

Sosyal Hizmette Geriatrik Logoterapi: Yaşlılarda Anlam Arayışına Yönelik Yenilikçi Yaklaşımlar

Geriatric Logotherapy in Social Work: Innovative Approaches to the Search for Meaning in Older Adults

Merve Dalmaz¹

¹Dr. Psikolog, Serbest Araştırmacı,
İstanbul, Türkiye

Sorumlu Yazar:
Merve DALMAZ,
Dr. Psikolog, Serbest Araştırmacı,
İstanbul, Türkiye
E-Posta: mervedalmaz@gmail.com
Telefon: +90 539 307 30 79

ÖZ

Bu çalışma, geriatrik logoterapinin sosyal hizmet alanında uygulanabilirliğini inceleyen bir derleme çalışmasıdır. Geriatrik logoterapi, yaşlı bireylerin yaşamlarının ileri dönemlerinde karşılaştıkları psikososyal sorunları ele almayı amaçlayan ve onların anlam arayışlarına rehberlik ederek yaşam kalitesini ve psikososyal refahlarını artırmayı hedefleyen bir terapi yöntemidir. Çalışmada, geriatrik logoterapi ile ilgili mevcut literatür taranmış ve sosyal hizmet uzmanlarının bu teknikleri nasıl kullanabileceği değerlendirilmiştir. Çalışmada, geriatrik logoterapinin, sosyal hizmet uzmanlarının yaşlılıkla ilgili depresyon, yalnızlık ve sosyal izolasyon gibi sorunlarla başa çıkmalarında etkili bir araç olduğu ele alınmaktadır. Ayrıca geriatrik logoterapinin sosyal hizmet uygulamaları kapsamında yaşlı bireylerin psikososyal ihtiyaçlarını karşılamada önemli bir rol oynayabileceği vurgulanmaktadır. Sonuç olarak geriatrik logoterapinin sosyal hizmet eğitim programlarına dahil edilmesi ve sosyal hizmet uzmanlarının bu alanda eğitim alarak uygulama becerilerini geliştirmeleri önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Geriatrik Logoterapi, Sosyal Hizmet, Yaşlılık, Anlam Arayışı

ABSTRACT

This study is a review examining the applicability of geriatric logotherapy in the field of social work. Geriatric logotherapy is a therapeutic approach aimed at addressing the psychosocial issues faced by elderly individuals in the later stages of life, guiding them in their search for meaning, and thereby enhancing their quality of life and psychosocial well-being. In this study, the existing literature on geriatric logotherapy has been reviewed, and the ways in which social workers can utilize these techniques have been evaluated. The study discusses how geriatric logotherapy serves as an effective tool for social workers in addressing issues related to aging, such as depression, loneliness, and social isolation. Additionally, the study emphasizes that geriatric logotherapy plays a significant role in addressing the psychosocial needs of elderly individuals within the context of social work practices. In conclusion, it is recommended that geriatric logotherapy be included in social work education programs, and that social workers receive training in this area to enhance their practical skills.

Keywords: Geriatric Logotherapy, Social Work, Aging, Search for Meaning

Nasıl Atıf Yapılmalı: Dalmaz M. Sosyal Hizmette Geriatrik Logoterapi: Yaşlılarda Anlam Arayışına Yönelik Yenilikçi Yaklaşımlar. Geriatrik Bilimler Dergisi 2025;8(1):57-71.
Doi: 10.47141/geriatrik.1551088

Geliş Tarihi: 16.09.2024
Kabul Tarihi: 10.03.2025



GİRİŞ

Günümüzde yaşlı nüfusun giderek artış göstermesi, yaşlıların yaşam kalitelerinin iyileştirilmesi ve psikososyal ihtiyaçlarının giderilmesi konularını daha önemli hale getirmektedir. Yaşam döngüsünün son aşaması olarak kabul edilen yaşlılık; fiziksel, psikolojik ve sosyal olmak üzere farklı boyutlarda ele alınan bir süreçtir. Yaşlılığın fiziksel boyutu kronolojik yaştan artması ile ortaya çıkan fiziksel değişimleri ele alırken psikolojik ve sosyal boyutu ise algı, öğrenme, problem çözme, uyum sağlama, grup içerisinde beklenen davranışları sergileme gibi konuları kapsamaktadır (1).

Sosyal hizmet, insanların yaşamlarını daha tatmin edici hale getirmek ve toplumsal ilişkilerin kalitesini artırmak için müdahaleler geliştiren bir bilim dalı olarak tanımlanmaktadır (2). Ayrıca bireylerin ve toplumların ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla sosyal refah politikalarının geliştirilmesi ve uygulanmasını da içeren bir meslektir (3). Sosyal hizmet geniş bir yelpazede çeşitli gruplara hizmet sunmakta ve bu gruplar arasında yaşlılar da yer almaktadır. Yaşlıların sosyal hizmet kapsamında yaşadığı sorunlar; sağlık, ekonomik, psikolojik, sosyal ve kültürel sorunlar başta olmak üzere kuşak sorunları, yalnızlık, umutsuzluk, sevgisizlik ve can sıkıntısı olarak da ele alınmaktadır (4).

Logoterapi, Viktor Frankl'ın kişisel deneyimleri ve psikiyatrik araştırmalarına dayanan, yaşamın anlamına odaklanan bir tür psikoterapötik yöntemdir. Logoterapide yaşamda anlam arayışında bulunmanın en güçlü motivasyon kaynağı olduğuna inanılır. Geriatrik logoterapi ise yaşlılarla yapılan danışmanlıklarda karşılaşılan problemleri ele almak için tasarlanmış bir yaklaşımdır ve logoterapinin bir uyarlamasıdır (5). Logoterapi, sosyal hizmet alanında, bireylerin yaşamlarına anlam katma arayışlarını destekleyerek psikososyal refahı artırmak amacıyla kullanılabilir. Yaşamda anlam bulmanın, herhangi bir danışanın psikolojik sağlığı için kritik bir rol oynadığı, bu yüzden

sosyal hizmet uygulamalarında bu unsura özel önem verilmesi gerektiği vurgulanır (6). Bu yaklaşım, depresyon, anksiyete, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi ruh sağlığı sorunlarının hafifletilmesine yardımcı olabilir ve özellikle yalnızlık ve sosyal izolasyon gibi zorluklarla başa çıkan yaşlı bireyler için etkili bir müdahale yöntemi sunar (5,7). Sosyal hizmet uzmanları, logoterapiyi bireysel danışmanlık seansları, grup terapileri, eğitimler ve toplum temelli müdahaleler yoluyla uygulayabilirler. Bu yöntemler, bireylerin geçmiş deneyimlerinden anlam çıkarma ve geleceğe yönelik amaç geliştirme süreçlerini destekleyerek, sosyal hizmet uygulamalarının bütüncül bir yaklaşımla ele alınmasını sağlar.

Bu çalışmanın amacı, geriatrik logoterapinin yaşlı bireylerin yaşam kalitesini ve psikososyal sağlığını iyileştirme potansiyelini incelemek ve sosyal hizmet uygulamaları çerçevesinde bu terapötik yaklaşımın etkili bir müdahale aracı olarak nasıl kullanılabileceğini değerlendirmektir. Literatür tarama sürecinde Google Scholar, PubMed, Scopus, Web of Science ve EBSCOhost gibi uluslararası veri tabanları kullanılmıştır. Tarama, “geriatrik logoterapi”, “yaşlılarda logoterapi”, “sosyal hizmet ve anlam terapisi” gibi anahtar kelimeler ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamında, özellikle yaşlı bireylerin anlam arayışlarını ele alan logoterapi uygulamalarına yönelik hakemli dergi makaleleri, kitap bölümleri ve kongre bildirileri incelenmiş ve sosyal hizmet alanındaki uygulamalar ile ilişkilendirilmiştir.

Logoterapi

Logoterapi, Viktor Frankl tarafından varoluş analizi kuramsal çerçevesinden geliştirilmiş bir terapi yaklaşımıdır. Frankl, logoterapi kavramını ilk kez 1920'li yıllarda ortaya koymuş olup, bu yaklaşım günümüzde varoluşçu terapiler kategorisi içinde değerlendirilmektedir. Yunanca “anlam” anlamına gelen “logos” kelimesinden türetilmiş olan logoterapi, bireyin yaşamındaki anlam arayışı üzerine odaklanır (8).

Logoterapinin ortaya çıkışı, Viktor Frankl'ın Polonya'daki Auschwitz Nazi toplama kampındaki deneyimlerine dayanmaktadır. Nazi Almanyası tarafından kurulan bu kampta yaşamını devam ettirmek için üç yıl mücadele veren Frankl, mücadele sonunda özgürlüğünü kazanırken yaşamın anlamını merkeze alan yaklaşımını da geliştirmiştir (9,10). Aslında Frankl 1930'lu yıllarda, toplama kampına götürülmeden önce, terapötik tekniği üzerinde çalışmalar yapmıştır. Hatta Frankl'ın ortaokul yıllarındayken "İnsan hayatının ne anlamı var?" gibi sorular sorduğu aktarılmaktadır (11). Ancak ortaya çıkardığı logoterapinin toplama kampında şekillendiği bilinmektedir (12). Frankl, toplama kampında geçirdiği süre boyunca varoluşsal sorular sorarak bu soruların cevaplarını aramıştır (13).

