T.C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI

YAŞLILIK DÖNEMİNDE AMAÇ BİLİNCİ VE MANEVİYAT İLİŞKİSİ: 60+ TAZELENME ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNE NİCEL BİR ARAŞTIRMA

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Zekiye BAYKUL

BURSA – 2025

T.C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI

YAŞLILIK DÖNEMİNDE AMAÇ BİLİNCİ VE MANEVİYAT İLİŞKİSİ: 60+ TAZELENME ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNE NİCEL BİR ARAŞTIRMA

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Zekiye BAYKUL

Danışman:
Doç. Dr. Turgay GÜNDÜZ

BURSA – 2025

TEZ ONAY SAYFASI

T. C.

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalında 702331001 numaralı Zekiye Baykul'un hazırladığı "Yaşlılık Döneminde Amaç Bilinci ve Maneviyat İlişkisi: 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Nicel Bir Araştırma" başlıklı yüksek lisans tezi ile ilgili savunma sınavı, ……/……/20…. günü …… - ……..…….. saatleri arasında yapılmıştır. Alınan cevaplar sonunda adayın …….. (başarılı / başarısız) olduğuna ……..…….. (oybirliği / oy çokluğu) ile karar verilmiştir.

Üye (Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu Başkanı)
Doç. Dr. Turgay GÜNDÜZ
Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye
Dr. Ögrç Üyesi Büşra KILIÇ AHMEDİ
Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye
Doç. Dr. Ömer Faruk SÖYLEV
Dumlupınar Üniversitesi

…./…./ 2025

YÜKSEK LİSANS İNTİHAL YAZILIM RAPORU

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI
BAŞKANLIĞI'NA

Tez Başlığı / Konusu: "Yaşlılık Döneminde Amaç Bilinci ve Maneviyat İlişkisi: 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Nicel Bir Araştırma"

Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam xv + 135 sayfalık kısmına ilişkin, 17/07/2025 tarihinde şahsım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan özgünlük raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 13'tür.

Uygulanan filtrelemeler:

1- Kaynakça hariç
2- Alıntılar dahil
3- 8 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Özgünlük Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarını inceledim ve bu Uygulama Esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Tarih ve İmza

17.07.2025

Adı Soyadı : Zekiye BAYKUL
Öğrenci No : 702331001
Anabilim Dalı : Manevi Danışmanlık ve Rehberlik
Programı : Tezli Yüksek Lisans Programı
Statüsü : Yüksek Lisans Tezi

Danışman

Doç. Dr. Turgay Gündüz

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Yaşlılık Döneminde Amaç Bilinci ve Maneviyat İlişkisi: 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Nicel Bir Araştırma” başlıklı çalışmanın bilimsel araştırma, yazma ve etik kurallarına uygun olarak tarafımdan yazıldığına ve tezde yapılan bütün alıntıların kaynaklarının usulüne uygun olarak gösterildiğine, tezimde intihal ürünü cümle veya paragraflar bulunmadığına şerefim üzerine yemin ederim.

…../ …../ 2025
Tarih ve İmza

Adı Soyadı : Zekiye BAYKUL
Öğrenci No : 702331001
Anabilim Dalı : Manevi Danışmanlık ve Rehberlik
Programı : Tezli Yüksek Lisans Programı
Tezin Türü : Yüksek Lisans Tezi

ÖZET

Adı Soyadı : Zekiye BAYKUL
Üniversite : Bursa Uludağ Üniversitesi
Enstitü : Sosyal Bilimler Enstitüsü
Anabilim Dalı : Manevi Danışmanlık ve Rehberlik
Bilim Dalı : Manevi Danışmanlık ve Rehberlik
Tezin Niteliği : Yüksek Lisans
Tez Danışmanı : Doç. Dr. Turgay GÜNDÜZ

YAŞLILIK DÖNEMİNDE AMAÇ BİLİNCİ VE MANEVİYAT İLİŞKİSİ: 60+ TAZELENME ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNE NİCEL BİR ARAŞTIRMA

Amaç: Bu tez çalışması yaşlılık döneminde amaç bilinci ve maneviyat ilişkisini incelemeyi konu edinmektedir. Tezin amacı 60+ Tazelenme Üniversitesi'ne giden 60 yaş ve üstü bireyler ile diğer 60 yaş ve üstü bireyler arasında amaç bilinci ve maneviyat ilişkisini araştırmaktır. Amaç bilinci ile maneviyatın; yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum, sosyo-ekonomik düzey, ikamet durumu ve yaşlılık algısı gibi demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Yöntem: Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi benimsenmiştir. Araştırmanın örneklemi Akdeniz Üniversitesi ve Anadolu Üniversitesi 60+ Tazelenme Üniversitesi programlarında eğitim gören 190 birey ile uygun örneklem yöntemi ile ulaşılan diğer 60 yaş ve üzeri 107 bireyden oluşmaktadır. Veriler Demografik Bilgi Formu, Amaç Bilinci Ölçeği ve Maneviyat Ölçeği aracılığıyla yüz yüze ve çevrimiçi olarak toplanmıştır. Toplanan veriler SPSS 29 programında analiz edilerek betimsel ve çıkarımsal analizler yapılmış, hipotezlerin testi için fark ve ilişki testleri uygulanmıştır.

Bulgular: Yaşlı bireylerde amaç bilinci ve maneviyat arasında orta düzeyde anlamlı ve pozitif bir ilişki görülmüştür (r=0,503, p<0,001). Maneviyat, amaç bilinci puanlarındaki değişimin %25,3'ünü açıklamaktadır (R^2=0,253). Maneviyat Ölçeği ile Amaç Bilinci Ölçeğinin tüm alt boyutları arasında anlamlı pozitif ilişki tespit edilmiştir. Yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip yaşlı bireyler ile pozitif yaşlılık algısı taşıyanların amaç bilinci anlamlı düzeyde yüksektir. Maneviyat yaş ilerledikçe artmaktadır. 70-81 yaş grubunun maneviyatı 60-69 yaş grubundan yüksektir. İleri yaş, evli olmak, ilkokul mezunu olmak ve pozitif yaşlılık algısına sahip olmak ile yüksek maneviyat puanı ilişkili bulunmuştur. 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri grubun maneviyat puanlarında anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir. Maneviyatın manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, anlam arayışı ve bağlantı alt boyutlarında diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılar; tabiatla uyum alt boyutunda ise 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek puanlar almıştır. 60+ Tazelenme öğrencileri diğer 60 yaş ve üzeri gruba göre anlamlı düzeyde daha pozitif bir yaşlılık algısına sahiptir.

Sonuç: Amaç bilinci ile maneviyat arasında bulunan anlamlı pozitif ilişkinin yaşlı bireylerde maneviyatın amaç bilincine olumlu etkisinin bir yansıması olduğu söylenebilir. Maneviyat amaç bilincindeki yükselmeye eşlik etmektedir. Uygun programlarla maneviyatın desteklenmesi yaşlı bireylerin amaç bilincine olumlu etki ederek, aktif yaşlanmayı destekleyebilir.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, amaç bilinci, maneviyat, 60+ Tazelenme Üniversitesi

ABSTRACT

Name & Surname	: Zekiye BAYKUL
Üniversite	: Bursa Uludağ University
Institute	: Institute of Social Sciences
Field of Study	: Spiritual Counseling and Guidance
Subfield	: Spiritual Counseling and Guidance
Degree awarded	: Master's Thesis
Supervisor	: Assoc. Prof. Turgay GÜNDÜZ

RELATIONSHIP BETWEEN SENSE OF PURPOSE AND SPIRITUALITY IN LATER LIFE: A QUANTITATIVE RESEARCH ON STUDENTS OF +60 REFRESHMENT UNIVERSITY

Aim: This thesis examines the relationship between sense of purpose and spirituality in old age. The aim is to investigate the relationship between sense of purpose and spirituality among 60+ individuals who attend 60+ Refreshment University and those who do not. The study investigates whether purposefulness and spirituality differ according to demographic variables such as age, gender, educational status, marital status, socio-economic level, residence status, and perception of aging.

Method: In this study corelational screening method is adopted. The sample is consisted of 190 individuals enrolled in the 60+ Refreshment University programs in Akdeniz University and Anadolu University together with 107 individuals aged 60 and over who do not attend any senior education program and who were reached through convenience sampling method. Data is collected face-to-face and by online platforms through Demographic Information Form, Sense of Purpose Scale, and Spirituality Scale. The collected data were analyzed using SPSS 29 software, and descriptive and inferential analyses were conducted. Difference and relationship tests were applied to test the hypotheses.

Results: A moderate, significant, and positive relationship is observed between sense of purpose and spirituality among elderly individuals (r=0,503, p<0,001). Spirituality explains 25,3% of the change in sense of purpose scores (R^2=0,253). There are significant positive relationships between all sub dimensions of sense of purpose and spirituality. Elderly individuals with high socio-economic status and those with a positive perception of old age have significantly higher sense of purpose. Spirituality increases with age. Spirituality of elderly aged 70-81 is higher than aged 60-69. High spirituality scores were found to be associated with old age, being married, primary school graduation and positive perception of old age. Significant difference was found in the spirituality scores of 60+ Refreshment University students and other group. Other participants aged over 60 scored significantly higher in the sub dimensions of spirituality such as spiritual coping, transcendence, spiritual experience, search for meaning, and connection. While 60+ Refreshment University students scored significantly higher in the sub-dimension of harmony with nature. 60+ Refreshment students have a significantly more positive perception of old age than the other participants aged over 60.

Conclusion: The significant positive relationship between sense of purpose and spirituality can be a reflection of the positive effect of spirituality on sense of purpose in elderly individuals. Increase in spirituality is accompanied by the increase in sense of purpose. Supporting spirituality with appropriate programs can positively affect sense of purpose of elderly individuals and contribute to active aging.

Keywords: Old age, sense of purpose, spirituality, 60+ Refreshment University

ÖNSÖZ

Bu çalışma yaşlı bireylerde amaç bilinci ve maneviyat ilişkisini ele almayı amaçlamıştır. İlk bölümde kavramsal ve teorik çerçeve çizilmiş, ikinci bölümde araştırma yöntemi ortaya konmuş, üçüncü bölümde bulgular açıklanarak literatür ışığında yorumlanmıştır.

Yüksek lisans ders ve tez dönemi boyunca desteğini her zaman üzerimde hissettiğim, çalışma prensiplerini kendime örnek aldığım değerli danışman hocam Doç. Dr. Turgay GÜNDÜZ'e çalışmalarıma rehberlik ettiği için teşekkürlerimi sunuyorum. Araştırma teknikleri, nicel analiz yöntemleri ve akademik metin yazımı hakkında kendisinden çok değerli bilgiler öğrendim. Araştırma tasarlamayı, yürütmeyi ve akademik yazmayı sevmem Turgay Hocam sayesindedir, bunun için müteşekkirim.

Bursa Uludağ Üniversitesi Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim dalı başkanı Prof. Dr. Mehmet Emin AY hocama, manevi danışmanlık alanında bilgi ve tecrübelerinden istifade ettiğim Prof. Dr. İbrahim GÜRSES, Prof. Dr. Mustafa Naci KULA, Prof. Dr. Mehmet Akif KILAVUZ, Prof. Dr. Salih ÇİFT ve Doç. Dr. Mehmet ŞANVER hocalarıma şükranlarımı sunuyorum. Onların oluşturduğu zemin sayesinde yaşlılık döneminde maneviyat ve amaç bilinci ilişkisini araştıran bu tezi yazabilmem mümkün olmuştur.

Araştırmada 60+ Tazelenme Üniversitesi programlarında anket uygulaması gerçekleştirmeme izin veren Antalya Akdeniz Üniversitesi Yaşlılık Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü Prof. Dr. Gülüşan ÖZGÜN BAŞIBÜYÜK ile Arş. Gör. Özlem ÖZGÜR'e ve Eskişehir Anadolu Üniversitesi Yaşlılık Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Birimi Müdürü Doç. Dr. Emre BİRİNCİ ile program sekreteri Zekiye HOŞGÖREN'e verdikleri desteklerden ötürü teşekkür ediyorum.

Türkiye'de gerontoloji bölümünün kurucusu, 60+ Tazelenme Üniversitelerinin mimarı ve yürütücüsü Prof. Dr. İsmail TUFAN Hoca'ya, 60+ Tazelenme Üniversitesi Akdeniz ve Anadolu Üniversitesi kampüsü öğrencilerine ve ankete katılım sağlayan diğer tüm yaşlı katılımcılara teşekkür ediyorum. Onların değerli katkıları olmadan çalışmayı yapabilmem mümkün olmazdı.

Her zaman desteklerini yanımda hissettiğim annem ve babama teşekkür ediyorum. Sevgili eşim ve değerli vakitlerinden aldığım evlatlarım Selahaddin Yusuf, Abdullah Salih, Ali Hikmet ve Arif Taha'ya sevgilerimi sunuyorum. Gösterdikleri sabır için müteşekkirim. Öğrenme yolculuğunun bitimsiz olduğu noktasında en çok onlara ilham vermek istedim.

Uzun hayat tecrübesinin yollarını aydınlattığı yaşlılar için daima bir amaç bulunduğunu, hayatın son döneminde maneviyatın bunu besleyebileceğini tahmin ediyordum, araştırmalarım bunu teyit etmiş oldu. Çalışmamı ömrün akşamüstü vaktinde Hz. Peygamber'in (s.a.v) düsturuyla kıyametin koptuğunu görse dahi elindeki fidanı diken, amaç bilinci ve maneviyatı güçlü, hikmet sahibi yaşlılara ithaf ediyorum.

Zekiye BAYKUL
BURSA 2025

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI ..... **iii**
YÜKSEK LİSANS İNTİHAL YAZILIM RAPORU ..... **iv**
ÖZET ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
ÖNSÖZ ..... **viii**
İÇİNDEKİLER ..... **ix**
TABLOLAR LİSTESİ ..... **xii**
ŞEKİLLER LİSTESİ ..... **xiv**
KISALTMALAR ..... **xv**
GİRİŞ **1**
1. Araştırmanın Problemi 5
2. Araştırmanın Amacı ve Önemi 7
3. Araştırma Hipotezleri 8
4. Araştırmanın Sınırlılıkları 9

BİRİNCİ BÖLÜM
KAVRAMSAL VE TEORİK ÇERÇEVE

1.1. Yaşlılık 10
1.1.1. Yaşlılık 10
1.1.2. Yaşlanma 11
1.1.3. Yaşlılık Dönemi 13
1.1.4. Yaşlılık Kuramları 16
1.1.4.1. Aktivite (Etkinlik) Kuramı 16
1.1.4.2. Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı 18
1.1.4.3. Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Kuramı (SOC) 19
1.2. Amaç Bilinci 20
1.2.1. Amaç Kavramı 21
1.2.2. Yaşam Amacı 23
1.2.3. Amaç Bilinci 25
1.2.4. Psikoloji Kuramlarında Amaç Kavramı 27
1.2.4.1. Varoluşçu Psikoloji Ekolü: Logoterapi 30
1.2.4.2. Pozitif Psikoloji 33
1.2.5. Yaşlılık ve Amaç Bilinci 34
1.3. Maneviyat 37
1.3.1. Maneviyat Kavramı 38
1.3.2. Maneviyat ve Amaç 42
1.3.3. Yaşlılık Döneminde Maneviyat 45
1.3.4. Yaşlı Bireyin Amaç Bilinci ve Maneviyat 51
1.4. 60+ Tazelenme Üniversitesi 52

1.4.1. Tarihi 52
1.4.2. Eğitim Programı 54
1.4.3. İlişkili Araştırmalar 56

İKİNCİ BÖLÜM
YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli 59
2.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi 60
2.3. Katılımcıların Genel Özellikleri 61
2.4. Veri Toplama Araçları 66
2.4.1. Demografik Bilgi Formu 66
2.4.2. Amaç Bilinci (Hissi) Ölçeği 66
2.4.3. Maneviyat Ölçeği 67
2.5. Verinin Toplanması ve İstatistiksel Analizi 68
2.6. Araştırmanın Etik Yönü ve İzinler 70

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
BULGULAR VE YORUMLAR

3.1. Amaç Bilinci Puan Ortalamalarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi 71
3.1.1. Yaşa ve Yaş Gruplarına Göre Amaç Bilinci 71
3.1.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Amaç Bilinci 73
3.1.3. Medeni Durum Değişkenine Göre Amaç Bilinci 75
3.1.4. Sosyo-ekonomik Düzey Değişkenine Göre Amaç Bilinci 76
3.1.5. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Amaç Bilinci 78
3.1.6. İkamet Durumu Değişkenine Göre Amaç Bilinci 79
3.1.7. Yaşlılık Algısı Değişkenine Göre Amaç Bilinci 80
3.2. Amaç Bilinci ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Örneklem Grubuna Göre İncelenmesi 83
3.3. Maneviyat Puan Ortalamalarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi 85
3.3.1. Yaşa ve Yaş Gruplarına Göre Maneviyat 85
3.3.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Maneviyat 87
3.3.3. Medeni Durum Değişkenine Göre Maneviyat 89
3.3.4. Sosyoekonomik Düzey Değişkenine Göre Maneviyat 90
3.3.5. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Maneviyat 91
3.3.6. İkamet Durumu Değişkenine Göre Maneviyat 93
3.3.7. Yaşlılık Algısı Değişkenine Göre Maneviyat 94
3.4. Maneviyat ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Örneklem Grubuna Göre İncelenmesi 97
3.5. Amaç Bilinci Ölçeği ile Maneviyat Ölçeği Puanları ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki 100
3.6. Amaç Bilinci Ölçeği ile Maneviyat Ölçeği Puanları ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Örneklem Grubuna Göre İncelenmesi 103

3.7. Diğer Bulgular....109
SONUÇ VE ÖNERİLER....111
KAYNAKÇA....118
EKLER....131
Ek-1: Demografik Bilgi Formu....131
Ek-2: Maneviyat Ölçeği....132
Ek-3: Amaç Bilinci (Hissi) Ölçeği....133
Ek-4: Uludağ Üniversitesi Etik Kurul Araştırma İzni....134
Ek-5: Anadolu Üniversitesi Etik Kurul Araştırma İzni....135

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Yaş İstatistikleri 61
Tablo 2. Katılımcıların Örnekleme Göre Yaş Grubu istatistikleri 62
Tablo 3. Katılımcıların Örneklem Grubu ve Cinsiyete Göre Dağılımı 62
Tablo 4. Katılımcıların Örneklem Grubu ve Medeni Duruma Göre Dağılımı 63
Tablo 5. Katılımcıların Örneklem Grubu ve Sosyo-ekonomik Düzeye Göre Dağılımı 63
Tablo 6. Katılımcıların Örnekleme Göre Eğitim Durumu İstatistikleri 64
Tablo 7. Katılımcıların Örnekleme Göre İkamet Durum İstatistikleri 64
Tablo 8. Katılımcıların Örnekleme Göre Yaşlılık Algısı İstatistikleri 65
Tablo 9. Amaç Bilinci Ölçeği ve Maneviyat Ölçeği Puanlarının Normallik Test Sonuçları 69
Tablo 10. Yaş ve Amaç Bilinci İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları 71
Tablo 11. Yaş Grubuna Göre Amaç Bilinci Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları 72
Tablo 12. Cinsiyete Göre Amaç Bilinci Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları 73
Tablo 13. Medeni Duruma GZöre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları 75
Tablo 14. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları76
Tablo 15. Eğitim Durumuna Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları 78
Tablo 16. İkamet Durumuna Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları 79
Tablo 17. Yaşlılık Algısı Değişkenine Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları 80
Tablo 18. Demografik Değişkenlere Göre Amaç Bilinci Farklılaşma Durumu Özet Tablosu 82
Tablo 19. Katılımcıların Amaç Bilinci Puan İstatistikleri 83
Tablo 20. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 yaş ve üzeri Grubun Amaç Bilinci Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları 83
Tablo 21. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri Grubun Amaç Bilinci Alt Boyut Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları 84
Tablo 22. Yaş ve Maneviyat Puanı İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları 85
Tablo 23. Yaş Grubuna Göre Maneviyat Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları 86
Tablo 24. Cinsiyete Göre Maneviyat Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları 88
Tablo 25. Medeni Duruma Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları 89
Tablo 26. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları .. 90
Tablo 27. Eğitim Düzeyine Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları 91
Tablo 28. İkamet Durumuna Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları 93
Tablo 29. Yaşlılık Algısı Değişkenine Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları 94
Tablo 30. Demografik Değişkenlere Göre Maneviyat Farklılaşma Durumu Özet Tablosu 96
Tablo 31. Katılımcıların Maneviyat Puan İstatistikleri 97
Tablo 32. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 yaş ve üzeri Grubun Maneviyat Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları 97

Tablo 33. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 Yaş ve Üzeri Grubun Maneviyat Alt Boyut Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları 98
Tablo 34. Amaç Bilinci ve Maneviyat Puanı İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları 100
Tablo 35. Amaç Bilinci ve Maneviyat Ölçeği Alt Boyutları İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları 101
Tablo 36. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 yaş ve üzeri Grubun Amaç Bilinci ve Maneviyat Puanı İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları 103
Tablo 37. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencilerinin Amaç Bilinci ve Maneviyat Alt Boyutları Arasındaki İlişki Spearman Korelasyon Test Sonuçları 104
Tablo 38. Diğer 60 Yaş ve Üzeri Bireylerin Amaç Bilinci ve Maneviyat Alt Boyutları Arasındaki İlişki Spearman Korelasyon Test Sonuçları 107
Tablo 39. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 yaş ve üzeri Bireylerin Yaşlılık Algısını Karşılaştıran Ki-Kare Test Sonuçları..... 109

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Araştırma Modeli 60
Şekil 2. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Amaç Bilinci Gruplararası Fark 77
Şekil 3. Yaşlılık Algısına Göre Amaç Bilinci Gruplararası Fark 81
Şekil 4. Eğitim Durumuna Göre Maneviyat Gruplararası Fark 92
Şekil 5. Yaşlılık Algısına Göre Maneviyat Gruplararası Fark 95

KISALTMALAR

akt.	: aktaran
çev.	: çeviren
KMO	: Kaiser-Mayer-Olkin test değeri
min.	: minimum değer
max.	: maksimum değer
N	: Katılımcı sayısı
η^2.	: Eta kare etki büyüklüğü değeri
p.	: İstatistiksel anlamlılık değeri
r.	: Korelasyon katsayısı
r_s.	: Spearman korelasyon katsayısı
R^2.	: Determinasyon katsayısı
sd.	: Serbestlik derecesi
Sıra Ort.	: Sıra ortalamaları
Sıra Top.	: Sıra toplamları
SOC	: Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme kuramı
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
Sta.	: Statistics
U.	: Mann-Whitney U değeri
vd.	: Ve diğerleri

GİRİŞ

Yaşlılık alanında yapılan çalışmalar son zamanlarda hız kazanmıştır. Yükselen ilginin en önemli sebebi yaşlı nüfusun hızlı biçimde artması ve nüfus piramidinin şekil değiştirmesidir. İnsan ömrü orta çağdan bu yana yaklaşık dört misli uzamış ve uzamaya devam etmektedir.[1] Sağlık teknolojilerindeki ilerlemeler ve yaşam koşullarındaki genel iyileşme insan ömrünü uzatırken doğurganlık oranındaki düşüş toplumsal yaşlanmayı önemli bir gündem maddesi haline getirmektedir. Yaşlanmış toplumların getirdiği farklı ihtiyaçlara ve sorunlara cevap üretebilmek açısından bakıldığında yaşlılık araştırmalarının artması şaşırtıcı değildir.

TÜİK verilerine göre Türkiye'de yaşlı nüfusun genel nüfus içindeki oranı 2019 yılında %9,1 2024 yılında %10,6'dır.[2] Nüfusun %10'undan fazlası 65 yaş üzeri yetişkinlerden oluşan toplumların yaşlanan toplumlar olarak isimlendirildikleri göz önüne alındığında Türkiye artık yaşlanan bir toplumdur. 2040'lı yıllara gelindiğinde 65 yaş ve üzeri yaşlı sayısının 18 yaş altı çocuk sayısını geçmesi öngörülmektedir.[3] Yapılan projeksiyonlar 2080 yılında yaşlı nüfusun toplam nüfusun yaklaşık 1/3'ünü geçerek %33,4'e ve 2100 yılında %33,6'ya ulaşacağına işaret etmektedir.[4] Gelen yüzyılda yaşlılık sorunu enerji krizi gibi diğer sorunlardan daha önemli hale gelebilir.[5]

Türkiye 30 yıl içinde büyüyen nüfusunun ihtiyaçlarını karşılamak ve yaşlanmış bir toplum yapısına hazırlık yapmak arasında denge kurması gereken ülkelerden biri olacaktır.[6] Çizilen tablo nüfus yaşlanmasıyla yüzleşecek olan ülkemizde yaşlı bireylerin maddi ve manevi refahına yönelik her türlü sosyal, ekonomik, kurumsal ve sağlık tedbirlerinin alınmasını gerekli kılmaktadır.

İnsanın sağlıklı olması fiziksel, zihinsel, sosyal ve manevi yönden bir iyilik halinde bulunması demektir.[7] Manevi yön sağlığın önemli boyutlarından biridir.

---

[1] İsmail Tufan, *Gerontolojiye Hazırlık* (Nobel Akademik Yayıncılık, 2020), 36.
[2] Türkiye İstatistik Kurumu TÜİK, "İstatistiklerle Yaşlılar, 2024", 2024.
[3] United Nations Department of Economic and Social Affairs UN, "World Population Prospects 2024", 2024, 38.
[4] TÜİK, "İstatistiklerle Yaşlılar, 2024".
[5] İsmail Tufan, *Antik Çağdan Günümüze Yaşlılık* (İstanbul: Aykırı Yayıncılık, 2002), 56.
[6] UN, "World Population Prospects 2024", 30.
[7] World Health Organization WHO, "Fifty-Second World Health Assembly", 1999, 4.

Yaşlılıkta maneviyat boyutunun dikkate alınması gerektiği sağlık hizmetleri araştırmalarında ortaya çıkan bir sonuçtur. Maneviyatın yaşlı bireylerde yaşam kalitesini iyileştirdiği,[8] kronik hastalıklara uyumu kolaylaştırdığı, manevi yönden desteklenmelerinin sağlıklarına olumlu etki edebildiği,[9] palyatif bakım hastalarınca manevi bakıma ihtiyaç duyulduğu ortaya konulmuştur.[10]

Maneviyat genel itibariyle gördüğümüz fiziksel varlığın, aşkın bir gerçekliğin içinde olduğu ve kutsal gerçeklikler tarafından belirlendiğine ilişkin inancı ifade eder.[11] Maneviyat başarılı yaşlanma yolunda bireylerin kullandığı stratejilerden biridir.[12] Aşkın bir güç ile kurulan manevi bağ kişinin yaşlılığında motive eden bir kaynak olabilmektedir. İnsanın tam anlamıyla sağlıklı yaşayabilmesi için manevi ihtiyaçlarını gidermesi, tutarlı bir anlam sistemi geliştirebilmesi gerekir. Din ve maneviyat insan hayatının bütününü kavrayan bir anlam sistemidir. Psikoloji çalışmalarında anlam birleştirici bir yapı olarak öne çıkmaktadır. Dolayısıyla anlam konusunun din, maneviyat ve psikolojinin birleştiği ortak bir zemin oluşturduğu söylenebilir.[13] Bu zeminde dikkat çekici anlam yapılarından biri de insanın amaçları ve amaç bilincidir.

Amaçlar hayatın iniş ve çıkışlarını anlamada ve yorumlamada önemli yardımcılardır. Amaç bilinci insanın bu amaçlara dair geliştirdiği öznel duygusu ve farkındalığıdır.[14] Uzun vadeli iyi oluş için amaçlara sahip olmak veya bunları geliştirebilmek oldukça önemlidir. Yaşam amacı psikolojik iyi oluşun altı

---

[8] Mehmet Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi ile Spiritüalite (Maneviyat) Arasındaki ilişki* (Malatya: İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017), 37.

[9] Elanur Tekman Yılmaz, *Yaşlı Bireylerde Kronik Hastalığa Uyumun Maneviyat ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi* (Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2024), 67-68.

[10] Selver Bektaş, *Palyatif Bakım Hastalarının Manevi İyilik Halleri ile Ağrıyla Başa Çıkma Durumları Arasındaki İlişki* (Yozgat: Yozgat Bozok Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021), 61.

[11] Halil Ekşi vd., "Maneviyat ve Psikolojik Danışma", *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*, ed. Halil Ekşi - Çınar Kaya (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2016), 15.

[12] Kristal Imperio, *Transcendence in Successful Aging: A Grounded Theory of Older Women's Strategies to Age Successfully* (Amherst: University of Massachusetts Amherst, Doktora Tezi, 2006).

[13] Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park, "Bugünkü Din Psikolojisi Biliminin Bütünleyici Konuları", çev. Zuhal Ağılkaya Şahin, *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları*, ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park (Ankara: Phoenix, 2013a), 47-48.

[14] Gitima Sharma vd., "Sense of Purpose Scale: Development and Initial Validation", *Applied Developmental Science* 22/3 (03 Temmuz 2018), 195.

boyutundan biri olarak kabul edilmektedir.[15] Kişisel açıdan anlamlı amaçlara sahip olanların amacı olmayanlara göre duygusal durumları ve fiziksel sağlıkları daha iyidir[16] ve zorluklara karşı kendilerini daha güçlü hissederler.[17]

Ülkemizde amaç konusunu araştıran çalışmalar genellikle genç bireyler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Buna göre yaşam amaçları öznel iyi oluşu artırmakta,[18] amaçlarını bir anlam kaynağı olarak görenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri yaşamın anlamı olmadığını düşünenlere göre daha yüksek çıkmakta,[19] yaşam amacı psikolojik sağlamlığı yordamaktadır.[20]

Anlam ve amaç arayışında, hayatın amacına dair sorgulamalarında maneviyat insanı güdüleyen bir güç olarak kendini gösterir.[21] Maneviyat, kişinin hayatında mutlak bir hedef duygusunu besleyen kaynaklardan biridir.[22] Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda maneviyatın içsel yaşam amaçlarını yordadığı,[23] yaşam amacı ile dindarlık arasında anlamlı ilişkiler olduğu ve dindarlığın içsel amaçları pozitif yönde etkilediği bulunmuştur.[24]

Yaşlılık döneminde amaç bilincinin olumlu etkileri olabilmektedir. Yurtdışı literatürde yaşlı bireylerde amaç konusu üzerine yapılan araştırmalarda amaç

---

[15] Carol D. Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being", *Journal of Personality and Social Psychology* 57/6 (1989), 1071.
[16] Robert A. Emmons, "Spirituality", *A Life Worth Living*, ed. Mihaly Csikszentmihalyi - Isabella Selega Csikszentmihalyi (New York: Oxford University Press, 2006), 69.
[17] Alfred Adler, *Yaşama Sanatı* (İstanbul: Olimpos Yayınları, 2021), 11.
[18] Tahsin İlhan - Yaşar Özbay, "Yaşam Amaçlarının ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4/34 (26 Mayıs 2010), 114; Nafihan Oğuz Duran - Şeref Tan, "Minnettarlık ve Yaşam Amaçları Yazma Çalışmalarının Öznel İyi Oluşa Etkisi", *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* 4/40 (30 Eylül 2013), 161; Elif Deniz - İsmail Ay, "Lise Öğrencilerinde Yaşam Amaçları ve Umudun Öznel İyi Oluşla İlişkisinin İncelenmesi", *Educational Academic Research* 52 (30 Mart 2024), 144-160.
[19] Ali Murat Alparslan vd., "Yaşamın Anlam Kaynakları ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma", *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 42 (30 Nisan 2022), 47.
[20] Sezen Güleç, "Lise Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik ile Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Yaşam Amaçlarının Aracı Rolü", *Gelişim ve Psikoloji Dergisi* 1/1 (15 Haziran 2020), 33.
[21] Anna Janhsen vd., "Transforming Spirituality Through Aging: Coping and Distress in the Search for Meaning in Very Old Age", *Journal of Religion, Spirituality & Aging* 33/1 (Ocak 2021), 39; Emmons, "Spirituality", 63.
[22] Turgay Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *Turkish Studies* 13/18 (2018), 1290.
[23] Yasin Toprak, *Maneviyat, Yaşam Amaçları ve Iyi Oluş Arasındaki İlişki* (Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018), 92.
[24] Şeyma Monis, *Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amacı ve Dindarlık* (Ankara: Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021), 78.

bilinci puanları yüksek olan yaşlıların bir dizi iyi yaşlanma kriterinde daha iyi performans gösterdikleri ve daha uzun bir ömür sürdükleri,[25] sağlık harcamaları ve ilaç giderlerinin daha az olduğu[26] görülmüştür. Yapılan beyin görüntüleme çalışmalarında yüksek amaç bilinci beyin sağlığına işaret eden belirtiler ile ilişkilendirilmiştir. Yaşlılıkta amaç bilincinin geliştirilmesi beyin sağlığının korunmasının yanı sıra aktif ve sağlıklı yaşlanmayı sağlayabilir.[27]

Aktif yaşlanmanın ve gerontolojik perspektifle temellendirilmiş yaşlı eğitiminin yaygınlaşması adına 2016 yılından beri ülkemizde 60+ Tazelenme Üniversitesi programları uygulanmaktadır. 60+ Tazelenme Üniversitesi, Türkiye'de gerontoloji bölümünün kurucusu İsmail Tufan tarafından 2016 yılında Akdeniz Üniversitesi bünyesinde aktif yaşlanmayı desteklemek amacıyla sosyal sorumluluk projesi olarak başlatılan bir yaşlı eğitim modelidir.[28] Dünyanın birçok ülkesinde artan yaşlı bireylerin farklı ihtiyaçlarına cevap vermek üzere kurulan üçüncü yaş üniversiteleri (University of the Third Age) bulunmaktadır.[29]

60+ Tazelenme üniversitelerinde uygulanan programların amacı temel olarak yaşlı bireylerin başarılı ve sağlıklı yaşlanma bilincini yükseltmektir. Yaşlanma sürecinin başarılı şekilde yönetilebilmesi için çeşitli alanlarda eğitim olanakları sunan program yaşlı bireyleri pek çok yönden desteklemektedir.

Psikolojide pozitif yaklaşımın ivme kazanmasıyla birlikte gerontolojinin, artan yaşına rağmen aktif kalabilen yaşlılara daha fazla dikkat etmeye başladığı söylenebilir.[30] Başarılı yaşlanmanın boyutlarından biri de aktif bir amaçlılığa sahip olabilmektir. Amaç, yaşamın son döneminde de insana lazım bir

---

[25] Tim D. Windsor vd., "Sense of Purpose as a Psychological Resource for Aging Well.", Developmental Psychology 51/7 (Temmuz 2015), 984; Patricia A. Boyle vd., "Purpose in Life May Delay Adverse Health Outcomes in Old Age", The American Journal of Geriatric Psychiatry 30/2 (2021), 6.

[26] S. Musich vd., "Purpose in Life and Positive Health Outcomes Among Older Adults", Population Health Management 21 (2017), 142.

[27] Ajay Kumar Nair vd., "Purpose in Life as a Resilience Factor for Brain Health: Diffusion MRI Findings from the Midlife in the U.S. Study", Frontiers in Psychiatry 15 (05 Mart 2024), 9.

[28] İsmail Tufan, *Türkiye'de Yaşlı Eğitimi 60+Tazelenme Üniversitesinin İlk Dört Yılı: Değerlendirme ve Öneriler* (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2022), 89.

[29] M. Formosa, "Universities of the Third Age: A Rationale for Transformative Education in Later Life", *Journal of Transformative Education* 8/3 (2010), 198.

[30] Cynthia J. Reinhoudt, *The Influence of Optimism, Hardiness and Spiritual Well Being on the Physical Health Functioning of Older Adults* (Ohio: The Ohio State University, Graduate School, Doktora Tezi, 2004), 12.

unsurdur. Dolayısıyla bu çalışmada yaşlılık döneminde potansiyel olumlu etkileri göz önüne alındığında amaç bilinci ile maneviyat ilişkisinin 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri bireyler üzerinde incelenmesi hedeflenmiştir.

1. Araştırmanın Problemi

Sorumlulukların azaldığı, hayat mücadelesinin çözümlendiği, yavaşlamaya zaman bulabildiği yaşlılık döneminde insan düşünmeye, hayatını bütünüyle ele almaya ve yaralarını iyileştirmeye vakit ayırabilir ve manevi gelişime daha müsaittir.[31] Yaşlılık dönemi genel olarak bir gerileme ve düşüş dönemi olarak görülse de yaşlı bireyler hayatta neyin daha önemli olduğu konusunda daha net bir kavrayışa sahiptir. Dolayısıyla çok daha olgun bir amaç duygusuna sahip olabilmektedirler.[32]

Maneviyat yaşam amaçlarının anlamlı bir yordayıcısıdır. Kişinin anlam verdiği kaynaklar ve kutsal algısı onu değer verdiği amaçlara yönlendirebilir.[33] Maneviyat gençlerde yaşam amacını doğrudan artırarak akademik başarıyı olumlu etkilemektedir.[34] Maneviyat ve amaç yaşamda anlam kaynaklarından ikisidir.[35] Yaşlılarda hayata anlam ve amaç katan kaynakları araştıran çalışmalara göre maneviyat yaşlılık döneminde kişisel anlam ve amaç duygularını koruyan ve güçlendiren bir unsurdur.[36] Yapılan araştırmalarda

---

[31] Ursula King, "Spirituality, Ageing and Gender", *Spirituality and Ageing*, ed. Albert Jewell (Londra: Jessica Kingsley Publishers, 1999), 153.

[32] Kennon Sheldon, "Getting Older, Getting Better?", *A Life Worth Living*, ed. Mihaly Csikszentmihalyi - Isabella Selega Csikszentmihalyi (New York: Oxford University Press, 2006), 227.

[33] Toprak, *Maneviyat, Yaşam Amaçları ve Iyi Oluş Arasındaki İlişki*, 91-92.

[34] Şeyma Monis - Behlül Tokur, "Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amacı Alt Boyutları ve Dindarlık İlişkisi", Journal of Analytic Divinity 5/3 (15 Aralık 2021), 165-166; Kimberly A Greenway, "The Role of Spirituality in Purpose in Life And Academic Engagement", Journal of College and Character 7/6 (Temmuz 2006), 2.

[35] Alparslan vd., "Yaşamın Anlam Kaynakları Ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi", 47; P. F. Jonah Li vd., "Comprehension, Purpose, and Mattering? A Latent Profile Analysis of Laypeople's Beliefs About Meaning in Life", The Journal of Positive Psychology 17/6 (02 Kasım 2022), 915.

[36] Jorunn Drageset vd., "Crucial Aspects Promoting Meaning and Purpose in Life: Perceptions of Nursing Home Residents", *BMC Geriatrics* 17/254 (Aralık 2017), 5; Pia Hedberg vd., "Experiences of Purpose in Life When Becoming and Being a Very Old Woman", *Journal of Women & Aging* 21/2 (04 Mayıs 2009), 130; Monika Ardelt - Cynthia S. Koenig, "The Importance of Religious Orientation and Purpose in Life for Dying Well: Evidence from Three Case Studies", *Journal of Religion, Spirituality & Aging* 19/4 (22 Ağustos 2007), 76.

yaşlılık döneminde manevi iyi oluşun aktif yaşlanmaya olumlu etki ettiği bulgulanmıştır.[37]

Amaç konusunu araştıran çalışmalar genellikle gençler ve genç yetişkinler üzerinde yapılmaktadır. Yaşlılık döneminde amaç bilincinin fiziksel ve ruhsal sağlığa dair ortaya konan olumlu etkileri göz önüne alındığında amaç konusunun yaşlılık dönemi bağlamında ele alınması, en az gençlik döneminde yaşam amacı belirleme çalışmaları kadar önemlidir. Ancak ülkemizde yaşlı bireylerde amaç bilincine ve onun maneviyatla ilişkisine dair çalışma yapılmadığı gözlenmiştir.

Psikolojik sağlığın iki önemli bileşeni olduğu anlaşılan maneviyat ve amaç arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda sınırlılıklar bulunmaktadır. Araştırmalarda daha çok amaçların içeriğine odaklanan içsel ve dışsal olarak iki boyutlu yaşam amacı değişkeninin kullanıldığı, amaç bilinci kavramının yeterince işlenmediği görülmüştür. Bireyin amaç farkındalığına dair öznel yaklaşımını ifade eden amaç bilinci değişkeni yaşlılık dönemi araştırmaları için daha uygun olabilecektir. Bu sebeple amaç bilinci ölçeğiyle çalışma yapılarak bu sınırlılıkların azaltılması hedeflenmiştir.

Maneviyat psikolojisi alanında amaç konusu henüz merkezi bir yer edinememiştir. Amaç; ağırlıkla psikoloji, psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanlarında ele alınırken din psikolojisi, manevi danışmanlık ve rehberlik alanlarında yeterince incelenmediği görülmektedir. Yapılan çalışmalar ise genel olarak kişisel amaçları daha geniş bir çerçeveden ele alabilecek manevi amaçların rolü üzerine odaklanmamaktadır.[38] Dolayısıyla hem maneviyat alanında hem de yaşlılık araştırmalarında amaç konusunun hâlâ araştırılmayı ve incelenmeyi bekleyen konular arasında olduğu söylenebilir.

Bu araştırmanın konusu yaşlılık döneminde amaç bilinci ve maneviyat arasındaki ilişkidir. Literatür yaşlılık döneminde maneviyat ve amaç bilincinin

---

[37] Nurseli Öztürk, Yaşlı Bireylerde Manevi İyi Oluşun Aktif Yaşlanma Üzerine Etkisi (Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 82.

[38] Crystal L. Park - Daryl R. Van Tongeren, "Meaning as a Framework for Integrating Positive Psychology and the Psychology of Religiousness and Spirituality", *Handbook of Positive Psychology Religion and Spirituality*, ed. Edward B. Davis vd. (Springer, 2022), 86.

önemine işaret eden bulgular içermesine rağmen ülkemizde yaşlı örneklem üzerinde bu iki değişkeni birlikte ele alan araştırma bulunmadığı görülmüştür. Araştırma kapsamında 60+ Tazelenme Üniversitesi'ne giden öğrenciler ile gitmeyen diğer 60 yaş ve üzeri bireyler örneklem olarak belirlenmiştir. Bu kapsamda yaşlı bireylerin sahip olduğu amaç bilinci düzeyleri ile maneviyat düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmıştır.

Hızla yaşlanan toplumumuzda yaşlı bireylerin yararına olacak çalışmaların her alanda artması gerekmektedir. Bu bağlamda araştırmamızın hayatın ileri dönemlerinde yaşama anlam kattığı anlaşılan amaç bilinci ile maneviyat arasındaki ilişkinin anlaşılmasına katkı sunması beklenmektedir.

2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Çalışmanın amacı yaşlı bireylerden oluşan iki farklı örneklem grubunda maneviyat ile amaç bilinci arasındaki ilişkiyi incelemektir. 60+ Tazelenme üniversitesine giden 60 yaş üzeri bireyler ile toplum içerisinden uygun örneklem yoluyla seçilen 60 yaş üzeri bireyler arasında maneviyat ve amaç bilinci bakımından bir farklılaşma olup olmadığı araştırılmıştır. Maneviyat ile amaç bilinci arasındaki ilişki yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, medeni hal, sosyoekonomik düzey, yaşlılık algısı, ikamet durumu gibi çeşitli sosyal ve demografik değişkenler açısından incelenmiştir.

Yaşlılık döneminde amaç bilinci ve maneviyat ilişkisinin incelenmesi, aşağıda sıralanan nedenlerden dolayı önemlidir:

- Amaç konusunda araştırmalar gençler ve genç yetişkinler üzerinde gerçekleştirilmektedir. Bu araştırma amaç çalışmalarını 60 yaş ve üzeri bireyleri kapsayacak şekilde genişletmesi bakımından önem taşımaktadır.
- Literatürde maneviyat ve amaç bilinci ilişkisini yaşlılık dönemi bağlamında ele alan çalışmalar sınırlıdır. Bu araştırma maneviyat ve amaç bilinci ilişkisinin çeşitli alt boyutlarıyla ortaya konması bakımından önemlidir.
- Araştırma 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri üzerinde yapılan ilk amaç bilinci ve maneviyat çalışması olması bakımından önem taşımaktadır. Böylelikle başarılı yaşlanmaya yönelik oluşturulan yaşlı eğitim

programlarında psikolojik sağlığın unsurlarından amaç bilinci ve maneviyat konularına müfredat içeriğinde yer verilebilir.

- Araştırma 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ile bu programa katılmayan diğer 60 yaş ve üzeri bireyler arasında karşılaştırma içermesi bakımından önemlidir.

- Araştırma gerontoloji alanında maneviyat çalışmalarına bir katkı sunması bakımından önemlidir.

- Araştırma manevi danışmanlık ve rehberlik alanında amaç konusunu ele alması bakımından önemlidir. Manevi danışmanlık yaklaşımlarında amaç bilinci geliştirme ve amaç belirleme gibi yöntemlerden istifade edilebilir.

3. Araştırma Hipotezleri

Amaç bilinci ve maneviyatın psikolojik sağlığın iki önemli bileşeni olduğu düşünüldüğünde aralarındaki ilişkinin ortaya konulması önem kazanmaktadır. Literatürde bulunan araştırmalar doğrultusunda oluşturulan ve çalışmamızda test edilecek hipotezler aşağıda sıralanmıştır:

1) Amaç bilinci puanı; a) yaşa ve yaş grubuna, b) cinsiyete, c) medeni duruma, d) sosyo-ekonomik düzeye, e) eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma gösterir.

2) Amaç bilinci puanı aile ile yaşama durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma gösterir.

3) Amaç bilinci puanı yaşlılık algısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma gösterir.

4) Maneviyat puanı; a) yaşa ve yaş grubuna, b) cinsiyete, c) medeni duruma, d) sosyo-ekonomik düzeye, e) eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma gösterir.

