



**Journal of Analytic Divinity**  
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/jad>  
E-ISSN: 2602-3792  
8/2 (2024), 230-251



**Yaşlı Bireylerin Hayat, Din ve Değer Algıları ile Başa Çıkma Süreçleri  
Üzerine Bir Araştırma: Ömür Dediğin Programı Örneği**  
A Research on Elderly Individuals' Life, Religion and Value Perceptions and  
Coping Processes: The Example of Program Ömür Dediğin

**Abdullah Özler**

Din Psikolojisi Bilim Uzmanı  
Expert of Psychology of Religion  
Ankara/Türkiye  
E-posta: abduallahozler@hotmail.com  
ORCID ID: 0000-0003-2248-9380

**Behlül Tokur**

Prof. Dr., Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Theology, Department of  
Philosophy and Religious Studies, Ankara/Türkiye.  
E-posta: btokur@aybu.edu.tr  
ORCID ID: 0000-0002-6509-3100

**Makale Bilgisi | Article Information**

**Makale Türü / Article Type:** Araştırma Makalesi/Research Article  
**Geliş Tarihi / Date Received:** 19 Ekim/October 2024  
**Kabul Tarihi / Date Accepted:** 12 Aralık/December 2024  
**Yayın Tarihi / Date Published:** 01 Aralık/December 2024  
**Yayın Sezonu / Pub Date Season:** Kış/Winter  
**DOI:** jad.1570356

**Cite as / Atıf:** Özler, Abdullah, Tokur, Behlül. "Yaşlı Bireylerin Hayat, Din ve Değer Algıları ile Başa Çıkma Süreçleri Üzerine Bir Araştırma: Ömür Dediğin Programı Örneği". *Journal of Analytic Divinity*, 8/2, 2024, 230-251.

**Etik Beyan/Ethical Statement:** Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur/It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited (Abdullah Özler-Behlül Tokur)

**Finansal Destek / Grant Support:** Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmiştir. / The authors declared that this study has received no financial support.

**CC BY-NC 4.0** | This paper is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial License

**Yazar Katkıları / Author Contributions:** Abdullah Özler %60-Behlül Tokur % 40

**Web:** <http://dergipark.org.tr/jad> | **e-mail to:** editorjand@gmail.com



### Öz

Bu araştırma, "Ömür Dediğin" programı özelinde yaşlı bireylerin hayat, din ve değer algıları ile başa çıkma süreçlerini anlamak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda yaşlı bireylerin konuk olarak yer aldığı "Ömür Dediğin" programı doküman olarak ele alınmış ve incelenmiştir. Nitel araştırma deseninde kullanılan amaçlı örneklem tekniği ile ilgili program bölümleri tespit edilmiştir. Bu doğrultuda çalışmanın grubunu "Ömür Dediğin" programının 20.10.2023 tarihi itibarıyla yayınlanan 315 bölümünün tamamı, örneklemini ise "Ömür Dediğin" programının 43 bölümü içerisinde yer alan toplam 45 katılımcı oluşturmaktadır. Çalışmada elde edilen görüşlerin analizinde ise tematik içerik analizi ve betimsel analiz tercih edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre yaşlı bireylerin hayat ve değer algılarına kaynaklık etmesi açısından dinin merkezi bir konumda olduğu görülmüştür. Yaşlılık döneminin kendine has gelişim özelliklerine bağlı olarak yaklaşmakta olan ölüm bireyin zihninde ahiret düşüncesini baskın bir konuma getirirken fiziksel gücün azalmasının da etkisiyle bireyin ihtiyaçlarının karşılanması açısından dua da önemli bir yer tutmaktadır. Yaşlı bireyler açısından şükür, sevgi ve yardımseverlik öne çıkan değerlerdendir. Yaşlı bireylerin karşılaştıkları sıkıntılı ve zorlu süreçler karşısında öncelikle dini başa çıkma stratejilerinden yararlandıkları görülmekle birlikte seküler başa çıkma stratejilerine de başvurdukları tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Din Psikolojisi, Başa Çıkma, Değer Algısı, Din Algısı, Hayat Algısı, Yaşlılık.

### Abstract

This research was carried out with the aim of understanding the perceptions of life, religion and values of elderly individuals and their coping processes, specifically in the context of the program "Ömür Dediğin". In this context, the "Ömür Dediğin" program, in which elderly individuals appeared as guests, was handled and examined as a document. Program sections related to the purposeful sampling technique used in the qualitative research design were identified. In this direction, the group of the study consists of all 315 episodes of the "Ömür Dediğin" program broadcast as of 20.10.2023, and the sample consists of a total of 45 participants in 43 episodes of the "Ömür Dediğin" program. Thematic content analysis and descriptive analysis was preferred in the analysis of the opinions obtained in the study. According to the results of the research, it has been seen that religion has a central position in terms of providing a source of life and value perceptions of elderly individuals. Depending on the unique developmental characteristics of senescence, approaching death brings the idea of the afterlife to a dominant position in the individual's mind, while prayer also has an important place in meeting the individual's needs due to the decrease in physical strength. Gratitude, love and helpfulness are prominent values for elderly individuals. Although it has been observed that elderly individuals primarily benefit from religious coping strategies in the face of troublesome and challenging processes they encounter, it has also been determined that they also resort to secular coping strategies.

**Keywords:** Psychology of Religion, Coping, Perception of Value, Perception of Religion, Perception of Life, Senescence.

## Giriş<sup>1</sup>

Yaşlılık; yetişkinlik sonrası ve ölüm öncesi bir dönem olmakla birlikte bireyin bilişsel, fizyolojik ve psikososyal açıdan bazı değişimleri daha belirgin bir şekilde hissettiği bir yaşam evresidir.<sup>2</sup> Yaşanan bu değişimler sonucunda yaşlı birey, birtakım sağlık problemleri ile karşılaşabilmektedir. Yaşamın diğer dönemlerine göre daha yakından hissedilen ölüm, olası bir eş kaybı, yalnızlık ve bir başkasının bakımına muhtaç olacağına dair düşünceler de bireyi psikolojik açıdan olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Ancak yaşlılığı tümüyle hastalık kavramı veya olumsuz nitelermeler ile eşleştirmek de doğru bir yaklaşım olmayacaktır. Yaşlı birey bu dönemde, başta sağlık olmak üzere birtakım problemler ile karşılaşsa da hayat boyunca edinmiş olduğu deneyim ve bilgiler doğrultusunda kuvvetli bir muhakeme gücüne sahip olabilmekte ve belli alanlarda yaşanan kayıp ve zorluklar karşısında bilgi ve tecrübe önemli bir kazanım olarak öne çıkabilmektedir.<sup>3</sup> Bu açıdan bakıldığında yaşlı bireylerin hayatı nasıl algılayıp anlamlandırdıkları, onlar açısından dinin ne anlam ifade ettiği, hayatlarında hangi değerlerin öne çıktığı ve karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma sürecinde dinin nasıl bir rol oynadığı da önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Toplum etkileme, yönlendirme ve değer aktarımında bulunma gücüne sahip olan medyada yaşlı bireyler farklı konu içerikleri ile kendilerine yer bulabilmektedirler. Bu kapsamda TRT Haber kanalında yayınlanmakta olan “Ömür Dediğin” adlı TV programı, yaşlı bireylerin konuk olarak yer aldığı sohbet tarzında gerçekleştirilen bir program özelliği taşımakla birlikte içeriğinde din psikolojisine ait kavramları barındırması açısından dikkate değer görülmüştür. Programın sunuculuk ve yapımcılık görevini üstlenen Doymuş’a göre 17 yıla yakın bir süredir yayınlanmakta olan ve halen yüksek bir izlenme oranına sahip olan bu program, yaşlı kimselerin yanı sıra farklı yaş gruplarına da hitap edebilmekte ve geçmiş ile karşılaştırıldığında toplumun yeteri kadar önem vermediği bazı değerleri tekrar ekranlara taşımaktadır.<sup>4</sup>

Bu bağlamda araştırma kapsamında “Ömür Dediğin” programı özelinde yaşlı bireylerin; hayatı nasıl algıladıkları ve hayatı anlamlandırma süreçlerinde etkili olan unsurların neler olduğu, dinin onlar açısından ne anlam ifade ettiği ve din ile ilişkili olarak kullandıkları kavramların neler olduğu, hayatlarında hangi değerlerin ön plana çıktığı ile ne tür sorunlarla karşılaştıkları ve bu sorunlarla başa çıkma sürecinde dini veya seküler başa çıkma stratejilerinden nasıl yararlandıklarını ortaya koymak amaçlanmaktadır. Bu kapsamda ifade edilen bilgiler doğrultusunda araştırmanın konusunu yaşlı bireylerin hayat, din ve değer algıları ile başa çıkma süreçlerini anlamaya çalışmak oluşturmaktadır.

<sup>1</sup> Bu çalışma “Yaşlı Bireylerin Hayat, Din ve Değer Algıları ile Başa Çıkma Süreçleri Üzerine Bir Araştırma: Ömür Dediğin Programı Örneği” başlıklı Prof. Dr. Behlül Tokur danışmanlığında Abdullah Özler tarafından tamamlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

<sup>2</sup> Mithat Durak, “Yaşlılık Döneminde Psikososyal ve Bilişsel Gelişim”, *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*, ed. Hasan Bacanlı – Şerife Işık (Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2019), 207-208.

