



YAŞLI BİREYLERİN ALGILADIĞI YALNIZLIK DÜZEYİ İLE DEPRESYON ARASINDAKİ İLİŞKİ

The Relationship between Perceived Loneliness Level and Depression Among Elderly Individuals

Filiz POLAT¹  Fatma KARASU² 

¹Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Osmaniye

²Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Yusuf Şerefoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesi, Kilis

Geliş Tarihi / Received: 16.03.2020

Kabul Tarihi / Accepted: 16.04.2020

Yayın Tarihi / Published: 26.04.2020

ÖZ

Bu araştırma, yaşlı bireylerin algıladıkları yalnızlık düzeyleri ile depresyon arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı ve korelasyonel özellikte olan bu araştırmanın örneklemini, küme örnekleme yöntemleri kullanılarak rastgele seçilen dört aile sağlığı merkezlerine Ekim 2019 - Ocak 2020 tarihleri arasında başvuran 65 yaş ve üstü 519 yaşlı birey oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği ve Geriatrik Depresyon-15 Scale kullanılmıştır. Verilerin analizinde yüzde, frekans, ortalama, standart sapma, Skewness ve Kurtosis (± 1) dağılım testi, İstatistiksel hesaplamaları için t testi, Anova ve korelasyon testleri kullanılmıştır. Çalışmaya alınan yaşlı bireylerin %77.1'inin 65-74 yaş aralığında, %56.5'inin kadın, %81.5'inin evli, %56.5'inin okuryazar olmadığı, %45.1'inin sadece eşi ile birlikte yaşadığı saptanmıştır. Yaşlı bireylerin, Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği puan ortalaması 10.84 ± 5.58 ve Geriatrik Depresyon Ölçeği puan ortalaması 7.08 ± 4.12 olarak saptanmıştır. Araştırmada, depresyon ile yalnızlık arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Anahtar kelimeler: Depresyon, yaşlılık, yaşlı birey, yalnızlık

ABSTRACT

This study is a study conducted to determine the relationship between the levels of loneliness perceived by elderly individuals and depression. The sample of this descriptive study consisted of 519 aged individuals aged 65 and above who applied to four family health centers randomly selected using cluster sampling methods between October 2019 - January 2020. Personal Information Form, Loneliness Scale for Elderly and Geriatric Depression-15 Scales were used in collecting data. In the analysis of the data, percentage, frequency, mean, standard deviation, Skewness and Kurtosis (± 1) distribution test, t test for statistical calculations, Anova and correlation tests were performed. Included in the study. It has been determined that 77.1% of the elderly individuals are between the ages of 65-74, 56.5% are women, 81.5% are married, 56.5% are not literate, and 45.1% are living only with their spouse. The average score of the Loneliness Scale for the elderly was 10.84 ± 5.58 and the Geriatric Depression Scale score was 7.08 ± 4.12 . In the study, it was determined that there was a positive relationship between depression and loneliness. In the research, there is a positive relationship between depression and loneliness.

Keywords: Depression, old age, old individual, loneliness

GİRİŞ

Yaşlanma, yaşam sürecinin doğal ve kaçınılmaz bir evresi olmasına rağmen, aynı zamanda yaşamın en yalnız dönemi ve her birey için farklı anlamlar taşıyan bir kavramdır. Birçok yaşlı yaşlılığı, yaşamlarının son durağı olarak tanımlar, kendilerini ailelerinden soyutlanmış olarak algılar ve kendilerini yalnız hissederler (Dereli, Koca, Demircan & Tor, 2004). Peplau ve Perlman yalnızlığı, yerine getirilmemiş samimi ve sosyal ihtiyaçların algılanması ile ilişkili, öznel olarak deneyimlenmiş duygusal bir durum olarak tanımlarlar (Peplau & Perlman, 1982). Duygusal yalnızlık, güçlü bir şekilde bağlanmış birini kaybetmeye tipik bir yanıttır. Ancak yaşlı bir kişinin hissettiği duygusal yalnızlık, yakın zamanda yeni bir eve veya şehre taşınan yaşlı bir yetişkinin sosyal izolasyonundan önemli ölçüde farklıdır (Dereli vd., 2004; Peplau & Perlman, 1982; Weiss, 1973). Weiss, insanların akranları ve aileleriyle ilgisi olmadığında ve genellikle başkalarından soyutlandıklarında ortaya çıkan ve genellikle bir eş öldükten sonra meydana gelen duygusal yalnızlıktan kaynaklanan sosyal yalnızlık arasında ayırım yapar (Weiss, 1973). Yalnızlık, genellikle bireye özgü acı verici bir duygu olarak tanımlanmakta ve huzurevlerinde yaşayan yaşlıların %40'ında ve evde yaşayan yaşlıların %56'sında görülmektedir (Drageset, Eide, Dysvik, Furnes & Hauge, 2015). Türkiye'de yapılan bir çalışmada yaşlılarda yalnızlık oranlarının %26.3 ile %61.8 arasında değiştiği ortaya konmuştur (Haney vd., 2017).

