

**T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**GENÇ YETİŞKİN KADINLARDA ANTI-AGING
UYGULAMALAR VE YAŞLILIK ALGISI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Eda ALKAN

**Sosyal Hizmet Anabilim Dalı
Sosyal Hizmet Programı**

AĞUSTOS, 2023

**T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**GENÇ YETİŞKİN KADINLARDA ANTI-AGING
UYGULAMALAR VE YAŞLILIK ALGISI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Eda ALKAN
(Y2116.060001)**

**Sosyal Hizmet Anabilim Dalı
Sosyal Hizmet Programı**

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Melek İPEK

AĞUSTOS, 2023

ONAY FORMU

ONUR SÖZÜ

Yüksek lisans tezi olarak sunmuş olduğum “Genç Yetişkin Kadınlarda Anti-Aging Uygulamalar ve Yaşlılık Algısı” adlı çalışmamın araştırma aşamasından sonuçlanmasına kadar olan tüm süreçte geleneklere, bilimsel ahlaka ve etik değerlere uygun olmayan bir yardım almaksızın yazıldığını ve yararlanmış olduğum eserlerin kaynakçada gösterilen eserlerden oluştuğunu, bu eserlere referans yapılarak faydalanılmış olduğunu belirtir ve şerefimle bildirmek isterim. (01.08.2023)

Eda ALKAN

ÖNSÖZ

Yaşamımın motivasyon ve teşviğe en çok ihtiyaç duyduğu zorlu bir evresinde tez yazma sürecimi keyifli hale getiren, beni derin bir anlayış ve nezaket ile yönlendirerek yoluma ışık tutan danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Melek İpek'e teşekkürü borç bilirim. Tez yazma sürecimde mesleki ve akademik görüşlerini tüm içtenliği ile benimle paylaşan meslektaşım ve Psikolog Meryem Erol'a ayrıca teşekkür ederim. Akademik kariyerimi destekleyerek eğitim hayatımı kolaylaştıracak her türlü olanağı sağlayan ve tüm duygusal süreçlerime ortak olan Kıymetlime emekleri ve sevgisi için sonsuz teşekkürler. Ve son olarak 2018'de aynaya bakarken verdiği sözü tuttuğu için kendime teşekkürler. Yüksek Lisans tezimi mimoza çiçeğim biricik kızıma atfetmekten mutluluk duymaktayım.

Ağustos, 2023

Eda ALKAN

GENÇ YETİŞKİN KADINLARDA ANTI-AGING UYGULAMALAR VE YAŞLILIK ALGISI

ÖZET

Yaşam süresinin uzamasıyla birlikte yaşlılığa bakış açısı da değişmektedir. Neoliberal söylemlerle pekişen başarılı yaşlanma kavramı bireylerde yaşlanma ve yaşlılık süreçleri konusunda bir yönüyle kaygıya da neden olabilmektedir. Bu noktada küresel pazarda kendisine önemli bir yer edinen anti-aging uygulamalar yaşlılıktan kurtulma, gençleşme arzusuyla tercih edilmektedir.

Genç yetişkin kadınları anti-aging uygulamalara yönelten psikososyal nedenleri ve genç yetişkin kadınların yaşlılık algısını anlamayı amaçlayan bu araştırmada, 30-45 yaş aralığında anti-aging uygulama yaptıran 15kadınla yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularında anti-aging uygulamaların yaşlanmayı durdurduğu düşüncesinin katılımcılarda baskın olduğu ve sağlıklı yaşlanma sürecinde spor, egzersiz, sağlıklı beslenme gibi konuların ihmal edildiği saptanmıştır.

Anti-aging uygulamaların toplumsal bazda kabul görmesinin nedenleri ise sosyal çevrede görünür olmanın, özgüven kazanmanın ve dış görünüşünden ötürü maruz kalınan dışlanmadan kurtulmanın bir aracı olarak görülmesi, sosyal medyanın teşvik edici etkisi, istihdam piyasasının talep ve beklentileri ile uygulamaların kolay ulaşılabilir olması sayılabilmektedir. Bireysel anlamda tercih edilmesi ise hızlı bir fiziksel değişim sağlanması ve somut sonuçların elde edilmesi ile psikolojik ve duygusal faktörlere bağlı olarak gelişmektedir. Genç yetişkin kadınların anti-aging uygulamaların sonuçlarından memnun oldukları ve söz konusu uygulamaların geçici veya yarı kalıcı özellikte olması nedeni ile kadınları estetik cerrahi operasyonlara yöneltebileceği de araştırmanın sonuçları arasındadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre yaşlılığa yüklenen anlamın genel olarak olumsuz nitelikte olduğu, yaşlılığın hastalıklarla özdeşleştirildiği ve sosyal hayattan ve iş yaşamından kopma olarak tasavvur edildiği anlaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yaşlanma, Yaşlılık, Anti-Aging, Yaşlanma Karşıtı Uygulamalar, Sosyal Hizmet

ANTI-AGING APPLICATIONS AND PERCEPTION OF AGING IN YOUNG ADULT WOMEN

ABSTRACT

With the prolongation of life expectancy, the perspective on old age is also changing. The concept of successful aging, reinforced by neoliberal discourses, can also cause anxiety about aging. Anti-aging applications, which have gained an important place in the global market, are preferred with the desire to rejuvenate.

In this research, which aims to understand the psychosocial reasons that lead young adult women to anti-aging applications and the perception on old age of young adult women, semi-structured interviews were conducted with 15 women of 30-45 who had anti-aging applications.

In the research findings, it has been found that the idea that anti-aging applications stop aging is dominant in the participants and issues such as sports, exercise, healthy nutrition are neglected in the healthy aging process.

The reasons why anti-aging applications are accepted on a social basis are that they are seen as a means of gaining self-confidence and getting rid of discrimination, the encouraging effect of social media, the demands and expectations of the employment market and the easy accessibility of the applications. It is preferred by individuals due to rapid physical change, concrete results and psychological and emotional factors. Also participants are satisfied with the results of anti-aging applications and these applications may lead women to plastic surgery operations due to the temporary or semi-permanent nature of anti-aging applications. According to the results, it was understood that the meaning attributed to old age was generally negative, old age was identified with diseases and was conceived as a break from social and business life.

Keywords: Ageing, Elderly, Anti-Aging, Anti-Aging Applications, Social Work

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ONAY FORMU	iii
ONUR SÖZÜ	i
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xv
ÇİZELGELER LİSTESİ.....	xvii
I. GİRİŞ	1
A. Çalışmanın Konusu	3
B. Çalışmanın Önemi	3
C. Çalışmanın Sınırlılıkları	5
II. KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	7
A. Yaşlanma ve Yaşlılık	7
1. Yaşlılığa Genel Bakış	8
2. Yaşlanmanın Boyutları	10
a. Kronolojik Yaşlanma	10
b. Biyolojik Yaşlanma.....	10
c. Sosyolojik Yaşlanma.....	10
d. Psikolojik Yaşlanma	11
3. Genç Yetişkinlik Dönemi	12

B. Başarılı Yaşlanma Kavramı.....	13
C. Neoliberal Dönem ve Değişen Yaşlılık Algısı	14
1. Üreten Yaşlı mı? Tüketen Yaşlı mı?.....	15
D. Anti- Aging (Yaşlanma Karşıtı) Uygulamalara Genel Bakış.....	16
1. Anti- Aging (Yaşlanma Karşıtı) Uygulamaların Yaygınlaşma Nedenleri....	17
a. Neoliberalizm, Küreselleşme ve Tek Tip Beden Algısı.....	17
b. Medya Faktörü	18
c. Sosyal ve Psikolojik Faktörler.....	18
d. Kolay Ulaşılabilirlik.....	19
III. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ	21
A. Araştırmanın Modeli	21
B. Araştırmanın Özneleri	21
C. Veri Toplama Aracının Geliştirilmesi	23
D. Verilerin Toplanması ve Analizi	24
IV. ARAŞTIRMANIN BULGULARI.....	25
A. Sosyo-Demografik Bilgiler	25
B. Yaşlılık Algısı ve Yaşlanmaya Dair Bulgular	26
1. Genç Yetişkin Kadınların Yaşlılık Tanımlamaları	27
a. Hastalık Düşüncesi	27
b. Sosyal Geri Çekilme.....	28
c. Rol ve Statü Kaybı.....	29
d. Özgürlük ve Huzur	30
2. Genç Yetişkin Kadınların Başarılı Yaşlanma ile İlgili Tutumları	31
a. Spor, Egzersiz ve Beslenme	31
b. Sağlık Kontrolleri.....	33
c. Sosyal ve Kültürel Faaliyetlere Katılım	34

d. Eğitim ve Meslek	35
3.Genç Yetişkin Kadınların Yaşlanma Süreçlerine Dair Öznel Değerlendirmeleri	36
a. Yaşlanma Kaygısı/Korkusu.....	38
C. Genç Yetişkin Kadınları Anti-Aging Uygulamalara Yönlendiren Nedenler	40
1. Psikososyal Etkenler	40
a. Sosyal Dışlanma	40
b. Sosyal Çevrenin Eleştirel Yaklaşımı.....	42
c. Psikolojik İyileşme Aracı	43
d. Yaşlanmanın Reddi	43
2.Teknolojik Gelişmeler ve Sosyal Medyanın Teşvik Edici Etkisi.....	45
3. İstihdam Piyasasının Talep ve Beklentileri	47
4. Kolay Ulaşılabilirlik	49
D. Anti-Aging Uygulamalar Hakkında Bilgi Edinme Yolları	50
E. Anti-Aging Uygulamalara Dair Beklentiler ve Memnuniyet Düzeyi.....	51
a. Beğenilme.....	52
b. Sosyalleşme.....	52
c. Psikolojik Destek ve Yaşam Motivasyonu.....	53
d. Dış Görünüşte Uyum ve Bütünlük.....	54
e. Sosyal Çevreden Alınan Tepkiler.....	54
F. Anti-Aging Uygulamalardan Estetik Cerrahi Operasyonlarına.....	55
V. TARTIŞMA	59
VI. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	63
VII.KAYNAKÇA	71
EKLER.....	81
ÖZGEÇMİŞ.....	87

KISALTMALAR LİSTESİ

- BM** : Birleşmiş Milletler
DSÖ : Dünya Sağlık Örgütü

ŞEKİLLER LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Şekil 1 Kartopu Örnekleme Şeması	23
Şekil 2 Katılımcıların Meslek Dağılımı	26

ÇİZELGELER LİSTESİ

Sayfa

Çizelge 1 Sosyo-Demografik Bilgiler.....	25
--	----

I. GİRİŞ

Tıp ve teknolojide yaşanan ilerlemeler ve demografik dönüşümle birlikte doğumda beklenen yaşam süresinin uzadığı bilinmektedir. Bununla birlikte yaş, yaşlanma ve yaşlılık kavramları, yaşamın her alanında yeniden ele alınan ve tartışılan konular haline gelmiştir. Bireyler de kendi yaşlılık evrelerini karşılamaya yönelik hem hazırlık hem de önlem anlamında birtakım girişimlerde bulunmaktadır. Bu girişimler bireyin yaşlılığa yönelik bakış açısına göre değişmektedir.

Yaşlılık, kimileri için yaşamın doğal bir evresi olarak ele alınıp, önceki evrelerin kazanımlarıyla oluşan bir olgunluk seviyesi iken; kimileri için de kronolojik yaşlanmanın görünen izlerini perdeleyerek ulaşılan bir dönemi ifade etmektedir (İpek, 2021:137). Yaşlılığa ve yaşlılığa dair belirtilere yönelik olumsuz bir bakış açısı oluşturan bireylerin başvurduğu yöntemlerden biri olarak anti-aging uygulamalar, neoliberal politikaların ve medyanın topluma servis ettiği yöntemler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireyin “hasta” konumundan “tüketici” konumuna gelmesinde medyanın da büyük ölçüde rolü vardır (Sezgin, 2011:53).

Demografik dönüşüm neticesinde oluşan toplumsal yaşlanma dünyanın her yerinde kendisini göstermektedir. Yaşlanan bir nüfusla birlikte bireylerin yaşları fark etmeksizin sosyal ve finansal anlamda varlıklarını korumak ve sürdürebilmek için istihdam piyasasında da kabul görme ihtiyacı artmaktadır. Çünkü istihdama katılma açısından genç nüfus yaşlılara göre daha avantajlı görülmekte ve yaşlılar istihdam piyasasının içine dahil edilmemektedir (Demirbilek ve Öktem Özgür, 2017:20). Buna bağlı olarak istihdama katılabilmek için bireyler, piyasanın beklentilerine de cevap verme ihtiyacı duymaktadır. Özellikle medya, iletişim ve reklamcılık gibi bazı sektörlerde dış görünüş odaklı personel seçimleri, bireylerde görünüşlerinde değişiklik yapma ihtiyacı oluşturmaktadır. İstihdam piyasasında genç nüfusa olan ilgi ise zihinsel canlılık ve üretkenlikten bağımsız olarak yalnızca dış görünüş açısından genç kalma/yaşlanmama arzusunu tetikleyebilmektedir.

Kariyer ve beden imajı arasındaki ilişki göz önüne alındığında; dış görünüşünse alımlarda tercih edilme açısından bir kriter olduğu görülmektedir (Torunoğlu, 2010:202). Bu açıdan iş arayanların rakipleri arasında öne çıkabilmek için beden imajını önemseydiğini söylemek mümkündür (Özbolet, 2011:322). Toplumsal ve kültürel nedenlerden ötürü söz konusu istihdam taleplerine kadınlar daha yoğun biçimde maruz kalmaktadır. Yaşlanmayla birlikte dış görünüşte oluşan fiziksel değişimler ise istihdama katılım açısından bireylerde kaygı oluşturan bir unsur olarak düşünülmektedir. Bu açıdan kadınların iş yaşamına dahil olmak adına daha genç ve dinamik bir görünüm elde etmek için birtakım girişimlerde bulunduğu görülmektedir (Çarboğa, 2022:63).

Yapılan akademik çalışmalar göstermiştir ki hem ürün çeşitliliği hem de pazarlama teknikleri ile kullanıcıların medyada sıklıkla betimlenen ideal güzellik algısına yaklaşması hedeflenmektedir. Sadece kozmetik ürünlerin değil yaşlanma karşıtı ürün gruplarının satın alınması ile küresel pazara ciddi bir katkı sağlanmaktadır (Göktürk vd., 2021:218). Bu durumun da eskiyi sevmeyen ve onu derhal yenilemek isteyen neoliberalist anlayışın istihdam piyasasında yansıması olduğunu söylemek mümkündür. Böylece bedeninin ancak modifikasyon sağlandığı takdirde toplumsal yaşamda ve istihdamda kabul görebileceği algısı oluşturulmaktadır. Tüm bu sebeplerden dolayı bireyler medikal ve cerrahi operasyonlara yönelerek bir yandan toplumun dışına itilmekten kurtulmaya çalışmakta; diğer taraftan ise bir tüketim çarkının içerisine girmektedir (İpek, 2021:138-139).

Bireylerin sosyal ilişkileri yaşlarına bağlı olarak değişim göstermektedir. Özellikle yaşlandıkça gerek günlük yaşamda gerekse sosyal ilişkilerinde bir ayrımcılığa maruz kalabilmektedirler (Çayır, 2012:164).

Kadınların anti-aging uygulamalara yönelmesindeki bir diğer etkenin de toplumda var olan ve medyanın etkisiyle şekillenen, yaşlılara yönelik ayrımcı, dışlayıcı, damgalayıcı söylemler olduğu söylenebilir. Yaşlılık günümüzde tedavi edilmesi gereken bir hastalıkmiş gibi yansıtılmaktadır (Özkan, 2019:49). Bu da bireyleri kronolojik yaşları ile adeta bir savaşa itmektir. Ayrıca bu durum bireylerin yaşlanma sürecini yönetmek yerine yaşlılığı durdurmaya; hatta yok etmeye yönelik birtakım girişimlerde bulunmalarına neden olmaktadır. Sonuçta

kadınların yaşa dayalı ayrımcılığa maruz kalmamak için bu tür uygulamalara başvurduğu görülebilmektedir.

A. Çalışmanın Konusu

Yaşlanma yalnızca dış görünüşün değişmesinden öte psikososyal ve bilişsel faktörleri de barındıran bir süreç olmasına rağmen bireyler yaşlılığı yalnızca dış görünüşten ibaret görme yanılığına düşebilmektedir. Bu durumu, bilişsel işlevleri zayıflamasına rağmen fiziksel yaşlanma belirtileri dışarıdan fark edilmeyen bireylerin yaşlı olarak adlandırılmaması gibi toplumsal kabuller de desteklemektedir. Bu açıdan da bireyler fiziksel yaşlanma belirtilerini gizleme yoluna gidebilmektedir. Bu belirtileri gizleme amacıyla alınan önlemlerden biri olan anti-aging uygulamalar ise bireylere cazip gelmektedir.

Anti-aging uygulamalar, bireysel olarak uygulanan işlemler (kremler, bitkisel kürler, doğal gıdalar vb.), cerrahi estetik operasyonları (yüz, boyun, karın gerdirme vb.) ve genel anestezi gerektirmeyen medikal estetik uygulamalar olarak kategorize edilebilir. Bu çalışmada medikal estetik uygulamaların tercih edilmesinin nedeni, anti-aging ürün kullanımına göre daha kısa vadede sonuç verebilmesi ve cerrahi operasyonlara göre komplikasyonlarının daha az olması nedeniyle tercih edilmesidir. Özellikle memnun kalınmadığı takdirde telafisi cerrahi estetik işlemlerine göre daha kolay olmaktadır.

Bu çalışmada da kadınları anti-aging uygulamalara yönelten psikososyal nedenlerin sosyal hizmet bakış açısıyla ele alınmaya çalışılmıştır. Çalışmada anti-aging uygulama yaptıran bireylerin yaşlılığı nasıl algıladıkları ve anlamlandırdıkları, söz konusu uygulamalara yönelme motivasyonları, beklentileri ile bu uygulamalar ve sonuçlarını yaşlılık ile ne denli ilişkilendirdikleri anlaşılmaya çalışılmıştır.

B. Çalışmanın Önemi

Tıpta ve teknolojide yaşanan ilerlemelerle yaşam süresi uzamakta ve toplumsal yaşlanma dünyanın her yerinde kendisini göstermektedir. Yaşlanmaya yönelik küresel algının etkisiyle ve toplumsal cinsiyete dair kültürel kabullerin bir sonucu olarak özellikle kadınlar anti-aging uygulamalara yönelmektedir.

Günümüzde bu tür uygulamaların da yaşlı refahı alanında tartışma konusu haline geldiği görülmektedir. Estetik sektörüne olan yönelimin son yıllarda zirve yapmış olması, yaşlanma sürecine doğrudan yapılan müdahaleleri kapsadığından, sosyal hizmetin konuyu inceleme alanı haline getirmesini kaçınılmaz kılmıştır.

Medikal estetik uygulamalarının geçici/yarı kalıcı özellikte olması nedeniyle sürekli yenilenme ihtiyacının oluşması, küresel sermaye açısından da anti-aging ürün ve uygulamalara dayalı pazarı daima canlı tutmaya yetmektedir. Bu nedenle bireylerin bu tür uygulamalara yönelme motivasyonlarının incelenmesi, neoliberal ideolojinin birey ve toplum düzeyinde yansımalarını değerlendirmek açısından da önemlidir.

Yaşlı refahı ve başarılı ve aktif yaşlanma konularında ise sosyal hizmetin farkındalık oluşturma çabası, yaşlanma sürecindeki yeni tercihlerin de mercek altına alınmasını zorunlu kılmıştır. Bu noktada anti-aging uygulamaların, bireylerin yaşlanma süreçleri üzerindeki etkilerini anlamak önem taşımaktadır. Diğer yandan toplumsal bazdaki bu eğilimin sosyal hizmette yeni yaşlı hizmet modellerinin ve sosyal politikaların yapılandırılmasını nasıl etkileyeceği de ayrıca önemlidir.

Bu çalışmada, kadınların yaşlılık algıları ile birlikte anti-aging uygulamalara yönelmelerindeki nedenler sorgulanmaya çalışılmıştır. Zira sosyal hizmet açısından, sorunların tespit edilmesi ve tanımlanması önem arz etmektedir. Yaşlılık alanında yeni bir çalışma konusu haline gelen anti-aging uygulamaların ve bu uygulamaların yaşlılık algısı ile ilişkisinin sosyal hizmet literatürünün de henüz yer bulmamış olması da bu konunun ele alınmasını önemli hale getirmektedir.

Konunun tıp/sağlık bilimleri gibi alanlara hitap etmesi ile disiplinler arası bir yönü bulunmaktadır. Şimdiye kadar anti-aging uygulamalar, sıklıkla bu alanlarda çalışılmış; ancak sosyal hizmet bakış açısıyla yapılan çalışmaların kısıtlı olduğu görülmüştür. Bu çalışmanın da sosyal hizmetin bir uygulama alanı olan yaşlı refahı alanına katkı sunması hedeflenmiştir.

C. Çalışmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın verileri anti-aging uygulamalardan faydalanmış 15 gönüllü birey ile yapılan görüşmelerden elde edilmiştir. Araştırmanın örneklemi genç yetişkin kadınlar olarak sınırlandırılmış ve 30-45 yaş aralığındaki bireyler tercih edilmiştir.

Anti-aging uygulamalar çeşitlilik göstermesi ve bazı uygulamaların sonuçlarının bireyden bireye değişmesi nedeniyle, uygulamaların fayda sağlayıp sağlamadığına dair tam bir görüş bildirebilmek zaman isteyebilmektedir. Bu nedenle katılımcıların memnuniyet düzeyine yönelik soruların net bir karşılığının olmaması sınırlayıcı bir unsur olmuştur. Araştırmanın sonuçları katılımcıların verdiği cevaplarla sınırlıdır.

II. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

A. Yaşlanma ve Yaşlılık

Yaşlanma kavramı bir süreci kapsamakta iken, yaşlılık erişilmiş bir evreyi ifade etmektedir. Bireylerin yaşlanma sürecinde geçirdiği psikososyal ve kültürel deneyimlerin kendi yaşlılık döneminin niteliğinde belirleyici bir unsur olduğunu söylemek mümkündür.

Toplumun gelişmişlik seviyesinden dahi etkilenebilecek kadar makro bir konu olan yaşlılık, bireyin kendisi ile olan yakınlığı kadar da mikro düzeyde bir dinamik içerisindedir. Bu nedendir ki bu karmaşık kavramı tek bir açıdan açıklamanın yanıltıcı olabileceği düşünülmüştür. Öyle ki, ilgili literatür incelendiğinde yaşlanma ve yaşlılık kavramlarının çeşitli boyutları ve türleri ile tanımlanmaya çalışıldığı görülmektedir. (Nazlı Keser, 2019: 742). Yaşlılık; kronolojik boyutunun yanı sıra, biyolojik, sosyal, psikolojik açıdan da ele alınarak birden fazla disiplinin konusu haline gelmiş ve açıklanmak için çok yönlü bakış açısına ihtiyaç duyan bir kavram halinde bulunmaktadır.

Bireyler kendi yaşlanma evrelerine yaklaştıklarında fiziksel veya zihinsel bir yavaşlama içerisinde bulunabilseler de aynı takvim yaşına birbirinden farklı nitelikler ile ulaştıkları bilinmektedir. Sosyal hayatta bireylere yaşlılığı atfedebilmek için onlarda birtakım izler aranmakta ve belli başlı kriterler sıralanmaktadır. Ancak bu izler ve kriterler aynı takvim yaşının içerisinde olmalarına rağmen bireyden bireye farklılık gösterebilmektedir (Gökçe Kutsal, 2012:7). Bu noktada beklenen, olduğundan daha genç bir görünüm ve işlevsellik değil, içinde bulunduğu yaşta kendisinin en iyi versiyonunda olarak potansiyelini gerçekleştirmesidir. Bu ise aktif yaşlanma konusunda yüksek bir farkındalık gerektirmektedir.

