşlılar arasındaki arkadaşlığın, yaşlıların sosyal destek algısını artırdığı, bu nedenle de arkadaşlıkların yaşlıların sağlıklı yaşlanmasına destek olduğu bildirilmiştir (Erebak, 2017: 12). Dolayısıyla bu bulgunun, literatürle paralellik gösterdiği görülmektedir.

## **5.2. Sonuç**

Yapılan çalışma, yaşlılarda sosyal destek, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesinin sosyal medya kullanımına göre incelenmesi karma modelle araştırılmıştır. Bu doğrultuda yaşlı bireylerin sosyal medya kullanım durumlarına ilişkin özellikleri, algılanan sosyal destek, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitelerinin sosyo-demografik özelliklere göre değerlendirilmesi, yaşlıların sosyal medya kullanımlarının sosyo-

demografik değişkenlere göre değerlendirilmesi, sosyal medya kullanan yaşlılar ile kullanmayan yaşlıların algılanan sosyal destek, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitesi düzeyleri karşılaştırılmıştır. Ayrıca sonuçlar nitel bulgular ile birlikte değerlendirilmiştir.

Yaşlıların büyük çoğunluğunun sosyal medyaya bağlanırken telefon kullandığı, en çok kullandıkları sosyal medya uygulamasının Whatsapp olduğu, sosyal medyada günlük 1 saatten az süre geçirdikleri, sosyal medyayı iletişim kurmak amacıyla kullandıkları, aile üyeleri, akrabaları ve arkadaşlarıyla görüşme yöntemi olarak sosyal medyayı kullandıkları bulunmuştur.

Yaşlıların algılanan sosyal destek düzeyleri cinsiyete, yaşa, medeni duruma, eğitim ve gelir durumuna göre farklılaşmıştır. Kadın yaşlıların, algılanan sosyal desteklerinin erkek yaşlılardan daha yüksek olduğu, 71-80 yaş aralığındaki yaşlıların sosyal desteklerinin 60-70 ile 81 ve üstü yaş grubunda bulunan yaşlılara göre daha yüksek olduğu, 60-70 yaş grubunda yer alan yaşlıların ise aileleri tarafından sağlanan sosyal desteklerinin 71-80 ile 81 ve üstü yaş grubunda bulunan yaşlılara göre daha düşük olduğu, evli yaşlıların aileleri tarafından sağlanan sosyal desteğin eşi vefat etmiş, bekar ve boşanmış yaşlı bireylere göre daha yüksek olduğu, eşi vefat etmiş yaşlı bireylerin aileleri tarafından sağlanan sosyal desteğin bekar yaşlılardan daha yüksek, boşanmış yaşlıların ise aileleri tarafından sağlanan sosyal desteğin eşi vefat etmiş yaşlılardan daha düşük olduğu, eğitim düzeyi ve geliri yüksek olan yaşlıların sosyal desteklerinin de yüksek olduğu saptanmıştır.

Yaşlıların cinsiyetlerinin, gelir ve medeni durumlarının yaşam kalitesi düzeylerini etkilemediği tespit edilmiştir. Ancak yaşlıların yaşam kalitesi düzeyleri yaş ve eğitim durumuna göre farklılaşmıştır. Buna göre yaşlılarda yaşın ilerlemesi ve eğitim düzeyinin düşük olması yaşam kalitesi düzeyini düşüren faktörlerdir.

Yaşlı bireylerin cinsiyetlerinin, medeni ve gelir durumlarının psikolojik iyi oluş düzeylerini etkilemediği saptanmıştır. Ancak eğitim düzeyinin düşük olması ve yaşın ilerlemesi psikolojik iyi oluş düzeyini düşüren faktörlerdir.

Nicel desende elde edilen bulgularda, yaşlı bireylerin sosyal medya kullanım durumları ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmamış, ancak yaş, eğitim ve gelir arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu doğrultuda H1 büyük oranda kabul edilmiştir. Yaşlıların sosyal medya kullanım durumları ile çok

boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin aile alt boyutundan aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Dolayısıyla H2 kabul edilmemiştir. Yaşlıların sosyal medya kullanım durumları ve çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin özel bir insan ve arkadaş alt boyutundan aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu doğrultuda elde edilen bulgular sonucunda H3 ve H4 kabul edilmiştir. Sosyal medya kullanan yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile yaşam kalitesi düzeylerinin sosyal medya kullanmayan yaşlılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla H5 ve H6 kabul edilmiştir. Nitel desende gerçekleştirilen tematik analizler sonucunda dört ana ve on dört alt tema elde edilmiştir. Sosyal medya kullanımının sosyal destek için önemi alt teması H2'yi doğrulamamakta, H3 ve H4'ü ise doğrular niteliktedir. Sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluş için önemi alt teması H5'i ve sosyal medya kullanımının yaşam kalitesi için önemi alt teması ise H6'yı doğrular niteliktedir.

Araştırma kapsamında, yaşlıların sosyal medya kullanım deneyimleri nitel desende yapılan görüşmelerle açıklanmıştır. Sosyal medya algısı alt temasında yaşlılar tarafından en çok aktarılan cevap, iletişim kurmak ve sevdikleri kişilerden haberdar olmak; sosyal medya ile ilk tanışma alt temasında en çok verilen cevap, akıllı telefonla birlikte sosyal medya ile tanıştıkları; sosyal medyayı kullanım amaçları alt temasında en çok aktarılan cevap, aile ve arkadaşlarını takip etmek, video ve fotoğraflarını beğenmek ve yorum yapmak; sosyal medya kullanımında yaşanan sorunlar alt temasında en çok verilen cevap, internet sorunu yaşadıkları ve sosyal medyaya gelen güncellemeleri takip edemedikleri; sosyal medya kullanımında yaşanan sorunlara ilişkin çözüm önerileri alt temasında en çok aktarılan cevap, huzurevinde internetin ücretsiz olması ve sosyal medya kullanımıyla ilgili eğitimlerin verilmesi şeklinde belirtilmiştir.

Sosyal hizmet, toplumda dezavantajlı durumda olan kadın, çocuk, engelli ve yaşlıların refahına yönelik hizmetler üretmekte ve sunmaktadır. İnsanın yaşam akışı içerisinde doğal bir süreç olan yaşlılık döneminde, sosyal hizmet, bireyin sosyal hayattan kopmadan, yaşamdan zevk almasını, aktif, sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sürdürmesini hedeflemektedir. Araştırma sonuçlarında da görüldüğü üzere, sosyal medya kullanımının, yaşlı bireylerin algılanan sosyal destek, psikolojik iyi oluş ve yaşam kalitelerini artırdığı görülmektedir. Araştırmanın sonuçları, ülkemizde yaşlı bireylerin sosyal destekleri ile psikolojik iyi oluşlarının desteklenmesi ve yaşam kalitelerinin

artırılması amacıyla geliştirilecek politikalar için önemli bir bulgudur. Kamu adına yaşlılara yönelik hizmetler üreten Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı ile bu alanda çalışmalar yürüten yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşlarının yaşlı bireylerin teknolojiye erişimi ve sosyal medya kullanımına teşvik edici çalışmalar yürütmesinin yaşlıların yaşam kalitesini, sosyal desteklerini ve psikolojik iyi oluşlarını destekleyeceği düşünülmektedir.

### **5.3. Öneriler**

Bu başlık altında, araştırma sonuçlarından yola çıkılarak uygulayıcılara ve araştırmacılara ilişkin bazı önerilerde bulunulmuştur.

#### **5.3.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler**

1. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından resmi huzurevlerinde kalan yaşlı bireylere kesintisiz ve ücretsiz internetin sağlanması önerilmektedir.
2. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, sivil toplum örgütleri, yerel yönetimler ve üniversitelerle iş birliği içerisinde projeler yaparak, resmi huzurevlerinde kalan yaşlılara yönelik sosyal medya okuryazarlığıyla ilgili eğitimlerin verilmesi sağlanabilir.
3. Yaşlılıkla birlikte bireylerin yakınları ve arkadaşlarıyla yüz yüze görüşmelerinde azalma olmaktadır. Bu nedenle huzurevlerinde kalan yaşlı bireylerin aile üyeleri, yakınları ve arkadaşlarıyla iletişimlerini ve ilişkilerini sürdürebilmeleri için sosyal medya kullanımının teşvik edilmesi önerilmektedir.
4. Yaşlılıkla birlikte fiziksel kısıtlılık ile kronik hastalıklar artmakta ve yaşlı bireyler daha sık hastaneye gitmektedir. Bu nedenle yaşlılara yönelik bütün sağlık kuruluşlarında görüntülü muayene hizmeti sağlanabilir.
5. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı tarafından huzurevlerinde çalışan meslek elemanlarına yönelik yaşlı bireylerde sosyal medya kullanımının ruhsal ve fiziksel sağlıkları ile sosyal ilişkileri ve sosyal yaşamları üzerindeki etkisiyle ilgili eğitimlerin verilmesi, meslek elemanlarının da bu konuda yaşlılara eğitimler vermeleri önerilmektedir.
6. Huzurevinde kalan ancak akıllı telefonu ya da bilgisayarı olmadığı için sosyal medya platformlarını kullanamayan yaşlı bireyler için Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın huzurevlerine bilgisayar odası kurması önerilmektedir.

### 5.3.2. Araştırmacılar İçin Öneriler

1. Yaşlıların sosyal medya kullanımıyla ilgili çalışmaların yetersizliği nedeniyle araştırmacıların yeni çalışmalar yapmaları önerilmektedir.
2. Bu araştırmanın nitel deseninde sosyal medya kullanan yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluş, algılanan sosyal destek ve yaşam kalitesi deneyimleri bağlamında ele alınmıştır. Yaşlıların sosyal medya kullanımının farklı değişkenlerle ilgili deneyimlerinin ele alındığı araştırmaların yapılması önerilmektedir.
3. Resmi ve özel huzurevlerinde kalan yaşlıların sosyal medya kullanımlarıyla ilgili karşılaştırılmalı araştırmaların yapılması bu alana katkı sağlayabilir.
4. Bu araştırma yaşlı bireylerde sosyal medya kullanımının psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kalitesi üzerine etkisinin değerlendirilmesi kapsamında 302 yaşlı birey ile çalışılmış olmasına karşın İstanbul ilindeki resmi huzurevleri ile sınırlı tutulmuştur. Gelecekte yapılacak olan çalışmalarda genelleme yapılabilmesi için farklı illerde daha büyük örnekleme huzurevinde kalan yaşlılarla tekrarlanması önerilmektedir.

