

## PAPER DETAILS

TITLE: HUZUREVINDE KALAN YASLILARIN GELECEGE YÖNELİK BEKLENTİLERİNİN  
UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNE ETKİSİ

AUTHORS: İlknur AYDIN,Sevinç İSLEYEN

PAGES: 0-0

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/29238>

## HUZUREVİNDE KALAN YAŞLILARIN GELECEĞE YÖNELİK BEKLENTİLERİNİN UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNE ETKİSİ

İlknur AYDIN\*

Sevinç İŞLEYEN\*\*

### ÖZET

*Bu araştırma huzurevinde kalan yaşlı bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin umutsuzluk düzeyi üzerine etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırma kapsamına huzurevinde kalan 53 yaşlı birey alınmıştır. Verilerin toplanmasında soru formu ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdelik, ortalama, kruskal wallis ve mann whitney u testleri kullanılmıştır. Gelecekte beklenenlerin ve huzurevinde kalmaktan memnun olma durumlarının umutsuzluk düzeylerini etkilediği sonucuna varılmıştır.*

**Anahtar Kelimeler:** Yaşlanma, Umutsuzluk, Gelecekte beklenenler

### SUMMARY

*Effect on Hopelessness Level of Expectation from Future of Old People at Rest Home*

*This research was carried out to descriptive effect on hopelessness level of expectation from future of old people. The research has been carried out 53 old people at the stayed rest home in Ordu. Data were collected by questionnaire and Beck Hopelessness Scale. The results were evaluated statistically using mean, the percentage, Kruskal Wallis, and Mann Whitney U tests.*

**Keywords:** Old age, Hopelessness, Expectation from future

### GİRİŞ VE AMAÇ

İnsan hayatı boyunca çeşitli yaşam süreçlerinden geçer. Doğar, büyür, olgunlaşır, yaşlanır ve her canlı gibi sonunda yaşamını yitirir.

Yaşlanma; ayrıcalıksız her canlıda görülen, tüm işlevlerde azalmaya neden olan, süregelen ve evrensel bir süreç olarak organizmanın molekül, hücre, doku, organ ve sistemler düzeyinde zamanın ilerlemesi ile ortaya çıkan, geriye dönüşü olmayan yapısal ve fonksiyonel değişikliklerin tümüdür (Kutsal 2001, Sevil 1995).

Yaşlılıkta artan psikolojik yetiler vardır. Bunlar bilgelik ve ağırbaşlılığın belirginleşmesi, mantıklı ve doğru düşünmenin daha sağlıklı olması, muha-

kemenin güçlenmesi, yerinde yargılara daha kolay varabilmesidir. Ancak bununla birlikte yaşlılarda, yaşam sürecinde karşılaşılan sorunların yarattığı gerilimin artması ve çocukların evlenmesi ya da eşlerin kaybı sonucu yalnız kalma duygusu ile psikolojik belirtiler de ortaya çıkabilir (Toprak ve ark 2002).

Erikson yaşlanma işleminin hoşnutsuzluk ve ümitsizlik duygularıyla sonuçlandığını vurgulamıştır. Hoşnutluk (mutluluk), kişinin hayatının son derece iyi geçtiğini belirten bir duygudur. Geçmiş hiçbir zaman değiştirilemez. Fakat her zaman şimdiki zamanla geçmiş birleştirmemiz ve sonuçlardan memnun olmamız mümkündür.

\*Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu

\*\* Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu 4. Sınıf Öğrencisi

Bu tür insanlar "Bu şartlar altında en iyi hayatı yaşadım" derler. Erikson'a göre buna inanan bireylerin ölüme karşı korkuları yoktur (Ziyalar 1982).

Yaşlılıkta zeka parlaklığı azalması, yeni şeyler öğrenmenin zorlaşması, hafıza zayıflaması, girişim ruhu ve ataklığı gerilemesi söz konusudur. Ayrıca yaşlılık döneminin özelliklerinden biri olan; kişinin yaşamının en son dönemi oluşu nedeniyle az ya da çok, ölüm düşünceleri sonucunda ortaya çıkan duygular da vardır. Buna bağlı kimi insanlar yaşantısını istediği gibi değerlendirememenin ve önünde çok az zaman kalmasının telaş ve korkusu içinde olduğunu ifade etmektedir (Yurdakul 1997, Öz 1999).