Yaşlılık sürecinde aktif olabilmek, yaşlanma sürecinde fiziksel ruhsal ve sosyal iyilik halini koruyarak, bedensel ve zihinsel işlevselliğini daima canlı tutabilmek ile mümkün olmaktadır. Bu ihtiyaçların bazıları, doğrudan bireylerin

kendi çabasına, bazıları ise ülke politikalarına ihtiyaç duymaktadır. Çünkü yaşlılık döneminde bireyler, sosyal, ekonomik, kültürel ve toplumsal yaşantılarının yansımalarının avantaj ya da dezavantajlarını oldukça fazla hissetmektedir. Yaşlılık döneminde daha önce tek başına yürütülebilen hastalık takibi, bütçe yönetimi, karar alıp verme gibi bireysel süreçlerde desteğe ihtiyaç duyabilme ihtimali artmaktadır. Bireylerin bu işlevlerini yerine getirmesi bir başkasının inisiyatifinde olduğunda sosyal dışlanmaya veya şiddet ve zorbalığa maruz kalabileceğinden sağlık ve sosyal haklara erişimin sağlanmasında devlet politikaları önem arz etmektedir (Taşcı, 2016:46-51).

Yaşlı bireylerin emekliliği, yaşlılıkla birlikte gelen veya karşılaşılabilecek kronik hastalık ve yeti yitimleri düşünüldüğünde, toplumda yaşlılığın dışlanan bir evre olarak öngörüldüğünü söylemek mümkündür. Bu gelişim dönemi toplumdaki algı ve farkındalık düzeyine bağlı olarak yaşlı bireylerin yaşlılığı yaşama sürecini olumsuz yönde etkilemektedir. Yaşlılıkta toplumsal dışlanmanın da sosyal algı ile ilgili olduğu düşünülmektedir (Çunkuş vd., 2019).

Bununla birlikte yaşlılık merkezli damgalanma ve dışlanma konusunda çözüme ulaşabilmek için yaşlı refahı alanına çok boyutlu bir pencereden bakılması doğru bir yaklaşım olacaktır. Bu anlayıştan uzaklaşmak bireyin sosyal olduğu kadar finansal varlığını sürdürmesinde de zorluklar oluşturmaktadır. Tüm bu konular düşünüldüğünde, demografik dönüşüm neticesinde çeşitlenen yaşlılık görünümünü göz önünde bulundurmamak gerekmektedir. Geleneksel bakış açısı ile yaşa bağlı yapılan genellemeler yaşlıların ihtiyaç ve sorunlarının göz ardı edilmesine sebep olabilmektedir. Bu nedenle makro müdahalelere ihtiyaç duyulmaktadır. Dolayısıyla ülkelerin yaşlı refahı alanında sunmuş olduğu hizmetler ve gelişmişlik seviyesi de bireylerin sağlıklı bir yaşlılık evresi geçirmesini desteklemekte büyük rol oynamaktadır.

1. Yaşlılığa Genel Bakış

Yaşlılık, yaşamın hemen hemen her alanından etkilenen ve psikolojik, sosyo-kültürel ve ekonomik sonuçları olan bir kavramdır (Çolak ve Özer, 2015:116).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ)1998'de yaşlılığı tanımlarken yeti yitimlerini ve bir başkasına bağımlı olabilme halini kapsayacak şekilde bir

tanımlama yaptığı ve 65 yaşı yaşlılığın başlangıcında bir sınır olarak belirlediği görülmektedir. Yaşlılığı, bireyin çevreye uyum sağlama kabiliyetinin azalması olarak tanımlamaktadır. Ancak yaşlılığın sınıflandırılmasında bazı kategoriler belirleyerek, emeklilikten sonraki dönem olan 65-74 yaş arası Genç (Erken) Yaşlılık evresi olarak tanımlamaktadır. Fonksiyonel yitimlerin belirmesi ile adlandırılan, ancak bireyin belirli bir ölçüde bağımsız olarak sürdürdüğü 75-84 yaş arası ise orta yaşlılık olarak nitelendirilmektedir. Özel bakım gerektirildiği düşünülen, kurumsal veya aile desteğine ihtiyaç duyulan 85 yaş ve üzeri ise ileri yaşlılık dönemi olarak tanımlanmaktadır (Aslan ve Hocoğlu, 2017:53).

Yaşlılık konusunda bahsi geçen kategorilerin, daha çok yaşlılık ile kazanılan statünün bir getirisi olabilecek sosyal haklardan faydalanılmasını kolaylaştırdığını söylemek mümkündür. Yaşa göre ayrılan özellikle sağlık ve sosyal güvenlik alanında elde edilebilecek hakların belirlenmesi ve uygulanmasında yaş belirleyici bir rol almaktadır.

Birleşmiş Milletler (BM) de istatistiksel açıdan 60 yaş üzerindeki nüfusu yaşlı olarak kabul etmektedir (Yıldız, 2017:254). Psikogeratrik açıdan ise 65 yaş üstü bireyler yaşlı, 85 yaş üstü bireyler ise ileri yaşlı olarak kabul edilmektedir (Altun,2021:32).

Sağlık alanında yapılan tanımlamalarda daha çok biyolojik ve metabolik açıdan hücresel faaliyetlerin fonksiyonları ile ilgili değerlendirmelerin yapıldığına rastlanmaktadır. Burada, fiziksel, zihinsel ve bedensel işlevlerde kısıtlanmaların yanı sıra bağışıklık sistemi ile ilgili önemli bir vurgu yapıldığı görülmektedir. Yaşlılığın, yıpranmanın oluşturduğu fizyolojik yeterliliğin azalması ve bağışıklığın zayıflaması ile sonuçlanan bir dönem olduğu söylenirken bu durumun doğrudan yaş ile ilişkisi olup olmadığı ise tartışılmaktadır. Bireylerin yaşlı olarak kabul edilen kronolojik evreye ne şekilde ulaşacağını öngörmek mümkün olmasa da aktif yaşlanma bilincine bağlı olarak bir tahminde bulunulabilir (Bilir, 2018:13).

Sosyolojik açıdan değerlendirildiğinde ise bireyin bir sosyal sistem içinde hem toplumun içerdiği birey hem de toplumdaki etkilenen birey olarak ele alındığı görülmektedir. Bu tanımlamalarda yaşlanma olgusunun sosyal bir etkileşim dahilinde oluştuğuna vurgu yapılmaktadır. Bireyi etkileyen toplumsal, kültürel ve

sosyo-ekonomik tüm çevresel faktörler bir arada değerlendirilmektedir (Nazlı,2016: 1-2).

Yaşlılık kronolojik olarak 65 yaş üstü bir yaşı ifade etse de doğrudan takvim yaşı üzerinden değerlendirilemeyecek kadar karmaşık bir yapıdadır (Özütürker, 2021: 3045).

2. Yaşlanmanın Boyutları

Yaşlanmanın çeşitli boyutlarıyla tanımlandığı ve kronolojik, biyolojik, sosyolojik ve psikolojik yaşlanma olarak kavramsallaştırıldığı görülmektedir.

a. Kronolojik Yaşlanma

Bireyler anne karnında zuhur ettikleri andan itibaren yaşlanmaya başlamaktadır. Bu süreç gebelik esnasında günden güne gözlemlenebildiği gibi, doğum sonrasında daha somut bir biçimde anlaşılabilir. Bireyin doğduğu andan içinde bulunduğu zamana dek geçen süre literatürde takvim yaşı, yani kronolojik yaş olarak ifade edilmektedir (Gök, 2019:9).

Özellikle DSÖ'nün takvim yaşını baz alarak yaptığı sınıflamalar, bireylerde yaş ile birlikte ortaya çıkan özelliklere göre bir genelleme yapılarak belirlenmektedir (Gönüllü Taşkesen, 2017:8-9). Altan ve Şişman (2003:5) ise yaşın keskin çizgilerle sınıflandırılabilir bir kavram olmadığını belirtmiştir.

Tüm bunların yanı sıra yaşlılık gibi çok yönlü şekilde ele alınan bir kavramı yalnızca takvim yaşı ile açıklamak zor olacaktır. Çünkü kronolojik yaşın seyri esnasında, biyolojik, sosyolojik, psikolojik faktörler de yaşlılık evresinin niteliğini etkileyecektir (Ceylan, 2015:31).

b. Biyolojik Yaşlanma

Biyolojik yaşlanma, yaşın artışı ile birlikte bedensel canlılık ve temel yaşamsal fonksiyonların yitirilerek yaşamın son evresine yaklaşıldığı süreci ifade etmektedir (Öksüzokyar vd., 2016: 35).

c. Sosyolojik Yaşlanma

Sosyolojik yaşlanma, bireylerin toplumsal rol ve statüleri ile sosyal etkileşimlerinin yaşlarına bağlı olarak değişimidir (Aslan ve Hocaoglu, 2017:53). Bu yönüyle toplumun yaşlanmaya yüklediği mana ve tecrübelerinin

şekillendirdiği bir süreci ifade etmektedir (Tufan 2002:119; Morgan ve Kunkel, 2007). Sosyal yaşlanmanın toplumsal rol ve statüleri içine alan, büyük ölçüde ilgili politikalardan ve toplumun kültürel yapısından etkilenen kapsayıcı bir kavram olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

Roller, toplumsal etkileşimin sınırlarında belirleyici bir unsurdur. Kronolojik yaşa bağlı olarak kazanılan ve kaybedilen statüler ortaya çıkmaktadır. Yaşlılık kavramının her toplumun kültüründe ve politikalarında farklı bir karşılığının olması, bireyin sosyal yaşlanma sürecinde belirleyici bir faktör olmaktadır. Bireyin yaşlanmayı nasıl algıladığı, içinde bulunduğu toplumun yaşlılığı nasıl anlamlandırdığı ile şekillenmektedir. Bireydeki değişiklik bulunduğu kültürden büyük ölçüde etkilenmektedir. Sosyal yaşlanma süreci, bireylerin bulunduğu toplumun onlara sunduğu sosyal ve kültürel olanaklardan hangi ölçüde yararlandığı ile ilişkilidir. Bazı kültürler yaşlılığa bilgelik ve değer atfederken; bazılarında ise yaşlılar toplumsal açıdan bir yük olarak görülebilmektedir (Karadakovan, 2014:17-18).

Sosyolojik yaşlanmanın politikaların belirlediği yaş kısıtlamalarından da etkilendiğini söylemek mümkündür. Devletlerin eğitim, istihdam, sağlık ve sosyal politikalarında belirli haklara erişim noktasında yaş kısıtlaması getirmesi, sosyolojik yaşlanmanın kronolojik yaşlanma ile iç içe bir özelliğe sahip olduğunu göstermektedir. Dolayısı ile takvim yaşı, İçli'nin (2008: 30) de belirttiği gibi kronolojik yaşı ötesinde bir sosyal kategorize unsuru olarak karşımıza çıkmaktadır. 18 yaşına kadar çocuk olarak kabul edilmek, çocuklara yönelik sunulmuş haklardan ve imkanlardan faydalanmayı sağlarken; 18 yaşında temsil hakkının edinilmesi, zaman zaman istihdam edilirken yaşı bir kriter olması ve 30 yaşından küçük olmak, 35 yaşını aşmamış olmak veya 40 yaşını doldurmamış olmak gibi kısıtlayıcı kararlar, kronolojik yaşa bağlı olarak belirlenen sınırlar olsa da sosyolojik yaşlanmayı da etkilemektedir. Bu nedenle sosyal güvenlik, istihdam ve eğitim gibi alanlarda yaşa bağlı avantaj veya dezavantajlar oluşturabilmektedir.

d. Psikolojik Yaşlanma

Psikolojik yaşlanma, bireylerin kendi yaşına yönelik öznel algısıdır. Bilişsel yetenekler, odaklanma, anlama ve algılama, zihin kapasitesi, konuşma ve

iletişime katılma, görsel algı ve denge, akıl yürütme, bilişsel esneklik, duygu durum, motivasyon, sorunlarla başa çıkma becerileri gibi çeşitli alanlardaki değişiklikleri içermektedir (Er, 2009: Göka ve Aydemir, 2000'den aktaran Asi Karakaş ve Durmaz, 2017: 33). Psikolojik yaşlanma; psikomotor becerilerin yaşanan yıllara bağlı olarak işlevsellik düzeyindeki değişimleri de içermektedir (Beğer ve Yavuzer, 2012:1). Yaşlılık psikolojik olarak ele alındığında; genel olarak zihinsel işlevsellik, psikososyal ve duygusal davranış değişimlerden söz edilmektedir

Psikolojik yaşlanma genel olarak bireyin kendisini kronolojik yaşından bağımsız olarak düşünmesi ve içinde bulunduğu yaşı içsel olarak kabul veya reddidir. Bireyin kendisini hissettiği yaşa bağlı olarak bir yaşam sürmesi de psikolojik yaşlanmanın kapsamındadır. Buna göre kronolojik yaş bakımından yaşlı olarak tanımlanan bireylerin kendilerini genç hissetmesi ve gençlerin de kendisini daha yaşlı hissetmesi psikolojik yaşlanma düzeylerini belirtmektedir (Onat, 2000:12).

Geçmişe duyulan özlem, pişmanlıklar ve geleceğe dair tedirginlik ve güvensizlik gibi hisler de psikolojik yaşlanmanın içeriğindedir. (Savaş ve Uğurlu, 2021). Bireylerin yaşlanma süresi ilerledikçe geçmişe olan özlem duyguları artabilmektedir. Yaş aldıkça yaşadıkları deneyimler, bireyleri sosyal ortamlarının ve sosyal olanaklarının yeniden şekillenmesi ile karşılaştırmaktadır. Bu deneyimlerinin etkisiyle yeni oluşan şartlara kendilerini yabancı hissedebilmektedirler (Ağar,2020:76). Tüm bunlar da bireylerin psikolojik yaşlanmasını etkilemektedir.

3. Genç Yetişkinlik Dönemi

Yetişkinlik yaşam sürecinin en uzun dönemidir. Ergenlik döneminin bitimiyle başlayarak yaşlılığa kadar devam etmektedir (Doğan ve Cebioğlu, 2011:12). Ancak yaşlanma sürecine bağlı olarak değişmekte olan özellikler ve gelişimsel görevler nedeni ile bu dönem kendi içinde ayrılabilir. Literatürde genç yetişkinlik döneminin gelişimsel görevler yönünden çeşitli yaş aralıklarında ele alındığı görülmektedir. Havighurst bu dönemi 18-35 yaş aralığında, Neugarten ve Moore 20-30 yaş aralığında, Erikson 20-40 yaş aralığında, Bühler ise 22-45 yaşları arasında ele almaktadır (Zastrow ve Kirst-

Ashman, 2015). Genel hatları ile ise genç yetişkinlik döneminin 18 yaşından itibaren başladığını ve 40-45 yaşlarına kadar devam ettiğini söylemek mümkündür(Kılavuz, 2005:100).

Levinson (1986) ilk yetişkinliği 17-45 yaş aralığında değerlendirmekte ve ilk yetişkinlik geçiş dönemi ile başlayıp orta yaş geçişi ile tamamlandığını belirtmektedir. Ayrıca bu dönemin 30yaşa kadar olan kısmının da ödülleri ve fırsatlar dönemi niteliğinde olduğuna vurgu yapmaktadır.

Bireyler genç yetişkinlik döneminde kimlik arayışlarından çıkarak kendi kimliklerini diğer bireylerle kaynaştırma arzusundadır. Zira bu dönem bireylerin yalnızlık ve kaçınarak yakın ilişkiler kurmaya yöneldiği bir evredir (Erikson, 1984).

Genç yetişkinlik dönemi gelişimsel sürecin bir gereği olarak ortaya çıkan sosyal etkileşim ve iletişim becerilerinin ilerletildiği bir dönem olarak da ele alınabilir. Bu dönemde bireylere etkili iletişim kurma, yakın ve samimi ilişkilere başlama ve yönetme becerilerini geliştirmektedir. Ayrıca bu dönem bireylerin iş seçimleri, evlilik tercihleri, bir partner ile yaşam sürme gibi deneyimleri mihrakınaalan20-45 yaş aralığındaki bir süreci kapsamaktadır(Aydın, 2002'den aktaran İmamoğlu, 2008: 2).

Genç yetişkinlik sürecinde yaşanan psikososyal deneyimlerin, edinilen yaşam tarzının ve sürdürülen alışkanlıkların yaşlılık evresinin niteliğinde de belirleyici bir unsur olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Bireyler bu dönemde iletişim becerilerini ilerleterek sosyal yaşantılarını yönetme becerilerini geliştirmektedir. Bu da sosyal yaşlanma sürecini etkileyerek yaşlılık evresinin niteliğine yansıyabilecektir.

B. Başarılı Yaşlanma Kavramı

1960'lı yılların başında ortaya çıkan ve büyük ölçüde aktivite kuramından beslenen bir kavram olan başarılı yaşlanmanın “geri çekilme” kuramına karşı gelen bir kavram olduğu söylenilebilir. Temelinde ise süreklilik kuramının temel varsayımları bulunmaktadır Başarılı yaşlanma ileri yaşlarda da orta yaşta olduğu gibi hayata dahil olma, finansal ve sosyal varlığını sürdürme, bedensel ve zihinsel işlevselliğin devamını vurgulayan bir modeli ortaya koymaktadır. Böylece yaşlı

bireyler de sosyal katılımını gerçekleştirecek, yaşlılık ile beraber ortaya çıkan hastalıklara karşı dirençli olacak ve toplum içinde üreten bir konumda varlığını devam ettirecektir (Rowe Kahn,1997'den aktaran Demir Erbil, 2022:11).

DSÖ'nün tanımına göre aktif yaşlanma, bireylerin yaşlanma sürecinde yaşam kalitelerinin artırılması adına sağlık, toplumsal yaşama katılım ve sosyal güvenlik imkanlarından yararlanmasını öngören bir kavramdır (DSÖ, 2002:12). Yaşlanmanın bir süreç olduğu ve yaşlanmanın herkes için kaçınılmaz olduğu kabul edilerek aktif yaşlanma kavramının sınırlarının genişletilmesi gerekmektedir (Aydın ve Aydın Sayılan, 2014:78).

Başarılı ve aktif yaşlanma kavramları birbirlerinin yerine çokça kullanılsa da aktif ve sağlıklı yaşlanmanın başarılı yaşlanmanın yapı taşları olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Başarılı yaşlanma gelişimsel sürece paralel bir şekilde ilerleme göstermektedir (Çifçili, 2012:8-9). Bu sebeple bireylerdeki fiziksel, duygusal, psikolojik ve fizyolojik sürecin işleyişi, yaşlanma sürecinin sağlık açısından niteliğini belirlemede etkili olmaktadır.

Ancak başarılı yaşlanma kavramı, neoliberalist düşünce içerisinde kendisine önemli bir yer bulan “başarı” ve “üretkenlik” söylemlerini güçlendiren bir kavramdır. Bu kavramın sistemin devamlılığını önceleyen ve küresel sermayeyi besleyen bir yanı da bulunmaktadır (İpek, 2021:144).

C. Neoliberal Dönem ve Değişen Yaşlılık Algısı

Sanayileşmenin bir sonucu olarak ortaya çıkan kentleşme ve modernleşme ile birlikte kültürel ve toplumsal yapıda değişimler meydana gelmiştir. Etkilenen alanlardan biri de yaşlılık ve yaşlılığa dair algı olmuştur. Geleneksel toplumların benimsediği bilge ve saygın yaşlının aksine topluma bir yük olarak görülen, toplumsal katkısı olmayan yaşlı algısı meydana gelmiştir (Baran, 2004: 50; Bayrak, 2018:3). Yaşlılık bu boyutuyla üretmekten uzak kalmakta, sistemin de tükenmesine sebep olduğu düşünülmekte ve bu yönleriyle sorunlu olarak algılanmaktadır (Taşcı, 2016:49).

Yaşlılığın bilgeliği, hayat deneyimleri ve ders vericiliğinden faydalanmayı başarabilen toplumlarda bireylerdeki hak ihlallerinin önüne geçildiği gibi

nesillerin de başarılı bir biyografi oluşturarak yaşlandığında yapabilecekleri ile ilgili bir öngörü oluşturmaları sağlanabilecektir (Powell ve Chen, 2017).

Oysa neoliberal sistemin hedef kitlesi genç ve dinamik bireylerden oluşmaktadır. Yaşlılar ise genç nüfus tarafından karşılıksız olarak sağlanan genellikle bakım ihtiyaçları nedeniyle neoliberal dünyada kendilerine yer bulamamaktadır (Kayacan, 2017). Sosyal refah devletlerinin bir politika alanı olarak belirlediği ve hizmet ürettiği yaşlı refahı alanı da benzer şekilde neoliberal sistemde politika alanları içerisinde göz ardı edilmeye başlanmıştır. Devletlerin yaşlı bakımı ve refahı alanındaki rolünün değişen dünya düzeni ile birlikte azaltılması hedeflenmiştir (Elveren, 2008:20; Polivka, 2011). Aktif/üretken/başarılı yaşlanma gibi söylemlerle de bu hedef desteklenmiştir. Böylece devletin yaşlı refahı alanındaki sorumluluğunun azaltılıp yaşa bağlı oluşabilecek dezavantajlara önlem almak da bireylerin uhdesine bırakılmıştır.

Aktif yaşlanma düşüncesinin bir yönüyle yaşlanma karşıtlığına dönüştüğünü de söylemek mümkündür. Yaşlanmanın kaçınılmaz olmadığı ve bireysel çabalarla üstesinden gelinebileceği algısı ile de bireylere yaşlanmayı önlemek, geriletmek adına çeşitli yöntemlere başvurusu gerektiği salık verilmiştir (Bozok, 2009:1192). Bu araştırmanın konusunu oluşturan anti-aging uygulamaları da bu yönüyle cazip hale gelmeye başlamıştır.

1. Üreten Yaşlı mı? Tüketen Yaşlı mı?

Doğumda beklenen yaşam süresinin uzamasıyla beraber, emeklilik sonrası yaşam süresinin de uzaması, bunun tersine doğum oranının düşük olması, sağlık ve sosyal güvenlik harcamalarının artmasına neden olmaktadır (Demirbilek, 2005:214). Emekliliğe ayrılan kamusal bütçenin, sistemin sürdürülmesinde yetersiz kalması sonucunda genç nüfus üzerindeki prim yükünün artması da genç ve çalışan nüfusu kısıtlayıcı bir unsur haline gelmiştir (Alper, 2004). Yaşlılığa yönelik algıyı şekillendiren faktörün “üretim ve tüketim ikilemi” olduğunu vurgulayan Taşcı (2016:48) yaşlıların üretime katılmamasının, yalnızca tüketmesinin bir sorun olarak görüldüğünü ve toplumda bir statü kazanabilmeleri için üretmeleri gerektiğini ifade etmiştir.

Yaşlı refahı alanındaki politikaların ağırlıklı olarak, sosyal güvenlik, sosyal yardım ve yaşlı bakım hizmetleri olarak ele alındığı görülmektedir. Demografik

dönüşüm ile birlikte hızla artan yaşlı nüfusun, emeklilik ödemeleri, sağlık ve bakım ihtiyaçlarının karşılanması, bu hizmetleri çalışan genç nüfus tarafından fonlamakta olan ülkeler için düşündürücü bir unsurdur. Dolayısıyla yaşlı bireylerin işlevselliğinin yüksek olması, üretmeden tüketmesi yerine üretirken tüketmesi, yaşlıların kendisi için olduğu kadar, devletin ve piyasanın da yararına olduğu düşünülmektedir (İpek, 2021:142).

Kapitalizm yaşlıları üretime katıldıkları sürece kabullenen bir yapıdır. Üretime katılmayan yaşlıları, işe yaramaz olarak konumlandırmakta ve adeta sisteme zarar veren bir parazit olarak nitelendirmektedir (Taylor ve Bengston, 2001:138). Yaşlıların emeklilikle birlikte üretimden çekilmesi, neoliberal sistemin sürekli üretimi salık veren yönüne zıt düşmektedir. Kapitalist sistem ise üretime katılma noktasında oluşan bu açığı, yaşlıları tüketim çarkının içine çekerek kapatma yoluna gitmiştir. Özellikle medya vb. araçlarla yaygınlaştırılan gençleşmiş, yenilenmiş yaşlı imajı ile bunu desteklemiştir. Yaşlıların anti-aging uygulamalar, estetik operasyonlar vb. çeşitli yöntemlere, servis edilen bu imajı yakalama uğruna yönelmesine neden olmuştur (İpek, 2021:137-138).

