

**T.C.**  
**PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ**  
**İSLAMİ İLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**YAŞLILIK DÖNEMİNDE MANEVİ DANIŞMANLIK VE**  
**REHBERLİK**

**TEZSİZ YÜKSEK LİSANS BİTİRME PROJESİ**

**Hazırlayan**

**Necla ÇELEN**

**Öğrenci No:223986047**

**DENİZLİ, 2023**

**T.C.**  
**PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ**  
**İSLAMİ İLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK TEZSİZ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**YAŞLILIK DÖNEMİNDE MANEVİ DANIŞMANLIK VE**  
**REHBERLİK**

**TEZSİZ YÜKSEK LİSANS DÖNEM PROJESİ**

**Necla ÇELEN**

**Öğrenci No:223986047**

**Proje Danışmanı: Doç. Dr. Mehmet ÇINAR**

**Enstitü Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri**  
**Tezsiz Yüksek Lisans Programı: Manevi Destek ve Rehberlik**

NECLA ÇELEN tarafından hazırlanan “YAŞLILIK DÖNEMİNDE MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK” adlı tezsiz yüksek lisans dönem projesi danışmanlığında hazırlanmış olup 15.11.2023 tarihinde son kontrolü yapılarak Pamukkale Üniversitesi İslam İlimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Manevi Destek ve Rehberlik tezsiz yüksek lisans dönem projesi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Danışman  
**Doç.Dr. Mehmet ÇINAR**

Pamukkale Üniversitesi İslami İlimler Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun .....tarih ve ..... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

**Enstitü Müdürü**

## **BEYAN**

Bu projenin tasarımı, hazırlanması, yürütülmesi, araştırmalarının yapılması ve bulgularının analizlerinde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini; bu çalışmanın doğrudan birincil ürünü olmayan bulguların, verilerin ve materyallerin bilimsel etiğe uygun olarak kaynak gösterildiğini ve alıntı yapılan çalışmalara atıfta bulunulduğunu beyan ederim.

**Necla ÇELEN**

## ÖNSÖZ

Bu projede yaşlılığın tanımı, yaşlılık döneminin özellikleri, maneviyatın tanımı, manevi danışmanlığın önemi ve gereklilikleri, yaşlılık döneminde manevi danışmanlığın önemi ve gerekliliğinden bahsedilmektedir.

Yaşlılar, içinde buldukları durum itibari ile dezavantajlı konumda bulunmaktadır. Bu dönemde yaşanan sorunlar bedensel, ekonomik, sosyal ve manevi olarak sıralanabilir. Sosyal ve ekonomik sorunlar gerek devletin gerekse çeşitli sivil toplum kuruluşlarının destekleri ile belli ölçüde giderilebilmektedir. Bakıma muhtaç bazı yaşlılar bakımevlerinde devlet korumasında hayatlarını devam ettirebilmektedirler. Böylece sosyal ve ekonomik sorunlara çeşitli çözümler bulunabilmesine rağmen manevi çözümler gerektiren hususlarda yaşlılar yalnız kalmaktadır ve sorunları çözülememektedir. Ömrünün son günlerini bu sorunlarla baş edemeden mutsuz bir şekilde tamamlayan insan sayısı oldukça fazladır. Bu çalışmada yaşlı insanların manevi desteğe duyduğu ihtiyaçtan ve bu ihtiyacın nasıl karşılanabileceğinden, manevi desteğin öneminden, bahsedilmeye çalışılacaktır.

Bu koşullar altında mesleki tecrübeyi akademik disiplinle buluşturma konusunda beni cesaretlendiren, projenin tamamlanma aşamasına varıncaya kadar bütün süreçlerinde ilgi ve desteğini esirgemeyen, öneri ve düşünceleri ile beni yönlendiren değerli danışman hocam Doç. Dr. Mehmet ÇINAR'a teşekkürlerimi sunarım.

**Necla ÇELEN**

Denizli – 2023

<b>Projenin Başlığı: Yaşlılık Döneminde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik</b>	
<b>Projeyi Hazırlayan:</b> Necla ÇELEN	<b>Danışmanı:</b> Doç. Dr. Mehmet ÇINAR
<b>Kabul Tarihi:</b> 15.11.2023	<b>Sayfa Sayısı:</b> 38
<b>Anabilim Dalı:</b> Felsefe ve Din Bilimleri	<b>Programı:</b> Manevi Destek ve Rehberlik
<p>Bu dünyada eşref-i mahlukat olarak yaratılan insanoğlunun hayatının her anı, hatta ölümü ve ölüsü bile kıymetlidir. Bir bebeğin, bir gencin yaşamında mutlu ve huzurlu olmasına ne kadar gayret ediliyorsa ihtiyarlık dönemindeki insanın da aynı şekilde hayatının son günlerini yaşamasına imkan verilmelidir. Bu konuda çaba sarf edilmelidir. Yaşlılık döneminin insanın bebeklik dönemine dönüş sayıldığı, birçok bedensel yeteneğin ve zihinsel faaliyetlerin zayıfladığı, ilerleyen dönemlerde bakıma muhtaç hale gelebilen bireyin elbette ki özel bir ilgiye ve bakıma ihtiyacı olacaktır. Bu bakım sadece bedensel hastalıklarının ve ihtiyaçlarının karşılanması anlamına gelmemektedir. Yaşlılık döneminin de kendine has sorunları ve çıkmazları vardır. Bir ergenin ne kadar sıkıntısı varsa bir yaşlının da sıkıntıları olabilmektedir. Ergen yaşadığı dönemi en uç noktalarda yaşadığı halde çevresi tarafından hoş görülüp idare edildiği halde, yaşlı yaptığı farklı davranışlardan ötürü zaman zaman ayıplanmakta, kızılmakta, hatta toplumdan dışlanabilmektedir. Bir çocuğa, bir ergene gösterilen anlayışın, ilginin ve desteğin aynısının yaşlılara gösterilmesinin gerekliliği maalesef halen idrak edilebilmiş değildir. Yaşlılar bedensel yönden hastalanabildikleri gibi manevi yönden de rahatsızlıklar yaşayabilmektedir. Her ne kadar yaşadıkları bu sorunların tek başına üstesinden gelmeye çalışsalar da, zaman zaman başarılı olmayabilirler. Kendini daha çok ibadetlere vermesi, yeni hobiler edinmesi, seyahatlere çıkması ya da toprak işleriyle uğraşması yaşadığı manevi sorunları aşmasına yetmeyebilir. İşte bu durumlarda nasıl ki bir ergenin bir psikoloğa gidip yardım alması ne kadar doğalsa bir yaşlının da bunu yapabilmesi gereklidir. Maalesef toplumumuzda bunun önemi yeterince kavranmış değildir. Yaşlıların birçoğu yaşadığı sorunlardan dolayı gerek psikolojik destek gerekse manevi destek almayı talep etmemektedir. Oysa ki özellikle de manevi ve dini destek alan bireyler dinin ve ahlakın sunduğu içsel huzurdan faydalanır, kendinde bulunan manevi potansiyeller ortaya çıkar, bu sayede yaşlı, hayatının son dönemlerini daha mutlu ve huzurlu sürdürebilir. Tabi ki yaşlılara bu desteği veren manevi danışmanlarında alanında uzman kişiler olması oldukça önemlidir. Ülkemizde bu alanda yetişmiş personele ihtiyaç oldukça fazladır. Her ne kadar bu ihtiyacı Diyanet İşleri Başkanlığı'nda çalışan personeller yürütmeye çalışsa da bu ihtiyacı karşılamaya yeterli değildir. Manevi Danışmanlık hizmeti yürütecek olan kişilerin dini ve manevi bilgilerinin yanında insan psikolojisini anlayabilen ve bunu karşı tarafa aktarabilecek eğitiminin olması gerekmektedir. İlahiyat Fakültelerinin bünyesinde psikoloji eğitiminin daha fazla yer alması ve</p>	

bu alana yönelmek isteyenlerin tıpkı psikolojik danışmanlar gibi eğitilmesi daha bilinçli manevi danışmanlık uzmanlarının yetişmesini sağlayacaktır.

**Anahtar kelimeler:** Yaşlılık, Manevi Danışmanlık, Rehberlik

<b>Title of the Project: Spiritual Counseling and Guidance in the Elderly Period</b>	
<b>Author:</b> Necla ÇELEN	<b>Supervisor:</b> Doç. Dr. Mehmet ÇINAR
<b>Date:</b> 15.11.2023	<b>Nu. of pages:</b> 38
<b>Department:</b> Felsefe ve Din Bilimleri	<b>Subfield:</b> Manevi Destek ve Rehberlik
<p>Every moment of the life of human beings, who are created as the noblest of creatures in this world, even their death and corpse, is valuable. Just as much effort is made for a baby or a young person to be happy and peaceful in their life, the elderly should also be given the opportunity to live their last days in the same way. Effort should be made in this regard. The old age period is considered to be a return to the infancy period, where many physical abilities and mental activities weaken, and the individual can become dependent on care in the later stages, so they will certainly need special attention and care. This care does not only mean meeting their physical illnesses and needs. The old age period also has its own problems and dilemmas. Just as an adolescent can have difficulties, an elderly person can also have problems. While an adolescent is tolerated and managed by their surroundings even when they experience their period in the most extreme ways, the elderly can sometimes be criticized, scolded, and even excluded from society due to their different behaviors. Unfortunately, the necessity of showing the same understanding, interest, and support to the elderly as to a child or an adolescent has not yet been realized. The elderly can experience spiritual discomfort as well as physical illnesses. Although they try to overcome these problems on their own, they may not always be successful. Devoting oneself more to worship, acquiring new hobbies, going on trips, or engaging in gardening may not be enough to overcome the spiritual problems they experience. In such cases, just as it is natural for an adolescent to go to a psychologist and seek help, it is necessary for an elderly person to do the same. Unfortunately, the importance of this is not fully understood in our society. Many elderly people do not request psychological or spiritual support due to the problems they experience. However, especially individuals who receive spiritual and religious support benefit from the inner peace offered by religion and morality, their spiritual potentials emerge, and as a result, they can lead a happier and more peaceful life in their old age. Of course, it is very important for spiritual counselors who provide this support to be experts in their field. There is a great need for trained personnel in this field in our country. Although personnel working in the Presidency of Religious Affairs try to meet this need, they are not sufficient to meet this need.</p>	

Individuals who will provide Spiritual Counseling services should have not only religious and spiritual knowledge but also the ability to understand human psychology and convey it to the other person. It is necessary for psychology education to have a greater place within the faculties of theology and for those who want to specialize in this field to be trained like psychological counselors, which will enable the training of more conscious spiritual counseling experts.