Yalnızlık, yaşlıların mental ve fiziksel açıdan olumsuz yönde etkileyebilir. Yalnız yaşayan yaşlılarda ruh sağlığındaki olumsuz etkilenmeden kaynaklı depresyon sık görülür (Akyıl vd., 2018). Yaşlı bireylerin yalnız yaşaması ruh sağlıklarını etkilediği için depresyon yaşlılarda sıklıkla ortaya çıkabilir (Keskinoglu vd., 2006). Özellikle yalnız yaşayan ve sosyal bağları zayıf olan bireylerin depresyona daha yatkın olduğu belirtilmektedir (Çınar & Kartal, 2008). Yaşlılarda depresyonun varlığı mevcut hastalıkların şiddetlenmesine ve bu hastalıklara bağlı ölümlerin artmasına neden olmaktadır. Depresyon yaşlıları çok yönlü etkileyip yeti yitimine neden olduğu için bireyler bakım ve sosyal desteğe ihtiyaç duymaktadırlar (Demir, Ünsal, Arslan & Çoban, 2013; Softa & Karaahmetoğlu, 2016). Yaşlı bireylerde depresyon sıklığı, yapılan araştırmanın amacına ve kullanılan yöntemine göre %1-60 arasında değişmektedir (Softa & Karaahmetoğlu, 2016). Aylaz ve arkadaşlarının 2012'de yaptığı araştırmada yalnızlığın yas, kaygı, bağımsızlık kaybı ve korkuya neden olabileceği belirtilmiştir (Aylaz, Aktürk, Erci, Öztürk & Aslan, 2012).

Yalnızlığı fazlasıyla yaşayan yaşlı bireylerin daha fazla depresif belirtiler yaşadığı vurgulanmıştır (Azam vd., 2013). Bazı araştırmacılar, yalnızlığın depresyonla önemli ölçüde

ilişkili olduğunu bulmuşlardır (Adams, Sanders, & Auth, 2004; Alpass & Neville, 2003; Cohen-Mansfield & Parpura-Gill, 2007). Adams ve arkadaşları yalnızlığın depresyonla güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir (Adams vd., 2004).

Türkiye’de yaşlıların uzun süreli bakım hizmetlerini, geleneksel olarak aileleri ve çocukları yürütmektedir. Son yıllarda Türkiye’de ekonomik, kültürel ve geniş aileden çekirdek aileye geçiş gibi bir takım değişimler, yaşlıların yalnız kalmasına yol açmakta, yaşlılar bir anlamda yalnızlığa zorlanmaktadır (Çınar & Kartal, 2008; Seyyar, 2013; Löckenhoff vd., 2009). Bu nedenle son yıllarda yaşlılarda yalnızlık, depresyon, sosyal izolasyon gibi konuların araştırılması ivme kazanmıştır. Bu çalışma yaşlı bireylerin yalnızlık ve depresyon düzeylerini etkileyen sosyo-demografik faktörlerin incelenmesi ve algılanan yalnızlık ile depresyon arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Araştırma soruları

1. Yaşlı bireylerin algıladığı yalnızlık ve depresyon düzeyi nedir?
2. Yaşlı bireylerin algıladığı yalnızlık düzeyi ile depresyon arasındaki ilişki var mıdır?
3. Yaşlı bireylerin sosyo-demografik özellikler ile algıladığı yalnızlık ve depresyon düzeyleri arasında fark var mıdır?

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Araştırma ilişkisel tanımlayıcı ve korelasyonel olarak tasarlanmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Güneydoğu Anadolu bölgesinin bir il merkezinde bulunan bütün aile sağlığı merkezlerine kayıtlı 19.799, 65 yaş ve üstü olan bireyler oluşturmuştur. Araştırma %98 güven seviyesinde örneklemi büyüklüğü hesaplanmıştır. Küme örnekleme yöntemleri kullanılarak rastgele seçilen dört aile sağlığı merkezlerine 01.10.2019 – 25.01.2020 tarihleri arasında her hangi bir nedenle başvuran toplam 519 yaşlı birey oluşturmuştur.

Dahil edilme kriterleri

- 65 ve üstü yaşta olmak,
- Çalışma yapılan ilin aile sağlığı merkezlerine kayıtlı olmak,
- Çalışmaya katılmasına engel olmayacak herhangi bir ruh hastalığının olmaması,
- Çalışmaya katılmaya gönüllü olarak katılmaktır.

