



Akdeniz Üniversitesi
Dumlupınar Bulvarı
07058 Kampus
Antalya/TÜRKİYE



Akdeniz Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Gerontoloji Bölümü

Onurlu Yaşam – Onurlu Yaşlılık

Prof. Dr. İsmail Tufan

Türkiye İstatistik Kurumu’nun (TÜİK) güncel verilerini herhalde gazeteden veya internetten okudunuz. Bunun bende uyandırdığı ilk intiba sadece değişenin nüfus olmadığıydı. Değişen nüfusa değişen tasavvurlar, tecrübeler, bilgiler, kazanç ve kayıplar, beklentiler ve umutlar da eklendi. Bu yüzden bizim yaşlılığın geleceğine bakışımızın da artık değişmesi gerekiyor.

Nüfusumuzun “dalga dalga” yaşlanacağını, adeta “tsunami” etkisi yaratacağını, bu yüzden acil önlemlerin alınması gerektiğini vurgulamıştık (Tufan 2007). Beklendiği gibi oldu ve nüfusumuz devamlı yaşlanıyor. Bundan ne kaçabiliriz ne de bunu önleyebiliriz.

Yaşlılık ile ilişkili ihtiyaç, beklenti ve problemler devamlı değişiyor. Fakat bunları tanımlamak, dile getirmek, üzerlerine kafa yormak lazım. Problemi teşhis edip rafa kaldırmayız. TÜİK’ in verilerine göre nüfusumuz 31.12.2019 tarihi itibarıyla 83.154.997’ ye ulaştı. 2007 – 2019 yılları arasında doğurganlık ve ölümlülük hızlarındaki azalmaya bağlı olarak yaşlı nüfus çoğaldı. Ortanca yaş yükseldi: 2018’de 32 olan ortalama yaş, 2019’da 32,4’ e yükseldi. Erkeklerde 31,4’ ten 31,7’ ye, kadınlarda ise 32,7’ den 33,1’e yükseldi. Yani 42 milyon kişinin yaşı 32’nin üzerindedir. Bu, NASA’nın dünyanın yakınından geçeceğini söylediği gökcisminden daha tehlikelidir. Çünkü kocaman bir demografik dalga direkt üzerimize doğru geliyor.

Yaşlılığa yüklenen anlamlar bugün eskisinden farklıdır. Çünkü toplumsal tasarım olarak da yaşlılık değişti. Sadece ak sakal ve ak saç değildir artık. Toplumumuzun yaşlılıktan anladığı şeyler, 50 yıl önceki toplumun anladıklarından tamamen farklıdır. Genelde olumsuz bir kazanç-kayıp bilançosu çiziyoruz. Yaşlılığı “kaçınılmaz bir kader” olarak tasavvur edenlerin görüşü şudur: Yaşlılık yönlendirilemez, yaşlanma sürecine müdahale edilemez ve kontrol edilemez. Bu tamamen yanlış bir algıdır. Gerontoloji, yaşlanma ve yaşlılığa müdahale edilebileceğinin kanıtlarıyla dolu bir bilim alanıdır. Ülkemizde kimsenin umursamadığı bu bilimin potansiyelini kullanmamaya kararlı görünüyoruz. Nüfusun yapısal değişimi, yaşlanma ve yaşlılık ile ilişkili eski düşünceleri terk etmeyi, bunların yerine yenilerine yenilerini koymayı talep etmektedir. Örneğin yaşlı yetişkinler için eğitim, gerontolojik müdahalelere iyi bir örnektir.

“Yaşlıya saygı” yerine “onurlu yaşlanma” kavramını koymamız daha anlamlıdır. Çünkü onurlu yaşlananlara saygı zaten duyulur. Onurlu yaşlanma, bireyin özgüvenini ve özdeğerini yükseltir ve ona toplumda saygı duyulan kimlik kazanmasını sağlar. Bunun gerçekleşmesi durumunda, kürsülerden yaşlılar adına monolog nutukların yerine, toplumla diyalog kuran yaşlılar geçer. Madem yaşlıya saygı var, o zaman yaşlıya söz hakkı ver! Onun dertlerini ona anlatma, aksine onun dertlerini sana anlatmasını sağla ve sen ona umut ver. “En son umutla



Akdeniz Üniversitesi
Dumlupınar Bulvarı
07058 Kampus
Antalya/TÜRKİYE



Akdeniz Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Gerontoloji Bölümü

ölür”, yerine “önce umutlar doğar” demeliyiz. Çünkü umutlu insanlardan mutlu ve umutlu yaşlılar doğar.

Hayat gemisi gelgitlerden dolayı karaya oturabilir. Demografik dalganın kıvrımlarını anlarsak, bizi mutluluğa da götürebilir. Ancak bu fırsatı kaçırsak, çıktığımız uzun yaşam yolculuğunda bizi taşıyan gemi tehlikeli kayalıklarda parçalanabilir. Açık denizlerde yüzen yolcularız. Eğer batmazsak, akım bizi kaldırırsa, onu geminin batmaması için kullanmalıyız.

Seksen dört milyonun sırf bende yaratmadığı bu çağrışımları, ciddiye almalıyız. Yaşlanmamızı tesadüflere bırakmayıp, rasyonel kararlarla şekillendirmeliyiz. Onurlu yaşamın onurlu yaşlılar yaratmasına şans tanmalıyız.