**Keywords:** Old Age, Spiritual Counseling, Guidance



# İÇİNDEKİLER

<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>ii</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>1.YAŞLILIK DÖNEMİ</b> .....	<b>3</b>
1.1.Yaşlılığın Tanımı.....	3
1.1.1.Psikolojik Olarak Yaşlılık .....	5
1.1.1.Sosyolojik Olarak Yaşlılık .....	7
1.2.Yaşlılık Dönemleri.....	8
1.2.1.İlk Yaşlılık .....	8
1.3.2. Orta Yaşlılık .....	9
1.3.3. İleri Yaşlılık.....	9
<b>2.YAŞLILIK DÖNEMİNDE MANEVİYAT</b> .....	<b>10</b>
2.1. Maneviyatın Tanımı .....	10
2.2.Yaşlılarda Maneviyat .....	11
<b>3.YAŞLILIK DÖNEMİNDE MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK</b> .....	<b>13</b>
3.1 Yaşlılıkta Manevi Gereksinimler .....	13
3.2 Yaşlılıkla Manevi Başa Çıkma .....	15
3.3 Yaşlılıkta Manevi Destek ve Rehberlik .....	19
<b>SONUÇ</b> .....	<b>23</b>
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>26</b>

## GİRİŞ

Yaşlanıyor muyuz? 1990 yıllarında Türkiye’de yaşayan bir çocuk olarak yurt dışına çalışmaya giden insanlara anlam veremezdim. Orada çalışacak insan kalmadı mı diye düşünürdüm. Yıllar içinde Avrupa ülkelerinin nüfusunda yaşlı kesimin çok fazla olduğu ve çalışacak genç nüfusa ihtiyaç duyduklarının farkına vardım. Aradan geçen 30 yılın ardından aynı hazin sonun Türkiye’yi de tehdit ettiğini istatistikler ortaya çıkardı. Son yıllarda sosyo-ekonomik koşullardaki iyileşmeler, yaşam kalitesinin artması, sağlık sisteminde görülen ilerlemeler insan ömrünü uzatmıştır. Türkiye’de beklenen yaşam süresi 77,5 yıl olmuştur. Doğum oranlarının azalmasıyla da bütün dünyada olduğu gibi Türkiye’de yaşlı nüfus artmaya başlamıştır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK)’in verilerine göre 2022 yılı sonu itibariyle, genç nüfus, toplam nüfusun %15,2’sini oluştururken, yaşlı nüfus olarak kabul edilen 65 ve daha yukarı yaştaki nüfus, %9,9’a yükselmiştir. Bu oranın 40 yıl sonra, 2060 yılında %22,6 olacağı öngörülmektedir.<sup>1</sup> Dünya’da ve Türkiye’de artan yaşlı nüfus toplumda ağırlıklı bir biçimde kendilerini hissettirmeye başladıkları için yaşlılık dönemine olan ilgi de giderek artmıştır.

Gelişmiş ülkeler yaşlılarına kıymet vermekte, onların sorunlarını ortadan kaldırmaya çalışmakta gerek sosyal gerek dini yaşamlarını daha rahat yaşamalarına imkan sağlayarak, ruh sağlığını korumaya yönelik çalışmalar yapmaktadırlar. Bizim ülkemizde de son dönemlerde bu alanda çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Zaten bizim dinimiz ve kültürümüz, yaşlılara ayrı bir değer ve önem vermekte, yaşlanmış olan ebeveynlerine saygıda kusur etmeme konusunda insanları uyarmaktadır. Yaşlanmış ebeveynine öf bile demenin hoş görülmediği dinimizde onların yaşlılık dönemlerinde yanlarında olup da, onların duasını alamamış kişileri peygamberimiz ayıplamıştır.

Yaşlılık döneminde yaşanan sorunlarla başa çıkması için yaşlı bireylere destek vermede din eğitimcilerine de büyük görev düşmektedir. Gerek huzurevlerinde kalan yaşlılara gerek hastanelere tedavi gören yaşlılara gerekse sosyal hayatın içinde yer alan ve yaşadığı her türlü zorlukta desteğe ihtiyaç duyan bireylere ihtiyaç duyduğu manevi değerlerin işlenmesi, gerekli motivasyonun sağlanması gerekmektedir. Dini rehberlik alanında görev yapan uzmanlar, yaşlının gerek kendisine gerekse ailesine manevi

---

<sup>1</sup> Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni <http://www.tuik.gov.tr> Erişim 29.09.2023.

danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde bulunmak suretiyle, yaşlanma döneminin zorluklarının üstesinden gelinmesine, bireyin hayatla bağımlı güçlenmesine katkı sağlayabilirler.

Ülkemizde hızla artan yaşlı nüfusa gerekli manevi rehberliğin sunulabilmesi için alanında yetişmiş manevi danışmanlara oldukça ihtiyaç duyulmaktadır. Bu sayının ilerleyen yıllarda daha da artacağı bir gerçektir. Bu alana özel danışmanlık verecek görevlilerin yetiştirilmesinin gerekliliği aşikardır. Bu çalışmam da bütün bu konulara bir ışık tutmak ve yapılabilecek çalışmalara değinmek istedim.

# 1.YAŞLILIK DÖNEMİ

## 1.1.Yaşlılığın Tanımı

2020- 2025 dönemi için doğu'da beklenen yaşam süresinin dünya genelinde 73,2 yıl olduğu belirtilmektedir. İnsanlarda ortalama yaşam süresi ülkelere göre farklılıklar gösterebilmektedir. Esvatini'de 39,5 yıl olan yaşam süresi Japonya'da 81 yıldır. Andorra ise 83,5 yıl ile dünyanın en uzun ortalama yaşam süresine sahip ülkesidir. O halde yaşlılık döneminin başlangıcı neye göre belirlenmiştir. Tabii ki sosyo-ekonomik düzeyi gelişmiş ülkelere göre. Yaşlılık dönemini 65 ve yukarısı olarak belirleyen ilk kişi Bismarck olmuştur. Bireyin emekli olmasını ve sağlık güvence hizmetlerinden yararlanmaya başlamasını esas almıştır. Dünya Sağlık Teşkilatı ise yaşlılık dönemini 60 + olarak kabul eder.

Yaşlılık sözlük anlamı olarak yaşlı olma, artmış yaşın etkilerini gösterme hali olarak tanımlanmaktadır. Canlılar için biyolojik işlevler yönünden erişkin konuma ulaştıktan sonra, yani üreme döneminin bitiminden ölüme kadar geçen zaman dilimindeki değişim ve dönüşüm sürecidir.<sup>2</sup>

Ömrü olan her canlının hayatının son evresi olarak geçirmek zorunda olduğu bu dönem her bireyde fizyolojik açıdan da psikolojik açıdan da farklılıklar gösterebilmektedir.

Yaşlılığı sadece ömürden yaş alma olarak değil, farklı boyutlarda değerlendiren yaklaşımlar vardır. İnsanoğlu yılların geçip yaşının ilerlemesiyle “kronolojik olarak” yaşlanırken, hücrelerinin yaşlanması vücudunun yapısal ve işlevsel olarak değişim göstermesiyle “biyolojik olarak” yaşlanır. Hücreleri yaşlanan bireyin iç organları da sinyal vermeye başlar, sinir sistemi, kalp, damar, beyin, karaciğer gibi organlarda yetersizliklerin görülmesiyle “fizyolojik yönden” yaşlılık başlar.

Şengül Hablemitoğlu ve Emine Özmete'ye göre bir insanın yaşlanma sürecinde sevdiği birisini kaybetmesi, maddi sorunlar yaşaması, işlevsel yetersizliklerin ortaya çıkması, günlük faaliyetlerinde başkalarına olan bağımlılığının artması, çeşitli hastalıklar yaşaması ve tüm bunların yanında sosyal destek kaybı yaşayıp, muhtaç olma durumuyla

---

<sup>2</sup> Mas R, Işık A.T, Karan M.A ve ark. (Editör). Gerontolojinin Temelleri. İçinde: Duyar İ, Geriatri. Ankara: TGV, 2008: 9-19.

karşılaşması bireyi depresyona daha yatkın hale getirmekte ve “psikolojik yaşlanmayı” hızlandırmaktadır.<sup>3</sup>

Emekli olduktan sonra azalan maddi gelir, artan sağlık giderleri nedeniyle yoksullaşabilen bireylerin “ekonomik yönden” yaşlılığı başlar. Emeklilikle birlikte sosyal hayattan kısmen uzaklaşan ve yalnız kalan birey rol kayıpları yaşayabilmekte, sosyal çevresinin değişmesi, eş-dost kayıpları nedeniyle “sosyo-kültürel yönden” yaşlanmış sayılır. Hayatının her alanı değişen ve her yönden yaşlanan birey bu yeni durumlara uyum sorunları yaşamakta ve her değişim stresi beraberinde getirmektedir.

Yaşlılık bireysel farklılıklardan kaynaklanan sebeplerden ötürü fiziksel ve psikolojik yönden farklılık gösterebilmektedir. Aslında bu kişinin kendini nasıl hissettiği ile ilgili bir durumdur. Yaş olarak daha fazla olmasına rağmen bazı insanlar daha dinç ve dinamik olabiliyorken (örn. Ajda Pekkan), daha genç yaşta olup da bedenen ve ruhen çöken insanların sayısı da az değildir.

Yaşlılık dönemi ruhen ve psikolojik olarak her ne kadar soranların arttığı bir dönem olsa da bilgi tecrübe ve birikime sahip olunması hasebiyle olumlu yönlerinde bulunduğu bir dönemdir.

Yaşlılık elbette ki kolay bir dönem değildir. Öyle ki yüce kitabımız Kuran-ı Kerimde rabbimiz yaşlılık hakkında “Erzel-i umur” ifadesini kullanmaktadır. Ömrün en rezil dönemi.

“Erzel-i umur” ifadesinin yer aldığı iki ayet şöyledir; “Sizi yaratan ve sonra da vefat ettiren Allah’tır. Kiminiz de ömrünün en düşkün çağına (erzel-i umur’a) kadar yaşatılır ki bildiğini bilemez hale gelsin. Allah alimdir, kadirdir.”<sup>4</sup>

“Ey insanlar! Kabirlerden kalkma konusunda şüpheniz varsa (düşünün): Sizi önce topraktan sonra döllenen yumurtadan, sonra alakadan, sonra da bir çığnem et parçasından belli belirsiz şekilde yarattık. Bu sözler, size olup biteni açıklamamız içindir. Yaşamasını tercih ettiğimizi belirlenmiş bir süreye kadar rahimlerde tutar, sonra sizi bir çocuk olarak çıkarırız. Sonra da ergenlik çağına eresiniz (diye yaşatırız). Kiminiz ölür, kiminiz de ömrün en düşkün çağına (erzel-i umura) kadar yaşatılır ki bilirken bilemez hale gelsin. (Tıpkı bunun gibi) Toprağı da kupkuru görürsün ama üzerine suyu indirdik mi kıpırdar, kabarır ve her türden iç açıcı çift çift bitkiler bitirir.”<sup>5</sup>

<sup>3</sup> Hablemitoğlu, Ş. ve Özmete, E., Yaşlı Refahı: Yaşlılar için Sosyal Hizmet, Ankara: Kilit Yayınları (2010).

<sup>4</sup> Ateş, A. E., Kur’an Çevirilerinde Akıbet Lamı. *Tasavvur Tekirdağ İlahiyat Dergisi*, (2021), 7(1), 177-205.

<sup>5</sup> Arslan, Y., Yeryüzünün Diriltilişinin Yeniden Diriliş İçin Delil Olması Meselesine Kur’anî Bir Bakış. *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, (2022). 6(2), 690-714. (Hac 22/5).

Erzel'in aslı rezil kelimesidir. Rezil; "kötü, bozuk, adi, iğrenç ya da tasvip edilmeyen bir şey oluşundan dolayı arzulanmayan, istenmeyen, uzak durulan, içtinap edilen, el çekilen ya da vazgeçilen şey" demektir.<sup>6</sup> Bu ayetlerde de görüldüğü gibi insan ne kadar yaşarsa yaşasın ölümün geleceği, üstelik yaşam süresi uzadıkça bunun insan için zor bir dönem olacağı vurgulanmış, ömrün son dönemlerinin düşkün olunacağı hatırlatılmıştır.