<sup>3</sup> Hüseyin Peker, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2011), 176.

<sup>4</sup> Bursa Teknik Üniversitesi (BTÜ), “Ömür Dediğin Programı 800 Aileye Konuk Oldu” (Erişim 20 Nisan 2024)



## 1. Kavramsal Çerçeve

Yaşlılık ile birlikte yaşanan fizyolojik değişimler, fiziksel yeterliliğin azalması, karşılaşılan çok yönlü problemler (hastalıklar, emeklilik, statü ve rol kaybı vb.) dolayısıyla birey ruh sağlığı açısından önemli bir risk altındadır.<sup>5</sup> Gençken hayatının gelecek kısmına odaklanarak planlar yapan birey, yaşlılıkta daha çok önündeki daralan zamana yoğunlaşmaktadır. Bununla birlikte yaklaşmakta olan ölüm ise bireyin hayatına farklı açılardan etki etmektedir.<sup>6</sup> Yaşlı insanlar çoğunlukla geçmiş yaşantıları içerisinde yapmış oldukları hatalı ve yanlış davranışlarını telafi etmek isteyebilirler. Bu davranışların bireyde uyandırdığı günahkârlık ve suçluluk duyguları beraberinde kendilerini affettirecek bazı dini davranışlar sergilemelerini de sağlayabilir. Bu kapsamda yaşlılık döneminde dua, ibadet ve birtakım dini uygulamaların sıklık ve sürekliliğindeki artışın bu motivasyondan etkilendiği ifade edilebilir.<sup>7</sup> Ancak bu durum da çoğunlukla dini ilgisini yaşlılık dönemine kadar taşıyabilen bireyler için geçerlidir.<sup>8</sup> Bununla birlikte ifade edilen durumlara rağmen önceki gelişim dönemlerinde dini anlamda düzenli bir geçmişe sahip olmayan bireylerin de ölümün varlığını kuvvetli bir şekilde hissettikleri bu dönemde hayatlarına anlam verme sürecine katkı sağlamasından dolayı dini bir yönelim içerisinde olabileceği unutulmamalıdır.<sup>9</sup>

İnsan, doğası gereği hayatın önemi, amacı, gayesi ve anlamına dair varoluşsal sorular soran bir varlıktır.<sup>10</sup> Bireyin algılama süreci ile ilişkili olarak kendine ve yaşadığı hayata yönelik özel bir anlamlandırma tarzı vardır.<sup>11</sup> Frankl'a göre anlam arayışı, içgüdüsel itkilerin değil hayatın temel güdülerindedir. Anlamın, bireye has ve özel bir yapısı vardır. Bundan dolayı da anlam sistemi, birey tarafından bulunabildiği takdirde psikolojik açıdan doyurucu bir nitelik taşımaktadır.<sup>12</sup> Yaşlı bireyler açısından bakıldığında, hayat algılarına etki eden pek çok unsurun bulunduğu görülmektedir. Hastalık, ekonomik açıdan yaşanan zorluklar, yaşam içerisinde karşılaşılan zor ve sıkıntılı süreçler bunlardan bazılarıdır. Yaşlı bireyler, yaklaşmakta olan ölüm düşüncesinden hareketle ölüm sonrasına yönelik anlamlandırma girişiminde bulunurlar. Bir yandan dünyaya niçin geldiklerini sorgularken bir yandan da ölümden sonraki yaşamın nasıl olacağını cevabını aramaktadırlar.<sup>13</sup> İşte bu çerçevede bireyin hayat ve ölüm ile ilgili varoluşsal sorularına cevap verme yeterliliğinde olan din, bireyin anlam dünyasına hitap edebilmektedir.<sup>14</sup> Allport'a göre dini inanç, varlığı

<sup>5</sup> Behlül Tokur, *Klasik ve Güncel Konularıyla Din Psikolojisi* (Ankara: Son Çağ Yayınları, 2020), 111.

<sup>6</sup> Hasan Kayıklık, *Din Psikolojisi Bireysel Dindarlık Üzerine* (Adana: Karahan Kitabevi, 2011), 101-102.

<sup>7</sup> Hayati Hökekleli, *Din Psikolojisi* (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1993), 288.

<sup>8</sup> Tokur, *Klasik ve Güncel Konularıyla Din Psikolojisi*, 111-112.

<sup>9</sup> Hökekleli, *Din Psikolojisi*, 288.

<sup>10</sup> Irvin D. Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, çev. Zeliha Babayiğit (İstanbul: Kabalıcı Yayıncılık, 2014), 656.

<sup>11</sup> Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2011), 37.

<sup>12</sup> Viktor Emil Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, çev. Özge Yılmaz (İstanbul: Okuyan Us Yayın, 2022), 105.

<sup>13</sup> Muhammet Ali Özdoğan - Bahset Karşlı, "Muhafazakâr-Dindar Yaşlıların Anlam Arayışında Yeni Bir Mekân: Sosyal Medya", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 23/1 (31 Mart 2023), 257.

<sup>14</sup> Latif Tokat, "Dünya Görüşü-Din İlişkisi", *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/9 (30 Haziran 2006), 62.

ile ilgili bireye bütüncül bir anlam sunabilmektedir.<sup>15</sup> Alanyazın incelendiğinde de hayata anlam verme sürecinde dinin öncelikli bir rol oynadığı görülmektedir.<sup>16</sup>

Müslüman bir kimse açısından bakıldığında ise hayatın anlamını belirleme konusunda iman, anahtar bir rol oynamaktadır. Bu bakımdan iman, dünyaya bir anlam verme çabasıdır. İman, bireye dünya ve ahiret olmak üzere çift kutuplu bir hayat algısı sunar. Özellikle ahiret inancı başta olmak üzere bütüncül bir perspektifle yaşamın her alanına dair tatmin edici cevaplar üretmesi açısından din, insanın varoluşsal arayışlarına hizmet eder.<sup>17</sup>

Bireyin hayata bakışına, algısına etki eden birçok unsur bulunmaktadır. Bu unsurlardan birisi de yaşama yönelik oluşturduğu değerler sistemidir. Bu kapsamda değerler ve hayatın anlamı arasında yakın bir ilişki olduğu ve hayatın anlamını beslemesi noktasında değerlerin önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir.<sup>18</sup> Güngör'e göre psikolojide değerlerin önemi onun objektif bir kritere dayanmasından daha çok insan davranışlarını yönlendirme konusundaki oynadığı roledir.<sup>19</sup> Değerler, toplumun geneli tarafından kabul edilen ortak kavramlardır. Her değer düşünce, duygu ve davranış boyutu bulunmaktadır. Eğer bir kimse kendisi için kıymet ifade eden bir kavramı doğru olarak kabul edip ona yönelik duygusal bir anlam hissedemezse o değeri uygulamaya geçiremez. Bu anlamda bir değer kabul edilebilir olması için ona duygu yüklenmesi öncelikli bir nitelik taşıır.<sup>20</sup>

Hayatın bir değer dünyası olduğu göz önüne alındığında, değerlerin bireyin karakter ve kişiliğinin oluşumunda temel bir rol oynadığı, insanın duygu, düşünce ve davranışlarını şekillendirdiği ifade edilebilir. Hiçbir değeri benimsemeyen, kendisini seküler bir kimse olarak nitelendiren veya dinle ilişkisi sadece kültürel düzeyde olan bireylerin bile karakter ve kişiliklerine etki eden bir değer sistemleri vardır. Bu en yüce değer bazıları için 'Tanrı' olabileceği gibi bazıları için de statü, makam, şan, şöhret, ideoloji veya mal-mülk olabilir.<sup>21</sup>

Hayatın diğer dönemlerinde olduğu gibi yaşlılık döneminde de insanlar kendilerini üzen veya sıkıntıya sokan bazı durumlarla karşılaşabilmektedirler. İşte böylesi durumlarda başa çıkma süreci devreye girmektedir. Lazarus ve Folkman'a göre başa çıkma; bireyin kaynaklarını aşan ve onu zorlayan içsel veya dışsal faktörlerin üstesinden gelebilmek için ortaya koyduğu bilişsel ve davranışsal nitelikteki çabalar olarak ifade edilmektedir.<sup>22</sup> Bireyin hayat içerisinde karşılaştığı problemlerin fazlalığı kadar başvurduğu başa çıkma

<sup>15</sup> Gordon W. Allport, *Birey ve Dini*, çev. Bilal Sambur (Ankara: Elis Yayınları, 2005), 12.

<sup>16</sup> İlhan Topuz, "Yaşamın Anlamı ve DİN: Gençler Üzerinde Bir Araştırma", *İslam Medeniyeti Araştırmaları Dergisi* 1/4 (30 Haziran 2016), 540.

<sup>17</sup> Tokur, *Klasik ve Güncel Konularıyla Din Psikolojisi*, 50.

<sup>18</sup> Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, 39.

<sup>19</sup> Erol Güngör, *Değerler Psikolojisi Üzerine Araştırmalar* (İstanbul: Ötüken Neşriyat, 1998), 28.

<sup>20</sup> Nevzat Tarhan, *Güzel İnsan Modeli Ailede, Toplumda, Siyasette Değerler Psikolojisi* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2013), 20.