5) Maneviyat puanı aile ile yaşama durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma gösterir.

6) Maneviyat puanı yaşlılık algısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma gösterir.

7) Maneviyat puanı ve alt boyutları ile amaç bilinci puanı ve alt boyutları arasında pozitif ilişki vardır.

8) 60+ Tazelenme üniversitesine devam eden yaşlı bireyler ile diğer 60 yaş ve üzeri yaşlıların amaç bilinci puanları ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma bulunmaktadır.

9) 60+ Tazelenme üniversitesine devam eden yaşlı bireyler ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerin maneviyat ölçeği ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma bulunmamaktadır.

4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

- Araştırmanın sınırlılıklarından biri örneklemin genellenebilecek sonuçlara ulaşacak kadar yaşlı nüfusunu temsil etmemesidir. Araştırma dahil edilme kriterleri çerçevesinde ulaşılan bireylerle sınırlıdır.
- Araştırma Akdeniz Üniversitesi 60+ Tazelenme üniversitesi ve Anadolu Üniversitesi 60+ Tazelenme Üniversitesi'ne devam eden ve araştırmaya katılmayı kabul eden 60 yaş üzeri bireyler ile Tazelenme üniversitesine gitmeyenlerden araştırmaya katılmayı kabul eden 60 yaş üzeri bireyler ile sınırlıdır.
- Araştırma belli ve kısıtlı bir zaman diliminde elde edilen verilerle sınırlı, kesitsel bir araştırmadır.
- Araştırma ele alınan maneviyat ve amaç bilinci kavramlarıyla sınırlıdır. İlişkili olabilecek diğer kavramlar ölçüme dahil edilmemiştir.
- Araştırma kullanılan 7 boyutlu maneviyat ölçeği ve 3 boyutlu amaç bilinci ölçeği ile sınırlıdır. Amaç bilinci ölçeği uyarlanan bir ölçektir. Yaşlılara yönelik geliştirilmiş yerli bir amaç ölçeğine ulaşılamamıştır.
- Araştırmaya katılanların ölçek maddelerine kendi görüşlerini doğru bir şekilde yansıtacak cevaplar verdikleri varsayılmıştır. Araştırma sonuçları bu varsayımın doğruluğu ile sınırlıdır.

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE TEORİK ÇERÇEVE

1.1. Yaşlılık

Yaşlılık biyolojik, psikolojik ve toplumsal görünümlere sahip çok boyutlu bir kavramdır. Yaşlılık dönemi organizmal yaşlanmanın son dönemini teşkil eder. Ancak onu önceki dönemlerden bağımsız düşünmek mümkün değildir. Yaşanan demografik değişimler, insan ömrünün uzaması ve farklı yaşlı görünümleri, yaşlılığı ve yaşlanmayı anlayabilmek için geniş bir çerçeveden bakmayı gerekli kılmaktadır. Bu bölümde öncelikle yaşlılık ve yaşlanma kavramları tanımlanacak, daha sonra yaşlılık dönemi yeni ayrımlarıyla ele alınacaktır. Son olarak yaşlılığın anlaşılmasında çalışma bağlamında öne çıkarılmak istenen üç yaşlılık kuramı ana hatlarıyla ortaya konacaktır.

1.1.1. Yaşlılık

Psikoloji sözlüğünde yaşlılık "yaşa bağlı olarak bellek işlevlerinin dikkat ve düşünme kıvraklığının, fiziksel gücün zayıflaması, zihin karışıklığı vb. semptomlarla tanımlanan durum" olarak tarif edilir.[39] Yaşlılık dönemi çoğunlukla 65 yaştan sonra başladığı düşünülen, insanın gençlik ve olgunluk döneminden sonra gelen yaşam evresidir.[40] Fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal alanlarda kayıpların yaşandığı, bireylerin bağımsızlıklarını kaybettiği ve çocukluktan sonra yeniden bağımlı duruma geçtikleri bir dönem olarak tanımlanır.[41]

Yaşlılığı ve yaşlanmayı araştıran bilime *gerontoloji* denir. Gerontoloji yaşlanmanın çok boyutlu yapısı nedeniyle tıp, tarih, psikoloji, sosyoloji ve biyoloji gibi pek çok bilimin kesişim noktasında yer alan bir bilim dalıdır. Modernleşme süreci yaşlılığı daha karmaşık bir olguya dönüştürmüştür. Bu

[39] Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü* (Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2000), 833.
[40] Hayrani Altıntaş, *Psikoloji Sözlüğü* (Akçağ Yayınları, 2018), 91.
[41] Velittin Kalınkara, *Temel Gerontoloji: Yaşlılık Bilimi* (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2021), 8.

itibarla yaşlanma ve yaşlılığı anlamak ancak disiplinler arası gerontoloji bilimi ile mümkün olabilmektedir.[42]

1.1.2. Yaşlanma

Sözlük anlamıyla yaşlanma "fiziksel, ruhsal, bilişsel ve toplumsal süreçlerde giderek artan bir kötüleşmeye ve sonunda ölüme yol açan kesintisiz normal gelişim sürecidir".[43] Organizma bozulmaya başlayıp faaliyetlerin sona ereceği bir sürece girdiğinde yaşlanıyor demektir.[44]

Yaşlanma bedenimizle birlikte duygu, düşünce, davranış ve yaşantılarımızda değişim meydana getiren, kendimizde ve başkalarında gözlemleyebildiğimiz bir süreçtir. Henüz ana rahmindeyken başlar ve hayatın sonuna kadar devam eder.[45] Genel olarak organizmanın çevreye uyumunda gitgide artan bir yetersizlikle ortaya çıkar.[46]

Yaşlanma biyolojik, toplumsal, fiziksel ve psikolojik olmak üzere farklı açılardan tarif edilebilir. Biyolojik yaşlanma DNA'nın kendini onarma yeteneğinin azalması, genetik kopyalama sırasında yanlışların birikmesi veya vücutta metabolik artıkların çoğalmasıyla ortaya çıkan organizmal bir değişim sürecidir.[47] Görme, işitme, sinir ve kas hücrelerinin zayıflamasıyla kendini gösterir.[48]

Fiziksel yaşlanma birincil, ikincil ve üçüncül süreçleri içerir. Birincil yaşlanma normal ve patolojik olmayan değişimler ile yaşlanmadır. İkincil yaşlanma hastalık, zararlı alışkanlıklar ve çevresel faktörlere bağlı yaşlanma belirtileriyle ilgilidir. Üçüncül yaşlanma ise ölmeden hemen önce meydana gelen fiziksel ve bilişsel hızlı gerilemedir.[49] Ayrı bir hastalık olarak tanımlanmış olmasına rağmen yaygın bir kanaat olarak bunamanın yaşlılıkla aynı görülmesi[50] birincil ve ikincil yaşlanma arasındaki farkın gözden kaçırılması ile alakalıdır. Birincil yaşlanma

[42] Tufan, *Gerontolojiye Hazırlık*, 14.
[43] Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, 833.
[44] Kemal Sayar - Mehmet Dinç, *Psikolojiye Giriş* (İstanbul: DEM, 2023), 125.
[45] Tufan, *Gerontolojiye Hazırlık*, 18-19.
[46] Bekir Onur, *Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm* (Ankara: İmge Kitabevi, 2000), 306.
[47] Onur, *Gelişim psikolojisi*, 307-308.
[48] Altıntaş, *Psikoloji Sözlüğü*, 92.
[49] Marion G. Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi* (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2022), 437.
[50] Onur, *Gelişim psikolojisi*, 366.

genetik olarak programlanmış, doğal ve önlenemeyen yaşlanmayı içerir.[51] Oysa hastalık bakımsızlık, işlevsizlik ve stres gibi nedenlerle oluşan ikincil yaşlanma çoğunlukla önlenebilir.[52]

Toplumsal yaşlanma bireylerin yaşam sürecinde rolleri üstlenme ve terk etme değişimlerine dayanır. Buna göre her yaş için toplumun belli davranış beklentileri vardır.[53] Yaşlılığın ne olduğu önceleri oldukça kişisel bir çerçevede değerlendirilirken günümüzde milyonlarca insanın aynı zamanda deneyimlediği bir sorudur.[54]

Farklı toplumlar farklı dönemlerde yaşlanma olgusunu iyimser ve kötümser şekilde çift yönlü algılamışlardır.[55] Yaşlılığa güzelleme veya yaşlılığı yerme şeklinde bugün de devam eden bu çift yönlü yaklaşıma göre yaşlanma dönemi insanın ruhsal açıdan olgunlaştığı ve hikmete ulaştığı bir hayat dilimi[56] olarak veya organların zaman içerisinde bozulup faaliyetlerinin son bulduğu bir olay olarak görülebilir.[57] Yaşlılık bütüncül şekilde anlaşılması gereken, yalnızca biyolojik değil aynı zamanda kültürel bir olgudur.[58]

Yaşlanma her birey için farklı boyutlarda farklı şekillerde gerçekleşir, heterojen bir yapısı vardır. Kimse aynı şekilde yaşlanmaz.[59] Yaşlılık çoğunlukla daha önceki dönemlerde yaşanan tecrübelerin ve birikimlerin belirlediği bir yaşam safhasıdır.[60]

Klasik yaşlanma tariflerine eklenen iyi yaşlanma, pozitif yaşlanma, başarılı yaşlanma gibi kavramlar psikolojide pozitif yaklaşımın etkinlik kazanmasıyla ivme kazanmıştır. Başarılı yaşlanma yaşanan değişimlerle etkili bir şekilde başa

---

[51] Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, 146.
[52] Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, 389.
[53] Onur, *Gelişim psikolojisi*, 56-57.
[54] Harry R. Moody, "The Changing Meaning of Aging", *Challanges of The Third Age: Meaning and Purpose in Later Life*, ed. Robert S. Weiss - Scott A. Bass (New York: Oxford University Press, 2002), 48.
[55] Tufan, *Gerontolojiye Hazırlık*, 19.
[56] Mehmet Akif Kılavuz, *Kuşaklararası Din Eğitimi* (Düşünce Kitabevi, 2011), 112.
[57] Sayar - Dinç, *Psikolojiye Giriş*, 125.
[58] Simone De Beauvoir, *Yaşlılık: İlk Çağı* (Milliyet Yayın, 1970), 26.
[59] Harold G. Koenig - Andrew J. Weaver, *Pastoral Care of Older Adults* (Minneapolis: Fortress Press, 1998), 93.
[60] İsmail Tufan, *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlanmak Yaşlanmanın Sosyolojisi* (İstanbul: Anahtar Kitaplar Yayınevi, 2003), 181.

çıkmak ve gerek fiziksel gerek psikolojik olarak olabileceğinin en iyisi olmak demektir.[61] Yaşlılık yalnızca kayıp ve gerileme dönemi değildir. Son yılların üretkenliğini yansıtabileceği büyük boş bir tuvaldir ve buna iyi hazırlanmak gerekir.[62]

Yaşlanmanın %20-30'unun genetik olarak belirlendiği öngörülür. Ancak kalan kısmı nasıl şekillendireceği kişiye kalmıştır. Başarılı yaşlanma mümkün olduğu kadar genç kalmayı değil uzun süre aktif ve sağlıklı olabilmeyi veya kaçınılmaz olumsuz koşullarla başa çıkabilmeyi içerir.[63]

Pozitif yaşlanma yaşlılık sürecinin güçlüklerine rağmen olumlu taraflarına optimistik bir yaklaşım içerir. Kişi mevcut kaynaklarını olabilecek en iyi şekilde değerlendirerek mümkün olabilecek en iyi yaşlanma tecrübesini yaşamaya çalışır. Böylelikle kendi bireysel deneyimini şekillendirebilir. Pozitif yaşlanmada yaşlının güçlü yönlerine vurgu yapılır.[64]

1.1.3. Yaşlılık Dönemi

Gelişim dönemleri tanımlanırken genellikle kronolojik yaş kullanılır. Birtakım olguları gruplamak için yaş kullanışlı bir kriter olabilir. Öte yandan yaş almanın beraberinde getirdiği değişimlerin ardındaki dinamik süreçleri yansıtmada yetersiz kalmaktadır.[65] Gerontologlar insanın hayatta geçirdiği yılların sayısının o kişi hakkında çok az bilgi verdiğini söylemektedir.[66]

Belli bir yaşam safhasını ifade eden yaşlılık dönemi durağan bir yapı gibi görünüyor olabilir. Yine de kendi içinde çok fazla çeşitlilik gösterir. Gelişim tablosunun aynı kısmında ele alınan 60 ve 90 yaşındaki iki kişi arasında ortak nokta bulmak güç olabilir.[67] Klasik gelişim kuramları son yetişkinlik döneminin

---

[61] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 40-41.
[62] Ian Knox, *Finishing Well: A God's-Eye View of Ageing* (Londra: Nord Compo, 2020), 88.
[63] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 159.
[64] Man Suk Kwan, *Spiritual Care for the Aged and Positive Aging* (Hong Kong: The Chinese University of Hong Kong: Graduate Division of Theology, Yüksek Lisans Tezi, 2012), 46-54.
[65] James E. Birren - Johannes J. F. Schroots, "The History of Geropsychology", *Handbook of Psychology of Aging*, ed. James E. Birren - K. Warner Schaie (San Diego: Academic Press, 2001), 25.
[66] Susan H. McFadden, "Bağlantı Noktaları: Gerontoloji ve Din Psikolojisi", çev. Ece Erbuğ, *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları*, ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park (Ankara: Phoenix, 2013a), 335.
[67] Tufan, *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlanmak*, 47.

yekpare şekilde algılandığı zamanlarda geliştirildiler. Ne var ki bu durum artık değişmektedir.[68]

Yaşlılığın anlaşılmasında kronolojik yaş yanında kişinin işlevsel yaşı daha önemli olabilir. İşlevsel yaş; biyolojik, psikolojik ve toplumsal olmak üzere üç bileşenden oluşur. Biyolojik yaş kişinin sağlığının (kalp ve akciğerlerin durumunun) ona yakın kronolojik yaşa sahip kişilerle karşılaştırılmasıyla ortaya çıkar. Psikolojik yaş yaşadığı değişimlerle başa çıkma ve uyum sağlama becerisi bakımından yaşıtlarıyla mukayese edilmesidir. Toplumsal yaş ise içinde yaşadığı toplumun beklentileri ve üstlenilen roller bakımından kişinin yaşının karşılaştırılmasıdır.[69] Bu üçlü yapı kişinin nasıl bir yaşlılık dönemi geçirdiğinin anlaşılmasında kronolojik yaştan daha önemli ipuçları verir.

Psikologlar 50'li yaşların ortasından başlayıp ilerleyen döneme yaşlı yetişkinlik (older adulthood) dönemi adını verirler. Sanayileşen toplumlarda yaşlılık döneminin başlangıcı kişinin aktif iş hayatından ayrılarak emekli olduğu 65 yaş olarak genel kabul görmüştür. Ancak bunun modern dönemin ürettiği bir sınıflama olduğu ve değişime açık olduğu söylenebilir.[70] Ortalama yaşam süresinin uzaması, 65 yaş üstü birey sayısındaki artış ve birbirinden farklı özellikler göstermeleri gibi sebepler yekpare "yaşlılık dönemi" diye nitelenen dönemi çeşitli dilimlere ayırma ihtiyacını beraberinde getirmiştir. Amerikalı psikologlar geç yetişkinlik dönemini kendi içerisinde artık üç döneme ayırmaktadır:[71]

- Genç-yaşlılar (young-old): 60-65 ila 74 yaş
- Yaşlı-yaşlılar (old-old): 75 ila 84 yaş
- En yaşlı-yaşlılar (oldest-old): 85 yaş ve üzeri

Yaşlılığın yaş sınırlarındaki önemli değişimlerden biri araştırmalarda ortaya çıkan genç-yaşlı ile en yaşlı-yaşlı bireyler arasındaki ayrımdır. Araştırmalara göre genç yaşlıların sayısı hızla artmaktadır ve birbirlerinden farklı özellikler göstermektedirler. Örneğin Amerika Birleşik Devletleri'nde genç-yaşlılar

[68] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 193.
[69] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 43-44.
[70] Tufan, *Antik Çağdan Günümüze Yaşlılık*, 28.
[71] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 42.

bedensel olarak dinç, maddi açıdan rahat, siyasal etkinliği olan, tüketici kimliği ön plana çıkan ve zamanı iyi değerlendiren bireylerdir.[72] Çalışma hayatını bırakacak kadar yaşlı ancak aktif bir yaşam sürebilecek kadar genç kişilerdir.[73]

Buna karşılık Avrupa bilim insanları ise yetişkinliği emeklilik öncesine kadar ikinci yaş olarak tanımlar. Emeklilik ile en yaşlı-yaşlılık arası döneme (65-85) üçüncü yaş, 85 yaş sonrası başlayan ve yaşam sonuna kadar devam eden döneme ise dördüncü yaş denilir.[74] Buna göre üçüncü yaşın özelliği henüz hareketlerin kısıtlanmadığı aktif bir dönem olmasıdır.[75] Bu aktifliği mümkün kılan özellikler; ömrün uzaması, iyileşen sağlık durumu ve sosyo-ekonomik iyileşmedir.[76] Yaşlı bireylere yönelik açılan üniversite eğitim programlarının isminin "üçüncü yaş üniversitesi" (university of the third age) olması bu dönemdeki bireyleri hedef almasından ileri gelir.

Her biri 65 yaşından büyük üç yaşlıdan birincisi yeni emekli olmuş ve aktif, ikincisi daha az aktif ancak hâlâ sağlıklı, sonuncusu ise yatağa bağımlı, hasta ve son günlerini yaşıyor olabilir. Hepsinin becerileri, yaşam tarzları ve hayata bakış açılarında önemli nitelik farklarının bulunması kaçınılmazdır. Genç-yaşlılar boş zaman etkinliklerine, mesleki veya gönüllü ilgi alanlarına, arkadaşlıklara ve toplumsal katılıma vakit ayırırken en yaşlı-yaşlılar enerjilerinin çoğunu şimdiki âna odaklanmaya sarf eder.[77]

Özel bir grup olan en yaşlı-yaşlılar genel yaşam süresinin ve emeklilik sonrası dönemin uzamasına bağlı olarak ortaya çıkan, 80-85 yaş üzerindeki kişileri ifade eder. Bu grupta yer alan kadınların oranı diğer yaşlılık dönemlerinde görülenden daha yüksektir. Demans gibi eş zamanlı birden fazla hastalığın görüldüğü, kurum bakımı ve tıbbi hizmetlerden en fazla yararlanılan dönemdir.[78]

---

[72] Onur, *Gelişim psikolojisi*, 196.
[73] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 330.
[74] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 42.
[75] McFadden, "Bağlantı Noktaları: Gerontoloji ve Din Psikolojisi", 335.
[76] Robert L. Rubinstein, "The Third Age", *Challanges of The Third Age: Meaning and Purpose in Later Life*, ed. Robert S. Weiss - Scott A. Bass (New York: Oxford University Press, 2002), 31.
[77] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 193.
[78] Jacqui Smith - Lindsay H. Ryan, "Psychological Vitality in the Oldest Old", *Handbook of the Psychology of Aging*, ed. K. Warner Schaie - Sherry L. Wills (Elsevier Science & Technology, 2015), 304.

Geleneksel görüşte ve dinlerin yaklaşımına göre yaşlılık dönemi manevi kazanımlarda ilerleme sağlanan bir dönem olabilirken modern tarife göre bir düşüş ve gerileme dönemi, bir çeşit ikinci bebeklik evresidir. Modern toplumda yaşlıya biçilen misyon aslında yaşlanmamasıdır. Yaş almanın doğasıyla birlikte gelen fiziksel ve diğer değişimlerden olabildiğince kaçması telkin edilir.[79]

Yaşlılık dönemi bir gerileme ve çöküş dönemi olarak görüldükten sonra bugün gelinen noktada demografik değişimlerin zorlayıcı gücü, emeklilik sonrası yaşam süresindeki uzama ve yeni yaşlılık görünümleri sonucu bir gelişme dönemi olarak görülmeye başlanmıştır. Gerontoloji alanındaki çalışmalar yaşlıların sahip olduğu potansiyellere işaret etmektedir.[80] Fiziksel ve psikolojik bir değişim olmakla birlikte yaşlanma olgusunun tümüyle bir gerileme süreci olduğu söylenemez. Yaşanan değişimin yönü pozitif veya negatif olmak üzere iki türlü olabilir.[81]

1.1.4. Yaşlılık Kuramları

Yaşlılık ve yaşlanma konusu Erikson, Jung, Bühler gibi psikososyal gelişim kuramları; aktivite, ilişki kesme, süreklilik, modernleşme gibi sosyolojik kuramlar; hücresel yaşlanma, DNA hasarı, serbest radikal gibi biyomedikal kuramlar ve son dönemde öne çıkan seçme, optimizasyon ve ödünleme gibi başarılı yaşlanma kuramları tarafından ele alınabilen oldukça geniş bir kavramdır. Yaşlanmayı tüm yönleriyle ele alan tek bir teori yoktur. Her bir kuram yaşlanmayı farklı bir yönden incelediği ve yaşlanmaya bağlı belirli bir etmeni merkeze aldığı için birçok kuramın gelişmesine ilham vermiştir.

Araştırmamız bağlamında aktivite kuramı, Erikson psikososyal gelişim kuramı ve seçme, optimizasyon ve ödünleme (SOC) kuramı ele alınacaktır.

1.1.4.1. Aktivite (Etkinlik) Kuramı

Yaşlılığa yönelik kuramlarda genel olarak gerileme ve yeterlilik şeklinde iki yaklaşım görülür. Gerileme kuramları artan yaşla birlikte çoğalan kronik

[79] James M. Nelson, *Psychology, Religion and Spirituality* (New York: Springer, 2009), 301.
[80] Tufan, *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlanmak*, 170.
[81] Tufan, *Gerontolojiye Hazırlık*, 98.

hastalıklara ve bağımlı yaşama vurgu yaparken yeterlilik kuramları 80-85 yaşında da olsa yaşlıların kendilerini geliştirebilecekleri kaynaklara dikkat çeker. Birinci yaklaşım biyolojik ve bilişsel işleyişi, ikinci yaklaşım ise duygusal, manevi ve motivasyonel kaynakları ön plana alır.[82]

Aktivite kuramı Havinghurst, Neugarten ve Tobin tarafından ilişki kesme kuramına alternatif olarak geliştirildi. İlişki kesme kuramı yaşlı kişinin hayattaki etkinlik ve ilişkilerden kendi isteğiyle çekildiğini ve ölüme hazırlandığını iddia eden sosyolojik bir yaşlanma kuramıdır. Aktivite kuramına göre ise bunun aksine yaşlı bireyler etkinliklerini olabildiğince uzun süre muhafaza etmek isterler.[83] Asıl arzuladıkları içe dönmek, yalnızlaşmak ve ölüme hazırlanmak değil yaşam memnuniyetini artırmak, aktif sosyal ilişkiler kurup mutlu olmaktır.[84] Bu teoriye göre başarılı yaşlanma orta yaş etkinlikleri ve tutumlarının mümkün olabildiğince korunabilmesi, mümkün olmadığında ise yerlerine yenilerinin geçirilmesidir.[85]

Yaşlılığı gerileme olarak gören biyolojik yaşlanma perspektifinden değerlendiren ve bedenin yıpranmasıyla bireyin toplumdan kendini geri çektiği görüşünü temel alan yaklaşımlara karşılık sahada yapılan gerontolojik çalışmalar bu varsayımla çelişen veriler sunmaktadır. Aktivite kuramına göre yaşlı bireyler bazı durumlarda hareketliliklerini bilinçli olarak azaltsalar bile başka alanlarda yeni etkinliklerle uğraşabilirler. Aktiviteler ile yaşam doyumu arasında pozitif ilişki bulunur. İnsanlarla ilişki kurmak merkezi bir rol oynar ve yaşamdan çekilmezler. En iyi yaşlanma ilerleyen yıllara rağmen aktif kalmayı başarabilmek ve sosyal ilişkilerdeki daralmaya direnebilmektir. Mutluluk yaşlı kişinin diğer insanlarla etkileşim ve etkinlik içerisinde olmasıyla sağlanır.[86]

---

[82] Andreas Kruse, "Personal Growth, Creativity and Transcendence in Old Age: A Psychological Analysis", *Cultural Perspectives on Aging: A Different Approach to Old Age and Aging*, ed. Andrea von Hülsen-Esch (Berlin: Walter de Gruyter, 2021), 29.
[83] Onur, *Gelişim psikolojisi*, 358.
[84] Tufan, *Gerontolojiye Hazırlık*, 50.
[85] R.J. Havighurst, "Personality and Patterns of Aging", *The Gerontologist* 8/1 (1968), 20.
[86] Yasin Demir, "Yaşlılık Kuramları", *Yaşlılık Psikolojisi: Bütüncül Yaklaşım*, ed. Hatice Kumcağız - Yasin Demir (Ankara: Pegem Akademi, 2021), 36-38.

1.1.4.2. Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı

Erikson insan gelişimini sekiz döneme ayırmıştır. Her dönemde çözümlenmesi gereken 8 çatışma ve kriz bulunur. Süreç içerisinde sağlıklı veya daha az sağlıklı kişilik özelliklerinden biri daha baskın hale geldiğinde gerilim ortadan kalkar.[87]

Erikson'a göre gelişim evreleri güvene karşı güvensizlik (0-1 yaş), otonomiye karşı utanç ve kuşku (1-3 yaş), girişime karşı suçluluk (3-5 yaş), çalışma ve başarılı olmaya karşı aşağılık duygusu (5-12 yaş), kimliğe karşı rol karmaşası (12-20 yaş), yakınlığa karşı yalnızlık (20-40 yaş), üretkenliğe karşı durgunluk (40-65 yaş) ve bütünlüğe karşı umutsuzluk (65 yaş ve üzeri) dönemleridir.[88]

Erikson'un psikososyal gelişim teorisinde yaşlılık dönemine tekabül eden bütünlüğe karşı umutsuzluk evresi kişinin yaşamın sınırlı yapısını kavradığı ölümlülüğü yakından hissettiği safhadır. İnsan kendisini, yaşadıklarını, başardıklarını ve başaramadıklarını yeniden değerlendirir. Üretkenlik/durgunluk evresinde (40-65 yaş) bitmeyecek gibi görünen eş, aile, ebeveynlik ve mesleki mücadelenin yerini her şeye kuşbakışı bakabilme ve bir anlam verebilme gayreti alır. Bu anlama eriştiğinin ifadesi bütünlüğe ve bazen bilgeliğe ulaşmasında görülür.[89]

Bütünlük/umutsuzluk evresi insanın geçmişte yaşadıklarını değerlendirebilmesini pişmanlık, suçluluk ve üzüntüyle yüzleşip kabullenebilmesini içerir. Kişi tüm yaşam tecrübesini acısıyla tatlısıyla bir denge halinde değerlendirip her şeyin bir anlam ve amacı olduğunu takdir eder. Böylelikle birey olarak kendini yeniden benimsemesi bütünlük duygusunu beraberinde getirir. Bu sentezlemeyi yapamaması halinde ise umutsuzluğa düşer.[90]

Erikson'un yaşlılık dönemi evresinde önemli olan kişinin hayatın sonunu nasıl karşılayacağıdır. Arkasında kalan tecrübe ve yaşantıları yorumlama şekli bu

[87] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 170.
[88] Rod Plotnik, *Psikoloji'ye Giriş*, çev. Tamer Geniş (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2009), 393.
[89] akt. Hasan Kayıklık, *Orta Yaşta ve Yaşlılıkta Dinsel Eğilimler* (Adana: Baki Kitabevi, 2003), 22.
[90] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 194-195.

evrenin gidişatını belirleyecektir. Zira "İleri yaş, bir düşünme zamanıdır."[91] Ego bütünlüğünün sağlanması yaşlılık döneminde ulaşılmak istenen amaçtır.

1.1.4.3. Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Kuramı (SOC)

Gerontoloji alanında yaşlılığı takvimsel yaşın ötesinde bir bakış açısıyla ele alan kuramlar bulunmaktadır. İlgili kuramların temel çıkış noktasını başarılı yaşlanma oluşturur.[92] Bu kuramlardan biri de seçme, optimizasyon ve ödünleme kuramıdır.

Yaşam boyu gelişim kuramcısı Baltes'in ortaya koyduğu Seçme Optimizasyon ve Ödünleme Kuramı bireylerin hayatın her dönemindeki kazanım ve kayıplar karşısındaki tutumlarını ortaya koyan bir uyumlanma modelidir. Son yıllarda öne çıkan model yaşlılık dönemine uyarlandığında başarılı yaşlanma üzerine psikolojik bir bakış ortaya koymaktadır. Kurama göre bireyler yaşamlarının ileriki safhalarında bir yandan kazanım ve büyüme alanlarını genişletmeye çalışırken diğer yandan kayıpları ve bozulmaları asgariye indirmenin yollarını ararlar.[93]

Seçme boyutu amaç ve kazanımları, optimizasyon boyutu başarıya ulaşmak için amaca yönelik araçları, ödünleme boyutu ise mevcut araçların yitirilmesi durumunda uygulanan telafileri içerir.[94]

İlk yaşlılık kuramlarında olumsuz yaklaşım yaşlılığın kayıp odaklı ele alınmasından kaynaklanır. Oysa yaşlılık aktifliğin çeşitli ödünleme ve uyumlama mekanizmalarıyla sürdürüldüğü bir dönem olabilir. Seçme, uygun hale getirme ve ödünleme kuramı bu mekanizmaları açıklayarak bireysel yeterliliğin ve yaşam kalitesinin korunmasını öngörmektedir.[95]

Hayata aktif katılan ve yaşamdan doyumu yüksek olan bireyleri ifade etmek üzere başarılı yaşlanma terkibi Havighurst tarafından 1960'larda kullanılmıştır. Üretken yaşlanma, iyi yaşlanma gibi ifadeler önceden de kullanılmasına rağmen 1990'lardan sonra literatürde daha yaygın yer bulmasının sebebi pozitif psikoloji

[91] Rita Atkinson vd., *Psikolojiye Giriş* (İstanbul: Sosyal Yayınlar, 1995), 135.
[92] Tufan, *Gerontolojiye Hazırlık*, 48.
[93] Reinhoudt, *The Influence of Optimism, Hardiness and Spiritual Well Being*, 18.
[94] Paul B. Baltes vd., "Lifespan Psychology: Theory and Application to Intellectual Functioning", *Annual Review of Psychology* 50 (1999), 484.
[95] Tufan, *Gerontolojiye Hazırlık*, 32.

yaklaşımın ivme kazanmasıdır. Böylelikle dikkatler yaş almasına rağmen yaşlanmayan ve hala aktif kalabilen yaşlılara çevrilmiştir. İyi yaşlanmak veya başarılı yaşlanmak yaşlanmanın fiziksel belirtilerine karşı koymak ve hiç yaşlanmamak anlamına gelmez. Yaşlanan bireyin aktifliğini, canlılığını ve bağımsızlığını olabildiğince koruması anlamına gelir.[96]

SOC modeli yaşam boyu gelişimsel değişimlerin ve dayanıklılığın anlaşılmasında teorik bir çerçeve sunar. İnsan hayatı boyunca örneğin eğitim gibi çeşitli fırsatlar yakalayabilir. Belli bir alan seçme, kişisel yetenek ve becerilerin optimizasyonu ve en iyi performansı gösterebilmek için kaynaklarını en uygun hale getirme stratejileri uygulayarak bu fırsatlardan azami istifade edebilir. Sürekli bir gelişime yaptığı vurgu ile SOC kuramı yaşam boyu gelişimin başarılı yaşlanma modeli olarak adlandırılabilir.[97]

Bu modele göre bireyler işlevsel kayıp yaşadıklarında mevcut hedeflerini değiştirerek, amaç arayışlarını yoğunlaştırarak ve durumlarına uygun araçlar kullanarak kendi gelişimlerinde proaktif şekilde görev alırlar.[98] Model yaşlı kişinin önce ihtiyaçlarına ve amacına göre tercihlerde bulunmasını sonra bu kararı doğrultusunda elindeki kaynakları en uygun şekilde kullanmasını sağlar.[99]

Yaşlılarda iyi oluş üzerine yapılan bir çalışmada seçme, optimizasyon ve ödünleme stratejilerinin daha yüksek bir yaşam doyumu sağladığı görülmüştür.[100]

1.2. Amaç Bilinci

Bu bölümde amaç kavramı literatürde ele alındığı şekilde tanımlanarak, farklı psikoloji ekollerinin amaç kavramsallaştırmaları ifade edilecek ve yaşlılıkta amaç bilinci ile ilgili çalışmalar ele alınacaktır.

---

[96] Reinhoudt, *The Influence of Optimism, Hardiness and Spiritual Well Being*, 12-13.
[97] Reinhoudt, *The Influence of Optimism, Hardiness and Spiritual Well Being*, 18-19.
[98] Hannes Zacher - Ariane Froidevaux, *50th Anniversary Issue*, "Life Stage, Lifespan, and Life Course Perspectives on Vocational Behavior and Development: A Theoretical Framework, Review, and Research Agenda", *Journal of Vocational Behavior* 126 (01 Nisan 2021), 3.
[99] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 64.
[100] Yeojin Rho, *What Contributes to Well-Being in Later Life? How Two Life-Span Perspectives Explain the Process* (Kaliforniya: Claremont Graduate University, Doktora Tezi, 2019), 106.

1.2.1. Amaç Kavramı

Amaç sözlükte "ulaşmak istenilen sonuç, maksat, gaye, hedef" anlamlarına gelir.[101] Amaç gayeleri organize eden ve harekete geçiren, davranışları yöneten ve bir anlam duygusu sağlayan, benliğin kendisi etrafında örgütlendiği merkezi bir yaşam hedefidir. Yaşamdaki gayeleri ve günlük kararları sınırlı kişisel kaynakların kullanımına rehberlik ederek yönetir. Amaç, doğrudan davranışı yönlendirmek yerine bir pusula gibi insana yönünü gösterir. Kişinin amacıyla uyumlu bir yaşam sürmesi ve amaçlarına yönelmesi ona kendi kendine yeten bir anlam kaynağı sunar. Ayrıca amaç insanın kişilik, kimlik ve davranışına işleyen, merkezi ve baskın bir temadır.[102]

Anlam ve amaç yakın anlamlı kavramlardır. Varoluşçu psikoloji insan hayatında anlamın merkezî rolünün altını çizer. İnsanların anlam sistemlerinin onların günlük yaşam şemalarında etkili olduğu ve güçlüklerle başa çıkmada önemli rol oynadığına işaret eden araştırmalar bunu desteklemektedir.[103] Frankl'a göre insandaki anlam istemi (will to meaning) yaşamda hem uygun bir anlam hem de amaç bulma ihtiyacını ifade eder.[104]

Amaç ve anlam kavramları önceleri eş anlamlı olarak kullanılıyor, araştırmalarda yaşamın anlamı ve yaşam amacı birbirinin yerine geçen kavramlar olarak görülüyordu. Son yapılan araştırmalar aynı varoluşçu felsefi kökleri paylaşmalarına rağmen anlam ve amacın ayrı kavramlar olduğunu ortaya koymaktadır.[105] Anlam daha çok manaya ve tutarlılığa işaret ederken amaç hedefi ve işlevi ifade eder. Bir şeyin anlamını sorgulamak, tutarlılığını; amacını sorgulamak ise işlevini sorgulamaktır.[106] Anlam amaç geliştirilmesini

---

[101] Şükrü Haluk Akalın vd., *Türkçe Sözlük* (Ankara: Türk Dil Kurumu, 2011), 110.
[102] Patrick E. McKnight - Todd B. Kashdan, "Purpose in Life as a System That Creates and Sustains Health and Well-Being: An Integrative, Testable Theory", *Review of General Psychology* 13/3 (Eylül 2009), 242.
[103] Israela Silberman, "Religion as a Meaning System: Implications for the New Millennium", *Journal of Social Issues* 61/4 (Aralık 2005), 645.
[104] Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, 71.
[105] V. Alonso vd., "Meaning and Purpose in Life in Aging: A Scoping Review", *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 39 (2023), 11.
[106] Irvin D. Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi* (İstanbul: Kabalcı Yayınevi, 1999), 662.

yönlendirir. Amaç bir kez oluştuğunda ise amaç anlamı yönlendirmeye başlar. Anlam ve amacın değişken ve çift yönlü bir ilişkisi olduğu söylenebilir.[107]

Baumeister'a göre amaç; değer, etkinlik ve öz saygı ile birlikte anlamı oluşturan dört unsurdan biridir. Buna göre anlam amacı da içeren bir üst yapıdır. Amaçlar birer anlam kaynağıdır. Amaçların hayata anlam katması için muhakkak gerçekleşmesine ihtiyaç yoktur. Uğrunda mücadele ediliyor olması yeterlidir. Hiç ulaşılamamış olmaları onları anlamsız kılmaz. Özellikle manevi amaçlara sahip kişilerde olduğu gibi hayatın anlamı o amaçlar hayal edilerek sarf edilen çabada gizlidir.[108]

McKnight ve Kashdan'a göre amacın beş temel özelliği vardır:

1) Amaç, davranışlarda tutarlılığı teşvik eder.
2) Amaç; motive olmuş, yönlenmiş davranışlar oluşturur.
3) Amaç; değişen koşullar, fırsatlar ve engeller karşısında kişiye psikolojik esneklik sağlar.
4) Amaç, verimli kaynak dağılımını geliştirir ve daha üretken bilişsel, davranışsal ve fizyolojik etkinlik sağlar.
5) Amaç, yüksek düzeyde bir bilişsel işlem içerir.[109]

Amaç edinmenin üç aşaması vardır. Öncelikle hedefin kendisi hayal edilir ve kavramsallaştırılır. İkinci olarak mevcut davranış ihtimalleri gözden geçirilir ve amaca ulaştırıp ulaştırmadığı değerlendirilir. Son olarak kişi amacına erişmek için çeşitli seçimler yapar.[110] Amaç inşasında hayal, muhakeme ve seçim insanı aktif olmaya davet eder.

Amaç benliği düzenleyen merkezî hayat gayesi olarak tanımlanır. Merkezî olması onun kişinin kimliğinin önemli bir parçası olmasından ileri gelir. Günlük yaşamda davranışlarımıza yön veren bir çerçevedir. Sahip olunan kaynakları

[107] McKnight - Kashdan, "Purpose in Life as a System That Creates and Sustains Health and Well-Being", 243.
[108] Roy F. Baumeister, *Meanings of Life* (New York: The Guilford Press, 1991), 29-36.
[109] McKnight - Kashdan, "Purpose in Life as a System That Creates and Sustains Health and Well-Being", 248.
[110] Baumeister, *Meanings of Life*, 33.

belirli hedeflere yönlendirmeye kişiyi motive eder. Genel bir hayat gayesi olarak amaç başarılan değil, çabaların sürekli kendisine hasredildiği, kişiyi hayattaki sorunlara, strese daha dayanıklı hale getirebilen bir kavramdır.[111] İnsan bir denge haline kavuşmak ihtiyacında olduğu gibi kendisini adayabileceği anlamlı bir hedef, özgürce seçilen bir amaç uğruna çaba göstermek de ister. Böylesi amaçlara sahip olması ve hayatını anlamlandırabiliyor olması güçlü bir akıl sağlığının göstergesidir.[112]

1.2.2. Yaşam Amacı

Amaç kavramı literatürde yaşam amacı (purpose in life) ve amaç bilinci (sense of purpose) gibi farklı şekillerde geçmektedir. Amaç kavramına odaklanan psikologlardan biri Victor Frankl olmuştur. Frankl'a göre insanın temel motivasyonu yaşamda anlam bulma arayışıdır ve varoluş mücadelesinden başarıyla çıkanlar uğruna çabalamaya değer amaçları olanlardır.[113] Onun kuramını temel alan Crumbaugh ve Maholick yaşam amacı kavramını işlemleştirerek Yaşam Amaçları Ölçeği'ni geliştirdiler. Buna göre kişinin yaşamın anlam ve amacını ne kadar deneyimlediği ölçülüyordu.[114] Bu test daha çok patolojik kişileri normal kişilerden ayırmak üzere tasarlanmıştı.

Michael F. Scheier yaşam amacını yaşamın anlamı veya yaşam doyumu gibi birlikte ölçeklendirildiği değişkenlerden ayrı olarak tek başına ölçümlemek amacıyla bir ölçek geliştirdi. Öz düzenleme kuramına göre geliştirilen ölçekte yaşam amacı kişilerin değerli ve önemli buldukları etkinliklerle ne derece meşgul olduklarına göre değerlendirildi.[115]

Carol Ryff yaşam amacını psikolojik iyi oluşun boyutlarından biri olarak kuramlaştırmıştır. Ryff 1989 yılında psikolojik iyi oluşu kendini kabul, özerklik, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler ve yaşam amacı

---

[111] Todd B. Kashdan - Patrick E. McKnight, "Origins of Purpose in Life: Refining Our Understanding of a Life Well Lived", *Psihologijske Teme* 18/2 (15 Aralık 2009), 304.
[112] Victor E. Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı* (İstanbul: Okuyan Us Yayınevi, 2021), 110-111.
[113] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 104-109.
[114] J C Crumbaugh - L T Maholick, "An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis", *Journal of Clinical Psychology* 20 (01 Nisan 1964), 200-207.
[115] Michael F. Scheier vd., "The Life Engagement Test: Assessing Purpose in Life", *Journal of Behavioral Medicine* 29/3 (Haziran 2006), 294.

olmak üzere altı boyutlu bir yapı olarak kavramsallaştırdı. Buna göre psikolojik sağlık insana hayatta bir anlam ve amaç duygusu veren inanışları da kapsar. Olgunlaşmak ve gelişim kişinin yaşam amacı, yönlenme duygusu ve amaçlılık hususlarında netlik kazanmasına bağlanmıştır. Dolayısıyla sağlıklı bir kişinin hayatına anlam duygusu katacak amaçları bulunur.[116]

Literatürde yaşam amaçlarının iyi oluşu arttırdığına dair bulgular bulunmaktadır. İçsel yaşam amaçlarının öznel iyi oluş ile arasında pozitif ilişki, dışsal amaçların ise negatif ilişki vardır.[117] Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen bir uygulamada yaşam amaçlarını yazmak öznel iyi oluşu arttırmıştır.[118] Lise öğrencilerinde yaşam amaçları umut ile birlikte öznel iyi oluşu yordamaktadır.[119] Yüksek yaşam amaçları öz sevecenliği arttırarak iyi oluşu pozitif etkilemektedir.[120] Yaşam amacının geniş bir zaman anlayışına sahip olanlarda iyi oluşu yordadığı bulgulanmıştır.[121] Hayatta amaçlarını bir anlam kaynağı olarak görenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri yaşamın anlamı olmadığını düşünenlere göre daha yüksektir.[122]

Lisans düzeyi öğrencileri üzerinde sıralama yargılarına göre ölçekleme yöntemiyle yapılan bir araştırmanın sonuçlarına göre birincil yaşam amaçlarının ilk sırasında anlamlı bir yaşam sürmek bulunur.[123] Anlam ve amaç arasındaki ilişki karşılıklıdır. Yaşam amacı arttıkça kişilerin anlam düzeyleri de artmaktadır.[124]

---

[116] Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It?", 1071.
[117] İlhan - Özbay, "Yaşam Amaçlarının ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü", 114.
[118] Duran - Tan, "Minnettarlık ve Yaşam Amaçları Yazma Çalışmalarının Öznel İyi Oluşa Etkisi", 161.
[119] Deniz - Ay, "Lise Öğrencilerinde Yaşam Amaçları ve Umudun Öznel İyi Oluşla İlişkisinin İncelenmesi".
[120] Demet Altıparmak - Halil Ekşi, "Öğretmenlerin Yaşam Amacı, Anlamı Düzeyleri ve İyi Oluşları Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık Değişkeninin Aracı Rol Etkisinin İncelenmesi", *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 20/40 (25 Haziran 2021), 625.
[121] Gabrielle N. Pfund vd., "When the End Feels Near: Sense of Purpose Predicts Well-Being as a Function of Future Time Perspective", *Aging & Mental Health* 26 (2021), 1185.
[122] Alparslan vd., "Yaşamın Anlam Kaynakları Ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi", 47.
[123] Çiğdem Akın Arıkan vd., "Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçları", *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi* 2 (01 Ağustos 2019), 241.
[124] Nur Demirbas, "Üniversite Öğrencilerinin Yaşamda Anlam ve Yaşam Amaçları Arasındaki İlişki", *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi* 6/1 (30 Haziran 2016), 138.

Şükran duygusu ile amaç duygusu arasında pozitif bir ilişki vardır.[125] Yaşam amacı, psikolojik sağlamlığın anlamlı bir yordayıcısıdır.[126] Yaşam amacı puanları orta ve yüksek düzeyde olan bireylerin psikolojik olarak daha sağlam oldukları bulgulanmıştır.[127] Amaçları olan gençlerin internet bağımlılığı geliştirme ihtimalleri daha zayıftır[128] ve kariyer planlama süreçleri daha olumlu yönde şekillenebilmektedir.[129]

1.2.3. Amaç Bilinci

Amaç bilinci kavramı bireyin sahip olduğu amaçların içeriğine değil, bireyin amaçlara yönelik farkındalığına odaklanmaktadır. Mevcut ölçeklerin amaç kavramını genellikle anlam kavramıyla birlikte ölçümlediğini ve kavramın ihtiyaç duyduğu çok boyutlu yaklaşımdan uzak olduğunu tespit eden Gitima Sharma 2015'te amaç bilinci kavramını işlemleştirmiştir. Ölçek bireyin amaçlarının ne düzeyde farkında olduğunu ölçümlemektedir. Buna göre amaç insanın anlam arayışının bir parçası olmakla beraber kişinin dünyaya katkı sağlamak amacıyla gelişebileceği bir alanda ilerleme sağlamasına yönelik bir unsurdur.[130] Benliği aşan ve faydalı olmayı içeren özgeci bir boyutu bulunmaktadır.[131]

Amaç bilincinin amacı ayrımsama, amacın bilincinde olma ve özgeci amaç olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Amacı ayrımsama, kişinin hayatındaki amaçlara dair netliği, ulaşması gereken amaçların varlığına dair öznel duygusudur. Bu boyut kişinin amaçlarına doğru ilerlemesinin ne derece farkında olduğunu ifade eder. Amacın bilincinde olma alt boyutu ise amaçlarına yönelik

---

[125] Özcan Sezer - Engin Turğut, "Ergenlerde Şükran, Yaşam Amaçları ve Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi", *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 16/1 (25 Aralık 2019), 1481.

