



Yaşlılık Sürecinin Viktor Frankl'ın Psikolojik Bakış Açısı Kapsamında Değerlendirilmesi

Uğur KESKİN¹



ÖZET

Psikiyatr Viktor Frankl, yaşlılık alanına bilimsel ve sistematik katkı sağlamak gibi spesifik bir amaç üstlenmemiştir. Buna rağmen, yaptığı bilimsel çalışmalarda, yaşlılık alanına doğrudan veya dolaylı yollarla anlamlı katkılar sağlamış ve özgün bir bakış açısı ortaya koymuştur. Bu makale, Frankl'ın yaşlılık sürecine ilişkin bakış açısını bütünsel bir biçimde ele alarak açıklamayı ve değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Bu bütünsellik ihtiyacı, Frankl'ın yaşlılık konusundaki bakış açısının, yayınlamış olduğu eserlerinde dağınık bir biçimde yer almasından kaynaklanmaktadır. Dolayısıyla bu makale, ağırlıklı olarak Frankl'ın birincil kaynak eserleri üzerinden yürütmüştür. Nitel bir çalışma olarak yürütülen içerik incelemesi aracılığıyla, kuramsal katkı sağlayacağı öngörülen tartışma ve değerlendirmelerde bulunulmuştur. İncelemeler sonucunda; geçmişe dalma, anlam arayışı yönelimi, tavır belirleme özgürlüğü, geçmişe iyimser bakma, yaşanmışlıkları kalıcılığa devretme ve üstlenilen sorumluluklar bakımından yaşlılık konularını kapsayan bulgulara ulaşılmıştır. Sonuç kapsamında ise emeklilik, işsizlik ve boş zaman sendromu gibi birey-zaman ilişkisine dayalı konulardaki Frankl'ın bakış açısı ortaya konularak gelecekte yapılabilecek olası çalışma alanları, okuyucunun dikkatine sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, Psikoloji, Viktor Frankl.

Evaluation of Aging Process in the Scope of Psychological Perspective of Viktor Frankl

ABSTRACT

Psychiatrist Viktor Frankl did not assume a specific goal of providing scientific and systematic contributions to the field of old age. However, in his scientific studies, he made significant contributions directly or indirectly to the field of aging and showed an original point of view. This paper aims to explain and evaluate Frankl's perspective on the aging process in a holistic way. This need for holiness is due to the fact that Frankl's view of aging is scattered in his published works. Therefore, this article was mainly conducted on Frankl's primary source works. A qualitative study was carried out through the content review, and the discussions and evaluations were predicted to provide theoretical contributions. As a result of the examinations; The findings of old-age subjects were reached in terms of past plunge, meaning-seeking orientation, freedom of attitude determination, optimistic look to the past, transfer of the experiences to permanence, and responsibilities undertaken. As a result, Frankl's point of view on the subjects based on the individual-time relationship such as retirement, unemployment and leisure time syndrome has been put forward to the attention of the reader.

Keywords: Aging, Psychology, Viktor Frankl.

¹ Doç. Dr. Anadolu Üniversitesi, İşletme Fakültesi, ugurkeskin@anadolu.edu.tr.

1. Giriş

Yaşlılık konusu, yazılı tarih öncesindeki mitolojik anlatımlara, hatta ondan da önceki dönemlerde insanlık tarihinin başlangıcından itibaren üzerinde düşünce üretilen bir alan olmuştur. Geçmiş yüzyıllardaki mitsel anlatımlarda veya düşünürlerin eserlerinde dağınık bir anlatım olarak yer verilen yaşlılık olgusu, özellikle İkinci Dünya Savaşı sonrasında, bu alanda yürütülen bilimsel çalışmaların da katkısıyla kendi literatürünü oluşturmuş bulunan bilimsel bir disiplin hâlini almıştır.

Nüfus yaşlanması, yirmi birinci yüzyılın en önemli demografik trendi olarak dikkat çekmektedir. Bütün dünyada insanlar daha uzun yaşamakta (yaşlı sayısı çoğalmakta) ve doğum oranı azalmaktadır. Bunun sonucu olarak genç yaşlardaki birey sayısı azalırken, yaşlanan birey sayısı artmaktadır (Saygılı, 2017: 9).

“Yaşlılık” olgusuna yönelik geliştirilen izahlar çoğunlukla klişe açıklama ve önyargılara dayanmaktadır. Yaşlılar bazen pozitif, bazen de negatif özelliklerle algılanmaktadırlar. Pozitif algılar; saygı, tecrübe ve bilgelik gibi kavramlara dayanmakta, negatif algılar ise muhafazakâr, ulusal, ekonomik yük, öğrenme güçlüğü çeken gibi kavramlara dayanmaktadır (Tufan, 2014: 9-10).

Frankl’a göre, on dokuzuncu yüzyılın mekanistik anlayışının etkisi altında bulunan psikoloji ekolleri, insan ruhunun doğal işleyişindeki iradi ve iradi olmayan unsurları dengeli bir biçimde görememekte, dolayısıyla da insanı makine gibi algılamaktadırlar. Frankl (2014a: 16), kendi bakış açısının, ruhsal cihazın otomatikliği yerine, tinsel varoluşun otomatikliğini getirdiğini ifade etmektedir.

Yukarıdaki anlatımlardan da anlaşılacağı üzere, hem yaşlanma olgusu, hem de yirmi birinci yüzyılın gerçekliği olarak yaşlanma konusu, dikkat çekici bir nitelik olarak gündeme gelmektedir. Yaşlılık olgusunun, birçok farklı disiplinin çalışma alanına girmiş bulunduğu günümüzde, psikoloji bilimi de bu trendin içine girmiş bulunmaktadır. Yapısalcı, Freudcu, davranışçı ve Gestalt psikoloji ekolleri; psikolojinin katı çekirdeği içindeki (kuramsal) çalışmalarda bile indirgemeci yaklaşımlarından dolayı eleştiriye uğramaktadırlar. Hâl böyleyken, bu ekollerin, yaşlılık gibi klinik yönü de bulunan bir psikoloji alanındaki çalışmalarda da eleştiriye hedef olmaları kaçınılmaz görünmektedir. Oysa bu makale, söz konusu psikoloji ekollerinin dışında yer alan hümanist psikolojinin temsilcilerinden olan Frankl kapsamında yürütüldüğü için anılan psikoloji ekollerine yöneltilen eleştirilerin uzağında kalabilmektedir. Yine de Frankl’ın, doğrudan doğruya yaşlılık alana katkı sunmayı amaçlamamış olmasından doğabilecek eksikliklerin ve bu makalede yapılan aktarım, anlatım ve değerlendirmelerden (makalenin yazarından) kaynaklanan eksikliklerin, yapılacak eleştiri ve gelecek çalışmalar sayesinde giderilebilmesi olası görünmektedir.

Yaşlılık alanında yapılan bilimsel çalışmalar, başlangıç dönemlerinde tıp biliminin kapsamı içinde yürütülmüş ve geliştirilen teoriler, biyolojik temele dayandırılmıştır. Sonraki yıllarda ise yaşlılık konusunda diğer bilimsel disiplinler kapsamında da çalışmalar yürütülmeye başlamıştır (Kulaksızoğlu vd., 2012: 14). Psikoloji bilimi kapsamında yapılan çalışmaların genel anlamda yaşlılık psikolojisi (Koç, 2002; Öz, 2002; Saygılı, 2017), özel anlamda ise ölüm korkusu (Top vd., 2010; Öztürk vd.: 2011; Yelboğa, 2017) gibi alanlarda gerçekleştirildiği görülebilmektedir. Buna karşılık, belirli bir psikoloji ekolünün bakış açısı doğrultusunda yaşlılık olgusunun ele alındığı çalışmalar, sınırlı bir düzeyi geçmemektedir. Bu makalede, üçüncü kuşak Viyana psikologlarından kabul edilen Frankl’ın yayınladığı eserler kapsamındaki yaklaşımı, yaşlılık alanı açısından incelemeye konu edilmiştir. Makalenin

konusuna benzer içerikte yazıldığı izlenimi uyandıran İngilizce literatürdeki yayınlar yakından incelendiğinde, söz konusu çalışmaların (Farran vd., 1991; Seeber, 2000), yaşlı bakımı ile ilişkili olan daha alt konulara öncelik verdiği ve Frankl'ın bakış açısındaki yaşlılık alanına yönelik bütünselliği yansıtamadığı görülmektedir.