## KAYNAKÇA

- 65 Yaşını Doldurmuş Muhtaç, Güçsüz ve Kimsesiz Türk Vatandaşlarına Aylık Bağlanması Hakkında Kanun. (1976). <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/1.5.2022.pdf> [16 Nisan].
- Abolfathi, M., vd. (2022). Identification of The Opportunities and Threats of Using Social Media Among Iranian Adolescent Girls. *Heliyon*, 8(4): 1-8.
- Ahmed, H. A. A. E. K. & Mohamed, B. E. S. (2022). Relationship Between Morality, Happiness and Social Support Among Elderly People. *Middle East Current Psychiatry*: 29(1): 1-15
- Akbaş, E., Taşdemir Yiğitoğlu, G. ve Çunkuş, N. (2020). Yaşlılıkta Sosyal İzolasyon ve Yalnızlık. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(26): 4540-4562.
- Akkök, İ.C. (2022). *Sosyal Medya Bağımlılığı ile Sosyal Medya Haberlerine Güven Arasındaki İlişki: Cinsiyetin Düzenleyici Rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Aközer, M., Nuhurat, C. ve Say, Ş. (2011). Türkiye'de Yaşlılık Dönemine İlişkin Beklentiler Araştırması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 27(27): 103-128.
- Al Yasarı, H. W.A. & Değer, T. B. (2022). Factors Affecting the Quality of Life of the Elderly in Iraq and Türkiye and Differences Between the Two Cultures. *Journal of Economy Culture and Society*, 66: 133-143.
- Alamer, A. & Al Khateeb, A. (2023). Effects of Using The Whatsapp Application on Language Learners Motivation: A Controlled Investigation Using Structural Equation Modelling. *Computer Assisted Language Learning*, 36(1-2): 149-175.
- Alhabash, S. & Ma, M. (2017). A Tale of Four Platforms: Motivations And Uses of Facebook, Twitter, Instagram, And Snapchat Among College Students? *Social Media+ Society*, 3(1): 1-13.

- Ali, A. & Hazarika, P. K. (2016). Gender, Quality of Life And Perceived Social Support Among Rural Elderly Population: A Study From Sonitpur District, Assam. *Indian Journal of Gerontology*, 30(4), 441-451.
- Altay, B., Çavuşoğlu, F. ve Çal, A. (2016). Yaşlıların Sağlık Algısı, Yaşam Kalitesi ve Sağlıkla İlgili Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(3): 181-189.
- Altınay Bor, H. (2018). *Ergenlerde Sosyal Medyaya Yönelik Tutum, Sosyal Medya Kullanımında Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkiler* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Altıparmak, S. (2009). Huzurevinde Yaşayan Yaşlı Bireylerin Yaşam Doyumu, Sosyal Destek Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 23(3): 159-164.
- Altun, Z. (2021). Yaşlılara Yönelik Sosyal Politikalar ve Sosyal Hizmetler: Sivil Toplum Kuruluşları Üzerinden Bir Değerlendirme. *Toplumsal Politika Dergisi*, 2(1): 30-44.
- Altunay, Z. (2020). *Sosyo-Kültürel Değişme Açısından Yaşlı, Yaşlılık ve Yaşlı Bakımı (Zonguldak Örneği)* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Ardahan, M. (2006). Sosyal Destek ve Hemşirelik. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2): 68-75.
- (2010). Yaşlılık ve Huzurevi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20): 25-32.
- Artan, T. (2017). *Yaşlılarla Sosyal Hizmet*, Ankara: SABEV.
- Artan, T. ve Irmak, H. S. (2018). Huzurevindeki Yaşlıların Huzurevinde Yaşlanmaya İlişkin Bakış Açılarının Değerlendirilmesi: İstanbul Bahçelievler, Zeytinburnu ve Sultangazi Huzurevi Örneği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 29(2): 51-70.
- Arun, Ö. (2023). Yüz Yılda Yaşlanmak. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 6(1): 1-2.

- Aşantugrul, N. (2020). *Bilişsel-Davranışçı Yaklaşıma Dayalı Psikoeğitim Programının Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerine Etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Avcı, K. ve Pala, K. (2004). Uludađ Üniversitesi Tıp Fakóltesinde Çalışan Araştırma Görevlisi ve Uzman Doktorların Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi. *Uludađ Üniversitesi Tıp Fakóltesi Dergisi*, 30(2): 81-85.
- Ayan Gürsoy, E. (2019). *Kurumsal İletiliimde Yeni Bir Platform Olarak Sosyal Medya Kullanımı: İBB Örneği* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydıner Boylu, A. ve Paçacıoğlu, B. (2016). Yaşam Kalitesi ve Göstergeleri. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi (Akad)*, 8(15): 137-150.
- Aydoğan, E. (2022). *Yaşlı Bireylerin Sosyal Medya Kullanımı, Yaşam Doyumu, Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Karabük.
- Ayrancı, Ü., vd. (2005). Eskişehir’de Yaşlıların Sosyoekonomik Özellikleri ve Sağlık Durumları. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 14(5): 113-119.
- Badia, M., vd. (2013). The Influence of Participation in Leisure Activities on Quality of Life in Spanish Children and Adolescents With Cerebral Palsy. *Research in Developmental Disabilities*, 34(9): 2864-2871.
- Baig, R. B. ve Chang, C. W. (2020). Formal and İnformal Social Support Systems For Migrant Domestic Workers. *American Behavioral Scientist*, 64(6): 784-801.
- Baltacı, A. (2018). Nitel Araştırmalarda Örnekleme Yöntemleri ve Örnek Hacmi Sorunsalı Üzerine Kavramsal Bir İnceleme. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1): 231-274.
- (2019). Nitel Araştırma Süreci: Nitel Bir Araştırma Nasıl Yapılır? *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(2): 368-388.

- Battal, F. ve Seyrek, E. (2022). Akademik İyimserlik ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisinde Sosyal Aylaklığın Rolü. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 12(3): 1407-1426.
- Bayrakçı, O. (2021). Yaşlılık Ve Yaşlı Bireylerin Sosyal Medya Kullanımı. F. Altun (Der.), *Ekonomik ve Sosyal Boyutlarıyla Yaşlılık*, Ankara: Gazi Kitabevi, 141-158.
- Bekman, M. (2022). Halkla İlişkiler Uygulamalarında Nicel Araştırma Yöntemi: İlişkisel Tarama Modeli. *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 6(16): 238-258.
- Bélangier, E., vd. (2016). Sources of Social Support Associated with Health and Quality of Life: A Cross-Sectional Study Among Canadian and Latin American Older Adults. *BMJ Open*, 6(6): 1-10.
- Belediye Kanunu. (2005). <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/1.5.5393.pdf> [13 Ocak].
- Bell, C., vd. (2013, May). Examining Social Media Use Among Older Adults. In *Proceedings of the 24th ACM Conference on Hypertext and Social Media*. Paris, France.
- Bennett, K. M. (2005). Psychological Wellbeing in Later Life: The Longitudinal Effects of Marriage, Widowhood and Marital Status Change. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 20(3): 280-284.
- Bianchi, C. (2021). Exploring How İnternet Services Can Enhance Elderly Well-Being. *Journal of Services Marketing*, 35(5): 585-603.
- Bozkurt, G. Ş. (2020). *Sosyal Medyada Parasosyal Etkileşim: Sosyal Medya Fenomenlerinin Tüketicilerin Marka Algısına Etkisinin Değerlendirilmesi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Bozoğlu, B. (2022). *Social Media Experiences of Adults Over 65 During Covid-19 Pandemic* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bilkent Üniversitesi, İktisadi ve Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Brewer, R. N., vd. (2021). Challenging Passive Social Media Use: Older Adults as Caregivers Online. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 5(CSCW1): 1-20.
- Brink, H.I.L. (1993). Validity And Reliability and Qualitative Research, *Curations*, 16(2): 35-38.
- Bulduk, E. Ö. (2014). Yaşlılık ve Toplumsal Değişim. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 182(182): 53-60.
- Bulucu, G.D. (2012). *Sosyoekonomik Düzeyi Düşük Bir Bölgede Evde Yaşayan Yaşlıların Bakım Gereksinimleri* (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Buluş, E.S. (2022). *İleri Yaşlarda Sosyal Yaşam ve Yaşlı Refahı: Ebeveyn Olmayan Yaşlıların Deneyimi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Karabük.
- Busetto, L., Wick, W. & Gumbinger, C. (2020). How to Use and Assess Qualitative Research Methods. *Neurological Research and Practice*, 2: 1-10.
- Büyükşehir Belediyesi Kanunu. (2004). <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=5216&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5> [13 Nisan].
- Calman, K. C. (1984). Quality of Life in Cancer Patients-an Hypothesis. *Journal of Medical Ethics*, 10(3): 124-127.
- Ceyhun, A. T. (2009). *Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuklarla Çalışan Öğretmenlerde İş Stresi, Algılanan Sosyal Destek ve İş Doyumu* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Chalise, H. N. (2019). Aging: Basic Concept. *Am J Biomed Sci & Res*, 1(1): 8-10.
- Chamuah, A. & Sankar, R. (2017). Psychological Wellbeing Among Elderly People. *International Journal of Interdisciplinary and Multidisciplinary Studies*, 4(2): 213-216.
- Chen, H. W. J., vd. (2023). Trends in Health Communication: Social Media Needs and Quality of Life Among Older Adults in Malaysia. *In Healthcare*, 11(10): 1-16.

- Cornejo, R., Tentori, M. & Favela, J. (2013). Enriching in-Person Encounters Through Social Media: A Study on Family Connectedness for the Elderly. *International Journal of Human-Computer Studies*, 71(9): 889-899.
- Coşkun, R., Altunışık, R. ve Yıldırım, E. (2017). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri SPSS Uygulamalı*, Sakarya: Sakarya Yayıncılık.
- Coto, M., vd. (2017, July). Social Media and Elderly People: Research Trends. *In Social Computing and Social Media. Applications and Analytics: 9th International Conference*. Vancouver, BC, Canada.
- Cotten, S. R., Schuster, A. M. & Seifert, A. (2022). Social Media Use and Well-Being Among Older Adults. *Current Opinion in Psychology*, 45: 1-12.
- Creswell, J. W. (2006). Understanding Mixed Methods Research. [https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/10982\\_Chapter\\_4.pdf](https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/10982_Chapter_4.pdf) [25 Nisan].
- Creswell, J. W. & Plano Clark. W.L. (2006). Understanding Mixed Methods Research. *Designing and Conducting Mixed Methods Research*, 1(1): 1-19.
- Creswell, J.W. & Plano Clark, V.L. (2006). Karma Yöntem Araştırmaları (Y. Dede, S.B. Demir, Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Creswell, J. W., vd. (2007). Qualitative Research Designs: Selection and Implementation. *The Counseling Psychologist*, 35(2): 236-264.
- Crocco, E. A., vd. (2017). Pharmacological Management of Anxiety Disorders in the Elderly. *Current Treatment Options in Psychiatry*, 4: 33-46.
- Czaja, S. J., vd. (2018). Improving Social Support for Older Adults Through Technology: Findings From The Prism Randomized Controlled Trial. *The Gerontologist*, 58(3): 467-477.
- Çalışkan, M. ve Mencik, Y. (2015). Değişen Dünyanın Yeni Yüzü: Sosyal Medya. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (50): 254-277.
- Çalışkan, N. (2019). *Ruh Sağlığı Sorunu Olan Hastalarda İçselleştirilmiş Damgalama, Sosyal Destek ve Bunların Tedaviye Uyuma Etkisi*