Kişinin yaşlılık dönemine uyum sağlamak ve bu dönemi daha sağlıklı geçirebilmesi için birtakım süreçlere uyum sağlaması gerekmektedir. Bu dönemleri ve gelişim ödevlerini şu şeklide sıralamak mümkündür.

1. Yaşlı bireyin çabuk bozulabilen sağlık durumuna uyum sağlayabilmesi.
2. Emeklilik hayatına ve azalan ekonomik gelirine uyum sağlayabilmesi.
3. Ölümüyle kaybettiği eşin yokluğuna ve yalnızlık duygusuna alışabilmesi.
4. Diğer yaşlılarının oluşturduğu sosyal ve bireysel ilişkilere uyum sağlayabilmesi.
5. Bu dönemde de devam eden sosyal ve ulusal ödevlerini karşılayabilmesi.
6. Kendi konumuna uygun fiziksel yaşam şartlarını düzene sokabilmesi.<sup>7</sup>

### **1.1.1.Psikolojik Olarak Yaşlılık**

Yaşlanan sadece beden midir? İnsan yaşamında yıllar geçtikçe ilerleyen sadece takvimlerdeki sayılar değildir. İnsan bedeni ve ruhu da bundan nasibini alır. Önce saçlarda tek tük beyazlıklar görülmeye başlar, yüzlerde derinleşen çizgiler. Gözler eskisi kadar keskin göremez de gözlük devri başlar. Artık az duyan kulaklara kulaklık çare olur. Dişler ise çoktan vücudu terk etmeye başlamıştır. Onunda çaresi takma dişlerle çözülür. Eskiden ara sıra gelen ağrılar şimdi her gün yoklar bedeni. Kemikler zayıflar, kamburlar çıkar, beden kendini taşımakta zorlanmaya başlar. Bu belirtiler her ne kadar yavaş yavaş görüşmeye başlasa da insan kabullenmek istemez yaşlılığı. Vücudun bu hızlı değişikliğine ruhumuz ayak uydurmakta zorlanır. O yüzden yüzümüz kırışmasın diye kremler kullanmamız, daha dinç kalmak için vitaminlerden medet ummamız.

<sup>6</sup> Tütün, S., "Kur'an'da Erzeli'l-'umur Ve Yaşlılık Üzerine Bir Değerlendirme". Cumhuriyet İlahiyat Dergisi 20/2 (2016). Kur'an-ı Kerim, Rağıp el-İsfehânî, el-Müfredât, Rezil maddesi.

<sup>7</sup> Feriha Baymur, Genel Psikoloji, İnkılap Kitabevi, İst.,1994, s. 63-65.; Cavit Binbaşoğlu, Eğitime Giriş, Bipbaşoğlu Yay., Ankara-1988, s. 100.

Yaşlının zayıflamakta olan sadece bedeni değildir. Psikolojik bakımdan da eksilere doğru gidiş görülmektedir. Gençlik yıllarında doyamadığı uyku şimdilerde uykusuzluk olarak baş gösterir. Kişi eskiye nazaran daha gergin, çabuk sinirlenen, motivasyonu düşük, telkinlere kapılan huysuz bir hale döner. Kendini yenileyemeyen hücrelerden biri de beyindir. Bununla birlikte başlayan diğer bir sorun da unutkanlıktır. Bu hafızadaki zayıflama giderek bunama şekline dönüşebilmektedir.

Yaşlılığın belirtilerinden bir tanesi de geçmişe özlem duymasıdır. Hızla gelişen ve değişen dünyaya ayak uyduramayan insanoğlu, eskiye özlem duyar ve eski alışkanlıklarını devam ettirme konusunda ısrarcı davranırlar. Bir nevi değişime ayak direrler. Her şeyin eski zamanda daha güzel olduğunu savunurlar ve içinde buldukları dönemin şartlarını eleştirirler. Bu nedenle gençlerle çatışma yaşamaya başlarlar ve araları açılır. Kimsenin kendini anlamadığını düşünen yaşlı birey içine kapanmaya başlar. Bu da onların daha benmerkezci davranmasına neden olur. “Bu adaptasyon bozukluğu, zamanla ilerlerse yaşlılık bunamasının belirtilerinden biri olan *neofobiye* (yenilik korkusu) yol açabilir. Artık yeni ve alışamadığı her şeyden dehşet duyarcasına korkan yaşlı birey, bir türlü eski alışkanlıklarını terk edemez hale gelir.”<sup>8</sup>

Yaşlanmayla birlikte düşünme hızında ve algılamada yavaşlamalar görülebilir. Kişi daha dikkatsiz ve yavaş hale gelir. Yeni şeyler öğrenmeye isteksiz ve motivasyonu düşüktür.

Bu dönemde emekli olan birey haliyle bir takım makam, mevkilerini bırakmış ve unvanlarına veda etmek zorunda kalmıştır. Bu durum kişide boşluk duygusu, iktidarını kaybetme yoksunluğu doğurabilir. Yıllardır süregelen hayat meşgalesini kaybeden insan artık işe yaramadığı hissedebilir. Kendini fazlalık olarak görebilir. Eğer eşini kaybetti ise ve tek başına yaşam sürmek zorundaysa yalnızlık duygusuyla da başa çıkmak zorundadır.

Artık olgunlaşan kişi bu dönemde daha önceki hayatını gözden geçirip sentezlemeye başlar. Eğer geçmişinde iyi bir hayat yaşayıp doyuma ulaştıysa yaşlılık döneminde daha huzurlu olur. Fakat geçmişte fazlaca hata yaptıysa, istediği gibi bir hayat yaşayamadıysa yaşlılığı pişmanlıkla hayıflanmakla ve daha agresif olarak geçmektedir.

Kişi yaşlandıkça dış dünyadan iç dünyasına dönüş yaşamaktadır. Bu nedenle diğer insanlarla duygusal bağları da zayıflamaya başlar. Hatıralarıyla yaşamayı tercih eden

---

<sup>8</sup> Yerli, G., Yaşlılık Dönemi Özellikleri Ve Yaşlılara Yönelik Sosyal Hizmetler. *Journal of International Social Research*, 10(52) (2017). (Meb, 2013:10-13).

yaşlılar bu nedenle yeni arkadaş edinmeyi istemezler. Bir kenara çekilip ölümü bekleyen yaşlı sayısı az değildir.

Yaşlılıkla birlikte alınganlık duygusu da artmaktadır. Havadan nem kapacak derecede alıngan olabilmektedirler.

Yaşlılıkla birlikte artan şeylerden bir tanesi de mal sevgisi ve cimrilik. Her ne kadar hayatın sonuna yaklaşmış olsa da sahip olduğu malı her zamankinden daha çok elinde tutma isteği duymaktadırlar. Malını öbür dünyaya götüremeyeceğinin bilincinde olan insanoğlu, ardından eser bırakma ve sanki ölümsüzleşme arzusu duyar. Bu nedenle zengin olanlar miraslarıyla adının yaşatılacağı eserler yapılmasını istese de fakir kişiler kendinden sonra evlatlarının rahat yaşaması kaygısı duyarlar.

### **1.1.1.Sosyolojik Olarak Yaşlılık**

İnsanoğlu bir toplumda doğar, orada yaşar ve ölür. Bu yönüyle sosyal bir varlıktır. Toplum içinde kendisine biçilen rollere uygun yaşar. Yaşlılık dönemine kadar bu roller sayesinde hem yalnızlıktan kurtulur hem de işe yaramanın verdiği huzuru yaşar. Fakat yaşlılıkla birlikte özellikle de emekli olduktan sonra bu rollerde azalma yaşanmaya başlar. Çocukların evlenip evden uzaklaşmasıyla da ebeveynlik rolünde kısmi azalma yaşayan birey, eğer eşini de kaybettiye iyice boşluğa düşebilmektedir. Yalnızlık ve işe yaramama duygusu ağır basmaktadır. Yaşlıların bu dönemde, bu duygularını olumlu yöne çevirmeleri için sosyal ilişkilerini canlı tutmaları ve hayatlarını anlamlı kılmaları önemlidir.

Daha emekli olmadan önce, emekli olduktan sonra yapacağı aktiviteleri planlayan insanlar vardır. Kendine hobiler edinmek, değişik kurslara katılmak, bağ bahçe işleriyle uğraşmak, sanatsal faaliyetlere ve topluluklara üye olmak, kişinin yaşlılık döneminde de toplumla bağını koparmamasına ve sosyal faaliyetlere devam etmesine katkı sağlamaktadır. Torunlarına bakan yaşlıların psikolojik yönden daha iyi oldukları bilinmektedir. Kendisine ihtiyaç duyulduğunu hissetmesi yaşlıyı yaşama bağlayan faktörlerdendir. Bu da yaşlı bireyin yaşam kalitesini artırır.

Yaşlılık döneminde ibadetlere ağırlık vermeye başlayan bireyler camide daha fazla vakit geçirebilmekte, sohbet ortamları için derneklere gitmekte ve burada kendine sosyal çevre oluşturabilmektedir. Kendi yaşlılarıyla vakit geçirmek bütün dönemlerde insana kendini iyi hissettirdiği gibi yaşlılık döneminde de kişiyi mutlu etmektedir. Yakın çevremizde de gözlemlediğimiz gibi özellikle de hac için aynı zamanda kutsal topraklarda



bulunan aynı odada kalan yaşlılar, hacı arkadaşları ile yeni bir sosyal çevre oluşturmakta ve sanki asker arkadaşları gibi ölene kadar bu bağı canlı tutmaktadırlar.

İnsanın her zaman kendini anlayan insanlarla konuşmaya ve dertleşmeye ihtiyacı vardır. Bu ihtiyaç yaşlılık döneminde daha da artmaktadır. Yaşlı kişilerin telefon görüşmelerinin saatlerce sürmesinin nedeni de budur. Fazla sorumluluğu ve işi olmayan yaşlı, konuşarak kendini mutlu hissetmektedir. Kendi yaşlılarıyla yaptıkları sohbetlerde daha çok doyum sağlamaktadırlar.

Yine yaşlılık döneminde yapılan spor da kişiyi hem beden hem ruhen rahatlatmadır. Yaşına uygun egzersizlerin topluluk halinde yapılması da kişiyi ruhsal olarak da doyuma ulaştırmaktadır.

Yaşlılık döneminde ortaya çıkan bir durum da yaşlıların saygı ve hürmet görmeyi beklemeledir. Kendinden yaşça küçük olanlardan daima bunu beklerler. Hatta yeni nesli vurdu duymaz ve saygısız olarak nitelerler. Her ne kadar büyümüş ve evlenmiş olsalar da kendi evlatlarının ve eşlerinin üzerinde söz sahibi olmayı isterler. Hala bütün karar yetkisinin kendisinde olması gerektiğini düşünürler. Bütün bunlar bize yaşlının da sevgi, saygı, kabul görme, güven duyma ve ait olma duygularını hala hissetmek istediklerini göstermektedir.

## **1.2.Yaşlılık Dönemleri**

Yaşlanma, yaşam sürecinin doğal ve kaçınılmaz bir dönemidir. Günümüzde yaşlılık dönemlerini tanımlarken 65-74 yaş “genç yaşlılık”, 75-84 yaş “orta yaşlılık”, 85 yaş üstü “yaşlı yaşlılık” dönemleri olarak bahsedilir.