Veri Toplama Formu

Veri toplama formu yaşlı bireylerin sosyo-demografik özellikleri ile ilgili sorulardan oluşan “Kişisel Bilgi Formu” (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durum, çalışma ve kiminle yaşadığı gibi toplam 6 soru) ve “Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği ve Geriatrik Depresyon- 15 Ölçeği” olmak üzere iki kısımdan oluşmaktadır.

Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği (YİYÖ): Yaşlı bireylerin yalnızlık düzeyini ölçmek için John-Gierveld ve Kamphuis tarafından geliştirilen (John-Gierveld & Kamphuis, 1985), Tilburg ve John-Gierveld tarafından revize edilen ölçek bilişsel davranışçı yaklaşımı temel alarak geliştirilen bir ölçektir (Van Tilburg & Gierveld, 1999). Akgül ve Yeşilyaprak tarafından Türkçe geçerliliği yapılmıştır (Akgül & Yeşilyaprak, 2015). 11 madde ve iki alt boyuttan oluşan ölçeğin, beş maddesi (1, 4, 7, 8, 11) olumludur. Ölçekte sosyal yalnızlığı ölçen maddelerin altısı (2, 3, 5, 6, 9, 10) olumsuz ve diğer maddeler duygusal yalnızlığı ölçmektedir. Ölçek 3'lü likert tipindedir ve iki alt boyutun toplamı genel yalnızlık puanını verir (0=evet, 1=olabilir, 2=hayır). Ölçekten alınacak minimum puan 0, maksimum puan 22'dir. Ölçeğin Chronbach alfa değeri 0.85 olarak bulunmuştur (Akgül & Yeşilyaprak, 2015). Bu çalışmada Chronbach alfa 0.712 olarak hesaplanmıştır.

Geriatrik Depresyon Ölçeği-15 Scale (GDÖ): Yaşlı bireylerin depresif semptomlarının değerlendirilmesi amacıyla Yesavage tarafından geliştirilmiş olup, toplam 15 sorudan oluşmaktadır (Yesavage & Sheikh, 1986). Ölçekte 1, 5, 7, 11 ve 13 maddeleri olumlu, diğer maddeler ise olumsuz kurgulanmıştır. Ölçeğin puanlamışında depresyon lehine verilen her yanıt için 1 puan, diğer yanıtlar için 0 puan verilmektedir. Ölçekten “6 ve üzeri” puan alınması depresyon tanısı için anlamlı bir bulgu olarak kabul edilmektedir (Aktürk, Şahin, Dağdeviren & Özer, 2002). Türkiye de Ertan ve arkadaşları tarafından geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır. Ölçeğin Chronbach alfa değeri 0.92 olarak bulunmuştur (Ertan, Eker & Şar, 1997). Bu çalışmada Chronbach alfa 0.833 olarak hesaplanmıştır.

İstatistik Analiz

Araştırmada elde edilen bulguların analizi için SPSS 24.0 (Statistical packet for Social Sciences for Windows) istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel metotlar olan yüzde, standart sapma, frekans, ortalama minimum-maksimum değerler ve normal dağılımın incelenmesi için Skewness ve Kurtosis (± 1) dağılım testi kullanılmıştır. İstatistiksel hesaplamaları için bağımsız gruplarda t testi, Anova ve pearson korelasyon testleri kullanılmıştır.

Araştırmada Etik

Araştırmanın yapılabilmesi için araştırma verilerinin toplanacağı kurumdan ve etik kuruldan (2019/14/03) onay alınmıştır. Yaşlı bireylere araştırmanın amacı açıklanarak hem sözel hem de yazılı onamları alınmıştır. Bu çalışma, Helsinki Deklerasyonu Prensipleri'ne uygun bir biçimde yapılmıştır.

Araştırma Sınırlılıkları

Bu çalışma 65 yaş üzeri bireylerde yalnızlık ile depresyon ilişkisini ve düzeyini araştıran bir saha araştırmasıdır. Araştırmanın yapıldığı evren ve örneklem grubu ile sınırlıdır. Araştırma bulguları, kullanılan anket ve ölçek formlarına (Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği ve Geriatrik Depresyon- 15 Ölçeği) verdikleri cevaplardan elde edilen verilerle sınırlıdır. Araştırmamızla ilgili başka bir sınırlılık ise çalışmanın belirli bir zaman aralığında yapılmış olmasıdır.

BULGULAR

Yaş ortalaması 71.23 ± 5.26 'dır. Yaşlı bireylerin %77.1'inin 65-74 yaş aralığında, %56.5'inin kadın, %81.5'inin evli, %56.5'inin okur-yazar olmadığı, %88.4'ünün bir işte çalıştığı, %45.1'inin sadece eşi ile birlikte yaşadığı saptanmıştır (Tablo 1).