- (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Fen Bilimleri Eğitim Enstitüsü, Nevşehir.
- Çavuş, F.Ö. (2013). *Yaşlılara Yönelik Evde Bakım Hizmetlerinin Değerlendirilmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Çetinkaya, F.Ö. (2019). *Sosyal Medya Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun Kişinin Tatil Satın Alma Niyetine Etkisi* (Yayınlanmış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çevik Akyıl, R., vd. (2018). Huzurevinde ve Evde Kalan Yaşlılarda Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Destek ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 21(1): 33-41.
- Dawot, N. I. M. & Ibrahim, R. (2014, September). A Review of Features And Functional Building Blocks of Social Media. In *2014 8th. Malaysian Software Engineering Conference (Mysec)*. Malaysia.
- Değer, T. B. ve Ordu, Y. (2022). Yaşlılarda Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler: Bir Taşra Örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2): 574-585.
- Deimling, G. T., vd. (2005). The Health of Older-Adult, Long-Term Cancer Survivors. *Cancer Nursing*, 28(6): 415-424.
- Devlet Planlama Teşkilatı (2007). Türkiye’de Yaşlıların Durumu ve Yaşlanma Ulusal Eylem Planı, DPT Yayınları, Ankara. 2741.
- Dhingra, M. & Mudgal, R. K. (2019, March). Historical Evolution of Social Media: An Overview. in *International Conference on Advances in Engineering Science Management & Technology (ICAESMT)*. Uttaranchal University, Dehradun, India.
- Dobarrio-Sanz, I., vd. (2023). Experiences of Poverty Amongst Low-Income Older Adults Living in a High-Income Country: A Qualitative Study. *Journal of Advanced Nursing*, 79(11): 4304-4317.
- Doğramacı, M. (2019). *Yaşlılık ve Yaşlıya Bakım Hizmetlerinin Kurumsal Örgütlenmesi (Kütahya Örneği)* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

- Dondurucu, Z. B. (2019). *Çevre Hareketi Bağlamında Sivil Toplum Örgütlerinin Sosyal Medya Platformlarında İletişim Süreci: Greenpeace Ve WWF Örneği* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Dorji, N., Dunne, M. & Gurung, M. (2019). Socio-Demographic Correlates of Psychological Well-Being Among Older Adults in Bhutan. *Environment and Social Psychology*, 4(2): 1-7.
- Easwaramoorthy, M. & Zarinpoush, F. (2006). Interviewing for Research. *Imagine Canada*, 425: 1-2.
- Edosomwan, S., vd. (2011). The History of Social Media and its Impact on Business. *Journal of Applied Management and Entrepreneurship*, 16(3): 79-91.
- Eker, D. ve Arkar, H. (1995). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34): 45-55.
- Eker, D., Arkar, H. ve Yıldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 12(1): 17-25.
- Erbil, D. D. ve Hazer, O. (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinde Yaşlıların İnternet ve Sosyal Medya Kullanımı Üzerine Nitel Bir Çalışma. Ö. Erduran Tekin (Der.), *Sosyal Bilimlerde COVID-19 Salgını*, Ankara, 43-56.
- Ercan Şahin, N. ve Emiroğlu, O. N. (2014). Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Yaşam Kalitesi ve Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 1(1): 57-66.
- Erebak, S. (2017). Bir Huzurevinde Arkadaşlık Ağı Analizi. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 1(2): 10-24.
- Filiz, H. (2021). Televizyonun ve Tik Tok'un Türk Aile Yapısı ile İlişkisi ve Kültürel Değerler Üzerindeki Rolü. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(78): 1080-1095.
- Forsman, A. K. & Nordmyr, J. (2017). Psychosocial Links Between Internet Use and Mental Health in Later Life: A Systematic Review of Quantitative and Qualitative Evidence. *Journal of Applied Gerontology*, 36(12): 1471-1518.

- Fu, L. & Xie, Y. (2021, September). The Effects of Social Media Use on The Health of Older Adults: An Empirical Analysis Based on 2017 Chinese General Social Survey. In *Healthcare* 9(9): 1-11.
- Geirdal, A. Ø., vd. (2021). Mental Health, Quality of Life, Wellbeing, Loneliness and Use of Social Media in A Time of Social Distancing During the COVID-19 Outbreak. A Cross-Country Comparative Study. *Journal of Mental Health*, 30(2): 148-155.
- Genç, Y. ve Barış İ. (2015). Yaşlı Bakım Hizmetlerinde Çağdaş Yaklaşım: Kurumsal Bakım Yerine Evde Bakım Hizmetlerinin Güçlendirilmesi. *The Journal of Academic Social Science*, 3(10): 36-57.
- Ghosh, D. & Dinda, S. (2020). Determinants of the Quality of Life Among Elderly: Comparison Between China and India. *The International Journal of Community and Social Development*, 2(1): 71-98.
- Glass, V. Q. & Few-Demo, A. L. (2013). Complexities of Informal Social Support Arrangements for Black Lesbian Couples. *Family Relations*, 62(5): 714-726.
- Goswami, S., vd. (2010). Using Online Social Networking to Enhance Social Connectedness and Social Support For the Elderly. In: *International Conference on Information*. AIS Electronic Library (AISEL).
- Göker, H., Tekedere, H. ve Arpacı, F. (2020). Evde Yaşayan Yaşlılarda Yalnızlık Algısı İle Sosyal Medya Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Third Sector Social Economic Review*, 55(3): 1631-1644.
- Görgün Baran, A. & Öztekin Alpaydın, M. (2020). A Qualitative Study on Skills of Elders to Use Digital Technology Products from Digital Divide Perspective. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(2): 107-122.
- Güler, E. (2022). *Yalnız Yaşayan Yaşlıların Yaşlılık Algıları, Yaşam Deneyimleri Ve Gereksinimleri* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gülyüksel Akdağ, F. ve Cihangir Çankaya, Z. (2015). Evli Bireylerde Psikolojik İyi Oluşun Yordanması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3): 646-662.

- Gümüş Demir, Z. (2020). Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi*, 6(1): 16-32.
- Gün, S. (2021). *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık, Yaşam Becerileri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Gürer, A., Küdür Çırpan, F. ve Atalan Özlen, N. (2019). Yaşlı Bakım Hizmetleri. *Sağlık Hizmetleri ve Eğitimi Dergisi*: 3(1): 1-6.
- Habibi, L., vd. (2020). The Relationship Between Social Media Usage and General Health in the Older People of Shiraz City in Iran. *Ageing International*, 46: 453-464.
- Hall, R. K., vd. (2020). Quality of Life in Older Adults Receiving Hemodialysis: A Qualitative Study. *Quality of Life Research*, 29(3): 655-663.
- Han, M., vd. (2021). Impact of Social Media on Health-Related Outcomes Among Older Adults in Singapore: Qualitative Study. *Jmir Aging*, 4(1): 1-12.
- Hanbay, Y. H. ve Yıldırım, E. (2023). Genç ve Yaşlı Yetişkinlerdeki Sosyal Medya Kullanımının Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisi. *Social Review of Technology and Change*, 1(1): 34-51.
- Haris, N., vd. (2014, September). The Role of Social Media in Supporting Elderly Quality Daily Life. In *2014 3rd International Conference on User Science and Engineering (I-User)*. Universiti Teknologi MARA, Malaysia.
- Harmancı, M. (2021). *Y Ve Z Kuşaklarında Sosyal Medya Bağımlılığı ve Sosyal Medyada Narsisizm* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). KTO Karatay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Konya.
- Harrison, R. L., Reilly, T. M. & Creswell, J. W. (2020). Methodological Rigor in Mixed Methods: An Application in Management Studies. *Journal of Mixed Methods Research*, 14(4): 473-495.
- Hatipoğlu Şahin, B. ve Tereci, A. (2021). Konut ve Çevresi Kavramına Yaşam Kalitesi Bağlamındaki Yaklaşımların Değerlendirilmesi. *İdealkent*, 12(33): 852-872.

- Hew, K. F. (2011). Students' and Teachers' Use of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 27(2): 662-676.
- Heydari, J., Rouhani, S. & Mohammadpour, R. A. (2012). Aging Populations' Quality Of Life: An Emerging Priority for Public Health System in Iran. *Life Science Journal*, 9(4): 1304-09.
- Ho, R. (2014). *Multivariate Data Analysis With Ibm Spss* (2nd Ed.). Boca Raton: Crc Press.
- Hope, A., Schwaba, T. & Piper, A. M. (2014, April). Understanding Digital and Material Social Communications for Older Adults. In *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors In Computing Systems*. Toronto, Canada.
- Howard, P. N. & Parks, M. R. (2012). Social Media and Political Change: Capacity, Constraint and Consequence. *Journal of Communication*, 62(2): 359-362.
- Hryhorivna, O. H. O. & Spivak, L. M. (2018). Psychological Well-Being of Elderly People: The Social Factors. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 8(1): 163-176.
- Hunsaker, A., Hargittai, E. & Piper, A. M. (2020). Online Social Connectedness and Anxiety Among Older Adults. *International Journal of Communication*, 14: 697-725.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-Being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2): 137-164.
- Hutto, C. J., vd. (2015). Social Media Gerontology: Understanding Social Media Usage Among Older Adults. In *Web Intelligence*, 13(1): 69-87.
- Huzurevleri İle Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri Yönetmeliği. (2001). <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=4414&MevzuatTur=7&MevzuatTertip=5> [13 Şubat].
- Iqbal, S., vd. (2016). Social Media as Assistive Technology for Elderly. *Journal of Basic & Applied Sciences*, 12: 211-222.
- İçli, G. (2008). Yaşlılar ve Yetişkin Çocuklar. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(1): 29-38.

İl Özel İdaresi Kanunu. (2005).

<https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/1.5.5302.pdf> [13 Haziran].

İnce, M. ve Koçak, M. C. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları: Necmettin Erbakan Üniversitesi Örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2): 736-749.

İskender, A. (2018). *Boş Zamanda Sıkılma Algısı İle Üniversite Öğrencilerinin Riskli Davranışları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesinde Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Araçlarının Rolü* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Jaul, E. & Barron, J. (2017). Age-Related Diseases and Clinical and Public Health Implications for the 85 Years Old and Over Population. *Frontiers in Public Health*, 5: 1-7.