2. Çalışmanın Amacı ve Yöntemi

Bu makalenin amacı, yaşlılık psikolojisi anlamında ileri sürülen kuramlar ve yaşlıların içinde buldukları gerçekliği yansıtabilme olanağı bakımından Frankl'ın bakış açısını ortaya koyarak buna ilişkin değerlendirmelerde bulunmaktır. Makalede, Frankl'ın yaşlılık olgusuna ilişkin yaklaşımının, literatürde hâkim psikoloji ekollerinin izah biçimleriyle örtüşmediği, dolayısıyla da söz konusu ana akım ekollerden farklılaşan birçok yöne sahip olduğu saptamıştır. Bu saptamaya dayanarak, yaşlılık sürecini ele alma biçimine ilişkin amaç (yaşlılığı belirli bir psikolojik yaklaşım/kalıpyargı kapsamında açıklama), süreç (sosyal bilimlerin her türlü görüşe veri sağlama konusunda cömert davranma olanağından yararlanma) ve sonuç (manipülasyon, tek yanlı vurgulama veya indirgemeci yaklaşımlar doğrultusunda -hümanist veya hümanist olmayan- yargılara varma) bileşenlerinin, her bir psikoloji ekolünün, kendi açıklama biçimleri doğrultusunda dizayn edilebildiği varsayımı ileri sürülmüş ve bu varsayımdan hareketle aşağıdaki önermede bulunulmuştur.

Önerme: Hümanist psikologlar arasında yer alan Frankl, kendi literatür ve jargonu aracılığıyla, yaşlılığın psikolojik gerçekliğini ortaya koyma hususunda yeterliliğe sahip bulunmaktadır.

Bu makale, yukarıdaki temel önerme üzerinden, aşağıdaki soruların cevaplarını vermeyi hedeflemektedir.

Araştırma Sorusu 1: Yaşlılık psikolojisi üzerine yapılan çalışmalar, yaşlılık olgusunu aşırı bir genel çerçevede mi ele almaktadır?

Araştırma Sorusu 2: Belirli bir psikoloji ekolü (Frankl'ın bakış açısı) kapsamında ele alındığında, çerçeve çok daraltıldığı için yaşlılık olgusunu yansıtamama sorunsalı ortaya çıkar mı?

Araştırma Sorusu 3: Hümanist psikoloji içinde yer alan tekil bir yazar olarak Frankl'ın bakış açısı temeline dayanan bir yaklaşım, yaşlılık olgusunun unsurları ve gerçeklikleri ile ne derece örtüşür?

Makalenin önermesinde ileri sürülen varsayımın doğrulanabildiği (en azından yanlışlanamayacak yönleri) ortaya konulabildiği nispette, yukarıdaki araştırma sorularının da cevap bulabilmesi mümkün gözükmektedir.

Bu makalede yöntem bakımından, genel literatür taramasının yanı sıra tekil bir yazar olarak Frankl'ın birincil kaynak eserlerinin kapsamlı biçimde incelemesi ekseninde teorik tartışma ve değerlendirmelerde bulunmaya dönük keşifsel bir anlayış benimsenmiştir.

3. Teorik Arkalpan

Makalenin teorik anlatımı, aşağıdaki iki alt başlıkta ele alınmıştır.

3.1. Bilimsel Literatür Öncesinde Yaşlılık Olgusu

Milattan önce altıncı yüzyılda yaşamış olan Aisopos (Ezop), kaleme aldığı masallarının sonunda, masalın ana fikrini bizzat kendisi vermektedir. Aşağıdaki aktarımda Aisopos'un masaldan çıkarmış olduğu ana fikir, yaşlılıkta karşılaşılan temel sorunları ifade etmektedir (Aisopos, 2017: 66).

Yaşlı At

Yaşlanmış bir atı sahibi bir değirmenciye satmış. Değirmen taşını çevirmek üzere bağlanan at, "Hayatım boyunca düz alanlarda koşan ben, şimdi çember etrafında dönmeye mahkûmum" diye iç çekmiş.

Masal, gençliklerinde güç ve şöhrete sahip olan insanların yaşlandıklarında çoğu kez bunları kaybettiklerini vurgulamak istiyor.

Platon, *Devlet* adlı eserinde genel yaşlılık sorunlarını ele almanın (Platon, 2010: 18-20) yanı sıra, tecrübe konusunu ön plana çıkararak yönetim işlevinin, eğitim ve yaşın olgunlaştırdığı bireyler tarafından üstlenilmesi gerekliliğini vurgulamıştır (Platon, 2010: 221). Gençlerin, yaşlılara saygı göstermekle yükümlü kılınmalarını ve onlara karşı kötü davranmalarının kanunlarla yasaklanması gerekliliğini savunmuştur (Aydın, 2009: 15). Platon, *Şölen* adlı eserinde ise yaşlılığın daha ziyade olumsuz yönlerini ön plana çıkaran anlatımlara yer vermiştir (Platon, 2017: 34-35). Bu aktarımlar, Platon'un, yaşlılığın yalnızca belirli bir hususunu ele almadığı, yaşlılığın olumlu-olumsuz çeşitli yönlerine ilişkin görüşlerini, farklı eserlerinde çeşitli biçimlerde kaleme aldığı sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Tıbbın babası olarak kabul edilen Hippokrates (M.Ö. 460-370), yaşlılık konusunu, tıbbi bakış açısıyla ele almıştır. Hippokrates, yaşlı bireylerin hastalıklara verdikleri genel tepkiler açısından olumlu ve olumsuz yönlerini ele almıştır. Aşağıdaki aktarımlar, akli temellere dayalı hekimliğiyle ün yapmış olan Hippokrates'in yaşlılık sürecine bakış açısını yansıtan görüşlerini ortaya koymaktadır.

Yaşlılar gayet kolay dayanırlar perhize, sonra orta yaşlılar; gençler pek dayanamaz, çocuklarsa hiç, hele bir de normalden daha hareketli çocuklar söz konusuysa... Yaşlılarda beden sıcaklığı azdır, bu nedenle az bir besine ihtiyaç duyulur; çünkü fazla besin bu sıcaklığı yok eder. Dolayısıyla bedenleri soğuk olduğundan, yaşlılarda görülen hummalar diğerleriyle aynı ölçüde şiddetli olmaz (Hippokrates, 2017: 8). Yaşlılar genellikle gençlerden daha az hastalığa yakalanırlar, ancak bu kişilerin yakalandıkları müzmin hastalıklar genellikle ölüncüye dek sürer. Çok yaşlı kişilerde ses kısıklığı ve soğuk algınlığı görülmez (Hippokrates, 2017: 15).

Plutarkhos (M.S. 45-127), antik çağ Yunan filozoflarından sonra yaşamış olmasına rağmen, bu filozoflardan çok daha önce yaşamış olan Sparta Kralı Lykurgos hakkında ayrıntılı bir eser kaleme almıştır. *Lykurgos'un Hayatı* adlı eserinde Plutarkhos, "Yaşlılar ve Senato" başlığı altında yaşlıların yönetimde üstlendikleri etkin rolü açıklamıştır. Lykurgos, kurduğu senatoda, her ölen senatörün yerine altmışını geçmiş yurttaşlar arasından en değerlisinin getirilmesi uygulamasını hayata geçirmiştir (Plutarkhos, 2002: 51). Bu anlatımdan hareket edilerek, Lykurgos'un, yaşlı bireylere özel bir önem verdiği ve Sparta şehrinin yönetiminde gerontokratik bir anlayışı benimsediği sonucu ortaya çıkmaktadır.

Milattan sonra birinci yüzyılda yaşamış olan Seneca, *İnziva Üzerine* adlı eserinde yaşlı bireylerin hakikati görmeye uygun bir yaşam anlayışı ve arayışına en uygun kişiler olduklarını vurgulamıştır. Hatta yaşlıların böylesi bir yaşamı mahrem bir şekilde sürdürmeye adayabileceklerini ifade etmiştir. Seneca, insanın, ömrünün son evrelerinde hakça ve en iyi şekilde kutsal görevlerini yerine getirebilmesi için öğrenme ve öğretme eylemlerine yönelmesi gerektiğini ileri sürmüştür (Seneca, 2017: 35).

Ku'an-ı Kerim, Arapça olmasına rağmen Arapça'da yaşlılık ve yaşlı birey için kullanılan "heram" ve "herim" kelimelerinin köküne ve türevlerine yer vermemektedir. Buna karşılık, iş görmez kadar yaşlanmış insanlardan dört ayrı yerde "şeyh" kelimesiyle değinmektedir. Bunun sebebi şu olabilir: Etimolojik açıdan "heram" kelimesinde zayıflık, güçsüzlük anlamı bulunmaktadır ki, insanları bu şekilde vasıflamak, horlayıcı ve kırıcı bir ifade biçimi olmaktadır. "Şeyh" kelimesi ise hürmeti, tecrübeyi, görmüş geçirmişliği, bilgeliği ve marifeti akla getirmektedir ki, diğerinin aksine bu kavramın; tazim, taltif ve ilgiyi arttırdığı açıkça anlaşılabilir (Aldemir, 2014: 163-164).