D. Anti- Aging (Yaşlanma Karşıtı) Uygulamalara Genel Bakış

Anti-aging yani yaşlanma karşıtı ifadesi, yaşamın doğal akışı içinde yaşlanan insan bedenine müdahale ederek yaşlanmaya hükmetme çabası olarak tanımlanmıştır (Bozok, 2009:1192). Bu çabalardan bir kısmı spor, egzersiz, beslenme kontrolü, yaşlanma karşıtı ürün kullanımı (kremler, bitkisel kürler, kozmetik ürünler vb.) gibi medikal olmayan yöntemlerdir. Bu yöntemler bireyin kendi kendine yapabileceği uygulamaları içerirken dışarıdan müdahale yoluyla görünümü şekillendirme amaçlı yapılan medikal veya cerrahi uygulamalar da bulunmaktadır. Bu tür uygulamaların en bilinen örnekleri ise kırışıklıkları giderme amacıyla yapılan botox, sarkmaları giderme amacıyla yapılan askılama işlemleri, yaşlanmaya bağlı yüzde oluşan hacim kaybını geri kazandırma amacıyla yapılan dolgu işlemleri ve hücreleri yenilemek amacıyla cilde enjekte edilen serum uygulamalarıdır. Bu uygulamalar doktorlar tarafından yapılabilmektedir. Bu uygulamaların geçici/yarı kalıcı özellik taşıması nedeniyle cerrahi müdahaleler de tercih edilebilmektedir.

Anti-aging uygulamalar, hastalık ve yeti yitimlerini önleme ve sağlıklı yaşam süresini uzatma amacıyla yapılan uygulamaları ifade eden bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu uygulamalar yoluyla yaşlanmanın engellenmesi, geciktirilmesi hedeflenmektedir (Cankurtaran, 2006).

Anti-aging uygulamaların kullanımı ve yaygınlaşması 1980'lere dayanmaktadır. Zaman içerisinde anti-aging uygulamalara yönelik bakış açısı ve uygulamalardan beklentiler değişime uğramıştır. 1980'lerde bu uygulamalar hastalıkların önüne geçilmesi olarak görülürken; 1990'larda yaşlanma sürecinin hızının azaltılmasına yönelik uygulanmıştır. Günümüzde ise yaşlanmanın durdurulması, yani bir anlamda gençleşmenin bir yolu olarak sunulmaktadır (Binstock ve Fishman, 2010'dan aktaran Korkmaz Yaylagül vd., 2016: 395). Başlarda yaşlılık belirtilerini yok ettiği düşünülen yaşlanma karşıtı kremler ve kozmetik ürünler yoluyla yaşlılık belirtileri yok edilmeye çalışılmış; tıp ve teknolojide yaşanan gelişmelerle birlikte medikal ve cerrahi uygulamalarla yaşlanmanın durdurulacağı düşünülmüştür (Çarboğa, 2022:54-58).

1. Anti- Aging (Yaşlanma Karşıtı) Uygulamaların Yaygınlaşma Nedenleri

Anti-aging uygulamaların yaygınlaşmasının nedenleri arasında; neoliberalizm ve küreselleşme ile birlikte ortaya çıkan, tek tip beden algısı gösterilebilir. Ayrıca bu algının geleneksel ve yeni medya kanalları aracılığıyla desteklenmesi, yaşlanmaya yönelik korku ve kaygılar, yakın çevrenin dış görünüşe dair söylemleri ve sosyal ve psikolojik faktörler ile birlikte uygulamalara erişimin kolay olması da söz konusu uygulamaları yaygınlaştırmaktadır.

a. Neoliberalizm, Küreselleşme ve Tek Tip Beden Algısı

Neoliberal politikalarla birlikte ortaya çıkan rekabet anlayışı kapitalizmi körükleyen bir güç olarak düşünülebilir. Küreselleşmenin tek tipleştirme etkisi ile aynılaşan zevklerin birbirine benzeyen taleplerinin oluşması arz noktasında da birbirine benzeyenlerin sunulmasına neden olmuştur. İşletmeler de bu algıyı destekleyen ürünleri piyasada dolaşıma sokmuşlardır. Tek tip beden algısını güçlendiren ürün ve hizmetler üreten sektörler arasında medikal estetik sektörü, plastik cerrahi ve moda ve tekstil sektörü yer almaktadır (Korkmaz, 2023: 5). Bu sektörler tarafından gerçekleştirilen faaliyetler de bireylerin giyim, beslenme stili

ve dış görünüş açısından birbirine benzemesine yol açmıştır. Anti-aging ürün ve uygulamalar da hem piyasayı canlı tutacak bir faaliyet hem de bireylerin beklentilerini karşılayarak tek tipleşmeyi güçlendiren bir araç haline gelmiştir.

Neoliberal kapitalist çağın yaşlı bedeni kusurlu gören ve bireyde bir an önce kurtulup genç bir görünüm elde etme zorunluluğu hissettiren tüketim odaklı anlayışıyla oluşan toplumsal yapının (İpek, 2021: 136) da etkisiyle anti-aging uygulamalara talep artmaktadır.

b. Medya Faktörü

Hayatın akışı ile birlikte toplumda yaşlılara yönelik belli başlı kalıplaşmış inanışlar ortaya çıkmaktadır. Bu kalıpların aslında belli bir sistemce oluşturulan politikaların topluma dayatılması olduğu düşünülmektedir. Çoğu zaman gazeteler, televizyonda veya internet üzerinden izlenmekte olan dizi ve filmler ve mizah dergileri bu kalıpların oluşmasında aracı bir rol oynamaktadır (Demir, 2017:58).

Gençlik ve güzellik kavramlarının kalıp düşünce haline gelmesinde de medya kanalları oldukça etkilidir. Nitekim bireylerin, dış görünüşlerine verdikleri önem medya faktöründen etkilenmektedir (Haspolat ve Kağan, 2017: 141). Medyada, özellikle yazılı basında genç, sağlıklı ve ince bir bedene sahip olmanın ve başarının idealize edildiği, yaşlılığın ise bir hastalık olarak yansıtıldığı, yaşlanma izlerinin yok edilmesi gereken belirtiler olduğu, yaşlanmanın kaçınılması gereken bir olgu olduğu düşüncesi yaygınlaştırılmaktadır (Demez, 2012:106-107).

Sosyal medya küreselleşmenin hızla yayılan gücünü besleyen bir faktör olarak satış ve pazarlama sektörü tarafından da tüketicilere ulaşmada etkili bir araç olarak kullanılmaktadır. Anti-aging ürün sunumları da işletmelerin sosyal medya hesapları üzerinden tüketicilere tanıtılmaktadır. Bireyler bir yandan yaşlanma karşıtı ürünleri ve işlemleri incelerken diğer yandan sosyal medyada yaşlılara yönelik dışlayıcı tavırları da gözlemlemektedir. Bu ayrımcılıkları sosyal medya içerikleri aracılığıyla gözlemleyen bireylerin de yaşlanmaktan çekinerek anti-aging uygulamalara yönelebilmeye ihtimali artmaktadır.

c. Sosyal ve Psikolojik Faktörler

Bireyin hayat motivasyonu kendi ile olan ilişkisiyle doğrudan ilişkilidir. Yaşlanma ile birlikte hissedilen yalnızlaşma, hayattan geri çekilme, rollerin

değişmesi ile oluşan adaptasyon sorunları bireylerin kendilerini daha mutsuz hissetmesine neden olabilmektedir.

Yaşlılığın bir sonucu olarak oluşan yüzdeki kırışıklıklarda artış, saçların beyazlaması, derinin formunu kaybetmesi, ideal kilodan uzaklaşma ve saçlardaki azalma gibi fiziksel değişimler bireyi aynadan uzaklaştırabilmekte, sosyal hayata karışmaktan vazgeçirmekte ve ölüme yakın olmanın endişesi içerisinde bırakmaktadır (Ekinci, 2021:23).

Erikson insanların yaşam boyu işlevselliğini sürdürebilmesi için sosyal etkileşimin önemine vurgu yapmıştır (Gürses ve Kılavuz, 2011: 159). Bireylerin dış görünüşleri ile ilgili sosyal çevresinden aldığı iltifat veya olumsuz söylemler görünüşleri ile ilgili memnuniyet duyma ya da görünüşlerinde değişiklik yapma ihtiyacı hissetmelerine neden olmaktadır. Sosyal çevresi tarafından daha yaşlı görüldüğü gibi gerekçelerle dış görünüşünde değişiklik yapması yönünde söylemlere maruz bırakılan bireyler, yaşlanmayı durduracak ya da izlerini gizleyecek bir yol bulma ihtiyacı hissedebileceklerdir. Anti-aging uygulamalar da bireylerin sosyal onay alma ihtiyacına bir çözüm olarak gördükleri, sıklıkla tercih edilen seçeneklerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır (Alptekin ve Delibaş, 2021: 165).

Bireylerin içinde bulunduğu kültüre bağlı olarak sosyal onay ihtiyacı şekillenmektedir (Karaşar ve Öğülmüş, 2016: 86). Yaşlılığa karşı olumsuz tutumun hakim olduğu kültürlerde bireylerin sosyal kabul görme, onay alma ve beğenilme isteğinin yaşlanmama çabasına dönüşmesi söz konusudur. Bu nedenle bireylerin yaşlanma karşıtı eylemlere başvurabildiği görülmektedir.

d. Kolay Ulaşılabilirlik

Günümüzde anti-aging uygulamaları yapan uzman sayısının artması, geleneksel medya ve yeni medya kanalları aracılığıyla yapılan teşvik edici unsurlar anti-aging uygulamaların yaygınlaşmasına katkı sağlamıştır. Uygulamaların yapılaş şekli ve uygulamayı yapan kişi ve kurumlar hakkında bilgi sahibi olunabilmesi, dahası söz konusu kişi ve kurumlarla sosyal medya aracılığıyla iletişime geçmenin hızlı ve kolay olması bireylerin cesaretini arttırmıştır (Çarboğa, 2022).

III. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

A. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nitel araştırma ve nitel araştırma desenlerinden fenomenolojik yaklaşım tercih edilmiştir. Nitel araştırma yönteminin kullanılmasının nedeni ise katılımcıların algı, deneyim, duygu ve düşüncelerini doğal ortamında detaylı biçimde aktarmasına fırsat veren bir yapıda olmasıdır (Baltacı, 2019: 370). Araştırmanın konusu ve amacı düşünüldüğünde, nitel yöntem tercihi ile anti-aging uygulamaları yaptıran genç yetişkin kadınların anti-aging uygulamalara başvuru nedenleri ve yaşlılık algılarının daha net anlaşılacağı düşünülmüştür.

Fenomenolojik yaklaşım ise evrensel bir kavrama farklı pencerelerden bakan kişilerin duygu, düşünce ve algılarını yorumlamada sıklıkla kullanılan bir yaklaşımdır (Creswell, 2013:77). Bu araştırmada da katılımcıların yaşlılık ve anti-aging uygulamalara bakış açılarının incelenmesi fenomenolojik yaklaşımın kullanımını gerektiren bir unsur olmuştur.

B. Araştırmanın Özneleri

Araştırmanın özneleri, anti-aging (yaşlanma karşıtı) botoks, askılama, dolgu ve kırışıklık giderici ultrason tedavisi gibi cerrahi dışı medikal uygulama yaptıran 30-45 yaş aralığındaki 15 kadından oluşmaktadır. Öznelerin genç yetişkin kadınlar olarak belirlenmesinde ise toplumsal cinsiyet kalıp yargıları dolayısıyla kadınlar üzerinde bedensel ve dış görünüş odaklı sınırlamalar dikkate alınmıştır. Günümüz koşullarında anti-aging uygulama yaptıran erkeklerin sayısı giderek artsa da kadına atfedilen güzellik ve ideal beden algısının güzel görünme konusunda kadınlar üzerinde baskı oluşturduğu bir gerçektir. Bu açıdan kadınların söz konusu uygulamalara yönelme motivasyonlarını anlamak adına genç yetişkin kadınlarla görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

30-45 yaş arasındaki bireylerin seçilmesinin nedeni ise, bu yaş aralığının, genç yetişkin grup içerisinde fiziksel yaşlanma belirtilerinin ortaya çıkmaya başladığı bir dönemi kapsamaktadır. Bireyler bedenlerinde somut bir şekilde yaşlanmakta olduğunu hatırlatan izleri görmeye başladıkça yaşlılık evresine yaklaştıklarını hissetmektedir. Ayrıca bu evre yaşlılık üzerine düşünmenin başladığı bir dönemdir. Bu yaş aralığında yaşlanmaya dair endişelerin oluşması ihtimalinin yüksek olması nedeniyle 30-45 yaş aralığındaki bireylerin yaşlanma karşıtı ürün ve uygulamalara yönelme nedenlerini incelenmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Araştırmada kartopu örnekleme yöntemi kullanılmış ve bu yöntem anti-aging uygulama yaptıran bireylere daha kolay ulaşılmasını sağladığı düşüncesiyle tercih edilmiştir.

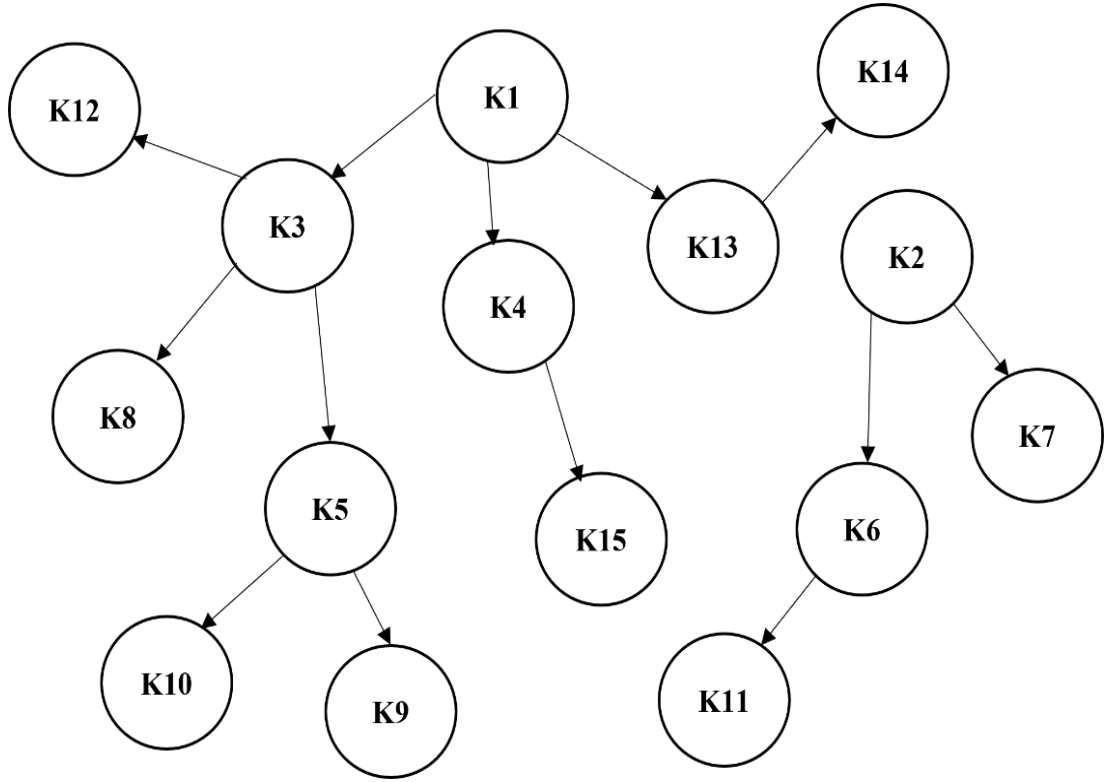
Kartopu örnekleme daha fazla katılımcıya ulaşılması hedeflenmiştir. Kartopu örneklemin bir diğer anlatımı da kardan bir miktar alınıp avuçta küçük bir top haline getirilerek yuvarlanması ile hızla büyüüp çoğalmasıdır (Punch, 1998'den akt: Özen ve Gül, 2007: 413). Bu araştırmada da her bir katılımcı bir diğerine ulaşma noktasında kolaylaştırıcı olmuştur. Bu yolla öznelere daha homojen bir yapıda olması sağlanmıştır. Ayrıca anti-aging uygulama yaptıran bireyler yeni tanıştığı bireyler tarafından elde ettikleri görünüm ile tanınmak, bilinmek ve hatırlanmak isteyebileceğinden eski görüntüleri hakkında olumsuz bir duygu barındırıyorsa görüntülerini konuşmak istemeyebilecektir. Bu nedenle güven sağlamak noktasında kendilerini tanıyan kişilerin referansı ile görüşme yapmanın daha uygun olacağı düşünülmüş ve örneklem grubundaki bir kişiden yola çıkarak onun yönlendirmesi ile diğer kişilere ulaşılmıştır.

Anti-aging uygulamaların gösterdiği çeşitlilik zengin bir araştırma alanı sağlamaktadır. Ancak ulaşılan katılımcıların hepsinin aynı tür uygulamayı yaptırmış olması da mümkün olabilmektedir. Bu sebeple ilk ulaşılan katılımcının aracılığı ile anti-aging uygulamaların farklı bir türünü yaptırmış olan katılımcılara ulaşmak, konuyu geniş bir çerçevede ele almaya olanak sağlamıştır.

Araştırmanın katılımcılarına ulaşmada uygulanan kartopu örnekleme yöntemine dair şema Şekil 1'de sunulmuştur. Verilerin anonim biçimde sunulması açısından katılımcılara, katılımcıyı temsilen K kodu verilmiş; görüşme

sirasını açıklamak amacıyla da 1'den 15'e kadar numaralar kullanılmıştır. Buna göre K1, K2, K3, K15 olacak şekilde katılımcılar isimlendirilmiştir.

Şekil 1 Kartopu Örnekleme Şeması



C. Veri Toplama Aracının Geliştirilmesi

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formunun tercih nedeni önceden hazırlanan sorulara görüşmenin ilerleyişine göre yeni alt sorular veya yan sorular ekleme imkanı sağlaması, araştırmacıya ek bilgiler elde edilme şansı vermesi ve böylece yapılandırılmış görüşmelere göre daha esnek bir görüşme ortamı sunmasıdır.

Bireylerin davranışlarının altında yatan nedenler, yaşadıkları deneyimlerden elde ettikleri sonuçlar ya da bunlara bağlı duygu durumları gibi verilere ihtiyaç duyulduğunda yarı yapılandırılmış görüşme tekniği oldukça uygun bir yöntemdir. Ayrıca katılımcılar, yarı yapılandırılmış görüşmelerde duygu, düşünce ve deneyimlerini doğrudan dile getirdikleri için verilerin en gerçek hali ile sunulması sağlanmaktadır. Böylelikle verilerin güvenilirliği de artmaktadır. Bir diğer unsur da bu formlar aracılığı ile katılımcı ve araştırmacı

arasında planlı bir ilerlemenin sağlanmasıdır. Diğer araştırma yöntemlerine göre bireylerin duygu ve düşüncelerini, bakış açısını daha kolay anlamamanın bir yolu olmasıdır (Türnüklü, 2000: 544).

D. Verilerin Toplanması ve Analizi

Çalışmanın verilerinin toplanması için İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan 30.03.2023 tarih ve 2023/03sayılı karar ile etik kurul onayı alınmıştır. Görüşmelere başlamadan önce katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu sunularak gönüllülük esası ile katılımları sağlanmış ve izin verdikleri ölçüde ses kaydı almak için kendilerinden onay alınmıştır.

2023 yılı Nisan ayında tamamlanan görüşmeler; katılımcılarla ortak belirlenen tarih ve saatlerde yaklaşık 30-90 dakika aralığında sürmüştür.

Görüşmeler sonucunda elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılarak deşifre edilmiştir. Ortaya çıkan veriler belirlenen temalar esas alınarak betimsel analize tabi tutulmuştur. Betimsel analizde önceden belirlenen temalar, birbirine yakın veya ilişkili olan verilerin sınıflandırılarak yorumlanmasında temel çerçeveyi oluşturmaktadır (Karataş, 2015: 70).Bu çalışmada da yapılan deşifreler içerisinde birbirine yakın olan ifadeler tespit edilerek temalar oluşturulmuştur. Belirlenen temalara göre alt kategoriler oluşturularak veriler sınıflandırılmış ve analiz edilmiştir.

IV. ARAŞTIRMANIN BULGULARI

Araştırmanın bulguları sosyo-demografik bilgiler, yaşlılık algısı ve yaşlanmaya dair bulgular, genç yetişkin kadınları anti-aging uygulamalara yönlendiren nedenler, anti-aging uygulamalar hakkında bilgi edinme yolları ile anti-aging uygulamalara dair beklentiler ve memnuniyet düzeyi olmak üzere beş ana başlıkta sunulmuştur.

A. Sosyo-Demografik Bilgiler

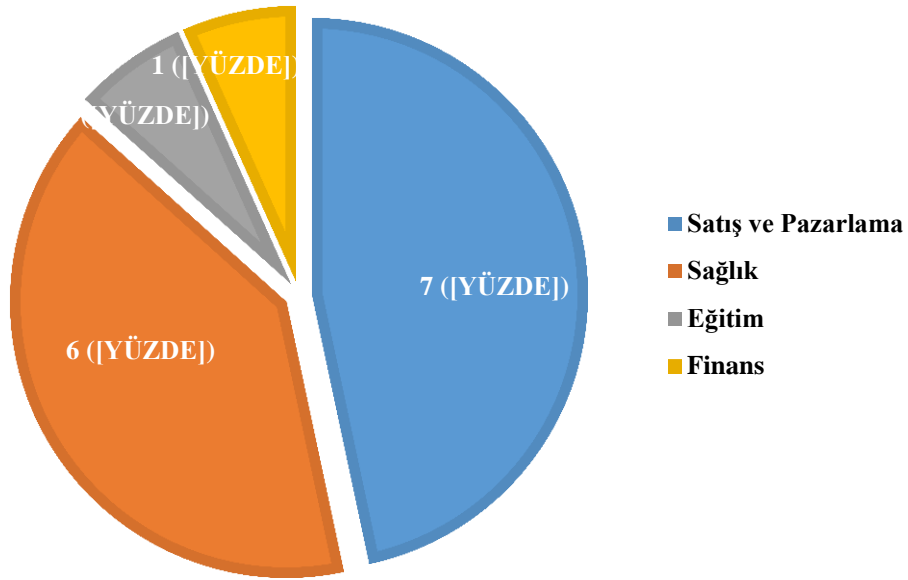
Araştırmanın katılımcılarına ait sosyo-demografik bilgiler Çizelge 1’de sunulmuştur.

Çizelge 1 Sosyo-Demografik Bilgiler

Katılımcı	Yaş	Eğitim	Meslek	Medeni Durum	Çocuk Sayısı	Gelir
K1	38	Lisans	E-Ticaret	Bekar	0	20000
K2	39	Lise	Satış ve Pazarlama	Bekar	0	18000
K3	31	Ön Lisans	Ofis Çalışanı	Evli	1	18000
K4	30	Ön Lisans	Paramedik	Bekar	0	17000
K5	36	Lisans	Satış Müdürü	Evli	0	22000
K6	40	Lisans	Mali Müşavir	Evli	0	30000
K7	33	Lisans	Ofis Çalışanı	Bekar	0	18500
K8	37	Lise	E-Ticaret	Evli	2	20000
K9	35	Lise	Satış Danışmanı	Evli	2	22000
K10	40	Lise	E-Ticaret	Evli	2	35000
K11	40	Ön lisans	Sağlık Memuru	Bekar	0	9500
K12	42	Lise	Satış Danışmanı	Bekar	1	50000
K13	43	Lise	Ofis Çalışanı	Evli	3	17500
K14	34	Yüksek Lisans	İlaç Mümessili	Bekar	0	30000
K15	45	Lisans	Öğretmen	Bekar	1	20000

Katılımcılar 30-45 yaş aralığında bulunan genç yetişkin kadınlardan oluşmaktadır. Eğitim durumlarına bakıldığında en az lise mezunu, en fazla yüksek lisans mezunu oldukları görülmektedir. Katılımcılar meslekleri çeşitlilik göstermekle birlikte satış ve pazarlama alanında çalışan katılımcı sayısının 7, sağlık sektöründe çalışan katılımcı sayısının 6 kişi olduğu, 1 katılımcının eğitim, 1 kişinin de finans sektöründe çalıştığı görülmektedir. (Şekil 2). Katılımcıların medeni durumu ve çocuk sahipliği değerlendirildiğinde 8'inin bekar, 7'sinin evli olduğu görülmektedir. Katılımcılar arasında 3 çocuk sahibi olan 1 katılımcı bulunurken, çocuk sayısı 2 olan 3 katılımcı, 1 çocuk sahibi olan da 3 katılımcı bulunmaktadır. Çocuk sahibi olmayan katılımcıların sayısı ise 8'dir. (Çizelge 1).