<sup>21</sup> Behlül Tokur, "Ahlaki Çözümle, İdeal İnsan ve Hayatın Anlamı Bağlamında Atebetü'l-Hakâyık", *Bilimname* 2019/40 (31 Aralık 2019), 189.

<sup>22</sup> Richard S. Lazarus - Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping* (New York: Springer Publishing Company, 1984), 141.



stratejileri de çeşitlilik göstermektedir. Din de bu anlamda başa çıkma sürecine doğrudan veya dolaylı olarak etki eder.<sup>23</sup> Bu bağlamda dini başa çıkma; hayatta karşılaşılan problemler ile başa çıkma sürecinde dinin ve inancın kullanılması olarak tarif edilebilir.<sup>24</sup> Bireylerin zor ve sıkıntılı durumlarla başa çıkma sürecinde kullandıkları dini kaynaklı etkinliklere ise dini başa çıkma etkinlikleri denmektedir. Karşılaşılan bir problemi hayra yorma, dua ve ibadet etme, Kur'an okuma veya sadaka verme bu etkinliklerden bazılarıdır.<sup>25</sup>

## 2. Yöntem

Yaşlı bireylerin hayat, din ve değer algıları ile başa çıkma süreçlerini derinlemesine anlamayı konu edinen bu çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Nitel araştırma; olayların ve alguların doğal ortamlarında bütüncül ve gerçekçi bir bakış açısı ile yansıtılmasını içeren bir süreci kapsamaktadır.<sup>26</sup>

Bilimsel araştırma süreçlerinde çalışmanın konusu ve amacına uygun tekniği seçmek de önem arz etmektedir. Bu araştırma kapsamında "Ömür Dediğin" programı doküman olarak ele alınmış ve incelenmiştir. Doküman inceleme tekniği; yazılı materyallerin yanı sıra film, video ve fotoğraf gibi malzemeleri değerlendirmek için de işlevsel bir nitelik taşımaktadır.<sup>27</sup> Söz konusu programdan ilgili bölümlerin seçiminde ise amaçlı örneklem tekniği kullanılmıştır. Amaçlı örneklem, araştırmanın konu ve amacı doğrultusunda elde edilecek bilgilerin zenginliği temel alınarak derinlemesine araştırma yapılmasına imkân sağlamaktadır.<sup>28</sup> Bu kapsamda çalışmanın grubunu "Ömür Dediğin" programının 20.10.2023 tarihi itibarıyla yayınlanan 315 bölümünün tamamı, örneklemini ise "Ömür Dediğin" programının 43 bölümü içerisinde yer alan toplam 45 birey oluşturmaktadır. Söz konusu bölümler, araştırma konusu bağlamına uygun bir şekilde araştırmacının içerik aracısından daha zengin olduğunu değerlendirdiği bölümlerden seçilmiştir. Çalışma içeriğinde yaşlı bireylerin isimleri kullanılmamış, bunun yerine (Örneğin K1, K2 gibi numaralı) kısaltmalar kullanılmıştır. Bunun yanı sıra ifadeleri doğrudan alıntı yapılan katılımcıların hangi bölüm içerisinde yer aldığı da (Örneğin; K1, Ömür Dediğin, 257. Bölüm) belirtilmiştir.

Araştırmanın veri kaynağı olan ilgili program bölümlerinin çalışma ile ilgili olan kısımları bilgisayar ortamında yazılı hale getirilmiş ve herhangi bir değişiklik yapılmadan ham haliyle analiz edilmiştir. Katılımcıların anlatı ve söylemlerinin (veriler) analizinde ise tematik içerik analizi ve betimsel analiz tercih edilmiştir.

<sup>23</sup> Faruk Karaca, *Din Psikolojisi* (Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık, 2015), 111.

<sup>24</sup> Kenneth I. Pargament vd., "Religion and The Problem-Solving Process: Three Styles of Coping", *Journal for the Scientific Study of Religion* 27/1 (1988), 90-91.

<sup>25</sup> Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak / Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma* (İstanbul: İz Yayıncılık, 2021), 127.

<sup>26</sup> Ali Yıldırım, "Nitel Araştırma Yöntemlerinin Temel Özellikleri ve Eğitim Araştırmalarındaki Yeri ve Önemi", *Eğitim ve Bilim* 23 (1999), 9.

<sup>27</sup> Ali Yıldırım - Hasan Şimşek, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2011), 189.

<sup>28</sup> Şener Büyükoztürk vd., *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2024), 90.

### 3. Bulguların Dili

#### 3.1. Katılımcıların Hayat Algısına İlişkin Bulgular

Programda yer alan yaşlı bireylerin, katıldıkları bölüm içerisinde hayata dair algılarını, bakışlarını yansıtan ifadeler analiz edilmiş ve buna bağlı olarak hayat ile ilgili farklı değerlendirmeler içerisinde oldukları görülmüştür. Bu kapsamda yaşlı bireylerin hayatı; mühlet, yalan dünya, zor ve sıkıntılı bir süreç, dünya ve ahiret dengesi ile imtihan olarak algıladıkları değerlendirilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların hayat algısına ilişkin kodlama ve frekanslar

Kod Sistemi		Frekans
1.	Mühlet	10
2.	Yalan Dünya	9
3.	Zor ve Sıkıntılı Bir Süreç	6
4.	Dünya-Ahiret Dengesi	4
5.	İmtihan	3

Tablo 1 incelendiğinde yaşlı bireylerin hayatı daha çok insanlara Yaratıcı tarafından verilen bir mühlet olarak değerlendirdikleri ifade edilebilir. Bu çerçevede onlar açısından hayat; dünyada kalınacak sınırlı bir yaşam süresi içerisinde hak ve hakikati, iyilik ve yardımseverlik gibi temel ahlaki değerleri yaşamak ve yaşatmak, insanlığa ve topluma Allah rızası için hizmet amacı güderek yararlı işler yapabilmek için verilmiş bir mühlet ve fırsat olarak değerlendirilmektedir.

[K17] *“Keşke bu insanlara daha çok hizmet edebilseydim. Bundan sonraki sermaye ve seroet bu insanoğluna yapacağımız şeyler. Bu Kapalıçarşı'nın hepsi benim olsa yarın giderken ben ne götüreceğim. Ben şimdi iyi anladım ki bu dünya dediğimiz zaman ne olduğunu anlamıyoruz dünya diyip geçiyoruz. Meğersem bunun ismi devre mülkmüş. Biz buraya çırılçıplak geldik burdan giderken de bir kefen sarıyorlar. Başka ne götüren var burdan. Bu dünyadaki hayatımız büyük bir sermaye. Kimse işin farkında değil. Niçin o sonsuz hayat için burası bir ticarethane. Buraya hep kazanmaya geldik. Allah ömür versin. Ama verdiği ömrü de razı olduğu yerlerde, mahlukatına hizmet ederek, boş boşuna değil”<sup>29</sup>*

Mühlet kavramının ardından yaşlı bireylerin bazılarının hayatı ‘yalan dünya’ olarak değerlendirdikleri görülmektedir. Bu benzetme ile belirtilmek istenen ise yaşlı bireylerin hayatlarını geriye bakıp bir bütün olarak değerlendirdiklerinde uğraşıp çaba harcadıkları, değer verdikleri, yaşamlarında yer tutan unsurları aslında kendilerini meşgul eden birtakım şeyler olarak gördükleri, dünyanın gelip geçici bir yer olduğunun bilincinde olarak gerçek dünyanın sonsuz ve ebedi nitelikte olan ahiret yaşantısı olduğunu ifade etme anlamında bu kavramı kullandıkları görülmektedir.

<sup>29</sup> K17, Ömür Dediğin, 181. Bölüm.



[K27] “Bu dünya, yalancı dünya. Çocuklar eskiden köy yerlerinde evcik oynarlardı, yaparlardı. Burda evcik oynar gibiyiz aynı. Dünya boş. Şu ellerim neler gördü neler geçirdi bakıyorum ellerime şimdi de bir şey yok. Hiçbir şey yok ellerimde. Öbür dünyamı düşünüyom. Bu dünya boşmuş. Bu dünyada işte geldik işte gidiyoz.”<sup>30</sup>

Yaşlı bireylerin hayata yönelik algıları genel olarak değerlendirildiğinde; mühlet, yalan dünya, dünya-ahiret dengesi ve imtihan kavramlarına değinen görüşlerinin dini kaynaklı bir bakış açısının yansımaları olduğu anlaşılmaktadır. Yaşlı bireylerin hayat algılarına katkı sunması bağlamında dinin yaşama anlam verme ve amaç oluşturma sürecinde merkezi bir rol oynadığı görülmektedir. Yaşlılık döneminde bireyin yaşamını sorgulaması, geçirmiş olduğu hayata dönük bütüncül bir değerlendirme yapması, edindiği yaşam tecrübeleri, çevresinde bulunan aile üyeleri ve akranlarından birçoğunun yaşamını yitirmesi ile kendisinin de ölüme yaklaştığını hissetmesinin bireyin hayat algısına etki eden faktörlerden olduğu değerlendirilebilir.

### 3.2. Katılımcıların Din Algısına İlişkin Bulgular

Program içeriğinde yaşlı bireylerin din ve dini hayata dair ifade ettikleri söylemler değerlendirilmiş ve öne çıkardıkları kavramlar belirlenmiştir. Bu kapsamda; ahiret-hesap, dua, ahlaki değerler, ibadet (namaz, oruç, hac, zekât-sadaka), kader, imtihan ve helalleşmek (kul hakkı) başlıklarında yaşlı bireylerin görüşlerini yoğunlaştırdıkları görülmektedir.