Yaşlılık konusuna, Doğu dünyasındaki düşünürler, eserlerinde sıkça yer vermişlerdir. Bireylere, yöneticilere ve hükümdarlara yol gösterici özelliklere sahip bulunan nasihatname/pendname/siyasetname türü eserler, öğüt verme amacıyla yazılmışlardır (Keskin, 2017: 96). Bu tür eserlerin çok sayıda olması, eserlerden alıntı yaparak bu çalışmaya aktarılmasını imkânsız hâle getirmektedir. Bu nedenle aşağıdaki anlatımlarda, sınırlı bazı örneklerle yetinilmiştir.

Onuncu yüzyıl düşünürlerinden İbn Abdırabbih (2004: 87; 120), yaş ve tecrübenin öneminin özellikle yönetim kademelerinde önem kazanmakta olduğunu vurgulamıştır. Yöneticilerin, yaşlı ve tecrübeli danışmanlardan yararlanması gerektiğini belirterek, yönetsel konularda yaşlıların bilgeliğini ön plana çıkarmıştır. İbn Abdırabbih ile yaklaşık aynı dönemlerde yaşamış olan Zemahşeri (2004: 418; 429) ise *Altın Kûpeler* adlı kitabında yaşlılığa hazır olmak için gençlikte yapılması gerekenler ve yaşlılara uygun yaşam biçiminin ne şekilde olması gerektiği üzerinde durmuştur.

Yaşlılık, birçok yazınsal alana olduğu gibi halk edebiyatına da konu olmuştur. On ikinci yüzyılda mesnevi tarzında eserler veren Nizami, *Mahzen-i Esrar* adlı kitabında "Ak Saçta Umutsuzluk Ayeti", "Yaşı Rahip" ve "Dünyaya Veda" başlıklı anlatımlarında çoğunlukla yaşlılığın beraberinde getirdiği olumsuzlukları ele almıştır (Nizami, 2009: 118-122; 162-167). Nizami'den sonra Köroğlu da halk edebiyatına özgü dizelerinde, yaşlılık kaynaklı genel sağlık sorunlarına değinen ve yaşlıların, geçmiş zaman özlemlerine yer veren anlatımları dile getirmiştir (Köroğlu, 2004: 128).

On üçüncü yüzyıl düşünürü Sadi Şirazi'nin, sekiz bölümden oluşan *Gülistan* adlı kitabının altıncı bölümü, "Zayıflık ve Yaşlılık Üzerine" başlığını taşımaktadır (Şirazi, 2015: 203-212). Şirazi'nin bu kitabında yaşlılığın olumlu ve olumsuz yönleri, dengeli bir anlatımla ortaya konulmakta, benzer şekilde, *Bostan* adlı kitabının dokuzuncu bölümünde de ağırlıklı olarak yaşlılığa ilişkin anlatımlara yer verilmektedir (Şirazi, 2004: 380-388).

Timur Han, 1405 yılında öldüğünde, arkasında Tüzükât-i Timurin adıyla bilinen kapsamlı bir vasiyet bırakmıştır. Timur Han vasiyetinde, insanları on iki sınıfa ayırmıştır. Yaşlılara yer verdiği sınıfı şu şekilde tanımlamış ve yaşlıların üstlendiği olumlu işlevleri açıklamıştır (Kılınç, 2006: 231): "Yaşlılar, dindarlar ve ulum-u ilahiye âlimleri: Bu uhrevi âlem sohbetçileri ile görüşmek, hakanın başarısına, onun Allah'a yaklaşmasına, devletin yücelmesine faydalı olur."

Montaigne (2011: 40), yaşlılıkla birlikte beden ve kafa gücünün kaçınılmaz olarak gerilediğini ifade etmiştir. Zamanını iyi kullanan bireyin, bilgi ve görgüsünü yaşadıkça artırabileceğini fakat canlılık, çeviklik, sağlamlık gibi yeteneklerin yaşla solduğunu ve gevşediğini belirtmiştir.

Thomas More, *Utopia* adlı kitabında, ütöpik bir devlet düzenine ilişkin anlatımlarda bulunmuştur. Yaşamsal pek çok konuya değinen More, yaşlıları, toplumun önemli bir konumunda bulunan bireyler olarak ifade etmiştir. Yaşlıların, gençler üzerindeki etkinliği,

özellikle toplu olarak yenilen yemek düzeninde belirginleşmektedir. Aşağıdaki aktarım, yemek düzeni aracılığıyla ön plana çıkarılan yaşlıların toplumsal rolünü betimlemektedir (More, 2011: 54):

...gençlerin yanında yaşlılar oturur. Böylece yemek odasında gençler hem beraberdir hem de yaşlılarla birlikte otururlar. Utopialılara göre, sofranın böyle düzenlenmesiyle, yaşlıların ağırbaşlılığı ve saygınlığı sayesinde gençlerin söz ya da davranışlarında herhangi yersiz bir taşkınlık önlenmiş olur. Çünkü sofradaki gençler gizlice bir şeyler söylerler ya da yaparlarsa, yanlarındakilerden ya biri ya da öteki nasıl olsa farkına varacaktır bunun.

More sonrasında ütopyacı literatürde onlarca kitap yazılmış olmasına karşılık, yaşlıların üstlendiği toplumsal rol ve sorumluluklar bakımından Campanella'nın (2011: 76) *Güneş Ülkesi* adlı kitabı özellikle dikkate değer nitelikler taşımaktadır. Yaşlıların toplumsal denetim konusunda üstlendikleri roller aşağıdaki aktarımda açıkça görülebilmektedir.

Yaşlı bir kadın ve erkek, hizmet bölümlerinin iyi çalışıp çalışmadığını denetler. Görevlerini gereği gibi yerine getirmeyenleri veya itaatsizlik edenleri cezalandırma hakkına sahiptirler. Ayrıca, çalışan genç kız ve delikanlıların hangi alanlarda başarılı olduklarını not ederler. Gençler, kırk yaşını geçmiş olan yaşlılara hizmet ederler.

Türk dünyasındaki en eski anlatılardan itibaren yaşlılık olgusuna olumlu bir bakış açısının hâkim olduğu görülmektedir. En eski Türk destanlarından itibaren bu kadim geleneği yansıtan Korkut Ata profili; yaşlı, töreleri yürüten, doğaüstü ve doğa olayları arasındaki ilişkileri düzenleyen bir karakter olarak kendini belli etmektedir (Yardımcı, 2007: 53). Gerçekçi Rus edebiyatının kurucusu olarak kabul edilen Gogol (2017: 108), *Taras Bulba* adlı romanında bu gerçekliği etkili bir anlatımla dile getirmektedir. Gogol, Ukrayna'daki Kazakların yaşamlarını konu eden bu romanında, tavsiye ve öğütleriyle, toplum yaşantısı ve örgütlenmesinde saygın bir yere sahip bulunmaları yönüyle yaşlı bireyleri ön plana çıkarmaktadır.

Yukarıdaki anlatımlar, yaşlılık olgusunun, insanlık tarihinin en eski dönemlerinden itibaren hem sözlü anlatım (mitoloji ve destanlar) geleneğinde hem de (ütopyacı ya da gerçekçi) yazılı anlatım biçimlerinde ele alınmakta olduğu, bütün açıklığıyla görülebilmektedir.

3.2. Bilimsel Literatürde Yaşlılık Olgusu

Yaşlılık dönemindeki bireyin fizyolojik ve psikolojik düzeyde yaşadığı kayıpları gündeme gelmekte, buna bağlı olarak da diğer bireylere olan bağımlılığı artmaktadır. Geleneksel geniş aile yapısının zayıflamasıyla birlikte yaşlılara bakış açısı da değişmeye başlamıştır. Bunun sonucu olarak yaşlılar, geleneksel aile yapısındaki statülerini kaybetmişlerdir. Yaşlıların üretkenliklerinin azalmasına bağlı olarak ekonomik güçleri de azalmakta, sosyal sorunları ise artmaya başlamaktadır (Akdemir vd., 2008: 68; Ceylan, 2015: 26).

Skinner ve Vaughan (1996: 14), yaşlılık olgusunu şu sözlerle ifade etmektedir: Yaşlılık ülkesi genellikle sıkıntı verici ıssız bir araziye benzer. Seyahat bürolarında renkli broşürlerle tanıtılmaz. Tersine, binlerce yıldır burasının bir gönül üzgünlüğü, hastalık ve yoksulluk yeri olduğu söylenegelmektedir. Birçok kimsenin belirttiği gibi herkes uzun yıllar yaşamak istemekte ama kimse yaşlanmak istememektedir. Skinner ve Vaughan (1999: 17-20), yaşlılık sürecini en uygun biçimde geçirebilmek için şu önerilerde bulunmaktadırlar: Dünya ile ilişkiyi kesmemek, geçmişle bağları koparmamak, iyi düşünebilmek, boş durmamak, iyi ilişkiler kurmak.

