




## Psikoloji ve Edebiyat: Gelişim Psikolojisi Perspektifinden Yaşlılık Döneminin Bir Edebi Eser Üzerinden Analizi

### *Psychology and Literature: An Analysis of the Old Age Period from a Developmental Psychology Perspective Through a Literary Work*

Doç. Dr. M. Siyabend KAYA <sup>1</sup>

#### Öz

Ülkemizde gelişim dönemleriyle ilgili yapılan çalışmaların yaygınlığına bakıldığında, “yaşlılık” döneminin yeterince ele alınmadığı, bununla birlikte geriyatri, psikoloji, psikolojik danışma ve rehberlik, sosyal çalışma gibi bilim dallarında yaşlılık ile ilgili çalışmaların yürütülmeye başlandığı görülmektedir. Ayrıca burada sözü edilen yaşam dönemlerinin yalnızca bilime değil edebiyata da konu olmaya başladığı dikkat çekmektedir. Edebi eserlerin analiz edilmesinde psikoloji biliminin önemi düşünüldüğünde, lisans öğrencilerinin yetişmesinde öğrencilerin dikkatini romanların psikolojik tahliline çekmenin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda bu araştırmanın temel amacı, edebi eserlerin temelde psikolojik danışma ve rehberlik, psikoloji ve sosyal hizmet gibi bilim dallarında özelde ise “gelişim psikolojisi”, “yaşlılık psikolojisi” ve “yaşam dönemleri ve uyum problemleri” gibi derslerde nasıl kullanılabilmesine ilişkin bir model sunmaktır. Bu amacı gerçekleştirebilmenin en uygun yollarından biri ise nitel bir araştırma yöntemi olan “doküman analizi” yöntemini kullanmaktır. Bu doğrultuda, çalışmada Fransız yazar Jean-Louis Fournier’in (2012) “Son Siyah Saçım ve İhtiyar Delikanlılara Bazı Öğütler” isimli eserin Türkçe çevirisi doküman olarak kabul edilmiştir ve içerik analizi ile incelenmiştir. Sonuç olarak bu çalışmanın yukarıda sözü edilen derslerin öğretiminde etkili olabileceği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Ruh sağlığı, edebiyat, sağlık okuryazarlığı, psikoloji öğretimi, yaşlılık, gelişim psikolojisi.

**Makale Türü:** Diğer-Nitel Doküman Analizi

#### Abstract

Considering the prevalence of studies on the developmental period in Turkey, it is evident that “old age” is not adequately addressed. However, studies have begun to be conducted in disciplines such as geriatrics, psychology, psychological counseling and guidance, and social work. Additionally, it is noteworthy that the life cycles mentioned here have become subjects of not only scientific inquiry but also literature. In the analysis of literary works, given the importance of psychology, it is deemed important to draw students’ attention to the psychological analysis of novels in undergraduate training. Accordingly, this research aims to present a model of how literary works can be used in disciplines such as psychological counseling and guidance, psychology, and social work, and in courses such as “developmental psychology,” “old age psychology,” and “life cycles and adaptation problems.” One of the most appropriate ways to achieve this aim is to use the “document analysis” method, a qualitative research method. In this regard, the Turkish translation of the French author Jean-Louis Fournier’s book (2012), titled “My Last Black Strand and Some Advice for Oldboys,” was taken as the document and examined using content analysis. In conclusion, it is believed that this study can be effective in teaching the courses mentioned above

**Keywords:** Mental health, literature, health literacy, teaching psychology, old age, developmental psychology.

**Paper Type:** Other-Qualitative Document Analysis

<sup>1</sup>Abdullah Gül Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Uygulamalı Psikoloji ABD., Kayseri, Türkiye, E-mail: siyabend.kaya@agu.edu.tr  
**Atf için (to cite):** Kaya, M.S. (2024). Psikoloji ve edebiyat: Gelişim psikolojisi perspektifinden yaşlılık döneminin bir edebi eser üzerinden analizi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(4), 1881-1892.

## 1. Giriş

*Kitapları yakmaktan daha büyük bir suç varsa o da onları okumamaktır.*

*Joseph Brodsky*

İnsan doğar, büyür ve ölür. Bu ifade, yaşam yolculuğunun sade ve anlaşılır bir özeti olarak düşünülebilir. Aslında doğum, bireyin doğumundan çok önce başlar, çünkü bireyin kendi tarihi, ebeveynlerinin tarihine (dolayısıyla kendi doğumunun öncesine) dayanır. Ancak döllenme ile başlayan gelişim sürecinin “doğum öncesi, doğum ve doğum sonrası” şeklinde ele alınması sistematik ve bilimsel araştırmaların yürütülmesi açısından daha uygundur (Kaya & Yıldırım, 2020). İfade edilen bu bilimsel araştırmalara konu olan gelişim dönemlerinden biri de “yaşlılık” dönemidir.

Yaşlanma, hayatta kalma ve doğurganlık için gerekli olan fizyolojik fonksiyonların zamana bağlı olarak bozulması olarak tanımlanabilir (Gilbert, 2000). Bu dönem özellikle yaşlı bireyin biyolojik, psikolojik, sosyal ve ekonomik birçok açıdan sorun yaşadığı zorlu bir dönemdir (Türkan & Sezer, 2017). Öyle ki Kılıç (2013) bu dönemi “5Y: yoksulluk (emekliliğin başlangıcıyla gelirin azalması), yalnızlık (çocukların evden ayrılması), yetersizlik (fiziksel açıdan güç kaybı), yeti’sizlik (zihinsel becerilerde kayıp veya azalma) ve yetkinsizlik (otorite kaybı)” dönemi olarak tanımlamıştır. Erikson’unun gelişim kuramının son evresinde yer alan bu dönemde, birey tüm geçmişini yeniden gözden geçirir ve bir iç muhasebe yapar. Bu muhasebe sonrası, yaşanmaya değer bir geçmişe sahip olduğunu düşünen birey benlik bütünlüğünü sağlamış olur, aksi takdirde umutsuzluğa kapılır ve yaşam daha çekilmez bir hal alır (Santrock, 2019). Özetlemek gerekirse, yaşlılık bireyin birçok alanda kayıplar yaşadığı hem sosyal hem de bireysel açıdan önemli değişimler yaşadığı ve günlük yaşamdaki değişikliklere ayak uydurmakta zorlandığı hassas bir dönemdir. Bu dönemin mutlu ve sağlıklı bir şekilde yönetilebilmesi, bireyin yaşam içerisinde ne kadar aktif olduğuna, sahip olduğu aile ve sosyal desteğe, yaşama yüklediği anlama ve daha birçok önemli unsura bağlıdır. Burada önemli olan ve akılda tutulması gereken nokta, yaşlılığın diğer geride kalan yaşam dönemleriyle yakından ilişkili olduğu ve bu dönemin sağlıklı atlatılmasının aynı zamanda geçmiş gelişim dönemlerinin sağlıklı bir şekilde atlatılmış olması ile mümkün olduğudur (İlgar, 2008).

Ülkemizde gelişim dönemleriyle ilgili yapılan çalışmaların yaygınlığına bakıldığında, “yaşlılık” döneminin yeterince ele alınmadığı, bununla birlikte geriatri, psikoloji, psikolojik danışma ve rehberlik (PDR), sosyal çalışma gibi bilim dallarında çalışmaların yürütülmeye başlandığı görülmektedir (Sargın, 2017). Ayrıca burada sözü edilen yaşam dönemlerinin yalnızca bilime değil edebiyata da konu olmaya başladığı dikkat çekmektedir (Baştuğ et al., 2020; Sargın, 2017). Bu doğrultuda, bu çalışmada amaç yaşlılık döneminin bütün yönlerini yalnızca teorik olarak ele almaktan ziyade, bu dönemin edebi eserler/romanlar üzerinden nasıl analiz edildiğini ortaya koymaktır. Bu nedenle bu çalışmada yaşlılık döneminin özelliklerine uzun uzadıya yer vermek yerine döneme konu olan esere ilişkin yapılan analizlere, temalara ve romandan alınan doğrudan alıntılara yer verilecektir. Buna ek olarak yaşlılık psikolojisine dair alanyazın, bulgular kısmında yer alan tüm tema ve alt temalar ile ilişkilendirilmiş ve böylelikle ilgili literatüre burada değinilmiştir. Özellikle edebi eserlerin analiz edilmesinde psikolojinin çok önemli bir yeri vardır. Çünkü merkezinde “birey”in olmadığı neredeyse hiçbir edebi eser yoktur. Bu nedenle başta PDR, psikoloji ve sosyal hizmet gibi bilim dalları olmak üzere lisans öğrencilerinin yetişmesinde öğrencilerin dikkatini psikolojik romanlara/romanların psikolojik tahliline çekmenin önemli olduğu düşünülmektedir. Jung (2011), psişik süreçlerin incelenmesini amaç edinen psikoloji biliminin, edebiyat çalışmalarına dayanabileceğini ifade etmektedir, çünkü ona göre insan ruhu tüm bilimlerin ve sanatların rahmidir (Jung, 2011). Bu anlamda edebiyat ve psikoloji arasında çok güçlü bir ilişki vardır. Her iki alan da insanlarla ve onların tepkileriyle (dünya algıları, sefalet,

dilek, arzu, korku, çatışmalar ve uzlaşmalar vs.) ilgilenir (Aras, 2015). Öte yandan hem ulusal hem de uluslararası literatürde filmlerin psikoloji ve psikolojik danışma kuram ve uygulamalarında kullanımı gittikçe artarken, edebi eserlerin okunması konusunda benzer yeterli bir ilginin olmaması düşündürücüdür. Örneğin, günde ortalama bir dakikanın kitap okumaya, altı saatin ise televizyon izlemeye ayrıldığı Türkiye’de maalesef kitap okuma eylemi insanların ihtiyaç listesinde 235. sırada yer almaktadır (Cnntürk, 2017; Timetürk, 2017). Buna karşın, tüm Avrupa ülkelerinin ortalama televizyon izleme süresi ise üç saat 43 dakika iken kitap okuma oranı ortalama iki ile 13 dakika arasında değişmektedir (Statista, 2018a, 2018b). Bu doğrultuda kitap okumaya verilen önemin ve ayrılan zamanın artması gerektiğini savunan bu çalışmanın temelde iki amacı vardır:

1. Başta PDR, psikoloji ve sosyal hizmet olmak üzere, zorunlu veya seçmeli psikoloji derslerini alan diğer bölümlerde “psikoloji öğretiminde edebi eserlerin kullanımının” yaygınlaşmasına katkı sunmak ve bunun önemini vurgulamak.
2. Yaşlılık dönemini gelişim psikolojisi bağlamında çok yönlü bir biçimde ele almak ve bunu uygun bir edebi eser üzerinden ortaya koymak.

Bu doğrultuda, yaşlılık dönemindeki sorunları mizahi bir anlatım ile ele alan Fournier’in “Son Siyah Saçım ve İhtiyar Delikanlılara Bazı Öğütler” adlı eserinin gelişim psikolojisi bağlamında incelenmesi ve yukarıda belirtilen bilim dallarında bu tür eserlere yer verilerek öğrenme sürecinin daha kolay, keyifli ve kalıcı bir hale getirilmesinde örnek bir doküman analizi ortaya koymak bu çalışmanın en temel amacıdır. Böylelikle öğrenciler; gelişim psikolojisi, yaşam dönemleri ve uyum problemleri gibi derslerde ilgili gelişim dönemine (çocukluk, ergenlik, yetişkinlik vs.) uygun kitapları analiz ederek bu süreci hem ciddi etik ihlaller yapmadan öğrenebilecek hem de bu kapsamda entelektüel becerilerini geliştirme fırsatı bulabileceklerdir.

## 2. Yöntem

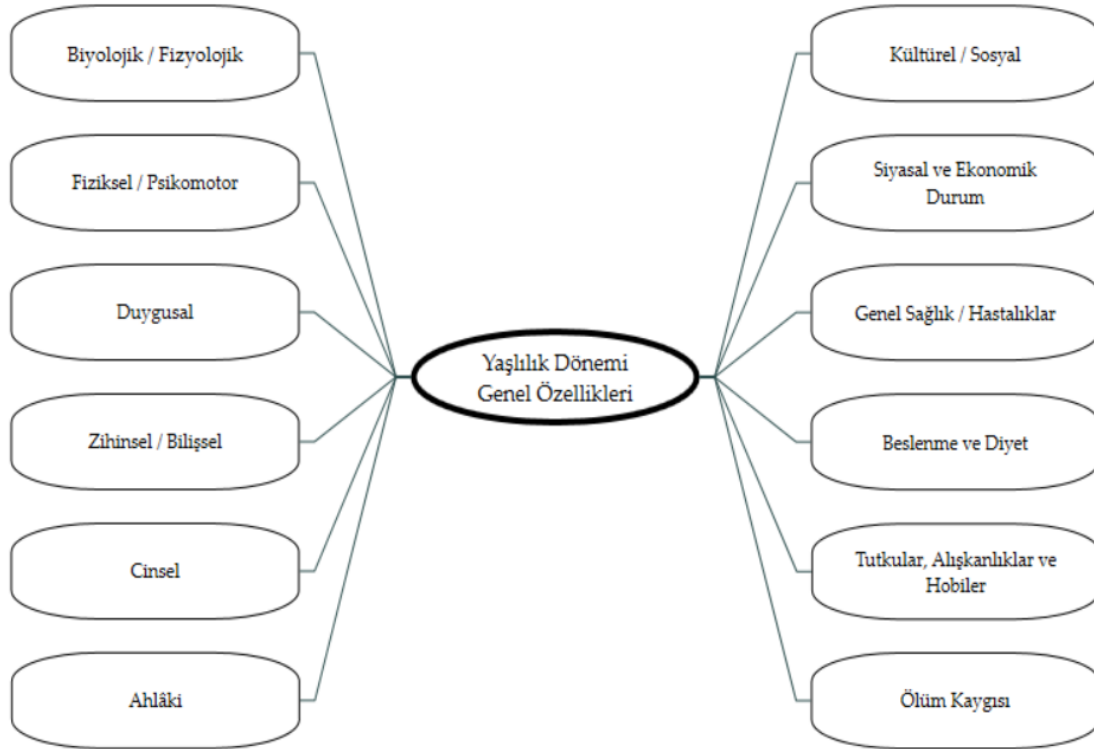
### 2.1. Araştırma Modeli

Araştırmanın temel amacı, edebi eserlerin temelde pdr, psikoloji ve sosyal hizmet gibi bilim dallarında özelde ise “*gelişim psikolojisi*”, “*yaşlılık psikolojisi*” ve “*yaşam dönemleri ve uyum problemleri*” gibi derslerde nasıl kullanılabilirliğine ilişkin bir model sunmaktır. Bu amacı gerçekleştirebilmenin en uygun yollarından biri ise nitel bir araştırma yöntemi olan “doküman analizi” yöntemini kullanmaktır. Çünkü doküman analizi basılı veya online dokümanların sistematik bir şekilde incelenmesini amaç edinen nitel bir araştırma yaklaşımıdır (Bowen, 2009). Tıpkı diğer nitel yaklaşımlarda olduğu gibi, bu yaklaşımda da örtük anlamların keşfedilmesi, sürecin araştırılması ve anlaşılması için verilerin yorumlanması gerekmektedir (Altheide, 2000). Bu anlamda diğer yöntemlere kıyasla sosyal bilimlerde kullanımına çok az rastlanan bu yöntemin bir alanyazın taramasından çok daha ötesi olduğu, bazen tek başına bazen de diğer yöntemleri destekleyici amaçlar ile kullanılan bir yöntemdir (Sak et al., 2021). Bu doğrultuda çalışmada Fransız yazar Jean-Louis Fournier’in (2012) “Son Siyah Saçım ve İhtiyar Delikanlılara Bazı Öğütler” isimli eserin Türkçe çevirisi doküman olarak kabul edilmiştir.

Kaya (2022) derslerde analizi yapılacak, öğrencilere tavsiye edilmesi planlanan eserlerin titizlikle seçilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Örneğin, ele alınacak eserlerin, öğretilmesi veya tartışılması planlanan konuya uygun olması; eserlerin öğrencilerin okuma motivasyonunu olumsuz etkilemeyecek uzunlukta/kısalıkta olması; yazarların akıcı, sıkmayan, anlaşılır bir dil kullanmaları, eser seçiminde dikkate alınması gereken önemli kriterler olarak ifade edilmektedir (Kaya, 2022). Bu anlamda “Son Siyah Saçım ve İhtiyar Delikanlılara Bazı Öğütler” romanının, yaşlılık psikolojisini çok yönlü bir şekilde ele alması, romanın akıcı ve nüktedan bir dil ile kaleme alınmış olması ve okuyucuyu sıkmayacak uzunlukta olması bu eserin seçilme nedenleri arasında sayılabilir.

## 2.2. Verilerin Analizi

Tüm analizler, eser içerisindeki ayrıntılı ifadeleri anlamak, kod-kategori ve anlamlı örüntüler türetebilmek için nitel içerik analizi ile gerçekleştirilmiştir (Grbich, 2013). Bu bağlamda doküman analizlerinde araştırmacı, eseri anlamak, notlar almak ve anlamlı birimler oluşturmak için eseri tekrar tekrar okur ve ardından oluşturduğu kod ve kategorilere son halini verir. Böylelikle, araştırmanın içerik analizi sürecinde yaşlılık psikolojinin genel özelliklerini ortaya koyan 12 alt tema belirlenmiştir (bkz görsel 1). Merriam (2015) içerik analizi esnasında temaların belirlenmesinde araştırmacıların literatürden yararlanmalarını önermişlerdir. Alt temaların kararlaştırılmasının ardından metin içerisinde bu alt boyutlara/kriterlere karşılık geldiği düşünülen pasajlar NVivo 12 nitel veri analizi programı ile kodlanmıştır.



**Görsel 1.** Yaşlılık döneminin genel özelliklerine ilişkin alt temalar.

## 2.3. Geçerlik ve Güvenirlik

Araştırmacılar nitel araştırmalar için geçerlik ve güvenilirliği artıran birtakım kriterlerden söz etmektedirler. Doğrudan alıntılarının araştırmanın amacı doğrultusunda raporlaştırılması (Yıldırım & Şimşek, 2016); elde edilen verilerin bir başka bağımsız araştırmacı tarafından incelenmesi (Merriam, 1995); veri analizinde NVivo ve MAXQDA gibi bilgisayar yazılımlarının kullanımı (Whittemore, Chase, & Mandle, 2001) bu kriterler arasında sayılabilir. Bu çalışmada da Nvivo nitel yazılım programı aracılığıyla kodlamaların daha sistematik bir şekilde yapılması sağlanmaya çalışılmış, kodlanan verilerin uygunluğu bir başka araştırmacı tarafından gözden geçirilmiştir ve bu kodlanan verilere ilişkin doğrudan alıntılar metin içerisinde gösterilmiştir. Son olarak, doküman incelemesi yapılan belgenin (romanın) erişilebilirliği, belgelerin doğruluğunu ve dolayısıyla da çalışmanın geçerlik ve güvenilirliğini etkileyen bir başka önemli faktördür. Merriam ve Tisdell (2015), incelenen dokümana ilişkin soruları (belgenin tarihi, yazarı vs.)

araştırmacıların yanıtsız bırakmaması gerektiğini vurgulamaktadır. Dolayısıyla bu çalışmada incelenen eserin künyesi Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1. Eserin Künyesi**

<b>Kitabın Adı</b>	Son Siyah Saçım ve İhtiyar Delikanlılara Bazı Öğütler
<b>Yazarı</b>	Jean-Louis Fournier
<b>Orijinal Dili</b>	Fransızca
<b>Türkçeye Çeviren</b>	Billur Köker
<b>Kitabın Orijinal Adı</b>	Mon dernier cheveu noir: avec quelques conseils aux anciens jeunes
<b>Basım Tarihi</b>	2012
<b>Yayın evi</b>	Yapı Kredi Yayınları
<b>Basım yeri ve sayısı</b>	Ankara – 1. Baskı
<b>Sayfa sayısı</b>	224

### 3. Bulgular

Bu kısımda Yapı Kredi Yayınları’nın basmış olduğu “Son Siyah Saçım ve İhtiyar Delikanlılara Bazı Öğütler” isimli romanın “yaşlılık psikolojisi” bağlamında analizinin gerçekleştirilmesinin ardından yaşlılık döneminin genel özelliklerini ifade ettiği düşünülen temalara ve bu temalarla ilişkili olduğu düşünülen ifadelere (doğrudan alıntılara) yer verilmiştir. (Belirlenen alt temaların genel görünümü için Görsel 1’e bkz.)

#### 3.1. Yaşlılık Dönemi Genel Özellikleri

##### 3.1.1. Fizyolojik / Biyolojik Özellikler

İşitme (ve görme) fonksiyonlarında azalma (ya da kayıp) yaşanması, yaşlılıkla birlikte sıklıkla ortaya çıkan sağlık sorunları arasında yer almaktadır. İleri yaştaki bireylerin kromozom yapılarındaki bozulmalar nedeniyle sağlıklı çocuklara sahip olmaları güçleşmektedir. Yazar yaşlılıkla birlikte baş gösteren işitme sorununu şu şekilde ifade ederken;

*“İnsan ihtiyarladığının ne zaman farkına varır biliyor musunuz? “Tiyatroda oyuncular gittikçe daha kısık sesle konuşuyorlar” demeye başladığı zaman (s.107)”*

Yaşanan biyolojik sorunlardan birini ise aşağıdaki cümleler ile ifade etmiştir:

*“Oysa ihtiyarın çocuğu pek taze değildir. O bitkin ve hüznü, solgun ve yeşilimsi, sıska ve kansız, hastalıklı ve çelimsiz, tıpkı bodrumda yetişmiş bir salatalık gibi sarımtırak ve genellikle zeka özürdür (s.185)”*

##### 3.1.2. Fiziksel (Psikomotor)

Yaşla birlikte fiziksel görünüm değişiklik gösterir. Bu durum özellikle yaşlılıkta ağaran saçlar ve daha ince, solgun ve sarkık ciltler, zaman zaman da ciltlerde oluşan lekeler şeklinde ortaya çıkar. Fournier, yaşlanırken yaşamış olduğu fiziksel değişimi şu şekilde ifade etmektedir:

*“İhtiyar delikanlı nasıl tanınır? ...ihtiyar delikanlı gridir, hem sadece geceleri değil! Yüklüdür; omuzlarında yükleri, gözlerinin altında torbaları vardır (s.21).”*

\*

“Neden her geçen yıl çektiğim fotoğraflarda kendimi gittikçe daha kötü buluyorum? Belki de fotoğrafçıyı değiştirmem, daha genç birini bulmam gerekiyor. Neden her sabah aynada kendimi gittikçe daha az yakışıklı buluyorum? Bu eski bir ayna, belki de yenisini almak gerekiyor... kırışıklıklar yayılıyor, kahverengi lekeler büyüyor, cilt gevşiyor, bir sürü kıvrım var ve sarkıyorlar. Yaşlı bir file benzemeye başladım (s.15).”

### 3.1.3. Duygusal

Yaşlı bireyler genellikle yakınları tarafından yeterli ilgiyi görmediklerinde yalnız, çaresiz, ihmal edilmiş ve değersiz olduklarını düşünebilmektedirler. Yazar da yaşlandığı için artık eskisi kadar değerli hissetmediğini şu şekilde ifade etmektedir:

“Antikacı küçük yuvarlak masamı inceledi, ters çevirdi, yere koydu. “...Eski olması değerli olduğu anlamına gelmez.” Yüzümü gördü belki de özür dilemek için: “Bunu sizin için söylemiyorum” dedi. Anlamıştım. İhtiyarım, bu belli ve kesinlikle bir değerim yok. Hiçbir şey söylemeden küçük masamı aldım ve çaresiz bir halde oradan ayrıldım. Dışarıda yağmur yağıyordu. Antikacılar bile yaşlı olanı sevmiyorlarsa... (s.195)”

### 3.1.4. Bilişsel (Zihinsel)

Yaşlanmayla birlikte değişen sadece bireyin biyolojik ve fiziksel özellikleri değildir. Bunun yanında bireyin yaşam tecrübesi, fikirlerinin de değişmesini ve (çoğunlukla) olgunlaşmasını sağlar. Geçmişte yaşadığı olumsuzlukları daha pozitif bir hale getirmiş olmayı umar ve gençlikte arzu ettiği lüks yaşamın yerini ise daha sade ve doğal bir yaşama bırakır (bırakmayı tercih eder). Fournier’in bu konudaki ifadeleri şu şekildedir:

“Gelecek defa neremi değiştirecekler? Eğer bana bırakırlarsa kafamın değiştirilmesini isterim. Sadece içini, düşüncelerim değişsin diye! ...Eski beyindeki çok gerekli şeyleri sakladım. Taşınmayı fırsat bilip kötü anıları, sahte dostların adreslerini, kinleri, sabit fikirleri, yapay sevinçleri, öfkeleri vs. atardım (s.67).”

\*

“Sadeliği sevmeyi öğrendim. ...Daha mantıklı oldum Epikür’ün dediği gibi olağanın tadını çıkarmayı öğrenmeye başlıyorum. İspanya’da bir şatoya sahip olmaksızın bir köy eviyle yetiniyorum. Doğayla, kuşların şarkılarıyla ve çiçeklerin kokusuyla tanışıyorum (s.79)”

### 3.1.5. Cinsel

Yaşlılıkla birlikte birçok alanda olduğu gibi cinsellikte de bir yavaşlama ve durgunluk görülür. Ayrıca artan yaşla birlikte ortaya çıkan birçok sağlık problemi de cinsel dürtülerin azalmasına neden olmaktadır. Fournier yaşamış olduğu bu problemi nüktedan bir şekilde aşağıdaki gibi ifade etmektedir:

“Zeminden yükselen ve önce duvarların alt kısmını kemiren rutubet gibi, erkekte son kullanım önce alt kısımlarda kendini hissettiriyor. ...Sadece o değil. Daha aşağıda, kangurumun cebinden kaçmaya çalışan oynak kuş da artık sakinleşti. Artık yeni serüvenlere hazır görünmüyor. Küçük bülbül evcimen oldu. (s.75, 159).”

### 3.1.6. Ahlâki

Gençlerle kıyaslandığında yaşlı bireyler, ahlaki açıdan daha idealist olabilmekte ve deontolojik (ahlaki bir yargıda bulunurken yapılan eylemin sonucundan daha önemli olduğunu vurgulayan) yargılarda daha fazla bulunabilmektedirler. Aşağıda yazarın, yaşlı bireylerin çocuk sahibi olmalarına ilişkin ifadeleri bu duruma örnek gösterilebilir:

“Gençlerin çocuk sahibi olmak istemeleri anlaşılır bir şey, yaşları gereği, bu yüzden onları eleştirmek olmaz. Hoşlandıkları bir şeydir bu, zaten bu konuda pek de düşünmezler. Ama

*aklı başında ihtiyarların da tekrar aynı işe koyulması affedilir değil. Acaba bunun kendilerini gençleştireceğini mi sanıyorlar (s.185).”*

Bununla birlikte yaşlılar fikirlerini ifade etme konusunda kendilerini genç yetişkinler gibi çok fazla engelleme gereksinimi hissetmeyebilirler. Bu durum yaşlı bireylerin kabalaştığı anlamına gelmemekle birlikte bireyin içinde bulunduğu sosyo-kültürel yaşamdan fiziksel ve psikolojik sağlığına kadar birçok değişkenden etkilenen bir durum olabilir. Eser boyunca yalnızlaştırıldığı hissedilen yazarın aşağıdaki ifadeleri, düşüncelerin ketlenmeden nasıl ifade edildiğini şu şekilde örneklemeaktadır:

*“Yaşlı olunca kibarlık zorunlu değil. Artık yalakalık yapmak zorunda değilsiniz, ne terfi ne de zam beklentiniz var. Size iş önerene hayır deyin. Neden diye sorarsa da ‘Tipini Beğenmedim!’ dersiniz. Size daha önce bir şey yapıp yapmadığını soran yeni yetmeye, ‘Ya sen ne yaptın piç kuruşu?’ diye cevap verin. Artık yer vermek zorunda değilsiniz. Dinlemek zorunda da değilsiniz. (s.53).”*

### **3.1.7. Kültürel (Sosyal)**

Yaşlı bireyin içinde bulunduğu sosyal ve kültürel yaşam onun aynı zamanda yaşlılık dönemine ilişkin düşüncelerini de etkileyen önemli unsurlar arasındadır. Örneğin bireyin ait olduğu sosyal çevreyle özdeşim kurması, kendi yaşadığı sorunların akranları tarafından da yaşandığını görmesi sürecin normalleştirilmesi adına bireye iyi gelebilir. Akranlarının da kendi gibi yaşlandıklarını gördüğüne sevinen Fournier, bunu şu şekilde belirtmektedir:

*“Herkes, ‘Fournier yaşlanınca sempatikleşmiş. Artık başkalarıyla ilgileniyor.’ diyor. ...Onları incelemeyi, zamanın izlerini görmeyi, hasar tespit etmeyi, felaketin boyutlarını ölçmeyi seviyorum....Yani kısacası, ‘Onlar da yaşlılıktan paylarını almışlar!’ diyebilmek beni sevindiriyor (s.139).”*

### **3.1.8. Ekonomik (ve Siyasal Durum)**

Yaşlılık aynı zamanda “emekli olma” vaktinin de kapıyı çaldığı dönemdir. Bireyin emekliliğe uyum sağlaması bu yaşam döneminin görevleri arasındadır. Bu uyum ise bireyin “emeklilik” algısı ile yakından ilişkilidir. Örneğin emeklilik kimileri için “beklenen, yapılması planlanan ve arzu edilen şeylerin gerçekleşmesi” için ulaşılan önemli bir yaşam fırsatı iken, kimileri içinse “rol ve otorite kaybı”na ve dolayısıyla “anlamsızlık”a yol açan bir kriz olabilmektedir. Fournier, emeklilikle birlikte hissetmiş olduğu değersizlik hissini şu sözlerle dile getirmektedir:

*“Emeklilik geldi çattı. Dünya dönmeye devam edecek. Siz olmadan da. Belki de size artık merhaba denmeyecek, size itip kaktıklarında özür bile dilenmeyecek ve sanki artık yokmuşsunuz gibi ayağınıza basılacak. Asıl tavan aşağılama ise artık hiçbir şey yapmamaya söz vermeniz koşulu ile size para vermeye devam edilecek olması (s.119).”*

\*

*“Haber ansızın geldi. Hala onun sarsıntısını yaşıyorum. Bazı sabahlar yaşlanmak daha zor geliyor. Haberi radyodan öğrendim. Artık 60 yaşından sonra otobüs şoförü olunamıyormuş (s.33).”*

### **3.1.9. Genel Sağlık ve Hastalıklar**

Yukarıdaki bazı temalarda da değinildiği üzere, yaşlılık genel olarak sağlık sorunlarının yaşandığı ve hastalıkların artmaya başladığı bir dönemdir. Fournier, hem duygusal hem de fiziksel (özellikle de psikomotor) açıdan sağlığının kötüye gittiğini şu şekilde ifade etmektedir:

*“Kendimi pekiyi hissetmiyorum. Tansiyonum düşük, yanlarım ağrıyor, kullanılması zor bir otomobil gibiyim, eskiden sola çekerken şimdi sağa çekiyorum. ...Ayaklarımda nasır var,*

varisler yüzünden bacaklarım pürüzsüz değil, dizler çok fazla yumuşak, diz kapakları çökük ve kalçalar oynuyor (s.37, 75).”

### 3.1.10. Beslenme ve Diyet

Yaşlılık döneminde çeşitli sağlık sorunlarının baş göstermesi nedeniyle, hekimler bireylerin yaşlarına, yaşam tarzlarına ve sağlık sorunlarına uygun, çeşitli beslenme ve diyet önerileri sunarlar. Bu durum çoğu zaman bireylerin hoşuna gitmese de özellikle yaşlılık döneminde dikkate alınması gereken önemli önerilerdir. Doktoru tarafından kendisine tavsiye edilen ve kaçınması gerektiği söylenen bazı yiyecek ve içecekleri yazar şu şekilde ifade etmektedir:

“Sosis, ördek ciğeri, kızarmış patates, mayonez, ördek şekerlemesi, ekmek, tere yağı, peynir, şarap, kahve yasak. Şeker azaltılacak; meyvelerin üzerine konmayacak. Doktor ekledi: “Çilekleri şekerlemek yok. ...Çok ince kalmak için taze fasulye yiyin (s.45, 137)”

### 3.1.11. Tutkular, Alışkanlıklar ve Hobiler

Hobiler ve tutkuların edinilmesi, bireyin ileriki yıllardaki yaşamından daha fazla keyif almasına ve yaşamından maksimum düzeyde verim almasına yardımcı olur. Fournier, aracına olan tutkusunu şu sözlerle ifade etmektedir:

“Otomobilim eski, benim yaşımda ama hala çok güzel. Onunla gurur duyuyorum. Fotoğrafi hep yanımda. Üstü açık bir Citroén (s.65)”

Bununla birlikte Fournier, insanların hayallerini ve tutkularını sürekli ertelemelerinin doğru olmadığını ve gelecekte pişmanlık yaratabilecek duygulara yol açabileceğini ifade etmektedir:

“Onlar büyüdüleri zaman eczacı, doktor, noter, işadamı, bakan oldular... asla bir otobüsü kullanmaya fırsat bulamadılar. İleri yaşlarda bunu telafi etmeyi düşünüyorlardı. ...Bugün artık kıpırdamaktan pek hoşlanmıyorsunuz. Sadece kendi yatağınızda rahat uyuyabiliyorsunuz. Ve artık hiçbir yere gitmeye ne ihtiyacınız ne de hevesiniz var (s.33, 189).”

### 3.1.12. Ölüm Kaygısı

Yaşlılık aynı zamanda ölüme yaklaşılan bir dönemdir ve daha önce de ifade edildiği üzere gelişimsel sürecin son basamağında yer almaktadır. Doğal olarak bu dönemde bireyin ölümlerle yüzleşme ihtimali, ölüm kaygısına yol açabilmekte ve dolayısıyla ölümden sonraki yaşama ilişkin sorgulamaların artmasına neden olabilmektedir. Romandan alınan aşağıdaki alıntı, Fournier'in ölüm (ölümden sonraki yaşama ilişkin) kaygısını ve bu kaygıyı nasıl yatıştırdığını (regresyon) ortaya koymaktadır:

“Ölümden sonra hayat var mı? Kesin olan şey şu ki, hayattan sonra ölüm var. ...50 yıl sonra bu defa çok yüksek bir kaydırağın tepesine ulaştım. Bu kez kaymak için kendimi bırakasım pek yok inişi düşünmesem daha iyi olur. İnerken nallar dikmekten korkuyorum. Aslında korkmama gerek yok. Belki de benden önce inen ebeveynlerim beni aşağıda bekliyorlardır (s.151, 153).”

Yazar üzerindeki yaşam yorgunluğunu ise şu sözlerle ifade etmektedir:

“Ayakkabılarım da benim gibi yorulmaya başladı... Onları değiştirmek gerekecek. Ayakkabıcı bana geyik derisinden son model bir çift çizme önerdi. Yüzyıl dayanıklı oldukları konusunda garanti verdi. “Ben değilim!” dedim. Artık aşındırarak fazla yolum yok. Ben ayakkabılarımın benden sonra yaşamalarını istemiyorum. Hem benim bir çift ayakkabıya ihtiyacım yok. Zira tek ayağım çukurda. (s.191).”



## Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Yaşlılık dönemi, gelişim dönemi basamaklarında en sonda yer alan bireyin biyo-psiko-sosyal açıdan çoğunlukla olumsuz yönde etkilendiği bir gelişim dönemidir. İncelenen edebi eserde yazarın yaşlandıkça; işitme fonksiyonlarının azaldığı (fizyolojik, biyolojik), saçlarının ağardığı - cildinin sarktığı (fiziksel görünüm), daha duygusal bir hal aldığı, süperego'dan sıyrılarak (ahlâki) daha tutarlı ve isteklerini doğrudan ifade edebildiği (bilişsel) bir süreçten geçtiği görülmektedir. Buna ek olarak yine yaşlandıkça yazarın; cinsel dürtülerinin azaldığı, çalışmaması karşılığında kendisine para teklif edildiği için (emeklilik) bunu bir aşağılanma işareti olarak gördüğü, sağlık sorunlarının artarak ilerlediği ve bu nedenle 'beslenme ve diyet'in bir yaşlının yaşamında olmazsa olmazların içerisinde yer aldığı, tutkuların sürekli ertelenmesinin ileride pişmanlığa dönüştüğü, bu nedenle tutkuların ertelenmeden yaşanması gerektiğine işaret ettiği görülmektedir. Son olarak yazar, ölüme yaklaşma hissiyle ölümden sonraki yaşamın varlığına ilişkin umutlu olmaya çalıştığı görülmektedir. Literatür incelendiğinde, benzer şekilde yaşlılığın hem yaşlılar (Apak et al., 2021) hem de genç bireyler tarafından (Apak & Yılkan, 2020) dezavantajlı bir dönem olarak algılandığı görülmektedir. Örneğin araştırmacılar yaşlılık dönemini, sosyal açıdan dışlanma (yaşlı bireyin toplumsal, siyasal ve ekonomik haklarından mahrum edilme) riskinin arttığı bir dönem olarak vurgulamışlardır (Apak & Apak, 2020). Buna ek olarak, üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen, yaşlı cinselliğine yönelik algıların ortaya konmasının amaçlandığı bir başka çalışmada gençlerin yüzde yetmişinden fazlasının yaşlı cinselliğine olumsuz baktığı saptanmış, yine aynı çalışmada yaşlılıkta cinselliğin iğrenç olduğuna dair metaforlar dikkat çekmiştir (Apak & Yılkan, 2020). Bu açıdan bakıldığında yaşlılığa ilişkin geçmişten günümüze gelen bu olumsuz bakış açısının (Apak & Aka, 2020) daha ağır bir ifade ile onlara yönelik yapılan bu yaftalamanın, yaşlı bireylerin kendilik algılarını olumsuz etkilediği ifade edilebilir. Özetle ifade etmek gerekirse, doküman analizinden elde edilen bulguların yukarıda ifade edilen alanyazın ile paralellik gösterdiği ifade edilebilir.

Sinema dünyasına bakıldığında yapılan popüler filmlerin önemli bir kısmının romanlardan uyarlandığı görülmektedir. Örneğin, Yurtdışından J. K. Rowling'in Harry Potter serisi, Stephen King ve Dan Brown'ın birçok eseri, Türkiye'de ise Aziz Nesin, Yaşar Kemal, Orhan Kemal, Peyami Safa ve daha birçok yazarın eserlerinin filmlere konu olduğu görülmektedir. Bu durum bir bakıma edebi eserlerin bireyler üzerinde bıraktığı derin etkiyi açıkça ortaya koyan ifade yöntemlerinden biri olarak düşünülebilir. Öte yandan her uyarlanan filmin, uyarlandığı eserin orijinali kadar etkili olup olmadığı da çoğu zaman tartışmalı bir konudur. Durum ne olursa olsun hem okuma hem Tv izleme oranlarına bakıldığında, kitap okumanın yararlarını ortaya koyan onca bilimsel çalışmaya rağmen (Berns, Blaine, Prietula, & Pye, 2013; Houston et al., 2014; Kidd & Castano, 2013) tüm dünyada kitapların, televizyonların gölgesinde kaldığı ifade edilebilir. Aslında üzerine düşünüldüğünde bu cümle bile kendi içerisinde bir paradoks belirtmektedir. Çünkü okuma oranları bu kadar düşükken yapılan bilimsel çalışmaların okunurluğu neredeyse apayrı bir konudur. Indiana Üniversitesinde yapılan bir çalışmada (Meho, 2007), yapılan bilimsel çalışmaların neredeyse %90'ının hiç alıntılanmadığı, %50'sinin ise makalenin yazarı, dergi editörü ve hakemlerden başka hiç kimse tarafından okunmadığı ortaya konmuştur. Okuma eyleminin bu denli dezavantajlı bir konuma düştüğü bilim merkezlerinde bile kitap okuma etkinliklerinin eğitim-öğretim sürecindeki rolüne ilişkin bilimsel çalışmaların yeterli ragbeti görmemesi düşündürücüdür.

Özellikle geleceğin bilim adamlarını / aydınlarını yetiştirilmesi beklenen üniversitelerin ve burada görev yapan akademisyenlerin bu sorunu görmesi ve bu sorunu çözmeye yönelik çeşitli müdahale stratejileri geliştirmeleri oldukça önemlidir. Bu anlamda ortalama bir üniversite gencinin eleştirel okuma yapabilmesi, okuduklarını sorgulayabilmesi, analiz edebilmesi ve önceki öğrenmeleriyle arada bağ kurabilmesi gerekir. Bu ifade edilen becerilerin gelişimi ise girdiği dersin sorumluluğunu üstlenen, öğrencinin ihtiyaçlarının farkında olan ve buna yönelik öğretme stratejileri geliştiren yaratıcı akademisyenlerin varlığı ile mümkün olabilir. Benzer şekilde uygulanan yöntemlerin bilimsel çalışmalara dönüştürülmesi ve bu alandaki diğer araştırmacılar

ve uygulayıcılarla paylaşılması, kullanılan yöntemlerin gelişmesine ve yaygınlaşmasına katkıda bulunabilir. Örneğin yaşlı bir bireyle/danışanla karşılaşmadan önce (yaşlıların) içinde buldukları yaşam dönemi gereği ne tür sorunlar yaşadıklarını ve bu dönemin özelliklerini edebi eserler üzerinden incelemek öğrencilerin hem pratik uygulamalarda hata yapabilme olasılıklarını hem de etik süreçlerden kaynaklanabilecek kaygılarını minimize edeceği için öğrenmeyi daha kalıcı bir hale getirecektir (Kaya, 2022). Bu da ileriki yıllarda öğrencilerin dahil olacağı uygulama derslerine daha başarılı ve öz güvenli bir şekilde katılımlarına katkı sağlayacaktır. Bununla birlikte, bu çalışmanın başka araştırmacı ve uygulayıcılar tarafından (kendi çalışmalarına uyarlanması) kullanılması, eleştirilmesi, farklı bakış açılarının dahil edilmesiyle daha gelişmiş bir hal alabilir. Son olarak, araştırmanın sadece nitel veri yöntemine dayandırılması ve tek bir dokümanın (romanın) ele alınması ve yaşam dönemlerinden sadece yaşlılık döneminin ele alınması, bu çalışmayı özgün kılan yönler arasında sayılabilir. Öne sürülen bu modelin “gelişim psikolojisi”, “yaşlılık psikolojisi” ile “yaşam dönemleri ve uyum problemleri” gibi derslerin öğretimindeki etkisini ortaya koyan benzer çalışmalar yapılabilir ve bu modelin etkililiği öğrencilerin görüş ve ifadeleriyle test edilip, yine onların önerileri doğrultusunda daha da geliştirilebilir.

## Kaynakça

- Altheide, D. L. (2000). Tracking discourse and qualitative document analysis. *Poetics*, 27(4), 287-299. doi:[https://doi.org/10.1016/S0304-422X\(00\)00005-X](https://doi.org/10.1016/S0304-422X(00)00005-X)
- Apak, E. & Aka, V. (2020). Medyada yaşlı temsillerinin 87 yıllık dönüşümü: Cumhuriyet Gazetesi örneği 1930-2017. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi* , 13 (1) , 19-26 . DOI: 10.46414/yasad.644320
- Apak, E. & Apak, H. (2020). Yaşlılarda sosyal dışlanma ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kadim Akademi SBD*, 4(1), 1-15. <https://doi.org/10.55805/kadimsbd.693586>.
- Apak, E., Apak, H. & Doğan, B. (2021). Kırsal alanda yaşayan yaşlılarda sosyal dışlanma: Sosyodemografik değişkenlerle ilişkiler. *Akademik Matbuat*, 5(2), 143-164.
- Apak, E. & Yılkan, İ. (2020). Üniversite öğrencilerinin yaşlı cinselliğine yönelik algılarının metafor analizi ile incelenmesi. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4 (3) , 64-72 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tushad/issue/58091/732516>
- Aras, G. (2015). Personality and individual differences: Literature in psychology-psychology in literature. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 185, 250-257. doi:<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.452>
- Baştuğ, G., Gidemen, H., Karaburun, A., Kazancı, Ö., Kızıldağ, H., Kışlıoğlu, M. G., & Koç, A. (2020). Başladığı yerde sonlanan varoluşsal mücadele: Sokaktaki adam yaşlılık psikolojisi kapsamında farklı bir yaklaşım. *Kriz Dergisi*, 28(1), 45-56.
- Berns, G. S., Blaine, K., Prietula, M. J., & Pye, B. E. (2013). Short-and long-term effects of a novel on connectivity in the brain. *Brain connectivity*, 3(6), 590-600. doi:<https://doi.org/10.1089/brain.2013.0166>
- Bowen Glenn, A. (2009). Document Analysis as a Qualitative Research Method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40. doi:<https://doi.org/10.3316/QRJ0902027>

- Cnntürk. (2017). Türkiye kitap okuma oranında kaçınıcı sırada? Retrieved from <https://www.cnnturk.com/video/turkiye/turkiye-kitap-okuma-oraninda-kacinci-sirada>
- Fournier, J.-L. (2012). *Son Siyah Saçım ve İhtiyar Delikanlılara Bazı Öğütler* (B. Köker, Trans. 1 ed.). Ankara: Yapı Kredi Yayınları.
- Gilbert, S. F. (2000). Aging: The Biology of Senescence. In G. S.F. (Ed.), *Developmental Biology* (6th ed.). Sunderland (MA): Sinauer Associates
- Grbich, C. (2013). *Qualitative Data Analysis: An Introduction*. ( 2. ed.). London: Sage Publications.
- Houston, S. M., Lebel, C., Katzir, T., Manis, F. R., Kan, E., Rodriguez, G., & Sowell, E. R. (2014). Reading skill and structural brain development. *Neuroreport*, 25(5), 347. doi:<https://dx.doi.org/10.1097%2FWNR.0000000000000121>
- İlgar, L. (2008). Yaşlılık Dönemi Sosyal Özellikleri ve Serbest Zaman Etkinlikleri. In K. Ersanlı & M. Kalkan (Eds.), *Psikolojik Sosyal ve Bedensel Açından Yaşlılık*. Ankara: Pegem.
- Jung, C. G. (2011). *Modern Man in Search of a Soul* (W. S. B. Dell, C.F, Trans.): North American E-book Copyright.
- Kaya, M. S. (2022). Using literary works to teach psychopathology: a qualitative document analysis regarding alcohol use disorder. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 9(4), 1328-1341. doi:10.52380/ijpes.2022.9.4.940
- Kaya, M. S., & Yıldırım, T. (2020). *Ergenlerde gelişimsel ve travmatik sorunlar* (1 ed.). Ankara: Nobel Bilimsel Eserler.
- Kidd, D. C., & Castano, E. (2013). Reading literary fiction improves theory of mind. *Science*, 342(6156), 377-380. doi:10.1126/science.1239918
- Kılıç, M. (2013). *Gerçek yaşam tadında gelişim dönemleri: Yetişkinlik ve yaşlılık*. Ankara: Pegem Akademi.
- Meho, L. I. (2007). The rise and rise of citation analysis. *Physics World*, 20(1), 32. doi:<https://arxiv.org/ftp/physics/papers/0701/0701012.pdf>
- Merriam, S. B. (1995). What can you tell from an N of 1?: Issues of validity and reliability in qualitative research. *PAACE Journal of lifelong learning*, 4, 51-60.
- Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2015). *Qualitative research: A guide to design and implementation*: John Wiley & Sons.
- Sak, R. , Şahin Sak, İ. T. , Öneren Şendil, Ç. & Nas, E. (2021). Bir araştırma yöntemi olarak doküman analizi . Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi , 4 (1) , 227-256 . DOI: 10.33400/kuje.843306
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span Development* (17 ed.). USA: McGraw-Hill Education.
- Sargın, N. (2017). Yaşlılık psikolojisine örnek: Abbas Sayar'ın can şenliği romanı. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 243-251.
- Statista. (2018a). Average time spent watching television daily in European countries in 2018. Retrieved from <https://www.statista.com/statistics/422719/tv-daily-viewing-time->

[europe/#:~:text=According%20to%20the%20source%2C%20the.minutes%20per%20day%20in%202018.](#)

Statista. (2018b). Where Europeans Read The Most And Least. Retrieved from <https://www.statista.com/chart/13608/where-europeans-read-the-most-and-least/#:~:text=People%20spend%20anywhere%20from%202,6%20and%205%20minutes%20respectively.>

Timetürk. (2017). Türkiye, günde 1 dakika kitap okuyor 6 saat TV izliyor! Retrieved from <https://www.timeturk.com/turkiye-gunde-1-dakika-kitap-okuyor-6-saat-tv-izliyor/haber-692421>

Türkan, M., & Sezer, S. (2017). Yaşlı yoksulluğunun yarattığı sosyal ve psikolojik sorunlar: Muğla örneği. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(4), 35-57. doi:<https://doi.org/10.30803/adusobed.356218>

Whittemore, R., Chase, S. K., & Mandle, C. L. (2001). Validity in qualitative research. *Qual Health Res*, 11(4), 522-537. doi:10.1177/104973201129119299

Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (10 ed.). Ankara: Seçkin Yayıncılık.

#### ETİK ve BİLİMSEL İLKELER SORUMLULUK BEYANI

Bu çalışmanın tüm hazırlanma süreçlerinde etik kurallara ve bilimsel atıf gösterme ilkelerine riayet edildiğini yazar(lar) beyan eder. Aksi bir durumun tespiti halinde Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi'nin hiçbir sorumluluğu olmayıp, tüm sorumluluk makale yazarlarına aittir.

#### ARAŞTIRMACILARIN MAKALEYE KATKI ORANI BEYANI

1. yazar katkı oranı : % 100