**Tablo 2.** Katılımcıların din algısına ilişkin kodlama ve frekanslar

Kod Sistemi		Frekans
1.	Ahiret / Hesap	45
2.	Dua	45
3.	Ahlaki Değerler	37
4.	İbadet	32
5.	Kader	16
6.	İmtihan	7
7.	Helalleşmek / Kul Hakkı	4

Tablo 2 incelendiğinde yaşlı bireylerin dine dair algılarını ortaya koyarken ölüme yaklaştıklarının bilincinde olmalarının etkisiyle ahiret, hesap, cennet ve cehennem gibi kavramlara konuşmalarında fazlaca yer verdikleri tespit edilmiştir.

[K9] “Son nefeste dilimi salavata döndersin. Allah’ımı peygamberimi hatırlatsın Mevla’m. Ahiret zenginliği versin. İman zenginliği versin. Dünyadan bir tat almadım ama bugüne kadar yaşadım ama bundan sonra inşallah ümidim orda bir rahat etmek istiyorum en azından orda bir

<sup>30</sup> K27, Ömür Dediğin, 234. Bölüm.



*rahat istiyorum. Allah'tan dileğim kulum desin, ümmetimin dedirtsin orda beni rahat ettirsin başka bir isteğim yok.*"<sup>31</sup>

Ahret inancı ile birlikte yaşlı bireylerin din algılarında öne çıkan bir başka kavramın dua olduğu görülmektedir. Yaşlı bireyin fiziksel yeterliliğinin azalmasına bağlı olarak muhtaç olacağına dair kaygıları, aile ve arkadaş çevresinden birçok kimsenin hayatını kaybetmesi, çocuklarının ev ortamından ayrılarak kendi yaşantılarını kurmaları ve yalnızlığın bireyin psikolojisine etki ettiği düşünülebilir. Bu anlamda yaşlı birey dua vasıtası ile Allah ile iletişimini artırmakta ve ona yakınlaşmaktadır.

[K12] *"Dua, müminlerin silahıdır. Bizim duadan başka bir şeyimiz yok. Allah'tan evvela son duam benim son nefesimde La ilahe illallah Muhammeden Resulullah demeyi nasip etsin."*<sup>32</sup>

Yaşlı bireylerin din algılarında yer tutan diğer kavramlara bakıldığında ahlaki değer niteliği taşıyan kavramların kaynağını da büyük oranda din ile ilişkilendirdikleri anlaşılmaktadır. İbadet açısından bakıldığında ise daha çok formel ibadet tanımlamasının zihinlerinde yer tuttuğu; namaz, oruç, hac, zekât ve kurban kesme gibi dinin pratik anlamda yansımalarını içeren uygulamaların ön planda olduğu görülmektedir. Öte yandan yaşlı bireyler açısından hayatta karşılaşılan zor ve sıkıntılı süreçler büyük oranda kader veya imtihan olarak değerlendirilmektedir. Ancak kader veya imtihan kavramlarının da algılanış ve yorumlanış biçimlerinin bireyden bireye farklılaştığı da göze çarpmaktadır. Son olarak bazı bireylerin aile üyeleri başta olmak üzere sosyal ilişki içerisinde olunan insanlarla helalleşmenin önemini belirttikleri, birbirlerinin haklarına riayet ederek bir hayat yaşayabilmenin değeri ile ilgili paylaşımlarda buldukları görülmektedir.

### **3.3. Katılımcıların Değer Algısına İlişkin Bulgular**

Çalışma kapsamında yaşlı bireylerin ifadelerinde ne gibi değerlerin ön plana çıktığı da araştırılmıştır. Özellikle belirtilen değerlerin; şükür, sevgi, yardımseverlik, saygı, sabır, vefâ, kanaat, anne-baba duası almaya gayret etmek ve doğruluk olduğu görülmektedir.

<sup>31</sup> K9, Ömür Dedğin, 158. Bölüm.

<sup>32</sup> K12, Ömür Dedğin, 174. Bölüm.



Tablo 3. Katılımcıların değer algısına ilişkin kodlama ve frekanslar

Kod Sistemi		Frekans
1.	Şükür	35
2.	Sevgi	35
3.	Yardıms severlik	27
4.	Saygı	15
5.	Sabır	14
6.	Vefâ	14
7.	Kanaat	7
8.	Anne-baba duası almak	5
9.	Doğruluk	2

Tablo 3 incelendiğinde, yaşlı bireylerin yarısından fazlasının paylaşımlarında şükür değerini öne çıkaran ifadeler yer verdikleri görülmektedir. Bedensel yetersizliği/engeli olan yaşlı bir katılımcı düşüncelerini şöyle ifade etmektedir:

[K44] *“Çok şükür ben hiç isyan etmedim. Şimdi bazı engelli arkadaşlarım var benden daha çok ağır. Onları görünce yani kendimi çok sağlam bir insan olarak görüyorum. Onun için çok şükür yani. Hiç de isyan etmedim.”*<sup>33</sup>

Program içeriğinde yaşlı bireyler, hayatları ile ilgili değerlendirmelerde bulunurken evlilik kısmına ayrı bir önem atfetmekte, büyük bir çoğunluğunun aile ve eşin önemine dair ifadelerde buldukları da göze çarpmaktadır. Bu kapsamda aile bireyleri arasında sevgi değerinin önemli bir konumda olduğu, hayatta karşılaşılan problemler ile baş etme sürecinde de sevginin önemli bir rolünün olduğunu vurguladıkları görülmektedir.

[K26] *“Çocuklar hastalandıktan sonra biz birbirimize daha çok sevgi ile bağlandık. Engelleri beraber aştık yani bir bütün olduk. Hayat çok zor ama eşimin sevgisiyle birbirimize bağlılığımızla engelleri aşıyoruz. Baya zorluklar yaşadık büyük imtihanlar geçirdik. Sevgi olmasaydı zaten bunları aşamazdık.”*<sup>34</sup>

İfade edilen değerlerin yanı sıra yaşlılığın etkilerine bağlı olarak bireyin duruma göre hem yardım eden hem de yardıma ihtiyaç duyan bir pozisyonda olabileceği görülmektedir. Bununla birlikte yaşlı bireylerin özellikle çocuklarından ve yakın çevrelerinden saygı ve vefâ bekledikleri, karşılaşılan zorluklar karşısında sabrı öne çıkarmaya çalıştıkları ifadelerinden anlaşılmaktadır. Allah'ın kendilerine vermiş olduğu nimetlere de kanaat ederek rıza göstermeye çalıştıkları, çocukların anne ve babalarının duasını almaya gayret

<sup>33</sup> K44, Ömür Dediğin, 311.Bölüm.

<sup>34</sup> K26, Ömür Dediğin, 229.Bölüm.

etmelerinin önemi ile doğru ve dürüst olmayı söylemlerinde öne çıkardıkları görülmektedir.

### 3.4. Katılımcıların Karşılaştıkları Sorunlar ve Başa Çıkma Süreçleri

Yaşlı bireylerin ifadeleri doğrultusunda hayat içerisinde karşılaşmış oldukları bazı problem ve zorluklarla başa çıkmaya çalıştıkları görülmüştür. Bu anlamda; ölüm kaygısı, sağlık sorunları, muhtaç olma kaygısı, yalnızlık, eşin veya çocuğun ölümü, doğuştan veya sonradan oluşabilen yetersizlik/engellilik durumu ve son olarak yatalak (süreğen) bir hastalığı olan yakının bakımını üstlenmenin karşılaşılan başlıca sorun alanları olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4.** Yaşlı bireylerin karşılaştıkları sorunlar ile ilgili kodlama ve frekanslar

Kod Sistemi		Frekans
1.	Ölüm Kaygısı	45
2.	Sağlık Sorunları	38
3.	Muhtaç Olma Kaygısı	24
4.	Yalnızlık	17
5.	Eşin ölümü / Çocuğun ölümü	17
6.	Engelli olmak	6
7.	Yatalak bir hastaya bakmak	4

#### 3.4.1. Ölüm Kaygısı ile Başa Çıkma

Araştırma kapsamında yaşlı bireylerin ölüme yönelik bakışları ele alındığında yarısından fazlasının teslimiyetçi ve boyun eğici bir tutum içerisinde olduğu, ardından bir kısmının dünya hayatında gerçekleştirmiş olduğu ibadetlere, Allah'a karşı göstermiş olduğu kulluğa güvenen bir yaklaşımı benimsediği görülmüştür. Aynı zamanda yaşlı bireylerin bazılarının, ölüme varoluşsal bir perspektiften yaklaştığı, bir kısmının dünyada yaşamış olduğu zorlu yaşantılar sonucunda ahirette bir mükâfat (ödüllendirilme) beklentisi taşıdığı, bazılarının vefat eden yakınlarına kavuşma isteği içerisinde olduğu ve son olarak bir grup katılımcının da olumsuz ve zor koşullarda bir yaşantı sürmesinden dolayı hayata doyduğunu öne çıkaran, ölüme hazır olduğunu belirten bir tutum sergilediği değerlendirilmektedir.