Zihinsel kayıpların arttığı yaşlılık döneminde bilişsel (kognitif) fonksiyonlarındaki değişimler birey sağlığını tehdit edebilmektedir. Yaşlılık döneminde ruhsal sorunların ortaya çıkmasında beyin dokusundaki birtakım değişikliklerin rolü bulunmakla birlikte; istenme, sevilme ve

güven duyma ihtiyaçlarının karşılanması da bilişsel rahatsızlıkların (demans ve parkinson gibi) gelişimi üzerinde etkide bulunmaktadır (Yıldırım ve Şahin, 2015: 61). Buna karşılık, sağlıklı yaşlanan bireylerde bilişsel fonksiyonlarda eksikliklerin ortaya çıkması şart değildir ve bazı sağlıklı yaşlıların zihinsel yetenekleri, gençlerden daha üstün olabilmektedir. Kimi zaman, hafıza dışındaki diğer zihinsel ve entelektüel yetiler uzun süre korunabilmektedir. Birçok yaşlı birey, günlük toplumsal ve mesleki etkinliklerini yerine getirme yetilerini koruyabilmektedirler (Özbabalık, 2015: 52).

Olumlu yaşlanma anlayışı doğrultusunda yaşanan yaşlılık süreci; içinde yer alınan toplumda, arkadaşlar, aile üyeleri ve komşular arasında bağımsız bir şekilde hayat sürmeyi cesaretlendirmekte, kendi kendine yeterliliği desteklemektedir. Bu ise yaşlı bireyin sosyal izolasyonunun önüne geçerek yaşam kalitesinin yükselmesine katkıda bulunarak kişisel kontrol ve sağlığını desteklemektedir (Kalınkara ve Arpacı, 2016: 401). Yaşlılık dönemine uygun bir yaşantı sürdürerek olumlu enerjisini dışarı vuran birey, kendisi için önemli olan şeyleri yapmayı sürdürebilmektedir. Bu dönemde birey, hâlâ zindeliğini koruduğu yönünde bir anlayışa sahip olması durumunda, yaşamın olumlu ve yapıcı yönlerinden yararlanmaya devam edebilmektedir. Bunun tersi davranışlara yönelen yaşlılar ise yeniliğe karşı isteksiz ve pasif bir yaşantı seçerek içe kapanmakta, anlamsızlık ve değersizlik gibi duygusal sorunlar yaşayabilmektedirler (Barut, 2008: 49). Yaşlıların aktif olmaları gerekliliğini Andre Maurois şu şekilde ifade etmektedir (Saygılı, 2017: 142): Yaşlı, bir gün: “Mücadeleye ne gerek var?” diye düşünür. Başka bir gün: “Eviden çıkmak neye yarar?” der. Sonra “Odadan çıkmak neye yarar?” ve nihayet “Yaşamak neye yarar?” diyerek hayata veda eder.

Yukarıdaki anlatımlarda da görüldüğü üzere yaşlanma; kronolojik, biyolojik, fizyolojik, sosyal ve psikolojik boyutları olan bir süreci ifade etmektedir (Kalınkara, 2011: 8-9; Saygılı, 2017: 21). İnsanlar, zaman içinde kronolojik olarak yaşlanmaktadır. Biyolojik yaşlanma bağlamında insanlarda bünyesel canlılığın yitirilmesi, başlıca işlevlerin yerine getirme kapasitesinde gerilemeler yaşanması, sağlık, işgücü ve fiziki görünüşte ortaya çıkan değişimler gibi olgularla karşılaşmaktadır (Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı, 2015: 1). Bu makalede, yaşlılığın yukarıda bahsedilen, kronolojik ya da biyolojik yönleri üzerinde durulmayıp, daha çok psikolojik yönüne odaklanılmıştır. Makalede odaklanılan yaşlılığa ilişkin psikolojik boyut, literatürde gerontopsikoloji olarak kavramlaştırılmaktadır (Bkz. Tufan, 2016: 9).

4. Analiz: Yaşlılık Sürecine İlişkin Viktor Frankl’ın Yaklaşımı

Bu makale çalışması kapsamında yapılan inceleme ve analizler neticesinde ulaşılan bulgular, aşağıdaki alt başlıklarda açıklanmıştır.

4.1. “Geçmişe Dalma” Duygusunun Yaşandığı Dönem Olarak Yaşlılık

Yaşlılar için eski her zaman güzeldir, rahattır. “Keşke fırsat olsa da o yıllara geri dönebilsek” diye düşünürler. Dünya her geçen gün kötüye gitmektedir. Küçük büyük arasında saygı sevgi kalmamıştır (Saygılı, 2017: 35). Frankl’a göre içsel yaşamdaki yoğunlaşma, bireyin geçmişe kaçmasını sağlayarak varoluşunun boşluğundan, terk edilmişliğinden ve tinsel yoksulluğundan kurtulmasına yardım etmektedir (Frankl, 2018a: 54).

Gelecekte bir hedef görmediği için kendini çöküşe bırakan birey, kendini geçmişe yönelik düşüncelere dalmış olarak bulabilmektedir. Geçmişe dalma ise olanca olumsuzlukları ile bugünü daha az gerçek kılmaya yönelik bir eğilimi ifade etmektedir (Frankl, 2018a: 87). Necdet Şen (2002: 73), söz konusu eğilimi, Borges’ten aktardığı şu sözlerle ifade etmektedir: “Yaşlanmak, yaşamakta olduğun her şeyin, geçmişte yaşadıklarının sıkıcı bir tekrarı olduğunu düşünmeye başlamaktır”. Yaşlı birey açısından bugünü gerçekliğinden koparmak, sıkıcılıktan

ve tekdüzelikten uzaklaşarak farklı düşüncelere yönelmeyi, sıkıcılık denizindeki adalara sığınmayı, belirli sürelerle de olsa mutluluklar yaşamayı sağlayabilmektedir.

Frankl, eserlerinde zaman zaman Tolstoy'a göndermeler yapmaktadır (Örneğin Frankl 1999: 36; 89-90; Frankl, 2014b: 83). Yaşlılık konusuna yönelik özel bir anlatımda bulunmamasına rağmen Tolstoy'un *İvan İlyiç'in Ölümü* adlı kitabında, hikâyenin başkarakteri olan İvan İlyiç, çeşitli uğraşları ve kaçış yollarını yaşamının merkezine alarak kurguladığı özel dünyasına çekilmekte ve kendini burada mutlu edecek hoşluğu ve neşeyi bulabilmektedir (Tolstoy, 2018: 21). Genç sayılabilecek yaşta (45) ölümcül bir hastalığa yakalanarak, kaçınılmaz bir ölümle karşı karşıya olma durumu, İlyiç'in geçmiş yaşantılarına dalmasına yol açan başlıca etken olarak belirginleşmektedir (Frankl, 2014b: 83).

4.2. İnsandaki Anlam Arayışı Yönelimi Bakımından Yaşlılık

Varoluşsal boşluğun/yılgınlığın asli tezahürleri can sıkıntısı ve hissizlik şeklinde ortaya çıkmaktadır (Frankl, 2018b: 107). Can sıkıntısı, bir şeye ilgi gösterme yetersizliği, hissizlik ise ilk adımı atma yetersizliğidir (Frankl, 2018b: 109). Buna karşın, anlam istenci/arayışı fiili hâle geldiğinde insan; acı çekme, yılgınlık ve gerilimle baş etme yeteneğine ve yeterliliğine sahip olabilmektedir (Frankl, 2018b: 203). Yaşlı birey açısından söz konusu anlam arayışı konusu, aşağıdaki anlatımlarda (Frankl'ın bakış açısıyla) çeşitli yönleriyle ele alınmıştır.

Anlamlar, benzersiz olmaları nedeniyle her an değişir. Ama hiçbir zaman eksik olmazlar. Yaşam hiçbir zaman anlamdan yoksun değildir. Kural olarak her koşulda, hatta düşünülebilecek en kötü koşullarda bile anlam bulunabilir (Frankl, 1999: 36-38). Anlam verilmez, bulunmak zorundadır. Hayatta mesele bir anlam verme değil, bir anlam bulmadır. Anlamlar bulunmaz veya icat edilmez, keşfedilir (Frankl, 2014a: 81; 2018b: 79).