### **1.2.1.İlk Yaşlılık**

65-74 yaşlar arasındaki dönem. Genç yaşlılık olarak da isimlendirilir. Kişi yetişkinlikten yaşlılığa yavaş yavaş geçmeye başlamıştır.

Her ne kadar insan hayatını evrelere keskin çizgilerle ayırmak mümkün olmasa da tekrar eden yaşam olguları bazı ayrımlar yapılmasını mümkün kılmıştır. Gelişim, bireysel olduğu için herkeste aynı dönemde aynı özellikleri göstermeyebilir.

İlk yaşlılık dönemi kişinin emekli olduğu ve yeni bir yaşama alışmaya çalıştığı yıllardır. Sosyal hayatı kısmen yavaşlayan, vaktinin büyük kısmını artık evinde geçirmeye başlayan birey bir süre dinlendikten sonra kendine yeni hobiler edinmeye başlayabilir. Yoğun geçen hayatın ardından evde boş oturmak birçok erkek yaşlı için

sıkıcı olabilmektedir. Bunun yanında emeklilikle birlikte gelirin azalması geçim sıkıntısını ortaya çıkarabilir ve bu nedenle çalışma hayatı devam edebilmektedir.

Sağlık sorunları da bu dönemde kendini daha çok hissettirmektedir. Kadınların menopoz sonrası sorunları, tansiyon, şeker, kalp gibi kronik hastalıkların ortaya çıkmaya başlaması, düzenli ilaç kullanımını da beraberinde getirir.

Ailede bulunan çocuklar bu dönemlerde evlenip evden ayrılabilirlerdir. Onların da çocuklarının olmasıyla artık büyük anne-baba rolüne girilmektedir. Eğer annesi de çalışıyorsa torunlara bakma görevi babaanne ve dedeye kalabilmektedir.

### **1.3.2. Orta Yaşlılık**

75-84 yaşlar arasındaki dönem. Orta yaşlılık olarak da isimlendirilmektedir. Yaşın ilerlemesiyle beden de yaşlanmakta ve bedensel, zihinsel sorunlar gittikçe artmaktadır. Gücünü yavaş yavaş kaybeden kişinin hayatı da yavaşlamaktadır. Artık yorucu aktivitelerden uzak durmaya ve günün büyük kısmını dinlenmeye ayırırlar. Unutkanlık, zihin bulanıklığı görülmeye başlayabilir.

### **1.3.3. İleri Yaşlılık**

85 yaş üstü “yaşlı yaşlılık olarak da isimlendirilmektedir. Günümüzde sağlık sisteminin de ilerlemesiyle insanlar her ne kadar daha uzun yıllar yaşasa da belli yaşlardan sonraki süreçlerde yaşanan sıkıntılar kısmen engellenebilmektedir. Fiziksel ve zihinsel olarak daha da gerileyen birey için hayat artık daha zor. Eğer eşini kaybetmişse yalnız kalan birey, zaman içinde kendine bakamaz hale gelebilir ve bakıma muhtaç duruma düşebilmektedir. Tek başına yaşayamadığı için ya çocuklarının yanında kalmakta ya da huzurevlerinde, bakımevlerinde ömrünün son günlerini geçirmektedir. Bu yaşlarda kişinin artık hayattan pek bir beklentisi kalmaz. Kalan ömrünü sağlıklı ve kimseye muhtaç olmadan geçirmek için dua eder. Sosyal yaşamı da oldukça azalmıştır. Gününün çoğunu evinde geçirir. Alzheimer, unutkanlık bu dönemde oldukça yaygın görülen hastalıklardandır. Kişinin ömrü uzadıkça hastalıkları artarak yatalak hale düşebilmektedir. Çocukluk çağına dönmüşçesine bakıma muhtaç hale gelebilmektedir.

## 2.YAŞLILIK DÖNEMİNDE MANEVİYAT

### 2.1. Maneviyatın Tanımı

Etimolojik açıdan maneviyat kavramına bakıldığında bu kavramın aslında Arapça'dan dilimize geçtiği görülmektedir. “Kastetmek”, “demek”, “istemek” anlamlarına gelen kelimesi, ( ع - ن - ع ) üç harfli kök fiilden türetilmiştir. Daha geniş manada ise “anlam ile ilgili, dini, ruhi, soyut ve tinsel” anlamlarına gelmektedir.<sup>9</sup>

Maneviyat TDK'nın Türkçe sözlüğünde iki anlamda tanımlanmaktadır; “maddi olmayan manevi şeyler” ve “yürek gücü ve moral”. Köken olarak Arapça bir sıfat olan manevi kelimesi; “duyu organları olmaksızın (manevi) kalp (gönül) ile kavranıp bilinen şeye ait olan” anlamını taşımaktadır.<sup>10</sup>

Dolayısıyla manevi, anlam bakımından maddi olmayan, ruhani, ruhla ilgili veya soyut anlamlarına gelmektedir.<sup>11</sup>

Maneviyat kavramı için her ne kadar değişik tanımlar yapılsa da anlaşılması zor bir kavramdır. Kavram sadece İslamiyet için değil bütün dinleri için de kullanılmaktadır. Maneviyat kavramının ilk zamanlarda yapılan tanımlarında Tanrı ile ilişkili tanımlar yapılırken zamanla dinin maneviyatı alt küme olarak kapsaması şekline dönmüştür. Zaman içinde din ve maneviyat eş anlamlı olarak da kabul edilmiş, sonraları dinsiz maneviyata kadar birçok tanım yapılmıştır. Son on yılda bu tanımlamaların içine hayattaki amaç, anlam, başkalarıyla bağlılık, huzur, uyum ve bu çalışmanın ana konusu olan *manevi iyi-oluş* gibi kavramlar da girmiştir.<sup>12</sup>

Maneviyat kavramı ile ilgili yapılan literatür araştırmalarına bakıldığında maneviyatın; “tüm insanların doğuştan getirdikleri bir yetenek, yaratıcı ve bütünleştirici bir enerji, ruhun bir tezahürü, bireyin kendisinden daha büyük olan yaratıcı bir güç ile birlikte olma isteği, hem varoluşçuluğun hem de dinin temeli olan içsel bir enerji kaynağı olduğu, kurumsallaşmış bir inanç sistemine bağlı olmadığı, yaşamdaki anlam, amaç, kendini arama, kendini aşma, kişisel dönüşüm ve ritüelleri kapsadığı ya da aşkınlıkla yani

<sup>9</sup> Almany Araçça Türkçe Sözlük. Erişim 29 Eylül 2021. <https://www.almaany.com>.

<sup>10</sup> Türk Dil Kurumu.

[http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.59fe1ea8711ae0.46703468](http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.59fe1ea8711ae0.46703468)

adresinden alındı. Erişim tarihi: 20. 11. 2023.

<sup>11</sup> Seyyar, A. Tıbbi Sosyal Hizmetlerde Manevi Bakım. İstanbul: Rağbet Yayınları. (2010).

<sup>12</sup> Malinakova, Klara vd. “The Spiritual Well-Being Scale: Psychometric Evaluation of the Shortened Version in Czech Adolescents”. J Relig Health 56 (2017), 697-705.

nihai ve kutsal bir gerçeğe olan karşılaşmayı içerebileceği” şeklinde genel özelliklerinin belirlendiği görülmektedir.<sup>13</sup>

Bütün bu tanımlara bakıldığında maneviyatın kişinin iç dünyası ve ruhsal yönüyle alakalı bir özellik olduğu söylenebilir. Hal böyle olunca sıkılan, bunalan, daralan iç dünyasının tedavisi de ilaçlardan ziyade, yine gönül dünyasına hitap eden yöntemlerin devreye girmesiyle mümkün olmaktadır.

## 2.2.Yaşlılarda Maneviyat

Hayatın anlamı nedir? Biz bu dünyaya niye geldik? Yaşama amacımız ne? Allah bizi neden yarattı? İnsanın hayatı ve kendini anlamlandırma aşamasında sorduğu bu tarz sorular uzar gider. Bu soruları sormaya daha çocuk yaşlarda başlarız. Ergenlik döneminde tavan yapan merakımız ilerleyen yıllarda kısmen söner. Hayatın koşturmasına kendini kaptıran insan bu anlamı hep ilerde, gelecekte arar. Önce bitirilmesi gereken okullar vardır, sonra iş hayatına atılma. Daha çok para kazanma, bu sayede ev, araba sahibi olma hayatın anlamı gibi gözükür insana. Evlilik eşya borcu ödeme, yeni doğan çocukları büyütme. Çocukların eğitim hayatı, yeni işler, kariyer yapma. Yıllar akar gider koşturma içinde. Sonra bir de bakmışsın emekliliğin gelivermiş. Çocuklar evlenip yuvadan uçmuş. Geleceğe dair konulan hedeflere bazen ulaşılmış bazen ulaşılamamış. Hep hayatın anlamı sandığın ve gelecekte aradığın ne varsa işte sona erivermiş. Artık eskisi gibi işe yaramaz olmuştur insan. Vücudunla birlikte ruhun da artık durağanlaşmış. Günler birbirinin aynı şekilde geçip gitmeye başlamıştır. Peki şimdi hayatın anlamı ne? Her gün aynı başlayıp biten günlerden ne bekler ki insan. Gerçekleşecek hedef de kalmayınca yaşama sevinci azalmaz mı?

Fransız yazar Albert Camus da şöyle demektedir: “Birçok insanın öldüğünü gördüm, çünkü hayat onlar için yaşamaya değer değildi. Böylece ben, hayatın anlamı sorusunun her şeyden daha çok önemli bir soru olduğu sonucuna vardım”. Burada sadece tek bir ciddi problem vardır. O da hayatın yaşamaya değer olup olmadığına karar vermektir.”<sup>14</sup>

Benzer bir duruma “İnsanın Anlam Arayışı” isimli kitabında yazarın başından geçen olayda da şahit oluruz. 2. Dünya savaşı sırasında Nazi kamplarında uzun yıllar

<sup>13</sup> Hoshi, M., *Self-transcendence, vulnerability, and well-being in hospitalized Japanese elders*. The University of Arizona (2008).

<sup>14</sup> Yalom, I D. *Existential Psychotherapy*, New York: Basic Books. Young Eisendrath, (ed) (2000) *The Psychology of Matyre Spirituality*, London: Routledge, (1980).

eziyet gören ve birçok ölüme şahit olan insanların, artık yaşamak istemedikleri için direnmedikleri ve zaten zor olan şartlarda daha çabuk hastalandıkları ve öldüklerini söylemektedir yazar. Hatta kurallara uymayıp kendini Nazi askerlerine öldürtenler de az değildir. Yazar Victor Frank bu kampta ümitsizliğe düştüğü ve ölmeyi istediği zamanlarda kendini yaşama bağlayan şeyin yeni başladığı bir araştırmanın ve bu konuda yazacağı kitabını bitirmeden ölmek istememesi olduğunu anlatmaktadır.

Peki yaşlıları hayatta tutan anlam ne olabilir. Bu da tabii ki kişiden kişiye değişmektedir. Kimi yaşlı ömrünün kalan kısmını kendine değişik hobiler edinerek, değişik sosyal faaliyetlere katılarak, daha çok seyahat ederek geçirmeyi tercih ederken, bazıları kendini daha çok doğaya ve toprağa adar. Bazı insanlar torunlarıyla vakit geçirmeyi tercih eder ve onların bakımını üstlenirken bazıları kendini daha çok ibadete verir. Her insan kalan ömründe kendini hayata bağlayan uğraşları edinmeye çalışır. Bu faaliyetler kişinin ruh sağlığı açısından oldukça faydalıdır.