**Tablo 5.** Katılımcıların ölüm kaygısı ile başa çıkma süreçlerine ilişkin kodlama ve frekanslar

Kod Sistemi		Frekans
1.	Teslim Olma	26
2.	İbadet / Kulluğa Güven	6
3.	Ahirette Mükâfat (Ödüllendirilme) Beklentisi	4
4.	Vefat Eden Yakınlara Kavuşma İsteği	3
5.	Varoluşsal Açıklama	3
6.	Yaşama Doygunluk (Zorlu Yaşantılara Bağlı Olarak)	3

Tablo 5 incelendiğinde çevresinde bulunan birçok kimsenin ölümüne tanıklık eden ve ölüme karşı koyabilecek bir gücünün olmadığı bilincinde olan yaşlı birey, ölüm olgusunu kabullenerek yaşamını sürdürmeye çalıştığını görüşleri ile ifade etmektedir.

[K2] *“Ölüm borcumuz. Ölümden korkmayla kurtulaman ki. Dedem gittiye, nenem de gittiye, babam da anam da gittiye ben de gidecem o yola.”*<sup>35</sup>

Yaşlı bireylerin bazılarında göre ise Allah, dünya hayatında insanlara yönelik bazı emir ve yasaklar belirlemiş, bunun yanında namaz, oruç, hac, zekât gibi başlıca ibadetleri yerine getirmelerini istemiştir. Buna bağlı olarak dünya hayatında gösterilen kulluk ve ibadet yaşantısının ahiret hayatını (cenneti) kazanma noktasında anahtar bir rolü olduğu ve bu düşüncenin ölüm kaygısı ile baş etmeye katkı sunduğu görülmektedir.

[K32] *“Bir asker tugayda veya birlikte çalışırken görev yaparken komutanı der ki filanca yere gidip geleceksiniz. O asker komutan çağırdığında korkar mı? Hayır, komutanım verdiğiniz emri yerine getirdim. Ben de aynıyım. Ben de komutanıma gideceğim bir gün gelecek. Komutanın verdiği emirleri yapıyorum ben. Niye korkayım ben komutandan.”*<sup>36</sup>

### 3.4.2. Yaşlılıkta Karşılaşılan Sağlık Sorunları ile Başa Çıkma

İşitme ve görmede düşüş, bacak, kol, bel, diz ağrıları yaşama, ağız ve diş sağlığı ile ilgili hastalıklar, kalp, şeker, tansiyon gibi kronik hastalıkların bulunması ile yaşlılığa bağlı olarak bilişsel açıdan unutkanlık, fiziksel olarak halsiz ve güçsüz düşme yaşlı bireylerin ifade ettikleri başlıca sağlık sorunları olarak göze çarpmaktadır.

Yaşlı bireylerin sağlık sorunları ile ilgili tıbbi destek aldıktan sonra görüşleri ele alındığında üç farklı yaklaşım tarzı sergiledikleri görülmektedir. Öncelikle yarıya yakın belli hastalıklarla karşılaşsalar da sağlık durumlarını genel itibarıyla olumsuz olarak değerlendirmedikleri ve şükür halinde oldukları görülmektedir. İkinci olarak yaşlı bireylerin bir bölümünün ise hastalıkların kendi yaşam kalitelerini olumsuz yönde

<sup>35</sup> K2, Ömür Dediğin, 47. Bölüm.

<sup>36</sup> K32, Ömür Dediğin, 246. Bölüm.

etkilediğini belirtip bu durumu kabullenme tutumu içerisinde olduğu göze çarpmaktadır. Son olarak bazı yaşlı bireyler de kronolojik açıdan bakıldığında yaşlılık döneminde olmalarına rağmen kendilerini yaşlı olarak kabul etmeyerek sağlık durumlarını olumlu olarak değerlendirmektedirler.

**Tablo 6.** Katılımcıların karşılaştıkları sağlık sorunları ile başa çıkma süreçlerine ilişkin kodlama ve frekanslar

Kod Sistemi		Frekans
1.	Şükür	22
2.	Kabullenme	16
3.	Yadsıma	7

Tablo 6 incelendiğinde, yaşlı bireyler birtakım hastalıklar ile karşılaşsalar da genel sağlık durumlarının iyi olduğunu, yaşlılarına göre kendilerinin daha iyi bir durumda olduğunu, günlük ihtiyaçlarını büyük oranda yerine getirebilecek bir güce sahip olduklarını belirtmektedirler. Bu durum sonucunda da Allah'a şükürlerini ifade ettikleri görülmektedir.

[K13] *"Genç değiliz yaşlıyız tabi. Ama şükrolsun yaşıma nispeten iyiyim yani. İnsan zanneder ki hiç ihtiyarlamayacağım ama kurallar öyle değil."*<sup>37</sup>

İkinci olarak sağlık sorunlarını yaşlılığın bir parçası olarak değerlendirip uyum sağlamaya yönelik ifadeleri öne çıkan bireylerin yer aldığı görülmektedir. Bu kapsamda bu bireylerin, sağlıkları ile ilgili yaşamış oldukları problemlere vurgu yaptıkları, sağlık sorunlarının yaşam kalitelerinde bir düşüşe neden olduğunu ifade ettikleri görülmektedir.

[K44] *"Yaşlandığımı çok hissediyorum neden hissediyorum. Eskiden ben kendimi daha dinç olarak sürünerek de gitsem yani pek fazla yorgunluk olmuyordu ama şimdi yoruluyorum çayımı yaparken bile yoruluyorum. Onun farkındayım yani çok farkındayım. Eskiden hiç yorulma falan bilmezdim yani. Onun için insan yaşlandığını biliyor."*<sup>38</sup>

Son olarak kronolojik yaş itibariyle yaşlılık gelişim döneminde olmasına rağmen yaşlılığı kabullenmekte zorlanan, yadsıyan bireylerin olduğu görülmektedir. Bu bireylerin ifadelerinde, kendilerini sağlıklı hissetmeleri ve yaşlılarına göre sağlık açısından daha iyi bir konumda olduklarını değerlendirmelerinin etkili olduğu düşünülebilir.

[K34] *"Ben hiç yaşlı değilim şimdi 20-25 yaşındayım. (Yaş-91) Çok şükür abdestimi bırakmam, namazımı bırakmam. Dost düşman kim anlarım. Gençliğimden de memnunum şimdiki günümünden de memnunum. Allah'a şükür başım ağrımaz, dişim ağrımaz. Namaz, abdesti bırakmam Allah da beni bırakmaz."*<sup>39</sup>

<sup>37</sup> K13, Ömür Dediğin, 176. Bölüm.

<sup>38</sup> K44, Ömür Dediğin, 311. Bölüm.

<sup>39</sup> K34, Ömür Dediğin, 254. Bölüm.



### 3.4.3. Muhtaç Olma Kaygısı ile Başa Çıkma

Yaşlılık döneminde birey; başta fiziksel olmak üzere bilişsel ve psikososyal açıdan birtakım zorluklarla karşılaşabilmektedir. Bu anlamda yapılan paylaşımlar göz önüne alındığında yaşlı bireylerin; fiziksel olarak vücutlarında meydana gelen birtakım sorunların sonucu olarak hasta olma, temel fizyolojik ihtiyaçlarını giderme konusunda zorluk yaşama, bir başkasının bakımına ihtiyaç duyma ve buna bağlı olarak da aile üyelerine muhtaç olmaktan kaygılandıkları anlaşılmaktadır. Bu kapsamda yaşlı bireylerin özellikle bu kaygılar ile başa çıkma sürecinde ise duayı temel bir referans noktası olarak değerlendirdikleri görülmektedir.

[K3] *"Bakın evlat iyi bir şeydir. Her evlatta bir değildir. Amma gene de Allah'a dua etmek lazım. Allah'a dua etmek lazım. Allah, kimseyi kimseye muhtaç etmesin. Eğer bir insanın çok afedersiniz tuvaletini kendi yapıyorsa bir insan isterse 150 yaşına girsin o hastaya bakıldı denmez. Amma tuvaletini yapamıyorsa, muhtaçsa, eli kolu çalışmıyorsa, Allah bakana da yatana da kolaylık versin."*<sup>40</sup>

### 3.4.4. Yalnızlık ile Başa Çıkma

Program içeriğinde ifade edilen konular göz önüne alındığında yalnızlığın yaşlılık döneminde karşılaşılan önemli bir sorun alanı olduğu görülmektedir. Yaşlılık döneminde bireyin emekli olup iş ortamından ayrılması, eş kaybı yaşamış olması, çocuklarının kendi aile yaşamlarını kurarak ev ortamından uzaklaşması gibi faktörler sonucunda çevrelerinde bulunan insanlarla kurdukları iletişim ve etkileşimin azalmasına bağlı olarak kendilerini yalnız hissettiklerine dair paylaşımlarda buldukları görülmektedir. Bu çalışma açısından bakıldığında yalnızlık yaşadığını ifade eden yaşlı bireylerin farklı başa çıkma stratejileri kullanarak bu duruma çözüm üretmeye çalıştıkları değerlendirilmektedir.

**Tablo 7.** Katılımcıların yalnızlık ile başa çıkma süreçlerine ilişkin kodlama ve frekanslar

Kod Sistemi		Frekans
1.	Aile İçi Dayanışma	10
2.	Daha Çok Sosyalleşmek	7

Tablo 7 incelendiğinde, yalnızlıkla başa çıkma konusunda yaşlı bireylerin öncelikle dile getirdiği hususun bu süreçte aile üyelerinin dayanışma içerisinde olmalarının temel bir rol oynamasıdır. Yaşlı bireylerin bazıları, eşlerinin vefatının ardından çocuklarının kendilerine maddi ve manevi anlamda destek sunmalarının yalnızlıkla mücadele sürecinde önemli bir payının olduğunu belirtmektedirler.

[K27] *"Oğlan aldı beni onun yanımdayım şimdi. Ben annemi yanına götüreceğim dedi. Ömrü çok olsun dürüm dürüm bulsunlar."*<sup>41</sup>

<sup>40</sup> K3, Ömür Dediğin, 70. Bölüm.

<sup>41</sup> K27, Ömür Dediğin, 234. Bölüm.

Yaşlı bireylerin yalnızlıkla başa çıkma konusunda aile içi dayanışmanın önemini belirten görüşlerinin ardından daha çok sosyalleşme çabası içerisinde olacak birtakım davranışlar sergilemenin önemine dair paylaşımlar yaptıkları göze çarpmaktadır. Bu çalışma açısından bakıldığında yaşlı bireylerin bir kısmının yalnızlıklarını; arkadaşları ve komşuları ile iletişimlerini devam ettirerek gidermeye çalıştıkları görülmekle birlikte fiziksel sağlığı yerinde olan kimselerin cami cemaatine katılım sağlamalarının da dini bir ibadeti yerine getirmenin yanı sıra insanlarla etkileşime girerek sosyalleşme ihtiyaçlarını gidermelerine katkı sunacağı da değerlendirilmektedir. Son olarak yaşlı bireylerin bazılarının da yardıma ihtiyaç duyan insanların ihtiyaçlarını karşılamaya dönük birtakım gönüllü çalışmalarda bulunmalarının yalnızlıkla baş etme açısından önemli bir rol oynadığı anlaşılmaktadır.

[K44] *“Benim günüm şöyle sabah saat 11’den sonra evden çıkıyorum. Kız kardeşim beni akülü arabama bindiriyor işte çarşıda arkadaşlarım falan var. Bazen gitmediğim günler de oluyor. Mesela akşam canım sıkıldığında kardeşimi yeğenlerimi falan arıyorum telefonda 5-10 dakika konuşuyorum. Belki günde 4-5 sefer arıyorum. Arkadaşlarım var beni severler yani. Otururuz, muhabbet ederiz herkes beni sever yani.”<sup>42</sup>*

### **3.4.5. Sıkıntılı ve Zorlu Yaşam Olayları ile Başa Çıkma**

Program içeriğinde yaşlı bireylerin bazılarının hayatları ile ilgili paylaşımlarda bulunurken kendilerini psikolojik olarak zorlayan birtakım sıkıntılı süreçler yaşadıklarını belirttikleri görülmüştür. İfade edilen zor ve sıkıntılı süreçlere bakıldığında; çocuklarının, eşlerinin veya yakınlarının ölümü, doğuştan veya sonradan vücutlarında bir engel/yetersizlik durumunun oluşması ile süregelen bir hastalığı olan yatalak bir kimseye sürekli olarak bakmanın belirtilen zorlayıcı süreçlerden olduğu tespit edilmiştir. Yaşlı bireylerin, yaşadıkları bu durumlarla başa çıkmaya çalışırken başvurdukları bazı stratejilerin olduğu da görülmüştür. Bu anlamda kullanılan başlıca başa çıkma stratejileri genel olarak değerlendirildiğinde; kader inancı, aile içi dayanışma süreci, ahiret inancı, iş ve meşguliyet edinme, şükretme, yaşadıklarını imtihan olarak değerlendirme, yakınlarının ölümü ile ilgili zorlu bir süreç yaşanmışsa ölen kimsenin ruhuna Kur’an-ı Kerim okuma veya okutturma, sabretme, duygu ve düşüncelerini günlük tutarak, şiir veya roman yazarak ifade etme, doğaya yönelme, ölen bir yakını varsa onunla ilgili anıları hatırlama, rüyalarında görme ve son olarak mezarlık ziyareti yapma şeklinde olduğu görülmektedir.

<sup>42</sup> K44, Ömür Dediğin, 311. Bölüm.



**Tablo 8.** Katılımcıların sıkıntılı ve zorlu yaşam olayları ile başa çıkma süreçlerine ilişkin kodlama ve frekanslar

Kod Sistemi		Frekans
1.	Kader İnancı	9
2.	Aile İçi Dayanışma	8
3.	Ahiret İnancı	5
4.	İş ve Meşguliyet Edinme	5
5.	Şükür algısı	5
6.	İmtihan algısı	3
7.	Kur'an-ı Kerim okuma veya okutturma	3
8.	Sabretmek	3
9.	Günlük Tutma / Şiir / Roman Yazma	3
10.	Doğaya Yönelme	2
11.	Hatıra ve Rüyalara	2
12.	Mezarlık Ziyareti	1

Tablo 8 incelendiğinde yaşlı bireylerin hayatlarında karşılaşmış oldukları sıkıntılı ve zorlu yaşantılara daha çok kader inancı ile başa çıkmaya çalıştıkları görülmektedir. Bireyin karşılaştığı zorlu olaylar karşısında yetersizliğini hissederek kabullenici bir tutum sergilemesinin ve yaşananlarda ilahi bir gücün de iradesinin olduğu düşüncesinin baş etme sürecine olumlu yönde katkı sunduğu görülmektedir.

[K35] "Sakatım, ayaklarımdan sakatım. Dört tane çocuğum oldu, biri sağlam üç tanesi benim gibi rahatsız. Öyle zorluklarla büyüttün napayım. Allah yardım etti büyüttüm Yıkıyordum, temizliyordum, o zaman makine de bir şeyler yoktu. Çok zorluk çektim kızım kaderimi öyle yazmış Allah. Kader ne ise o devam ediyor işte kızım."<sup>43</sup>

Aile içi dayanışma veya sosyal destek kavramının da zor ve sıkıntılı süreçler ile başa çıkma sürecinde etkili olduğu görülmektedir. Örneğin; ciddi bir sağlık problemi ile karşılaşan kimsenin tedavi esnasında eş ve çocuklarının desteğinin iyileşme sürecini olumlu yönde etkilediği, hayatta iken çocuklarını kaybeden bir ailenin bu süreçte birbirlerine daha fazla destek olmaları, ebeveynlerinden birisinin ölümünün ardından çocukların hayatta olan ebeveynlerine destek olarak bu zorlu süreci atlarmaya çalışmaları, sürekli hastalığı olup da bir başkasının bakımına gereksinim duyan eşinin bakımını üstlenen bireyin, çocuklarının yardımını alarak bu süreci geçirmeye çalışması başlıca belirtilen durumlar arasında yer almaktadır.

<sup>43</sup> K35, Ömür Dediğin, 257. Bölüm.



[K31] *“Çocuklarımın ve kocamın sevgisiyle hayata bağlandım. Yoksa ben kemik yığını gibiydim.”*<sup>44</sup>

Araştırma kapsamında yaşlı bireylerin çoğunluğunun karşılaştığı zor ve sıkıntılı yaşam olayları ile başa çıkma sürecinde doğrudan dinden destek aldıkları görülmekle birlikte bazılarının da farklı başa çıkma stratejilerine başvurdukları görülmektedir. Bu kapsamda örneğin; iş ve meşguliyet edinmek, günlük, roman veya şiir yazmak da bu başa çıkma etkinliklerinden bazılarıdır.

[K5] *“Efkârlanıyorum, yazıyorum. Defterim var günlük.”*<sup>45</sup>

Bireylerin karşılaştığı zorlu ve sıkıntılı yaşam olaylarına bağlı olarak kullandıkları başa çıkma stratejilerinin de farklılaşabildiği görülmektedir. Örneğin; çocuklarının vefatının ardından aile içi dayanışma ve sosyal destek mekanizmaları başa çıkma açısından ön plana çıkarken doğuştan veya sonradan oluşan bir engellilik/yetersizlik durumunda şükürün daha fonksiyonel bir rol oynadığı tespit edilmiştir. Bu çalışma açısından bakıldığında yaşlı bireylerin bazılarının karşılaştıkları zorlu olaylar sonucunda hem seküler başa çıkma stratejilerini hem de dini başa çıkma stratejilerini kullandıkları görülmektedir. Buna bağlı olarak da yaşanan durum karşısında genellikle birden fazla başa çıkma stratejisine başvurdukları anlaşılmaktadır. Ayrıca yaşlı bireylerin din algılarında önemli bir rol oynadığı görülen; ahiret, kader, imtihan gibi kavramların başa çıkma süreçlerinde de yer aldığı göze çarpmaktadır.

### **Sonuç ve Öneriler**

Yaşlı bireylerin hayat, din ve değer algıları ile başa çıkma süreçlerini anlamayı konu edinen bu araştırma, “Ömür Dediğin” programı özelinde yaşlı bireylerin hayatı nasıl algılayıp anlamlandırdıkları ve bu süreçte etkili olan unsurların neler olduğunu, dinin onlar açısından ne anlam ifade ettiği ve din ile ilişkili olarak kullandıkları kavramların neler olduğunu, hayatlarında hangi değerlerin ön plana çıktığı ile ne tür sorunlarla karşılaştıkları ve bu sorunlarla başa çıkma sürecinde dini veya seküler başa çıkma stratejilerinden nasıl yararlandıklarını ortaya koymayı amaçlamıştır.

Araştırma kapsamında yaşlı bireylerin program içeriğindeki anlatı ve söylemleri; hayat algısı, din algısı ve değer algısı ile karşılaştıkları problemler ve bu problemlerle başa çıkma temaları şeklinde ele alınmıştır. Bu kapsamda hayat algısı teması içeriğinde yaşlı bireylerin hayatı daha çok “mühlet” ve “yalan dünya” şeklinde algıladıkları, din algısı temasına bakıldığında ise yaşlı bireylerin din ile ilişkili olarak ahiret/hesap ve dua üzerinde ifadelerini yoğunlaştırdıkları görülmektedir. Değer algısı temasında ise yaşlı bireyler için şükür, sevgi ve yardımseverlik değerlerinin diğer değerlere nazaran daha öncelikli bir konumda olduğu tespit edilmiştir. Yaşlı bireylerin gelişim özellikleri ile fiziksel ve duygusal ihtiyaçları göz önüne alındığında ifade edilen değerlerin öne çıkması olağan olarak değerlendirilebilir. Ancak dindarlık noktasında anahtar bir öneme sahip olan

<sup>44</sup> K31, Ömür Dediğin, 242. Bölüm.

<sup>45</sup> K5, Ömür Dediğin 105. Bölüm.



doğruluk değerinin yaşlı bireylerin ifadelerinde çok az kullanılması ve diğer değerler ile karşılaştırıldığında yapılan frekans değerlendirmesinde yalnızca iki katılımcı tarafından ifade edilerek en son sırada yer alması ise dikkat çekici bir bulgu olarak değerlendirilmiştir. Yaşlı bireylerin karşılaştıkları problemlere bakıldığında ise yaklaşmakta olan ölümün yanı sıra bakıma muhtaç olmanın da kaygıya neden olabildiği, bununla birlikte yaşanan sağlık sorunları ile yalnızlığın da öncelikli problem alanlarından olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın bir diğer teması olan başa çıkma kavramı üzerinde durulduğunda ise yaşlı bireylerin karşılaşmış oldukları sorunlara bağlı olarak başvurdukları başa çıkma stratejilerinin de farklılaşabildiği görülmekle birlikte bu süreçte dinin önemli bir başa çıkma kaynağı olduğu görülmüştür. Bu bağlamda kader inancı, dua ve sosyal destek (aile içi dayanışma) gibi dini nitelikli unsurların başa çıkma sürecinde önemli bir rol oynadığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte daha fazla sosyalleşme çabası içerisinde olma, iş ve meşguliyet edinme ile duygu ve düşüncelerini yazılı metinler aracılığıyla ifade etme de öne çıkan bazı seküler başa çıkma stratejileri arasında yer almaktadır.

Araştırmadan elde edilen bulgular genel anlamda değerlendirildiğinde yaşlı bireylerin hayatı algılama ve anlamlandırma süreçleri ile değer algılarının din üzerinden şekillendiği, hayatta karşılaşılan problemlerle başa çıkma sürecinde de dinin merkezi bir rolünün olduğu görülmektedir. İnsanın, anlam arayışı içerisinde olan bir varlık olduğu ve bu arayışın insan açısından temel bir ihtiyaç olduğu göze çarpmaktadır. Bu kapsamda özellikle hayat ve ölümle ilgili varoluşsal birtakım sorulara dinin vermiş olduğu bütüncül cevaplar, insanın anlam arayışına hizmet eden bir sistem olarak dini öne çıkarmaktadır.

Araştırma konusu bağlamında analiz edilen bölümler içerisinde katılımcıların çoğunun sadece yaşlılık döneminde değil yaşamlarının diğer dönemlerinde de yoğunluk düzeylerinde birtakım farklılıklar yaşansa da din faktörünü hayatlarını etkileyen bir unsur olarak öne çıkardıkları anlaşılmaktadır. Bu bağlamda yaşlılık dönemi dini gelişimini çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemi dini gelişiminden bağımsız olarak değerlendirmek doğru bir yaklaşım olmayacaktır. Ancak yaşlılık dönemi gelişim özelliklerine bağlı olarak bireyin fiziksel, bilişsel ve psikososyal anlamda yaşadığı değişimler neticesinde dinin fonksiyonu ve algılanma şeklinde de birtakım değişiklikler yaşanabileceği düşünülebilir. Bu kapsamda bu araştırma açısından bakıldığında yaşamın diğer dönemlerine göre yaşlılık döneminde daha yakından hissedilen ölümün yaşlı bireyler açısından ahiret ve hesap kavramlarını dini açıdan daha öncelikli bir konuma getirdiği görülmektedir. Bununla birlikte yaşlılık döneminde sağlık sorunlarına bağlı olarak bir başkasının bakımına muhtaç olmanın oluşturacağı zorluklar ve hayat içerisinde karşılaşılan zor ve sıkıntılı yaşam olayları sonucunda yaşlı birey Allah'a dua aracılığıyla yakınlaşmaktadır.

Değerler açısından bakıldığında şükür ve kanaat değerlerinin aralarında bazı farklılıklar olsa da yakın bir ilişki içerisinde oldukları değerlendirilmektedir. Bu anlamda kanaat değerini de şükür ile birlikte ele aldığımızda yaşlı bireyler açısından bu değerler merkezi bir konumda olduğu görülmektedir. Yaşlılığa bağlı olarak yaşanan sağlık sorunları

ve karşılaşılan sıkıntılı ve zorlu yaşam olayları sonucunda şükürün başa çıkma sürecinde aktif bir rol oynadığı göze çarpmaktadır. Yaş ilerledikçe bireyler bazı sağlık sorunları ile karşılaşsalar da öznel sağlık algısı açısından katılımcıların yarıya yakınının kendini iyi bir durumda olarak değerlendirdiği, kendi sağlığını çevresinde bulunan akranları ile karşılaştırma eğiliminde oldukları ve buna bağlı olarak da çoğu zaman hallerine şükrettikleri görülmektedir. Şükretmenin, dindarlığın bir tezahürü olarak öne çıktığı, bireyin şükür halinde olmasının Allah tarafından olumlu bir şekilde değerlendirileceğine yönelik inancın, bireyin var olan durumuna şikâyet edip sızlanmasının ise Allah'ın hoşuna gitmeyen bir davranış olacağına dair dini düşüncenin şükürü öne çıkarma sürecine etki ettiği düşünülebilir.

Öte yandan yaşlı bireylerin karşılaştıkları problemlerin çözümü bağlamında farklı yaklaşımlar içerisinde oldukları da göze çarpmaktadır. Karşılaşılan problemlerin niteliğine göre başvurulmuş dini başa çıkma yaklaşımlarının da farklılaşabildiği görülmektedir. Yaşlı bireylerin daha çok işbirlikçi başa çıkma şeklinde kendi üzerine düşen görev ve sorumluluğu yerine getirdikten sonra tevekkül içerisinde hareket ettikleri veya karşılaşılan duruma göre süreç içerisinde kendileri pek fazla çaba harcamadan sorunun çözümünü Tanrı'dan beklemeyi içeren ötelemeci (ertelemeci) tarzda dini başa çıkma yaklaşımını benimsedikleri değerlendirilmektedir. Bu bağlamda yaşlı bireylerin din algıları ile azalan fiziksel yeterlilikleri ve hayat boyunca edinmiş oldukları tecrübe ve birikimler doğrultusunda karşılaştıkları bazı durumları değiştiremeyeceklerine yönelik bakış açısının teslimiyetçi ve kabullenici bir tutum sergilemelerine etki ettiği düşünülebilir. Buna karşın karşılaşılan problemler ile ilgili olarak bireyin problem çözme sürecine Tanrı'yı dâhil etmediği, kendini yönetme tarzı dini başa çıkma yaklaşımına da bu çalışma kapsamında rastlanılmadığı belirtilmelidir. Yaşlı bireyin karşılaştığı zor ve sıkıntılı süreçlerde bu üç farklı başa çıkma yaklaşımından hangisini tercih edeceği, karşılaşılan durumun yanı sıra bireyin kader algısı ile de ilişkili olabilir.

Araştırma kapsamında yaşlı bireylerin yalnızlık ve karşılaşmış oldukları zorlayıcı yaşam olayları ile başa çıkma sürecinde başta aile üyeleri olmak üzere çevreden gelen sosyal desteğin de önemli bir payının olduğu göze çarpmaktadır. Katılımcıların özellikle yaşlılık döneminin getirmiş olduğu birtakım zorluklar karşısında sosyal destek beklentisi içerisinde oldukları söylemlerinden anlaşılmaktadır. Bu anlamda örneğin eşinin hastalığı veya vefatı sürecinde, çocuklarının ve komşularının psikolojik desteğini alan bir kimse açısından bu süreçlerin nispeten daha rahat atlatılacağı düşünülebilir. Buna karşın toplumsal anlamda yaşanan değişime paralel olarak kırsal kesimde yaşayan nüfusun azalıp şehir nüfusunun artması sonucunda bireysel yaşam tarzının daha etkin olmaya başlamasının da sosyal destek sürecini olumsuz yönde etkilediği değerlendirilmektedir.