Yaşlı bireylerin, medeni durum, eğitimi ve kiminle yaşadığı sosyo-demografik özellikleri ile Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak önemli bir fark saptanmıştır ($p < 0.05$). Araştırmaya dâhil edilen yaşlıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim, çalışma ve kiminle yaşadığı özellikleri ile Geriatrik Depresyon Ölçeği puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmıştır ($p < 0.05$) (Tablo 1).

Tablo 1. Yaşlı bireylerin sosyo-demografik özellikleri ile yalnızlık ve geriatrik depresyon ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılması (n=519)

	n (%)	YİYÖ		GDÖ	
		$\bar{X} \pm SS$	Önemlilik	$\bar{X} \pm SS$	Önemlilik
Yaş					
65-74 yaş aralığı	400 (77.1)	10.52 ± 5.60	F=2.940 p=0.054	6.70 ± 4.06	F=8.147 p=0.001
75-84 yaş aralığı	105 (20.2)	11.86 ± 5.14		8.26 ± 3.96	
≥ 85 yaş	14 (2.7)	12.35 ± 7.22		9.21 ± 4.82	
Cinsiyet					
Kadın	293 (56.5)	11.24 ± 5.61	t=1.837	7.52 ± 4.14	t=2.792
Erkek	226 (43.5)	10.33 ± 5.51	p=0.067	6.51 ± 4.02	p=0.005
Medeni durum					
Evli	423 (81.5)	10.11 ± 5.44	t=-6.561	6.67 ± 4.08	t=-4.843
Bekar	96 (18.5)	14.09 ± 5.02	p=0.001	8.88 ± 3.82	p=0.001
Eğitim Durumu					
Okuryazar değil	293 (56.5)	11.43 ± 5.76	F=4.193	7.55 ± 4.15	F=7.249

Okuryazar	105 (20.2)	10.82±5.21	p=0.006	7.32±3.91	p=0.001
İlköğretim	101 (19.5)	9.72±5.23		6.07±3.97	
≥ Lise	20 (3.9)	8.05±4.97		4.05±3.54	
Çalışma Durumu					
Evet	60 (11.6)	10.45±5.26	t=0.587	6.10±3.95	t=1.973
Hayır	459 (88.4)	10.89±5.62	p=0.558	7.21±4.13	p=0.049
Kiminle Yaşadığı					
Yalnız yaşıyorum	82 (15.8)	14.29±4.82		9.58±3.59	
Sadece eşimle yaşıyorum	234 (45.1)	10.28±5.35	F=20.361	6.51±3.80	F=19.642
Sadece çocuklarımla yaşıyorum	93 (17.9)	11.90±6.09	p=0.001	8.03±4.40	p=0.001
Çocuklarım ve eşimle yaşıyorum	110 (21.2)	8.59±4.75		5.63±3.92	

*YİYÖ=Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği, GDÖ=Geriatrik Depresyon Ölçeği, F= ANOVA test, t=Bağımsız gruplarda t testi.

Tablo 2. Yaşlı bireylerin yalnızlık ölçeği, alt boyutları ve geriatrik depresyon ölçeği puan ortalamaları, minimum-maksimum değerleri (n=519)

	X̄	SS	Minimum	Maksimum
Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği	10.84	5.58	0	22
Duygusal yalnızlık	6.62	3.36	0	12
Sosyal yalnızlık	4.22	3.37	0	10
Geriatrik Depresyon Ölçeği	7.08	4.12	0	15

Araştırmaya alınan yaşlı kişilerin, Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği puan ortalaması 10.84±5.58, duygusal yalnızlık 6.62±3.36, sosyal yalnızlık 4.22±3.37 ve Geriatrik Depresyon Ölçeği puan ortalaması 7.08 ±4.12 olarak bulunmuştur (Tablo 2).

YİYÖ toplam ve alt boyutları ile GDÖ arasında pozitif yönde ve orta şiddette korelasyon bulunmuştur (p=0.001) (Tablo 3). Başka bir deyişle, yaşlı bireylerde yalnızlık artıkça depresyon düzeyleri artmaktadır.

Tablo 3. Yaşlılar için yalnızlık ölçeği, alt boyutları ve geriatrik depresyon ölçeği puanlarının korelasyon dağılımı (n=519)

	1	2	3	4
Geriatrik Depresyon Ölçeği(1) r*		0.573	0.501	0.448
P	1	0.001	0.001	0.001
Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği (2)r		1	0.828	0.829
P			0.001	0.001
Duygusal yalnızlık (3) r			1	0.373
P				0.001
Sosyal yalnızlık (4) r				1
P				

*Pearson Korelasyon testi.