Ölüm insanların evrensel korkusu, kaçınmadığı bir gerçektir. Yaşlılarda ruhsal bir sıkıntı vardır. Ölüm ruhsal çöküşte en önemli sebeptir (Yurdakul 1997). Özellikle ev ortamından huzurevi ortamına geçiş yaşlılarda bu tür duygulanımların artmasında önemli nedenlerdendir (Khorsid 1992).

Eski fizik gücünde olmayan, bazı rahatsızlıkların etkisi ile rahat olmayan, zevk ve keyif verici bazı yaşantılarını (aktivitelerini) kaybeden, verimli ve üretken bir işten mahrum olan, her an ölüme yaklaştığının farkında olan bir yaşlı kendisini çok aciz, zayıf hissedebilir (Sevil 1995, Yurdakul 1997, Yazgan 2000, Baykara ve ark. 2001). Ayrıca huzurevi gibi evinden uzak ortamlarda yaşaması hayata karşı bakışını ve beklentilerini de etkileyebilir. Yaşlının böyle bir ortamda yaşaması yaşam kalitesi üzerine etkili olabilir (Pınar ve Çınar 2001, Sezgin 1999). Huzurevinde kalan bireylerin yaptıkları aktivitelerinin kısıtlı olması ve genellikle sadece yaşamı devam ettirmeye çalışmaları da geleceğe yönelik umutsuzluk duygularından kaynaklanmaktadır. Bu duygular içindeki insana en önemli yardım, aile

ve çevrenin desteği ile pozitif bir hayat yaklaşımıdır (Gürhan ve ark. 2003, Bulduk ve ark. 2001).

Bu araştırma, Ahmet Mağden Huzurevinde kalan yaşlı bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin umutsuzluk düzeyi üzerine etkisini araştırmak amacıyla yapılmıştır.

## MATERYAL-METOD

Tanımlayıcı araştırma ilkelerine uygun olarak yapılan bu araştırma, Ahmet Mağden Huzurevindeki yaşlıların geleceğe yönelik beklentilerinin umutsuzluk düzeylerine etkisini incelemek amacıyla Ocak 2003-Şubat 2003 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenine Ordu İli Sosyal Hizmetler Müdürlüğüne bağlı Ahmet Mağden Huzurevinde kalan 86 yaşlının tamamı alınmıştır. Ancak iletişim problemleri, bazı yaşlıların izinli olması ve hastanede olmaları nedeniyle 53 yaşlı birey çalışma grubuna alınmıştır (Araştırmaya katılım oranı %61.63). Araştırmanın gerçekleştirildiği kurumdan yazılı ve yaşlılardan sözel onay alınarak araştırmaya başlanmıştır.

### *Veri Toplama Araçları*

Araştırmada veriler 2 ayrı form yolu ile toplanmıştır. Bu formlar çalışmanın amacına uygun olarak literatürler doğrultusunda hazırlanan bilgi formu ile Seber ve Durak tarafından ülkemize uyarlanan Beck Umutsuzluk Ölçeğidir.

*1.Bilgi Formu:* Yaşlının sosyodemografik özellikleri, huzurevi ile ilgili düşüncelerini, geleceğe yönelik beklentilerini ve yapmak istedikleri ile yapamadıklarını belirlemeye yarayan 23 sorudan oluşmaktadır.

*2.Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ):* Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen ölçek, her birinde 2 seçenek bulunan 20 belirti kategorisi içerir. Bireyden kendisi için uygun gelen ifadeleri "evet", uygun olmayanları ise "hayır" olarak işaretlemesi istenir. Puan ranjı 0-20'dir. Toplam puanın yüksek

oluşu, umutsuzluk düzeyinin yüksek olduğunu gösterir.

*Araştırmanın Değişkenleri*

Huzurevinde kalan yaşlıların umutsuzluk düzeyleri bağımlı değişkeni, geleceğe yönelik beklentileri, yapmak isteyip yapamadıkları ve diğer tanımlayıcı bulgular ise bağımsız değişkenleri olarak kabul edilmiştir.