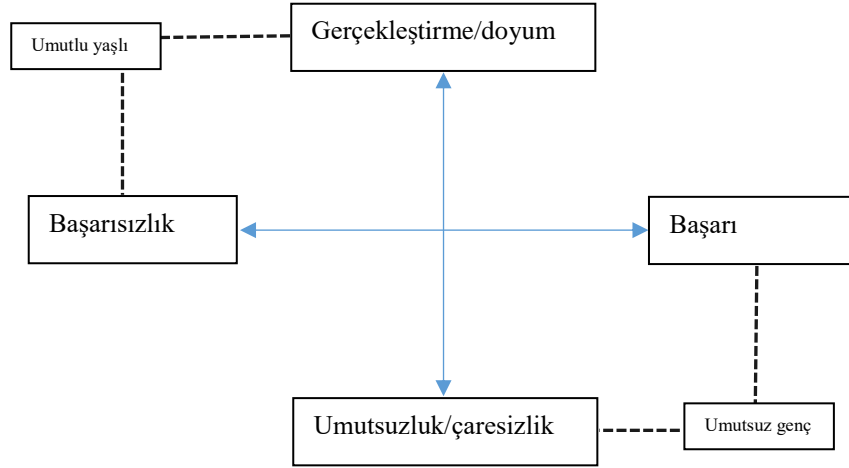
Yaşamın anlamı, insandan insana, günden güne, saatten saate farklılık göstermektedir. Bir satranç şampiyonuna "Dünyadaki en iyi hamle nedir?" sorusunun sorulması doğru değildir çünkü bir satranç oyunundaki belirli bir durumdan ve rakibin özel kişiliğinden bağımsız bir en iyi hamle diye bir şey söz konusu olmamaktadır. Aynı şey insanın varoluşu için de geçerli olmaktadır. Kişinin, soyut bir "yaşamın anlamı" arayışına girmemesi gerekmektedir. Herkesin yaşamında uğruna çaba harcanacak bir misyonu, yerine getirilmeyi bekleyen somut bir görevi bulunmaktadır. Ne onun yeri değiştirilebilmekte, ne de yaşam tekrarlanabilmektedir. Bu nedenle herkesin işi, bunu yürütmeye yönelik özel fırsatları kadar eşsiz olma niteliğine sahip bulunmaktadır (Frankl, 2018a: 122-123). Katz (1999: 51), konuyla ilgili olarak anonim bir sözü şu şekilde aktarmaktadır: "Yaşlılığın çok az şeye ihtiyacı vardır ama bu az şeye çok ihtiyaç duyar". Katz'ın "az şey" olarak ifade ettiği ihtiyaç, Frankl'ın anlam ihtiyacı olarak kavramlaştırdığı husustan çok da uzak bir imada bulunmamaktadır.

Maslow'un yüksek ve düşük seviyedeki ihtiyaçlar arasında yaptığı ayrım, alt basamaktaki ihtiyaçların giderilmediği hâllerde bile, anlam istemi gibi yüksek bir ihtiyacın aciliyet kazanabileceği durumları dikkate almamaktadır. Oysa yaşlılığın ilerleyen safhalarında veya ölüm yatağında gözlenen durumları düşünmek bile tek başına yeterli olabilmektedir. Bu tür koşullarda anlam, hatta nihai anlam açıklığının, karşı konulmaz bir şekilde gün yüzüne çıktığını kim inkâr edebilir? (Frankl, 1999: 29)

Frankl'a göre, literatürdeki psikoloji ekolleri "İnsanın 'çıplak bir maymun'dan; idin, egonun ve süper egonun oyun alanından; itkilerin ve içgüdülerin piyonu ve oyuncağından; şartlanma ve öğrenme süreçlerinin ürününden; sosyoekonomik koşulların, rahatsızlıkların ve komplekslerin kurbanından başka bir şey olmadığını" ileri sürmektedirler (Frankl, 1999: 86). Oysa bireyi, özellikle de yaşlı bireyi, zaten inanmaya yatkın olduğu şeye, çeşitli dışsal veya içsel etkilerin/koşulların bir piyonu olduğuna inandırmak, yaşlı bireye, yaşlılığın beraberinde

getirdiği birtakım rahatsızlık ve eksikliklerin üstüne çıkma olasılığını ortadan kaldırmaktadır. Rahatsızlıklarını aşma ve sonunda negatif deneyimini, pozitif, yapıcı, yaratıcı bir değer ve anlama dönüştürme şansı bu şekilde ortadan kaldırılmış olmaktadır (Frankl, 1999: 67).

Frankl (1999: 38), “İnsan homo sapience ile homo patience arasında salınır” sözleriyle, insanın, ruh veya beden sağlığı açısından “hastalık” ile “sağlık” durumları arasında gidip gelmekte olduğunu ifade etmeye çalışmıştır. Frankl’ın anlatımı, yaşlanma sürecine uyarlandığında; gençliğe rağmen umutsuzluk (umutsuz genç) ve yaşlılığa rağmen gerçekleştirme/doyum/anlam (umutlu: kendini gerçekleştiren yaşlı) durumlarının söz konusu olabileceği sonucu ortaya çıkmaktadır.



Şekil 1. İnsanın Başarı ile Başarısızlık Arasındaki Salınımı (Frankl, 1999: 38; Frankl: 2014b: 186)

Şekil 1 aracılığıyla; neden bir yandan başarıya rağmen (gençlik gibi bir servete sahipken) umutsuzluğa yakalanan insanlar, öte yandan da acı ve sıkıntıda bile anlam bulabildikleri için başarısızlığa (yaşlılığın kaynaklık ettiği çeşitli olumsuzluklara) rağmen bir doyum/anlam, hatta mutluluk duygusu besleyen insanlara rastlanabildiğini anlayabilmek mümkün olmaktadır (Frankl, 1999: 39). Başarılı bireyler umutsuzluğa düşebilmekte, umutsuzluk pekâlâ başarıyla yan yana bulunabilmektedir. Tıpkı anlamı gerçekleştirmenin acı çekme, yaşlılık ve ölümlerle yan yana bulunabildiği gibi (Frankl, 2018b: 99).

4.3. Koşullar Karşısında Tavrı Belirleme Özgürlüğü Açısından Yaşlılık

Birey, koşullar karşısında özgür değildir. Koşullar karşısında tavrı almakta (tutumunu belirlemede) özgürdür. İstenç özgürlüğü ile bu kastedilmektedir. İstenç özgürlüğü, insana dair geçerli yaklaşımların birçoğunu belirleyen ilkeye, determinizme karşıdır (Frankl, 2018b: 28).

Umutsuz bir durumun çaresiz kurbanı olduğumuz, değiştirilemeyecek bir kaderle yüz yüze geldiğimiz zaman bile yaşamda bir anlam bulabileceğimizi asla unutmamız gerekir. Çünkü bu durumda önemli olan, bir trajediyi kişisel bir zafere, zor bir durumu insan başarısına dönüştürmek olarak tanımlanabilecek eşsiz insan potansiyeline tanıklık etmektedir. Bir durumu artık değiştiremediğimiz zamanlarda bile (habis bir kanser gibi iyileştirilemeyen bir hastalığı düşünün) hem kendimizi hem de tavrımızı değiştirme olanağına sahibiz (Frankl, 1999: 36; Frankl, 2014a: 102).

Frankl, hastalıktan, acı çekmekten ve yaşlılıktan muaf insan olmadığını ifade etmekte, bu olguların, insanlığın ortak yasası olduğunu belirtmektedir (Frankl, 2018b: 146). Bundan dolayı söz konusu fanilik, tedavisi olmayan hastaların ve yaşlıların yani eli kulağındaki ölümlerle yüz yüze gelen bireylerin başlarına musallat olan bir derttir (Frankl, 2018b: 148). Fakat olgular

kader değildir. Önemli olan onlara karşı takındığımız tavidir (Frankl, 2018b: 167). İnsana seçenek bırakmayan durumlar söz konusu olabilmektedir. Kişinin olumsuzluk karşısındaki tavır ve tutumunu belirlemekten başka bir şey yapamayacağı durumlar ortaya çıkabilmektedir (Frankl, 2014b: 184).

Gerçekliği değiştirmek demek, mümkün olduğu sürece, içinde bulunulan durumu (anlayarak, tavır oluşturarak, pozisyon tutarak) değiştirmek ya da zorunlu geldiği anda (şayet içinde bulunulan olgusal durum değiştirilemiyorsa) kişinin kendini değiştirmesi şart olmaktadır. İnsanın, içinde bulunduğu durumu değiştiremediği yerde, olgunlaşması, büyümesi, kendisinin dışına yükselmesi beklenmektedir/umulmaktadır. İşte bu tarzda acı içindeyken bile (ölümcül hastalık veya yaşlılık) en üst düzeydeki imkânı, bireyin kendi içinde gerçekleştirmesi gerekmektedir (Frankl, 2014b: 183). Frankl'a göre, görünürde kaderi değiştirilemez durumdaki hasta veya yaşlının, geçmişte ortaya koyduğu önemli işlerin, yaptığı iftihar duyacağı şeylerin üzerinde yeniden düşünmesini mümkün hâle getirmek, son nefesine kadar kendinden gurur duymasını, ruh hâlinin kaçınılmaz sonun gerçekliğine teslim olmasını sağlamaktadır (Frankl, 2014b: 183).

4.4. Geçmiş “İyimser” Bir Anlayışla Bakma Yönüyle Yaşlılık

İnsanlar sadece geçiciliğin anız tarlasını dikkate almaya ve yaptıklarının, sevinçlerinin, sevgilerinin ve cesaretle yaşanan acılarının tamamını sonsuza dek sakladığı geçmişin tıka basa dolu ambarını/anteposunu görmezlikten gelmeye eğilim göstermektedirler (Frankl, 1999: 35-36). Bundan dolayı, yaşlı insanlara acımak için ortada hiçbir neden olmadığı anlaşılabilir. Bunun yerine, gençlerin onlara imrenmesi gerekir. Yaşlıların gelecekte hiçbir fırsatı, olasılığı olmadığı doğrudur. Ama onlar, bundan fazlasına sahiptirler. Gelecekteki olasılıklar yerine, geçmişin gerçeklikleri var ve hiç kimse ve hiçbir şey bu değerleri geçmişten koparamaz (Frankl, 2018a: 162-163).

Frankl, kendisi de varoluşçu olmasına karşın, varoluşçu felsefeci Karl Jaspers'in “yaşam, çözmek zorunda olduğumuz bir şifreyle yazılan kitaptır” görüşüne karşı çıkmakta ve yaşamın, yazmak zorunda olduğumuz bir defter olduğunu ileri sürmektedir. Frankl, bu defteri “sonsuzluk defteri” olarak adlandırmakta ve şu sözlerle açıklamaktadır (Frankl, 1999: 108): “Sonsuzluk defteri kaybedilmez: Bu bir teselli ve ümittir. Ama düzeltilemez de: Bu ise bir uyarı ve hatırlatıcıdır”. Frankl'ın bu yaklaşımı, İslam anlayışındaki “amel defteri” kavramından çok da uzak görünmemektedir. Frankl (1999: 108), bu konudaki yaklaşımını şu şekilde özetlemektedir: Bu anlayış, “geçmişin iyimserliğinin” yanı sıra (varoluşçuluğun bugünün kötümserliğinin tersine), geleceğin aktivizmini (eylemciliğini) de (dinginciliğin “sonsuzluğun kaderciliği” yerine) sunduğu sonucu çıkar.

Her bireyin değeri, onunla kalır ve bunun nedeni de geçmişte söz konusu kişinin gerçekleştirdiği değerlere dayanır ve bugün koruduğu ya da koruyamadığı yararlılığa bağlı değildir. Bu yararlılık genellikle toplum yararına işliyor olma terimiyle tanımlanmakta, özellikle de gençlere büyük değer vermekte, genç olmayan herkesin değerini görmezlikten gelmektedir. Kişi, bireyin değerinin sadece o andaki yararlılığına bağlı olduğunu savunduğu takdirde, Hitler'in programıyla paralellik içinde yaşlılık, hastalık, sakatlık, ruh hastalığı gibi nedenlerden ötürü toplumsal yararlarını kaybedenlerin öldürülmesini savunmamasını, sadece söz konusu insanın kişisel tutarsızlığıyla izah edilebilir (Frankl, 2018a: 163).

Bu tür olumsuz yaklaşımlar karşısında Frankl (1999: 103), gençleri şu şekilde yönlendirmektedir: “gençler, genç yönelimli toplumun yaşlılara yönelik evrensel aşağılayıcı tutumuyla kirlenmemelidir. Aksi takdirde gençler, yaşlanacak kadar şanslı olurlarsa, yaşlılara yönelik aşağılamaların, kendini aşağılamaya dönüştüğünü mutlaka göreceklerdir”.

“Her şeye karşı yaşama evet demek”, yaşamın, her koşulda, hatta en kötü koşullar altında bile potansiyel olarak var olduğunu varsaymaktadır. Bu da sonuç itibariyle insanın, yaşamın olumsuz yanlarını olumlu ya da yapıcı şeylere dönüştürme yetisine sahip olduğunu farz ve kabul eden (Frankl, 2018a: 149) iyimser bakış açısını desteklemektedir.

Frankl (2014b: 177-178), kendisine gelen bir mektubu kitabında şu şekilde nakletmektedir: “14 gün içinde 87 yaşıma gireceğim. Her gün bana armağan. Gökyüzüne, parka bakabiliyor, harika ağaçlarla konuşuyor, öğle sonraları arkadaşlarımı ağırılıyorum. Duyma özürüyüm, buna karşılık içim, ruhum konuşuyor. Hemen hemen yürüyemiyorum; olsun, düşünebiliyorum. Buna hakikaten çok ama çok müteşekkirim”. Bu mektup ve benzeri klinik ve yaşamsal deneyimlerine dayanan Frankl’a göre, bir trajediyi kişisel bir zafere çevirebilmek, bir acıyı, derdi, bir insan başarısına dönüştürebilmek mümkün görünmektedir (Frankl, 2014b: 178). Kişisel bir acıyı; insan gücünün, duruşunun ifadesine, kapasitenin ispatına dönüştürme imkânı sayesinde hayatın her yanı (dolayısıyla da yaşlılık), bir potansiyele çevrilebilmektedir (Frankl, 2014b: 179).

4.5. Yaşanmışlıkları Kalıcılığa Devretme Açısından Yaşlılık

Frankl, bir şairden yaptığı alıntıyı şu şekilde nakletmektedir: “Dünyadaki hiçbir güç, yaşadığım şeyi elinden alamaz” Frankl’a göre, geçmişte yapmış olmak ya da olmuş olmak, var olmanın bir başka, belki de en emin şeklidir (Frankl, 2018a: 98). Geçmişteki hiçbir şey, geri kazanılmaz bir şekilde kaybedilmemiş, bilakis her şey geri dönülmez bir şekilde kaydedilmiştir. Bu nedenle varoluşumuzun geçici olması, bunu kesinlikle anlamsız kılmaz, ama sorumluluklarımızı oluşturur diyen Frankl (2018a: 135-136), yaşlılık konusuna ilişkin bakış açısının kötümser değil, eylemci olduğunu ifade ederek şu örneği vermektedir:

Karamsar kişi, her gün bir sayfasını kopardığı takvimin geçen her günle biraz daha incelendiğini, korku ve hüznle gözleyen bir insana benzer. Öte yandan yaşamın sorunlarına etkin bir şekilde sarılan insan, her gün takviminden yaprak koparan, ancak bunları arkalarına notlarını aldıktan sonra öncelikleriyle birlikte düzenli ve özenli bir şekilde dosyalayıp saklayan bir insana benzer. Bu notlarda oluşan zenginliği, dolu dolu yaşamı, gurur ve sevinçle düşünebilir.

Frankl yaşanmışlıkları kalıcılığa devretme konusunda bir dizi sorular yöneltmekte ve söz konusu sorulara ilişkin şu çıkarımlarda bulunmaktadır (Frankl, 1999: 102): Bireyin yaşlandığını fark etmesi neyi değiştirir? Gördüğü genç insanlara imrenmesi veya kendi kayıp gençliğinin nostaljisine kapılması için bir neden var mı? Genç bir insana neden imrensin ki? Genç insana açık olasılıkları onu bekleyen gelecek için mi? “Hayır teşekkürler” diye düşünecektir. “Olasılıklar yerine benim, geçmişimdeki gerçekliklerim var”. Frankl’a (1999: 107) göre, yapılan her şey kalıcıdır (sonsuzdur). Daha da önemlisi, kendinden kalıcı olmaktadır. Bu konuda bir şey yapmaya gerek yoktur. Bir şeyi yaptıktan/yarattıktan sonra, işi kalıcılık devralmaktadır.

Sadece hatırladıklarımız değil, unuttuğumuz ya da bilincimizden kaçan şeyler bile dünyadan silinmez, geçmişin bir parçası olarak kalır diyen Frankl (1999: 104), “Peki bu anıları kim canlı tutacak?” sorusuna şu şekilde yanıt vermektedir: “Geçmişin parçası olan şeyler, bizim varoluşumuzdan bile bağımsız olarak varlığını sürdürür”.

Frankl, insan yaşamını ontolojik yönden de ele alarak çeşitli değerlendirmelerde bulunmaktadır. Frankl; geçmiş, bugün ve gelecek konuları üzerinde sıklıkla durarak bir bakıma yaşlılık konusunun kronolojik yönüne de değinmiş olmaktadır. 19 Şubat 1947 tarih ve “Nevroz ve Anlam Arayışı” başlıklı makalesini, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı* adlı kitabında “Geçicilik ve Ölümlülük: Ontolojik Bir Deneme” başlığı altında yeniden kaleme alarak konunun ontolojik yönü üzerine ilave değerlendirmelerde bulunmuştur (Frankl, 1999: 100).

Frankl, geçmiş, şimdiki zaman ve gelecek algısı anlamındaki bakış açısını, kum saati benzetmesi ile izah etmektedir (1999: 101-102): Kum saatini sallayarak, kum taneciklerini karıştırabilir, birbirlerine göre konumunu (geleceği) kısmen değiştirebiliriz. Gelecekle birlikte kendimizi de değiştirebiliriz ama geçmiş sabittir, değişmez. Bu, sanki bugünün dar geçidinden geçerek aşağı inen kumların katılaşması, bir yapıştırıcıyla sabitlenmesi gibidir. Her şey geçmişte saklanır ve sonsuza kadar orada kalır. Hiçbir şey bunları değiştiremez, olmamış kılamaz.