Yaşlılıkta ortaya çıkan hastalık, yalnızlık, sevdiklerinin kaybı, fiziksel yetersizliklerden kaynaklanan stres ve kaygı durumlarının, kişinin manevi durumuyla ya da ona sunulan manevi desteklerle daha kolay aşabildiği bilinmektedir.

Maneviyatın yaşlı bireylerin yaşamında önemli bir rolü vardır ve Amerika'da bütün yaş grupları içinde maneviyatla dine en bağlı olan grup yaşlılardır.<sup>15</sup>

Yapılan araştırmaların birçoğu din ve maneviyatın yaşlının beden ve ruh sağlığını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

---

<sup>15</sup> Hodge, D. R., Bonifas, R. P. ve Chou, R. Spirituality and older adults: Ethical guidelines to enhance service provision in social work practice. *Advances in Social Work*, 11(1), (2010), 1-16.

### 3.YAŞLILIK DÖNEMİNDE MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK

Yaşlılar ne ister? Neye ihtiyaçları vardır? Bizlerden neler bekler? Aslında bu soruların cevabı hiç de zor olmasa gerek. Kalan ömürlerini kendi evlerinde daha önce alışlagelmiş düzenlerinde, kimselere muhtaç olmadan, maddi yönden kendine yetebilen, bedensel yönden kendini taşıyabilen, evlatlarıyla sürekli iletişim halinde olan rahat ve huzurlu bir hayatla ömürlerini tamamlamak isterler. Yaptıkları dualarda da bunlara yöneliktir hep. Bir ülkenin yaşlılarının mutlu bir ömür sürmeleri sadece onları mutlu etmez. Aynı zamanda gençler de geleceklerine daha umutlu bakabilir.

Yaşlıların gelişim dönemleri ve bu dönemlerde ki yaşadıkları problemler ve ihtiyaçları doğru tespit edilebilirse doğru bir şekilde psikolojik destek ve rehberlik hizmeti sunulabilir.

#### 3.1 Yaşlılıkta Manevi Gereksinimler

Erikson'un (1963) psikososyal gelişim kuramına göre ileri yetişkinlik döneminde bireyde ego bütünlüğü ya da umutsuzluk duygularından biri hâkimdir. Ego bütünlüğüne sahip bireyler, geleceğe umutla bakar ve hayatı olumlu ve olumsuz yönleriyle kabul edip kendisiyle ve çevresiyle uyum içindedir. Kişi, ölümü de olgunlukla karşılayıp ondan korkmaz. Umutsuzluk duygusu yaşayan bireyler ise, geçmişe yönelik büyük bir pişmanlık ve memnuniyetsizlik yaşamaktadırlar. Bu bireyler, çevrelerindeki kişilerle olan ilişkilerinde de problem yaşamaktadırlar. Erikson'un görüşlerine bakıldığında, bu dönemde bireylerin psikolojik açıdan problem yaşama risklerinin olduğu görülmektedir. Yaşlı bireyin, bu döneme girmeden önce güçlendirilmesi ve problem yaşadığında çözümünde yardımcı olmak amacıyla psikolojik danışmanlık hizmetlerinin yararlı olacağı söylenebilir.<sup>16</sup>

Yaşlılık döneminde ortaya çıkan ölüm kaygısı, yalnızlık, muhtaç hale gelme, yaşlılığa uyum sağlama gibi problemlerin üstesinden gelemeyen bireylerin manevi desteğe ihtiyaç duyduğu gözlemlenmektedir. Aslında insan yaşamın her döneminde zaman zaman manevi desteğe ihtiyaç duymaktadır. Ama bu ihtiyacın yaşlılık döneminde daha da arttığı bilinmektedir. Hele ki yaşlı birey ölümcül bir hastalıkla mücadele ediyorsa, kronik hastalıkları, dinmeyen ağrısı acısı varsa, fiziksel yönden zorlanıyorsa, hastanede uzun süre yatmak zorunda kaldıysa, sevdiklerini ve yakınlıklarını kaybettiysen, yaşadıkları bu

---

<sup>16</sup> Bacanlı, H. ve Işık-Terzi, Ş., *Yetişkinlik ve yaşlılık gelişimi ve psikolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap (2016).

tramvatik olaylar onları daha fazla üzüntüye ve bunalıma sürüklemekte, yaşama sevincini ve ümidini kaybetmekte böylece manevi gereksinimlere daha çok ihtiyaç duymaktadırlar. Peki bu manevi destek hangi şartlarda ve kimler tarafından verilebilir.

Hastanede yatarak tedavi olan yaşlı bireylerin yaşama umudunu desteklemek, sağlık durumunun el verdiği ölçüde manevi gereksinimlerinin karşılanmasına rehberlik etmek amacıyla sağlık profesyonelleri tarafından manevi bakımın verilmesi gereklidir.<sup>17</sup>

Yaşlı hastanın yaşadıklarını anlamlandırma, iyileşme umudunu artırma, hastalıkla başa çıkabilme gibi konularda ikna olmaya ihtiyacı vardır. Hastalıkla mücadelede kendine güvenme ve inanmanın öneminin anlatılması, yaşlı hastanın tedavi konusunda gerekenleri yapması, sabretmesi ve tevekkül etmesi halinde şifanın gerçekleşme ihtimalinin artacağı konusunda ikna edilerek manevi yönünü kullanmasına rehberlik yapılması önemlidir.<sup>18</sup>

Manevi rehberlik hizmeti sadece kendini dindar olarak gören yaşlılara değil, istemeleri halinde hiçbir inanca sahip olmayan bireylere de verilmelidir. Bunun için hastaların dini, ahlaki, kültürel, ahlaki farklılıkları göz önünde bulundurularak kişiye uygun rehberlik yapılmalıdır.

Bu amaçla uygulanması gereken manevi destek gereksinimleri;

- Yaşlı ve engelli bireyi fiziksel, psikolojik, manevi yönleriyle bir bütün olarak değerlendirmek,
- Yaşlı ve engelli bireylere şefkat göstererek, manevi öykülerini yargılamadan dinlemek,
- Yaşlı ve engelli bireylerin inançları ve hastalığın anlamını etkileyen değerleri hakkında bilgi toplamak,
- Yaşlı ve engelli bireylerin hayatın amaç ve anlamını bulmasına yardım etmek, elini tutmak, onları dinlemek, dua etmesine olanak sağlamak, masaj, dokunma, müzik, meditasyon gibi aktivitelerin yapılmasını sağlamak,
- Aile üyeleri ile iletişim kurmak, istedikleri bireylerin ziyaretini sağlamak,

---

<sup>17</sup> Baldacchino, D. R. Nursing competencies for spiritual care. *Journal of clinical nursing*, (2006). 15(7), s.885-896.

<sup>18</sup> Doğan, M. Hastane Örneği Üzerinden Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerine Genel Bir Bakış. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 21(2), s. (2017), 1267-1304.

- Yaşlı ve engelli bireylerin ait olduğu dine yönelik uygulamalarını yerine getirmesine yardımcı olmak, manevi önem taşıyan eşyalarına saygı göstermek,
- Engellilerin manevi bakımında dinî yayın ve materyallerini engelin türü ve özelliklerine göre hazırlamak,
- Gerekğinde din görevlileri (hoca, imam veya papaz) gibi diğer profesyoneller ile iletişim kurmak, sorularını yanıtlamak, ağırlı müdahaleleri nazikçe gerçekleştirmek, endişe alanlarını keşfetmek, manevi bakımı diğer temel bakım alanlarına entegre etmektir.<sup>19</sup>

Bütün dünyada olduğu gibi Türkiye de yaşayan yaşlılarında manevi desteğe ihtiyaç duyanların sayısı oldukça fazladır. Peki bunların acaba yüzde kaçını danışmana başvurmaktadır.

Kılıç ve arkadaşları tarafından 1998 yılında yapılan “Türkiye Ruh Sağlığı Profili” adlı araştırmada, ruhsal sorunu olan yedi kişiden yalnızca birinin ruh sağlığı hizmetine başvurduğu ortaya çıkmıştır.

Özellikle de dindar yaşlıların ruh sağlığı hizmetlerini daha az kullandıkları bilinmektedir. Her ne kadar ekonomik yetersizlikler bunun nedeni olarak gösterilse de yaşlının bu danışmanın işe yaramayacağını düşünmesi, kendisiyle alay edileceği korkusu, ulaşımın zor olması, düzenli görüşmelere katılamamaları ve dindar bireylerin psikologların kendilerinden daha az dindar olarak görmeleri sayılabilir.

### **3.2 Yaşlılıkla Manevi Başa Çıkma**

Psikoloji literatüründe dini başa çıkmayı ilk defa kullanan araştırmacı olan Pargament, kişinin problem ve stresle mücadele sürecinde sahip olduğu inancını kullanma yolu olarak tarif eder ve bir insanın hayat sürecinde karşılaştığı problemin çözümünde din ne anlam ifade ediyor, din bireye zorluklarla baş etmede nasıl yardımcı

---

<sup>19</sup> Hodge, D. Spiritual Ecograms: A New Assessment Instrument for Identifying Clients' Spiritual Strengths in Space and Across Time. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, (2005) 86(2), 287-296.

Baldacchino, D. R. Nursing competencies for spiritual care. *Journal of clinical nursing*, 15(7), s.885-896  
Boztilki, M., ve Ardiç, E., 2017. Maneviyat ve sağlık. *Jaren Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*.3(2006). (1), s. 39-45.



oluyor? türünden sorulara verilecek cevapların dini başa çıkmanın temel esaslarını oluşturduğunu belirtir.<sup>20</sup>

Yine ona göre insanlar hayatları süresince, dini ve dini olmayan başa çıkma tutumlarını bir arada kullanmaktadırlar. Esasen dini başa çıkma tutumları, dini olmayan başa çıkma tutumlarına göre, daha başarılı sonuçlar vermektedir. Çünkü din, dini olmayan başa çıkma tutumlarının harekete geçmesine de yardımcı olmaktadır.<sup>21</sup>

Din, insan hayatının her döneminde yer almakta ve olaylar karşısında yön verebilmektedir. Doğum, evlilik, ölüm gibi olaylarda dini inancına göre ritüeller uygularız. Karşılaştığımız problemlere de dini açıdan yaklaştığımızda bunları kabullenmemiz daha da kolaylaşır ve böylece ruh sağlığımızı daha kolay koruyabiliriz. İnsan hayatı boyunca birçok zorlukla karşılaşır. Ama yaşlılıkta işler biraz daha zorlaşır. Gittikçe yalnızlaşan yaşlı kendini değersiz hissedebilmektedir. Ona verilecek saygı ve sevgi ile bu durumun üstesinden gelinebilir. Zira dini duygu ve düşünceler insanın her yaş döneminde hayatın anlam ve kalitesini artırdığı gibi, yaşlılık döneminde bireylerin yaşadığı hayatın anlam ve kalitesine de katkıda bulunur.<sup>22</sup>

Kişinin dini inancından kaynaklı maneviyatı güçlü ise bu dönem bunalımlarını daha kolay atlatabilmekte, bu tarz bir maneviyata sahip olmayanların bu dönemleri sağlıklı bir şekilde atlatabileceği bilinmektedir.