*Verilerin Değerlendirilmesi*

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 9.0 paket programına yüklenmiş, geleceğe yönelik beklentilerinin ve yapmak isteyip yapamadıklarının, memnun olma durumlarının ve diğer tanıtıcı bulgularının bağımlı değişkene etkisi kruskal wallis ve mann whitney u testi ile, bağımsız değişkenler ise yüzdelik ve ortalama olarak gösterilmiştir.

**BULGULAR VE TARTIŞMA**

Tablo 1. Yaşlıların tanıtıcı özelliklere göre dağılımı

| Tanıtıcı özellikler     | N  | %    |
|-------------------------|----|------|
| <b>Yaş</b>              |    |      |
| 60 yaş ve altı          | 4  | 7.5  |
| 61-70 yaş               | 16 | 30.2 |
| 71-80 yaş               | 27 | 50.9 |
| 81 yaş ve üzeri         | 6  | 11.3 |
| <b>Cins</b>             |    |      |
| Kadın                   | 16 | 30.2 |
| Erkek                   | 37 | 69.8 |
| <b>Medeni durumu</b>    |    |      |
| Evli                    | 2  | 3.8  |
| Bekar                   | 9  | 17.0 |
| Eşi ölmüş yada boşanmış | 42 | 79.2 |
| <b>Eğitim durumu</b>    |    |      |
| Okur yazar olmayan      | 37 | 69.8 |
| İlkokul                 | 13 | 24.5 |
| Ortaokul                | 3  | 5.7  |
| <b>Toplam</b>           | 53 | 100  |

Tablo.1’de yaşlıların tanıtıcı bulguları gösterilmiştir. Yaşlıların yaş ortalamaları  $73.11 \pm 9.04$ ’ tür. Yaşlıların %69.8’i erkek, %30.2’si kadın olup %3.8’i evli, %17’si bekardır,

%79.2’sinin ise ya eşi ölmüş yada eşinden ayrılmıştır. Yaşlıların %69.8’i okur yazar değil, %24.5’i ilkokul, %5.7’si ortaokul eğitimine sahiptir.

Tablo-2. Yaşlıların Huzurevi İle İlgili Düşüncelerinin Dağılımı

| Düşünceler                                             | n         | %            |
|--------------------------------------------------------|-----------|--------------|
| <b>Huzurevinden memnun olma durumu</b>                 |           |              |
| Memnun                                                 | 38        | 71.7         |
| Memnun değil                                           | 15        | 28.3         |
| <b>Huzurevinden memnun olmama nedenleri</b>            |           |              |
| Ortamdaki kişilerle yeterince iletişim kuramama        | 1         | 6.7          |
| Ev ortamında olmayı tercih etme                        | 5         | 33.3         |
| Ortamdan sıkılma                                       | 2         | 13.3         |
| Huzurevinin kuralcı olması ve yeterli bakımın olmaması | 7         | 46.7         |
| <b>Boş vakitlerini değerlendirmeleri</b>               |           |              |
| İbadet etme                                            | 6         | 11.3         |
| Sosyal aktivite                                        | 11        | 20.8         |
| Herhangi bir uğraşla meşgul olma                       | 33        | 62.2         |
| Uyuma yatma                                            | 3         | 5.7          |
| <b>Huzurevindeki bireylerle ilişki durumu</b>          |           |              |
| İyi                                                    | 32        | 60.4         |
| Normal                                                 | 8         | 15.1         |
| Kötü                                                   | 5         | 9.4          |
| Bazen iyi bazen kötü                                   | 8         | 15.1         |
| <b>Huzurevini önceden ziyaret etme durumları</b>       |           |              |
| Ziyaret etmiş                                          | 14        | 26.4         |
| Ziyaret etmemiş                                        | 39        | 73.6         |
| <b>Toplam</b>                                          | <b>53</b> | <b>100.0</b> |