[126] Güleç, "Lise Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik ile Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Yaşam Amaçlarının Aracı Rolü", 33.

[127] Musich vd., "Purpose in Life and Positive Health Outcomes Among Older Adults", 144.

[128] Sena Güme - Ali Eryılmaz, "The Mediating Role of Self-Control and Goal Striving in the Relationship Between Need Satisfaction, Life Goals and Internet Addiction", *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi* 4/2 (22 Haziran 2022), 136.

[129] Şükran Oruç - Gözde Sunman, "Yaşam Amaçları Belirleme ile Bireysel Kariyer Planlama Arasındaki İlişki", *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 46 (31 Ağustos 2023), 312.

[130] Gitima Sharma, *Sense of Purpose Inventory: Development, Psychometric Examination and Construct Validation* (ABD: The Pennsylvania State University, Doktora Tezi, 2015), 19.

[131] Sharma, *Sense of Purpose Inventory: Development, Psychometric Examination and Construct Validation*, 81.

etkin eylemleri ile uzun vadeli amaçlar oluşturmasıdır. Bu boyut kişinin amaçları konusunda netlik kazanmaya başlamasıdır.

Üçüncü alt boyut özgeci amaç kişinin dünyaya olumlu bir katkı sağlama arzusudur. Buna göre benliklerini aşan amaçlara sahip kişiler aynı zamanda amaç bilinci yüksek kişilerdir.[132] Özgeci amaç insanın en zor koşullar altındayken bile gerçekleştirebildiği, Frankl'ın deyimiyle insan özgürlüğünün son kalıntısı ve seçim özgürlüğünün işaretidir. Özgecilik insanın hayatına anlam ve amaç veren, tercih edilmesiyle ondan asla alınamayacak olan ruhsal bir özgürlüktür.[133] Bu bakımdan amaç kavramının önemli bir boyutu olmaktadır.

Ruh sağlığı açısından insanların kendisini adayabileceği amaçlara sahip olmaları oldukça önem taşımaktadır. Zira insanı hayata bağlayan hedefleridir. Bu amacı edinir ve bilincinde olursa hayata bakış açısı mutlak olumsuzluktan korunur. Amaç bilinci zayıfsa ve ulaşılabilir amaçlarının farkında değilse bu durum kişide büyük bir iç çatışma oluşturabilir.[134]

Bir meta analiz çalışmasına göre mevcut araştırmalar amaç bilincinin insanları depresyon ve kaygı gibi yaygın psikolojik rahatsızlıklardan koruyucu olabildiğine işaret etmektedir. Buna göre amaç davranışı yönlendirir, zorluklara uyumu sağlar ve kişiye hayatının bir anlam ve bütünlük içerisinde tutarlı yönde ilerlediği duygusu verir. Tam bir nedenselliğe işaret etmese bile bulgular amaç bilincinin psikolojik sağlık ve iyi oluş ile güçlü ilişkisinin altını çiziyor.[135] Amaç bilincinin fiziksel sağlığa olumlu etkisine dair çok sayıda çalışma vardır. Yüksek amaç düzeyi azalan atardamar kireçlenmesi,[136] azalan uyku problemleri ve daha az hareketsiz kalma[137] ile ilişkilendirilmiştir.

İnsan kendisinin ötesinde bir amaca yönelmek suretiyle kendini aşarak kendini gerçekleştirir. Dolayısıyla kendini gerçekleştirmek için ister bir davaya ister bir

---

[132] Sharma vd., "Sense of Purpose Scale", 195.
[133] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 77-78.
[134] Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2021), 113.
[135] Ian D. Boreham - Nicola S. Schutte, "The Relationship Between Purpose in Life and Depression and Anxiety: A Meta-Analysis", *Journal of Clinical Psychology* 79/12 (2023), 2759.
[136] Scheier vd., "The Life Engagement Test", 297.
[137] Eric S. Kim vd., "Sense of Purpose in Life and Five Health Behaviors in Older Adults.", *Preventive Medicine* 139 (2020), 5.

fikre, inanca veya bir kişiye hizmet ederek yol alması onun varoluşsal anlam yolculuğunun bir parçasıdır.[138]

Amaç kavramına dair ülkemizde yapılan çalışmalarda ağırlıkla yaşam amacı değişkeninin kullanıldığı, amaç bilinci kavramının yeterince işlenmediği görülmüştür. Amaç bilincinin gerçek benlik olarak bilinen otantiklik ve yaşamın anlamı arasında aracı değişken olarak ele alındığı Ekşi'nin çalışmasına göre kişi ne kadar otantik ise o denli kendi içsel kaynaklarına göre davranmakta ve yöneldiği amaçlarla anlamlı bir hayata kavuşabilmektedir.[139] Amaç bilinci ölçeğiyle gerçekleştirilen bir diğer araştırmada üniversite öğrencileri ile yapılan yaşam anlamı grup çalışmasının amaç bilincini ve hayatta anlamı arttırarak depresyon düzeylerini düşürdüğü bulgulanmıştır.[140]

1.2.4. Psikoloji Kuramlarında Amaç Kavramı

Psikolojide insan amaçlılığı farklı yönleriyle ele alınmıştır. Öncelikle insanın amaçlı yapısı onun doğasından ileri gelir. Tüm canlıların davranışları amaç odaklıdır. Acıdan kaçmaya, hazza ulaşmaya çalışır. İnsanın düşünmesi ve soyutlama yapabilmesi onun amaçlılığını daha ileri taşıyarak davranışlarına bu yolla yön vermesini sağlar.[141]

William James insanı amaçları için çabalayan, çabası için gerekli iradeye sahip bir varlık olarak ele alır. Ona göre insan amaçlılığı fayda edinmeye yöneliktir.[142]

Otto Rank'in düşüncesinde insan "bilinçli, amaçlı, seçim yapabilen ve kendine yön verebilen" bir varlıktır. Dürtülerinin ve çevresinin seçimlerine mahkûm değildir.[143]

---

[138] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 116.
[139] Halil Ekşi, "Otantikliğin Yaşamın Anlamı Üzeriindeki Etkisinin İncelenmesi: Amaç Bilincinin Aracı Rolü", *Journal of International Social Research* 12/65 (30 Ağustos 2019), 802.
[140] Bilge Nuran Aydoğdu - Derya Eryigit, "Üniversite Öğrencilerinde Dışavurumcu Teknikler Çerçevesinde Tasarlanan Yaşam Anlamı Grup Çalışmasının Yaşam Anlamı, Amaç Bilinci ve Depresyon Düzeyine Etkisinin İncelenmesi", *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi* 12 (02 Ağustos 2022), 338.
[141] Baumeister, *Meanings of Life*, 33.
[142] Çiğdem Demir-Çelebi, "William James: Felsefe ve Psikoloji Yaklaşımı", *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*, ed. Halil Ekşi - Çınar Kaya (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2016), 50.
[143] Engin Geçtan, *Psikanaliz ve Sonrası* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 2000), 221.

Alfred Adler'e göre tıpkı organların belli amaçlar için gelişmesi gibi insan zihni de içinde bulunduğu koşulların daha ilerisine gidebilmek adına bir amaç taşır. Bu amaç hissi onda zorluklara karşı mücadele kuvveti sağlar. Amaç bilincinin olmaması ise tüm bireysel etkinlikleri anlamsız kılar. İnsanı anlamak için onun tüm davranış ve eylemlerine yön veren asli unsuru yani yaşam amacını anlamak gerekir.[144]

Kişiliğin önemli boyutlarından biri olan güdülenme insanın amaç yönelimli yapılarından birini oluşturur. Bilişsel kişilik yaklaşımına göre insanlar anlamlı buldukları hedeflere doğru sürekli gayret eden maksatlı ve rasyonel varlıklardır.[145] İçsel güdülenmede dış teşvikler yerine bireysel amaçlar davranışı belirlemektedir.[146]

Gordon Allport insan kişiliğinde amaçların rolüne vurgu yapar. Kişiliğe bütünlük kazandıran uzun vadeli amaçlar insanın tüm alışkanlıklarını ve niteliklerini belli bir düzene koyarak onda bir tutarlılık oluşturur.[147]

Irvin D. Yalom hayattaki en önemli görevlerden birinin insana yaşam gücü verecek bir yaşam amacı bulabilmek olduğunu ifade eder. İnsan bu amacı kendi inşa edecektir. Hayatını anlamlı amaçlarla yaşayamadığını düşünen kişiler kaygı ve ölüm korkusunu daha yoğun hissedebilmektedir.[148] Yalom terapi tecrübelerinden hareketle insanın tüm çabalarını yöneltebileceği sağlam hedeflere ve bir amaç duygusuna ihtiyaç duyduğu kanaatine varır.[149]

Psikososyal gelişim teorilerine göre kişinin çözümlemesi gereken yaşam görevleri bulunur. Bu görevler her bir gelişimsel evreye göre değişmektedir. Yaşam görevleri geçiş dönemlerinde açığa çıkan merkezi ilginin bir parçası olarak belli bir yaş dönemi veya sosyal kümeye ait kişinin yerine getirmesi

---

[144] Adler, *Yaşama Sanatı*, 10-11.
[145] Robert Emmons, "Maneviyat Bir Zeka Mıdır? Güdülenme, Biliş ve Nihai İlgi Psikolojisi", çev. Ali Mehmedoğlu - Fatma Şengül, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 35 (2008), 134.
[146] Plotnik, *Psikoloji'ye Giriş*, 331.
[147] Gordon W. Allport, *Birey ve Dini* (Ankara: Elis Yayınları, 2004), 147.
[148] Irvin D. Yalom, *Din ve Psikiyatri*, çev. Özden Arıkan (İstanbul: Merkez Kitapçılık, 2006), 34-35,53.
[149] Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, 662.

gereken görevler olarak tanımlanabilir. Yaşam görevleri çoğunlukla yaşa bağlı amaçlardır.[150]

Erik Erikson insan yaşamını başlıca hedefi psikososyal ihtiyaçları karşılamak olan sekiz gelişim evresine ayırır. Bunlar güven, özerklik, girişim, çalışma, kimlik, yakınlık, üretkenlik ve ego bütünlüğü evreleridir.[151] Her dönemde aşılması gereken kriz ve görevler bulunur. Çözümlenen her bir kriz insan kişiliğinin yapısını güçlendirir ve bir sonraki dönemde ona yeni hedefler verir.[152] Özellikle yaşlılık dönemini içeren son yaşam evresinde (bütünlüğe karşı umutsuzluk evresi) yaşam deneyimlerini anlam ve amaç yaratacak şekilde yorumlayabilenler bütünlüğe ulaşırken amaç duygusu edinemeyen bireyler umutsuzluğa kapılır.[153]

Abraham Maslow'a göre gelişim, kişinin kendisi olabilmesi ve içsel doğasının kendini ortaya koyabilmesi anlamına gelir.[154] Maslow, insanın kişisel gelişimini bir ihtiyaç hiyerarşisi olarak incelemiştir. Buna göre sırasıyla fizyolojik, güven, ait olma, sevgi, saygı ve kendini gerçekleştirme ihtiyaçları karşılanır. Son mertebede insan dünyaya geliş amacına ve gerçekleştirmek istediklerine yönelir. Potansiyelini açığa çıkaracak yaratıcı çözümler arar.[155] İnsan gelişimi amaçsal bir yapıya sahiptir. Gelişimin en üst boyutunda tüm insanların ulaşmaya çabaladığı değerli bir amaç olarak kendini gerçekleştirme bulunur.[156] Kendini gerçekleştiren bireylerin özelliklerinden birisi hedeflerine odaklanmalarıdır.[157]

Çalışma bağlamında Logoterapi ve Pozitif Psikoloji ekollerinin amaç kavramına yaklaşımlarına yer verilecektir.

---

[150] Robert A. Emmons, *The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality* (New York: The Guilford Press, 2003), 30.
[151] Plotnik, *Psikoloji'ye Giriş*, 393.
[152] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 170.
[153] Mason, *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*, 194.
[154] Abraham Maslow, *İnsan Olmanın Psikolojisi* (İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık, 2023), 45.
[155] Erol Göka - Murat Beyazyüz, *Geçimsizler: Kişilikleri Tanıma ve Geçinmeyi Kolaylaştırma Kitabı* (İstanbul: Timaş, 2012), 78-79.
[156] Maslow, *İnsan Olmanın Psikolojisi*, 165.
[157] Plotnik, *Psikoloji'ye Giriş*, 443.

1.2.4.1. Varoluşçu Psikoloji Ekolü: Logoterapi

Varoluşçu psikoloji özgür irade, eylem sorumluluğu, yaşamın anlamı, acı ve ölümü kabullenme gibi varoluşsal kaygılarla başa çıkmayı öne çıkaran psikoloji yaklaşımıdır.[158] Varoluşçuluk felsefe akımından doğan ve insanı sadece düşünen bir varlığa indirgeyen rasyonalizme karşı duran bir okuldur. Varoluşçu psikolojinin varoluşsal analiz, varoluşsal fenomenolojik psikoloji ve logoterapi şeklinde üç ekolü bulunmaktadır.[159]

Varoluşçuluk insanın kendi yaşamının anlamı ve amacını bulabilmek üzere arayışından ve insan olmanın derin anlamına yönelik arzusundan bahseder.[160] Anlam ve amaç kavramları yüzyıllardır farklı dinlerde ve inanışlarda ele alınan bir konu olmasına rağmen modern dönemde varoluşçu felsefe ile birlikte farklı şekilde tartışılmıştır. Kadim "yaşamın amacı nedir?" sorusunu yeniden çerçeveleyerek, "İnsan kendi amaç bilincine nasıl ulaşır?" şeklinde sormuşlardır.[161] Varoluşçuluk ekolüne göre yaşam amacı, deneyimleyen bireyin bakış açısından hayatın ontolojik önemi olarak tanımlanmaktadır.[162] Buna göre amaç anlamın bir alt boyutu olmaktadır.

Logoterapi Victor Frankl'ın kurduğu, klasik psikoloji ekollerine kıyasla daha az geçmişe ve daha fazla geleceğe yönelik, içgörüye dayanan anlam odaklı psikoterapidir. Üçüncü Viyana Okulu olarak nitelenen bu yaklaşımda insanın anlam arayışına ve varoluşun anlamına odaklanılır. Bu görüşe göre insanı harekete geçiren temel motivasyon yaşamında anlam bulma çabasıdır.[163] Din ve maneviyat bu anlam elde etme çabasında yararlanılabilecek birer kaynak olabilir.[164]

---

[158] Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, 804.
[159] Gülnur İlk - Mustafa Bilici, "Viktor Frankl Örneği ile Varoluşçu Psikolojide Din ve Maneviyat", *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 8/17 (21 Aralık 2020), 48.
[160] William R. Sterner, "Integrating Existentialism and Super's Life-Span, Life-Space Approach", *The Career Development Quarterly* 60/2 (2012), 152.
[161] Nicholas E. Pisca - David B. Feldman, "Purpose in Life", *The Encyclopedia of Positive Psychology [Electronic Resource]*, ed. Shane J. Lopez (U.K: Wiley-Blackwell Pub., 2009), 812.
[162] Crumbaugh - Maholick, "An Experimental Study in Existentialism", 201.
[163] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 104.
[164] İlk - Bilici, "Viktor Frankl Örneği ile Varoluşçu Psikolojide Din ve Maneviyat", 54.

Logoterapiye göre insandaki itki, içgüdülerin giderilmesi ve kişilikteki çatışmaların uzlaştırılması gibi yapılar onun bir anlamı karşılamaya çalışmasından ileri gelir. İnsan anlayışı anlam odaklıdır.[165]

Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı* başlıklı kitabında Nietche'nin "Yaşamak için bir nedeni olan insan her türlü nasıla katlanabilir" sözüne alıntı yaparak yaşamdaki acılardan bir anlam çıkarılabileceğini, en zor koşullarda gizli bir amaç olduğunu ifade eder. Fakat bu anlamı ve amacı ancak kişinin kendisi ortaya çıkarabilecektir. Toplama kampındaki yaşamından kesitler sunduğu eserinde her şeyiyle iradesi zaptedilmiş olsa bile insanın tavrını seçme özgürlüğünü kimsenin alamadığına vurgu yapar.[166] Varoluş mücadelesinden başarıyla çıkmaya en yatkın olanlar uğraşmaya değer bir amaçları olanlardır.[167] Frankl'a göre anlam ve amaç kişinin kendine özgü inşa ettiği ve hayatın etrafında döndüğü temel eksenlerdir.

Logoterapi yaklaşımına göre insan hayatın karşısına çıkardığı soru ve sorunlara nasıl ve hangi amaçla yaklaşabileceğine karar verebilir. Kendini aşmanın ve hayatı anlamlandırmanın üç yolu bulunmaktadır: Ya bir ödeve, işe veya sorumluluğa adanır, ya bir şeye veya birine sevgiyle bağlanır, ya da sıkıntı ve acılarında anlam bulur.[168] Hayata olumlu yaklaşım bir anlamıyla amaçlarını çizerek gerçekleşir. Yaşamında amaç bulan kişiler koşulları ne denli zor olursa olsun bunu aşmanın bir yolunu bulacaktır. Dolayısıyla asıl önemli olan hayata yönelik tutumun değişebilmesi, hayatın o insandan ne beklediğinin keşfedilebilmesidir.[169]

Logoterapi ekolüne göre amaç edinme mutluluk ve başarı gibi belli hedeflerin sürekli göz önünde tutulması ve ona göre hareket edilmesi anlamına gelmez. Bilakis böyle yapıldığında peşinden koşulan hedeflere ulaşılması güçleşir.

---

[165] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 109.
[166] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 77.
[167] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 109.
[168] Dr Abdülkerim Bahadır, "Hayatın Sorgulayıcılığı Karşısında İnsan ve Üretkenlik", *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 10/10 (01 Kasım 2000), 443-445.
[169] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 87.

İnsanın amaçladıkları ancak kendisini kendisinden daha büyük bir fikre, davaya veya başka insanlara adadığı, bağladığı zaman bir yan etki olarak çıkabilir.[170]

Kişi zorlu yaşantılarında özellikle ölüme yaklaştığı anlarda dünyanın sınırlarını aşan, fiziksel hiçbir unsurun kendisine değemediği nihai bir amaç bulunduğunu keşfedebilir.[171] Esasen insanın geleceğe bakarak yaşaması varoluşunun en zorlu anlarındaki kurtuluşu olabilir. Zira geleceğe yönelik inancını yitirmiş bir kimse manevi dayanaklarını kaybeder, hayatla bağı giderek azalır ve her şey anlamsızlaşmaya başlar.[172]

Hayatta anlam ve amaç arzusunun yeterince tatmin edilemediği durumlarda yaşamaya karşı bir bıkkınlık oluşur. Uğruna yaşanacak bir anlamın farkındalığından yoksun ve içsel boşlukları tarafından ele geçirilmiş kişilerin bu durumlarına Frankl "varoluşsal boşluk" adını verir. Varoluşsal boşluk yalnızca yönünü bulamayan genç ve yetişkinlerin değil, aynı zamanda emekli ve yaşlıların da krizidir.[173]

Logoterapiye göre zorluklar insanın hem duyuşsal hem manevi anlamda gelişmesi için bir sıçrama tahtası görevi görerek anlam bulmasına yardım eder. Buna göre asıl amaç insanın kendini gerçekleştirmesi değil, anlamı gerçekleştirmesidir.[174] İnsanın seçim yapabilen bir varlık olması, en güç koşullarda dahi bu yapının korunması ve insanın tavrını seçebilmesi onun özgürlüğünün temelidir. Bu ruhsal özgürlük hayata anlam ve amacını veren ve ondan alınmayacak yegâne şeydir.[175]

İnsanın varoluşsal gerçeklerle yüzleşme ve hayatın anlamını keşfetme yolculuğunda onu cesaretlendirmek ve yaşamına anlam kazandırabilecek amaçlar bulmasını desteklemek bu ekolün temel fikridir.[176]

---

[170] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 14.
[171] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 53.
[172] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 83-84.
[173] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 111-113.
[174] Orhan Gürsu, *Manevi Danışmanlar İçin Kılavuz: Danışma İlke, Beceri ve Teknikleri* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2022), 93.
[175] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 78.
[176] Gürsu, *Manevi Danışmanlar İçin Kılavuz: Danışma İlke, Beceri ve Teknikleri*, 91.

1.2.4.2. Pozitif Psikoloji

Pozitif psikoloji ana akım psikoloji ekollerinin aksine insanın zayıf yönleri yerine güçlü yönlerine ve çözüm gücüne mercek tutan bir psikoloji yaklaşımıdır.[177] Amerikan Psikoloji Derneği başkanı Martin Seligman ve insanın pozitif yanlarına inanan bir grup arkadaşı tarafından 1998 yılında temelleri atılmıştır.[178] Yapılan pozitif psikoloji araştırmaları sonucunda insanın beş iyi oluş kaynağı tespit edildi. Bunlar kısaca PERMA modeli olarak ifade edilen pozitif duygular, bağlanma, ilişkiler, anlam ve başarıydı. Pozitif psikoterapide kişinin pozitif yanlarını güçlendirmesi istenir ve bu süreçte amaçlar üzerine farkındalık kazanır.[179]

Pozitif psikoloji genel olarak gelecek yönelimli olduğu için amaçlar onda öne çıkan kavramlardan birisi olmuştur.[180] Pozitif psikoterapinin aşamalarından birisi amaç belirleme aşamasıdır. Bu aşamada kişinin amaçları üzerinde düşünmesi ve çalışması iyileştirici bir etki olarak yapılandırılır.[181] Bu aşamada danışanla birlikte bireyler amaç belirler, amaçlara ulaşmak için çeşitli yollar belirler, enerjilerini bu yönde kullanır ve amaçları yönündeki engelleri tanıma ve aşma üzerinde çalışılır.[182]

Pozitif psikoterapiye dayalı uygulamalarda ergenler ile gerçekleştirilen amaç genişletme çalışması sonucu programın katılımcıların amaç belirleme ve amaca bağlanmalarına yardımcı olduğu görülmüştür.[183] Son yıllarda pozitif yaşlanma alanında amaç araştırmalarının yoğunlaştığı görülür.[184]

---

[177] Ramazan Demir - Fulya Türk, "Pozitif Psikoloji: Tarihçe, Temel Kavramlar, Terapötik Süreç, Eleştiriler ve Katkılar", *Humanistic Perspective* 2/2 (17 Haziran 2020), 110.
[178] Martin E.P. Seligman, "Positive Psychology: A Personal History", *Annual Review of Clinical Psychology* 15 (2019), 3.
[179] Demir - Türk, "Pozitif Psikoloji", 115.
[180] Park - Van Tongeren, "Meaning as a Framework for Integrating Positive Psychology and the Psychology of Religiousness and Spirituality", 86.
[181] Demir - Türk, "Pozitif Psikoloji", 116.
[182] Ali Eryılmaz, *Meta Teori: Bir Gelişim ve Psikoterapi Kuramı Olarak Pozitif Psikoterapi* (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2021), 40.
[183] Ali Eryılmaz, "Pozitif Psikoterapi Bağlamında Yaşam Amaçları Belirleme Ölçeğinin Üniversite Öğrencileri Üzerinde Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi", *Klinik Psikiyatri* 15 (2012), 63.
[184] K. Bronk vd., "A Co-Citation Analysis of Purpose: Trends and (potential) Troubles in the Foundation of Purpose Scholarship", *The Journal of Positive Psychology* 18 (2023), 1022.

Amaç, maneviyat ile birlikte insanın olumlu yanlarını ele alan çalışmalarda incelenen pozitif kavramlardan ikisidir.[185] Pozitif psikoloji ile maneviyat psikolojisinin önemli kesişim noktalarından birisi yaşam amaçlarıdır.

Yapılan araştırmalar insandaki amaç duygusunun pozitif psikoloji bileşenlerinden mutluluk, öz saygı, psikolojik dayanıklılık ve umut ile olumlu ilişkisini göstermektedir.[186]

Pozitif psikolojide amaç belirleme umudun bir bileşeni olarak ele alınır. Buna göre kişiler amaç belirlerken gerçekleştirebileceklerine dair kapasitelerini de değerlendirirler. Umutlu bireyler amaçlarına yönelik eylemlerinde problemle karşılaştıklarında enerjilerini amaçlarını gerçekleştirmeye yöneltirler.[187]

1.2.5. Yaşlılık ve Amaç Bilinci

Gençler yetişkinliğe girerken hayatın temel ilkeleri ve değerleri üzerine sorgulama yaparlar. Böylece hayata anlam ve amaç kazandıracak bir yön tayin etmeye çalışırlar. Yetişkinlik döneminde hayat istikrar kazanır, ev ve iş sorumlulukları yoğunlaşır. Kişinin yaptıkları veya yapması gerekenler o kadar belirgindir ki bir anlam arayışına ihtiyaç duyulmaz. Ancak yaşlılık dönemine gelindiğinde meslekten ayrılma ve çocukların evden ayrılmasıyla hayatın ana gündemi kaybolmuştur. Gençlikten sonra hayatın anlamı ve amacı sorunsalının yeniden ciddi şekilde gündeme geldiği dönem yaşlılık dönemi olur. Buradaki değişim kaçınılmazdır ve yaşlanan kişiyi önemli bir anlam sorusuyla ve yeniden doldurulması gereken bir amaç boşluğuyla baş başa bırakır.[188]

Psikoloji alanında Frankl'ın eserleri ile Ryff'ın yaşam amacını psikolojik iyi oluşun boyutlarından biri olarak ele aldığı çalışmalarının ardından amaç araştırmaları iki alanda genişleyerek devam etmektedir. Bunlardan biri gençler

[185] Eryılmaz, *Meta Teori*, 9.
[186] Pisca - Feldman, "Purpose in Life", 815.
[187] Eryılmaz, *Meta Teori*, 37-39.
[188] Robert S. Weiss - Scott A. Bass (ed.), *Challanges of The Third Age: Meaning and Purpose in Later Life* (New York: Oxford University Press, 2002), 189.

diğeri ise yaşlılardır.[189] Ryff'ın kavramsallaştırması ile yaşam amaçları psikolojik sağlığın merkezi bir unsuru haline gelmiştir.[190]

Yaşam amacı yaşlılığın ilerleyen dönemlerinde zihinsel sağlığı korumaya yardım edebilir.[191] Yaşlılık bir tür kayıplar dönemi olarak tasvir edilse de kimi kazanımların sağlandığı, bazı potansiyellerin açığa çıkarıldığı bir dönemdir. Yaşam, önceki dönemin mesleki, geçim kaygılarından arınmış şekilde yeni anlam ve amaçlara müsait hale gelir.[192] Yaşlanma deneyimi ve kaçınılmaz bir son olarak önünde yer alan ölüm yaşlının hayatın anlam ve amacına dair derinlikli sorular sormasına yol açar.[193] Bu durumda ailesi ve çevresi yanında emeklilik sonrasında edineceği yeni uğraşların önemi büyüktür.[194] Seyahate çıkmak, yeni maceralar yaşamak, toplumsal çalışmalara gönüllü olarak katılmak, sanata eğilmek, bahçe işleriyle uğraşmak, yeni bir zanaat öğrenmek veya eğitim hayatlarını sürdürmek isteyebilirler.[195] Yeterli imkana sahip ve sağlıklı kişiler için yaşlılık dönemi kendini gerçekleştirme, özgürlük ve amaçlı uğraşlar açısından bir fırsat olabilir.[196] Bazıları için ileri yaşlarda akranlar arasında azalan sosyal ilişkiler yaşlıların kendi ailelerine ve kuşaklararası iletişime yönelmelerine neden olabilir. Değer aktarımında bir aktör olmak hayata anlam ve amaç katan bir unsur haline gelebilir.[197]

Yaşlılık araştırmalarına göre yaşam amacı yaş ilerledikçe genel olarak düşme eğilimi gösterir.[198] Yaşam amacı puanları en yüksek olanlar sırasıyla orta yaş bireyler, gençler ve yaşlılardır. [199] İyi eğitimli, sağlıklı, ekonomik açıdan rahat durumdaki yaşlı bireyler bile amaç duygusunu muhafazada zorluklarla

---

[189] Bronk vd., "A Co-Citation Analysis of Purpose: Trends and (potential) Troubles in the Foundation of Purpose Scholarship", 1023-1024.
[190] Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It?", 1078.
[191] Reinhoudt, *The Influence of Optimism, Hardiness and Spiritual Well Being*, 121.
[192] Nelson, *Psychology, Religion and Spirituality*, 302.
[193] McFadden, "Bağlantı Noktaları: Gerontoloji ve Din Psikolojisi", 334.
[194] Sayar - Dinç, *Psikolojiye Giriş*, 125.
[195] Weiss - Bass, *Challanges of The Third Age*, 4.
[196] Rubinstein, "The Third Age", 30.
[197] Jean Galiana - William A. Haseltine, *Aging Well: Solutions to the Most Pressing Global Challanges of Aging* (Singapore: Springer, 2019), 159.
[198] Alonso vd., "Meaning and Purpose in Life in Aging: A Scoping Review", 11; Carol D. Ryff - Corey Lee M. Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited", *Journal of Personality and Social Psychology* 69/4 (1995), 721-724.
[199] Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It?", 1076.

karşılaşabilmektedir.[200] Bu durum gelecek zaman algısı ile ilişkili olabilir. Bireylerin gelecek zaman perspektifindeki farklılık yaşam amacını etkilemekte, daha geniş bir zaman perspektifine sahip olanlar daha yüksek yaşam amacı bildirmektedir.[201]

Yaşlı bireylerle yapılan nitel bir çalışmanın sonuçlarına göre karşılaşılan zorluklar kişinin amacına sadık kalarak aşması gereken sorunlar olarak görülebilmektedir. Yaşlılıkta amaç duygusunun azaldığına işaret eden bulgulara karşıt olarak söz konusu çalışmada bireylerin çoğuna göre sahip oldukları amaç bilinci kendi mutluluklarına ve başkalarının iyiliğine fayda sağlamaya devam etmektedir.[202]

Yapılan çalışmalara göre yaşlılık döneminde amaç bilincinin yüksek olması daha iyi bir sağlığa işaret etmektedir. 1475 yaşlı yetişkin üzerinde yapılan bir araştırmaya göre amaç bilinci puanı yüksek olanların bir dizi iyi yaşlanma kriterinde daha iyi performans gösterdikleri ve daha uzun bir hayat sürdürdükleri görülmüştür.[203] Ayrıca Alzheimer, kalp ve beyin damar hastalıkları ve uyku bozuklukları riskinin düştüğü, genel sağlık, bilişsel ve duygusal düzenleme, öznel iyi oluş ve uyum verilerinin iyileştiği görülmüştür.[204] Yaşlılarda yüksek amaç bilincine sahip olanların sağlık ve ilaç giderlerinin daha az olduğu bulgulanmıştır.[205]

Yapılan beyin görüntüleme çalışmalarında yüksek amaç bilinci, beyin sağlığına işaret eden belirtiler ile ilişkilendirilmiştir. Yaşlılıkta amaç bilincinin geliştirilmesi beyin sağlığının korunmasının yanı sıra aktif ve sağlıklı yaşlanmayı sağlayabilir.[206] Bir başka çalışmada yüksek amaç bilincine sahip yaşlılar bilişsel testlerden daha yüksek puanlar almışlardır.[207]

---

[200] Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It?", 1079.
[201] Pfund vd., "When the End Feels Near: Sense of Purpose Predicts Well-Being as a Function of Future Time Perspective", 1185.
[202] Shubam Sharma - Susan Bluck, "Older Adults Recall Memories of Life Challenges: The Role of Sense of Purpose in the Life Story", *Current Psychology* 42/27 (01 Eylül 2023), 23476.
[203] Windsor vd., "Sense of Purpose as a Psychological Resource for Aging Well.", 984.
[204] Cristina Cristovão Ribeiro vd., "Purpose in Life in Adulthood and Older Adulthood: Integrative Review", *Ciência & Saúde Coletiva* 25 (03 Haziran 2020), 2127.
[205] Musich vd., "Purpose in Life and Positive Health Outcomes Among Older Adults", 142.
[206] Nair vd., "Purpose in Life as a Resilience Factor for Brain Health", 9.
[207] Windsor vd., "Sense of Purpose as a Psychological Resource for Aging Well.", 981.

2500 yaşlı birey üzerinde 19 yıl boyunca yürütülen bir araştırmaya göre yaşam amacı düzeyi yüksek olanların düşük olanlardan yaklaşık 6 yıl, orta düzeyde yaşam amacına sahip olanlardan ise 3 yıl sonra Alzheimer hastalığına yakalandıkları görülmüştür. Bu yaşlılar ayrıca diğerlerinden daha uzun yaşamışlardır.[208] Amaç bilinci yaşlılıkta demans hastalıklarını geciktirici bir faktör olabilir.

Amaç bilinci yaşlılık dönemi psikolojik sağlığı üzerinde de olumlu etkilere sahiptir. 80 yaş ve üzeri bireylerle gerçekleştirilen amaçlı etkinlik uygulamalarında, özellikle yaşlıların başkalarına yardımcı olduğu gönüllü veya mentörlük çalışmalarının katılımcıların iyi oluş ve yaşam kalitesini artırdığı tespit edilmiştir.[209] Yaşlılıkta karşılaşılabilen psikiyatrik sorunların tedavisinde ve psikolojik müdahalelerde kişiye yaşam amacının hatırlatılması önemli rol oynamaktadır.[210]

Yaşlılıkta yaşam amacı intiharı önlemede koruyucu bir faktör olabilmektedir. Araştırmalara göre yaşamın son yıllarında intihardan koruyucu psikososyal faktörler arasında yaşam amacı ve dindarlık da bulunuyor.[211] Yapılan bir başka sistematik derleme çalışmasına göre yaşlı yetişkinlerde intihara karşı en koruyucu faktör yaşamın anlamı ve amacıdır.[212]

1.3. Maneviyat

Bu bölümde maneviyat kavramı hakkında genel tanım ve yaklaşımlar ele alınacak, araştırmada esas alınan tanım açıklanarak maneviyatın insanın fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerindeki etkisine değinilecektir. İkinci olarak maneviyat ve amaç bilinci arasındaki ilişki ele alınacaktır. Yaşlılık döneminde maneviyatın görünümleri çeşitli boyutlarıyla ortaya konulduktan sonra

[208] Boyle vd., "Purpose in Life May Delay Adverse Health Outcomes in Old Age", 6.
[209] Rebecca L. Owen, *The Role of Sense of Purpose in the Psychological Wellbeing of Older People in Care Homes* (University of Manchester, Doktora Tezi, 2020), 24.
[210] Pınar Harmancı, *Geropsikiyatrik Güncel Konular*, ed. Funda Budak (Ankara: İksad Publishing House, 2019), 81.
[211] Myung Ki vd., "A Systematic Review of Psychosocial Protective Factors Against Suicide and Suicidality Among Older Adults", *International Psychogeriatrics* 36/5 (Mayıs 2024), 350.
[212] Hannah Maynard vd., "Psychological Factors Protecting Against Suicidality in Older Adults: A Systematic Review", *Clinical Psychology & Psychotherapy* 31/4 (2024), 5.

yurtdışında yapılan araştırmalarda yaşlı bireyin amaç bilinci ve maneviyatına ilişkin ortaya çıkan sonuçlar değerlendirilecektir.

1.3.1. Maneviyat Kavramı

Maneviyat, manevi kelimesinin çoğuludur. Manevi kelimesi sözlükte "görülmeyen, duyularla sezilebilen, ruhani, tinsel, maddi karşıtı" anlamlarına gelir.[213] Kişinin iç dünyası ve manevi yönünü ifade etmek için manen kelimesi kullanılır.[214] Maneviyat kelimesi sözlükte "maddi olmayan manevi şeyler, moral gücü" anlamına gelir.[215] "Manevi değerlere bağlılıktan gelen yürek ve moral gücü" olarak da tanımlanmaktadır.[216]

Psikoloji sözlüğünde maneviyat kişinin içinde bulunduğu ruh hali olarak tanımlanmıştır. Sevinç, keder, üzüntü, neşe ve tüm haller kavramın içine girer.[217] Ayrıca insanın inanç ve ahlaki değerlerini de kapsar.[218]

İnsanda duygu, düşünce ve içgüdülerine ek olarak mevcut gerçekliği ve kendini aşmaya dönük manevi bir yön vardır. Maneviyat insanda var olan aşkınlık ve dönüşüm kapasitesidir.[219] Bir tür beceri olması itibariyle geliştirilebilen bir özelliktir. Günlük yaşamın güçlüklerini aşmak üzere yorumlayıcı bir bağlam sunan maneviyat kişiliğin dinamik bir niteliğidir.[220] İyi oluş hali ile ilgili evrensel insan kapasitesidir.[221] Psiko-sosyal bir olgudur.[222]

Maneviyat görünen maddi varlıkların aşkın bir gerçeklikle kuşatıldığı ve kutsalın belirleyici olduğuna dair inancı ifade eder.[223] İnsanın çevresiyle, diğer insanlarla ve evrenle ilişkilerini, yaşamın anlamını anlama ve kabul etme çabasıdır. Buna göre insanın anlam arayışı onun maneviyatıdır. Her ne kadar anlam yükleme

---

[213] Akalın vd., *Türkçe Sözlük*, 1619.
[214] Akalın vd., *Türkçe Sözlük*, 1619.
[215] Akalın vd., *Türkçe Sözlük*, 1620.
[216] Ahmet Topaloğlu, *Türkçe Sözlük: Güzel Türkçe'nin Sözlüğü* (İstanbul: Kapı Yayınları, 2014), 833.
[217] Altıntaş, *Psikoloji Sözlüğü*, 123.
[218] Sevde Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları (Türkiye-Amerika Karşılaştırması)* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2021), 27.
[219] H.B. Danesh, *The Psychology of Spirituality: From Divided Self to Integrated Self* (İsviçre: Landegg Academy Press, 1997), 204.
[220] Emmons, "Maneviyat Bir Zeka Mıdır? Güdülenme, Biliş ve Nihai İlgi Psikolojisi", 150.
[221] Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları (Türkiye-Amerika Karşılaştırması)*, 70.
[222] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 1290.
[223] Ekşi vd., "Maneviyat ve Psikolojik Danışma", 15.

kişisel bir olgu olsa da arayış olması bakımından maneviyat evrensel bir olgudur.[224]

Kavramın çok boyutlu doğasına uygun bir tanımına göre maneviyat "yaşamda bir anlam arama, aşkınlıkla bir karşılaşma, bağlanma hissi, nihai bir gerçek ya da en yüksek bir değer arama, gizemli bir varlığa saygı, minnettarlık ve kişisel bir değişim gibi hususları içeren dinle ilişkili olabileceği gibi dinin dışında da yaşanabilen kişisel deneyimlerin bütünüdür".[225]

Din ve maneviyatın değişen ilişkisi üzerine farklı görüşler bulunur. Maneviyat dinde merkezi konuma sahip olarak değerlendirilebilir veya dinin bağımsız bir görünümü olarak görülebilir.[226] Her iki yaklaşımın kendine özgü hareket noktaları vardır.

Dini maneviyattan daha geniş bir kavram olarak gören yaklaşıma göre maneviyat bir kutsal arayışıdır. Dindarlığın kalbi, dinî yaşamın temel işlevidir.[227] Maneviyat insanları dine yönlendiren motive edici güçtür. Dinin kurumsal olmayan tecrübe boyutunu ifade eder.[228] Tanımlamalarda 2000'li yıllara kadar maneviyatı dinin bir parçası olarak gören ve onunla eş anlamlı kullanan yaklaşım hakimdir. Ancak dinin kurumsal, sistematik ve Tanrı merkezli yönüne vurgu yapan tanımlarla birlikte din kurumsal bir yapı olarak algılanırken maneviyat kişisel ve bireysel alana işaret etmek üzere öne çıkmıştır.[229]

Maneviyatı daha geniş bir kavram olarak gören yaklaşım ise maneviyatın dinî gelenek ve kurumlardan bağımsız olduğu fikrinden hareket eder. Buna göre maneviyat sonradan kazanılan bir olgu değildir ve her insanın içinde manevi bir potansiyel bulunur. Kişinin iç huzuru ve hayatında anlam bulması ile ilgili geniş

---

[224] Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları (Türkiye-Amerika Karşılaştırması)*, 98-99.
[225] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 1289.
[226] Doug Oman, "Din ve Maneviyat Sağlığı Etkiler mi?", çev. Özer Çetin, *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*, ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park (Ankara: Phoenix, 2013), 331.
[227] Brian J Zinnbauer - Kenneth I Pargament, "Dindarlık ve Maneviyat", çev. Sevde Düzgüner, *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları*, ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park (Ankara: Phoenix, 2013a), 91.
[228] Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları (Türkiye-Amerika Karşılaştırması)*, 66.
[229] Sevde Düzgüner, "Nereden Çıktı Bu Maneviyat: Manevi Bakımın Temellerine İlişkin Kültürlerarası Bir Analiz", *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*, ed. Ali Ayten vd. (İstanbul: DEM, 2018), 1/21.

bir kavramdır.[230] Dindarlık geleneksel ve örgütlü bir inanç geleneği bağlamında ortaya çıkarken maneviyat hem geleneksel hem de yeni ve gelişmekte olan bağlamlarda ortaya çıkabilir.[231] Maneviyat çok farklı tecrübeleri içine alacak şekilde; özgün içsel tecrübe, kişisel ifade özgürlüğü, kişisel arayış özgürlüğü ve hatta dinî tecrübe özgürlüğü olarak tanımlanmaktadır. Hem aşkın hem de kişisel tecrübeye dayalı içkin bir yönü olabilir.[232]

Maneviyat dinin içerisinde veya dışarısında kişilerin kutsal kabul ettikleri uğruna bir arayış süreci olarak görülebilmektedir ve insani bir ihtiyaca işaret etmektedir. Maneviyat hayatın çeşitli boyutlarında kutsallık görmek, aşkın olduğu düşünülen varlığa saygı ve bağlılık göstermek, manevi etkinliklerde bulunmak, hayata dair bir hedef duygusu hissetmek ve zor olaylarda manevi başa çıkmadan yararlanmak gibi boyutları içeren kültüre göre farklılık arz edebilen ve insan sağlığını olumlu destekleyen bir kaynak olarak tarif edilebilir.[233]

Maneviyat ister dinin bir fonksiyonu isterse insanın fıtri bir yönü olarak görülsün, din ve maneviyat büyük ölçüde benzer psikolojik işlevlere sahiptir. Bu temel insani olgular en önemliyi keşfetmek, onu korumak ve dönüştürmekle ilgili aktif arayış sürecidir.[234] Tanımlarla ilgili bir uzlaşma olmamış olması alanda ilerlemenin önünde bir engel değildir. İnsanın anlam ihtiyacına yönelik işlevsel tanımlar daha iyi olabilir.[235] O nedenle araştırmamızda Şirin'in maneviyat tanımı esas alındı. Buna göre maneviyat "yaşamda bir anlam arama, aşkınlıkla (yücelikle) bir karşılaşma, bir bağlanma hissi, nihai bir gerçek ya da en yüksek bir değer arama, gizemli bir varlığa saygı ve minnettarlık ve kişisel bir değişim gibi hususları içeren dinle ilişkili olabileceği gibi dinin dışında da yaşanabilen kişisel deneyimlerin bütünüdür."[236]

Maneviyatın insanın fiziksel ve psikolojik sağlığına etkileri konusunda çok sayıda araştırma yapılmıştır. Özellikle ibadetlere katılım gibi bazı boyutlar pozitif

---

[230] Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları (Türkiye-Amerika Karşılaştırması)*, 66.
[231] Zinnbauer - Pargament, "Dindarlık ve Maneviyat", 90.
[232] Emmons, "Spirituality", 64.
[233] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 1290.
[234] Zinnbauer - Pargament, "Dindarlık ve Maneviyat", 94.
[235] Paloutzian - Park, "Bugünkü Din Psikolojisi Biliminin Bütünleyici Konuları", 52.
[236] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 1289.

sağlık sonuçlarıyla güçlü bir ilişki içindedir.[237] Fiziksel tedavilerde manevi bakım önemli bir bileşen olarak görülür. Maneviyatı güçlü bireyler daha hızlı iyileşirler.[238]

Yapılan araştırmalar maneviyatın insanın genel sağlığının daha iyi olmasını dört aracı yolla sağladığını ortaya koyar. Bunlar zararlı madde kullanımından alıkoyması ve bedeni saygıya layık görerek iyi bakmasına teşvik eden sağlık davranışları, organlar üzerindeki yükü azaltan merhamet, umut gibi pozitif psikolojik durumlar, bağımlılık geliştirmek yerine sağlıklı çözüm yolları sunan etkin başa çıkma yolları ve strese karşı korunmada sağladığı güçlü sosyal ağ ve ilişkilerdir.[239]

Maneviyat psikolojik sağlık açısından önemlidir. Araştırmalarda psikolojik iyi oluşa[240] ve yaşam doyumuna[241] olumlu etki ettiği bulgulanmıştır. Maneviyatı yaşamlarında bir anlam kaynağı olarak görenlerin psikolojik iyi oluş seviyeleri yaşamda anlam olmadığını düşünenlerden daha yüksektir.[242] Manevi etkinlikler psikopatolojik sorunları azaltarak ruh sağlığında iyileşme sağlar.[243]

İnsana bütüncül yaklaşımlarda maneviyat; terapi ve iyileşme süreçlerine dahil edilmesi gereken bir boyut olarak görülmektedir. Evrenle kurulan bağ duygusu ve manevi deneyimler insanların yaşamlarında anlam bulmasını ve iyileşmesini sağlayabilir.[244] Klinik çalışmalarda ruh sağlığı tedavilerinde dini ve manevi müdahalelerin stres, alkol bağımlılığı ve depresyonu azalttığı ortaya

---

[237] Oman, "Din ve Maneviyat Sağlığı Etkiler mi?", 331.
[238] Siyabe Arslan - Sezer Avcı, "Hemşirelikte Maneviyat ve Manevi Bakım", *Genel Sağlık Bilimleri Dergisi* 6/1 (25 Nisan 2024), 182-193.
[239] Oman, "Din ve Maneviyat Sağlığı Etkiler mi?", 304.
[240] Ayşe Nur Şahin, *Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 90.
[241] Abulıkemu Maierhaba, *Yetişkin Bireylerde Maneviyat ile Yaşam Doyumu ve Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 58.
[242] Alparslan vd., "Yaşamın Anlam Kaynakları Ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi", 47.
[243] Ahmet Canan Karakaş - Ömer Faruk Habergetiren, "İtikâfın Maneviyat ve Psikopatoloji ile İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 1 (30 Haziran 2020), 115.
[244] Cem Boyalı, "Spirituality as Part of the Whole: Gestalt Therapy's View of Spirituality", *Spiritual Psychology and Counseling* 7/2 (15 Haziran 2022), 160.

konmuştur.[245] Maneviyat son yıllarda çok farklı alanlarda araştırmaya konu edilen bir kavramdır. İşyeri maneviyatı[246], siber maneviyat[247], hemşirelikte manevi bakım[248], gibi farklı açılardan incelenebilmektedir. İnsanın anlam ve amaç ihtiyacının pek çok alanlarda yankı bulduğu söylenebilir.