TARTIŞMA

Birçok toplumda ve kültürde yaşlıların büyük bir kısmı yalnızlıktan yakınmaktadır (Danış, 2020). Yalnızlık, yaşlı bireylerin yaşamlarını olumsuz etkileyen bir duygudur. Yaşlının kendisini gereksiz ve amacı olmayan biri olarak düşünmesine, kimsesiz, terk edilmiş ve boşluk duygusu yaşamasına neden olabilmektedir (Yılmaz, 2017). Bu hisler

doğrultusunda, karamsarlık ve kendi iç dünyasına kapanması ile depresyona yakalanması kaçınılmazdır. Yalnızlık, yaşlılık döneminde depresyon risk faktörleri arasında sayılabilmektedir (Kalınkara, 2011; Koç, 2002). Bu nedenle; bu çalışma yaşlı bireylerin yalnızlık ve depresyon düzeyleri ile etkileyen sosyo-demografik faktörlerin incelenmesi ve algılanan yalnızlık ile depresyon arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Yaşlı bireylerin Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği puan ortalaması 10.84 ± 5.58 ve Geriatrik Depresyon Ölçeği puan ortalaması 7.08 ± 4.12 olarak saptanmıştır. Yaşlıların duygusal yalnızlık puan ortalamasının sosyal yalnızlıktan daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 2). Kılıç ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada, depresyon puan ortalaması 15.16 ± 6.96 , UCLA score 42.52 ± 12.71 (ortalamanın üzerinde) (Kılıç, Karadağ, Koçak & Korhan, 2014); Yılmaz'ın huzurevinde yaptığı çalışmada, yaşlıların depresyon düzeyinin yüksek olduğunu (Yılmaz, 2017); Ünal ve Bilge'nin yaptığı çalışmada, huzurevinde olan yaşlıların depresyon puan ortalaması 12.1 ± 6.5 , UCLA scoru 37.1 ± 9.1 olarak bulunmuştur (Ünal & Bilge, 2005). Bu çalışmadaki depresyon ve yalnızlık puan ortalamaları diğer çalışmalardan daha düşük olarak bulunmuştur. Bunun sebebi ise diğer çalışmaların huzurevinde yapılmasıdır. Genel anlamda huzurevi yaşamın son durağı olarak görülmektedir. Bir huzurevine, çocukları tarafından yerleştirilmek ya da kendi isteğiyle gitmek, aslında kimsesiz olduğu anlamını taşır. Bu da huzurevinde kalan yaşlı bireylerde toplumla iç içe olan akranlarına göre yalnızlık duygusunun daha fazla olduğunu göstermektedir (Danış, 2020).

Yaş artıkça, kadınlarda, bekârlarda, okuryazar olmayanlarda, çalışmayanlarda ve yalnız yaşayanlarda depresyon puan ortalamaları anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 1). Literatürde bekâr olanlarda (Cacioppo vd., 2010), kadınlarda (Gerst-Emerson vd., 2014; Singh & Misra, 2009; Aylaz vd., 2012), yalnız yaşayanlarda (Park, Jang, Lee, Haley & Chiriboga, 2013), sosyal izolasyonu olanlarda (Cacioppo vd., 2010) ve eğitim durumu düşük olanlarda (Arslan, 2013) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışma bulguları literatür çalışmaları ile paralellik göstermektedir. Yaşlılar depresyon ile sık karşılaşılır. Birey kendini, yetersiz, gereksiz, umutsuz, karamsar ve yalnız hissederek ölümü bir kurtuluş olurcasına beklemeye başlar. Unutulmamalıdır ki majör depresyon sadece içe kapanmaya ya da üzüntüye neden olmayıp aynı zamanda yaşlı bireylerde intihara eğilime yönlendirme sebebi de olabilir (Charles, 2015).

Bu çalışmada bekar, okur-yazar olmayan ve tek başına yaşayan yaşlı bireylerde yalnızlık anlamlı derecede yüksek bulunmuştur (Tablo 1). Literatür taramasında bekar olanlarda (Grover vd., 2018; Simon, Chang, Zhang, Ruan & Dong, 2014; Gerst-Emerson vd., 2014; Yang & Victor, 2011; Loboprabhu & Molinar, 2012) ve tek başına yaşayanlarda

yalnızlık ortalaması yüksek (2014) bulunmuştur. Yaşlı kişilerde yalnızlık hissini sevdiği yakınına kaybettiği zaman ortaya çıktığı ve çoğu zaman uzun yıllar evli kaldıktan sonra eşin kaybına bağlı olarak geliştiği, eşlerden birinin ölmesiyle diğerinin dayanılması zor ve yoğun yalnızlık duygusuna kapıldığı bilinmektedir (Charles, 2015; Pierce, Wilkinson & Anderson, 2003; Bookwala & Jacobs, 2004).