Şekil 2 Katılımcıların Meslek Dağılımı



B. Yaşlılık Algısı ve Yaşlanmaya Dair Bulgular

Katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşlılık algısı ve yaşlanmaya dair bulgular; genç yetişkin kadınların yaşlılık tanımlamaları, başarılı yaşlanma ile ilgili tutumları ve kendi yaşlanma süreçleri ile ilgili öznel değerlendirmelerini içeren başlıklar altında ele alınmıştır.

1. Genç Yetişkin Kadınların Yaşlılık Tanımlamaları

Katılımcıların yaşlılığa dair tanımlamaları, “Hastalık Düşüncesi”, “Sosyal Geri Çekilme”, “Rol ve Statü Kaybı” ile “Özgürlük ve Huzur” başlıkları altında açıklanmıştır.

a. Hastalık Düşüncesi

Araştırmanın katılımcıları yaptıkları yaşlılık tanımlamalarında genellikle yaşlılığa dair olumsuz ifadeler kullanmışlardır. Yaşlılığı daha çok hastalık ve yeteneklerin azalmasıyla bağdaştırmışlardır.

“Yaşlılık yani yeteneklerini kaybettiğin hatta algını bile kaybettiğin eskisi gibi hareketli olmadığın bir zaman dilimi.” K10

“Yaşlılık hayatın sonbaharı diyebiliriz. Yaşlılık benim için eşittir hastalık, şeker, kolesterol, tansiyon. Yani dikkatli olmamız gereken bir dönem.” K9

Yaşlıların toplumda konumlanması ile ilgili olarak katılımcılar sosyal çevrelerindeki yaşlıların genellikle saygı gören, hürmet edilen bireyler olduklarını belirtirken; fiziksel açıdan da çeşitli hastalıklarla mücadele eden bireyler olduğunu ifade etmişlerdir. Aynı zamanda çevrelerindeki yaşlıların hastalıklarını zaman zaman ilgi çekme amacıyla da öne sürebileceğini düşünmektedirler.

“Bizde yaşlılar hürmet edilen, sözünden çıkılmayan ve rızası olmadan bir işe kalkışamayacağımız kişilerdir.” K5

“İşte benim çevremde mesela annem var çok yaşlı, geçmişte ameliyat geçirdi bel fitiğinden bence daha kötü oldu. Evden çıktığı yok zorla çıkarıyoruz dışarıya, Bazen evde bırakıp gitmek zorunda kalıyoruz bir yerlere ama bilmiyorum üzülmediğini söylüyor. Ben olsam üzülürüm. Yaşlandığımda da kendime göre eğlenebilmeliyim en azından çıkıp dolaşıp herkesten bağımsız bir şekilde hareket edebilmeliyim.” K11

“Bizde büyüklere hürmet esastır. Sorulur, danışılır, rızası alınır. Çok önemlidir yaşlılar bizde. Bir de nasıl bir görünümü var bu yaşlıların bizim ailede genelde hastalıkları var ve hasta oldukları için ayrı bir ilgi beklentileri var ya da hasta olmasa da hastaymış gibi

yaparak ilgi kazanmaya da çalışıyor olabilirler. Bakıldığında şekeri kolesterolü olan, ne bileyim bel fıtığı olan, dizleri ağrıyan yaşlımız çok.” K9

b. Sosyal Geri Çekilme

Yaşlılığı hastalıklarla tanımlayan bir başka katılımcı da benzer şekilde hastalıkların bireyleri yaşamdan koparan bir unsur olduğuna dikkat çekerek yaşlıların sosyal hayattan geri çekilmeye başladığını sosyal çevresindeki bireylerin davranışlarıyla örneklendirmiştir.

“Hastalıklar geliyor aklıma. Yani annem var mesela, anneannem var. Onları hep hasta görüyorum. Hasta olmasalar bile yaşlı oldukları için kendilerini hasta gibi hissediyorlar. “Gel dışarı çıkarayım seni.” diyorum anneme mesela, “Yok.” diyor. “Siz gidin, benim kafam kaldırmaz.” diyor. Neyi kaldırmaz? Ama gelmek istemiyor. Anneannem de mesela annemin dışarı çıkıp gezmesinden rahatsız oluyor kendi çıkamıyor diye. Anca komşuya çıkar ya da eve komşu gelir. Sanki hayattan vazgeçmiş gibiler.” K2

Toplumsal hayattan uzaklaşma ve içe dönmeye vurgu yapan katılımcılar da yaşlılığı hayatın duraksadığı bir evre olarak tanımlamıştır. Katılımcıların kullandığı ifadelerden hareketle yaşlılık evresinde hayatın duraksayacağına dair bir kabulleri olduğunu söylemek mümkündür. Bu nedenle de yaşlanmadan önce hayallerini gerçekleştirmek istediklerini belirtmişlerdir.

“Yaşlılık hayatın duraksadığı bir evredir. Yani insanlar her şeyden elini ayağını çeker ve her şeyi gençlere bırakır.” K5

“Ben kendimi geç fark ettiğimi düşünen ve hayatı ucundan yakaladığımı düşünen birisiyim. Birçok şeye geç kaldığımı düşünüyorum. Bu sebeple yaşlanmak beni korkutan bir kavram. Hayallerimi yetiştirmeden yaşlanmak ve bir kenara çekilmek zorunda kalma düşüncesi beni üzen bir şey.” K14

Katılımcılardan bazılarının ise yaşlıların çalışma hayatından çekilmesi gerektiğine yönelik bakış açısı geliştirdikleri görülmektedir.

“Yaşlılar daha çok evinde oturan, ne bileyim torun büyüten kişiler. Bazı yaşlılar da var çalışıyor ama. Yaşına rağmen bir şeyler yapmaya çalışıyor. Yine de hakkını alamıyor. Yani bir genç insanın para kazanabileceği bir işi onlara vermezler. Zaten yapamaz. Ama yapacak olanlara da güvenmezler.” K3

Bazı katılımcılar takvim yaşını yaşlılıktan bağımsız olarak düşünmekte ve bireyin sosyal hayattan çekilmesinin yaşlılığı kabul ettiği andan itibaren başladığını, bu durumun günün şartlarını takip ederek, uyum sağlayarak aşılacak bir durum olduğunu belirtmiştir.

“Yaşlılık bizim algımızla, hissettiklerimizle ilgili bir şey. Birisi bize yaşlı diyor diye yaşlı olmayız veya her yıl bir yaş daha ileri gidince bence bu yaşlanmak olmaz. Siz “Ben artık yaşlıyım, yaşlandım.” dersiniz, elinizi ayağınızı hayattan çekerseniz, kendinize günün şartlarına göre muamele etmezseniz yaşınız 25 olsa da yaşlısınız aslında.” K4

c. Rol ve Statü Kaybı

Çevresindeki yaşlıların saygı duyulan bireyler olmadığını belirten katılımcılar ise bunun nedenini teknolojik gelişmelere ayak uyduramamalarına bağlamaktadır. Bununla birlikte teknolojinin, yaşlıların bilgelik vasfını elinden aldığına dikkat çekerken genç kuşağı yaşlılara göre daha bilinçli bulduklarını da ifade etmektedir.

“Yani işte çok sayılan kişiler değil. Çünkü teknoloji çok hızlandı. Ayak uyduramadıkları bir gerçek. Ben bile yeri geliyor ayak uyduramıyorum. Eskiden gördükleri ve bildiklerini bu teknolojik çağ yok etti. Yeni doğrular girdi hayatımıza. Ama hala değişime bir direnç var çevremdeki yaşlılarda ve bunu bildikleri halde gençlerin fikirlerine saygı göstermiyorlar. Onların da artık bir şeyleri bildiklerini kabul etmiyorlar, kendi çocuklukları ile bir tutuyorlar. Onlar o yaşlarda belki daha cahildi ama şu an Z kuşağına bakıyorum, belki benden bile bilinçli. Benim aile büyüklerim ise bize saygı duymuyor. Ukala buluyorlar bizi.” K7

“Eskiden büyükler çok bilgili görülürdü. Çünkü hayat tecrübeleri vardı. Şimdi bir şeyin doğru, yanlış olduğunu aç Google’ı doğrudan sor, tecrübeye ne gerek var. Bir yaşlı insanın 10 senede tecrübe ettiğini internette bir tıkla bulursun. Kayınvalideler en iyi yemekleri yapan kişiler değil miydi? Şimdi internetten daha güzellerini hatta daha güzel sunumlu olanlarını gelinler de yapıyor. Bu gibi şeyler yani.” K15

Katılımcılar yaşlılık sürecinde bireylerin kendi hayatları ile ilgili kararlarda dahi sosyal çevrelerine tabi olduğunu belirtmişlerdir. Yaşlıların hayatında söz sahibi olan kişileri örneklendiren ifadeleri dikkate alındığında, erkeklerin yaşlılıkta da söz sahibi olan bir pozisyonda tanımlandığı görülmektedir.

“Çok sayılmayan, çok danışılmayan, eğer yaşlandıysan hiçbir şey talep etmeye hakkın yok, çocukların, kocan, çevren sana ne sunuyorsa onları kabul ediyorsun.” K1

Katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşlanma izleri belirgin olan yaşlıların muhtaç olarak nitelendirildiği görülmektedir.

“Yani bakımlı, güzel bir yaşlı olmak varken, kimseye muhtaç olmamak varken de kendilerini salmasın insanlar bence.” K4

d. Özgürlük ve Huzur

Yaşlılığı olumsuz değerlendiren katılımcıların yanı sıra yaşamın doğal bir evresi olarak tanımlayan katılımcılar da bulunmaktadır. Yaşlılık evresinin huzurlu bir yaşam ve daha özgür bir yaşam sunduğunu belirtmişlerdir.

“Bence yaşlılık aslında hayatın bir parçası. Güzel bir şekilde yaş almak güzel bir şey tabi ki. Mesela ben şimdi gençliğimde yapamadığım şeyleri yapıyorum. Daha özgürüm. Güzel yani.” K12

“Huzurlu bir dönem olarak görürüm. Hayatın karmaşıklığından uzaklaşmak ve kafamı dinleyeceğim bir zamandır bence yaşlılık.” K11

2. Genç Yetişkin Kadınların Başarılı Yaşlanma ile İlgili Tutumları

Katılımcılar yaşlanmanın hayatın doğal bir süreci olduğunu kabul etmekle birlikte bilinçli bir yaşlanma süreci geçirilmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Süreçte yapılanların yaşlılığa hazırlık niteliğinde olduğunu ifade etmişlerdir.

“Yani direnmek değil ama güzel yaşlanmakta fayda var.” K8

“Direnmemeli ama yaşlanırken de biraz farkında olmalı bazı şeylerin, dikkatli yaşamalı.” K6

“Yani bu kaçınılmaz bir son ama heybende ne biriktirdin? Ne biriktirdiyse onlar sana eşlik edecek yaşlandığında.” K9

Katılımcılar arasında yaşlanma sürecinde çeşitli şekillerde yaşlılığa hazırlık yaptığını belirten katılımcılar olduğu kadar süreçte anti-aging uygulamalar dışında başka bir girişimde bulunmadığını ya da önlem almak için henüz erken olduğunu düşünenler bulunmaktadır.

“Hiçbir şey yapmıyorum desem...” K4

“Şu anlık bir şey yapmıyorum. İşte bu uygulamalara devam ediyorum. Takviyeler alıyorum vitamin olarak daha dinç görünmek için. (...) Spora vaktim olmuyor. Spor yapmıyorum.” K2

“Evet yaşlılık için önlem almayı düşündüm ama şimdiden bunlarla ilgilenmek için erken olduğunu düşünüyorum. Belki 50 yaşlarına geldiğimde düşünebilirim araştırmayı falan.” K13

a. Spor, Egzersiz ve Beslenme

Katılımcılar yaşlanma sürecinde olumsuz yaşam tarzı benimsenmiş olmasının, yaşlılığın zor koşullar altında geçmesine neden olacağını ifade etmişlerdir. Yaşlılıkta aktif ve bağımsız bir yaşam sürebilmek için ise spor ve egzersiz yapmakla birlikte, beslenme alışkanlıklarının önemli olduğunu vurgulamaktadırlar.

“Yaşlılık, eğer güzel yaşlanırsanız yaşlılık olmaktan çıkan bir şey. Birçok yaşlı insan tanıyorum sporuna, egzersizine dikkat eden, birçok gence göre daha bile aktif. Örneğin; asansör kullanmıyor. Merdivenlerden çıkarak bacak kaslarına iyi geleceğini düşünüyor.

Yani ne yapıyor aslında? Her an bilinçli. Bedenini kullanırken bilinçli kullanıyor, asitli içersem böbreklerim zarar görür diyerek onu içmiyorum mesela. Yani yaşlılık bence insanın yaşam tarzı ile şekillenen bir şey.”

K6

Katılımcıların söylemleri sağlıklı beslenme alışkanlıkları açısından değerlendirildiğinde, yalnızca kilo almamayı amaçlayan, açlığı bastırmadan ibaret olan beslenme rutinine sahip oldukları görülmektedir.

“(Sağlıklı beslendiğimi) düşünmüyorum. Sattığım ürünleri kendim tanıttığım için kilo almamaya önem gösteriyorum. Bunu da bir diyetisyen eşliğinde yapmıyorum. Az yiyerek bunu sağlamaya çalışıyorum. Az porsiyonlu, vitamin değerlerini çok dikkate almadığım yiyecekler oluyor genelde. Amaç işte açlığım yatışsın.” **K1**

“Sağlıklı derken yani yiyeceklerin hijyenine dikkat ettiğim sürece ben dışarıdan da yemek yemeyi seven birsiyim. Sadece küçük porsiyonlar tercih ediyorum ki zayıflayayım veya tek bir öğün yiyorum günün herhangi bir saatinde.” **K4**

Katılımcılardan bazıları ise kilo almama hedefli olsa da organik besinler tüketmeye özen gösterdiklerini çeşitli beslenme tarzları benimsediklerini belirtmiştir.

“Düzenli değil ama sağlıklı beslendiğimi söyleyebilirim. Yiyeceklerin organik olup olmamasına dikkat ederim. Dışarıdan yemek tüketmem genellikle. İş yerine bile annemin hazırladığı yiyecekleri götürüyorum hala. Sadece kilo almamaya dikkat ediyorum, belli bir kilonun üzerine çıkarsam orada biraz kısıtlama yapıyorum.”

K2

“Her sabah yürüyüş ve duş alıyorum. Pesketeryanım. Kırmızı ve beyaz et tüketmiyorum. Sadece balık yiyorum. 38 bedenim üzerine çıkamamaya özen gösteriyorum.” **K6**

Araştırmadan elde edilen verilere göre iş yaşamının, katılımcıların beslenme alışkanlıklarını etkilediği, kronik hastalıklar gibi nedenlerle ise tüketmeyi kısıtladıkları besinler olduğu görülmektedir.

“Beslenme konusunda da işte çalıştığım için ne bulursam adeta açlığımı geçiştiriyorum. Özellikle beslenmeme dikkat ettiğimi söyleyemem.” K3

“Çok az yemek yiyorum. Sağlıklı-sağlıksız derken hijyene oldukça önem veriyorum ama organik falan detokstur falan çok yapamıyorum. Çalıştığım yerde tabldot yemekler var. Bazen yerim yoğunluğa göre, bazen yemem. Bir tost ile günü bitirdiğim de oluyor, o gün tıka basa yediğimde. Evet dengesiz beslenme bu ama sadece dikkat ettiğim şey tansiyon sorunumdan dolayı tuz oranları.” K11

“Üç beyazdan ve yağlı gıdalardan uzak duruyorum.” K9

Katılımcılar sağlıklı yaşlanma adına spora önem vermekle birlikte çeşitli nedenlerle zaman ayıramadıklarını ifade eden katılımcılar da bulunmaktadır. Katılımcıların yoga gibi egzersizlere ve yüzmeye de hayatlarında yer verdikleri görülmüştür.

“Yoga yapıyorum, nefes egzersizi. Çok katkısı var hem ruhunuza hem de bedeninize.” K9

“Şu an pek bir şey yapmıyorum. Spora başlamayı düşünüyorum.” K7

“Bedensel olarak spor vs. yapamıyorum ama ayda bir defa masaja gidiyorum. Bu kadar.” K2

“Fırsat buldukça yüzüyorum. Bu kadar.” K8

b. Sağlık Kontrolleri

Sağlıklı yaşlanma sürecinde rutin sağlık kontrolleri ve hastalık takibi önem taşımaktadır. Bu açıdan katılımcıların sağlık durumlarına yönelik tutum ve davranışları değişkenlik göstermektedir. Bazı katılımcıların bu konuda hassasiyet gösterdikleri görülmektedir. Özellikle de hastalık geçmişi bulunan katılımcıların yalnızca bu yönde bir takip yaptığı söylenebilir.

“Rutin jinekoloji kontrolü ve tüm değerlerim için laboratuvar bilgisi alıyorum.” K7

“Geçmişte yaşadığım özel bir rahatsızlıktan dolayı kontrollerimi aksatmadan yapıyorum ama vitamin değerlerimde dengesizlik olduğunu da bazen görüyorum. Ama yoğun çalıştığım için şu an düzenli bir sağlık takibini kendi adıma yapamıyorum.” K5

“Sadece kadın hastalıkları ile ilgili bir takip yaptırıyorum. Ailede bir rahatsızlık var bununla ilgili, o yüzden. Çok fazla doktora gitmiyorum. Hastalanırsam evde doğal yollardan tedavi olmaya çalışıyorum. Çok zaman ayıramıyorum hastane işlerine.” K1

Bazı katılımcıların ise sağlık kontrollerine önem vermediğini söylemek mümkündür.

“Yok. Hasta olmasam doktora gitmem.” K8

“Çok bir şey yapmıyorum valla hayatı gelişigüzel yaşıyorum. Özellikle bir sağlık rutinim yok.” K10

c. Sosyal ve Kültürel Faaliyetlere Katılım

Katılımcıların başarılı yaşlanmaya dair tutum ve davranışları incelendiğinde zihinsel işlevselliğini canlı tutmak adına bulmaca çözdükleri, satranç ve mobil oyunlar oynadıkları, kafein içeren ürünler tükettikleri ve rutin ulaşım tercihlerini değiştirerek zihinsel açıdan aktif kalmaya çalıştıkları görülmektedir.

“Telefondan oynanan oyunlar var bunları oynuyorum boş vaktim olursa ekstra geliştirici oyunlar.” K2

“Sabahları Türk kahvesi içiyorum. Bulmaca çözüyorum. Araç kullanırken sürekli aynı yolu kullanmıyorum. Zihnimi canlı tutacak şekilde farklı yolları keşfediyorum. Nerede, ne var, tabelaları okuyorum. Bu şekilde.” K6

“Bulmaca çözüyorum ve satranç öğrendim.” K15

“Örgü yapıyorum. Amigurumi bebek yapıyorum, zaten bunları da satıyorum.” K8

Bazı katılımcılar da mesleği gereği yaptığı faaliyetlerin zihinsel fonksiyonlarını canlı tuttuğunu düşünmektedir. Bunun dışında herhangi bir çaba göstermediği anlaşılmaktadır.

“Özellikle bir şey yapmıyorum ama iletişim odaklı bir iş yaptığım için ve çok fazla randevu takibi sağladığım için zihnimin aktif olduğunu söyleyebilirim.” K3

Katılımcılar arasında Demans ve Alzheimer gibi hastalıklara yönelik farkındalık kazanmak amacıyla çeşitli faaliyetlere katıldığını belirtenler de bulunmaktadır.

“Demans ve Alzheimer için bir derneğin faaliyetlerini aktif olarak takip ediyorum. Bu konularda farkındalık çok önemli.” K6

Katılımcıların sosyalleşmek adına kültürel faaliyetlere katıldıkları ve zaman zaman etkinlikleri kendilerinin organize ettiği görülmüştür.

“Gece yatmadan önce kitap okuyarak bunu sağlamaya çalışıyorum. Spora vaktim yok. Gün boyu çekim yaptığım için elimde telefon oluyor. Gece en azından kitap okuyayım diyorum. Başka da bir şey yapmadım açıkçası.” K1

“Hobilerim konser ve tiyatroları takip etmek yakaladıklarımaya mutlaka giderim.” K4

“Seyahat etmek ve gittiğim yerlerde yeni insanlar tanımak en büyük hobim.” K5

“Sosyal aktiviteleri severim. Mahalleden arkadaşlarla toplanıp akşam yemeklerine, eğlence mekanlarına gittiğimiz oluyor. Eğer etkinlik olmazsa ben organize ediyorum zaten.” K10

d. Eğitim ve Meslek

Katılımcılardan bazıları bir meslek sahibi olmanın yaşlılıkta saygın bir konum kazanmada etkili olduğunu, bireylerin yaşlanma sürecinde sosyal ve kültürel açıdan kendilerine yatırım yapmasının bu konumu şekillendirdiğini ifade etmiştir.

“Eğer okumuş, kültürlü bir insansa kendisine yatırım yapmışsa, o kişi kaç yaşına gelirse gelsin saygı görüyor. Ama okumamışsa çoluk çocuğuna, ailesine kendini adamaktan kendisine bir yatırım yapmamışsa, tüm yıllar boyunca emeğinin karşılığı olarak o saygıyı göremez. Ben eşimle uzak akrabayı aynı zamanda, akraba çevremiz

aynı. Benim kayınpederim ve kayınvalidem öğretmen emeklisi. Mesela onlar akraba içinde daha farklı bir pozisyonda, yani saygı duyulan, danışılan insanlar. Ama annem onlarla aynı yaşta, okuma yazması dahi yok. Hayatını bize adadığı için, 6 çocuk büyüttüğü için, kendisine yatırım yapmadığı için ona akraba çevresinde o kadar da saygı gösterilmiyor. Hiçbir konuda görüşünün alındığını da görmedim. Hatta yok sayıldığına şahitliğim var. Anca getirsin götürsün, yemek yapsın, herkesi memnun etmeye çalışsın. Bu konuda hep uyarırım mesela annemi. Ama o da işte böyle gelmiş böyle gider şeklinde yaklaşıyor her zaman.” K6

Katılımcılardan bazıları halihazırda çalışıp para kazanmalarını yaşlılık evreleri için bir hazırlık niteliğinde düşünmektedir.

“Yani ekonomik kaygılar insanı yoran şeyler. Yaşlılıkta bir hastalık oluyor ister istemez ama şu an ekonomik kaygılarla o kadar mücadele içindeyim ki tek istediğim işte satışlar olsun, taksitler ödensin, birikim yapabileyim. Ancak bu şekilde yaşlandığımda daha fazla sağlığımla ilgilenebilirim. Yani ben aslında birikim yaparak yaşlılıkta hastalıklarım için kaliteli tedavi görebileceğime inanıyorum. O yüzden şu an zaten benim için en büyük önlem bu. Yaptığım iş yani.” K1

3.Genç Yetişkin Kadınların Yaşlanma Süreçlerine Dair Öznel

Değerlendirmeleri

Katılımcılar, güzel yaşlanma adı altında çeşitli bakış açıları geliştirmişlerdir. Bir meslek sahibi olmayı, sosyal ve kültürel açıdan donanımlı olmayı güzel yaşlanma olarak görmektedirler. Katılımcılar kendilerini sevdikleri için kendilerine bakmaları gerektiğini, bunun içinde cilt bakımı rutinlerini hayatlarının bir parçası haline getirmeleri gerektiğini belirtmektedir.

“Güzel yaşlandığıma inanıyorum. Sarıldığım bir mesleğim, Dünya'nın her yerinde yaşamaya yetecek kadar yabancı dilim var. Evrensel bir uğraşım var. Resimde çok yol kat ettim. Sporun bedenim için yaşlılığım için ne anlama geldiğini biliyorum. Olumlu geçtiğine inanıyorum yaşlanma serüvenimin. Dolu dolu geçti yani.” K6

“Kendime bakan bir kadını. Kendimi çok seviyorum. Her yaşın ayrı bir güzelliği olduğuna inanıyorum. Güznel yaşlanmaya dikkat ediyorum. Cilt bakımımı yaptırıyorum düzenli olarak. Dikkat ederim yani. Güznel de yaşlanıyorum. Yaşlandıkça güzelleşiyorum da diyebilirim.” K12

Ayrıca kendi yaşlanma sürecini olumsuz olarak değerlendiren katılımcılar ise sürecin olumsuz ilerlemesini sağlıklı beslenmeme ve stresli bir yaşam tarzına sahip olma gibi konularla ilişkilendirmiştir. Bu konulara dikkat etmediğini belirten katılımcılardan biri yaşlılıkta yaşayabileceğini düşündüğü hastalıklarla daha erken yaşta karşılaştığını ifade etmiştir.