Yaşlanmayla birlikte ölüm gerçeğinin her geçen gün daha da yaklaşıyor olması kişinin dine karşı olan bağlılığını artırabilmektedir. O güne kadar dinle alakalı olmayan insanlar bile yaptıkları hatalardan pişmanlık duymaya başlayıp, iman esaslarına ve ölümden sonraki hayata daha fazla iman etmeye başlayabilmektedir. Varoluş ve ölüm gerçeğini anlamlandırmaya çalışan bireyler daha çok dini aktivitelere ve ibadetlere yönelebilmektedir. Bu dini yönelim ve ibadetlerle yaşlı birey yaşadığı sorunların üstesinden daha rahat gelebilmektedir. Dini inançlar ve yönelimler insanın sadece yaşlılık döneminde değil hayatının her evresinde karşılaştığı sorunların üstesinden gelme ve manevi ve ruhsal olarak rahatlama sağlamada fayda sağlamaktadır.

---

<sup>20</sup> Pargament K., ve Curtis R. Brant, "Religion and Coping", Handbook of Religion and Mental Health (Ed: Harold G. Koenig) Academic Press, USA, 1998, s. 119; K. Pargament ve Crystal L. Park, "In Times Of Stress: The Religion-Coping Connection" Bernard Spilka, Daniel N. Mcintosh (Ed.), The Psychology of Religion: Theoretical Approaches, USA, 1997, s. 44-45.

<sup>21</sup> Pargament, K., "Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme", (Çev. Ali Ulvi Mehmedoğlu), Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 5 (1), 2005, s. 286.

<sup>22</sup> Hall, C. Margaret, agm, s. 70.

Dini inanç yaşının yaşadığı hastalıklarla başa çıkmasında da oldukça faydalıdır. Hastalıkları birer imtihan olarak gören birey yaşadıklarına isyan etmeden kabulleniyor ve bu süreci daha sakin atlatıyor. Yine bilinmektedir ki dindarlık oranı yüksek insanların depresyona girme olasılıkları diğer insanlara oranla oldukça düşüktür. Depresyona girdiklerinde de daha hızlı iyileştikleri bilinmektedir. İnançlı insanlarda intihar oranı çok düşüktür. Bu da gösteriyor ki dini inanca ve maneviyata sahip bireylerin ruh sağlığının da daha düzgün olduğu görülmektedir. Ahiret inancıyla ölüm korkusunu yenen birey daha büyük acılara daha kolay katlanmış ve topluma daha rahat uyum sağlamıştır.

Yaşlılık döneminde insanların daha çok ibadet ve dua ettikleri görülür. Bununla geçmişte yaptıkları hatalar için telafi etme imkanı bulma, tövbe ile rahatlama ve ibadetler ile öbür aleme hazırlanmanın verdiği mutluluk yaşanmaktadır. Ayrıca kişi dini vecibeleri için katıldığı etkinliklerde cami, dernek, vakıf gibi yerlerde sosyalleşme imkânı da bulmaktadır. Özellikle hac ve umre niyetiyle kutsal topraklara gitmek, hem ibadet etme imkânı sunmakta hem sosyal yönden faaliyetlere katılan kişi kendini iyi hissetmekte hem de yeni edindiği arkadaş çevresi ile yalnızlıktan kurtulmaktadır. Kişinin bu yaşlarda dindarlığının ve ibadetlerinin artması bireyin ruh sağlığını ve kimlik duygusunu koruyan bir kalkan oluşturmakta, bireyi daha mutlu ve hayata bağlı hale getirebilmektedir. Kendine öz saygısı yükselen birey depresyona daha az girmekte alkol gibi zararlı alışkanlıktan uzak durmaktadır.

Yaşlılıkta ibadetlerin düzenli bir şekilde yapılması zaman değerlendirme ve geçirme açısından da faydalı olmaktadır. Günde 5 vakit camide namaz kılan birey vaktinin bir kısmını bu şekilde değerlendirmiş olmaktadır. Ramazan ayında okunan mukabelelere katılma, oruç tutma, teravîh namazlarını cemaatle kılma gibi ibadetlerde zamanı verimli kullanma açısından önemlidir. Bu sayede yaşlıların kimlik ve aidiyet kazanma duygusu da tatmin edilmiş olmaktadır. İbadetler sayesinde bireyin kendine güvenme, yardımlaşma, işe yarama, tefekkür etme gibi olumlu psikolojik sonuçları da olmaktadır.

Hem Batıda hem de ülkemizde yapılan ampirik çalışmalar din ile ruh ve beden sağlığı arasında pozitif bir ilişkinin olduğunu ortaya koymaktadır. Bu konuda ülkemizde yapılan bir araştırma da yukarıdaki verileri doğrulamaktadır. Ülkemizde bir araştırma yapan İmamoğlu şu sonuçlara ulaşmıştır. "Dini uygulamaları yerine getirenlerin uyku problemleri daha az olmaktadır. Hastalık sebebiyle daha az yatakta kalmakta, daha az

yalnızlık duygusu hissetmekte, dışarıda daha çok zaman harcamakta ve kendilerini daha çok dinlenmiş hissetmektedirler. Ayrıca bu bireylerin daha hareketli oldukları da tespit edilmiştir.’’<sup>23</sup>

Yaşlı insanların dini veya din dışı problemlerin üstesinden gelmede bilinçli olarak dini inancın gücünden yararlanması onlara yönelik dini danışmanlık konusunu gündeme getirir. Çünkü dini danışmanlığın kullanım amaçlarında din dışı problemlerde de dinin destek kaynağı olarak kullanılması şeklinde ortaya çıkar. Modern dini danışmanlık literatüründe problemlerin dini ve din dışı olması şeklinde bir ayırım yapılmaz ancak, din dışı problem dediğimizde hastalık, yaşlılık, hapis ve ölüm durumlarında ortaya çıkan ruhsal problemlere destek kaynağı olarak dinin kullanılmasını anlaşılmaktadır. Bu problemlerin yoğun olarak ortaya çıktığı yerler ise hastaneler, yaşlılar için kurulmuş bakımevleri, ceza ve tutukevleridir. Böylesi durumlarda yaşayanların özel konumları ve özel problemleri vardır. Bu problemlerin aşılmasında din eğitimi ile birlikte dini danışmanlık da etkin bir rol oynar.<sup>24</sup>

Camiler, sivil toplum kuruluşları, dernekler, Kur’an kurslarında önemli gün ve gecelerde düzenlenen faaliyetlere, sohbetlere, konferanslara katılan yaşlı bireyler bu sayede sosyal dini beceriler kazanabilecek, hayatlarına anlam katabilecektir. Bu mekanlar sosyal rehabilitasyon aracı haline gelebilecektir.

İnanma ve bağlanma isteği yaşlı insan için de hayatî bir işleve sahiptir. Çünkü imanın en önemli işlevlerinden birisi insanı ruhî belirsizlikten uzak tutmasıdır. Sağlam dinî inanca sahip olanlar, inançsızlara karşılık çok belirgin sağlık avantajlarına sahiptirler. Bunalıma yakalanma riskleri daha azdır. Bu noktada inanç koruyucu bir fonksiyon icra eder. İnsanın benliğini derinden kuşatan, ona gerçek huzuru veren dinî inancın, stresle, depresyonla kolayca başa çıkmada müspet etkisi vardır. Birey dinî inancı sayesinde stres ve depresyondan kendini koruyabilme imkânına sahip olabilir.<sup>25</sup>

Düzenli ibadet kişinin moralini yükseltmekte ve kişiye huzur vermektedir. Din yaşlılık döneminde daha önceki yaşlara göre daha anlamlı ve önemli hale gelmektedir. Dini daha çok içselleştirmekte ve ibadetlerine daha düşkün olmaktadır. Bu durum da kişinin sorunlarla manevi yönden daha kolay başa çıkma imkânını sağlamaktadır.

---

<sup>23</sup> Olcay İmamoğlu, "Some Correlates of Religiosity Among Turkish Adults and Elderly within a Cross-Cultural Perspectives," Religion, Belief, and Spirituality in Late Life, ed. L. Eugene Thomas, Susan A. Eisenhandler, New York: Spiringer Pub., 1999, s. 100.

<sup>24</sup> Altaş, Nurullah, Dini Danışmanlığın Teorik Temelleri, s. 349.

<sup>25</sup> Bahadır, Abdülkerim, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İnsan Yayınları, İstanbul, 2002, s.157.

### 3.3 Yaşlılıkta Manevi Destek ve Rehberlik

Din eğitimcilerinin ve din görevlilerinin yaşlılık döneminde gerekli olan desteği sağlamak konusunda önemli katkıları vardır. Kişinin o dönemde ihtiyacı olan manevi değerlerin işlenmesi, yaşanan sorunların çözümü için manevi desteğin sağlanması, din eğitiminden faydalanılarak yaşının hayata bağının güçlendirilmesi gibi faaliyetlerde bulunulabilir.

Yaşlı bireyler için en gerekli ve en uygun hizmet, manevi danışma ve rehberlik hizmetidir. Yaşlı bireylerin zamanla dine olan ilgisinin artması sebebiyle başa çıkma mekanizmalarının güçlendirilmesi, kendini bilmeleri, yaşamdaki anlam ve amacı gözden geçirip yeniden kurgulamaları, geleceğe umutla bakmaları, dayanıklılıklarını artırmaları, aidiyet ve bütünlük hissi kazanmaları ve öz değerlerini fark etmeleri amacıyla manevi danışma ve rehberlik hizmeti sunulmaktadır.<sup>26</sup>

Yaşlılar çoğu zaman yalnızlıktan şikâyetçidirler. Manevi danışmanla kurulan ilişki, anlattıklarını dinleyen birinin varlığı, yaşlının kendini değerli hissetmesine, çektiklerinin anlatılmaya değer olduğunu hissetmesine katkı sağlar. Kişinin geçmişte yapmış olduğu hataları, günahları paylaşması onlarla yüzleşmesine neden olmakta ve yaşadığı pişmanlığı tövbe ederek kendini affettirmeye çalışma bilinci yaşamasına neden olabilmektedir. Bu da yaşlıyı rahatlatmaktadır.

Yaşlılık dönemi sorunlarından bir tanesi de ölüm kaygısıdır. Batıda yapılan çalışmalarda bireyin ölümü kabul etmesi, ölüme hazırlanması ve ondan korkmamasına yönelik hizmetler verilmektedir. Bizim ülkemizde ölümden sonraki hayata iman eden bireyler ölümü korkulacak bir son olarak görmemekte, yalancı dünyadan asıl aleme geçiş olarak anlamlandırmaktadırlar. Bu nedenle diğer dinlere göre ölüm korkusu daha az yaşanır. Tabi her insanın dindarlık seviyesi aynı olmadığı için aynı kaygıları taşımamaktadır. Bu alanda ihtiyaç duyulan bireylerle de ölüm kaygısı konusu işlenebilmektedir.

Bu dönemde birey emekli olması, çocuklarını evlenip yuvadan uçması gibi nedenlerle rol karmaşası yaşayabilmesidir. Kişinin yeni rollerine uyum sağlaması için destek verilebilmektedir.

---

<sup>26</sup> Ekşi, H., Demir Çelebi, Ç. ve Yaman, N. Kurumlarda manevi danışma ve rehberlik. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma* (ss. 265-299) (2020). Ed. H. Ekşi. İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık. (Ekşi vd., 2020: 272).