Logoterapinin üç ilkesi (anlam iradesi, yaşamın anlamı ve irade özgürlüğü), yaşamın anlamını ararken bize rehberlik etmektedir. "Anlam iradesi", bireyler için temel motivasyon kaynağı olarak kabul edilir ve tüm acılara rağmen devam etmemize yardımcı olan, çeşitli yaşamsal durumlarda yakaladığımız anlamlardır (14). Diğer ilke olan "yaşamın anlamı", ontolojik yaşam anlayışımızı, diğer bir deyişle, acılar da dahil olmak üzere yaşamın her durumda ve koşulda bir anlamı olduğu inancını ifade etmektedir. "İrade özgürlüğü" ise insanlara ilişkin antropolojik bakış açımızı ifade eder; koşullardan özgür olmadığımız, ancak hayata tepki verme şeklimizde ve kendimiz için kararlar alma konusunda özgür olduğumuz gerçeğidir (15). Frankl'ın boyutsal ontolojisi, insanın fiziksel, psikolojik ve ruhsal boyutları dikkate alınarak bir bütünlük içinde anlaşılması gerektiğini öne sürmektedir (16). Logoterapi özellikle manevi boyutun önemini vurgulamaktadır. Manevi boyut, bize hayatta anlam bulma olanaklarını sağlayan eşsiz bir insani boyut olarak kabul edilir. Manevi boyuttan iki benzersiz insan kapasitesi vurgulanmaktadır: kendinden uzaklaşma ve kendini aşma (14,17). Kendimize mesafe koymak, mevcut sorunla dolu

durumumuzla aramıza mesafe koyabildiğimizi gösterir ve karşılığında durumlara tepki verme özgürlüğümüzü yeniden deneyimlememize olanak tanır. Kendini aşma, kapalı bir sistem olmadığımızı, kendi dışımızdaki diğer şeylerle ve insanlarla ilişkide anlam bulmamıza izin vermek için bu dünyaya açık olduğumuzu öne süren benzersiz bir insani yön olarak kabul edilir.

Frankl'a göre yaşamın anlam kaynaklarını değerler oluşturmaktadır. Bu değerler ise yaratıcı değerler, deneyimsel değerler ve davranışsal değerler olarak ele alınmaktadır. Davranışsal değerler, yaşamın getirdiği sınırlamalarla yüzleşmek ve kaçınılmaz acılarla başa çıkmaktan duyulan bir onur duygusunu ifade eder (18). Örneğin, acı veren bir olaydan (örneğin; cerrahi bir müdahale), zorlayıcı bir durumdan (kansere teşhisi gibi) veya sadece zorlu geçen bir günden (örneğin; kemoterapi sürecinden) geçmekten kaynaklanan bir memnuniyet hissi olabilir (19). Bu değerler, karşılaşılan her tür zorluğa karşı kararlı bir duruş sergilemeyi ve bu durumlarla cesurca başa çıkmayı veya başa çıkma cesaretini göstermeyi içerir (20). Yaratıcı değerler, bireyin yaptığı şeylerden keyif aldığı, yaratıcılığını ortaya koyduğu ve kendisiyle gurur duyduğu durumlardır. Bu durumlar; iş, hobiler, mesleki başarılar veya sanatsal faaliyetler gibi alanlarda olabilir (19). Frankl, işsiz bir adamın parkta bir bankta oturan ve ağlayan bir kızla karşılaşmasını yaratıcı değerlere bir örnek olarak şöyle anlatır: "Adam, kızın yanına gider ve sorununu sorar. Kız, intihar etmeyi düşündüğünü söyler. Adam ise onu bu düşünceden vazgeçirmek için elinden geleni yapar ve sonunda başarılı olur. Bu olay, adama uzun zamandır hissetmediği bir mutluluk verir ve onu umutsuz halinden kurtarır." Özetle, yaratıcı değerler aracılığıyla ego merkezli kaygılarımızın ötesine geçeriz ve kendimizden daha büyük bir bütünün parçası haline geliriz (21). Deneyimsel değerler, sanat, doğa, müzik veya sevgi gibi kaynaklardan ilham alarak elde ettiğimiz anlamlardır. Bu anlamlar, dünyanın bize sunduğu güzellikleri derinlemesine yaşarız ve hayatın tüm görkemiyle dolup taşan bir doyum hissi hissederiz (16).

Logoterapinin Müdahale Süreci

Logoterapi, danışanın yaşadığı sorunları minimize etmeye yönelik katı bir terapötik yapıdan ziyade, esnek ve bireyselleştirilmiş bir yaklaşımı benimsemektedir. Davranışçı, bilişsel davranışçı veya çözüm odaklı terapi gibi kesin sınırlarla yapılandırılmış müdahale protokollerinin aksine, logoterapi genel ilke ve amaçlar çerçevesinde şekillenen dinamik bir süreç sunmaktadır. Bu esneklik, danışanın bireysel deneyimleri, yaşam öyküsü ve ihtiyaçları doğrultusunda terapötik sürecin uyarlanmasına olanak tanımakta, böylece anlam arayışını destekleyen müdahalelerin kişiye özgü bir çerçevede uygulanmasını mümkün kılmaktadır (22).

Logoterapide terapötik süreç tanılama, terapi ve izleme aşamaları olmak üzere üç temel aşamadan oluşmaktadır ve aşağıda bu aşamaların detayları verilmektedir (23).

Tanılama Aşaması: Bu aşamada, danışan hakkında gerekli bilgilerin toplanması, terapist ile danışan arasında güven ilişkisinin oluşturulması ve mevcut durumun değerlendirilmesi sağlanır. Danışan, terapi süreci hakkında bilgilendirilir ve izlenecek yöntemler ile hedefler tartışılarak bir yol haritası belirlenir.

Terapi Aşaması: Bu aşama, psikoterapötik tekniklerin aktif olarak uygulandığı süreci kapsamaktadır. Terapinin doğası, danışanı bekleyen süreçler ve terapötik müdahalelerin işleyişi hakkında detaylı bilgilendirme yapılır. Terapistin rehberliğinde, danışanın yaşadığı sorunları ele almasına ve içgörü kazanmasına yönelik yöntemler uygulanır.

İzleme Aşaması: Terapötik süreç tamamlandıktan sonra, danışanın mümkün olan en bağımsız şekilde yaşamına devam etmesi amaçlanır. Bu aşamada, danışanın kazandığı farkındalık ve becerilerin sürdürülebilirliği değerlendirilmektedir.

Logoterapistin İşlevi ve Rolü

Logoterapinin doğasını daha iyi anlamak, terapistin üstlendiği rollerin açıklanmasıyla

mümkündür. Logoterapist, bireylere doğrudan “bu senin hayatının anlamıdır” şeklinde bir yönlendirme sunan bir ressam değil, aksine danışanın bakış açısını genişletmesine yardımcı olan bir göz doktoru gibi hareket etmektedir (24). Ressam, dünyayı kendi perspektifinden yansıtırken, göz doktoru bireyin gerçeği olduğu gibi görmesini sağlamaya çalışır. Logoterapistin temel görevi, danışanın yaşamına dair sorumluluk bilincini geliştirmesine rehberlik etmektir (25).

Terapistin temel sorumluluğu, danışana varoluşsal gelişim süreci ve gelişme krizleri boyunca rehberlik etmektir (16). Logoterapi bağlamında, terapistin danışanın bireyselliğini ön plana çıkarması, her bireyin kendine özgü ve değerli olduğunu fark etmesine yardımcı olması, karşılaştığı zorluklara verdiği tepkilerde özgür bir seçim hakkına sahip olduğunu öğretmesi temel hedefler arasındadır (26,27). Bunun yanı sıra, danışanın yaşadığı zorlayıcı yaşam olayları karşısında kullanabileceği teknikleri anlamasını sağlamak ve bu teknikleri nasıl uygulayacağını açıklamak da terapistin görevleri arasında yer almaktadır.

Psikoterapistler arasında danışanlarına değer yargılarını empoze etmeye en az eğilimli olanlar logoterapistlerdir. Bunun temel nedeni, logoterapistlerin danışanın yargılama sorumluluğunu üstlenmesine kesinlikle izin vermemeleridir (16). Anlam odaklı terapi, bireyin kendisine odaklanmasından ziyade, hayatında anlam bulduğu unsurlara ve bunlara karşı sorumluluk geliştirmesine yardımcı olmayı amaçlar (28). Bu yaklaşım, danışanlara yalnızca mevcut yaşantılarının bir yansımasını sunmakla kalmaz, aynı zamanda onları gelecekteki yaşamlarını bilinçli bir şekilde şekillendirme sorumluluğunu üstlenen bireyler olmaları yönünde teşvik eder (29).

