



Life satisfaction and guidance need of there retired people: Sample of Sakarya

Azmi Bayram İlbaş¹, Yakup Yiğit², OmerOzisli²,

¹Bulent Ecevit University, ²Sakarya University

ARTICLE INFO

Article history:

Received 12.09.2016

Received in revised form
12.12.2016

Accepted 12.18.2016

Key Words: Elderly, Retired
people, Life satisfaction,
Guidance needs

ABSTRACT

Objective: Retired people are living functional loss like other old aged people. This period is also a period in which individual's life satisfaction turns into wisdom in terms of cognitive functions. Individual's life satisfaction, could be affected by both the needs pertaining to the period and it caba a product of past experience. One of the needs is the need for guidance and psychological counseling. The purpose of research, the relationship between these two variables.

Methods: For this purpose personal information form, life satisfaction and guidance needs scales were applied to 212 retired people residing in Sakarya Province, Turkey in the research. The data obtained were analyzed using SPSS 20.0 program.

Results: The results obtained from the research reveal that life satisfaction and guidance needs of the retired people do not vary according to the variables of gender, age, marital status and place of residence. No significant difference was seen when life satisfaction in the retired people was considered in terms of educational status, however, a significant difference was found between guidance needs and the variable of educational status. The relationship between life satisfaction and guidance needs in there retired people was found as negative at medium level.

Emeklilerin yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyacı ilişkisi - Sakarya örneği

Azmi Bayram İlbaş¹, Yakup Yiğit², Ömer Özisli²

¹Bulent Ecevit Üniversitesi, ²Sakarya Üniversitesi,

MAKALE BİLGİSİ

Makale Tarihiçesi:

Başvuru 09.12.2016

Revizyon 12.12.2016

Kabul 18.12.2016

Anahtar Kelimeler: Yaşlılar,
Emekliler, Yaşam doyumu,
Rehberlik ihtiyaçları

ÖZ

Amaç: Emekliler, diğer yaşlılar gibi fonksiyon kayıpları yaşamaktadırlar. Bu dönem aynı zamanda yaşamsal deneyimlerinin bilişsel işlevlerde bilgiğe dönüştüğü dönemdir. Bireyin yaşam doyumu, geçmiş yaşantısından etkilendiği kadar bulunulan döneme özgü gereksinimlerden de etkilenebilir. Bu gereksinimlerden biri bireyin rehberlik ve psikolojik danışma gereksinimleridir. Araştırma, bu iki değişkenin ilişkisini araştırmayı amaçlamaktadır.

Tasarım/Yöntem: Bu amaçla, araştırmada kişisel bilgi formu, yaşam doyumu ve rehberlik gereksinimleri ölçekleri Sakarya'da yaşayan 212 emekliye uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 20.0 programı ile analiz edilmiştir.

Sonuçlar: Emeklilerin yaşam doyumları ve rehberlik ihtiyaçları cinsiyete, yaşa, medeni durum ve barındıkları yer değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Emeklilerin, yaşam doyumları öğrenim durumu değişkeni bağlamında ele alındığında anlamlı bir farklılık görülmemektedirken rehberlik ihtiyaçlarıyla öğrenim durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Emeklilerin, yaşam doyumları ve rehberlik ihtiyaçları arasında ilişkinin ise negatif ve orta düzeyli olduğu bulunmuştur.

1. GİRİŞ

Emekli bireyler gelişimin son dönemi olan yaşlılığı yaşamaktadırlar. Bu dönem biyo-psiko-sosyal bakımdan yitimlerin söz konusu olduğu bir dönemdir. Buna karşılık sağlıklı yaşlı nüfusun artırılması dünya ülkelerinin ortak hedefiyken, nicel olarak yaşlı nüfus her geçen gün artmaktadır (Kinsella & Velkoff, 2001; Çelebi & Yüksel, 2014). Sinick'e (1979) göre yaşlılık döneminin yaşam olaylarından biri olan emeklilik, yaşlılığın en travmatik etkenlerinden biridir (Akt. Demirdiş, 2010). Emeklilikle birlikte üretkenliğini kaybeden yaşlı birey değersizlik duygusu yaşamakta, yalnızlaşmakta, özgüven kaybına uğramaktadır (Akdemir, Çınar, Görgülü, 2007). Yaşlı birey emekli oluşla birlikte, aktif olarak katıldığı sosyal kurumlarda üstlendiği rollerini kaybetmiştir. Bu kaybediş, travmatik nitelikli bir kayıptır. Üretime katılmayıp, bireyin değersizlik duygularını artırır. Fiziksel ve psiko-sosyal açıdan ise emekli birey; ilişkilerini sınırlandırır, geri çekilir ve içe dönük eğilimler sergileyerek kendi duygularıyla daha fazla uğraşır. Emekli birey, çalışma yaşamının pek çok olanağını kaybetmiştir (Salman, 2004). Emekli oluşla birlikte yaşlı bireyin belirgin ekonomik kayıpları da söz konusudur. İhtiyaçların her geçen gün daha arttığı modern toplumda, bu durum yaşlı bireyin güçlüklerindedir (Arpacı, 2005). Emekliler, yaşamın pek çok gelişim alanındaki güçlüklerini aşabilmek için, ilgiye ve sosyal destek kaynaklarını bulmaya gereksinimleri vardır (Ak, 1991).