Jiang, Q., vd. (2022). Prevalence and Associated Factors of Dry Skin Among Older Inpatients in Hospitals and Nursing Homes: A Multicenter Cross-Sectional Study. *International Journal of Nursing Studies*, 135: 1-8.

Kabakcı, M. (2022). *Huzurevindeki Yaşlılara Uygulanan Bahçecilik Faaliyetlerinin Psikolojik İyi Oluş ve Depresyona Etkisi: Tek Kör Randomize Kontrollü Çalışma* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ordu.

Kaçan Softa, H. (2015). Evde ve Huzurevinde Kalan Yaşlıların Fizyolojik, Psikolojik ve Sosyal Yönden İncelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 8(2): 63-76.

Kalınkara, V. ve Sarı, İ. (2019). Yaşlılarda Sosyal Ağ Kullanımı ve Yalnızlık İlişkisinin Belirlenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(1): 8-19.

Kalınkara, V. ve Sarı, İ. (2023). Yaşlı Bireylerin Sosyal Medya Kullanımı ve Yaşlanma Algısı. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 27(1): 87-102.

Kalmus, V., Realo, A. & Siibak, A. (2011). Motives for Internet Use and Their Relationships with Personality Traits and Socio-Demographic Factors. *Trames: A Journal of The Humanities and Social Sciences*, 15(4): 385-403.

- Kapıkıran, Ş. (2016). Yaşlılarda Yalnızlık ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki: Sosyal Desteğin Aracılık Rolünün Sınanması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(1): 13-25.
- Kaplan N. (2022). *Çocukluk Çağı Travmaları İle Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Yoganın Düzenleyici Rolü* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Kaplan, A.M. ve Haenlein, M. (2010). Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1): 59-68.
- Karakuş, B. (2018). Türkiye’de yaşlılara yönelik hizmetler, kurumsal yaşlı bakımı ve kurumsal yaşlı bakımında illerin durumu, T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Ankara.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kelleher, C. J., vd. (1997). A New Questionnaire to Assess the Quality of Life of Urinary İncontinent Women. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, 104(12): 1374-1379.
- Kerr, G. D. (1993). Quality of Life—A Personal View. *Scandinavian Journal of Gastroenterology*, 28: 14-15.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D. & Ryff, C. D. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6): 1007-1022.
- Khaje-Bishak, Y., vd. (2014). Assessing The Quality of Life İn Elderly People and Related Factors in Tabriz, İran. *Journal of Caring Sciences*, 3(4): 257-263.
- Khalaf Khalaf, M. A. & Değer, T. B. (2023). Evaluation of Quality of Life in the Elderly Who Have Fallen. *Journal of Surgery & Medicine (Josam)*, 7(1): 95-100.
- Khalil, A., vd. (2018). Exploring User’s Sharing Patterns on Multiple Social Media Platforms. *International Conferences e-Health 2018; ICT, Society, and Human Beings 2018; and Web Based Communities and Social Media 2018*. Madrid, Apain.

- Khandre, R. R., Raut, A. & Mundra, A. (2023). Social Support Status of The Elderly Population in Selected Villages in a Central India District. *Indian Journal of Community Medicine*, 48(2): 291-296.
- Khuhro, R. A., Memon, B. & Fatima, T. (2023). Social Media Use Among Elderly People in Latifabad, Hyderabad, Pakistan. *Journal of Emerging Social Scientist*, 3(1): 1-12.
- Khumalo, I. P., Temane, Q. M. & Wissing, M. P. (2012). Socio-Demographic Variables, General Psychological Well-Being and the Mental Health Continuum in an African Context. *Social Indicators Research*, 105: 419-442.
- Kılıç, M. (2019). *Psikodrama Grup Terapisinin Eş Bağımlıların Psikopatolojileri, Stresle Başa Çıkma Biçimleri, Benlik Saygıları, Algılanan Sosyal Destek ve Eş Bağımlılığa Etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kızılkaya, Z. Z. (2022). Gençlerin TikTok Kullanım ve Doyumu Üzerine Nitel Bir Araştırma. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1): 231-247.
- Kim, J. & Lee, J.E. (2018). Social Support and Health-Related Quality of Life Among Elderly Individuals Living Alone in South Korea: A Cross-Sectional Study. *Journal of Nursing Research*, 26(5): 316-323.
- Kim, Y. K. & Fingerman, K. L. (2022). Daily Social Media Use, Social Ties, and Emotional Well-Being in Later Life. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(6): 1794-1813.
- Koldaş, Z. L. (2017). Yaşlılık ve Kardiyovasküler Yaşlanma Nedir. *Türk Kardiyoloji Derneği*, 45(5): 1-4.
- Küçük, U. ve Karadeniz, H. (2021). Yaşlanmaya Bağlı Bireylerde Görülen Fizyolojik, Ruhsal, Sosyal Değişiklikler ve Korunmaya Yönelik Önlemler. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 14(2): 96-103.
- Küçükdeveci, A.A. (2005). Rehabilitasyonda Yaşam Kalitesi. *Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi*, 51(2): 23-29.
- Lapid, M. I., vd. (2011). Improvement of Quality of Life in Hospitalized Depressed Elderly. *International Psychogeriatrics*, 23(3): 485-495.

- Larson, R., Mannell, R., & Zuzanek, J. (1986). Daily Well-Being Of Older Adults With Friends And Family. *Psychology And Aging, 1*(2), 117-126.
- Leblebici, M. (2022). *Ruhsal Hastalığa Sahip Bireylerde İçselleştirilmiş Damgalanma Ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Lee, B., Chen, Y. & Hewitt, L. (2011). Age Differences in Constraints Encountered by Seniors in Their Use Of Computers and the İnternet. *Computers in Human Behavior, 27*(3): 1231-1237.
- Lena, A., vd. (2009). Health and Social Problems of the Elderly: A Cross-Sectional Study in Udupi Taluk, Karnataka. *Indian Journal of Community Medicine: Official Publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine, 34*(2): 131-134.
- Lietsala, K. & Sirkkunen, E. (2008). *Social Media: Dntrouction to the Tools and Processes of Participatory Economy*, Finland: Tampere University Press.
- Madathil, K. C., vd. (2015). Healthcare İnformation on Youtube: A Systematic Review. *Health İnformatics Journal, 21*(3): 173-194.
- Mahmud, M. A., vd. (2020). Social Support Among Older Adults in Malaysia. *Geriatrics & Gerontology International, 20*: 63-67.
- Mannan, S. & Afni, M. (2020). Best Practices of Semi-Structured İnterview Method. *Chittagong Port Authority, 1*-12.
- Maqbool, H. & Ullah, R. (2021). Social Media Usage and Social Support as Drivers of Quality of Life in Elderly People. Evidence From Pakistan. *Journal of Research and Reviews in Social Sciences Pakistan, 4*(1): 1210-1231.
- Mcombe, G., vd. (2018). Identified Mental Disorders in Older Adults in Primary Care: A Cross-Sectional Database Study. *European Journal of General Practice, 24*(1): 84-91.
- Melchiorre, M. G., vd. (2013). Social Support, Socio-Economic Status, Health and Abuse Among Older People in Seven European Countries. *Plos One, 8*(1): 1-10.

- Metin, O. (2016). Sosyal Medyanın Siyasal Toplumsallaşmaya Etkileri: Bir Alan Araştırması. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(2): 221-267.
- Milovich, M. & Burleson, D. (2017, August). Quality of Life: Older Adults and The Role of Social Media. *Twenty-third Americas Conference on Information Systems*. Boston.
- Milte, C., vd. (2013). What's Important in Defining Quality of Life for Older People. An Exploratory Study of the Views of Older South Australians. *Flinder Center for Clinicalchange and Health Care Research*. 1-23.
- Mittal, A., vd. (2019). Assessment of Quality of Life of The Elderly Living in Rural and Urban Areas of Ambala District: A Comparative Study. *Journal of Mid-Life Health*, 10(4): 173-178.
- Momenabadi, V., vd. (2018). Socio-Demographic Determinants of Quality of Life Among Older People, a Population-Based Study. *Elderly Health Journal*, 4(2): 60-67.
- Momtaz, Y. A., vd. (2011). Sociodemographic Predictors of Elderly's Psychological Well-Being in Malaysia. *Aging & Mental Health*, 15(4): 437-445.
- Mukherjee, P., Ghosh, A. & Dasgupta, S. (2022). Role of Leisure Activity in Quality of Life and Meaning in Life of Male and Female Older Adults. *Journal of Geriatric Mental Health*, 9(1): 4-8.
- Müezzinoğlu, T. (2005). Yaşam Kalitesi. *Üroonkoloji Bülteni*, 1: 25-29.
- Nadzira, N., Setiyawan, S. & Wiyarni, W. (2020). Revealing Online Media Marketing Communication Strategies on Instagram and Whatsapp During COVID-19 Pandemic (Case Study at MSME in Malang, East Java, Indonesia). *International Journal of Business Marketing and Management (IJBMM)*, 5(11): 84-92.
- Nalbant, S. (2008). Yaşlılıkta Fizyolojik Değişiklikler. *Nobel Medicus Journal*, 4(2): 4-11.
- Nam, S. J. (2021). Mediating Effect of Social Support on the Relationship Between Older Adults' Use of Social Media and Their Quality-of-Life. *Current Psychology*, 40(9): 4590-4598.