“Ben kendi adıma çok iyi yaşlanmadım. Her açıdan. Kendime bakmayı bilmezdim. Sağlıklı beslenme nedir bilmezdim. Stresin beni ne kadar geri attığını bilmezdim. Şimdi yeni yeni bilinçleniyorum, kendime bakıyorum falan. Yediğime içtiğime dikkat ediyorum. İstersen etme. Zamanında dikkat etmediğim için, takip etmediğim için tansiyon problemim var daha bu yaşta. İyi görmüyorum yani önceki süreci. Ama şimdi bilinçlendim.” K11

Katılımcılardan yaş aldıkça karar verme olgunluğuna eriştiğini, kendini tanıma fırsatı elde ettiğini düşünenlerin ifadeleri değerlendirildiğinde; fiziksel yaşlanma belirtilerine müdahale etmenin psikolojik süreçleri düzenlemeye göre daha kolay olduğunu düşündüklerini söylemek mümkündür.

“Ben erken yaşlandım aslında, öyle düşünüyorum. Hem içim öyle hem de görüntüm öyleydi. Görüntüyü neyse ki topladık ama psikolojimi yeni yeni topluyorum. Kendimi tanımaya başladım. Ne istediğimi ne istemediğimi yaşım ilerledikçe daha iyi anlıyorum. Daha korkmadan kararlar verebiliyorum. Eskiden çocuk gibiydim.” K2

Katılımcılar arasında yaşlı hissetmeyi annelikle özdeşleştiren, anneliğin yaşlandıran bir nitelik taşıdığını düşünen katılımcılar bulunmaktadır.

“Ben doğum yaptıktan sonra yaşlandığımı hissettim. Yaşım 25’i ama 25 yaşında gibi değil de 35 yaşında bir kadın olgunluğu vardı bende. Anne olduğum an dedim ki “Tamam sen büyüdüün artık ve bir genç gibi yaşamamalısın. (...) Çocuklarına faydalı olamazsın. Sen

çocuk onlar çocuk olmaz. Anelik daha bilge olmayı gerektiriyor yani yaşla ilgisi yok ben kendimi olduğumdan daha yaşlı hissetmeye başladım. Hala da öyleyim.” K8

a. Yaşlanma Kaygısı/Korkusu

Bazı katılımcılar için yaşlılık, üzerinde düşündükçe yaşam enerjisini düşüren ve içinde olumsuzluk barındıran bir kavram olarak görülmektedir. Bu yüzden yaşlılığı düşünmekten dahi kaçındıkları anlaşılmıştır.

“Yaşlılık benim için üzerinde çok düşünmek istediğim bir konu değil. İnsan bence hissettiği yaştadır. Eğer sürekli yaşlılığı düşünürsek ve hayal edersek bence zihnimizi de yaşlı hissetmeye mecbur bırakmış oluyoruz. Bu yüzden çok düşünmek istediğim bir şey değil yaşlılık.” K3

Katılımcılar aynı zamanda yaşlanmaya karşı bir direnç gösterilmesi gerektiğine inanmaktadır.

“Kesinlikle (yaşlılığa) direnmeli. Annem gibi olmak istemem mesela. Bu, bir bütünsel şey. Her şey orada, aynada, senin gözlerinin içinde. Yüzünü seversen, kendini seversen, gençsin, aktifsin. Sen kendini aynada gördüğünde olduğundan yaşlı, üzgün görürsen aklında buna inanıyor. Ben yaşadım bu durumu. Direndim, hep de direneceğim.” K11

Yaşlanırken edindiği deneyimleri bir kazanım olarak değerlendiren katılımcılar ise yaşlılığın korkutucu bir yanı da olduğuna dikkat çekerek hastalıkları buna örnek olarak göstermişlerdir.

“Yaş almak güzel. Olgunlaşıyorsun, tecrübe ediyorsun her şeyi. İnsanları tanıyorsun, kendini tanıyorsun. Bunlar çok güzel şeyler ama yaşlanmak, yaşlılık insanı korkutuyor. Niye? Hastalık hali.” K13

“Alzheimer bizde var, babaannem ve dedemde var. Umarım bende olmaz ama açıkçası buna önlem alınır mı, genetik midir bilmiyorum. Açıkçası önlem almayı bırakın ben düşünmek dahi istemiyorum.” K9

Araştırmanın katılımcıları arasında, yalnız kalma ve unutulma kaygısı nedeniyle yaşlılıktan korktuğunu ifade eden katılımcılar yer almaktadır. Evli ve çocuk sahibi olmadıkları için yaşlandıklarında yalnız kalacakları yönünde bir inanç geliştirdikleri görülmektedir. Bununla birlikte yaşlılıkta saygı görebilmek için sosyal çevrelerine katkıda bulunmaya devam etmeleri gerektiğini düşünmektedirler.

“Ben hep korktum yaşlanmaktan. Çünkü benim bir kardeşim yok. Evli değilim. Çocuğum yok. Evlenmeyi normalde düşünmezdim. Ama zorunda hissediyorum. Sırf yaşlanınca yalnız kalırım diye.” K3

“Yaşlandıkça unutuluyorsun. Sadece çocuğun değil çevren, arkadaşların da seni unutuyor. İşe yarıyorsan sana saygıları devam ediyor ama işe yaramıyorsan o zaman bir köşeye atıveriyorlar, unutuyorlar, yani yok sayıyorlar aslında.” K1

Yalnızlık ve hastalıklar nedeniyle yaşlılık kaygısı yaşayan katılımcılar ise çocuk sahibi olmamanın bir dezavantaj olduğuna vurgu yaparken; bazı katılımcılar da çocuk sahibi olmayı yaşlılığa karşı bir önlem olarak görmektedir.

“Yaşlılık kendine yetememek hali. Kim bakacak sana? Kim görecektir işlerini. Yarın çoluk çocuğun olacak. Onlara nazın geçecek mi mesela? Ya da belki benim çocuğum olmayacak. Yalnız kalacağım. Zaten elin ayağın eskisi gibi tutmaz, iş göremezsin. Bunlar beni hep düşündürdüren şeyler.” K2

“Özellikle bir önlemim yok. İki çocuk büyütüyorum. Ben onlara baktım, elbet onlarda bana bakar.” K8

“Henüz düşünmedim. Ama yaşlandığımda hasta olduğumda yanımda eşim ve çocuklarım olsun isterim. Bu yüzden evlenmeyi seçebilirim.” K3

C. Genç Yetişkin Kadınları Anti-Aging Uygulamalara Yönlendiren Nedenler

Genç yetişkin kadınları anti-aging uygulamalara yönlendiren nedenler, “Psikososyal Etkenler”, “Teknolojik Gelişmeler ve Sosyal Medyanın Teşvik Edici Etkisi”, “Kolay Ulaşılabilirlik” ve “İstihdam Piyasasının Talep ve Beklentileri” başlıkları altında ele alınmıştır.

1. Psikososyal Etkenler

Katılımcıların anti-aging uygulamalara yönelmesinde etkili olan psikososyal faktörler, “Sosyal Dışlanma”, “Sosyal Çevrenin Eleştirel Yaklaşımı”, “Psikolojik İyileşme Aracı” ve “Yaşlanmanın Reddi” başlıkları altında açıklanmıştır.

a. Sosyal Dışlanma

Katılımcılar sosyal çevrelerinde daha görünür olmanın ve özgüven kazanmanın bir yolu olarak anti-aging uygulamalara yöneldiklerini belirtmişlerdir. Arkadaş çevresinde dış görünüşünden ötürü alay konusu olduğunu ve bu nedenle uygulamaları yaptırdığını belirten katılımcılar da mevcuttur.

“Ben çocukluktan beri ne görev verildiyse yapan ne verildiyse üzerine giyen, ona bir ayakkabı alınırken sen hangi rengini istersin diye sorulan değil de uygun görülenin uzatıldığı bir ergen oldum. Hep silik ve görünmezdim ben. Öyle de devam etti 25 yaşına kadar böyleydi. Artık daha görünür olma yolundayım. Özgüvenim kendime tam. Kendime bakıyorum. Kendimi önemsiyorum. Her yaşında da böyle olmak istiyorum.” K4

“Çocukluğumdan beri burnumla dalga geçildi hep ve kaş uçlarımın düşük olması ki bu bizde genetik. Alay konusu olurdu yüz ifademin taklidini yapan arkadaşlarım vardı çocukken. Hep içime bir yaraydı. Yetişkinlikte çok yorum almadım. Ama öz güvensizliğim vardı bu yüzden hep.” K7

Katılımcılar arasında arkadaş çevresinden dış görünüşüne dair olumlu yorumlar almadığı ve/veya bulunduğu ortamlarda daha yaşlı bir konumda düşünüldüğünü hissettiği için bu tür uygulamalara başvurduğunu belirten katılımcılar da bulunmaktadır.

“Arkadaş ortamına girersin hani kadınlar birbirine “Canım çok şıksın. Bugün çok güzel olmuşsun.” derler ya hani bana hiç böyle şeyler söylenmiyordu. Bir ortama girince beni görüntümden dolayı mesela hep abla konumuna koyuyorlardı. (...) Senin haline bakıyorlar. Bu zaten hayattan geçmiş diyorlar. Bir günde ben ilgi odağında olayım mesela ama olmuyordu.” K2

“Dış görünüş önemli değil diyor herkes ama nasıl değil? Ben bu uygulamaları yaptırmadan önce beni yaşlı görüyorlardı. Yaşım genç olmasına rağmen arkadaşlarım beni dikkate almıyordu.” K11

Katılımcılar toplumun boşanmış kadınlara yönelik algısının dış görünüş üzerinden şekillenmesini eleştirmektedir. Anti-aging uygulamalar sonrası değişen dış görünüşün, güçlü kadın imajı olarak düşünülmesine serzenişte bulunmuştur.

“Bir de boşanmış kadınsın. O zaman çökmüş gibisin, dul kadın muamelesi yapılıyor. Şimdi dul olmuyorum ama! Kendine bakan kadın oluyorum. Bakımlı olmak, temiz olmak anlamına gelmiyor artık sadece. Bakımlı olmak estetik uygulamalar.” K11

“Gruplarda beni yok sayanlar, ben yokmuşum gibi yanımda boşanan kadınlar için yorum yapanlar şimdi bana diyorlar ki “Sen hariç. Sen çünkü güçlü bir kadınsın.” Halbuki benim sadece dış görünüşüm değişti, ben aynı benim.” K2

Yaşlılığı ve yaşlı bir görünüme sahip olmayı dışlanma sebebi olarak gören katılımcılardan bazıları, dış görünüşün genç tutulması için çaba sarf edilmesi gerektiğini; bu sayede bireylerin dışlanmaya maruz kalmayacağını vurgulamışlardır.

“Yani yaşlı bir görüntün varsa dışlanacaksın. Toplumda dışlanacaksın. İş hayatında dışlanacaksın. Özel hayatında tercih edilmeyebileceksin yüzden direnmeliyiz. Görüntü anlamında yaşlanmamak için her şey yapılmalı. Ama yaş ilerliyor doğru. (...) Senin görüntün genç ise sen genç hissediyorsun zaten. Sayının bir önemi kalmıyor.” K11

b. Sosyal Çevrenin Eleştirel Yaklaşımı

Sosyal çevresinden dış görünüşüne dair uygulama yaptırmadan önce olumsuz yorum almadığını, çevresinde yaptırdıktan sonra dahi bu işlemlere ihtiyacı olmadığını söyleyen kişilerin olduğunu belirten katılımcılar kadar; herhangi bir sözlü ifade duymamasına rağmen beğenilmediğini düşünen katılımcılar da bu tür uygulamalara yöneldiğini belirtmiştir.

“Hiç almadım hatta ne gerek vardı diyenler bile oldu.” K8

“Hayır sözlü olarak etrafımdaki kimse bana herhangi bir şey söylemedi olumsuz ama beğenilmediğimi hissediyordum. Daha doğrusu yani herkese edilen iltifatlar mesela bana edilmezdi. Bana sıradan, standart birisi muamelesi yapılırdı.” K4

Genç yetişkin bireyler anti-aging uygulamaların hem sosyal medyada hem de toplum içinde yaygınlaşmasının bireyi zaman zaman kendisinin de bu uygulamalara ihtiyacı olduğunu düşünmeye sevk ettiğini ifade etmektedirler. Ayrıca uygulamaları sosyal çevrelerinden geri kalmama arzusuyla da yaptırdıklarını eklemektedirler.

“Yani inanın aslında hiç aklımda yoktu ama son birkaç yıldır o kadar maruz kaldım ki sosyal medyada bu uygulamaları yaptıran insanları görmeye. Yani ben geç kaldığımı bile düşünüyorum. Herkes yaptırıyor. Yani demek ki bu gerekli bir şey. Şimdi ben yaptırmazsam onlardan genç olmama rağmen onlardan yaşlı görüneceğim. Ve tabii ki eltimin yaptırması...Onda bunu görmem, o değişimi görmem çok etkili oldu. Yani yakınınızdan birisi yaptırınca hani zararsız olduğunu da görüyorsunuz ve bunun ona iyi geldiğini de görüyorsunuz, bende yaptırayım diyorsunuz.” K8

Katılımcılar anti-aging uygulama yaptırma isteklerinden, sosyal çevrelerine bahsettiğinde kimi zaman olumsuz tepkilerle karşılaştıklarını da belirtmişlerdir. Bu yorumları da kararlarından vazgeçirmeye yönelik söylemler olarak nitelendirmişlerdir.

“Hep güzel ve olumlu tepki almıyorsunuz. Arkadaşınız kendisi cesaret edememiştir ama çok istiyordur değişimi sizde görünce sizi

manipüle eder veya “Ben böyle bir şey yaptırmak istiyorum.” dersiniz sizi korkutmaya çalışabilir. Bunları yaşadım.” K7

c. Psikolojik İyileşme Aracı

Katılımcıların ifadelerinden anti-aging uygulamaları, yaşadıkları olumsuz yaşantılardan sonra toparlanma evresinin bir parçası olarak gördükleri anlaşılmaktadır.

“Ben bir lohusalık depresyonu yaşadım. Mutsuz ve kendimi çok yetersiz hissediyordum. Terapi almaya başladım. O dönemde gerçekten kendimi ihmal ettiğimi gördüm. Çocuklar doğmuş ama ben o depresyonun içinde yüzümü yıkamaktan başka, saçımı taramaktan başka kendime tek bir iyilik yapmamışım. İhmal etmişim kendimi. Ne bileyim 26 iken 35 göstermeye başlamışım. Bu sebeple 30 yaşına geldiğimde bu uygulamaları yaptırdım. Yani kendime bir jest yaptım aslında.” K9

Yüzünde oluşan izleri travmatik yaşantısıyla özdeşleştiren bir katılımcı da anti-aging uygulamalarla bu izleri gizleyerek yaşadığı travmanın dışarıdan anlaşılmayacağını düşünmektedir. Uygulama öncesinde kalabalık çalışma ortamlarını tercih etmeme sebebi olarak da bu izlerin geçmiş yaşantısına dair sorulara maruz bırakacağı endişesini öne sürmektedir.

“Kaç defa iş fırsatı geldi bana ben çıkmıyordum, gitmiyordum. İçimde bir kötü his olurdu. Mesela orada benim yaşında kadınlar çalışıyor ama sanki ben yapamam diyordum. Belki gitsem alacaklar beni aralarına ama gitmiyordum kalabalık yerlere. Her gün yüz yüze halime bakıp bir şey soracaklar. Ben de boşandığımı, o yüzden çöktüğümü açıklamak zorunda kalacağım gibi bir şeydi benim için. Ben telefonla yapılan işler bakıyordum pazarlama falan ben kimse görmesin, halimi sormasın diye.” K11

d. Yaşlanmanın Reddi

Yaşla birlikte deri formunun elastikiyetini kaybetmesi ile oluşan sarkma ve kırışıklıkların oluşturduğu görüntü, katılımcılar tarafından mutsuz, üzgün bir yüz ifadesi olarak değerlendirilmiştir. Mutsuzluğun ve üzünlüğün katılımcılar tarafından yaşlılık evresine özgü özellikler olarak nitelendirildiğini söylemek

mümkündür. Bu nedenle genç ve dinamik bir görünüm elde etmenin yolu olarak anti-aging uygulamalara yönelmişlerdir.

“Kaşlarımın ucu aşağı bakıyordu. Yüzümde mutsuz bir ifade vardı. Ne kadar gülsem de üzgünmüşüm gibiydi. Kaş uçlarımı kaldırmak istedim ilk önce. Bir de yanaklarım formunu kaybetmişti, çökmüştü, dolgu yapılması lazımdı.” K4

“Kaş uçlarım ve dudak kenarlarım yere doğru düşük. Dudaklarım çatlamış, bakımsız, rengi mosmordu. Mutsuz bir yüz ifadesi yıllarca yüzüme yerleşmişti. Şimdi cildim daha gergin. Daha diri bir ifade var yüzümde.” K2

Bazı katılımcılar takvim yaşlarını kabul etmeyerek görüntülerini hissettikleri yaşa uygun hale getirebilmek için anti-aging uygulamaları tercih ettiklerini ifade etmişlerdir.

“En önemli faktör benim yaşayamadığım 21-28 yaş aralığını yaşamaktı. Mesela o yaştan arkadaşlarım olsun istiyordum. Onlar nerede takılır, nasıl yaşar, trendleri nelerdir? Bunları merak ediyordum. Yani ruhuma uygun bir yaşantı istiyordum. Ruhum o yaşlardaydı ama çevrem asıl doğum tarihindeki akranlarımla doluydu.” K5

Katılımcılardan elde edilen bulgulara göre, yaşlanma belirtilerinin gizlenmesi gerektiği, bu belirtilerin zaaf olarak görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır.

“Hayır zaten ben müthiş değişimler yaşamadım. Belirtiler ortaya çıktığı an müdahale ettim, kimse fark etmedi bile. Beni hep bu şekilde düşündüler. Çünkü gizliyorum. Yani bir işlem sonucu genç göründüğümü kimsenin bilmesine gerek yok. Beni hep böyle hatırlasınlar, böyle bilsinler istiyorum. Bu beni daha güçlü gösteriyor. Öteki türlü bir zaafınız olduğunuzu düşünerek sizi güçsüz görebilirler.”

K6

Katılımcıları anti-aging uygulamalar yaptırmaya teşvik eden nedenlerden biri de yaşlanma korkusudur. Katılımcılar, yaşlılığın fiziksel belirtilerini bedeninde gördüğü takdirde yaşam enerjisini yitireceğini düşünmektedir.

“Yaşlanmaktan korkmak. Yani görünüşümün yaşlı görünmesini istemiyorum. Çünkü benim ruhum yaşlanmıyor. Ben sadece olgunlaşıyorum. Aynaya baktığımda yaşlandığımı görürsem hayat sevinicim azalabilir gibi düşünüyorum sanırım.” K6

2.Teknolojik Gelişmeler ve Sosyal Medyanın Teşvik Edici Etkisi

Katılımcılar sosyal medyanın anti-aging uygulamaları yaptırmalarında oldukça teşvik edici olduğuna dikkat çekmişlerdir. Buna göre söz konusu uygulamalara dair paylaşımların yaygınlaşması ile birlikte kendileri de bu değişimlere ayak uydurmayı tercih ettiklerini dile getirmişlerdir. Sosyal medyanın tüketim kültürüne aracılık eden yönünün bireyler üzerindeki etkisinin oldukça hissedildiği görülmektedir.

“Sosyal medyadan görüyordum ama açıkçası bu kadar yaygın olmasına rağmen bakıp geçerdim yani. Bazen derdim ki insanlar neden kendisi ile bu kadar uğraşiyor veya kesin bir yan etkisi vardır diyordum. Botox veya dolgu yaptıranlara hep ön yargılı eleştiriler yapardım, hatta yorum olarak yazmışlığım da vardır. Allah’ın yarattığı yüzü neden bozma gereği duyuyorsunuz diye. Sonra benim takip ettiğim kendi yakınlarım ya da arkadaşlarımın sosyal medyadaki paylaşımlarını görünce bende şöyle bir şey oluştu. Hani acaba ben geri mi kaldım? Onlar yaşlanmayacak ama benim yaşlılarım mesela birkaç sene sonra ben onların ablası, teyzesi gibi mi görüneceğim?”

K3

Katılımcılar sosyal medya aracılığı ile ürün tanıtımı yapan bireyleri yakından takip ettiklerini ve sayfalarını inceleyerek güncel kalabildiklerini düşünmektedir. Böylece yaşam enerjilerini canlı tuttuklarını belirtmektedirler.

“Gençleri yakından takip ediyorum. Genç Influencer, Blogger, YouTuber ne varsa beni genç tutacak herkesi, bana yaşam enerjisi verecek herkesi takip ediyorum. Özellikle Instagram’da trend ürünleri tanıtan gençleri kıyafet konusunda özellikle takip ediyorum. Bu benim yaşlanma sürecimi keyifli hale getiriyor.” K7

Sosyal medyanın yaşlılığa yönelik olumsuz algıyı pekiştirdiği, bireyleri dışlanma ve damgalamaya maruz kalmamak için anti-aging uygulama yaptırmaya teşvik ettiği katılımcıların ifadelerinden anlaşılmaktadır.

“Şu dönemde yaşlanmak bence bir dezavantaj. Kurt kocayınca çakallara maskara olur ya işte, aynı o hesap. Şimdiki çoğu genç yaşlıları saymıyor. Açın interneti ne kadar çok var değil mi yaşlılarla alay eden, onları küçük düşüren videolar. Ben çekenleri de geçtim altındaki yorumlara bakın yorumlarda da binlerce o videoyu çekenlerle aynı fikirde olan, yaşlılarla alay edilmesine gülen onları alkışlayan insan göreceksiniz. Bu yüzden pek de iyi bir şey değil benim için yaşlılık.” K8

Sosyal medyada şekillenen ve yaygınlaştırılan ideal yüz formuna ulaşmak amacıyla görüntülerinde değişiklik yaptırmış katılımcılar bulunmaktadır. Görünüşlerinden memnun olan katılımcılar dahi sosyal medyada yapılan paylaşımlar yoluyla bir ihtiyaç olarak gösterilen anti-aging işlemleri, bir süre sonra kendilerinin de tercih ettiklerini belirtmişlerdir.

“Benim dudak kenarımda derin çizgiler vardı. Bu daha önce de beni zaten yaşlı gösteriyordu bence ama bizde genetik bir şey, çok göze batmıyordu. Beni de rahatsız etmiyordu. Ama böyle sosyal medyada çoğu kişi bunu dert edinip yaptırıyor ve güzelde oluyordu. Dedim ki bende yaptırayım ya. Ve iyi ki yaptırmışım. Çok daha genç gösteriyor.” K9

Sosyal medyanın yanında çeşitli uygulamaların da ideal yüz formu algısına hizmet ettiğini ve bu uygulamaların bireylerin tercih edeceği yöntemi belirlemede dahi kullanıldığı görülmektedir.

“Ben görüntümü Face-App ve Instagram filtreleri ile gençleştirdiğimde çok mutlu oluyordum. Ve zaten oradaki görüntü benim anti-aging uygulamalarda tercih ettiğim yöntemleri etkilemişti. Örneğin kaşım biraz düşük ama filtrede kalkık duruyordu, yani daha genç duruyordu. Demek ki ben kaşımı bir işlemle kaldırmış olsam daha genç görünecektim. Yani bu filtreler çok etkili oldu.” K5

3. İstihdam Piyasasının Talep ve Beklentileri

Dijitalleşme ile birlikte satış, pazarlama, reklam ve tanıtım büyük ölçüde sosyal medyaya taşınmıştır. Özellikle internet aracılığıyla satış yapan bazı katılımcılar hitap ettikleri kitlenin dış görünüşle ilgili de bir beklentisi olduğunu ve piyasada tutunabilmek adına bu talepleri karşılama gerektiğini düşünmektedirler. Bu da onları daha genç ve dinamik görünme arzusuyla anti-aging uygulama yaptırmaya yöneltmektedir.