Emekli birey, gelişimin tüm alanları açısından yaşlılıkla yüz yüze olan bireydir. Danış'a (2004) göre; yaşlılık kişiye ve topluma göre değişebilen bir kavramdır. Toplumun tarihsel süreçte geçirdiği evrimine, ekonomik niteliklerine, kültürel yapısına, psiko sosyal yapısına, yaşam biçimine, dini değerlerine göre biçim alabilen bir kavramdır (Kaygusuz, 2008; Arpacı, 2005). Yaşlanma süreci ifade ederken, yaşlılık ise gelişim dönemlerinden birini içeren bir kavramdır (Canatan, 2008). Yaşlanma süreci biyo-psiko-sosyal boyutlu etkenlerle şekillenir (Arpacı, 2005). Dünya sağlık örgütü yaşlılığı, bireyin çevresel etkenlere uyum geliştirme yeteneğine ilişkin potansiyelinin azalması olarak tanımlamaktadır (WHO, 2011). Yaşlılık, organizmadaki yapısal ve fonksiyonel yetersizliklerin söz konusu olduğu değişiklikler dönemidir (Townsend, 2014). Yaşlılık, yaşa bağlı olarak bireyin iç ve dış faktörler arasında dengelenme fonksiyonunun kaybedildiği dönemdir (Arpacı, 2005). Yaşamın tüm alanlarındaki bireyin yetilerindeki gerilemedir (Bahar, Bahar & Savaş, 2009). Yaşlılık ile ilgili tanımlar kayıplara dikkati çekerken yaşlılığın kazanımlarının öne çıktığı tanımlar da bulunmaktadır. Erikson'a (1968) göre başarılı geçirilmiş yaşam dönemleri sonunda benlik bütünlüğüne ulaşma olasılığını vurgulamaktadır. Benlik bütünlüğüne ulaşan bireyin yaşam doyumu yükselmektedir. Yaşlılık döneminde eğer birey başarılı geçirilmemiş yaşantıların ürünü ise umutsuzluğunun nedeni olabilir (Akt. Corey, 2008). Gençtan'a (1999) göre yaşlılık, zorlanmalarına karşın varoluşun gücü ve deneyimlerin kazandırdığı derin bilgeliktir. Genel olarak yaşlılık tanımları, bireyin fonksiyonlarında kayıpları ön plana çıkarırken, bu duruma emekli oluşun eklenmesiyle süreç biyo-psiko-sosyal açıdan daha travmatik bir boyuta dönüşmektedir. Bu araştırma; belirtilen travmatik etkiye maruz kalan hem emekli hem de yaşlı bireylerin, yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçları değişkenlerinin ilişkisinin incelendiği bir araştırmadır.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin'e (1985) göre yaşam doyumu; ihtiyaçlar ve isteklerin doyurulmasına bağlı olarak yaşamın olumlu olarak değerlendirilmesidir (Akt. Eryılmaz, 2012). Birey kendi yaşam doyum analizini, yaşamın geneline ilişkin doyumunu değerlendirerek yapmaktadır (Gümüşbaş, 2008; Şahin, 2008; Diener, 1994). Neugarten'e (1961) göre yaşam doyumu, bireyin beklentileri ve sahip olduklarının kıyaslanmasında ortaya çıkan sonuçtur (Akt. Özer & Karabulut, 2003). Bu sonucun birbirine yakınlığı yaşam doyumunun artışını gösterir (Diener, Oishi & Lucas, 2003). Başka bir deyişle yaşam doyumu, yaşamdan memnunluk düzeyidir. Yaşam doyumu, mutlu bireyin iyi oluşlarındaki bileşendir (Eryılmaz, 2012). Yaşam doyumu; olumlu duyguları çok, olumsuz duyguları az olan bireylerin memnunluğudur (Eddington & Shuman, 2005).

Emekli yaşlıların da yaşamlarını yaşam doyumu ve mutluluk içinde geçirme hakları vardır (Ersanlı, 2008). Yaşam doyumu, bir duruma özgü değil tüm yaşama ilişkin olumlu duyguların artışıdır. Mutluluk gibi pek çok olumlu duygu açısından iyi olma halini ifade eder (Özer & Karabulut, 2003; Altay & Avcı, 2009). Yoltaş'a (2007) göre yaşam doyumu, mutluluğun diğer adıdır. Bireyin yaşam kalitesi, mutluluğu, bağımsızlık, sorumluluklarını yerine getirebilme yaşam doyumunun belirleyicilerindedir (Koçoğlu, 2006). İyi-oluş, mutlulukla ilişkili, yaşam doyumu ile eşdeğerde kullanılan kavramdır (Yetim,1991). Doyum, beklentiler ve ulaşılan sonuç arasındaki farkın azlığıdır (Karataş & Duyan 2008; Şener, 2009). Emeklilerin, yaşlanmış olmaya bağlı biyolojik fonksiyon kayıpları ise yaşam doyumlarını olumsuz etkilemektedir (Arpacı, 2005).

Diener, Oishi ve Lucas' a (2003) göre, yaşam doyumunu etkileyen yaşam alanı değişkenleri arasında; zamanın serbest kullanılabilmesi, ekonomik yeterlilik, sağlıklı olabilmek, başarılı iş yaşamı, mutlu aile yaşantısı, olumlu benlik algısını saymaktadır. Myers ve Diener'e (1995) göre, yaşam doyumu üzerinde cinsiyet ve gelir düzeyi etkisiz, psikolojik değişkenler ise etkili öneme sahiptir. Yaşam doyumu; yaş, cinsiyet, çalışma, iş, eğitim, din, evlilik, aile, gelir düzeyi, yaşam olayları, aktiviteler, kişilik, emeklilik durumu gibi faktörlerden etkilenmektedir (Karataş & Duyan 2008). Çalışma yaşamının olanaklarını kaybeden ve üretme ayrıcalığını yitiren birey için olumsuzluklarının artması yaşam doyumunu azaltmaktadır (Özer & Karabulut, 2003). Evde yaşayan yaşlıların yaşam doyumları, huzur evinde yaşayan yaşlılardan daha yüksektir (Arslan, 2011; Özer, 2001). Dul ve boşanmış yaşlıların depresyon puanları artmaktadır (İçli, 2010).

Literatürde, emekli oluş gibi etkili travmatik durumların etkisi altında kalan yaşlı bireyin, yaşam doyumunun azalabileceği beklentisi ön plana çıkmaktadır. Buna karşılık yaşlı birey, gelişim sürecini bütünleştirmenin yaşattığı ayrıcalıklara da sahip olabilir. Ya da bilişsel açıdan bilgeliğe ulaşabilir. Dolayısıyla emekli olmuş yaşlıların, yaşam alanlarında pek çok yitim yaşamalarına rağmen yaşam doyumlarının ne düzeyde olduğunun ortaya çıkarılması önemli bir gerekliliktir. Rehberlik ihtiyaçlarının belirlenmesinde sergilenecek bütüncül bakış açısı bireyin ayrıcalıklarının ortaya çıkmasına da olanak sağlayabilir. Bu araştırmada, emeklilerin yaşam doyumu açısından hangi alternatif ön plana çıktığının belirlenmesi önemlidir.

Emeklilik döneminde yaşlı yaşamını ilgilendiren değişkenlere sunulacak katkı, emekli yaşlının yaşam kalitesini arttırıcıdır (Gökkoca & Baharlıteler, 1999). Myers ve Diener'e(1995) göre; psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin yaşlıya sunacağı katkıların tartışmaya açık ve test edilmeye gereksinimi olduğunu vurgulamasına rağmen Gladding (2012) ise rehberlik ve psikolojik danışma hizmet birimlerinden hepsinin yaşlılara katkı sunmada kullanılabileceğini vurgulamaktadır. Emekli olmuş birey, yaşlılık döneminde karşılaştığı engeller, değişimlere bağlı olarak uyumsuzluğu artmakta, yaşam doyumu azalmaktadır (Gümüşbaş, 2008). Emeklilik ve yaşlılığın biyo-psiko-sosyal belirleyicileri yanında yaşam doyumu bağlamında rehberlik gereksinimlerinin belirlenmesi ve bu bağlamda bireye sunulacak katkılar yaşam doyumunu artırabilir (Şahin, 2008; Acar, 2010). Yaşlanmış ve emekli olmuş bireyin, yaşam doyumunun artması, hayata bağlanma şansının arttırıcıdır (Onur, 2011).