- Netuveli, G. & Blane, B. (2008) Quality of Life in Older Ages. *British Medical Bulletin*, 85(1): 113-126.
- Ngamaba, K. H., vd. (2023). Participation in Leisure Activities and Quality of Life of People with Psychosis in England: A Multi-Site Cross-Sectional Study. *Annals of General Psychiatry*, 22(1): 1-12.
- Norbeck, J. S. & Tilden, V. P. (1988). International Nursing Research in Social Support: Theoretical and Methodological Issues. *Journal of Advanced Nursing*, 13(2): 173-178.
- Odabaşı, H. F., Kuzu, A. ve Günüç, S. (2013). 21. Yüzyıl Öğrenci Özelliklerinin Öğretmen Adayları Tarafından Tanımlanması: Bir Twitter Uygulaması. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 9(4): 436-455.
- Oğlak, S. (2011). Türkiye'de Yaşlı Bireylerin Bakım Gereksinimlerine Yönelik Yaşadığı Ortamda Sunulacak Bakım Modelleri. *Is, Güc: The Journal of Industrial Relations & Human Resources*, 13(4): 113-129.
- O'Leary, K., vd. (2020). Towards Understanding How Individuals with Inflammatory Bowel Disease Use Contemporary Social Media Platforms For Health-Related Discourse. *Computers In Human Behavior*, 112: 1-11.
- Oshio, T., vd. (2020). Association Between the Use of Social Networking Sites, Perceived Social Support, and Life Satisfaction: Evidence From a Population-Based Survey in Japan. *Plos One*, 15(12): 1-17.
- Önder, Ö. ve Gümüşkaya, H. (2011). Architectural Platform: A Social Network Site for Architects. *Procedia Computer Science*, 3: 469-473.
- Özbay, C. (2021). *Sosyolojik Boyutlarıyla Mersin'de Yaşam Kalitesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Özçelik, N. (2017). *Evde Bakım Hizmeti Alan Yaşlılar İle Huzurevinde Kalan Yaşlıların Sosyal Destek Ve Yalnızlık Durumlarının İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Özdemir, E. (2022). *Sosyal Medya Pazarlama Algısı ve Sosyal Medya Bağımlılığının Plansız Satın Alma Davranışı Üzerindeki Etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Özen Çınar, İ. ve Kartal, A. (2008). Yaşlılarda Depresif Belirtiler ve Sosyo-Demografik Özellikler İle İlişkisi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 7(5): 399-404.
- Özmete, E. (2010). Aile Yaşam Kalitesi Dinamikleri: Aile İletişimi, Ebeveyn Sorumlulukları, Duygusal, Duygusal Refah, Fiziksel/Materyal Refahın Algılanması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(11): 455-465.
- Özvurmaz, S. (2018). Yaşlı Bireylerin Yalnızlık Düzeyleri ve Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişki. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(3): 118-125.
- Parida, V., Mostaghel, R. & Oghazi, P. (2016). Factors for Elderly Use of Social Media for Health-Related Activities. *Psychology & Marketing*, 33(12): 1134-1141.
- Patrão, A. L., Alves, V. P. & Neiva, T. S. (2018). Psychosocial Factors Associated with Perceived Social Support in Brazilian Older People. *Rev. Int. Psicol*, 52: 194-201.
- Pinquart, M. & Sörensen, S. (2000). Influences Of Socioeconomic Status, Social Network, and Competence on Subjective Well-Being in Later Life: A Meta-Analysis. *Psychology And Aging*, 15(2): 187-224.
- Polat, O. (2016). *Eğitsel Sosyal Medya Platformları ve Edmodo Örnek Uygulaması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Polat, Ü. ve Bayrak Kahraman, B. (2013). Yaşlı Bireylerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Fırat Tıp Dergisi*, 18(4): 213-218.
- Poulin, J., vd. (2012). Perceived Family and Friend Support and The Psychological Well-Being of American and Chinese Elderly Persons. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 27: 305-317.
- Qadri, S. S., vd. (2013). An Epidemiological Study on Quality of Life Among Rural Elderly Population of Northern India. *Int J Med Sci Public Health*, 2(3): 514-522.

- Quan-Haase, A., Mo, G. Y. & Wellman, B. (2017). Connected Seniors: How Older Adults in East York Exchange Social Support Online and Offline. *Information, Communication & Society*, 20(7): 967-983.
- Quinn, K. (2018). Cognitive Effects Of Social Media Use: A Case of Older Adults. *Social Media+ Society*, 4(3): 1-9.
- Rachtham, P., Techatassanasoontorn, A. & Kaewkitipong, L. (2022). Old But Not Out: Social Media Use and Older Adults' Life Satisfaction. *Australasian Journal of Information Systems*, 26: 1-28.
- Radovanovic, I., vd. (2017). Quality Of Life--Lifelong Education Platform. *Universal Journal of Educational Research*, 5: 188-195.
- Rhee, T. G., Marottoli, R. A., & Monin, J. K. (2021). Diversity of Social Networks Versus Quality of Social Support: Which Is More Protective for Health-Related Quality of Life Among Older Adults?. *Preventive Medicine*, 145: 1-9.
- Russo, A., vd. (2008). Participatory Communication with Social Media. *Curator: The Museum Journal*, 51(1): 21-31.
- Ruževičius, J. (2014, May). Quality of Life and of Working Life: Conceptions and Research. In *17th Toulon-Verona International Conference*. Liverpool John Moores University, England.
- Ryff, C. D. & Singer, B. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1): 14-23.
- Ryff, C. D. & Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9: 13-39.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6): 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4): 99-104.

- Ryff, C. D., vd. (1999). Forging Macro-Micro Linkages in the Study of Psychological Well-Being. C.D. Ryff, ve V.W. Marshall, (Eds.), *the Self and Society in Aging Processes*, 247-278.
- Rylands, D. & Van Belle, J. P. (2017, May). The Impact of Facebook on the Quality of Life of Senior Citizens in Cape Town. In *Information and Communication Technologies for Development: 14th Ifip Wg 9.4 International Conference on Social Implications of Computers in Developing Countries, Ict4d 2017, Yogyakarta, Indonesia*.
- Saitoğlu, C. (2018). *Bir Haber İletim Mecrası Olarak Sosyal Medya: 2015 Genel Seçim Sürecinde Yayınlanan Haberlerin Geleneksel Medya Ve Sosyal Medya Karşılaştırması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sánchez-Moreno, E., vd. (2014). Burnout, İnformal Social Support and Psychological Distress Among Social Workers. *The British Journal of Social Work*, 45(8): 2368-2386.
- Sanuade, O. A., Ibitoye, O. G. & Adebowale, A. S. (2014). Psychological Well-Being of the Elderly in Nigeria. *The Nigerian Journal of Sociology and Anthropology*, 12(1): 74-85.
- Saqlain, M., vd. (2021). Predictors of Health-Related Quality-of-Life Status Among Elderly Patients With Cardiovascular Diseases. *Value in Health Regional Issues*, 24: 130-140.
- Sarkar, S., Parmar, A. & Chatterjee, B. (2015). Substance Use Disorders in the Elderly: a Review. *Journal of Geriatric Mental Health*, 2(2): 74-82.
- Sarla, E., vd. (2020). Factors That İnfluence the Relationship Between Social Support and Health-Related Quality of Life of Older People Living in the Community. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 6: 1-10.
- Savaş, S. (2010). Avrupa ve Dünyada Gündüz Bakım Evleri. *Akademik Geriatri*, 132-136.
- Schellewald, A. (2021). Communicative Forms on Tiktok: Perspectives From Digital Ethnography. *International Journal of Communication*, 15: 1437-1457.

- Selçuk, N. (2022). *Yaşlılarda Kültürel Sermaye ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki: Malatya Örneği* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Sever, H. (2020). Yaşlı Bireylerin Geniş Aileden Kopuş Nedenleri ve Alternatif Yaşama Aranjanlarına Dair Algıları: Gaziantep Örneği. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(1): 1-9.
- Shen, T., vd. (2022). The Impact of Social Support on the Quality of Life Among the Older Adults in China: An Empirical Study Based on 2020 CFPS. *Frontiers In Public Health*, 10: 1-12.
- Silva, F., Alba Scortegagna, S. & Bertoletti De Marchi, A. C. (2018). Facebook as A Social Support Environment for Older Adults. *Universitas Psychologica*, 17(3): 194-204.
- Sinav, A. (2019). *65 Yaş ve Üzeri Bireylerin Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıklarının Kullanımlar ve Doyumlar Yaklaşımı Bağlamında İncelenmesi: Eskişehir İli Örneği* (Yayınlanmış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Sinav, A. (2020). Genç-Yaşlı, Orta-Yaşlı ve İleri-Yaşlı Bireylerin Sosyal Medya Kullanım Davranışlarının Karşılaştırmalı Analizi: Eskişehir İli Örneği. *Etkileşim*, (5): 116-145.
- Softa, H., Bayraktar, T. ve Uğuz, C. (2016). Yaşlı Bireylerin Algılanan Sosyal Destek Sistemleri, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Etkileyen Faktörler. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(1): 1-12.
- Solmaz, T. ve Altay, B. (2019). Yaşlılara Yönelik Evde Bakım Hizmetleri. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 6(2): 150-157.
- Soukup, P. A. (2014). Looking at, Through, and with YouTube. *Colloge of Arts Sciences*, 33(3): 3-34.
- Soysal, G. (2020). Koronavirüs Salgını ve Yaşlılık. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5): 290-301.
- Sözen, M. (2020). *Lise Öğrencilerinde Beden Memnuniyeti İle Soysal Medya Bağımlılığı ve Sosyal Medya Tutumu İlişkisi Etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek

Lisans Tezi). Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bolu.

Spitzer, A., Bar-Tal, Y. & Colander, H. (1995). Social Support: How Does it Really Work?. *Journal of Advanced Nursing*, 22(5): 850-854.

Srivastava, A. & Mohanty, S. K. (2012). Poverty Among Elderly in India. *Social Indicators Research*, 109: 493-514.

Steptoe, A., Deaton, A. & Stone, A. A. (2015). Psychological Wellbeing, Health and Ageing. *Lancet*, 385: 640-648

Sunay, E. ve Harmancı, H. (2022, Mart). Sosyal Medya Kullanımı, Yaşlılarda İyi Hissetmek İçin Bir Araç Olabilir Mi? 4. *Uluslararası Pozitif Psikoloji Kongresi*, KTO Karatay Üniversitesi, Konya.

Süllü, Z. (2019). Finansal Kuruluşların Sosyal Sorumluluk Faaliyetlerinde Sosyal Medya Kullanımı: Akbank, Garanti Bbva ve Türkiye İş Bankası Aş Örneği. *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 4(2): 250-269.

Sümer, F. E. (2017). Sosyal Medya Kullanım Pratikleri Üzerine Ampirik Bir Araştırma. *Global Media Journal TR Edition*, 8(15): 167-181.

Svraka, E., vd. (2017). Physical Therapy in Elderly Suffering From Degenerative Diseases. *Materia Socio-Medica*, 29(4): 272-276.

Şahin, B. & Yıldırım, A. (2019). Yaşlı Bireylerde İnternet Kullanımı ile Yaşam Doyumu, Algılanan Sosyal Destek ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(2): 97-106.

Şahin, Ö. U. (2022). Yaşam Kalitesi ve Eğitim İlişkisi: Türkiye Üzerine Bir Değerlendirme. *Journal of Awareness (Joa)*, 7(4): 179-197.

Talu E. (2019). Huzur Evlerine İlişkin Toplumsal Algı Üzerine Bir İkiem: “Beyaz Melek” Filmi, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(95): 157-170.

Taşan, R. (2018). *Kullanımlar ve Doyumlar Yaklaşımı Perspektifinden Yaşlıların Sosyal Medya Kullanım Motivasyonları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.