Logoterapi perspektifinde, terapistler ve danışmanlar bireylerin hayatlarının anlamını

doğrudan tanımlayan birer ressam değil, danışanların vizyonunu netleştirmeye yardımcı olan birer göz doktoru olarak görülmektedir. Ressam, dünyayı kendi gördüğü şekilde yansıtırken, göz doktoru bireyin dünyayı gerçekte olduğu gibi görmesini sağlamaya çalışır (16,24). Benzer şekilde, logoterapist, danışanın kabul edebileceği ölçüde acı deneyimini anlamla ilişkilendirme sürecini kolaylaştırır (24). Bu bağlamda logoterapide, danışanların problemleriyle yüzleşmeleri sağlanırken, hayatlarına yönelik tutumlarının anlam merkezli bir bakış açısıyla dönüşmesi hedeflenir (30).

Terapötik danışmanlık süreci, terapistin omuzlarına önemli bir sorumluluk yüklemektedir (31). Bu süreçte, danışanların sorunlarının onların içsel birer parçası olmadığını fark etmelerine yardımcı olmak büyük önem taşır (27). Terapistlerin, bireyin yalnızca belirli yaşam olaylarına odaklanması yerine, geniş perspektiften bakarak yaşam öyküsünü bütüncül bir anlayışla değerlendirmesi gerekmektedir. Böylece, danışanın yaşantılarına ilişkin daha derin bir kavrayış geliştirilmesine katkıda bulunulabilir. Aynı zamanda, danışmanlar danışanların hayata dair tutkularını ve yaşam amaçlarını yeniden inşa etmelerine destek olarak, değişime yönelik motivasyonlarını artırabilirler (28).

Logoterapi Çalışmaları

Logoterapi üzerine yapılan çeşitli araştırmalar, bu yaklaşımın farklı psikolojik ve duygusal zorluklar yaşayan bireyler için etkili bir psikoterapi yöntemi olduğunu göstermektedir. Aşağıda, travma sonrası stres bozukluğu, infertiliteye bağlı psikolojik stres, affetme esnekliği, otizmlili çocukların ebeveynleriyle ilişkisi ve depresyon gibi farklı alanlarda yürütülen çalışmalardan örnekler sunulurken, logoterapinin bireylerin yaşamlarına anlam katmalarına, kaygı ve depresyon düzeylerini azaltmalarına ve psikolojik

dayanıklılıklarını güçlendirmelerine nasıl katkı sağladığı vurgulanmaktadır.

Southwick ve arkadaşları (2006), savaşla ilişkili TSSB yaşayan bireyler üzerinde logoterapinin terapötik etkilerini inceleyen deneysel bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmada istatistiksel sonuçlara yer verilmemekle birlikte, gözlemsel bulgulara odaklanılmıştır. Bu bulgular arasında katılımcıların hayata dair daha olumlu anlamlar geliştirmesi, kendilerini ve semptomlarını kabul düzeylerinin artması ve pozitif bir bakış açısı kazanmaları gibi olumlu değişimler öne çıkmaktadır. Araştırmacılar, elde edilen bu sonuçlar doğrultusunda, logoterapinin TTSB tanısı almış bireyler için etkili bir müdahale yöntemi olabileceğini ileri sürmektedir (32).

Mosalanejad ve Khodabakshi Koolee (2013), logoterapinin infertiliteye bağlı kaygı ve psikolojik stres üzerindeki etkisini incelemiştir. Randomize klinik deneme olarak tasarlanan araştırmada, İran'ın Jahrom kentinde yer alan bir kadın hastalıkları ve doğum kliniğine başvuran 65 infertil birey rastgele deney (n=33) ve kontrol (n=32) gruplarına atanmıştır. Deney grubuna 12 hafta boyunca, haftada iki saat süren grup logoterapisi uygulanırken, kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Araştırma sonucunda, logoterapinin infertil bireylerde stres ve kaygıyı azaltmada etkili olduğu ve yaşamın anlamını keşfetme sürecinde destekleyici bir yaklaşım sunabileceği tespit edilmiştir (33).

Çolak ve Koç (2020), logoterapi yönelimli grupla psikolojik danışma uygulamasının affetme esnekliği üzerindeki etkisini incelemek amacıyla ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel bir araştırma gerçekleştirmiştir. Çalışmaya, affetme esnekliği düzeyi düşük olan 24 üniversite öğrencisi katılmış; katılımcılar tesadüfi olarak 12 kişilik deney ve 12 kişilik kontrol grubuna atanmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacı

tarafından geliştirilen Affetme Esnekliği Ölçeği kullanılmıştır. Deney grubuna sekiz hafta boyunca logoterapi temelli grupla psikolojik danışma oturumları uygulanırken, kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Bulgular, logoterapi yönelimli psikolojik danışmanın affetme esnekliğini artırmada ve bu becerinin tanıma, içselleştirme ve uygulama boyutlarında etkili olduğunu ortaya koymuştur (34).

Mihandoust ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında, logoterapinin otistik çocuk sahibi anneler ile çocukları arasındaki ilişkiye olan etkisi incelenmiştir. Araştırmada, ön test-son test kontrol gruplu klinik deneysel desen kullanılmıştır. Çalışmaya katılan 40 anne, rastgele yöntemle müdahale ve kontrol gruplarına ayrılmıştır. Müdahale grubundaki annelere, haftada iki kez gerçekleştirilen toplam 10 oturumdan (90 dakika) oluşan logoterapi uygulanırken, kontrol grubu mevcut rutin müdahalelere devam etmiştir. Elde edilen bulgular, grup logoterapi eğitiminin otistik çocukların anneleriyle olan ilişkisini güçlendirdiğini ortaya koymuştur (35).

Sun ve arkadaşlarının (2022) çalışmasında ise depresyon tanısı almış bireylerde logoterapinin yaşam anlamı, depresyon, umutsuzluk ve intihar düşünceleri üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Yarı deneysel bir tasarım kullanılarak, Tayvan'daki bir psikiyatri kliniğinden 86 katılımcı çalışmaya dahil edilmiştir. Deney grubuna 12 hafta boyunca logoterapi uygulanırken, kontrol grubuna standart depresyon eğitimi verilmiştir. Sonuç olarak, logoterapinin depresyon tedavisinde etkili bir yöntem olduğu ve hastaların psikolojik iyi oluşunu desteklediği belirlenmiştir (36).

Geriatri Bilimi

Yaşlılık ve yaşlılarla ilgili sağlık problemleri, antik dönemlerden itibaren dikkat çekmiştir.

Antik Yunan ve Roma'da yaşlılarla ilgili sağlık sorunlarına dair bazı bilgiler bulunmakla birlikte, bu dönemde yaşlılık genellikle doğal bir yaşlanma süreci olarak kabul edilmekteydi. Hipokrat (M.Ö. 460-370), yaşlılıkta meydana gelen değişiklikleri incelemiş ve bu konuda bazı tıbbi gözlemler yapmıştır (37). Rönesans ve Aydınlanma dönemleri, tıpta önemli ilerlemelerin kaydedildiği dönemlerdir. Bu dönemde, yaşlılık ve yaşlanma süreci üzerine daha fazla bilimsel araştırma yapılmaya başlanmıştır. Bu bağlamda, yaşlılıkla ilgili tıbbi bilgiler artmış ve yaşlı bireylerin sağlık sorunlarına yönelik daha kapsamlı çalışmalar yapılmıştır (38).

19. yüzyıl, yaşlanma sürecine yönelik bilimsel ilginin belirgin bir şekilde artış gösterdiği ve geriatri alanında önemli ilerlemelerin kaydedildiği bir dönemdir. Jean-Martin Charcot (1825-1893), yaşlılıkta görülen demans ve Parkinson hastalığı gibi nörolojik bozuklukların tanımlanmasında önemli katkılar sağlayarak, bu alanın araştırılmasında öncülük eden önemli isimlerden biri olmuştur (39). Geriatrinin bağımsız bir tıbbi disiplin olarak kabul edilmeye başlanması ise 20. yüzyıla denk gelmektedir. Ignatz Leo Nascher Nascher 1909'da "Geriatri" kelimesini yaşlılık tıbbını ifade etmek için ilk kez kullanmıştır. Diğerleri, "Geriatri" kelimesinin olumsuz çağrışımlarını ortadan kaldırmak amacıyla yaşlı sağlığı veya geratoloji gibi başka terimler kullanmışlardır ancak bunlar geniş bir kesim tarafından benimsenmemiştir (40).

İkinci Dünya Savaşı sonrası dönemde yaşlı bireylerin sağlık hizmetlerine olan talep hızla artmış ve bu alanda yapılan araştırmalar ve klinik çalışmalar hız kazanmıştır. Amerika Birleşik Devletleri'nde Nathan W. Shock, biyogerontoloji alanında öncül araştırmalar yaparak, yaşlanma sürecine dair biyolojik mekanizmaların daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunmuştur (41). 21. yüzyıla gelindiğinde ise geriatri disiplini daha da genişledi ve gelişti. Geriatri, yalnızca

biyomedikal yaklaşımlar yerine, psikososyal ve multidisipliner yaklaşımları da içine aldı. 21. yüzyılda, yaşlı bakımını optimize etmek için teknolojik yenilikler hızla kullanılmaya başlanmıştır. Tele sağlık uygulamaları ve akıllı ev sistemleri, yaşlıların daha bağımsız yaşamalarına yardımcı olmuştur (42).

Geriatri disiplini, günümüzde yaşlı bireylerin sadece fizyolojik sağlıklarını değil, aynı zamanda psikolojik, sosyal ve çevresel ihtiyaçlarını da dikkate alan bütüncül bir yaklaşımla ele alınmaktadır. Güncel araştırmalar, yaşlanma sürecine dair biyogenetik faktörlerin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunurken, multidisipliner ekiplerin kurulması ve kişiselleştirilmiş sağlık hizmetlerinin sunulması, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmak için büyük önem taşımaktadır (43).

Yaşlı bireylerin sağlık ve yaşam kalitesini artırmak amacıyla yapılan bilimsel araştırmalar ve geliştirilen yenilikçi yöntemler, geriatriinin sürekli olarak evrim geçirmesini sağlamaktadır. Geriatriinin tarihsel süreci, yaşlılıkla ilgili sağlık sorunlarının anlaşılması ve bu sorunlara yönelik etkili çözümler geliştirilmesi açısından büyük önem taşımaktadır.

Geriatrik Logoterapi

Geriatrik Logoterapi, yaşlılarla yapılan danışmanlık görüşmelerinde benzersiz bir şekilde karşılaşılan sorunları ele almak için tasarlanmış analitik bir yaklaşımdır ve Logoterapi olarak bilinen psikoterapötik düşünce okulunun bir uyarlamasıdır (5).

Geriatrik logoterapi, yaşlı bireylerin yaşamlarında anlam bulmalarına yardımcı olmak için çeşitli teknikler kullanır. Bunlar arasında yaşam öyküsü çalışmaları, anlamlı aktiviteler planlama ve yaşlı bireylerin kendi değerlerine uygun hedefler belirlemesi gibi yöntemler yer alır (44). Bu teknikler, bireylerin hayatlarının son dönemlerinde de olsa anlam arayışlarını sürdürmelerini teşvik eder ve yaşamlarının geri

kalan kısmını daha tatmin edici hale getirmeye çalışır.

Fiziksel ve zihinsel yetilerin azalması, özellikle emeklilik dönemi, birçok bireyde yıllarca kendini gerçekleştirme ve enerji kaynağı olan anlam ve amaç duygusunun kaybolmasına veya dönüşmesine neden olan bir yaşam tarzı değişikliği yaratır. Bu durumda, bireyin aynı kimliği sürdürebilmesi veya yeni bir kimlik oluşturabilmesi için yeni değerlerin keşfedilmesi gereklidir; ancak bu keşif, mevcut fiziksel kapasite ve kültürel çevrenin sınırları içinde olmalıdır. Aksi takdirde, birey varoluşsal bir boşluğun getirdiği umutsuzluk ve çaresizlik duygusuna kapılabilir (45). Geriatrik logoterapi tam da bu noktada bireye sahip olduğu kapasite kapsamında yeni değerlerin keşfini sağlayabilecek bir yaklaşım sunmaktadır.

Geriatrik Logoterapi ve Sosyal Hizmet İlişkisi

Sosyal hizmet uzmanları, sosyal değişim, insan hakları, sosyal adalet ve ekonomik eşitliği desteklemek için politikalar geliştirir ve hizmetler sunarlar (46). Sosyal hizmet uzmanları, yaşlılarla pek çok çeşitli ortamlarda uygulama yapabilmektedir. Uzun süreli bakım merkezleri, hastaneler, destekli yaşam merkezleri, huzurevleri, gündüz bakım merkezleri veya ev ortamında yaşlı bireylere hizmetler sunulabilmektedir. Sosyal hizmet uzmanlarının görevleri, yaşlı bireylerin günlük yaşamlarını kolaylaştırmanın ötesinde, onların yaşam kalitesini artırmak ve yaşlanma sürecinde karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olmaktır (47).

Geriatrik logoterapi, yaşlı bireylerin yaşamlarının ileri dönemlerinde karşılaştıkları varoluşsal krizlere yönelik etkili bir müdahale yöntemi sunar. Logoterapi, bireylerin yaşamlarında anlam bulma ve bu anlam doğrultusunda hareket etme yeteneklerini desteklemeyi amaçlayan bir terapötik yaklaşımdır (15). Yaşlı bireyler için anlam arayışı, özellikle emeklilik, çocukların evden ayrılması, eş kaybı ve sağlık sorunları gibi

yaşam olayları sonucunda önem kazanır. Bu tür olaylar, bireylerin yaşamlarının geri kalanında anlam ve amaç duygusunu sorgulamalarına neden olabilir (48).

Sosyal hizmet uzmanları, geriatrik logoterapinin ilkelerini kullanarak yaşlı bireylere bireysel danışmanlık hizmeti sunabilir ve onların bu süreçte yaşamlarına anlam katmalarına yardımcı olabilirler. Örneğin, bir huzurevinde çalışan sosyal hizmet uzmanı, yaşlı bireyin geçmiş deneyimlerini ve geleceğe dair beklentilerini keşfetmesine olanak sağlayarak, bireyin yaşamının anlamını yeniden yapılandırmasına destek olabilir (49). Bu tür bir yaklaşım, yaşlı bireylerin kendilerini değerli hissetmelerine ve toplum içinde aktif roller üstlenmelerine olanak tanır.

Geriatrik logoterapinin sosyal hizmet alanındaki uygulamaları, yaşlı bireylerin psikolojik refahını artırmada önemli bir rol oynar. Yaşlı bireyler, yaşadıkları varoluşsal krizlerle başa çıkmada anlam bulduklarında, bu durum onların duygusal ve psikolojik dayanıklılığını artırabilir. Bu bağlamda, sosyal hizmet uzmanları geriatrik logoterapiyi bir araç olarak kullanarak, yaşlıların yaşamlarının bu dönemlerinde kendilerini daha güçlü hissetmelerine ve yaşamlarına daha derin bir anlam katmalarına yardımcı olabilirler (44).

Yaşlıların yaşadığı sorunlar arasında depresyon, anksiyete, yalnızlık, sosyal izolasyon, ölüm korkusu, sosyal önyargı ve umutsuzluk sıklıkla yer almaktadır. Sosyal hizmet uzmanları, yaşlılarla çalışırken bu sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu sorunlar, geriatrik logoterapi perspektifinden ele alınarak alt başlıklar halinde incelenmiştir.

Depresyon ve Anksiyete

Depresyon, genellikle umutsuzluk, değersizlik ve amaçsızlık duyguları ile karakterize edilir. Yaşlı bireylerde bu belirtiler, emeklilik, sosyal çevrenin daralması ve fiziksel sağlığın bozulması gibi yaşam değişiklikleriyle tetiklenebilir. Frankl, depresyonun genellikle bir “varoluşsal boşluk”

sonucu ortaya çıktığını öne sürer (14). Hayatta artık amaç veya anlam bulamama duygusuyla karşı karşıya kalındığında bu boşluk daha belirgin hale gelir. Yaşlı bireyler hem yaşlanma süreci hem de yaşlıların kaçınılmaz olarak deneyimlediği kayıplar nedeniyle yaşamda anlam bulma girişimlerinde giderek daha fazla hayal kırıklığına uğrarlar ve bu durum, depresyona karşı bir savunmasızlık yaratır. Buna bağlı olarak, yaşamda bir anlam hissine sahip olmak, başarılı yaşlanmanın bir göstergesi olarak kabul edilmiştir (7).

Logoterapi, yaşlıların hissettikleri varoluşsal boşluğu dolduracak anlamlı aktiviteler ve hedefler bulmalarına yardımcı olabilir. Bu sayede yaşlı bireylerin depresyon ve anksiyete gibi psikopatolojik rahatsızlıkları hafifletilirken, yaşam kaliteleri ve psikolojik iyi oluş düzeyleri artırılabilir. Ravari ve arkadaşları (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, İran’ın Rafsanjan kentinde sağlık merkezlerine başvuran yaşlı bireylerde bilişsel terapi ve logoterapinin genel sağlık üzerindeki etkileri karşılaştırılmış ve araştırma, kontrol gruplu öntest-sontest tasarımına sahip yarı deneysel bir modelle yürütülmüştür. Doksan yaşlı birey rastgele üç gruba atanmıştır: bilişsel terapi (n=30), logoterapi (n=30) ve kontrol grubu (n=30). Müdahale gruplarına sekiz oturum süresince, her biri 90 dakika olmak üzere terapi uygulanmış, kontrol grubuna ise herhangi bir müdahale gerçekleştirilmemiştir. Araştırmanın sonucunda, bilişsel terapi ve logoterapinin yaşlı bireylerin genel sağlık düzeyini iyileştirmede benzer düzeyde etkili olduğu tespit edilirken hem logoterapi hem de bilişsel terapinin yaşlılarda anksiyete, uyku bozukluğu, sosyal işlev bozukluğu ve depresif belirtileri azalttığı bulgulanmıştır (52).

Kim ve Choi (2020), depresif semptomlar gösteren yaşlı bireylerle grup logoterapi programının etkinliğini değerlendirmek amacıyla bir çalışma gerçekleştirmiştir. Toplam 44 katılımcıdan oluşan örneklemde, 23 kişi deney grubuna, 21 kişi kontrol grubuna atanmıştır.

Deney grubuna sekiz oturum süren, haftada iki kez yapılan ve her biri 90 dakika süren grup logoterapi programı uygulanırken, kontrol grubu herhangi bir terapi almamıştır. Katılımcılar ön test, son test ve 4 hafta takip testi ile değerlendirilmiştir. Araştırmanın bulguları, logoterapinin yaşam anlamını artırmada, depresyon semptomlarını azaltmada, özsaygıyı yükseltmede ve psikolojik sağlığı iyileştirmede etkili olduğunu göstermiştir (7). Humer ve ark.adaşlarının (2024) gerçekleştirdiği çalışmada, sekiz oturumluk grup logoterapi programı 44 yaşlı katılımcıya uygulanmıştır. Genel örneklem üzerinden yapılan analizlerde logoterapi programının değişkenler üzerinde belirgin bir etkisi bulunmazken, başlangıç seviyesinde düşük zihinsel iyi oluş, düşük benlik saygısı veya psikolojik sıkıntı belirtileri gösteren bireyler özelinde yapılan ayrı analizlerde, bu bireylerin iyi oluş ve benlik saygılarında artış, depresyon, anksiyete, obsesif-kompulsif bozukluk ve somatoform semptomlarında ise azalma olduğu gözlemlenmiştir (51). Bu sonuçlar, logoterapi tabanlı grup çalışmalarının özellikle depresyon gibi psikolojik sıkıntılar yaşayan veya düşük benlik saygısına sahip yaşlı bireyler için etkili bir destekleyici müdahale olabileceğini göstermektedir.

Anksiyete, genellikle belirsizlik ve kontrol kaybı duygularıyla baş gösterir. Yaşlı bireylerde anksiyete, sağlık sorunları, bağımsızlık kaybı ve ölüm korkusu gibi faktörlerle tetiklenebilir. Frankl'a göre, anksiyetenin kökeninde, bireyin gelecekle ilgili belirsizlik ve yaşamın anlamını bulamama korkusu yatmaktadır. Logoterapi, bu belirsizlikle başa çıkmada bireylere rehberlik eder. Frankl, anksiyetenin üstesinden gelmek için bireyin yaşamında anlamlı hedefler belirlemesi gerektiğini savunur. Anlam arayışı, bireyin mevcut durumunu kabul etmesine ve gelecekteki belirsizliklere daha fazla dayanıklılık göstermesine yardımcı olabilir (14). Logoterapi, yaşlı bireylerin kontrol alanlarını belirginleştirerek ve anlamlı aktivitelerle meşgul

olmalarını teşvik ederek anksiyete seviyelerini düşürebilir (49).

Çolak ve Koç (2013), logoterapi yönelimli grupla psikolojik danışma uygulamasının sosyal anksiyeteyi azaltmadaki etkisini incelemek amacıyla ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel bir çalışma yürütmüştür. Çalışmaya, sosyal anksiyete düzeyi yüksek olan 9'u kadın, 7'si erkek toplam 16 üniversite öğrencisi katılmış ve katılımcılar tesadüfi olarak 8'er kişilik deney ve kontrol gruplarına atanmıştır. Bulgular, logoterapi yönelimli grup danışmanlığının sosyal anksiyete düzeyini azaltmada etkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, sosyal anksiyeteye ilişkili olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaçınma, eleştirilme kaygısı ve değersizlik duygusu düzeylerini düşürmede de olumlu etkiler sağladığı belirlenmiştir (52).

Yalnızlık ve Sosyal İzolasyon

Yaşlılık döneminde kişinin sosyal bir varlık olarak kabulüne destek veren önceden sahip olduğu eski rol ve statüler değişime uğrar. Rol bırakma kuramına göre, bu rollerin yitirilmesi, kişinin kendine atfettiği değerlerin etkilenmesine, kamusal ve sosyal ağlara katılımının azalmasına sebep olur (53). Hastalıklar, emeklilik, eş kaybı ve aile içi etkileşimdeki değişimler önceden kazanılan birtakım rolleri kaybetmek ya da devretmek ile sonuçlanır. Aynı zamanda bu rollerin getirdiği ilişki biçimleri de terk edilir (54).

Sosyal izolasyon, yaşlı istismarının hem bir nedeni hem de bir sonucu olarak kabul edilir. Sosyal olarak izole edilmiş yaşlı bireylerin istismara uğrama olasılığı daha yüksektir, bu nedenle sosyal izolasyon yaşlı istismarı için önemli bir risk faktörüdür (55). Aynı şekilde, yapılan bir çalışmada sosyal izolasyonun yaşlı istismarının bir göstergesi olduğu

vurgulanmaktadır (56). Yaşlılar arasında sosyal izolasyonun en büyük nedeninin ihmal olup olmadığı konusu, diğer istismar türleriyle karşılaştırıldığında hala tartışılmaktadır. Her iki durumda da istismara uğrayan yaşlı bireyler göz ardı edilmekte ve sınırlı bir sosyal çevrede yaşamlarını sürdürmektedirler (55). Ayrıca sosyal izolasyonun yaşlıları etkileyen en kritik sorun olduğu ifade edilmektedir (57).

Sangeeth ve Solomon (2014), kurumsal bakım altında yaşayan ve ihmal edilmiş yaşlı kadınların yaşam kalitesini değerlendirmiştir. Chennai'deki ARUWE sosyal yardım kuruluşunda 30 katılımcı ile yapılan araştırmada, katılımcıların fiziksel, psikolojik, sosyal ilişkiler ve çevresel alanlar olmak üzere dört temel boyutta yaşam kalitesi ölçülmüştür. Katılımcıların %53,3'ü yaşam kalitelerinin düşük olduğunu belirtirken, %63,3'ü sosyal ilişkilerinin yetersiz olduğunu ifade etmiştir. Araştırma sonucuna göre yaşlıların genellikle daha düşük seviyede sosyal ilişkilere sahip oldukları ve bu nedenle sosyal olarak izole olma olasılıklarının yüksek olduğu savunulmaktadır (58). Holwerda ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan çalışmada, yaşlı bireylerin maruz kaldığı sosyal izolasyonun önümüzdeki yıllarda daha da önemli ve acil bir sorun haline geleceği vurgulanmaktadır (59).

Sosyal izolasyonun bir kişinin yaşamının anlamlılık algısını azalttığı savunulmaktadır (60). Logoterapinin, bireylerin yaşamlarına anlam kazandırmada etkili bir terapi olması ve yaşlı bireylerde uygulanabilirliği, sosyal izolasyonun azaltılmasında oldukça güçlü bir etki yaratabileceğini düşündürmektedir. Yaşamda anlam bulmanın yaşlıların mutlu ve aktif bir yaşlılık yaşamlarına katkıda bulunabilecek etkili bir yöntem olduğu öne sürülmektedir (61). Ayrıca yaşamda anlam duygusunun her danışanın psikolojik sağlığı için kritik bir unsur olduğu ve bu nedenle sosyal hizmet uygulamalarında temel bir bileşen olması gerektiği belirtilmektedir (6). MacKinnon ve arkadaşları (2014) tarafından yürütülen çalışmada, yas sürecinde anlam temelli

grup danışmanlığı müdahalelerinin etkisi değerlendirilmiş ve anlam duygusunun sosyal hizmet müdahaleleriyle desteklenebileceği vurgulanmıştır. Çalışma, danışanların yaşamlarındaki olumlu yönleri odaklanmalarına ve zorluklar karşısında pozitif bir bakış açısı geliştirmelerine yardımcı olabileceğini ortaya koymaktadır (62).

Literatür tarandığında, logoterapinin yaşlı bireylerde sosyal izolasyonu azaltmada etkili olabileceğini gösteren bir çalışmaya ulaşılmıştır. Elsherbiny ve Maamari'nin (2018) çalışmasında, logoterapinin ihmal edilen yaşlı bireylerin sosyal izolasyonunu azaltmada ne derece etkili olduğu değerlendirilmiştir. Çalışma, nicel araştırma yöntemi kullanılarak tasarlanmış ve Mısır'ın Kahire kentindeki bir yaşlı bakım kurumunda yaşayan, sosyal izolasyon deneyimleyen 43 yaşlı bireyden oluşan amaçlı bir örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yarı deneysel bir desen çerçevesinde yürütülen araştırmada, sosyal bağlantısızlık ölçeği ve algılanan izolasyon ölçeği aracılığıyla katılımcıların sosyal izolasyon düzeyleri ölçülmüştür. Müdahale süreci toplamda on iki hafta sürmüş ve ardından iki haftalık bir takip aşaması uygulanmıştır. Elde edilen bulgular, müdahale ve kontrol grupları arasında anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuş; sosyal ilişkilerin ve etkileşimlerin önemine vurgu yaparak, yaşlı bireylerin yaşamlarında anlam deneyimlemelerinin sosyal ağlarını güçlendirmeye katkı sağladığını göstermiştir (57).

Ölüm Korkusu

Geriatri alanında ele alınabilecek konulardan birisi yaşlıların yaşadığı ölüm korkusudur. Ölüm korkusu, yaşamın çeşitli evrelerinde farklı şekillerde ortaya çıkabilir ve bireylerin yaşam kalitesini olumsuz etkileyebilir (63). Yaşlıların yaklaşmakta olan ölümle ilgili hisleri ele alınırken altı ana faktörün rol oynadığı ve bu faktörlerin ölüm korkularını azalttığı belirtilmektedir (64). Bu faktörler: zihinsel

bozukluk (genellikle organik bir temele dayanan istemsiz bir süreçtir), ölümü uzun süreli fiziksel acının sonu olarak görmek, ölümü yalnızlığın sonu olarak görmek, ölümü fiziksel yetersizliğin sonu olarak görmek, ölümü “başka bir dünyada” sevdikleriyle tekrar bir araya gelme şansı olarak görmek ve yaşanan problemin inkarıdır.

Logoterapi, bireylerin ölümün kaçınılmazlığını kabul etmesine ve yaşamın geçiciliğini anlamlandırmasına yardımcı olur. Bu kabul süreci, bireylerin yaşamlarındaki değerleri, ilişkileri ve etkinlikleri daha derin ve anlamlı bir şekilde değerlendirmelerine olanak tanır. Frankl’a göre, insanın temel motivasyon kaynağı anlam arayışıdır ve hayatlarına anlam bulabilen bireyler, ölüm korkusuyla daha etkili bir şekilde başa çıkabilirler (15). Araştırmalar, logoterapinin ölüm korkusunu azaltmada başarılı olduğunu ve bireylerin yaşam kalitesini artırdığını göstermektedir.

Heidary ve arkadaşlarının (2023) çalışmasında, ileri evre kanser hastalarında grup logoterapisinin ölüm kaygısı ve varoluşsal yalnızlık üzerindeki etkisi incelenmiştir. İki hastanenin onkoloji servislerinden 63 hasta rastgele olarak deney (n=31) ve kontrol (n=32) gruplarına atanmıştır. Müdahale grubuna 10 hafta boyunca, haftada bir kez 2 saat süren grup logoterapi oturumları uygulanmıştır. Ölüm Kaygısı Ölçeği ve Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği ile tedavi öncesi ve sonrası değerlendirmeler yapılmıştır. Varyans analizi (ANOVA) sonuçları, logoterapi uygulanan grupta ölüm kaygısı ve varoluşsal yalnızlık düzeylerinde anlamlı bir azalma olduğunu ancak kontrol grubunda benzer bir değişim gözlenmediğini göstermiştir (65). Yapılan bir diğer çalışmada, logoterapi müdahalelerinin palyatif bakım hastalarında ölüm korkusunu ve anksiyetesini azalttığı ve yaşam kalitesini artırdığı öne sürülmektedir (66). Başka bir çalışmada ise terminal hastalarla yapılan logoterapi seanslarının, hastaların yaşamlarının anlamını yeniden keşfetmelerine yardımcı olduğu

ve bu sayede ölüm korkusunun azaldığı açıklanmaktadır (67).

Sosyal Önyargı

Yaşlı bireylerin karşılaştığı en önemli sorunlardan biri, yaşa bağlı sosyal önyargılar ve ayrımcılıktır. Yaşlılık sürecinde fiziksel görünümde ve bilişsel işlevlerde meydana gelen değişimler, toplum tarafından genellikle olumsuz bir şekilde algılanmakta ve yaşlı bireyler bu değişimlerden dolayı dezavantajlı bir konuma itilebilmektedir. Yaşlı bireylerin deneyimleri, bilgeliği ve katkıları göz ardı edilerek, üretkenlikten uzak, bağımlı ve toplumsal yük olarak görülmeleri, yaşlı ayrımcılığının temelini oluşturmaktadır. Bu önyargılar, onların sosyal hayata katılımını kısıtlamakta, bireysel özgüvenlerini azaltmakta ve psikolojik refahlarını olumsuz yönde etkilemektedir (68).

Özellikle yaşlı bireylerin iş hayatından emekli olmaları, fiziksel sağlık sorunları yaşamaları ve sosyal çevrelerinde kayıplar yaşamaları, toplum içindeki statülerinin zayıflamasına ve marjinalleşmelerine neden olabilmektedir. Bu süreç, yaşlıların kendilerini soyutlanmış, dışlanmış ve değersiz hissetmelerine yol açarak, sosyal izolasyon ve depresyon gibi psikososyal sorunların ortaya çıkmasını kolaylaştırmaktadır. Dolayısıyla, yaşlı bireylerin topluma aktif katılımını teşvik eden, yaşa bağlı ayrımcılığı önlemeyi amaçlayan sosyal politikaların geliştirilmesi ve uygulanması büyük önem taşımaktadır (68,69).

Yaşlı bireyler, logoterapi aracılığıyla maruz kaldıkları ayrımcılığı bir anlam kaynağı olarak değerlendirebilir ve bu deneyimlerini kişisel gelişim ile içsel güçlenme fırsatına dönüştürebilirler. Logoterapi seansları, bireylerin yaşamları boyunca karşılaştıkları zorlukları nasıl anlamlandırdıklarını keşfetmelerine yardımcı olarak, geçmiş deneyimlerine yeni bir bakış açısı kazandırmalarına olanak tanır. Bu süreç, yaşlı bireylerin sosyal dışlanma, önyargı ve değersizlik hissi ile başa çıkmalarına katkı sağlayabilir.

Viktor Frankl'ın insanın anlam arayışı üzerine geliştirdiği kuramsal çerçeve, bireylerin karşılaştıkları olumsuzlukları sadece bir kayıp olarak görmek yerine, bunları varoluşsal bir değer haline getirmelerini teşvik etmektedir. Bu doğrultuda, logoterapi yaşlı bireylerin psikolojik dayanıklılıklarını artırarak, onların sosyal izolasyon ve depresyon gibi sorunlarla mücadele etmelerine yardımcı olabilir. Ayrıca, anlam odaklı bu yaklaşım, yaşlıların toplumsal hayata daha aktif katılımını destekleyerek, onların yaşam doyumlarını ve ruhsal iyi oluşlarını güçlendirme potansiyeline sahiptir (14,69).

Umutsuzluk

Umutsuzluk, bireyin geleceğe dair olumlu beklentilerini kaybetmesi, mevcut koşullarının değiştirilemez olduğuna inanması ve yaşamı üzerinde kontrol hissini yitirmesiyle ortaya çıkan karmaşık bir duygusal durumdur. Bu duygu durumu, kişinin yaşamına anlam veya amaç katma becerisini zayıflatarak, genellikle çaresizlik, motivasyon kaybı ve psikolojik tükenmişlik ile sonuçlanır (70). Umutsuzluk, özellikle depresyon, anksiyete ve tükenmişlik sendromu gibi psikolojik bozuklukların temel belirtilerinden biri olarak kabul edilmekte ve bireyin yaşam kalitesini önemli ölçüde olumsuz etkileyebilmektedir. Frankl'a göre, umutsuzluk yalnızca psikolojik bir problem değil, aynı zamanda derin bir varoluşsal boşluk ve bireyin yaşamın anlamını yitirme süreciyle doğrudan ilişkilidir. Anlam kaybı, kişinin geçmiş deneyimlerini anlamlandırmasını zorlaştırırken, geleceğe yönelik bir amaç geliştirme kapasitesini de engelleyebilir. Bu bağlamda, umutsuzluk bireyin öznel iyi oluşunu tehdit eden bir faktör olarak değerlendirilmekte ve yalnızca bireysel psikolojik dinamiklerle değil, aynı zamanda sosyal, kültürel ve varoluşsal unsurlarla da şekillenmektedir. Frankl'ın logoterapi yaklaşımı, umutsuzluğun üstesinden gelmede bireyin anlam arayışına yönlendirilmesini temel alır. Bu çerçevede, bireyin hayatındaki anlamlı yönleri keşfetmesi, yaşamına yönelik yeni bir perspektif

kazanması ve içsel motivasyonunu yeniden inşa etmesi umutsuzluğun etkilerini azaltabilir. Dolayısıyla, umutsuzluk yalnızca bireysel bir duygu durumu olarak değil, aynı zamanda bireyin varoluşsal gelişimini ve psikolojik dayanıklılığını etkileyen önemli bir faktör olarak ele alınmalıdır (14).

Erikson'un psikososyal gelişim kuramına göre, ileri yetişkinlik dönemi, "benlik bütünlüğü" ile "umutsuzluk" arasında bir eksenle konumlanır. Bu çift kutuplu eksenle, bireyler yaşamları boyunca yaşadıkları ambivalans duygularını, aldıkları kararları, geçirdikleri dönüşümleri ve deneyimledikleri olumlu ve olumsuz olayları kendi içlerinde bütünleştirebilirlerse, benliklerini bütünlüklü ve yekpare bir biçimde algılayabilirler. Öte yandan, geçmişi genellikle pişmanlık ve olumsuz deneyimler üzerinden değerlendiren ve bu deneyimleri olumlu yaşam olaylarıyla bağdaştıramayan bireyler, benlik bütünlüğünü sağlamakta zorlanır ve sıklıkla öfke, serzeniş ve umutsuzluk hissiyle bocalayan yaşlılar haline gelir (54).

Benlik bütünlüğü, yaşlı bireyin yaşam döngüsü boyunca başarıyla uyum sağlayarak, sosyal ve psikolojik olarak olgun bir kişilik geliştirmesi ve ait olduğu kuşaklar arasındaki uyum içinde, yaşamını bağımsız ve kabullenici bir şekilde benimsemesiyle elde edilen bir süreçtir (42). Erikson'un teorisine göre, ileri yaşta benlik bütünlüğüne ulaşmak, yaşamın sonunda bireyin kendi yaşam öyküsüne bir anlam ve bütünlük duygusu yükleyebilmesiyle mümkündür. Bu noktada Logoterapi, bireylerin geçmiş deneyimlerini yeniden değerlendirmelerine ve bu deneyimlerden anlam çıkarmalarına yardımcı olabilir. Örneğin, logoterapik müdahaleler sırasında bireyler, yaşamlarının farklı dönemlerinde karşılaştıkları zorlukları ve bu zorlukların onlara kazandırdığı değerleri keşfetmeye yönlendirilirler. Bu süreç, bireylerin yaşamlarının anlamını bulmalarına ve böylece benlik bütünlüğüne ulaşmalarına olanak tanır (14).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışma, geriatrik logoterapinin yaşlı bireylerin yaşam kalitesini artırmadaki rolünü ve sosyal hizmet uygulamaları çerçevesinde nasıl kullanılabileceğini ele almıştır. Yaşlanma süreci, bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal açıdan çeşitli zorluklarla karşılaştığı bir dönemdir. Yaşlı bireylerin bu süreçte anlam arayışını desteklemek, onların psikolojik dayanıklılıklarını artırmak ve yaşamlarına yönelik olumlu bir bakış açısı geliştirmelerine yardımcı olmak için logoterapinin ilkelerinin uygulanması önemlidir.

Geriatrik logoterapi, özellikle yaşlı bireylerin karşılaştığı varoluşsal krizleri ve anlam kaybını ele alarak, bu bireylerin yaşamlarına yeniden anlam kazandırmayı hedeflemektedir. Sosyal hizmet uzmanlarının geriatrik logoterapi tekniklerini kullanarak yaşlı bireylerle çalışmaları, onların yalnızlık, depresyon, anksiyete gibi psikososyal sorunlarla başa çıkmalarını kolaylaştırabilir. Ayrıca bu yaklaşım, yaşlı bireylerin sosyal izolasyonunu azaltabilir ve toplumsal katılımlarını artırabilir.

Bu çalışmanın sonucunda aşağıdaki öneriler sunulmaktadır:

Öncelikle, sosyal hizmet uzmanlarının geriatrik logoterapi tekniklerini etkin bir şekilde kullanabilmeleri için eğitim programları ve atölyeler düzenlenmeli ve anlam odaklı danışmanlık teknikleri sosyal hizmet müfredatına dahil edilmelidir. Yaşlı bireylerin depresyon, yalnızlık ve sosyal izolasyon gibi psikososyal sorunlarıyla başa çıkmalarına yardımcı olabilmek için sosyal hizmet merkezlerinde logoterapi temelli bireysel danışmanlık hizmetleri yaygınlaştırılmalıdır. Bunun yanı sıra, sosyal hizmet uzmanları, logoterapinin grup ortamında uygulanabilirliğini artırmak adına yaşlı bireyler için destek grupları oluşturmalı ve bireylerin yaşam öykülerini paylaşımlarına olanak sağlayarak anlam bulma süreçlerini desteklemelidir.

Kurumsal düzeyde, huzurevleri ve yaşlı bakım merkezlerinde geriatrik logoterapi uygulamalarının yaygınlaştırılması büyük önem taşımaktadır. Bu kapsamda, bireysel ve grup temelli logoterapi seansları düzenlenmeli ve yaşlı bireylerin anlam arayışlarını destekleyen programlar oluşturulmalıdır. Yerel yönetimler ve sosyal hizmet kuruluşları, yaşlı bireylerin toplumla daha fazla bütünleşmesini sağlamak adına logoterapiyi içeren toplum temelli projeler geliştirmeli, yaşlı bireylerin sosyal izolasyonunu azaltmak için gönüllü destek sistemleri ve yaşlı mentor programları teşvik edilmelidir.

Ruh sağlığı alanında, yaşlı bireylere yönelik psikososyal destek programlarında anlam odaklı terapi modelleri daha fazla kullanılmalı, psikologlar ve sosyal hizmet uzmanları bu alanda iş birliği yaparak daha etkili müdahale yöntemleri geliştirmelidir. Özellikle, geriatrik logoterapinin ölüm korkusu ve varoluşsal kaygılarla başa çıkmada etkili olduğu göz önüne alındığında, bu alana yönelik özel müdahale programları oluşturulmalıdır.

Akademik çalışmalar açısından, geriatrik logoterapinin etkinliğini değerlendiren geniş çaplı deneysel araştırmalar yapılmalı, yaşlı bireylerde logoterapi müdahalelerinin uzun vadeli etkileri incelenmelidir. Aynı zamanda, farklı kültürel bağlamlarda geriatrik logoterapinin uygulanabilirliği araştırılmalı ve logoterapinin farklı toplumlarda nasıl işlediğine dair karşılaştırmalı çalışmalar yürütülmelidir. Bu bağlamda, sosyal hizmet, psikoloji ve gerontoloji alanlarındaki araştırmacılar, geriatrik logoterapi uygulamalarını daha etkin hale getirmek için multidisipliner iş birliklerini teşvik etmeli ve ortak projeler geliştirmelidir.

BİLDİRİMLER

Finansal Destek

Bu çalışmada herhangi bir kurum veya kuruluştan finansal destek alınmamıştır.

KAYNAKLAR

- Özkan Bardakçı M. Yaşlıların gündelik yaşam problemlerinin çözümünde sosyal destek mekanizmalarının rolü. Çizgi Kitabevi; 2022.
- Payne M. Modern Social Work Theory. 4th ed. Oxford University Press; 2014.
- Zastrow C. Introduction to Social Work and Social Welfare: Empowering People. 12th ed. Cengage Learning; 2016.
- Tomanbay İ. Yaşlılara yönelik sosyal hizmetler. Ankara: Hacettepe Üniversitesi GEBAM Yayını; 2007.
- Morgan JH. Geriatric logotherapy: Exploring the psychotherapeutics of memory in treating the elderly. Psychological Thought. 2012; 5: 99-105.
- Chan WCH. Assessing meaning in life in social work practice: Validation of the meaning in life questionnaire among clinical samples. Br J Soc Work. 2017; 47: 9-27.
- Kim C, Choi H. The efficacy of group logotherapy on community-dwelling older adults with depressive symptoms: A mixed methods study. Perspect Psychiatr Care. 2020; 1-9.
- Tagay Ö, Voltan-Acar N, Nalbant A. Logoterapide kullanılan kavramların ve tekniklerin Türk kültüründe uygulanabilirliği. Ege Eğitim Dergisi. 2016; 17: 105-126.
- Damon W, Menon J, Bronk KC. The development of purpose during adolescence. Appl Dev Sci. 2003; 7: 119-128.
- Hemphill K. Man's search for meaning: Viktor Frankl's psychotherapy. J Biblic Couns. 2015; 29: 59-68.
- Marseille J. The spiritual dimension in logotherapy: Viktor Frankl's contribution to transpersonal psychology. J Transpers Psychol. 1997; 29: 1-12.
- Bahadır A. Psikoterapi'de yeni bir yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl. Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi. 2000; 9: 1-17.
- Yıldırım A. Logoterapi ve Din. R&S - Research Studies Anatolia Journal. 2018; 1: 389-393.
- Frankl VE. Man's Search for Meaning. Beacon Press; 2006.
- Frankl VE. The doctor and the soul: From psychotherapy to logotherapy. Vintage; 1986.
- Frankl VE. İnsanın anlam arayışı. Editör; Budak S. 40. baskı, İstanbul: Okyonus Yayınları; 2017.
- Schulenberg SE, Hutzell RR, Nassif C, et al. Logotherapy for clinical practice. Psychol Thought. 2008; 5: 99-105.
- Dezelic M. Meaning constructs and meaning-oriented techniques: Clinical applications of meaning and existential exploration. J Constr Psychol. 2017; 30: 32-41.
- Breitbart WS, Poppito SR. Meaning-Centered Group Psychotherapy for Patients with Advanced Cancer: A Treatment Manual. New York: Oxford University Press; 2014.
- Dezelic MS, Ghanoum G. Meaning-Centered Therapy Manual: 8-Session Format. 1st ed. Miami: Presence Press International; 2015.
- Shantall T. The quest for destiny: A logotherapeutic guide to meaning-centred living, therapy, and counselling. Pretoria: Unisa Press; 2003.
- Frankl VE. An Introduction to Logotherapy and Existential Analyses. (J. M. Dubois, Çev.) New York: Brunner Routledge; 2004.
- Baltacı Ö. Paradoksal Psikoterapi. Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi. 2016; 5: 1-8.
- Barnes RC. (2005). Logotherapy and the Human Spirit. Franklian Psychology: An Introduction to Logotherapy. In G. E. Rice (Edit.) s. 31-49. Texas: Viktor Frankl Institute of Logotherapy.
- Cooper M. Existential Therapies. London: Sage Publications; 2003.
- Thir M. Logotherapy for depression in geriatric patients: A review of recent findings. Int J Psychother. 2015; 19: 45-58.
- Rice GE. Franklian Psychology: An Introduction to Logotherapy. Texas: Viktor Frankl Institute of Logotherapy; 2005.
- Wong PT. Human Quest for Meaning Theories, Research and Applications. New York: Taylor & Francis Group; 2012.
- Kimble MA. Logotherapy and Pastoral Counseling. Journal of Religious Gerontology, 2001; 11: 43-57.
- Starck PL. (1985). Logotherapy Comes of Age: Birth of Theory., Franklian Psychology: An Introduction to Logotherapy (2005). In G. E. Rice (Edit.). s.133-137.Texas: Viktor Frankl Institute of Logotherapy.
- Lukas ES. (1986). Meaning in Suffering. Institute of Logotherapy Press. Berkeley, CA.
- Southwick SM, Gilmartin R, McDonough P, et al. Logotherapy as an Adjunctive Treatment for Chronic Combat-related PTSD:A Meaning-based Intervention. Am J Psychother. 2006; 2: 161-174.
- Mosalanejad L, Khodabakshi Koolee A. Looking at Infertility Treatment through The Lens of The Meaning of Life: The Effect of Group Logotherapy on Psychological Distress in Infertile Women. Int J Fertil Steril. 2013; 6: 224-231.
- Çolak TS, Koç M. Logotherapy oriented group counseling program to foster forgiveness flexibility. Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal. 2020; 10: 343-365.
- Mihandoust S, Radfar M, Soleymani M. Logotherapy to improve parent-child relationship among mothers of autistic children: a randomized clinical trial. Eur Rev Med Pharmacol Sci. 2021; 25: 6642-6651.
- Sun FK, Chiu NM, Yao Y, et al. The effects of logotherapy on meaning in life, depression, hopelessness, and suicidal ideation, in patients with depression: An intervention study. Perspect Psychiatr Care. 2022; 58: 1891-1899.
- Nuland SB. The Doctors' Plague: Germs, Childbed Fever and the Strange Story of Ignac Semmelweis. W.W. Norton & Company; 2004.
- Porter R. The Greatest Benefit to Mankind: A Medical History of Humanity from Antiquity to the Present. HarperCollins; 1997.
- Goetz CG. Jean-Martin Charcot and the role of neurology in understanding Parkinson's disease. Mov Disord. 2000; 15: 1096-1101.
- Evans JG. Geriatric medicine: A brief history. BMJ. 1997; 315: 1075-1078.
- Shock NW. Longitudinal studies of aging in humans. Federation Proceedings. 1962; 21: 25-41.
- Chang E, Pan X, Schwalb E. Telehealth in geriatrics: A rapid review. J Am Geriatr Soc. 2021; 69: 339-350.
- Fried LP, Ferrucci L, Darer J, et al. Untangling the concepts of disability, frailty, and comorbidity: Implications for improved targeting and care. J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2004; 59: 255-263.
- Batthyány A, Guttmann D, et al. Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna (Vol. 1). Springer Science & Business Media; 2005.
- Crumbaugh JC. Aging and adjustment: The applicability of logotherapy and the purpose-in-life test. Gerontologist. 1972; 12: 418-420.
- National Association of Social Workers (NASW). Code of Ethics of the National Association of Social Workers. NASW Press; 2017.
- İşıkhan V. Yaşlılara yönelik sosyal politikalar. Editör; Birinci E. Gerontolojik sosyal hizmet. 1. baskı, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık; 2021.
- Erkoç B, Danış Z. Yaşlılık döneminde karşılaşılan sorunlar. Editör; Birinci E. Gerontolojik sosyal hizmet. 1. baskı, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık; 2021.

49. Wong PTP. Logotherapy and existential positive psychology (PP 2.0). *Int J Exist Posit Psychol.* 2012; 3: 1-9.
50. Ravari A, Mirzaei T, Hosieni F, et al. Comparison of The Effects of Cognitive Therapy and Logotherapy on Iranian Elderly People's General Health. *Int J Community Based Nurs Midwifery.* 2021; 9: 289-299.
51. Humer E, Kisler IM, Bach D, et al. Effect of a group logotherapeutic program for older adults on mental health indicators. *Journal of Humanistic Counseling.* 2024; 1-23.
52. Çolak TS, Koç M. The effect of psychological consultation with a Logotherapy oriented group on social avoidance, anxiety of being criticized and personal worthlessness. 2013; 12: 142-153.
53. Onur G. Yaşlılık ve Toplum: Sosyolojik Bir İnceleme. Ankara Üniversitesi Yayınları; 1991.
54. Ermiş EN. Baba filminin geriatrik psikoloji perspektifinden analizi. *Tykhe.* 2022; 7: 247-258.
55. Elsherbiny MMK, Maamari RH. The effectiveness of logotherapy in mitigating the social isolation of neglected institutionalized older people. *Br J Soc Work.* 2018; 48: 1090-1108.
56. Taylor HO, Herbers S, Talisman S, et al. Assessing social isolation: Pilot testing different methods. *J Gerontol Soc Work.* 2016; 59: 228-233.
57. Gardiner C, Geldenhuys G, Gott M. Interventions to reduce social isolation and loneliness among older people: An integrative review. *Health Soc Care Community.* 2016; 24: 523-546.
58. Sangeeth GS, Solomon MD. Quality of life among neglected institutionalized elderly women. *Int J Health Sci Res.* 2014; 4: 268-276.
59. Holwerda TJ, Deeg DJH, Beekman ATF, et al. Feelings of loneliness but not social isolation predicting dementia onset: Results from the Amsterdam Study of the Elderly (AMSTEL). *J Neurol Neurosurg Psychiatry.* 2014; 85: 135-142.
60. Stillman TF, Baumeister RF, Lambert NM, et al. Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *J Exp Soc Psychol.* 2009; 45: 686-694.
61. Gönen E. Quality of life and life satisfaction perspective of the institutionalised elderly women and men in Turkey. *Indian J Soc Work.* 2015; 66: 262-279.
62. MacKinnon CJ, Smith NG, Henry M, et al. Meaning-based group counseling for bereavement: Bridging theory with emerging trends in intervention research. *Death Stud.* 2014; 38: 137-144.
63. Yalom ID. Güneşe Bakmak: Ölümlle Yüzleşmek. (Çev. Z. İyidoğan Babayigit). İstanbul: Kabalıcı Yayınevi; 2008.
64. West ND. The psychology of death in geriatrics. *J Am Geriatr Soc.* 1972; 20: 340-342.
65. Heidary M, Heshmati R, Hayes J. Effect of Group Logotherapy on Anxiety About Death and Existential Loneliness in Patients With Advanced Cancer: A Randomized Controlled Trial. *Cancer Nurs.* 2023; 46: E21-E30.
66. Vos J, Craig M, Cooper M, et al. Logotherapy interventions in palliative care: Reducing death anxiety and improving quality of life. *Palliat Med.* 2015; 29: 513-524.
67. Thompson N. Logotherapy with terminally ill patients: Rediscovering meaning and reducing fear of death. *J Palliat Care.* 2017; 33: 241-250.
68. Bromley DB. Geriatrics in relation to the social and behavioural sciences. *Age Ageing.* 1976; 5: 205-213.
69. Nelson TD. Ageism: Stereotyping and Prejudice Against Older Persons. MIT Press; 2002.
70. Beck AT, Weissman A, Lester D, et al. The measurement of pessimism: The hopelessness scale. *J Consult Clin Psychol.* 1974; 42: 861-865.