1.3.2. Maneviyat ve Amaç

Maneviyat insanda kişiliğin amaç odaklı yapısına ilişkin bir özellik, eylemlerinin hedefinde yer alan önemli bir alandır.[249] Son dönem maneviyat tanımları amaç ve anlam gibi psikolojik sağlık konusunu içerecek şekilde genişlemiştir.[250] Hayatın anlamına dair kişisel cevaplar içeren maneviyat ile amaç arasında yakın bir ilişki bulunur. Manevi gelişim ve olgunluk amaçlı süreçlerdir. İnsanın hayatına dahil ettiği manevi unsurlar onun hedeflerini ve nihai ilgilerini şekillendirir.[251]

İnsan davranışları gayesi bakımından ikiye ayrılabilir. İlki fiziksel ve biyolojik varoluşu sağlamak üzere beslenme, barınma ve korunmaya motive eden çabalardır. Bunlar bizi hayatta tutar. İkinci tür gaye ise insanın varlık amacıyla ilgilidir. Yapılan işlerde bir anlam ve amaç bulmaya insanı zorlayan bu çaba insana manevi doğasını hatırlatır. Bunlar ise insanı hayata bağlar.[252] İnsanın manevi tarafı onu tüm yaptıklarında bir amaç bulmaya zorlar.

Maneviyat ile ilgili çalışmalarda incelenen özelliklerden biri de maneviyatın kişisel amaç ve niyetlere yansıyan yönüdür. Buna göre maneviyat insanların ulaşmaya çalıştığı amaçlara onları yönelten ve güdüleyen bir motiv, bir güçtür.[253] Kişinin hayatında mutlak bir hedef duygusunu besleyen bir

---

[245] J. P. B. Goncalves vd., "Religious and Spiritual Interventions in Mental Health Care: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Clinical Trials", *Psychological Medicine* 45/14 (Ekim 2015), 2937-2949.
[246] Meral Çakir Berzah - Mustafa Çakır, "İş Hayatında Maneviyat Yaklaşımı Ne Vaadediyor?", *Yönetim Bilimleri Dergisi* 13/26 (01 Aralık 2015), 135-149.
[247] Sebiha Zembilci, *Alternatif Maneviyat Arayışları: Siber Maneviyat Örneği* (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017).
[248] Arslan - Avcı, "Hemşirelikte Maneviyat ve Manevi Bakım".
[249] Emmons, *The Psychology of Ultimate Concerns*, 91.
[250] Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları (Türkiye-Amerika Karşılaştırması)*, 72.
[251] Emmons, "Maneviyat Bir Zeka Mıdır? Güdülenme, Biliş ve Nihai İlgi Psikolojisi", 134.
[252] Danesh, *The Psychology of Spirituality*, 5.
[253] Emmons, "Spirituality", 63.

kaynaktır.[254] Maneviyat ve dini katılım anlam ve amaç hissinin gelişip büyüyebilmesi için çeşitli fırsatlarla doludur. Tüm dini ve manevi gelenekler insanın hayatına daha fazla anlam ve amaç kazandırabilmek için faydalanabileceği rehberlikler sunar.[255]

Maneviyat ve yaşam amacı arasındaki ilişki gençlik araştırmalarında incelenmiştir. Z kuşağı üzerinde yapılan bir araştırmaya göre manevi değerlere verilen önem yaşam amaçlarını anlamlı olarak artırmaktadır.[256] Özellikle kadınlarda özgecilik ve maneviyat, yaşam amacını olumlu etkilemektedir.[257] Monis'in araştırmasına göre üniversite öğrencileri arasında dindarlık düzeyi ile içsel yaşam amaçları arasında pozitif; maddi kazanç ve fiziksel görünüm gibi dışsal amaçlar arasında negatif ilişki vardır. Manevi taraflarının güçlü olmasına paralel olarak içsel amaçları artmaktadır.[258] Bir başka gençlik çalışmasında maneviyatın yaşam amacını doğrudan arttırdığı bunun da akademik başarıyı etkilediği bulgulanmıştır.[259]

Maneviyat; hedefi gelişim, büyüme ve aşkınlık olan özünde amaçlı bir süreçtir. Maneviyat yoluyla insan kendi içindeki en yüce ve en asil olana ulaşmaya çalışır. Manevi yaşam amaç ve tefekkür içeren bir yaşamdır. Hayattaki tecrübeler ve sahip olunan bakış açısı hakkında geniş çaplı bir değerlendirme yapmayı gerektirir. Kişi bu yolla hem içsel süreçlerini hem ilişkilerini hem de Tanrı ile olan ilişkisini gözden geçirir.[260]

Maneviyat ve amaç yaşamın anlam kaynaklarından ikisidir. Maneviyatı güçlü, sosyal bir misyonu olan, paylaşımcı ve başkalarının iyiliğine çabalayan insanlar

[254] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 1290.
[255] Thomas G. Plante, "What the Spiritual and Religious Traditions Offer Psychologists", *Religion and Psychology Research Progress*, ed. Joan C. Upton (New York: Nova Science Publishers, 2008), 215.
[256] Ender Kardelen Güler vd., "Z Kuşağının Yaşam Anlam ve Amaç Algılarının İncelenmesi", *Bayterek Uluslararası Akademik Araştırmalar Dergisi* 5/2 (31 Aralık 2022), 195.
[257] Juan Xi vd., "Gender Differences in Purpose in Life: The Mediation Effect of Altruism", *Journal of Humanistic Psychology* 62/3 (Mayıs 2022), 368.
[258] Monis - Tokur, "Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amacı Alt Boyutları ve Dindarlık İlişkisi", 165-166.
[259] Greenway, "The Role of Spirituality in Purpose in Life And Academic Engagement", 2.
[260] Danesh, *The Psychology of Spirituality*, 31-32.

daha mutlu bir hayat sürmektedir.[261] Yaşamın anlamı deyince aklınıza ne gelir, sorusuna verilen cevaplardan ikisi yaşam amacı ve maneviyattır.[262]

İnsanı yalnız patolojiden ibaret görmeyerek erdem ve değerlerine vurgu yapan pozitif psikoloji ile maneviyat psikolojisinin kesişim noktalarından birisi yaşamın anlam ve amacıdır. Her ikisinde de amaçlar insanın başvurduğu önemli anlam kaynaklarını oluşturmaktadır.[263] Pozitif psikolojide amaç ve maneviyat insana dair incelenen pozitif kavramlardan ikisidir.[264] Bu literatürde bazı amaç belirleme ölçeklerinde maneviyat amacın alt boyutu olarak ele alınır.[265]

İnsanın hayatında karşılaştığı zorluklar manevi gelişime olanak sağlayan fırsatlar olarak değerlendirilebilir. Yaşanılan acılar insanın içsel güçlerine yönelik bir sınama ve davet vazifesi görerek daha yüksek ve kendisini aşan ahlaki ve manevi hedeflere onu yöneltebilmektedir. Böylelikle anlam verilen acılar sıradan koşullar altında erişemeyecekleri şekilde insan hayatının anlam ve amacına temel teşkil edebilirler.[266]

Maneviyat bağlamında amaç kişisel inançların bir çıktısı olarak işlev görebilir. Maneviyatlı kişiler inançlarına uyumlu öğretileri takip ederek arzulanan sonuçlara ulaşmayı umabilirler. Bununla beraber her amacın manevi tarafı olmayabilir. Başka insanlara karşı iyi niyet taşımak gibi inanç dışı alanlarda da amaçlar bulunabilir ve kişinin yaşamına güçlü bir etki edebilir.[267]

Maneviyatın insan psikolojisi üzerindeki olumlu etkilerini amaç kavramı çerçevesinde inceleyen araştırmalar bulunmaktadır. Buna göre maneviyat depresyonla birlikte insanda gelişen anlam ve amaç kaybını telafi ederek insana yeniden amaçlarını keşfetme imkânı sunabilir.[268] Manevi iyi oluşun insan

---

[261] Alparslan vd., "Yaşamın Anlam Kaynakları Ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi", 47.
[262] Li vd., "Comprehension, Purpose, and Mattering?", 915.
[263] Park - Van Tongeren, "Meaning as a Framework for Integrating Positive Psychology and the Psychology of Religiousness and Spirituality", 88.
[264] Eryılmaz, *Meta Teori*, 9.
[265] Abdullah Aldemir - Yalçın Demir, "Çocuk ve Ergenlerde Yaşam Amacı Belirleme Ölçeği (ÇEYABÖ) Geliştirme Ve Bir Model Çalışması", *Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 11 (20 Haziran 2022), 161.
[266] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 83.
[267] McKnight - Kashdan, "Purpose in Life as a System That Creates and Sustains Health and Well-Being", 243.
[268] Simon Dein, "Din, Maneviyat ve Depresyon: Tetkik Ve Tedavi İçin Öneriler", çev. Nurten Kimter, *Ekev Akademi Dergisi* 18/58 (2014), 743.

yaşamına anlam ve amaç kattığı için özyeterlilik ve psikolojik sağlamlık üzerine olumlu etkiye sahip olduğu belirtilmiştir.[269]

Maneviyatın ne tür bir mekanizma aracılığı ile insanda iyileşme sağladığı konusunda birkaç açıklama geliştirilmiştir. Davranışsal açıdan maneviyat sağlıklı davranışlara kaynaklık eder. Sosyal açıdan bağlılık, sosyal destek gibi unsurları kuvvetlendirir. Fizyolojik açıdan beyinde ve bağışıklık sisteminde çeşitli değişimler sağlar. Psikolojik açıklamalar ise maneviyatın tutarlı bir anlam, aidiyet ve umut sağlayarak iyi oluşa katkıda bulunduğunu ortaya koymaktadır.[270] Dolayısıyla maneviyatın insana iyi gelmesinin sebeplerinden biri de sunduğu anlam ve amaç perspektifidir.

1.3.3. Yaşlılık Döneminde Maneviyat

Maneviyat bağ kurma ve anlam arayışı olarak kabul edilirse, ileri yetişkinlik manevi gelişim için en önemli dönemlerden biridir. Maneviyatın anlamına ilişkin yapılan bir araştırmada yaşlı örneklemin çoğunluğu maneviyatı sevgi, sağlık ve inanç olarak ifade etmiştir. Bazı yaşlı bireylere göre ise maneviyat yaşam tarzı anlamına gelir.[271] Gerek yaşanılan kayıplar ve değişimler gerekse yalıtılmışlıktan kurtulmak için ilişkileri sürdürme ihtiyacı yaşlı bireyi maneviyata yaklaştırır.[272] Manevi boyut kişinin başına gelen olaylara verdiği anlamları, sahip olduğu dini inançları ve kişisel olarak önem atfettiği konuları kapsar.[273]

Yaşlılık döneminde manevi ihtiyaçlar yalnızca dinî meselelerle ilgili olmayıp birbirinden pratikte ayrıştırılması zor farklı psikososyal, varoluşsal ve dinî ihtiyaçlardan teşekkül eder. Bir ihtiyacın manevi olup olmadığını belirleyen bireysel tutum ve inançlardır. Yaşlılık döneminde manevi ihtiyaçlar sırasıyla

---

[269] Esra Kılıç, *Üniversite Öğrencilerinde Özyeterlik ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Manevi İyi Oluşun Aracı Rol Etkisinin İncelenmesi* (İstanbul: İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2024), 87.

[270] Kenneth I Pargament, "Spirituality", *The Encyclopedia of Positive Psychology [Electronic Resource]*, ed. Shane J. Lopez (U.K: Wiley-Blackwell Pub., 2009), 931.

[271] Gamze Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi* (İzmir: Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023), 42.

[272] Nelson, *Psychology, Religion and Spirituality*, 301-302.

[273] Sevde Düzgüner, *Huzurevi, Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Manevi Danışmanlık Ve Rehberlik Hizmetleri* (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2020), 29.

sosyal, duygusal, varoluşsal ve dinî unsurlara tekabül eden bağlanma, huzur, anlam/amaç ve aşkınlık gibi birbiriyle ilişkili dört ana boyutu kapsar.[274]

Araştırmalar yaşlılık döneminde din ve maneviyatın önemli olduğuna işaret etmektedir.[275] Bunun sebeplerinden biri ölüm, ölüm sonrası hayat ve hesap verme gibi artan varoluşsal sorunlara cevap verme ihtiyacı olabilir.[276] Yaşlanmanın beraberinde getirdiği sorunlarla başa çıkarken din ve maneviyata başvurulmaktadır.[277] Statü ve maddi başarı gibi başa çıkma kaynakları hayatın bu döneminde kişiyi rahatlatmaya yetmez ve din olayları yeniden yorumlama imkanı sunmasıyla[278] önemli bir kaynak olarak ön plana çıkar.[279] Maneviyat ve yüce bir güçle kurulan güvenli ilişki yaşlı bireyin hem hayatında meydana gelen değişimlerle başa çıkmasına hem de başarılı yaşlanmasına yardım etmektedir.[280]

Yaşlılık döneminin en büyük sorunlarından birisi kayıplar yaşanmasıdır. Kayıp dönemlerinde hem dünyayı hem de kendisini yeniden gözden geçirme ihtiyacı doğar. Bu gözden geçirme süreci yaşlının anlam oluşturmasına zemin sağlar. Kişi kendi inanç sistemine başvurarak maneviyatına uygun yeni bir anlam yapısı meydana getirir.[281] Böylelikle kayıplarla başa çıkmada maneviyat önemli bir kaynak sunar. Yaşlı bireylerin en fazla kullandığı manevi uygulamalar dua etmek, dini ritüelleri yerine getirmek, müzik dinlemek, bitki yetiştirmek ve egzersiz yapmaktır.[282]

---

[274] Nora-Beata Erichsen - Arndt Büssing, "Spiritual Needs of Elderly Living in Residential/Nursing Homes", *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* 2013 (2013), 2.
[275] Diyanet İşleri Başkanlığı, *Türkiye'de Dini Hayat Araştırması* (Ankara: Diyanet Yayınları, 2014), 240.
[276] Kadir Canatan, "Din ve Yaşam Akışı", *Din Sosyolojisi*, ed. Kadir Canatan - Mustafa Tekin (Bilay Yayınları, 2020), 300.
[277] Nelson, *Psychology, Religion and Spirituality*, 302.
[278] Crystal L. Park, "Din ve Anlam", çev. İlker Yenen, *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*, ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park (Ankara: Phoenix, 2013b), 49.
[279] Koenig - Weaver, *Pastoral Care of Older Adults*, 17-18.
[280] Imperio, *Transcendence in Successful Aging*, 51-52.
[281] M. Akif Kılavuz - Esra Kılavuz, "Yaşlanma Döneminde Kayıplarla Başa Çıkmada Manevi Danışmanlık Hizmetlerinin Önemi", *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik (Cilt-II)*, ed. Ali Ayten vd., 2 Cilt (İstanbul: DEM, 2018), 17-39.
[282] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 51.

Yaşlılık döneminde sağlık ile maneviyat arasında ilişki bulunmaktadır. Manevi yönelim kişinin hastalık sürecine daha kolay uyum sağlamasına ve daha olumlu bir tutum takınmasına imkân tanıyabilir. Maneviyatı yüksek yaşlı bireylerin kronik hastalıklara uyum sağlama düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.[283] Yaşlı bakımında ve yaşlı hemşireliğinde hastaların manevi ihtiyaçlarının en az psikososyal ihtiyaçları kadar gözetilmesi tavsiye edilmektedir.[284] Yaşlı maneviyatına dair araştırmalar hem tedavide bütüncül yaklaşım çabalarına destek vermekte hem de yaşlılık dönemi sağlık ve iyi oluş temellerinin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır.[285]

Maneviyat yaşlı insanların yalnızca karşılaştıkları sorunlarda başvurdukları bir kaynak olmanın ötesinde kendilerini geliştirmelerine yönelik kazanımlar da sağlar. Yaşlı bireylerde maneviyat ile yaşam kalitesi arasında pozitif ilişkiler tespit edilmiştir.[286] Buna göre güçlü bir maneviyat iyi bir yaşam kalitesine işaret edebilir. Park'ın orta ve ileri yetişkinler üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada dindarlık ve maneviyatı yüksek olan yaşlı bireylerin öznel iyi oluş seviyeleri de yüksek çıkmıştır.[287] Bir meta analiz çalışmasına göre yaşlı bireyler arasında din ve maneviyat ile hayat memnuniyeti, hayatın anlamı, psikolojik iyi oluş ve sosyal ilişkiler arasında pozitif ilişki bulunmaktadır.[288]

Hayata dair sorumlulukların hafiflediği, içsel düşüncelere dönmeye zaman bulabildiği bu dönemde yaşlı birey geçmişi bir bütün olarak düşünme, anlama, anlamlandırma ve kendini iyileştirme açısından manevi gelişime müsaittir.[289] Yaşanmışlıklar üzerine düşünmek ve kabul edebilmek tüm sorunların çözülmesi

---

[283] Tekman Yılmaz, *Yaşlı Bireylerde Kronik Hastalığa Uyumun Maneviyat ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi*, 59.
[284] Elizabeth MacKinlay, *The Spiritual Dimension of Ageing* (Londra: Jessica Kingsley Publishers, 2001), 248.
[285] Linda K. George vd., "Why Gerontologists Should Care About Empirical Research on Religion and Health: Transdisciplinary Perspectives", *The Gerontologist* 53/6 (01 Aralık 2013), 905.
[286] Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi İle Spiritüalite*, 37.
[287] Ji Sung Park, *The Effects of Perceived Age, Religiosity, and Spirituality on Subjective Well-Being in Middle and Later Life* (New York: University at Albany, School of Social Welfare, Doktora Tezi, 2011), 131.
[288] Hélio José Coelho-Júnior vd., "Religiosity/Spirituality and Mental Health in Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies", *Frontiers in Medicine* 9 (12 Mayıs 2022), 1.
[289] King, "Spirituality, Ageing and Gender", 153.

anlamına gelmese de affetme, affedilme ve tövbe imkanları yaşlının manevi yaşamına zenginlik katar.[290] Yaşlılık döneminin kişi için anlamlarından birisi geçmişi değerlendirmektir. Tüm yaşamının anlamı olduğu düşüncesi yaklaşan ölüm karşısında kişinin takınacağı önemli bir tavır olabilmektedir.[291]

Jewell'a göre yaşlılıkta maneviyatı diğer dönemlerden farklılaştıran iki unsur vardır. Birincisi yaşın ilerlemesiyle kayıpların ve başkalarına bağımlılığın artmasıdır. Yaşlı bireyde başkalarına yük olma duygusu oluşur. İkinci olarak ölümün yaklaştığı düşüncesi yaşlı insanda varoluşsal sorularla daha fazla karşılaşmaya neden olur. Ölümle yüzleşme yaşlı bireyin maneviyatında iki yolla değişim meydana getirir. Birincisi uzlaşmadır. Kişi yaşamında yarım kalan yaşantıları, ilişkileri ve hataları ile yüzleşmek ve barışmak ister. İkinci yol yaşlının manevi bütünlük arayışına hız kazandırmasıdır. Önceki dönemlerde eğitim, iş, aile gibi görevlerine odaklanan insan son yıllarında yaşamının anlamını ortaya çıkarmak, yaşamış olmasının dünyayı az da olsa iyi bir yer haline getirdiğini hissetmek ister. Böylece yaklaşan ölüm kişide barışma ve bütünlük arayışı uyandırır.[292]

Yaşlanma manevi bir yolculuk olarak ele alınabilir. Gerileme yaklaşımının karşısında konumlanan bu bakış açısına göre yaşlılık bilgeliğin kazanıldığı bir dönem olabilir. Yaşlanmak anlamını artan bütünleşme duygusunda ve derinlikli düşünme fırsatında bulur.[293]

Schermer'e göre yaşlılık döneminde maneviyatın gelişim göstermesi, orta yetişkinlik döneminde yaşanan (55-70 yaş) "boş yuva sendromu" ile emekliliğin oluşturduğu boşluk duygusuna getirilen bir çözümdür. Oluşan boşluk duygusuna getirilecek en kalıcı çözüm kişinin yaşamında maneviyatı

[290] Nelson, *Psychology, Religion and Spirituality*, 303.
[291] Rose Dobrof, "The Search for Meaning in the Later Years: The Views of a Seventy-Four-Year-Old Gerontological Social Worker", *Challanges of The Third Age: Meaning and Purpose in Later Life*, ed. Robert S. Weiss - Scott A. Bass (New York: Oxford University Press, 2002), 187.
[292] Albert Jewell (ed.), *Spirituality and Ageing* (Londra: Jessica Kingsley Publishers, 1999), 11-12.
[293] Moody, "The Changing Meaning of Aging", 46.

güçlendirmesidir. Yetişkinlik ve yaşlılık dönemi manevi gelişim aşamalarının dört evreden oluştuğu düşünülür: [294]

I. Manevi Amacını Bulma Aşaması (18-40 İlk Yetişkinlik): Hedef ve görevlerinde anlam ve amaç bulur
II. Benliğin Gerçekleştirilme Aşaması (40-55 Orta Yaş I): Uzun vadeli hedef ve başarılarda anlam ve amaç bulur, benliğin yeni yönlerini keşfeder
III. Boşluğu Doldurma Aşaması (55-70 Orta Yaş II): Fâniliğiyle yüzleşir ve yeniden farkına varır, manevi boşluk ve anlamsızlık duygularının üstesinden gelir
IV. Aşkınlık aşaması (70- Yaşlılık): Aşkınlığı başarır, ben ve onlar bağını kurmayı başarır, yarım kalan işleri tamamlar, affeder ve sevgisini ifade eder.

Mackinlay yaşlanmanın manevi boyutlarını araştırdığı çalışmasında insanın hayatın son döneminde dört manevi görevi olduğuna işaret eder. Öncelikle ister aktif ister başkasına bağımlı yaşıyor olsun yaşlı kişinin muhtemel kayıplarıyla ve yetersizlikleriyle barışık ve onu aşan bir bakış geliştirmesi gerekir. İkinci görevi bilgelik yoluyla nihai anlam arayışını sürdürmektir. Burada bilgelik; belirsizliğe tahammül ve gerçekliğin çelişkili doğasına dair farkındalık anlamındaki manevi bilgeliktir. Üçüncü görev Tanrı'yla ya da insanlarla yakınlık kurmaktır. Yaşlılıkta bağ kurabilmek daha önemli hale gelir. Bir diğer manevi gelişim görevi yaşanan ve yaşanabilecek tüm kayıp ve zorluklar karşısında umudunu korumaya devam etmektir.[295]

Yaşlı bireylerin fiziksel, sosyal ve psikolojik ihtiyaçları yanında şükür, sabır, tövbe, tevekkül gibi çeşitli manevi gereksinimleri de bulunmaktadır. Uygulanan manevi bakım ve güçlendirme programlarıyla yaşlı bireylerin umut, psikolojik iyi oluş düzeyleri ve sevgi yönelimli Tanrı algı puanlarının arttığı belirlenmiştir.[296]

---

[294] Victor L. Schermer, *Spirit and Psyche: A New Paradigm for Psychology, Psychoanalysis and Psychotherapy* (Londra: Jessica Kingsley Publishers, 2003), 156-157.
[295] MacKinlay, *The Spiritual Dimension of Ageing*, 222-226.
[296] Abdullah Dağcı, *Yaşlılık ve Maneviyat* (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2024), 169.

Bazı araştırmalara göre insanlar yaşlandıkça daha aşkın ve ilişki merkezli bir yaklaşıma doğru kayarlar. Evrenle uyum duygusu yaşla beraber artar. Zaman, mekân, yaşam ve ölüm gibi gerçeklikler yeniden tarif edilir.[297] Maddi değerler önemini yitirir, bağlanma duygusu ve ilişkiler ön plana çıkar.[298]

Tornstam'ın geroaşkınlık teorisi yaşlılık döneminin bir kazanım dönemi olabileceği fikrinden hareket ederek bu dönemde bireyin manevi gelişim için bir potansiyel taşıdığını savunur. Buna göre yaşlı birey kendini gerçekleştirmek için içsel gelişim sürecine girer.[299]

Güzel bir yaşlılık geçirebilmek için aşkınlık duygusunu beslemek; aşkınlığı besleyebilmek için hem kişinin kendi manevi merkezine doğru hem de diğer insanlarla ilişkilerine doğru yolculuk yapması gerekir.[300] Dinî etkinliklerde yaşanılan anlamlı ve doyurucu kişilerarası ilişkiler dinî ilgilerin son yetişkinlikte güçlenmesinin sebeplerinden biridir.[301]

Aşkınlık prososyal davranışlar gösteren yaşlıların kendilerinde geliştiğini düşündükleri özelliklerden biridir. Başkalarının iyiliğine yönelik eylemleri daha geniş bir dünyayla bağlantı kurmalarına izin vererek yaşamlarına anlam katmalarını ve amaçlarını keşfetmelerini sağlar.[302]

Sanata yönelik gösterilen ilgi ileri yaş dönemi bireylerinin maneviyatı ile ilişkili bir başka yöndür. Sanatsal faaliyetler emeklilik sonrası yaşamda önemli bir yer tutar.[303] Araştırmalar ileri yaş döneminde ve hatta hayatın sonunda yaratıcı kabiliyetlerin oldukça aktif olabildiği zengin bir duygusal, zihinsel ve manevi yaşama işaret etmektedir.[304]

---

[297] Lars Tornstam, *Reasons to Grow Old: Meaning in Later Life*, "Transcendence in Later Life", *Generations: Journal of the American Society on Aging* 23/4 (Kış -2000 1999), 11.
[298] Nelson, *Psychology, Religion and Spirituality*, 302.
[299] Hanne Laceulle, *Aging and Self-Realization: Cultural Narratives about Later Life* (Bielefeld: Transcript Verlag, 2018), 207-208.
[300] Schermer, *Spirit and Psyche: A New Paradigm for Psychology, Psychoanalysis and Psychotherapy*, 154-155.
[301] Michael E. McCullough vd., "Din ve Affedicilik", çev. Ali Ayten, *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*, ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park (Ankara: Phoenix, 2013), 229.
[302] Laura E. Graham, *Growing from Doing Good in Later Life: Growth Themes in Narratives of Prosocial Behavior* (Kaliforniya: Claremont Graduate University, Doktora Tezi, 2019), 34-35.
[303] McFadden, "Bağlantı Noktaları: Gerontoloji ve Din Psikolojisi", 351.
[304] Kruse, "Personal Growth, Creativity and Transcendence in Old Age: A Psychological Analysis", 31.

1.3.4. Yaşlı Bireyin Amaç Bilinci ve Maneviyat

Yaşlılık döneminde maneviyatın insana sağlayabileceği faydalardan biri de amaç bilinci olabilir. Güçlü bir maneviyat kişinin boşluk ve amaçsızlık duygusuna düşmesine engel olur, ibadet ve dualar hayatın amacını hatırlatır, manevi bağ mutluluk ve huzur verir.[305]

Amaç ve maneviyat arasındaki ilişki geriatrik psikiyatri alanında önemli olabilir. Mevcut araştırmalar manevi inanışların bir kısmının zihinsel sağlığın korunması ve iyileştirilmesinde önemli olduğuna işaret etmektedir. Yaşlı bireylerde manevi inanışlar kişiye anlam, amaç ve yön duygusu kazandırarak affedicilik, şükran, prososyal ve diğerkam davranışları teşvik eder. Bu davranışların doğurduğu pozitif duygular depresyon, kaygı gibi duyguları nötralize ederek yardımcı olur.[306]

Hareketli orta yaş yıllarının ardından gelen yaşlılık dönemi başa çıkılması gereken zorlu dönemlerden biri olabilmektedir. Hayatta karşılaşılan zorluklarda amaçlar ve değerler yeniden gözden geçirilir, yeni baştan ele alınır.[307] Böylelikle yaşlılık dönemi maneviyat eşliğinde amaçların yeniden ele alınabileceği bir dönem olma potansiyeline sahiptir.

Yaşlılık dönemi kişinin asla kaybetmeyeceği şeyleri, insani değerleri düşünmesi, ölümlülüğü, sınırlılıkları ve bunun yüklediği keder gibi kabul etmesi gerekenleri kabul edebilmesi ve gerçekçi olasılıklara kucak açabilmesi adına bir fırsat olabilir.[308] Araştırmalara göre ilerleyen yaşlarda güçlü bir amaç bilincine sahip olmak hem yaşam doyumunu arttırmakta hem de sağlıklı ve başarılı yaşlanmayı sağlamaktadır. Yaşlı bireylerde amaç bilincinin ilişkili olduğu faktörlerden birisinin maneviyat olduğu görülmüştür.[309]

---

[305] Sefa Saygılı, *Yaşlılık Psikolojisi* (İstanbul: TÜRDAV Yayınları, 2015), 145.
[306] George vd., "Why Gerontologists Should Care About Empirical Research on Religion and Health", 899.
[307] Emmons, *The Psychology of Ultimate Concerns*, 147.
[308] Nelson, *Psychology, Religion and Spirituality*, 306.
[309] P. V. AshaRani vd., "Purpose in Life in Older Adults: A Systematic Review on Conceptualization, Measures, and Determinants", *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19/10 (Ocak 2022), 5860.

Yaşlılıkta maneviyat ile amaç ilişkisini ortaya koyan bir diğer çalışmaya göre bakımevinde kalan 77 yaş ve üzeri bireylerle yapılan mülakatlarda iyi oluş ile beraber manevi bağlılık faktörünün de yaşama anlam ve amaç katan kaynaklar arasında yer aldığı ifade edilmektedir.[310] Kurumlarda kalan yaşlılar için manevi bağ duygusu kişisel anlam ve amaç duygularını koruyan ve güçlendiren bir unsur olabilmektedir.

İsveç'te en yaşlı-yaşlı (85 yaş ve üzeri) kadınlarla yapılan bir çalışmanın sonuçlarına göre Tanrı inancı yaşam amacı kaynaklarından biridir.[311] İçgüdümlü dinî yönelime sahip yaşlılar evrensel bir yaşam amacı bilincine sahip olmakta böylece hayatın sonlarında başa çıkma düzeyleri güçlenmektedir.[312] Prososyal davranışlar gösteren yaşlı bireyler maneviyatlarının yükseldiğini, aşkınlık hissettiklerini ve bu durumun yaşamlarına bir anlam ve amaç duygusu kattığını fark etmişlerdir.[313]

Huzurevindeki yaşlılar üzerinde yapılan bir çalışmaya göre yaşlılık dönemi manevi ihtiyaçları sırasıyla sosyal, duygusal, varoluşsal ve dinî unsurlara tekabül eden bağlanma, huzur, anlam/amaç ve aşkınlık gibi birbiriyle ilişkili dört ana boyutu kapsar.[314] Buna göre anlam ve amaç yaşlılık dönemi maneviyatının önemli bir boyutudur.

1.4. 60+ Tazelenme Üniversitesi

Bu bölümde 60+ Tazelenme Üniversitesinin ortaya çıkış tarihi, uygulanan eğitim programları ve ilişkili araştırmalar yer almaktadır.

1.4.1. Tarihi

60+ Tazelenme üniversitesi 2016 yılında Akdeniz Üniversitesi Gerontoloji Bölümü kurucusu İsmail Tufan tarafından geliştirilen bir eğitim modelidir. Türkiye'de yaşlı eğitimine yönelik gerontolojik bakış açısıyla kurulmuş ve

[310] Drageset vd., "Crucial Aspects Promoting Meaning and Purpose in Life", 5.
[311] Hedberg vd., "Experiences of Purpose in Life When Becoming and Being a Very Old Woman", 130.
[312] Ardelt - Koenig, "The Importance of Religious Orientation and Purpose in Life for Dying Well", 76.
[313] Graham, *Growing from Doing Good in Later Life*, 34-35.
[314] Erichsen - Büssing, "Spiritual Needs of Elderly Living in Residential/Nursing Homes", 2.

üniversite bünyesinde yaşlı eğitimi veren ilk oluşumdur. Sosyal sorumluluk projesi olarak yürütülen 60+ Tazelenme Üniversitesi ilk açılışından sonra hızla yayılarak 2019 yılı itibariyle İstanbul, İzmir, Eskişehir, Muğla, Burdur ve Girne'deki çeşitli üniversitelerde yeni 60+ Tazelenme programları açılmıştır.[315] Mayıs 2021'de projenin Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'na devredilmesiyle 2024 itibariyle bakanlık koordinasyonunda 14, üniversiteler bünyesinde ayrıca 3 olmak üzere 17 Tazelenme Üniversitesi bulunmaktadır.[316]

60+ Tazelenme Üniversitesi'nin dünyadaki uygulamaları üçüncü yaş üniversiteleri olarak bilinir (University of the Third Age). Üçüncü yaş uzayan insan ömrünün emekliliği takip eden aktif kısmını, yani genç yaşlılık dönemini kapsar.[317] Bir taraftan işe gitme ve çocuk yetiştirme gibi sorumlulukların ortadan kalktığı diğer taraftan hareketleri kısıtlayan hastalık ve yaşlılık hallerinin henüz boy göstermediği yaşam dönemine üçüncü yaş denir.[318]

Üçüncü yaş döneminde yaşlı bireyler çeşitli şekillerde değerlendirebilecekleri bir zaman fırsatı yakalar. İş ve çocuklar haricinde kendilerini verebilecekleri yeni ve anlamlı seçenekler oluşturabilirler. Bir kısmı seyahate bir kısmı gönüllü çalışmalara veya sanata eğilebilirken bazıları ise eğitim hayatını sürdürmek ister.[319]

Üçüncü yaş üniversiteleri genç yaşlıların ihtiyacına yönelik önemli bir uygulama olarak ilk önce 1968 yılında Fransa'da üniversitelerin hayat boyu eğitim hizmetlerinden sorumlu tutulmasını öngören yasanın kabul edilmesiyle başlatılmıştır.[320] 1970'lerde Fransa'da yaygınlaşmaya başlayan üçüncü yaş üniversiteleri İngiltere'de ilk olarak 1981'de Cambridge bünyesinde açıldı. Dünya üzerinde yayılan bu eğitim programları halihazırda Fransız, İngiliz, Çin,

[315] Tufan, *Türkiye'de Yaşlı Eğitimi*, 89.
[316] Yeliz Bayram - Harun Ceylan, "Türkiye'deki Üçüncü Yaş Üniversiteleri: Gerontolojik Sosyal Hizmet Perspektifinden Bir Analiz", *Sağlık Akademisyenleri Dergisi* 11/2 (30 Haziran 2024), 316.
[317] Esma Esgin Günder, *5th World Conference on Educational Sciences*, "Third Age Perspectives on Lifelong Learning: Third Age University", *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 116 (21 Şubat 2014), 1169.
[318] Weiss - Bass, *Challanges of The Third Age*, 3.
[319] Weiss - Bass, *Challanges of The Third Age*, 4.
[320] Bayram - Ceylan, "Türkiye'deki Üçüncü Yaş Üniversiteleri", 308.

Kuzey Amerika ve Güney Amerika olmak üzere beş farklı eğitim modeli üzerinden yürütülmektedir.[321]

Her geçen yıl üçüncü yaş üniversitelerine olan talep artmaktadır. Örneğin Çin'de bu üniversitelere kayıtlı 7 milyon yaşlı kişi bulunmaktadır. Çin hükümeti her şehirde bir tane olacak şekilde bu üniversiteleri artırmayı hedeflemektedir. Zira üçüncü yaş üniversiteleri yaşlı bireylerin hem sosyalleşmesini hem de aktif kalmasını sağlamaktadır.[322]

Üçüncü yaş üniversiteleri uygulamalı dersleri ve atölye çalışmalarıyla yaşam boyu öğrenmeye bir yaşlılık yaklaşımı sunmakta, öğrencilerine tecrübe ve bilgilerini paylaşma imkânı sağlamaktadır.[323] Böylelikle katılımcılar üniversite etkinliklerine katılarak hem daha sağlıklı ve aktif şekilde yaşlanma fırsatı yakalamakta hem de sosyal yaşamdan kopmamış olmaktadırlar.[324]

Ülkemizdeki 60+ Tazelenme üniversite programları Fransız ve İngiliz modellerine bazı yönlerden benzemektedir. 60+ Tazelenme programlarının tamamı Fransız modelinde olduğu gibi bir üniversite bünyesinde yer alır. Katılımın gönüllü olması, esnek ders programı ve eğitimin ücretsiz olmasıyla İngiliz modeline benzer. Her iki modelden izler taşımakla birlikte Türkiye'deki Tazelenme Üniversitelerinin kendine özgü şekilde biçimlendiği söylenebilir.[325]

1.4.2. Eğitim Programı

Üçüncü yaş üniversitelerinde Çin, Kuzey Amerika, Güney Amerika, İngiltere ve Fransa olmak üzere 5 model vardır. Fransız modelde eğitim programına bir üniversite ev sahipliği yapmaktadır, dersleri üniversitedeki akademisyenler verir ve müfredat yaşlı bireylerin ilgi ve ihtiyaçlarına göre toplumsal ve biyolojik yaşlanma sorunları etrafında şekillenmiştir. İngiliz modelinde akran öğrenmesi şeklinde gerçekleştirilen eğitim programlarında öğrenciler bazı derslere öğrenci

[321] Formosa, "Universities of the Third Age", 200.
[322] Galiana - Haseltine, *Aging Well: Solutions to the Most Pressing Global Challanges of Aging*, 160.
[323] Günder, *5th World Conference on Educational Sciences*, 1168.
[324] Günder, *5th World Conference on Educational Sciences*, 1169.
[325] Bayram - Ceylan, "Türkiye'deki Üçüncü Yaş Üniversiteleri", 314.

olarak katılır, bazılarında ise kendileri öğretmen olurlar.[326] Böylelikle kendi tecrübe ve bilgilerinin öğretmeni, bilmediklerinin öğrencisi olabilirler.

Çin üçüncü yaş üniversitesi modelinde vatandaşlık, kültürel birlik, felsefi düşünce ve bedensel uyumun sağlanması ve geliştirilmesi gibi konulara ağırlık verilir. Kuzey Amerika modelinde Fransız modelinde olduğu gibi etkinlikler üniversite hocaları ile yürütülür ancak bu etkinliklerin organizasyonunu öğrenciler kendileri sağlar. Güney Amerika modeli ise üçüncü yaş üniversitelerine dezavantajlı yaşlı grupların katılım sağlayabilmesini ön plana çıkarır.[327]

60+ Tazelenme üniversitelerinde uygulanan programların amacı temel olarak yaşlı bireylerin başarılı ve sağlıklı yaşlanma bilincini yükseltmektir. Ders ve etkinlikler Dünya Sağlık Örgütü'nün aktif yaşlanma tanımında yer alan sağlık, katılım, hayat boyu öğrenme ve güvenlik şeklindeki dört boyutuyla uyumludur.[328]

60+ Tazelenme Üniversitesi yaşlılıkta bilgi, beceri ve yeteneklerin korunması ve yenilerinin kazanılması yoluyla kaliteli ve başarılı yaşlanmanın temelini atma misyonu olan; Türkiye'de yeni bir yaşlı algısı oluşturulmasını, Türkiye'ye has dünyaya örneklik oluşturabilecek bir yaşlı üniversitesi modeli geliştirilmesini amaçlayan bir girişimdir. Temel hak ve özgürlüklere saygı, toplumsal sorumluluk bilinci, yaşam boyu eğitime inanç, araştırma ve eğitimin bütünleşikliği, uluslararasılık, sürdürülebilirlik ve güvenilirliği ilke edinmektedir.[329]

Türkiye'de 2025 yılı itibariyle bünyesinde 60+ Tazelenme Üniversitesi bulunan 17 üniversitenin uyguladığı eğitim programlarında hobi ve beceri atölyeleri, geriatri, ilk yardım, beslenme, ilaç kullanımı, fiziksel faaliyetler, gezi, teknoloji kullanımı, sağlığın korunması, sosyal medya, psikoloji, iletişim, sosyoloji, iktisat ve hukuk gibi dersler yer alır.[330] Bunların dışında yemek toplantıları, doğa yürüyüşleri ve geziler gibi etkinlikler aracılığıyla yaşlıların sosyal hayata

[326] Günder, *5th World Conference on Educational Sciences*, 1168.
[327] Formosa, "Universities of the Third Age", 199-200.
[328] Bayram - Ceylan, "Türkiye'deki Üçüncü Yaş Üniversiteleri", 316.
[329] 60+Tazelenme Üniversitesi TAÜ, *"Misyon-Vizyon-İlkeler" Erişim 10 Şubat 2025*, ts.
[330] Bayram - Ceylan, "Türkiye'deki Üçüncü Yaş Üniversiteleri", 314.

katılmaları sağlanır.[331] Hem teorik derslerle hayat boyu öğrenme desteklenmekte hem de kazak örme, taş boyama, aşçılık gibi uygulamalı derslerle 60 yaş ve üzeri bireylerin yeteneklerini keşfetmesine olanak sağlanmaktadır.[332]

Eğitim okuma yazma bilen herkese açık, ücretsiz ve dört yıllıktır, %70 devam zorunluluğu vardır. Bazı programlarda bitirme proje ödevi veya sınav olabilirken bazıları sınav yapmamaktadır. Akdeniz Üniversitesi 60+ Tazelenme programında 1, 2, 3 ve 4. sınıfa ek olarak yoğun talep üzerine 50+ Hazırlık sınıfı ve mezunlara yönelik yüksek lisans sınıfı açılmıştır. Ayrıca valilik ve belediye ile işbirliği halinde 60+ Tazelenme öğrencileri kamu kurumlarında gönüllü hizmet vererek bilgi ve tecrübelerini paylaşabilecekleri çeşitli programlara katılmaktadırlar.[333] 2019 yılından bu yana Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi'nde aktif ve pozitif yaşlanmayı desteklemek üzere tüm 60+ Tazelenme üniversitelerinin katılım sağlayabildiği bir spor organizasyonu olarak Tazelenme Olimpiyatları düzenlenmektedir.[334]

1.4.3. İlişkili Araştırmalar

Üçüncü yaş üniversiteleri ile 60+ Tazelenme üniversiteleri üzerine yapılan akademik araştırmalar yaşlı bireylere yönelik eğitim programlarının olumlu etkilerini ortaya koymaktadır.