“Bizim satışta daha çok genç ve güzel, bakımlı kişilere müşteri yönlendiriyorlar. Müşteride zaten içeri girdiğinde yani en gösterişli, en canlı kişi kimse işini onunla yürütmek istiyor. Ben bir ara karşılama yapayım dedim ama günde kaç kişi bana gelecek? Bana 2 kişi, diğer arkadaşına 15 kişi gelse o gün ben alacağım primi önemsemezdim ki ezilmiş, dışlanmış gibi hissedirdim. Şimdi ne yapıyorum? Çekinmeden karşılıyorum.” K11

“İnternette satış yapıyorum ben. Hiç (anti-aging uygulama) yapmadan olmuyor gerçekten. Mesela müşterileriniz sizi gördüğünde daha genç ve dinamik, bakımlı görmek istiyor. Bu yüzden sosyal medyada en azından kabul görmek için, geçiminizi sağlamak için bunu bir yaşam tarzı haline getirmek zorundasınız. Ben bu şekilde bir hayat tarzı değişikliğine gittim. Burnumu yaptırmadan önce bu kadar görüntüleme almadım. Efendime söyleyeyim yüzüm daha genç görününce daha çok beğeni alıyorum. Şimdi benim takipçim artınca ne oluyor? Daha çok reklam alıyorum artık. Birçok anti-aging krem bana bedavaya geliyor tanıtım için. Sonra bazı işlemlerimi bazı güzellik salonları ücretsiz ya da indirimli yapıyor. Bunların hiçbirisi önceden yoktu. Bu işlemleri yapmaya başladıkça yüzüm daha genç, daha dinamik olunca oldu.” K1

Genç görünmenin avantajları olduğunu belirten katılımcılar ise çalışma hayatında gençlerin daha çok istihdam edildiğini ve yaşlı görünmenin yetersizlik mesajı verdiğini ifade etmişlerdir. Dış görünüşlerinde değişiklik yaparak bu algıyı yıkabileceklerine inanmaktadırlar.

Genç görünmek arkadaş ortamında olsun, iş hayatında olsun seni bir adım öne taşıyor. Çünkü iş verenler de senin onları temsil etmeni istiyorlar. Ve daha genç olanları tercih etme sebebi bu aslında. Daha dinamik ve genç olursan enerjin müşteriye yansır ve müşteri hep sana gelir, senden alışveriş yapar. Ama zaten yaş otuzu geçtiğinde işveren seni tercih etmiyor gençler varken. Ben şu an kendime bakmasam, şu görüntüde olmasam bana da iş yok. Ben bu yaştan sonra daha da dikkatli olmalıyım. “Görüntümlle, ben enerji dolu, pozitif bir insanım ve bu işinde hakkından gelirim.” mesajı vermek zorundayım ki gençlerle mukayese edildiğimde bana da bir şans tanınsın. Görüntün karşı tarafa ‘benim yaşım geçkin, ben bu işlerden yorulurum.’ dememeli. O kaşlar düşük olmayacak, yani yüzü olduğundan yaşlı göstermeyecek.” **K5**

Katılımcılar anti-aging uygulama yaptırmadan önce özgüvenleri olmadığını ve bunun iş fırsatlarını kaçırmalarına neden olduğunu ifade etmişlerdir.

“Öyle kaçırmıştım bir fırsatı. Ben bu uygulamaları yaptırdıktan sonra sanki o hallerim gitti, canlı kanlı oldum sanki. Daha atik oldum. Yani bir özgüven geldi bana.” **K11**

Özgüvensizlik gerekçesiyle yüz yüze iletişim gerektirmeyen işleri tercih ettiğini belirten diğer katılımcılar da bu sebeple geliri daha düşük olan işleri kabullendiklerini belirtmişlerdir. Anti-aging uygulama sonrası başvuru yapılan iş kollarının değişmesi de söz konusu uygulamaların bireylerin iş tercihlerini şekillendirdiğinin bir göstergesi olarak değerlendirilebilir.

“Özgüvenim olmadığı için birçok işe mesela girişim sağlamadım. Uzun zaman çağrı merkezinde müşteri temsilciliğini seçmiş olmamda daha az görünmek istediğim içindi. (...) Tabi ki özellikle burnumu yaptırdıktan sonra mesela görünür olmaktan korkmadığım için daha fazla iş ağı oluştu. Şu an özgüvenimi kazandığım için danışmada sürekli iletişim kurduğum insanlar var çekinmeden yani ve daha az stresli bir iş bu. Daha fazla maaşı var.”

K7

“Özellikle çalışma hayatımda ben kendimi çok ezik hissedirdim. Hep arka planda işlerimi yürüteyim derdim. Telefonla pazarlama işi yapıyordum. Konuşurken çok iyiyim. İletişimim çok güzel ama mağazaya gelenlerle ilgilensem daha yüksek prim alabilirim. Bunu yapmıyordum. Sabit bir maaşa kanaat ediyordum. İnsanların içine çıkmak istemiyordum çok.” K2

Kendisi için uygun işi belirlemede dış görünüşünün sınırlayıcı bir unsur olduğuna dikkat çeken bir başka katılımcı da genç bir görünümün işverenler açısından da tercih sebebi olduğunu vurgulamıştır.

“Daha fazla özgüvenli bir görüntü, iş bulma olanağımı yükseltti hem kendim bu girişimlerde bulundum hem de mesela görüşmeye gidince tercih edilme oranım yükseldi. Eskiden reddedildiğim pozisyonlara da sonradan başvurduğumda alındığım bir gerçektir yani.” K14

4. Kolay Ulaşılabilirlik

Bazı katılımcılar anti-aging uygulamaların popülerliğine vurgu yapmış ve yaptırmadığında çağın dışında kalacağı endişesiyle tercih ettiğini belirtmiştir. Bunun yanı sıra uygulamalara erişimin kolay olması ve işlemlerin kısa sürmesi nedeniyle tercih ettiğini ifade etmiştir.

“Bir kere herkes yaptırıyor. Nasıl kaşını aldırmaya gidersin kuaföre, saçını boyatman gerekir dip rengin çıktığında onun gibi hissettim. Etrafımda herkesin yaptırdığını görünce, kendimi böyle ne bileyim çağın dışında kalmış gibi hissediyordum. Anti aging kremlere merak saldı. (...) Gün içinde uğruyorsun inan on dakika sürmeyen işlemler bunlar. Çevremdekileri gördükçe bende yaptırma hissi doğdu. Çok mu gerek vardı bilmiyorum belki bana kalsa çok yaptırmazdım ama eksik kalmak istemedim belki.” K1

“Bu estetik işlemlerinin de sevdiğim yanı bu. Zaman kaybı değil, randevunu alıyorsun en fazla yarım saat süren işlemler bunlar. Ve oradan çıkınca günlük yaşamına devam edebiliyorsun.” K14

D. Anti-Aging Uygulamalar Hakkında Bilgi Edinme Yolları

Araştırmanın katılımcılarının anti-aging uygulamalar hakkında bilgi edinme yolları arasında sosyal medya kanalları sıklıkla dile getirilmiştir. Uygulamaları yapan merkezlerin resmi sosyal medya hesaplarının ve uygulayıcıların işletme hesaplarının da bilgi edinme sürecinde etkili olduğu görülmektedir.

“Sosyal medyada takip ettiğim sayfalar vardı. Orada öncesi ve sonrası fotoğrafları görüyordum. Soruyordum sayfanın sahiplerine, işte “Bu işlem neye yarıyor? Bende yaptırabilir miyim? Var mı bir yan etkisi?” Fiyat alıyordum. Öyle topladım bilgileri.” K2

“Instagram’dan gördüğüm yerleri aradım, bilgi aldım.” K10

Sosyal medya aracılığıyla anti-aging uygulamalar konusunda bilgiye ulaşanların yanı sıra merkezleri arayarak bilgi isteyen ve daha önce bu tür uygulamaları yaptıran kişilerden bilgi toplayan katılımcılar da bulunmaktadır.

“Ben sosyal medyadan bilgi topladım. Burada reklamları var. Hemen “Bilgi almak istiyorum.” dediğinizde, zaten size her türlü bilgiyi veriyorlar oradan. Ben bir de internetten, YouTube’dan çok videolar izledim. Daha önce yaptıran kişiler neler yaşamış, bunlara baktım ve yine de hep bir korkum vardı içimde. Ama benim yanımda birisi çalışmaya başladı. 20 yaşında olmasına rağmen o cesareti göstermiş. Gitmiş yaptırmış. Bana bir cesaret geldi ondan. Dedim ki kendi kendime “Ya bunlar çocuk sayılır. Daha senden küçük kızlar cesaret etmiş, sen neden yaptırmıyorsun?” O cesaretle onun gittiği doktoru araştırıp buldum ve öyle yaptırdım.” K13

“Youtube ve Instagram’dan bilgi topladım. Bir de yaptıran kişilere sordum iyi bir yer var mı diye.” K9

Katılımcıların anti-aging uygulamalara karar verme sürecinde önemseydiği konulardan biri de uygulamaların doktorlar tarafından yapılmış olmasıdır. Uygulayıcıların doktor olmasının katılımcılara güven sağladığı düşünülebilir.

“Bu uygulamaları yaptıran kişilerle bizzat görüşerek, bir yan etkisi var mı, yok mu işte bunları sorarak bilgi aldım. Hangi yerde

yaptırdı? Doktorlar mı yaptı? Bu konularda bilgi alarak bende karar verdim sonra yaptırmaya.” K3

“Bu tarz şeyleri herkese sormak doğru değil bence. O yüzden bu tamamen doktorunuz ve sizin aranızda konuşulmalı. Bu sebeple ben sosyal medyadaki reklamlardan yola çıktım ve doktorlara bizzat ulaşarak, kliniklere giderek ilk ağızdan, tamamen bana özel tavsiyeler aldım.” K6

Katılımcılar arasında anti-aging uygulama yaptırdıktan sonra kendileriyle bu konuda bilgi almak için iletişime geçildiğini belirten katılımcılar da bulunmaktadır. Uygulama yaptırmadan önce herhangi bir etkileşimde bulunmayan takipçilerin uygulama sonrasında kendisiyle temas kurması, değişimlerin takipçileri tarafından aslında izlendiğini fark ettirmiştir. Yaptırdığı uygulama hakkında bilgi istenmesi de katılımcılarda beğenilme hissi oluşturmuştur.

“Mesela sizi sosyal medyada takip eden ama hiç iletişime geçmeyen tanıdıklarınızı, bu zamana kadar sizi çok da takip ederken önemsemiyor zannedersiniz, bakıp geçiyor zannedersiniz ama şu oldu bende. Meğer benim de fotoğraflarım inceleniyormuş ki bana bu uygulamalardan yaptırdıktan sonra soranlar oldu mesela. Hiç yazmayanlar benimle irtibata geçti. İşte “Yüzünde bir güzellik var, bir şey mi yaptırdın, nerede yaptırdın? diye soruyorlar. “Bizde yaptırmak istiyoruz ama güvenilir mi değil mi bilemiyoruz, bize bilgi verebilir misin? Gibi sorularla beğenildiğimi hissedebiliyorum.” K3

“Artık bana da söz hakkı veriliyor. “Canım şu aksesuarını nereden aldın? Bu kıyafetini nereden aldın? Yüzüne bir şey mi yaptırdın? Bize de söyle, biz de gidelim. Telefonla arayanlar oluyor.”

K2

E. Anti-Aging Uygulamalara Dair Beklentiler ve Memnuniyet Düzeyi

Bu bölümde katılımcıların anti-aging uygulamalara dair beklenti ve memnuniyet durumlarına yönelik düşünceleri aktarılmıştır. Ayrıca katılımcıların sosyal çevrelerinden aldıkları tepkilere de bu bölümde yer verilmiştir.

a. Beğenilme

Anti-aging uygulamaların kendilerine özgüven ve sosyal çevreleri tarafından beğeni kazandırdığını ifade eden katılımcılar mevcuttur. Böylelikle kendileri ile daha çok ilgilenme motivasyonu oluştuğunu belirtmişlerdir.

“Şimdi alıyorum müşteriye, satışı yapıyorum hem yüz yüze hem telefonda. Özgüven kazandım ben bir kere. Sonra tanışmak, arkadaş olmak isteyen insanlar oluyor. Bu çok güzel bir duygu. Sanki yeniden hayata dönmek gibi.” K11

“Kendimi daha çok sevmeye başladım. Daha çok ilgilenmeye başladım. Eşimde memnun, eşimde daha ilgili, daha böyle beni beğeniyor. Bunlar güzel şeyler yani. Beni mutlu ediyor.” K9

Araştırmanın katılımcıları kendileri ile ilgilenme motivasyonunu makyaj yaparak sağladığını belirtmişlerdir. Beğenilmenin bir ihtiyaç olduğunu düşünen katılımcılar ise anti-aging uygulamalarla bu ihtiyaçlarına cevap bulduklarını ve daha feminen hissettiklerini ifade etmişlerdir.

“Kendime bakmaya başladım. Sadece bir anne değil bir eş olduğumu hatırladım. Eşimin de bana bakışı değişti. Şu an yüzüme yakışan birçok ürün kullanıyorum. O makyaj ürünlerini almak bile daha kadınsı hissetmemi sağladı. Ama yüzüm istediğim şekilde değilken bunları kullanmazdım. Niye? Çünkü zaten makyaj yapsam da yakıştıramıyordum. Şimdi yakıştıyorum.” K8

“Beni beğenen erkeklerde oluyor, iltifat ediyorlar. Bana bir kişi gelip de “Ne güzel kadınsın, ne iyi kadınsın.” demedi. İnsan arıyor bunları. Ben sanki kadın değil, sanki cinsiyetsiz gibiydim. Şimdi bir kadın gibi hissediyorum, iltifatlar alıyorum hem kadınlardan hem erkek arkadaşlarımdan.” K11

b. Sosyalleşme

Katılımcılar yaptıkları anti-aging uygulamalardan memnun oldukları yönünde görüş bildirmişlerdir. Uygulamaların sosyalleşme ve romantik ilişki kurmalarına katkı sağladığını belirtmişlerdir.

“Keşke daha önce yaptırsaydım. Şu an elde ettiklerimi daha önce elde ederdim. Çok arkadaş gruplarında vardım. Tanıştığım erkekler de olurdu arkadaş gruplarında. Ama bana hep ablam, kardeşim gözü ile bakıldı. Şimdi de ben istemiyorum kimse ile olmak, kendimle ilgileniyorum.” K2

“Flört etme konusunda evet. Yani ilk sevgilim bu uygulamaları yaptırdıktan sonra oldu.” K15

c. Psikolojik Destek ve Yaşam Motivasyonu

Bazı katılımcılar anti-aging uygulama sonrası elde ettiği görüntü sayesinde hayat motivasyonlarının yükseldiğini belirtmişlerdir.

“Daha genç ve güzel görünüyorum. Yüzümdeki değişimi görünce motive oluyorum. Ne yapıyorum bu kez? Kiloma dikkat ediyorum. Saçlarıma daha çok önem gösteriyorum. Şimdi yüzün gençse kıyafetin orta yaş olmamalı, saçların daha bakımı olmalı. Bunlar bir bütün altında. Bunlarda sana kendinle ilgilenmen için meşguliyetler oluşturuyor. Bu güzel bir şey. Kendini daha çok seviyorsun böylece.” K4

Bazı katılımcılar ise yaptırdığı anti-aging uygulamaları, geçmişteki olumsuz yaşantılarının izlerini silen bir araç olarak görmektedir.

“Çok mutluyum ben. Aynada geçmişin izleri yok artık. Kendi yaşım gibiyim.” K11

“(…) Bir de tabi geçmiş artık yüzümde değil. En büyük avantajı bu. Aynaya bakınca eski evliliğimin beni nasıl yok ettiğini artık hatırlamıyorum. O çökmüş halim artık yok. Bunlar yani.” K2

“Bir de alnımda kırışıklıklar oluşmaya başladı, kaz ayaklarım ortaya çıktı. Bence yaşlı göstermiyordu beni ama böyle bir yorgun hissi vardı. Gerçi hayat beni gerçekten yormuştu ama bu uygulamaları yaptırınca inanın o yorgunluk hissim bile geçti.” K8

Bazı katılımcılar kronolojik yaşları ile hissettikleri yaş arasındaki farkı anti-aging uygulamalar yolu ile kapatabildiklerini düşünmektedir.

“En büyük avantajı aynaya baktığımızda ruhunuz ve görüntünüz aynı yaşta olabiliyor.” K5

d. Dış Görünüşte Uyum ve Bütünlük

Anti-aging uygulamaların fotoğraf çekilme konusunda kazandırdığı özgüven, katılımcıların sıklıkla belirttiği bir noktadır. Bununla birlikte katılımcıların uygulamalara tamamlayıcı olarak ve görünüşlerini korumak adına giyim tarzı, saç modeli gibi konularda da değişime gittiği; böylelikle bütünsel bir görüntü yakalamaya çalıştıkları görülmektedir.

“Kesinlikle her şeyden önce özgüven diye bir şey varmış, bunu öğrendim. Önceden aile fotoğraflarına bile girmezdim. Annemler çok sever anı biriktirmeyi, ben hep fotoğrafı çeken kişi olurdum. Yani görüntüme takıldığımdan değil aslında da. Yani olmasam da olurdu. Şimdi ise güzel çıkıyorum. Bakıyorum kendime. O hevesle saçımı toplamış oluyorum, kıyafetlerim daha güzel. Fotoğraf çekildiğinde anılarımı birisine gösterirken kıyafetimle, saçımla, görüntümlle bir bütünüml gibi geliyor.” K2

“Bu uygulamalara karşı bir korkum vardı, onu yendim. Şu an benim rutinim gibi. Tabii daha genç görünüyorum. Bu yüzden kıyafet tarzım da değişti. Daha trend parçalar tercih ediyorum şu an. Ve tabii ki o kıyafetlerin içine girebilmek içinde artık diyet yapmaya başladım.” K8

e. Sosyal Çevreden Alınan Tepkiler

Katılımcılar anti-aging uygulamalar sonucu elde ettikleri görünümüne alışma sürecinde yapılan yorumları dikkate almaktadır. Bazı katılımcılar bu yorumlara göre yaptırdıkları yeni işlemlerin onları ilk hedeflerinden uzaklaştırabildiğine dikkat çekmiştir.

“Ben yorumlara aslında ikinci uygulamayı yaptırdıktan sonra kendimi kapattım. Çünkü ilk hedefim kaş uçlarımı kaldırmak ve yanaklarıma hacim kazandırmaktı. Ama insanları tatmin edemiyorsun. Şurana da şunu yaptırsaydın, burana da bunu yaptırsaydın diyebiliyorlar. Size zaten yeni görüntünüz yabancı geliyor. Acaba onların dediklerini yaptırsaydım o yabancılık gider miydi yüzümden

diyerek bir uygulama daha yaptırmak zorunda kalabiliyorsunuz. Bu sebeple yorumlara kapalıyım.” K4

Katılımcılardan bazıları çevrelerinden gelen yorumlara göre hareket etmenin yanılığa düşüreceğini vurgulamıştır.

“Ben aslında kendim için değil başkaları için bunu istemişim, beğenilmek ve onaylanmak için. Bu yanlıştı. Sende kusur bulmak isteyenler bulur zaten. Asla “Bu görüntü güzel, tamam, burada kal.” olmuyor. Bir sene sonra yeni trend çıkıyor sana yorum yapıyorlar “Ya burnunu şöylemi yapsaydın?” gibi. Bunlara kulak tıkıyorum.” K1

F. Anti-Aging Uygulamalardan Estetik Cerrahi Operasyonlarına

Anti-aging uygulamaların yapılan işlemlerin niteliğine göre geçici ya da yarı kalıcı özelliği bulunmaktadır. Bu nedenle ilk uygulama ile elde edilen görünümü sürdürebilmek adına belirli aralıklarla yenilenmesi gerekebilmektedir. Katılımcılar da gerek duydukça bu işlemleri tekrarlayabileceklerini belirtmişlerdir. Ayrıca bu uygulamaların yeni türlerini de takip ederek kendilerine iyi geleceğini düşündükleri uygulamaları da deneyebileceklerini ifade etmişlerdir.

“Gerek duydukça yaparım. Bana iyi hissettirecekse mutlaka yaptırırım.” K3

“Ne zaman ihtiyaç duyarsam ve yeni çıkan bir uygulama olur, iyi gelecektir, görüntümü genç gösterecektir kesinlikle yaptırmak isterim.” K5

Anti-aging uygulamaların geçici/yarı kalıcı nitelikte olması katılımcılar açısından düşündürücü bir unsurdur. Uygulamaların bu özelliği nedeniyle katılımcılar tekrar işlem yaptırmaya konusunda zorunluluk hissetmektedir.

“Her şeyin fazlası zarar. Ben her şeyin dozunda olmasını isterim ama şu görüntüden memnunum mesela. Fakat bu benim yaptırdıklarım kalıcı değil. Yani bir ameliyatlı işlem değil anlatabiliyor muyum? O yüzden mecburum yani kalıcılığı tükendikçe yaptırmaya. Çünkü yüzümün bu halini sevdim ben.” K9

Anti-aging uygulamalar maliyeti yüksek işlemler olmasına rağmen katılımcılar uygulamalara yaptıkları harcamaları bir kayıp olarak görmediklerini ve maddi güçlerini korukları müddetçe tekrarlayabileceklerini belirtmişlerdir.

“Ekonomik durumum el verdikçe yapmaya devam ederim. Hiçbir yan etkisini görmedim. Mutlu ediyor beni. Bu mutluluğu, özgüveni bir bedel karşılığında eğer alabiliyorsak almalıyız. Çünkü değişiyor.” K2

Anti-aging uygulamalar sonucunda elde edilen görünümün bir süre sonra kalıcılığını yitirerek tekrar yaptırma ihtiyacı oluşturması katılımcıları daha kalıcı işlemler olan estetik cerrahi operasyonları denemeye yöneltebilmektedir.

“Sonra anladım ki yani kimyasalından dolayı bir gerginlik veriyor cildime ama sonra geçiyor. Ama o his bile güzel aslında. Sonra ben bu gerginliği hep yüzümde görmek istedim, kalıcı olsun istedim.” K1

“Kesinlikle düşünüyorum. Yaptırmadan olmaz bu dünyada. Eğer cesaret edebilirsem ki bununla ilgili çok videolar izliyorum falan. Ameliyatlı olarak kalıcı şeyler yaptırmayı düşünüyorum. Burnumda dolgu var, bunu kalıcı hale getirmeyi düşünüyorum.” K11

Katılımcılar arasında anti-aging uygulama yaptırmadan önce kimyasal ve bitkisel birçok yöntem denediğini; ancak sonuçlarının ortaya çıkmasının zaman alması gerekçesiyle bir süre sonra medikal işlemleri tercih ettiğini söyleyenler de bulunmaktadır.

“Ben çok kremde kullandım. Yaşlanma karşıtı veya evde bitkisel ürünlerden karışımlarda yaptım. Her gün her gün bunları yapmak belli bir müddet sonra insanı yoruyor. Yani yaşlanmayı da önlemiyor ya da geciktirmiyor bence. Ya da belki çok uzun vadede bir sonuç verir ama insanın sabrı olmuyor o kadar. Ben medikal uygulamaların daha hızlı, elle tutulur bir sonuç vermesi nedeni ile artık sadece bu işlemlere yöneldim.” K3

Bazı katılımcılar ise anti-aging uygulamaların yaşlanmayı durdurmadığına, yaşlanma sürecinin biyolojik ve zihinsel açıdan devam ettiğine, bu tür uygulamaların yalnızca dış görünüşteki izleri maskeleydiğine dair söylemlerde de bulunmuşlardır.

*“Yani yaşlanmaya dirensen ne olacak? Yaşlanmayacak mısın?
Bu estetikler, falanlar, filanlar, ancak dışarıdan gençleştirir insanı.
İçerden yaşlanıyorsun. İç organların yaşlanıyor. Zihninde yaşlanıyor.
Ne yaparsan yap kaçamazsın.” K10*

V. TARTIŞMA

Günümüzde bireylerin yaşlandıklarında sağlıklı, üretken, dinamik bir görünümde olması gerektiği anlayışı giderek yaygınlaşırken, bu eğilim sağlıklı/başarılı/aktif/üretken yaşlanma söylemleriyle de pekiştirilmektedir. Bütün bu söylemlerle birlikte toplumsal yaşamda yaşlılık karşıtlığı ile ilgili çeşitli yollarla verilen mesajlar ise bireylerin yaşlanmaya karşı bir kaygı ve korku geliştirmesine neden olarak yaşlılığı durdurma ve gençleşmeye yönelik çeşitli girişimleri gündeme getirmektedir. Bu girişimlerden birisi de anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulamalar olarak ortaya çıkmaktadır.