- Tatlılıoğlu, K. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Aylık Gelir Düzeyleri İle Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Bingöl Üniversitesi Örneği). *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(55): 1-15.
- Taylor, S. E. (2011). Social Support: A Review. H.S. Friedman (Eds.), *The Oxford Handbook of Health Psychology*, Oxford University Press, 189-214.
- Teke, M. (2022). *Eğitim ve Yaşam Kalitesi Göstergelerine Göre OECD Ülkelerinin İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kırklareli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırklareli.
- Tekedere, H. ve Arpacı, F. (2016). Orta Yaş ve Yaşlı Bireylerin İnternet ve Sosyal Medyaya Yönelik Görüşleri. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 20(2): 377-392.
- Tekindal, M. ve Uğuz Arsu, Ş. (2020). Nitel Araştırma Yöntemi Olarak Fenomenolojik Yaklaşımın Kapsamı ve Sürecine Yönelik Bir Derleme. *Ufku Ötesi Bilim Dergisi*, 20(1): 153-172.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3): 374-384.
- Teng, C. E. ve Joo, T. M. (2017). Analyzing The Usage of Social Media: A Study on Elderly in Malaysia. *International Journal of Humanities and Social Sciences*, 11(3): 737-743.
- Tereci, D., vd. (2016). Yaşlılık Kavramına Bir Bakış. *Ufku Ötesi Bilim Dergisi*, 16(1): 84-116.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29): 1-11.
- Toker, A. (2022). Sosyal Bilimlerde Nitel Veri Analizi İçin Bir Kılavuz. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (51): 319-345.
- Toper, F. (2017). *Huzurevinde Kalan Yaşlıların Algılanan Duygusal İstismar ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi: Çankırı Örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Toper, F. ve Özpolat, A. O. (2023). Yaşlılıkta Yaşam Kalitesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1): 341-351.
- Tuncay, A. C. (2012). Geciken Yaşlılık ve Zorunlu Emeklilik Üzerine. *Sosyal Güvenlik Dergisi*, 2(2): 84-102.
- Turan, N., Çulha, Y. & Yıldırım, S. (2023). Social Media Use of Older People Living in Nursing Homes and the Effect of Social Support on Successful Aging. *Gevher Nesibe Journal of Medical and Health Sciences*, 8(4): 1092-1100.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2022). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, [https://Data.Tuik.Gov.Tr/Bulten/Index?P=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2022-45587](https://Data.Tuik.Gov.Tr/Bulten/Index?P=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2022-45587) [16 Haziran].
- Türkiye’de Yaşlıların Durumu ve Yaşlanma Ulusal Eylem Planı. (2007). <https://www.aile.gov.tr/media/33628/turkiyede-yasli-larin-durumu-ve-yaslanma-ulusal-eylem-planı.pdf> [15 Haziran].
- Türkoğlu, N. ve Adıbelli, D. (2014). Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeğinin (CASP-19) Türk Toplumuna Adaptasyonu. *Akad Geriatri*, 6: 98-105.
- Ugalde, C., Acosta, M. I. & Carvallo, J. P. (2023). Social Media Usage by Elderly: Application of Technology Acceptance Model. *Brazilian Journal of Development*, 9(1): 5902-5918.
- Umutlu, S. ve Epik, M. T. (2019). Türkiye’de Yaşlı Nüfus ve Sosyal Politika Uygulamaları. *Sosyal ve Beşerî Bilimler Dergisi*, 11(1): 29-43.
- Uyar, M. (2019). *Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerini Yordamada Bağlanma Tarzları ve Bilişsel Duygu Düzenlemenin Rolünün İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uysal, M. T. (2020). Yaşlı Bireylerin Sosyalleşmesinde Dijital Teknolojinin Rolü: Dijital Yaşlılar Üzerine Bir Çalışma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (50): 43-59.
- Üçok, A. (2018). *Yaşlılık Olgusuna Yaşlıların Bakış Açısı ile Sosyolojik Bir Yaklaşım-Gaziantep’te Kamu ve Özel Huzurevleri Örnekleri ile* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.

- Ünal, V. (2019). Modernleşme Sürecinde Yaşlılık Düşüncesini Değiştiren Olgular- Toplumsal Yaşamın Kıyısında Kalan Yaşlılar. *Cumhuriyet Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 43(2): 275-298.
- Ünlü, D. (2019). *Yaşlıların Ekonomik İstismara Maruz Kalma Durumlarının İncelenmesi: İstanbul Bahçelievler Örneği* (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Wang, J., vd. (2018). Associations Between Loneliness and Perceived Social Support and Outcomes of Mental Health Problems: A Systematic Review. *BMC Psychiatry*, 18(1): 1-16.
- Wilhelmson, K., vd. (2005). Elderly People's Perspectives on Quality of Life. *Ageing & Society*, 25(4): 585-600.
- Winefield, H. R., vd. (2012). Psychological Well-Being and Psychological Distress: Is It Necessary to Measure Both? *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 2(1): 1-14.
- World Health Organization (WHO). *World Health Day 2012: Ageing And Health: Toolkit For Event Organizer. Instruments WHOQOL-SRPB Field-Test Instrument, 2012, [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77777/WHO\\_MSD\\_MER\\_Rev.2012.04\\_Eng.Pdf?Sequence=1&isallowed=Y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77777/WHO_MSD_MER_Rev.2012.04_Eng.Pdf?Sequence=1&isallowed=Y)* [25 Mayıs].
- Wu, H. Y. & Chiou, A. F. (2020). Social Media Usage, Social Support, Intergenerational Relationships, and Depressive Symptoms Among Older Adults. *Geriatric Nursing*, 41(5): 615-621.
- Yağmurlu, A. (2011). Kamu Yönetiminde Halkla İlişkiler ve Sosyal Medya. *Selçuk İletişim*, 7(1): 5-15.
- Yang, H. L., vd. (2022). A Study on The Impact of Internet Use on Depression Among Chinese Older People Under the Perspective of Social Participation. *BMC Geriatrics*, 22(1): 1-11.
- Yang, J., Niu, L. & Lu, C. (2023). The Impact of Internet Use on Health Status Among Older Adults in China: The Mediating Role of Social Support. *Frontiers in Public Health*, 11: 1-13.

- Yang, Y., vd. (2016, January). Adoption of Social Media and the Quality of Life of Older Adults. In *2016 49th Hawaii International Conference on System Sciences*, Koloa, USA.
- Yaşar, Ç. (2019). *Böte Öğretmen Adaylarının Kariyer Eğilimlerinin, Sosyal Medyaya İlişkin Görüşlerinin ve Dijital Okuryazarlık Beceri Düzeylerinin İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Yaşlı Hizmet Merkezlerinde Sunulacak Gündüzlü Bakım ile Evde Bakım Hizmetleri Hakkında Yönetmelik. (2008). <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2008/08/20080807-5.htm> [29 Şubat].
- Yelden, Ş. (2020). *Yaşlı Bakım Elemanlarında Yaşlı Ayrımcılığı ve Ölüm Kaygısı: Kadıköy Yaşam Huzurevi ve Bakımevi Örneği* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Yerli, G. (2017). Yaşlılık Dönemi Özellikleri ve Yaşlılara Yönelik Sosyal Hizmetler. *Journal of International Social Research*, 10(52): 1278-1287.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi, Güvenirliği ve Geçerliliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13: 81-87.
- Yıldız Durak, H. & Tekin, E. (2020). Examination of Social Media Use of The Adults Over The Age of 50. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2): 427-439.
- Yılmaz, İ. (2022). *Yaşlı Bireylerin Sosyal Destek Düzeyleri ve Yalnızlık Algularının Koronavirüs Anksiyete Durumlarına Etkisi: Bir Uygulama Örneği* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yue, Z., vd. (2021). Social Media Use, Psychological Well-Being and Physical Health During Lockdown. *Information, Communication & Society*, 26(7): 1452-1469.
- Yuvakgil, Z. (2017). *Yaşlılarda Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri, Sosyal Ağ Büyüklükleri ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişki ve Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.

- Zhang, X. & Silverstein, M. (2022). Intergenerational Emotional Cohesion and Psychological Well-Being of Older Adults in Rural China: A Moderated Mediation Model of Loneliness And Friendship Ties. *The Journals of Gerontology: Series B*, 77(3): 525-535.
- Zhou, J. (2018). Improving Older People's Life Satisfaction Via Social Networking Site Use: Evidence from China. *Australasian Journal on Ageing*, 37(1): 1-6.
- Zorlu Yam, A. ve Tüzel İşeri, E. (2019). Algılanan Sosyal Destek ile Sosyal Yeterlik ve Sosyal Sonuç Beklentisi Arasındaki İlişki: Eğitim Fakültesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *International Journal*, 7(13): 51-66.



## EKLER

### EK 1- Sosyo-Demografik Bilgi Formu

1- Cinsiyetiniz?

Kadın  Erkek

2- Yaşınız?

60- 65  66 -70  71-75  76- 80  81 +

3- Eğitim durumunuz nedir?

Okur-Yazar Değil  Okur-Yazar  İlkokul  Ortaokul  Lise  
 Üniversite

4- Medeni durumunuz nedir?

Evli  Bekâr  Dul  Eşi Vefat Etmiş

5- Gelir kaynağınız nedir?

Bağ-Kur  SSK  Emekli Sandığı  Diğer.....

6- Aylık gelirinizin miktarı nedir?

0-500  501- 1000  1001-1500  1501-2000 (2001-  
2500  2501- 3000  3001- 3500  3501- 4000  4001 +

7- Çocuğunuz var mı?

Evet  Hayır

8- Sosyal medya kullanıyor musunuz? (Cevabınız hayır ise 13. soruya geçiniz).

Evet  Hayır

9- Aşağıdaki sosyal medya uygulamalarından hangilerini kullanıyorsunuz?

Facebook  Instagram  Twitter  Youtube  Whatsapp   
Messenger  Diğer.....

10- Sosyal medyaya aşağıdaki araçlardan hangisiyle bağlanıyorsunuz?

Bilgisayar  Telefon  Her ikisi

11- Sosyal medyayı günlük ortalama ne kadar süre kullanıyorsunuz?

1 saatten az  1 ile 2 saat arası  3 ile 4 saat arası  4 saatten fazla

12- Sosyal medyayı hangi amaçlarla kullanıyorsunuz?

Eğlence  Ailem, yakınlarım ve arkadaşlarımla iletişim kuruyorum

İçerik paylaşıyorum (fotoğraf, video, vb.)  Bilgi arıyorum  Boş zamanlarımı değerlendiriyorum  Yeni insanlarla tanışıyorum  Sağlıkla ilgili içerikleri takip ediyorum  Alışveriş yapıyorum  Güzel zaman geçiriyorum  Haber akışlarını takip ediyorum  Diğer.....

13- Aile üyelerinizle görüşüyor musunuz? (Cevabınız hayır ise 15. soruya geçiniz)

Evet  Hayır

14- Aile üyelerinizle aşağıdaki yöntemlerden hangisiyle görüşüyorsunuz?

Sadece yüz yüze  Sadece sosyal medya ile  Sadece telefon görüşmesi ile  Hem yüz yüze hem sosyal medya ile  Hem yüz yüze hem telefon görüşmesi ile  Hem telefon görüşmesi ile hem sosyal medya ile  Hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi ile

15- Akrabalarınızla görüşüyor musunuz? (Cevabınız hayır ise 17. soruya geçiniz)

Evet  Hayır

16- Akrabalarınızla aşağıdaki yöntemlerden hangisiyle görüşüyorsunuz?

Sadece yüz yüze  Sadece sosyal medya ile  Sadece telefon görüşmesi ile  Hem yüz yüze hem sosyal medya ile  Hem yüz yüze hem telefon görüşmesi ile  Hem telefon görüşmesi ile hem sosyal medya ile  Hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi ile

17- Arkadaşlarınızla görüşüyor musunuz?

Evet  Hayır

18- Arkadaşlarınızla aşağıdaki yöntemlerden hangisiyle görüşüyorsunuz?

- ( ) Sadece yüz yüze ( ) Sadece sosyal medya ile ( ) Sadece telefon görüşmesi ile ( ) Hem yüz yüze hem sosyal medya ile ( ) Hem yüz yüze hem telefon görüşmesi ile ( ) Hem telefon görüşmesi ile hem sosyal medya ile ( ) Hem sosyal medya, hem yüz yüze, hem telefon görüşmesi ile

### **EK 2-Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği**

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümle altında da cevaplarınızı işaretlemek için 1'den 7 'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümle altındaki rakamlardan yalnız bir tanesini işaretleyiniz. Bu şekilde 12 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz.

1- Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan (örneğin flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

2- Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan (örneğin flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

3- Ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

4- İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerimden) alırım.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

5- Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

6- Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

7- İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

8- Sorunlarımı ailemle (örneğin, annemle, babamla, eşimle, çocuklarımla, kardeşlerimle) konuşabilirim

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

9- Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

10- Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren bir insan (örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor) var.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

11- Kararlarımı vermede ailem (örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim) bana yardımcı olmaya isteklidir.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

12- Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.

Kesinlikle hayır 1 2 3 4 5 6 7 Kesinlikle evet

### EK 3-Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği

	Hiçbir Zaman	Ara sıra	Bazen	Her zaman
1. Yaşım yapmak istediğim şeyleri yapmama engel oluyor.				
2. Bana olan şeylerin kontrolüm dışında olduklarını hissediyorum.				
3. Gelecek için plan yapmada kendimi özgür hissediyorum.				
4. Sağlığım yapmak istediğim şeyleri yapmama engel oluyor.				
5. Her günü dört gözle bekliyorum.				
6. Hayatımın bir anlamı olduğunu hissediyorum.				
7. Yaptığım şeylerden zevk alıyorum.				
8. Başkalarının gruplarına katılmaktan zevk alıyorum.				
9. Geride kalan hayatıma mutlulukla bakıyorum.				
10. Bugünlerde kendimi enerji dolu hissediyorum.				
11. Hayatımın gidiş hattının beni mutlu ettiğini hissediyorum.				

12. Hayatımın fırsatlarla dolu olduğunu hissediyorum.				
13. Geleceğin benim açımdan iyi olacağını hissediyorum.				

#### EK 4-Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Aşağıda katılıp ya da katılamayacağınız 8 ifade vardır. 1–7 arasındaki derecelendirmeyi kullanarak, her bir madde için uygun olan cevabınızı belirtiniz.

	İfadeler	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum	1	2	3	4	5	6	7
2	Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir	1	2	3	4	5	6	7
3	Günlük aktivitelereime bağlı ve ilgiliyim	1	2	3	4	5	6	7
4	Başkalarının mutlu ve iyi olmasına aktif olarak katkıda bulunurum	1	2	3	4	5	6	7
5	Benim için önemli olan etkinliklerde yetenekli ve yeterliyim	1	2	3	4	5	6	7
6	Ben iyi bir insanım ve iyi bir hayat yaşıyorum	1	2	3	4	5	6	7
7	Geleceğim hakkında iyimserim	1	2	3	4	5	6	7
8	İnsanlar bana saygı duyar	1	2	3	4	5	6	7

#### EK 5-Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

1- Kendinizi biraz tanıtabilir misiniz?

2- Sosyal medya deyince aklınıza ne geliyor?

3- Sosyal medyayı ilk nasıl kullanmaya başladınız?

4- Sosyal medyayı hangi amaçlarla kullanıyorsunuz?

5- Size güç veren, zor zamanlarınızda yanınızda olan, işlerinizi kolaylaştıran, sorunlarınıza çözüm bulmanızda yardımcı olan kişiler ya da kurumlar var mı, açıklar mısınız?

6- Sosyal medya kullanımı ailenizden, kurum dışındaki arkadaşlarınızdan, kaldığınız kurumdan, kurum içindeki arkadaşlarınızdan ve kurum personelinden aldığınız sosyal desteği nasıl etkilemektedir?

7- Başkalarıyla olumlu ilişkiler kurabilmenizi, bağımsız olabilmenizi ve kendinizi olduğunuz gibi kabul edebilmenizi sağlayan araçlar ya da kişiler var mı, açıklar mısınız?

8- Yaşam memnuniyetinizi, yaşamdan aldığınız doyumunu veya yaşam refahınızı artıran araç ya da kişiler var mı, açıklar mısınız?

9- Sosyal medya kullanımı ile ilgili ne gibi zorluklar ve sorunlar yaşıyorsunuz?

10- Sosyal medya kullanımı ile ilgili yaşadığınız sorunlara yönelik çözüm önerileriniz nelerdir?

## EK 6-Ölçeklerin Kullanım İzinleri

19.04.2024 22:59

Posta - Derya Ünlü - Outlook

Re:

haluk arkar

14.08.2021 Cmt 17:13

Kime:Derya Ünlü <

1 ek (14 KB)

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği.docx

Sayın Derya Ünlü,  
Çokboyutlu Algılanan Sosyal Destek ölçeğini çalışmanızda kullanabilirsiniz. Ölçeği ve puanlamasını aşağıdaki kaynakta bulabilirsiniz. Başarılar dilerim.  
Prof. Dr. Haluk Arkar  
Eker, D., H. Arkar ve H. Yıldız, "Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği", Türk Psikiyatri Dergisi, 12, 17-25 (2001).

Kimden: "Derya Ünlü" <

Kime: "haluk arkar" <

Gönderilenler: 12 Ağustos Perşembe 2021 16:04:43

**DİKKAT:** Bu e-posta kurum dışından gönderilmiştir. Zararlı dosya veya bağlantılar (link) içeriyor olabilir. Kaynağından emin olmadığınız dosyaları açmayınız, bağlantılara (link) tıklamayınız. Şüpheli durumlarda lütfen Bilgi İşlem Daire Başkanlığı [nyg.yardim@mail.ege.edu.tr](mailto:nyg.yardim@mail.ege.edu.tr) adresine bilgi veriniz.

İstanbul Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler İstanbul İl Müdürlüğü Çocuk Hizmetleri biriminde sosyal hizmet uzmanı olarak görev yapıyorum. Sosyal hizmet bölümü doktora tez aşamasındayım. Huzurevinde kalan yaşlılarla yürüteceğimiz çalışmada kullanmak üzere uyarlamasını yaptığınız "**Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği**" maddeleri ile puanlama ve değerlendirmesine ihtiyacım var. Paylaşırsanız sevinirim. teşekkür ederim.

EGE ÜNİVERSİTESİ

Bu elektronik posta ve onunla iletilen bütün dosyalar sadece göndericisi tarafından alması amaçlanan yetkili gerçek ya da tüzel kişinin kullanımı içindir. Eğer söz konusu yetkili alıcı değilseniz bu elektronik postanın içeriğini açıklamaz, kopyalamaz, yönlendirmez ve kullanmaz kesinlikle yasaktır ve bu elektronik postayı derhal silmeniz gerekmektedir.

EGE ÜNİVERSİTESİ bu mesajın içerdiği bilgilerin doğruluğu veya eksiksiz olduğu konusunda herhangi bir garanti vermemektedir. Bu nedenle bu bilgilerin ne şekilde olursa olsun içeriğinden, iletilmesinden, alınmasından ve saklanmasından sorumlu değildir. Bu mesajdaki görüşler yalnızca gönderen kişiye aittir ve EGE ÜNİVERSİTESİ'nin görüşlerini yansıtmayabilir.

This e-mail and any attachments may contain confidential and privileged information. If you are not the intended recipient, please notify the sender immediately by return e-mail, delete this e-mail and destroy any copies. Any dissemination or use of this information by a person other than the intended recipient is unauthorized and may be illegal.

<https://outlook.live.com/mail/0/d/IAQM&ADAwATY0MDABLWQ3ZWQZDAjN0wMAIRMDAKAEYAAA046N7%2FV5TSp09L4SbcFe0wA5k8Vcb...> 1/2

19.04.2024 23:08

Posta - Derya Ünlü - Outlook

Ynt:

nihan türkoğlu  
12.08.2021 Per 23:41  
Kime:Derya Ünlü

1 ek (18 KB)  
caspu.docx

Derya Hanım merhabalar, ölçeği ve analiz yöntemini ekte gönderiyorum. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

Windows için [Posta](#) ile gönderildi

Kimden: [Derya Ünlü](#)  
Gönderilme: 12 Ağustos 2021 Perşembe 16:10  
Kime:  
Konu:

İstanbul Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler İstanbul İl Müdürlüğü Çocuk Hizmetleri biriminde sosyal hizmet uzmanı olarak görev yapıyorum. Sosyal hizmet bölümü doktora tez aşamasındayım. Huzurevinde kalan yaşlılarla yürüteceğimiz çalışmada kullanmak üzere uyarlamasını yaptığınız **"Yaşlılarda Yaşam Kalitesi Ölçeği"** maddeleri ile puanlama ve değerlendirmesine ihtiyacım var. Paylaşırsanız sevinirim. Teşekkür ederim.

19.04.2024 23:08

Posta - Derya Ünlü - Outlook

Re:

Bulent Baki Telef  
12.08.2021 Per 16:11  
Kime:Derya Ünlü

2 ek (888 KB)

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Geçerlik ve Güvenirliği.docx: Psikolojik iyi oluş ölçeği Türkiye uyarlama geçerlik ve güvenilirlik çalışması.pdf:

Merhabalar,

Ekte ölçeği, geçerlik ve güvenirlğini gönderiyorum. İyi çalışmalar.

12 Ağu 2021 Per 16:02 tarihinde Derya Ünlü şunu yazdı:  
İstanbul Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler İstanbul İl Müdürlüğü Çocuk Hizmetleri biriminde sosyal hizmet uzmanı olarak görev yapıyorum. Sosyal hizmet bölümü doktora tez aşamasındayım. Huzurevinde kalan yaşlılarla yürüteceğimiz çalışmada kullanmak üzere uyarlamasını yaptığınız **"Psikolojik İyi Oluş Ölçeği"** maddeleri ile puanlama ve değerlendirmesine ihtiyacım var. Paylaşırsanız sevinirim. Teşekkür ederim.

