

Geciken evlilikler ve aile içi yaşlı sorunları

Feyzullah Gürdaş



1982 yılında Elazığ'da doğdu. Üsküdar Fazilet Erkek Lisesi ve Boğaziçi Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden mezun oldu. (2007). Okan Üniversitesinde Sağlık Odaklı Klinik psikoloji alanında yüksek lisansını tamamladı. Bir süre İstanbul Büyükşehir Belediyesi Engelliler Müdürlüğü ve Çekmeköy Belediyesi Sosyal Hizmetler Müdürlüğü'nde, engelli ve ailelerine yönelik psikolojik danışmanlık ve eğitim, seminer hizmeti verdi. Gürdaş, evli ve iki çocuk babasıdır.

Bu yazıda üç meseleyi ele almaya çalışacağım. İlk olarak evlenme yaşının zaman içerisindeki değişimini ve boşanma oranlarına etkilerini değerlendirmeye çalışacağım. İkinci olarak ise aile içi yaşlı sorunlarını ve bu sorunların eş ilişkilerine nasıl yansıdığını klinik gözlem ve literatür ışığında tartışacağım. Son olarak da aile içi yaşlı sorunlarının aile danışmanlığı bağlamında nasıl ele alındığına bakmaya çalışacağım.

75 yıldır devam eden Harvard mutluluk araştırmasının en önemli sonuçlarından biri şu; bir insanın mutluluğunu belirleyen en önemli faktör, yakınlarıyla kurduğu bağların kalitesi. Özellikle de kişi eğer evliyse eş ilişkisinin nasıl olduğu o insanın mutluluğunu yordayan en önemli faktör haline geliyor. İyi/mutlu bir evliliği olanların yaşam süreleri daha uzun, yaşam kaliteleri ise her konuda daha yüksek oluyor. Tersinden bakıldığında da evli olmamak ya da kötü giden bir evliliğin içinde olmak birçok ruhsal ve fiziksel rahatsızlık için risk faktörü. Literatürde bu konuda neredeyse bir ittifak var. Evlilik her insan tekinin hayatındaki en önemli dönüm noktalarından biri durumunda. Eğer eş ilişkisi ve mutluluk arasında bu kadar yakın bir ilişki varsa iyi/mutlu evliliği belirleyen unsurlar nedir? Daha doğrusu bu yazının da başlıklarından biri olan evlenme yaşı ile iyi/mutlu bir

evliliğe sahip olmanın bir ilişkisi var mı? Ortalama kaç yaşında evlenirsek evliliğimiz hem daha uzun hem de daha sağlıklı olur? Türkiye'de evlenme yaşında bir değişim var mı, varsa ne kadar ve etkileri nelerdir? Sorulara cevap aramaya geçmeden önce şunu belirtmekte yarar var. Metin içerisinde boşanma ile ilgili çeşitli istatistiklere yer vermeye çalışacağım ama pek tabii boşanma oranları evlilik doyumunu tek başına göstermez sadece bir fikir verir. Çeşitli nedenlerle boşanma ile sonuçlanmayan ama kötü giden evliliklerin oranı hiç de azımsanacak seviyede değil. Fakat ülke olarak son yıllarda oldukça popüler olan tartışmalardan biri de artan boşanma oranları ve bu meselede ne yapılması üzerine olduğu için devam eden evliliklere, genel bir kabul olarak, iyi evlilikler diyeceğim.

Ortalama İlk Evlenme Yaşı

TÜİK verilerine göre Türkiye'de ortalama ilk evlenme yaşı, 2016 yılında erkekler için 27,1, kadınlar için 24 olmuş. Erkek ile kadın arasındaki ortalama ilk evlenme yaş farkı ise 3,1 yaş olarak gerçekleşmiş. 2006 yılı verilerine göre ise ortalama ilk evlenme yaşı erkekler için 26,1, kadınlar için 22,8 olarak hesaplanmış. Erkek ile kadın arasındaki ortama ilk evlenme yaş farkı ise 3,3 çıkmış. Veriler bize ilk evlenme yaşının her on yılda bir yaklaşık bir yaş arttığını gösteriyor. Kadın ve