Buzgova ve arkadaşları üçüncü yaş üniversitesine bir yıl boyunca devam eden yaşlı bireyler üzerinde yaptığı araştırmada alınan eğitimin sağlıklı yaşlanmayı, zihinsel sağlığı, yaşam doyumunu artırdığını ve yaşlılığa yönelik algıyı pozitif yönde geliştirdiğini bulgulamıştır.[335]

Üçüncü yaş üniversitesine gidenler ve gitmeyenler arasında yapılan mukayeseli bir çalışmanın sonuçlarına göre bu eğitim programlarına dahil olan yaşlı bireyler

---

[331] Yasemin Çölgeçen - Hasan Çölgeçen, "Aktif Yaşlanma Açısından Hayat Boyu Öğrenme: Üçüncü Yaş Üniversiteleri", *Turkish Studies-Educational Sciences* 15/4 (2020), 2498.
[332] 60+Tazelenme Üniversitesi TAÜ, *"Hakkında", Erişim 10 Şubat 2025*, ts.
[333] Akdeniz Üniversitesi Yaşlılık Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi YAÇUMER, *"Ders Programları", Erişim 15 Şubat 2025*, ts.
[334] 60+Tazelenme Üniversitesi TAÜ, *"Tazelenme Olimpiyatları", Erişim 10 Şubat 2025*, ts.
[335] Radka Bužgová vd., "The Importance of the University of the Third Age to Improved Mental Health and Healthy Aging of Community-Dwelling Older Adults", *Educational Gerontology* 50/3 (03 Mart 2024), 184.

genel sağlık davranışlarından anlamlı şekilde daha yüksek puanlar almaktadır.[336]

Cachioni'nin Brezilya'da yaptığı araştırmaya göre erkek ve 70 yaşın üzerindeki üçüncü yaş öğrencilerinin genel yaşam memnuniyet puanları diğerlerinden yüksektir ve öznel iyi oluş yaşlandıkça artmaktadır.[337] Üçüncü yaş üniversiteleri yaşlı bireylerin mevcut işlevlerini güçlendiren ve aynı zamanda azalmaya başlayan işlevleri de telafi edebilen özelliklere sahiptir. Bu yönüyle SOC modeliyle uyumlu olduğu görülmüştür. Fiziksel, bilişsel ve psikolojik becerilerin iyileştirmesinin yanında kurulan sosyal ilişkiler bu telafi mekanizmasının önemli parçası olabilmektedir.[338]

Tufan'ın Türkiye'de yaşlı eğitimini değerlendirdiği araştırmasında 60+ Tazelenme programında eğitim gören öğrencilerin aldıkları eğitim sonunda birçok yönden fayda sağladıkları tespit edilmiştir. Eğitim sonrasında 60 yaş ve üzeri bireylerin sağlık açısından pozitif fayda elde ettiği, hastalanma riskinin azaldığı, bedensel açıdan daha aktif hale geldikleri, yeni beceri ve tecrübeler elde ettikleri, özerkliğin arttığı, zeka ve hafıza yeteneğine pozitif etki ettiği, yaşamlarının daha anlamlı hale geldiği, aidiyet duygusuna ve aile yaşamına olumlu etki ettiği, yaşlılığa daha iyi hazırlanma olanağı sunduğu, çevre tarafından yaşlının takdirine ve algılanışına pozitif etki ettiği ve başkalarına faydalı olma şansını artırdığı görülmüştür.[339]

148 araştırmanın dahil edildiği bir derleme çalışmasına göre yaşlılıkta yüksek öğrenim görmek artan zihinsel sağlık ve gelişen bilişsel işlevler ile ilişkilendirilmektedir. Üçüncü yaş üniversitelerinin aktif yaşlanmayı teşvik ettiği bulgulanmıştır.[340] Çin'de yapılan bir araştırmada Üçüncü Yaş Üniversite programlarından en fazla fayda sağlayan kişiler pozitif yaşlılık algısına sahip

---

[336] Magdalena Zadworna, "Healthy Aging and the University of the Third Age – Health Behavior and Subjective Health Outcomes in Older Adults", *Archives of Gerontology and Geriatrics* 90 (01 Eylül 2020), 4.
[337] Meire Cachioni vd., "Predictors of Wellbeing Among Older Adults Participants of a U3A", *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 37 (27 Ağustos 2021), 4-5.
[338] Cachioni vd., "Predictors of Wellbeing Among Older Adults Participants of a U3A", 11.
[339] Tufan, *Türkiye'de Yaşlı Eğitimi*, 163-218.
[340] Washington Narciso Gonçalves Gaia vd., "Enhancing Quality of Life for Older Adults Through University Education: A Scoping Review", *Educational Gerontology* 50/11 (01 Kasım 2024), 973.

kişiler olmuştur. Pozitif yaşlılık algısı tazelenme üniversitesinden sağlanan faydayı arttırmaktadır.[341]

Pamuk'un 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencilerinde geroaşkınlık teorisi temelli uyguladığı atölye araştırmasında aldıkları eğitimin bazı katılımcıların benlik algısında yeni bir anlama erişmelerini sağlayarak, benliklerini aşan geroaşkın bir noktaya taşıdığı ortaya konmuştur.[342] Buna göre 60+ Tazelenme programı yaşlı bireyler için benliğini aşmanın bir yolu olabilmekte bazı katılımcılar açısından yaşamlarını daha anlamlı hale getirebilmektedir. [343]

[341] Lin Gao vd., "The Pattern of Gains Derived from the University of the Third Age and Its Relationship with Attitudes Toward Aging: The Success of Selective Engagers", *Journal of Adult Development*, (03 Kasım 2024), 6.
[342] Deniz Pamuk, *Yaşlanma Sürecinde Aşkınlık Deneyimlerinin Otobiyografik Anlatılar Üzerinden İncelenmesi: Tazelenme Üniversitesi "Yaşlanmayı Aşma Atölyesi" Örneği* (Antalya: Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2024), 194.
[343] Tufan, *Türkiye'de Yaşlı Eğitimi*, 163-218.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, örneklemi, araştırmaya katılanlarla ilgili betimsel veriler, kullanılan veri toplama araçları, verinin toplanma süreci, istatistiksel analizler ve araştırmanın etik yönü hakkında bilgi verilmektedir.

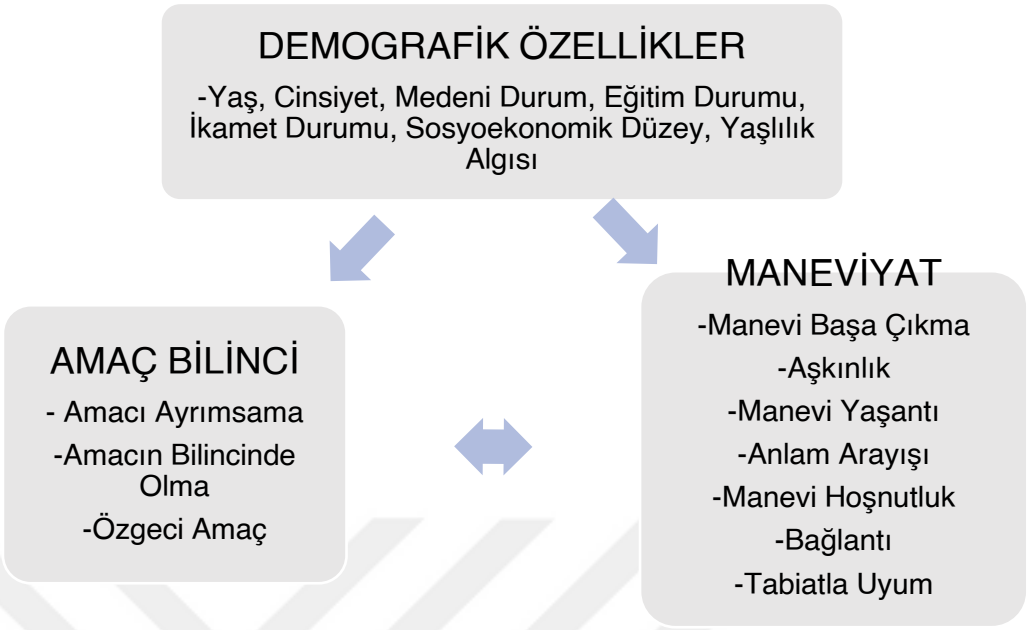
2.1. Araştırma Modeli

Araştırma modeli araştırma amacına en uygun yoldan ulaşılmasını sağlayan, değişkenler arası ilişkileri ortaya koyan, verilerin toplanmasını ve çözülmesini kolaylaştıran iskelet yapıdır.[1] Araştırma ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. İlişkisel tarama yöntemi betimsel araştırma türleri arasında araştırmaya konu birden fazla özelliğin birbiriyle ilişkisinin sorgulandığı araştırma yöntemidir.[2]

Yaşlılık döneminde amaç bilinci ve maneviyat ilişkisini ele aldığımız bu araştırmanın ilişkisel tarama yöntemine uyumlu olarak geliştirdiğimiz modeli aşağıdaki şekildedir:

[1] İsmet Daşdemir, *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Nobel Yayın, 2016), 56-57.
[2] Abdullah Can, *Spss Ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi* (Ankara: Pegem Akademi, 2014), 8.

Şekil 1. Araştırma Modeli



Araştırma modeli üç kısımdan oluşmaktadır. İlk olarak bağımsız değişkenlerin (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, ikamet durumu, sosyo-ekonomik düzey ve yaşlılık algısı) bağımlı değişkenler (amaç bilinci ve maneviyat) üzerindeki etkisi araştırılmıştır. İkinci olarak amaç bilinci ve maneviyat puanları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Üçüncü olarak hem bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki etkinin hem de amaç bilinci ve maneviyat puanları arasındaki ilişkinin anlamlılığı iki örneklem grubuna göre (60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ve Diğer 60 yaş ve üzeri bireyler) incelenmiştir.

2.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evreni araştırma izni alınan Akdeniz Üniversitesi ve Anadolu Üniversitesi'nin 60+ Tazelenme programına kayıtlı 60 yaş ve üzeri tüm öğrencileridir. 60+Tazelenme Üniversitesine giden yaşlı bireylerin sağlıklı ve başarılı yaşlanma yolunda aktif çaba gösterdikleri düşünülerek amaç bilinci araştırmamızda 60+ Tazelenme üniversitesine kaydolmak ölçütü konarak kasti örnekleme yapılmıştır. Kasti örnekleme gayeli örnekleme yöntemlerinden biridir.

Araştırmacı konu ile ilgili olduğunu düşündüğü kişilere ulaşmaya çalışır.[3] Araştırmanın örneklemi Akdeniz Üniversitesi ve Anadolu Üniversitesi 60+ Tazelenme programına kayıtlı olan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 190 yaşlı bireyden oluşmaktadır (60+ Tazelenme öğrencileri).

Bulguların karşılaştırılacağı ikinci grup araştırmaya katılmayı kabul eden 60 yaş ve üzeri 107 bireyden oluşmaktadır. Bu grup kolayda örnekleme yoluyla ulaşılan 60 yaş ve üzeri okuma yazma bilen ve 60+ Tazelenme üniversitesine gitmeyen bireylerden oluşmaktadır (Diğer 60 yaş ve üzeri grup).

2.3. Katılımcıların Genel Özellikleri

Araştırmaya katılan bireylerin genel özellikleri betimleyici frekans analizi ile incelenmiştir. Tablolarda 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ve diğer 60 yaş ve üzeri bireyler olmak üzere iki grubun genel özelliklerine dair istatistiksel veriler yer almaktadır. Katılımcıların yaş istatistikleri tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Yaş İstatistikleri

	N	$\bar{X}$	ortanca	tepe değer	min.	max.
Genel	293*	67,27	67	62	60	81
60+ Tazelenme	186	66,26	66	67	60	79
Diğer 60 yaş ve üzeri	107	69,03	69	62	60	81

*4 veri gözlemlenmemiştir.

Tablo 1'e göre araştırmaya katılan bireylerin en küçüğü 60 en büyüğü 81 yaşındadır. Genel yaş ortalaması 67,27'dir. 60+ Tazelenme öğrencisi grubun yaş ortalaması 66,26, diğer 60 yaş ve üzeri grubun yaş ortalaması 69,03'tür.

Tablo 2'de araştırmaya katılan bireylerle ilgili örnekleme göre yaş grubu değişkenlerine dair frekans (N) ve yüzde (%) bilgileri yer almaktadır.

[3] Yalçın Karagöz, *SPSS 23 ve AMOS 23 Uygulamalı İstatistiksel Analizler* (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016), 293-294.

Tablo 2. Katılımcıların Örnekleme Göre Yaş Grubu istatistikleri

	60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri		Diğer 60 yaş ve üzeri grup		TOPLAM	
Yaş Grupları	N	%	N	%	N	%
60-69	152	81,7	56	52,3	208	71
70-81	34	18,3	51	47,7	85	29
TOPLAM	186	100	107	100	293*	100

*4 veri gözlemlenmemiştir.

Yaşlılık döneminin heterojen yapısını göstermesi açısından örneklem 60-69 yaş ve 70-81 yaş olmak üzere iki grupta incelenmiştir. Gruplar yaş dönemlerinde esas alınan 10 yıllık periyota göre ayrılmıştır.

Tablo 2'ye göre katılımcıların %71'i (n=208) 60-69 yaş, %29'u (n=85) 70-81 yaş aralığındadır. 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencilerinin %81,7'si (n=152) 60-69 yaş, %18,3'ü ise (n=34) 70-81 yaş aralığında bulunmaktadır. Diğer 60 yaş ve üzeri grup için bu oranlar sırasıyla %52,3 (n=56) ve %47,7'dir (n=51). Katılımcıların büyük çoğunluğunun 60-69 yaş grubunda olduğu görülmektedir. Örneklemin genelinin genç yaşlı bireylerden oluştuğu söylenebilir.

Tablo 3'te katılımcıların örneklem grubu ve cinsiyet değişkenine göre istatistiksel bilgileri yer almaktadır.

Tablo 3. Katılımcıların Örneklem Grubu ve Cinsiyete Göre Dağılımı

	60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri		Diğer 60 yaş ve üzeri grup		TOPLAM	
Cinsiyet	N	%	N	%	N	%
Kadın	145	76,3	38	35,8	183	61,8
Erkek	45	23,7	68	64,2	113	38,2
TOPLAM	190	100	106	100	296*	100

*1 veri gözlemlenmemiştir.

Araştırmaya katılanların %61,8'i (n=183) kadın, %38,2'si (n=113) erkeklerden oluşmaktadır. 60+ Tazelenme üniversiteli katılımcıların %76,3'ü (n=145) kadın, %23,7'si (n=45) erkek iken diğer 60 yaş ve üzeri grubun %35,8'i (n=38) kadın, %64,2'si (n=68) erkektir. Katılımcıların çoğunluğu kadınlardan oluşmaktadır.

Tablo 4'te katılımcıların örneklem ve medeni durum değişkenine göre istatistiksel bilgileri verilmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların Örneklem Grubu ve Medeni Duruma Göre Dağılımı

	60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri		Diğer 60 yaş ve üzeri grup		TOPLAM	
Medeni Durum	N	%	N	%	N	%
Evli	115	61,2	89	84	204	69,4
Bekâr	16	8,5	4	3,8	20	6,8
Eşi ölmüş	37	19,7	10	9,4	47	16
Boşanmış	20	10,6	3	2,8	23	7,8
TOPLAM	188	100	106	100	294*	100

*3 veri gözlemlenmemiştir.

Tablo 4'e göre katılımcıların %69,4'ü (n=204) evli, %6,8'i (n=20) bekâr, %16'sının eşi ölmüş (n=47) ve %7,8'i (n=23) boşanmıştır. 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencilerinin %61,2'si (n=115) evli, %8,5'i (n=16) bekar, %19,7'sinin (n=37) eşi ölmüş ve %10,6'sı (n=20) boşanmıştır. Diğer 60 yaş ve üzeri katılımcıların %84'ü (n=89) evli, %3,8'i (n=4) bekâr, %9,4'ünün eşi ölmüş (n=10) ve %2,8'i (n=3) boşanmıştır. Katılımcıların çoğunluğunun evli bireylerden oluştuğu söylenebilir.

Tablo 5'te iki örneklem grubundaki katılımcıların sosyo-ekonomik düzey değişkenine dair istatistiksel bilgiler verilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların Örneklem Grubu ve Sosyo-ekonomik Düzeye Göre Dağılımı

	60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri		Diğer 60 yaş ve üzeri grup		TOPLAM	
Sosyo-ekonomik düzey	N	%	N	%	N	%
Düşük	17	9,2	8	8	25	8,8
Orta	150	81,1	86	86	236	82,8
Yüksek	18	9,7	6	6	24	8,4
TOPLAM	185	100	100	100	285*	100

*12 veri gözlemlenmemiştir.

Tablo 5'teki bilgilere göre katılımcıların %82,8'i (n=236) orta, %8,8'i (n=25) düşük, %8,4'ü (n=24) ise yüksek bir sosyo-ekonomik düzeye sahiptir. 60+ Tazelenme öğrencilerinin %81,1'i (n=150) orta, %9,7'si (n=18) yüksek, %9,2'si (n=17) düşük sosyo-ekonomik düzeyde iken diğer 60 yaş ve üzeri grubun %86'sı (n=86) orta, %8'i (n=8) düşük, %6'sı (n=6) yüksek bir sosyo-ekonomik

düzeye sahiptir. Katılımcıların çoğunluğunun orta sosyo-ekonomik düzeyde olduğu söylenebilir.

Tablo 6'da iki örneklem grubundaki katılımcıların eğitim durumu değişkenine dair istatistiksel bilgiler verilmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların Örnekleme Göre Eğitim Durumu İstatistikleri

	60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri		Diğer 60 yaş ve üzeri grup		TOPLAM	
Eğitim durumu	N	%	N	%	N	%
İlkokul	9	4,8	33	30,8	42	14,2
Ortaokul	10	5,3	13	12,1	23	7,8
Lise	75	39,7	9	8,4	84	28,4
Üniversite	89	47,1	43	40,2	132	44,6
Lisansüstü	6	3,2	6	5,6	12	4,1
Öğrenim görmemiş	0	0	3	2,8	3	1
TOPLAM	189	100	107	100	296*	100

*1 veri gözlemlenmemiştir.

Tablo 6'da yer alan betimsel istatistik verilerine göre katılımcıların %44,6'sı (n=132) üniversite, %28,4'ü (n=84) lise, %14,2'si (n=42) ilkokul, %7,8'i (n=23) ortaokul ve %4,1'i (n=12) lisansüstü mezunudur. 3 kişi (%1) herhangi bir öğrenim görmediğini belirtmiştir. 60+ Tazelenme öğrencilerinin %47,1'i (n=89) üniversite, %39,7'si (n=75) lise, %5,3'ü (n=10) ortaokul, %4,8'i (n=9) ise ilkokul düzeyinde eğitim kademesinden mezundur. Herhangi bir eğitim almayan yoktur. Diğer 60 yaş ve üzeri grubun %40,2'si (n=43) üniversite, %30,8'i (n=33) ilkokul, %12,1'i (n=13) ortaokul, %8,4'ü (n=9) lise, %5,6'sı (n=6) lisansüstü mezunu olduklarını belirtmiştir. %2,8'i (n=3) herhangi bir öğrenim görmemiştir. Lise, üniversite ve lisansüstü eğitim alanlar çoğunluğu oluşturduğu için (%77.1, n=228) grubun genel olarak eğitim düzeyinin yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 7'de iki örneklem grubundaki katılımcıların ikamet durumu değişkenine dair istatistiksel bilgiler verilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların Örnekleme Göre İkamet Durum İstatistikleri

	60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri	Diğer 60 yaş ve üzeri grup	TOPLAM

İkamet durumu	N	%	N	%	N	%
Aile ile birlikte	132	69,5	97	90,7	229	77,1
Yalnız	56	29,5	7	6,5	63	21,2
Bakım kurumu	0	0	1	0,9	1	0,3
Diğer	2	1,1	2	1,9	4	1,3
TOPLAM	190	100	107	100	297	100

Tablo 7'ye göre katılımcıların ikamet durumları incelendiğinde %77,1'i (n=229) ailesi ile birlikte, %21,2'si (n=63) yalnız, %1,3'ü (n=4) diğer ve %0,3'ü (n=1) yaşlı bakım kurumunda yaşadığını belirtmiştir. 60+ Tazelenme öğrencilerinin %69,5'i (n=132) aile ile birlikte, %29,5'i (n=56) yalnız yaşamaktadır. %1,1'i (n=2) diğer seçeneğini işaretlemiştir. Diğer 60 yaş ve üzeri katılımcıların %90,7'si (n=97) aile yanında, %6,5'i (n=7) yalnız yaşamaktadır. %1,9'u (n=2) diğer şekillerde ikamet etmekte, %0,9'u (n=1) ise kurumda yaşamaktadır. Aile ile birlikte yaşama oranı diğer 60 yaş ve üzeri katılımcı grubunda (%90,7), 60+ Tazelenme öğrencileri arasında olduğundan (%69,5) daha yüksektir. Yalnız yaşama oranı ise 60+ Tazelenme öğrencilerinde (%29,5) diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılara göre (%6,5) daha yüksektir. Genel profile bakıldığında katılımcıların çoğunluğunun ailesiyle birlikte yaşam sürdüğü söylenebilir.

Tablo 8'de iki örneklem grubundaki katılımcıların yaşlılık algısına dair istatistiksel bilgiler verilmiştir.

Tablo 8. Katılımcıların Örnekleme Göre Yaşlılık Algısı İstatistikleri

	60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri		Diğer 60 yaş ve üzeri bireyler		TOPLAM	
Yaşlılık algısı	N	%	N	%	N	%
Pozitif	141	75,8	66	61,7	207	70,6
Negatif	10	5,4	17	15,9	27	9,2
Nötr	35	18,8	24	22,4	59	20,1
TOPLAM	186	100	107	100	293*	100

*4 veri gözlemlenmemiştir.

Tablo 8'de yer alan betimsel istatistik verilerine göre katılımcıların yaşlılık dönemine yönelik algıları incelendiğinde %70,6'sı (n=207) pozitif, %20,1'i (n=59) nötr ve %9,2'si (n=27) ise negatif hissettiğini belirtmiştir. 60+ Tazelenme

öğrencilerinin %75,8'i (n=141) pozitif, %18,8'i (n=35) nötr, %5,4'ü (n=10) negatif bir yaşlılık algısına sahiptir. Diğer 60 yaş ve üzeri grubun yaşlılık algısı %61,7 (n=66) oranında pozitif, %22,4 (n=24) oranında nötr ve %15.9 (n=17) oranında negatif olduğu gözlenmiştir. Katılımcıların genel olarak pozitif yaşlılık algısına sahip oldukları söylenebilir.

2.4. Veri Toplama Araçları

Veriler Demografik Veri Formu, Amaç Bilinci (Hissi) Ölçeği[4] ve Maneviyat Ölçeği[5] aracılığıyla toplanmıştır.

2.4.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcılar hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından demografik bilgi formu oluşturulmuştur. Formda katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durumu, ikamet durumu (aile ile, yalnız, kurum), algılanan sosyoekonomik düzeyi (düşük, orta, yüksek) ve yaşlılık algısı (pozitif, negatif, nötr) ile ilgili sorular bulunmaktadır. Demografik veri formu hazırlama aşamasında araştırmanın değişkenleriyle ilgili olabilecek verilerin toplanmasına dikkat edilmiştir.

2.4.2. Amaç Bilinci (Hissi) Ölçeği

Amaç Bilinci Ölçeği Sharma, Yukhymenko-Lescroart ve Kang tarafından geliştirildi. Hakan Sarıçam, İsmail Çelik ve Ayşe Canatan tarafından (2017) Türk kültürüne uyarlanarak, geçerlik ve güvenirlik testleri yapıldı. 7li likert tipinde (1= kesinlikle katılmıyorum, 2= katılmıyorum, 3= biraz katılmıyorum, 4=kararsızım, 5= biraz katılıyorum, 6= katılıyorum, 7= kesinlikle katılıyorum) 14 maddeden oluşan bir ölçektir. Doğrulayıcı faktör analizi yoluyla amaç bilinci ölçeğinin orijinal formla aynı doğrultuda üç alt boyutlu (amacı ayrımsama, amacın bilincinde olma, özgeci amaç) bir yapıya sahip olduğu ortaya çıkarıldı. Ölçeğin bütünü ve alt boyutları için hesaplanan güvenirlik katsayısı 0,75'in üzerinde olduğu bulgulanmıştır. Düzeltilmiş madde toplam korelasyonlarının 0,40

[4] Hakan Sarıçam vd., "Amaç Bilinci (Hissi) Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlaması ve Psikometrik Özellikleri", *2. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi 11-14 Mayıs* (2. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi 11-14 Mayıs, İstanbul, 2017).
[5] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması".

üzerinde değiştiği ve %27'lik alt-üst grupların ortalaması arasındaki farkın ölçekteki tüm maddeler için anlamlı olduğu belirlendi. Buna göre Amaç Bilinci Ölçeği'nin Türkçe sürümü yetişkinlerin amaçlarının bilincinde olma düzeyini değerlendirmek amacıyla kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.[6]

Bu tez çalışmasında yapılan analizlerde Cronbach Alpha değeri genel ölçek için α=0,903; amacı ayrımsama alt boyutu için α=0,869; amacın bilincinde olma alt boyutu için α=0,753 ve özgeci amaç alt boyutu için α=0,722 olarak bulunmuştur. Bu da ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir.

Ölçek geçerliliğini test etmek amacıyla yapılan KMO (Kaiser-Mayer-Olkin) ve Bartlett testleri sonucunda genel KMO değeri 0,879, Bartlett değeri 1911,846 ($p<0,001$) olarak bulunmuştur. KMO değeri 1,00'a yakın olduğu için oldukça önemli derecede ortak varyans bulunmaktadır. Bartlett testine göre değerler anlamlıdır. Sonuçlara göre ölçek geçerliliği sağlanmaktadır. Amaç bilinci ölçeği alt boyutlarına göre KMO ve Bartlett değerleri sırasıyla amacı ayrımsama alt boyutunda 0,804 ve 704,431 ($p<0,001$); amacın bilincinde olma alt boyutunda 0,736 ve 260,848 ($p<0,001$); özgeci amaç alt boyutunda 0,724 ve 338,379 ($p<0,001$) olarak bulunmuştur.

2.4.3. Maneviyat Ölçeği

Maneviyat Ölçeği 2018 yılında Turgay Şirin tarafından geliştirilmiştir. 27 madde ve 7 alt boyuttan (manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, anlam arayışı, manevi hoşnutluk, bağlantı, tabiatla uyum) oluşmaktadır. 5'li likert tipi bir ölçektir (1= bana hiç uygun değil, 2= bana uygun değil, 3= bana biraz uygun, 4= bana oldukça uygun, 5= bana tamamen uygun). 3 olumsuz 24 olumlu madde bulunmaktadır. Ölçekte bulunan olumsuz maddeler analizlerden önce ters kodlanmaktadır. Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin toplam varyansın %49,16'sını açıklayan yedi faktörden oluştuğu, benzer ölçekler geçerliği korelasyon r=0,75 p <0,01 olarak ve güvenirlik çalışması sonucunda Cronbach Alpha 0,90 olarak bulunmuştur. Elde edilen veriler

[6] Sarıçam vd., "Amaç Bilinci (Hissi) Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlaması ve Psikometrik Özellikleri", 1.

Maneviyat Ölçeği'nin yetişkinler için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğuna işaret etmektedir.[7]

Bu tez çalışmasında maneviyat ölçeği Cronbach Alpha değeri genel ölçek için α=0,922 olarak bulunmuştur. Ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçme aracıdır. Alt boyutlara göre güvenirlik katsayıları manevi başa çıkma alt boyutu için α=0,931; aşkınlık alt boyutu için α=0,675; manevi yaşantı alt boyutu için α=0,887; anlam arayışı alt boyutu için α=0,738; manevi hoşnutluk alt boyutu için α=0,607; bağlantı alt boyutu için 0,896; tabiatla uyum alt boyutu için α=0,546 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin geçerliliğini test etmek amacıyla yapılan faktör analizinde KMO (Kaiser-Meyer-Olkin) ve Bartlett testleri uygulanmıştır. Genel KMO değeri 0,937, Bartlett değeri 4310,331 ($p<0,001$) olarak bulunmuştur. KMO değeri 1,00'a yakın bir değer olduğu için ortak varyansın derecesi mükemmeldir. Bartlett değerleri anlamlıdır. Sonuçlara göre ölçek geçerliliği sağlanmaktadır. Alt boyutlar için KMO ve Bartlett değerleri sırasıyla manevi başa çıkma alt boyutunda 0,876 ve 1099,478 ($p<0,001$); aşkınlık alt boyutunda 0,5 ve 88,679 ($p<0,001$); manevi yaşantı alt boyutunda 0,862 ve 708,346 ($p<0,001$); anlam arayışı alt boyutunda 0,723 ve 250,271 ($p<0,001$); manevi hoşnutluk alt boyutunda 0,65 ve 160,420 ($p<0,001$); bağlantı alt boyutunda 0,79 ve 701,380 ($p<0,001$); tabiatla uyum alt boyutunda 0,593 ve 79,951 ($p<0,001$) olarak bulunmuştur.

2.5. Verinin Toplanması ve İstatistiksel Analizi

Anket uygulamasında katılımcılardan yazılı gönüllü onam alındıktan sonra demografik veri formu, amaç bilinci ölçeği ve maneviyat ölçeği soruları yöneltildi. Çalışmaya temel olacak verilerin toplanmasında yüz yüze ve çevrimiçi anket uygulama yöntemi kullanıldı. Örneklemin yaşlı bireylerden oluşması sebebiyle çalışmanın başlangıcından itibaren yüz yüze uygulama benimsendi.

Şubat 2025'te Antalya Akdeniz Üniversitesi'nde 60+ Tazelenme programına kayıtlı 94 kişiye; Nisan 2025'te Eskişehir Anadolu Üniversitesi 60+ Tazelenme

[7] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 1283.

programında öğrenci olan 96 kişiye yüz yüze anket uygulandı. Araştırmaya katılan 60+ Tazelenme öğrencisi sayısı 190 olmuştur.

Uygun örnekleme yoluyla seçilen diğer 60 yaş ve üzeri örneklem için 69 yaşlı bireye yüz yüze anket yapıldı. Ek olarak 38 çevrimiçi anket uygulandı. Diğer 60 yaş ve üzeri katılımcı sayısı 107 olmuştur. Araştırmaya katılan toplam katılımcı sayısı 297'dir.

Toplanan veriler istatistik paket programıyla (SPSS 29) analize tabi tutulmuştur. Betimsel ve çıkarımsal analiz araçları kullanılmıştır. Örneklem toplam sayısı 297 olduğu için ($n<300$) verilerin normal dağılıp dağılmadığı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk normallik testleri yoluyla analiz edilmiştir.[8] Amaç bilinci ölçeği ve maneviyat ölçeği puanlarının normallik test sonuçları tablo 9'da gösterilmektedir.

Tablo 9. Amaç Bilinci Ölçeği ve Maneviyat Ölçeği Puanlarının Normallik Test Sonuçları

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Sta.	sd	p	Sta	Sd	p
Amaç Bilinci Ölçeği	0,149	289	<0,001	0,860	289	<0,001
Maneviyat Ölçeği	0,144	289	<0,001	0,914	289	<0,001

Test sonuçları incelendiğinde Kolmogorov-Smirnov anlamlılık değerinin 0,001 olduğu ($p<0,05$) ve söz konusu ölçek puanlarının normal dağılım göstermediği anlaşılmaktadır. Verinin dağılım durumuna uygun olarak nonparametrik testler uygulandı. Analizlerde iki grubun puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını incelemek amacıyla Mann-Whitney U testi, üç ve daha fazla grubun puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis testi uygulandı. Fark çıkan gruplar için etki büyüklükleri eta kare (η^2) değerleri hesaplanarak değerlendirildi.[9]

Demografik değişkenler arasındaki anlamlı ilişkiler analiz edilirken Kikare testleri kullanıldı. Serbestlik derecesinin 1'den yüksek olduğu durumlarda ilişkinin gücü contingency katsayısı ile hesaplandı.

[8] Prabhaker Mishra vd., "Descriptive Statistics and Normality Tests for Statistical Data", *Annals of Cardiac Anaesthesia* 22/1 (2019), 70.
[9] Wolfgang Lenhard - Alexandra Lenhard, "Computation of Effect Sizes", *Psychometrica (Erişim 10 Haziran 2025)*, (2022).

Sürekli değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon işlemi yapıldı. Veri setinde normal dağılım bulunmamasından dolayı Spearman sıra farkları korelasyon testleri uygulandı. Korelasyon katsayısı 0.70'ten büyük ise yüksek, 0.30-0.70 arasında ise orta, 0.30'dan küçük ise düşük düzeyde bir ilişki olduğu kabul edildi.[10]

2.6. Araştırmanın Etik Yönü ve İzinler

Araştırmada kullanılacak ölçeklerin kullanım izni alınmıştır. Uygulama öncesinde Bursa Uludağ Üniversitesi Etik Kurul onayı alınmıştır (bkz. Ek-4). Uygulama izin sürecinde anket uygulanacak 60+ Tazelenme programlarının bağlı olduğu üniversitelerden bazıları kendi etik kurul onayını istemiştir. Buna istinaden tez konusu ve amacı, veri toplama araçları ve etik kurul başvuru formu ile başvurularak uygulama yapılacak üniversitenin etik kurulundan onay alınmıştır (bkz. Ek-5).

Uygulama sırasında katılımcılara araştırma ile ilgili bilgi verilmiş, katılımcılardan sözlü ve yazılı onam alınmıştır. Çalışmanın gönüllülük esasına dayalı olduğu ve diledikleri zaman bırakabilecekleri belirtilmiştir.

[10] Şener Büyüköztürk, *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı* (Ankara: Pegem Akademi, 2017), 32.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde araştırma hipotezleri test edilerek araştırma sonucunda elde edilen bulgular raporlanmıştır. Bulgular literatürde yapılan diğer araştırma sonuçlarıyla birlikte değerlendirilerek yorumlanacaktır.

3.1. Amaç Bilinci Puan Ortalamalarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

Bu bölümde amaç bilinci puan ortalamalarının yaş, cinsiyet, medeni durum, sosyo-ekonomik durum, eğitim durumu, ikamet durumu ve yaşlılık algısı değişkenlerine göre farklılığı ile ilgili bulgular analiz edilerek yorumlanacaktır.

3.1.1. Yaşa ve Yaş Gruplarına Göre Amaç Bilinci

Amaç bilinci ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişkinin var olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon test sonuçları tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10. Yaş ve Amaç Bilinci İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları

	N	r_s	p
Amaç Bilinci-Yaş	287	0,041	0,485

Spearman Korelasyon test sonuçlarına göre yaş ile amaç bilinci arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (r_s=0,041; p>0,05).

Amaç bilinci ve yaş arasındaki ilişkinin 60+ Tazelenme öğrencileri (r_s=0,015; p=0,838) ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde (r_s=0,059; p=0,553) ayrı ayrı farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla yapılan Spearman korelasyon testlerinde sonucun aynı olduğu görülmüştür.

Amaç bilinci puanı ile yaş grupları arasında anlamlı farklılaşmanın bulunup bulunmadığını araştırmak amacıyla yapılan Mann-Whitney U testinin sonuçları tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11. Yaş Grubuna Göre Amaç Bilinci Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları

	Yaş Düzeyi	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	z	p
Amaç Bilinci Ölçeği	Genç yaşlı (60-69)	205	142,52	29216	8101	-0,479	0,632
	Yaşlı yaşlı (70-81)	82	147,71	12112			

Tablo 11 incelendiğinde 70-81 yaş grubundaki bireylerin amaç bilinci puan ortalamalarının (147,71) 60-69 yaş grubunun amaç bilinci puan ortalamalarından (142,52) yüksek olduğu görülmektedir. Gözlemlenen bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (U=8101; z=-0,479; p>0,05). Amaç bilinci puan ortalamaları yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Tablo 10 ve tablo 11'deki veriler birlikte değerlendirildiğinde *"amaç bilinci puanı yaşa ve yaş grubuna göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmamıştır.

60+ Tazelenme öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde amaç bilincinin yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla yapılan Mann-Whitney U testlerinde sonuçlar benzerdir. Buna göre 60+ Tazelenme öğrencilerinde (U=2530,5; z=-0,009; p=0,993) ve diğer 60 yaş ve üzeri grupta (U=1248,5; z=-0,627; p=0,531) amaç bilinci yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Literatürdeki genel bulgu yaş ilerledikçe amaç bilincinin azaldığı yönündedir.[1] Düşük amaç bilincinin nedeni genellikle yaşlılıkta azalan amaçlı etkinliklere ve kaybedilen toplumsal rollerle bağdaştırılmıştır.[2] Yaşlıların yaşam amacı kaynaklarını muhafaza etmede risk altında olduğu görülmektedir. Bunun nedeni emeklilik, yaşama anlam katan işlerin yitirildiği düşüncesi, dul kalma ve hayatına eşlik eden eşten kopma olabilir.[3]

Bazı çalışmalarda yaşam amacı puanları yaşlılarda gençlerden daha düşük çıkmaktadır.[4] Bu durum gelecek zaman algısı ile ilişkili olabilir. Bireylerin

[1] Alonso vd., "Meaning and Purpose in Life in Aging: A Scoping Review", 11; Ryff - Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited", 721-724.
[2] J. Irving vd., "Aging With Purpose: Systematic Search and Review of Literature Pertaining to Older Adults and Purpose", *The International Journal of Aging and Human Development* 85 (2017), 427-429.
[3] Martin Pinquart, "Creating and Maintaining Purpose in Life in Old Age: A Meta-Analysis", *Ageing International* 27 (2002), 102.
[4] Ryff - Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited", 721-724.

gelecek zaman perspektifindeki farklılık yaşam amacını etkilemekte, daha geniş bir zaman perspektifine sahip olanlar daha yüksek yaşam amacı bildirmektedir.[5]

Pinquart'ın araştırmasında 60-69 yaş ile daha yaşlı bireylerin amaç puanları arasında yaşa bağlı bir düşüş gözlenmemiştir.[6] Buna göre yaşlı yaşlı grubu ile genç yaşlı grup arasında bir farklılaşma olmaması literatürle uyumludur.

Yanar'ın 310 kişi ile yürüttüğü araştırmada 75-84 yaş grubunda olan yaşlı bireylerin en yaşlı-yaşlı (85 ve üzeri) ve genç yaşlı (65-74) gruba göre yaşam amaçlarına daha fazla odaklandıkları, yaşamlarını anlamlı buldukları ve daha olumlu bir hayat algısına sahip oldukları tespit edilmiştir.[7] Bu çalışmada da 70-81 yaş grubundakilerin amaç bilinci sıra ortalamaları genç yaşlı grubuna göre (60-69) daha yüksek olması artan yaşla birlikte amacın azalmayabileceğine bir örnek oluşturmaktadır.

3.1.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Amaç Bilinci

Amaç bilinci puanı ile cinsiyet arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek üzere yapılan Mann-Whitney U testinin sonuçları tablo.12'de verilmiştir.

Tablo 12. Cinsiyete Göre Amaç Bilinci Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları

	Cinsiyet	**N**	**Sıra Ort.**	**Sıra Top.**	**U**	**Z**	**p**
Amaç Bilinci Ölçeği	Kadın	178	142,78	25414	9483	-0,698	0,485
	Erkek	112	149,83	16781			

Tabloya göre erkeklerin amaç bilinci puan sıra ortalamaları (149,83) kadınların amaç bilinci puan sıra ortalamalarından (142,78) daha yüksektir. Ancak teste göre gözlemlenen bu fark istatistiksel açıdan anlamlı değildir (U=9483; z=-0,698; p>0,05). Araştırma sonucuna göre amaç bilinci puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı değişmediği söylenebilir. *"Amaç bilinci puanı cinsiyete göre farklılaşır."* hipotezi doğrulanmamıştır.

Amaç bilinci ve cinsiyet arasındaki ilişkinin örneklem grubuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla yapılan Mann-Whitney U testlerinde 60+

[5] Pfund vd., "When the End Feels Near: Sense of Purpose Predicts Well-Being as a Function of Future Time Perspective", 1185.
[6] Pinquart, "Creating and Maintaining Purpose in Life in Old Age: A Meta-Analysis", 103.
[7] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 48-49.

Tazelenme öğrencileri (U=3046,5; z=-0,470; p=0,639) ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde (U=983; z=-1,544; p=0,123) istatistiksel açıdan manidar farklılık görülmemiştir (p>0,05).

Literatürde amaç ve cinsiyet arasında farklı ilişkiler tespit edilmiştir. Üniversite gençleri ile yapılan çalışmalara göre kadınların yaşam amacı düzeyi erkeklerden daha yüksektir.[8] İçsel amaçlar yönünden kadınların erkeklere göre anlamlı bir fark gösterdiği bulgulanmıştır.[9] Monis'in dindarlık ve yaşam amacı araştırmasında da sonuçlar benzerdir.[10] Yüksek katılımlı ve %22'si 65 yaş üzeri katılımcılardan oluşan bir örneklemde kadınlarda görülen yüksek yaşam amacı düzeyi, yüksek diğerkâmlık ve maneviyatlarının sonucudur.[11] Dolayısıyla amaç açısından cinsiyetler arası farkı oluşturan etmenlerden ikisinin maneviyat ve diğerkâmlık olduğu düşünülmektedir.

Öte yandan lise öğrencilerinde cinsiyetler arasında anlamlı fark bulunmamıştır.[12] Ryff'ın genç, orta yaş ve yaşlılardan oluşan örnekleminde psikolojik iyi oluşun diğer boyutlarının aksine yaşam amaçlarında kadın ve erkeklerde farklılaşma görülmemiştir.[13] Orta yaş ve yaşlı örneklemi birlikte araştıran Pinquart genel grupta cinsiyet farklılaşması bulgulamamış ancak yaşlı örneklemde kadınların erkeklerden nispeten daha düşük amaç düzeyinde olduğunu tespit etmiştir.[14] Toprak'ın araştırmasında yaşam amaçları ile cinsiyet arasında anlamlı farklılaşma tespit edilmemiştir.[15]

Birtakım çalışmalarda ise erkeklerin yaşam amaç ve beceri düzeyleri kadınlardan anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.[16] İsveç'te 85 yaş ve üzeri

[8] Demirbas, "Üniversite Öğrencilerinin Yaşamda Anlam ve Yaşam Amaçları Arasındaki İlişki", 137; Greenway, "The Role of Spirituality in Purpose in Life And Academic Engagement", 3.
[9] Füsun Ekşi vd., "Yaşamın Anlamı ve Yaşamın Amacı Değişkenlerinin Ölüm Kaygısını Yordamaları Üzerine Bir Model Denemesi", *International Journal of Social and Humanities Sciences Research* 6/32 (31 Ocak 2019), 82.
[10] Monis - Tokur, "Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amacı Alt Boyutları ve Dindarlık İlişkisi", 165.
[11] Xi vd., "Gender Differences in Purpose in Life", 358-368.
[12] Sezer - Turğut, "Ergenlerde Şükran, Yaşam Amaçları ve Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi", 1479.
[13] Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It?", 1076.
[14] Pinquart, "Creating and Maintaining Purpose in Life in Old Age: A Meta-Analysis", 104.
[15] Toprak, *Maneviyat, Yaşam Amaçları ve Iyi Oluş Arasındaki İlişki*, 85.
[16] Güler vd., "Z Kuşağının Yaşam Anlam ve Amaç Algılarının İncelenmesi", 195.

en yaşlı-yaşlı grubuyla yapılan bir araştırmaya göre kadınların yaşam amacı puanları erkeklerden düşük bulunmuştur.[17]

3.1.3. Medeni Durum Değişkenine Göre Amaç Bilinci

Katılımcıların amaç bilinci puanı ile medeni durumu arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını incelemek için yapılan Kruskal-Wallis test sonuçları tablo 13'te gösterilmiştir.

Tablo 13. Medeni Duruma Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

	Medeni Durum	**N**	**Sıra Ort.**	**sd**	**Kruskal-Wallis H**	**p**
Amaç Bilinci Ölçeği	Evli	201	147,06	3	1,130	0,770
	Bekâr	20	130,75			
	Eşi Ölmüş	45	147,61			
	Boşanmış	23	134,26			

Tablo 13 incelendiğinde evli ve eşi ölmüş katılımcıların amaç bilinci sıra ortalamalarının (147,06; 147,61) bekâr ve boşanmış katılımcıların amaç bilinci sıra ortalamalarından (130,75; 134,26) daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Test sonucunda gözlemlenen bu farklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (H=1,130; p>0,05). Amaç bilinci puanları medeni duruma göre anlamlı farklılaşmamaktadır. *"Amaç bilinci puanı medeni duruma göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmamıştır.

60+ Tazelenme öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde amaç bilinci ve medeni durum arasındaki farklılaşmanın durumunu incelemek amacıyla yapılan Kruskal-Wallis testlerinde 60+ Tazelenme öğrencilerinde istatistiksel açıdan manidar farklılık görülmezken (H=4,380; p=0,223>0,05) diğer 60 yaş ve üzeri grupta amaç bilinci puanlarında anlamlı farklılık bulunmuştur (H=11,159; p=0,011<0,05). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan Bağımsız Örneklemler Kruskal-Wallis testine göre diğer 60 yaş ve üzeri grupta evli olanların amaç bilinci eşi ölmüş bireylere göre anlamlı şekilde yüksektir (p=0,018<0,05). Alt gruplarda görülen farklılığın genel grupta

[17] Pia Hedberg, *Purpose in Life Among Very Old People* (İsveç: Umea Universitesi, Hemşirelik Fakültesi, Yüksek Lisans Tezi, 2010), 34.

gözlemlenmemesi 60+ Tazelenme üniversitesine devam eden ve eşi ölmüş yaşlı bireylerde devam ettikleri programın amaç bilincine olumlu katkısı olabilir.

Literatürde yapılan bazı çalışmalarda evli yaşlı bireylerin yaşam amacı düzeylerinin dul, boşanmış veya bekar yaşlı bireylerden daha yüksek olduğu gözlenmiştir.[18] Yanar'ın çalışmasında yaşam amacı ve yaşamın anlamı evli kişilerde bekarlara göre daha yüksektir.[19] Evlilik ilişkisi insan için bir anlam kaynağı olabilmekte, ona bir amaç duygusu kazandırabilmektedir.

60+ Tazelenme öğrencilerinde bu farklılığın gözlemlenmemesi eğitime yönelik aktif katılımın ve aile dışındaki sosyal ilişkilerin amaç bilincini beslemesinden kaynaklı olabilir.

3.1.4. Sosyo-ekonomik Düzey Değişkenine Göre Amaç Bilinci

Amaç bilinci puanı ile sosyo-ekonomik düzey değişkeni arasında anlamlı farklılık olup olmadığını test etmek için yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları tablo 14'te gösterilmiştir.

Tablo 14. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

Sosyo-ekonomik düzey	N	Sıra Ort.	Kruskal-Wallis H	P	Anlamlı Farklılık Bulunan Gruplar
Düşük	23	92,85	8,872	0,012	Düşük-orta
Orta	232	143,36			Düşük-yüksek
Yüksek	24	152,75			-

Etki büyüklüğü: Eta kare (η^2): 0,025; r: 0,158

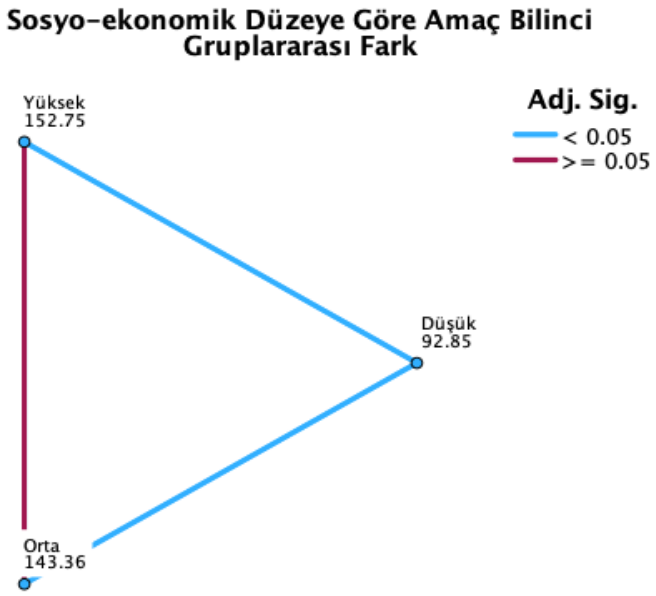
Tablo 14 incelendiğinde yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip katılımcıların amaç bilinci puan sıra ortalamalarının (152,75), orta sosyo-ekonomik düzeye sahip katılımcılarınkinden (143,36) ve düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip katılımcılarınkinden (92,85) daha yüksek olduğu görülmektedir. Amaç bilinci ölçek puan sıra ortalamalarının sosyo-ekonomik düzeye göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir (H=8,872; p=0,012<0,05). Buna göre

[18] Pinquart, "Creating and Maintaining Purpose in Life in Old Age: A Meta-Analysis".
[19] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 49.