Yaşlılık dönemi, emeklilik gibi travmatik etkenin eklenmesiyle çözülemeyen pek çok sorunun biriktiği dönemdir (Altekruse ve Ray, 1998). Emekliler yaşlılığa özgü psikolojik, bilişsel ve uyum sorunlarının çözümüne katkı beklemektedirler (Dönmez, 2010; Özer, 2001; Güven ve Şener, 2010). Potansiyelini yaşa bağlı olarak kaybeden birey, çalışma yaşamının sona ermesiyle birlikte yaşamında oluşan köklü değişikliklere uyum sağlama becerilerini arttıracak katkı sağlayıcı uygulamalara ihtiyaç duymaktadır (Çelebi & Yüksel, 2014). Yaşlı bireyin, kendini ilgilendiren değişkenlerin işlev üretebilecek ayrıcalıkları hakkında bilgilendirilmesi uyumunu destekleyebilir (MacAdam, 2008). Emekli olmuş yaşlılar, çalışma yaşamının olanaklarını kaybetmiş olmanın etkisiyle kendilerini yararlı hissedememektedirler. Bu durumun, bireyin yaşamını daralttığı görülmektedir (Salman, 2004). Modern toplum yapımızdaki hızlı değişim ise yaşlıları her geçen gün yalnız yaşamaya zorlayarak mutsuzluk kaynağı haline gelmektedir (Akdemir, Çınar & Görgülü, 2007; Bekaroğlu, 1991). Çalışma yaşamındaki geleneksel cinsiyet algısı emekli olmuş yaşlılar için de etkisini sürdürmektedir. Yaşlı kadın birey, yaşamını sürdürebilmek için rol ve sorumlulukları yerine getirmesi gerekmektedir. Emekli olmuş kadın yaşlılar bu durumda

yaşamın aktivitesi ve kalitesi için rehberlik desteğine bu sosyal etkiler nedeniyle daha fazla gereksinim duyabilirler (Öztop, 2010).

Emekli olmuş yaşlı bireyi ilgilendiren değişkenlere fonksiyonel katkı sunabilecek hizmetler arasında Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri sayılabilir (Çelebi & Yüksel, 2014). Cummings'e (2000) göre yaşlı bireylerin duygusal olarak destekleyen psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri bireyin genel iyilik halini arttırmaktadır. Yaşlılıkta sosyal ilişki ağının daralması etkinlik düzeyinin düşmesine bağlı olarak doyum ve mutluluğu azaltmaktadır. Emekli olmuş yaşlıların rehberlik ihtiyaçlarının belirlenmesi bireyin çalışma yaşamına ait ayrıcalıkları ve yararlılıklarının devam ettirebilecek potansiyellerinin belirlenmesinde yararlı olabilir (Öz, 2004). Emekli birey için, yaşlı sağlığı ile ilgili alınabilecek önlemler önemlidir. Ayrıca yaşlı ve çevresinin emeklilik sonrası ortaya çıkan yaşamsal değişkenler ve genel yaşlılık konularında bilgilendirilmesi de önem taşımaktadır (Kılıççı, 1989). Bu katkı rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin sunabileceği katkılardandır. Emekli olmuş yaşlıların ihtiyaç duyduğu gerontolojik danışmanlık rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin yeni açılım alanı olabilir (Cavallaro, 1992). Akıl sağlığına katkı sunmada yada rol değişimlerine sağlıklı geçişte rehberlik ve psikolojik danışma emekli olmuş yaşlılara farklı terapi yöntemleriyle fayda sunabilir (Demirdiş, 2010; Siviş & Demir, 2007).

Yaşlılık dönemindeki emekli birey için; yaşam sorunları söz konusu olabileceği gibi uyum sağlamada yararlanabileceği potansiyeli ve yaşama katkı sunabileceği üstün yanları da söz konusu olabilir. Emekli yaşlı bireyin; sorunlarının belirlenmesinde, potansiyelinin açığa çıkarılmasında rehberlik ve psikolojik danışmanlık fonksiyon taşıyabilir (Demirdiş, 2010). Emekli olmuş yaşlı birey sağlıklı rol geçişi gerçekleştirebilmesi için danışmanlık desteğine gereksinim vardır (Glass & Grant, 1983). Atila'ya (2006) göre modernite yaşlı bireyin sorunlarına yönelerek ayrıcalıklarını görmezden gelmektedir. Rehberlik ihtiyaçlarının belirlenmesi Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin sunulmasında ihtiyaçlara uygun bakış ayrıcalığını yakalamaya katkı sunabilir. Şahin (2008) ve Acar (2010)'a göre rehberlik gereksinimlerinin belirlenerek sunulacak katkılar, bireyin yaşam doyumunun artmasına da katkı sağlayabilir. Rehberlik ihtiyaçlarının belirlenmesi yaşam doyumuna katkı sağlayacak olanaklarını belirginleştirebilir. Gökkoca ve Baharlıteler'e (1999) göre emekli olmuş yaşlıları ilgilendiren tüm değişkenlerin belirlenmesi bireyin yaşam kalitesini arttıracak ipuçlarına ulaştırabilir. Literatürde yaşam doyumunu ele alan çalışmalara rastlanmasına rağmen bireyin rehberlik ihtiyaçları üzerine araştırmalar az olduğu görülmektedir. Bunun nedeni ise yaşlıların araştırmalara ilgisizliğiyle ve çalışılması güç bir örneklem oluşuyla ilişkili olabilir. Myers ve Diener (1995) ise, psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin yaşlıya sunacağı katkılarını tartışmaya açık ve test edilmesi gerekliliğini vurgulamaktadır. Bu açıdan yaşlılıkla ilgili konuları ele alan rehberlik ve psikolojik danışmanlık bakış açısının yer aldığı çalışmalar önem taşımaktadır. Araştırmaya huzur evinde barınan emekli yaşlılar, prosedürün uzaması ve izin sorunları gibi nedenlerle katılmamıştır. Bu durum araştırmanın sınırlılıkları arasında görülebilir. Bu bağlamda; emekli olmuş yaşlı bireylerin rehberlik ihtiyaçlarıyla yaşam doyumunu ilişkisi ve emekli olmuş yaşlıların rehberlik ihtiyaçlarıyla yaşam doyumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi araştırmanın amacını oluşturmaktadır.

3. YÖNTEM

Araştırma, Sakarya'da yaşamını sürdüren emekli 212 yaşlının gönüllü katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 108'i kadın, 104'ü erkektir. Katılımcılar kolay örneklem metoduyla seçilmiştir. Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmeleri SPSS 20.0 programı ile yapılmıştır. Verilerin analizinde, frekans ve yüzde dağılımı, aritmetik ortalama ve standart sapma, t testi, ilişkisiz örneklem için tek faktörlü varyans analizi, korelasyon testi yapılmıştır

Veri toplama aracı olarak; kişisel bilgiler formu, rehberlik ihtiyaçları ölçeği ve yaşam doyumunu ölçeği kullanılmıştır. Emekli yaşlılara ait kişisel bilgiler formunda yaş, cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu, barınılan yer bilgileri gibi değişkenlere ait bilgiler bulunmaktadır. Araştırmada kullanılan Rehberlik İhtiyaçları Ölçeği, Older Persons Counseling Needs Survey-OPCNS Myers (1993) tarafından geliştirilmiştir. Demirdiş (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği .87 olarak hesaplanmıştır. Yaşam Doyumu Ölçeği ise Deiner, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Köker

(1991) tarafından yapılmıştır. madde-test korelasyon katsayıları .71'in üzerinde belirlenmiştir. Ölçeğin güvenirlik kat sayısı .82 olarak bulunmuştur.

4. BULGULAR

Araştırmaya katılan emeklilere ilişkin demografik değişkenlerin frekans ve yüzde dağılımları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1.
Emeklilerin demografik değişkenlere göre dağılımı

Değişken	Gruplar	n	%
Yaş	60-64	44	20,8
	65-69	78	36,8
	70+	90	42,5
Cinsiyet	Kadın	108	50,9
	Erkek	104	49,1
Medeni durum	Evli	130	61,3
	Dul	82	38,7
	Okuryazar	64	30,2
Öğrenim durumu	İlkokul	98	46,2
	Ortaokul	28	13,2
	Lise Üniversite	22	10,4
	Akrabalarla	52	24,5
Barınılan yer	Eşle beraber	118	55,7
	Yalnız	42	19,8

Çalışma grubunda, emekli 212 yaşlı birey yer almaktadır. Emeklilerin Tablo1'deki demografik dağılımı incelendiğinde yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçları bağlamında fark oluşturma durumlarının ele alınabileceği görülmektedir.

Tablo 2.
Emeklilerin cinsiyetlerinin yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarının t testi analizi

Değişken	Cinsiyet	N	Ort.	SS	sd	t	p
Yaşam doyumu	Kadın	108	20,16	7,14012	210	1,772	,078
	Erkek	104	21,86	6,80385			
Rehberlik ihtiyacı	Kadın	108	50,51	9,49912	210	2,196	,029
	Erkek	104	47,88	7,85464			

p>,05

Emeklilerin doyumları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. $t(212)=1,77$, $p>,05$. Ancak erkeklerin yaşam doyumları ($\bar{x}=21,86$) kadınların yaşam doyumlarına göre ($\bar{x}=20,16$) daha yüksektir. Emekli yaşlıların rehberlik ihtiyacı cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. $t(212)=2,19$, $p < ,05$. Erkeklerin rehberlik ihtiyaçları ($\bar{x}=47,88$) kadınların rehberlik ihtiyaçlarına göre ($\bar{x}=50,51$) daha düşük düzeydedir.

Emeklilerin, yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarının yaş değişkeni bağlamında betimsel istatistikleri Tablo 3'te görülmektedir. Yaş değişkeni ile yaşam doyumu arasındaki varyans analizi sonuçları ise Tablo 4'te görülmektedir.

Tablo 3.*Emeklilerin yaş değişkeni bakımından yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin betimsel analizler*

Değişken	Yaş	n	Ort.	SS
Yaşam doyumu	60-64	44	20,45	7,46918
	65-69	78	22,00	6,80336
	70+	90	20,40	6,94246
Rehberlik ihtiyacı	60-64	44	48,18	8,89022
	65-69	78	48,38	8,33897
	70+	90	50,46	9,10760

Tablo 4.*Emeklilerin yaş değişkeni bağlamında yaşam doyumlarının ANOVA sonuçları*

Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	123,491	2	61,745	1,25	,286
Gruplar içi	10252,509	209	49,055		
Toplam	10376,000	211			

p>,05

Tablo 4'te görüldüğü gibi; emeklilerin yaşam doyumları, yaş değişkeni bağlamında ele alındığında anlamlı bir farklılık görülmemektedir, $F(2,209)=1.25$, $p>,05$. Betimsel istatistiklerde yaşam doyumu açısından yaşlıların aldığı puanların yakınlığı görülmektedir. Bu durum, emeklilerin yaş gruplandırılmasında tercih edilen aralığın yakınlığıyla açıklanabilir.

Tablo 5.*Emeklilerin yaş değişkeni bakımından rehberlik ihtiyaçlarının ANOVA sonuçları*

Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	241,725	2	120,863	1,566	,211
Gruplar içi	16135,407	209	77,203		
Toplam	16377,132	211			

p>,05

Tablo 5'te görüldüğü gibi, Emeklilerin rehberlik ihtiyaçları yaş değişkeni bağlamında ele alındığında anlamlı bir farklılık görülmemektedir, $F(2,209)=1,566$, $p>,05$. Betimsel istatistiklerde, rehberlik ihtiyaçları açısından emeklilerin aldığı puanların yakınlığı görülmektedir. Bu durum, yaş gruplandırılmasında tercih edilen aralığın yakınlığıyla açıklanabilir.

Tablo 6.*Emeklilerin medeni durumları ile yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarının t testi analizi*

Değişken	Medeni durum	N	Ort.	SS	sd	t	p
Yaşam doyumu	Evli	130	21,49	7,45451	1,052	208	,294
	Dul	82	20,45	6,11266			
Rehberlik ihtiyacı	Evli	130	48,76	7,89420	-,978	208	,329
	Dul	82	50,00	10,22531			

p>,05

Tablo 6'da görüldüğü gibi emeklilerin yaşam doyumları medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. $t(212)=208$, $p>,05$. Evlilerin yaşam doyumları ($\bar{x}=21,49$) dul kalmışların yaşam doyumlarına göre ($\bar{x}=20,45$) daha yüksektir. Emeklilerin rehberlik ihtiyacı medeni durum değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir $t(212)=208$, $p>,05$. Ancak evlilerin rehberlik ihtiyaçları ($\bar{x}=48,76$) dulların rehberlik ihtiyaçlarına göre ($\bar{x}=50,00$) daha düşük düzeydedir.

Tablo 7.*Emeklilerin öğrenim durumu değişkeni bakımından yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin betimsel analizler*

	Öğrenim durumu	n	Ort.	SS
Yaşam doyumu	Okur yazar	64	19,28	6,69155
	İlkokul	98	21,95	6,96074
	Ortaokul	28	21,50	6,64162
	Lise Üniversite	22	21,09	8,10002
Rehberlik ihtiyacı	Okur yazar	64	52,37	9,50104
	İlkokul	98	47,91	8,05352
	Ortaokul	28	48,42	8,21664
	Lise Üniversite	22	46,90	8,83127

Emeklilerin yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarının öğrenim durumu değişkeni bağlamında betimsel istatistikleri Tablo 7' de, öğrenim durumu değişkeni ile yaşam doyumu arasındaki varyans analizi sonuçları ise Tablo 8' de görülmektedir.

Tablo 8.*Emeklilerin öğrenim durumu değişkeni bağlamında yaşam doyumlarının ANOVA sonuçları*

Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	286,408	3	95,469	1,968	,120
Gruplar içi	10089,592	208	48,508		
Toplam	10376,000	211			

$p > ,05$

Tablo 8'de görüldüğü gibi, yaşlıların yaşam doyumları öğrenim durumu değişkeni bağlamında ele alındığında anlamlı bir farklılık görülmemektedir $F(3,208)=1,968$, $p > ,05$. Betimsel istatistiklerde yaşam doyumu açısından emeklilerin aldığı puanlar yakındır. Bu durum emeklilerin öğrenim durumlarının yaşam doyumunu etkilemediği düşündürmektedir.

Tablo 9.*Emeklilerin öğrenim durumu değişkeni bakımından rehberlik ihtiyaçlarının ANOVA sonuçları*

Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	938,110	3	312,703	4,213	,006
Gruplar içi	15439,022	208	74,226		
Toplam	16377,132	211			

$p < ,05$

Tablo 9'da görüldüğü gibi, emeklilerin rehberlik ihtiyaçları öğrenim durumu değişkeni bağlamında ele alındığında anlamlı bir farklılık görülmektedir, $F(3,208)=4,213$, $p < ,05$. Emekli yaşlıların rehberlik ihtiyaçları öğrenim durumuna bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir. Öğrenim durumu farklılıklarının hangi öğrenim düzeyleri arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre en yüksek rehberlik ihtiyacı okuryazarlarda ($\square=52,37$) en yüksek iken öğrenim durumu lise ve üniversite olanlarda ($\square=46,90$) en düşüktür. Öğrenim düzeyinin yükselmesi, rehberlik ihtiyacını azaltmıştır.

Tablo 10.*Emeklilerin barındıkları yer değişkeni bakımından yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin betimsel analizler*

	Barınılan yer	n	Ort.	SS
Yaşam doyumu	Akrabalarla	52	20,50	6,67597
	Eşle beraber	118	21,38	7,51754
	Yalnız	42	20,52	5,94790
Rehberlik ihtiyacı	Akrabalarla	52	48,96	10,25357
	Eşle beraber	118	48,83	8,03869
	Yalnız	42	50,66	9,03291

Emeklilerin, yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarının barındıkları yer değişkeni bağlamında betimsel istatistikleri Tablo 10' da, barınılan yer değişkeni ile yaşam doyumu arasındaki varyans analizi sonuçları ise Tablo 11' de görülmektedir.

Tablo 11.

Emeklilerin barınılan yer değişkeni bağlamında yaşam doyumlarının ANOVA sonuçları

Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	40,456	2	20,228	,409	,665
Gruplar içi	10335,544	209	49,452		
Toplam	10376,000	211			

p>,05

Tablo 11'de görüldüğü gibi, emekli yaşlıların yaşam doyumları barındıkları yer değişkeni bağlamında ele alındığında anlamlı bir farklılık görülmemektedir, $F(2,209)=,409$, $p>,05$. Betimsel istatistiklerde yaşam doyumu açısından emekli yaşlıların aldığı puanların yakınlığı görülmektedir. Bu durum emeklilerin barındıkları yerin yaşam doyumunu etkilemediği düşündürmektedir.

Tablo 12.

Emeklilerin barındıkları yer değişkeni bakımından rehberlik ihtiyaçlarının ANOVA sonuçları

Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Gruplar arası	109,265	2	54,633	,702	,497
Gruplar içi	16267,867	209	77,837		
Toplam	16377,132	211			

p>,05

Tablo 12' de görüldüğü gibi, emekli yaşlıların rehberlik ihtiyaçları barınılan yer değişkeni bağlamında ele alındığında anlamlı bir farklılık görülmemektedir, $F(2,209)=,702$, $p>,05$. Emeklilerin rehberlik ihtiyaçları barındıkları yere bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmemektedir. Betimsel istatistiklerde rehberlik ihtiyaçları açısından emekli yaşlıların aldığı puanların yakınlığı görülmektedir. Buna göre, emeklilerin barındıkları yerin rehberlik ihtiyaçlarını etkilemediği düşünülebilir.

Emeklilerin yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyaçlarının bazı değişkenlerle bağlamında fark oluşturma durumları ele alındıktan sonra yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyacının ilişki düzeyi ele alınabilir. Yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyacı arasındaki korelasyon analizi Tablo 13'te görülmektedir.

Tablo 13.

Emeklilerin yaşam doyumu ve rehberlik ihtiyacı arasındaki ilişki analizi

	Rehberlik ihtiyacı	Yaşam doyumu
Rehberlik ihtiyacı	1	-,503**
Yaşam doyumu	-,503**	1

p<,01

Tablo 13 incelendiğinde, emeklilerin rehberlik ihtiyaçları ve yaşam doyumları arasında orta düzeyde negatif anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir, $r=-0,503$, $p<,01$. Buna göre bireyin rehberlik ihtiyacı arttıkça yaşam doyumunun azaldığı söylenebilir. Diğer deyişle emeklilerin rehberlik ihtiyaçlarının karşılanabilmesi yaşam doyumunun artmasına katkı sunabilir.

5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu araştırmada elde edilen sonuçlar; emeklilerin, yaşam doyumları ve rehberlik ihtiyaçları cinsiyete, yaşa, medeni durum ve barındıkları yer değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Emeklilerin, yaşam doyumları öğrenim durumu değişkeni bağlamında ele alındığında ise anlamlı bir farklılık görülmemekteyken

rehberlik ihtiyaçları öğrenim durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Emeklilerin, rehberlik ihtiyaçları puanları lise-üniversite öğrenim derecesine sahip olanlarda düşük alt öğrenim derecesine sahip olanlarda ise yüksektir. Emeklilerin, yaşam doyumları ve rehberlik ihtiyaçları arasında ilişki ise negatif orta düzeyli ilişki olarak bulunmuştur. Buna göre bireyin rehberlik ihtiyacı arttıkça yaşam doyumunun azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Değişkenlere ilişkin sonuçlar aşağıdaki gibi sıralanabilir:

Cinsiyet değişkeni bağlamında ele alındığında; araştırmanın yaşam doyumuna ilişkin sonucu, Myers ve Diener (1995) ve Baran, Kalınkara, Aral, Akın, Baran ve Özkan'ın (2007) çalışmalarıyla örtüşmektedir. Myers ve Diener (1995) cinsiyetten daha güçlü değişken olarak psikolojik faktörlere önem vermektedir. Araştırmanın rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin sonucu; Demirdiş (2010) , Bahar (2005) araştırmalarıyla örtüşen sonuçlardır. Ancak Ugürol'a (1993) göre psikolojik semptomlar açısından kadınların erkeklere göre daha fazla semptom sergilediklerini vurgulamaktadır. Bu yüzden kadınların daha fazla rehberlik gereksinimi duyabilecekleri düşünülebilir.

Yaş değişkeni bağlamında ele alındığında; araştırmanın yaşam doyumuna ilişkin sonucu, Özyurt, Eser, Çoban, Akdemir, Karaca ve Karakoç (2007) arkadaşlarının çalışmasıyla örtüşmeyen bir sonuçtur. Araştırmanın rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin sonucu; Bahar (2005) çalışmasıyla örtüşen sonuca sahipken Demirdiş (2010) ve Koca (1994) çalışmaları yaşın rehberlik ihtiyaçlarının belirleyicisi olduğunu ifade ettikleri çalışmalarıyla örtüşmemektedir. Bu durum, araştırmanın yaş değişkeni gruplandırmasının yakınlığıyla ilişkili olabilir.

Medeni durum değişkeni bağlamında ele alındığında; araştırmanın yaşam doyumuna ilişkin sonucu, Baran, Kalınkara, Aral, Akın, Baran ve Özkan'ın (2007) araştırma sonuçlarıyla örtüşmemektedir. Karataş'a (1988) göre ise evli oluştun yaşam doyumunu artırıcı olması beklenir. Myers ve Diener'e (1995) göre dul ve yaşlıların rehberlik ihtiyaçlarının artması beklenir. Demirdiş (2010) ise, yaşlılar arasında medeni duruma göre en yüksek rehberlik ihtiyacı dul, boşanmış-ayrılmış, evli, bekar şeklinde sıralandığını belirlemiştir. Araştırmanın rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin sonucu belirtilen iki araştırmayla örtüşmeyen sonuçlardır. Beklentilerden farklı elde edilen bu sonuç, araştırmaya katılan emekli dul yaşlıların yaşam doyumları ve rehberlik ihtiyaçlarını destekleyen kaynaklara sahip olduklarını düşündürmektedir. Bu sosyo-kültürel destek kaynaklarıyla ilgili olabilir.

Barınılan yer değişkeni bağlamında ele alındığında; araştırmanın yaşam doyumuna ilişkin sonucu, Arslan (2011) ve Özer (2004) evde yaşayanların yaşam doyumlarının huzur evinde yaşayan yaşlılardan daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Bu araştırmada, huzur evindeki emekli yaşlılara ulaşılamadığından kıyaslama olasılığı söz konusu değildir. Ancak bireylerin ortanın üzerinde yaşam doyumları söz konusudur. Araştırmanın rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin sonucu; Demirdiş (2010) barınılan yer açısından rehberlik ihtiyacını akrabalarıyla birlikte yaşayanlarda en yüksek olduğunu belirtmiştir. Ugürol'a (1993) göre ailesiyle birlikte yaşayanların rehberlik ihtiyaçları azalmaktadır. Myers ve Diener (1995) görüşleri belirtilenlerle uyumludur. Bu araştırmada emeklilerin, rehberlik ihtiyaçları ortanın üzerinde bulunmuştur. Puanlar açısından yalnız yaşayanların rehberlik ihtiyaçlarının en fazla olduğu görülmektedir. Akdemir, Çınar, ve Görgülü(2007) yalnız yaşlıların özgüven kaybı, yetersizlik duyguları, yararlılığa ilişkin olumsuz duygular, yük olmaktan tedirginlik gibi olumsuz duygularla desteğe gereksinim duyabileceklerini belirtmektedir.

Öğrenim düzeyi değişkeni bağlamında ele alındığında; araştırmanın yaşam doyumuna ilişkin sonucu, Baran, Kalınkara, Aral, Akın, Baran ve Özkan(2007) yaşam doyumu ve öğrenim düzeyi ilişkisini negatif ilişki olarak belirttikleri araştırmalarıyla örtüşmemektedir. Araştırmanın rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin sonucu; Myers ve Diener'e (1995) ve Demirdiş (2010) araştırmalarıyla örtüşen bir sonuca sahiptir. Ancak, Bahar (2005), Sütoluk, Demirhindi, Savaş ve Akbaba (2004) ve Maral, Aslan, İlhan, Yıldırım, Candansayar, ve Bumin (2001) araştırmaları yaşlıların rehberlik gereksinimlerinde öğrenim durumu değişkeninin etkisiz olduğu belirtilmektedir. Emeklilerin rehberlik ihtiyaçlarına ilişkin bu araştırmanın sonucu; Myers ve Diener'e (1995) ve Demirdiş (2010) çalışmalarıyla örtüşmektedir. Bu çalışmalarda eğitim seviyesinin düşmesine bağlı olarak yaşlıların psikolojik danışma ve rehberlik ihtiyaçlarının arttığını vurgulamaktadır. Bu durum eğitim düzeyinin bireyin yeterlik duygularını artırmasıyla ilişkilendirilebilir.

Yaşam doyumları ve rehberlik ihtiyaçları arasında ilişki bağlamında ele alındığında; ilişki orta düzeyli negatif ilişkidir. Bu ilişki göz ardı edilemeyecek ve önem verilmesi gereken ilişki düzeyini göstermektedir. Gümüşbaş'a (2008) göre bireyin yaşamındaki engellere ve değişimlere bağlı olarak uyumsuzluk nedeniyle yaşam doyumu azalabilir. Şahin, (2008) ve Acar (2010) yaşlı bireylerin rehberlik gereksinimlerinin belirlenerek sunulacak katkılar bireyin yaşam doyumunun artmasına katkı sağlayabilir. Öztop (2010) ise yaşamın aktivitesi ve kalitesi arttırılabilmesi için bireyin rehberlik desteğine gereksiniminin söz konusu olduğunu vurgulamaktadır. Yaşlıların biyo psiko sosyal fonksiyon kayıplarıyla ilgili sorunlar yaşam doyumlarını etkilediğini vurgulamaktadır (Arpacı, 2005). Diener, Oishi ve Lucas, (2003) göre olumlu benlik algısı geliştirebilmek tüm yaşam alanlarında bireyin yaşam doyumunu etkilemektedir. Cummings (2000) yaşlı bireylere duygusal destek sağlayan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri bireyin genel iyilik halini arttırdığından söz etmektedir. Gökkoca ve Baharlıteler'e (1999) göre yaşlıları ilgilendiren değişkenlerin belirlenerek katkı sunulması ve yaşının kalitesini arttıracak ipuçlarını elde etmeye katkı sağlayabilir. Yaşlı bireyin hayata bağlanma şansının artması yaşam doyumuyla yakından ilişkilidir (Onur, 2000). Gladding (2013) ise rehberlik ve psikolojik danışma hizmet birimlerinden hepsinin yaşlılara katkı sunmada kullanılabileceğini vurgulamaktadır. Çelebi ve Yüksel (2014) aynı kanıyı paylaşmaktadırlar.

Bu araştırma bağlamında bazı öneriler sunulabilir; bu araştırma emeklilerin sadece yaşlılık dönemine odaklandığından alınan yaş aralıklarının yakınlığı söz konusudur. Yaşa dayalı farkların belirlenememesinin nedeni bundan kaynaklanabilir. Bu yüzden yetişkinlik döneminde emekli olmuş bireylerin eklenmesi yaşa dayalı farkların belirlenmesinde yol gösterici olabilir. Huzur evinde barınan emekli olmuş yaşlıların araştırmaya eklenmesi farklı boyut kazandırabilir. Araştırmaya ayrıca sosyal desteğin belirlenebileceği değişkenlerin katılması bu kaynağın etkisini belirlemek açısından katkı sağlayıcı olabilir. Farklı illerden yaşlıların araştırmaya katılması sosyo kültürel etkenlerin görülmesinde katkı sunabilir. Emekli olup çalışma yaşamı içinde olan yaşlı bireyler ile çalışmayan bireylerin araştırmanın değişkenlerine katılarak ele alınması sunulabilecek öneriler arasındadır.

KAYNAKÇA

- Acar, B. (2010). Akademisyenlerde yaşam doyumu, iş doyumu ve meslekî tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Yüksek Lisans Tezi, Uşak Üniversitesi.*
- Ak, B. (1991). Yaşlılık Psikolojisi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 2(1), 67-72.
- Akdemir, N., Çınar, F. İ., Görgülü, Ü. (2007). Yaşlılığın algılanması ve yaşlı ayrımcılığı. *Turkish Journal of Geriatrics*, 10(4), 215-22.
- Altay, B., & Avcı, İ. A. (2009). Huzurevinde yaşayan yaşlılarda öz bakım gücü ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Dicle Tıp Dergisi*, 36(4).
- Altekruse, M. K., & Ray, D. (1998). Counselingolderadults: A specialissue. *Educational Gerontology: An International Quarterly*, 24(4), 303-307.
- Arpacı, F. (2005). Farklı boyutlarıyla yaşlılık. *Ankara: İşçi Emeklileri Derneği Yayınları.*
- Arslan, H. N. (2011). Yaşlıların yaşadıkları ortama göre yaşam kalitesi ve yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması. *Yayınlanmamış uzmanlık tezi. 19 Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Samsun.*
- Atila, S. (2006). Toplumsal değişimin aile ve yaşlılar üzerine etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, S.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya, Türkiye.*
- Bahar, A. (2005). Huzurevinde yaşayan yaşlıların depresyon ve anksiyete düzeylerinin belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, G.Ü. S. B.E. Gaziantep.*
- Bahar, G., Bahar, A., & Savaş, H. A. (2009). Yaşlılık ve yaşlılara sunulan sosyal hizmetler. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(12), 85-98.
- Baran, G. A., Kalıncı, V., Aral, N., Akın, G., Baran, G., & Özkan, Y., (2007). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki yaşlıların gündelik yaşamdan tatmin düzeyleri: Ankara kentsel kesit örneği". *Turkish Journal of Geriatrics*, 10(1), 10-18.
- Bekaroğlu, M. (1991). Yaşlılık döneminin ruhsal sorunları. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1).
- Canatan A. (2008). *Sosyal yönleriyle yaşlılık*. Palme Yayıncılık, Ankara
- Cavallaro, M., L., (1992). A master's degree specialization in gerontological counseling. *Counselor Education & Supervision*, 32 (1), 1-6.
- Cummings, S. M. (2002). Predictors of psychologicalwell-beingamongassisted-livingresidents. *Health & SocialWork*, 27(4), 293-302.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları*. (Çev. Ergene, T.) Ankara: Metis yayınları.

- Çelebi, Ç. D., Yüksel M.Y. (2014). Yaşlılık ve yaşlılara sunulan psikolojik danışma ve rehberlik uygulamalarına bir bakış. *Kalem Dergisi*, 4 (2), 175-202
- Çoban, A. İ. (2005). Yalnız yaşayan yaşlılara ilişkin aile politikaları. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 8(8).
- Danış, Z. M. (2004). Yaşlıların evde bakım gereksinimleri ve evde bakıma ilişkin düşünceleri: başarılı yaşlanma ve yaşlı bakım modelleri. *Sosyal Hizmet Dizisi I, Ankara: Türkiye Gücsüzler ve Kimsesizlere Yardım Vakfı Yayını*.
- Demirdiş, E. (2010). *Yaşlıların rehberlik ve psikolojik danışma ihtiyaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. 19 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Samsun.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual review of psychology*, 54(1), 403-425.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Dönmez, G. (2010). Yaşlılarda yaşam kalitesini etkileyen faktörler. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Yüksek lisans tezi, Bolu*.
- Eddington, N., & Shuman, R. (2005). Subjective well-being (happiness). Newark, NJ: Continuing Psychology Education Inc.
- Ersanlı, E. (2008). Yaşlıya bakım hizmetleri. (K. Ersanlı ve M. Kalkan, (Ed.), Psikolojik, sosyal ve bedensel açıdan yaşlılık içinde). Ankara: Pegem Akademi.
- Eryılmaz, S. (2012). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada, yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi. *Muğla Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Muğla*.
- Glass, J. C. & Grant, K. A. (1983). Counseling in the Later Years: A Growing Need. *The Personnel and Guidance Journal*, 12, 210 - 213.
- Gençtan, E. (1999). İnsan olmak. *İstanbul: Remzi Kitapevi*.
- Gladding, S. T. (2012). *Counseling: A comprehensive profession*. Pearson Higher Ed.
- Gökkoca, F. Z. U. & Baharlıteker, N. (1999). Yaşlılık döneminde hizmet programları. *Hacettepe Üniversitesi Toplum Hekimliği Bülteni*, 3(4), 1-4.
- Gümüşbaş, B. (2008). *Stresle başa çıkma yolları eğitim programının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.
- Güven, S., & Şener, A. (2010). Factor saffecting life satisfaction in old age. *Türk Geriatri Dergisi*, 14(2), 179-86.
- İçli, G. (2010). Yaşlılar ve yaşlılığın değerlendirilmesi: Denizli ili üzerine niteliksel bir araştırma. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 3(1-2), 1-13.
- Karatas, S. (1988). Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen etmenler. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek lisans tezi. Ankara*
- Karataş, K., & Duyan, V. (2008). Difficulties that elderly people encounter and their life satisfaction. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 36(8), 1073-1084.
- Kaygusuz, C. (2008). Yaşlılık kuramları. (K. Ersanlı ve M. Kalkan, (Ed.), Psikolojik, sosyal ve bedensel açıdan yaşlılık içinde). Ankara: Pegem Akademi.
- Kılıççı, Y. (1989). Okulda ruh sağlığı. Ankara: Şafak Ofset.
- Kinsella, K., & Velkoff, V. A. (2001). An aging world: International Population Reports, US Census Bureau Series. WA, DC: US Government Printing Office..
- Koca, H. (1994). Ülkemiz koşullarında yaşlılık ve yaşlının sosyal uyumu. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*.
- Koçoğlu, D. (2006). Konya kent merkezinde sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve yaşam kalitesinde sağlıkta sosyo ekonomik eşitsizlikler. *Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı Halk Sağlığı Hemşireliği Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Konya*.
- MacAdam, M. (2008). *Frameworks of integrated care for the elderly: a systematic review*. Canadian Policy Research Networks= Réseaux canadiens de recherche en politiques publiques.
- Maral, I., Aslan, S., İlhan, M. N., Yıldırım, A., Candansayar, S., & Bumin, M. A. (2001). Depresyon yaygınlığı ve risk etkenleri: Huzurevinde ve evde yaşayan yaşlılarda karşılaştırmalı bir çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(4), 251-259.
- Myers, J.E. (2003). Older persons counseling needs survey. <http://www.mindgarden.com/129-older-persons-counseling-needs-survey> (10.04.2016).
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Onur, B. (2011). *Gelisim psikolojisi: Yetiskinlik yashlik ölüm*. İstanbul: Nostalji.
- Öz, F., (2004). Yaşamın son evresi: Yaşlılık psikososyal açıdan gözden geçirme. *Kriz Dergisi*, (10)2, 17-28.
- Özer, M. (2001). Huzurevinde ve aile ortamında yaşayan yaşlıların öz bakım gücü ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi. EÜ Sağlık Enstitüsü*.

- Özer, M.,& Karabulut, Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatry*, 6(2), 72-74.
- Öztop, H. (2010). Yaşlılık dönemi ve tüketim. *Tüketici Yazıları (II)*, 187.
- Özyurt, B. C., Eser, E., Çoban, G., Akdemir, S. N., Karaca, İ., Karakoç, Ö., & Halk, C. Manisa Muradiye bölgesindeki yaşlıların yaşam kalitesini etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Geriatrics*, 10(3), 117-123.
- Salman, S., (2004). Öğretmenlerin emeklilik dönemine uyumları ve yaşam tatminleri. *Yayınlanmamış doktora tezi*, A. Ü. Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Siviş, R.,& Demir, A. (2004). Küresel yaşlanma ve Türkiye'de yaşlılarla psikolojik danışma ve rehberlik. *Türk PDR Dergisi*, 3(21), 43-48.
- Siviş, R.,& Demir, A. (2007). The efficacy of reminiscence therapy on the life satisfaction of Turkish older adults: A preliminary study. *Turkish Journal of Geriatrics*, 10(3), 131-137.
- Sütölük, Z., Demirhindi, H., Savaş, N., & Akbaba, M. (2004). Adana huzurevlerinde kalan yaşlılarda depresyon sıklığı ve nedenleri. *Geriatry Dergisi*, 7(3), 148-151.
- Şahin, Ş.(2008). Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*. MÜ.Sosyal bilimler enstitüsü,
- Şener, A. (2009). Yaşlılık, yaşam doyumu ve boş zaman faaliyetleri. *Hacettepe Üniversitesi Sosyolojik Araştırmalar E-dergisi*, 1-18.
- Townsend, M. C. (2014). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice*. FA Davis.
- Uğürol, Y., (1993). Aile içi yaşlılara karşı tutumlar ve psikolojik sonuçları. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*, K. T. Ü Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- World Health Organization. (2011). Information needs for research, policy and action on ageing and older adults. Erişim:[http://www.who.int/healthinfo/survey/ageing_g_mds_report_en_harare.pdf] (10.04.2016).
- Yetim, Ü. (1991). Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu. E. Ü., S. B. Enstitüsü *Yayınlanmamış doktora tezi*, İzmir.
- Yoltaş, A. R. (2007). Öğretmen adaylarının yaşam doyumu ve depresyon düzeylerinin çeşitli değişkenlerle ilişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. 9 Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.

EK: Kullanılan Ölçekler

Rehberlik İhtiyaçları Ölçeği-Older Persons Counseling Needs Survey-OPCNS Myers (1993), Çev: Demirdiş (2010)

- 1 İhtiyaç duyduğumda ulaşım aracı bulmakta
- 2 Gelirimle geçinmekte zorlanıyorum.
- 3 Akrabalarım ile ilgilenmek (uğraşmak) benim için
- 4 Evime yeterince misafir gelmiyor.
- 5 Alışveriş yaparken birinin yardımına ihtiyaç duyarım.
- 6 Akıl sağlığım konusunda endişelerim var.
- 7 Yemeklerimi hazırlamak benim için zordur.
- 8 Karar vermek benim için zordur.
- 9 Yaşlandıkça geçirdiğim fiziksel değişimlerden
- 10 Arkadaşlık kurmak benim için zordur.
- 11 Gündelik ev işlerinde yardıma ihtiyacım var.
- 12 Cinsel yaşamımla (hayatım) ilgili endişelerim var.
- 13 Gerekli sosyal hizmetleri bulmak benim için zordur.
- 14 Emekliliğe uyum sağlamam konusunda endişeliyim.
- 15 Yasal yardım bulmak benim için zordur.
- 16 Beni ilgilendiren konularda kurs bulmakta
- 17 Yararlanabildiğim (ulaşabileceğim) planlı boş zaman
- 18 Sağlığım ile ilgili endişelerim (evhamlarım) var.
- 19 Manevi (inanç) dünyam ile ilgili endişelerim
- 20 Eşimi kaybetmekten endişeleniyorum.

Yaşam Doyumu Ölçeği- Life Satisfaction Scala Deiner, Emmons, Larsen ve Griffin (1985), Çev. Köker (1991)

- 1 Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın
- 2 Hayat şartlarım mükemmel
- 3 Hayatımdan memnunum
- 4 Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim
- 5 Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi