



ÜÇÜNCÜ YAŞ AKADEMİSİ'NDE BİLGİYLE YENİDEN ŞEKİLLENEN HAYATLAR

“Üçüncü Yaş Akademisi”, Pamukkale Üniversitesi iş birliğiyle gerçekleştirilen, Prof. Dr. Velittin Kalınkara tarafından Pamukkale Üniversitesinde başlatılan bir sivil toplum projesi. 60 yaş ve üzeri bireylerin ihtiyaçlarına özel olarak tasarlanmış eğitim programları sunan, literatürde “Üçüncü Yaş Akademisi” olarak adlandırılan akademi 60 yaş ve üzeri bireylerin toplumla iç içe bir şekilde yaşamlarını sürdürmelerine katkı sağlamayı, bireylerin yaşam kalitesini artırarak başarılı bir yaşlanma süreci geçirmelerine destek olmayı amaçlıyor.

Haber — Gizem KÖKER
Çekim — Sümeyye AKBIYIK

Eskiden yaşlılık “yaş yetmiş, iş bitmiş” ya da “ununu eleyip, eleğini asmak” gibi sözlerle ifade edilir ve belli bir yaşa gelindikten sonra sanki insan olmanın vasfı yitiyor gibi gösterilmeye çalışılırdı. Ancak günümüzde, yaşlılık kavramı giderek değişiyor ve yaşlılar için daha aktif, katılımcı bir yaşam tarzı öne çıkıyor. Artık yaşlılık sadece bir yaş aralığı değil, deneyim ve sürekli öğrenme sürecinin bir parçası. Bu değişim, yaşlı bireyle-

rin topluma daha fazla katılımını teşvik ederek yaşlılık dönemini daha verimli ve anlamlı hale getiriyor. Üçüncü Yaş Akademisi ile Alzheimer’ı yenen Sevim Hanım, görme engelinin yeni şeyler öğrenme isteğini engellemediği Aziz Bey, yaşına rağmen her gün yeni bir şey öğrenmenin keyfini çıkarıyor. Prof. Dr. Kalınkara’nın kurucusu olduğu Üçüncü Yaş Akademisi, hayattan elini eteğini çekenlerin değil doyusuya yaşamayı tercih edenlerin buluşma noktası.

DENEYİM VE BİLGİ ALIŞVERİŞİYLE DOLU YENİ BİR EĞİTİM SÜRECİ

Prof. Dr. Kalıncara, Üçüncü Yaş Akademisi'nin yeni başlayan bir süreç olmadığını, pandemiden önce eğitimlere başladıklarını ama bunların konferanslar biçiminde olduğunu dile getiriyor. Bu eğitimlerin Paü öğretim üyeleri tarafından verildiğini bunun yanında dışarıdan da destek alındığını belirtiyor. Farklı disiplinlerden yaklaşık 35 öğretim üyesi, Üçüncü Yaş Akademisi öğrencilerini donanımlı hale getirmek ve onların deneyimlerinden de yararlanarak karşılıklı bir eğitim alışverişi sağlamak amacıyla bu eğitimlere katkıda bulunuyor.

YAŞ FARKINA RAĞMEN ÜÇÜNCÜ YAŞ AKADEMİSİ ÖĞRENCİLERİ ÖĞRENMEYE DAHA İSTEKLİ

Akademi öğrencileri, 60 yaş ve üzeri bireylerden oluşuyor. Bu öğrenciler, genç kuşak öğrencilerden farklı olarak öğrenmeye daha istekli görünüyorlar. Prof. Dr. Kalıncara, sınıf mevcudunun hiçbir derste 50 kişinin altına düşmediğini ve öğrencilerin sürekli olarak katılım gösterdiklerini söylüyor. Genç kuşağa kıyasla Üçüncü Yaş Akademisi öğrencilerinin daha fazla soru sorduklarını ve sürekli olarak öğrenmek ve katkı sağlamak istediklerini vurguluyor.

KONTENJAN SINIRLI, İSTEKLER SINIRSIZ

Prof. Dr. Kalıncara, akademinin sınırlı kontenjanına rağmen yoğun talep olduğunu ve öğrencilerin etkin bir şekilde katılım gösterdiğini ifade ediyor. Kontenjan sınırının dezavantajına rağmen, katılımcıların isteklerinin sınırsız olduğunu ve bu isteklere cevap vermeye çalıştıklarını dile getiriyor.

ÜÇÜNCÜ YAŞ AKADEMİSİ NİTELİKLİ EĞİTİMDE ÇEŞİTLİLİĞİ HEDEFLİYOR

Üçüncü Yaş Akademisi öğrencileri sosyal medyayı aktif bir şekilde kullanıyorlar. Bu durumu paylaştığında Prof. Dr. Kalıncara: "Üçüncü Yaş Eğitimini şöyle değerlendirmek gerekiyor. Üçüncü yaş eğitimine katılanlar genellikle ciddi anlamda bugüne kadar eğitim almış insanlar. Bu kişilerin çoğu lisans eğitimini almış, çeşitli mesleklerde üst düzey yöneticilik yapmış olan arkadaşlarımız. Yani teknolojiye çok uzak değiller, teknolojinin tamamen içindeler. Bu açıdan çok nitelikli bir grupla çalışıyoruz ama Türkiye'de Üçüncü Yaş Akademisi ile ilgili eğitim veren kurumlarda gördüğümüz olumsuzluk,





toplumun belirli bir kesimine ulaşması. Biz bunu toplumun farklı katmanlarına nasıl yayabileceğimizin, toplumun değişik katmanlarına nasıl ulaştırabileceğimizin üzerinde çalışıyoruz” diye belirtiyor.

ÜÇÜNCÜ YAŞ AKADEMİSİ HASTALIKLARDAN KORUYOR

Prof. Dr. Kalıncara, “Alzheimer ve demans riski yaşla birlikte artan hastalıklar. Tabii burada bunları gerileten sağlıkla ilgili aktiviteler de yapılıyor; bu anlamda



sağlıkla ilgili özellikle fizik tedavi, rehabilitasyondan katılan epey hoca var” diyor. Ayrıca, katılımcıların iletişim derslerinde beden dilini kullanma ve insanlar arasındaki diyalogu güçlendirme konularında da eğitim

aldıklarını belirtirken; eğitim sonunda yapılacak olan değerlendirme anketinin 2024-2025 eğitim-öğretim yılındaki hedefleri belirlemeye yardımcı olacağını söylüyor. Kalıncara, bu üç yıllık eğitim sürecinde, katılımcılar ikinci sınıfa geçerken hangi konuların daha fazla vurgulanması gerektiği konusunda karşılıklı bir değerlendirme yapılarak programın oluşturulacağını vurguluyor.

“AMAÇ YAŞAMI PAYLAŞMAK”

Prof. Dr. Kalıncara, katılımcılarla deneyimlerini paylaşarak birbirlerinden öğrendiklerini ve bu deneyimlerden beslendiklerini belirtiyor. Bu öğrenme sürecinde herkesin katkı sağlayabileceği ortak bir paylaşım alanı oluşturuluyor. Akademideki amacın öne çıkmak ya da eleştirmek olmadığını belirten Prof. Dr. Kalıncara, farklı sektörlerden ve farklı eğitimlere sahip insanları bir araya getiren bir ortam olan Üçüncü Yaş Akademisi’nde “Amaç Yaşamı Paylaşmak” diyor.

ÜÇÜNCÜ YAŞ AKADEMİSİ’NDE BAŞLANGIÇ GRUBU AKADEMİNİN GELECEĞİNE YÖN VERECEK

Prof. Dr. Velittin Kalıncara, başlangıç grubunu deney grubuna benzetiyor. Buradan elde ettikleri deneyimlerin, ilerideki adımlarını şekillendireceğini söylüyor. Yaşlı Sorunları Araştırma Derneği olarak, bu deneyimleri değerlendirip geleceğe dair planlarını masaya yatıracıklarını, bu anlamda ilk gruptan gelen öğrencilerin katkılarının da büyük önem taşıdığını belirtiyor. Üçüncü Yaş Akademisi, öğrencileri sürecin yönetiminde aktif kılarak sadece bir eğitim programı sunmakla kalmıyor, aynı zamanda öğrencilerin ihtiyaçlarını da belirliyor. Bu iş birliği ve dayanışma ruhuyla, başlangıçta birlikte oluşturulan eğitim programı geliştiriliyor ve eksiklikler tartışılıp yeni programlar oluşturuluyor.