"Amaç bilinci puanı sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşır" hipotezi doğrulanmıştır.

Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek üzere yapılan Bağımsız Örneklemler Kruskal Wallis ikili karşılaştırma analizleri sonucunda, aşağıdaki şekilde görüldüğü üzere, düşük-orta (p=0,012) ve düşük-yüksek (p=0,033) sosyo-ekonomik düzeye sahip katılımcıların amaç bilinci puanları manidar bir farklılık gösterirken orta-yüksek (p=1,00) sosyo-ekonomik düzeye sahip olan katılımcıların amaç bilinci puanları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (Şekil 2).

Şekil 2. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Amaç Bilinci Gruplararası Fark



Hesaplanan etki büyüklüğü incelendiğinde sosyo-ekonomik düzeyin amaç bilinci üzerinde düşük düzeyde (η^2=0,025) etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bu bulgulara dayanarak düşük sosyo ekonomik düzeye sahip yaşlı bireylerin orta ve yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip yaşlı bireylere kıyasla daha düşük amaç bilincine sahip oldukları belirtilebilir.

60+ Tazelenme öğrencileri ve diğer 60 yaş ve üzeri grupta sosyo-ekonomik düzeye göre amaç bilincinin farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla yapılan Kruskal-Wallis ve Bağımsız Örneklemler Kruskal-Wallis testi ikili

karşılaştırma sonuçlarına göre 60+ Tazelenme öğrencilerinde düşük ve orta sosyo-ekonomik düzeye sahip kişiler arasında amaç bilinci anlamlı farklılık gösterirken (H=6,226; p=0,04<0,05), diğer 60 yaş ve üzeri grupta bir farklılık görülmemiştir (H=3,362; p=0,186>0,05). 60+ Tazelenme öğrencileri arasında düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip kişilerde amaç bilinci daha düşük olmaktadır.

Literatürde sosyo-ekonomik düzeyin yaşam amacı ile pozitif bir ilişkisi görülmüştür.[20] Aydıner'in tez çalışmasında öğrencilerin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeyleri arttıkça yaşam amacı puanı artmaktadır. Yüksek ve düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip bireyler ile yüksek ve orta sosyo-ekonomik düzeye sahip bireyler arasında yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip bireyler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur.[21] Bu çalışmadaki bulgular Aydıner'in çalışmasına benzerdir. Monis'in araştırmasında sosyo-ekonomik düzey ile yaşam amacı arasında anlamlı farklılık görülmemiştir.[22]

3.1.5. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Amaç Bilinci

Amaç bilinci puanı ile eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunup bulunmadığını tespit etmek için yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları tablo 15'te gösterilmiştir.

Tablo 15. Eğitim Durumuna Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

	Eğitim Durumu	N	Sıra Ort.	sd	Kruskal-Wallis H	p
Amaç Bilinci Ölçeği	İlkokul	40	134,81	5	6,317	0,277
	Ortaokul	21	127,60			
	Lise	84	146,49			
	Üniversite	131	149,07			
	Lisansüstü	12	181,38			
	Öğrenim görmemiş	2	56,50			

Tablo 15 incelendiğinde lisansüstü (181,38), üniversite (149,07) ve lise mezunu (146,49) katılımcıların amaç bilinci sıra ortalamalarının; ilkokul (134,81), ortaokul (127,60) ve öğrenim görmemiş (56,50) katılımcıların amaç bilinci sıra

[20] Pinquart, "Creating and Maintaining Purpose in Life in Old Age: A Meta-Analysis", 104.
[21] Berent Burcu Aydıner, *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlarının Genel Öz-Yeterlik Yaşam Doyumu ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi* (Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011), 75.
[22] Monis, *Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amacı ve Dindarlık*, 64.

ortalamalarından daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Test sonucuna göre gözlemlenen bu farklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (H=6,317; p>0,05). Amaç bilinci puanları eğitim durumuna göre anlamlı farklılaşmamaktadır. *"Amaç bilinci puanı eğitim durumuna göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmamıştır.

60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ve diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde ayrı ayrı yapılan incelemelerde Bağımsız Örneklemler Kruskal Wallis testlerinden benzer sonuç alınmış, eğitim durumu ile amaç bilinci arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır (p>0,05).

Yanar'ın çalışmasında lise ve üzeri eğitime sahip yaşlı bireylerin ilkokul eğitim seviyesindeki yaşlılara göre yaşam amacı puanları ve öz yeterlilikleri daha yüksektir.[23] Eğitim düzeyi arttıkça yaşamın anlamı ve amacını keşfetme süreci kolaylaşabilmektedir.

Orta ve yaşlı yetişkinler üzerinde yapılan bir araştırmada eğitim düzeyi yüksek olanlarda amaç bilincinin yüksek olduğu bulgulanmıştır.[24] Genç yetişkinlikte iyi bir eğitim almanın yaşlılıkta amaç bilincinin düzeyini koruyacağı düşünülebilir.

McKnight ve Kashdan'ın modeline göre amaç yüksek düzeyde bilişsel işlem gerektirmektedir.[25] Dolayısıyla eğitim düzeyi yüksek olanlarda amaç bilincinin yüksek çıkması beklenebilir.

3.1.6. İkamet Durumu Değişkenine Göre Amaç Bilinci

Amaç bilinci puanı ile ikamet durumu değişkeni arasında anlamı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Kruskal Wallis test sonuçları tablo 16'da gösterilmiştir.

Tablo 16. İkamet Durumuna Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

	İkamet Durumu	N	Sıra Ort.	sd	Kruskal-Wallis H	p
Amaç Bilinci Ölçeği	Aile ile	225	147,62	3	1,085	0,781
	Yalnız	61	140,98			

[23] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 50.
[24] Pinquart, "Creating and Maintaining Purpose in Life in Old Age: A Meta-Analysis", 104.
[25] McKnight - Kashdan, "Purpose in Life as a System That Creates and Sustains Health and Well-Being", 248.

	Bakım Kurumu	1	72
	Diğer	4	149,88

Tablo 16'ya göre ailesi ile birlikte yaşayan katılımcıların amaç bilinci puan sıra ortalamalarının (147,62), yalnız yaşayan katılımcıların sıra ortalamalarından (140,98) daha yüksek olduğu görülmektedir. Gözlemlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (H=1,085; p>0,05). Buna göre *"Amaç bilinci puanı aile ile yaşama durumuna göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmamıştır.

60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ve diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde ikamet durumu bakımından amaç bilincinin farklılaşması incelendiğinde genel bulgudan farklı olarak diğer 60 yaş ve üzeri grupta aile ile yaşayanlar ile yalnız yaşayan bireyler arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (H=12,713; p=0,005). Buna göre diğer 60 yaş ve üzeri grupta ailesi ile birlikte yaşayan bireylerde amaç bilinci daha yüksek çıkmıştır. 60+ Tazelenme öğrencilerinde bu farkın gözlenmemesi Tazelenme programının yalnız yaşayanların sosyal ilişkilerini destekleyerek amaç bilincini arttırması olabilir.

Bu alanda karşılaştırmalı yorum yapılabilecek çalışmaya rastlanmamıştır.

3.1.7. Yaşlılık Algısı Değişkenine Göre Amaç Bilinci

Amaç bilinci puanı ile yaşlılık algısı değişkeni arasında anlamlı farklılık olup olmadığını incelemek üzere yapılan Kruskal-Wallis test sonuçları tablo.17'de gösterilmiştir.

Tablo 17. Yaşlılık Algısı Değişkenine Göre Amaç Bilinci Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

Yaşlılık Algısı	N	Sıra Ort.	Kruskal-Wallis H	P	Anlamlı Farklılık
Pozitif	203	161,52	31,496	<0,001	Nötr-Pozitif
Negatif	26	111,35			Negatif-Pozitif
Nötr	58	97,30			

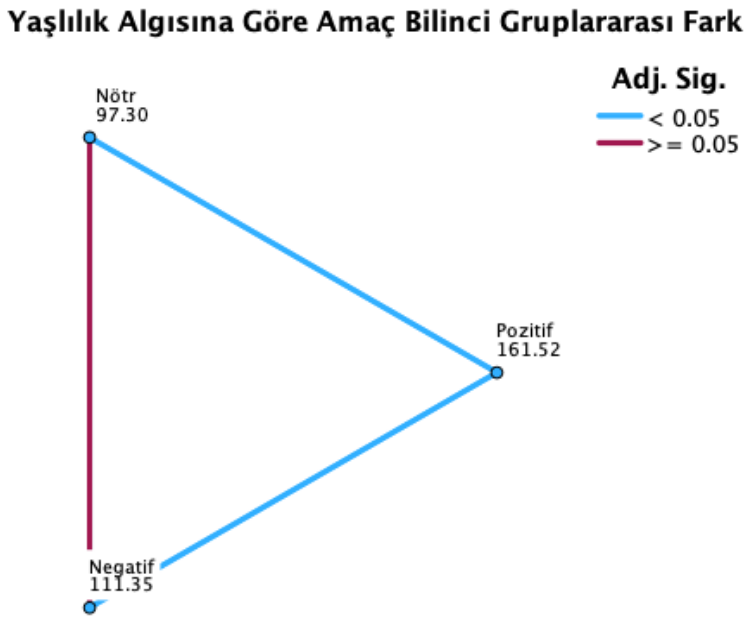
Etki büyüklüğü: Eta-kare (η^2): 0,104; r: 0,3223

Tablo 17 incelendiğinde pozitif yaşlılık algısına sahip katılımcıların amaç bilinci puan sıra ortalamalarının (161,52), negatif yaşlılık algısına sahip katılımcılarınkinden (111,35) ve nötr yaşlılık algısına sahip katılımcılarınkinden (97,30) daha yüksek olduğu görülmektedir. Amaç bilinci ölçek puan sıra

ortalamalarının yaşlılık algısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir (H=31,496; p<0,001). Buna göre *"Amaç bilinci puanı yaşlılık algısına göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmıştır.

Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek üzere yapılan Bağımsız Örneklemler Kruskal Wallis ikili karşılaştırma analizleri sonucunda nötr-pozitif (p=0,000) ve negatif-pozitif (p=0,011) yaşlılık algısına sahip katılımcıların amaç bilinci puanlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği, nötr-negatif yaşlılık algısına sahip katılımcıların amaç bilinci puanları arasında anlamlı farklılık bulunmadığı (p>0,05) tespit edilmiştir (Şekil 3).

Şekil 3. Yaşlılık Algısına Göre Amaç Bilinci Gruplararası Fark



Hesaplanan etki büyüklüğü incelendiğinde yaşlılık algısının amaç bilinci üzerinde orta düzeyde (η^2=0,104) etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bulgulara dayanarak pozitif yaşlılık algısına sahip yaşlı bireylerin negatif ve nötr yaşlılık algısına sahip yaşlı bireylere kıyasla daha yüksek düzeyde amaç bilincine sahip oldukları belirtilebilir.

Yaşlılık algısı ile amaç bilinci arasında tespit edilen bu farklılığın iki örneklem arasındaki durumunu incelemek amacıyla yapılan Kruskal-Wallis ve Bağımsız Örneklemler Kruskal-Wallis ikili karşılaştırma test sonuçları benzer şekilde farklılaşmanın her iki grup için de söz konusu olduğunu ortaya koymaktadır. 60+

Tazelenme öğrencilerinde pozitif-nötr yaşlılık algısı arasında (H=13,945; p=0,001), diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde pozitif-nötr (H=20,147; p=0,000) ve pozitif-negatif (p=0,004) yaşlılık algısı arasında amaç bilinci puanları anlamlı farklılaşmaktadır. Her iki grupta pozitif yaşlılık algısına sahip yaşlı bireylerin amaç bilinci manidar şekilde yüksek olmaktadır.

Yanar'ın çalışmasında yaşlı örneklem arasında yaşlı bireylerin en yaşlı-yaşlı ve genç yaşlı gruba göre daha olumlu bir yaşam algısına sahip olduğu görülmüştür.[26] Zielinska'nın araştırmasında üçüncü yaş üniversite öğrencilerinin %72,1'i pozitif yaşlılık algısına sahiptir. Yüksek eğitimlilerin yaşlılık algısı daha pozitiftir.[27] Aile ilişkileri haricinde sosyalleşme imkânı bulabilen yaşlı bireylerin yaşlılık algısı bu sayede daha olumlu olabilmektedir.[28]

Tablo 18'de demografik değişkenlere göre amaç bilinci puanlarının farklılaşma durumu özeti yer almaktadır.

Tablo 18. Demografik Değişkenlere Göre Amaç Bilinci Farklılaşma Durumu Özet Tablosu

	p	Fark Durumu	Fark Bulunan Gruplar
Yaş	0,485	yok	
Yaş Grubu	0,632	yok	
Cinsiyet	0,485	yok	
Medeni Durum	0,770	yok	
Sosyo-Ekonomik	0,012	var	Düşük-orta/Düşük-yüksek
Eğitim Durumu	0,277	yok	
İkamet Durumu	0,781	yok	
Yaşlılık Algısı	<0,001	var	Nötr-Pozitif/ Negatif-Pozitif

Özet tabloya göre amaç bilinci puanlarında sosyo-ekonomik düzey ve yaşlılık algısı değişkenlerinde anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir. Buna göre yaşlı bireylerde amaç bilincinin yüksek sosyo ekonomik düzey ve pozitif yaşlılık algısı lehine artmakta olduğu söylenebilir.

[26] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 49.
[27] Zielińska-Więczkowska H - Sas K, "The Sense of Coherence, Self-Perception of Aging and the Occurrence of Depression Among the Participants of the University of the Third Age Depending on Socio-Demographic Factors", *Clinical Interventions in Aging* ume 15 (20200801), 1489.
[28] Tufan, *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlanmak*, 199.

Ayrıca 60 yaş ve üzeri grup türü düzeyinde yapılan incelemelerde diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde medeni durum (evli olanlar ile eşi ölmüş bireyler arasında) ve ikamet durumu (aile ile yaşayanlar ile yalnız yaşayan bireyler arasında) değişkenlerine göre amaç bilinci puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Genel grubun verilerinde farklılaşma olmaması 60+ Tazelenme Üniversitesi'ne devam eden, yalnız yaşayan ve/veya eşi ölmüş bireylerin devam ettikleri programın amaç bilincine sağladığı katkıdan ileri gelebildiği şeklinde yorumlanmıştır.

3.2. Amaç Bilinci ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Örneklem Grubuna Göre İncelenmesi

60+ Tazelenme üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerin amaç bilinci puanlarına dair istatistiksel bilgiler tablo 19'da gösterilmiştir.

Tablo 19. Katılımcıların Amaç Bilinci Puan İstatistikleri

	N	$\bar{X}$	Ortanca	Tepe değer	min.	max.
Genel	291*	6,0279	6,2143	7,00	1,62	7,00
60+ Tazelenme	187	6,0240	6,2143	7,00	1,62	7,00
Diğer 60 yaş ve üzeri	104	6,0349	6,2143	7,00	2,93	7,00

*6 veri gözlemlenmemiştir.

Katılımcıların genel amaç bilinci puan ortalaması ($\bar{X}$ =6,03) 7'li likert tipi amaç bilinci ölçeğine göre "kesinlikle katılıyorum" aralığındadır ve yüksektir. Grup türü düzeyinde amaç bilinci puan ortalaması 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencilerinde 6,02; diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde 6,03 olduğu görülmektedir.

60+ Tazelenme üniversitesine devam eden yaşlı bireyler ile diğer 60 yaş ve üzeri yaşlı bireylerin amaç bilinci puanları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Testin sonuçları tabloda gösterilmiştir.

Tablo 20. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 yaş ve üzeri Grubun Amaç Bilinci Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları

	Grup Türü	**N**	**Sıra Ort.**	**Sıra Top.**	**U**	**p**
Amaç Bilinci Ölçeği	60+Tazelenme	187	144,90	27096,5	9518,5	0,765
	Diğer 60+	104	147,98	15389,5		

Test sonucunda elde edilen bulgulara göre diğer 60 yaş ve üzeri grubun amaç bilinci sıra ortalaması (147,98) 60+ Tazelenme öğrencilerininkinden (144,90) yüksek çıkmakla birlikte bu fark istatistiksel açıdan manidar bulunmamıştır (U=9518,5; p>0,05). Diğer bir deyişle Tazelenme üniversitesine giden ve gitmeyen yaşlı katılımcı grupların amaç bilinci puanları arasında anlamlı bir farklılaşma belirlenmemiştir.

60+ Tazelenme üniversitesine giden yaşlı bireyler ile diğer 60 yaş ve üzeri yaşlı bireylerin amaç bilinci alt boyut puanları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla Mann-Whitney U testi uygulanmıştır (Tablo 20)

Tablo 21. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri Grubun Amaç Bilinci Alt Boyut Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları

	Grup Türü	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
Amacı Ayrımsama	60+Tazelenme öğrencileri	187	141,57	26474,5	8896,5	0,225
	Diğer 60+	104	153,96	16011,5		
Amacın Bilincinde Olma	60+Tazelenme öğrencileri	187	152,29	28479	8547	0,085
	Diğer 60+	104	134,68	14007		
Özgeci Amaç	60+Tazelenme öğrencileri	187	141,46	26453,5	8875,5	0,215
	Diğer 60+	104	154,16	16032,5		

Tablo 21'e göre amacı ayrımsama ve özgeci amaç alt boyutlarının puan sıra ortalamaları diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılarda (153,96 ve 154,16) 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencilerine göre (141,57 ve 141,46) yüksek çıkmıştır. Amacın bilincinde olma alt boyutunda ise 60+ Tazelenme öğrencilerinin sıra ortalamasının (152,29) diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Alt boyutlarda gözlemlenen farklılık istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (p>0,05). *"60+ Tazelenme üniversitesine devam eden yaşlı bireyler ile diğer 60 yaş ve üzeri yaşlıların amaç bilinci puanları ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma bulunmaktadır*." hipotezi doğrulanmamıştır. İki grup arasında amaç bilinci bakımından bir farklılaşma yoktur.

Amaç bilincinin amacı ayrımsama alt boyutu kişinin hayatında amaçların varlığına dair öznel duygusudur. Özgeci amaç alt boyutu kişinin dünyaya olumlu katkı sağlama arzusudur. Amacın bilincinde olma alt boyutu ise amaçlarına yönelik etkin eylemleri ile uzun vadeli amaçlar oluşturmasına işaret eder.[29] 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencisi olan yaşlı bireylerde amaçlara yönelik etkin eylemlerle ilişkili olan amacın bilincinde olma boyutunun diğer 60 yaş ve üzeri bireylere göre yüksek olmasının nedeni yüksek öğretime devam ederek aktif kalmayı tercih etmeleri olabilir.

Bu alanda karşılaştırmalı yorum yapılabilecek çalışmaya rastlanmamıştır.

3.3. Maneviyat Puan Ortalamalarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

3.3.1. Yaşa ve Yaş Gruplarına Göre Maneviyat

Maneviyat puanının yaşa göre anlamlı farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon testi sonuçları tabloda yer almaktadır.

Tablo 22. Yaş ve Maneviyat Puanı İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları

	N	r_s	p	R^2
Maneviyat-Yaş	291	0,119	0,042	0,014

Katılımcıların maneviyat puanları ile yaşları arasında bir ilişkinin olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Spearman korelasyon test sonuçlarına göre maneviyat ile yaş arasında pozitif yönde, düşük ve anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır (r_s=0,119, $p<0,05$). Pozitif korelasyon yaş ve maneviyat arasındaki ilişkinin aynı yönlü olduğunu, biri artarken diğerinin arttığını, biri azalırken diğerinin azaldığını göstermektedir.[30] Determinasyon katsayısından hareketle yaş değişkeninin maneviyat puanlarındaki değişimin %1,4'ünü açıkladığı söylenebilir (R^2=0,014).

Maneviyat puan ortalamalarının yaş düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Mann-Whitney U test sonuçları tabloda gösterilmektedir.

[29] Sharma vd., "Sense of Purpose Scale", 195.
[30] Karagöz, *SPSS 23 ve AMOS 23 Uygulamalı İstatistiksel Analizler*, 733.

Tablo 23. Yaş Grubuna Göre Maneviyat Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları

Yaş Düzeyi	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	z	p
Genç yaşlı (60-69)	206	137,97	28422,5	7101,5	-2,534	0,011
Yaşlı yaşlı (70-81)	85	165,45	14063,5			

Etki büyüklüğü: Eta-kare (η^2): 0,022; r: 0,1483

Tablodaki test sonuçları incelendiğinde 70-81 yaş grubunun maneviyat puan ortalamalarının (165,45) 60-69 yaş grubunun ortalamalarından (137,97) yüksek olduğu görülmektedir. Gözlemlenen bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (U=710,5, z=-2,534, $p<0,05$). Başka bir ifadeyle yaş grubunun maneviyat puanları üzerinde manidar bir etkiye sahip olduğu ve 70-81 yaş grubundaki yaşlı bireylerin maneviyat düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0,022$) yaş grubunun maneviyat üzerinde düşük düzeyde bir etkiye sahip olduğuna işaret etmektedir. Tablo 22 ve tablo 23'teki veriler birlikte değerlendirildiğinde maneviyatın yaşa ve yaş grubuna göre farklılaştığı görülmektedir. *"Maneviyat puanı yaşa ve yaş grubuna göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmıştır.

Maneviyat ve yaş arasındaki ilişkinin 60+ Tazelenme öğrencileri (p=0,597) ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde (p=0,527) incelenmesi amacıyla yapılan Spearman korelasyon testlerinde anlamlı ilişki görülmemiştir (p>0,05). Yaş grubuna göre yapılan testlerde 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencilerinde (U=2442; z=-0,385; p=0,7>0,05) ve diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde (U=1301,5; z=-0,790; p=0,43>0,05) anlamlı farklılık görülmemiştir. Buna göre grup bazında yapılan incelemede maneviyat her iki grup için de yaşa ve yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu durumun nedeni alt gruplardaki örneklem sayısından kaynaklanıyor olabilir.

Literatürde maneviyat ve yaş ilişkisine dair farklı bulgulara rastlanmaktadır. Yılmaz'ın kronik hasta yaşlılarda maneviyat araştırmasında yaşlı bireylerin

maneviyatları genel olarak yüksek çıkmıştır.[31] Örneklemin genç yaşlı (56-69), yaşlı (70-85) ve en yaşlı yaşlı (86-100) şeklinde üçe ayrıldığı Amerika'da yapılan bir araştırmaya göre yaşlılık döneminin tamamı artan manevi deneyimlerle özdeşleşmekle beraber bu ilişki en fazla 70-85 yaş arasında güçlüdür, 86 yaşından sonra ise düşmektedir.[32] Bu çalışmada 70-81 yaş grubunun maneviyatının anlamlı yüksek çıkması Fogle'ın çalışması ile uyumludur. 60 yaş ve üzeri grup için maneviyat yaşla birlikte artmaktadır. Ancak 81 yaş üzeri katılımcı olmadığından maneviyatın ileri yaşlardaki durumu tespit edilememiştir.

Palyatif bakım hastalarında manevi iyilik halinin[33], 310 yaşlı birey üzerinde yapılan bir araştırmada ise manevi iyi oluşun orta düzeyde olduğu görülmüştür.[34] Uçar'ın çalışmasında yaşlılarda yaş yükseldikçe maneviyatın düştüğü saptanmıştır.[35] Yaşları 65-74 aralığında olanların maneviyat puanları daha yaşlı olanlardan daha yüksektir.[36] Orta ve genç yetişkinlik dönemini araştıran çalışmalarda yaş yükseldikçe maneviyatın anlamlı olarak yükseldiği görülmektedir.[37] Bazı çalışmalarda ise maneviyat ve yaş arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.[38]

3.3.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Maneviyat

Maneviyat puanının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek üzere yapılan Mann-Whitney U testinin sonuçları aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

---

[31] Tekman Yılmaz, *Yaşlı Bireylerde Kronik Hastalığa Uyumun Maneviyat ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi*, 56.
[32] Stephen John Fogle, *The 70 to 85 Year Old Sweet Spot: Regression Associations Between Spiritual Experiences and Successful Aging Among Older Adults in the United States* (Omaha: University of Nebraska Omaha, Faculty of the Graduate Collage, Yüksek Lisans Tezi, 2020), 30.
[33] Bektaş, *Palyatif Bakım Hastalarının Manevi İyilik Halleri*, 57.
[34] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 48.
[35] Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi İle Spiritüalite*, 37.
[36] Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi İle Spiritüalite*, 34.
[37] Şahin, *Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat*, 95.
[38] Maierhaba, *Yetişkin Bireylerde Maneviyat İle Yaşam Doyumu Ve Kaygı*, 52.

Tablo 24. Cinsiyete Göre Maneviyat Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları

	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	z	p
Maneviyat Ölçeği	Kadın	181	143,77	26021,5	9550,5	-0,954	0,34
	Erkek	113	153,48	17343,5			

Yukarıdaki tabloya göre erkek katılımcıların maneviyat sıra ortalama puanlarının (153,48) kadın katılımcılarınkinden (143,77) yüksek olduğu görülmektedir. Gözlemlenen bu fark istatistiksel açıdan manidar bulunmamıştır (U=9550,5; z=-0,954; p>0,05). İnceleme sonucunda göre maneviyat puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir değişim göstermediği söylenebilir. *"Maneviyat puanı cinsiyete göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmamıştır.

Maneviyat puanının cinsiyete göre farklılaşma durumu grup türü bazında incelendiğinde sonuçlar benzerdir. 60+ Tazelenme öğrencilerinde (U=2783; z=-1,365; p=0,172>0,05) ve diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde (U=1191; z=-0,666; p=0,505>0,05) anlamlı farklılaşma görülmemiştir.

Literatürde genel olarak maneviyatın kadınlar lehine yüksek olduğu görülür. Kadınlar için anlamlı bir yaşam sürmek erkekler için olduğundan daha önemli olabilmektedir. 2605 yaşlı birey üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmaya göre kadınların manevi deneyim düzeyi erkeklerden daha yüksektir.[39] Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırma sonucuna göre kadınların öncelikli yaşam amacı anlamlı bir hayat sürmek iken, erkek öğrencilerin birincil amacı para kazanmaktır.[40] Bir başka araştırmada kadın öğrencilerin hem maneviyat hem amaç düzeyleri erkeklerden yüksektir.[41] Maneviyatın kadınlar lehine yüksek olduğu başka araştırmalar da bulunmaktadır.[42] Öte yandan yaşlılar üzerinde yapılan Uçar'ın araştırmasına göre erkeklerin maneviyat düzeyi kadınlarınkinden daha yüksektir.[43] Yanar'ın 310 yaşlı bireyle yaptığı araştırmasında manevi iyi oluş puanlarında cinsiyete göre anlamlı farklılaşma

[39] Fogle, *Associations Between Spiritual Experiences and Successful Aging*, 31.
[40] Arıkan vd., "Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçları", 241.
[41] Greenway, "The Role of Spirituality in Purpose in Life And Academic Engagement", 3.
[42] Şahin, *Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat*, 94; Maierhaba, *Yetişkin Bireylerde Maneviyat İle Yaşam Doyumu Ve Kaygı*, 51.
[43] Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi İle Spiritüalite*, 34.

yoktur.[44] Çalışmanın sonuçları benzer şekilde anlamlı farklılaşma tespit etmemiştir.

3.3.3. Medeni Durum Değişkenine Göre Maneviyat

Katılımcıların maneviyat puanı ile medeni durumu arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını incelemek için yapılan Kruskal-Wallis test sonuçları aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 25. Medeni Duruma Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	sd	Kruskal-Wallis H	p
Maneviyat Ölçeği	**Evli**	203	152,22	3	5,699	0,127
	Bekâr	20	144,50			
	Eşi Ölmüş	46	140,91			
	Boşanmış	23	108,93			

Tablodan çıkan sonuca göre evli katılımcıların maneviyat puan sıra ortalamaları (152,22) bekâr (144,50), eşi ölmüş (140,91) ve boşanmış katılımcılarınkinden (108,93) daha yüksektir. Gözlemlenen bu fark istatistiksel olarak manidar bulunmamıştır (H= 5,699; p>0,05).

Yapılan ikili karşılaştırmalarda evli ve boşanmış katılımcıların maneviyat puan sıra ortalamaları arasında anlamlı fark belirlenmiştir (U=1652,5; z=-2,295; p=0,022). Evli bireylerin maneviyat puanları boşanmış bireylere göre anlamlı yüksektir. *"Maneviyat puanı medeni duruma göre farklılaşır"* hipotezinin kısmen doğruladığı söylenebilir.

60+ Tazelenme öğrencileri (H=3,322; p=0,345) ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde (H=3,312; p=0,346) maneviyat puanının medeni duruma göre değişip değişmediğini incelemek üzere yapılan Kruskal Wallis testlerinde her iki grup için anlamlı farklılaşma tespit edilmemiştir (p>0,05).

Literatürde medeni duruma göre maneviyatı inceleyen bazı çalışmalarda evli yaşlıların maneviyat düzeyleri bekârlardan daha yüksektir.[45] Yanar'ın 310 yaşlı bireyle gerçekleştirdiği araştırmada evli bireylerin manevi iyi oluş düzeyi

[44] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 49.
[45] Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi İle Spiritüalite*, 34; Tekman Yılmaz, *Yaşlı Bireylerde Kronik Hastalığa Uyumun Maneviyat ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi*, 56.

bekârlardan yüksektir.[46] Genç ve orta yetişkinlik dönemindeki bireylerde gerçekleştirilen bir araştırmada bekâr olanların maneviyat düzeyleri (manevi yaşantı ve manevi hoşnutluk) dul olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.[47] Ancak evli yetişkinlerin maneviyat düzeyleri bekâr bireylere göre daha yüksektir.[48] Fogle çalışmasında medeni durum ile manevi deneyim seviyesi arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır.[49]

3.3.4. Sosyoekonomik Düzey Değişkenine Göre Maneviyat

Maneviyat puanı ile sosyo-ekonomik düzey değişkeni arasında anlamlı farklılık olup olmadığını test etmek için yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları tablo 26'da gösterilmiştir.

Tablo 26. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

	Sosyo-ekonomik düzey	N	Sıra Ort.	sd	Kruskal-Wallis H	p
Maneviyat Ölçeği	Düşük	25	140,96	2	0,074	0,964
	Orta	234	142,53			
	Yüksek	24	137,92			

Tablodaki analiz sonuçlarına göre orta sosyo-ekonomik düzeye sahip katılımcıların maneviyat puan ortalamaları (142,53) düşük sosyo ekonomik düzeye sahip olanlarınkinden (140,96) ve yüksek sosyo ekonomik düzeye sahip olanlarınkinden (137,92) yüksek çıkmıştır. Ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (H=0,074; p>0,05). *"Maneviyat puanı sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmamıştır.

Grup türü bazında yapılan incelemelerde Kruskal-Wallis testlerine göre 60+ Tazelenme öğrencileri arasında (H=1,624; p=0,444) ve diğer 60 yaş ve üzeri grupta (H=2,302; p=0,316) anlamlı farklılaşma görülmemiştir (p>0,05).

Literatürde maneviyatın sosyoekonomik düzey ile ilişkisine dair farklı bulgular yer almaktadır. Uçar'ın araştırmasında gelir seviyesi daha yüksek olan yaşlıların

[46] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 49.
[47] Şahin, *Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat*, 95.
[48] Maierhaba, *Yetişkin Bireylerde Maneviyat İle Yaşam Doyumu Ve Kaygı*, 52.
[49] Fogle, *Associations Between Spiritual Experiences and Successful Aging*, 32.

maneviyatının daha yüksek olduğu anlaşılmıştır.[50] Geliri giderinden az olan ve ihtiyaçlarını karşılayamayan yaşlıların manevi iyilik halleri daha düşüktür.[51] Palyatif bakım hastalarında gelir düzeyi düşük olan yaşlı bireylerin manevi iyilik puanlarının düşük olduğu tespit edilmiştir.[52] Maierhaba'nın araştırmasında yetişkin örneklemde maneviyat düzeyi ile sosyoekonomik durum arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.[53] Fogle yaşlı örneklemle gerçekleştirdiği çalışmasında gelir durumu ile manevi deneyim seviyesi arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır.[54] Bu çalışmanın sonuçları da benzer şekilde olmuştur.

3.3.5. Eğitim Durumu Değişkenine Göre Maneviyat

Maneviyat puanı ile eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunup bulunmadığını tespit etmek için yapılan Kruskal-Wallis testi sonuçları tablo 27'da gösterilmiştir.

Tablo 27. Eğitim Düzeyine Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

Eğitim Durumu	N	Sıra Ort.	Kruskal-Wallis H	p	Anlamlı Farklılık
İlkokul	42	189,42	15,979	0,007	Lise-İlkokul
Ortaokul	23	148,09			Üniversite-İlkokul
Lise	83	135,34			
Üniversite	131	137,84			
Lisansüstü	12	183,46			
Öğrenim görmemiş	3	170,67			

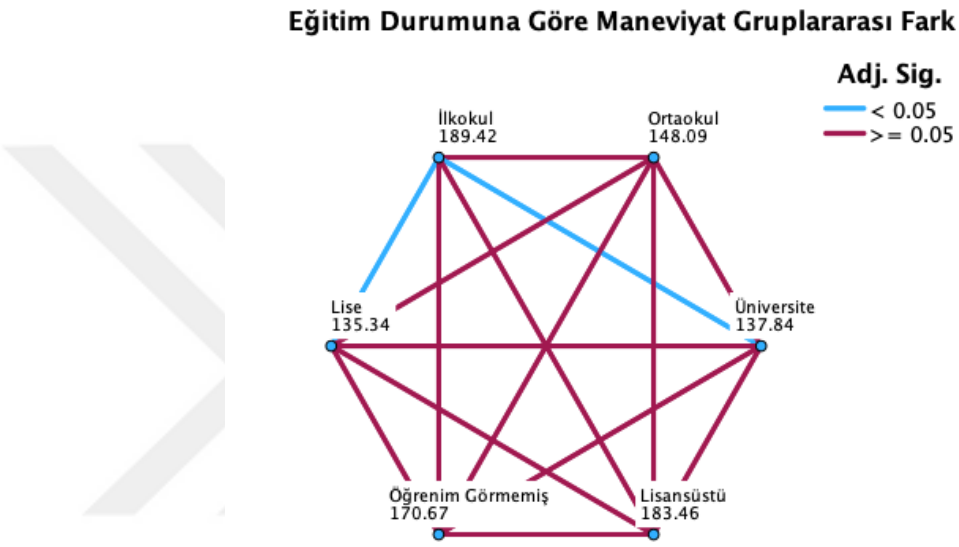
Etki büyüklüğü: Eta-kare (η^2): 0,038; r: 0,1952

Yukarıdaki tablo incelendiğinde ilkokul mezunu katılımcıların maneviyat puan sıra ortalamalarının (189,42) diğer katılımcılarınkinden yüksek olduğu görülmektedir. Maneviyat puan sıra ortalamalarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir (H= 15,979; p=0,007<0,05). Buna göre *"Maneviyat puanı eğitim düzeyine göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmıştır.

[50] Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi İle Spiritüalite*, 37.
[51] Tekman Yılmaz, *Yaşlı Bireylerde Kronik Hastalığa Uyumun Maneviyat ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi*, 57.
[52] Bektaş, *Palyatif Bakım Hastalarının Manevi İyilik Halleri*, 59.
[53] Maierhaba, *Yetişkin Bireylerde Maneviyat İle Yaşam Doyumu Ve Kaygı*, 53.
[54] Fogle, *Associations Between Spiritual Experiences and Successful Aging*, 32.

Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek üzere yapılan Bağımsız Örneklemler Kruskal Wallis ikili karşılaştırma analizleri sonucunda lise-ilkokul (p=0,012) ve üniversite-ilkokul (p=0,009) eğitim düzeyine sahip katılımcıların maneviyat puanları manidar bir farklılık gösterirken diğer eğitim düzeyine sahip katılımcıların maneviyat puanları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (Şekil 4).

Şekil 4. Eğitim Durumuna Göre Maneviyat Gruplararası Fark



Hesaplanan etki büyüklüğü incelendiğinde eğitim düzeyin maneviyat puanı üzerinde düşük düzeyde (η^2=0,038) etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bu bulgulara dayanarak ilkokul mezunu yaşlı bireylerin lise ve üniversite mezunu yaşlı bireylere kıyasla daha yüksek maneviyata sahip oldukları belirtilebilir.

Grup türü düzeyinde yapılan incelemelerde 60+ Tazelenme öğrencilerinde (H=6,185; p=0,186) ve diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde (H=10,434; p=0,064) maneviyatın eğitim durumuna göre farklılaşmadığı görülmüştür. Alt grup bazında anlamlı fark görülmemesi alt grup sayılarındaki dağılımdan kaynaklanıyor olabilir.

Maneviyat ve eğitim düzeyi arasındaki ilişkiye dair literatürde farklı sonuçlar görülmektedir. Yaşlılarda eğitim düzeyi yükseldikçe maneviyatın düştüğünü

gösteren araştırmalar vardır.[55] Ancak eğitim seviyesi yüksek olanların daha yüksek maneviyat puanlarına sahip olabildikleri de bulgulanmıştır.[56] 230 palyatif bakım hastası arasında yapılan çalışmaya göre eğitim düzeyi yüksek olanların manevi iyilik puanı daha yüksektir.[57] Şahin'in araştırmasına göre orta ve genç yetişkinlerde eğitim durumunun maneviyata etkisi yoktur.[58] Yetişkin bireyler üzerinde yapılan bir araştırmada maneviyat düzeyi ile eğitim durumu arasında anlamlı farklılık görülmemiştir.[59] Fogle yaşlı örneklemle gerçekleştirdiği çalışmasında eğitim durumu ile manevi deneyim seviyesi arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır.[60]

3.3.6. İkamet Durumu Değişkenine Göre Maneviyat

Maneviyat puanı ile ikamet durumu değişkeni arasında anlamı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Kruskal Wallis test sonuçları tablo 28'de gösterilmiştir.

Tablo 28. İkamet Durumuna Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

	İkamet Durumu	N	Sıra Ort.	sd	Kruskal-Wallis H	p
Maneviyat Ölçeği	**Aile ile**	228	152,46	3	2,921	0,404
	Yalnız	62	134,04			
	Bakım Kurumu	1	118			
	Diğer	4	117,50			

Tablo 28'e göre ailesi ile birlikte yaşayan katılımcıların maneviyat puan sıra ortalamalarının (152,46), yalnız yaşayan (134,04), bakım kurumunda yaşayan (118) ve diğer türlü ikamet eden (117,5) katılımcıların sıra ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Gözlemlenen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (H= 2,921; p>0,05). Buna göre *"Maneviyat puanı aile ile yaşama durumuna göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmamıştır.

[55] Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi İle Spiritüalite*, 37.
[56] Tekman Yılmaz, *Yaşlı Bireylerde Kronik Hastalığa Uyumun Maneviyat ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi*, 57.
[57] Bektaş, *Palyatif Bakım Hastalarının Manevi İyilik Halleri*, 58.
[58] Şahin, *Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat*, 96.
[59] Maierhaba, *Yetişkin Bireylerde Maneviyat İle Yaşam Doyumu Ve Kaygı*, 53.
[60] Fogle, *Associations Between Spiritual Experiences and Successful Aging*, 32.

60+ Tazelenme öğrencilerinde (H=3,737; p=0,154) ve diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde (H=3,622; p=0,305) yapılan incelemelerde maneviyat puanının aile ile yaşama durumuna göre farklılaşmadığı görülmüştür (p>0,05).

Uçar'ın araştırmasına göre eşi ve çocuğu ile birlikte yaşayan evli yaşlı bireylerde maneviyat puanları diğerlerine göre önemli ölçüde yüksektir.[61] Bu durum palyatif bakım hastaları üzerinde doğrulanmış bir bulgudur.[62] Yanar'ın 310 yaşlı birey üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada ailesi ile birlikte yaşayan yaşlıların manevi iyi oluşu daha yüksektir.[63] Yaşlılar açısından maneviyatın en çok sevgi anlamına geldiği düşünüldüğünde ailevi ilişkileri sürdüren bireylerin maneviyat puanlarının yüksek olması anlaşılabilmektedir.[64] Kronik hasta yaşlı bireylerde maneviyat ve yaşam kalitesi ilişkisini araştıran bir çalışmada yaşlı bireylerin yaşadıkları yere göre maneviyat durumları farklılaşmamaktadır.[65] Bu tez araştırmasının sonuçları benzerdir.

3.3.7. Yaşlılık Algısı Değişkenine Göre Maneviyat

Maneviyat puanının yaşlılık algısına göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Kruskal-Wallis test sonuçları tabloda gösterilmiştir.

Tablo 29. Yaşlılık Algısı Değişkenine Göre Maneviyat Puanları Kruskal-Wallis Test Sonuçları

Yaşlılık Algısı	N	Sıra Ort.	Kruskal-Wallis H	p	Anlamlı Farklılık
Pozitif	205	159,21	17,596	<0,001	Negatif-Pozitif
Negatif	27	105,09			Nötr-Pozitif
Nötr	59	118,82			

Etki büyüklüğü: Eta-kare (η^2): 0,054; r: 0,2329

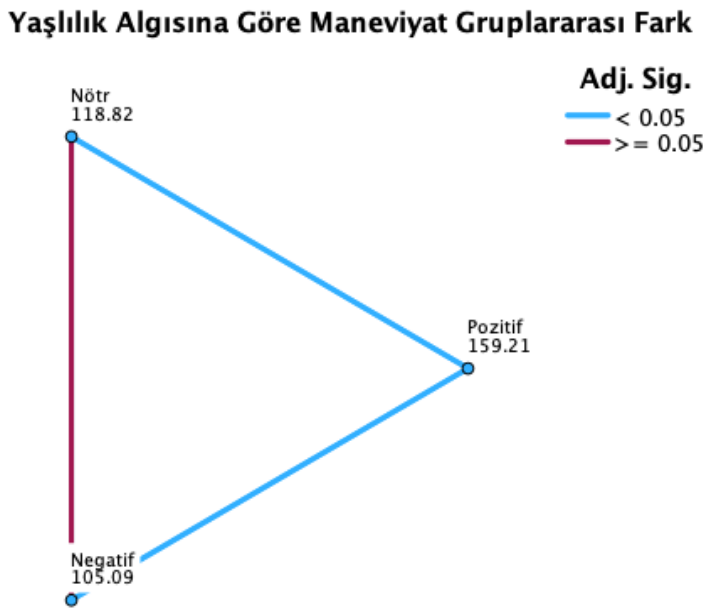
Tablo 29'a göre pozitif yaşlılık algısına sahip katılımcıların maneviyat puan sıra ortalamaları (159,21), negatif yaşlılık algısına sahip katılımcılarınkinden (105,09) ve nötr yaşlılık algısına sahip katılımcılarınkinden (118,82) daha

[61] Uçar, *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi İle Spiritüalite*, 34.
[62] Bektaş, *Palyatif Bakım Hastalarının Manevi İyilik Halleri*, 59.
[63] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 50.
[64] Yanar, *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*, 42.
[65] Tekman Yılmaz, *Yaşlı Bireylerde Kronik Hastalığa Uyumun Maneviyat ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi*, 58.

yüksek çıkmıştır. Maneviyat ölçek puan sıra ortalamalarının yaşlılık algısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (H=17,596; p<0,001). Buna göre *"Maneviyat puanı yaşlılık algısına göre farklılaşır"* hipotezi doğrulanmıştır.

Farkın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek amacıyla yapılan Bağımsız Örneklemler Kruskal Wallis ikili karşılaştırma analizleri neticesinde negatif-pozitif (p=0,005) ve nötr-pozitif (p=0,003) yaşlılık algısına sahip katılımcıların maneviyat puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği, nötr-negatif yaşlılık algısına sahip katılımcıların maneviyat puanları arasında anlamlı farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir (Şekil-5).

Şekil 5. Yaşlılık Algısına Göre Maneviyat Gruplararası Fark



Hesaplanan etki büyüklüğü incelendiğinde yaşlılık algısının maneviyat puanı üzerinde düşük düzeyde (η^2=0,054) etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bulgulardan hareket edilerek pozitif yaşlılık algısına sahip yaşlı kişilerin negatif ve nötr yaşlılık algısına sahip yaşlı kişilere göre daha yüksek düzeyde maneviyata sahip oldukları sonucuna varılabilir.

Grup türü bazında yapılan analizlere göre, Bağımsız Örneklemler Kruskal Wallis testi sonucunda, 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencilerinde negatif-pozitif (H=15,949; p<0,001); diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde nötr-pozitif (H=19,954;

p<0,001) ve negatif-pozitif (p<0,005) yaşlılık algısına sahip bireylerde maneviyat anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Her iki grupta da pozitif yaşlılık algısına sahip kişiler lehine maneviyatın arttığı görülmektedir.

Literatürde maneviyat ve yaşlılık algısı arasında tespit edilen sonuçlara benzer ilişkiler görülmüştür. Orta ve ileri yetişkin yaş grubundan (40-84 yaş) 1671 katılımcı üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada daha yüksek dindarlık ve maneviyat puanlarına sahip olanların yaşlılık dönemi ile daha barışık oldukları görülmüştür. Buna göre maneviyatın aşkın boyutu yaşlı bireylerin zaman algısı, benlik, şimdiki an ve ego bütünlüğü alanlarında farkındalığını arttırarak yaşlılığı daha kolay kabul etmelerini sağlıyor olabilir.[66]

Tablo 30'da maneviyat puanlarının demografik değişkenlere göre farklılaşma durumu özetlenmiştir.