Nasıl ki çocukluk döneminin sonunda ergenlik dönemi ile ilgili rehberlik çalışmaları yapıp gençlerin ergenlik dönemlerine hazırlanmaları sağlanıyorsa, yetişkinlik döneminin sonlarında insanlara verilecek bazı eğitimler ve rehberlik hizmetleriyle de yaşlılık dönemine hazırlanmaları sağlanabilir. Bu dönemde yaşayacakları bazı sağlık sorunları, menopoz, antropoz dönemleriyle nasıl başa çıkabileceklerini, eş kaybı ya da evlatlarından ayrıldıktan sonra yaşayabilecekleri ruhsal sorunlarla ilgili ön bilgilendirme yapılması, bireyin bu dönemleri daha kolay kabullenmesini ve atlatmasına imkan sağlamaktadır.

Yaşlılarla yapılan çalışmaların bireysel yapılabildiği gibi grup halinde de yapılması fayda sağlayabilmektedir. Bireyin grupta kendisiyle aynı durumda olan insanların varlığını görmesi, bu durumda kendini yalnız hissetmemesine neden olmakta ve sorunlarını daha rahat kabullenebilmektedir.

Yaşlılara verilen manevi destek programlarında kişinin manevi yönünün daha da güçlendirilmesi amacıyla kutsal kitabın (Kuran-ı Kerimin) okunması, meal bilgisi verilmesi, peygamberimizin ve diğer peygamberlerin kıssalarının anlatılması suretiyle sabır temasının işlenmesi, beraber yapılan zikirlerle ruhun rahatlatılmasını sağlayacaktır. Eğer imkan varsa kutsal topraklara yapılacak ziyaretler, oralarda bulunan ve dinimizce değerli kabul edilen mekanların ziyaret edilmesi her insanda olduğu gibi yaşlı bireylerin de manevi yönünün artmasına vesile olacaktır. Bu ziyaretlerin bilinçli bir rehber tarafından yaptırılması da yaşlıların ihtiyaç duyduğu manevi boşluğu doldurmada fayda sağlayacaktır.

Yaşlı insanların yaşadığı sorunların üstesinden gelebilmesi için rehberlik hizmetinin yaşlıların yanı sıra onların bakımını üstlenen aile bireylerine ya da bakıcılara da verilmesi gerekmektedir. Vaktinin çoğunu geçirdiği insanların yaşlılara karşı daha hoşgörülü ve anlayışlı olabilmeleri ve karşılaşılan sorunların daha kolay üstesinden gelenebilmesi için bu çalışmalarında faydası olacaktır.

Yaşlılara verilen manevi destek hizmetinde dikkat edilmesi gereken birtakım esaslar vardır. Rehberlik hizmeti kişinin ihtiyacına göre yapılmalıdır. Herkese aynı desteğin sunulması gerekli başarıyı sağlamayabilir. Yaşlının moral ve motivasyonunu artırmaya yönelik çalışmalar yapılmalıdır. Yaşlının sosyal ilişkilerini güçlendirmenin yanı sıra yaşamdaki zorluklarla mücadele gücünü artırabilmelidir. Yaşlının kişisel gelişimine destek sağlanmalı, onlardaki merak ve ilgiyi arttırmalıdır. Yaşlılarla kurulan

ilişkiler de güven verici olmalı, yaşlının kendisine yeterince açılabilmesine imkân vermelidir. Yetişkinler de çocuklardan farklı olarak kendi kendilerine sorunların üstesinden gelebilmelerinin sağlanmasına yönelik rehberlik hizmetlerinin sunulması da oldukça verimli olacaktır.

Manevi destek ve rehberlik hizmetlerinde en büyük sorunlardan bir tanesi de bu hizmeti kimlerin vermesi gerektiğidir. Ülkemizde sadece bu alanda eğitim veren üniversiteler yoktur. Ya psikoloji alanında eğitim alan psikolojik danışmanlar vardır, ya da ilahiyat fakültelerinde eğitim alan manevi ve din bilgisi fazla olan mezunlar. Manevi danışmanlık deyince ülkemizde bu alanda genellikle Diyanet İşleri Başkanlığı bünyesinde değişik görevler yapan kişilere bu görev yaptırılmaktadır. Bunu en yakın örneğini 6 Şubat depreminde yaşadık. Orada manevi destek ve rehberlik için görevlendirilen personelin tamamı Diyanet personeliydi. Peki bir kişinin dini ve manevi bilgisinin fazla olması onun rehberlik ve danışmanlık yapmasına yeterli midir? İlahiyat fakültelerinde ne kadar bunun eğitimi verilmektedir. Şu bir gerçektir ki danışmanlık ve rehberlik hizmeti verebilmek için bu alanda ayrıca bir eğitimin alınması gerekmektedir. Çünkü insanlarla iletişim başka bir uzmanlık gerektirmektedir. Sadece din bilgisinin olması bu yöndeki açığı kapatamaz. Manevi danışmanlık hizmeti verecek uzmanların Psikoloji bölümlerinde verilen eğitimleri de alması gerekmektedir. Bunun yanında insanlarla özellikle yaşlılarla iletişimin önemi oldukça fazladır. Bu eğitimlerle bu iletişim açığı da kapatılmış olacaktır.

Son olarak kendi hayatımdan tecrübe ettiğim bir durumu paylaşmak isterim. 2004 yılında Adalet Bakanlığı Denetimli Serbestlik Şube Müdürlüğüne Edebiyat Öğretmeni olarak atandım. Bizimle beraber kurumda psikologlar, sosyologlar da göreve başlamıştı. Göreve başladıktan çok kısa bir zaman sonra aylarca süren hizmet içi eğitimlere başladık. Suçlu bireylerle yapılacak görüşmelerde nasıl davranılması gerektiği ile ilgili, onların psikolojisini anlamaya yönelik eğitimler aldık. Bu eğitimler yıllar içinde artarak devam etti. Her ne kadar psikoloji bölümünden mezun olmamış olsam da o işi yapacak kadar eğitimi Adalet Bakanlığı bütün personele vermiş oldu. Orada çalıştığım 10 yıl boyunca o eğitimlerin kazandırdığı bilgilerle işimi yapabildim. Bir psikoloji mezunu kadar olamasak da insan psikolojini anlamaya ve onlarla iletişim kurmaya yetecek bilgimiz olmuştu.

Gerek Diyanet İşleri başkanlığında çalışan İlahiyat Fakültesi mezunu personellere, gerekse Milli Eğitim Bakanlığı'nda çalışan öğretmenlerden talep edenlere bu tarz

eğitimlerin verilmesi, ihtiyaç halinde bu alanda eğitilmiş personelin yetişmesini sağlayacaktır. Afetlerde, salgın hastalıklarda, hastanelerde, yaşlı bakım evlerinde hatta özel kliniklerde hem dini ve manevi eğitimi olan hem de psikoloji bilgisi olan insanların varlığında ihtiyaç oldukça fazladır. Bu alanda görev almak isteyen personelin de ayrıca kendini yetiştirmeye çalışması da oldukça önemlidir. Üniversitelerin bünyesinde yüksek lisans düzeyinde verilen Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Eğitimleri bu alanda son yıllarda başlayan çalışmalardandır. Geçen yıl Pamukkale niversitesinde başladığım Manevi Destek ve Rehberlik Tezsiz Yüksek Lisans sayesinde bu alanda ihtiyaç duyduğum eğitimi almış bulunmaktayım. Bu eğitim sayesinde kıymetli hocalarımla manevi destek ve rehberlik alanında, bana ve arkadaşlarıma çok Şey kattığını dşnmekteyim. Elbette eğitim bir ömür devam eden bir süreçtir. Peygamber Efendimizin de istediği gibi, yaptığı için en iyisini yapmaya niyetli insanların bu alanda çok çalışması gerekmektedir. Değişen ve gelişen çağa ayak uydurmak için okuyup araştırmayı, her türlü kaynaktan faydalanabilmeyi ve sürekli kendini geliştirmeyi hedefleyen insan ancak başarıya ulaşacaktır. Çünkü yaşadığımız ağ her geçen gün daha da zorlaşmakta ve sadece yaşlıların değil her yaştan insanın sadece psikolojik değil, manevi yönden de rehberliğe ihtiyaçları her geçen gün artmaktadır. İlerleyen yıllarda kendini bu alanda yetiştirmiş insanların, aranılan insanlar olması kaçınılmazdır.

## SONUÇ

Yaşlılık perdelerin kapandığı, yaşam oyununun tüm sırlarının ortaya çıktığı, aktörün sahneyi terk etmesinin yaklaştığı bir safhadır. Bu safhada oyuncu, sahnelediği oyunun kendisi ve başkalarının beğenilmesini arzu eder. O zaman mutlu olur. Sahneden mutlu bir şekilde iner. Ama başarısız bir oyun sergilediğine inanırsa, bu oyunu sergilediğine pişman olur. Bu yüzden yaşlanan her toplumun temel hedefi, işten arındırılmış bir yaşlılık yaratmak yerine, pişmanlık duygusundan arındırılmış bir yaşlılık yaratmak olmalıdır.<sup>27</sup>

21. yüzyılın modernleşmiş dünyasında yaşlı olmak. Yıllarca bin bir emekle yetiştirdiği evlatlarından ayrı yaşamak. Bazen yalnız başına evinde, bazen bir huzurevinin odasında ölümü beklemek. Kendini bir hiçlik duygusunun içinde bulmak. Bu hiçliğin getirdiği ölüm korkusu. Yoğun geçen çalışma hayatının sonunda emeklilikle birlikte artık işe yaramadığını hissetme duygusu. Yola beraber çıktığı arkadaşlarının ölümleri ile her geçen gün yalnızlaşan yaşlı, artık dertleşecek belki de sadece konuşmak isteyeceği dostu kalmayınca ruhsal yönden çökmeye başlayabilir. Hele eşini kaybeden yaşlı birey, içine kapanıp dünya ile bağlarını koparabilmektedir. O yüzden yaşları çok ilerlemiş insanların, eşlerinin ölümlerinin ardından kısa bir zaman sonra vefat ettikleri görülebilmektedir.

Yaşın ilerlemesiyle artan sağlık sorunları, bedensel yetersizlikler, hastalıklar, zihinde bulanıklık, unutkanlık zaten zorlaşan dünya hayatını daha da yaşanmaz hale getirebilmektedir. Çok sık hastaneye gitmek zorunda kalan, hastalığından ötürü ağrı ve acı çeken, ya da tedavisi için uzun süre hastanede yatarak tedavi olan yaşlılarda bıkkınlık ve ölümü arzulama davranışına rastlanmaktadır.

Emeklilikle birlikte gelirden düşüşün yaşanmasıyla ekonomik sıkıntılar yaşayan ve ilerlemiş yaşına rağmen bir işte çalışmak zorunda kalan yaşlıların da hayattan bıkkınlıkları gözlemlenmektedir.

Bu ve benzeri nedenlerden dolayı yaşlıların ruhsal ve duygusal yönden çöküntü içine girdikleri, depresyon yaşadıkları, içine kapanarak hayattan koptukları zamanlar olabilmektedir. Yaşı kaç olursa olsun bütün bireylerin bu şekilde yaşamaları mümkün değildir. Maalesef yaşlılar gençler kadar bu durumu önemsemedikleri için ya da yardım almaktan utandıkları için profesyonel yardım alanlar yok denecek kadar azdır. Yaşlılar

---

<sup>27</sup> Tufan, İsmail (2003). Modernleşen Türkiye’de Yaşlılık ve Yaşlanmak: Yaşlanmanın Sosyolojisi, İstanbul: Anahtar Kitaplar Yayınları. (Tufan, 2003: 75).



içinde yaşadıkları ruhsal bunalımla hayatlarının sonuna kadar yaşayıp vefat edenler oldukça fazladır. Kendi isteği ile psikolojik yardım alan yaşlılar daha çok huzurevlerinde yaşayanlardan oluşmaktadır.

