



## Yaşlandıkça Okuma Hızımız Azalır mı?

İnsanların çoğu yaşlandıkça görme duyularının sağlığından bağımsız olarak okuma hızında düşüş deneyimler. Sözcük anlamlarına yönelik bellek 60'lı ve 70'li yaşlara dek sorunsuz çalışsa da okumadaki yavaşlamanın orta yaşlarda başladığına dair bulgular mevcut. Henüz net bir açıklaması olmayan bu durumun olası nedenlerine dair öne çıkan bazı görüşler var.

Yaşlı insanların hatalardan kaçınmak için daha dikkatli ve yavaş okudukları görüşünü test eden bir deneyde genç ve yaşlı bireylerin okuma hızlarını artırmaları sonucundaki kavrayış düzeyleri karşılaştırıldı. Okuma hızlarını iki katına çıkaran katılımcılar yaşlarından bağımsız olarak benzer düzeyde kavrayış hatası gösterdikleri için deneyde bu görüşü destekleyen bir sonuç ortaya çıkmadı.

Genç yetişkinlikten orta yaşlılığa geçişte gerçekleşen okuma hızı düşüşünün başlıca nedeni olarak beyindeki veri işleme sürecinin yavaşlaması gösteriliyor. Çoğu insan tek başına duran bir harfin verisini kalabalık bir grup içindekine kıyasla daha hızlı işleyebiliyor. Kalabalık bir grup hâlindeki harflerin işlenmesinde ise çevresel görüş ya da diğer adıyla dolaylı görüş yeteneği de rol oynuyor. İlerleyen yaşla birlikte çevresel görüş verilerinin işlenmesindeki yavaşlama sözcükleri daha yavaş algılamamıza yol açıyor. Çevresel görüş alanındaki veri yoğunluğunun farklı yaş gruplarındaki insanların okuma hızına etkisinin incelendiği bir çalışmada ileri yaştaki katılımcıların daha yavaş okudukları gözlemlendi. Çevresel görüş alanındaki harf yoğunluğu arttıkça yaşça büyük katılımcıların daha fazla kavrayış hatası yaptıklarının belirlenmesi de araştırmanın bulguları arasında.

Öte yandan, hem duyduğumuz hem de okuduğumuz sözcük ve cümlelerin işlenerek kısa süreli depolandığı bellek birimine fonolojik döngü (seslendirme döngüsü) deniyor. Fonolojik döngü kapasitesinde yaşla birlikte gerçekleşen değişimi belirlemeye çalışan bir deneyde, 40 yaş üstü katılımcıların fonolojik döngülerinde daha az veri depolayabildiği belirlendi. Bu da azalan kapasitenin artan yaşla birlikte gelen okuma yavaşlamasında önemli düzeyde etkisinin olduğunu düşündürüyor.

### Kaynaklar

Lindenberger, U., & Ghisletta, P. (2009). Cognitive and sensory declines in old age: Gauging the evidence for a common cause. *Psychology and Aging*, 24(1), 1–16.

Malyutina, S., Laurinavichyute, A., Terekhina, M., & Lapin, Y. (2018). No evidence for strategic nature of age-related slowing in sentence processing. *Psychology and Aging*, 33(7), 1045–1059.

[sciencedaily.com/releases/2012/11/121122095305.htm](https://www.sciencedaily.com/releases/2012/11/121122095305.htm)