Araştırma kapsamındaki yaşlıların %71.7'si huzurevinde kalmaktan memnun olduklarını belirtmiştir. Yaşlıların %28.3'ü memnun olmadıklarını ve bunun nedenlerini ise %6.7'si ortamdaki kişilerle yeterince iletişim kuramama, %33.3'ü ev ortamında olmayı tercih etme, %13.3'ü ortamdan sıkılma, %46.7'si ise huzurevinde kuralların olması ve yeterli bakımın olmaması olarak belirtmişlerdir. Yaşlıların büyük çoğunluğunun huzurevinde kalmaktan memnun olması huzurevinde yeterli bakım almalarından kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca huzurevinin bulunduğu ortam (deniz kenarı ve geniş, yeşil bir bahçe içinde) ve imkanları da kişilerin memnuniyeti üzerinde etkili olmuş olabilir (Tablo 2). Bulduk ve arkadaş-

larının (2001) çalışmasında da huzurevinde kalan yaşlıların burada kalmaktan memnun oldukları tespit edilmiştir. Bu bulgu bu araştırma ile benzerdir.

Yaşlıların huzurevindeki diğer bireylerle ilişkileri incelendiğinde; %60.4'ü iyi, %15.1'i normal, %9.4'ü kötü, %15.1'i bazen iyi bazen kötü olarak belirlenmiştir (Tablo 2). Bulduk ve arkadaşlarının çalışmasında huzurevinde kalan yaşlıların oda arkadaşları ile olan iletişimlerinin büyük oranda (%88.6) iyi olduğu tespit edilmiştir. Yaşlıların %73.6'sının huzurevini önceden hiç ziyaret etmedikleri saptanmıştır.

Huzurevinde kalan yaşlılara huzurevinde kaldıkları sürede ne yapmak istedikleri sorulduğunda;

%13.2' si memleketine, akrabalarına gitmeyi, %18.9'u herhangi bir meslek dalıyla uğraşmayı, %11.3'ü dini görevlerini yerine getirmeyi, %9.4'ü yapmak istedikleri özel bir çok isteklerinin olduğu ve %47.2'sinin ise hiçbir şey yapmak istemedikleri belirlenmiştir (Tablo 3).

Yaşlılara yapmak isteyip de ya-

pamadıkları şeyler sorulduğunda; %9.4' ü herhangi bir mesleği yapmak ve evlenmek, çocuk sahibi olmak, %5.7'si fakirlere yardım etmek, dünyayı dolaşmak, geç evlenmek istediklerini ve %75.5'i ise yapmak isteyip de yapamadıkları hiçbir şeyin olmadığını ifade etmişlerdir (Tablo 3).

Tablo-3. Yaşlıların geleceğe yönelik beklentileri, yapmak istedikleri ve yapamadıklarının dağılımı

| Özellikler                                                                                       | n         | %            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------|
| <b>Yapmak istedikleri</b>                                                                        |           |              |
| Memleketine, akrabalarına gitmek                                                                 | 7         | 13.2         |
| Herhangi bir meslek dalıyla uğraşmak                                                             | 10        | 18.9         |
| Hiçbir şey yapmamak                                                                              | 25        | 47.2         |
| Dini görevlerini yerine getirmek                                                                 | 6         | 11.3         |
| Yapmak istedikleri özel birçok istekler (yatla gezmek, dünya turu yapmak, yeniden evlenmek gibi) | 5         | 9.4          |
| <b>Gelecekte beklenenleri</b>                                                                    |           |              |
| Huzur, mutluluk, barış ve sağlık                                                                 | 9         | 17.0         |
| Ölüm                                                                                             | 44        | 83.0         |
| <b>Yapmak isteyip de yapamadıkları</b>                                                           |           |              |
| Herhangi bir şey yok                                                                             | 40        | 75.5         |
| Herhangi bir mesleği yapmak                                                                      | 5         | 9.4          |
| Fakirlere yardım etmek, dünyayı dolaşmak, geç evlenmek                                           | 3         | 5.7          |
| Evlenmek, çocuk sahibi olma ve onların yanına gitmek                                             | 5         | 9.4          |
| <b>Toplam</b>                                                                                    | <b>53</b> | <b>100.0</b> |