Yaşadığı sorunların üstesinden maneviyata yönelerek çözenler de oldukça fazladır. Farz olan ibadetlerini daha dikkatli icra etmeye çalışan yaşlı vakit namazlarını camide kılarak birçok kazanım elde etmektedir. Camide edindiği arkadaşlarıyla sohbet ortamının oluşması, bireyin vaktini geçirebileceği ve can sıkıntısından kurtulup daha az olumsuz düşüncelere kapılmasını sağlayabilmektedir. Cami, dernek gibi ortamlarda katıldığı zikir, mukabele, toplu namaz, dua, yardımlaşma, iftar programları, kandil programları gibi aktiviteler yaşlıların manevi yönden huzur bulmalarını sağlamakta ve ahirete hazırlanmanın verdiği hazla kalan günlerini daha mutlu geçirebilmektedir.

Gerek huzurevlerinde gerek kendi evlerinde yaşayan bireylerin üstesinden gelemedikleri sorunları, baş edemedikleri problemleri için bir uzmandan profesyonel bir destek almaları elbette çok faydalı olacaktır. Diyanet işleri başkanlığında çalışan manevi danışmanlık uzmanları, huzurevlerinde aynı amaç için çalışan uzmanlar bulunmaktadır. Yaşlılara yönelik verilen manevi danışmanlık hizmetlerinde, yaşlıların kişisel, ailevi ve toplumsal sorunlarını çözmek için destek sağlanmaktadır. Yaşlıların manevi ve dini ihtiyaçlarının karşılanmasına yönelik hizmetler verilmektedir.

Uzmanlar tarafından yaşlılara yönelik yapılan manevi danışmanlık hizmetleri, yaşlıların ruhsal, duygusal, ahlaki ve manevi ihtiyaçlarını karşılamak için hizmet vermektedir. Manevi danışmanlıkla, yaşlıların kişisel, ailevi ve toplumsal sorunlarını çözmek için yardımcı olunmaktadır. Genel hatlarla manevi danışmanlıkta aşağıdaki hususlarda danışmanlık yapılabilmektedir. Yaşlıların yaşadığı kişisel sorunları çözmek için, kişisel gelişim konularında rehberlik yapılabilir. Yaşlıların karar verme, iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olunabilir. Yaşlıların ruhsal sağlığını korumak ve geliştirmek için faaliyetler düzenlenebilir. Yaşlıların sosyal becerilerini artırmaya yönelik, grup içinde çalışma, liderlik ve çalışma içi ilişkiler konularında eğitim verilebilir. Yaşlıların dini ve manevi ihtiyaçlarını karşılamak için hizmetler sunulabilir. Yaşlılık döneminde ortaya çıkan sorunlarının çözümüne yönelik hizmetler sunulabilir. Yaşlıların aileleriyle ilişkilerini iyileştirmelerine ve hayatlarının sonunda yaşamlarını kabul etmelerine yardımcı olur. Ölüm korkusunun yenilmesinde destek sağlanabilir.

Unutmamak gerekir ki insan yaşadığı sürece ümit hep vardır. Yaşı kaç olursa olsun bütün insanların üstesinden gelemedikleri sorunları için maddi ve manevi destek almaya ihtiyacı vardır. Bunun ayıp sayılmadığı toplumlarda bu destek alma daha da fazla görülmektedir. İnsanların bu destekten haberdar olmaları ve bu desteğe kolay ulaşabilmeleri de bundan faydalanan sayısını elbette ki artıracaktır. Batı ülkelerine baktığımız da bu konuda bizden çok daha ileride oldukları gözlemlenmektedir. Bu konuda çalışmalara yıllar önce başlamış oldukları için daha verimli ve başarılı uygulamaları görülmektedir. Her ne kadar ülkemizde bu alanda çalışmalar daha yeni sayılabilecek aşamada olsa da toplumumuzun ve dini inancımızın da etkisiyle yaşlılarımız Avrupa ülkelerindeki yaşlılara oranla manevi yönden daha sağlıklı ve inançlıdır. Tabi ki desteğe ihtiyacın olduğu zamanlar ve şartlar yaşanmaktadır.

Bu alanda yapılan çalışmalar ve üniversitelerde verilen eğitimlerle birlikte yıllar içinde hızlı bir şekilde her alanda olduğu gibi yaşlılarla da manevi danışmanlık ve rehberlik alanında başarılı çalışmalar yapılacağına inancım tamdır.

## KAYNAKÇA

- Abay, K. C. (2021). Türk Din Psikolojisi Çalışmalarında ‘Yaşlılık Dönemi Dinsel Gelişimi’ literatürü (1967-2021) Üzerine Bir Araştırma. *Türk Din Psikolojisi Dergisi*, (4), 45-67.
- Altaş, N. (2000). Dini Danışmanlığın Teorik Temelleri. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 41(1), 327-350.
- Arslan, Y. (2022). Yeryüzünün Diriltilişinin Yeniden Diriliş İçin Delil Olması Meselesine Kur’anî Bir Bakış. *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 690-714.
- Ateş, A. E. (2021). Kur’an Çevirilerinde Akıbet Lamı. *Tasavvur Tekirdağ İlahiyat Dergisi*, 7(1), 177-205.
- Bacanlı, H., ve Terzi, Ş. I. (Eds.). (2016). *Yetişkinlik ve Yaşlılık: Gelişimi ve psikolojisi*. Açılım kitap.
- Bahadır, A. (2002). *İnsanın Anlam Arayışı Ve Din: Logoterapik Bir Araştırma*. İnsan Yayınları.
- Baldacchino, D. R. (2006). Nursing Competencies For Spiritual Care. *Journal Of Clinical Nursing*, 15(7), 885-896.
- Cufta, M. (2016). The Search For Meaning In Older Age. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (6), 106-116.
- Çelebi, Ç. D., ve Yüksel, M. Y. (2014). Yaşlılık Ve Yaşlılara Sunulan Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Uygulamalarına Bir Bakış. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 4(2), 175-202.
- Çınar, F. (2018). Yaşlı ve Engelli Bireylerde Manevi Bakımın Önemi. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(13), 35-49.
- Dağcı, A. (2021). Yaşlılık Döneminde Manevi Bir Gereksinim Olarak Sevgi: Huzurevi Yaşlıları Üzerinde Bir Alan Araştırması. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)*, 21(1), 1-25.
- Doğan, M. (2017). Hastane Örneği Üzerinden Manevî Danışmanlık Ve Rehberlik Hizmetlerine Genel Bir Bakış. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 21(2), 1267-1304.
- Duyar, İ. (2008). Gerontolojinin Temelleri. Eds: Mas, R., Işık, AT, Karan, MA, Beğer, T.
- Ekşi, H., Çelebi, Ç. D., & Yaman, N. (2020). Kurumlarda Manevi Danışma Ve Rehberlik. Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma. ed. H. Ekşi.(ss. 266-298). Ankara: Nobel Yayınları.
- Gürsu, O., ve Ay, Y. (2018). Manevi İyi Oluş Ve Yaşlılık. *Türk Akademik Araştırmalar Dergisi Uluslararası Multidisipliner Kongresi*, 198-207.

- Hablemitoğlu, Ő., ve Özmete, E. (2010). *Yaşlı refahı: Yaşlılar için sosyal hizmet*. Kilit Yayınları.
- Hodge, D. R. (2005). Spiritual Ecograms: A New Assessment Instrument For Identifying Clients' Strengths In Space And Across Time. *Families In Society*, 86(2), 287-296.
- Hodge, D. R., Bonifas, R. P., ve Chou, R. J. A. (2010). Spirituality And Older Adults: Ethical Guidelines To Enhance Service Provision. *Advances In Social Work*, 11(1), 1-16.
- Hoshi, M. (2008). *Self-Transcendence, Vulnerability, And Well-Being In Hospitalized Japanese Elders*. The University of Arizona.
- Imamoğlu, E. O. (1999). Some Correlates Of Religiosity Among Turkish Adults And Elderly Within A Cross-Cultural Perspective. *Religion, Belief, And Spirituality In Late Life*, 93-112.
- İlgar, L., ve İlgar, Ő. (2007). Yaşlılık DÖnemi Ve Yaşlının Gelişim GŐrevleri. *HAYEF Journal Of Education*, 4(1), 147-156.
- KarakaŐ, S. A., ve Durmaz, H. (2017). Yaşlılık DÖnemi Psikolojik Özellikleri Ve Moral. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 18(1), 32-36.
- Kılavuz, A. A., (2005). Yaşlanma SŐrecinin Dini GeliŐime Etkileri. *Uludağ Őniversitesi İlahiyat FakŐltesi Dergisi*, 15(1), 97-112.
- Koç, M. (2000). Din Psikolojisi Açısından Yaşlılık DÖneminde Dinî Yaşam”. *EKEV Akademi Dergisi*, 2(2), 97-103.
- Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Yaşlılık DÖneminde Bireysel ve Ruhsal Gelişim. *Ekev Akademi Dergisi*, 8(19), 77-90.
- KŐylŐ, M. (2007). Yaşlılık DÖneminde Eğitim Ve Din Eğitimini Gerekli Kılan Nedenler. *İçinde Yaşlılık DÖnemi Ve Problemleri TartıŐmalı İlmî Toplantı. İstanbul: Ensar NeŐriyat*.
- Malinakova, Klara vd. “The Spiritual Well-Being Scale: Psychometric Evaluation of the Shortened Version in Czech Adolescents”. *J Relig Health* 56 (2017), 697-705.
- Pargament, K. I. (2005). Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Őzerine Bir Değerlendirme. *Tcm. Ali Ulvi Mehmedoğlu. ŐİFD*, 5(1), 279-313.
- Seyyar, A. (2010). Tıbbi Sosyal Hizmetlerde Manevi Bakım. *İstanbul: Rağbet Yayınları*.
- Őentepe, A. (2015). Yaşlılık DÖneminde Dini BaŐaçıkma. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 186-205.
- ŐentŐrk, H. (1995). Dini Gelişim Psikolojisi. *Diyanet İlmî Dergi*, 31(4), 63-82.
- Tan, H. N., ve Yildiz, M. (2022). ‘Manevi İyi Oluş’ Kavramının Ortaya ıkıŐı ve Tanımlanması. *Dini Araştırmalar*, 25(63), 447-476.

- Taşkın, H. H. (2022). Yaşlı Manevi Danışmanlığında Psikoterapi Tekniği Olarak Manevi Anımsama Terapisi. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, (6), 9-38.
- Tufan, İ. (2003). *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık Ve Yaşlanmak: Yaşlanmanın Sosyolojisi*. Anahtar Kitaplar Yayınevi.
- Tütün, S. (2016), “Kur’an’da Erzeli’l-‘umur Ve Yaşlılık Üzerine Bir Değerlendirme”. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 20/2, 299-328. <https://doi.org/10.18505/cuid.274320>.
- Yerli, G. (2017). Yaşlılık Dönemi Özellikleri Ve Yaşlılara Yönelik Sosyal Hizmetler. *Journal of International Social Research*, 10(52).
- Yılmaz, M. (2013). Yaşlılıkta Manevi Destek Ve Din Eğitiminin Önemi. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (39), 241-264.