Tablo 30. Demografik Değişkenlere Göre Maneviyat Farklılaşma Durumu Özet Tablosu

	p	Fark Durumu	Fark Bulunan Gruplar
Yaş	0,042 $r_{s=}$0,119	var	
Yaş Grubu	0,011	var	Genç yaşlı (60-69)/Yaşlı yaşlı (70-81)
Cinsiyet	0,34	yok	
Medeni Durum	0,02	var	Evli-boşanmış
Sosyo-Ekonomik	0,964	yok	
Eğitim Durumu	0,007	var	Lise-ilkokul/ Üniversite-ilkokul
İkamet Durumu	0,404	yok	
Yaşlılık Algısı	<0,001	var	Nötr-Pozitif/ Negatif-Pozitif

Tabloya göre maneviyat puanı; yaş, yaş grubu, medeni durum, eğitim durumu ve yaşlılık algısı değişkenlerine göre anlamlı farklılaşma göstermektedir. Sonuçlara göre ilerleyen yaş, 70-81 yaş aralığında olmak, evli olmak, ilkokul mezunu olmak ve pozitif yaşlılık algısına sahip olmak yüksek maneviyat düzeyi ile ilişkili bulunmuştur.

[66] Park, *The Effects of Perceived Age, Religiosity, and Spirituality*, 133-134.

3.4. Maneviyat ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Örneklem Grubuna Göre İncelenmesi

60+ Tazelenme üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerin maneviyat puanlarına dair genel istatistiksel bilgiler aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 31. Katılımcıların Maneviyat Puan İstatistikleri

	N	$\bar{X}$	ortanca	tepe değer	min.	max.
Genel	295*	4,1111	4,2593	4,22	1,44	5,00
60+ Tazelenme	188	3,9650	4,1341	4,22	1,44	5,00
Diğer 60 yaş ve üzeri	107	4,3677	4,4444	4,30	2,85	5,00

*2 veri gözlemlenmemiştir.

Tablo 31 incelendiğinde katılımcıların genel maneviyat puan ortalamasının (4,11) "bana oldukça uygun" aralığında olduğu görülmektedir. 295 katılımcının maneviyat ortanca değeri 4,26, tepe değeri 4,22'dir. Maneviyat puanlarında en küçük 1,44 ve en büyük 5,00 puan alınmıştır. Diğer 60 yaş ve üzeri grubun maneviyat puan ortalaması (4,37) (bana tamamen uygun) 60+ Tazelenme öğrencisi yaşlı bireylerinkinden (3,97) (bana oldukça uygun) daha yüksek olduğu görülmektedir.

60+ Tazelenme üniversitesine devam eden yaşlı bireyler ile diğer 60 yaş ve üzeri yaşlı bireylerin maneviyat puanları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Testin sonuçları tablo 32'de verilmiştir.

Tablo 32. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 yaş ve üzeri Grubun Maneviyat Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları

Grup Türü	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	z	p
60+ Tazelenme öğrencileri	188	126,93	23863	6097	-5,625	<0,001
Diğer 60 yaş ve üzeri	107	185,02	19797			

Etki büyüklüğü: Eta-kare (η^2): 0,107; r: 0,3274

Tablo 32 incelendiğinde diğer 60 yaş ve üzeri grubun maneviyat puan sıra ortalamasının (185,02) 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencilerininkinden

(126,93) yüksek olduğu görülmektedir. Gözlemlenen bu fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (U=6097, z=-5,625, p<0,001).

Hesaplanan etki büyüklüğü incelendiğinde grup türünün maneviyat puanı üzerinde orta düzeyde (η^2=0,107) etkiye sahip olduğu görülmektedir.

60+ Tazelenme üniversitesine giden yaşlı bireyler ile diğer 60 yaş ve üzeri yaşlı bireylerin maneviyat alt boyut puanları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını tespit etmek amacıyla Mann-Whitney U testi uygulanmıştır (Tablo 33).

Tablo 33. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 Yaş ve Üzeri Grubun Maneviyat Alt Boyut Puanları Mann-Whitney U Test Sonuçları

	Grup Türü	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	z	P	Etki B. (η^2)
Manevi Başa Çıkma	60+Tazelenme öğrencileri	187	125,86	23536	5958	-5,923	<0,001	0,113
	Diğer 60+	107	185,32	19829				
Aşkınlık	60+Tazelenme öğrencileri	183	129,89	23770	6934	-4,657	<0,001	0,059
	Diğer 60+	107	172,2	18425				
Manevi Yaşantı	60+Tazelenme öğrencileri	186	118,45	22031	4640	-7,626	<0,001	0,197
	Diğer 60+	107	196,64	21040				
Anlam Arayışı	60+Tazelenme öğrencileri	187	133,1	24889	7311	-3,905	<0,001	0,05
	Diğer 60+	107	172,67	18476				
Manevi Hoşnutluk	60+Tazelenme öğrencileri	186	142,72	26546,5	9155,5	-1,144	0,253	
	Diğer 60+	107	154,43	16524,5				
Bağlantı	60+Tazelenme öğrencileri	188	133,29	25058,5	7292,5	-4,192	<0,001	0,052
	Diğer 60+	107	173,85	18601,5				
Tabiatla Uyum	60+Tazelenme öğrencileri	187	159,3	29789,5	7797,5	-3,171	0,002	0,034
	Diğer 60+	107	126,87	13575,5				

Yukarıdaki tablo incelendiğinde manevi başa çıkma (U=5958; z=-5,923), aşkınlık (U=6934; z=-4,657), manevi yaşantı (U=4640; z=-7,626), anlam arayışı

(U=7311; z=-3,905) ve bağlantı (U=7292,5; z=-4,192) alt boyutlarında diğer 60 yaş ve üzeri yaşlı katılımcıların sıra ortalama puanlarının 60+ Tazelenme öğrencilerininkinden anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,001$). Tabiatla uyum alt boyutunda 60+ Tazeleneme öğrencilerinin sıra ortalamaları (159,3) diğer 60 yaş ve üzeri grubunkinden (126,87) istatistiksel açıdan manidar şekilde daha yüksek çıkmıştır (U=7797,5; z=-3,171; $p=0,002<0,05$). Manevi hoşnutluk alt boyutunda gözlemlenen farklılık ise istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (U=9155,5; z=-1,144; $p=0,253>0,05$).

Hesaplanan etki büyüklüğü verilerine göre diğer 60 yaş ve üzeri grupta olmanın manevi yaşantı üzerinde yüksek düzeyde ($\eta^2=0,197$; r=0,4443), manevi başa çıkma ($\eta^2=0,113$; r=0,3366) üzerinde orta düzeyde, anlam arayışı ($\eta^2=0,05$; r=0,2241), bağlantı ($\eta^2=0,052$; r=0,2288) ve aşkınlık ($\eta^2=0,059$; r=0,2434) üzerinde düşük düzeyde etkisi bulunmaktadır. 60+ Tazelenme öğrencisi grubunda yer almanın tabiatla uyum üzerinde düşük düzeyde etkisi belirlenmiştir ($\eta^2=0,034$; r=0,1833).

Tablo 32 ve 33'teki veriler birlikte incelendiğinde 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri grup arasında hem maneviyat puan ortalamaları arasında hem de maneviyatın 6 alt boyutu arasında manidar farklılık görülmektedir. Bulgulara dayanarak *"60+ Tazelenme üniversitesine devam eden yaşlı bireyler ile diğer 60 yaş ve üzeri bireylerin maneviyat ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı farklılaşma yoktur."* hipotezi yalnızca manevi hoşnutluk alt boyutu için doğrulanmıştır. Maneviyat puanı, manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, anlam arayışı, bağlantı ve tabiatla uyum alt boyutları için doğrulanmamıştır.

İki grubunun maneviyat puanları arasında görülen farklılık maneviyat anlayışlarındaki farka dayanıyor olabilir. Maneviyatın dinî ve din dışı kişisel kutsal, anlam ve arayış deneyimlerinin bütününü kapsadığı düşünülmektedir.[67] 60+ Tazelenme öğrencilerinin tabiatla uyum alt boyutunda anlamlı şekilde yüksek puan alması maneviyatı daha ziyade doğayla kurulan bir bağ olarak görmesinin bir sonucu olabilir. Diğer 60 yaş ve üzeri grubun manevi başa

[67] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 1289.

çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, anlam arayışı ve bağlantı alt boyutlarında aldığı yüksek puan, maneviyatı aşkın varlık inancı ve manevi pratikler olarak görmesinin bir yansıması olabilir.

3.5. Amaç Bilinci Ölçeği ile Maneviyat Ölçeği Puanları ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Amaç bilinci puanı ile maneviyat ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki bulup bulunmadığını test etmek amacıyla nonparametrik Spearman korelasyon testi uygulanmıştır. Sonuçlar aşağıdaki tablo 34'te gösterilmiştir.

Tablo 34. Amaç Bilinci ve Maneviyat Puanı İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları

	N	r_s	p	R^2
Amaç Bilinci-Maneviyat	289	0,503	<0,001	0,253

Tablo 34'te yer alan amaç bilinci puanı ile maneviyat puanı arasında bir ilişkinin olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Spearman korelayon test sonuçlarına göre maneviyat ile amaç bilinci arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r_s=0,503; p<0,001). Diğer bir ifadeyle yaşlı bireylerde maneviyat düzeyi arttıkça amaç bilincinin arttığı söylenebilir. Hesaplanan determinasyon katsayısına göre (R^2=0,253) maneviyat değişkeninin amaç bilinci puanlarındaki değişimin %25,3'ünü açıkladığı belirtilebilir. Aynı şekilde yaşlı bireylerin maneviyat puanlarındaki toplam varyansın %25,3'ünün amaç bilincinden kaynaklandığı ifade edilebilir.

Korelasyon analiz sonuçları değişkenler arasında neden-sonuç bağlamında bir yorumlama olanağı vermemekle birlikte hangi düzeyde ve hangi yönde değiştikleri konusunda fikir verir.[68] Buna göre amaç bilinci ve maneviyat değişkenlerinin birlikte orta düzeyde ve pozitif yönde değiştikleri söylenebilir.

Amaç bilinci ve maneviyat ölçek alt boyutları arasında karşılıklı ilişkiyi araştırmak amacıyla Sperman korelasyon testleri yapılmıştır. Sonuçlar tabloda gösterilmektedir.

[68] Büyüköztürk, *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı*, 34.

Tablo 35. Amaç Bilinci ve Maneviyat Ölçeği Alt Boyutları İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları

			Amaç Bilinci Ölçeği		
			Amacı Ayrımsama	**Amacın Bilincinde Olma**	**Özgeci Amaç**
Maneviyat Ölçeği	**Manevi Başa Çıkma**	R_s	0,347	0,269	0,362
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	288	288	288
	Aşkınlık	R_s	0,287	0,278	0,373
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	284	284	284
	Manevi Yaşantı	R_s	0,259	0,196	0,332
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	287	287	287
	Anlam Arayışı	R_s	0,389	0,301	0,410
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	288	288	288
	Manevi Hoşnutluk	R_s	0,398	0,301	,231
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	287	287	287
	Bağlantı	R_s	0,305	0,290	0,394
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	289	289	289
	Tabiatla Uyum	R_s	0,269	0,303	0,283
		p	**<,001**	**<,001**	**,001**
		N	288	288	288

Tablo 35'te araştırmaya katılan bireylerin Maneviyat ölçeği ile Amaç Bilinci ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkinin incelendiği korelasyon katsayıları ve istatistiksel anlamlılığı gösteren p değerleri yer almaktadır. İncelenen korelasyon katsayıları ve p değerlerine göre elde edilen sonuçlar şunlardır:

- Tüm maneviyat ölçeği alt boyutları ile tüm amaç bilinci ölçeği alt boyutları arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler bulunmaktadır ($p<0,001$).
- Amaç bilinci ölçeği amacı ayrımsama alt boyutu ile Maneviyat ölçeği aşkınlık, manevi yaşantı ve tabiatla uyum alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve düşük düzeyde ($0<r_s<0,30$); manevi başa çıkma, anlam

arayışı, manevi hoşnutluk ve bağlantı alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişki tespit edilmiştir.

- Amaç bilinci ölçeği amacın bilincinde olma alt boyutu ile Maneviyat ölçeği manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı ve bağlantı alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı, pozitif yönlü ve düşük düzeyde ($0<r_s<0,30$); anlam arayışı, manevi hoşnutluk ve tabiatla uyum alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişki tespit edilmiştir.
- Amaç bilinci ölçeği özgeci amaç alt boyutu ile Maneviyat ölçeği manevi hoşnutluk ve tabiatla uyum alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı, pozitif yönlü ve düşük düzeyde ($0<r_s<0,30$); manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, anlam arayışı ve bağlantı alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişki tespit edilmiştir.
- Amaç bilinci ölçeği ile maneviyat ölçeği alt boyutları arasında bulgulanan en yüksek düzeyde ilişki özgeci amaç ile anlam arayışı arasındadır ($r_s=0,4$; $p<0,001$).

Tüm ölçek boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif ilişkiler bulunmaktadır. Tablo 34 ve tablo 35 birlikte değerlendirildiğinde bulgular yüksek maneviyat düzeyi ile amaç bilinci arasında bir ilişkinin varlığına işaret etmektedir. *"Maneviyat puanı ve alt boyutları ile amaç bilinci puanı ve alt boyutları arasında pozitif ilişki vardır."* hipotezi doğrulanmıştır. Buna göre maneviyat düzeyleri görece yüksek olan yaşlı bireylerin daha yüksek bir amaç bilincine sahip oldukları söylenebilir. Bulgular maneviyatın amaç bilincine sahip olma konusunda önemli rol oynadığına işaret etmektedir.

Araştırmada maneviyat ölçeği ile amaç bilinci ölçeğinin tüm boyutlarının birbirleriyle anlamlı pozitif ilişkiler gösterdiği bulunmuştur. Benzer ilişkiler farklı ölçeklerle yapılan bazı çalışmalarda belirlenmiştir. Toprak'ın çalışmasında maneviyat ifadeleri envanteri alt boyutları ile yaşam amaçlarının içsel yaşam amacı alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca maneviyatın içsel yaşam amaçları aracılığıyla iyi oluşa katkı sağladığı

görülmüştür.[69] Özgecilik insanın hayatına anlam veren ve en zor koşullarda dahi ondan alınamayan bir özelliktir.[70] Anlam arayışını destekler. Literatürde özgecilik ve maneviyatın yaşam amacına olumlu etki eden faktörler olduğu ortaya konmuştur.[71] Bu çalışmada özgeci amacın maneviyat ile en yakın ilişkili boyut olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla özgeci amaç ve anlam arayışı alt boyutları arasındaki ilişkiye dair bulguların literatürle uyumlu olduğu söylenebilir.

3.6. Amaç Bilinci Ölçeği ile Maneviyat Ölçeği Puanları ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Örneklem Grubuna Göre İncelenmesi

Amaç bilinci puanı ile maneviyat puanı arasındaki ilişkinin 60+ grup türü düzeyinde incelenebilmesi amacıyla nonparametrik Spearman korelasyon testleri yapılmıştır. Sonuçlar tablo 36'da yer almaktadır.

Tablo 36. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 yaş ve üzeri Grubun Amaç Bilinci ve Maneviyat Puanı İlişkisi Spearman Korelasyon Test Sonuçları

Amaç Bilinci-Maneviyat İlişkisi	N	r_s	P	R^2
60+ Tazelenme öğrencileri	185	0,462	<0,001	0,213
Diğer 60 yaş ve üzeri	104	0,638	<0,001	0,407

60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri grubun amaç bilinci ile maneviyat puanları arasında anlamlı ilişkinin var olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Spearman korelasyon test sonucuna göre her iki grup türü düzeyinde amaç bilinci ve maneviyat arasında pozitif yönde anlamlı ilişki belirlenmiştir. 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencilerinde maneviyat ve amaç bilinci arasında orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki (r_s=0,462, p<0,001) tespit edilmiştir. Diğer 60 yaş ve üzeri grupta maneviyat ve amaç bilinci arasında orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulgulanmıştır (r_s=0,638, p<0,001).

Her iki grup için de maneviyat ve amaç bilinci puanları arasındaki ilişki pozitif yönlü ve orta düzeyde olmakla birlikte, diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde ilişkinin gücü (R^2=0,407) 60+ Tazelenme öğrencilerinde (R^2=0,213) olduğundan daha yüksektir. 60+ Tazelenme öğrencilerinde maneviyat amaç bilincindeki değişimin %21,3'ünü açıklarken diğer grupta bu oranın %40,7 olduğu görülmektedir. İki

[69] Toprak, *Maneviyat, Yaşam Amaçları ve Iyi Oluş Arasındaki İlişki*, 87.
[70] Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 77-78.
[71] Xi vd., "Gender Differences in Purpose in Life", 368.

grupta maneviyatın amaç bilincini farklı düzeyde etkilemesinin nedeni amaç bilincini besleyen kaynaklar arasında maneviyatın edindiği yer bakımından katılımcılar arasında görülen farklılık olabilir.

Maneviyat kişiyi amaçlarına yönelten itici bir kuvvet,[72] hedef duygusunu besleyen bir kaynak olabilmektedir.[73] Dini ve manevi gelenekler insan hayatına anlam ve amaç kazandıran fırsatlar ve buna uygun rehberlik sunar.[74] Güler'in araştırmasında manevi değerlere verilen önemin genç bireylerde yaşam amaçlarını anlamlı olarak artırdığı bulunmuştur.[75] Xi'nin çalışmasına göre özgecilik ve maneviyat yaşam amacını olumlu etkilemektedir.[76] Gençlik araştırmalarında üniversite öğrencileri arasında dindarlık düzeyi ile içsel yaşam amaçları arasında pozitif, maddi kazanç ve fiziksel görünüm gibi dışsal amaçlar arasında negatif ilişki olduğu,[77] maneviyatın yaşam amacını doğrudan artırarak akademik başarıyı etkilediği belirlenmiştir.[78] Bununla beraber maneviyat haricinde amaçları besleyen farklı inanç dışı kaynaklar da olabilir.[79] 60+ Tazelenme öğrencileri ile diğer 60 yaş arasında amaç bilinci ve maneviyat ilişki gücü farklılığı bu durumdan kaynaklanabilir.

60+ Tazelenme üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılarda amaç bilinci ölçeği alt boyutları ile maneviyat ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkinin incelenebilmesi amacıyla yapılan nonparametrik Spearman korelasyon testlerinin sonuçları tablo 37 ve 38'da gösterilmiştir.

Tablo 37. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencilerinin Amaç Bilinci ve Maneviyat Alt Boyutları Arasındaki İlişki Spearman Korelasyon Test Sonuçları

	Amaç Bilinci Ölçeği		
	Amacı Ayrımsama	**Amacın Bilincinde Olma**	**Özgeci Amaç**

[72] Emmons, "Spirituality", 63.
[73] Şirin, "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 1290.
[74] Plante, "What the Spiritual and Religious Traditions Offer Psychologists", 215.
[75] Güler vd., "Z Kuşağının Yaşam Anlam ve Amaç Algılarının İncelenmesi", 195.
[76] Xi vd., "Gender Differences in Purpose in Life", 368.
[77] Monis - Tokur, "Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amacı Alt Boyutları ve Dindarlık İlişkisi", 165-166.
[78] Greenway, "The Role of Spirituality in Purpose in Life And Academic Engagement", 2.
[79] McKnight - Kashdan, "Purpose in Life as a System That Creates and Sustains Health and Well-Being", 243.

Maneviyat Ölçeği	**Manevi Başa Çıkma**	R_s	,263	,292	,302
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	184	184	184
	Aşkınlık	R_s	,235	,297	,318
		p	**<,002**	**<,001**	**<,001**
		N	180	180	180
	Manevi Yaşantı	R_s	,191	,252	,271
		p	**<,010**	**<,001**	**<,001**
		N	183	183	183
	Anlam Arayışı	R_s	,338	,321	,353
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	184	184	184
	Manevi Hoşnutluk	R_s	,357	,287	,140
		p	**<,001**	**<,001**	,059
		N	183	183	183
	Bağlantı	R_s	,253	,311	,338
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	185	185	185
	Tabiatla Uyum	R_s	,279	,213	,281
		p	**<,001**	**,004**	**<,001**
		N	184	184	184

Tablo 37'ye göre 60+Tazelenme Üniversitesi öğrencilerinde maneviyat ölçeği alt boyutları ile amaç bilinci ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiye dair elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibidir:

- Manevi hoşnutluk ve özgeci amaç alt boyutları hariç ($p=0,059>0,05$) diğer tüm alt boyutlarda istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler bulunmaktadır.
- Amaç bilinci ölçeği amacı ayrımsama alt boyutu ile Maneviyat ölçeği manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, tabiatla uyum ve bağlantı alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve düşük düzeyde ($0<r_s<0,30$); anlam arayışı ve manevi hoşnutluk alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişki tespit edilmiştir.
- Amaç bilinci ölçeği amacın bilincinde olma alt boyutu ile Maneviyat ölçeği manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, manevi hoşnutluk ve tabiatla uyum alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı, pozitif yönlü ve düşük düzeyde ($0<r_s<0,30$); anlam arayışı, ve bağlantı alt

boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişki tespit edilmiştir.

- Amaç bilinci ölçeği özgeci amaç alt boyutu ile Maneviyat ölçeği manevi yaşantı ve tabiatla uyum alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı, pozitif yönlü ve düşük düzeyde ($0<r_s<0,30$); manevi başa çıkma, aşkınlık, anlam arayışı ve bağlantı alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişki tespit edilmiştir. Manevi hoşnutluk ve özgeci amaç arasındaki ilişki istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p=0,059>0,05$).
- Amaç bilinci ölçeği amacı ayrımsama alt boyutu ile en yüksek düzeyde ilişkili maneviyat alt boyutlarının manevi hoşnutluk ($r_s=0,357$) ve anlam arayışı ($r_s=0,338$) olduğu görülmektedir. Amacın bilincinde olma alt boyutu ile en yüksek düzeyde ilişkili maneviyat boyutları ise anlam arayışı ($r_s=0,321$) ve bağlantı ($r_s=0,311$) alt boyutlarıdır. Özgeci amaç alt boyutu da benzer şekilde en fazla anlam arayışı ($r_s=0,353$) ve bağlantı ($r_s=0,338$) alt boyutları ile ilişkili çıkmıştır.

Tüm ölçek boyutlarında (manevi hoşnutluk ve özgeci amaç boyutları hariç) istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif ilişkiler bulunmaktadır. Tablo 36 ve 37 birlikte değerlendirildiğinde bulgular 60+ Tazelenme öğrencilerinde maneviyat düzeyi ile amaç bilinci ve alt boyutları arasında pozitif bir ilişkinin varlığına işaret etmektedir.

Alt boyutlar arasındaki korelasyon sonuçları incelendiğinde 60+ Tazelenme öğrencilerinde amacı ayrımsama alt boyutunun en fazla manevi hoşnutluk ile; amacın bilincinde olma ve özgeci amaç alt boyutlarının ise en fazla anlam arayışı ile ilişkili olduğu görülmektedir.

Amacı ayrımsama kişinin hayatındaki amaçların varlığına dair öznel duygusudur. Manevi hoşnutluğu yüksek olan, kendinden ve hayatından memnun bireyler hayatlarındaki amacı bulduklarını düşündükleri için amaç farkındalıkları yüksek olabilmektedir.

Amacın bilincinde olma alt boyutu eyleme dönük ve amaçları konusunda netlik kazanmayla ilgilidir. Özgeci amaç ise kişinin etrafına olumlu bir katkı sağlama

ve faydalı olma arzusudur.[80] Her ikisinin maneviyatın en fazla anlam arayışı alt boyutuyla ilişkili olması anlam arayışının amaç arayışını içermesinden kaynaklanmaktadır.

Tablo 38'de diğer 60 yaş ve üzeri bireylerin amaç bilinci ve maneviyat alt boyutları arasındaki ilişki Spearman korelasyon sonuçları yer almaktadır.

Tablo 38. Diğer 60 Yaş ve Üzeri Bireylerin Amaç Bilinci ve Maneviyat Alt Boyutları Arasındaki İlişki Spearman Korelasyon Test Sonuçları

			Amaç Bilinci Ölçeği		
			Amacı Ayrımsama	**Amacın Bilincinde Olma**	**Özgeci Amaç**
Maneviyat Ölçeği	**Manevi Başa Çıkma**	R_s	,526	,393	,475
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	104	104	104
	Aşkınlık	R_s	,412	,380	,491
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	104	104	104
	Manevi Yaşantı	R_s	,348	,276	,454
		p	**<,001**	**,005**	**<,001**
		N	104	104	104
	Anlam Arayışı	R_s	,462	,348	,485
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	104	104	104
	Manevi Hoşnutluk	R_s	,455	,351	,367
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	104	104	104
	Bağlantı	R_s	,378	,352	,485
		p	**<,001**	**<,001**	**<,001**
		N	104	104	104
	Tabiatla Uyum	R_s	,306	,411	,316
		p	**,002**	**<,001**	**,001**
		N	104	104	104

Tablo 38'e göre diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde maneviyat ölçeği alt boyutları ile amaç bilinci ölçeği alt boyutları ilişkisine dair elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibidir:

- Amaç bilince ve maneviyat ölçeklerinin tüm alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif yönlü ilişkiler bulunmaktadır.

[80] Sharma vd., "Sense of Purpose Scale", 195.

- Amaç bilinci ölçeği amacı ayrımsama alt boyutu ile Maneviyat ölçeği tüm alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişkiler tespit edilmiştir.
- Amaç bilinci ölçeği amacın bilincinde olma alt boyutu ile Maneviyat ölçeği manevi yaşantı arasında istatistiksel açıdan anlamlı, pozitif yönlü ve düşük düzeyde ($r_s=0,276$); manevi başa çıkma, aşkınlık, anlam arayışı, manevi hoşnutluk, tabiatla uyum ve bağlantı alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişki tespit edilmiştir.
- Amaç bilinci ölçeği özgeci amaç alt boyutu ile Maneviyat ölçeği tüm alt boyutları arasında anlamlı, pozitif yönlü ve orta düzeyde ($0,30<r_s<0,70$) ilişkiler tespit edilmiştir.
- Amaç bilinci ölçeği amacı ayrımsama alt boyutu ile en yüksek düzeyde ilişkili maneviyat alt boyutlarının manevi başa çıkma ($r_s=0,526$) ve anlam arayışı ($r_s=0,462$) olduğu görülmektedir. Amacın bilincinde olma alt boyutu ile en yüksek düzeyde ilişkili maneviyat boyutları ise tabiatla uyum ($r_s=0,411$) ve manevi başa çıkma ($r_s=0,393$) alt boyutlarıdır. Özgeci amaç alt boyutu en fazla aşkınlık ($r_s=0,491$), anlam arayışı ($r_s=0,485$) ve bağlantı ($r_s=0,485$) alt boyutları ile ilişkili çıkmıştır.

Tüm ölçek boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif ilişkiler bulunmaktadır. Tablo 36 ve tablo 38 birlikte değerlendirildiğinde bulgular diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde maneviyat düzeyi ile amaç bilinci ve alt boyutları arasında pozitif bir ilişkinin varlığına işaret etmektedir.

Alt boyutlar arasındaki korelasyon sonuçlarına göre diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde amacı ayrımsama alt boyutunun en fazla ilişkili olduğu maneviyat alt boyutu manevi başa çıkma olmuştur. Amacı ayrımsama bireylerdeki amaç farkındalığı olarak tanımlanırsa, bu öznel duygunun 60 yaş üstü bireylerde bir manevi başa çıkma kaynağı olarak görüldüğü söylenebilir.

Amacın bilincinde olma en fazla tabiatla uyum boyutu ile; özgeci amaç ise en fazla aşkınlık ile ilişkili olduğu görülmektedir. 60 yaş ve üzeri bireylerde tabiattaki canlılık ve enerjinin hayattaki nihai amacın önemli bir yönü olarak görüldüğü söylenebilir. Başkalarına yardım davranışlarını içeren özgeci amaç

boyutu fedakarlıkların aşkın bir varlığa inanç ile beslenebildiğine işaret etmektedir.

3.7. Diğer Bulgular

Katılımcı özellikleri betimsel istatistik analizi yapılırken 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri arasında pozitif yaşlılık algısı oranının (%75,8) diğer 60 yaş ve üzeri bireylere göre (%61,7) daha yüksek olduğu tespit edilmişti. Bu farkın manidar olup olmadığını incelemek amacıyla yapılan Ki-Kare test sonucu tablo 39'da gösterilmiştir.

Tablo 39. 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri ile Diğer 60 yaş ve üzeri Bireylerin Yaşlılık Algısını Karşılaştıran Ki-Kare Test Sonuçları

sd	x^2	p	İlişkinin Gücü
2	10,503	0,005	0,186

Tablodaki verilere göre 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılar arasında yaşlılık algısı manidar olarak farklılaşmaktadır (x^2(2, N=293)=10,503; p=0,005<0,05). Katılımcılar arasında 60+ Tazelenme üniversitesi öğrencilerinin diğer gruba göre daha pozitif bir yaşlılık algısına sahip olduğu söylenebilir.

Zielinska ve Sas'ın araştırmasında üçüncü yaş üniversitesi öğrencilerinin %72.1'i pozitif yaşlılık algısına sahiptir. Yüksek eğitimlilerin yaşlılık algısı daha pozitif olabilmektedir.[81] Üçüncü yaş üniversitesinde alınan bir yıllık eğitim sonunda yapılan araştırma sonuçlarına göre katılımcıların yaşlılığa yönelik algısının pozitif yönde geliştiği görülmüştür.[82]

Üçüncü Yaş Üniversite programlarının seçme, optimizasyon ve ödünleme (SOC) modeline uygun olarak yaşlı bireylerin zayıf yönlerini telafi edebilen ve halihazırdaki kapasitelerini geliştiren bir eğitim modeli olduğu ortaya konmuştur.[83] 60+ Tazelenme programları bireylerin yaşlılığa daha iyi

[81] H - K, "The Sense of Coherence, Self-Perception of Aging and the Occurrence of Depression Among the Participants of the University of the Third Age Depending on Socio-Demographic Factors", 1489.
[82] Bužgová vd., "The Importance of the University of the Third Age to Improved Mental Health and Healthy Aging of Community-Dwelling Older Adults", 184.
[83] Cachioni vd., "Predictors of Wellbeing Among Older Adults Participants of a U3A", 11.

hazırlanmasını sağlamaktadırlar.[84] Üniversitede sosyal ilişkiler kurma yoluyla zayıf gördükleri yönlerini telafi edebilmektedirler. Kendi yaşlılıklarına dair pozitif algıları bu yolla daha fazla güçleniyor olabilir. Zira aile dışında sosyalleşebilen yaşlı bireylerin yaşlılık algısı daha olumlu olabilmektedir.[85] Araştırma bulguları 60+ Tazelenme Üniversitesine giden yaşlı bireylerin yaşlılığa daha pozitif yaklaştıklarını doğrulamaktadır.

[84] Tufan, *Türkiye'de Yaşlı Eğitimi*, 163-218.
[85] Tufan, *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlanmak*, 199.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Amaç bilinci ile maneviyat arasında pozitif orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Amaç bilinci ile maneviyat arasında bulgulanan anlamlı ilişkinin yaşlı bireylerde maneviyatın amaç bilincine olumlu etkisinin bir yansıması olduğu söylenebilir. Maneviyatın amaç bilincindeki yükselmeye eşlik ettiği görülür. Hem maneviyat hem de amaç bilinci birbirini olumlu yönde etkileyebilmektedir.

Demografik değişkenlere göre yapılan incelemelerde amaç bilincinin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu ve ikamet durumuna göre farklılaşmadığı fakat sosyo-ekonomik düzey ve yaşlılık algısı değişkenine göre istatistiksel olarak manidar farklılık gösterdiği bulunmuştur. Sosyo-ekonomik düzey bakımından düşük-orta ve düşük-yüksek katılımcıların amaç bilinci puanları anlamlı farklılık göstermektedir. Düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip yaşlı bireylerin amaç bilinci de daha düşük olmaktadır. Ekonomik ve sosyal imkanların yüksek olmasının özellikle yaşlı bireylerde yeni amaçlar edinme ve bunların farkına varmayı sağlamada katkısı olduğu anlaşılmaktadır.

Amaç bilinci pozitif yaşlılık algısına sahip bireyler lehine anlamlı şekilde daha yüksektir. Kendi yaşlılığına dair olumlu görüşün bireyin amaçları üzerine düşünebilmesini ve geleceğe yönelik farkındalık kazanmasını kolaylaştırdığı söylenebilir.

Amaç bilinci ile yaş arasında anlamlı bir fark olmamakla birlikte yaş grubuna göre yaşlı-yaşlı bireylerin (70-81) genç-yaşlı bireylerden (60-69) daha yüksek amaç bilincine sahip olduğu görülmektedir. Benzer durum cinsiyet değişkeni için de geçerlidir ve erkek katılımcıların amaç bilinci puanları kadın katılımcılarınkinden anlamlı olmamakla birlikte daha yüksek çıkmaktadır. 70-81 yaş ile erkek katılımcıların maneviyat puanlarının diğer gruplara göre daha yüksek olması dikkat çekicidir. Özellikle ilerleyen yaşlarda amaç bilincinin düşmesi beklenir. Araştırmada daha yaşlı grubun amaç bilincinin daha yüksek çıkmasını yorumlamak gerekirse, korelasyon analizleriyle amaç bilinci ve maneviyat arasında bulgulanan anlamlı ve pozitif yönlü ilişki ışığında yaşla birlikte azalması muhtemel amaç bilincini maneviyatın dengelediği söylenebilir. Yaşlılıkta artan maneviyat, amaç bilincinin korunmasını sağlayabilir.

Amaç bilinci ve demografik değişkenler arasındaki farklılaşmanın 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılarda ayrı ayrı incelendiği analiz sonuçlarına göre diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde medeni durum ve ikamet durumu değişkenlerine göre amaç bilinci puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Buna göre diğer 60 yaş ve üzeri grupta evli olanların amaç bilinci eşi ölmüş bireylere göre anlamlı şekilde daha yüksektir. Evlilik amaç bilincine olumlu etki eden bir unsurdur. İkamet durumu bu grup için önemli bir farklılık oluşturmaktadır ve ailesi ile birlikte yaşayan bireylerin amaç bilinci yalnız yaşayanlara göre daha yüksektir.

60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri arasında ikamet ve medeni durum amaç bilincinde bir farklılaşma oluşturmamaktadır. Bu durum 60+ Tazelenme programına devam etmenin, yalnız yaşayan ve/veya eşi ölmüş bireylerin amaç bilincine katkı sağlamasından ileri geliyor olabilir. Yaşam boyu gelişimin yaşlılık kuramı olarak adlandırılan seçme, optimizasyon ve ödünleme (SOC) kuramına göre yaşlılıkta bireyler bazı kayıp ve eksikliklerini farklı imkânlarla telafi etme yoluna giderler. Böylelikle kazanım odaklı bir ilerleme yaşlılık döneminde de mümkün olur. Dolayısıyla bu kuramdan hareketle normalde amaç bilinci daha düşük olabilen yalnız ve eşi ölmüş yaşlı bireyler açısından 60+ Tazelenme Üniversitesi'nin bir telafi işlevi gördüğü söylenebilir. Burada katıldıkları etkinlikler, sosyalleşme ve öğrenme süreçleri katılımcıların amaç bilincine olumlu etki ediyor olabilir.

Grup türü bazında yapılan incelemelere göre amaç bilincinin sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşması 60+ Tazelenme öğrencileri için geçerlidir. Ancak diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılarda sosyo-ekonomik düzey değişkeninin amaç bilinci üzerinde bir farklılık oluşturmadığı bulunmuştur. Buna göre 60+ Tazelenme öğrencileri arasında düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip yaşlı bireylerin amaç bilinci de daha düşük olmaktadır. Amaç bilincinin sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşması beklenen bir durum olmasına rağmen diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılarda görülmemesi sosyo-ekonomik farkların amaç bilincine yansımasını önleyen farklı parametreler bulunduğunu düşündürmektedir. Örneğin diğer 60 yaş ve üzeri grubun genel maneviyat

puanının yüksek olması amaç bilincini dengeleyerek sosyo-ekonomik duruma rağmen fark oluşmasını engelleyen faktörlerden biri olabilir.

Yaşlılık algısı hakkında elde edilen sonuçlar dikkat çekicidir. 60+ Tazelenme Üniversitesi'ne giden yaşlı bireylerin pozitif yaşlılık algısının diğer 60 yaş ve üzeri gruptan anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür. Her iki gruptaki yaşlı bireylerin kendi yaşlılık dönemlerine dair algısı çoğunlukla pozitif olmasına karşılık 60+ Tazelenme Üniversitesi'ne devam eden öğrencilerin anlamlı derecede daha pozitif çıkması bu grubun algısına etki eden başka unsurlar olabileceğini gösterir. Aktivite kuramına göre yaşam doyumu ile aktif etkinlikler arasında pozitif bir ilişki vardır. Yaşlı bireyin genel hareketliliği azalsa bile farklı ortamlarda çeşitli etkileşimler kurarak mutluluğunu ve yaşam memnuniyetini dengeleyebilmektedir. Bu kuramdan hareketle aktif yaşlanmayı amaçlayan bir eğitim programına katılmanın, yeni sosyal ilişkiler geliştirmenin ve sosyal yaşama katılmanın yeni imkanlarına sahip olmanın 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencilerinin yaşlılık algısını daha pozitif kıldığı söylenebilir.

60+ Tazelenme üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri grupta amaç bilinci ve alt boyutlarının anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. İstatistiksel açıdan anlamlı bulunmamakla birlikte amacı ayrımsama ve özgeci amaç alt boyut puanları diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılarda, amacın bilincinde olma alt boyut puanı ise 60+ Tazelenme öğrencilerinde daha yüksektir. Amacın bilincinde olma alt boyutu amaç bilincinin eyleme dönük yönünü temsil etmektedir. 60+ Tazelenme programına katılan bireylerde amacın eyleme dönüşme yönü biraz daha ağır basıyor olabilir. Buna mukabil diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılarda başkalarının huzuru için yaşama düşüncesi ile teorik bakımdan amacın farkında olma görülmektedir.

Maneviyatın cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve ikamet durumuna göre anlamlı olarak değişmediği görülmüştür. Bu değişkenlerin maneviyat puanlarındaki rolünün yeterince fark oluşturmadığı söylenebilir. Ancak cinsiyet açısından erkeklerin, sosyo-ekonomik bakımdan orta düzeyde olanların ve ikamet olarak aile ile birlikte yaşayan yaşlı bireylerin maneviyat puanlarının diğerlerinden daha yüksek olduğu görülmüştür.

Maneviyatın yaş, yaş grubu, medeni durum, eğitim durumu ve yaşlılık algısına göre anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. İlerleyen yaş, 70-81 yaş aralığında olmak, evli olmak, ilkokul mezunu olmak ve pozitif yaşlılık algısına sahip olmak yüksek maneviyat düzeyine işaret eden değişkenlerdir. Sonuçlara göre ilerleyen yaş ile birlikte maneviyat artmaktadır. 70-81 yaş aralığındaki yaşlı bireylerin maneviyatı 60-69 yaş grubundan anlamlı derecede yüksektir. Bu durum 70 yaşından sonra bireylerin daha aşkın bir bağ kurma ihtiyacından ileri gelir. Geroaşkınlık teorisinde belirtildiği gibi bu yaşlarda insanın manevi gelişime daha müsait hale gelmesi beklenen bir durumdur. Erikson'un psikososyal gelişim teorisine göre bütünlük evresinde olan birey geçmişi ve şimdiki zamanı beraber sentezleyerek bugüne bir anlam kazandırabilir. Hayatının bir anlamı ve amacı olduğunu idrak ederek bütünlük kazanabilenler bilge bir yaklaşıma sahip olabilirler.

Maneviyat ile medeni durum arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Sonuçlara göre evli yaşlı bireylerin maneviyat puanları boşanmış yaşlı bireylere göre anlamlı derecede daha yüksektir. Eşler ileri yaşlarda hem karşılaşılan sorunların çözümünde hem de maneviyat noktasında güç alınabilen önemli kaynaklardan biridir. Maneviyat puanları eğitim durumuna göre incelendiğinde, etki büyüklüğü olarak düşük düzeyde olmakla birlikte, ilkokul mezunlarının lise ve üniversite mezunu yaşlılara göre maneviyatlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Eğitim durumu ile maneviyat arasındaki bu ilişki alt gruplarda gözlemlenmemiştir.

Maneviyat yaşlılık algısına göre farklılaşmaktadır. Pozitif yaşlılık algısına sahip olanların maneviyat puanları istatistiksel olarak daha yüksektir. Bu durum hem 60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri hem de diğer grup için geçerlidir. Maneviyatı yüksek olan insanlar hayatın akışıyla gelen yaşlılık dönemiyle daha barışık olabilmektedir. Manevi başa çıkma yaşlı bireyin kendisine, hayatına ve geçirdiği evrelere bakış açısını daha pozitif hale getirebilir.

60+ Tazelenme Üniversitesi öğrencileri ile diğer 60 yaş ve üzeri yaşlı bireylerin maneviyat puanları ve alt boyutları üzerinde yapılan analizlere göre diğer 60 yaş grubunun maneviyat puanı Tazelenme öğrencilerine göre anlamlı şekilde daha

yüksektir. Maneviyatın manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, anlam arayışı ve bağlantı alt boyutlarında diğer 60 yaş ve üzeri yaşlı katılımcıların; tabiatla uyum alt boyutunda ise 60+ Tazelenme öğrencilerinin manidar olarak daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Manevi hoşnutluk alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmamıştır. İki grubunun maneviyat puanları arasında görülen farklılığın maneviyat anlayışlarındaki farka dayanıyor olabileceği düşünülmektedir. Maneviyat kutsal ve dini pratikleri içerebildiği gibi sanat, doğa ve çevreyle ilişkilerden beslenen bir anlam kaynağıdır. 60+ Tazelenme öğrencilerinin tabiatla uyum alt boyutunda anlamlı şekilde yüksek puan almaları, maneviyatı daha ziyade doğayla kurulan bir bağ olarak görmelerinden ileri geliyor olabilir. Diğer 60 yaş ve üzeri gruptaki bireyler ise maneviyatı aşkın varlık inancı ve manevi pratikler olarak görüyor olabilir.

Araştırma sonucunda amaç bilinci ölçeği ve maneviyat ölçeğinin tüm alt boyutları arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. En yüksek ilişki amaç bilincinin özgeci amaç alt boyutu ile maneviyatın anlam arayışı alt boyutları arasındadır. Anlam arayışının amaç bilincine en yakın boyut olduğu görülmüştür. Anlam arayışı hem amaçları içeren hem de besleyen bir süreçtir. Başkalarının iyiliğine yönelik özgeci amaçlara sahip olan yaşlıların maneviyatın anlam boyutunda yüksek puanlar alması özgeciliğin maneviyatı besleyen önemli anlam yapılarından biri olmasından ileri geliyor olabilir.

Amaç bilinci ile maneviyat arasında tespit edilen orta düzeyde anlamlı pozitif ilişkinin grup türü düzeyinde hem 60+ Tazelenme öğrencileri hem de diğer 60 yaş ve üzeri katılımcılar için aynı şekilde geçerli olduğu ortaya konmuştur. Ancak diğer 60 yaş ve üzeri grubun amaç bilinci ve maneviyat ilişkisi Tazelenme öğrencilerinde olduğundan biraz daha yüksektir. Bu durum diğer 60 yaş ve üzeri grupta maneviyatın amaç bilincine biraz daha yüksek düzeyde etki ettiğine işaret etmektedir. Etki düzeyi farkı maneviyatı anlam ve amaç kaynağı olarak görme bakımından iki grup arasında araştırmaya yansımayan bazı farklılıklardan ileri geliyor olabilir.

60+ Tazelenme öğrencileri ve diğer 60 yaş ve üzeri grup üzerinde yapılan amaç bilinci alt boyutları ve maneviyat alt boyutları korelasyon sonuçlarına göre alt

boyutlar arasında anlamlı pozitif ilişki tespit edilmiştir. Amaç bilincinin en fazla ilişkili olduğu maneviyat boyutları Tazelenme öğrencilerinde manevi hoşnutluk ve anlam arayışı; diğer 60 yaş ve üzeri bireylerde ise manevi başa çıkma, tabiatla uyum ve aşkınlıktır. Grup türü düzeyinde yapılan analizler amaç bilinci ve maneviyat alt boyutları arasındaki pozitif ilişkileri teyit etmektedir.

Sonuç olarak maneviyat düzeyleri görece yüksek olan 60 yaş ve üzeri bireylerin daha yüksek bir amaç bilincine sahip oldukları söylenebilir. Ortaya konan sonuçlar maneviyatın amaç bilinci üzerinde önemli rol oynadığına ve iki değişkenin birbirlerini olumlu etkilediklerine işaret etmektedir.