Araştırma kapsamında analiz edilen bölüm içeriklerine bakıldığında kronolojik olarak bir kimsenin yaşlı sınıflamasına dâhil olmasının tek başına yeterli olmayacağı, bunun yanı sıra biyolojik, bilişsel, psikolojik ve sosyal yönlerden de bir yaşlılık değerlendirmesinin yapılmasının yararlı olacağı tespit edilmiştir. Ayrıca yaşlı bireylerin pasif ve edilgen bir yaşantı tercihi yerine sağlık durumları elverdikçe hayatın içerisine



katılım sağlayıp farklı sosyal etkileşim ağları içerisinde kendilerine yer bulmalarının da onların psikolojik sağlıklarına olumlu yönde etki ettiği görülmektedir.

Yaşlı bireylerin hayat, din ve değer algıları ile başa çıkma süreçlerini anlamayı konu edinen bu araştırmanın sonuçları doğrultusunda bazı öneriler sunulabilir. Ülkemizde yaşlılar ilgili çalışmalar başta Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı olmak üzere farklı kurum ve kuruluşlarca yürütülmektedir. Bu kapsamda Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı bünyesinde Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü adı altında bir birim yer almaktadır. Ülkemizde yaşayan yaşlı nüfus oranı ve yapılan nüfus projeksiyonları göz önüne alındığında bu oranın daha da artacağı değerlendirilmektedir. Bu açıdan bakıldığında öncelikle yaşlı bireyler ile ilgili çalışmalar yürütecek özel bir genel müdürlüğün oluşturulması, ilerleyen yıllarda da yaşlı nüfus ile ilgili etkin politikalar üretmek ve çalışmaların geniş bir tabana yayılmasını sağlamak amacıyla bu genel müdürlüğün daha üst bir statüye çevrilmesi değerlendirilebilir.

Cami cemaatinin yaş ortalaması göz önüne alındığında din görevlilerinin en çok iletişim kurdukları yaş gruplarının başında yaşlılar gelmektedir. Diyanet İşleri Başkanlığı bünyesinde aday din görevlilerine eğitim vermekte olan Diyanet Akademisi'nde yer alan "Din Hizmetlerinde İletişim ve Rehberlik" adlı dersin müfredatının yaşlılık psikolojisi ile ilgili kapsamı genişletilebilir. Diyanet İşleri Başkanlığı'nın genç nüfusa hitap eden projelerinden birisi Gençlik Merkezleri'dir. Bu anlamda yaşlı bireylerin gelişim özellikleri ve ihtiyaçları göz önüne alındığında Yaşlılık Merkezleri şeklinde de bir yapılanmaya gidilmesinin faydalı olabileceği değerlendirilmektedir. Söz konusu merkezlerde dini içerikli çalışmaların yanı sıra yaşlı bireylerin ilgi alanlarına bağlı olarak farklı uğraşlar ve sanat atölyeleri de oluşturulabilir. Gençlik ve Yaşlılık merkezlerinin belli zaman aralıklarında düzenleyeceği farklı faaliyet programları ile yaşlı ve genç gruplar arasında bir bağ kurulabilir. Camilerde gerçekleştirilen vaaz programlarında yaşlılık ve yaşlı bireylerin ihtiyaçları konularına değinilebilir. Din görevlisi önderliğinde mahalle muhtarı ve cami cemaati ile birlikte yalnız yaşayan veya zor ve sıkıntılı süreçler geçiren yaşlı bireylerin evlerine sosyal destek mekanizmasının işlerliğini sağlamak adına ziyaretler gerçekleştirilebilir.

Başta kamu olmak üzere kurumların, emekli olan personelleri ile belli bir düzeyde bağlarının devam etmesi, gerektiğinde bazı konularda önerilerine başvurulması, mesleğe yeni başlayan personellere bilgi, birikim ve tecrübelerini aktarabilecekleri bir sistemin oluşturulması yararlı olabilir. Bu sayede yaşlı bireyler üretkenliklerini belli bir oranda devam ettirebileceklerdir.

Toplumda yaşlılığa dair var olan ön yargıların yerine yaşlı bireylerin tecrübe, bilgi ve birikim ile hayata bakışlarından yararlanmayı önemseyen metin içeriklerinin ders ve hikâye kitaplarında yer alması, yaşlılığın çocuk ve gençler tarafından farklı açılardan algılanmasına da katkı sunabilir.

Yerel yönetimlerin yaşlı bireylerin ihtiyaçlarına yönelik psikolojik, sosyal, ekonomik vb. alanlarda desteklerini artırmalarının, spor tesisleri ve sanat atölyeleri oluşturma ile

doğa gezileri gibi organizasyonlar planlamalarının, bireylerin yaşam kalitelerine katkı sunabileceği değerlendirilmektedir. Bu kapsamda hâlihazırda bazı belediyelerin bünyesinde yer almakta olan psikolojik danışma merkezlerinin sayısının ve erişilebilirliğinin artırılmasının da yararlı olacağı öngörülmektedir.

Ülkemiz din psikolojisi literatürü açısından bakıldığında yaşlılığın farklı konu başlıkları çerçevesinde ele alınıp incelenmesinin alana katkı sunacağı değerlendirilmektedir.

### Kaynakça

Allport, Gordon W. *Birey ve Dini*. çev. Bilal Sambur. Ankara: Elis Yayınları, 1. Basım, 2005.

Ayten, Ali. *Tanrı'ya Sığınmak / Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık, 3. Basım, 2021.

Bahadır, Abdülkerim. *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. İstanbul: İnsan Yayınları, 2. Basım, 2011.

BTÜ, Bursa Teknik Üniversitesi. "Ömür Dediğin Programı 800 Aileye Konuk Oldu". Erişim 20 Nisan 2024.

<https://btu.edu.tr/tr/haber/detay/6609/%C3%B6m%C3%BCr-dedi%C4%9Fin-program%C4%B1-800-aileye-konuk-oldu>

Büyüköztürk, Şener vd. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 35. Basım, 2024.

Durak, Mithat. "Yaşlılık Döneminde Psikososyal ve Bilişsel Gelişim", *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi*, ed. Hasan Bacanlı – Şerife Işık. 205-235. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 5. Basım, 2019.

Frankl, Viktor Emil. *İnsanın Anlam Arayışı*. çev. Özge Yılmaz. İstanbul: Okuyan Us Yayın, 123. Basım, 2022.

Güngör, Erol. *Değerler Psikolojisi Üzerine Araştırmalar*. İstanbul: Ötüken Neşriyat, 2. Basım, 1998.

Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1993.

Karaca, Faruk. *Din Psikolojisi*. Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık, İlaveli 2. Basım, 2015.

Karaca, Faruk. *Dini Gelişim Psikolojisi*. İstanbul: Kitapyurdu Doğrudan Yayıncılık, 1. Basım, 2022.

Kayıklık, Hasan. *Din Psikolojisi Bireysel Dindarlık Üzerine*. Adana: Karahan Kitabevi, 2011.

Lazarus, Richard S. – Folkman, Susan. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company, 1984.

Özdoğan, Muhammet Ali - Karslı, Bahset. "Muhafazakâr-Dindar Yaşlıların Anlam Arayışında Yeni Bir Mekân: Sosyal Medya". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 23/1 (31 Mart 2023), 253-280. <https://doi.org/10.33415/daad.1211942>



- Pargament, Kenneth I. vd. "Religion and The Problem-Solving Process: Three Styles of Coping". *Journal for the Scientific Study of Religion* 27/1 (1988). 90-104.  
<https://doi.org/10.2307/1387404>.
- Peker, Hüseyin. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 7. Basım, 2011.
- Tarhan, Nevzat. *Güzel İnsan Modeli Ailede, Toplumda, Siyasette Değerler Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 6. Basım, 2013.
- Tokat, Latif. "Dünya Görüşü-Din İlişkisi". *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/9 (30 Haziran 2006), 41-63.  
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/hititilahiyat/issue/7696/100826>
- Tokur, Behlül. "Ahlaki Çözülme, İdeal İnsan ve Hayatın Anlamı Bağlamında Atebetü'l-Hakâyık". *Bilimname* 2019/40 (31 Aralık 2019), 173-194.  
<https://doi.org/10.28949/bilimname.597315>
- Tokur, Behlül. *Klasik ve Güncel Konularıyla Din Psikolojisi*. Ankara: Son Çağ Yayınları, 1. Basım, 2020.
- Topuz, İlhan. "Yaşamın Anlamı ve Din: Gençler Üzerinde Bir Araştırma". *İslam Medeniyeti Araştırmaları Dergisi* 1/4 (30 Haziran 2016), 540-560.  
<https://doi.org/10.20486/imad.69708>
- Yalom, Irvin D. *Varoluşçu Psikoterapi*. çev. Zeliha Babayiğit. İstanbul: Kabalcı Yayıncılık, 2. Basım, 2014.
- Yıldırım, Ali. "Nitel Araştırma Yöntemlerinin Temel Özellikleri ve Eğitim Araştırmalarındaki Yeri ve Önemi". *Eğitim ve Bilim* 23 (1999), 7-17.  
<https://eb.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/5326>
- Yıldırım, Ali - Şimşek, Hasan. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 8. Basım, 2011.