Frankl, hümanist bakış açısından yola çıkarak, geçmişin bireyle birlikte yaşamaya devam ettiğini vurgulamıştır. Frankl'a göre bir olasılık gerçekliğe dönüştükten sonra sonsuza kadar bu şekilde kalmaktadır. Frankl, yaşama da ölüme de dinamik bir açıdan bakmaktadır. Ölümle biyolojik varlık sonlanmakla birlikte, tamamlanan yaşamın bütünlüğü, geçmişte kalmakta ve kaybolmamaktadır. Dolayısıyla Frankl'ın yaklaşımında ölüm, bir yok oluş değil aslında bireyin varoluşunu gerçekleştirmesi olarak kabul edilmektedir (Sezer ve Saya, 2009: 153).

4.6. Üstlenilen İşlev ve Sorumluluklar Bakımından Yaşlılık

Evin bir köşesinde, pencerenin başında, tekerlekli sandalyesiyle yarı felçli oturmuş uyuklayan yaşlı kadın ne kadar da uzaktır üretkenlikten ama işte çocukları, torunları sevgiyle nasıl da dolanıp duruyor etrafında. İşte bu sevgi çemberinin içinde o vazgeçilmez büyük annedir, hepsi bu, ancak sevginin odağı büyük anne olarak, aynı toplumsal hizmete katkıları ve performansıyla mesleğindeki yeri doldurulmaz bir insan kadar yeri doldurulmazdır (Frankl, 2014b: 91-92). Bu anlatımıyla Frankl, salt üretimde bulunma yönüyle insanları değerlendirmenin eksik yönünü vurgulamaktadır. Dolayısıyla Frankl, insanları, içinde buldukları topluluğa sağlamış oldukları maddi getirilere göre değerlendiren mutlak anlamdaki işlevselciliğe (fonksiyonalizme) karşı çıkmaktadır.

“Hayat, bize bir görev olarak verilmiş olan şeydir. Her anda, her uğrakta karşımıza çıkan bir görevdir, buradan da hayatın zorlaştığı ölçüde anlamının arttığı sonucu çıkmaktadır” diyen Frankl'ın (2014b: 68) bu görüşü aslında Seneca ve hatta Diyojen'e kadar geri gitmektedir. Zira bu konuda Seneca (2007: 45; 53-55), “Örnek alınacak büyük insan, yaşadığı kötü kaderle keşfedilir... Fırtınada kaptanı, savaş meydanında askeri tanırırsın... Niçin Tanrı insana hastalık, keder ya da başka sıkıntılar verir? Ordugâhta tehlikeli görevler en cesurlara verilir de ondan; komutan, en seçkin askerlerini göreve yollar. Bu göreve gidenlerin hiçbiri komutanın kendisine kötü davrandığını düşünmez, tersine kendine iltifatta bulunduğunu düşünür” demektedir. Platon'un çağdaşı olan Diyojen ise “yaşlı bir adamsın, gerisini boş ver” diyenlere, “ne yani?” diye karşılık verdi, “stadyum koşusuna çıksam, bitiş çizgisine yaklaştığımda boş vermem mi gerek, yoksa daha da çabalamam mı?” (Laeritos, 2017: 265).

Frankl'a (2014b: 176-177) göre, önüne hayatın bir görev ve sorumluluk koymadığı tek bir insan bulunmamaktadır. Hayat, insana anlam bulma imkânını sunmaktan hiçbir an vazgeçmemektedir. İnsan yaşamı ancak ve ancak iş yaptığında, faal olduğunda, ortaya bir yapıt koyduğunda anlamla dolabilmektedir. Bunun ne gibi bir “yapıt” olduğunun hiçbir önemi bulunmamaktadır diyen Frankl, adeta Kant'ın ödev ahlakı anlayışına gönderme yaparak yaşlıların toplumsal misyonunu onlara hatırlatmakta ve hatta onları bu misyonu yerine getirmeye davet etmektedir.

5. Sonuç ve Değerlendirme

Psikoloji alanındaki yapısalcı, Freudcu, davranışçı ve Gestalt psikolojisi gibi akımların öğretileri, indirgemeci ve gerekirci bir düşünce sistematiğine dayanmaktadır. Bu nedenle insanın gerçekliğini bir bütün olarak açıklama yeteneğinden yoksun bulunmaktadırlar. İşte

hümanist psikoloji, bu yaklaşımların dar kalıplarına sığmayan insanı anlama gereksinimiyle ortaya çıkmıştır (Aydın, 2009: 249; 287). Bu gereksinim, aslında hiç de yeni bir gereksinim değildir ve Frankl'ın da belirttiği gibi Thomas Aquinas'a kadar dayanmaktadır. Zira Thomas Aquinas, insanı bir "unitas multiplex" olarak ifade etmiştir. Frankl ise, Aquinas'ın ifadesinden yola çıkarak, insani bütün uğraşları, "çeşitlilikteki birlik" olarak tanımlamıştır (Frankl, 2018b: 35).

Frankl'a göre, modern yaşamla birlikte ilerleme kaydeden otomasyon ve benzeri gelişmeler, insanların sahip olduğu boş zamanları belirgin bir şekilde artırmıştır. Buna karşılık bireyler, yeni kazandıkları boş zamanlarda ne yapacaklarını bilmemekte-dirler. Örneğin "Pazar günü nevrozu"nu yani hafta içinin yoğun işlerinin telaşından sıyrılan ve kendi içlerindeki boşluk belirginleştiği zaman, yaşamlarının içerikten yoksun olduğunun farkına varan insanların yaşadığı tatil depresyonu bu kapsamda ele alınabilecek nitelikleri taşımaktadır. Bu durum, emeklilerin ve yaşlı bireylerin yaşadığı krizler için de geçerli olmaktadır (Frankl, 2018a: 121). Bütün bunlara karşılık bireylerin uzun yaşama isteği, büyük ölçüde birbiriyle benzerlik göstermektedir. Katz (1999: 99), söz konusu çelişik konuyu şu sözlerle ifade etmektedir: "Yağmurlu bir Pazar öğleden sonra ne yapacağını bilemeyen milyonlarca insan ölümsüz olmayı istemektedir".

Bugün hayatın ortasındaki bunalım, "orta yaş bunalımı" denen şey, bir anlam bunalımıdır ve bu türden bunalımların arasında "emeklilik bunalımı", Pazar günü nevrozu ve özellikle de işsizlik nevrozları yer almaktadır (Frankl, 2014b: 142). İşsiz bir hayat, kişiye hayatın anlamsız görünmesine yol açmaktadır. Bu insanlar kendilerini yararsız hissetmelerine yol açmaktadır (Frankl, 2014b: 142). İşte yaşlı bireylerin karşısında bulunan sorunların başında, "kendini yararsız hissetme" ve "hayatın anlamsızlığı hissi" olarak ifadesini bulan türden sıkıntılar gelmektedir. Frankl, söz konusu türden sorunların üstesinden gelebilmeyi sağlayacak psikolojik yaklaşımları eserlerinde ayrıntılı olarak ve gerçekçi bir dile ele almaktadır.

Frankl, yaşlılık alanına bilimsel ve sistematik bir katkı sağlamak gibi spesifik bir amaca sahip bulunmamakla birlikte, yaptığı bilimsel çalışmalarda doğrudan veya dolaylı yönlerden yaşlılık/gerontoloji alanına anlamlı katkılar sağlamış ve özgün bir bakış açısı getirmiştir. Bu makale, Frankl tarafından geliştirilen bakış açılarını bir arada ele alarak aktarmayı, açıklamayı ve değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Makale kapsamında yürütülen çalışmalar sonucunda ulaşılan bulgular şu başlıklar altında izah edilmiştir: (1) "Geçmişe Dalma" Duygusunun Yaşandığı Dönem Olarak Yaşlılık, (2) İnsandaki Anlam Arayışı Yönelimi Bakımından Yaşlılık, (3) Koşullar Karşısında Tavrı Belirleme Özgürlüğü Açısından Yaşlılık (4) Geçmişe "İyimser" Bir Anlayışla Bakma Yönüyle Yaşlılık (5) Yaşanmışlıkları Kalıcılığa Devretme Açısından Yaşlılık (6) Üstlenilen İşlev ve Sorumluluklar Bakımından Yaşlılık. Söz konusu bulgulara ilave olarak bu makalenin sonucunda emeklilik, işsizlik ve boş zaman sendromu gibi dönemsellik ve zamanın kullanımı ile ilintili olan konulardaki Frankl'ın bakış açısı ortaya konularak gelecekte yapılabilecek olan çalışma alanları, okuyucunun dikkatine sunulmuştur.

Kaynakça

- AISOPOS (2017). Masallar -Bütün Ezop Masalları-. Çev. İo Çokona, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- AKDEMİR, N., GÖRGÜLÜ Ü. ve ÇINAR, F.İ. (2008). “Yaşlı İstismarı ve İhmali”, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi, ss. 67-75.
- ALDEMİR, Osman, (2014). Kur’an-ı Kerim ve Sünnet’te Yaşlanma ve Yaşlılık, Beyan Yayınları, İstanbul.
- AYDIN, Ayhan (2009). Felsefe Düşünce Tarihi Pagem Akademi Yayınları, Ankara.
- BARUT, Yaşar (2008). Yaşlılık Dönemi Zihinsel ve Ruhsal Özellikleri, Psikolojik, Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık (Ed. Ersanlı Kurtman ve Kalkan Melek), ss. 39-62.
- CEYLAN, Harun (2015). Sosyal Değerden Sosyal Soruna Yaşlılık: Geleneksel Toplumdan Modern Topluma Değişen Yaşlılık Algısı, Modern Hayat ve Yaşlılık, (Ed. Harun Ceylan), Nobel Yayınları, Ankara, 25-53
- FARRAN, C.J., Keane-Hagerty, E. Salloway S., Kupferer S., Wilken C.S., (1991). The Gerontologist, 31 (4), 483-489.
- FRANKL, V. E. (1999). Duyulmayan Anlam Çılgılığı Psikoterapi ve Hümanizm. (S. Budak, Çev.), Öteki Yayınları, Ankara.
- FRANKL, V. E. (2014a). Psikoterapi ve Din Bilinçdışındaki Tanrı. (Z. Taşkın, Çev.), Say Yayınları, İstanbul.
- FRANKL, V. E. (2014b). Hayatın Anlamı ve Psikoterapi, (V. Atayman, Çev.), Say Yayınları, İstanbul.
- FRANKL, V. E. (2018a). İnsanın Anlam Arayışı (Çev. Selçuk Budak), Okuyan Us Yayınları, İstanbul.
- FRANKL, V. E. (2018b). Anlam İstenci Logoterapinin Temelleri ve Logoterapi Uygulamaları. (M. Yalçınkaya, Çev.), Öteki Yayınları, Ankara.
- GOGOL, Nikolay Vasiliyeviç (2017). Taras Bulba, Çev. Belkıs Korkmaz, Can Yayınları, İstanbul.
- İBN ABDİRABBİH, (2004). Hükümdar ve Siyaset Kitabı, Çev. Erkan Avşar, Bordo Siyah Yayınları, İstanbul.
- KALINKARA, Velittin (2011). Temel Gerontoloji: Yaşlılık Bilimi, Nobel Yayınları, Ankara.
- KALINKARA, Velittin ve Arpacı, Fatma (2016). Yerinde Yaşlanma, Yaşlılık Disiplinlerarası Yaklaşım, Sorunlar, Çözümler 2 (Ed. Velittin Kalinkara), ss. 399-422.
- KATZ, Eliakin, (1999). Hasat Zamanıdır Yaşlılık, Çev. Şen Süer Kaya, Anahtar Kitaplar Yayınevi, İstanbul.
- KESKİN, Uğur, (2017). Suat Özkan’ın Bakış Açısından Yaşlılık Olgusu, Bilecik Şeyh Edebai Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 3(1), 92-109.
- KILINÇ, Aziz (2006). Türk Edebiyatında Vasiyetnameler, Akçağ Yayınları, Ankara.
- KOÇ, Mustafa, (2002). Yaşlılık Psikolojisi ile İlgili Yapılan Bilimsel Çalışmaların Tarihi ve Literatürü Üzerine Bir Araştırma, Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 6 (2), ss. 289-308.

- KÖROĞLU, (2004). Köroğlu Bütün Şiirleri, Hazırlayan Ayşegül İnce, Eflatun Yayıncılık, İstanbul.
- KULAKSIZOĞLU, Işın Baral, YÜCEL, Nurullah, AKYÜZ, Hatice Kübra, EKŞİOĞLU, Nur Ravza (Ed.) (2012). Yaşlıya Psikolojik Destek El Kitabı, İBB Basımevi, İstanbul.
- KUZEY ANADOLU KALKINMA AJANSI, (2015). Kırsal Yaşlılık Analizi, Salmat Basım Yayıncılık, Ankara.
- LAERITOS, Diogenes (2017). Ünlü Filozofların Yaşamları ve Öğretileri, (Çev. Candan Şentuna), Yapı Kredi Yayınları, İstanbul.
- MONTAIGNE (2011). Denemeler, Sis Yayıncılık, Çev. Yadigar Şahin, İstanbul.
- MORE, Thomas (2011). Utopia, Çev. Sabahattin Eyüboğlu, Vedat Günyol ve Mina Urgan, Türkiye İş Bankası Yayınları, İstanbul.
- NİZAMİ, (2009). Mahzen-i Esrar, Hazırlayan, Sadık Yalsızuçanlar, Lacivert Yayıncılık, İstanbul.
- ÖZ, Fatma (2002). “Yaşamın Son Evresi: Yaşlılık Psikososyal Açıdan Gözden Geçirme”, Kriz Dergisi 10(2): 17-28.
- ÖZBABALIK, Demet, (2015). Yaşlıların Nörolojik ve Psikiyatrik Sistem Hasatlıkları, Yaşlı ve Hasta Bakım Hizmetleri (Ed. Didem Arslantaş), Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir, ss. 48-63
- ÖZTÜRK, Zehra, Karakuş, Gonca ve Tamam Lut (2011). Yaşlı Bireylerde Ölüm Kaygısı, Anadolu Psikiyatri Dergisi, S: 12, 37-43.
- PLATON, (2010). Devlet, (Çev. Sultan Berker), Athena Yayınları, İstanbul.
- PLATON, (2017). Şölen-Dostluk (Çev. Sabahattin Eyüboğlu ve Azra Erhat), Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul.
- PLURARKHOS, (2002). Lykurgos’un Hayatı, Çev. Sabahattin Eyüboğlu ve Vedat Günyol, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul.
- SAYGILI Sefa (2017). Yaşlılık Psikolojisi, Türdav Yayınları, İstanbul.
- SEEBER, James J. (2000). Meaning in Long Term Care Settings: Victor Frankl’s Contribution to Gerontology, Journal of Religious Gerontology, 11 (3-4), 141-157,
- SENECA, (2007). Tanrısal Öngörü, Çev. Çiğdem Dürüşken, Kabalcı Yayınevi, İstanbul.
- SENECA, (2017). Bilginin Sarsılmazlığı Üzerine & İnziva Üzerine, Çev. C. Cengiz Çevik, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul.
- SEZER Sevgi ve SAYA, Pelin (2009). Gelişimsel Açıdan Ölüm Kavramı, Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, S: 13, 151-165.
- SKINNER B.F. ve VAUGHAN M.E., (1996). Yaşlılığın Tadını Çıkarın, Çev. Fikret Arıt, E Yayınları, İstanbul.
- ŞEN, Necdet (2002). Hızlı Gazeteci Beceriksiz Aşık, Parantez Yayınları, İstanbul.
- ŞİRAZİ Sadi (2015). Gülistan, Hazırlayan: Hasan Selim Hacıoğlu, İskele Yayıncılık, İstanbul.
- ŞİRAZİ Sadi ve Zemaşeri Allame (2004). Bostan ve Gülistan (Yakup Kenan Necefzade) & Altın Kúpeler (Çev. Rahmi Serin), Bedir Yayınları, İstanbul.

- TOLSTOY, Lev Nikolayeviç (2018). İvan İlyiç'in Ölümü, Çev. Mazlum Beyhan, Türkiye İş Bankası Yayınları, İstanbul.
- TOP, Fadime Üstüner Saraç, Ayşe ve Yaşar Gülsüm, (2010). Huzurevinde Yaşayan Bireylerde Depresyon Düzeyi, Ölüm Kaygısı ve Günlük Yaşam İşlevlerinin Belirlenmesi, Klinik Psikiyatri, 13, 14-22
- TUFAN, İsmail (2014). Türkiye'de Yaşlılığın Yapısal Değişimi, Koç Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- TUFAN, İsmail (2016). Antik Çağdan Günümüze Yaşlılık ve Yaşlanma, Nobel Yayıncılık, Ankara.
- YARDIMCI, Mehmet (2007). Destanlar, Ürün Yayınları. Ankara.
- YELBOĞA, Nurullah (2017). Yaşlılıkta Ölüm Anksiyetesi, Journal of Current Researches on Health Sector, 7(2), 53-68
- YILDIRIM Şeyda ve ŞAHİN Fatih (2015). Yaşlılık ve Sosyal Hizmet, Modern Hayat ve Yaşlılık, (Ed. Harun Ceylan), Nobel Yayınları, Ankara, 55-95.