Bu çalışmada da bireyleri anti-aging uygulamalara yönelten en önemli faktörün yaşlılıktan uzaklaşma, yaşlılığın izlerini yok ederek daha iyi bir görünüm elde etme çabası olduğu görülmektedir. Ayrıca yaşlılıkta uğranacak dışlanma ve ötekileştirilme de anti-aging uygulamalarla yaşlılığa mesafeli duruşun bir diğer nedenidir.

Korkmaz Yaylagül ve Bulut (2023: 290)'un çalışmalarında yaşlılara yönelik zorbalık ve şiddet içeren sosyal medya paylaşımlarının yaşlıları dışlayıcı ve ötekileştirici nitelikte olduğu vurgulanmaktadır. Bu araştırmada da katılımcılar yaşlanma ile birlikte bu tür zorbalık ve şiddete maruz kalınacağı şeklinde bir algı ortaya koymuşlardır. Ercan ve arkadaşlarının (2023: 376) lise öğrencilerinin yaşlı ayrımcılığına ilişkin tutumları konusunda yaptıkları çalışmada da yaşlıların güçsüz, yoksul ve muhtaç bir görünümde olmasının gençler için rahatsız edici bir unsur olduğuna değinilmiştir. Bu çalışmada da katılımcıların yaşlılığı benzer şekilde tanımladıkları görülmektedir. Tüm bu dışlayıcı söylem ve mesajlar, sosyal medyanın da etkisi ile yaşlılık dönemine adım atma aşamasında olan genç yetişkinlikleri tıbbın ve kozmetiğin ilerlediği günümüzde anti-aging uygulamalara yönelterek yaşlılığı durdurma ve böylelikle kendini daha iyi hissetme çabası içine sokmaktadır.

Bu çalışmanın önemli bulgularından biri de katılımcıların çeşitli sektörler tarafından belirlenen yaş kısıtlamalarına ve işe alımlarda yaşlarından ötürü maruz kaldıkları ayrımcılığa da vurgu yapmış olmalarıdır. The Harvard Business Review'un 2023 yılında yayımladığı çalışmada hem genç hem de ileri yaş aralığındaki kadınların yanı sıra 40-60 yaşlarını içeren orta yaşlı kadınlarında birçoğunun işe alımlarda ve işyerinde dış görünüşleri nedeniyle yaş ayrımcılığına maruz kaldığı belirlenmiştir. Buz(2015:274) ise Yaşlı Bireylere Yönelik Yaş Ayrımcılığı adlı çalışmasında çalışma yaşamında yaş ayrımcılığının, kişiyi işe alırken, çalışırken veya işten çıkarırken söz konusu olabileceğini ve bunun istihdamın bütün alanlarında meydana gelmekte olduğunu belirtmektedir.

Canpolat (2021:100) tarafından gerçekleştirilen ötekileştirme konulu bir başka çalışmada ise bireylerin yaşlılara yönelik genel olarak olumlu bakış açısı geliştirmiş oldukları; ancak yaşlıların çalışma yaşamına katılmaları ile ilgili olumsuz tutumları bulunduğu ifade edilmektedir. Bu çalışmada da katılımcılar, yaşlıların günlük yaşamda yer almaları konusunda genel olarak destekleyici ifadeler kullanmaktadır. Ancak bazı katılımcılar çalışma yaşamına katılım noktasında yaşlılara daha ziyade geliri düşük işler sunulduğunu ifade etmektedir. Bununla birlikte yüksek gelir getiren veya nitelik gerektiren işlerde yaşlıların gençler kadar verimli olamayacakları yönünde görüş bildiren katılımcılar da bulunmaktadır.

Korkmaz Yaylagül ve arkadaşlarının (2016: 403-404) gerçekleştirdiği çalışmada anti-aging uygulamaların gençlik ve güzellik elde etmek için uygulanan işlemler olarak algılandığı ve kapsamının tam anlamıyla bilinmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Anti-aging uygulamaların, dış görünüşle ilgili sosyal çevreden ve sosyal medya aracılığı ile olumlu geri bildirimler alma ve beğenilme arzusuyla da tercih edildiği görülmektedir. Bu konuda yapılmış bir başka çalışmada ise sosyal medya kullanımı artış gösterdikçe sosyal onay ihtiyacının daha da arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Çalış,2020:46). Bu araştırmada da katılımcılar tarafından anti-aging uygulamalar sonrası elde edilen dış görünümün beğenilmesi ve bunun verdiği hazzı vurgu yapılmış ve sosyal medyanın teşvik edici gücüne de sıklıkla

değinilmiştir. Karaşar ve Öğülmüş (2016: 86) ise bireylerin sürekli sosyal onay ihtiyaçı alma niyetiyle davranışlarını düzenlemesinin, başkalarının istekleri yönünde yaşam sürmeye dönüşebileceğine dikkat çekmektedir. Bu araştırmada da bazı katılımcılar, sosyal çevresinin eleştirilerine göre görünülerinde değişiklik yaptıklarını belirtmişlerdir.

Katılımcıların anti-aging uygulama yaptırdıktan sonra özgüven kazandıkları veya kaybetmiş oldukları özgüvenlerini geri kazandıkları yönündeki ifadelerine dayanarak anti-aging uygulamaları özgüven elde etmenin bir yolu olarak gördüklerini söylemek yanlış olmayacaktır. Nitekim Çarboğa (2022:62)'nın doktorlarla yapmış olduğu araştırmada da dış görünüş ve beden algısının özgüven üzerinde büyük ölçüde bir etki unsuru olduğuna değinilmiştir.

VI. SONUÇ VE ÖNERİLER

Demografik dönüşümle birlikte yaşlılık başlangıcının daha ileri yaşlara ötelenmesi ve böylece yetişkinlik sürecinin uzaması bireylerin ihtiyaçlarının da değişmesine neden olabilmektedir. Değişen genç, yetişkin ve yaşlı profili göz önüne alındığında sosyal hizmetin yaşlı refahına yönelik çalışmaları da bu dönüşümle birlikte şekillenecektir. Bu nedenle bireyleri anti-aging uygulamalara yönelten psiko-sosyal nedenlerin araştırılması ile birlikte yaşlılık algısının da irdelenmesi, toplum içinde yaşlanmaya ve yaşlılara yönelik bir ayrımcılık, dışlanma veya ötekileştirmenin varlığının tespit edilmesi ve müdahale planlarının hayata geçirilmesi noktasında önemlidir.

Bireylerin içinde buldukları sosyokültürel ortama göre yaşlılığı karşılama biçimi ve yaşlılığa dair algı, tutum ve davranışları değişiklik göstermektedir. Yaşlılığa yaklaşıldığını hissettiren somut belirtilerin ortaya çıkmaya başlaması bu gelişin önüne geçme arzusu oluşturabilmektedir. Yaşlanma karşıtı bir duruş benimseyen neoliberal ideolojinin servis ettiği anti-aging ürün ve uygulamalar yaşlanma karşıtı bir arayışın sonucunda bireylerin başvuracağı bir seçenek haline getirilmiştir.

Bu çalışmada da kadınları anti-aging uygulamalara yönelten psikososyal nedenler sosyal hizmet bakış açısıyla ele alınmıştır. Çalışmada anti-aging uygulama yaptıran bireylerin yaşlılığı nasıl algıladıkları ve anlamlandıkları, söz konusu uygulamalara yönelme motivasyonları, beklentileri ile bu uygulamaları ve sonuçlarını yaşlılık ile ne denli ilişkilendirdikleri anlaşılmaya çalışılmıştır.

Bu araştırmada anti-aging uygulamalara bireyleri yönlendiren psikososyal nedenler mercek altına alınırken; bir yandan da yaşlanma kaygısı veya reddinin neden olabileceği tutum ve davranışlar da incelenmiştir.

Çalışmada elde edilen bulgulara göre katılımcıların eğitim durumları lise ve yüksek lisans düzeyi arasında değişmektedir. Katılımcıların çalıştıkları sektöre

göre değerlendirilmesinde ise satış ve pazarlama ve sağlık sektörü öne çıktığı görülmektedir. Katılımcıların sosyo demografik profilinde medeni durumu ve çocuk sahipliğine bakıldığında; 8'inin bekar, 7'sinin ise evli olduğu görülürken; çocuk sayılarının 1 ile 3 arasında değiştiği; bununla birlikte 8 katılımcının çocuk sahibi olmadığı görülmektedir.

Araştırmada elde edilen bulgular yaşlılık süreci hakkında düşünceler ve yaşlanma algısı açısından değerlendirildiğinde bulgular, katılımcıların yaşlılığa yüklediği anlamın genel olarak olumsuz nitelikte olduğuna işaret etmektedir. Yaşlılık daha çok hastalıklarla özdeşleştirmekte ve sosyal hayattan ve iş yaşamından kopma olarak betimlemektedirler. Yaşlıları saygı gören, hürmet edilen bireyler olarak tanımlayan katılımcıların yanı sıra yaşlıların teknolojik gelişmelere uzak olmaları gibi nedenlerle toplumsal rol ve statülerini koruyamadıklarını ifade eden katılımcıların olması da yaşlılığa yönelik algının genel olarak olumsuz yönde olduğunu desteklemektedir.

Araştırmadan elde edilen verilere göre katılımcıların kendi yaşlanma süreçlerine yönelik algılarının da olumsuz olduğunu söylemek mümkündür. Spor ve sağlıklı beslenmeden uzak ve stresli bir yaşam biçimine sahip bulunduğu takdirde yaşlanma sürecinin olumsuz olarak nitelendirildiği görülmektedir. Bununla birlikte yalnızlık ve hastalıklar nedeniyle yaşlılık kaygısı yaşayan katılımcılar ise çocuk sahibi olmamanın bir dezavantaj olduğuna vurgu yaparken; bazı katılımcıların da çocuk sahibi olmayı yaşlılığa karşı bir önlem olarak gördüğünü söylemek mümkündür.

Anti-aging uygulamalar yoluyla dış görünüşte yapılan değişimlerin, yaşlanmayı durdurduğu gibi bir yanılsamaya neden olduğu da araştırmanın bulguları arasındadır. Yaşlanma sürecinde hem fiziksel hem de psikolojik sağlığın korunması adına spor ve egzersiz yapılması ve sağlıklı beslenmeye dikkat edilmesi gerekmektedir. Ancak anti-aging uygulamalar yoluyla elde edilen daha genç bir görünümün, yaşlanma sürecinde bu konuların ihmal edilmesine de neden olabildiği araştırmanın bulguları arasındadır. Bu anlamda fiziksel yaşlanma belirtilerinin ortadan kaldırılmış olmasının bireylerin sağlık kontrollerine özen göstermemelerine ve yaşlanmayla birlikte görülebilecek hastalıklara karşı

kendilerini savunmasız bırakmalarına neden olduğunu söylemek mümkündür. Bunun dışında sosyal ve kültürel faaliyetlere katılmanın ve çeşitli hobiler edinmenin zihinsel açıdan aktif kalmak adına katılımcılar tarafından tercih edildiği görülmekle birlikte; yüksek gelir getiren bir iş yapıyor olmanın yaşlılığa hazırlık anlamında yeterli olduğu düşüncesine de rastlanmıştır.

Katılımcıları anti-aging uygulamalara yönlendiren nedenler değerlendirildiğinde, sosyal çevrelerinde daha görünür olmanın, özgüven kazanmanın ve dış görünüşten ötürü maruz kalınan dışlanmadan kurtulmanın bir yolu olarak bu uygulamaların tercih edildiği söylenebilir. Bireylerin görünüşleri ve özgüvenleri arasında duygusal bir bağ oluşturmaları, her bir uygulamadan sonra özgüvenlerinin artacağını düşünmeleri de söz konusu uygulamalara yönelmelerine neden olmaktadır. Ayrıca bu bireylerde yaşlanma belirtilerinin gizlenmesi gerektiğine yönelik bir algının varlığından da söz edilebilir. Bu belirtilerin zaaf olarak görüldüğünü söylemek mümkündür. Takvim yaşının kabul edilmeyerek dış görünüşün hissedilen yaşa uygun hale getirilme çabası da bireyleri anti-aging uygulamalara yönlendiren nedenler arasındadır.

Anti-aging uygulamalar, deneyimlenen olumsuz yaşantılardan sonra toparlanma evresinin bir parçası olarak da görülmektedir. Bulgulara göre yüzde oluşan izlerin travmatik yaşantılarla özdeşleştirildiği ve anti-aging uygulamalarla yaşanan travmanın gizlendiği, dışarıdan anlaşılmayacağına dair bir inanıştan da söz etmek mümkündür. Bu noktada Foucault (2004: 238)'nin bedene "olayların kaydolma yeri" tanımlamasına değinmek anlamlı olacaktır. Katılımcılar, bedenlerinde oluşan yaşlanmanın fiziksel belirtilerine, travma, olumsuz yaşantılar, stres gibi faktörlerin neden olduğunu düşünmektedirler.

Araştırma sonuçlarına göre anti-aging uygulamaların hem sosyal medyada hem de toplum içinde yaygınlaşmasının bireyi zaman zaman kendisinin de bu uygulamalara ihtiyacı olduğunu düşünmeye sevk ettiğini söylemek mümkündür. Görünüşlerinden memnun olan katılımcıların dahi sosyal medyada yapılan paylaşımlar yoluyla bir ihtiyaç olarak gösterilen anti-aging işlemleri, bir süre sonra kendilerinin de tercih ettikleri görülmektedir. Bu açıdan sosyal medyanın tüketim kültürüne aracılık eden yönünün bireyler üzerindeki etkisinin oldukça hissedildiği görülmektedir.

Ayrıca bireylerin uygulamaları sosyal çevrelerinden geri kalmama arzusuyla yaptırdıkları da ulaşılan sonuçlar arasındadır.

İstihdama katılma açısından ele alındığında ise özellikle internet aracılığıyla satış yapan sektörlerde hem işverenlerin hem de tüketici kitlenin dış görünüşle ilgili de bir beklentisinin olduğu ve piyasada tutunabilmek adına bu talepleri karşılamaları gerektiği düşüncesi de bireyleri anti-aging uygulamalara yönlendiren nedenlerdendir. Bununla birlikte genç bir görünümün işverenler açısından da tercih sebebi olduğuna katılımcılar tarafından dikkat çekilmiştir.

Anti-aging uygulamaların tercih edilmesi ve yaygınlaşmasının en önemli nedenleri ise uygulamalara erişimin kolay olması ve işlemlerin kısa sürmesi olarak saptanmıştır. Ayrıca katılımcıların bu uygulamaların doktorlar tarafından yapılıyor olmasını önemsendiği görülmektedir. Bu açıdan uygulayıcıların doktor olmasının katılımcılara güven sağladığı düşünülebilir.

Genç yetişkin kadınların karar verme aşamasında anti-aging uygulamalara dair bilgi edinme yolları, başta sosyal medya aracılığıyla uygulamaları yapan merkezler ve uygulayıcılarla iletişime geçme ile daha önce bu tür uygulamaları yaptıran kişilerden bilgi alma şeklindedir.

Bulgular, katılımcıların anti-aging uygulamalar sonrası dış görünüşlerine dair değerlendirmelerinin genel olarak olumlu yönde olduğunu ortaya koymaktadır. Uygulamalar sonrası elde ettikleri görünümün beğenilme, sosyalleşme, romantik ilişki kurma gibi konularda kendilerine katkı sağladığı katılımcılar tarafından sıklıkla vurgulanmıştır. Bunun yanı sıra psikolojik destek ve yaşam motivasyonu elde etme beklentilerinin anti-aging uygulamalar yoluyla karşılandığı ve dış görünüşlerinde uyum ve bütünlük yakaladıklarını hissettikleri de bulgular arasındadır. Ayrıca katılımcıların yaptırdıkları uygulamalardan sonra değişen/gençleşen yüz görünümlerine tamamlayıcı olması düşüncesiyle saç ve giyim tarzı gibi konularda da değişime gittikleri de elde edilen bulgular arasındadır. Bu noktada yaptırılan her bir uygulamadan sonra fiziksel bir bütünlük/uyumluluk yakalanması düşüncesiyle yeni bir uygulama daha yaptırma ihtiyacı oluşabileceği; bunun da kadınları bedensel açıdan sürekli tekrar eden bir memnuniyetsizliğe sürükleyebileceğinin de dikkate alınması gerekmektedir.

Nitekim kadınlarda estetik bağımlılığının son yıllarda gündeme gelmeye başlaması da bu yönüyle değerlendirilebilir.

Anti-aging uygulamaların yarı kalıcı veya geçici özellikte olması bir süre sonra yenilenmesini gerektirmektedir. Ayrıca yaptırılan uygulamalar sonrası sosyal çevreden alınan tepkilerin de kadınları tekrar işlem yaptırma konusunda teşvik ettiği de görülmektedir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, katılımcıların yaptırdıkları işlemleri tekrarlama konusunda kararlılık gösterdiklerini söylemek mümkündür. Ancak anti-aging uygulamaların bir süre sonra kalıcılığını yitirerek tekrar yaptırma ihtiyacı oluşturmasının, kadınları daha kalıcı işlemler olan estetik cerrahi operasyonları denemeye yöneltebildiği de belirlenmiştir.

Tüm bunların dışında anti-aging uygulamaların yaşlanmayı durdurmadığı, dış görünüşte değişiklik/gençleşme sağlansa dahi yaşlanma sürecinin biyolojik ve zihinsel açıdan devam ettiği, bu tür uygulamaların yalnızca dış görünüşteki izleri maskeleydiğine dair katılımcı görüşleri de mevcuttur.

Bu çalışma her ne kadar yaşlı ayrımcılığını ölçmeyi hedeflemese de yaşlılara yönelik algıyı anlamaya çalışırken, araştırmaya katılan kadınların yaşlı ayrımcılığına maruz kalma tehlikesi ile endişelerinin olduğu ortaya çıkmıştır. Sosyal hizmetin bireyin yaşamın doğal bir gereği olan yaşlanma süreci ile ilgili maruz kaldığı şiddet, zorbalık, ayrımcılık ve ötekileştirme gibi sorunları önleme çabası bulunmaktadır. Bu tür sorunlar yaşlanmanın fiziksel belirtilerine bağlı olarak da ortaya çıkabilmektedir. Bu durumda bireylerin sosyal yaşama katılımı azalırken biyo-psikososyal iyilik hali bozulabilmektedir. Ayrımcılık karşıtı çalışmalar yapan sosyal hizmet mesleği de bu noktada bireylere ve topluma farkındalık kazandırmayı amaçlayarak sosyal dışlanma ile de mücadele etmektedir. Bu anlamda bilinçli sosyal medya kullanımı konusunda bireylere yönelik bilgilendirme faaliyetleri yapılması önerilebilir. Sosyal medyanın yaşlanmayı reddeden ve yaşlılığı kaçınılması gereken bir süreç olarak tanıtan içerikleri konusunda da düzenleme getirilmesi ile yaşlanma karşıtlığı içeren ifadelerin güzellik vadeden işlemlerde kullanılmaması sağlanabilecektir.

Böylece yaşlılığın güzelliğın olmaması yani çirkinlik olarak damgalanan bir profilden uzaklaştırılarak yaşlılığın yok sayılmasının önüne geçilmesi ve korkulan bir evre olmaktan çıkarılması daha kolay olacaktır.

Bu çalışmada tespit edilen anti-aging uygulamalara yönelten psikososyal nedenler düşünüldüğünde yaşlı ayrımcılığının önlenmesi noktasında koruyucu ve önleyici sosyal hizmet faaliyetlerinin artması önemlidir. Korkmaz Yaylagül ve Bulut (2023: 287)'un çalışmasında önerildiği üzere politika yapıcıların yaşlılık tabanlı eylem planlarında yaş ayrımcılığının önlenmesine yönelik çalışmalara yer vermesi faydalı olacaktır.

Değişen yaşlılık algısı ile birlikte psikososyal ihtiyaçlar arasına eklenen anti-aging uygulamaların, sosyal hizmetin yaşlı refahı alanında yeni bir müracaatçı kitlesini oluşturabileceği öngörülebilir. Bu durumun da sosyal politikaların çeşitliliğini etkileyebileceğini söylemek mümkündür.

Yaşlı bireylerin sosyal yaşamdan dışlanmasını önlemeye yönelik devletlerin sosyal devlet anlayışıyla hareket etmesi ve daha fazla inisiyatif alması gerekmektedir. Bu noktada bireyleri yaşlanma kaygısından kurtarmak adına yaşlıların refah düzeyini yükseltecek uygulamaları, yeni yaşlı refah modellerini hayata geçirerek yaşlı refahı alanındaki hizmet sunumunu işlevsel kılması beklenmektedir.

Bu araştırmanın önemli bulgularından biri de bireylerin yaşlanma kaygısı ve yaşlılığa dair muhtaçlık ve bağımlılıkla ilişkilendirilen olumsuz tanımlamalar dolayısıyla anti-aging uygulamalara başvurmasıdır. Bu açıdan toplumda yaşlılık algısının dönüşmesi adına yaşlılığı ve yaşlı bireylerin görünümünü muhtaç ve bağımlı olmaktan uzaklaştıracak, yaşlılara kendilerini gerçekleştirebilecekleri olanakları sunan bir mekanizma oluşturulması önemlidir. Yaşlıların bireysel farklılıklarının dikkate alınması, yaşlandıklarında karşılaşılabilecekleri olası risklerin doğduğu andan itibaren tüm yaşlanma sürecinde sosyal hizmet uzmanlarınca takip edilmesi bireyleri yaşlanma kaygısından uzaklaştırabilecek adımlar olarak düşünülebilir. Bunun yanı sıra yaşlılıkta fiziksel aktivitenin canlı tutulabilmesini sağlamak adına farkındalık çalışmalarının yapılması da önem arz etmektedir. Okul sosyal hizmetinin uygulamaya geçirilmesi yaşlılık algısının olumlu yöne evrilmesi, yaşlı ayrımcılığının önlenmesi ve bilinçli bir toplum

oluşturulması açısından ayrı bir öneme sahiptir. Bireylerin anti-aging uygulamalar sayesinde sosyal onay ihtiyacını giderdiğini hissetmesi ve memnuniyet bildirmesi yaşlanmanın fiziksel belirtilerinden dolayı maruz kalınabilecek ayrımcı tutumları kabullenmelerine ve bu tutumların haklı görülmesine zemin hazırlayabilecektir. Bir Sosyal hizmet araştırması olarak bu çalışma da diğer disiplinlere sunmuş olduğu verilerle bireylerin sosyal iyilik halinin artırılması için psikososyal açıdan destekleyici çalışmaların niteliğine katkı sağlayacaktır. Ayrıca yaşlanma sürecinde oluşan risklerin önceden tespit edilerek bireylerin yaşlılık dönemine sağlıklı ve üretken bir şekilde ulaşmaları için üretilecek politikalara da yeni bir perspektif sunulmuştur. Değişen müracaatçı profili içinde anti-aging uygulamaların psikolojik veya sosyal bir ihtiyaç olarak kabul edilip edilemeyeceği, oluşabilecek riskler ve kazanımlar ile ilgili fikirlerde diğer disiplinlerin tartışmasına sunulmaktadır.

Anti-aging uygulamaları tercih eden bireyler düşünüldüğünde toplumsal cinsiyet rolleri ve kadına atfedilen genç ve güzel olma misyonu dolayısıyla araştırmanın örnekleme kadınlar olarak belirlenmiştir. Ancak günümüzde bu tür uygulamalara erkeklerin de sıkça başvurduğu bilinmektedir. Anti-aging uygulama yaptıran erkeklerle de benzer çalışmalar yürütülerek sonuçlar karşılaştırılabilir.

