

BÖLÜM 3

YAŞLI BİREYİN PSİKOSOSYAL DESTEK VE BAKIM GEREKSİNİMİ

Aynur DENİZ GÖKKAYA¹

Yaşlanma, bireyin anne karnından başlayarak ölümüne değin geçen süreç içinde, fizyolojik, biyolojik, psikolojik ve sosyal bakımdan değişime uğrayarak yaşamını etkileyen geri dönülmez ve kaçınılmaz bir süreçtir. Bu süreç, içinde bulunulan kültüre ve bireyin yaşantısına bağlı olarak olumlu ya da olumsuz şekilde gelişebilir.

Psikolog Erik Erikson tarafından ‘Psikososyal’ kavramı ilk kez gelişim aşamalarını tanımlamada kullanılmıştır. Bireyin sosyal ortamda psikolojik gelişimini ve etkileşimini belirtir.

“Psikososyal” kavramı bilişsel, ruhsal ya da travma sonrası meydana gelebilecek ruhsal uyum bozukluklarını önleme çalışmalarıdır. Aile ve sosyal düzeyde ilişkilerin tekrardan yapılandırılması ve geliştirilmesi, travma nedeniyle zarar gören bireylerin ‘normal’ yaşantılarına geri dönüş süreçlerine etki eder. Kendi potansiyellerini fark ederek güçlendirilmelerini sağlayarak, toplumda gelecek dönemlerde ortaya çıkması olası kritik sorunlarla başa çıkma becerilerinin artırılması sürecidir.

“Psikososyal Destek” toplulukların ve bireylerin psikolojik yaralanmalarını iyileştirmelerine ve kritik bir olayın sonucunda kendiliklerini ve sosyal yaşamlarını tekrar oluşturmalarına yardımcı olmak anlamını taşır.

“Bireyin gelecek yıllarında da fiziksel ve ruhsal yönden bağımsızlığının devamı için, yaşlı bireylerde yaşam kalitesinin niteliğini yükseltmeye yönelik önlemler yaşamın erken yıllarından itibaren başlatılmalıdır. Yaşam kalitesini yükseltmeye yönelik önlemler, hastalıklardan korunma (birincil), hastalıkları erken

¹ Msc. Nurs. A-Dora Huzurevleri Özel Bakım Üniteleri/Alzheimer Vakfı Huzurevi-İstanbul

dine güven duymasını, rahat hareket etmesini, duygu ve düşüncelerini rahatlıkla dile getirmesini sağlayarak moral ve motivasyonu artırır.

Yaşlanmayla birlikte dikkatte, yaratıcı yeteneklerde azalma algılama sorunları, yargılama ve düşünme sürecinde bozulmalar olabilir. Ruhsal değişimler, kişilik değişiklikleri görülebilir.

Sosyal yapının değişmesi, çekirdek aile yapısının artması, büyük kentlerde olduğu gibi kırsal kesimde de sosyal izolasyona aile, arkadaş, komşu, akraba ilişkilerinin bozulmasına neden olmaktadır. Bunların sonucu tüm toplumu olduğu gibi yaşlıları da olumsuz etkilemektedir.

Yaşlı bireylerde ruh sağlığını korumak amacıyla halk eğitimi merkezleri tarafından yaşlılığa hazırlık eğitimi, kamu kurumlarında çalışanlar için özellikle büyük şehirlerde sağlık ve sosyal işler dairesi başkanlıklarınca emekliliğe uyum programları, emeklilik sonrası için hobi ve uğraşı kursları düzenlenmesi yaşlı bireylerin bu döneme uyumunu kolaylaştırır. Bunların yanı sıra meslek odaları, sivil toplum örgütleri, dernekler tarafından tiyatro, dans kursları, kültürel etkinlikler, el sanatlarının ekonomik olarak değerlendirilebilmesine yönelik aktiviteler düzenlenmeli, yaşlı bireylerin bir araya gelebileceği merkezlerin, kulüplerin, sosyal tesislerin sayısı artırılmalıdır. Bu merkezlerde okuma köşeleri bulunmalı, gerekirse görme sorunu nedeniyle okuyamayanlara okuma hizmeti verilmelidir. Yaşlı bireylere bu merkezlerde mümkün olduğunca halkla ilişkiler, muhasebe, gezi-inceleme, sosyal komite gibi bölümlerde sorumluluk yüklenmelidir. Sosyal hizmet kurumları ve belediyeler tarafından mümkün olduğunca ev ziyaretleri düzenlenmelidir.