erkeğin yaş farkında ise kayda değer bir değişim olmamış. Evlilikler yaşlanıyor mu sorusuna verilebilecek cevap mutlak evet olmayacaktır. Bu rakamları ılımlı bir artış olarak değerlendirmek daha mümkün olabilir. Buna mukabil boşanma oranlarına baktığımızda ise 2006 yılında boşanma oranları 14,7 iken 2016 yılında 21, 22 olmuş. Aradaki %8'lik farkın en büyük sorumlusu 2008-2009 yılları arasındaki keskin artış. 2008 yılında boşanma oranları 15,52 iken 2009 yılında bu oran ciddi bir artış göstererek %20,35'e çıkmış. O tarihten itibaren ise çok ılımlı bir artış ile bugünkü oranlara ulaşmış. Bir önceki yıla oranla çok hafif bir düşmeden de bahsedebiliriz. Amerika ve Avrupa için de benzer bir tablo karşımıza çıkıyor. Evlenme yaşı artarken boşanmalar daha hızlı artmakta. ABD'de boşanma oranları kabaca %50 civarında seyrederken Avrupa ülkelerinde %40'lar seviyesinde. İlk evlenme yaşları ise bize yakın. Görünen o ki evlenme yaşındaki nispeten ılımlı artışa oranla çok daha hızlı yükselen boşanma oranları arasında anlamlı bir ilişkiden söz etmek zor. Kısacası daha geç yaşta evlenmenin iyi/mutlu bir evliliğin anahtarı olduğunu söyleyemiyoruz. Ancak tersi de iddia edilemez durumda.

İlk evlenme yaşı değil ama evlilikte geçirilen yıllar boşanma oranlarını önemli miktarda etkiliyor. Yine TÜİK verilerine göre 2016 yılında boşanmaların %39,1'i



evliliğin ilk 5 yılı, %21'i ise evliliğin 6-10 yılı içinde gerçekleşmiş. Her ne kadar evlilik yılı ile evlilik doyumu arasındaki ilişki konusunda da literatürde net bir anlaşma olmasa da evlilikte kalma olasılığını artırdığı kesin. Son olarak, ilk evlenme yaşındaki artışın nüfus artış hızındaki yavaşlamaya dolayısıyla da nüfusun yaşlanmasına, ılımlı da olsa, etki ettiğinden söz etmek mümkün. Çünkü geç yaşta evlilik, doğal olarak, çocuk sayısında bir azalmaya yol açabilir. Ailedeki çocuk sayısının modernleşme, ekonomik, sosyal ve diğer unsurlarla olan ilgisini de göz önünde bulundurmamız gerekmekte tabii.

Aile İçi Yaşlı Sorunları

Yazının bu bölümünde aile içi yaşlı sorunlarını ele almak istiyorum. Fakat daha önce Türkiye'de nüfus açısından yaşlılık ile ilgili durum nedir, oranlar bize ne söylüyor ona bakmakta fayda var. Evlenme yaşının yükselmesi ve boşanma oranları ile ilgili istatistiklerin yorumlanmasında birçok farklı görüş mümkündür. Bir grup insan Türkiye'deki boşanmaların son yıllarda çok arttığını iddia ederken buna katılmayan başka bir grup da artışın ılımlı olduğunu, bir felakete sürüklenmediğimizi rahatlıkla ifade edebilir. Aynı durum evlenme yaşları ile ilgili değişimi yorumlarken de geçerli. Fakat yaşlanan nüfus hakkında bu kadar tartışma olmayacağı kanaatindeyim. Zira

rakamlar (Avrupa kadar olmasa da) hızla yaşlanan bir topluma doğru gittiğimizi söylüyor. TÜİK verilerine göre yaşlı nüfus (65 ve daha yukarı yaş) 2012 yılında 5 milyon 682 bin 3 kişi iken son beş yılda %17,1 artarak 2016 yılında 6 milyon 651 bin 503 kişi oldu. Yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranı ise 2012 yılında %7,5 iken, 2016 yılında %8,3'e yükseldi. 1960 yılında ise oran %3,5 seviyesindeymiş. Bu rakamların bize söylediği en önemli şey şu, yaşlılık ve yaşlılar ile ilgili daha planlı ve ciddi bir sosyal politikaya ve yapılanmaya ihtiyacımız var. Yaşlılık bireyin kendisini ve ait olduğu aileyi, dolayısıyla da toplumu, nasıl etkiliyor sorusu yukarıdaki rakamlar göz önüne alındığında önemli bir soru haline geliyor.

Aile içi yaşlı sorunlarını birkaç bağlamda ele almak ve tartışmak istiyorum. Bunlar, bakıma muhtaç yaşlılar, yalnız yaşayan yaşlı çiftler, eşini kaybetmiş yaşlı bireyler ve aile ilişkilerine yansımaları şeklinde olacak. 2014 yılı TÜİK verilerine Türkiye'de 2014 yılında 100 çalışanın bakması gereken yaşlı sayısı 11,8 iken bu sayının 2030 yılında 19,3 olması beklenmektedir. Ayrıca yaşlıların %35'inin en az bir engeli bulunmaktadır. Bu veriler Türkiye'de bakıma muhtaçlık meselesinin giderek ağırlık kazanacağını göstermekte. Bakıma muhtaçlık hem bakım veren hem de alan için bir stres kaynağı olabilmektedir. Bakım alan için "yük olma"nın getirdiği, suçluluk ve yetersizlik

Bir grup insan Türkiye'deki boşanmaların son yıllarda çok arttığını iddia ederken buna katılmayan başka bir grup da artışın ılımlı olduğunu, bir felakete sürüklenmediğimizi rahatlıkla ifade edebilir. Aynı durum evlenme yaşları ile ilgili değişimi yorumlarken de geçerli. Fakat yaşlanan nüfus hakkında bu kadar tartışma olmayacağı kanaatindeyim. Zira rakamlar (Avrupa kadar olmasa da) hızla yaşlanan bir topluma doğru gittiğimizi söylüyor.



Dünyanın her yerinde evliliklerde en sık altı sorunun yaşandığını söyleyebiliriz. Bunlar, ailelerle ilişkiler, boş zamanların nasıl geçirileceği, cinsel yaşam, paranın nasıl idare edileceği, çocukların bakımı ve ev işlerinin nasıl yapılacağı meseleleridir. Yoğunlukları ve yaşanma sıklıkları kültürden kültüre değişmekle beraber bu altı sorun dünyanın her yerinde aile ve evlilik danışmanlığının ana konularındandır.

hisleri, bakım veren için ise tükenmişlik, öfke ve suçluluk hisleri en sık yaşanan duygular olarak göze çarpmakta. Aile içinde ise bakım veren kişinin eşi ile olan tartışmalarının konularından birisi de bakım verme meselesi olmaktadır. Ayrıca bakım veren için ekonomik zorluklar da gündeme gelebilmektedir. Bakım verme meselesi gündeme geldiğinde aile içerisinde en sık yaşanan sorunlardan bir tanesi de yaşlıya kimin bakacağı meselesidir. Yaşlının sağlık durumuna göre kendi evinde mi, bir kurumda mı, yoksa çocuklarının yanında mı kalacağı; eğer çocuklarının yanında kalacaksa bu sorumluluğu kimin ya da kimlerin üstleneceği meselesi birçok aile için kriz oluşturabilmekte. Bu krizin boyutlarını etkileyen faktörler arasında yaşlının fiziksel ve ruhsal durumu, yaşlının aile üyeleri ile süre gelen ilişkisinin durumu, yaşlının evli olup olmadığı gibi durumlar sayılabilir. Son yıllarda kadınların daha çok iş gücüne katılmaları ve buna bağlı olarak rollerindeki artış ve bu artışın getirdiği yükler de ana problemlerden sayılabilir. Yukarıda bahsedilen olumsuz faktörler bizleri yanıltmasın. Her meselede olduğu gibi bu konuda da oldukça pozitif örnekler rastlamak mümkün. Türkiye’de, dünyanın birçok yerine nazaran, aile bağları hala çok önemli bir yerde durmaktadır. Bu nedenle yaşlısını bir bakım evine yerleştirmek ya da kendi evlerinde kalmaya “müsaade etmek” birçok ailenin kaçındığı bir durumdur. Burada belki

de önemli olan şey yaşlının tercihine saygı duymak olacaktır. Nitekim yaşlılara nerede kalmak istedikleri sorulduğunda yaklaşık %40’ı çocuklarının yanında, bir o kadarı da kendi evinde kalmak istedikleri cevabını veriyorlar. Olumlu sayılabilecek bir diğer husus da şöyle; Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı’nın yürüttüğü toplumda bakım parası olarak bilinen evde bakım hizmetleri son yıllarda toplumun geneline yayılmış durumda. Hizmet kapsamında gerekli şartları sağlayan yaşlı bireylerin ailelerine yaklaşık bir asgari ücret tutarında ücret ödeniyor. Bu para bakan kişiye veriliyor. Aile eğer bakamayacağını beyan ederse yaşlı, özel bir kuruma yönlendiriliyor ve masrafları bakanlık tarafından karşılanıyor. Diğer bir seçenek ise bakanlığa bağlı bir kurumda yaşlının bakılması. Evde bakım ücretinin bağlanmasıyla ekonomik bakım yükü biraz olsun rahatlamakta ve aileye maddi bir katkı sağlamakta.

Aile içi yaşlı sorunları bağlamında ele almaya çalışacağım ikinci mesele ise eşleri ile birlikte yalnız yaşayan çiftler ve aileleri ile ilişkileri meselesi. Çocukların bir bir evlenip yuvadan ayrılması, emeklilik süreci (özellikle de erkeğin) bir dizi psikolojik ve ekonomik süreci beraberinde getirir. Örneğin emekli olup eve dönen erkek bu sürece psikolojik olarak kendini adapte etmekte zorlandığında git gide daha sedanter bir yaşam sürmeye başlayabilir. Daha

sedanter yaşam ve daha az üretkenlikle, fiziksel ve ruhsal rahatsızlıklara karşı daha yatkın hale gelebilir. Emekliliğin bir diğer olası olumsuz etkisi ise ekonomik boyutta yaşanabilir. Emeklilikle beraber aylık maddi gelirden bir miktar azalma ile beraber ekonomik zorlanma yaşlıların yaşam kalitesini azaltabilir. O zaman da geçinebilmek için çocuklarına muhtaç olma durumu ile karşı karşıya kalabilirler. Bu da aile sisteminde bir takım zorunlu değişikliklere neden olabilir. Çocuklarını evlendirmek onların mutluluklarına şahit olmak hemen her anne babanın isteği ve idealidir. Bunun yanında yuvadan uçup giden yavrularının yokluğuna alışmak ve yeni sisteme ayak uydurmak biraz zaman ve gayret gerektirmektedir. Çünkü her giden çocuk ister istemez kalanların hayatında bir boşluk oluşturur ve zamanla bu değişime ayak uydurulur. Evden ayrılan son çocukla beraber çiftlerin kendi eş ilişkilerinde de bir değişim sezilebilir. Bu değişim hem pozitif hem negatif yönde olabilir. Bazı eşler bu süreçte daha önce hiç olmadığı kadar birbirlerine vakit ayırma fırsatı yakalayabilir ve birbirlerine olan bağlılıkları, sevgi ve arkadaşlıkları güçlenebilir. Bazı eşler için ise bu süreç yıllardır erteledikleri ciddi sorunlarla baş başa kalma anlamına gelebilmektedir. Bu durum, yaşlılık sürecinde çok düşük olan boşanma nedenleri arasında sayılabilir.

Yaşlı bireylerin kendi evlerinde eşleri ile yaşaması tek başına olumsuz bir durum değildir aslında. Hatta kendi kendilerine yeter olmaları birçok yaşlı için önemli ve pozitif bir duygudur. Bunun yanında her insanda olduğu gibi sevilme, ilgi görme, önemsenme, yaşlılarda da önemli bir ihtiyaçtır. Bu bağlamda yalnızda olsalar, ihmal edilmiş hissetmemek, sık sık ziyaret edilmek, herhangi bir konuda fikirlerinin sorulması, önemsenmeleri yalnız yaşayan çiftler için oldukça koruyucu ve yaşam kalitelerini artırıcı etkilere sahiptir. Sık sık ziyaret edilmenin yaşlılar için önemli olduğundan bahsettik. TÜİK'in 2016 yılına ait aile yapısı araştırması sonuçlarına göre çocukları ile aynı evde yaşamayan yaşlı bireylerin, çocukları tarafından her zaman veya sıklıkla ziyaret edilme oranının %71,7, bazen ziyaret edilme oranının %20, nadiren ziyaret edilme ya da hiç ziyaret edilmeme oranının ise %8,3 olduğu tespit edilmiş. Rakamlar tartışılabilir fakat ben durumun çok vahim olmadığı kanaatindeyim.

Aile içi yaşlı sorunları bağlamında üçüncü mesele eşini kaybetmiş yaşlılar. Yas süreci her insan teki için baş etmesi zor bir mesele. Bu durum yaşlılar için farklı dinamiklere de sahiptir. Yıllarca aynı yastığa baş koymuş, her şeyi birlikte yapmış çiftlerin eşlerinin ölümleriyle başa çıkmaları zor olabilmektedir. Yas

danışmanlığı için kliniğe başvuran, daha doğrusu yakınları tarafından getirilen, yaşlıların yaşadıkları hüznü ve hasreti dinlediğinizde ağızınızdan birkaç kuru teselli cümlesi çıksa da daha çok yaptığınız şey aradaki sevgi ve bağlılığın büyüklüğü karşısında saygıyla susmak oluyor. Eşini yitirmiş bir yaşlıyı değişen hayatında bir takım süreçler bekler. Bir kısmı -çoğunlukla erkekler- yeniden evlenmeyi tercih ederken, bir kısmı da-çoğunlukla kadınlar- tekrar evlenmemeyi tercih ediyorlar. Evlenmemeyi tercih edenler için ise başka bir durum ortaya çıkıyor. Yaşamına nerede devam edecek? Eşini kaybeden yaşlı erkeklerin kadınlara oranla daha fazla zorluk yaşadıkları bilinen bir durum. Erkek yeniden evlenmediği zaman, kendine bakması kadınlara göre daha zor olabiliyor. Bu durum yaşlı erkekler için çoğu zaman yaşamını sürdürüleceği yeni bir yer bulma gereği doğuruyor. Bu yer büyük oranda çocuklarının yanı ve giderek artan oranda da huzur evleri oluyor. Araştırmalar yaşlıların gerek duyduklarında daha çok çocuklarının yanında kalmayı tercih ettiklerini gösteriyor. Bu durum bazı aileler için yukarıda bahsi geçen aile içi çatışmalara, krizlere yol açabilirken bazı aileleri ise hem psikolojik hem de ekonomik anlamda pozitif etkileyebiliyor. Örneğin evde dedenin ya da annenin varlığı çocuğun psikososyal gelişimini olumlu etkilerken yaşlıya da yaşama sevinci verebiliyor. Mesela, evdeki yaşlı bireyin sağlığı el verdiği ölçüde çocuğun bakım sorumluluğunu üstlendiği durumları düşündüğümüzde, hem aileler gönül rahatlığıyla çocuklarını emanet edebilecekleri birini bulmuş oluyor hem de yaşlılar torunlarıyla etkili bir bağ kurmuş oluyorlar. Ayrıca aldıkları bu önemli sorumluluk kendilerini hala üretken ve değerli hissetmelerine katkıda bulunabiliyor.

Aile Danışmanlığı Bağlamında Yaşlılık

Dünyanın her yerinde evliliklerde en sık altı sorunun yaşandığını söyleyebiliriz. Bunlar, ailelerle ilişkiler, boş zamanların nasıl geçirileceği, cinsel yaşam, paranın nasıl idare edileceği, çocukların bakımı ve ev işlerinin nasıl yapılacağı meseleleridir. Yoğunlukları ve yaşanma sıklıkları kültürden kültüre değişmekle beraber bu altı sorun dünyanın her yerinde aile ve evlilik danışmanlığının ana konularındandır. Örneğin ailelerle ilişkiler meselesi bizim toplumumuzda daha fazla görülse de yalnızca bize ait değildir. Uzak eyalette oturan kayınvalide/kayınpeder ziyaretinin eşler arasında yarattığı gerginlik Amerikan dizilerinde sıkça işlenen bir konudur.

Aile danışmanlığı sürecinde "Ailelerle ilişkiler" konu olduğunda yaşlılık mese-

lesi de gündeme gelir. Bahsedildiği gibi yaşlıların bakımı meselesi eş ilişkilerini etkileyebilmektedir. Genelde karşılaşılan tablo şu oluyor; erkek ya da kadından birinin anne ya da babasının bakımı söz konusu olduğunda ve eş buna razı gelmediğinde diğer eş ailesi ve eşi arasında bir tercih yapmak zorunda kalabiliyor. Hele bir de bakabilecek durumda başka bir kardeş de var ise kriz biraz daha büyüyebiliyor. Bu mesele zaman içerisinde eş çatışmasının merkezi haline gelebiliyor. Bu durumda kalan yaşlı istemeyerek de olsa huzurevinde kalmayı tercih ediyor. Toplumsal olarak huzur evlerine bakışın hala bir miktar negatif olduğunu düşünürsek, bu ara formül eş ilişkisi açısından meselenin kapanmasına yetmeyebiliyor. Bu senaryo yaşlılar ve eş ilişkileri meselesinin bir kısmını temsil ediyor. Büyük resme baktığımızda tersi örnekleri de görmek gayet mümkün.

Yazının başında yaşlanan nüfusa karşı etkin sosyal politikalar geliştirilmesi gerektiğine değinmiştik. Peki, Türkiye'de öğretilen ve uygulanan aile danışmanlığı pratiğinde ailelerle ilişkilere ve özelde yaşlılık meselesine yeteri kadar yer veriliyor mu? Benim kanaatim yeteri kadar verilemediği yönünde. Son yıllarda, alanda çalışabilecek ve müdahale yapabilecek uzman yetiştirme amacıyla üniversiteler eliyle yaygınlaştırılmaya çalışılan aile danışmanlığı sertifika programlarının içeriği incelendiğinde, bu meseleye ya hiç değinilmediğini ya da konunun çok yüzeysel bir şekilde işlendiğini görebiliyoruz. Bunun başlıca nedeni genellikle eğitim ve terapi programlarının olduğu gibi yurt dışından ithal ediliyor olmasıdır. Terapi ve danışmanlık eğitimlerinin etkinliği kanıtlanmış ve tüm dünyada yaygın olarak kullanılan ekollere/modellere dayanması son derece anlaşılır ve doğrudur. Fakat bunun yanında kültüre özgü dinamiklerin de göz ardı edilmemesi ve programlara eklenmesi müdahalelerin başarı oranını artırabilir.

Kaynaklar

Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 13-23.

Çavuş, F. (2013). Yaşlılara Yönelik Evde Bakım Hizmetlerinin Değerlendirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı*, Ankara.

Öz, F. (2002) Yaşamın Son Evresi: Yaşlılık Psikososyal Açısından Gözden Geçirme. *Kriz Dergisi*, 10(2), 17-28.

Türkiye İstatistik Kurumu Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, 2016 www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=24642 (Erişim Tarihi: 11.09.2017).

Türkiye İstatistik Kurumu, İstatistiklerle Yaşlılar, 2014 www.tuik.gov.tr/IcerikGetir.do?istab_id=265 (Erişim Tarihi: 11.09.2017).