Kalınkara, Üçüncü Yaş Akademisi öğrencilerinin, sosyal yaşama katılımlarını artırmak, sivil toplum örgütlerine dâhil olmalarını teşvik etmek ve kendi organizasyonlarını kurmalarına destek olmak gibi hedefleri paylaştıklarını dile getiriyor.

ÜÇÜNCÜ YAŞ AKADEMİSİ TÜRKİYE'NİN HIZLA YAŞLANAN NÜFUSUNA ÇÖZÜM ARAYIŞI

Prof. Dr. Velittin Kalınkara; Üçüncü Yaş Akademisi'nin dünyada yeni bir olgu olmadığını, 1972'den bu yana sürdürülen bir uygulama olduğunu ama ülkemizde bununla ilgili adımların yakın zamanda atılmaya başlandığını ifade ediyor. Türkiye'nin nüfus yapısında yaşlı bireylerin oranı giderek artıyor ve Türkiye, hızla yaşlanan ülkeler kategorisinde yer alıyor. Bu durum, toplumsal önlemler alınmasını zorunlu kılıyor. Üçüncü Yaş Akademisi, yaşlı bireyleri topluma sağlıklı bir şekilde entegre etmeyi ve yaşam kalitelerini artırmayı hedefliyor. Kalınkara, bu amaca ulaşmanın yollarını ararken hastalık süreçlerini geriletmenin yanı sıra akademinin ekonomik katkısı olan bir süreç olduğunu dile getiriyor ve bu yaklaşımın özellikle üniversiteler aracılığıyla yaygınlaştırılmasını doğru bulduğunu belirtiyor. Belediyelerin bu konudaki rolünün önemini vurgulayan Kalınkara'ya göre; belediyeler, toplumun her kesimine daha etkili bir şekilde ulaşabiliyorlar. Şu an için, akademiye daha çok eğitilmiş bir kesimin katıldığını ifade eden Kalınkara bu durumun, aslında toplumun diğer kesimlerinin üniversiteye karşı çekingenliğinden kaynaklandığını söylüyor. Belediyelerin bu tür projelerin doğrudan içinde olmasının daha etkili bir yaklaşım olabileceğine vurgu



yapan Prof. D. Velittin Kalınkara, sonuç olarak bu tür girişimlerin toplumun farklı kesimlerine ulaştırılmasının önemli olduğunu ifade ediyor.

ÜÇÜNCÜ YAŞ AKADEMİSİ YENİ BİLGİLERE ULAŞMANIN YANINDA SOSYAL BAĞLARI GÜÇLENDİRME FIRSATI

Üçüncü Yaş Akademisi sadece bilgi aktarımıyla sınırlı kalmıyor, yaşlı bireylerin sosyal etkileşimlerini artırarak onlara yeni beceriler de kazandırıyor. Akademinin öğrenci merkezli yaklaşımı, herkesin fikirlerini özgürce paylaşabildiği, karşılıklı öğrenmenin ön planda olduğu bir ortam sunuyor. Bu sayede, katılımcılar yeni bilgilere ulaşmanın yanında, sosyal bağlarını güçlendirme fırsatı da buluyor. Üçüncü Yaş Akademisi'nin katılımcıları bir araya gelerek deneyimlerini paylaşıyor. Bu etkileşimli ortam, katılımcıların kendilerini ifade etmelerini, birbirlerinden öğrenmelerini ve birlikte büyümelerini sağlıyor. Yaşlı bireylerin aktif olarak topluma katılmalarını teşvik eden Üçüncü Yaş Akademisi, sadece bireylerin yaşam kalitesini artırmakla kalmıyor, aynı zamanda toplumsal bağları güçlendirerek yaşlı nüfusun toplum içinde daha güçlü bir konuma gelmesine de katkıda bulunuyor. Akademinin sunduğu bu değerli katkılarla, yaşlılık dönemi sadece yaşlanma değil, sürekli öğrenme ve paylaşımın keyifli bir dönemi haline geliyor. Cicero'nun dediği gibi; "yaşlılığa karşı en etkili ilaç bilgili ve erdemli olmaktır". Üçüncü Yaş Akademisi de verdiği hizmetlerle yaşlı bireylerin kendilerini geliştirmelerine imkân tanıyarak, onların hayata daha sıkı tutunmalarına ve yaşamın içinde "ben de varım" demelerine fırsat tanıyor.