Bu çalışmada yalnızlık ile depresyon düzeyi arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur (Tablo 3). Literatür taramasında yalnızlık ile depresyon arasında pozitif yönde bir korelasyon saptayan çok sayıda çalışmaya ulaşılmıştır (Desai vd., 2016; Ünal & Bilge, 2005; Kabátová, Puteková & Martinková, 2016; Grover vd., 2018; Domènech-Abella vd., 2017; Van den Brink vd., 2018). Yapılan bir araştırmanın yalnızlığın depresyon için bir risk faktörü olduğunu bulmuştur (Cacioppo, Hawkley & Thisted, 2010). Yalnızlık ve depresyon ilişkisini değerlendiren birçok çalışmada, depresyonu olan yaşlı hastaların yalnızlık yaşadığını göstermektedir (Gerst-Emerson, Shovali & Markides, 2014; Yang & Victor, 2011; Loboprabhu & Molinari, 2012; Singh & Misra, 2009). Bu çalışma bulguları literatür ile benzerlik göstermektedir. İnsanlar her zaman topluluk şeklinde yaşamışlardır. Bu nedenle insanın sosyal bir varlık olduğu bilinen bir gerçektir. Yalnızlık ise bunun tam tersi insanın kendisini amaçsız, yalıtılmış ve işe yaramaz hissetmesine yol açar. Yalnızlık, gerçekleşmeyen sosyal ve duygusal beklentiler sonucunda oluşan boşluk duygusu şeklinde hissedilebilir. Yaşlılıkta bireylerde fizyolojik olarak güçsüzlük, başka birine olan ihtiyaç ve bağımlılık artmaktadır (Ünal & Bilge, 2005; Grover vd., 2018). Çocukların evden ayrılması, arkadaş ya da eşin ölümü, emeklilik, işe yaramazlık duygusu ve statü kaybı yaşlı için yalnızlık anlamına gelir. Yalnızlığın bireyin yaşamına getirdiği en büyük olumsuzluklardan biri depresyondur. Yaşlı nüfusta depresyon önemli bir halk sağlığı sorunudur (Azam vd., 2013; Yılmaz & Altınok, 2009). Hemşireler yaşlı bireylerin yaşam kalitelerini artırmak için ruh sağlığını koruyacak sosyal destek kaynaklarını değerlendirerek kişilerin gereksinimlerini ortaya konmasında ve gerekli uygulamaların yerine getirilmesinde anahtar rol oynarlar.

Çalışmada sosyal ve duygusal yalnızlık ile depresyon arasında korelasyon olduğu belirlenmiştir. Literatür taramasında sosyal ve duygusal yalnızlığın depresyon ile ilişkili olduğu sonucuna varılmış araştırmalara ulaşılmıştır (Azam vd., 2013). Domènech-Abella ve arkadaşlarının yaptıkları çalışmada, yaşlılıkta sosyal ağlarla olan ilişkiler ile depresyon arasında ilişki olduğu bulunmuştur (Domènech-Abella vd., 2017). Yapılan bir araştırmada sosyal izolasyonun depresyon için bir risk faktörü olduğunu bulmuştur (Cacioppo vd., 2010). Bu çalışma bulguları literatür ile benzerlik göstermektedir. Duygusal yalnızlık, bireyin yaşamında sevginin bulunmaması ya da yakın ilişkilerin yokluğu, sosyal yalnızlık ise bireyin

toplumda kabul edilebilir bir yerinin olmaması ya da sosyal ağların olmaması olarak kavramsallaştırılmaktadır. Sosyal ilişkiler, yaşlılar için önemli olduğu için duygusal ya da sosyal bağlar olmadığında yalnızlık daha fazla görülür. Önemli ilişkilerin kaybı, boşluk ve depresyon gelişme ihtimali yüksektir.

SONUÇ

Bu araştırma sonunda; depresyon ile yalnızlık düzeyi arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu yani yaşlı bireylerde yalnızlık arttıkça depresyon düzeyleri arttığı belirlenmiştir. Araştırmamızda bekâr, okur-yazar olmayan ve tek başına yaşayan yaşlı bireylerde yalnızlık anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Kadınlarda, bekârlarda, okur-yazar olmayanlarda, çalışmayanlarda, daha ileri yaşta olanlarda ve yalnız yaşayanlarda depresyon puan ortalamalarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırma sonunda elde edilen sonuçlar doğrultusunda; yaşlıların boş zamanlarını değerlendirebilmeleri için sosyal etkinliklerin planlanmasının bireyi olumsuz düşüncelerden uzaklaştırarak, motivasyonunu arttırabileceği, bireyleri yalnızlıktan kurtararak depresyonu önleyeceği, var olan depresyonun azalmasında da olumlu yönde etki edeceği düşünülmektedir. Ayrıca yaşlılardaki depresyonun önlenmesi için toplum ve ailenin bu konudaki farkındalığının artırılması gerekir.

KAYNAKLAR

- Adams KB, Sanders S, Auth A. Loneliness and depression in independent living retirement communities: Risk and resilience factors, *Aging & Mental Health*, 2004;8(6):475-485.
- Akgül H, Yeşilyaprak B. "Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeği"nin Türk kültürüne uyarlaması: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 2015;(1):34-45.
- Akyıl RÇ, Adıbelli D, Erdem N, Kırış N, Aktaş B, Karadakovan A. Huzurevinde ve evde kalan yaşlılarda yalnızlık ve algılanan sosyal destek ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki, *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2018;21(1):33-41.
- Aktürk Z, Şahin EM, Dağdeviren N, Özer C. Türkçeleştirilmiş geriatrik depresyon skalasının iç güvenilirlik analizi, V, *Ulusal Aile Hekimliği Kongresi*, 27-30 Mart, Adana, Türkiye, 2002;442.
- Alpass FM, Neville S. Loneliness, health and depression in older males, *Aging & Mental Health*, 2003;7(3): 212-216.
- Arslan GG. Huzurevinde yaşayan yaşlılarda depresyon yaygınlığının karşılaştırılması, *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi / Gümüşhane University Journal of Health Sciences*, 2013;2(1):1-12.
- Aylaz R, Aktürk Ü, Erci B, Öztürk H, Aslan H. Relationship between depression and loneliness in elderly and examination of influential factors, 2012;55(3):48-54.
- Azam WMYM, Din NC, Ahmad M, Ghazali SE, Ibrahim N, Said Z, Ghazali AR, Shahar S, Razali R, Maniam T. Loneliness and depression among the elderly in an agricultural settlement: Mediating effects of social support, *Asia Pacific Psychiatry*, 2013;5:134-139.

Bookwala J, Jacobs J. Marital process and depressed affect, The Gerontologist, 2004;44(3):328-338.

Cacioppo JT, Hawkley LC, Thisted RA. Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study, Psychology and Aging, 2010;25(2):453-463.

Charles Z. İnsan Davranışı ve Sosyal Çevre II, 1.baskı. Nika Yayınevi, Ankara, 2015;319-320.

Cohen-Mansfield J, Parpura-Gill A, Loneliness in older persons: A theoretical model and empirical findings. International Psychogeriatrics, 2007;19(2):279-294.

Çınar İÖ, Kartal A. Yaşlılarda depresif belirtiler ve sosyodemografik özellikler ile ilişkisi, TAF Prev Med Bull, 2008;7(5):399-404.

Danış MZ. Yaşlılık yoksulluk ve yalnızlık. <http://www.gebam.hacettepe.edu.tr/sosyal-boyut/yaşlılık-yoksulluk-yalnızlık.pdf> (Erişim Tarihi: 04.03.2020).

Demir G, Ünsal A, Arslan GG, Çoban A. Huzurevinde ve evde yaşayan yaşlılarda depresyon yaygınlığının karşılaştırılması, Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi / Gümüşhane University Journal of Health Sciences, 2013;2(1):1-12.

Desai R, Abraham D, Harshe D, Ramakrishnan A, Cholera R, Kale S. A study of depression, perceived loneliness, cognitive function and independence in daily activities in home and institution based older people: A cross-sectional comparative study, J Geriatr Ment Health, 2016;3:140-4.

Dereli F, Koca B, Demircan S, Tor N. The investigation of loneliness level of elderly individuals residing in rest home, New Medical Journal, 2010;27:93-97.

Domènech-Abella J, Lara E, Rubio-Valera M, Olaya B, Moneta MV, Rico-Urbe LA, Ayuso-Mateos JL, Mundo J, Haro JM. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 2017;52:381. (<https://doi.org/10.1007/s00127-017-1339-3>)

Drageset J, Eide GE, Dysvik E, Furnes B, Hauge S. Loneliness, loss, and social support among cognitively intact older people with cancer, living in nursing homes-a mixed-methods study, Clin Interv Aging, 2015; 10:1529-1536.

Ertan T, Eker E, Şar V. Geriatrik depresyon ölçeği'nin Türk yaşlı nüfusunda geçerlilik ve güvenilirliği, Nöropsikiyatri Arşivi, 1997;34(2):62-71.

Gerst-Emerson K, Shoali TE, Markides KS. Loneliness among very old Mexican Americans: Findings from the hispanic established populations epidemiologic studies of the elderly, Arch Gerontol Geriatr, 2014;59: 145-149.

Grover S, Avasthi A, Sahoo S, Lakdawala B, Dan A, Nebhinani N, Dutt A, Tiwari SC, Gania AM, Subramanyam AA, Kedare J, Suthar N. Relationship of loneliness and social connectedness with depression in elderly: A multicentric study under the aegis of Indian association for geriatric mental health, Official Journal of Indian Association for Geriatric Mental Health, 2018;5(2):99-106.

Haney MÖ, Bahar Z, Beşe A, Açıl D, Yardımcı T, Çömez S. Factors related to loneliness among the elderly living at home in Turkey, TJFMPC, 2017;11(2):71-78.

Jong-Gierveld J, Kamphuls F. The Development of a Rasch-Type Loneliness Scale, Applied Psychological Measurement, 1985;9(3):289-299.

Kabátová O, Puteková S, Martinková J. Loneliness as a Risk Factor for depression in the elderly, Clinical Social Work Journal, 2016;7(1):48-52.

Kalınkara V. Temel Gerantoloji: Yaşlılık Bilimi, 1.baskı. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 2011;112-6.

Keskinoğlu P, Pıçakçıfe M, Giray H, Nurcan Bilgiç, Reyhan Uçku, Zeliha Tunca. Yaşlılarda depresif belirtiler ve risk etmenleri, Genel Tıp Derg, 2006;16(1):21-26.

Kılıç SP, Karadağ G, Koçak HS, Korhan EA. Investigation of the old age perception with the loneliness and depression levels of the elderly living at home, *Turkish Journal of Geriatric*, 2014;17(1):70-76

Koç M. Gelişim psikolojisi açısından yaşlılık döneminde ruhsal gelişim, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2002; 12:287-304

Loboprabhu S, Molinari V. Severe loneliness in community-dwelling aging adult with mental illness, *J Psychiatr Pract*, 2012;18:20-28.

Löckenhoff CE, Fruyt FD, Terracciano A, McCrae RR, De Bolle B, Costa Jr PT, Aguilar-Vafaie ME, Ahn C, Ahn H, Alcalay L, Allik J, Avdeyeva TV, Barbaranelli C. Perceptions of aging across 26 cultures and their culture-level associates, *Psychol Aging*, 2009;24(4):941-954. (PMID:20025408)

Park NS, Jang YR, Lee BS, Haley WE, Chiriboga DA. The mediating role of loneliness in the relation between social engagement and depressive symptoms among older Korean Americans: do men and women differ? *Journals of Gerontology Series B-Psychological Sciences and Social Sciences*, 2013;68(2):193-201.

Peplau L, Perlman D. Perspectives on loneliness. In: L. A. eds. Peplau & Perlman (Eds.). *Loneliness: A source book of current theory, research and therapy*, New York: John Wiley and Sons, 1982;1-18.

Pierce LL, Wilkinson LK, and Anderson J. Analysis of the concept of aloneness: As applied to older women being treated for depression. *J Gerontol Nurs*, 2003;29(7):20-25.

Seyyar A. Engelli ve Yaşlı Hizmetlerinde Sosyal Bakım, 1.Baskı. İstanbul, Rağbet Yayınları, 2013;241-242. İstanbul.

Simon MA, Chang ES, Zhang M, Ruan J, Dong X. The prevalence of loneliness among U.S. Chinese older adults, *J Aging Health*, 2014;26:1172-88.

Singh A, Misra N. Loneliness, depression and sociability in old age. *Ind Psychiatry J*, 2009;18(1):51-55. doi:10.4103/0972-6748.57861

Softa HK, Karaahmetoğlu GU. Bir fizik tedavi rehabilitasyon hastanesinde yatan yaşlılarda yeti yitimi vedepresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi - Journal of Psychiatric Nursing*, 2016;7(1):18-24.

Ünal G, Bilge A. İleri yaş grubunda yalnızlık, depresyon ve kognitif fonksiyonların incelenmesi, *Türk Geriatri Dergisi*, 2005;8(2):89-93.

Weiss RS. *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*, Cambridge, MA: MIT Press, 1973.

Van den Brink N, Schutter DJC, Hanssen BM, Elzinga IM, Rabeling-Keus ML, Stek HC, Comijs BWJH, Penninx RC, Oude V. Sosyal ağın prognostik önemi, sosyal destek ve yalnızlık içinde büyük depresif bozukluk yetişkinlik ve yaşlılık, *Epidemioloji ve Psikiyatri Bilimleri*, 2017;27(3):266-277.

Van Tilburg TG, de Jong Gierveld J. Reference standards for the loneliness scale *Tijdschr Gerontol Geriatr*, 1999;30(4):158-63.

Yang K, Victor C. Age andloneliness in 25 Europeannations, *AgeingSoc*, 2011;31:1368-88.

Yesavage JA, Sheikh JI. 9/Geriatric Depression Scale (GDS) Recent evidence and development of a shorter, *Clinical Gerontologist*, 1986;5:165-73

Yılmaz E, Altınok V. Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 2009;15(59):451-469.

Yılmaz, E. Huzurevinde kalan yaşlılarda depresif belirti düzeyi ve demografik değişkenlerle ilişkisi, *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 2017;1(8):18-42.