Araştırma bulgularından elde edilen sonuçlara dayalı çeşitli öneriler sunulmuştur:

- Maneviyat ile amaç bilincinin pozitif ilişkisinden hareketle yaşlı bireylerde amaç bilincinin artırılmasına yönelik manevi rehberlik ve eğitim programları geliştirilebilir. Maneviyatın geliştirilebilen bir insan kapasitesi ve amaç bilincini destekleyen bir özellik olmasından hareketle yaşlılarda amaç bilincinin geliştirilmesine yönelik manevi eğitimler hazırlanabilir. Geliştirilen manevi müdahale stratejilerinin amaç bilincini arttırıp arttırmadığı ölçülebilir.
- Amaç bilinci yüksek olanların Alzheimer hastalığına daha geç yaşlarda yakalandıkları ve daha uzun bir ömür sürdükleri bilinmektedir. Yaşlılarda amaç bilincinin ve maneviyatın yüksek olmasının daha iyi fiziksel ve ruhsal sağlığa işaret ettiğini gösteren araştırmalar ışığında hem sağlıklı ve aktif bir yaşlanma hem de beyin sağlığı için amaç bilincini geliştirecek ve muhafaza edecek müdahaleler geliştirilebilir.
- Yaşlı bireylere yönelik tüm kurum ve oluşumlarda maneviyat ve amaç bilinci arasındaki ilişkiden faydalanılabilir. 60+ Tazelenme Üniversitesi programlarında yaşlı maneviyatını ve amaç bilincini destekleyici içerikler eklenebilir. Araştırma sırasında 60+ Tazelenme öğrencilerinin maneviyata yönelik ilgileri olduğu gözlemlenmiştir. Manevi alanda bir ihtiyaç analizi yapılarak uygun programlar geliştirilebilir.

- Yaşlı bireylere yönelik manevi danışmanlık ve rehberlik yaklaşımlarında amaç bilinci geliştirme ve amaç belirleme gibi yöntemlerden istifade edilen müdahaleler geliştirilebilir.
- Yaşlıların amaç bilincine dair kendi görüşleri derinlemesine mülakat yöntemiyle analiz edilebilir. Yaşam öyküleri ve anılarını ele alırken nasıl bir amaç bilinciyle hareket ettiklerini ortaya koyan hayat hikayesi çalışmaları yapılabilir.

KAYNAKÇA

Adler, Alfred. *Yaşama Sanatı*. İstanbul: Olimpos Yayınları, 2021.

Akalın, Şükrü Haluk vd. *Türkçe Sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu, 11. Basım, 2011.

Aldemir, Abdullah - Demir, Yalçın. "Çocuk ve Ergenlerde Yaşam Amacı Belirleme Ölçeği (ÇEYABÖ) Geliştirme Ve Bir Model Çalışması". *Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 11 (20 Haziran 2022), 146-167.

Allport, Gordon W. *Birey ve Dini*. Ankara: Elis Yayınları, 2004.

Alonso, V. vd. "Meaning and Purpose in Life in Aging: A Scoping Review". *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 39 (2023). https://doi.org/10.1590/0102.3772e39306.en

Alparslan, Ali Murat vd. "Yaşamın Anlam Kaynakları ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma". *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 42 (30 Nisan 2022), 30-51.

Altıntaş, Hayrani. *Psikoloji Sözlüğü*. Akçağ Yayınları, 2018.

Altıparmak, Demet - Ekşi, Halil. "Öğretmenlerin Yaşam Amacı, Anlamı Düzeyleri ve İyi Oluşları Arasındaki İlişkide Öz-Duyarlık Değişkeninin Aracı Rol Etkisinin İncelenmesi". *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 20/40 (25 Haziran 2021), 610-631. https://doi.org/10.46928/iticusbe.884857

Ardelt, Monika - Koenig, Cynthia S. "The Importance of Religious Orientation and Purpose in Life for Dying Well: Evidence from Three Case Studies". *Journal of Religion, Spirituality & Aging* 19/4 (22 Ağustos 2007), 61-79. https://doi.org/10.1300/J496v19n04_05

Arıkan, Çiğdem Akın vd. "Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçları". *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi* 2 (01 Ağustos 2019), 236-242.

Arslan, Siyabe - Avcı, Sezer. "Hemşirelikte Maneviyat ve Manevi Bakım". *Genel Sağlık Bilimleri Dergisi* 6/1 (25 Nisan 2024), 182-193.

AshaRani, P. V. vd. "Purpose in Life in Older Adults: A Systematic Review on Conceptualization, Measures, and Determinants". *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19/10 (Ocak 2022), 5860. https://doi.org/10.3390/ijerph19105860

Atkinson, Rita vd. *Psikolojiye Giriş*. İstanbul: Sosyal Yayınlar, 1995.

Aydıner, Berent Burcu. *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlarının Genel Öz-Yeterlik Yaşam Doyumu ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011.

Aydoğdu, Bilge Nuran - Eryigit, Derya. "Üniversite Öğrencilerinde Dışavurumcu Teknikler Çerçevesinde Tasarlanan Yaşam Anlamı Grup Çalışmasının Yaşam Anlamı, Amaç Bilinci ve Depresyon Düzeyine Etkisinin İncelenmesi". *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi* 12 (02 Ağustos 2022), 326-345. https://doi.org/10.21733/ibad.959202

Bahadır, Abdülkerim. *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. İstanbul: İnsan Yayınları, 5. Basım, 2021.

Bahadır, Dr Abdülkerim. "Hayatın Sorgulayıcılığı Karşısında İnsan ve Üretkenlik". *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 10/10 (01 Kasım 2000), 443-452.

Baltes, Paul B. vd. "Lifespan Psychology: Theory and Application to Intellectual Functioning". *Annual Review of Psychology* 50 (1999), 471-507.

Baumeister, Roy F. *Meanings of Life*. New York: The Guilford Press, 1991.

Bayram, Yeliz - Ceylan, Harun. "Türkiye'deki Üçüncü Yaş Üniversiteleri: Gerontolojik Sosyal Hizmet Perspektifinden Bir Analiz". *Sağlık Akademisyenleri Dergisi* 11/2 (30 Haziran 2024), 308-317. https://doi.org/10.52880/sagakaderg.1469023

Bektaş, Selver. *Palyatif Bakım Hastalarının Manevi İyilik Halleri ile Ağrıyla Başa Çıkma Durumları Arasındaki İlişki*. Yozgat: Yozgat Bozok Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.

Berzah, Meral Çakir - Çakır, Mustafa. "İş Hayatında Maneviyat Yaklaşımı Ne Vaadediyor?" *Yönetim Bilimleri Dergisi* 13/26 (01 Aralık 2015), 135-149.

Birren, James E. - Schroots, Johannes J. F. "The History of Geropsychology". *Handbook of Psychology of Aging*. ed. James E. Birren - K. Warner Schaie. San Diego: Academic Press, 5. Basım, 2001.

Boreham, Ian D. - Schutte, Nicola S. "The Relationship Between Purpose in Life and Depression and Anxiety: A Meta-Analysis". *Journal of Clinical Psychology* 79/12 (2023), 2736-2767. https://doi.org/10.1002/jclp.23576

Boyalı, Cem. "Spirituality as Part of the Whole: Gestalt Therapy's View of Spirituality". *Spiritual Psychology and Counseling* 7/2 (15 Haziran 2022), 157-178. https://doi.org/10.37898/spc.2022.7.2.173

Boyle, Patricia A. vd. "Purpose in Life May Delay Adverse Health Outcomes in Old Age". *The American Journal of Geriatric Psychiatry* 30/2 (2021), 174-181. https://doi.org/10.1016/j.jagp.2021.05.007

Bronk, K. vd. "A Co-Citation Analysis of Purpose: Trends and (potential) Troubles in the Foundation of Purpose Scholarship". *The Journal of Positive Psychology* 18 (2023), 1012-1026. https://doi.org/10.1080/17439760.2023.2168563

Budak, Selçuk. *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2000.

Bužgová, Radka vd. "The Importance of the University of the Third Age to Improved Mental Health and Healthy Aging of Community-Dwelling Older Adults". *Educational Gerontology* 50/3 (03 Mart 2024), 175-186. https://doi.org/10.1080/03601277.2023.2240663

Büyüköztürk, Şener. *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Akademi, 23. Basım, 2017.

Cachioni, Meire vd. "Predictors of Wellbeing Among Older Adults Participants of a U3A". *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 37 (27 Ağustos 2021), e37102. https://doi.org/10.1590/0102.3772e37102

Can, Abdullah. *Spss Ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*. Ankara: Pegem Akademi, 3. Basım, 2014.

Canatan, Kadir. "Din ve Yaşam Akışı". *Din Sosyolojisi*. ed. Kadir Canatan - Mustafa Tekin. 274-303. Bilay Yayınları, 2020.

Coelho-Júnior, Hélio José vd. "Religiosity/Spirituality and Mental Health in Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies". *Frontiers in Medicine* 9 (12 Mayıs 2022), 1-29. https://doi.org/10.3389/fmed.2022.877213

Crumbaugh, J C - Maholick, L T. "An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis". *Journal of Clinical Psychology* 20 (01 Nisan 1964), 200-207. https://doi.org/10.1002/1097-4679(196404)20:2<200::aid-jclp2270200203>3.0.co;2-u

Çölgeçen, Yasemin - Çölgeçen, Hasan. "Aktif Yaşlanma Açısından Hayat Boyu Öğrenme: Üçüncü Yaş Üniversiteleri". *Turkish Studies-Educational Sciences* 15/4 (2020), 2495-2511.

Dağcı, Abdullah. *Yaşlılık ve Maneviyat*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2024.

Danesh, H.B. *The Psychology of Spirituality: From Divided Self to Integrated Self*. İsviçre: Landegg Academy Press, 2. Basım, 1997.

Daşdemir, İsmet. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayın, 2016.

De Beauvoir, Simone. *Yaşlılık: İlk Çağı*. Milliyet Yayın, 1970.

Dein, Simon. "Din, Maneviyat ve Depresyon: Tetkik Ve Tedavi İçin Öneriler". çev. Nurten Kimter. *Ekev Akademi Dergisi* 18/58 (2014), 739-750.

Demir, Ramazan - Türk, Fulya. "Pozitif Psikoloji: Tarihçe, Temel Kavramlar, Terapötik Süreç, Eleştiriler ve Katkılar". *Humanistic Perspective* 2/2 (17 Haziran 2020), 108-125.

Demir, Yasin. "Yaşlılık Kuramları". *Yaşlılık Psikolojisi: Bütüncül Yaklaşım*. ed. Hatice Kumcağız - Yasin Demir. 31-49. Ankara: Pegem Akademi, 2021.

Demirbas, Nur. "Üniversite Öğrencilerinin Yaşamda Anlam ve Yaşam Amaçları Arasındaki İlişki". *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi* 6/1 (30 Haziran 2016), 133-141.

Demir-Çelebi, Çiğdem. "William James: Felsefe ve Psikoloji Yaklaşımı". *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. ed. Halil Ekşi - Çınar Kaya. 47-58. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2016.

Deniz, Elif - Ay, İsmail. "Lise Öğrencilerinde Yaşam Amaçları ve Umudun Öznel İyi Oluşla İlişkisinin İncelenmesi". *Educational Academic Research* 52 (30 Mart 2024), 144-160. https://doi.org/10.33418/education.1421780

Diyanet İşleri Başkanlığı. *Türkiye'de Dini Hayat Araştırması*. Ankara: Diyanet Yayınları, 2014.

Dobrof, Rose. "The Search for Meaning in the Later Years: The Views of a Seventy-Four-Year-Old Gerontological Social Worker". *Challanges of The Third Age: Meaning and Purpose in Later Life*. ed. Robert S. Weiss - Scott A. Bass. 171-

187. New York: Oxford University Press, 2002.

Drageset, Jorunn vd. "Crucial Aspects Promoting Meaning and Purpose in Life: Perceptions of Nursing Home Residents". *BMC Geriatrics* 17/254 (Aralık 2017), 1-9. https://doi.org/10.1186/s12877-017-0650-x

Duran, Nafihan Oğuz - Tan, Şeref. "Minnettarlık ve Yaşam Amaçları Yazma Çalışmalarının Öznel İyi Oluşa Etkisi". *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* 4/40 (30 Eylül 2013), 154-166. https://doi.org/10.17066/pdrd.37862

Düzgüner, Sevde. *Huzurevi, Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Manevi Danışmanlık Ve Rehberlik Hizmetleri*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2. Basım, 2020.

Düzgüner, Sevde. *Maneviyat Algısı ve Yansımaları (Türkiye-Amerika Karşılaştırması)*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2021.

Düzgüner, Sevde. "Nereden Çıktı Bu Maneviyat: Manevi Bakımın Temellerine İlişkin Kültürlerarası Bir Analiz". *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*. ed. Ali Ayten vd. 1/17-43. İstanbul: DEM, 2. Basım, 2018.

Ekşi, Füsun vd. "Yaşamın Anlamı ve Yaşamın Amacı Değişkenlerinin Ölüm Kaygısını Yordamaları Üzerine Bir Model Denemesi". *International Journal of Social and Humanities Sciences Research* 6/32 (31 Ocak 2019), 72-84. https://doi.org/10.26450/jshsr.972

Ekşi, Halil vd. "Maneviyat ve Psikolojik Danışma". *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. ed. Halil Ekşi - Çınar Kaya. 13-28. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2016.

Ekşi, Halil. "Otantikliğin Yaşamın Anlamı Üzeriındeki Etkisinin İncelenmesi: Amaç Bilincinin Aracı Rolü". *Journal of International Social Research* 12/65 (30 Ağustos 2019), 795-803. https://doi.org/10.17719/jisr.2019.3492

Emmons, Robert. "Maneviyat Bir Zeka Mıdır? Güdülenme, Biliş ve Nihai İlgi Psikolojisi". çev. Ali Mehmedoğlu - Fatma Şengül. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 35 (2008), 133-158.

Emmons, Robert A. "Spirituality". *A Life Worth Living*. ed. Mihaly Csikszentmihalyi - Isabella Selega Csikszentmihalyi. 62-81. New York: Oxford University Press, 2006.

Emmons, Robert A. *The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality*. New York: The Guilford Press, 2003.

Erichsen, Nora-Beata - Büssing, Arndt. "Spiritual Needs of Elderly Living in Residential/Nursing Homes". *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* 2013 (2013), 10. https://doi.org/10.1155/2013/913247

Eryılmaz, Ali. *Meta Teori: Bir Gelişim ve Psikoterapi Kuramı Olarak Pozitif Psikoterapi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2. Basım, 2021.

Eryılmaz, Ali. "Pozitif Psikoterapi Bağlamında Yaşam Amaçları Belirleme Ölçeğinin Üniversite Öğrencileri Üzerinde Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi". *Klinik Psikiyatri* 15 (2012), 166-174.

Fogle, Stephen John. *The 70 to 85 Year Old Sweet Spot: Regression Associations Between Spiritual Experiences and Successful Aging Among Older Adults in the United States*. Omaha: University of Nebraska Omaha, Faculty of the Graduate Collage, Yüksek Lisans Tezi, 2020.

Formosa, M. "Universities of the Third Age: A Rationale for Transformative Education in Later Life". *Journal of Transformative Education* 8/3 (2010), 197-219. https://doi.org/10.1177/1541344611419857

Frankl, Victor E. *İnsanın Anlam Arayışı*. İstanbul: Okuyan Us Yayınevi, 88. Basım, 2021.

Galiana, Jean - Haseltine, William A. *Aging Well: Solutions to the Most Pressing Global Challanges of Aging*. Singapore: Springer, 2019.

Gao, Lin vd. "The Pattern of Gains Derived from the University of the Third Age and Its Relationship with Attitudes Toward Aging: The Success of Selective Engagers". *Journal of Adult Development*. https://doi.org/10.1007/s10804-024-09498-3

Geçtan, Engin. *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 9. Basım, 2000.

George, Linda K. vd. "Why Gerontologists Should Care About Empirical Research on Religion and Health: Transdisciplinary Perspectives". *The Gerontologist* 53/6 (01 Aralık 2013), 898-906. https://doi.org/10.1093/geront/gnt002

Goncalves, J. P. B. vd. "Religious and Spiritual Interventions in Mental Health Care: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Clinical Trials". *Psychological Medicine* 45/14 (Ekim 2015), 2937-2949. https://doi.org/10.1017/S0033291715001166

Gonçalves Gaia, Washington Narciso vd. "Enhancing Quality of Life for Older Adults Through University Education: A Scoping Review". *Educational Gerontology* 50/11 (01 Kasım 2024), 973-992. https://doi.org/10.1080/03601277.2024.2368319

Göka, Erol - Beyazyüz, Murat. *Geçimsizler: Kişilikleri Tanıma ve Geçinmeyi Kolaylaştırma Kitabı*. İstanbul: Timaş, 2. Basım, 2012.

Graham, Laura E. *Growing from Doing Good in Later Life: Growth Themes in Narratives of Prosocial Behavior*. Kaliforniya: Claremont Graduate University, Doktora Tezi, 2019.

Greenway, Kimberly A. "The Role of Spirituality in Purpose in Life And Academic Engagement". *Journal of College and Character* 7/6 (Temmuz 2006), 14. https://doi.org/10.2202/1940-1639.1212

Güleç, Sezen. "Lise Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik ile Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Yaşam Amaçlarının Aracı Rolü". *Gelişim ve Psikoloji Dergisi* 1/1 (15 Haziran 2020), 27-35.

Güler, Ender Kardelen vd. "Z Kuşağının Yaşam Anlam ve Amaç Algılarının İncelenmesi". *Bayterek Uluslararası Akademik Araştırmalar Dergisi* 5/2 (31 Aralık 2022), 179-198. https://doi.org/10.48174/buaad.52.6

Güme, Sena - Eryılmaz, Ali. "The Mediating Role of Self-Control and Goal Striving in

the Relationship Between Need Satisfaction, Life Goals and Internet Addiction". *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi* 4/2 (22 Haziran 2022), 130-139. https://doi.org/10.35365/ctjpp.22.2.02

Günder, Esma Esgin. *5th World Conference on Educational Sciences*. "Third Age Perspectives on Lifelong Learning: Third Age University". *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 116 (21 Şubat 2014), 1165-1169. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.363

Gürsu, Orhan. *Manevi Danışmanlar İçin Kılavuz: Danışma İlke, Beceri ve Teknikleri*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2022.

H, Zielińska-Więczkowska - K, Sas. "The Sense of Coherence, Self-Perception of Aging and the Occurrence of Depression Among the Participants of the University of the Third Age Depending on Socio-Demographic Factors". *Clinical Interventions in Aging* ume 15 (20200801), 1481-1491.

Harmancı, Pınar. *Geropsikiyatrik Güncel Konular*. ed. Funda Budak. Ankara: İksad Publishing House, 2019.

Havighurst, R.J. "Personality and Patterns of Aging". *The Gerontologist* 8/1 (1968). https://doi.org/10.1093/geront/8.1_part_2.20

Hedberg, Pia vd. "Experiences of Purpose in Life When Becoming and Being a Very Old Woman". *Journal of Women & Aging* 21/2 (04 Mayıs 2009), 125-137. https://doi.org/10.1080/08952840902837145

Hedberg, Pia. *Purpose in Life Among Very Old People*. İsveç: Umea Universitesi, Hemşirelik Fakültesi, Yüksek Lisans Tezi, 2010.

Imperio, Kristal. *Transcendence in Successful Aging: A Grounded Theory of Older Women's Strategies to Age Successfully*. Amherst: University of Massachusetts Amherst, Doktora Tezi, 2006.

Irving, J. vd. "Aging With Purpose: Systematic Search and Review of Literature Pertaining to Older Adults and Purpose". *The International Journal of Aging and Human Development* 85 (2017), 403-437. https://doi.org/10.1177/0091415017702908

İlhan, Tahsin - Özbay, Yaşar. "Yaşam Amaçlarının ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4/34 (26 Mayıs 2010), 109-116. https://doi.org/10.17066/pdrd.73398

İlk, Gülnur - Bilici, Mustafa. "Viktor Frankl Örneği ile Varoluşçu Psikolojide Din ve Maneviyat". *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 8/17 (21 Aralık 2020), 45-62.

Janhsen, Anna vd. "Transforming Spirituality Through Aging: Coping and Distress in the Search for Meaning in Very Old Age". *Journal of Religion, Spirituality & Aging* 33/1 (Ocak 2021), 38-53. https://doi.org/10.1080/15528030.2019.1676362

Jewell, Albert (ed.). *Spirituality and Ageing*. Londra: Jessica Kingsley Publishers, 1999.

Kalınkara, Velittin. *Temel Gerontoloji: Yaşlılık Bilimi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 4. Basım, 2021.

Karagöz, Yalçın. *SPSS 23 ve AMOS 23 Uygulamalı İstatistiksel Analizler*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016.

Karakaş, Ahmet Canan - Habergetiren, Ömer Faruk. "İtikâfın Maneviyat ve Psikopatoloji ile İlişkisi Üzerine Bir Araştırma". *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 1 (30 Haziran 2020), 101-118.

Kashdan, Todd B. - McKnight, Patrick E. "Origins of Purpose in Life: Refining Our Understanding of a Life Well Lived". *Psihologijske Teme* 18/2 (15 Aralık 2009), 303-313.

Kayıklık, Hasan. *Orta Yaşta ve Yaşlılıkta Dinsel Eğilimler*. Adana: Baki Kitabevi, 2003.

Kılavuz, M. Akif - Kılavuz, Esra. "Yaşlanma Döneminde Kayıplarla Başa Çıkmada Manevi Danışmanlık Hizmetlerinin Önemi". *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik (Cilt-II)*. ed. Ali Ayten vd. 2/17-39. İstanbul: DEM, 3. Basım, 2018.

Kılavuz, Mehmet Akif. *Kuşaklararası Din Eğitimi*. Düşünce Kitabevi, 2011.

Kılıç, Esra. *Üniversite Öğrencilerinde Özyeterlik ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Manevi İyi Oluşun Aracı Rol Etkisinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2024.

Ki, Myung vd. "A Systematic Review of Psychosocial Protective Factors Against Suicide and Suicidality Among Older Adults". *International Psychogeriatrics* 36/5 (Mayıs 2024), 346-370. https://doi.org/10.1017/S104161022300443X

Kim, Eric S. vd. "Sense of Purpose in Life and Five Health Behaviors in Older Adults." *Preventive Medicine* 139 (2020), 106172. https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106172

King, Ursula. "Spirituality, Ageing and Gender". *Spirituality and Ageing*. ed. Albert Jewell. 146-157. Londra: Jessica Kingsley Publishers, 1999.

Knox, Ian. *Finishing Well: A God's-Eye View of Ageing*. Londra: Nord Compo, 2020.

Koenig, Harold G. - Weaver, Andrew J. *Pastoral Care of Older Adults*. Minneapolis: Fortress Press, 1998.

Kruse, Andreas. "Personal Growth, Creativity and Transcendence in Old Age: A Psychological Analysis". *Cultural Perspectives on Aging: A Different Approach to Old Age and Aging*. ed. Andrea von Hülsen-Esch. 21-38. Berlin: Walter de Gruyter, 2021.

Kwan, Man Suk. *Spiritual Care for the Aged and Positive Aging*. Hong Kong: The Chinese University of Hong Kong: Graduate Division of Theology, Yüksek Lisans Tezi, 2012.

Laceulle, Hanne. *Aging and Self-Realization: Cultural Narratives about Later Life*. Bielefeld: Transcript Verlag, 2018.

Lenhard, Wolfgang - Lenhard, Alexandra. "Computation of Effect Sizes". *Psychometrica (Erişim 10 Haziran 2025)*. https://doi.org/10.13140/RG.2.2.17823.92329 https://www.psychometrica.de/effect_size.html

Li, P. F. Jonah vd. "Comprehension, Purpose, and Mattering? A Latent Profile Analysis of Laypeople's Beliefs About Meaning in Life". *The Journal of Positive Psychology* 17/6 (02 Kasım 2022), 909-923. https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1991445

MacKinlay, Elizabeth. *The Spiritual Dimension of Ageing*. Londra: Jessica Kingsley Publishers, 2001.

Maierhaba, Abulıkemu. *Yetişkin Bireylerde Maneviyat ile Yaşam Doyumu ve Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.

Maslow, Abraham. *İnsan Olmanın Psikolojisi*. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık, 13., 2023.

Mason, Marion G. *Yetişkinlik ve Yaşlanma Psikolojisi*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2022.

Maynard, Hannah vd. "Psychological Factors Protecting Against Suicidality in Older Adults: A Systematic Review". *Clinical Psychology & Psychotherapy* 31/4 (2024). https://doi.org/10.1002/cpp.3029

McCullough, Michael E. vd. "Din ve Affedicilik". çev. Ali Ayten. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*. ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park. 211-240. Ankara: Phoenix, 2013.

McFadden, Susan H. "Bağlantı Noktaları: Gerontoloji ve Din Psikolojisi". çev. Ece Erbuğ. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları*. ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park. 333-359. Ankara: Phoenix, 2013a.

McKnight, Patrick E. - Kashdan, Todd B. "Purpose in Life as a System That Creates and Sustains Health and Well-Being: An Integrative, Testable Theory". *Review of General Psychology* 13/3 (Eylül 2009), 242-251. https://doi.org/10.1037/a0017152

Mishra, Prabhaker vd. "Descriptive Statistics and Normality Tests for Statistical Data". *Annals of Cardiac Anaesthesia* 22/1 (2019), 67-72. https://doi.org/10.4103/aca.ACA_157_18

Monis, Şeyma. *Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amacı ve Dindarlık*. Ankara: Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2021.

Monis, Şeyma - Tokur, Behlül. "Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amacı Alt Boyutları ve Dindarlık İlişkisi". *Journal of Analytic Divinity* 5/3 (15 Aralık 2021), 150-170. https://doi.org/10.46595/jad.1021185

Moody, Harry R. "The Changing Meaning of Aging". *Challanges of The Third Age: Meaning and Purpose in Later Life*. ed. Robert S. Weiss - Scott A. Bass. 39-54. New York: Oxford University Press, 2002.

Musich, S. vd. "Purpose in Life and Positive Health Outcomes Among Older Adults". *Population Health Management* 21 (2017), 139-147. https://doi.org/10.1089/pop.2017.0063

Nair, Ajay Kumar vd. "Purpose in Life as a Resilience Factor for Brain Health: Diffusion MRI Findings from the Midlife in the U.S. Study". *Frontiers in*

Psychiatry 15 (05 Mart 2024). https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1355998

Nelson, James M. *Psychology, Religion and Spirituality*. New York: Springer, 2009.

Oman, Doug. "Din ve Maneviyat Sağlığı Etkiler mi?" çev. Özer Çetin. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*. ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park. 295-341. Ankara: Phoenix, 2013.

Onur, Bekir. *Gelişim Psikolojisi: Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm*. Ankara: İmge Kitabevi, 5. Basım, 2000.

Oruç, Şükran - Sunman, Gözde. "Yaşam Amaçları Belirleme ile Bireysel Kariyer Planlama Arasındaki İlişki". *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 46 (31 Ağustos 2023), 299-316.

Owen, Rebecca L. *The Role of Sense of Purpose in the Psychological Wellbeing of Older People in Care Homes*. University of Manchester, Doktora Tezi, 2020.

Öztürk, Nurseli. *Yaşlı Bireylerde Manevi İyi Oluşun Aktif Yaşlanma Üzerine Etkisi*. Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.

Paloutzian, Raymond F. - Park, Crystal L. "Bugünkü Din Psikolojisi Biliminin Bütünleyici Konuları". çev. Zuhal Ağılkaya Şahin. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları*. ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park. 29-59. Ankara: Phoenix, 2013a.

Pamuk, Deniz. *Yaşlanma Sürecinde Aşkınlık Deneyimlerinin Otobiyografik Anlatılar Üzerinden İncelenmesi: Tazelenme Üniversitesi "Yaşlanmayı Aşma Atölyesi" Örneği*. Antalya: Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2024.

Pargament, Kenneth I. "Spirituality". *The Encyclopedia of Positive Psychology [Electronic Resource]*. ed. Shane J. Lopez. 928-932. U.K: Wiley-Blackwell Pub., 2009.

Park, Crystal L. "Din ve Anlam". çev. İlker Yenen. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*. ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park. 29-66. Ankara: Phoenix, 2013b.

Park, Crystal L. - Van Tongeren, Daryl R. "Meaning as a Framework for Integrating Positive Psychology and the Psychology of Religiousness and Spirituality". *Handbook of Positive Psychology Religion and Spirituality*. ed. Edward B. Davis vd. 83-99. Springer, 2022.

Park, Ji Sung. *The Effects of Perceived Age, Religiosity, and Spirituality on Subjective Well-Being in Middle and Later Life*. New York: University at Albany, School of Social Welfare, Doktora Tezi, 2011.

Pfund, Gabrielle N. vd. "When the End Feels Near: Sense of Purpose Predicts Well-Being as a Function of Future Time Perspective". *Aging & Mental Health* 26 (2021), 1178-1188. https://doi.org/10.1080/13607863.2021.1891203

Pinquart, Martin. "Creating and Maintaining Purpose in Life in Old Age: A Meta-Analysis". *Ageing International* 27 (2002), 90-114. https://doi.org/10.1007/S12126-002-1004-2

Pisca, Nicholas E. - Feldman, David B. “Purpose in Life”. *The Encyclopedia of Positive Psychology [Electronic Resource]*. ed. Shane J. Lopez. 812-816. U.K: Wiley-Blackwell Pub., 2009.

Plante, Thomas G. “What the Spiritual and Religious Traditions Offer Psychologists”. *Religion and Psychology Research Progress*. ed. Joan C. Upton. 213-220. New York: Nova Science Publishers, 2008.

Plotnik, Rod. *Psikoloji'ye Giriş*. çev. Tamer Geniş. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2009.

Reinhoudt, Cynthia J. *The Influence of Optimism, Hardiness and Spiritual Well Being on the Physical Health Functioning of Older Adults*. Ohio: The Ohio State University, Graduate School, Doktora Tezi, 2004.

Rho, Yeojin. *What Contributes to Well-Being in Later Life? How Two Life-Span Perspectives Explain the Process*. Kaliforniya: Claremont Graduate University, Doktora Tezi, 2019.

Ribeiro, Cristina Cristovão vd. “Purpose in Life in Adulthood and Older Adulthood: Integrative Review”. *Ciência & Saúde Coletiva* 25 (03 Haziran 2020), 2127-2142. https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.20602018

Rubinstein, Robert L. “The Third Age”. *Challanges of The Third Age: Meaning and Purpose in Later Life*. ed. Robert S. Weiss - Scott A. Bass. 29-40. New York: Oxford University Press, 2002.

Ryff, Carol D. “Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being”. *Journal of Personality and Social Psychology* 57/6 (1989), 1069-1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, Carol D. - Keyes, Corey Lee M. “The Structure of Psychological Well-Being Revisited”. *Journal of Personality and Social Psychology* 69/4 (1995), 719-727. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719

Sarıçam, Hakan vd. “Amaç Bilinci (Hissi) Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlaması ve Psikometrik Özellikleri”. *2. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi 11-14 Mayıs*. İstanbul, 2017.

Sayar, Kemal - Dinç, Mehmet. *Psikolojiye Giriş*. İstanbul: DEM, 12. Basım, 2023.

Saygılı, Sefa. *Yaşlılık Psikolojisi*. İstanbul: TÜRDAV Yayınları, 2015.

Scheier, Michael F. vd. “The Life Engagement Test: Assessing Purpose in Life”. *Journal of Behavioral Medicine* 29/3 (Haziran 2006), 291-298. https://doi.org/10.1007/s10865-005-9044-1

Schermer, Victor L. *Spirit and Psyche: A New Paradigm for Psychology, Psychoanalysis and Psychotherapy*. Londra: Jessica Kingsley Publishers, 2003.

Seligman, Martin E.P. “Positive Psychology: A Personal History”. *Annual Review of Clinical Psychology* 15 (2019), 1-23. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718- 095653

Sezer, Özcan - Turğut, Engin. “Ergenlerde Şükran, Yaşam Amaçları ve Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi”. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 16/1 (25 Aralık 2019), 1463-1491. https://doi.org/10.33711/yyuefd.660501

Sharma, Gitima. *Sense of Purpose Inventory: Development, Psychometric Examination and Construct Validation*. ABD: The Pennsylvania State University, Doktora Tezi, 2015.

Sharma, Gitima vd. "Sense of Purpose Scale: Development and Initial Validation". *Applied Developmental Science* 22/3 (03 Temmuz 2018), 188-199. https://doi.org/10.1080/10888691.2016.1262262

Sharma, Shubam - Bluck, Susan. "Older Adults Recall Memories of Life Challenges: The Role of Sense of Purpose in the Life Story". *Current Psychology* 42/27 (01 Eylül 2023), 23464-23479. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03439-7

Sheldon, Kennon. "Getting Older, Getting Better?" *A Life Worth Living*. ed. Mihaly Csikszentmihalyi - Isabella Selega Csikszentmihalyi. 215-229. New York: Oxford University Press, 2006.

Silberman, Israela. "Religion as a Meaning System: Implications for the New Millennium". *Journal of Social Issues* 61/4 (Aralık 2005), 641-663. https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00425.x

Smith, Jacqui - Ryan, Lindsay H. "Psychological Vitality in the Oldest Old". *Handbook of the Psychology of Aging*. ed. K. Warner Schaie - Sherry L. Wills. 303-319. Elsevier Science & Technology, 2015.

Sterner, William R. "Integrating Existentialism and Super's Life-Span, Life-Space Approach". *The Career Development Quarterly* 60/2 (2012), 152-162. https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2012.00013.x

Şahin, Ayşe Nur. *Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.

Şirin, Turgay. "Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *Turkish Studies* 13/18 (2018), 1283-1309. http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.13996

TAÜ, 60+Tazelenme Üniversitesi. *"Hakkında", Erişim 10 Şubat 2025*, ts. https://tazelenme.com/hakkinda

TAÜ, 60+Tazelenme Üniversitesi. *"Misyon-Vizyon-İlkeler" Erişim 10 Şubat 2025*, ts. https://tazelenme.com/misyonvizyonilkeler

TAÜ, 60+Tazelenme Üniversitesi. *"Tazelenme Olimpiyatları", Erişim 10 Şubat 2025*, ts. https://tazelenme.com/tazelenme-olimpiyatlari.pdf

Tekman Yılmaz, Elanur. *Yaşlı Bireylerde Kronik Hastalığa Uyumun Maneviyat ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2024.

Topaloğlu, Ahmet. *Türkçe Sözlük: Güzel Türkçe'nin Sözlüğü*. İstanbul: Kapı Yayınları, 2014.

Toprak, Yasin. *Maneviyat, Yaşam Amaçları ve Iyi Oluş Arasındaki İlişki*. Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.

Tornstam, Lars. *Reasons to Grow Old: Meaning in Later Life*. "Transcendence in Later

Life". *Generations: Journal of the American Society on Aging* 23/4 (Kış -2000 1999), 10-14.

Tufan, İsmail. *Antik Çağdan Günümüze Yaşlılık*. İstanbul: Aykırı Yayıncılık, 1. Basım, 2002.

Tufan, İsmail. *Gerontolojiye Hazırlık*. Nobel Akademik Yayıncılık, 2020.

Tufan, İsmail. *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlanmak Yaşlanmanın Sosyolojisi*. İstanbul: Anahtar Kitaplar Yayınevi, 2003.

Tufan, İsmail. *Türkiye'de Yaşlı Eğitimi 60+Tazelenme Üniversitesinin İlk Dört Yılı: Değerlendirme ve Öneriler*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2022.

TÜİK, Türkiye İstatistik Kurumu. "İstatistiklerle Yaşlılar, 2024", 2024. https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Yaslilar-2024-54079

Uçar, Mehmet. *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi ile Spiritüalite (Maneviyat) Arasındaki ilişki*. Malatya: İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.

UN, United Nations Department of Economic and Social Affairs. "World Population Prospects 2024", 2024. https://population.un.org/wpp/assets/Files/WPP2024_Summary-of-Results.pdf

Weiss, Robert S. - Scott A. Bass (ed.). *Challanges of The Third Age: Meaning and Purpose in Later Life*. New York: Oxford University Press, 2002.

WHO, World Health Organization. "Fifty-Second World Health Assembly", 1999. https://apps.who.int/gb/archive/pdf_files/WHA52/ew24.pdf

Windsor, Tim D. vd. "Sense of Purpose as a Psychological Resource for Aging Well." *Developmental Psychology* 51/7 (Temmuz 2015), 975-986. https://doi.org/10.1037/dev0000023

Xi, Juan vd. "Gender Differences in Purpose in Life: The Mediation Effect of Altruism". *Journal of Humanistic Psychology* 62/3 (Mayıs 2022), 352-376. https://doi.org/10.1177/0022167818777658

YAÇUMER, Akdeniz Üniversitesi Yaşlılık Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi. *"Ders Programları", Erişim 15 Şubat 2025*, ts. https://yacumer.akdeniz.edu.tr/tr/ders_programlari-10364

Yalom, Irvin D. *Din ve Psikiyatri*. çev. Özden Arıkan. İstanbul: Merkez Kitapçılık, 2. Basım, 2006.

Yalom, Irvin D. *Varoluşçu Psikoterapi*. İstanbul: Kabalcı Yayınevi, 1999.

Yanar, Gamze. *Yaşlı Bireylerin Uyguladıkları Manevi Uygulamalar ve Manevi İyi Oluşun Sağlık Algısı Üzerine Etkisi*. İzmir: Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.

Zacher, Hannes - Froidevaux, Ariane. *50th Anniversary Issue*. "Life Stage, Lifespan, and Life Course Perspectives on Vocational Behavior and Development: A Theoretical Framework, Review, and Research Agenda". *Journal of Vocational Behavior* 126 (01 Nisan 2021), 103476. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103476

Zadworna, Magdalena. “Healthy Aging and the University of the Third Age – Health Behavior and Subjective Health Outcomes in Older Adults”. *Archives of Gerontology and Geriatrics* 90 (01 Eylül 2020), 1-8. https://doi.org/10.1016/j.archger.2020.104126

Zembilci, Sebiha. *Alternatif Maneviyat Arayışları: Siber Maneviyat Örneği*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.

Zinnbauer, Brian J - Pargament, Kenneth I. “Dindarlık ve Maneviyat”. çev. Sevde Düzgüner. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları*. ed. Raymond F. Paloutzian - Crystal L. Park. 61-102. Ankara: Phoenix, 2013a.

EKLER

Ek-1: Demografik Bilgi Formu

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı,

Bu araştırmanın amacı 60 yaş üzeri bireylerde amaç bilinci ve maneviyat ilişkisini incelemektir. Araştırmada yer alan sorulara vereceğiniz cevaplar yalnızca araştırma kapsamında bilimsel gaye için kullanılacak olup kesinlikle üçüncü kişilerle paylaşılmayacaktır. İçtenlikle vereceğiniz cevaplar araştırmanın hedefine ulaşabilmesi adına çok önemlidir.

Araştırmamıza zaman ayırarak katkıda bulunduğunuz için teşekkür ediyorum.

Zekiye Baykul
Yüksek Lisans Öğrencisi
Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı

Not: Cevaplarınızı (X) harfi ile işaretleyebilirsiniz.

1) Yaşınız:……..

2) Cinsiyetiniz: ( )Kadın ( )Erkek

3) Medeni Durumunuz: ( )Evli ( )Bekar ( )Eşi ölmüş ( )Boşanmış

4) Sosyo-ekonomik Düzeyiniz: ( )Düşük ( )Orta( )Yüksek

5) Eğitim Durumunuz

( )İlkokul ( )Ortaokul ( )Lise ( )Üniversite ( )Lisansüstü

( )Öğrenim görmemiş

6) İkamet Durumunuz:

( ) Ailemle birlikte yaşıyorum

( ) Yalnız yaşıyorum

( ) Yaşlı bakım kurumunda yaşıyorum

( ) Diğer:……

7) Yaşlılık dönemine yönelik duygularınız nasıl?

( ) Yaşlılık dönemine yönelik pozitif duygular içerisindeyim.

( ) Yaşlılık dönemine yönelik negatif duygular içerisindeyim.

( ) Yaşlılık dönemine yönelik nötr hissediyorum.

Ek-2: Maneviyat Ölçeği

Elinizdeki ölçek bireyin maneviyatının farklı boyutlarını ölçmek üzere hazırlanmıştır. Ölçekte 27 Adet soru bulunmaktadır. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin numarasını işaretleyiniz Lütfen her ifadeye mutlaka tek yanıt veriniz ve kesinlikle boş bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederiz. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz.		(1) Bana Hiç Uygun Değil	(2) Bana Uygun Değil	(3) Bana Biraz Uygun	(4) Bana Oldukça Uygun	(5) Bana Tamamen Uygun
1.	Allah'ın beni sevdiğini hissediyorum					
2.	Bir sorunla karşılaştığımda dua ederim					
3.	Dini etkinliklere katılırım					
4.	Dua ettiğimde Allah'a kendimi yakın hissederim					
5.	Enerjisine inandığım şeyleri üzerimde taşırım					
6.	Hayata dair bir hoşnutluk duygusu hissediyorum					
7.	Hayata gelmemin bir amacı olduğuna inanırım					
8.	Hayatımda büyük bir boşluk varmış gibi hissediyorum					
9.	Maneviyatım bana güç verir.					
10.	Yediğim şeylerin enerjisinin beni etkilediğine inanıyorum					
11.	Hayatımı manevi kabullerime göre yaşarım					
12.	Maneviyat stresli durumlarla başa çıkmamı sağlar.					
13.	Hayatımın amacını halen bulabilmiş değilim					
14.	Hayatta hiçbir şey sebepsiz olmaz					
15.	Hayatta iyilikle kötülüğün bir savaşı var					
16.	Her canlının taşıdığı bir enerji vardır					
17.	Her insan hayatının anlamını bulmaya çalışmalıdır					
18.	İlâhî bir gücün beni koruduğunu hissederim.					
19.	Kâinatta, aşkın (ilâhî) bir varlığın olduğuna inanıyorum.					
20.	Maneviyat hayatın anlamıyla ilişkilidir.					
21.	Maneviyata önem veririm.					
22.	Kâinatta her şeyin bir bütünün parçası gibi birbirine bağlı olduğuna inanırım.					
23.	Maneviyatım davranışlarım üzerinde etkilidir.					
24.	Maneviyatımı güçlendirmek için bazı manevi egzersizler (zikir, meditasyon, dua vb.) yaparım.					
25.	Maneviyatla ilgili bir eğitim olduğunu görürsem katılmaya çalışırım.					
26.	Olduğum kişi olmaktan mutlu değilim.					
27.	Maneviyat konusunda eğitim almak gerektiğine inanıyorum.					

Ek-3: Amaç Bilinci (Hissi) Ölçeği

Aşağıda ifadelerin karşısında yer alan 1'de 7'ye kadar olan rakamlardan size uygun olanını işaretleyiniz **7=Kesinlikle katılıyorum, 6=Katılıyorum, 5=Biraz katılıyorum, 4=Kararsızım, 3=Biraz katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 1=Kesinlikle katılmıyorum**							
1.Hayattaki amacım belirgindir.	7	6	5	4	3	2	1
2.Yaşadığım toplumda olumlu bir farklılık oluşturmayı çok istiyorum.	7	6	5	4	3	2	1
3. *	7	6	5	4	3	2	1
4. *	7	6	5	4	3	2	1
5. *	7	6	5	4	3	2	1
6. *	7	6	5	4	3	2	1
7. *	7	6	5	4	3	2	1
8. *	7	6	5	4	3	2	1
9. *	7	6	5	4	3	2	1
10. *	7	6	5	4	3	2	1
11. *	7	6	5	4	3	2	1
12. *	7	6	5	4	3	2	1
13. *	7	6	5	4	3	2	1
14. *	7	6	5	4	3	2	1

Ek-4: Uludağ Üniversitesi Etik Kurul Araştırma İzni

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULLARI
(Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu)
TOPLANTI TUTANAĞI

OTURUM TARİHİ	OTURUM SAYISI
29 KASIM 2024	2024-11

KARAR NO 68: Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'nden alınan Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü öğretim üyesi Doç. Dr. Turgay GÜNDÜZ'ün danışmanlığında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi 702331001 numaralı Zekiye BAYKUL'un "Yaşlılık Döneminde Amaç Bilinci ve Maneviyat İlişkisi: 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Nicel Bir Araştırma" başlıklı tez çalışması kapsamında uygulanacak anket ve ölçek sorularının değerlendirilmesine geçildi.

Yapılan görüşmeler sonunda; Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü öğretim üyesi Doç. Dr. Turgay GÜNDÜZ'ün danışmanlığında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi 702331001 numaralı Zekiye BAYKUL'un "Yaşlılık Döneminde Amaç Bilinci ve Maneviyat İlişkisi: 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Nicel Bir Araştırma" başlıklı tez çalışması kapsamında uygulanacak anket ve ölçek sorularının fikri, hukuki cezai ve idari bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğu başvurucuya ait olmak üzere uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi. Sorulara verilecek cevaplar ceza kanunları bakımından suç teşkil etmesi durumunda ilgili makamlara bildirme yükümlülüğü ilgili araştırmacılara (sorumlu, yardımcı, danışman ve diğerleri) aittir.

Ek-5: Anadolu Üniversitesi Etik Kurul Araştırma İzni

T.C.
ANADOLU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Genel Sekreterlik
Yazı İşleri Müdürlüğü

Sayı : E-63784619-050.99-845006 28.01.2025
Konu : Uygulama İzni (Zekiye BAYKUL)

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi : 07.01.2025 tarihli ve E-26468960-000-196364 sayılı yazınız.

İlgi'de kayıtlı yazınızda belirtilen Üniversiteniz Sosyal Bilimler Enstitüsü Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Zekiye BAYKUL'un öğretim üyesi Doç. Dr. Turgay GÜNDÜZ'ün danışmanlığında hazırladığı "Yaşlılık Döneminde Amaç Bilinci ve Maneviyat İlişkisi: 60+ Tazelenme Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Nicel Bir Araştırma" başlıklı yüksek lisans tez çalışması incelenmiş olup etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize arz ederim.

Prof. Dr. Yusuf ÖZKAY
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BSC0FF0M3Z Belge Doğrulama Adresi : https://www.turkiye.gov.tr/anadolu-universitesi-ebys

Yunus Emre Kampüsü Tepebaşı/Eskişehir
Telefon No:+90 222 335 05 80/1352-1353 Faks No:+90 222 335 36 16
e-Posta:gensek@anadolu.edu.tr İnternet Adresi:www.anadolu.edu.tr
Kep Adresi:anadoluuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için: Sevda ARMAĞAN
Memur
Telefon No: 1352