Araştırma kapsamındaki yaşlıların gelecekte beklenenleri hakkındaki görüşleri incelendiğinde; %83.0'ı hiçbir beklentisi olmadan ölümü beklemek, %17.0'ı sağlık, huzur, mutluluk ve barış olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç oldukça düşündürücüdür. Çünkü yaşlıların yaşlanmayı hayatın bir süreci olarak değil de, bir son olarak gördüklerini göstermektedir. Ayrıca özellikle huzurevinde kalmanın yaşlının psikolojik olarak depresif semptomlar göstermesine neden olduğunu gösteren araştırma bulguları mevcuttur (Öz 1999, Pınar ve Çınar 2001, Baykara ve ark. 2001). Depresif semptomların artması

yaşlılarda ölüm duygusunun artışıyla ilişkilendirilebilir (Yazgan 2000). Bu araştırma sonucu bu ifadeyi desteklemektedir (Tablo 3).

Yaşlıların umutsuzluk düzeyleri incelendiğinde; umutsuzluk puan ortalamalarının  $11.56 \pm 5.13$  olduğu saptanmıştır. Bu sonuç yaşlıların umutsuzluk düzeylerinin yüksek olduğunu düşündürmektedir. Özellikle artan ölüm düşüncesi, yalnızlık ve nihai sona yaklaşma korkusu bu umutsuzluk durumunu etkilemiş olabilir. Yaşlılıkta değişen psikolojik durumdaki değişiklikler bu durumu ortaya çıkarmış olabilir. Çalışmalar bu yöndeki yorumu

desteklemektedir (Baykara ve Ark 2001; Bulduk ve ark 2001).

Yaşlıların geleceğe yönelik beklentileri umutsuzluk düzeyini etkilemektedir (mwu= 109.000,  $p<0.05$ ).

Yaşlıların büyük bir kısmının gelecekte ölümü beklemesi umutsuzluk düzeylerini etkilemiştir. Geleceğe umutla bakmayan insanlarda depresif semptomların olması ve ölüm duygularının gelişmesi kaçınılmazdır (Öz 1999, Khorshid 1992, Yazgan 2000). Bu sonuç bu araştırmadaki sonuçla benzerdir.

Yaşlıların huzurevinde kalmaktan memnun olmalarının umutsuzluk düzeylerini etkilediği saptanmıştır (mwu=187.500,  $p<0.05$ ).

Yaşlıların çoğunluğunun huzurevinde kalmaktan memnun olmalarına karşın umutsuzluk düzeylerinin yüksek olması düşündürücüdür. Bu durum "acaba yaşlılar huzurevinde kalmaktan memnun değil de bu kurumdan çıkarılma endişesiyle ya da kalabilecek bir yer bulamama endişesiyle memnun olduklarını ifade etmiş olabilirler" yargısını düşündürebilir. Böyle olması durumunda araştırmadan elde edilen sonuç huzurevi yetkililerinden çekinme, orada kalma imkanını kaybetme, ölümden korkma ve ölümü bekleme gibi faktörlere bağlı olabilir.

Yaşlıların yapmak isteyip "yapamadıkları şey"ın umutsuzluk düzeyini etkilediği tespit edilmiştir (Kw=8.928,  $p<0.05$ ). Bu durum düşündürücüdür. Çünkü yaşlıların büyük çoğunluğu (%75.5) yapmak isteyip "yapamadıkları şey" olmadığını ifade etmişlerdir. Buradaki çelişki ölümü bekleme düşüncesinden kaynaklanıyor olabilir. Bu nedenle bu soruyu doğru olarak cevaplamamış ya da bundan sonraki yaşamlarında geçmişte yapamadıklarını bir daha yapamayacaklarını düşünmüş olabilirler. Bu karamsar düşünceler onları umutsuzluğa itmiş olabilir. Buna karşın

yapmak istedikleri "şey"ın umutsuzluk düzeylerini etkilemediği tespit edilmiştir (Kw=2.361,  $p>0.05$ ).

Yaşlıların tanıtıcı özellikleri ile umutsuzluk düzeyleri arasında fark saptanmamıştır.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

### *Araştırma bulgularına dayanarak;*

\*Yaşlıların büyük çoğunluğu erkek, eşinden ayrılmış ya da boşanmış olup okur yazar değildir.