KAYNAKLAR

1. AKIN, M. (2008). Örgütsel destek, sosyal destek ve iş/aile çatışmalarının yaşam tatmini üzerindeki etkileri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 141-170.
2. ARPACI, F. (2005). *Farklı boyutlarıyla yaşlılık*. ANKARA: Türkiye İşçi Emeklileri Derneği Eğitim ve Kültür Yayınları.
3. Asu GÜRER, F. K. (2019). Yaşlı Bakım Hizmetleri. *Journal of Health Services and Education*, 1-6.
4. AYDIN, Z. D. (1999). Yaşlanan Dünya ve Geriatri Eğitimi. *Geriatri Dergisi*, 179-188.
5. Aykut AYDIN, A. A. (2014). Aktif Yaşlanma ile Yaşam Boyu Öğrenme Arasındaki İlişkiye Teorik Bir Bakış. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 76-81.
6. Çiğdem DEMİR ÇELEBİ, M. Y. (2014). Yaşlılık ve Yaşlılara Sunulan Psikolojik Danışma ve Rehberlik Uygulamalarına Bir Bakış. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 175-202.

7. Duygu TEREÇİ, G. T. (2016). YAŞLILIK KAVRAMINA BİR BAKIŞ. *Ufkun Ötesi Bilim Dergisi* , 84-116.
8. Ferhat TOPER, Y. Ö. (2019). HUZUREVİNDE KALAN YAŞLILARIN ALGILADIKLARI SOSYAL DESTEK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERLE İNCELENMESİ. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 739-747.
9. Hülya KULAKÇI, F. A. (2006). Zonguldak ili huzurevinde ve huzurevi dışında yaşayan yaşlıların sağlık algılaması. *Zonguldak Sağlık Yüksekokulu Sağlık Eğitim Araştırma Dergisi*, 27-29.
10. İstanbul Büyükşehir Belediyesi Sağlık ve Sosyal Hizmetler Daire Başkanlığı. (2009). *Demanslı Yıllara Değer Katan Ativiteler Editör.Nurullah Yücel*. İstanbul: İBB Basımevi.
11. Meltem HALİL, Z. Ü. (2006). Falls and the elderly: Is there any difference in the developing world?: A cross-sectional study from Turkey. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 351-359.
12. N. Tuğba BAHAR, D. A. (2019). YAŞLI BAKIMINDA GERONTOLOJİNİN ROLÜ. *10.Uluslararası Yaşlılık Kongresi* (s. 140-146). Denizli: YAŞLI SORUNLARI ARAŞTIRMA DERNEĞİ.
13. Nurgül BÖLÜKBAŞ, H. A. (2003). Huzur Evinde Kalan Yaşlıların Psikososyal Yönlerinin incelenmesi . *Düşünen Adam*, 235-239 .
14. Sultan ESER, G. S. (2010). Yaşlılar İçin Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Modülü WHOQOL-OLD: Türkiye Alan Çalışması Türkçe Sürüm Geçerlilik ve Güvenilirlik Sonuçları. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 38.
15. T.C. MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI. (2016). *HASTA VE YAŞLI HİZMETLERİ REHABİLİTASYON HİZMETLERİ*. ANKARA: M.E.B.
16. Tahsin Gökhan TELATAR, H. Ö. (2004). YAŞLI NÜFUSUN YAŞAM KALİTELERİNİN YÜKSELTİLMESİ. *Türk Geriatri Dergisi*, 163-164.
17. TOMANBAY, İ. (2002). Geriatri içinde. Y. G. Kutsal içinde, *Sosyal Rehabilitasyon-Sosyal Geriatri*.
18. Yeşim ŞENOL, M. A. (2009). Yaşlılık ve Koruyucu Tıp. *GeroFam*, 49-68.