## EK 7-Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 05.10.2021-E.14642



T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı : E-20292139-050.01.04-14642  
Konu : Etik Kurul Kararları

Sayın Derya ÜNLÜ  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Bilim Dalı Doktora Programı Öğrencisi

"Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş, Sosyal Destek ve Yaşam Kalitesinin Sosyal Medya Kullanımına Göre İncelenmesi" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 24.09.2021 tarihli ve 2021/09 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU  
Kurul Başkanı

Ek:1-Derya ÜNLÜ\_Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

### Mevcut Elektronik İmzalar

NASUH USLU (Etik Kurulu Başkanlığı - Kurul Başkanı) 05.10.2021 12:48

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : \*BSM1R56BT\* Pin Kodu : 75702

Belge Takip Adresi : <https://ebys.izu.edu.tr/en/Vision/Dogrula/0N3>

Adres:Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul  
Telefon:444 97 98 Faks:+90 (212) 693 82 29  
e-Posta:bilgi@izu.edu.tr Web:www.izu.edu.tr  
Kep Adresi:izu@hs01.kep.tr

Bilgi için: Zeynep Funda TEZ  
Unvan: Yeminli Katip  
Tel No: +902126929606





T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
ETİK KURULU

**ETİK ONAY BELGESİ**

Tarih	24.09.2021
Sayı	2021/09
Araştırmanın Niteliği	Doktora Tezi
Araştırmanın Adı	<i>Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş, Sosyal Destek ve Yaşam Kalitesinin Sosyal Medya Kullanımına Göre İncelenmesi</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Derya ÜNLÜ
Diğer Araştırmacılar/Danışman Adı Soyadı	Doç. Dr. Emel YURTSEVER
Karar	UYGUNDUR

*(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacıyla taşımaktadır.)*

Prof. Dr. Nasuh USLU  
**Başkan**

Prof. Dr. Metin TOPRAK  
**Üye**

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ  
**Üye**

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ  
**Üye**

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK  
**Üye**

Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTCU  
**Üye**

Av. Bilal ŞAMAT  
**Üye**

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ

1 / 1

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.



T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı : E-20292139-050.01.04-22919  
Konu : Etik Kurul Kararları

Sayın Derya ÜNLÜ  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Doktora Programı Öğrencisi

"Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş Sosyal Destek ve Yaşam Kalitesinin Sosyal Medya Kullanımına Göre İncelenmesi" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 28.01.2022 tarihli ve 2022/01 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU  
Kurul Başkanı

Ek:55-Derya ÜNLÜ Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : \*BS42UBSCK\* Pin Kodu : 34122  
Adres: Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul  
Telefon: 444 97 98 Faks: +90 (212) 693 82 29  
e-Posta: bilgi@izu.edu.tr Web: www.izu.edu.tr  
Kep Adresi: izu@hs01.kep.tr

Belge Takip Adresi : <https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Dogrula/ON3>

Bilgi için: Zeynep Funda TEZ  
Unvanı: Yeminli Katip  
Tel No: +902126929606





T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
ETİK KURULU

**ETİK ONAY BELGESİ**

Tarih	28.01.2022
Sayı	2022/01
Araştırmanın Niteliği	Doktora Tezi
Araştırmanın Adı	<i>Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş Sosyal Destek ve Yaşam Kalitesinin Sosyal Medya Kullanımına Göre İncelenmesi</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Derya ÜNLÜ
Danışman Adı Soyadı	Doç. Dr. Emel YURTSEVER
Karar	UYGUNDUR

*(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacını taşımaktadır.)*

Prof. Dr. Nasuh USLU  
**Başkan**

Prof. Dr. Metin TOPRAK  
**Üye**

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ  
**Üye**

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ  
**Üye**

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK  
**Üye**

Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU  
**Üye**

Av. Bilal ŞAMAT  
**Üye**

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ

## EK 8-Araştırma Onay Yazısı



T.C.  
AİLE VE SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI  
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı

Sayı : E-84459573-605.01-2098214

03.01.2022

Konu : Veri Toplama-Onay (Derya ÜNLÜ)

### BAKANLIK MAKAMINA

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Doktora Programı öğrencisi ve İstanbul İl Müdürlüğünde Sosyal Çalışmacı olarak görev yapan Derya ÜNLÜ'nün "Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş, Sosyal Destek ve Yaşam Kalitesinin Sosyal Medya Kullanımına Göre İncelenmesi" konulu tez çalışmasını İstanbul İl Müdürlüğüne bağlı Beylikdüzü Huzurevi YBRM, Etiler Huzurevi YBRM, Maltepe Huzurevi YBRM, Sultangazi Huzurevi, Prof. Dr. Fahrettin Kerim-Nilüfer Gökay Huzurevi YBRM ve Zeytinburnu Semiha Şakir Huzurevinde uygulama talebi Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından uygun görülmüştür.

Çalışmanın İl Müdürlüğünün koordinasyonunda, kuruluş idarecilerinin gözetim ve denetiminde, ayrıntılı bilgilendirilmenin sağlanması sonrasında katılımcıların gönüllülüğü esas alınarak, "6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu" hükümleri doğrultusunda, uygulamalarda elde edilecek kimlik bilgilerinin ve özel hayatın gizliliğine riayet edilerek, ses ve görüntü kaydı alınmaksızın ve fotoğraf çekimine izin verilmeksizin, kişisel özgürlükleri ve kişilik hakları korunacak şekilde gerekli tedbirlerin alınması; kuruluş işleyişini aksatmayacak şekilde COVID 19 tedbirleri alınması, çalışmaya ilişkin makale, bildiri, vs. oluşturulduğunda herhangi bir yerde yayınlanmadan önce Bakanlığımızdan izin alınması, çalışmanın bitiminde etik ilkelere uyularak hazırlanan basılı birer örneğinin Başkanlığımıza, Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğüne ve İstanbul İl Müdürlüğüne teslim edilmesi ve taahhütname imzalatılması koşulları ile gerçekleştirilmesi hususunu;

Olurlarınıza arz ederim.

Ahmet Abdullah SEZEN  
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkan V.

OLUR

Doç. Dr. Kübra GÜRAN YİĞİTBAŞI  
Bakan Yardımcısı

Ek:

- 1 - Taahhütname (1 Sayfa)
- 2 - EYHGM'nin 08/12/2021-1963716 sayılı yazısı.

20.12.2021 Sosyal Çalışmacı : Emine ASLAN  
20.12.2021 Şube Müdür V. : Mustafa TOSUNOĞLU

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama Kodu: 3990857D-46B8-4E17-B950-86926B2544B3

Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/ashb-ebys>

Eskişehir Yolu Söğütözü Mah. 2177. Sok. No: 10/ A Kat: 27 Posta Kodu: 06510  
Çankaya/ Ankara  
(312)705 57 00  
(312)705 57 57

Bilgi için: Emine ASLAN  
Sosyal Çalışmacı



## EK 9-Onam Formu

### BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sizi Derya ÜNLÜ tarafından yürütülen “Yaşlılarda Psikolojik İyi Oluş, Sosyal Destek ve Yaşam Kalitesinin Sosyal Medya Kullanımına Göre İncelenmesi” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı İstanbul Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü'ne bağlı resmi huzurevlerinde kalmakta olan 60 yaş ve üzeri akıl ve ruh sağlığı yerinde olan yaşlılarda psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve yaşam kalitesinin sosyal medya kullanımına göre incelenmesidir. Araştırma nicel ve nitel olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Araştırmada sizden tahminen nicel sorular için 30 dakika, nitel görüşme için ise 45 dakikanızı ayırmanız istenmektedir. Nitel verilerin toplanmasında herhangi bir ses ve görüntü kaydı alınmayacak, araştırmacı tarafından yazılı olarak notlar alınacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**. Araştırmada Kişisel veri toplanacağından **6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu** ve ilgili mevzuat uyarınca kişisel verileri korumak amacıyla gerekli tüm tedbirler alınacaktır.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güvence verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

#### Katılımcının:

Adı-Soyadı:.....

İmzası:

İletişim Bilgileri: e-posta:

Telefon:

#### Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin:

Veli veya Vasisinin

Adı-Soyadı:.....

İmzası:

#### Araştırmacının

Adı-Soyadı: Derya ÜNLÜ

İmzası:

## ÖZ GEÇMİŞ

Derya ALAÇAYIR

### A. EĞİTİM

Doktora: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Hizmet, 2023, İstanbul

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Hizmet, 2019, İstanbul

Lisans: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Hizmet, 2011, Ankara

### B. MESLEKİ DENEYİM

2011 yılında İstanbul Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü'nde Sosyal Hizmet Uzmanı olarak göreve başlamıştır. 2011-2015 yılları arasında İstanbul Şeyh Zayed Çocuk Yuvası Müdürlüğünde SHU, Sosyal Servis birim sorumlusu ve 2016-17 yılları arasında Güngören Sosyal Hizmet Merkezinde, 2017-2022 yılları arasında İstanbul Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü Çocuk Hizmetleri Şubesinde SHU olarak görev yapmıştır. Halen Kocaeli Şiddet Önleme ve İzleme Merkezi Müdürlüğü'nde SHU olarak görev yapmaktadır.

### C. YAYINLAR

Artan, T., Atak, I., Ofluoğlu, A., Türk, H., ve Ünlü, D. (2021). COVID-19 Salgını Sürecinde İlişki Doyumu ve İlişki Hoşnutsuzluğunun İncelenmesi. *AURUM Journal of Social Sciences*, 6(1), 25-40.

Artan, T., Yıldız, H., Ünlü, D. ve Türk Çataloluk, H. (2018). *Karar Sürecini Yapılandırma Aracı Olarak SİR Örneklerle Sosyal İnceleme Raporları*, Ankara: SABEV Yayınları.

Türk, H., Artan, T. ve Ünlü, D. (2020). Kamu Sorumluluğu ve Sosyal Hizmet Perspektifinden Çocukların Çevrimiçi Cinsel İstismarı: Bir Olgu Sunumu. *Ombudsman Akademik*, 7(13): 227-251.

- Ünlü, D. (2019). *Yaşlıların Ekonomik İstismara Maruz Kalma Durumlarının İncelenmesi: İstanbul Bahçelievler Örneği* (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ünlü, D., Yurtsever, E., Artan, T. & Irmak, H. S. (2022). An Examination of Conditions Exposing Older Adults to Economic Abuse: Logistic Regression Analysis. *Journal of Applied Gerontology*, 41(12): 2480-2489.
- Artan, T. ve Ünlü, D. (2018-Mayıs). Toplumsal Değişim ve Yaşlılık. *Sosyal Hizmet Kongresi*. Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Ünlü, D. (2021-Kasım). COVID-19 ve İntihar. 23. *Sosyal Hizmet Kongresi*. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.