\*Çoğunluğu huzurevinde kalmaktan memnun olmalarına karşın umutsuzluk düzeyleri yüksektir.

\*Yaşlıların yarıya yakını bir şey yapmak istememektedir.

\*Büyük çoğunluğu sadece ölümü beklediğini belirtmiştir.

\*Gelecekte beklentilerinin olmaması, huzurevinde kalmaktan memnun olmama ve yapmak isteyip yapamadıkları şey umutsuzluk düzeylerini yükseltmiştir.

### *Bu sonuçlar doğrultusunda;*

Yaşlıların bakım altında oldukları huzurevlerinde yaşlıları yaşama sağlayacak tedbirlerin (gezi programları, yakınları ile iletişime girilerek ziyaret sıklığının artırılmasının sağlanması, kurumun tanıtılarak bireylerin kurumu ve yaşlıları ziyaretlerinin sağlanması, yaşlılara yönelik eğlence programları, el sanatları ile ilgili aktiviteler gibi) yetkililerce alınması önerilebilir. Umutsuzluk düzeylerini etkileyen geleceğe yönelik özellikle ölüm düşünceleriyle etkin şekilde bireylerin baş etmesi için bireylere stresle baş etme yöntemlerinin kurumdaki sağlık personeline öğretilmesi önerilebilir.

Her şeyden önemlisi yaşamın bir değer olduğu ve her basamağının gerektirdiği şekilde en güzel biçimde yaşanması gerektiği sağlık personeline bireylere ifade edilmelidir.

## KAYNAKLAR

Baykara Y, Öntaş ÖC, İçağasıoğlu A (2003). Yalnız yaşayan yaşlılar ve sorunları. I. Ulusal Aile Hizmetleri sempozyumu

(2000’li yıllarda aile hizmetleri). 9-11 Mayıs Ankara; 330-335.

**Bulduk S, Yabancı N, Demircioğlu Y** (2003). Bir sosyal hizmet kurumu olan huzurevinde kalan yaşlıların karşılaştıkları sorunlar. I. Ulusal Aile Hizmetleri sempozyumu (200’li yıllarda aile hizmetler). 9-11 Mayıs Ankara; 330-335.

**Gürhan N, Hisar F, Elbaş NÖ** (2003). Huzur evinde yaşayan yaşlıların huzur evleri ve yaşlılığa ilişkin görüşleri. Hemşirelik Forumu: 6 (2): 7-10.

**Khorshid LK** (1992). Yaşlılıkta ruhsal değişiklikler ve sorunlar. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi. 8 (1): 97-101.

**Kutsal YG** (2001). Neden geriatri GEBAM Bülteni Ocak.

**Öz F** (1999). Yaşlılıkta ruh sağlığı. Sosyal Hizmetler Dergisi. 1 (9): 19-27.

**Pınar R, Çınar S** (2001). İstanbul ilinde huzurevi ve huzurevi dışında yaşayan

yaşlıların yaşam doyumları (kaliteleri) farklı mı? Karşılaştırmalı bir çalışma. Hemşire Dergisi. 51 (4): 10-19.

**Sevil HT** (1995). Yaşlılık ve sorunları. Actuale Medicine. 3 (5): 34-36.

**Sezgin G** (1999). Yaşlılık, yaşlanmaya hazırlık. Sosyal Hizmetler Dergisi. 10 (1); 21-26.

**Toprak İ, Soydal T, Bal E ve ark.** (2002). Yaşlı Sağlığı. Sağlık Bakanlığı Yayınları. Ankara.

**Yazgan G** (2000). İleri yaşlarda psikolojik sorunlar. Üçüncü Bahar Yaşlılık ve Bilgelik. Evrim yayınları. 129.

**Yurdakul RS** (1997). Yaşlılık Çağı. Hemşirelik İçin Ruh Sağlığı Ve Hastalıkları. Hatiboğlu Yayınevi. 168-172.

**Ziyalar A** (1982). Gerontoloji. Sosyal Psikiyatri. Önsöz Matbaası. 170-191.