VII. KAYNAKÇA

KİTAPLAR

- BARAN, A. G. (2004). “Yaşlılık Sosyolojisi”, **Yaşlılık/Disiplinler Arası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler**, Ed. Velittin Kalıncara, Ankara, Odak İletişim Yayınları. 1. Baskı.
- BİLİR, N. (2018). “Yaşlılık Tanımı, Yaşlılık Kavramı, Epidemiyolojik Özellikler”, **Yaşlılık ve Solunum Hastalıkları**, Ed. Arzu Ertürk, Ayşe Bahadır ve Filiz Koşar, İstanbul, TÜSAD Eğitim Kitapları Serisi.
- BOZOK, N. (2009). “Modernitenin Beden Projesinin Günümüze Yansıması: “Yaşlanmayan Beden” Fikrine Eleştirel Bir Bakış”, “Toplumsal Dönüşümler ve Sosyolojik Yaklaşımlar” VI. Ulusal Sosyoloji Kongresi Bildiri Kitabı, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, ss.1190-1204.
- CEYLAN, H. (2015). **Yaşlılık ve Refah Devleti**, İstanbul, Açılım Kitap. 1. Baskı.
- CRESWELL, J. W. (2013). **Nitel Araştırma Yöntemleri Beş Yaklaşımına Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni**, Çev. Ed. Mesut Bütün ve Selçuk Beşir Demir, Ankara, Siyasal Kitapevi.
- ÇAYIR, K. (2012). “Yaşçılık/Yaşa Dayalı Ayrımcılık”. **Ayrımcılık Çok Boyutlu Yaklaşımlar**, Ed. Kenan Çayır ve Müge Ayan Ceyhan, İstanbul, Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- DEMİRBILEK, S. (2005). **Sosyal Güvenlik Sosyolojisi**, İzmir, Legal Yayıncılık. 1. Baskı.
- ERIKSON, E. H. (1984). **İnsanın Sekiz Çağı**, Çev. Tefik Bedirhan Üstün ve Vedat Şar, Ankara, Birey ve Toplum Yayınları.

- FOUCAULT, M. (2004). “Nietzsche, Soybilim, Tarih ”**Felsefe Sahnesi**, Çev. Işık Ergüden, İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
- GÖKÇE KUTSAL, Y. (2012). “Yaşlanan Dünya ve Yaşlanan İnsan ”,**Birinci Basamak için Temel Geriatri**, Ankara Tabip Odası, Türk Geriatri Derneği ve Pratisyen Hekimlik Derneği, Ankara, Algı Tanıtım.
- İPEK, M. (2021). “Neoliberal Dönemde Yaşlılığın Söylemlerle Yeniden İnşası”. **Sosyal Hizmet ve “Ailecilik”, Sosyal Hizmet(ler)i Yeniden Düşünmek Konferansları**, Der. Neşe Şahin Taşgın, Yasemin Ahi ve Uğur Tekin, Ankara, Nika Yayınevi. 1. Baskı.
- KARADAKOVAN, A. (2014). **Yaşlı Sağlığı ve Bakım**, Ankara, Akademisyen Kitapevi.
- MORGAN, L. A. ve KUNKEL, S. R. (2007). **Aging, Society and the Life Course**, New York, Springer Publishing Company. 3. Baskı.
- ONAT, Ü. (2000). “Yaşlılık ve Sağlıklı Yaşlanma”, **Antropoloji ve Yaşlılık**, Ed. Gönül Erkan ve Vedat Işıkhhan, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu.
- SAVAŞ, E. ve UĞURLU, Z. (2021). “Aktif ve Başarılı Yaşlanma”, **Gerontolojik Sosyal Hizmet**, Ed. Emre Birinci, Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık.
- TAŞCI, F.(2016). “Refah Devleti ve Yaşlılık Algısı: Türkiye Üzerinden Değerlendirmeler”, **Dezavantajlı Gruplar ve Sosyal Politika**, Ed. Betül Altuntaş, Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık, 2. Baskı.
- TAYLOR, B. A. ve BENGSTON, V. L. (2001). “Sociological Perspectives on Productive Aging”, **Productive Aging: Concepts and Challenges**, Ed. Nancy Morrow-Howell, James Hinterlong ve Michael Sherraden, Baltimore, MD, John Hopkins University Press.
- TORUNOĞLU, D. (2010). “Çalışma Yaşamı ve Dış Görünüş”, **Dişilik, Güzellik ve Şiddet Sarmalında Kadın ve Bedeni**, Ed. Yasemin İnceoğlu ve Altan Kar, İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
- TUFAN, İ. (2002). **Antik Çağdan Günümüze Yaşlılık: Sosyolojik Yaşlanma**, İstanbul, Aykırı Yayınları.

YILDIZ, H.(2017). “Sağlıklı, Başarılı ve Aktif Yaşlanma”, **Temel Gerontoloji**, Ed. Rukiye Pınar Bölüktaş, İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi Yayınları.

ZASTROW, C. ve KIRST-ASHMAN K. K. (2015).**İnsan Davranışı ve Sosyal Çevre II: Yetişkinlik ve Yaşlılık**, Çev. S. Erdem Türközü ve Büşra Alparslan, Ankara, Nika Yayınevi.

TEZLER

BAYRAK, F. (2018). “Yaşlılık Olgusuna Sosyolojik Bir Yaklaşım”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Ana Bilim Dalı.

ÇALIŞ, M. (2020). “Sosyal Medya Kullanımı ile Sosyal Onay İhtiyacı ve Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı.

ÇARBOĞA,H. (2022). “Beden Tüketimi Bağlamında Estetik Cerrahi Operasyonların Sosyolojik Analizi: Ankara İli Örneği”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Ana Bilim Dalı.

DEMİR ERBİL, D. (2022). “Yaşlıların Aktif Yaşlanma Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aile ve Tüketici Bilimleri Ana Bilim Dalı.

EKİNCİ, A. (2021). “Yaşlılık ve Kadın”,(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı.

GÖK. H. (2019). “Türkiye’de Yaşlılık Olgusu Yaşlılara İlişkin Tutumların Kültürel Temelleri Üzerine Bir Alan Araştırması Van-Muğla Örneği”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Ana Bilim Dalı.

GÖNÜLLÜ TAŞKESEN, C. (2017). “Kırsal ve Kentsel Alanlarda Yaşlanma, Yaşlılık ve Yaşlılar: Denizli İli Örneği”, (Yayımlanmamış Doktora

Tezi), Isparta Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı.

İMAMOĞLU, S. (2008). “Genç Yetişkinlikte Kişilerarası İlişkilerin Cinsiyet, Cinsiyet Roller ve Yalnızlık Algısı Açısından İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.

ÖZKAN, Ö. N. (2019). “Kozmetik Reklamlarında Biyo-İktidar ve Gençlik İdeolojisi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı.

MAKALELER

AĞAR, A. (2020). “Yaşlılarda Ortaya Çıkan Psikolojik Değişiklikler”, **Geriatric Bilimler Dergisi**, cilt 3, sayı 2, ss.75-80.

ALPTEKİN, D. ve DELİBAŞ, E. (2021). “Estetik Uzmanlarının Bedenin Yeniden İnşasına Dair Görüşlerinin Sosyolojik Bir Değerlendirmesi”, **Sosyoloji Dergisi**, sayı 41-42, ss.163-186.

ALTAN, Ö. Z. ve ŞİŞMAN, Y. (2003).“Yaşlılara Yönelik Sosyal Politikalar”, **Kamu-İş Dergisi**, cilt 7, sayı. 2, ss.2-36.

ALTUN, Z. (2021). “Yaşlılara Yönelik Sosyal Politikalar ve Sosyal Hizmetler: Sivil Toplum Kuruluşları Üzerinden Bir Değerlendirme”, **Toplumsal Politika Dergisi**, cilt 2, sayı 1, ss.30-44.

ASLAN, M. ve HOCAOĞLU, Ç. (2017). “Yaşlanma ve Yaşlanma Dönemiyle İlişkili Psikiyatrik Sorunlar”, **Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi**, cilt 7, sayı 1, ss.53-62.

ASİ KARAKAŞ, S. ve DURMAZ, H. (2017). “Yaşlılık Dönemi Psikolojik Özellikleri ve Moral”, **Kocatepe Tıp Dergisi**, cilt 18, sayı 1, ss.32-36. DOI: 10.18229/kocatepetip.341681

AYDIN, A. ve AYDIN SAYILAN, A. (2014). “Aktif Yaşlanma ile Yaşam Boyu Öğrenme Arasındaki İlişkiye Teorik Bir Bakış”, **Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi**, cilt 4, sayı 2, ss.76-81.

- BALTACI, A. (2019). “Nitel Araştırma Süreci: Nitel Bir Araştırma Nasıl Yapılır?”, **Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, cilt 5, sayı 2, ss.368-388.
- BEĞER, T. ve YAVUZER H. (2012). “Yaşlılık ve Yaşlılık Epidemiyolojisi”, **Klinik Gelişim**, cilt 3, sayı 25, ss.1-3.
- BUZ, S. (2015). “Yaşlı Bireylere Yönelik Yaş Ayrımcılığı”, **Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 14, sayı 53, ss.268-278. DOI: 10.17755/esosder.89453
- CANPOLAT, Ö. (2021). “Ötekileştirilme Tartışmaları Bağlamında Yaşlılık ve Yaşlılığa Bakış Açısının İncelenmesi”, **Abant Kültürel Araştırmalar Dergisi**, cilt 6, sayı 11, ss.81-104.
- ÇİFÇİLİ, S. (2012). “Aktif Yaşlanma: Fiziksel Boyut”, **The Journal of Turkish Family Physician**, cilt 3, sayı 1, ss.6-12.
- ÇOLAK, M. ve ÖZER, Y. E. (2015). “Sosyal Politika Anlamında Aktif Yaşlanma Politikalarının Ulusal ve Yerel Düzeydeki Analizi”, **Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 14, sayı 55, ss.115-124. DOI: 10.17755/esosder.92999
- ÇUNKUŞ, N., YİĞİTOĞLU, G. T. ve AKBAŞ, E. (2019). “**Geriatrik Bilimler Dergisi**, cilt 2, sayı 2, ss.58-67.
- DEMEZ, G. (2012). “Gençlik İdeali: Anti Aging Uygulamaları ve Değişen Yaşlılık Algılarının Medyada Temsili”, **ETHOS: Felsefe ve Toplumsal Bilimlerde Diyaloglar**, cilt 5, sayı 1, ss.94-120.
- DEMİRBILEK, T. ve ÖKTEM ÖZGÜR, A. (2017). “Gümüş Ekonomi ve Aktif Yaşlanma Bağlamında Yaşlı İstihdamı”, **Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi**, cilt 10, sayı 1, ss.14-28.
- DEMİR, I. (2017). “Mizah Dergilerinde Yaş Ayrımcılığının Yeniden Üretimi”, **Senex: Yaşlılık Çalışmaları Dergisi**, cilt 1, sayı 1, ss.57-75.
- DOĞAN, A. ve CEBİOĞLU, S. (2011). “Beliren Yetişkinlik: Ergenlikten Yetişkinliğe Uzanan Bir Dönem”, **Türk Psikoloji Yazıları**, cilt 14, sayı 28, ss.11-21.

- ELVEREN, A. Y. (2008). "Social Security Reform in Turkey: A Critical Perspective", **Review of Radical Political Economics**, cilt 40, sayı 2, ss.212–232. DOI: 10.1177/0486613407310561
- ERCAN, F. Z., ERCAN, M. ve KOÇAK, O. (2023). "Lise Öğrencilerinin Yaşlı Ayrımcılığına İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi", **Toplum ve Sosyal Hizmet**, cilt 34, sayı 2, ss.361-380. DOI:10.33417/tsh.1113255
- GÖKTÜRK, M., OKUYAN, B. ve YAŞAYAN, G. (2021). "Yetişkinlerde Yaşlanma Karşıtı Ürün Kullanımının ve Yaşlanma Kaygısının Değerlendirilmesi", **Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi**, cilt 11, sayı 2, ss.214-220.DOI: 10.33631/duzcesbed.833739
- GÜRSES, İ. ve KILAVUZ, M. A. (2011). "Erikson'un Psiko-Sosyal Gelişim Dönemleri Teorisi Açısından Kuşaklararası Din Eğitimi ve İletişiminin Önemi", **Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, cilt 20, sayı 2, ss.153-166.
- HASPOLAT, N. K. ve KAĞAN, M. (2017). "Sosyal Fobinin Yordayıcıları Olarak Beden İmajı ve Benlik Saygısı", **Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, cilt 19, sayı 2, ss.139-152.
- İÇLİ, G. (2008). "Yaşlılar ve Yetişkin Çocuklar", **Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi**, cilt 1, sayı 1, ss.29-38.
- KILAVUZ, A. (2005). "Yaşlanma Sürecinin Dini Gelişime Etkileri", **Uludağ Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi**, cilt 15, sayı 1, ss.97-112.
- KARAŞAR, B. ve ÖĞÜLMÜŞ, S. (2016). "Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği: Geçerlilik ve Güvenirlilik Analizi", **Ege Eğitim Dergisi**, cilt 17, sayı 1, ss.84-104. DOI:10.12984/eed.38607
- KARATAŞ, Z. (2015). "Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri", **Manevi Temelli Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi**, cilt 1, sayı 1, ss.62-80.
- KAYACAN, G. (2017). "Modern Toplumlarda Yaşlılık, Ölüm Algısı ve Yaşçılık", **MSGSÜ Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 1, sayı 15, ss.15-29.

- KORKMAZ, M. Z. (2023). “Beden Olumlama Kampanyaları: Z Kuşağının Yaklaşımına Dair Bir Odak Grup Çalışması”, **Sosyal Mucit Academic Review**, cilt 4, sayı 1, ss.1-20.DOI: 10.54733/smar.1145953
- KORKMAZ YAYLAGÜL, N. ve BULUT, S. (2023). “Neoliberalizm, Pandemi ve Yaş Ayrımcılığı: Medya Söylemi”, **Community & Physician/Toplum ve Hekim**, cilt 38, sayı 4, ss. 284-294.
- KORKMAZ YAYLAGÜL, N., YAZICI, S., GÜNDÜZ, G. ve GÜZELLER, C. O. (2016). “Yaşlanmadan Yaşamak: Farklı Gelir Düzeyindeki Kadınların Anti-Aging Davranışları Üzerine Bir Araştırma”, **İstanbul University Journal of Sociology**, cilt 36, sayı 2, ss.393-410.
- LEVINSON, D. J. (1986). “A Conception of Adult Development”, **American Psychologist**, cilt 41, sayı 1, ss.3–13. DOI: 10.1037/0003-066X.41.1.3
- NAZLI, A. (2016). “Yaşlanma, Birey ve Toplum: Yaşlanmaya Sosyolojik Bakış”, **Ege Tıp Dergisi**, sayı 55(Ek sayı), ss.1-5.
- NAZLIER KESER, E. N. (2019). “Türkiye’de Yaşlı Yoksulluğu Sorununa Yönelik Bir Değerlendirme”, **Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi**, cilt 30, sayı 2, ss.739-764. DOI: 10.33417/tsh.572234
- ÖKSÜZOKYAR, M. M., ERYİĞİT, S. Ç., ÖĞÜT DÜZEN, K.,ERDOĞMUŞ MERGEN, B., SÖKMEN, Ü. N. ve ÖĞÜT, S. (2016). “Biyolojik Yaşlanma Nedenleri ve Etkileri”, **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi**, cilt 4, sayı 1, ss.34-41.
- ÖZBOLAT, A. (2011). “Postmodern Dönemde Bedenin Tüketim Temelinde Yeniden İnşası”, **Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 10, sayı 38, ss.317-334.
- ÖZEN, Y. ve GÜL, A. (2007). “Sosyal ve Eğitim Bilimleri Araştırmalarında Evren-Örnekleme Sorunu”, **Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi**, sayı 15, ss.394-422.

- ÖZÜTÜRKER, M. (2021). “Yaşlı Ayrımcılığı”, **OPUS International Journal of Society Researches**, cilt 17, sayı 36, ss.3043-3056.
- POLIVKA, L. (2011). “Neoliberalism and Postmodern Cultures of Aging”, **Journal of Applied Gerontology**, cilt 30, sayı 2, ss.173–184. DOI:10.1177/0733464810385919
- POWELL, J. ve CHEN, S. (2017). “The Problem of Biology and Anti-Aging: A Critical Commentary”, **Trends in Medicine**, cilt 17, ss. 1-3. DOI:10.15761/TiM.1000102.
- SEZGİN, D. (2011). “Yaşam Tarzı Önerileri Bağlamında Sağlık Haberlerinin Analizi”, **Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, cilt2, sayı 2, ss.52-78.
- TÜRNÜKLÜ, A. (2000). “Eğitimbilim Araştırmalarında Etkin Olarak Kullanılabilecek Nitel Bir Araştırma Tekniği: Görüşme.” **Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi**, cilt 24, sayı 24, ss.543-559.

ELEKTRONİK KAYNAKLAR

- ALPER, E. (2004). “Emeklilik Reformları: Dünya Bankası, Avrupa Birliği ve Türkiye”, Boğaziçi Üniversitesi Sosyal Politika Forumu Araştırma Raporu, <https://spf.boun.edu.tr/sites/spf.boun.edu.tr/files/Emeklilik%20Reformlar%C4%B1%20D%C3%BCnya%20Bankas%C4%B1%2C%20Avrupa%20Birli%C4%9Fi%20ve%20T%C3%BCrkiye%20%282005%29.pdf>, (Erişim Tarihi: 25.04.2023)
- CANKURTARAN, M. (2006, 13- 17 Eylül). “Yaşlılık, Yaşlanma Mekanizmaları, Antiaging ve Yaşam Tarzı Değişiklikleri”, 8. Ulusal İç Hastalıkları Kongresi, Türkiye İç Hastalıkları Uzmanlık Derneği, Antalya. <https://www.tihud.org.tr/uploads/content/kongre/7/7.15.pdf> (Erişim Tarihi: 12.01.2023)
- DIEHL, A., DZUBINSKI, L. M. ve STEPHENSON, A. L. (2023, 16 Haziran). “Women in Leadership Face Ageism at Every Age”, Harvard Business Review, <https://hbr.org/2023/06/women-in-leadership-face-ageism-at-every-age> (Erişim Tarihi: 07.07.2023)

WORLD HEALTH ORGANIZATION (DSÖ). (2002). “Active Ageing: A Policy Framework”, World Health Organization, <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>, (Erişim Tarihi: 04.01.2023)

EKLER

Ek-1:Etik Kurul Onayı



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı :E-88083623-020-82733
Konu :Etik Onayı Hk.

31.03.2023

Sayın Eda ALKAN

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 30.03.2023 tarihli ve 2023/03 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur. Bilgilerinize rica ederim.

Dr.Öğr.Üyesi Mehmet Sencer GİRGİN
Müdür Yardımcısı

Ek-2: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Araştırmanın Adı: **Genç Yetişkin Kadınlarda Anti-Aging Uygulamalar ve Yaşlılık Algısı**

Değerli Katılımcı,

İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi kapsamında yukarıda adı yazılı araştırmaya davet edilmiş bulunmaktasınız. Onay verdiğiniz takdirde sizinle bu araştırmaya yönelik görüşme yapılacaktır. Kabul etmeden önce, araştırmanın ne amaçla yapılmak istendiğini anlamanız ve kararınızı bu bilgilendirme çerçevesinde özgürce vermeniz gerekmektedir. Aşağıdaki bilgileri lütfen dikkatlice okuyunuz, sorularınız olursa sorunuz ve açık yanıtlar isteyiniz.

Çalışmanın Amacı: Bu çalışmada tespit edilmesi amaçlanan durum, anti-aging uygulamalardan kadınların beklentileri, bu uygulamalara yönelme nedenleri, uygulamaların yaşlanma sürecinde olumlu/olumsuz etkileri ile genç yetişkin kadınların yaşlılığı nasıl algıladıkları ve anlamlandırdıklarıdır.

Katılım Koşulları: 30-45 yaş aralığında olmak ve anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırmış olmak

Uygulama: Araştırmaya Anti-Aging uygulama yaptıran 15 gönüllü kadın bireyin katılımı planlanmaktadır. Görüşme önceden hazırlanmış açık uçlu sorular üzerinden ilerleyecektir. Görüşme süresi yaklaşık 30 dakika olarak planlanmıştır. Bu süre görüşmenin dinamiğine göre farklılık gösterebilir.

Güvence: Bu araştırmaya katılmayı onaylamanız yalnızca sizin takdirinizdedir. Araştırmaya onay vermeyebilir veya reddedebilirsiniz. Araştırmadaki bulgular anonim olarak kullanılacak ve bilimsel veri haline gelecektir. Araştırmanın yarıda kalması halinde bu veriler işleme alınmayacak ve veriler kullanıldıktan sonra geri çekilmeniz mümkün olmayacaktır. Araştırma yayınlandığında sizden edinilmiş olan bilgiler gizli tutulacaktır.

Onay: Yukarıda bahsi geçen araştırmaya dair bilgilendirmeyi okudum/dinledim. Aklıma takılan soruları sordum ve tatmin edici cevaplar aldım ve gerekli detayların anladım. Araştırmaya katılmayı, elde edilecek bilgilerin gizlilik kurallarına uyularak bilimsel veri olarak kullanılmasını hiçbir baskı altında kalmadan özgür iradem ile onaylıyorum.

Katılımcının

Adı Soyadı:

İmza ve Tarih:

Araştırmacının

Adı Soyadı:

İmza ve Tarih:

Ek-3: Görüşme Soruları

GENÇ YETİŞKİN KADINLARDA ANTI-AGING UYGULAMALAR VE YAŞLILIK ALGISIGÖRÜŞME SORULARI

Tema 1: Sosyo –Demografik ve Kişisel Bilgiler

Kısaca kendinizi tanıtır mısınız? (Yaş, cinsiyet, eğitim, medeni durum, meslek/yapılan iş, çocuk sahipliği, gelir)

Tema 2: Yaşlılık Algısı ve Yaşlanma Hakkındaki Düşünceler

1. Sizce yaşlılık neyi ifade etmektedir? /Yaşlılığı nasıl tanımlarsınız?
2. Yakın sosyal çevrenizde ve toplumsal yaşamda yaşlı bireylerin nasıl konumlandığını gözlemlemektesiniz?
3. Yaş almak/yaşlanmak sizin için neler ifade etmektedir?
4. Kendi yaş alma sürecinize (yaşlanmanız) dair düşünceleriniz nelerdir?

Tema 3: Yaşlılığı Önleme Konusunda Yapılanlar

1. Yaş alma sürecinizi geciktirmek amacıyla anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulamaların hangilerinden yararlandınız?
2. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırmaya karar vermeden önce hangi kanallar aracılığı ile bilgi topladınız?
3. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırmaya kaç yaşında başladınız?
4. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulamaları ne sıklıkla yaptırırsınız?
5. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırma kararınızda etkili olan faktörler nelerdir?
6. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırmadan önce yakın ve sosyal çevrenizden görünüşünüze dair sizi üzecek yorumlar aldınız mı?
7. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırmadan önce dış görünüşünüz nedeni ile kaçırdığınız fırsatlar olduğunu düşünüyor musunuz?
8. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırdıktan sonra elde ettiğiniz avantajların neler olduğunu düşünüyorsunuz?
9. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırmadan önce görüntünüzde ne gibi eksiklikler olduğunu hissediyordunuz?
10. Sizin için genç kalmak/genç görünmek neden önemli/Size neler kazandıracağını düşünüyorsunuz?

Tema 4: Gençlik Uygulamaları Sonrasında Hissedilenler

1. Yeni görünümünüz sayesinde yeni fırsatlarla karşılaştığınızı düşünüyor musunuz?
2. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) uygulama yaptırdıktan sonra hayatınızda nelerin değiştiğini düşünüyorsunuz?
3. Anti-aging uygulama yaptırdıktan sonra dış görünüşünüze yönelik nasıl tepkiler aldınız?
4. Daha fazla uygulama yaptırmayı düşünüyor musunuz?

Tema 5: Yaşlılığa Karşı Diğer Yapılan Uygulamalar

1. Anti-aging (yaşlanma karşıtı) işlemler dışında yaşlılığın önlemesi adına başka neler yaparsınız? (Vitaminler, spor, giyim tarzı vb.)
2. Sağlık kontrollerinizi düzenli olarak yaptırır mısınız?
3. Zihinsel ve bedensel işlevselliğinizi korumak ve sürdürmek için neler yapıyorsunuz?
4. Sağlıklı beslendiğinizi düşünüyor musunuz?
5. Hobileriniz var mı? Sosyal aktivitelere katılır mısınız?
6. Sizce yaşlanmaya karşı bireyler direnmeli mi?
7. Yaşlılık ile birlikte ortaya çıkabilecek hastalıklar ile ilgili önlem almayı düşündünüz mü?

ÖZGEÇMİŞ

Ad-Soyad : Eda ALKAN

ÖĞRENİM DURUMU:

Lisans: : Yalova Üniversitesi
: Sosyal Hizmet
: 2018-2021

Yüksek Lisans: : İstanbul Aydın Üniversitesi
: Sosyal Hizmet
: 2021-2023

MESLEKİ DENEYİM:

YAYINLAR, SUNUMLAR VE PATENTLER: