

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

WATSON İNSAN BAKIM KURAMINA DAYALI SANAT
TEMELLİ ANIMSAMA TERAPİSİNİN YAŞLI
BİREYLERDE HAYATIN ANLAMI VE İYİLİK HALİ
ÜZERİNE ETKİSİ: BİR EYLEM ARAŞTIRMASI

Tuğçe KAPLAN UYAN

DOKTORA TEZİ

2024-ANTALYA

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

**WATSON İNSAN BAKIM KURAMINA DAYALI
SANAT TEMELLİ ANIMSAMA TERAPİSİNİN YAŞLI
BİREYLERDE HAYATIN ANLAMI VE İYİLİK HALİ
ÜZERİNE ETKİSİ: BİR EYLEM ARAŞTIRMASI**

Tuğçe KAPLAN UYAN

DOKTORA TEZİ

DANIŞMAN
Doç. Dr. İlkay KESER

“Kaynakça gösterilerek tezimden yararlanılabilir”

2024-ANTALYA

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne;

Bu çalışma jürimiz tarafından Hemşirelik Anabilim Dalı Psikiyatri Hemşireliği Programında Doktora tezi olarak kabul edilmiştir. .../...../.....

İmza

Tez Danışmanı : Doç. Dr. İlkay KESER
Akdeniz Üniversitesi

Üye : Prof. Dr. İlhan GÜNBAYI
Akdeniz Üniversitesi

Üye : Doç. Dr. Kerime BADEMLİ
Akdeniz Üniversitesi

Üye : Doç. Dr. Aysel KARACA
Düzce Üniversitesi

Üye : Doç. Dr. Elif AŞIK
Süleyman Demirel Üniversitesi

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu'nun/...../..... tarih ve/..... sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Melike CENGİZ

Enstitü Müdürü

ETİK BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı beyan ederim.

Öğrencinin

Tuğçe KAPLAN UYAN

İmza

Tez Danışmanı

Doç. Dr. İlkay KESER

İmza

TEŞEKKÜR

Doktora eğitimim boyunca her zaman yanımda olan, beni destekleyen ve yolumu aydınlatan sayın danışmanım Doç. Dr. İlkay KESER'e,

Tezimin uygulama aşamasında her türlü kolaylığı sağlayan, yardımlarını esirgemeyen Özel Isparta Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi yönetimi ve tüm çalışanlarına,

Tez çalışmama katılan, benimle biricik ve değerli yaşam deneyimlerini paylaşan kıymetli katılımcılara,

Araştırma sürecimde beni her zaman destekleyen ve anlayışla karşılayan Süleyman Demirel Üniversitesi Hemşirelik Bölümünde birlikte çalıştığım akademik personele,

Doktora eğitimimin her aşamasında destek sağlayan ve etkili iletişim kuran Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü çalışanlarına,

Zorlu doktora eğitimi sürecimde beni hep motive eden, destek olan, anlayış gösteren sevgilim, canım eşim Muhammet UYAN'a, bu süreçte hep yüzümü güldüren canım kardeşlerim Ramazan KAPLAN ve Burak KAPLAN'a, hayatımdaki her mutlu anımda ve başarımda imzaları bulunan, bugünlere gelmemdeki en büyük paya sahip olan, her türlü sıkıntıda yanımda olan, desteklerini her zaman hissedeceğim biricik annem Fadime KAPLAN ve babam Kazım KAPLAN'a sevgi, saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

Tuğçe KAPLAN UYAN

Haziran, 2024

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı, Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlılarda hayatın anlamı ve amacı ve iyilik hali üzerine etkisini değerlendirmektir.

Yöntem: Bu araştırma nitel ağırlıklı araştırma yöntemlerinden, radikal hümanist paradigmaya dayalı, katılımlı eylem araştırması deseniyle tasarlanmıştır. Araştırma, Isparta Merkezde bulunan Özel Isparta Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nde yapılmıştır. Örneklem seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Araştırmada eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem verileri (eylemi takip eden 1. ayın sonunda), bireysel görüşmeler ve ölçekler (Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği, Genel İyi Oluş Ölçeği) aracılığıyla elde edilmiştir. Elde edilen veriler doğrultusunda katılımcılara Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulanmıştır. Nicel veriler SPSS paket program ile analiz edilmiş; nitel verileri ise NVivo paket program ile betimsel analiz yöntemi ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Katılımcıların (n=18) eylem öncesi ve eylem sonrası ölçek puanları karşılaştırıldığında Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği ve Genel İyi Oluş Ölçeği puan ortalamalarının anlamlı düzeyde arttığı saptanmıştır ($p<0,05$). Katılımcıların Watson İnsan bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisine ilişkin yüksek düzeyde memnuniyet bildirdikleri belirlenmiştir. Nitel verilerin nicel bulguları desteklediği görülmüştür.

Sonuç: Bu çalışmanın sonuçları, Watson insan bakım kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin, yaşlı bireylerde hayatın anlamı ve amacını bulmalarını desteklediğini ve genel iyilik hallerini artırdığını göstermektedir. Bu kapsamda Watson insan bakım kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlı bireylere uygulanması ve farklı parametreler üzerine etkisinin değerlendirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: insan bakım kuramı, anımsama terapisi, sanat, hayatın anlamı, iyilik hali

ABSTRACT

Objective: The purpose of this study is to evaluate the effect of Art-Based Reminiscence Therapy based on Watson's Theory of Human Caring on the meaning and purpose of life, as well as well-being, in the elderly.

Method: This research is designed as a participatory action research pattern based on the radical humanist paradigm, utilizing predominantly qualitative research methods. The study was conducted at the Private Isparta Nursing Home and Elderly Care Center located in Isparta City Center. Criterion sampling was used for sample selection. Pre-action, post-action, and follow-up (at the end of the first month following the action) data were obtained through individual interviews and scales (Meaning and Purpose of Life Scale, General Well-Being Scale). Based on the data obtained, participants were subjected to Art-Based Reminiscence Therapy based on Watson's Theory of Human Caring. Quantitative data were analyzed using the SPSS package program, while qualitative data were analyzed using the NVivo package program through descriptive analysis method.

Results: When the pre-action and post-action scale scores of the participants (n=18) were compared, the mean scores of the Meaning and Purpose of Life Scale and General Well-Being Scale ($p<0.05$) were significantly higher. It was determined that the participants reported a high level of satisfaction with Art-Based Reminiscence Therapy Based on Watson Human Care Theory. Qualitative data were found to support the quantitative findings.

Conclusion: The results of this study indicate that Art-Based Reminiscence Therapy based on Watson's Theory of Human Caring supports elderly individuals in finding meaning and purpose in life and enhances their overall well-being. In this context, it is recommended to apply Art-Based Reminiscence Therapy based on Watson's Theory of Human Caring to elderly individuals and evaluate its effects on different parameters.

Key words: Human caring theory, reminiscence therapy, art, meaning of life, well-being.

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT	ii
İÇİNDEKİLER	iii
TABLolar DİZİNİ	vi
ŞEKİLLER DİZİNİ	viii
SİMGELER ve KISALTMALAR	ix
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. Yaşlanma	3
2.2. Yaşlılarda İyilik Hali ve Hayatın Anlamı	4
2.3. Yaşlanma Sürecinin Yönetimi	6
2.4. Anımsama Terapisi	7
2.5. Sanat ve Anımsama Terapisi	10
2.6. Watson İnsan Bakım Kuramı	12
2.7. Araştırma Soruları ve Araştırma Sayıtları	18
3. GEREÇ ve YÖNTEM	20
3.1. Araştırmanın Tipi	20
3.2. Araştırma Basamakları	21
3.3. Araştırmanın Yeri	23
3.4. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	23
3.4.1. Örneklem büyüklüğünün hesaplanması	23
3.5. Veri Toplama Araçları	27
3.6. Eylem Öncesi Veri Toplama	30
3.7. Eylem Öncesi Verilerin Analizi	30
3.7.1. Nitel verilerin analizi	30
3.7.2. Nicel verilerin analizi	31
3.8. Eylem: Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi	31

3.8.1. Eylem protokolünün oluşturulması	31
3.8.2. Ön uygulamanın yapılması	39
3.8.3. Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisi uygulaması	39
3.9. Eylem Sonrası Veri Toplama	40
3.10. Eylem Sonrası Verilerin Analizi	40
3.10.1. Nitel verilerin analizi	40
3.10.2. Nicel verilerin analizi	41
3.11. Araştırmanın Geçerlik ve Güvenirliği	43
3.12. Araştırmanın Etik ve Yasal Boyutu	47
3.13. Araştırmanın Bağımlı ve Bağımsız Değişkenleri	48
3.14. Araştırmanın Sınırlılıkları	48
4. BULGULAR	49
4.1. Nicel Verilere İlişkin Bulgular	49
4.1.1. Hayatın anlamı ve amacı ölçeğine ilişkin bulgular	49
4.1.2. Genel iyi oluş ölçeğine ilişkin bulgular	50
4.1.3. Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti	52
Değerlendirme Formuna İlişkin Bulgular	
4.2. Nitel Verilere İlişkin Bulgular	53
4.2.1. Eylem öncesi nitel verilere ilişkin bulgular	53
4.2.2. Eylem sonrası nitel verilere ilişkin bulgular	66
4.2.3. İzlem nitel verilere ilişkin bulgular	79
4.2.4. Eylem öncesi ve eylem sonrası nitel verilerin karşılaştırılması	91
5. TARTIŞMA	97
5.1. Hayatın Anlamı ve Amacına Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi	97
5.2. Genel İyi Oluş Hali Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi	105
5.3. Bakım Memnuniyetine İlişkin Verilerin Değerlendirilmesi	109

6. SONUÇ ve ÖNERİLER	111
6.1. Nicel Verilere İlişkin Sonuçlar	111
6.2. Nitel Verilere İlişkin Sonuçlar	113
KAYNAKLAR	117
ÖZGEÇMİŞ	131
EKLER	136
Ek 1. Araştırmanın C-T-E planı	
Ek 2. Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi Eylem Protokolü	
Ek 3. Oturumlara Ait Görseller	
Ek 4. Veri Toplama Formları	
Ek 5. Ölçek Kullanım İzinleri	
Ek 6. Etik Kurul Onayı	
Ek 7. Kurum İzin Yazısı	
Ek 8. Aydınlatılmış Onam Formu	

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 3.1.	Örnekleme ait SMMT puanı bilgileri	25
Tablo 3.2.	Örnekleme ait tanıtıcı bilgiler	26
Tablo 3.3.	Örnekleme ait yaş, çocuk sayısı ve kurumda kalma süresi ortalamaları	27
Tablo 3.4.	Uzman görüşlerinin kapsam geçerlilik oranları	32
Tablo 3.5.	Uzman görüşleri doğrultusunda yapılan değişiklikler	36
Tablo 3.6.	Veri toplama ve analiz tarihleri	41
Tablo 3.7.	Araştırma süreci takvimi	42
Tablo 3.8.	Araştırmanın geçerlilik ve güvenirliliği	44
Tablo 4.1.	Hayatın anlamı ve amacı ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem karşılaştırması	49
Tablo 4.2.	Hayatın anlamı ve amacı ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem farkı	50
Tablo 4.3.	Genel iyi oluş ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem karşılaştırması	51
Tablo 4.4.	Genel iyi oluş ölçeğine eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem farkı	51
Tablo 4.5.	Watson iyileştirme süreçlerine göre hasta memnuniyeti değerlendirme formu	52
Tablo 4.6.	Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisi öncesi nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar	54

Tablo 4.7.	Eylem öncesi nitel görüşmelerden elde edilen temaların cinsiyete göre farkı	57
Tablo 4.8.	Katılımcıların eylem öncesinde yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları	65
Tablo 4.9.	Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisi sonrası nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar	67
Tablo 4.10.	Eylem sonrası nitel görüşmelerden elde edilen temaların cinsiyete göre farkı	70
Tablo 4.11.	Katılımcıların eylem sonrasında yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları	77
Tablo 4.12.	Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisi sonrası izlem nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar	80
Tablo 4.13.	Eylem sonrası nitel görüşmelerden elde edilen temaların cinsiyete göre fark	83
Tablo 4.14.	Katılımcıların eylem sonrası izlem sürecinde yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları	90
Tablo 4.15.	Eylem öncesi, sonrası ve izlem nitel verilerinin karşılaştırılması	92
Tablo 4.16.	Eylem öncesi, sonrası ve izlem metaforlarının karşılaştırılması	95

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 3.1.	Araştırma süreci akış şeması	22
Şekil 3.2.	Araştırmanın örnekleme yöntemi kavramsal diyagramı	25



SİMGELER ve KISALTMALAR

CTE	: Kavramsal-Teorik-Deneysel Yapı
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
GİÖÖ	: Genel İyi Oluş Ölçeği
HAAÖ	: Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği
HMDF	: Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formu
İS	: İyileştirici Süreçler
KGO	: Kapsam Geçerlilik Oranı
NIC	: Nursing Intervention Classification
NVivo	: Nitel Araştırma Yazılımı
SMMT	: Standardize Mini Mental Test
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu

1. GİRİŞ

Tıp ve teknoloji alanındaki gelişmeler ile beklenen yaşam süresi uzamış (Roffia ve ark., 2023) ve yaşlı nüfus oranı tüm dünyada artış göstermiştir (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>. Erişim tarihi: 13.04.2024). Yaşlı nüfus oranının artması, yaşlılık süreci sorunlarını beraberinde getirmiştir. Yaşlanmayla birlikte yaşlı bireylerde psikolojik, fizyolojik ve sosyal bazı sorunlar ortaya çıkmakta ve dolayısıyla fiziksel (Gothe ve ark., 2020), psikolojik (Charles ve ark., 2023) ve sosyal (Enssle ve Kabisch, 2020) iyilik halinde azalma görülebilmektedir (Bahar ve Başıbüyük, 2019). İyilik hali, bireylerin hayatın içinde anlamlı faaliyetlerini ve sevdiği kişilerle etkileşimini devam ettirirken bir yandan da umutlarını, güçlü yanlarını, hedef ve amaçlarını keşfetmesini içermektedir (McMahon ve Fleury 2012; Owen ve Çelik, 2018). Hayatta anlam ve amacın olması, sağlığın korunması ve geliştirilmesinde oldukça önemlidir (Kim ve ark., 2020). Modern felsefede hayatın anlamı “iyi yaşam” veya “insanın gelişmesi” açısından incelenirken, modern sosyal bilimlerde (psikoloji dahil) “iyilik hali” ve “yaşam kalitesi” açısından incelenmektedir (Derkx ve ark., 2020). Bu nedenle iyilik halinin azalması yaşlı bireylerin hayatın anlamı ve amacı ile ilgili düşüncelerini de olumsuz etkileyebilmektedir.

Yaşlılık sürecinde meydana gelen sorunlar ve artan yaşlı nüfus oranı yaşlı bireylerin rehabilitasyon (Akdemir ve Akkuş, 2006) ve sağlık bakım (www.who.com, Erişim tarihi: 10.05.2024) gereksinimlerinin artmasına neden olmuş ve yaşlı yetişkinlerin psikososyal sağlığı küresel bir halk sağlığı sorunu haline gelmiştir (Rudnicka ve ark., 2020). Özellikle huzurevinde yaşayan yaşlıların duygusal iyiliğini, bilişsel durumunu, fiziksel durumunu geliştirecek veya problemleri davranışlarını azaltacak sağlığı geliştirme aktivitelerine ihtiyacı vardır (Şahin, 2016). Bu kapsamda yaşlı bireylerin ruh sağlığını koruma ve geliştirmeye yönelik uygulanabilecek müdahaleler arasında anımsama terapisi de bulunmaktadır. Anımsamaya dayalı müdahaleler, yaşlı bireylerde iyilik halini artırmak (Tam ve ark., 2021) ve yaşamı anlamlandırmak (Dempsey ve ark., 2014) için kullanılabilecek en yaygın psikososyal müdahalelerden biridir. Hemşirelik girişimleri sınıflamasında [Nursing Interventions Classification (NIC)] ise anımsama terapisi, ‘zevk almayı, yaşam kalitesini ve mevcut koşullara uyumu artırmak için geçmiş olayları, hisleri

ve düşünceleri hatırlamak' şeklinde tanımlanmaktadır (Bulechek ve ark., 2017). Yaşlı bireyler, uzak geçmişe yönelik anıları daha kolay hatırlama ve paylaşma eğiliminde oldukları için anımsama terapisi, yaşlı bireyler için terapötik bir süreçtir (Berg-Weger ve Stewart, 2017). Anımsama sürecinde özellikle sanatın kullanımı, sosyal bağlantı, kontrol deneyimi ve duyguları hem ifade etme hem de yönetme fırsatı sağlayarak iyileşmeyi destekler. Sanat yoluyla kendi hikayelerini anlatmak, yaşlı bireylerin bilgeliği paylaşımlarına, bir miras bırakmalarına ve hayatlarında anlam bulmalarına olanak tanımaktadır (Johnson ve Sullivan-Marx, 2006). Bu kapsamda sanat temelli anımsama terapisinin yaşlı bireylerin ruh sağlığını olumlu yönde etkileyeceği düşünülmüş ve eylem olarak belirlenmiştir.

Hemşirelik bakım süreci uygulanırken bakımın kalitesini artırmak amacıyla kuramlar yol gösterici olarak kullanılmaktadır (Koç ve ark., 2017; Erbay ve ark., 2018). Bu çalışmanın bakım sürecinde Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin uygulanması planlanmıştır. Kuramda yer alan kişiler arası bakım ilişkisi kapsamında sanat temelli anımsama terapisi uygulanmıştır. Kuramda yer alan iyileştirici çevre anlayışına göre eylemin uygulanacağı ortam düzenlenmiş, iyileştirici süreçler oturumlara entegre edilmiş ve sanat temelli anımsama terapisi aktivitelerinde iyileştirme yöntemleri temel alınmıştır. Psikiyatri hemşireliği felsefesi ile örtüşen Watson'un İnsan Bakım Kuramı, bireylerin sadece fiziksel bakımını değil, aynı zamanda ruhsal, sosyal, kültürel ve spirüel gereksinimlerini ve duygularını ifade etmelerinin sağlanması ile bütüncül bakımın gerçekleştirilebileceği bir kuramdır (Aktaş ve ark., 2020). sLiteratür incelendiğinde Watson İnsan Bakım Kuramının genellikle yaşlı bireylere bakım veren kişilerde bakım yükünün belirlenmesi (Küçükgüçlü ve ark., 2017) ve azaltılması (Mason ve Harrison, 2008; Schossler ve Crossetti, 2008) konularında çalışıldığı; palyatif bakımda kullanıldığı (Aghaei ve ark., 2020), yaşlı bireylerin manevi bakımında hemşirelere yol gösterici olduğu (Veras ve ark., 2019) görülmüştür. Ancak literatürde İnsan Bakım Kuramına dayalı uygulanan anımsama terapisi ile ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmanın amacı, Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlılarda hayatın anlamı ve iyilik hali üzerine etkisini değerlendirmektir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Yaşlanma

Doğası gereği evrensel bir kavram olan yaşlanmanın birçok tanımı bulunmaktadır. Genel olarak yaşlanma, bireyin doğumu ile başlayıp ölümü ile sonuçlanan, hastalıklar olmaksızın da ortaya çıkan bir süreçtir (Aksoydan, 2012). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'ne göre yaşlanma, bireyin çevresel faktörlere uyum sağlama yetisinin giderek azalmasıdır (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>. Erişim tarihi: 13.04.2024). Yaşlanma, kronolojik, fizyolojik, sosyal, psikolojik ve fonksiyonel yaşlanma şeklinde sınıflandırılmaktadır. Kronolojik yaşlanma, bir kişinin o ana kadar yaşadığı yıl sayısı (Chalise, 2019); fizyolojik yaşlanma, genel fizyolojik bütünlüğün tutarlı, zamana bağlı, yavaş yavaş bozulması (Sharma ve Martins, 2020; Mir ve ark., 2023); sosyal yaşlanma, rollerde ve ilişkilerde meydana gelen değişiklikler; psikolojik yaşlanma, hafıza, öğrenme, zeka, kişilik ve başa çıkmadaki değişikliklerdir (Chalise, 2019). Günümüze kadar yaşlanma sürecinin karmaşık doğasını açıklamaya çalışan sayısız sınıflama ve teori yayınlanmıştır. Ancak bu teorilerin hiç biri yaşlanma sürecini tam olarak açıklayamamıştır (Semsei, 2000).

Tıp ve teknoloji alanındaki gelişmeler ile birlikte beklenen yaşam süresi uzamış (Roffia ve ark., 2023) ve yaşlı nüfus oranı tüm dünyada artış göstermiştir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'ne göre 2030 yılına gelindiğinde dünyadaki her 6 kişiden 1'i 60 yaş ve üzerinde olacağı ve 2050 yılına gelindiğinde dünyadaki 60 yaş ve üzeri insan nüfusu ikiye katlanacağı düşünülmektedir (2,1 milyar) (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>. Erişim tarihi: 13.04.2024). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK)'nin 27 Mart 2024'te yayınladığı 2023 Yaşlı İstatistikleri'ne göre, 65 yaş ve üzeri yaşlı nüfusu kapsayan yaşlı nüfus 2018 yılında 7 milyon 186 bin 204 kişi iken, son beş yılda yüzde 21,4 artarak 2023 yılında 8 milyon 722 bin 806 kişi olmuştur. 2018 yılında nüfus %8,8 iken 2023 yılında %10,2'ye yükselmiştir. Nüfus projeksiyonlarına göre yaşlı nüfus oranının 2030 yılında yüzde 12,9, 2040 yılında yüzde 16,3, 2060 yılında yüzde 22,6 ve 2080 yılında ise yüzde 25,6 olması beklenmektedir. TÜİK 2023 verilerine göre yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranının %10,0'ı geçmiş, yaşlı nüfus diğer yaş gruplarına göre daha yüksek oranda artmış ve bu durum nüfusun yaşlandığının bir göstergesi olarak

kabul edilmiştir (<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Elderly-Statistics-2023-53710>)
Erişim tarihi: 18.05.2024).

2.2. Yaşlılarda İyilik Hali ve Hayatın Anlamı

“Hayata yıllar eklemek”, aynı zamanda “Bu yıllara daha fazla hayat ekleyebileceğimiz” anlamına gelmemektedir (Chailse, 2019). Yaşlanmayla birlikte yaşlı bireylerde psikolojik, fizyolojik ve sosyal bazı sorunlar ortaya çıkmakta ve dolayısıyla fiziksel (Gothe ve ark., 2020), psikolojik (Charles ve ark., 2023) ve sosyal (Enssle ve Kabisch, 2020) iyilik halinde azalma görülebilmektedir (Bahar ve Başbüyük, 2019). Bir yaşam biçimi olan iyilik hali, bireylerin optimal düzeyde sağlıklı olmaya davranışsal olarak yönelmesi olarak tanımlanmaktadır. Sağlıklı olmaya yönelmek, beden, akıl ve ruhun bütünleşmesi; sosyal, kişisel ve ekolojik olarak tüm alanlarda işlevsel olmak ve bireylerin kişisel amaçlarına ve anlamlı bir hayat geçirme hedeflerine ulaşmak için çabalamasıdır (Myers ve ark., 2000; Owen ve Çelik, 2018). Ryan ve Deci (2001) iyilik halini hazcı ve eudaimonik olmak üzere iki bakış açısı ile sunmuştur. Hazcı yaklaşıma göre, iyilik hali mutluluk ile eşdeğer kabul edilip zevke ulaşma ve acıdan kaçınma olarak belirtilmektedir. Eudaimonik (Eudaimonia: bir bireyin hayatının bazı kısımlarından ziyade bütün bir hayatının doğru ve iyi şekillenmesi) (Cevizci, 2013; Odabaş, 2019) yaklaşım ise, kendini gerçekleştirme ve anlam üzerine odaklanmaktadır. Bu yaklaşıma göre iyilik hali, bir kişinin başarabileceği işlevsellik derecesi olarak kavramsallaştırılır (Ryan ve Deci, 2001; Galiana ve ark., 2020).

İyilik halini tanımlamaya yönelik olarak Korkut-Owen ve Owen tarafından oluşturulan İyilik Hali Yıldızı Modeli’nde iyilik hali duygusal, yaşamı anlamlandırma ve hedef odaklı olma, bilişsel, sosyal ve fiziksel olarak boyutlandırılmıştır (Korkut-Owen ve ark. 2016). Duygusal iyilik hali, bireyin duygularını fark etmesi ve kontrol edebilmesi, kendine, yaşam durumlarına ve çatışmalara gerçekçi, olumlu ve geliştirici olarak bakabilmesidir. Yaşamı anlamlandırma ve hedef odaklı olma iyi hali, bireyin yaşamın amacını ve anlamını araştırması, amaç ve hedef belirleyebilmesi, bu amaç ve hedeflere ulaşmak için çabalamasıdır. Bilişsel iyilik hali, bireyin entellektüel olarak aktif olmayı sevmesi, öğrenmeye açık olması ve problem çözebilme gibi becerileri barındırmasıdır. Sosyal iyilik hali, bireylerin çevresindeki diğer bireylerle kurduğu etkileşimin niteliği, derecesini ve

çevresindeki yakın kişiler tarafından algıladığı sosyal desteği ifade etmektedir. Fiziksel iyilik hali ise, genel olarak bireyin dengeli ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarına sahip olması, fiziksel olarak aktif yaşam sürmesi gibi bireyin fiziksel sağlığına yönelik davranışları yerine getirmekle ilgili sağlıklı yaşam biçimidir (Owen ve Çelik, 2018).

Yüksel ve ark. (2016) yaş ve cinsiyet gibi değişkenlerden ziyade yaşlı bireylerin yaşama yönelik algılarının yaşam kalitelerini belirleyen bir faktör olduğunu belirtmiştir. Kendi hayatını olumlu yönde şekillendiren, sosyal faaliyetlerde aktif olarak yer alan ve bu sayede hayatının anlamının farkında olan yaşlı bireyler hayatlarının her anından keyif alabilirler. Bu sayede genel iyilik hali olumlu yönde etkilenir. İyilik hali, bireylerin hayatın içinde anlamlı faaliyetlerini ve sevdiği kişilerle etkileşimini devam ettirirken bir yandan da umutlarını, güçlü yanlarını, hedef ve amaçlarını keşfetmesini de içermektedir (McMahon ve Fleury 2012; Owen ve Çelik, 2018). Ayrıca yaşamda bir amacı olan bireylerin, sağlıkla ilgili kararları verirken kendi kendini düzenleme olasılığı daha yüksektir (Kang ve ark., 2019). Sonuç olarak hayatta anlam ve amacın olması, sağlığın korunması ve geliştirilmesinde oldukça önemlidir (Kim ve ark., 2020). Benzer şekilde Viktor Frankl, amaç duygusunun neden bireylerin daha uzun yaşamasına yardımcı olduğunu ele alan önemli bir teori önermiştir. Bireylerin hayatta amaçlarının olması daha büyük bir yaşama isteği sağlamak ve bu da, hastalık gibi olumsuz durumların katlanmaya değer olduğunu düşünmelerinden dolayı kısa vadeli rahatsızlığa dayanmalarını sağladığını belirtmektedir (Frankl, 1985; Kim ve ark., 2020). Bu nedenle iyilik hali ve hayatın anlamının birbirini etkileyen iki kavram olduğu söylenebilir (Steger, 2009; Heintzelman ve King, 2014).

Anlam, bireyin varlığından anlam, düzen veya tutarlılık çıkarmasını ifade etmektedir. Amaç ise niyeti, yerine getirilmesi gereken bazı işlevleri veya ulaşılması gereken hedefleri içermektedir. Kişisel anlam duygusuna sahip olmak, bir amaca sahip olmak ve bir amaç veya hedeflere doğru çabalamak anlamına gelmektedir (Reker ve ark., 1987). Modern felsefede hayatın anlamı “iyi yaşam” veya “insanın gelişmesi” açısından incelenirken, modern sosyal bilimlerde (psikoloji dahil) “iyilik hali” ve “yaşam kalitesi” açısından incelenmektedir (Derkx ve ark., 2020). Hayatın anlamı hakkında Frankl'dan ilham alan bir bakış açısına göre, insanların hayatta net bir amacı olduğunda anlam ortaya çıkmaktadır. Yaşamda bir amaca sahip olmak insanın en temel ihtiyaçlarından biridir.

Ancak çoğu insan için hayattaki amacını bulmak kolay ve açık değildir. Modern yaşam insanları gerçek hedeflerinden uzaklaştırmakta ve birçok insan hayattaki amacını tanımlamakta zorlanmaktadır. Yaşamaya değer bir hayat olarak hayatın anlamının, bazen mutluluk olarak çevrilen ama daha kesin olarak iyi, başarılı ve sorumlu bir şekilde yaşamakla ilgili olan eski Yunanca bir kelime olan eudaimonia fikriyle yakından ilişkilidir (Schippers ve Ziegler, 2019). Yukarıda bahsedildiği gibi iyilik hali kavramı da eudaimonik yaklaşımla açıklanmakta (Ryan ve Deci, 2001; Galiana ve ark., 2020) ve bu literatür bilgisi hayatın anlamı, amacı ve iyilik hali ilişkisini desteklemektedir.

Ergenlik döneminde, hayatın hangi ilkelere göre yaşanması gerektiği üzerinde düşünülmekte ve bu dönemde anlamın peşinde koşmaya başlanmaktadır. Ancak ergenliği takip eden uzun yetişkinlik yıllarında, yetişkinliğin kendisi, evi ve işi ile ilgili sorumluluklara odaklanmak daha önemli bir hal almakta ve mali işler, ebeveynlik, evlilik, sosyal hayat ön plana çıkmaktadır. Yaşlılık döneminde ise hayatın anlamını ve amacını arama davranışı tekrar gün yüzüne çıkmaktadır (Weiss ve Bass, 2002). Yaşlılık, bireylerin yaşamlarının birden fazla kayıpla (sevdikleri bireylerin kaybı, iş ve/veya sağlıkla, sosyal rolleriyle ilgili kayıplar vs.) karşı karşıya kalma olasılığının arttığı bir yaşam dönemidir (Hupkens ve ark. 2018). Bu tür yoğun yaşam olayları, hayata dair belirli bir anlam eksikliği duygusu yaratabilmekte (Hupkens ve ark. 2018; Yulita ve ark., 2023), varoluşsal soruları tetikleyebilmekte (Hupkens ve ark. 2018) ve dolayısıyla fiziksel (Gothé ve ark., 2020), psikolojik (Charles ve ark., 2023) ve sosyal (Ennsle ve Kabisch, 2020) iyilik halinde azalma görülebilmektedir (Bahar ve Başbüyük, 2019). Bu nedenle yaşlı bireylerin iyilik halini, hayattan anlam ve amaç bulmalarını desteklemek oldukça önemlidir.

2.3. Yaşlanma Sürecinin Yönetimi

Yaşlılık sürecinde meydana gelen sorunlar ve artan yaşlı nüfus oranı yaşlı bireylerin rehabilitasyon (Akdemir ve Akkuş, 2006) ve sağlık bakım (www.who.com, Erişim tarihi: 10.05.2024) gereksinimlerinin artmasına neden olmuş ve yaşlı yetişkinlerin psikososyal sağlığı küresel bir halk sağlığı sorunu haline gelmiştir (Rudnicka ve ark., 2020). Yaşlanma, geri dönüşü olmayan bir süreçtir. Ancak bu sürecin geri dönüşsüz oluşu ve bir tedavisinin olmaması, yapabilecek hiçbir şey olmadığı anlamına gelmemektedir. Bu noktada olması gereken yaşlı bireylerin eksikliklerine ve yaşadıkları zorluklara

odaklanmak yerine, hala neler yapabildiklerine ve kendilerini iyi hissetmelerine nasıl yardımcı olunabileceğine dikkat etmektir. Destekleyici bir sosyal ortam yaratarak, bireylerin yaşlanmasına ve demansı bulunmasına rağmen iletişim kurmaya, ilişkileri sürdürmeye ve sosyal olarak dahil olmaya devam etmeleri sağlanabilmektedir (Schweitzer ve Bruce, 2008).

Hemşireler gibi (Akdemir ve Akkuş, 2006) toplum sağlığından sorumlu tüm meslek elemanlarının yaşlı bireylerin iyilik halini (Owen ve Çelik, 2018), hayatın anlamı ve amacını koruma ve destekleme için yapabileceği aktiviteler bulunmalıdır (Guerrero-Torrelles ve ark., 2017). Özellikle huzurevinde yaşayan yaşlıların duygusal iyiliğini, bilişsel durumunu, fiziksel durumunu geliştirecek veya problemli davranışlarını azaltacak sağlığı geliştirme aktivitelerine ihtiyacı vardır. Bu sağlığı geliştirme aktiviteleri iş odaklı (el işleri, bahçe işleri, resim yapma, ahşap oyma, fotoğrafçılık vb.), yemek odaklı (yemek pişirme, doğum günleri, piknik, çay saatleri vb.), egzersiz (aerobik, direnç egzersizleri, wii oyunları gibi), bilişsel uyarı amaçlı (bilişsel uyarı terapileri, anımsama, tartışma grupları vb.), müzikli (şarkı söyleme, müzik aleti çalma, dans etme), dini (dini hizmetler, dini törenler, ilahiler vb) ve bilgisayar destekli (skype, bilgisayar oyunları, sanal seyahatler) aktiviteler olabilir. Bu aktiviteler ile yaşlının sağlık durumu geliştirilip korunabileceği gibi yaşlının huzurevine uyumu, huzurevinde eğlenceli ve anlamlı vakit geçirmesi sağlanarak yaşam kalitesinin artırılması da sağlanabilecektir (Şahin, 2016). Bu kapsamda yaşlı bireylerin ruh sağlığını koruma ve geliştirmeye yönelik uygulanabilecek müdahaleler arasında anımsama terapisi de bulunmaktadır. Anımsamaya dayalı müdahaleler, yaşlı bireylerde iyilik halini artırmak (Tam ve ark., 2021) ve yaşamı anlamlandırmak (Dempsey ve ark., 2014) için kullanılabilecek en yaygın psikososyal müdahalelerden biridir.

2.4. Anımsama Terapisi

Anımsama terapisi ilk olarak 1963'te Eric Erickson'un büyüme ve gelişme teorisine temellendirilerek Robert Butler tarafından geliştirilmiştir (Cuevas ve ark., 2020). Özellikle psikososyal gelişimin sekizinci ve son aşaması olan 'umutsuzluğa karşı ego bütünlüğü' aşamasına temellenmiştir. Bu aşamada kişi yaşadığı hayata dönüp bakmakta ve anlam bulmaktadır. Bu süreçte yaşanan hayat bütünüyle kabul edilebiliyorsa 'ego

bütünlüğü' sağlanmış olmaktadır (MacLeod ve ark., 2020). Butler'in görüşlerinden önce yaşlı bireylerin geçmiş yaşam olaylarından bahsetmelerinin yaşlılığın getirdiği olumsuz bir durum olarak değerlendirilmekteydi. Buna karşılık Butler, yaşamı gözden geçirmenin normal olduğunu öne sürmüştür. İnsanlar yaşamın sonuna yaklaştıkça, deneyimlerini farklı bir perspektife oturtmak, geçmiş çatışmaları çözmek, kayıplar ve değişimler için üzölmek, kendilerini ve başkalarını affetmek, başarıları kutlamak istediklerini ve bu durumun doğal olduğunu belirtmiştir (Kunz ve Soltys, 2007).

Anımsama terapisi için en kapsamlı tanım Bluck ve Levine tarafından yapılmıştır: "Anımsama, istemli ya da istemsiz olarak kişinin geçmişteki anılarını hatırlaması sürecidir. Unutulmuş ya da unutulmamış, özel ya da genel anılar ve geçmiş deneyimler hatırlanıldığında gerçeğe yakın duyguların yeniden yaşanmasıdır. Bu hatırlama birebir olabileceği gibi başkalarıyla birlikte de olabilir." Bu tanımda üç önemli noktaya dikkat çekilmiştir. Birincisi; anımsamanın günlük yaşantımızda her an olduğu. İkincisi; unutulmuş anıların tekrardan hatırlanıldığı ki bu istemli hatırlama, anımsama girişiminin temelidir. Üçüncüsü ise; hatırlanan anılar ile o zamanki duyguların yeniden yaşandığı belirtilmiştir (Şahin, 2016). Hemşirelik girişimleri sınıflamasında [Nursing Interventions Classification (NIC)] ise anımsama terapisi, 'zevk almayı, yaşam kalitesini ve mevcut koşullara uyumu artırmak için geçmiş olayları, hisleri ve düşünceleri hatırlamak' şeklinde tanımlanmaktadır (Bulechek ve ark., 2017). 19 Nisan 2011 tarihli Hemşirelik Yönetmeliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik'te anımsama terapisi (reminisans terapi), hemşirenin bağımsız uygulayabileceği bir girişim olarak sınıflanmıştır (<http://www.turkhemsirelerdernegi.org.tr>/Erişim: 21.04.2024).

Anımsama terapisinin sekiz önemli işlevi bulunmaktadır (Cappeliez ve Robitaille, 2010):

- 1) Kimlik ve özgüven
- 2) Sorun çözme ve sorunlarla yüzleşmede güçlü yönlerin farkına varma
- 3) Ölüme hazırlanmak ve kabulünü kolaylaştırmak
- 4) Öğretme/bilgilendirme amaçlı hayat hikâyelerini paylaşma
- 5) Başkalarıyla konuşma ve iletişim yolları oluşturma
- 6) Acıyı canlandırmak ve zor yaşam olaylarının anılarını gözden geçirmek
- 7) Sıkıntıyı azaltmak ve hafifletmek için anıları hatırlamak

8) Samimiyeti korumak ve hayattaki önemli insanları hatırlamak

Yaşamı gözden geçirme süreci, ölüme yaklaştıklarının farkında olan herkesin yaşadığı normatif bir süreçtir. Hayatı gözden geçirme sürecinin bir parçası olarak, bireyler tüm yaşamlarına dönüp bakarlar, geçmiş çatışmaları çözmeye çalışırlar, olumsuz deneyimleri kabul ederler, başarıları ve deneyimleri kutlarlar veya bunların tadını çıkarırlar ve genel olarak bir başarı ve tamamlanma duygusu hissederler (Kunz ve Soltys, 2007). Soltys ve Coats'a göre (1995), anımsama terapisi, insanların yaşam deneyimlerini anlamalarına, yeniden bütünleştirmelerine ve yeniden yapılandırmalarına yardımcı olmayı, kendilerini yeniden onaylamalarını ve yaşamın anlamını yeniden oluşturmalarını sağlamaktadır. Aynı zamanda anımsama, yaşlı yetişkinlerde kendini ifade etme ve anlama becerilerini geliştirme, günlük yaşam uyumlarını geliştirme ve yaşamda anlam ve kalıcılık bulma konusunda farkındalığı kolaylaştırmaktadır (Sellers ve Stork, 1997). Yaşlı bireylerin geçmiş yaşamlarını hatırlamalarına ve kimliklerini korumalarına yardımcı olan bir müdahale olan anımsama terapisi, yaşlıların yaşamın anlamı ve tutarlılık duygusuyla yeniden bağlantı kurma yeteneğini geliştirerek (Dempsey ve ark., 2014) hatıralar aracılığıyla hayatlarındaki olayları incelemesini ve hayatlarının anlamını düşünmesini sağlamaktadır (Ching-Teng ve ark., 2020).

Yaşlı bireyler, uzak geçmişe yönelik anıları daha kolay hatırlama ve paylaşma eğiliminde oldukları için anımsama terapisi, yaşlı bireyler için terapötik bir süreçtir (Berg-Weger ve Stewart, 2017). Yaşlı bireylerin kendilerini daha iyi anlamalarına, öz saygılarını artırmalarına ve sosyalleşmelerini teşvik etmelerine yardımcı olmak için geçmiş yaşamlarını gözden geçirmeleri, yeniden deneyimlemeleri ve yeni yorumlar üretmeleri için yönlendirildiği bir tedavi sürecini ifade eder (Hsieh ve Wang, 2003). Anımsama, yaşlı bireylerin, yaşlı yetişkinlik dönemindeki gelişim görevlerini başarılı bir şekilde yerine getirmesine yardımcı olabilecek, hayatında anlam ve amaç bularak bütünlük duygusuna ulaşmasını sağlayacak bir aktivitedir (MacKinlay ve Trevitt, 2010). Bağımsız bir hemşirelik girişimi olan anımsama terapisinde bireylerin geçmiş yaşamı ile bağ kurabileceği ses, video, resim ya da herhangi bir obje kullanılmaktadır (Subramaniam, 2012; Cotelli ve ark., 2012; Şahin, 2016). Farklı bilişsel düzeydeki yaşlılara uygulanabilen bu müdahale (Lazar ve ark., 2014) bireysel ya da gruplar şeklinde uygulanabilmektedir

(Şahin, 2016). Bu müdahalede, yaşlı bireylerin geçmiş olumlu deneyimlerini anımsamaları sağlanarak, bu deneyimler üzerine konuşulmakta ve bireysel ya da grup içerisinde olumlu duyguların paylaşımı sağlanmaktadır (Aşiret ve Kapucu, 2015). Genel olarak grup olarak uygulanan anımsama terapisi, katılımcıların konuşma yoluyla birbirlerini uyarmalarına olanak sağladığı ve dikkat sürelerini arttırdığı için yaygın olarak kullanılmaktadır. Bireysel anımsama terapisinin, kişi merkezli bir yaklaşıma odaklanması nedeniyle de faydaları bulunmaktadır (Park ve ark., 2019).

2.5. Sanat ve Anımsama Terapisi

Anımsamayı teşvik etmek ve hafızayı canlandırmak için işitsel, görsel, koku alma veya dokunma duyularını kullanmak, daha az hatırlanan materyale erişmenin bir yolu olabilir. Lewis ve Butler (1974) ayrıca, soykütük araştırmasını teşvik etmek, bir araya gelmelere katılmak ve kişinin doğduğu yere seyahat etmek gibi anımsamayı teşvik etmenin çeşitli yolları olduğunu belirtmiştir (Bluck ve Levine, 1998). Müdahale sırasında kullanılan hatırlatıcı nesneler hafızayı veya kimlik duygusunu tetiklemek içindir (<https://www.goodtherapy.org/learn-about-therapy/types/reminiscence-therapy>. Erişim tarihi: 18.04.2024). Özellikle resimler, eski oyuncaklar, radyo ekipmanları, müzik, yemek, çiçekler, fırında ekmek pişirme gibi beş duyuya hitap eden sayısız hatırlatıcı uyaran kullanılabilir (Webster ve Haight, 2002). Anımsama terapisi sürecinde ses ya da video gibi materyaller kullanılarak yapılan odak terapiler (örn. anımsama odaklı müzik terapisi) de bulunmaktadır (Ashida, 2000). Özellikle süreçte sanatın kullanımı, sosyal bağlantı, kontrol deneyimi ve duyguları hem ifade etme hem de yönetme fırsatı sağlayarak iyileşmeyi destekler. Sanat, sözsüz iletişimi kolaylaştırır ve yaşamı gözden geçirme yoluyla anlam bulma fırsatı sunar (Johnson ve Sullivan-Marx, 2006). Sanat çalışması, nesnel ve öznel gerçeklik arasında bir köprü oluşturur. Hastanın dünyasındaki çeşitli tasarımlar, artistik formlar yoluyla yansıtılır ve paylaşılır. Hasta bu yansıtımlar yoluyla nesne ilişkilerini düzenler ve onların gerisindekileri görebilir. Bu yolla, eğer benlik ortaya çıkan bu primitif materyali anlayabilir ve bunun üzerinde yeterlilik sağlayabilirse ikincil düşünce süreci gelişebilir (Aydın, 2012). Sanat yaratımı yoluyla kendini ifade etmek, insanların hayatlarının anlamını anlamalarına yardımcı olur. Sanat yoluyla kendi hikayelerini anlatmak, yaşlı bireylerin bilgeliği paylaşmalarına, bir miras bırakmalarına ve hayatlarında anlam bulmalarına olanak tanır. Sanat terapisi, danışanların yaşam

incelemesinde kendi hikayelerini anlatmaları için güvenli bir yer yaratır, öz-farkındalığı ve geçmiş deneyimlerin kabulünü teşvik eder. Anımsama terapisi içerisine entegre edilen sanat etkinlikleri, hatırlama süreci ister acı verici ister zevkli olsun, kişiliğin yeniden düzenlenmesini kolaylaştıracak şekilde unutulmuş veya bastırılmış konuların geri çağrılmasını teşvik edebilmektedir (Johnson ve Sullivan-Marx, 2006). Sanat, tanımı gereği duyuları yükseltir. Örneğin resim yapmak görme algısını ve ifadesini artırır; müzik de ses duyusu için aynı şeyi yapar. Sanat temelli anımsama da duyuları yükseltir ve duyuşal çağrışımları tetikler. Bu süreç kelimelerin tek başına ifade edemeyeceği kadar güçlü veya karmaşık anıları uyandırabilir. Ancak sanat temelli anımsamanın amacı yalnızca anıları canlandırmak değil, aynı zamanda bu anıların anlamlarını da incelemektir (Kunz ve Soltys, 2007).

Sanat temelli anımsama (Kunz ve Soltys, 2007):

- Belleğe erişmek ve onu keşfetmek için sözsüz bir yol sunar.
- Duyusal uyarım sağlar ve anımsamayı kolaylaştırır. Duyusal uyaranlar (renkler, fotoğraflar, kumaşlar, parfümler, müzik, yiyecekler vb.) çoğu insan için güçlü çağrışımlar taşır.
- Yaşlıların anımsamasını sağlarken aynı zamanda anılarını estetik bir biçimde muhafaza etmesini sağlar. Bazı yaşlılar bu koşullar altında eski günleri hatırlama konusunda daha yetenekli veya daha istekli olabilir.
- Sosyal katılımı destekler. Araştırmalar sağlıklı yaşlanma için sosyal katılımın gerekli olduğunu belirtmektedir.
- Yaşlı yetişkinlere yaşam boyu öğrenme olanağı sağlanabilir. Katılımcılar bu sayede estetik beceriler kazanır ve geliştirirler.
- Yaşlı yetişkinlerin bireysel kimliklerini güçlendirmesini destekler.
- Yaşlı bireyleri yaşadıkları topluluklara yeniden entegre edebilir. Sanata dayalı anımsama, gelecek nesillere somut bir miras yaratır.

Literatür incelendiğinde sanat ve anımsamanın birlikte kullanımının yaşlı bireylerde kortizol seviyesi ve kan basıncı gibi fizyolojik parametreler üzerinde olumlu etkisinin olduğunu, mental durumu iyileştirdiğini (Takahashi ve Matsushita, 2006), anksiyete

(Mohammadi ve ark., 2011; Mahendran ve ark., 2018), kaygı ve stresi önemli ölçüde azalttığı (Mohammadi ve ark., 2011), bilişsel işlevleri artırdığı (Alders Pike, 2013), depresyonu azalttığı (Kim ve ark., 2016; Mahendran ve ark., 2018), kendini ifade etme becerisini artırdığı (Kim ve ark., 2016), sosyal bağlılık, benlik saygısı, yaşamdaki anlamı, öz süreklilik ve iyimserliği olumlu yönde etkilediğini (İsmail ve ark., 2018) ortaya koymaktadır. Çalışmalarda uygulanan müdahalede sıklıkla sanat materyali olarak müziğin kullanıldığı (Takahashi ve Matsushita, 2006; Mohammadi ve ark., 2011; İsmail ve ark., 2018; Mahendran ve ark., 2018) görülmekle birlikte görsel sanat materyallerinin kullanıldığı çalışmalar da bulunmaktadır (Alders Pike, 2013; Kim ve ark., 2016). Bu kapsamda sanat temelli anımsama terapisinin yaşlı bireylerin ruh sağlığını olumlu yönde etkileyeceği düşünülmüş ve eylem olarak belirlenmiştir.

2.6. Watson İnsan Bakım Kuramı

Yukarıda da bahsedildiği gibi temel sorumluluğu bakım vermek olan hemşirelerin görev tanımı içerisinde; hastaların gereksinimleri doğrultusunda hastaya ve bakım veren bireye yönelik hemşirelik girişimlerini planlama, bakım verme, verdiği bakımı değerlendirme ve bu bakım doğrultusunda gerekli eğitimleri verme ve danışmanlık hizmeti yer almaktadır. Hemşire, bireyi, ailesi ve çevresi ile bir bütün olarak değerlendirmeli, yapmayı planladığı tüm aktiviteleri bu çerçevede doğrultusunda yapmalıdır (Aşiret ve Kapucu, 2015). Bakımın kalitesini artırmak amacıyla bakım sürecinde kuramlar yol gösterici olarak kullanılmaktadır. Bakım sürecinde kullanılan kuramlar hemşirelik uygulamalarının temelini oluşturur. Hemşirenin neyi, niçin yaptığını anlamasına yardımcı olmaktadır. Hemşireler kurama dayalı araştırmalar yaparak bilgilerini geliştirmekte, bakımı uygulamakta, bakımın etkinliğini değerlendirmekte ve sonuca göre bakımını yeniden yapılandırmaktadır. Bu sayede, mesleğin gelişimi ve otonomi kazanması sağlanır (Koç ve ark., 2017; Erbay ve ark., 2018). Bu çalışmanın bakım sürecinde Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin uygulanması planlanmıştır. Watson İnsan Bakım Kuramı, sağlığın çeşitli alanlarında kullanılabilecek ve uyarlanabilecek bir kuramdır (Aghaei ve ark., 2020).

Jean Watson hemşirelik için bakım kuramını geliştiren teorisyendir. Watson'a göre bakım verme; hemşireliğin özüdür, hemşirelik uygulamasının merkezi ve birleştirici odak

noktasıdır. İnsan Bakım Kuramı'nda bakım; bilim ve sanat yönüyle birlikte tanımlanmıştır. Bakım sırasında hemşire ve hasta arasındaki karşılıklı etkileşim yarar sağlama ve büyüme sürecini desteklemektedir; bu yüzden kişilerarası bakım ilişkisinde potansiyel bir iyileştirme gücüne inanılması gerektiği vurgulanmaktadır (Erbay ve ark., 2018). İnsan Bakım Kuramı deneysel, estetik, etik ve kişisel bilme yollarını kabul ederek, insanın özgünlüğü ve yaşam deneyimlerinin önemi üzerinde durmaktadır. Watson'a göre birey yaşayan ve büyüyen bir yapı olarak var olmaktadır. Birey basit bir organizma değildir, doğanın bir parçasıdır, ne tamamen fiziksel ne de tamamen ruhsaldır, her ikisinin karmasından oluşmaktadır (Arslan-Özkan ve Okumuş, 2012). Kuramın insanın benzersizliğine ilişkin ana yönlerinden biri, bireylerin içsel kapasitesi ve karşılaştıkları koşullara tepki verme özgürlüğüdür. Bu öz yansıtma sayesinde bireyler geçmiş yaşam deneyimleri hakkında düşünebilmekte ve bunları kendilerini daha iyi anlamak için kullanabilmektedir (Watson, 2011; Aghaei ve ark., 2020). Kuramın öz yansıtma yönü çalışmada kullanılacak olan anımsama terapisi ile örtüşmekte ve anımsama terapisi sayesinde bireyler öz yansıtma ile kendilerini anlayabilmektedir. Watson (1985) hemşireliğin 'bireyin kendi varlığından ve deneyimlerinden anlam bulmasına, içsel güç ve kontrolü keşfetmesine, aşkınlık ve kendini iyileştirmeyi güçlendirmeye' yönelik olduğunu vurgulamıştır. Bu çalışmanın amaçlarından biri yaşlı bireylerin hayattan anlam bulmalarını desteklemektir. Kuramın bireylerin hayattan anlam bulmalarını destekleyen süreçlerinin olması nedeniyle çalışmanın eylemine Watson İnsan Bakım Kuramı yön vermiştir.

İnsan bakım kuramında bireylerin manevi gereksinimlerini ve duygularını ifade etmelerinin sağlanması ile manevi bakımın gerçekleştirilebileceği belirtilmektedir. Watson, kuramında sevginin en önemli iyileşme kaynağı olduğunu göstermektedir. Bu sayede de hemşireliği girişimsel ve tıbbi işlemlere odaklı bir meslek olmaktan kurtarmaktadır (Uran ve ark. 2015). Sınırlarının belirgin olması nedeniyle orta düzey açıklayıcı bir kuram olarak tanımlanmaktadır (Fawcett 2006; Ozan ve Okumuş, 2013).

Kuram insan ve hemşirelik paradigmaları üzerinde yoğunlaşmaktadır (Fawcett 2006). İnsan: Zihin-beden-ruhtan oluşan, kendi seçimlerini kendisi yapan özgün bir varlıktır. İnsan basit bir organizma değildir, ne tamamen nesnel ne de tamamen ruhsaldır. Sağlık:

Hastalığın olmaması anlamına gelmemektedir. İnsan sağlığını, öznel bir deneyim olarak tanımlamaktadır. Zihin-beden-ruh arasındaki denge ve uyum sağlık, bu dengenin ve uyumun bozulduğu durumları da hastalık olarak tanımlamaktadır. İnsanın bir nesne olarak iyileştirilemeyeceğini, kendinden, çevresinden, doğadan ve evrenden ayrı düşünülmemeyeceğini belirtmektedir. Çevre: İyileştirici, fiziksel, duygusal ve manevi anlamda konforlu, güzel, huzurlu bir çevre olarak tanımlanmaktadır. Hemşirelik: İnsan bilimi olarak tanımlanmaktadır. İnsanın sağlık-hastalık deneyimi arasındaki dengeyi ve uyumu sağlayan, kişisel, bilimsel, etik ve estetik uygulamalar yapan bir meslek olarak tanımlanmaktadır. Watson insana bütüncül bir yaklaşımda, zihin-beden-ruh alt boyutlarının olduğunu ve boyutların her birinin bütünü yansıttığını ve bütünün de alt boyutlardan farklı olduğunu belirtmektedir (Ozan ve Okumuş, 2013).

Watson İnsan Bakım Kuramı'nda kişilerarası bakım ilişkisi, bakım durumu ve bakım anı ile iyileştirme süreçleri olmak üzere üç ana kavram vardır (Aktaş ve ark., 2020). Watson bu temel kavramların dışında kuramında sık kullandığı kuramı anlamayı kolaylaştıran otantik ilişki, iyileştirici çevre (Ozan ve Okumuş, 2013; Okumuş ve Boz, 2020), bakım-iyileştirme bilici ve iyileştirici hemşire kavramlarını da tanımlamıştır (Okumuş ve Boz, 2020).

Otantik İlişki: Doğal, samimi, güvenilir ve sevgi dolu bir ilişkiyi tanımlamaktadır. Watson birey ve hemşire arasındaki ilişkinin otantik bir ilişki olması gerektiğini belirtmektedir. Bu ilişki bireyin duygularının ve düşüncelerinin anlaşılmasını kolaylaştırır (Ozan ve Okumuş, 2013). Bu çalışma kapsamında uygulayıcı ve katılımcılar arasında otantik bir ilişki kurulmuştur. Oturumlar kapsamında katılımcılar duygu, düşünce ve yaşam deneyimlerini rahatça dile getirmiştir. İyileştirici Çevre: Fiziksel, duygusal ve manevi anlamda konforlu, güzel, huzurlu bir çevre olarak tanımlanmaktadır. Tedavi merkezleri iyileştirici bir çevre olarak düzenlenmelidir (Ozan ve Okumuş, 2013). Bakım sürecinin ilk adımı, bakım-iyileşme çevresinin oluşturulmasıdır (Arslan-Özkan ve Okumuş, 2012). Fiziksel çevre, temiz, güvenilir, konforlu, güzel kokan, bireyin beslenme, hijyen gibi ihtiyaçlarını karşılayabileceği bir çevre olarak düzenlenmelidir. Duygusal çevrede, hemşire birey için oluşturduğu özel bir çevrede (bireysel istekler doğrultusunda sessiz, temiz, güzel kokan, müzikli) onunla bir araya gelmelidir. Manevi çevre kapsamında,

bireylerin inançları doğrultusunda yapmak istediği bir şey varsa (dua, ibadet etme, meditasyon gibi kendisini rahatlatan eylemler) izin verilmeli ve uygun ortam sağlanmalıdır (Okumuş ve Boz, 2020). Bu çalışma kapsamında eylemin uygulanacağı ortam bireylerin fiziksel, duygusal ve manevi gereksinimlerini karşılayabilecekleri bir şekilde düzenlenmiştir. Ortamın temiz, güvenilir, konforlu, güzel kokan, birey için düzenlenen ve kendini rahat ifade edebileceği bir çevre olmasına dikkat edilmiştir. Bakım-İyileştirme Bilinci: Watson, bakım-iyileştirme bilincini açıklarken bakım-iyileştirme-sevgi kavramlarını kullanmış ve birey-hemşire arasındaki sevginin çok önemli olduğunu belirtmiştir. Bakım-iyileştirme-sevgi bilinci yer ve zaman gibi fiziksel boyutların üzerinde olan bir kavramdır. Bakım anında bakım-iyileştirme-sevgi kavramlarının bütünü kullanılması gerekmektedir. Bakım anında bakım veren ve alan arasında enerji alışverişi olmaktadır. Hemşirenin bakım-iyileştirme-sevgi bilinci, bakım alan kişiye bakım anında iletilir (Okumuş ve Boz, 2020).

Kişilerarası bakım ilişkisi kavramı, hemşire ve birey arasında bilimsel, profesyonel, etik, estetik, yaratıcı ve kişiselleştirilmiş alma-verme davranışları ve tepkileridir. Kişilerarası bakım, duyarlılık, uyumluluk, doğruluk, güvenilirlik, saygı, empati, içtenlik, samimiyet, yüksek ahlaki ve etik sorumluluğu içerir (Aktaş ve ark., 2020). Kuramda yer alan diğer bir basamak olan **bakım durumu/bakım anıdır**. Bakım durumu hemşire ve bakım alan bireyin karşılıklı olarak birbirlerini anlamasıdır. Bu sayede bireyin bulunduğu durumdan iyileşmesine katkıda bulunmaktır. Bakım anı ise bireyler arasında bakımdan memnuniyeti sağlayan hemşire ve birey arasında iletişimin kurulduğu süreçtir (Demirhan ve ark., 2019). Bu çalışmada bakım olarak Watson İnsan bakım Kuramına dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulanmıştır. Oturumlarda katılımcılar yaşam deneyimlerini, duygu ve düşüncelerini paylaşmış, araştırmacı ile iletişim kurmuştur. Araştırmacı da oturumlarda duyarlı, uyumlu, güvenilir, saygılı, empatik, içten ve samimi, bir yaklaşım sergilemiştir. Kuramda iyileştirme, **iyileştirici süreçler** ile gerçekleşmektedir (Buldum ve Yılmaz, 2020). Watson “iyileştirme süreçleri”ni (İS) hemşireliğin iyileştirici ve bakım verici rolü açısından bir rehber olarak değerlendirmektedir (Uran ve ark., 2015). İnsan Bakım Kuramı’na göre iyileştirici süreçler doğrusal bir yol izlememektedir. Bu süreçler katı bir prosedürden ziyade esnek bir bakım yönetimini temel almaktadır. Süreçlerin sırası ya da birbirinden keskin sınırlarla

ayrılması mümkün değildir (Buldum ve Yılmaz, 2020). Tüm bu basamaklar hemşirelik yaklaşımının özü olup iyileştirici ve bakım verici süreçlerdir. Birbirleriyle sıkı ilişki içinde olup aynı zamanda ayrı ayrı da uygulanabilirler (Demirhan ve ark., 2019). Bu çalışmada iyileştirici süreçler tüm oturumlara entegre edilmiş ve uygulayıcıya yol göstermiştir. İyileştirici süreçler aşağıda açıklanmıştır (Akt. Arslan-Özkan ve Okumuş, 2012, Okumuş ve Boz, 2020).

Süreç 1: İnsancılık ve adanmışlık gibi değerleri benimseme, kendine ve bireye, sevgiyle, şefkatle yaklaşma (Sevgi-İyilik)

Süreç 2: İnanç ve umudu aşılama ve karşısındakini onurlandırma (İnanç-umut)

Süreç 3: Bireysel inanç ve uygulamaları geliştirerek, kendine ve bireylere duyarlı olma (Ben ötesi varoluş)

Süreç 4: Yardım edici-güven verici bakım ilişkisi geliştirme (Otantik bakım ilişkisi)

Süreç 5: İnsanların öykülerini gerçekten dinleyerek olumlu ve olumsuz duyguların kabul edilmesi ve desteklenmesi (Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması)

Süreç 6: Bakıma karar vermek için yaratıcı, bilimsel problem çözme yöntemlerini kullanma (Problem çözme-çözüm arama)

Süreç 7: Bireysel gereksinimlere ve anlama stiline uygun öğrenme ve öğretmeyi sağlama (Özgün öğretme-öğrenme)

Süreç 8: Fiziksel ve ruhsal benlik için bireysel bütünlüğe saygılı iyileşme çevresi oluşturma (İyileştirici bakım çevresi)

Süreç 9: Temel fiziksel, duygusal ve ruhsal gereksinimlere yardımcı olma (Temel gereksinimlere yardım)

Süreç 10: Gizemleri ortaya çıkarmak ve mucizelerin olmasına izin vermek (Mucizelere izin vermek)

Kuramda yer alan iyileştirici yöntemler ise oturumlarda uygulanan aktivitelere yön vermiş ve aktiviteler bu doğrultuda planlanmıştır. Kuramda önerilen kişilerarası bakım-iyileştirme yöntemleri aşağıda yer almaktadır (Aktaş ve ark., 2020):

-İşitme yöntemlerinin bilinçli kullanımı: Müzik, doğa sesi, melodi, ilahi şarkılar gibi.

-Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı: Işık, renk, biçim, doku ve sanatsal çalışmalar.

-Soluk alıp-verme gibi solunum yöntemlerinin bilinçli kullanımı: Aromaterapi, temiz havayı içine çekme.

-Dokunma yöntemlerinin bilinçli kullanımı: Akupresür (bedenin belli noktalarına bası uygulayarak manipüle edilmesi tekniği), beden terapileri, dokunma, refleksoloji (ayaklardaki refleks noktalarının uyarılmasıyla çeşitli iç organlarda cevap elde etme tekniği)

-Tat alma yöntemlerinin bilinçli kullanımı: Diyetin düzenlenmesi ile besinlerle doğal yoldan yeterli miktarda alınamayan destekleyici maddelerin alınması.

-Ruhsal-bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı: Akıl ve hayal etmenin önemine odaklanma.

-Kinestetik yöntemlerin bilinçli kullanımı: Temel deri bakımı, masaj, hareket, dans, yoga.

-Fiziksel, psikolojik ve terapötik yapıya odaklanan bir yöntem olarak, bakım bilincinin kullanımı.

Psikiyatri hemşireliği felsefesi ile örtüşen Watson'un İnsan Bakım Kuramı bireylerin sadece fiziksel bakımını değil, aynı zamanda ruhsal, sosyal, kültürel ve spirütüel gereksinimlerini ve duygularını ifade etmelerinin sağlanması ile bütüncül bakımın gerçekleştirilebileceği bir kuramdır (Aktaş ve ark., 2020). Watson İnsan Bakım Kuramı yaşlı bireylere ve bakım verenlerine uygulanabilecek etkin bir kuramdır (Bernick, 2004). Literatür incelendiğinde Watson İnsan Bakım Kuramının genellikle yaşlı bireylere bakım veren kişilerde bakım yükünün belirlenmesi (Küçükgüçlü ve ark., 2017) ve azaltılması (Mason ve Harrison, 2008; Schosler ve Crossetti, 2008) konularında çalışıldığı; palyatif

bakımda kullanıldığı (Aghaei ve ark., 2020), yaşlı bireylerin manevi bakımında hemşirelere yol gösterici olduğu (Veras ve ark., 2019) görülmüştür. Ancak literatürde İnsan Bakım Kuramına dayalı uygulanan anımsama terapisi ile ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Yukarıda ayrıntılı olarak verilen literatür bilgisi ışığında, yaşlılık sürecinde meydana gelen değişimlerin yaşlı bireylerin iyilik halini hayatın anlam ve amacını bulmalarını olumsuz etkileyebildiği görülmektedir. Bu kapsamda yaşlı bireylerin desteklenmesi amacıyla çeşitli müdahaleler uygulanmaktadır. Bı müdahalelerden birisi de anımsama terapisi. Anımsama terapisi yapısal süreçleri bakımından yaşlı bireylerin yaşamlarını gözden geçirerek anlam bulmalarını desteklemektedir. Yaşamın anlamı ve iyilik hali arasındaki ilişki nedeniyle anımsama terapisinin yaşlı bireylerde iyilik halini de artıracığı düşünülmektedir. Anımsama sürecinde anımsamayı kolaylaştırıcı araç olarak sanat kullanılmıştır. Sanat yaratımı yoluyla kendini ifade etmek, bireylerin hayatlarının anlamını anlamalarına yardımcı olmaktadır. Bu kapsamda müdahalenin kalitesini artırmak ve yol gösterici olması amacıyla Watson İnsan Bakım Kuramının kullanılmasına karar verilmiştir. İnsan bakım kuramı sağlık ile ilgili her alana uyarlanabilmesi, bireylerin iyilik halini artırmayı amaçlaması, bireyin kendi varlığından ve deneyimlerinden anlam bulmasına olanak sağlaması, bireylerin anımsama terapisinde olduğu gibi yaşam deneyimlerine değer vermesi, iyileştirici süreçlerinin sanat yöntemleri ile örtüşmesi açısından tercih edilmiştir.

2.7. Araştırma Soruları ve Araştırma Sayıtları

Gözden geçirilen literatür doğrultusunda araştırma soruları belirlenmiştir. Araştırma soruları;

- ✚ Yaşlı bireylerin yaşamın anlamı hakkındaki düşünceleri nelerdir?
- ✚ Yaşlı bireylerin iyilik hali hakkındaki geribildirimleri nelerdir?
- ✚ Yaşlı bireylerin hayatlarındaki anlam veya hayatı anlamlandırma düzeylerini nedir?
- ✚ Yaşlı bireylerin iyilik hali düzeyleri nedir?
- ✚ Yaşlı bireylere yönelik Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulaması nasıl olmalıdır?

✚ Yaşlı bireylere yönelik Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulaması uygun mudur?

Gözden geçirilen literatür doğrultusunda araştırma sayıltıları belirlenmiştir. Araştırma sayıltıları;

- Yaşlı bireylerin genel iyilik hali düzeyleri düşüktür.
- Yaşlı bireylerin hayatı anlamlandırma düzeyleri düşüktür.
- Watson İnsan Bakım Kuramı yaşlı bireylerin bakımında kullanılabilen bir kuramdır.
- Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi yaşlı bireylere uygulanabilen etkin bir müdahaledir.
- Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi yaşlı bireylerin yaşamı anlamlandırma ve amacını bulma düzeylerini olumlu etkiler.
- Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi yaşlı bireylerin genel iyilik hali düzeylerini olumlu etkiler.

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Tipi

Araştırma nitel boyutta betimsel fenomenoloji, nicel boyutta, işlevsel paradigmaya dayalı betimsel paradigma ve eylem boyutunda ise nitel ağırlıklı araştırma yöntemlerinden radikal hümanist paradigmaya dayalı, katılımlı eylem araştırması deseni tasarlanmıştır. radikal hümanist paradigmaya göre bireyde bilinç yoluyla bir dönüşüm gerçekleşebilir (Burrell ve Morgan, 1979; Gunbayi, 2019; Gunbayi, 2020).

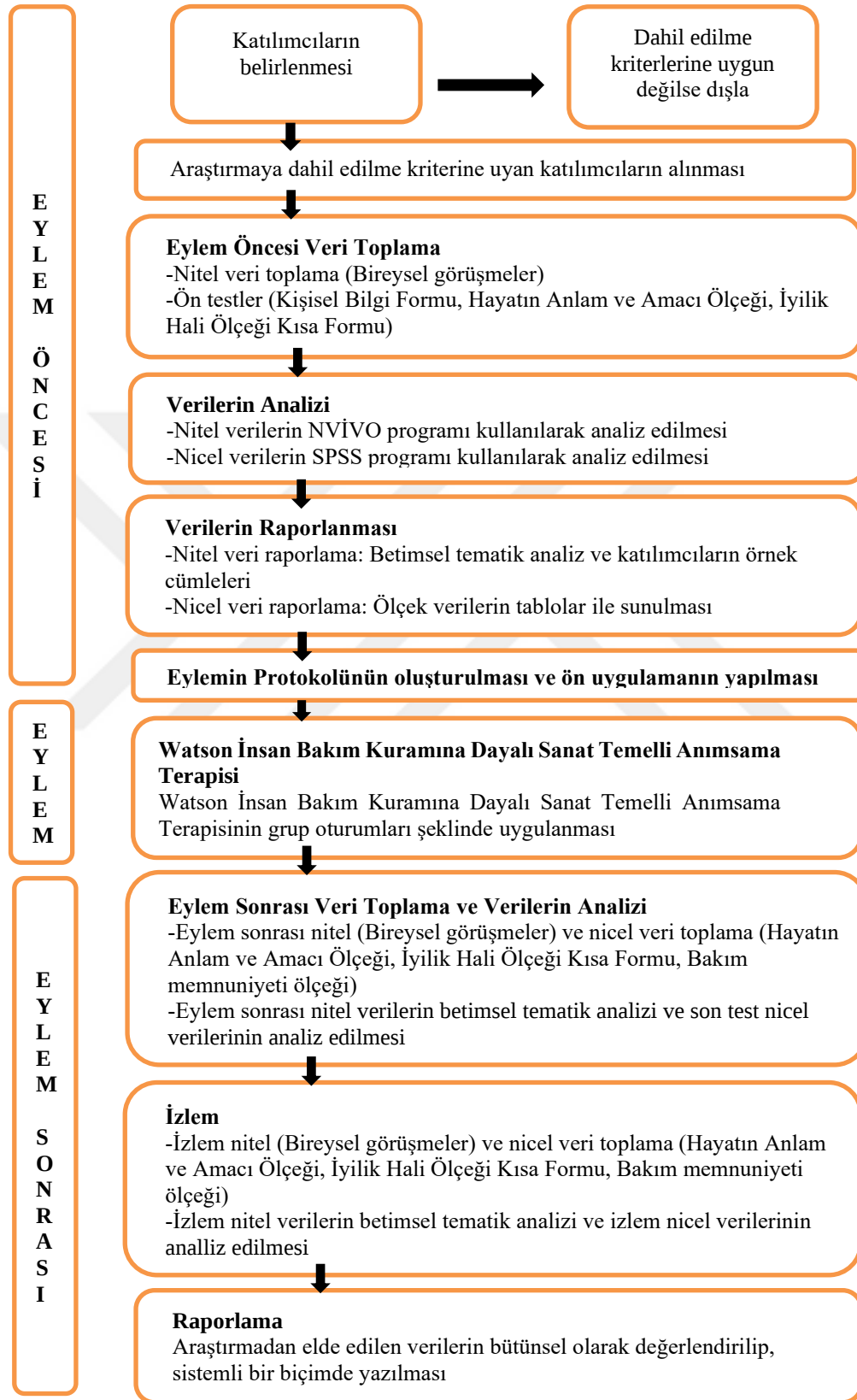
Eylem araştırması, uygulayıcıların sosyal ortamlardaki acil sorunları daha iyi anlamalarını ve çözmelerini sağlayan öz-yansıtıcı bir problem çözme biçimidir (Ivankova, 2022). Katılımlı eylem araştırmasında araştırmacı kendisi de araştırmada yer alır ve böylelikle sonuçlar birlikte oluşturulur (Guba ve Lincoln, 2005). Katılımlı eylem araştırması, araştırmacıların kendilerini araştırmaya "bakan" yabancılar olarak gördükleri pozitivist paradigmanın aksine, katılımcılar ve araştırmacı arasında öznel gerçeklikleri hakkında bir anlayış aramaktadır (Edwards, 2021). Bu noktada eylem araştırmaları yerel düzeyde değişim ve iyileştirme için güçlü bir araçtır (Cohen ve ark., 2000). Katılımlı eylem araştırması, yansıtma, veri toplama ve sağlığı iyileştirmeyi ve sağlık eşitsizliklerini azaltmayı amaçlayan bir eyleme dayalıdır ve kendi sağlığını geliştirmek için eylemde bulunan insanları sürece dahil etmesi yönüyle sağlık araştırmalarına yönelik diğer yaklaşımların çoğundan farklıdır (Baum ve ark., 2006). Eylem araştırması süreci kavramsal olarak şu tekrarlayan adımları içermektedir (Ivankova, 2022):

- ✚ Bir sorunu teşhis etme (bir problem tanımlama)
- ✚ Keşif (bir problem hakkında veri toplama, analiz etme ve yorumlama)
- ✚ Planlama (eylem/müdahale için plan geliştirme)
- ✚ Harekete geçme (eylem/müdahale planının uygulanması)
- ✚ Değerlendirme (eylem/müdahale ile ilgili verilerin toplanması, analiz edilmesi ve yorumlanması)
- ✚ İzleme (eylem/müdahalenin test edilmesi ve gözden geçirilmesi)

3.2. Araştırma Basamakları

Eylem araştırması basamaklarına göre araştırma süreci; araştırmayı tanımlama, durumu açıklama, araştırma sorularını belirleme, veri toplama, verileri analiz etme, raporlama ve bilgiye dayalı eylemde bulunma basamaklarını kapsamaktadır (Günbayı, 2020). Araştırmada Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi ile bireylerin ruhsal sağlıklarının desteklenmesi ve iyileştirilerek güçlendirilmesi hedeflenmiştir. Bu kapsamda öncelikle katılımcılardan eylem öncesi değerlendirmesinde elde edilen nicel veriler ile hayatın anlamı, iyilik hali düzeyi belirlenmiş ve elde edilen nitel veriler ile hayatın anlamı, iyilik hali ve katılımcılar için önemli olan yaşam dönemleri temalandırılmıştır. Elde edilen veriler doğrultusunda Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi protokolü oluşturulmuştur. Oluşturulan protokol üzerinden sanat terapi ve psikiyatri hemşireliği alanlarında uzman 10 kişiden uzman görüşü alınmış ve protokol uzman görüşleri doğrultusunda yenilenmiştir. Protokolün son şekli verildikten sonra  n uygulama yapılmıştır.  n uygulamadan sonra 10 oturumluk Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi grup oturumları şeklinde uygulanmıştır. Uygulamanın ardından ilk haftada eylem sonrası ve 1. ayın sonunda izlem değerlendirmeleri yapılmıştır.

Araştırma süreciyle ilgili akış şeması şekil 3.1’de, araştırmanın kavramsal-teorik-deneysel yapısı (CTE) Ek 1’de, araştırma kapsamında hazırlanan eylem protokolü Ek 2’de verilmiştir.



Şekil 3.1. Araştırma süreci akış şeması

3.3. Araştırmanın Yeri

Araştırma Isparta Merkezde bulunan Özel Isparta Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nde yapılmıştır. Merkez, 2010 yılında açılmış olup 80 kişilik kapasitesi bulunmaktadır. Çalışmanın yürütüldüğü süreçte kurumda 36 yaşlı (19 erkek, 17 kadın) ikamet etmiştir. Kurumda yaşlı bireylerin aktivite yapabileceği geniş bir salon bulunmaktadır. Aynı zamanda el sanatları, ahşap boyama ve drama eğitimleri de yürütülmektedir.

3.4. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Özel Isparta Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nde ikamet eden 65 yaş ve üstü 36 birey; örneklemi ise çalışmaya katılmaya gönüllü olan ve dâhil edilme kriterlerini sağlayan 20 birey oluşturmuştur. Ancak bir katılımcının vefat etmesi ve bir katılımcının hastaneye yatışı nedeniyle oturumlara katılamaması sonucunda oturumlar 18 katılımcı ile tamamlanmıştır. Araştırmanın örnekleme yöntemi kavramsal diyagramı Şekil 3.2'de verilmiştir.

3.4.1. Örneklem büyüklüğünün hesaplanması

Örneklemin belirlenmesinde amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, çalışılan konu hakkında bilgisi veya deneyimi olan kişilerden az sayıda 'bilgi açısından zengin' katılımcının kasıtlı olarak seçilmesidir. Odak noktası derinlemesine bilgi üretme ve bireysel deneyimlerin anlaşılmasıdır (Ivankova, 2022). Araştırmada amaçlı örnekleme yöntemi kullanılacağı için, dahil etme, dışlama ve çıkarılma kriterleri belirlenmiştir.

3.4.1.1. Dahil edilme, dışlama ve çıkarılma kriterleri

Dahil edilme kriterleri

Katılımcının;

- ✚ Araştırmaya katılmaya gönüllü olması
- ✚ Algılama gücü yaratacak (işitsel, görsel algılama bozukluğu vb.) özel bir durumu olmaması
- ✚ Standardize Mini Mental Test (SMMT) puanı: 23-30 puan arası (bilişsel bozukluğu olmayan veya hafif bilişsel bozukluğu olan)

Dışlama kriterleri

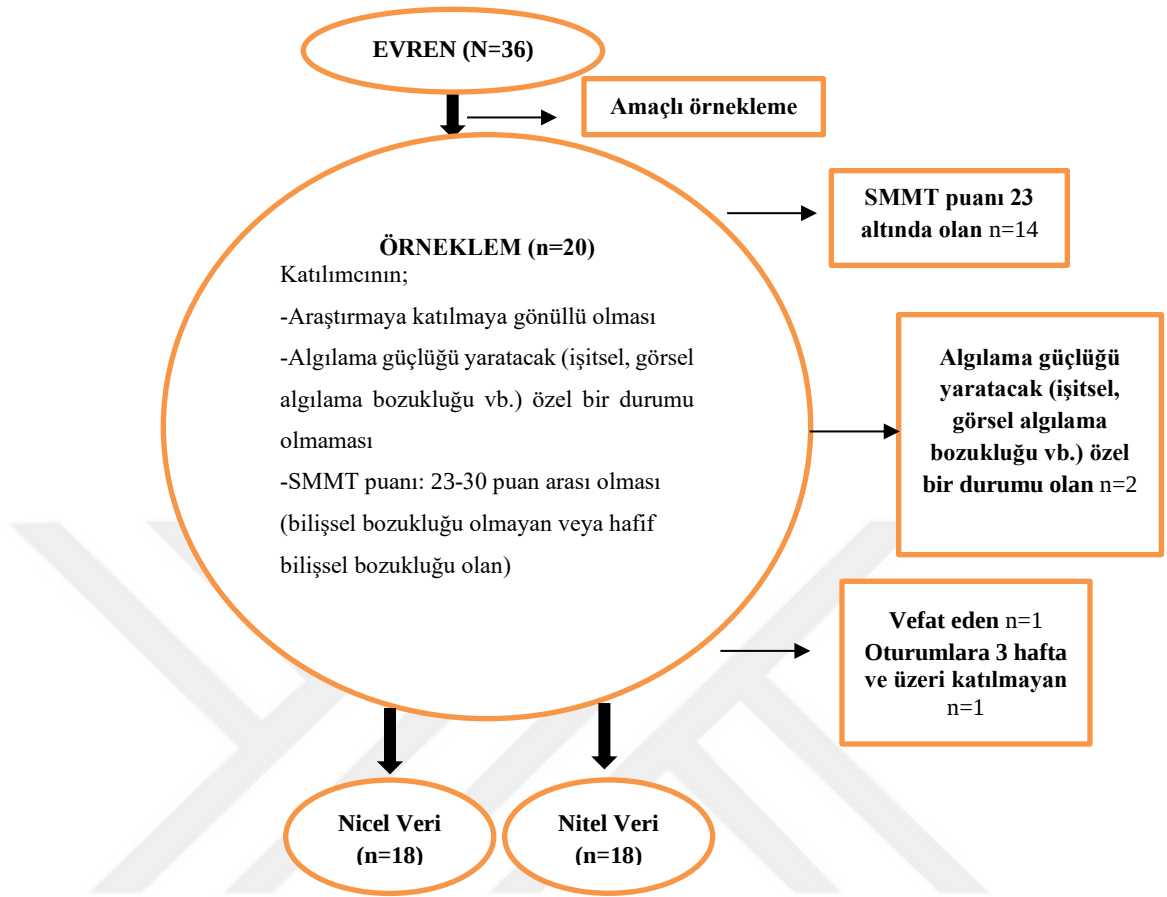
Katılımcının;

- ✚ İletişim kurmayı ve oturumlara devam etmeyi engelleyen fiziksel veya ruhsal engelinin bulunması (konuşamama, ağır demans tanısı almış olmak vb.)

Çıkarılma kriterleri

Katılımcının;

- ✚ Araştırmadan ayrılma isteğini belirtmesi,
- ✚ En fazla 3 oturuma katılmaması
- ✚ Kurumdan ayrılması



Şekil 3.2. Araştırmanın örnekleme yöntemi kavramsal diyagramı

Örnekleme ait SMMT puan ortalaması Tablo 3.1’de verilmiştir.

Tablo 3.1. Örnekleme ait SMMT puanı bilgileri

Özellik	n	Min	Max	Ortalama	± SS
SMMT puanı 23-24 olan	14	23	24		
SMMT puanı 25 ve üzeri olan	6	25	26		
SMMT toplam puanı	20	23	26	24,15	± 1,04

Tablo 3.1 incelendiğinde alınan en düşük puanın 23, en yüksek puanın ise 26 olduğu görülmektedir. SMMT puanı 23-24 (hafif düzey bilişsel bozukluk) olan yaşlı sayısı 14, SMMT puanı 25 ve üzeri (bilişsel bozukluk yok) olan yaşlı sayısı ise 6’dır. Katılımcıların

SMMT puanı ortalaması ise $24,15 \pm 1,04$ olduğu belirlenmiştir. Örneklemeye ait tanıtıcı bilgiler Tablo 3.2’de verilmiştir.

Tablo 3.2. Örneklemeye ait tanıtıcı bilgiler

Özellik		Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	11	%55
	Erkek	9	%45
Eğitim durumu	Okuryazar değil	6	%30
	Okur Yazar	4	%20
	İlkokul Mezunu	6	%30
	Ortaokul	1	%5
	Lise Mezunu	1	%5
	Yüksekokul/Üniversite	2	%10
Medeni Durum	Evli	4	%20
	Bekar	3	%15
	Dul	13	%65
Çocuk sahibi olma durumu	Var	17	%85
	Yok	3	%15
Kronik hastalık varlığı	Var	20	%100
	Yok	0	%0
Kronik ruhsal hastalık varlığı	Var	0	%0
	Yok	20	%100
Düzenli olarak ilaç kullanma	Evet	20	%100
	Hayır	0	%0
Sosyal destek varlığı	Var	4	%20
	Yok	16	%80
Hobi/uğraş varlığı	Var	6	%30
	Yok	14	%70

Tablo 3.2’ye bakıldığında katılımcıların %55’inin kadın, %30’unun okuryazar olmadığı, %65’inin dul, %85’inin çocuk sahibi olduğu görülmektedir. Örneklemi oluşturan katılımcıların hepsinin kronik hastalığının olduğu ve hepsinin düzenli olarak ilaçlarını kullandığı belirlenmiştir. %80’inin sosyal desteği, %70’inin ise hobi/uğraşının olmadığı saptanmıştır. Örneklemeye ait yaş, çocuk sayısı ve kurumda kalma süresi ortalamaları Tablo 3.3’te verilmiştir.

Tablo 3.3. Örnekleme ait yaş, çocuk sayısı ve kurumda kalma süresi ortalamaları

Özellik	n	Min	Max	Ortalama	SS
Yaş	20	65	89	79,9	7,83
Çocuk sayısı	17	1	6	2,59	1,66
Kurumda kalma süresi	20	1 yıl	20 yıl	4,75 yıl	5,73

Tablo 3.3.’te örnekleme ait yaş, çocuk sayısı ve kurumda kalma süresi ortalamaları bulunmaktadır. Örneklemin yaş ortalaması $79,9 \pm 7,83$ ’tür. Çocuk sahibi olan katılımcıların en az 1 en fazla 6 çocuk sahibi olduğu görülmektedir. Kurumda kalma süresi ise en az 1 yıl en fazla 20 yıldır ve ortalama kurumda kalma süresi $4,75 \pm 5,73$ yıldır.

3.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmada nitel veriler için yarı yapılandırılmış görüşme formları, nicel veriler için ölçeklerin kullanılmaktadır. Veri Toplama Formları Ek 4’te verilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu: 11 sorudan oluşan kişisel bilgi formu bireyin yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu, medeni durumu, çocuk sahibi olma durumu, varsa çocuk sayısı, kronik ruhsal hastalığı olma durumu, ilaç kullanma durumu, sosyal destek varlığı, hobi varlığı ve kurumda kalma süresi sorularını içermektedir.

Standardize Mini Mental Test: Folstein ve arkadaşları (1975) tarafından geliştirilen orijinal Mini Mental Test ve Molloy ve Standish (1997) tarafından oluşturulan standardize versiyonu, kolay uygulanabilen ve bilişsel bozukluğun derecesi hakkında bilgi veren özelliktedir. Yönelim, kayıt, dikkat hesaplama, hatırlatma, dil testleri ve yapılandırma bölümlerinden oluşmaktadır. Test hekim, hemşire ve psikologlarca kısa sürede (10 dk), poliklinik koşulları ya da yatak başında uygulanabilen bir testtir. Test yaşlılarda, özellikle deliryum ya da demans durumlarının muayenesinde kısa süreli bilişsel değerlendirme amacına yönelik olarak geliştirilmiştir. Testte her soru “1” puan değerindedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan “0”, en yüksek puan “30”dur. Alınan puanlara göre; 0-12 puan “şiddetli” düzeyde, 13-22 puan “orta” düzeyde ve 23-24 puan “hafif” düzeyde “bilişsel bozukluk var” olarak, 25-30 puan arası ise “bilişsel bozukluk yok” olarak değerlendirilmektedir. Türkçe Standardize Mini Mental Test (SMMT)’in geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Güngen ve ark (2002) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin

“güvenilirliğinin” incelenmesinde görüşmeciler arası tutarlılık bakılmıştır. Bu amaçla ölçek iki ayrı görüşmeci tarafından 28 yaşlıya uygulanmıştır. Her iki uygulayıcıdan elde edilen toplam puanlar arasındaki korelasyon ($r:0,99$) ve kappa değeri ($0,92$) yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak SMMT’ in Türkçe standardize formunun bir tarama testi olarak hafif demans tanısında geçerli ve güvenilir bir test olduğu saptanmıştır (Güngen ve ark 2002).

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği: 17 maddeden oluşan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Aydın ve ark. tarafından 2015 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik çalışmasında uzman görüşleri ve faktör analizi teknikleri kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan faktör analizi sonucu, döndürülmemiş temel bileşenler faktör analizine göre madde yüklerinin $0,40$ ile $0,80$ arasında olmak üzere birinci faktörde toplandığı görülmüştür. Madde-toplam puan korelasyon katsayıları ise $0,47$ ile $0,77$ arasında ($p<0,01$) düzeyinde önemli bulunmuştur. Ayrıca döndürülmüş temel bileşenler faktör analizi sonucunda ölçek maddeleri iki faktörde (alt boyutta) toplanmıştır. Bu alt boyutlar şu şekilde isimlendirilmiştir: 1-Hayatın Anlam ve Amacı, 2- Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu. Geçerlikle ilgili bulunan bu sonuçlara göre, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin geçerli bir ölçek olduğu kanısına ulaşılmıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında iç tutarlılık, test-yarı test ve test- tekrar test yöntemleri kullanılmıştır. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin bütününe ilişkin iç tutarlık katsayısı (Cronbach Alpha) $0,91$; test-yarı test güvenirlik katsayısı $0,81$; test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise $0,74$ ($p<0,01$) olarak bulunmuştur. Bulunan bu güvenirlik katsayıları, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin güvenirliği için yeterli sayılabilecek düzeyde olduğunu göstermektedir. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin, bireylerin hayattaki anlam düzeylerini belirlemede kullanılabilecek yeterlikte psikometrik özelliklere sahip geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği, başta sosyal bilimler olmak üzere din psikolojisi ile ilgili yapılacak araştırmalarda geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilir niteliktedir. Bu çalışmada Cronbach Alpha katsayısı $0,87$ olarak bulunmuştur.

Genel İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu: Araştırmada Longo vd. (2018) tarafından geliştirilen ve Kalafatoğlu ve Çelik (2020) tarafından Türkçeye uyarlanan Genel İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu kullanılmıştır. Ölçeğin maddeleri “Hiç uygun değil” ile “Tamamen uygun” arasında değişen 5’li likert tipinde hazırlanmıştır. Ölçeğin dilsel eşdeğerlik çalışmalarının tamamlanmasının ardından madde analizi, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin tek faktörlü yapısının sınanmasında doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonrası elde edilen uyum indeksleri ölçeğin tek faktörlü yapısının doğrulandığını göstermektedir ($\chi^2/df=2.29$, CFI=.93, GFI=.90, TLI=.91, RMR=.05, RMSEA=.08). Ölçeğin güvenirlik çalışmaları kapsamında cronbach alfa güvenirliği, madde toplam korelasyon değerleri ve test yarılama yönteminden elde edilen sonuçlar incelenmiştir. Elde edilen cronbach alfa değeri .90 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin madde toplam korelasyonlarının .41 ile .68 arasında değiştiği görülmüştür. İki yarı test güvenirlik analizlerinde Spearman Brown korelasyon katsayısı .83, Guttman Split-half korelasyon katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak; elde edilen bulgular Genel İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu’nun Türkiye’de iyi oluş düzeyini belirlemek amacıyla kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ortaya koymaktadır. Bu çalışmada Cronbach Alpha katsayısı 0,91 olarak bulunmuştur.

Eylem Öncesi Görüşme Formu: Araştırmacılar tarafından literatür taraması yapılarak (Aydın ve ark., 2015; Martela ve Steger, 2016; Glaw ve ark., 2017) geliştirilen form 8 soru ve sonda sorulardan oluşmaktadır. Formun içeriğinde ‘Yaşam sürecinizi düşündüğünüzde, yaşamın anlamı konusundaki düşüncenizi paylaşır mısınız?, Yaşam süreciniz içinde, yaşam dönemlerine özgü sizin için önemli olan, yaşam amacınızı, hedefinizi ve iyilik halinizi etkileyen durumlar, olaylar var mı?, Yaşam süreciniz içinde yaşamınızı anlamlı kılan, iyi ki yaşamışım/yapmışım dediğiniz olaylar/durumlar var mı? Varsa söz edebilir misiniz?, Geçmiş yaşamışlıklar şimdiki hayatınızın anlamını, amacını, iyilik halinizi etkiliyor olabilir mi? Bu konudaki düşüncelerinizi paylaşabilir misiniz?, Yaşlanmayı sürecinde yaşanan değişimlerden söz edebilir misiniz?, Şu an, yaşam sürecini anlamlı kılmak, iyilik halini arttırmak için yapılabilecek şeyler neler olabilir? Siz bu konuda neler yaptığınızı düşünüyorsunuz?, Yaşamı anlamlı kılmak, kendinizi iyi hissetmek için yapmaktan hoşlandığınız sanatsal faaliyetler neler olabilir?, Yaşlanmayı ve

bu süreçte yaşadıklarınızı bir şeye benzetmenizi istesem neye benzetirdiniz? Neden?’ soruları yer almaktadır.

Eylem Sonrası Görüşme Formu: Araştırmacılar tarafından literatür taraması yapılarak (Aydın ve ark., 2015; Martela ve Steger, 2016; Glaw ve ark., 2017) geliştirilen form 8 soru ve sonda sorulardan oluşmaktadır. Sorular eylem öncesi değerlendirme formunda yer alan soruları içermekle birlikte eylem sonrası süreci sorgulamaktadır.

Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formu: Watson İnsan bakım Kuranı’na temellendirilmiş hemşirelik bakımını değerlendirmek için Watson tarafından geliştirilen bir formdur. Bu memnuniyet formu bir ölçek değildir. Form toplam altı sorudan oluşmaktadır. İlk beş soru 1–7 arasında puanlanmakta, hiçbir zaman (1) ve her zaman (7) şeklinde değerlendirilmektedir. Altıncı soru, verilen hemşirelik bakımındaki “bakım anlarının” değerlendirildiği açık uçlu bir soru şeklindedir. Formun Türkçe çevirisi Durgun Ozan (2013) tarafından yapılmış olup bakım memnuniyetini değerlendiren bir form olduğu için geçerlilik güvenilirlik çalışması yapılmamıştır (Durgun Ozan, 2013). Bu memnuniyet formu girişim grubuna, araştırmanın sonunda uygulanmıştır.

3.6. Eylem Öncesi Veri Toplama

Eylem araştırmasında herhangi bir özel veri toplama tekniği yoktur, nitel veri toplama yöntemleri daha sık kullanılmaktadır, değişim, katılım ve özgürleşme ile ilgilenir (Günbayı, 2020). Çalışmada, eylem öncesinde nicel veriler Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği, Genel İyi Oluş Ölçeği ile; nitel veriler ise Eylem Öncesi Görüşme Formu ile elde edilmiştir.

3.7. Eylem Öncesi Verilerin Analizi

3.7.1. Nitel verilerin analizi

Nitel verilerin analizinde NVİVO nitel veri analizi programı kullanılarak betimsel analiz yapılmış ve katılımcıların ifadelerinden temalar oluşturulmuştur. Temaların uyumuna alanında uzman iki psikiyatri hemşiresi tarafsız ve bağımsız olarak bakmış ve Kappa analizi yapılmıştır. Mevcut araştırmada değerlendiriciler arasında eylem öncesi

verilerinde 0,94 (mükemmel uyum) olduğu görülmüş ve kodlama anahtarının güvenilir olduğuna karar verilmiştir (Landis ve Koch, 1977). Görüşmelerden elde edilen nitel veriler bulgular kısmında sunulmuştur.

3.7.2. Nicel verilerin analizi

Ölçeklerden elde edilen eylem öncesi verileri için SPSS paket programı ile nicel veri analizi yapılmıştır. Tanımlayıcı ölçüler hesaplanarak kategorik değişkenlerin frekans, yüzde oranı, oransal ölçekli değişkenlerin ise Ortalama $\pm$ SS şeklinde sunulmuştur. Örneklem büyüklüğü 30'un altında olduğu için non parametrik testlerin kullanımı uygun görülmüştür. Cinsiyetler arası ölçek puanlarının farkında Mann Whitney U testi ile bakılmıştır.

3.8. Eylem: Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi

3.8.1. Eylem protokolünün oluşturulması

Araştırmada eylem olarak Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulanmıştır. Anımsama terapisi sürecinde anımsatıcı nesne/materyal olarak sanat materyalleri (resim, müzik, dans, kil vb.) kullanılmıştır. Eylem öncesi görüşme formundan elde edilen veriler doğrultusunda anımsama terapisi oturumları yapılandırılmış oturum konularına uygun sanat aktiviteleri her oturuma eklenmiştir. Protokol oluşturma aşamasında oturum konusu ve sanat aktivitesine uygun olan 10 iyileştirici süreç ve iyileştirici yöntemler sanat temelli anımsama terapisi oturumlarına entegre edilmiştir. Sonrasında sanat terapi ve ruh sağlığı alanında uzman 10 kişiden protokol ile ilgili uzman görüşü alınmıştır.

Hazırlanan bir ölçek veya içerikte yer alan maddelerin, uzman görüşleri ile yeterli olup olmadıklarının belirlenmesi oldukça önemlidir (Yeşilyurt ve Çapraz, 2018). Bu nedenle uzman görüşleri Lawshe Tekniğine göre değerlendirilmiş ve Kapsam Geçerlilik Oranları (KGO) hesaplanmıştır. Lawshe tekniğinde, en az 5 en fazla ise 40 uzman görüşüne ihtiyaç vardır. Buna göre, uzmanların herhangi bir maddeye ilişkin görüşleri toplanarak kapsam geçerlik oranları elde edilir. Kapsam geçerlik oranları, herhangi bir maddeye ilişkin “Gerekli” görüşünü belirten uzman sayılarının, maddeye ilişkin görüş belirten toplam

uzman sayısına oranının 1 eksiği ile elde edilir (Yurdugöl, 2005). Tablo 3.4'te içerik uygunsa 3, içeriğe öneri gelmişse 2, ve içerik reddedilmişse 1 kodlanmıştır.

$$KGO = [NG/(N/2)] - 1$$

NG: Maddeye gerekli/uygun diyen uzman sayısı

N: Toplam uzman sayısı

Uzman görüşlerinin kapsam geçerlilik oranları Tablo 3.4'te yer almaktadır.

Tablo 3.4. Uzman görüşlerinin kapsam geçerlilik oranları

Eylem programı	Uzman 1	Uzman 2	Uzman 3	Uzman 4	Uzman 5	Uzman 6	Uzman 7	Uzman 8	Uzman 9	Uzman 10	KGO
1. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
1. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
1.oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
1. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1
1. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
1. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
2. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
2. oturum içerik	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	0,8
2.oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
2. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
2. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0,8

2. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
3. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
3. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
3.oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
3. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
3. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	0,8
3. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
4. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
4. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
4.oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
4. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
4. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0,8
4. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
5. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
5. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
5.oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
5. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
5. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	0,8

5. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
6. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
6. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
6. oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
6. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
6. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	0,8
6. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
7. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
7. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
7. oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
7. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
7. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0,8
7. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
8. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
8. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
8. oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
8. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
8. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	0,8

8. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
9. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
9. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
9. oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
9. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
9. oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
9. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
10. oturum amaç	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
10. oturum içerik	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
10. oturum iyileştirme yöntemleri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
10. oturum iyileştirme süreçleri	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	0,8
10. Oturum sanat aktivitesi	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
10. oturum sanat materyali	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1

Lawshe tekniğinden yola çıkarak uzman sayısına göre minimum olması gereken KGO değerleri Veneziano ve Hooper (1997) tarafından tabloya dönüştürülmüştür. Bu tabloya göre 10 uzman görüşünden elde edilen KGO değeri minimum 0,62 olmalıdır (Yurdağül, 2005). Uzman görüşlerinden elde edilen verilere göre Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi Eylem Protokolünün her bir maddesinin KGO

değeri hesaplanmış ve en düşük 0,80 en yüksek 1 bulunmuştur. Gelen uzman görüşlerinden sonra protokol yenilenerek gözden geçirilmiştir. Tablo 3.5'te gelen uzman görüşleri doğrultusunda yapılan değişiklikler yer almaktadır.

Tablo 3.5. Uzman görüşleri doğrultusunda yapılan değişiklikler

Uzman	Görüş	Yapılan Değişiklik
Uzman 1	İçerik Uygun	-
Uzman 2	İçerik Uygun	-
Uzman 3	İçerik Uygun	-
Uzman 4	İçerik Uygun	-
Uzman 5	Sanat aktivitesi resim olan oturumlarda resim yapmaya direnç gösteren yaşlılar için alternatif olarak kolaj çalışması da eklenebilir (Bu öneri ek görüş olarak belirtildiği için Tablo 3.5'te yer almamıştır).	Sanat aktivitesi resim olan oturumlarda resim yapmaya direnç gösteren yaşlılar için alternatif olarak kolaj çalışması da eklenmiştir.
Uzman 6	2. oturumun içeriğine hangi oyunları oynadıkları ve belirlenen bir oyunun nasıl oynandığının anlatılması eklenebilir.	2. oturumun içeriğine çocukluk döneminde oynanan oyunların kurallarının neler olduğu ve nasıl oynandığı soruları eklenmiştir.
	Eğitim Hayatı ve Aile Hayatı oturumlarının sıralaması değiştirilmeli ve 3. oturum Aile Hayatı, 4. oturum ise Eğitim Hayatı olmalıdır (Bu öneri ek	Eğitim hayatı ve Aile Hayatı oturumlarının yerleri değiştirilmiştir.

	görüş olarak belirtildiği için Tablo 3.5'te yer almamıştır).	
Uzman 7	Oturumlarda Watson İnsan Bakım Kuranında yer alan kavramlar daha net bir şekilde açıklanmalıdır.	Oturumlarda Watson İnsan Bakım Kuranında yer alan kavramlara ilişkin bilgiler ayrıntılandırılarak açıklanmıştır.
Uzman 8	Geleneksel değerleri izin verdiği sürece kadın ve erkek ayrımı terapide yapılmamasını öneririm (Bu öneri ek görüş olarak belirtildiği için Tablo 3.5'te yer almamıştır).	Katılımcıların ön uygulama sonrasında oturumlarda aynı cinsiyetten katılımcılarla bulunmak istemelerini ifade etmeleri nedeniyle bu öneri yerine getirilememiştir.
	3. oturumun sanat aktivitesi olarak planlanan resim çalışmasında iki farklı kâğıda veya bir kâğıdın iki farklı yanına geçmiş ve kendi ailelerini çalışmaları istenebilir.	3. oturumun sanat aktivitesi bir kâğıdın iki farklı yanına geçmiş ve kendi ailelerini resmetmeleri şeklinde güncellenmiştir.
	5. oturumun sanat aktivitesi olarak çalışma hayatı ile ilgili fotoğrafların çağrıştırdığı ve fotoğrafları da keserek oluşturdukları bir kolaj çalışması burada çok bütünleyici olabilir.	5. oturumun sanat aktivitesi kolaj çalışması şeklinde değiştirilmiştir.
	6. oturumun sanat aktivitesinde sadece düğün	6. oturumun sanat aktivitesi sosyalleştikleri bir anlarını

	temasına odaklanmak yerine sosyalleştikleri bir anın resmini çizmeleri istenebilir.	resmetmeleri olarak değiştirilmiştir.
	8. oturumun sanat aktivitesi olarak iki masalın olması bir seans için ağır olabilir. Bunun bir masal ile sınırlandırılması daha uygun olur.	8. oturumun sanat aktivitesinde yer alan iki masaldan sadece ‘Ayak İzleri’ masalına yer verilmiştir.
Uzman 9	2. oturumun sanat aktivitesine ek olarak oynayabilecekleri bir çocukluk oyunu eklenebilir.	Oturumun sanat aktivitesine ek olarak katılımcıların ortak kararıyla belirlenen bir oyun seçilmiş ve gönüllü olan katılımcılarla bu oyun canlandırılmıştır.
	4. oturumun sanat aktivitesine katılımcıların okulda öğrendikleri bir şarkı ya da şiirin okunması da eklenebilir.	4. oturumun sanat aktivitesine katılımcıların okulda öğrendikleri bir şarkı ya da şiirin okunması da eklenmiştir.
	7. oturumun sanat aktivitesine ek olarak hatırladığı en güzel keyifli anını resmetmesi de ilave aktivite olarak eklenebilir.	Oturumun yoğunluğu ve sürenin etkin kullanılması nedeniyle ek bir sanat aktivitesine yer verilmemiştir.
Uzman 10	İçerik Uygun	-

3.8.2. Ön uygulamanın yapılması

Protokolün son şekli verildikten sonra 4 kişilik (kadın erkek karma) bir grup ile ön uygulama yapılmıştır. Ön uygulamada kadın ve erkek katılımcılar bir araya geldiklerinde kendilerini rahat bir şekilde ifade edemediklerini belirtmişler ve oturum sonrasında paylaşamadıkları anılarını uygulayıcıyla paylaşmışlardır.

3.8.3. Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisi uygulaması

Kuramın kavramları ele alındığında ‘Kişilerarası Bakım İlişkisi’ kapsamında hemşire ve yaşlı arasında otantik bir ilişki kurulması; ‘Bakım Durumu ve Bakım Anı’ kapsamında iyileştirici çevre oluşturulması (uygun ses, ısı, koku, masa ve oturma düzeni vb.), ‘İyileştirici Süreçler’ kapsamında ise sanat temelli anımsama terapisi oturumlarının 10 iyileştirici süreçle entegre şekilde uygulanmıştır. Anımsama terapisi literatürde toplam 6-12 hafta, haftalık 1-2 kez ve yaklaşık 30-60 dakika süren oturumlar şeklinde yapılmaktadır (Şahin, 2016). Anımsama terapisi oturumları planlanırken, cinsiyet faktörünün göz önüne alınması önerilmektedir. Çünkü kadın ve erkek katılımcıların oturum konularına gösterdiği ilgi farklı olmaktadır (Chao ve ark., 2006; Akt. Aşiret, 2014). Araştırmamızın ön uygulamasında katılımcılar karma grup olmak istemediklerini belirtmişlerdir. Bu nedenle gruplar oluşturulurken, aynı cinsiyetteki katılımcıların bir arada olması sağlanmıştır. Gruplara atanacak olan katılımcılar kura yöntemi ile belirlenmiş olup her grup için katılımcı sayısı 4-6 arasındadır. İki kadın grubu ve iki erkek grubu olmak üzere toplam 4 grup oluşturulmuştur. Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi grup oturumları şeklinde haftada iki kez (Pazartesi ve Cuma günleri) ortalama bir saat sürecek şekilde uygulanmıştır. Eylem, Grup 1’e (kadın) ve Grup 2’ye (erkek) 02.10.2023-03.11.2023 tarihleri arasında; Grup 3’e (kadın) ve Grup 4’e (erkek) 11.12.2023-12.01.2024 tarihleri arasında uygulanmıştır.

Uygulama, huzurevinin 3. katında bulunan ve dikkat dağıtacak başka ses ve görüntüden izole olan çok amaçlı salonda gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar uygulamadan 10 dk. önce araştırmacı ve huzurevinde çalışan destek personeli ile çok amaçlı salona getirilmiştir (merdiven veya asansör yardımıyla). Oturum öncesinde ortamın ışıklandırılması, havalandırılması, temizliği ve ısı ayarı yapılarak katılımcılara uygun hale getirilmiştir.

Uygulama alanında katılımcıların rahat bir şekilde oturabileceği, birbirlerinden etkilenmeden sanat aktivitelerini yapabilecekleri büyüklükte geniş bir masa tercih edilmiş ve oturumlarda kullanılan malzemeler (örn. Kuru boya, sulu boya, pastel boya, keçeli kalemler, kurşun kalem, silgi, makas, bant, yapıştırıcı, renkli kartonlar, renkli eva, elışı kağıtları, ip, renkli ahşap çubuklar, renkli tüyler, renkli sim ve pullar, renkli şöniiller, beyaz kil, oyun hamuru, farklı şekillerde oyun hamuru kalıpları, fotoğraflar, ipler vb.) masanın üzerine oturum öncesinde yerleştirilmiştir. Oturumda kullanılan malzemeler katılımcıların ulaşabilecekleri şekilde konumlandırılmıştır. Oturum öncesinde katılımcılara çay ikramı yapılmıştır. Ardından oturuma başlanmış ve Ek 2’de yer alan süreçler izlenmiştir. Oturum esnasında ortamın terapötik olarak düzenlenmesi amacıyla lotus kokulu tütsü yakılmış ve hafif bir fon müziği açılmıştır. Oturumlara ait görseller Ek 3’te verilmiştir.

3.9. Eylem Sonrası Veri Toplama

Araştırmanın verilerinin eylem öncesi, eylem sonrası (eylemin bittiği hafta) ve izlem (eylemin bitişini takip eden 1. ayın sonunda) değerlendirmesi şeklinde toplanmıştır. İzlem süresinin uzun olması, sağlık müdahalelerinin uzun vadeli etkilerine ilişkin tahminler sağlayabilir. Ancak, uzun vadeli sonuçların analizi, sonuçları etkileyebilecek müdahale dışındaki faktörlerin oluşabilmesi ve ölüm gibi çeşitli sebeplerle katılımcı kaybından kaynaklanan izlem ölçümlerinin elde edilememesi nedeniyle karmaşık hale gelebilmektedir. Bu nedenle araştırmacıların araştırma sürecini planlarken bu faktörleri göz önünde bulundurması gerekmektedir (Herbert ve ark., 2018). Bu nedenle araştırmadaki katılımcıların 65 yaş ve üzeri olması, çoklu kronik hastalıklarının olması, uzun süreli hastane yatışlarının olabilmesi ve kurumdan ayrılabilmesi gibi riskler nedeniyle katılımcı kaybını önlemek için izlem değerlendirmesi eylemin bitişini takip eden 1. ayın sonunda yapılmıştır.

3.10. Eylem Sonrası Verilerin Analizi

3.10.1. Nitel verilerin analizi

Nitel verilerin analizinde NVİVO nitel veri analizi programı kullanılarak betimsel analiz yapılmış ve katılımcıların ifadelerinden temalar oluşturulmuştur. Temaların uyumuna alanında uzman iki psikiyatri hemşiresi tarafsız ve bağımsız olarak bakmış ve Kappa

analizi yapılmıştır. Mevcut araştırmada değerlendiriciler arasında eylem sonrası verilerinde 0,92 (mükemmel uyum), izlem verilerinde 0,92 (mükemmel uyum) olduğu görülmüş ve kodlama anahtarının güvenilir olduğuna karar verilmiştir (Landis ve Koch, 1977).

3.10.2. Nicel verilerin analizi

Ölçeklerden elde edilen eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem verileri için SPSS paket programı ile nicel veri analizi yapılmıştır. Tanımlayıcı ölçüler hesaplanarak kategorik değişkenlerin frekans, yüzde oranı, oransal ölçekli değişkenlerin ise Ortalama $\pm$ SS şeklinde sunulmuştur. Örneklem büyüklüğü 30'un altında olduğu için non parametrik testlerin kullanımı uygun görülmüştür. Cinsiyetler arası ölçek puanlarının farkında Mann Whitney U testi ile bakılmıştır. Eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem değerlendirmeleri arasındaki farka Freidsman Two Way Testi ile bakılmıştır. Eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem değerlendirmeleri arasındaki farkın yönü ise Wilcoxon testi ile analiz edilmiştir. Temalar arasında cinsiyete göre farklılığa ise ki kare testi ile bakılmıştır. Veri toplama ve analiz tarihlerine ilişkin bilgiler Tablo 3.6'da sunulmuştur.

Tablo 3.6. Veri toplama ve analiz tarihleri

Tarih Aralığı	Yapılan iş
Ocak 2023	Eylem öncesi verilerinin toplanması
Şubat-Nisan 2023	Eylem öncesi verilerinin analizi
06.11.2023-10.11.2023	Grup 1 (Kadın) Grup 2 (Erkek) Eylem sonrası verilerinin toplanması
04.12.2023-08.12.2023	Grup 1 (Kadın) Grup 2 (Erkek) İzlem verilerinin toplanması
15.01.2024-19.01.2024	Grup 3 ve Grup 4

	Eylem sonrası verilerinin toplanması
22.01.2024-09.02.2024	Eylem sonrası verilerinin analizi
12.02.2024-16.02.2024	Grup 3 ve Grup 4 İzlem verilerinin toplanması
17.02.2024-22.02.2024	İzlem nicel verilerin analizi
Mart-Nisan 2024	İzlem nitel verilerinin analizi

Tablo 3.7. Araştırma süreci takvimi

Araştırma Süreci Takvimi	TARİH					
	Mayıs- Temmuz 2022	Ağustos 2022	Eylül-Aralık 2022	Ocak 2023- Şubat 2024	Şubat 2024- Mart 2024	Nisan 2024- Haziran 2024
Literatür Tarama						
Tez Öneri Sınavı						
İzinlerin Alınması (Etik kurul onayı, kurum izni)						
Veri Toplama Süreci: -Watson insan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi Öncesi Nitel Görüşme, Ön testlerin uygulanması -Eylem öncesi nitel verilerin analizi -Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi Protokolünün oluşturulması -Uzman Görüşü Alınması -Ön Uygulama -Watson insan Bakım Kuramına Dayalı Sanat						

Temelli Anımsama Terapisinin Uygulanması						
-Watson insan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi Sonrası Nitel Görüşme, Son testlerin uygulanması						
-Watson insan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi 1 ay sonrası Nitel Görüşme ve izlem verilerinin toplanması						
Verilerin Analizi						
Raporlandırma						

3.11. Araştırmanın Geçerlik ve Güvenirliği

Guba ve Lincoln nitel araştırmalarda geçerlik-güvenilirlikten ziyade inandırıcılık (trustworthiness) olması gerektiğine dikkat çekmiştir (Başkale, 2016). Guba ve Lincoln (1985) inandırıcılık için kriterleri inanılrlık, güvenilebilirlik, onaylanabilirlik ve aktarılabilirlik olmak üzere dört ana başlık altında toplamıştır. Araştırmanın geçerlik ve güvenirlği için yapılacak uygulamalar Tablo 3.8’de verilmiştir.

Tablo 3.8. Araştırmanın geçerlilik ve güvenirliği

GEÇERLİK	İnandırıcılık (İç Geçerlik)	Merriam ve Tisdell'e göre (2015) pozitivist paradigmadaki içsel geçerliğin nitel araştırmadaki karşılığı inandırıcılıktır (Guba ve Lincoln, 1985; Akt. Arastaman ve ark., 2018). Lincoln ve Guba (1985), uzun süreli katılım, sürekli gözlem, veri toplama üçgenlemesi ve araştırmacı üçgenlemesi gibi faaliyetler de dahil olmak üzere güvenirliği ele almak için bir dizi teknik önermektedir. -Araştırmamız kapsamında araştırmanın iç geçerliğini artırmak amacıyla birden fazla veri toplama yöntemi (nitel görüşme ve ölçekler) kullanılmıştır. Veri kaynaklarının farklı olması çeşitlemeyi sağlamıştır. Verilerin tamamı bütünlük açısından incelenmiştir. Nitel verilerin içerik analizinde temalar ve alt temalar oluşturulmuş, her bir alt temanın ilgili tema ile ilişkisi incelenmiştir. -Bireylerden karşılıklı güven sağlanması amacıyla görüşmede kaydedilen bilgilerin sadece bilimsel amaçlı kullanılabileceği ve gizliliği konusunda yazılı onay alınmıştır. Böylece görüşme süresince toplanan verilerin güven ortamında rahatça ifade edilmesi ve verilerin gerçek durumu yansıtmayı sağlanması amaçlanmıştır.
-----------------	------------------------------------	--

	Aktarılabirlik (Dış Geçerlik)	Pozitivist paradigmadaki dışsal geçerliğin nitel araştırmadaki karşılığı aktarılabirliktir (Guba ve Lincoln, 1985; Akt. Arastaman ve ark., 2018). Aktarılabirlik, araştırmannın genellenebilirliğini ifade eder (Guba ve Lincoln, 1985) -Araştırma süreci ve süreç içinde yapılanlar ayrıntılı olarak ifade edilmiştir. Araştırmannın tipi, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci, verilerin analizi ayrıntılı olarak ifade edilerek, konu ile ilgili yapılmış araştırmalar incelenmiştir. Amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi ile katılımcıların araştırmaya katılımı gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. -Betimsel analiz sonucu oluşturulan temalara ilişkin katılımcı ifadeleri yorum yapılmadan verilmiştir. Araştırma kapsamında geçerlilik çalışması yapılmış olan ölçekler kullanılmıştır.
--	--	--

GÜVENİRLİK	Güvenilebilirlik (İç Güvenirlik)	Pozitivist paradigmadaki iç güvenirlüğün nitel araştırmadaki karşılığı güvenilebilirliktir (Guba ve Lincoln, 1985; Akt. Arastaman ve ark., 2018). Okuyucular araştırma sürecini inceleyebildiklerinde, araştırmanın güvenilirliğini daha iyi yargılayabilmelidir (Lincoln ve Guba, 1985). Yine bir araştırma çalışmasının güvenilirliği gösterebilmesinin bir yolu, sürecinin denetlenmesidir (Koch, 1994). -Araştırma doktora öğrencisi ve danışmanı tarafından yürütülmüştür. -Araştırmanın iç güvenirlüğünü sağlamak amacıyla elde edilen veriler yorum yapılmadan paylaşılmıştır. İçerik analizindeki alt temaların belirlenmesinde nitel araştırma konusunda deneyimli iki öğretim üyesinden kodlama yapması istenmiş, kodlar arasındaki tutarlılığa (Kappa analizi) bakılmıştır. Araştırma süreci psikiyatri hemşireliğinde uzman danışman öğretim üyesi tarafından izlenmiştir.
--	--	---

	Onaylanabilirlik (Dış Güvenirlik)	Pozitivist paradigmadaki dış güvenirliliğin nitel araştırmadaki karşılığı onaylanabilirliktir (Guba ve Lincoln, 1985; Akt. Arastaman ve ark., 2018). Guba ve Lincoln'e (1989) göre, güvenilirlik, aktarılabilirlik ve güvenirliliğin tümü sağlandığında onaylanabilirlik sağlanır. Koch (1994), diğerlerinin kararların nasıl ve neden verildiğini anlayabilmeleri için araştırmacıların tüm çalışma boyunca teorik, metodolojik ve analitik seçimlerin nedenleri gibi belirteçleri içermesini tavsiye etmektedir. -Dış güvenirliliği sağlayabilmek için araştırmanın yapıldığı ortam, katılımcılar, eylem öncesi, eylem ve eylem sonrası süreç ayrıntılı olarak raporlanmıştır. Oluşturulan temalar için iki bağımsız araştırmacıdan görüş alınmış ve SPSS paket programında Kappa değeri hesaplanmıştır. Araştırma kapsamında güvenirlilik çalışması yapılmış olan ölçekler kullanılmıştır (Güngen ve ark., 2002; Watson ve ark., 2010; Aydın ve ark., 2015; Kalafatoğlu ve Çelik, 2020). Gerekğinde sunulmak üzere tüm verilere ilişkin kanıtlar yedi yıl süresince saklanacaktır.
--	--	---

3.12. Araştırmanın Etik ve Yasal Boyutu

Araştırmada kullanılan ölçeklerin geçerlilik ve güvenirlilik çalışmasını yapan yazarlardan ölçek kullanım izni alınmıştır (Ek 5). Akdeniz Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan etik onay alınmıştır (Ek 6). Ayrıca Özel Isparta Huzurevi ve Yaşlı Bakım Merkezi'nden kurum izni alınmıştır (Ek 7). Araştırmaya katılacak katılımcılara araştırma kapsamı sözlü anlatılmış olup, kendilerinden araştırmaya katılmayı kabul ettiklerine dair aydınlatılmış onam formu alınmıştır (Ek 8). Oturumlar sırasında kurumun izni olmadığı için fotoğraf çekimi yapılmamıştır.

3.13. Araştırmanın Bağımlı ve Bağımsız Değişkenleri

Bağımlı Değişkenler: Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği ve Genel İyiilik Hali Ölçeği'nden elde edilen puan ortalamaları

Bağımsız Değişkenler: Watson İnsan Bakım Kuranıma Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi

3.14. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma çalışılan grup ve yapılan eylem ile sınırlıdır. Ön uygulama sürecinde katılımcılar kadın erkek karma grup içerisinde bulunmak istemediklerini ve kendilerini rahat bir şekilde ifade edemediklerini belirtmelerinden dolayı gruplar kadın ve erkek olarak ayrılmıştır.

4. BULGULAR

4.1. Nicel Verilere İlişkin Bulgular

Bu kısımda araştırmadan elde edilen nicel eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem verileri sunulmuştur.

4.1.1. Hayatın anlamı ve amacı ölçeğine ilişkin bulgular

Araştırma kapsamında elde edilen Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem değerlendirilmelerinin analizleri Tablo 4.1’de sunulmuştur.

Tablo 4.1. Hayatın anlamı ve amacı ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem karşılaştırması

		Eylem Öncesi	Eylem Sonrası	İzlem	
Ölçek	Cinsiyet	Ortalama±SS	Ortalama±SS	Ortalama±SS	χ^2 / p^{**}
HAAÖ	Kadın	2,73±0,46	3,20±0,22	3,16±0,18	12,600/0,002
	Erkek	2,68±0,47	3,20±0,24	3,18±0,19	9,250/0,010
	U/p***	46,50/0,82	46,00/0,79	41,50/0,54	

*p<0,05

** Freidsman Two Way Testi

***Mann Whitney U Testi

Tablo 4.1 incelendiğinde, kadın ve erkek grupları arasında Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Grup içi karşılaştırmalara bakıldığında ise kadın grubunda Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Benzer şekilde erkek grubunda da Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p<0,05$). Grup içi oluşan farklılıkların yönü Tablo 4.2’de yer almaktadır.

Tablo 4.2. Hayatın anlamı ve amacı ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem farkı

		Z**	p*	Etki büyüklüğü
Kadın	Eylem öncesi-Eylem sonrası	-2,403	0,016	0,56
	Eylem sonrası-izlem	-0,938	0,348	-
	Eylem öncesi-izlem	-2,313	0,021	0,54
Erkek	Eylem öncesi-Eylem sonrası	-2,433	0,015	0,57
	Eylem sonrası-izlem	-0,412	0,680	-
	Eylem öncesi-izlem	-2,450	0,014	0,57

*p<0,05 **Wilcoxon testi

Tablo 4.2 incelendiğinde, kadın grubunun eylem öncesi-eylem sonrası ve eylem öncesi-izlem karşılaştırmaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Ancak eylem sonrası-izlem karşılaştırması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p<0,05$). Erkek grubunda da benzer şekilde eylem öncesi-eylem sonrası ve eylem öncesi-izlem karşılaştırmaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p<0,05$). Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği puan ortalamalarının her iki cinsiyet grubunda da anlamlı bir şekilde arttığı görülmektedir.

4.1.2. Genel iyi oluş ölçeğine ilişkin bulgular

Araştırma kapsamında elde edilen Genel İyi Oluş Ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem değerlendirmelerinin analizleri Tablo 4.3'te sunulmuştur.

Tablo 4.3. Genel iyi oluş ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem karşılaştırması

		Eylem Öncesi	Eylem Sonrası	İzlem	
Ölçek	Cinsiyet	Ortalama±SS	Ortalama±SS	Ortalama±SS	χ^2 /p**
GİÖÖ	Kadın	2,12±0,50	2,49±0,36	2,14±0,41	15,200/0,001
	Erkek	1,83±0,49	2,33±0,38	1,85±0,50	11,032/0,004
	U/p***	33,00/0,20	35,00/0,26	34,50/0,25	

*p<0,05

** Freidsman Two Way Testi

***Mann Whitney U Testi

Tablo 4.3 incelendiğinde, kadın ve erkek grupları arasında Genel İyi Oluş Ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır (p>0,05). Grup içi karşılaştırmalara bakıldığında ise kadın grubunda Genel İyi Oluş Ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir (p<0,05). Benzer şekilde erkek grubunda da Genel İyi Oluş Ölçeği eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmaktadır (p<0,05). Grup içi oluşan farklılıkların yönü Tablo 4.4'te yer almaktadır.

Tablo 4.4. Genel iyi oluş ölçeğine eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem farkı

		Z**	p*	Etki büyüklüğü
Kadın	Eylem öncesi-Eylem sonrası	-2,941	0,003	0,69
	Eylem sonrası-izlem	-2,668	0,008	0,62
	Eylem öncesi-izlem	-0,360	0,719	-
Erkek	Eylem öncesi-Eylem sonrası	-2,437	0,015	0,57
	Eylem sonrası-izlem	-2,527	0,012	0,62
	Eylem öncesi-izlem	-0,137	0,891	-

*p<0,05

**Wilcoxon testi

Tablo 4.4 incelendiğinde, kadın grubunun eylem öncesi-eylem sonrası ve eylem sonrası-izlem karşılaştırmaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Ancak eylem öncesi-izlem karşılaştırması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p<0,05$). Erkek grubunda da benzer şekilde eylem öncesi-eylem sonrası ve eylem sonrası-izlem karşılaştırmaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p<0,05$). Ancak eylem öncesi-izlem karşılaştırması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p<0,05$). Genel İyi Oluş Ölçeği puan ortalamalarının her iki cinsiyet grubunda da eylem sonrası değerlendirmesinde anlamlı bir şekilde arttığı görülmektedir. İzlem değerlendirmesinde ise her iki cinsiyet grubunun da Genel İyi Oluş Ölçeği puan ortalamaları anlamlı bir şekilde azalmıştır ($p>0,05$).

4.1.3. Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formuna İlişkin Bulgular

Tablo 4.5. Watson iyileştirme süreçlerine göre hasta memnuniyeti değerlendirme formu

		Eylem Sonrası	İzlem	
Ölçek	Cinsiyet	Ortalama±SS	Ortalama±SS	χ^2/p^{**}
HMDF	Kadın	6,35±0,42	6,36±0,32	0,111/0,73
	Erkek	6,38±0,28	6,15±0,43	1,800/0,18
	U/p***	44,50/0,70	38,00/0,36	

* $p<0,05$

** Freidsman Two Way Testi

***Mann Whitney U Testi

Tablo 4.5 incelendiğinde kadın ve erkek grupları arasında Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formu eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Grup içi karşılaştırmalara bakıldığında ise kadın grubunda Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formu eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Benzer şekilde erkek grubunda da Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formu eylem sonrası ve izlem puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

4.2. Nitel Verilere İlişkin Bulgular

Bu kısımda ‘Eylem Öncesi Görüşme Formu’ ve ‘Eylem Sonrası Görüşme Formu’ndan elde edilen nitel veriler sunulmuştur. Görüşmelerden elde edilen verilerin betimsel ve içerik analizi yapılmıştır.

4.2.1. Eylem öncesi nitel verilere ilişkin bulgular

Bu kısımda eylem öncesi değerlendirmesi amacıyla yapılan Eylem Öncesi Görüşme Formu’ndan elde edilen veriler sunulmuştur. Tablo 4.6’da Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi öncesi nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar yer almaktadır. Tablo 4.7’de ise temaların cinsiyetlere göre farkı yer almaktadır.

Tablo 4.6. Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisi öncesi nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar

Ana Temalar	Alt Temalar	K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7	K8	K9	K10	K11	K12	K13	K14	K15	K16	K17	K18	K19	K20
Yaşamın Anlamı ve Amacı	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması	√			√					√		√	√	√		√	√	√	√		√
	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması			√		√		√	√		√				√					√	
	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç	√	√		√		√			√	√									√	
Yaşamı Anlamlı Kılan Şeyler	Birinci Derece Yakınlar ve Sosyal Çevrenin Varlığı	√	√	√	√			√	√		√	√				√	√	√			
	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar		√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√		√	√			√
	Fiziksel ve Ruhsal İyilik Halinin Olması						√			√				√					√		√
Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar	Eskiye Dair Anılar	√	√		√	√		√		√	√		√		√			√		√	√
	Aile Hayatı	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
	Eğitim Hayatı		√				√		√				√	√		√		√	√		

	Çalışma Hayatı ve Askerlik	√	√	√	√	√				√				√		√	√	√	√	√	√	√
	Kişiler Arası İlişkiler, Sosyalleşme ve Yalnızlık		√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√		√						
	Kayıplar ve Ölüm Korkusu		√	√			√	√	√	√	√	√	√	√	√		√		√	√	√	√
	Huzurevine Geçiş	√	√	√	√				√	√				√						√	√	
Yaşamın Anlamı ve amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular	Olumlu Duygular	√	√	√	√					√			√			√		√	√		√	
	Olumsuz Duygular					√	√	√	√		√	√		√	√		√			√		
Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi	Etkisi Yoktur	√		√		√										√	√			√		
	Yaşam Deneyimi Kazandırır				√						√	√	√					√	√		√	
	Olumsuz Etkisi Vardır		√				√	√	√	√				√	√							
Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler	Fiziksel Değişimler	√	√		√	√		√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
	Duygusal Değişimler			√			√	√									√		√			
	Sosyal ve Toplumsal İlişkilerde Değişimler	√								√		√					√	√	√			
	Kabullenme	√		√	√				√			√				√	√		√			√

Değişimler ile Başetme	Spirütüel Başetme			√				√			√	√		√	√					√	√
	Dikkati Başka Yöne Çekme		√		√	√		√		√				√				√			
	Yardım/Sosyal Destek Arama	√				√		√					√	√	√	√	√		√		
	Öz Bakımı Destekleme				√							√		√				√	√		
	Etkisiz Başetme		√				√		√	√			√				√				

Tablo 4.6 incelendiğinde yedi ana tema ve yirmi yedi alt temanın oluşturulduğu ve her temaya ilişkin alt temaların katılımcıların yanıtlarına göre gruplandırıldığı görülmektedir. Ana temalar ‘Yaşamın Anlamı ve Amacı’, ‘Yaşamı Anlamlı Kılan Şeyler’, ‘Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar’, ‘Yaşamın Anlamı ve Amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular’, ‘Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi’, ‘Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler’ ve ‘Değişimler ile Başetme’ temalarıdır.

Tablo 4.7. Eylem öncesi nitel görüşmelerden elde edilen temaların cinsiyete göre farkı

Ana Temalar	Alt Temalar	Cinsiyet		İstatistiksel Değer	
		Kadın (n)	Erkek (n)	X ²	p
Yaşamın Anlamı ve Amacı	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması	4	7	3,430	0,06
	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması	5	2	1,174	0,27
	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç	6	1	4,105	0,04
Yaşamı Anlamlı Kılan Şeyler	Birinci Derece Yakınlar ve Sosyal Çevrenin Varlığı	8	3	3,104	0,07
	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar	9	6	0,606	0,43
	Fiziksel ve Ruhsal İyilik Halinin Olması	2	3	0,606	0,43
Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar	Eskiye Dair Anılar	7	5	0,135	0,71
	Aile Hayatı	10	8	0,022	0,88
	Eğitim Hayatı	3	5	1,650	0,19
	Çalışma Hayatı ve Askerlik	6	7	1,174	0,27
	Kişiler Arası İlişkiler, Sosyalleşme ve Yalnızlık	9	3	4,848	0,02
	Kayıplar ve Ölüm Korkusu	8	7	0,067	0,79

	Huzurevine Geliş	6	3	0,900	0,34
Yaşamın Anlamı ve amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular	Olumlu Duygular	5	5	0,202	0,65
	Olumsuz Duygular	6	4	0,202	0,65
Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi	Etkisi Yoktur	3	3	0,087	0,76
	Yaşam Deneyimi Kazandırır	3	4	0,642	0,42
	Olumsuz Etkisi Vardır	5	2	1,174	0,27
Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler	Fiziksel Değişimler	8	9	2,888	0,08
	Duygusal Değişimler	3	2	0,067	0,79
	Sosyal ve Toplumsal İlişkilerde Değişimler	3	3	0,087	0,76
Değişimler ile Başetme	Kabullenme	4	4	0,135	0,71
	Spirütüel Başetme	4	4	0,135	0,71
	Dikkati Başka Yöne Çekme	5	2	1,174	0,27
	Yardım/Sosyal Destek Arama	3	6	3,104	0,07
	Öz Bakımı Destekleme	2	3	0,636	0,43
	Etkisiz Başetme	4	2	0,471	0,49

Tablo 4.7’de katılımcıların eylem öncesi oluşturdıkları temaların cinsiyete göre farklılıkları yer almaktadır. Tablo incelendiğinde katılımcıların ‘Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç’ ve ‘Kişiler Arası İlişkiler, Sosyalleşme ve Yalnızlık’ alt temalarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Diğer alt temalarda ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Belirlenen ana tema ve alt tema bulgularına detaylı olarak aşağıda yer verilmiştir.

➤ Yaşamın anlamı ve amacı

Katılımcıların yaşamın anlamı ve amacına yönelik alt temaları Tablo 4.6’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması (K1, K4, K9, K11, K12, K13, K15, K16, K17, K18, K20)’, ‘Spirütüel Gereksinimlerin Karşılanması (K3, K5, K7, K8, K10, K14, K19) ve ‘Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç (K1, K2, K4, K6, K9, K10, K19)’tir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Yaşamın anlamı iyi bir kul olmak. **Allahın rızasını kazanmak**. Gençlik boş geldi geçti ama geç değil. Allaha iyi bir kul olmak her zaman mümkün.’ K10

‘Yaşamın anlamı **kendini bulmakta**. İnsan kendini keşfederse yaşamının anlamını bulur. Her insanın yaşamının anlamı farklıdır.’ K12

‘Yaşamın anlamı falan **yok**. Yaşar ölür insan.’ K19

‘Yaşamın anlamı var ama herkes bilmez. Bana göre yaşamın anlamı **sağlıklı olmakta**. Kanuni ne demiş? Halk içinde mu'teber bir nesne yok devlet gibi Olmaya devlet cihânda bir nefes sıhhat gibi.’ K18

‘Hayatı Allah bize boşuna vermemiş. Bizim hayattaki amacımız **Allaha kulluk etmek**. Yoksa ne işe yarar insan.’ K7

‘Hayatın anlamı mı? Anlamı manlamı **yok** hayatın. Yiyip içip gezmek lazım. Ben canım ne isterse onu yaptım.’ K9

➤ Yaşamı anlamlı kılan şeyler

Katılımcıların yaşamı anlamlı kılan şeylere yönelik alt temaları Tablo 4.6'da yer almaktadır. Bu alt temalar 'Birinci Derece Yakınlar ve Sosyal Çevrenin Varlığı (K1, K2, K3, K4, K7, K8, K10, K11, K15, K16, K17)', 'Değerler ve Spirüüel Uygulamalar (K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10, K11, K12, K13, K14, K16, K17, K20) ve 'Fiziksel ve Ruhsal İyilik Halinin Olması (K6, K9, K13, K18, K20)'dır. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

'İnsanı mutlu eden her şey.... Benim için **çocuğum, etrafımdaki insanlardır.**' K15

'Yaşamı anlamlı kılan duruşumuz **değerlerimizdir.** İnsan değerleri ile yaşar. Hayatının amacına ulaşmak için bu değerlere göre hareket eder.' K12

'Yaşamı anlamlı kılmak için neler yapılır?...**Mutlu olmaya** çalışmalıyız, iyi insan olmalıyız' K16

'.....**Etrafımızdaki sevdiğimiz insanlar.** Kalabalık oldum mu insan şenlenir, mutlu olur. Hayat güzelleşir.' K8

'Ben sık sık **zikir çekerim, Allah'ı tesbih ederim** kızım. Kalbim ancak o zaman huzur buluyor.' K3

'Kimseye **muhtaç olmamak.** Muhtaçlık zor. Ele dile düşürüp kapıdan baktırmasın Allah. Şükür kendi işimi kendim görüyorum.' K6

➤ Yaşamın anlamını ve amacını etkileyen olaylar

Katılımcıların yaşamın anlamını ve amacını etkileyen olaylar yönelik alt temaları Tablo 4.6'da yer almaktadır. Bu alt temalar 'Eskiye Dair Anılar (K1, K2, K3, K4, K5, K7, K9, K10, K12, K14, K17, K19, K20)', 'Aile Hayatı (K1, K2, K3, K4, K5, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19)', 'Eğitim Hayatı (K2, K6, K8, K12, K13, K15, K17, K18)', 'Çalışma Hayatı ve Askerlik (K1, K2, K3, K4, K5, K9, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20)', 'Kişiler Arası İlişkiler, Sosyalleşme ve Yalnızlık (K2, K3, K5, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K15)', 'Kayıplar ve Ölüm Korkusu (K2, K3, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K16, K18, K19, K20)', ve 'Huzurevine

Geliş (K1, K2, K3, K4, K8, K9, K13, K19, K20)'tir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Çocukluk deyince aklıma **bayramlar** gelir. Kalabalık sofralar. Kız kardeşlerimle çok mutlu olurduk bayramlarda.’ K7

‘Çocukken **babamın** peşinden hiç ayrılmazdım. O nere ben oraya. Tarlada bahçede çalışır dururduk. Kardeşlerimden en çok beni severdi. Dönüşte de bakkaldan domdom şekeri alırdı bir tane. Hala tadı aklımda o şekerin.’ K13

‘Gençken köyden ayrıldım **okumak için**. O zaman okulumuz yoktu köyde. Büyük şehirlere gitmek gerekiyordu. Genç yaşta ailemden ayrıldım yurda yerleştim okumak için.’ K12

‘Gençlikte hep **halı dokuduk** kızım. Haftada bir halı bitirirdim. Parami kazanıp anama babama verirdim.....’ K2

‘.....Evlenmeden önce **akrabaları çok gezerdik** bir de. Aynı mahalledeydik. Annemin peşine takılır gezerdik. Yaşlıları dinlemeyi çok severdim ben. Çok güzel konuşturlardı. Eskileri anlatırlardı. Ben de merakla dinlerdim.’ K10

‘Askere gitti geldi oğlum. Nişanladık. Sonra trafik kazası geçirdi **vefat etti**. Allah rahmet eylesin. Çok ağladım gözlerim kurudu. Keşke dedim hep birkaç çocuğum daha olsaymış.’ K8

‘Yaşlılık parayla olsa kimse almaz. Keşke satabilsem ben de. **Bak beni attılar buraya**. Beş çocuk hani nerede?’ K9

‘Yaşlılığın kendisi başlı başına dert. **Yaşlanmak** yani. Korkutuyor insanı. Her gün daha kötüye gidiyor. Allah ele dile düşürmesin inşallah.’ K16

‘**Askere gittik**. İki yıldı o zaman. Bi giderdin dönerdin ki herşey değişmiş. Ölen olmuş kalan olmuş. Haberini gelince alırdın.’ K18

‘**Eşim vefat etti. Yalnız kaldım**. Allah verdi Allah aldı yapacak bir şey yok....’ K11

➤ **Yaşamın anlamı ve amacını etkileyen olayları anımsamanın hissettirdiği duygular**

Katılımcıların yaşamın anlamı ve amacını etkileyen olayları anımsamanın hissettirdiği duygulara yönelik alt temaları Tablo 4.6’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Olumlu Duygular (K1, K2, K3, K4, K9, K12, K15, K17, K18, K20)’ve ‘Olumsuz Duygular (K5, K6, K7, K8, K10, K13, K14, K16, K19)’dır. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Oğlumu da eşimi de **özlüyorum**. Ölünce kavuşacağım onlara.’ K7

‘**Gurur duyuyorum** kendimle. Dil öğrendim, para kazandım kendimi geliştirdim.....’ K12

‘....**Mutlu oldum**. Allah iyi günler gösterecek evlatlarımıza.’ K15

‘....**Keşke** okuyabilseydim. Keşke izin verseleridi.’ K5

➤ **Olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisi**

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.6’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Etkisi Yoktur (K1, K3, K5, K15, K16, K19),’ ‘Yaşam Deneyimi Kazandırır (K4, K10, K11, K12, K17, K18, K20) ve ‘Olumsuz Etkisi Vardır (K2, K6, K7, K8, K9, K13, K14)’dır. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Bence **etkilemez**. İnsan naparsa yapsın Allah’ın takdiri oluyor. Biz bir şey yapamayız.’ K15

‘İnsan eskiyi düşünüp **ders çıkarır** kendine. Hatalarını bir daha yapmaz.....’ K10

‘Eskiden yaşadığım kötü şeyler beni **mutsuz ediyor**. Bazen ağlıyorum aklıma geldikçe.’ K2

‘Bi deneydi evladım her şeyimdi. Evlendirecektim. Bak öldü gitti. **Acısı kaldı içimde** hayatın anlamı mı olur böyle.’ K8

‘**Etkilemez** ki. Sen ne dersen de ne yaparsan yap Allah’ın dediği olur. Kader bu değiştiremezsin.’ K19

‘Bak anamın dedikleri hep aklımda. Bişey yaşarken hep aklıma gelir nasihatini dinlerim. **Eskileri hatırlar ona göre davranırım.** Hatalarımı yapmam.’ K11

➤ Yaşlanma sürecinde meydana gelen değişimler

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.6’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Fiziksel Değişimler (K1, K2, K4, K5, K7, K8, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20)’, ‘Duygusal Değişimler (K6, K7, K16, K18)’ ve ‘Sosyal ve Toplumsal İlişkilerde Değişimler (K1, K11, K16, K17, K18)’dir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘**Dişlerim döküldü, belim büküldü, elim ayağım tutmaz oldu.....** Daha nolsun kızım.’ K2

‘Ben kendimi hiç yaşlanmayacam sanırdım. Ama bak yaşlandık yaşılanıyoruz. Bir gün bir günümüzü tutmuyor. Bir sürü **hastalık** çıktı başıma. **Saçlarım ağardı. Bak buruş buruş oldum.** Daha da kötü olacam.’ K16

‘.....Genel olarak da eskiye göre kendimi daha **mutсу** hissediyorum.’ K7

‘Eskiden **kapım hep çalardı.** Çoluk çocuk torun, konu komşu. Bak şimdi **ne arayan ne soran.** Herkes öldü gitti. Yaşayan da işinde gücünde.’ K9

‘.....**Saygı görmemek.** Biz yaşadık bir bildiğimiz vardır. Ama bizi dinleyen sayan yok. Adam yerine koyan yok.’ K18

‘Yaşlıya önem veren yok artık. **Sayan seven yok.** Yük olarak görülüyoruz. **Şimdiki gençlik bizim gibi değil.** Biz bi aile büyüğü bilirdik sözünü dinlerdik. Şimdi nerde?’ K1

➤ Değişimler ile başetme

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.6’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Kabullenme (K1, K3, K4, K8, K11, K15, K16, K18, K20)’, ‘Spirütüel Başetme (K3, K7, K10, K11, K13, K14, K19, K20)’, ‘Dikkati

Başka Yöne Çekme (K2, K4, K5, K7, K9, K13, K17)', 'Yardım/Sosyal Destek Arama (K1, K5, K8, K12, K13 K14, K15, K16, K18)', 'Öz Bakımı Destekleme (K4, K11, K13, K17, K18)' ve 'Etkisiz Başetme (K2, K6, K8, K9, K12, K16)'dir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

'.....Napalım kızım **kabul ettik**. Yaşlılık bu sonuçta olacak o kadar.' K3

'Yaşlılık bu kızım. **Herkesin başına gelecek**. Böyle böyle ölüp gidecez. Güvenme gençliğine sen de.' K11

'**Dua ediyorum Allaha** başka yapacak bir şey yok ki....' K20

'Cenneti kazanmak için **ibadet etmeli**. Kalbim böyle huzur buluyor. Kendimi iyi hissediyorum. Dünya geçti gidiyor. Yarın öleceğiz belki de. Artık önemli olan ahiret.' K10

'**Aklıma getirmemeye çalışırım**. Televizyona bakarız burda işte. Sohbet ederiz. Burdaki kızlar bizle konuşur ilgilenir. Kafamız dağılır.' K2

'Ah kızım. Burada bir sürü yaşlı var onlarla konuşuyoruz. **Televizyon izlerim, örgü örerim.**' K7

'**Yardım ediyorlar** hemşireler, müdür bize. Allah razı olsun yaptığımızı yapıyoz yapamadığımızı yardım ediyorlar.' K5

'Kimse yardım edemez ama sohbet etmek iyi geliyor. Böyle **gençler gelse sohbet etsek** anlatsak ne iyi olur. Şimdi bizi sayan seven de yok.' K9

'Doktorun verdiği **ilaçları kullanıyorum** kızım. Canımı sıkmamaya çalışıyorum. **Mutlu olmak** için de eldeki imkanlara bakacağız. Şükür edeceğiz. Ben her halime şükrederim.' K11

'İyi olmak için **sağlıklı beslenmek** lazım. **İlaçları zamanında almak** lazım....' K13

'....Aklıma geldikçe **ağlarım** ne yapayım kızım.' K6

‘Elden ne gelir ki bekliyoruz öyle. Ağlar ağlar susarız....’ K8

➤ **Katılımcıların yaşlanma sürecine ilişkin metaforları**

Katılımcıların Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi eylemi öncesi yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları Tablo 4.8’de yer almaktadır.

Tablo 4.8. Katılımcıların eylem öncesinde yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları

Katılımcılar	Eylem Öncesi Metaforları
K1	Belirsizlik.
K2	Baston.
K3	Ah ah yaşlanmak eskimek. Eşyanın eskimesi gibi.
K4	Film gibi. Çok çektim çünkü.
K5	Gocadık gittik çürüdük kızım. Çürüdük meyve gibi.
K6	Çok çektim kızım. Acı türküler olur ya çok ağıt yaktım. Ağıt olur heralde.
K7	Kırık bir eşya. Eskisi gibi sağlam değil. Ama belki kullanılabilir.
K8	Kuru dal kızım. Kuru dal gibi kimsesiz kaldım.
K9	Karanlık. Işık yok. Lamba da yok. Gençlik geri gelmeyecek çünkü.
K10	Bebek olmak. O da başkasına muhtaç çünkü biz gibi.
K11	Kara kış gibi yaşlılık. Kimse sevmez kara kışı. Herkes zorlanır kışın.
K12	Çiçeğin solması. Çiçek gibi insanın da ömrü solup gidiyor.
K13	Yaşlanmak ağacın yaprak dökmesi gibi. Yaşlandıkça zamanla bişeyler kopup gidiyor yaprak gibi.
K14	Zaman gibi. Durdurulamaz akar gider.
K15	Yaşlılık mı? İn eski eşya olabilir. Hala kullanılır ama eskisi gibi sağlam işe yarar değil.
K16	Hammalın sırtındaki yük. Yaşlılar da insanlara yük olur.
K17	Hasat zamanı. İnsan gençlikte ne ekerse yaşlılıkta onu biçiyor.
K18	Yaşlılık bir sınav. Gençlikte çalışmazsan sınavı geçemezsin. İnsan gençlikte ne yaparsa yaşlılıkta da onu görüyor.

K19	Kuru yaprak gibi. Yeşilliği gençlik, kurusu da yaşlılık. Gençlik geri gelmeyecek. Yaprak da geri yeşermeyecek.
K20	Yaşlılık iyileşmeyen yara gibi. İyileşmiyor.

Tablo 4.8. incelendiğinde katılımcıların, eylem öncesinde yaşlılığı, yaşlılık sürecinde meydana gelen ve olumsuz olarak nitelendirilen değişimlere (K3, K5, K7, K12, K13, K14, K15, K19, K20), muhtaçlık, zorluk ve yalnızlık durumuna (K8, K10, K11, K16), yaşlılık döneminin belirsizliğine (K1, K9), zorlu yaşam deneyimlerini yansıtan film ve ağıta (K4, K6), gençlik döneminden etkilenen bir süreç olduğuna (K17, K18) ve yaşlılık döneminde kullanılan bir eşyaya (K2) benzettiği görülmektedir.

4.2.2. Eylem sonrası nitel verilere ilişkin bulgular

Bu kısımda eylem sonrası değerlendirmesi amacıyla yapılan Eylem Sonrası Görüşme Formu'ndan elde edilen veriler sunulmuştur. Tablo 4.9'da Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi sonrası nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar yer almaktadır. Tablo 4.10'da ise temaların cinsiyetlere göre farkı yer almaktadır.

Tablo 4.9. Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisi sonrası nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar

Ana Temalar	Alt Temalar	K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7	K8	K9	K10	K11	K12	K13	K14	K15	K16	K17	K18	K19	K20
Yaşamın Anlamı ve Amacı	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması	√			√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√		√
	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması		√	√	√			√	√		√			√	√				√		
	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç																			√	
Yaşamı Anlamalı Kılan Şeyler	Aile ve Çocuk Sahibi Olmak	√	√		√	√	√		√			√		√	√	√	√			√	√
	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar		√	√	√	√		√	√		√			√	√		√		√		
	Fiziksel İyilik Hali	√								√	√	√			√	√	√		√		√
Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar	Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme			√							√	√			√	√					√
	Yaşamda Var olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi		√		√	√		√		√			√	√					√		
	Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar									√				√					√		
	Aile Hayatı	√	√		√	√			√	√		√			√	√	√		√	√	
	Huzurevine Geliş		√	√			√				√	√	√		√	√	√				√

Yaşamın Anlamı ve amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular	Olumlu Duygular	✓	✓	✓	✓	✓		✓		✓	✓	✓		✓	✓		✓		✓	✓	
	Olumsuz Duygular	✓						✓					✓			✓					✓
Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi	Etkisi Yoktur			✓											✓				✓	✓	
	Yaşam Deneyimi Kazandırır				✓					✓				✓							
	Hayatın Akışını Değiştirir	✓	✓			✓		✓					✓	✓		✓					
	İyilik Eden İyilik Bulur							✓				✓							✓		
Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler	Fiziksel Değişimler	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓
	Duygusal Değişimler	✓	✓	✓				✓		✓		✓		✓		✓			✓		
	Kayıplar ve Yalnızlık	✓						✓				✓	✓			✓					
	Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler				✓										✓					✓	
Değişimler ile Başetme	Kabullenme	✓	✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓			✓					
	Spirüüel Başetme	✓		✓		✓		✓		✓			✓	✓		✓				✓	
	Dikkati Başka Yöne Çekme		✓	✓	✓				✓	✓		✓	✓		✓	✓			✓		
	Yardım Alma		✓					✓				✓	✓						✓		
	Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama				✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓			
	Sanat Aktiviteleri Yapmak				✓				✓						✓						

	Birinci Derece Yakınlar, Sosyal Çevre ve Sosyalleşme	√	√	√	√	√			√	√				√		√	√			√	√
--	---	---	---	---	---	---	--	--	---	---	--	--	--	---	--	---	---	--	--	---	---

Tablo 4.9 incelendiğinde yedi ana tema ve yirmi sekiz alt temanın oluşturulduğu ve her temaya ilişkin alt temaların katılımcıların yanıtlarına göre gruplandırıldığı görülmektedir. Ana temalar ‘Yaşamın Anlamı ve Amacı’, ‘Yaşamı Anamlı Kılan Şeyler’, ‘Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar’, ‘Yaşamın Anlamı ve Amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular’, ‘Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi’, ‘Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler’ ve ‘Değişimler ile Başetme’ temalarıdır.

Tablo 4.10. Eylem sonrası nitel görüşmelerden elde edilen temaların cinsiyete göre farkı

Ana Temalar	Alt Temalar	Cinsiyet		İstatistiksel Değer	
		Kadın (n)	Erkek (n)	X ²	p
Yaşamın Anlamı ve Amacı	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması	8	7	0,180	0,67
	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması	6	3	0,900	0,34
	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç	0	1	1,324	0,25
Yaşamı Anamlı Kılan Şeyler	Aile ve Çocuk Sahibi Olmak	7	6	0,055	0,81
	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar	7	4	0,748	0,38
	Fiziksel İyilik Hali	4	5	0,900	0,34
Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar	Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme	3	3	0,113	0,73
	Yaşamda Var Olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi	5	3	0,281	0,59
	Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar	1	2	0,720	0,39
	Aile Hayatı	7	5	0,113	0,73
	Huzurevine Geliş	5	5	0,281	0,59
Yaşamın Anlamı ve amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular	Olumlu Duygular	9	5	1,945	0,16
	Olumsuz Duygular	2	3	0,678	0,41
Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi	Etkisi Yoktur	1	3	1,945	0,16
	Yaşam Deneyimi Kazandırır	2	1	0,180	0,67
	Hayatın Akışını Değiştirir	4	3	0,012	0,91
	İyilik Eden İyilik Bulur	2	1	0,180	0,61
	Fiziksel Değişimler	10	8	-	-

Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler	Duygusal Değişimler	5	4	0,000	1,00
	Kayıplar ve Yalnızlık	2	3	0,678	0,41
	Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler	1	2	0,720	0,39
Değişimler ile Başetme	Kabullenme	6	3	0,900	0,34
	Spirüüel Başetme	5	4	0,000	1,00
	Dikkati Başka Yöne Çekme	5	5	0,281	0,59
	Yardım Alma	3	2	0,055	0,81
	Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama	6	6	0,450	0,63
	Sanat Aktiviteleri Yapmak	2	1	0,180	0,67
	Birinci Derece Yakınlar, Sosyal Çevre ve Sosyalleşme	7	5	0,113	0,73

Tablo 4.10’da katılımcıların eylem öncesi oluşturdıkları temaların cinsiyete göre farklılıkları yer almaktadır. Tablo incelendiğinde herhangi bir alt temada cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir. Belirlenen ana tema ve alt tema bulgularına detaylı olarak aşağıda yer verilmiştir.

Yaşamın Anlamı ve Amacı

Katılımcıların yaşamın anlamı ve amacına yönelik alt temaları Tablo 4.9’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması (K1, K4, K5, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K20)’, ‘Spirütuël Gereksinimlerin Karşılanması (K2, K3, K4, K7, K8, K10, K13, K14, K18) ve ‘Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç (K19)’tir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Allah güzel günler gösterecek hepimize. Sağlıklı sıhhatli ele dile düşmeden alsın emanetini. Şuan benim için en önemli şey **sağlık.**’ K1

‘Yani **günah işlememek Allaha yaraşır bir kul olmak** olabilir. Çünkü herşey geçici evlat ev bark ne var hani yanımda.’ K10

‘Yaşamın **anlamı yok.** Herşey boş.’ K19

‘İnsanın **seveni olmalı. Ardından dua edeninin olması** lazım. Anamdan şunu öğrendim. Ebem bana bunu yaptı dedirtmesi lazım.’ K4

‘Herşeyi veren **Allah** her şeyi alanda Allah kızım. Çok şey konuştuk Allah verdi çok şükür istemese vermezdi vermediğinde de bir hayır vardır öyle düşünürüm.’ K14

Yaşamı Anlamlı Kılan Şeyler

Katılımcıların yaşamı anlamlı kılan şeylere yönelik alt temaları Tablo 4.9’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Aile ve Çocuk Sahibi Olmak’ (K1, K2, K4, K5, K7, K8, K11, K13, K14, K15, K16, K19, K20)’, ‘Değerler ve Spirütuël Uygulamalar (K2, K3, K4, K5, K7, K8, K10, K13, K14, K15, K18) ve ‘Fiziksel İyilik Halinin Olması (K1, K9, K10, K11, K14, K15, K16, K18, K20)’dır. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘**Evlat** başka bişey keşke şimdi de yanımda olsalar. Ama allah iyiliklerini versin. Çok şükür üç tane evladım oldu.....’ K11

‘**İyi insan olmak.** Allah ne demiş günah işlemeyin iyilik edin demiş. Kul hakkına girmemek kalp kırmamak. Bunlar önemli. Allaha kulluk ederiz hem de iyi insan oluruz. Allahı razı edersem cennete giderim. Ondan ibadet etmeye çalışıyorum. Keşke gençken de etseydim o daha kıymetli. Ama tövbe ettim.’ K7

‘.....Biz yaşlılar yaşlanınca sağlıkla sınanıyoz. Bizim için hayatın anlamı **sağlık.**’ K20

‘**Aile** herşey yavrum. Aile dünyadaki cennet. Çok şükür ben yaşadım.....’ K16

‘Çok şükür **Allah beni Müslüman yarattı.** Allah hep dualarımı kabul etti allah'a şükür.’ K14

‘Allah **sağlık** versin kızım lokmamı afiyetle yiyorum çok şükür. Allah da sağlık, güç verdi çok şükür.’ K13

Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar

Katılımcıların yaşamın anlamını ve amacını etkileyen olaylar yönelik alt temaları Tablo 4.9’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme (K3, K10, K11, K14, K15, K20)’, ‘Yaşamda Var Olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi (K2, K4, K5, K7, K9, K12, K13, K18)’, ‘Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar (K9, K13, K18)’, ‘Aile Hayatı (K1, K2, K4, K5, K8, K9, K11, K14, K15, K16, K18, K19)’ ve ‘Huzurevine Geliş (K2, K3, K6, K10, K11, K12, K14, K15, K16, K20)’tir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Şükür burada güzel **dostluklarımız** var. Oda arkadaşşımdan da memnunum. Dertlendik mi öyle konuşur sohbet ederiz. ’ K10

‘Çocukla kaldım bir başıma. Yaşım da genç olunca insanlar kötü bakarsa diye korktu. Hiç kafamı kaldırmadım. Edepli adaplı durdum çocuğumun başında evlenmedim de. Napacam evlenip. Çalıştım **kendi ayaklarımın üstünde durdum** fabrikada çalıştım. Kimseye muhtaç olmadım. Kendime çocuğuma yettim hep.’ K7

‘.....Gocam da **ölünce** o zaman yalnız kaldım.....’ K9

‘.....Allah hayırlı **evlatlar** nasip etti. Şimdi uzaktalar ama olsun. Kalplerimiz bir.’ K11

‘.....**Kafamı sokacak bir çatım var** ne güzel bakarlar bak bize bu kızlar. Ana derler başka bişey demezler. Allah onlardan da razı gelsin..’ K2

‘.....Kalabaşlık burası da. Canım da sıkılmıyor. Akşama kadar **sohbet ederiz.**’ K3

‘**Ezdirmedim** kendimi. Kocam ölünce eziyet eden çok oldu. Aman ayıp olmasın büyük dedim hep. Ama ben üzıldüm. Aman ben üzüleceme onlar üzölsün.’ K9

‘.....Başka **analar babalar** hep döverdi kızlarını öyle kıza değör verilmezdi. Benim anam babam hep yüzöme güldü. İyi ki onlar olmuş anam babam.’ K5

‘....Askerdeyken çalışmadım. Çalıştım amma başka hani para pul geçmedi elime. **Çetin zamanlardı....**’ K13

‘**Buraya gelmek** hayatımı değıştirdi tabi..... Kendi başöma kalsaydım kendime bakamazdım. Burada hertörlü ihtiyacım karşılanıyor.’ K12

Yaşamın anlamı ve amacını etkileyen olayları anımsamanın hissettirdiğı duygular

Katılımcıların yaşamın anlamı ve amacını etkileyen olayları anımsamanın hissettirdiğı duygulara yönelik alt temaları Tablo 4.9’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Olumlu Duygular (K1, K2, K3, K4, K5, K7, K9, K10, K11, K13, K14, K16, K18, K19)’ve ‘Olumsuz Duygular (K1, K8, K12, K15, K20)’dır. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘A kızım hep güzel şeyler konuştuk. E **mutlu** oldum tabi.....’ K1

‘.....**Üzöldüm.** Ama ne yapam elden ne gelir ki? ’ K8

‘.....**Keşke** yanlarında olabilsem ama dünya telaşesi.’ K15

‘....**Şükör** kızım. Allaha şükör öyle normal bir hayatım oldu.’ K13

Olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisi

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.9'da yer almaktadır. Bu alt temalar 'Etkisi Yoktur (K3, K15, K19, K20)', 'Yaşam Deneyimi Kazandırır (K4, K10, K14)', 'Hayatın Akışını Değiştirir (K1, K2, K5, K8, K13, K14, K16)', 'İyilik Eden İyilik Bulur (K7, K11, K18)' dir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

'**Etkilemez** bence. Herkes kötü şeyler yaşıyor ama bak gülüp eğleniyor da. Geçip gidiyor hepsi.' K15

'Neler **öğrendim** hayattan neler. Ne insanlar tanıdım. Hiç bişey boş değil kızım Allah öğren diye yaşıyor. Öğren de bir daha hata yapma diye.' K10

'Ben kendimden misal vereyim kızım. Çocuklarım olduğu için şimdi mutluyum. **Eğer** olmasaydı yalnız başıma kalırdım. Ya da eşim vefat etmeseydi huzurevine gelmezdim belki de. Güzel olaylar mutlu ediyor ama kötü olaylar da biraz üzüntü bırakıyor.' K1

'.....**Herkes ettiğini bulur.**' K7

'**Etkilemez.** Eskide kalmış değişmez görmez. Sonrasına bakarım ben. Ahiretimiz iyi olsun. Onun için çalışıyorum.' K3

'Ha belki isyan etmek gibi olmasın ama evlenseydim çocuğum torunum olsaydı **daha farklı olurdu....**' K14

'Ben anamın babamın duasını çok aldım Allah da beni kimseye muhtaç etmedi. Ele düşürmedi bana da hayırlı evlatlar verdi. **İyi bir insan oldum Allah da iyi insanlar çıkardı karşıma.**' K11

Yaşlanma sürecinde meydana gelen değişimler

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.9'da yer almaktadır. Bu alt temalar 'Fiziksel Değişimler (K1, K2, K3, K4, K5, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K19, K20)', 'Duygusal Değişimler (K1, K2, K3, K8, K10, K12, K14, K16, K19)', 'Kayıplar ve Yalnızlık (K1,

K7, K12, K13, K16)’ ve ‘Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler (K4, K15, K20)’dir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘.....Ağzımda **diş yok**. Taktılar ama benim değil. **Ayaklarım da zor tutuyor**. Demin bak elimi tuttun da anca yürüdüm.....’ K2

‘.....Gençlik iyiydi o zaman aklıma bile gelmezdi ölüm. Tüm sevdiklerim yanımdaydı. Eski zamanlar güzel. Aklıma gelir böyle arada. **Özlüyorum üzüliyorum** hep.’ K10

‘.....sizler gibi gençler bizi sık sık ziyaret etse daha makbule geçer daha mutlu oluruz. Çor çocuk olmadığı için **yalnızım** ama siz gelince daha mutlu oluyorum.’ K13

‘.....Gençlik çöp olmuş. **Saygı** da yok. Biz zaten yaşlıyız. Aha şu televizyonda hep yaşlıları dövenler falan çıkıyor. Kızıyorum.’ K15

‘.....Yaşlandıkça **kendi başına kalıyon**. Ne kadar sevilirsen sevil dünya telaşı herkes kendi derdinde. Eskisi gibi bir arada olunmuyor.’ K16

‘Benim **bacaklar çok tutmuyor** kızım sen de biliyorsun gördün. Yürüteç kullanıyorum. Bi de **dişlerim olmuyor** damak mı erimiş ne ağız tadıyla yemek yiyemiyorum ama buna da şükür.’ K14

‘.....Bazen **canım sıkılır içim daralır**. Ama o kadar olur....’ K8

‘.....Yaşlısın amca olacak o kadar dedi bi de. **Saygı da yok**. Yaşlıyız ya. Ölmeliyiz gençlere göre.’ K20

Değişimler ile Başetme

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.9’da yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Kabullenme (K1, K2, K3, K4, K5, K11, K12, K13, K16)’, ‘Spirüüel Başetme (K1, K3, K5, K7, K10, K13, K14, K16, K20)’, ‘Dikkati Başka Yöne Çekme (K2, K3, K4, K9, K10, K12, K13, K15, K16, K19)’, ‘Yardım Alma (K2, K8, K11, K12, K19)’, ‘Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama (K4, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K18)’, ‘Sanat Aktiviteleri Yapmak (K4, K9, K15) ve ‘Birinci Derece Yakınlar, Sosyal Çevre ve Sosyalleşme (K1, K2, K3, K4, K5, K8, K9,

K13, K15, K16, K19, K20)'dir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘....Ölüm var onu **kabul ediyoz**. Allah verdi allah alır. İbadetimi yapıyorum. Allah kabul etsin. O da ahirete hazırlık.’ K3

‘....Hasta olunca da **dua ederim** Allahım ele düşürmesin diye. Derler ya bir gün yatak ikinci gün toprak diye.’ K10

‘**Televizyon izliyorum** odamdayken. **Sohbet ederim**. Hava iyi şimdi şükür de dışarıya çıkıp oturuyorum. O senin girdiğin kapının karşısında oturaklar var ya oraya....’ K15

‘İlaçlarımı kullanıyorum bu kızlarım **hep saatinde verirler** ben unutuyorum yoksa. **Hasta olduğumda hemen doktora götürürler.....**’ K8

‘....Boğazıma **iyi bakmaya çalışıyorum**. Can boğazdan gelir demişler. Sigarayı azaltabilsem bi de. Daha iyi olacak....’ K18

‘Senle de resimler yaptık. **Boyaları bırak git bari burda yaparım** ben arada canım sıkıldıkça...’ K9

‘Valla benim **çocuklar geldi mi benden mutlusu yok**. Torunlar büyüyor. Onlar iyiler şükür.....’ K1

Katılımcıların yaşlanma sürecine ilişkin metaforları

Katılımcıların Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi eylem sonrası yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları Tablo 4.11’de yer almaktadır.

Tablo 4.11. Katılımcıların eylem sonrasında yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları

Katılımcılar	Eylem Sonrası Metaforları
K1	Bebeydik aha bu kadar kundakta şimdi de bebe gibiyiz . Goca bebe. Başa döndük.
K2	Koşturdum durdum ömür boyu hep bi telaşe içinde. Acele edip durdum. Telaşe yaşlılık . Şu mu olacak bu mu olacak telaşe edip durmak.

K3	Bak ne dedim eskiyen kıyafetten bebek yapardık dedim. İnsan da eskir. Bak neler konuştuk okutmadılar dedim neler anlattım bunlar insanı eskitir işte hep dem tasa. Burda bize bakıp iyi etmeye çalışıyorlar. Benim eski kıyafetten bebek dikmem gibi.
K4	Bak duvarda saat var ona benzer heralde. Yaşlanmak zamanla olur hepimiz gençtik. Ama zaman geçtikçe yaşlandık.
K5	Havalar soğumaya başladı bak orda ağaçlar hep yaprak dökmüş. Yaprığın zamanı bitmiş. Bizim de öyle yaprak gibi dökülcez.
K6	-----
K7	Ben konfeksiyon fabrikasında çalıştım. Orada kumaş gelirdi makinadan bizden geçerdi sonra kıyafet olurdu. Yaşlanmak da o fabrikadaki kumaştan kıyafet olması gibi. Bebekken kumaş yaşlıyken de kıyafet. Sonra kıyafet eskiyecek.
K8	Yaşlanma deveye hendek atlatmak gibi kızım. Öyle zor ki ağrı sızı bitmez. Deve hendek atlar mı yaşlı da genç olmaz bir daha.
K9	Altın altın ama kıymetini bilene. Altın çamura düşse ne olur pul mu olur. Yaşlandık diye çöp mü olcez.
K10	A kızım anam gayınnasına bakarken yaşlandıkça çocuk oldu bu derdi. Anam da öyle oldu ben de öyle oldum herhal. Çocuğun da benim de ihtiyacım bitmiyor.
K11	Kocaaa bir ağaç gibi kızım. Gencecik fidandım koca çınar oldum. Kök saldım.
K12	Yaşlanmak kitap gibi ama yabancı bir kitap farklı dilde o dili bilenler anlar ve okur bak benim burada bir kitabım var kimse okusa da anlamaz ama ben anlıyorum yaşlıyı da kimse anlamayabilir.
K13	Yaşlandıkça belim büküldü dal kurusu gibi oldum dal da susuz kalınca kurur ve eğilir ya.
K14	Elimdeki bastona daha çok benzer. Ben bastonsuz ayakta zor duruyom bak. Dünya da yaşlıların hürmetine ayakta duruyor. Ne demiş allah yaşlılarınız olmasa dünya ayakta durmaz. Bizim dualarımızla ayakta duruyor dünya.
K15	Hani senle bi yol çizmiştik neydi o hayat çizgisi. Heh işte yol yaşlılık. Gider dururuz. İnşallah sonu güzel bir yere çıkar.

K16	Yaşlı insan su gibidir . Her işe yarar kullanabilirsien. Bak suyla temizleriz yemek yaparız içeriz neler neler.
K17	-----
K18	Sonbaharda yaprak dökülür ya yaşlılık da öyle sonbahar gelir yaşlılıkta.
K19	Sepet gibi . Ne doldurursan o kalır elinde.
K20	Herkes birden yaşlanmıyor yavaş yavaş oluyor. Zaman akıp gidiyor ama insan bilmiyor. Yaşlılık zaman gibi .

Tablo 4.11’de katılımcıların eylem sonrasında yaşlanma ve yaşlılık döneminde meydana gelen değişimlere yönelik oluşturdukları metaforlar yer almaktadır. Katılımcılar eylem sonrasında yaşlılık sürecinde meydana gelen değişimlerin olumsuz yönüne (K5, K13, K18), kıymetinin bilinmesi gereken bir yaş grubu olduğu için değerli bir eşyaya (K9, K12, K14, K16), yaşlanma sürecinin zamanla meydana gelmesi ve hızlı olmasına (K2, K4, K15, K20), dönüşüm yönünü vurgulayan durumlara (K3, K7, K11), zor ve başkasının desteğine ihtiyaç duyulan bir dönem olduğuna (K1, K8, K10) ilişkin metaforlar oluşturmuşlardır.

4.2.3. İzlem nitel verilere ilişkin bulgular

Bu kısımda izlem değerlendirmesi amacıyla yapılan Eylem Sonrası Görüşme Formu’ndan elde edilen veriler sunulmuştur. Tablo 4.12’de Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi sonrası nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar yer almaktadır. Tablo 4.13’te ise temaların cinsiyetlere göre farkı yer almaktadır.

Tablo 4.12. Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisi sonrası izlem nitel verilerden elde edilen temalar ve alt temalar

Ana Temalar	Alt Temalar	K1	K2	K3	K4	K5	K6	K7	K8	K9	K10	K11	K12	K13	K14	K15	K16	K17	K18	K19	K20
Yaşamın Anlamı ve Amacı	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması	√		√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√
	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması		√	√	√			√	√		√	√		√	√				√		√
	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç					√														√	
Yaşamı Anlamalı Kılan Şeyler	Aile ve Çocuk Sahibi Olmak	√	√		√	√			√			√	√		√	√	√		√		√
	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar	√	√	√	√	√		√	√		√				√	√	√		√		√
	Fiziksel İyilik Hali	√		√	√					√	√	√			√	√	√		√		√
Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar	Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme	√	√	√				√			√	√			√	√					√
	Yaşamda Var olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi		√	√	√	√		√			√		√	√			√		√	√	
	Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar			√						√				√					√		
	Aile Hayatı	√	√	√	√	√			√	√		√		√	√	√	√		√	√	√
	Huzurevine Geliş		√	√	√				√	√	√	√	√		√	√	√				√

Yaşamın Anlamı ve amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular	Olumlu Duygular	✓	✓	✓	✓	✓		✓		✓	✓	✓		✓	✓		✓		✓	✓	✓
	Olumsuz Duygular	✓		✓				✓					✓			✓					✓
Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi	Etkisi Yoktur		✓	✓											✓				✓	✓	
	Yaşam Deneyimi Kazandırır			✓	✓					✓				✓				✓			
	Hayatın Akışını Değiştirir	✓	✓		✓	✓		✓					✓	✓	✓	✓				✓	
	İyilik Eden İyilik Bulur		✓	✓				✓			✓							✓			
Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler	Fiziksel Değişimler	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓
	Duygusal Değişimler	✓	✓	✓						✓		✓		✓		✓			✓		
	Kayıplar ve Yalnızlık	✓		✓				✓				✓	✓			✓					
	Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler		✓		✓										✓					✓	
Değişimler ile Başetme	Kabullenme	✓	✓	✓	✓	✓			✓			✓	✓	✓		✓	✓			✓	
	Spirüüel Başetme	✓		✓	✓	✓		✓		✓	✓		✓	✓	✓		✓		✓	✓	✓
	Dikkati Başka Yöne Çekme		✓	✓	✓					✓	✓		✓	✓			✓		✓		
	Yardım Alma		✓	✓					✓			✓	✓							✓	
	Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama	✓	✓		✓			✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓			✓	
	Sanat Aktiviteleri Yapmak		✓		✓					✓						✓	✓				

	Birinci Derece Yakınlar, Sosyal Çevre ve Sosyalleşme	√	√	√	√				√	√				√	√	√	√			√	√
--	---	---	---	---	---	--	--	--	---	---	--	--	--	---	---	---	---	--	--	---	---

Tablo 4.12 incelendiğinde yedi ana tema ve yirmi sekiz alt temanın oluşturulduğu ve her temaya ilişkin alt temaların katılımcıların yanıtlarına göre gruplandırıldığı görülmektedir. Ana temalar ‘Yaşamın Anlamı ve Amacı’, ‘Yaşamı Anlamlı Kılan Şeyler’, ‘Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar’, ‘Yaşamın Anlamı ve Amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular’, ‘Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi’, ‘Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler’ ve ‘Değişimler ile Başetme’ temalarıdır. İzlem nitel değerlendirmeleri sonucunda son test nitel verilerin değerlendirilmesi sonucunda ortaya çıkan temalarla aynı temaların ortaya çıktığı görülmüştür.

Tablo 4.13. Eylem sonrası nitel görüşmelerden elde edilen temaların cinsiyete göre farkı

Ana Temalar	Alt Temalar	Cinsiyet		İstatistiksel Değer	
		Kadın (n)	Erkek (n)	X ²	p
Yaşamın Anlamı ve Amacı	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması	9	8	0,847	0,35
	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması	7	4	0,748	0,38
	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç	1	1	0,028	0,86
Yaşamı Anlamlı Kılan Şeyler	Aile ve Çocuk Sahibi Olmak	6	6	0,450	0,50
	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar	8	5	0,678	0,41
	Fiziksel İyilik Hali	6	5	0,012	0,91
Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar	Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme	6	3	0,900	0,34
	Yaşamda Var Olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi	6	5	0,012	0,91
	Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar	2	2	0,064	0,80
	Aile Hayatı	8	7	0,180	0,67
	Huzurevine Geliş	7	5	0,113	0,73
Yaşamın Anlamı ve amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular	Olumlu Duygular	9	6	0,720	0,39
	Olumsuz Duygular	3	3	0,113	0,73
Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi	Etkisi Yoktur	2	3	0,678	0,41
	Yaşam Deneyimi Kazandırır	3	2	0,055	0,81

	Hayatın Akışını Değiştirir	5	5	0,281	0,59
	İyilik Eden İyilik Bulur	4	1	1,675	0,19
Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler	Fiziksel Değişimler	10	8	-	-
	Duygusal Değişimler	4	4	0,180	0,67
	Kayıplar ve Yalnızlık	3	3	0,113	0,73
	Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler	2	2	0,064	0,80
Değişimler ile Başetme	Kabullenme	7	5	0,113	0,73
	Spirüüel Başetme	7	7	0,787	0,37
	Dikkati Başka Yöne Çekme	5	4	0,000	1,00
	Yardım Alma	4	2	0,450	0,50
	Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama	7	6	0,055	0,81
	Sanat Aktiviteleri Yapmak	3	2	0,055	0,81
	Birinci Derece Yakınlar, Sosyal Çevre ve Sosyalleşme	7	5	0,113	0,73

Tablo 4.13'te katılımcıların eylem sonrası izlem değerlendirmesinde oluşturdukları temaların cinsiyete göre farklılıkları yer almaktadır. Tablo incelendiğinde herhangi bir alt temada cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir. Belirlenen ana tema ve alt tema bulgularına detaylı olarak aşağıda yer verilmiştir.

Yaşamın anlamı ve amacı

Katılımcıların yaşamın anlamı ve amacına yönelik alt temaları Tablo 4.12'de yer almaktadır. Bu alt temalar 'Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşıllanması (K1, K3, K4, K5, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K20)', 'Spirüüel Gereksinimlerin Karşıllanması (K2, K3, K4, K7, K8, K10, K11, K13, K14, K18, K20) ve 'Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç (K5, K19)'tir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

'Karnım tok sırtım pek. **Şükür** bu günüme. **Mutlu, huzurluyum.** ' K3

'Şu saatten sonra ne olsun. **Allah günahlarımızı bağışlasın...Namaz kılayım, oruç tutayım.**' K13

'**Herşey boş** a kızım insanlar boş a kavga ediyor....' K5

'**Ağrım sızım olmazsa iyi.** Hayat güzel o vakit. Yaşlılık zor.' K8

‘...İyi bir kul olamadım ama geç değil. Tövbe kapısı hep açık. **Allahtan** başka kimimiz var şu hayatta...’ K7

Yaşamı Anlamalı Kılan Şeyler

Katılımcıların yaşamı anlamalı kılan şeylere yönelik alt temaları Tablo 4.12’de yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Aile ve Çocuk Sahibi Olmak’ (K1, K2, K4, K5, K8, K11, K12, K14, K15, K16, K18, K20), ‘Değerler ve Spirütüel Uygulamalar (K1, K2, K3, K4, K5, K7, K8, K10, K14, K15, K16, K18, K20) ve ‘Fiziksel İyilik Halinin Olması (K1, K3, K4, K9, K10, K11, K14, K15, K16, K18, K20)’dır. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘**En güzel nimet evlat, ana, baba, eş.** Evladın yüzü güldü mü dünya aydınlanır...’ K2

‘**Çalmayacaksın, çırpmayacaksın.** Kimsenin ekmeğinde gözüm yoktu şükür şerefimle geldim gidiyorum.....’ K18

‘Ağzımın tadı denir ya. Ha işte **ağzımın tadı yerinde.** Yemeğim içime siniyor.....’ K9

‘...Varlıkları yeter kızım yanımda olmasalar da **çocuklarım** iyiler şükür. Hep ararlar beni....’ K1

‘**Allah** bize bu hayatı vermeseydi anlamı olur muydu? Şükür Allaha.....’ K16

‘Biz yaşlıyız kızım. **Elimiz ayağımız tutuyorsa** yeter o bize.’ K14

Yaşamın anlamını ve amacını etkileyen olaylar

Katılımcıların yaşamın anlamını ve amacını etkileyen olaylar yönelik alt temaları Tablo 4.12’de yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme (K1, K3, K10, K11, K14, K15, K20)’, ‘Yaşamda Var Olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi (K2, K3, K4, K5, K7, K10, K12, K13, K16, K18, K19)’, ‘Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar (K3, K9, K13, K18)’, ‘Aile Hayatı (K1, K2, K3, K4, K5, K9, K11, K12, K13, K14, K15, K18, K19)’ ve ‘Huzurevine Geliş (K2, K3, K4, K8, K10, K11, K12, K14, K15, K16, K20)’tir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘....**Sevenim çoktu**. Hala var da vefat edip göçtü çoğusu. Konu komşu toplanırdık şen şakrak. Burda da iyiyiz tabi gülüş oynaş geçinip gidiyoruz... ’ K1

‘Ahh Ahh. Çoluk çocuk aç yüzüne bakıyor. **Ekmek parası derdine düştük**. Aman bi evimiz olsun başımızda çatı dedik....’ K10

‘**Anam babam ölünce bütün kardeşler ortada kaldık**. Sağolsun emmimgil sahip çıktı ama herkesin kendine göre derdi.....’ K3

‘Allah isteyen herkese nasip etsin **evlat** başka. Ben evlat sahibi olunca, baba olunca adam oldum....’ K19

‘**İstemedim buraya gelmeyi** önce ama netcen çoluk çocukla da olmadı. Ev üstüne ev. Allaha şükür iyiyim ama keyfim yerinde. Gözümüzün içine bakar ha bu kızlar burda.’ K4

‘Kocam ölünce bir başıma kaldım. Ah o **konu komşu olmasaydı** ben ne ederdim. Bir gün ayrıldılar yanımdan. Yemeğimi bile yedirdiler. Kendime getirdiler beni.’ K3

‘....Çapa yapmaktan ellerim su toplardı. Yazın ayrı zor kışın ayrı. Sıcağın altında çalışma bakalım. Tarla sahibi götürmezdi bi daha sonra da yevmiyem yanardı. **O bebemle az çalışmadım tarlada...**’ K7

‘...Ondan sonra da mal mülk derdine düştü herkes. **Bütün kardeş kavum birbirine girdi. Senelerce küslük oldu**. Hani kimin yanına kaldı kim götürdü?’ K13

‘**Bir evin içinde hep beraber yaşırdık**. Beş eltiydik. Hiç ayırmadık çocuklarımızı. Kardeş gibi büyüdüler. Dıştan bakan bilemezdi kim kimin çocuğu. Boy boydu hepsi kızlı oğlanlı...’ K5

‘...**Epey de oldum burada yaşamaya başlayalı**. İyi kötü düzenim var Allaha şükür....’ K20

Yaşamın anlamı ve amacını etkileyen olayları anımsamanın hissettirdiği duygular

Katılımcıların yaşamın anlamı ve amacını etkileyen olayları anımsamanın hissettirdiği duygulara yönelik alt temaları Tablo 4.12’de yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Olumlu Duygular (K1, K2, K3, K4, K5, K7, K9, K10, K11, K13, K14, K16, K18, K19, K20)’ve ‘Olumsuz Duygular (K1, K3, K8, K12, K15, K20)’dır. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Eskiler konuşulur da **mutlu** olunmaz mı? Ne güzel yad ettim eskileri.’ K2

‘.....**Hüzünlendim** kızım keşke geri gelse o eski günler.’ K15

‘**Şükür** kızım allahın her gününe. Şükür ne hayatlar var. Güzel günler yaşamışım.’ K9

‘İnsanoğlu nankör. Güzel günlere mutlu olmaz da işten ben gibi kötülerini getirir aklına. **Üzülür.**’ K8

Olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisi

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.12’de yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Etkisi Yoktur (K2, K3, K15, K19, K20)’, ‘Yaşam Deneyimi Kazandırır (K3, K4, K10, K14, K18)’, ‘Hayatın Akışını Değiştirir (K1, K2, K4, K5, K8, K13, K14, K15, K16, K20)’, ‘İyilik Eden İyilik Bulur (K2, K3, K7, K11, K18)’dır. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Bilemedim ki kızım **etkilemez** heralde. Ahirette verecek herkes hesabını.’ K2

‘Hayat öğretmen gibi kızım **neler öğretti bana....**’ K4

‘Aman kızım okusaydık **başka olurdu**, paramız olsaydı başka olurdu, neler neler daha.’ K13

‘...Ee etme bulma dünyası diye boşuna dememişler. **Ne ekersen onu biçersin....**’ K3

‘İyi insanlar üzülüyor mu sanki. Kötüler de mutlu oluyor. Herkesin yanına kalıyor kızım **etkilemiyor.**’ K20

‘Çocuk elini sobaya değdirip de canı yandı mı bir daha eller mi? He işte ben de **hata yaptıysam da sonraları yapmadım....**’ K14

‘Misal **eğer** ben çalışmasaydım evimi alamazdım burda kalacak param da olmazdı.....’ K16

‘...Yüce rabbim **karşılıksız bırakmaz** hiçbir şeyi. Bir gülümseme bile sevap. Bazen kaza bela bile bulmuyır insanı yaptığı iyilikler karşı geliyor....’ K11

Yaşlanma sürecinde meydana gelen değişimler

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.12’de yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Fiziksel Değişimler (K1, K2, K3, K4, K5, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K19, K20)’, ‘Duygusal Değişimler (K1, K2, K3, K10, K12, K14, K16, K19)’, ‘Kayıplar ve Yalnızlık (K1, K3, K7, K12, K13, K16)’ ve ‘Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler (K2, K4, K15, K20)’dir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘Ah ne civan delikanlıydım ben bi görseydin. Şimdi yaşlılık geldi çöktü. **Güçten düştüm** artık...’ K19

‘.....Ne bilem daha bi şey oldum ben bi de ne derler **güceniveriyom, gücüme gidiyor herşey**. Kimsenin bişey de dediği yok ama ihtiyalık hali herhal içerleyiveriyom...’ K10

‘He **kim kaldı** şu yalan dünyada. Hiç gitmez sandıklarım bile gitti. Ölüm var hakikat kızım. Sıra da bize geliyor heralde.’ K7

‘.....Biz gençken babamızın anamızın yanında konuşamazdık bile. **Şimdi heheyy neler neler yapıyor gençler**. Şu televizyona bakmaya utanıyorum artık. Dünya çok değişti.’ K4

‘.....abah çay içerken elimde tutamadım bardağı. **Ellerim çok titreyince** böyle oluyor. Yaşlılık işte çok görme. Bir aydır falan da azdı iyice....’ K9

‘Eskiyi **özlüyorum**. Biliyorum geri gelmeyecek ama elde değil. Konuşup duruyorum eskileri. Bazen kızıyor burdaki diğer kadınlar....’ K1

‘Etrafımda insan çok da akrabam yok. **Ailemden kimse yok....**’ K13

‘Yaşlandıkça huysuzlanıyor derler de öyle değil inan kızım. **İnsanların işine gelmiyor dediklerimiz.** Hoşlarına gitmiyor öyle giyinme, ora gitme deyince...’ K15

Değişimler ile başetme

Katılımcıların olayların yaşamın anlamı ve amacı üzerine etkisine yönelik alt temaları Tablo 4.12’de yer almaktadır. Bu alt temalar ‘Kabullenme (K1, K2, K3, K4, K5, K8, K11, K12, K13, K15, K16, K19)’, ‘Spirüüel Başetme (K1, K3, K4, K5, K7, K9, K10, K13, K14, K16, K18, K20)’, ‘Dikkati Başka Yöne Çekme (K2, K3, K4, K9, K10, K12, K13, K16, K18)’, ‘Yardım Alma (K2, K3, K8, K11, K12, K19)’, ‘Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama (K1, K4, K7, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16)’, ‘Sanat Aktiviteleri Yapmak (K2, K4, K9, K15, K16) ve ‘Birinci Derece Yakınlar, Sosyal Çevre ve Sosyalleşme (K1, K2, K3, K4, K8, K9, K13, K14, K15, K16, K19, K20)’dir. Aşağıda katılımcıların alt tema ile ilgili bazı ifadelerine yer verilmiştir.

‘.....**Etcek bişey mi var kızım?** Kolum başım geri mi gelecek sanki napalım...’ K12

‘**Hamdolsun** Allah’ın bir değil her gününe. Bi benim mi başımda sanki napam halime şükür benden daha kötöleri var...’ K5

‘...**Sohbet** de etmesek günler geçmeyecek. Oturup kalkıyoz, **televizyona bakarım.** Kim netmiş onu bilirim...’ K9

‘...Bacaklarım açılsın diye **merdiven inip çıkıyorum.** Hava güzel olursa bahçede dolaşıyorum. **Yememe içmeme dikkat ediyorum....**’ K16

‘...**Türkü, şarkı** açıyor kızlar biz sıkılınca. Kalkıp oynuyoruz bildiğimiz kadarıyla.’ K2

‘Siz **gibi gelen giden** olsun, hal hatır sorsun. Konuşmayı sever yaşlılar bi sorsalar ohoo neler anlatırız....’ K4

Katılımcıların yaşlanma sürecine ilişkin metaforları

Katılımcıların Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi eylem sonrası yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları Tablo 4.14'te yer almaktadır.

Tablo 4.14. Katılımcıların eylem sonrası izlem sürecinde yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin metaforları

Katılımcılar	Eylem Sonrası Metaforları
K1	Saçın ağarması gibi kızım. Yaşlandıkça saç ağarır.
K2	Kıymetini bilmek lazım. Yaşlandık diye yaşamayalım mı? Yaşlıyız diye bittik sanyolar bizi. Her işi de yaparız şükür. Bizde tecrübe var.
K3	Bilemedim ki ne desem. Ben yaşlandım da anlamadım ne olduğunu daha.
K4	Doğduk, yaşadık yaşlanıp ölcez. Yolun sonu.
K5	Koştur koştur koştur. Nereye yetişecez sanki. Dünya telaşı işte hep. Bilemedik.
K6	-----
K7	Üstümdeki eskidi. Yırtıldı bak şurası geçen gün. Diktirdim şı kızlara. Ben de eskidim yırtıldım böyle.
K8	Davulun sesi uzaktan hoş gelir. Yaşlanmayın kızım.
K9	Zor bişey yaşlılık.
K10	Gençken hiç ölmeycez, yaşlanmaycaz sanırdım. O zaman sağlık vardı zaman yoktu. Şimdi de sağlık yok akşama kadar boşuz zaman var. Ama yapacak bişey yok. Değiştirilmez yaşlılık.
K11	Ağaç gibi kızım yaşlı ağaç.
K12	Yaşlılar bilir herşeyi. Yaşadık gördük. Tecrübe.
K13	Benim dizler tutmayınca şu sopasız yürüyemiyorum. Kimisinin de gözü görmez gözlük takar. Bozulan eşyayı tamir etmeye çalışır gibi tamir ediyoz kendimizi böyle.
K14	Allah beterinden korusun da yaşlılık zor kızım. Çözülmez kör düğüm gibi. Geri gelmeyecek gençlik.
K15	Dışı seni içi beni yakar dediklerinden. Kimse yaşamadan anlamaz. Yavaş yavaş ip eğirir gibi yaşlanıyor insan.

K16	Ne bileyim kızım. Bilemedim ki neye benzer. Herşey var yaşlılıkta. Çerçici dükkanı gibi.
K17	-----
K18	Yeşillik, ot, ağaç nasıl sararırsa zamanı gelince ben de yaşlandım. Demek ki zamanı gelmiş.
K19	El elde baş başta kaldık. Ne biriktirdiysek o var aklımızda, yanımızda.
K20	Su misali aktı gitti ömür.

Tablo 4.14'te katılımcıların eylem sonrası yaşlılık ve yaşlanma sürecinde ilişkin oluşturdukları metaforlar bulunmaktadır. Katılımcılar eylem sonrasında yaşlılık sürecinde meydana gelen değişimlerin olumsuz yönüne (K1, K7, K11, K15, K18), geri dönüşü olmayan, anlaşılamayan, karmaşık ve yolun sonunu simgeleyen bir sürece (K3, K4, K5, K10, K13, K16, K20), yaşam deneyimlerinin ve tecrübelerin olduğu bir sürece (K2, K12, K19), yaşlılık döneminin zorluklarına (K8, K9, K14) ilişkin metaforlar oluşturmuşlardır.

4.2.4. Eylem öncesi ve eylem sonrası nitel verilerin karşılaştırılması

Bu kısımda eylem öncesi ve sonrası elde edilen verilerin karşılaştırılması sunulmuştur. Tablo 4.15'te Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi öncesi, sonrası ve izlem değerlendirmelerinden elde edilen ana tema ve alt temalar yer almaktadır.

Tablo 4.15. Eylem öncesi, sonrası ve izlem nitel verilerinin karşılaştırılması

Ana Tema	Eylem Öncesi Alt Temalar	Eylem Sonrası Alt Temalar	İzlem Alt Temaları
Yaşamın Anlamı ve Amacı	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması	Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşılanması
	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması	Spirüüel Gereksinimlerin Karşılanması
	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç	Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç
Yaşamı Anlamlı Kılan Şeyler	Birinci Derece Yakınlar ve Sosyal Çevrenin Varlığı	Aile ve Çocuk Sahibi Olmak	Aile ve Çocuk Sahibi Olmak
	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar	Değerler ve Spirüüel Uygulamalar
	Fiziksel ve Ruhsal İyilik Halinin Olması	Fiziksel İyilik Hali	Fiziksel İyilik Hali
Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar	Eskiye Dair Anılar		
	Aile Hayatı	Aile Hayatı	Aile Hayatı
	Eğitim Hayatı		
	Çalışma Hayatı ve Askerlik	Yaşamda Var Olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi	Yaşamda Var Olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi
	Kişiler Arası İlişkiler, Sosyalleşme ve Yalnızlık	Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme	Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme
	Kayıplar ve Ölüm Korkusu	Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar	Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar
	Huzurevine Geliş	Huzurevine Geliş	Huzurevine Geliş
Yaşamın Anlamı ve Amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular	Olumlu Duygular	Olumlu Duygular	Olumlu Duygular
	Olumsuz Duygular	Olumsuz Duygular	Olumsuz Duygular
	Etkisi Yoktur	Etkisi Yoktur	Etkisi Yoktur
	Yaşam Deneyimi Kazandırır	Yaşam Deneyimi Kazandırır	Yaşam Deneyimi Kazandırır

Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi	Olumsuz Etkisi Vardır	Hayatın Akışını Değiştirir	Hayatın Akışını Değiştirir
		İyilik Eden İyilik Bulur	İyilik Eden İyilik Bulur
Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler	Fiziksel Değişimler	Fiziksel Değişimler	Fiziksel Değişimler
	Duygusal Değişimler	Duygusal Değişimler	Duygusal Değişimler
	Sosyal ve Toplumsal İlişkilerde Değişimler	Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler	Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler
		Kayıplar ve Yalnızlık	Kayıplar ve Yalnızlık
Değişimler ile Başetme	Kabullenme	Kabullenme	Kabullenme
	Spirüüel Başetme	Spirüüel Başetme	Spirüüel Başetme
	Dikkati Başka Yöne Çekme	Dikkati Başka Yöne Çekme	Dikkati Başka Yöne Çekme
	Yardım/Sosyal Destek Arama	Yardım Alma	Yardım Alma
	Öz Bakımı Destekleme	Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama	Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama
	Etkisiz Başetme	Sanat Aktiviteleri Yapmak	Sanat Aktiviteleri Yapmak

Tablo 4.15’te ana tema ve bu ana temalara ait alt temalar yer almaktadır. Tablo incelendiğinde eylem öncesi ve sonrasında alt temalarda değişim olduğu görülmektedir. Ana temalardan Yaşamın Anlamı ve Amacı ana teması ile Yaşamın Anlamı ve Amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular ana temasını oluşturan alt temalarda herhangi bir değişim olmadığı belirlenmiştir. Yaşamı Anlamlı Kılan Şeyler ana teması eylem öncesinde ‘Birinci Derece Yakınlar ve Sosyal Çevrenin Varlığı’, ‘Fiziksel ve Ruhsal İyilik Halinin Olması’ Değerler ve Spirütüel Uygulamalar’ alt temalarından oluşurken eylem sonrası ve izlemde ‘Aile ve Çocuk Sahibi Olmak’, ‘Fiziksel İyilik Hali’, ‘Değerler ve Spirütüel Uygulamalar’ alt temalarından oluşmuştur. Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar ana teması eylem öncesinde ‘Eskiye Dair Anılar’, ‘Aile Hayatı’, ‘Eğitim Hayatı’, ‘Çalışma Hayatı ve Askerlik’, ‘Kişiler Arası İlişkiler’, ‘Sosyalleşme ve Yalnızlık’, ‘Kayıplar ve Ölüm Korkusu’ ve ‘Huzurevine Geliş’ alt temalarından oluşurken eylem sonrasında ‘Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme’, ‘Yaşamda Var Olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi’, ‘Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar’, ‘Aile Hayatı’ ve ‘Huzurevine Geliş’ alt temalarından oluşmuştur. Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi ana teması eylem öncesinde ‘Etkisi Yoktur’, ‘Yaşam Deneyimi Kazandırır’ ve ‘Olumsuz Etkisi Vardır’ alt temalarından oluşurken eylem sonrasında ‘Etkisi Yoktur’, ‘Yaşam Deneyimi Kazandırır’, ‘Hayatın Akışını Değiştirir’ ve ‘İyilik Eden İyilik Bulur’ alt temalarından oluşmuştur. Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler ana teması eylem öncesinde ‘Fiziksel Değişimler’, ‘Duygusal Değişimler’ ve ‘Sosyal ve Toplumsal İlişkilerde Değişimler’ alt temalarından oluşurken eylem sonrasında ‘Fiziksel Değişimler’, ‘Duygusal Değişimler’, ‘Kayıplar ve Yalnızlık’ ve ‘Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler’ alt temalarından oluşmuştur. Değişimler ile Başetme ana teması eylem öncesinde ‘Kabullenme’, ‘Spirütüel Başetme’, ‘Dikkati Başka Yöne Çekme’, ‘Yardım/Sosyal Destek Arama’, ‘Öz Bakımı Destekleme’ ve ‘Etkisiz Başetme’ alt temalarından oluşurken eylem sonrasında ‘Kabullenme’, ‘Spirütüel Başetme’, ‘Dikkati Başka Yöne Çekme’, ‘Yardım Alma’, ‘Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama’, ‘Sanat Aktiviteleri Yapmak’ ve ‘Birinci Derece Yakınlar, Sosyal Çevre ve Sosyalleşme’ alt temalarından oluşmuştur.

Tablo 4.16. Eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem metaforlarının karşılaştırılması

Katılımcı	Eylem öncesi metafor	Eylem sonrası metafor	İzlem metafor
K1	Belirsizlik	Bebek	Saçın ağarması
K2	Baston	Telaş	Tecrübe
K3	Eşyanın eskimesi	Eski kıyafetten bebek dikmek	Ne olduğunu anlamadım
K4	Film	Saat	Yolun sonu
K5	Meyvenin çürümesi	Yaprak dökülmesi	Dünya telaşı
K6	Ağıt	-	-
K7	Kırık eşya	Kumaştan kıyafet olması	Eskimek
K8	Kuru dal	Deveye hendek atlatmak	Davulun sesinin uzaktan hoş gelmesi
K9	Karanlık	Altın	Zor
K10	Bebek	Çocuk	Değiştirilmez bir şey
K11	Kara kış	Koca bir ağaç	Ağaç
K12	Çiçeğin solması	Yabancı bir kitap	Tecrübe
K13	Ağacın yaprak dökmesi	Kuru dal	Bozulan eşyayı tamir etmeye çalışmak
K14	Zaman	Baston	Çözülmez kör düğüm
K15	Eski eşya	Yol	İp eğirmek
K16	Hammalın sırtındaki yük	Su	Çerçici dükkanı
K17	Hasat zamanı	-	
K18	Sınav	Yaprak dökülmesi	Otun sararması
K19	Kuru yaprak	Sepet	Biriktirmek
K20	İyileşmeyen yara	Zaman	Su

Tablo 4.16’da katılımcıların eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem değerlendirmelerinde yaşlılık ve yaşlanma sürecine ilişkin oluşturdukları metaforlar özetlenmiştir. Metaforu oluşturma nedenleri Tablo 4.8, Tablo 4.11 ve Tablo 4.14’te verilmiştir. Tablo incelendiğinde katılımcıların, eylem öncesinde yaşlılığı, yaşlılık sürecinde meydana gelen ve olumsuz olarak nitelendirilen değişimlere (K3, K5, K7, K12, K13, K14, K15, K19, K20), destek ihtiyacı olması, zorluk ve yalnızlık durumuna (K8, K10, K11, K16), yaşlılık döneminin belirsizliğine (K1, K9), zorlu yaşam deneyimlerini yansıtan film ve ağıta (K4, K6), gençlik döneminden etkilenen bir süreç olduğuna (K17, K18) ve yaşlılık döneminde kullanılan bir eşyaya (K2) benzettiği görülmektedir. Katılımcılar eylem sonrasında

yaşlılık sürecinde meydana gelen değişimlerin olumsuz yönüne (K5, K13, K18), kıymetinin bilinmesi gereken bir yaş grubu olduğu için değerli bir eşyaya (K9, K12, K14, K16), yaşlanma sürecinin zamanla meydana gelmesi ve hızlı olmasına (K2, K4, K15, K20), dönüşüm yönünü vurgulayan durumlara (K3, K7, K11), zor ve başkasının desteğine ihtiyaç duyulan bir dönem olduğuna (K1, K8, K10) ilişkin metaforlar oluşturmuşlardır. İzlem değerlendirmesinde ise katılımcılar yaşlılık sürecinde meydana gelen değişimlerin olumsuz yönüne (K1, K7, K11, K15, K18), geri dönüşü olmayan, anlaşılamayan, karmaşık ve yolun sonunu simgeleyen bir sürece (K3, K4, K5, K10, K13, K16, K20), yaşam deneyimlerinin ve tecrübelerin olduğu bir sürece (K2, K12, K19), yaşlılık döneminin zorluklarına (K8, K9, K14) ve geçmiş yaşam deneyimlerinin etkilediği bir dönem olduğuna (K19) ilişkin metaforlar oluşturmuşlardır. Tablo incelendiğinde her katılımcının eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem değerlendirmesinde farklı metafor oluşturduğu görülmektedir.

5. TARTIŞMA

Tıp alanındaki yaşanan teknolojik gelişmeler insan ömrünün uzamasını sağlamış ve tüm dünyada yaşlı nüfus oranı artmıştır. Gün geçtikçe artan yaşlı nüfusun yaşadığı sorunların saptanması ve çözüm önerilerinin geliştirilmesi toplum sağlığı açısından bir zorunluluk haline gelmiştir. Yaşlı bireylerin sağlığının korunması ve geliştirilmesinden sorumlu meslek gruplarının başında hemşireler gelmektedir. Son yıllarda özellikle psikiyatri hemşireleri geropsikiyatri alanına önemli bir katkı sunmaktadır. Bu çalışmada Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin hayatın anlamı ve amacı ve iyilik hali üzerine etkisini değerlendirmek amaçlanmıştır. Bu kapsamda çalışmadan elde edilen sonuçlarla ilgili tartışmalar ‘Hayatın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi’, ‘Genel İyi Oluş Hali Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi’ ve ‘Bakım Memnuniyetine İlişkin Verilerin Değerlendirilmesi’ başlıkları altında sunulmuştur.

5.1. Hayatın Anlamı ve Amacına Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi

Çalışmamızın sonucunda Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin katılımcılarda hayatın anlam ve amacı puan ortalamalarını artırdığı ve ortaya çıkan nitel temaları etkilediği görülmüştür. Bu bölümde hayatın anlamı ve amacına yönelik nitel ve nicel sonuçlar literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

Hayatın anlamı ve amacı birbirini tamamlayan iki kavramdır. Amaç, niyeti, yerine getirilmesi gereken bazı işlevleri veya ulaşılması gereken hedefleri ifade etmektedir. Hayatın anlamı ise, bir amaca sahip olmak, bir amaç veya hedefe doğru çabalamak anlamına gelmektedir. Hayatta her insanın bir anlamı ve amacı olmalıdır. Frankl'a göre yaşamın anlamı kişisel olarak keşfedilmelidir. Birey için hayatın anlamının olmaması (anlamsızlık), çözümlenmediği takdirde kaygı, depresyon, umutsuzluk veya fiziksel belirtilere yol açabilen bir durumdur (Weiss ve Bass, 2002). Bu nedenle yaşamın anlamı, genel ruhsal ve fiziksel sağlığa güçlü bir katkı sağlamanın yanı sıra devam eden hayatta kalma mücadelesinde hayati bir koruyucu faktördür (Ford ve Smith, 2021). Yaşamın anlam ve amacının olması özellikle başarılı yaşlanma sürecini destekleyen önemli faktörlerden birisidir (Yüksel ve ark., 2021). Ancak diğer yaş gruplarına göre yaşlanma

sürecinde fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimler daha fazla meydana geldiği için yaşlı bireylerin yaşamdan anlam ve amaç bulmaları diğer yaş gruplarına göre daha zor olabilmektedir (Weiss ve Bass, 2002).

Çalışmamızın eylem öncesi değerlendirmesinde katılımcıların bir kısmı hayatın anlamı ve amacının olduğunu (fiziksel ve duygusal gereksinimlerin karşılanması, spiritüel gereksinimlerin karşılanması) belirtirken bir kısmı da anlamsız ve belirsiz bir süreç olduğunu belirtmiştir. Bu sonuç eylem öncesinde katılımcıların hayatın anlam ve amacına yönelik olumsuz algılarının da olduğunu, fiziksel, duygusal ve spiritüel gereksinimlerin hayatın anlam ve amacını etkilediğini göstermekte ve literatür bilgisini desteklemektedir. Çalışmamızın nicel sonuçları incelendiğinde ise eylem öncesinde katılımcıların hayatın anlamına yönelik orta düzeyde anlam bildirdikleri görülmüştür. Haugan (2014) huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin fiziksel ve duygusal semptomların yaygınlığını ve semptomlar ile yaşamın anlamı arasındaki ilişkileri araştırmak amacıyla yaptığı çalışmasının sonucunda yaşlı bireylerin %8,9'unun yüksek anlam, %45'inin kararsız anlam ve %43,6'sının düşük anlam bildirdiğini saptamıştır. Zhang ve arkadaşları (2024) huzurevindeki yaşlı bireylerin kırılganlık ve hayatın anlamı arasındaki ilişkiyi belirledikleri çalışmalarında yaşlı bireylerin hayatın anlamına yönelik orta düzeyde anlam bildirdikleri belirlenmiştir. Çalışma sonuçlarımız literatür bilgisi ile uyumludur.

Hayatın anlamına ilişkin görüşlerin niteliksel olarak değerlendirildiği bir çalışmada 'Hayat keyif almak içindir', 'Başkalarını sevmek ve yardım etmek içindir', 'Gizemdir', 'Kozmik bir anlamı yoktur', 'Tanrı'ya hizmet etmek veya ibadet etmek içindir', 'Hayat bir mücadeledir', 'Topluma katkıda bulunmalıyız', 'Hayattaki misyonumuz bilgeliği/gerçeği aramak ve kendini gerçekleştirmektir', 'Kendimiz için anlam yaratmalıyız' ve 'Hayat saçma ya da şakadır' gibi cevaplar elde edilmiştir (Kinnier ve ark., 2003). Bu sonuçlardan da görüldüğü gibi hayatın anlam ve amacı birçok farklı karmaşık yaşam deneyiminden oluşmaktadır (Steger ve ark., 2013). İnsanlar hayatın anlamını ilişkiler, iş, kariyer, eğitim, öğrenme, sağlık, kişisel refah, kişisel yaşam, temel ihtiyaçlar, değerler ve idealler, hobiler/boş zaman etkinlikleri, inançlar vb. çeşitli kaynaklardan bulabilmektedir (Glaw ve ark., 2017). O'Connor ve Chamberlain (1996) yaptığı nitel görüşmelerde, altı anlam kaynağına ulaşmışlardır: insan ilişkileri, yaratıcılık,

kişisel gelişim, doğayla ilişki, dindarlık/maneviyat ve sosyallik. Yalom ise hayatın anlamını hastalarında sorgularken hastanın inanç sistemlerini, ilgi alanlarını, kişilerarası ilişkilerini, umutlarını, hedeflerini ve hayallerini sorgulayarak yapmıştır (May ve Yalom, 2005). Hayatın anlamını ifade eden birçok kaynak bulunmaktadır ve anlam birden fazla kaynaktan beslenebilmektedir. Birden fazla kaynaktan anlam çıkarmak koruyucudur. Bir kaynaktaki anlamın sıkıntıya girdiği durumlarda geri kalan kaynaklar güçlenmeyi desteklemektedir (Heine ve ark., 2006; Grouden ve Jose, 2014). Çalışma sonucumuzda da benzer şekilde katılımcıların hayatın anlam ve amacına yönelik birçok kaynak türü ortaya koyduğu ve hayatın anlam ve amacının birden fazla kaynaktan oluştuğunu belirttiği görülmüştür.

Yaşamdaki anlam ve amaç kaynakları yaş dönemine göre farklılaşabilmektedir. Örneğin, başarı, kişisel gelişim ve hedonistik zevk genç insanlar için daha önemli iken; dindarlık/maneviyat, gelenek, pratiklik, ahlak ve mantığın ileri yaşlarda daha fazla önem taşıdığı görülmektedir. Ayrıca, yaşlı bireyler kişisel ilişkileri, değerleri korumayı, insani kaygıları ve finansal güvenliğini en yüksek düzeyde anlam kaynağı olarak belirtmektedir (Akt. Grouden ve Jose, 2014). Çalışmamızın sonucunda katılımcılar hayatın anlam ve amacına yönelik birçok kaynak ifade etmiştir. Bu kaynakların başında, birinci derece yakınlar, aile hayatı, değerler ve spiritüel uygulamalar, fiziksel ve ruhsal iyilik halinin olması gelmektedir. Literatürde en çok ortaya çıkan anlam kaynağı aile ve sosyal ilişkilerdir. Bu kaynağı değerler ve maneviyet takip etmektedir (Grouden ve Jose, 2014).

Bir insanın yaşamı diğer pek çok kişinin yaşamıyla etkileşim halindedir. Kurulan bu etkileşim bireylerin gelişimini olumlu yönde desteklemektedir (Weiss ve Bass, 2002). Ancak birçok çalışma hayattaki anlamın açık ara en önemli kaynağının ilişkiler (özellikle aile ile) olduğunu göstermektedir (Glaw ve ark., 2017). Lambert ve arkadaşları çalışmalarına katılan kişilerin %90'ının hayatlarındaki en önemli anlam kaynağının aile olduğunu belirlemişlerdir (Lambert ve ark., 2010). Aile ilişkilerinin ve sosyal desteğin olması hayata yönelik anlam duygusunun sürdürülmesini kolaylaştırmaktadır (Weiss ve Bass, 2002). Özmete (2008), yaşlılıkta yaşamın anlamının refah göstergeleri ile yordanması konulu çalışmasında yaşlı bireylerin sosyal ilişkiler, aile içi etkileşim ve çocukları ile ilişkileri konusunda daha olumlu görüşler ortaya koyduklarını belirtmiştir.

Çalışmamızda ise literatürle benzer şekilde katılımcılar yaşamın anlam ve amacının sosyal çevreden, aile ilişkilerinden, çocuk ve torunların iyilik halinden oluştuğunu belirtmişlerdir. Eylem sonrasında ise daha çok aile ilişkilerine odaklandıkları görülmüştür.

İçinde bulunulan toplumun dini değerleri hayatın anlam ve amacını şekillendirmektedir (Weiss ve Bass, 2002). Wissing'e göre hayatın anlamı, tanrı ya da ilahi evren gibi kendinden daha büyük bir şeye bağlanarak ve ona değer vererek deneyimlenmektedir (Wissing, 2014). Spritüellik/maneviyat din, aşkın olma ve kişinin iç dünyası ile açıklanmaktadır (Aydın ve Kaya, 2021). Maneviyat, aynı zamanda insanların anlam ve amaç arama biçimini de ifade eden bir kavramdır (Can Oz ve ark., 2022). İnsanların manevi anlam ihtiyaçlarının karşılanmaması varoluşsal ikilemlere neden olabilmekte ve sıklıkla depresyon, umutsuzluk, ilgisizlik, can sıkıntısı ve yaşama arzusunun kaybıyla sonuçlanabilmektedir (Glaw ve ark., 2017). Maneviyat, özellikle yaşlı bireylerin hayatlarını anlamlandırmalarında ve yaşamlarına rehberlik etmede çok önemli bir rol oynamaktadır (Can Oz ve ark., 2022). Al Karim ve Kristiana (2021) yaptıkları sistematik derlemede yaşlı bireylerin manevi inançlarının olmasının hayattan anlam bulmalarını desteklediğini belirtmişlerdir. Çalışmamızın sonucunda da literatürle benzer şekilde katılımcılar, spiritüel gereksinimlerinin karşılanmasının hayatın anlam ve amacını oluşturduğunu belirtmişlerdir. Bu spiritüel gereksinimlerin içerisinde ise Allah'ın rızasını kazanmak, kulluk görevlerini yerine getirmek ve günah işlememek gibi uygulamalar olduğu görülmüştür.

Sağlık ve hayatın anlamı birbirini etkileyen iki kavramdır. Yaşamın anlamı mutlulukla, daha olumlu bir duygulanımla, yaşam doyumuyla, psikososyal sağlıkla, refahla (Glaw ve ark., 2017), fiziksel sağlıkla ve sağlıklı yaşam biçimi ile ilişkilendirilmektedir (Özmete, 2008). Özellikle yaşlanma sürecinde meydana gelen fiziksel değişimler ve kronik hastalıklar, yaşlı bireylerin hayatlarını gözden geçirerek hayatın anlam ve amacını sorgulamasına neden olabilmektedir (Weiss ve Bass, 2002). Viktor Frankl, hayatta bir anlam ve amaç duygusunun bulunmasının bireylerin daha uzun yaşamasına yardımcı olduğunu belirtmiştir. Frankl'a göre daha yüksek amaç, insanlarda daha büyük bir yaşama isteği sağlamakta ve insanların kısa vadeli rahatsızlıklara daha fazla katlanmalarını sağlamaktadır (Frankl, 1985; Kim ve ark., 2020). Lutzman ve Somerfeld (2023) fiziksel

hastalığı olan yaşlı erkeklerde yaşamdan anlam bulmanın intihar riskini azalttığını belirtmiştir. Weziak-Bialowolska ve Bialowolska (2024), hayatın anlam ve amacının olmasının, depresyon, yalnızlık, günlük yaşam aktivitelerinde kısıtlamalar ve kalp krizi (6 yıllık takipte) risklerinde azalma ile ilişkili olduğu belirtmiştir. Yine aynı çalışma sonucuna göre geçmişte yaşanmış depresyon, yalnızlık ve sınırlı günlük yaşam aktiviteleri deneyiminin, anlamlı yaşam duygusunun azalmasıyla ilişkili olduğu da bulunmuştur. Dolayısıyla hayatta bir anlam ve amacın olması sağlığı olumlu yönde etkilemekte ve hastalıkların görülme olasılığını azaltmaktadır (Kim ve ark., 2020). Ayrıca stresle başa çıkma ve stres sonrası daha iyi uyum sağlamaya yardımcı olmaktadır (Glaw ve ark., 2017). Çalışmamızın sonucunda katılımcılar sağlıklı olmanın, ağrının olmamasının, yaşlılık sürecindeki değişimlerle başedebilmenin, kendi fiziksel ihtiyaçlarını karşılayabilmenin, stresle başedebilmenin, mutlu ve huzurlu olmanın hayatın anlamını oluşturduğunu ve etkilediğini belirtmişlerdir. Literatürle benzer şekilde katılımcıların hayatın anlam ve amacı ile fiziksel ve ruhsal sağlık durumlarının birbirini etkilediği görülmektedir.

Kierkegaard'ın 'Hayatı ileri doğru yaşıyoruz ama geriye doğru anlıyoruz' sözü geçmişte yaşanan olayların hayatın anlam ve amacını etkilediğini özetleyen bir sözdür. Yaşanan olaylar ve yaşam deneyimleri, hayatın anlam ve amacına yön veren önemli faktörlerden birisidir (Weiss ve Bass, 2002). Hayat her zaman sakın sakın akan bir nehir değildir. Her yaşamda, insanların seçilen bir yola devam etmeyi, yön değiştirmeyi seçtiği, koşullara göre karar verdiği doğum veya ölüm, evlilik veya iş hayatı gibi dönüm noktaları bulunmaktadır (Hupkens ve ark., 2018). İnsanlar, kendi bilinçleri ve algıları kapsamında yaşadıkları hayatı anlamlandırmaktadır. İleri yaş, anlam biçimini etkileyen önemli bir faktördür. Yaşlı bireyler hayatı anlamlandırırken yaşam deneyimlerinden faydalanmaktadır (İçli, 2010). Çalışmamızda katılımcılar hayatın anlam ve amacını etkileyen birçok olaydan bahsetmiştir. Eylem öncesinde bu olaylar genellikle aile hayatı, eğitim hayatı, çalışma hayatı, sosyalleşme, yalnızlık, kayıplar ve huzurevine geliş şeklinde temalanmıştır. Eylem sonrasında ise aile hayatı, sosyal çevrenin desteğini hissetme, yaşamda var olma ve ayakta kalma mücadelesi, üzücü ve zorlayıcı olaylar ve huzurevine geliş temaları ortaya çıkmıştır. Çalışmamızda eylem sonrasında temaların değişerek daha çok hayata yön veren dönüm noktalarına odaklandıkları görülmüştür. Frankl, hayattaki anlamın üç kaynağının sevgi, çalışma ve acı olduğunu belirtmiştir. Sevgi, insanlar

arasındaki en güçlü bağıdır. Çalışma olmadan ise insanlar kendilerini amaçsız bir varoluşun içinde bulabilmektedir. Frankl ayrıca acının ışığından bakıldığında acının aydınlanmaya yol açan bir anlam kaynağı olduğunu da belirtmiştir (Glaw ve ark., 2017). Frankl'ın belirttiği gibi sevgi (aile ve ilişkiler), çalışma (hayatta var olma ve ayakta kalma mücadelesi) ve acı (yaşamdaki üzücü ve zorlayıcı olaylar) kaynaklarına temellenen temalar ortaya çıkmıştır. Bu kapsamda Watson İnsan Bakım Kuramına dayalı olarak uygulanan eylemin katılımcıların hayatlarını gözden geçirmelerine olanak sağlayarak hayatın anlam ve amacını sorgulamalarını desteklediği söylenebilir. Çünkü kuram, bireyin yaşam deneyimlerine odaklanmakta, bireyin bireyselliğine önem vermekte ve hemşirelik bakımı ile bireyin kendi yaşam deneyimlerinden anlam bulmasını desteklemektedir.

Hayatın anlamı kişisel geçmişle yakından bağlantılıdır. Yaşamımızda yer alan ve yaşadığımız mekanlar ise kişisel geçmişimizin ayrılmaz bir parçasıdır. Yerinde yaşlanma, yaşlı bireylerin sağlıklı ve başarılı yaşlanmaları için oldukça önemlidir. Tanıdık ve bilindik ortamda, sosyal etkileşim içerisinde yaşlanmak her yaşlının istediği bir durumdur. Ancak her yaşlı kendi yaşam çevresinde yaşlanamamakta ve kurum bakımına geçebilmektedir (Weiss ve Bass, 2002). Yaşlının kendi evinden huzurevine geçişi birçok yaşlı yetişkin için zorlu bir iştir (Man-Ging ve ark., 2019). Aile üyelerinden ve kendi çevresinden uzaklaşan yaşlı kendisini desteksiz hissedebilmektedir (Weiss ve Bass, 2002). Ghadampour ve arkadaşları (2018), evde yaşayan ve huzurevinde yaşayan yaşlılarda yaşamın anlamı ve benlik saygısı ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yaptıkları çalışmanın sonucunda evde ve huzurevinde yaşayan yaşlılar arasında hayatın anlamı, benlik saygısı ve yaşam kalitesi puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu saptamışlardır. Çalışma sonucumuzda da benzer şekilde katılımcıların huzurevine gelmelerinin, hayatın anlamını ve amacını etkileyen önemli bir olay olduğu görülmüştür (Weiss ve Bass, 2002).

Günlük hayatımızda yeri olan şeylerin kaybedilmesi ve bu kayıpla etkili baş edilememesi hayatın anlam ve amacını olumsuz etkilemektedir. Yaşanan kayıplar, sadece kayıpla ilgili alanları değil tüm yaşamı etkileyerek anlam krizinin yaşanmasına neden olabilmektedir. Kayıp sonrası mevcut gerçeklik geri geldiğinde ise kayıpla ilgili anılar genellikle anımsanmaktan kaçınılır veya olumsuz duygularla anımsanmaktadır. Yaşlanmayla

birlikte ebeveyn kaybı, sosyal statü kaybı, iş kaybı, çocukların evden ayrılması gibi kayıpların yaşanma olasılığı artmaktadır. Bu nedenle yaşlı bireylerin yaşamdan anlam ve amaç bulmaları diğer yaş gruplarına göre daha zor olabilmektedir (Weiss ve Bass, 2002). Çalışmamızda katılımcıların eylem öncesinde kayıplar ile ilgili bir tema oluşturdıkları ancak eylem sonrasında bu kayıplar ile ilgili doğrudan bir tema oluşmadığı görülmektedir. Kayıplar ile ilgili ifadelerin azaldığı ve üzücü ve zorlu yaşam olaylarının içinde yer aldığı görülmüştür. Bu durumun uygulanan Watson İnsan Bakım Kuramına dayalı eylem sırasında kayıplar ile baş etme konusunun ele alınmış olması ve oturumların kayıpla baş etmeyi desteklemesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

İnsanlar genellikle kendi kontrolleri dışındaki olumsuz olaylardan bir şekilde kendilerinin sorumlu olduğunu varsayabilmektedir. Yaşanan olumsuz olaylar sonucunda hissedilen çaresizlik umutsuzluğa ve üzüntü depresyona dönüşebilmektedir. Tüm bu zorluklarla baş edebilmenin en etkili yolu ise hayattan anlam bulma çabasıdır (Ford ve Smith, 2021). Krause (2005) zorlu yaşam olaylarının hayatın anlam ve amacı üzerine etkisini değerlendirdiği çalışmasında, 18 ile 30 yaşları arasında ortaya yaşanan zorlu yaşam olaylarının, yaşamdaki anlam duygusunun azalmasıyla ilişkili olduğunu ve duygusal desteğin, zorlu yaşam olayının anlam üzerindeki etkilerini azalttığını saptamıştır. Benzer şekilde Korte ve arkadaşları (2012) da çalışmalarında zorlu yaşam olaylarının hayatın anlamını olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir. Zorlu yaşam olayları, yaşlı bireylerin hayatın anlamını kaybetmesine neden olabilmektedir (Hupkens ve ark., 2018). Ancak bazen bu olaylarla etkin baş edilebildiğinde anlam bulmayı destekleyebilmektedir. Literatürde, yaşlıların kayıplarından, korku ve depresif duyguların üstesinden gelme mücadelelerinden ve zorluklar karşısında yaşamın anlamını bulduklarına yönelik çalışmalar bulunmaktadır (Moremen, 2005; Dwyer ve ark., 2008). Çalışmamızın sonucunda katılımcıların eylem sonrasında hayatın anlam ve amacına yönelik puan ortalamalarının anlamlı düzeyde arttığı görülmüştür. Eylem sonrasında nitel verilerden üzücü ve zorlayıcı yaşam olayları temasının ortaya çıkması ve nicel verilerden hayatın anlam ve amacı puanının anlamlı düzeyde artması katılımcıların zorlu yaşam olaylarından anlam bulduklarını ve daha etkin baş edebildiklerini düşündürmektedir. Bu değişimde Watson İnsan Bakım Kuramı kapsamında eyleme entegre edilen iyileştirici süreçlerin (bireylerin yaşam öykülerini dinleyerek olumlu ve olumsuz duyguların kabulü, bireyin

desteklenmesi, mucizelerin oluşmasına izin verme vb.) bireylerin ortaya çıkardığı temalardaki değişimde etkisi olduğu düşünülmektedir.

Yaşlanma sürecinde yaşanan kayıplar ve değişimler sonrasında bireylerin etkin başederek hayatlarına yeniden anlam ve amaç edinmeleri sağlanmalıdır (Weiss ve Bass, 2002). Bu bağlamda yaşlıların kendi yaşamlarına ilişkin kişisel bir anlam oluşturmaları yaşamlarını aktif bir biçimde devam ettirebilmeleri açısından günümüzde daha da önem kazanmaktadır (İçli, 2010). Yaşamın gözden geçirilmesi, yeniden bir kimlik inşasını ve hayatın anlam ve amacını sorgulamayı desteklemektedir (Weiss ve Bass, 2002). Anımsama süreci, yaşlı bireylerin erdem kazanmasına ve hayattan anlam bulmalarını sağlamaktadır (Hupkens ve ark., 2018).

Literatürde anımsama terapisinin yaşlı bireylerde hayatın anlamı üzerine etkisinin değerlendirildiği çalışmalar mevcuttur. Bohlmeijer ve arkadaşları (2008) depresif semptomları bulunan yaşlı bireylere anımsama terapisi uygulamış ve yaşamın anlamı üzerindeki etkisini değerlendirmiştir. Çalışmanın sonucunda yaşlı bireylerde yaşamın anlamında bir iyileşme gözlemlenmiş ve anımsama terapisinin geçmişin daha olumlu değerlendirilmesini, geleceğin ise daha az olumsuz değerlendirilmesini sağladığı saptanmıştır. Sales ve arkadaşları (2022) Covid-19 pandemisi sırasında huzurevinde kalan yaşlı kadınlara uyguladıkları anımsama terapisinin hayatın anlamı ve başetme stratejileri üzerine etkisini değerlendirdikleri çalışmalarında, anımsama terapisinin hayatın anlamı duygusunu anlamlı düzeyde desteklediği saptanmıştır. Westerhof ve arkadaşları (2010) düşük düzeyde hayatın anlamına sahip olan yaşlı bireylere anımsama terapisi uygulamış ve müdahalenin sonucunda yaşlı bireylerin hayatın anlamına yönelik puan ortalamalarının anlamlı düzeyde arttığını belirtmiştir.

Çalışmamızın literatürdeki çalışmalardan farkı hem anımsama sürecinde sanatın kullanılması hem de oturumların Watson İnsan Bakım Kuramına göre yapılandırılmış olmasıdır. Literatürde Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlılarda yaşamın anlam ve amacı üzerine etkisini inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Literatür incelendiğinde sanat ve anımsama terapisinin birlikte kullanımı yaşlı bireylerde daha çok fiziksel ve ruhsal iyilik halini etkileyen parametreleri değerlendirdiği görülmektedir (Takahashi ve Matsushita, 2006; Mohammadi ve ark.,

2011; Alders Pike, 2013; Kim ve ark., 2016; Mahendran ve ark., 2018; İsmail ve ark., 2018). Ancak bir çalışmada yaşlı bireylere onlar için anlamı olan nostaljik müzik dinletilmiş ve bu müziğin anımsattıkları üzerine yaşlıların paylaşımında bulunmaları istenmiştir. Çalışmanın sonucunda müdahale grubundaki yaşlı bireylerin kontrol grubundakilere göre hayatın anlamı puan ortalaması anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır (İsmail ve ark., 2018). Literatürle uyumlu şekilde çalışmamızda da yaşlı bireylere uygulanan Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlı bireylerde yaşamın anlam ve amacını artırdığı saptanmış ve bu artışın izlem değerlendirmesinde de devam ettiği görülmüştür. Bu değişimde bireylerin yaşamını anımsama terapisi kapsamında gözden geçirmesi, anımsatıcı nesne olarak sanatın kullanılması ve oturumlara entegre edilen Watson İnsan Bakım Kuramı iyileştirme süreç ve yöntemlerinin yaşamı gözden geçirerek anlam bulmalarını destekleyerek katkı sağladığı düşünülmektedir.

5.2. Genel İyi Oluş Hali Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi

Çalışmamızın sonucunda Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin katılımcılarda genel iyi oluş puan ortalamalarını artırdığı ve ortaya çıkan nitel temaları etkilediği görülmüştür. Bu bölümde genel iyi oluş durumuna yönelik nitel ve nicel sonuçlar literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

Yaşlanma sürecinde fiziksel, psikolojik, sosyal vb. alanlarda değişimler meydana gelmektedir. Çalışmamızda katılımcılar yaşlanma döneminde fiziksel, duygusal ve sosyal alanlarda değişimler yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Cildin buruşması, saçların beyazlaması (Kurt, 2014), hücrelerin yaşlanması (Amorim ve ark., 2022), el ve ayaklarda titremeler (Berry ve ark., 2023), işitme kaybı (Brotto ve ark., 2023), kardiyovasküler, solunum, kas-iskelet, gastrointestinal vb. sistemler ve duyu organlarında fizyolojik değişimler (Eyüboğlu ve ark., 2012) yaşlanma sürecinde meydana gelen fiziksel değişimlerin başında gelmektedir. Meydana gelen fiziksel değişimler hastalıkların artmasına da neden olmaktadır (Amorim ve ark., 2022). Çalışmamızda örnekleme dahil edilen tüm yaşlı bireylerin en az bir tane fiziksel hastalığı bulunduğu ve yaşlanma döneminde meydana gelen değişimlerin başında fiziksel değişimlerin geldiğini belirttikleri görülmüştür. Fiziksel değişimlere ise literatürle uyumlu olarak hastalıkların

artması, ağrının olması, saçların beyazlaması, cildin buruşması, ellerde titremeler ve idrar tutamama gibi örnekler vermişlerdir. Yaşlanmayla birlikte ayrıca yaşlı bireyler daha az olumlu duygulanıma sahip olmakta (Burr ve ark., 2021), üzüntü (Lutz ve Orden, 2020) ve öfke (Sharma ve Morishetty, 2023) gibi olumsuz duygularda artış görülebilmektedir. Çalışmamızda da katılımcılar yaşlanma döneminde duygusal değişimler yaşadıklarını, artık daha çok üzgün hissettiklerini, bazı şeylere tahammül edemeyip sinirlendiklerini belirtmişlerdir.

Yaşlılık dönemi, sadece fiziksel ve duygusal değişimlerin olduğu bir dönem değil aynı zamanda sosyal/toplumsal değişimlerin de olduğu bir dönemdir. Yaşlanma sürecinde yaşlı bireyler günlük hayattan ve aktivitelerden çekilmekte ve kendilerini daha yalnız hissetmektedir (Kourkouta ve ark., 2015). Bu dönemde eş ölümü, sosyal çevre kaybı (Koç, 2002), çocukların evden ayrılması (Danış, 2009) gibi nedenler yaşlı bireylerin kendilerini yalnız hissetmelerine neden olmaktadır. Özellikle eşin kaybı tüm yaşlı bireyler için en üzücü değişimlerden birisidir (Carr, 2018). Bu tür değişimler nedeniyle yaşlı bireyler kendilerini toplumdan soyutlayabilmektedir (Yelboğa, 2017). Ayrıca günümüzde insanların çoğu, özellikle de gençler, yaşlıları farklı ve çoğunlukla günümüz toplumuna ayak uyduramayan daha alt bir grup insan olarak görme eğilimindedir (Kourkouta ve ark., 2015). Çalışmamızda literatürle benzer şekilde katılımcılar yaşlanma sürecinde sosyal/toplumsal ilişkilerde değişimlerin meydana geldiğini, kayıplar yaşadıklarını, yalnızlık hissettiklerini ve genç kuşakla entegrasyonda güçlük yaşadıklarını belirtmişlerdir. Yaşanan tüm bu fiziksel, duygusal ve sosyal değişimler yaşlı bireylerin iyi oluş düzeylerini olumsuz etkilemektedir (Weiss ve Bass, 2002). Çünkü iyi oluş, hem kişisel hem de sosyal faktörlerden etkilenebilen bir durumdur (Das ve ark., 2020).

İyi oluş, ‘birinin hayatının kendisi için ne kadar iyi gittiği’ şeklinde genel olarak tanımlanabilmektedir (Jarden ve Roache, 2023). APA (2018)’ya göre iyi oluş, düşük düzeyde sıkıntı, genel olarak iyi fiziksel ve zihinsel sağlık ve görünüm veya iyi yaşam kalitesi ile birlikte mutluluk ve memnuniyet durumu olarak tanımlanmaktadır (<https://dictionary.apa.org/well-being>. Erişim tarihi: 15.05.2024). İyi oluş, yaşam kalitesini, insanların ve toplumların bir anlam ve amaç duygusuyla dünyaya katkıda bulunma yeteneğini kapsamaktadır (<https://www.who.int/activities/promoting-well-being>

Erişim tarihi: 13.05.2024). Bu tanımlar doğrultusunda iyi oluşun bireylerin ve toplumların yaşadığı olumlu bir durum olduğu söylenebilir. İyi oluş, sağlığa benzer şekilde günlük yaşam için önemli bir kaynaktır. Sosyal, ekonomik ve çevresel koşullar tarafından belirlenen iyi oluş (<https://www.who.int/activities/promoting-well-being> Erişim tarihi: 13.05.2024), özellikle yaşlı bireylerde fiziksel, sosyal, duygusal ve toplumsal alanlarda meydana gelen değişimler nedeniyle olumuz etkilenmektedir (Weiss ve Bass, 2002). Çalışmamızın sonucunda literatürle benzer şekilde eylem öncesinde katılımcıların düşük düzeyde genel iyi oluş puanına sahip olduğu belirlenmiştir.

Başetme stratejileri, genel iyilik halini etkileyen önemli belirleyicilerdendir (Tomas ve ark., 2012). Başetme, rutini bozan bir durumun psikolojik ve fiziksel sonuçlarını etkileyen stresli sorunlarla ve duygularla baş etmek için gereken bireysel çabadan oluşur. Yaklaşan bir tehdidi ve zor yaşam durumlarını yönetmek için mekanizmalar kullanan, bir dizi tepkiyi ortaya çıkaran ve bireyin çevresiyle etkileşimini kapsayan çok boyutlu, dinamik bir süreçtir (Akt. Ribeiro ve ark., 2017). Etkili başetme stratejileri iyi oluşu artırmakta ve korumaktadır (Galiana ve ark., 2020). Tovel ve Carmel (2014) etkili başetme stratejileri ile yaşlılarda iyi oluş arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmiştir.

Yaşlı bireyler yaşanan zorlu yaşam olayları karşısında kabullenme, yardım arama, maneviyata yönelme, durumu zmeye çalışma, olumlu bakış açısı geliştirme, doğaya, sanata yönelme gibi baş etme stratejileri uygulayabilmektedir (Hupkens, 2018). Çalışmamızda katılımcıların değişimlerle nasıl başettikleri değerlendirilmiş ve eylem öncesinde literatürle benzer şekilde ‘Kabullenme’, ‘Spirütüel Başetme’, ‘Dikkati Başka Yöne ekme’, ‘Yardım/Sosyal Destek Arama’, ‘z Bakımı Destekleme’ ve ‘Etkisiz Başetme’ temalarının ortaya çıktığı grlmştir. Ribeiro ve arkadaşları (2017) yaşlıların yaşlanma ve ölümle ilgili kullandıkları başa çıkma stratejilerini bütünleştirici olarak incelemiş, olumlu ve olumsuz başetme tarzlarını sınıflandırmıştır. Olumlu stratejiler müzakere, kabullenme, uzlaşma, sosyal destek arayışı, manevi rahatlık arayışı ve anı yaşamak iken olumsuz stratejiler yas, ölme arzusu, tecrit olarak belirlenmiştir. Bu bilgiler doğrultusunda çalışmamızda katılımcıların eylem öncesinde hem olumlu hem de olumsuz başetme stratejilerini kullandığı görülmektedir. Eylem sonrasında ise ‘etkisiz başetme’ teması ortadan kalkmış ve diğer temalara ek olarak ‘Sağlıklı Yaşam Davranışlarını

Uygulama' ve 'Sanat Aktiviteleri Yapmak' temaları eklenmiştir. Eylemin oturumlarında başatme stratejilerine yer verilmesinin ve benzer şekilde eylem oturumlarına entegre edilen iyileştirici süreçlerin (inanç, umut aşılama, bireylerin öykülerini dinleyerek olumlu ve olumsuz duyguların Kabul edilmesi, uygun öğrenme ve öğretme yöntemlerini kullanma vb.) bu değişimde etkili olduğu düşünülmektedir. Ayrıca çalışmamızın eyleminde sanatın aktif olarak kullanılmasının katılımcılarda etkili başatme stratejisi olarak sanat aktivitelerinin benimsenmesini desteklediği söylenebilir.

Literatürde Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlı bireylerde genel iyi oluş üzerine etkisinin değerlendirildiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak anımsama terapisinin yaşlılarda iyi oluş üzerine etkisinin değerlendirildiği çalışmalar mevcuttur. Ren ve arkadaşları (2021), 8 oturumluk grup anımsama terapisi uyguladıkları yaşlı bireylerin ruhsal iyi oluş puanlarının arttığını belirtmiştir. Benzer şekilde Melendez-Moral ve arkadaşları (2015) grup olarak uyguladıkları anımsama terapisinin yaşlı bireylerde depresyon, iyilik hali, benlik saygısı ve yaşam tatminini olumlu olarak etkilediğini saptamıştır. Tominari ve arkadaşları (2021) sanal gerçeklik gözlüğü ile anımsama terapisi uygulamış ve yaşlılarda bilişsel işlev ve iyi oluş üzerine etkisini değerlendirmiştir. Müdahale grubuna geleneksel Japon evlerinin panoramik fotoğrafları sanal gerçeklik gözlüğü ile gösterilmiş ve müdahalenin yaşlılarda bilişsel işlevleri ve genel iyi oluşu artırdığı belirtilmiştir. Ayrıca literatürde sanat ve anımsamanın birlikte kullanıldığı ancak doğrudan iyi oluşu değerlendirmese de iyi oluşu destekleyen parametreleri değerlendiren çalışmalar mevcuttur. Sanat ve anımsamanın birlikte kullanımının yaşlı bireylerde kortizol seviyesi ve kan basıncı gibi fizyolojik parametreler üzerinde olumlu etkisinin olduğunu, mental durumu iyileştirdiği (Takahashi ve Matsushita, 2006), anksiyete (Mohammadi ve ark., 2011; Mahendran ve ark., 2018), kaygı ve stresi önemli ölçüde azalttığı (Mohammadi ve ark., 2011), bilişsel işlevleri artırdığı (Alders Pike, 2013), depresyonu azalttığı (Kim ve ark., 2016; Mahendran ve ark., 2018), kendini ifade etme becerisini artırdığı (Kim ve ark., 2016), sosyal bağlılık, benlik saygısı, yaşamdaki anlamı, öz süreklilik ve iyimserliği olumlu yönde etkilediğini (İsmail ve ark., 2018) ortaya koymaktadır. Çalışmamızın sonucunda Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin literatürle uyumlu bir şekilde yaşlılarda genel iyi oluş puanını anlamlı düzeyde artırdığı saptanmıştır. Bu değişimde

sanatın, anımsama terapisinin ve Watson İnsan Bakım Kuramının yapı olarak bütünleşmesinin etkisi bulunmaktadır. Ancak bu etkinin izlem değerlendirmesinde ortadan kalktığı görülmüştür. Etkinin kısa süreli olmasında eylemin grup oturumları şeklinde uygulanmasının, yaşlılık dönemindeki değişimlerin ortadan kalkmamasının, yaşlılık döneminde öğrenmenin ve öğrenilenin günlük yaşama aktarılamamasının (örn. başetme stratejileri) etkili olduğu düşünülmektedir.

Sağlıklı yaşlanmanın önemli bir belirleyicisi yaşlı bireylerin yaşlılığa yönelik algılarıdır (Km ve ark., 2009; Sözen ve ark., 2020). Yaşlanma algısı, bireylerin iyilik hali, memnuniyeti ve uyumunu yansıtmaktadır (Akt., Alaca ve ark., 2022). Bu nedenle çalışmamızda katılımcıların yaşlanma algısı metaforlar aracılığıyla değerlendirilmiştir. Çalışmamızda katılımcıların yaşlanma ve yaşlılık dönemine ilişkin oluşturdukları metaforların eylem öncesinde çoğunlukla yaşlanma sürecinde meydana gelen değişimlerin olumsuz yönüne odaklandığı görülmüştür. Eylem sonrası süreçte yaşlı olumsuz metaforlara ek olarak bireylerin tecrübelerinin, yaşam deneyimlerinin değerine, olumlu dönüşümlerinin olduğunu vurgulayan metaforlar da ortaya çıkmıştır. Bu durum çalışmada kullanılan eylemin etkin olduğunu düşündürmektedir. Ancak izlem değerlendirmesinde yaşlanma sürecinin olumsuz yönlerine odaklanan metaforlar daha fazla ortaya çıkmıştır. Çalışma sonucunda yaşlı bireylerin genel iyilik halindeki artışın da izlem değerlendirmesinde ortadan kalktığı belirlenmiştir. Yaşlılığa yönelik algının da değişmesi bu bulguyu desteklemektedir.

5.3. Bakım Memnuniyetine İlişkin Verilerin Değerlendirilmesi

Çalışmamızın sonucunda Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapsi eylemine yönelik katılımcıların yüksek düzeyde bakım memnuniyeti bildirdikleri görülmüştür. Bu bölümde bakım memnuniyetine yönelik sonuçlar literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

Bu çalışmada Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlı bireylerde genel iyi oluşu ve yaşamın anlam ve amacını olumlu yönde etkilediği saptanmıştır. Yukarıda tartışılan literatür doğrultusunda geliştirilen eylemin etkin bir hemşirelik müdahalesi olduğu söylenebilir. Bakım sürecinde kullanılan kuramlar hemşirelik uygulamalarının temelini oluşturmaktadır (Koç ve ark., 2017; Erbay ve ark.,

2018). Watson İnsan Bakım Kuramının insanın benzersizliğine ilişkin ana yönlerinden biri, bireylerin içsel kapasitesi ve karşılaştıkları koşullara tepki verme özgürlüğüdür. Bu öz yansıtma sayesinde bireyler geçmiş yaşam deneyimleri hakkında düşünebilmekte ve bunları kendilerini daha iyi anlamak için kullanabilmektedir (Watson, 2011; Aghaei ve ark., 2020). Psikiyatri hemşireliği felsefesi ile örtüşen Watson'un İnsan Bakım Kuramı, bireylerin sadece fiziksel bakımını değil, aynı zamanda ruhsal, sosyal, kültürel ve spirütüel gereksinimlerini ve duygularını ifade etmelerinin sağlanması ile bütüncül bakımın gerçekleştirilebileceği bir kuramdır (Aktaş ve ark., 2020). Çalışmamızdaki eylemin Watson İnsan Bakım Kuramına göre yapılandırılmasının da sürece olumlu katkısı olmuştur. Çalışmamızda eylem sonrasında katılımcıların Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama memnun oldukları ve memnuniyet düzeylerinin izlem değerlendirmesinde de devam ettiği saptanmıştır. Literatürde yaşlı bireylerde genel iyi oluş ve hayatın anlamı ve amacının iyileştirilmesinde Watson İnsan Bakım Kuramına yapılandırılan sanat temelli anımsama terapisine yönelik memnuniyetin değerlendirildiği çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak farklı örneklem gruplarında farklı parametrelerin değerlendirildiği ve bakım memnuniyetinin değerlendirildiği çalışmalar bulunmaktadır. Tüm çalışmaların sonucunda örneklem grubunda yüksek bakım memnuniyeti olduğu belirtilmiştir (Durgun Ozan, 2013; Kabasakal, 2019; Yangöz, 2020; Özhüner, 2023). Watson İnsan Bakım Kuramı, sağlığın çeşitli alanlarında kullanılabilecek ve uyarlanabilecek bir kuramdır (Aghaei ve ark., 2020).

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışma, yaşlı bireylere uygulanan Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlılarda hayatın anlamı, amacı ve genel iyilik hali üzerine etkisinin incelenesi amacıyla yapılmıştır. Çalışma, incelenen literatür doğrultusunda ülkemizde ve dünyada psikiyatri hemşireliği alanında gerçekleştirilmiş, oturum içeriklerinin yaşlı bireylerden elde edilen görüşmeler ile belirlendiği, karma yöntem eylem araştırması deseninde tasarlanan, Watson İnsan Bakım Kuramının rehber olduğu ve anımsatıcı yöntem olarak anımsama terapisi sürecinde sanatın kullanıldığı uygulamaya dayalı bir çalışma olması bakımından özgündür. Çalışmanın eylem protokolü katılımcılardan elde edilen veriler ve onların gereksinimleri doğrultusunda yapılandırılmıştır. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar aşağıda yer almaktadır.

6.1. Nicel Verilere İlişkin Sonuçlar

Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulanan katılımcıların Yaşamın Anlamı ve Amacı Ölçeği puan ortalamalarının eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem değerlendirmeleri arasında anlamlı bir fark vardır.

✚ Kadın katılımcıların eylem öncesi HAAÖ puan ortalamaları $2,73 \pm 0,46$ iken, eylem sonrası $3,20 \pm 0,22$ ve izlem değerlendirmesinde $3,16 \pm 0,18$ 'ye yükselerek anlamlı bir fark oluşturmuştur. Kadın katılımcıların eylem öncesi-eylem sonrası ($p=0,016$) ve eylem öncesi-izlem ($p=0,021$) değerlendirmeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunurken eylem sonrası-izlem ($p=0,348$) değerlendirmeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Erkek katılımcıların eylem öncesi HAAÖ puan ortalamaları $2,68 \pm 0,47$ iken, eylem sonrası $3,20 \pm 0,24$ ve izlem değerlendirmesinde $3,18 \pm 0,19$ 'ye yükselerek anlamlı bir fark oluşturmuştur. Erkek katılımcıların eylem öncesi-eylem sonrası ($p=0,015$) ve eylem öncesi-izlem ($p=0,014$) değerlendirmeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunurken eylem sonrası-izlem ($p=0,680$) değerlendirmeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Cinsiyetler arasında puan ortalamalarında herhangi bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$). Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi, yaşlı bireylerin hayatın anlam ve amacı hakkındaki düşüncelerini olumlu yönde etkilemiş ve bu etki izlem değerlendirmesinde de devam etmiştir.

Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulanan katılımcıların Genel İyi Oluş Ölçeği puan ortalamalarının eylem öncesi, eylem sonrası ve izlem değerlendirmeleri arasında anlamlı bir fark vardır.

✚ Kadın katılımcıların eylem öncesi GİÖÖ puan ortalamaları $2,12 \pm 0,50$ iken, eylem sonrası $2,49 \pm 0,36$ ve izlem değerlendirmesinde $2,14 \pm 0,41$ olarak bulunmuştur. Kadın katılımcıların eylem öncesi-eylem sonrası ($p=0,003$) ve eylem sonrası-izlem ($p=0,008$) değerlendirmeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunurken eylem öncesi-izlem ($p=0,719$) değerlendirmeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Erkek katılımcıların eylem öncesi GİÖÖ puan ortalamaları $1,83 \pm 0,49$ iken, eylem sonrası $2,33 \pm 0,38$ ve izlem değerlendirmesinde $1,85 \pm 0,50$ olarak bulunmuştur. Erkek katılımcıların eylem öncesi-eylem sonrası ($p=0,015$) ve eylem sonrası-izlem ($p=0,012$) değerlendirmeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunurken eylem öncesi-izlem ($p=0,891$) değerlendirmeleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Cinsiyetler arasında puan ortalamalarında herhangi bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$). Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi, yaşlı bireylerin genel iyilik halini olumlu yönde etkilemiş ancak bu etki izlem değerlendirmesine kadar sürmemiştir.

Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulanan katılımcıların Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formu puan ortalamalarında eylem sonrası ve izlem değerlendirmeleri arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Katılımcıların Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi uygulamasına ilişkin yüksek düzeyde bakım memnuniyeti bildirdikleri saptanmıştır.

✚ Kadın katılımcıların eylem sonrası puan ortalamaları $6,35 \pm 0,42$ iken izlem değerlendirmesinde $6,36 \pm 0,32$ olarak bulunmuştur. Kadın katılımcıların eylem sonrası-izlem değerlendirmeleri arasında anlamlı bir fark bulunmamış ($p>0,05$) ve kadın katılımcıların yüksek düzeyde bakım memnuniyeti bildirdikleri belirlenmiştir. Erkek katılımcıların eylem sonrası puan ortalamaları $6,38 \pm 0,28$ iken izlem değerlendirmesinde $6,15 \pm 0,43$ olarak bulunmuştur. Erkek katılımcıların eylem sonrası-izlem değerlendirmeleri arasında anlamlı bir fark bulunmamış ($p>0,05$) ve kadın katılımcıların yüksek düzeyde

bakım memnuniyeti bildirdikleri belirlenmiştir. Cinsiyetler arasında bakım memnuniyeti açısından anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

6.2. Nitel Verilere İlişkin Sonuçlar

Eylem öncesi nitel verilerinden yedi ana tema ve yirmi yedi alt tema ortaya çıkmıştır. Ana temalar ‘Yaşamın Anlamı ve Amacı’, ‘Yaşamı Anamlı Kılan Şeyler’, ‘Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar’, ‘Yaşamın Anlamı ve Amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular’, ‘Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi’, ‘Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler’ ve ‘Değişimler ile Başetme’ temalarıdır.

✚ Yaşamın Anlamı ve Amacı ana teması eylem öncesi değerlendirmesinde ‘Fiziksel ve Duygusal Gereksinimlerin Karşıllanması’, ‘Spirütüel Gereksinimlerin Karşıllanması’ ve ‘Anlamsız ve Belirsiz Bir Süreç’ alt temalarından oluşmuştur. Katılımcılar, yaşamın anlamı ve amacının sağlıklı olmak, fiziksel hastalıkların olmaması, kendini bulmak, mutlu olmak, Allah’ın takdirini kazanmak ve anlamsız bir süreç vb. olduğunu ifade etmişlerdir. Bu alt temalarda eylem sonrası ve izlem değerlendirmesinde herhangi bir değişim olmamıştır.

✚ Yaşamı Anamlı Kılan Şeyler ana teması eylem öncesi değerlendirmesinde ‘Birinci Derece Yakınlar ve Sosyal Çevrenin Varlığı’, ‘Değerler ve Spirütüel Uygulamalar’ ve ‘Fiziksel ve Ruhsal İyilik Halinin Olması’ alt temalarından oluşmuştur. Katılımcılar, yaşamı anlamlı kılan şeyleri evlatlar, eş, dost, akraba, hayatta bir duruşun olması, Allah’a kulluk etmek, sağlıklı olmak, mutlu olmak ve ağrının olmaması vb. şekilde ifade etmişlerdir. Eylem sonrası ve izlem değerlendirmesinde ise alt temalar ‘Aile ve Çocuk Sahibi Olmak’, ‘Değerler ve Spirütüel Uygulamalar’ ve ‘Fiziksel İyilik Halinin Olması’ olarak belirlenmiştir. Katılımcılar bu alt temalarda eylem öncesi temalarından farklı olarak daha çok aile ilişkilerine ve çocuk sahibi olma, çocukları ile vakit geçirme üzerine odaklanmıştır.

✚ Yaşamın Anlamını ve Amacını Etkileyen Olaylar ana teması eylem öncesi değerlendirmesinde ‘Eskiye Dair Anılar’, ‘Aile Hayatı’, ‘Eğitim Hayatı’, ‘Çalışma Hayatı ve Askerlik’, ‘Kişiler Arası İlişkiler’, ‘Sosyalleşme ve Yalnızlık’, ‘Kayıplar ve Ölüm Korkusu’ ve ‘Huzurevine Geliş’ alt temalarından oluşmuştur. Katılımcılar, yaşamın anlam

ve amacını etkileyen olayları eski güzel günler, bayramlar, ailenin bir arada olması, okula gitmek/gidememek, çalışma koşulları, askerlik süreci ve öğrettikleri, eş ölümü gibi kayıplar, hayatta yalnız kalmak ve huzur evine yerleşme süreci vb. olarak ifade etmişlerdir. Eylem sonrası ve izlem değerlendirmesinde ise ‘Sosyal Çevrenin Varlığını ve Desteğini Hissetme’, ‘Yaşamda Var Olma ve Ayakta Kalma Mücadelesi’, ‘Yaşamın İçindeki Üzücü ve Zorlayıcı Olaylar’, ‘Aile Hayatı’ ve ‘Huzurevine Geliş’ alt temaları oluşturulmuştur. Eylem öncesi temalarından farklı olarak katılımcılar daha çok sosyal çevre ve sosyal desteğin, yaşamda var olabilmek ve geçinebilmek için verdikleri mücadelelerin, yaşadıkları üzüntü veren zorlayıcı olayların üzerinde odaklanmış ve hayatın anlam ve amacını etkilediğini ifade etmişlerdir.

✚ Yaşamın Anlamı ve Amacını Etkileyen Olayları Anımsamanın Hissettirdiği Duygular ana teması eylem öncesi değerlendirmesinde ‘Olumlu Duygular’ ve ‘Olumsuz Duygular’ alt temalarından oluşmuştur. Katılımcılar, yaşamın anlam ve amacını etkileyen olayları anımsamanın mutlu, gururlu, başarmış, özlem duyma, pişmanlık, üzüntü gibi duygular hissettirdiğini ifade etmişlerdir. Eylem sonrası ve izlem değerlendirmelerinde bu alt temalarda farklılık görülmemiş olup katılımcıların daha çok olumlu duygular temasına yönelik ifadelerinin olduğu görülmüştür.

✚ Olayların Yaşamın Anlamı ve Amacı Üzerine Etkisi ana teması eylem öncesi değerlendirmesinde ‘Etkisi Yoktur’, ‘Yaşam Deneyimi Kazandırır’ ve ‘Olumsuz Etkisi Vardır’ alt temalarından oluşmuştur. Katılımcılar, yaşanan olayların yaşamın anlam ve amacını etkilemediğini, yaşam deneyimi kazandırdığını, bir şeyler öğrettiğini, tecrübe olduğunu, yaşanan olumsuz olayların hayatlarını olumsuz etkilediğini, yalnız kaldıklarını vb. ifade etmişlerdir. Eylem sonrası ve izlem değerlendirmesinde ise ‘Etkisi Yoktur’, ‘Yaşam Deneyimi Kazandırır’, ‘Hayatın Akışını Değiştirir’ ve ‘İyilik Eden İyilik Bulur’ alt temaları oluşturulmuştur. Katılımcıların eylem öncesi alt temalarından farklı olarak yaşanan olayların hayatın akışını değiştirdiğini, hayatın anlamını büyük ölçüde etkilediğini, yapılan iyiliklerin ve verilen yaşam mücadelelerinin karşılıksız kalmadığını belirtmişlerdir.

✚ Yaşlanma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler ana teması eylem öncesi değerlendirmesinde ‘Fiziksel Değişimler’, ‘Duygusal Değişimler ve Sosyal ve Toplumsal İlişkilerde Değişimler’ alt temalarından oluşmuştur. Katılımcılar, yaşlanma sürecinde

fiziksel hastalıkların olması, saçların beyazlaması, yürümede zorlanma, daha alıngan olma, kendini mutsuz hissetme, insanların saygısını kaybetme gibi değişimler yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Eylem öncesi ve izlem değerlendirmelerinde ise ‘Fiziksel Değişimler’, ‘Duygusal Değişimler’, ‘Kayıplar ve Yalnızlık’ ve ‘Genç Kuşakla Entegrasyonda Yaşanan Güçlükler’ alt temaları ortaya çıkmıştır. Katılımcıların eylem öncesi alt temalarından farklı olarak daha çok eş ölümü, çocukların evden ayrılması, sosyal çevrenin azalması, genç neslin kendilerini anlamaması üzerine odaklandıkları görülmüştür.

Değişimler ile Başetme ana teması eylem öncesi değerlendirmesinde ‘Kabullenme’, ‘Spirüüel Başetme’, ‘Dikkati Başka Yöne Çekme’, ‘Yardım/Sosyal Destek Arama’, ‘Öz Bakımı Destekleme’ ve ‘Etkisiz Başetme’ alt temalarından oluşmuştur. Katılımcıların yaşlılık sürecindeki değişimleri elden bir şey gelmediği, Allahtan geldiği için kabullendiği, değişimlerle başetmek için dua edip namaz kıldığı, TV izleyip sohbet ettiği, gerektiğinde birilerinden yardım aldığı, ilaçlarını zamanında aldığı, beslenmesine dikkat ettiği, bazen de baş edemeyerek ağladığı, sinirlendiği, kendi içine çekildiği belirlenmiştir. Eylem sonrası ve izlem değerlendirmelerinde ise ‘Kabullenme’, ‘Spirüüel Başetme’, ‘Dikkati Başka Yöne Çekme’, ‘Yardım Alma’, ‘Sağlıklı Yaşam Davranışlarını Uygulama’, ‘Sanat Aktiviteleri Yapmak’ ve ‘Birinci Derece Yakınlar, Sosyal Çevre ve Sosyalleşme’ alt temaları ortaya çıkmıştır. Eylem öncesi alt temalarından farklı olarak ‘Etkisiz Başetme’ alt teması ortadan kalkmış ve katılımcıların değişimler ile başetmek için resim yapmak, türkü dinlemek/söylemek gibi sanat aktivitelerine yöneldiği, huzurevi içindeki diğer yaşlı bireylerle sohbet ederek sosyalleştiği, ziyaretçileri ile vakit geçirdiği, yürüyüş yapma, sağlıklı beslenme gibi sağlıklı yaşam davranışları sergileyerek etkin başetme yöntemlerini kullandıkları belirlenmiştir.

Bu araştırmanın sonucunda Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlılarda yaşamın anlamı ve amacı hakkındaki görüşleri ile genel iyilik hallerini olumlu yönde etkilediği görülmüştür. Bu sonuçlar doğrultusunda yapılan öneriler, uygulayıcıya ve araştırmacıya yönelik olmak üzere iki başlıkta verilmiştir.

Bu sonuçlar göz önüne alınarak;

Uygulayıcıya Yönelik Öneriler: Yaşlı bireyler ile çalışan hemşirelerin,

- Bağımsız bir hemşirelik girişimi olan ve 19 Nisan 2011’de yayınlanan Hemşirelik Yönetmeliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelikte yer alan anımsama terapisi hakkında farkındalığının, bilgi ve becerilerinin geliştirilmesine yönelik sertifika programlarının düzenlenmesi,
- Hemşirelerin sanat terapi sertifika programlarına katılarak yetkinliklerini artırması,
- Yaşlı bireylere bakım veren hemşirelerin bakım uygulamalarında terapötik bir müdahale olarak sanat temelli anımsama terapisine yer vermesi,
- Bu çalışma kapsamında protokolü oluşturulan Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin yaşlı bireylere bakım verilen kurumlarda yaşlı bireylerin ruh sağlığının korunması ve geliştirilmesi amacıyla kullanımının yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Araştırmacıya Yönelik Öneriler: Yaşlı bireyler ile anımsama terapisi çalışacak hemşire araştırmacılara,

- Etkinliği bu çalışma ile ortaya konan Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi protokolünün kullanılarak bireysel ve grup etkinliğinin karşılaştırıldığı teknik eylem araştırmalarının yapılması,
- Bu konuda deneysel eylem araştırmalarının yapılması,
- Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin farklı değişkenler (fizyolojik, sosyal ve psikolojik sorunlar ve sosyodemografik değişkenler vb.) üzerine etkisinin değerlendirildiği çalışmaların artırılması,
- Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin farklı örneklem özelliklerine sahip yaşlılarda ve daha geniş örneklemelerde uygulanarak etkinliğinin değerlendirilmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Aghaei MH, Vanaki Z, Mohammadi E. Watson's human caring theory-based palliative care: A discussion paper. *International Journal of Cancer Management*. 2020;13(6): e103027.
2. Akdemir N, Akkuş Y. Rehabilitasyon ve hemşirelik. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*. 2006;13(1): 82-91.
3. Aksoydan E. Yaşlılık ve Beslenme. 2. Basım, T.C. Sağlık Bakanlığı, Başkent Üniversitesi, Burgaz Matbaası, Ankara; 2012.
4. Aktaş Y, Arabacı LB, Dülgerler Ş. Watson insan bakım modeli'ne göre şizofreni tanılı bir hastada hemşirelik bakımı: Olgu sunumu. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 2020;5(1): 51-57.
5. Al Karim, CH, Kristiana IF. Elderly, religiosity, and meaning of life: A critical review. *Proceedings of the 2nd International Conference on Psychological Studies*. 2021; 103-110.
6. Alaca Ç, Şahin M, Beler M. Fethiye'de huzur evinde yaşayan yaşlıların yaşlılık algısı, yaşam kalitesi ve depresyon ilişkisi. *Türk Hemşireler Derneği Dergisi*. 2022;3(1): 17-28.
7. Alders Pike, A. The effect of art therapy on cognitive performance among ethnically diverse older adults. *Art Therapy*. 2013;30(4): 159-168.
8. Amorim JA, Coppotelli G, Rolo AP, Palmeira CM, Ross JM, Sinclair DA. Mitochondrial and metabolic dysfunction in ageing and age-related diseases. *Nature Reviews Endocrinology*. 2022;18(4): 243-258.
9. Arastaman G, Fidan İÖ, Fidan T. Nitel araştırmada geçerlik ve güvenirlik: Kuramsal bir inceleme. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2018;15(1): 37-75.
10. Arslan-Özkan İ, Okumuş H. Bakım ve iyileşmenin kesiştiği bir model: Watson'ın insan bakım modeli. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*. 2012;14(2): 61-72.
11. Ashida S. The effect of reminiscence music therapy sessions on changes in depressive symptoms in elderly persons with dementia. *Journal of Music Therapy*. 2000;37(3): 170-182.

12. Aşiret G, Kapucu S. Alzheimer hastalarının bilişsel ve davranışsal sorunları üzerine etkili bir yöntem: anımsama terapisi. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi. 2015;2(3): 60-68.
13. Aydın B. Tıbbi sanat terapisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. 2012;4(1): 69-83.
14. Aydın C, Kaya M. Maneviyat ve öznel iyi oluş değişkenlerinin hayatın anlamını yordaması. Amasya İlahiyat Dergisi. 2021;17: 41-77.
15. Aydın C, Kaya M, Peker H. Hayatın anlam ve amacı ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi. 2015;38: 39-55.
16. Bahar NT, Başbüyük HH. Antalya 60+ tazelenme üniversitesi öğrencilerinin iyilik halinin değerlendirilmesi. Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi. 2019;8(1): 160-173.
17. Başkale H. Nitel araştırmalarda geçerlik, güvenirlik ve örneklem büyüklüğünün belirlenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi. 2016; 9(1): 23-28.
18. Baum F, MacDougall C, Smith D. Participatory action research. Journal of Epidemiology and Community Health. 2006;60(10): 854-857
19. Berg-Weger M, Stewart DB. Non-pharmacologic interventions for persons with dementia. Missouri Medicine. 2017;114(2): 116–119.
20. Bernick L. Caring for older adults: Practice guided by Watson’s caring-healing model. Nursing Science Quarterly. 2004;17(2): 128-134.
21. Berry DS, Nguyen D, Cosentino S, Louis ED. Association between cognitive diagnosis and a range of significant life events in an elderly essential tremor cohort: A longitudinal, prospective analysis. Frontiers in Neurology. 2023;14: 1193220.
22. Bluck S, Levine LJ. Reminiscence as autobiographical memory: A catalyst for reminiscence theory development. Ageing & Society. 1998;18(2): 185-208.
23. Bohlmeijer ET, Westerhof GJ, Emmerik-de Jong M. The effects of integrative reminiscence on meaning in life: Results of a quasi-experimental study. Aging and Mental Health. 2008;12(5): 639-646.
24. Brotto D, Benvegnù F, Colombo A, de Filippis C, Martini A, Favaretto N. Age-related changes in auditory perception. Hearing loss in the elderly: aging ear or aging brain?. Aging Clinical and Experimental Research. 2023;35(11): 2349-2354.

25. Buldum A, Yılmaz DV. Watson insan bakım kuramı'na göre postpartum anneye bütüncül hemşirelik yaklaşımı: Olgü sunumu. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi. 2020;2(2): 121-128.
26. Bulechek GM, Butcher HK, Dochterman JM, Wagner C. Nursing Interventions Classification (NIC) Çeviren: Erdemir F, Kav S, Akman Yılmaz A. Hemşirelik Girişimleri Sınıflaması (NIC). 6. Basım, Nobel Tıp Kitabevleri Ltd. Şti., İstanbul; 2017, s: 82.
27. Burr JA, Mutchler JE, Han SH. Volunteering and health in later life. In Ferraro K, Carr D, eds. Handbook of Aging and the Social Sciences. 9 th edition. Academic Press; 2021, p: 303-319.
28. Burrell G. Morgan G. Sociological Paradigms and Organizational Analysis: Elements of the Sociology of Corporate Life. 1 st edition. Heinemann Educational Books Inc; 1979.
29. Can Oz Y, Duran S, Dogan K. The meaning and role of spirituality for older adults: A qualitative study. Journal of Religion and Health. 2022;61(2): 1490-1504.
30. Cappeliez P, Robitaille A. Coping mediates the relationships between reminiscence and psychological well-being among older adults. Aging & Mental Health. 2010;14(7): 807-818.
31. Carr D. Mental health of older widows and widowers: Which coping strategies are most protective?. Aging & Mental Health. 2018;1: 1-8.
32. Cevizci A. Paradigma Felsefe Sözlüğü. 8. Basım. İstanbul: Paradigma Yayıncılık; 2013.
33. Chalise HN. Aging: Basic concept. Am J Biomed Sci & Res. 2019;1(1): 8-10.
34. Chao SY, Liu HY, Wu CY, Jin SF, Chu TL, Huang TS. Clark MJ. The effects of group reminiscence therapy on depression, self esteem, and lifesatisfaction on elderly nursing home residents. Journal of Nursing Research. 2006;14(1): 36-44.
35. Charles ST, Rush J, Piazza JR, Cerino ES, Mogle J, Almeida DM. Growing old and being old: Emotional well-being across adulthood. Journal of Personality and Social Psychology. 2023;125(2): 455-469.
36. Ching-Teng Y, Ya-Ping Y, Chia-Ju L, Hsiu-Yueh L. Effect of group reminiscence therapy on depression and perceived meaning of life of veterans diagnosed with dementia at veteran homes. Social Work in Health Care. 2020; 59(2): 75-90.

37. Cohen L, Manion L, Morrison K. Research Methods in Education. 5 th edition. London: Routledge Falmer; 2000.
38. Cotelli M, Manenti R, Zanetti O. Reminiscence therapy in dementia: A review. *Maturitas*. 2012;2(3): 203-205.
39. Cuevas PEG, Davidson PM, Mejilla JL, Rodney TW. Reminiscence therapy for older adults with Alzheimer's disease: A literature review. *International Journal of Mental Health Nursing*. 2020;29(3): 364-371.
40. Danış MZ. Türkiye’de Yaşlı Nüfusun Yalnızlık ve Yoksulluk Durumları ve Sosyal Hizmet Uygulamaları Açısından Bazı Çıkarımlar. *Toplum ve Sosyal Hizmet*. 2009;20(1): 67-84.
41. Das KV, Jones-Harrell C, Fan Y, Ramaswami A, Orlove B, Botchwey N. Understanding subjective well-being: Perspectives from psychology and public health. *Public Health Reviews*. 2020;41: 1-32.
42. Demirhan İ, Tuncay S, Şahin S, Kaplan S. Uterin atoni olgusunda watson’ın insan bakım modeline göre hemşirelik süreci. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2019;8(4): 510-517.
43. Dempsey L, Murphy K, Cooney A, Casey D, O’Shea E, Devane D, ... & Hunter A. Reminiscence in dementia: A concept analysis. *Dementia*. 2014;13(2): 176-192.
44. Derkx P, Bos P, Laceulle H, Machielse A. Meaning in life and the experience of older people. *International Journal of Ageing and Later Life*. 2020;14(1): 37-66.
45. Durgun Ozan Y. Watsonın İnsan Bakım Kuramına Temellendirilmiş Hemşirelik Bakımının Infertilite Tedavisi Gören Kadınların, Anksiyete, Baş Etme Ve Infertilite Etkilenme Durumlarına Etkisi. Dokuz Eylül Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2013, İzmir (Danışman: Prof. Dr. Hülya Okumuş).
46. Duru Aşiret, G. Anımsama Terapisinin Alzheimer Hastalarının Bilişsel Durumu, Depresyon ve Günlük Yaşam Faaliyetlerine Etkisi. Hacettepe Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2014, Ankara (Danışman: Doç. Dr. Sevgisun Kapucu).
47. Dwyer LL, Nordenfelt L, Ternstedt BM. Three nursing home residents speak about meaning at the end of life. *Nursing Ethics*. 2008;15(1): 97-109.
48. Edwards KJ. The Co-Creation of a New Patient And Visitor Hospital Experience Feedback Protocol: A Pragmatic Action Research Study. University of Tasmania. School of Nursing, Doctoral Dissertation, 2021, Tazmania.

49. Enssle F, Kabisch N. Urban green spaces for the social interaction, health and well-being of older people-An integrated view of urban ecosystem services and socio-environmental justice. *Environmental Science & Policy*. 2020;109: 36-44.
50. Erbay Ö, Yıldırım Y, Fadiloğlu Ç, Aykar FŞ. Hipertansif atak yaşayan hastalara Watson'ın insan bakım modeli kullanılarak uygulanan hemşirelik bakımı: Olgu sunumu. *Turk J Cardiovasc Nurs*. 2018;9(19): 82-88.
51. Eyüboğlu C, Şişli Z, Kartal M. Yaşam döngüsünde yaşlılığın psikolojik boyutu. *Turkish Family Physician*. 2012;3(1): 18-22.
52. Fawcett J. Watson's theory of human caring. In: Philadelphia FA, eds. *Contemporary Nursing Knowledge Analysis and Evaluation of Nursing Models and Theories*. Davis Company; 2006, 51-59.
53. Ford ME, Smith PR. *Motivating self and others: Thriving with social purpose, life meaning, and the pursuit of core personal goals*. 1 st edition. Cambridge University Press; 2021.
54. Frankl VE. *Man's search for meaning*. 1 st edition. Simon and Schuster; 1985.
55. Galiana L, Tomás JM, Fernández I, Oliver A. Predicting well-being among the elderly: The role of coping strategies. *Frontiers in Psychology*. 2020;11: 472401.
56. Ghadampour E, Heidaryani L, Radmehr F. Investigating the relationship between the meaning of life and self-esteem with the quality of life of the elderly living in the home and living in the nursing home. *Avicenna Journal of Nursing and Midwifery Care*. 2018;26(5): 315-322.
57. Gothe NP, Ehlers DK, Salerno EA, Fanning J, Kramer AF, McAuley E. Physical activity, sleep and quality of life in older adults: Influence of physical, mental and social well-being. *Behavioral Sleep Medicine*. 2020;18(6): 797-808.
58. Grouden ME, Jose PE. How do sources of meaning in life vary according to demographic factors?. *New Zealand Journal of Psychology*. 2014; 43(3): 29-38.
59. Guba EG, Lincoln YS. Paradigmatic controversies, contradictions, and emerging confluences. In Denzin NK, Lincoln YS, eds. *Handbook of Qualitative Research*. London: Sage; 2005, p:1-28.
60. Guerrero-Torrelles M, Monforte-Royo C, Rodríguez-Prat A, Porta-Sales J, Balaguer A. Understanding meaning in life interventions in patients with advanced disease: A systematic review and realist synthesis. *Palliative Medicine*. 2017;31(9): 798-813.

61. Gunbayı I. Action research as a mixed methods research: Definition, philosophy, types, process, political and ethical issues and pros and cons. *J Mix Methods Stud.* 2020;16-25.
62. Gunbayı I. Liderlik ve toplumsal değişme. In N Güçlü, S Kosar, eds. *Eğitim Yönetiminde Liderlik; Teori, Araştırma ve Uygulama.* Ankara; Pegem Academy: 2019, p: 245-279.
63. Gunbayı İlhan. Knowledge-constitutive interests and social paradigms in guiding mixed meth-ods research (MMR). *Journal of Mixed Methods Studies.* 2020;1: 44-56. www.jomesonline.com DOI: 10.14689/jomes.2020.1.3
64. Güngen C, Ertan T, Eker E, Yaşar R, Engin F. Standardize mini mental test'in Türk toplumunda hafif demans tanısında geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi.* 2002;13(4): 273-281.
65. Haugan G. Meaning-in-life in nursing-home patients: A correlate with physical and emotional symptoms. *Journal of Clinical Nursing.* 2014;23(7-8): 1030-1043.
66. Heine SJ, Proulx T, Vohs KD. The meaning maintenance model: On the coherence of social motivations. *Personality and Social Psychology Review.* 2006;10: 88-110.
67. Heintzelman SJ, King LA. Life is pretty meaningful. *American Psychologist.* 2014;69(6): 561-574.
68. Herbert RD, Kasza J, Bø K. Analysis of randomised trials with long-term follow-up. *BMC Medical Research Methodology.* 2018;18: 1-9.
69. Hsieh HF, Wang JJ. Effect of reminiscence therapy on depression in older adults: A systematic review. *Int. J. Nurs. Stud.* 2003;40: 335-345.
70. Hupkens S, Machielse A, Goumans M, Derkx P. Meaning in life of older persons. An integrative literature review. *Nursing Ethics.* 2018;25(8): 973-991.
71. Ismail S, Christopher G, Dodd E, Wildschut T, Sedikides C, Ingram TA, ... Cheston R. Psychological and mnemonic benefits of nostalgia for people with dementia. *Journal of Alzheimer's Disease.* 2018;65(4): 1327-1344.
72. Ivankova NV. Eylem Araştırmasında Karma Yöntem Uygulamaları Yöntemden Topluluk Eylemine. Çeviren: Karadağ E, Günbayı İ. 1. basım, Vizetek Yayıncılık, Ankara; 2022.
73. İçli G. Yaşlılar ve yaşlılığın değerlendirilmesi: Denizli ili üzerine niteliksel bir araştırma. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi.* 2010;3(1-2): 1-13.

74. Jarden A, Roache A. What is wellbeing? International Journal of Environmental Research and Public Health. 2023;20(6): 5006.
75. Johnson CM, Sullivan-Marx EM. Art therapy: Using the creative process for healing and hope among African American older adults. Geriatric Nursing. 2006;27(5): 309-316.
76. Kabasakal A. Prematüre Bebek Annelerinde Watsonın Modeli ile Uygulanan Kanguru Bakımının Laktasyon Sürecine ve Kaygı Düzeyine Etkisi. Gazi Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2019, Ankara (Danışman: Doç. Dr. Yeter Kitiş).
77. Kalafatoğlu MR, Çelik SB. Genel iyi oluş ölçeği kısa formu'nun Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi. 2020;15(25): 3633-3653.
78. Kang Y, Strecher VJ, Kim E, Falk EB. Purpose in life and conflict-related neural responses during health decision-making. Health Psychology. 2019;38(6): 545-552.
79. Kim ES, Shiba K, Boehm JK, Kubzansky LD. Sense of purpose in life and five health behaviors in older adults. Preventive Medicine. 2020;139: 106172.
80. Kim HK, Kim KM, Nomura S. The effect of group art therapy on older Korean adults with neurocognitive disorders. The Arts in Psychotherapy. 2016;47: 48-54.
81. Kinnier RT, Kernes JL, Tribbensee NE, Puymbroeck CM. What eminent people have said about the meaning of life. Journal of Humanistic Psychology. 2003;43(1): 105-118.
82. Km Q, Laidlaw K, Murray LK. Older peoples' attitudes to mental illness. Clin Psychol Psychother. 2009;16: 33-45.
83. Koch T. Establishing rigour in qualitative research: The decision trail. Journal of Advanced Nursing. 1994;19: 976-986.
84. Koç M. Gelişim psikolojisi açısından yaşlılık döneminde ruhsal gelişim. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2002;1(12): 287-304.
85. Koç Z, Keskin Kızıltepe S, Çınarlı T, Şener A. Hemşirelik uygulamalarında, araştırmalarında, yönetiminde ve eğitiminde kuramların kullanımı. Koç Üniversitesi Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi (HEAD). 2017;14(1): 62-72.
86. Korkut Owen F, Çelik ND. Yaşam boyu sağlıklı yaşam ve iyilik hali. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. 2018;10(4): 440-453.

87. Korkut-Owen F, Doğan T, Demirbaş-Çelik N, Owen DW. Development of the well-star scale. *Journal of Human Sciences*. 2016;13: 5013-5031.
88. Korte J, Cappeliez P, Bohlmeijer ET, Westerhof GJ. Meaning in life and mastery mediate the relationship of negative reminiscence with psychological distress among older adults with mild to moderate depressive symptoms. *European Journal of Ageing*. 2012;9: 343-351.
89. Kourkouta L, Iliadis C, Monios A. Psychosocial issues in elderly. *Progress in Health Sciences*. 2015;5(1): 232-237.
90. Krause N. Traumatic events and meaning in life: Exploring variations in three age cohorts. *Ageing & Society*. 2005;25(4): 501-524.
91. Kunz JA, Soltys FG. Transformational reminiscence: Life story work. 1 st edition. New York: Springer Publishing Company; 2007.
92. Kurt İ. Yetişkin Psikolojisi. 1. Basım, Akçağ Yayınları, Ankara; 2014.
93. Küçükgülü Ö, Şentürk SG, Söylemez BA. Alzheimer hastalığı olan bireye bakım veren aile üyelerinin bakım verme sürecindeki deneyimleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*. 2017;10(2): 68-78.
94. Lambert NM, Stillman TF, Baumeister RF, Fincham FD, Hicks JA, Graham SM. Family as a salient source of meaning in young adulthood. *Journal of Positive Psychology*. 2010;5(5): 367-376.
95. Landis JR, Koch GG. The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*. 1977;33: 159-174.
96. Lazar A, Thompson H, Demiris G. A systematic review of the use of technology for reminiscence therapy. *Health Education & Behavior*. 2014;41(1_suppl): 51S-61S.
97. Lincoln Y, Guba EG. *Naturalistic Inquiry*. Newbury Park, CA: Sage; 1985.
98. Lutz J, Van Orden KA. Sadness and worry in older adults: Differentiating psychiatric illness from normative distress. *Medical Clinics*. 2020;104(5): 843-854.
99. Lutzman M, Sommerfeld E. The role of meaning in life as a protective factor in suicidal ideation among elderly men with physical illnesses. *Current Psychology*. 2023;42(13): 10603-10612.

100. MacKinlay E, Trevitt C. Living in aged care: Using spiritual reminiscence to enhance meaning in life for those with dementia. *International Journal of Mental Health Nursing*. 2010;19(6): 394-401.
101. Macleod F, Storey L, Rushe T, McLaughlin K. Towards an increased understanding of reminiscence therapy for people with dementia: A narrative analysis. *Dementia*. 2021;20(4): 1375-1407.
102. Mahendran R, Gandhi M, Moorakonda RB, Wong J, Kanchi MM, Fam J, ... Kua EH. Art therapy is associated with sustained improvement in cognitive function in the elderly with mild neurocognitive disorder: findings from a pilot randomized controlled trial for art therapy and music reminiscence activity versus usual care. *Trials*. 2018;19(1): 615.
103. Man-Ging CI, Öven Uslucan J, Frick E, Büssing A, Fegg MJ. Meaning in life of older adults living in residential and nursing homes. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*. 2019;31(3): 305-322.
104. Martela F, Steger MF. The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*. 2016;11(5): 531-545.
105. Mason BJ, Harrison BE. Telephone interventions for family caregivers of patients with dementia: what are best nursing practices?. *Holistic Nursing Practice*. 2008;22(6): 348-354.
106. May R, Yalom I. Existential psychotherapy. In Corsini RJ, Wedding D, eds. *Current psychotherapies*. San Francisco: CA: Brooks and Cole; 2005, p: 269-298).
107. McMahon S, Fleury J. Wellness in older adults: A concept analysis. *Nursing forum*. 2012;47(1): 39-51.
108. Meléndez Moral JC, Fortuna Terrero FB, Sales Galan A, Mayordomo Rodríguez T. Effect of integrative reminiscence therapy on depression, well-being, integrity, self-esteem, and life satisfaction in older adults. *The Journal of Positive Psychology*. 2015;10(3): 240-247.
109. Mir FA, Amanullah A, Jain BP, Hyderi Z, Gautam A. Neuroepigenetics of ageing and neurodegeneration-associated dementia: an updated review. *Ageing Research Reviews*. 2023;102067.
110. Mohammadi AZ. An evaluation of the effect of group music therapy on stress, anxiety, and depression levels in nursing home residents. *Canadian Journal of Music Therapy*. 2011;17(1): 55-68.

111. Moremen RD. What is the meaning of life? Women's spirituality at the end of the life span. *OMEGA-Journal of Death and Dying*. 2005;50(4): 309-330.
112. Myers JE, Sweeney TJ, Witmer M. The wheel of wellness counseling for wellness: A holistic model for treatment palnning. *J Couns Dev*. 2000;78: 251-266.
113. O'Connor K, Chamberlain K. Dimensions of life meaning: A qualitative investigation at mid-life. *British Journal of Psychology*. 1996; 87(3): 461-477.
114. Odabaş UK. Eudaimonia'nın sokratik görünümü: Erdem bilgidir ve hiç kimse bilerek kötülük yapmaz. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2019; 23(1): 93-102.
115. Okumuş H, Boz İ. Postmodern Hemşirelik İnsan Bakım Kuramı. 1. basım. Ankara: Ankara Nobel Tıp Yayınevleri; 2020.
116. Ozan Y, Okumuş H. Tedavi sonucu başarısız olan infertil kadınların watson'ın insan bakım kuramına göre hemşirelik bakımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2013;16(3): 190-198.
117. Özhüner Y. Postpartum dDepresyonun önlenmesinde Watson Modeline Dayalı Psikoeğitim Müdahalesinin Etkisi. Eskişehir Osman Gazi Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2023, Eskişehir (Danışman: Prof. Dr. Nebahat Ozerdoğan).
118. Özmete E. Yaşlılıkta yaşamın anlamının refah göstergeleri ile yordanması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*. 2008;15(15): 7-20.
119. Park K, Lee S, Yang J, Song T, Hong GRS. A systematic review and meta-analysis on the effect of reminiscence therapy for people with dementia. *International Psychogeriatrics*. 2019;31(11): 1581-1597.
120. Reker GT, Peacock EJ, Wong PT. Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of Gerontology*. 1987;42(1): 44-49.
121. Ren Y, Tang R, Sun H, Li X. Intervention effect of group reminiscence therapy in combination with physical exercise in improving spiritual well-being of the elderly. *Iranian Journal of Public Health*. 2021;50(3): 531-539.
122. Ribeiro MDS, Borges MDS, Araújo TCCFD, Souza MCDS. Coping strategies used by the elderly regarding aging and death: An integrative review. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*. 2017;20: 869-877.

123. Roffia P, Buccioli A, Hashlamoun S. Determinants of life expectancy at birth: a longitudinal study on OECD countries. *International Journal of Health Economics and Management*. 2023;23(2): 189-212.
124. Rudnicka E, Napierała P, Podfigurna A, Meczekalski B, Smolarczyk R, Grymowicz M, et al. The World Health Organization (WHO) approach to healthy ageing. *Maturitas*. 2020;139: 6-11.
125. Ryan RM, Deci EL. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*. 2001;52(1): 141-166.
126. Sales A, Pinazo-Hernandis S, Martinez D. Effects of a reminiscence program on meaning of life, sense of coherence and coping in older women living in nursing homes during covid-19. *Healthcare*. 2022;10(2): 188.
127. Schippers MC, Ziegler N. Life crafting as a way to find purpose and meaning in life. *Frontiers in Psychology*. 2019;10: 462158.
128. Schossler T, Crossetti MDG. Elderly home caregiver and self-care: an analysis through Jean Watson's human care theory. *Texto & Contexto-Enfermagem*. 2008;17: 280-287.
129. Schweitzer P, Bruce E. *Remembering Yesterday, Caring Today: Reminiscence in Dementia Care: A Guide to Good Practice*. 1 st edition. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers; 2008.
130. Sellers SC, Stork PB. Reminiscence as an intervention: Rediscovering the essence of nursing. *Nursing Forum*. 1997;32(1): 17-23.
131. Semsei I. On the nature of aging. *Mechanisms of Ageing and Development*. 2000;117(1-3): 93-108.
132. Sharma G, Morishetty SK. Common mental and physical health issues with elderly: A narrative review. *ASEAN Journal of Psychiatry*. 2023;23: 1-11.
133. Sharma R, Martins N. Telomeres, DNA damage and ageing: Potential leads from ayurvedic rasayana (anti-ageing) drugs. *Journal of Clinical Medicine*. 2020;9(8): 2544.
134. Soltys FG, Coats L. The SolCos model: Facilitating reminiscence therapy. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*. 1995;33(11): 21-26.

135. Sözen F, Ersoy K, Çolak MY. Yaşlılarda yaşam kalitesi ve yaşlılık algısı: Başkent Üniversitesi örneği. *The Journal of Turkish Family Physician*. 2020;11(4): 191-199.
136. Steger MF, Shim Y, Rush BR, Brueske LA, Shin JY, Merriman LA. The mind's eye: A photographic method for understanding meaning in people's lives. *Journal of Positive Psychology*. 2013;8(6): 530-542.
137. Steger MF. Meaning in life. In Lopez SJ eds. *Oxford Handbook of Positive Psychology*. 2 nd edition. Oxford: Oxford University Press; 2009, p: 679-687.
138. Subramaniam P, Woods B. The impact of individual reminiscence therapy for people with dementia: systematic review. *Expert Review of Neurotherapeutics*. 2012;12(5): 545-555.
139. Şahin NE. Huzurevinde yaşayan yaşlılar için bir hemşirelik girişimi: Anımsama terapisi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*. 2016;13(1): 1-6.
140. Takahashi T, Matsushita H. Long-term effects of music therapy on elderly with moderate/severe dementia. *Journal of Music Therapy*. 2006;43(4): 317-333.
141. Tam W, Poon SN, Mahendran R, Kua EH, Wu XV. The effectiveness of reminiscence-based intervention on improving psychological well-being in cognitively intact older adults: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*. 2021;114: 103847.
142. Tomás JM, Sancho P, Melendez JC, Mayordomo T. Resilience and coping as predictors of general well-being in the elderly: A structural equation modeling approach. *Aging & Mental Health*. 2012;16(3): 317-326.
143. Tominari M, Uozumi R, Becker C, Kinoshita A. Reminiscence therapy using virtual reality technology affects cognitive function and subjective well-being in older adults with dementia. *Cogent Psychology*. 2021;8(1): 1968991.
144. Tovel H, Carmel S. Maintaining successful aging: The role of coping patterns and resources. *Journal of Happiness Studies*. 2014;15: 255-270.
145. Uran BNÖ, Özer S, Yıldırım Y. Watson insan bakım modeli uygulamasına bir örnek: Kalp yetersizliği olgusu. *Turkish Journal of Cardiovascular Nursing*. 2015;6: 183-198.
146. Veras SMCB, Menezes TMDO, Guerrero-Castañeda RF, Soares MV, Anton FR, Pereira GS. Nurse care for the hospitalized elderly's spiritual dimension. *Revista Brasileira de Enfermagem*. 2019;72: 236-242.

147. Watson J, Brewer BB, D'Alfonso J. (2010). Watson Caritas Patient Survey (WCPS). Watson Caring Science Institute: Boulder, CO.
148. Watson J. Human Caring Science. USA: Jones & Bartlett Publishers; 2011.
149. Watson J. Nursing: Human Science And Human Care. Jones and Bartlett Publishers; 1985.
150. Webster JDE, Haight BK. Critical Advances in Reminiscence Work: From Theory to Application. 1 st edition. Springer Publishing Company; 2002.
151. Weiss RS, Bass SA. Challenges of the Third Age: Meaning and Purpose in Later Life. 1 st edition. USA: Oxford University Press; 2002.
152. Westerhof GJ, Bohlmeijer E, Valenkamp MW. In search of meaning: A reminiscence program for older persons. Educational Gerontology. 2004;30(9): 751-766.
153. Weziak-Bialowolska D, Bialowolski P. Bidirectional associations between meaning in life and the health, emotional ill-being and daily life functioning outcomes among older adults. Psychology & Health. 2024;39(6): 711-727.
154. Wissing MP. Meaning and relational well-being: A reflection on the state of the art and a way forward. Journal of Psychology in Africa. 2014;24(1): 183-192.
155. Yangöz ŞT. Watson İnsan Bakım Kuramına Temellendirilmiş Motivasyonel Görüşmenin ve Eğitimin Hemodiyaliz Uygulanan Bireylerin Tedaviye Uyumuna, Memnuniyetine ve Yaşam Kalitesine Etkisinin İncelenmesi. Akdeniz Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2020, Antalya (Danışman: Prof. Dr. Zeynep Özer).
156. Yelboğa N. Yaşlılıkta ölüm anksiyetesi. Journal of Current Researches on Health Sector. 2017;7(2): 53-68.
157. Yeşilyurt S, Çapraz C. Ölçek geliştirme çalışmalarında kullanılan kapsam geçerliği için bir yol haritası. Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2018;20(1): 251-264.
158. Yulita N, Hendri K, Amran HF. Application of story telling method in improvement meaning of life in the elderly at daycare aisyiyah pekanbaru. Jurnal Ilmu Kesehatan Abdurrah. 2023;1(2): 138-144.
159. Yurdugül H. Ölçek geliştirme çalışmalarında kapsam geçerliği için kapsam geçerlik indekslerinin kullanılması. XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi. 2005;1: 771-774.

160. Yüksel M, Kırkkanat B, Yılmaz SH, Sevim E. Bir grup yaşlı bireyin yaşam doyumu, yaşamın anlamı ve yalnızlık düzeylerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*. 2016;27(1): 65-76.
161. Yüksel MY, Akgün N, Öztürk E. İleri yetişkinliğe geçiş döneminde bulunan bireylerde başarılı yaşlanma, hayatın anlamı ve spiritüel iyi oluş ilişkisi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*. 2021;14(2): 84-95.
162. Zhang J, Xu F, Zhou Y, Wu J, Li Y, Qing W. Association between frailty and meaning in life of older adults in nursing home: the mediating effect of psychological resilience. *Frontiers in Psychology*. 2024;15: 1365817.



ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı	Tuğçe	Uyruğu	T.C.
Soyadı	KAPLAN UYAN	Tel no	
Doğum tarihi		e-posta	

Eğitim Bilgileri

Mezun olduğu kurum		Mezuniyet yılı
Lise	Ahmet Melih Doğan Anadolu Lisesi	2009-2012
Lisans	Süleyman Demirel Üniversitesi	2012-2016
Yüksek Lisans	Akdeniz Üniversitesi	2016-2019
Doktora	Akdeniz Üniversitesi	2019-Devam ediyor

İş Deneyimi

Görevi	Kurum	Süre (yıl-yıl)
Araştırma Görevlisi	Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü	2017-Devam ediyor

Yabancı Dilleri	Sınav türü	Puanı
İngilizce	YÖKDİL	60

Proje Deneyimi

Proje Adı	Destekleyen kurum	Süre (Yıl-Yıl)
Anımsama Terapisinin Yaşlılarda Uyum Güçlüğüne Etkisi	Akdeniz Üniversitesi BAP	2017-2019

Burslar-Ödüller: YOK

Yayınlar ve Bildiriler:

Kongrede Sunulan Bildiriler

- ✓ Kaplan, T., Keser, İ., Yaşlı Bireyin Bakımında Anımsama Terapisinin Kullanımı ‘V. International XVI. National Nursing Congress’ 2017, Ankara, TÜRKİYE, 5-8 Kasım, 2017, pp. 181-182.
- ✓ Kaplan, T., Pazarcıkcı, F., Motivasyonel Görüşme ve Hemşirelikte Kullanımı Üzerine Bir Sistemik Derleme ‘V. International XVI. National Nursing Congress’ 2017, Ankara, TÜRKİYE, 5-8 Kasım, 2017, pp. 185.
- ✓ Kaplan, T., Keser, İ., Hemşirelik Son Sınıf Öğrencilerinin Engellilik Kavramı ve Engelli Bireye Bakım Vermeye Yönelik Görüşleri ‘I. International Health Sciences and Life Congress’ 2018, Burdur, TÜRKİYE, 2-5 Mayıs, 2018, pp. 318-323. (Sözlü Bildiri)
- ✓ Kaplan, T., Keser, İ., Ruhsal Bozuklukların Genetik Aktarımı ve Verilecek Genetik Danışmada Psikiyatri Hemşiresinin Rolü ‘I. International Health Sciences and Life Congress’ 2018, Burdur, TÜRKİYE, 2-5 Mayıs, 2018, pp. 324-330.
- ✓ Kaplan, T., Keser, İ., Demanslı Bireylerde Hayvan Destekli Tedavinin Kullanımı ‘V. International IX. National Psychiatric Nursing Congress’ 2018, Antalya, TÜRKİYE, 20-23 Kasım, 2018, pp. 1494-1506. (Sözlü Bildiri)
- ✓ Kaplan, T., Keser, İ., Hemşirelik Öğrencilerinin Acının Dönüştürücü Gücüne İlişkin Düşünceleri ve Empati Becerileri Arasındaki İlişki ‘V. International IX. National Psychiatric Nursing Congress’ 2018, Antalya, TÜRKİYE, 20-23 Kasım, 2018, pp. 1507-1510. (Sözlü Bildiri)
- ✓ Çetinkaya, D., Soysal, S., Kaplan, T., Ruhsal İyilik Halinin Sağlanmasında Refleksolojinin Kullanımı ‘V. International IX. National Psychiatric Nursing Congress’ 2018, Antalya, TÜRKİYE, 20-23 Kasım, 2018, pp. 1210-1218.
- ✓ Kaplan, T., Keser, İ., Türkiye’de Hemşirelik Alanında Yapılmış Lisansüstü Tezlerde Yaşlılık: Bir Literatür İncelemesi ‘II. International Health Sciences and Life Congress’ 2019, Burdur, TÜRKİYE, 24-27 Nisan 2019, Full Text Book 3: pp. 541-548. (Sözlü Bildiri)

- ✓ Kaplan, T., Keser, İ., Geropsikiyatrik Bakımda Güncel Yaklaşımlar ‘II. International Health Sciences and Life Congress’ 2019, Burdur, TÜRKİYE, 24-27 Nisan 2019, pp. 357-358. (Sözlü Bildiri)
- ✓ Kaplan, T., Keser, İ., Psikiyatri Hemşireliği Eğitiminde Güncel Yaklaşımlar: Standart ve Sanal Hastalar ‘International Aegean Symposiums on Natural & Medical Sciences-II September 2020’ İzmir, Türkiye, 18-20 September 2020, pp. 33-40. (Sözlü Bildiri)
- ✓ Kaplan, T., Günbayı, İ., Keser, İ. (2021). Hemşirelik Öğrencilerinin Acının Dönüştürücü Gücü Kavramına İlişkin Algılarının Metafor Analizi Yöntemiyle Belirlenmesi. VI. Uluslararası X. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresi, 20- 23 Ekim 2021. (Sözlü Bildiri)
- ✓ Kaplan, T., Keser, İ. Anımsama Terapisinin Yaşlılarda Uyum Güçlüğüne Etkisi: Randomize Kontrollü Çalışma. VI. Uluslararası X. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresi, 20- 23 Ekim 2021. (Sözlü Bildiri)
- ✓ Kaplan Uyan, T., Soysal S., Çetinkaya, D. (2023). Hemşirelerin Psikososyal Bakım Yetkinlikleri ile Ruh Sağlığı Okuryazarlık Düzeyleri Arasındaki İlişki. VII. Uluslararası XI. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresi, 18-20 Ekim 2023. (Sözlü Bildiri)
- ✓ Uyan, T. K., Çaynak, S., & Keser, İ. (2023). Yaşlı Bireylerin Covid 19 Pandemi Sürecinde Sağlıklı Yaşam Farkındalığı. VII. Uluslararası XI. Ulusal Psikiyatri Hemşireliği Kongresi, 18-20 Ekim 2023. (Sözlü Bildiri)

Kitap Bölümü

- ✓ Kaplan, T., Keser, İ. “*Yaşlanma Sürecinde Geropsikiyatrik Bakım: Anımsama Terapisinin Kullanımı*”, Sağlık Bilimlerinde Araştırma ve Değerlendirmeler Cilt II içinde, Evreklioğlu, C. Ed., *Gece Kitaplığı*, Ankara. ss.185-208, 2021. ISBN: 978-6257342-81-0
- ✓ Keser, İ., Kaplan Uyan, T. ‘Bedensel Yetersizlik’, Çocuk Resimleri Analizi-II içinde, Akay, R. Ed., Efe Akademi Yayınları, İstanbul. Ss. 267-289, 2023. ISBN: 978-625-6452-58-9

- ✓ Kaplan Uyan, T., Saygın, N., Keser, İ. ‘Çiçek Ailesi Çiz Testi’, Çocuk Resimleri Analizi-III içinde, Akay, R. Ed., Efe Akademi Yayınları, İstanbul. (Yayın sürecinde).
- ✓ Keser, İ., Kaplan Uyan, T. ‘Genel Tıpta Psikofarmakolojik İlaç Kullanımı’, Psikiyatrik Konsültasyon ve Liyezon hemşireliği içinde, Engin, E., Yıldırım, S. Ed. (Yayın sürecinde).
- ✓ Kaplan Uyan, T., Keser, İ. ‘Çocuklarda Ağrı Yönetiminde Kanıta Dayalı Biyopsikososyal Yaklaşımlar’ Çocuklarda Ağrı Yönetiminde Kanıt temelli Yaklaşımlar içinde, Antalya Nobel kitabevi (Yayın sürecinde).

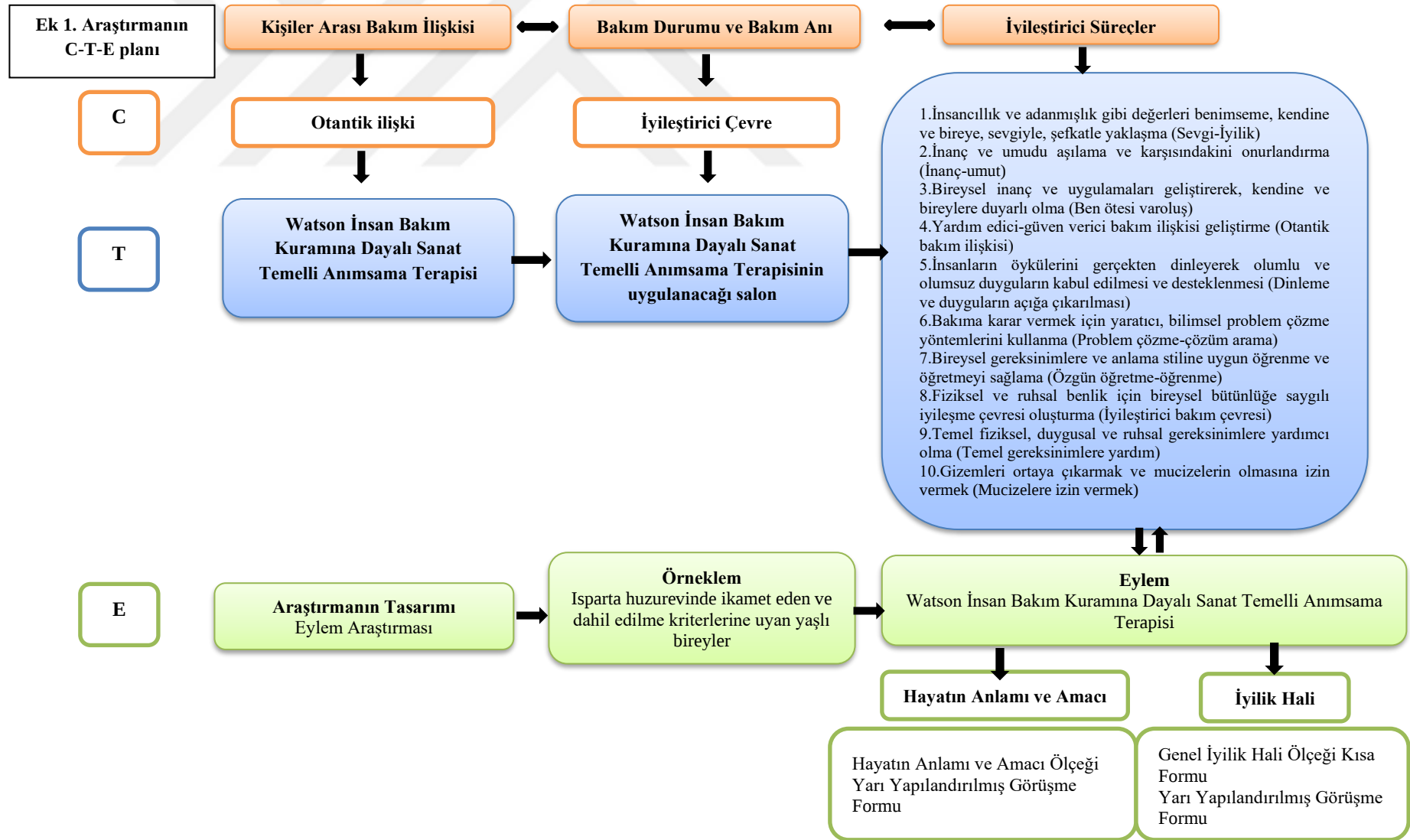
SCI-ESCI İndeksli Makaleler

- ✓ Kaplan, T., & Keser, İ. (2021). The effect of individual reminiscence therapy on adaptation difficulties of the elderly: a randomized clinical trial. *Psychogeriatrics*, 21(6), 869-880.
- ✓ Yildiz, M., Uyan, T., & Keser, İ. (2023). The relationship between eating habits and mental development in adolescents. *Journal of Psychiatric Nursing*, 14(4), 369-377.

Diğer İndeksler

- ✓ Kaplan, T., & Keser, İ. (2020). Geropsikiyatrik Bakımda Etkin Bir Hemşirelik Müdahalesi: Kabul ve Kararlılık Terapisi. *Gevher Nesibe Journal of Medical & Health Sciences*, 5(9), 58-68.
- ✓ Kaplan, T., & Keser, İ. Hemşirelik Öğrencilerinin Acının Dönüştürücü Gücü Hakkındaki İnançları ve Empati Becerileri Arasındaki İlişki. *JAREN Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*. 2021;7(3):113-120.
- ✓ Kaplan, T., Günbayı, İ., & Keser, İ. (2023). Hemşirelik Öğrencilerinin Acının Dönüştürücü Gücü Kavramına İlişkin Algılarının Metafor Analizi Yöntemiyle Belirlenmesi. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 6(2), 445-455.

- ✓ Uyan, T. K., Çaynak, S., & Keser, İ. (2023). Yaşlı Bireylerin Covid 19 Pandemi Sürecinde Sağlıklı Yaşam Farkındalığı. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 16(2), 58-68.
- ✓ Aydınli, A., Kaplan Uyan, T., & Ağralı, H. (2024). Hemşirelerin Sosyal Medyada Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ile Bakım Davranışları Arasındaki İlişki. *SDU Journal of Health Science Institute/SDÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 15(1).
- ✓ Uyan, T. K., Aşık, E., & Keser, İ. (2024). Müzik Destekli Animsama Terapisinin Demansli Yaşlı Bireylerin Bilişsel Fonksiyonları Üzerindeki Etkisi: Sistemik Derleme Ve Meta Analiz Protokolü. *Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 26(1), 46-51.
- ✓ Kaplan Uyan, T., Soysal, S., Çetinkaya M. Hemşirelerin Psikososyal Bakım Yetkinlikleri ile Ruh Sağlığı Okuryazarlık Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. (Yayın sürecinde).



Ek 2. Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi Eylem Protokolü

WATSON İNSAN BAKIM KURAMINA DAYALI SANAT TEMELLİ ANIMSAMA TERAPİSİ EYLEM PROTOKOLÜ

Genel Bilgi: Anımsama terapisi literatürde toplam 6-12 hafta, haftalık 1-2 kez ve yaklaşık 30-60 dakika süren oturumlar şeklinde yapılmaktadır (Şahin, 2015). Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi grup oturumları şeklinde haftada iki kez ortalama bir saat sürecek şekilde uygulanmıştır. Gruplara atanacak olan yaşlı bireyler kura yöntemi ile belirlenmiş olup kişi sayısı 4-6 arasında olmuştur.

Anımsama terapisi oturumları planlanırken, kadın ve erkek bireylerin oturum konularına gösterdiği ilgi farklı olabileceğinden, cinsiyet faktörünün göz önüne alınması önerilmektedir (Chao ve ark., 2006; Akt. Aşiret, 2014). Uygulamanın yapılacağı, Isparta Huzur ve Engellilere Bakım Merkezinde de kadın ve erkek katılımcılar ayrı katlarda ikamet etmektedir. Hem literatür bilgisi hem de kurumun fiziki yapısı dikkate alınarak uygulama grupları oluşturulurken, cinsiyet faktörüne göre gruplama yapılmıştır.

Çalışmamız on oturumdan oluşmaktadır. Oturum konuları ise sırasıyla;

1. Oturum: Tanışma ve Giriş
2. Oturum: Çocukluk Dönemi ve Oyunlar
3. Oturum: Aile Hayatı
4. Oturum: Eğitim Hayatı
5. Oturum: Çalışma Hayatı ve Askerlik
6. Oturum: Kişiler Arası İlişkiler, Sosyalleşme ve Ev Dışında Geçirilen Bir Gün
7. Oturum: Eskiye Dair Güzel Anılar
8. Oturum: Kayıplar ve Yalnızlıkla Baş Etme
9. Oturum: Yaşamı Anlamlandırma
10. Oturum: Değerlendirme ve Kapanış

Watson İnsan Bakım Kuramında toplam on iyileştirici süreç bulunmaktadır. Çalışmamızda tüm oturumlarda genel olarak uygulanmış olan İnsan Bakım Kuramı

iyileşme süreçlerine dayalı girişimler aşağıdaki gibi yapılandırılmış ve metin içinde ‘İS’ şeklinde belirtilmiştir.

Oturumun Gerçekleşeceği Ortam

- ✚ Oturumlar Isparta Merkez Huzur ve Engellilere Bakım Merkezi konferans salonunda grup oturumları şeklinde gerçekleştirilmiştir. Grup üyelerinin araştırmacı ve birbirleri ile kolay bağlantı kurabileceği ve sanat materyallerine kolay ulaşabileceği şekilde oturma planı yapılmıştır. Eylem öncesinde uygulamaya özgü planlanan sanat aktivitesi için ilgili materyaller yeterli sayıda olacak şekilde hazır edilmiştir. Çevre ısı, ışık, ses, koku, temizlik ve bireylerin gereksinimleri açısından düzenlenmiştir. Grup üyelerinin kendilerini rahat hissetmeleri için oturma öncesi ve sonrası çay kahve ikramı yapılmıştır (İS 8). Ortam düzeni oturma öncesinde kontrol edilmiştir.
- ✚ Oturma esnasında ilgili, içten, empatik ve anlayışlı bir tutum sergilenmiştir (İS 1, İS 2).
- ✚ Oturma süresince bireyler içtenlikle dinlenmiştir (İS 1).
- ✚ Anımsayamayan bireylere ek süreler verilmiştir (İS 9).
- ✚ Grup üyelerinin kendileri hakkında konuşmak için en iyi zamanı seçmelerine izin verilmiştir (İS 4).
- ✚ Bireylerin ürettikleri sanat materyaline yönelik yetenek ve becerileri onurlandırılmıştır (İS 1).
- ✚ Oturumun sonunda birey anımsadığı anılarının şuan hissettiği duygu ve düşüncelerini paylaşması için cesaretlendirilmiştir. Olumsuz duygularla baş etmek için bireylere yardım edilmiştir (İS 5).
- ✚ Birey, yaşamdaki çelişkileri, kendisi ve diğer bireylerin içsel duygularını, yaşamın var olduğunu, her durumun iyilik ve sevgi ile dolu olduğunu, bazı yaşam olaylarının anlaşılmaz olduğunu kabul etmesi için desteklenmiştir (İS 10).
- ✚ Yargılayıcı olmayan bir tutum sergilenmiş ve bireyin yaşam deneyimlerine uygun şekilde cevap verilmiştir (İS 4). Duygu ve deneyimlerin açığa çıkartılması desteklenmiş ve olumsuz duygularla baş etmek için bireylere yardım edilmiştir.
- ✚ Yaşadıklarından yeni anlamlar çıkarması için yeni ve farklı yollar bulmasına yardım edilmiştir (İS 6).

- ✚ Birey, yaşamdaki çelişkileri, kendisi ve diğer bireylerin içsel duygularını, yaşamın var olduğunu, her durumun iyilik ve sevgi ile dolu olduğunu, bazı yaşam olaylarının anlaşılmaz olduğunu kabul etmesi için desteklenmiştir **(İS 10)**.
- ✚ Bireylerin içinde bulunulan durumun iyi yönlerini fark etmelerine yardımcı olunmuştur **(İS 5)**.
- ✚ Grup üyelerinin araştırmacı ve birbirleri ile olan iletişim stilleri değerlendirilmiş, saygılı ve yapıcı bir iletişim sağlanmıştır **(İS 4)**.
- ✚ Bireylerin yaşam deneyimlerinin eşsizliği/özgünlüğü vurgulanmış, yaşam deneyimlerine saygı duyulduğu yansıtılmıştır **(İS 1)**.

Çalışmamız kapsamında uygulanacak olan Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi Eylem Protokolü aşağıda ayrıntılı bir şekilde açıklanmıştır.

1. OTURUM: TANIŞMA VE GİRİŞ

Oturum Süresi: 60 dk.

Oturum Amaçları

- ✚ Grup üyelerinin tanışması,
- ✚ Grup sürecinin açıklanması,
- ✚ Grup üyelerinin grup çalışması ile ilgili beklentilerini ifade etmesi,
- ✚ Grup üyeleri ile grubun amacının paylaşılması,
- ✚ Grup kurallarının belirlenmesi,
- ✚ Grupla güven verici ilişkinin geliştirilmesi,
- ✚ Katılımın devamlılığını sağlamak amacıyla grubun motive edilmesi
- ✚ Geçmiş anımsatmaya başlatmak, grup üyelerinde ilgi ve coşku uyandırmaktır.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- ✚ Süreç 1: Sevgi-iyilik
- ✚ Süreç 2: Umut ve inanç
- ✚ Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- ✚ Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- ✚ Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- ✚ Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- ✚ Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturumun başında grup üyelerine güven verici ilişkinin geliştirilmesi amacıyla grup süreci açıklanmıştır (İS 4).

Örnek açıklama:

Bu araştırma Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin hayatın anlamı ve genel iyilik hali üzerine etkisini değerlendirmek amacıyla planlan araştırmada yer almak üzere davet edilmiş bulunmaktasınız. Oturumlarımız kapsamında haftada iki gün sizlerle bir araya geleceğiz. Her oturumun kendisine özgü bir konusu bulunmakta (Aile hayatı, eğitim hayatı, sosyalleşme, kayıplarımız vb.). Sizlerle birlikte oturum konusu ile ilgili anılarımızı anımsayacağız. Yaşamımızı hep birlikte gözden geçireceğiz ve anılarımızı bizlerde uyandırdığı duygu ve düşünceleri paylaşacağız. Bu süreçte oturumlarda hatırladığımız anılarımızla ilgili sanat aktiviteleri yapacağız. Her oturumun ortalama bir saat süreceği öngörülmekle birlikte bu süre grup dinamiğine bağlı olarak değişebilir. Şimdiden katılımınız için teşekkür ederiz.

Varlığınız bizi onurlandırıyor.

Açıklamanın ardından grup üyeleri ile tanışılmış ve grup üyelerinin kendilerini tanıtması istenmiştir. Grup üyelerinin grup çalışması ile ilgili beklentilerini ifade etmesi ve grup kurallarının belirlenmesi sağlanmıştır.

Oturuma Uyum

✚ Sanat materyallerine uyum amacıyla grup üyelerine serbest resim çalışması yaptırılmıştır.

Oturum Aktivitesi

Oturumda katılımcıların kendilerini anlatan bir yaka kartı tasarımları istenmiştir.

Oturumun sanat aktivitesi: Resim

✚ **Yönerge:** Sanat malzemelerini kullanarak sizi en iyi anlatan ve sizi yansıtacağınızı düşündüğünüz bir yaka kartı hazırlayınız.

✚ **Kullanılacak malzemeler:** Kâğıt, kurşun kalem, silgi, renkli boya malzemeleri (sulu boya, kuru boya, pastel boya, parmak boya vb.), sim, pul, yapıştırıcı, makas

✚ Oturum kapsamında kendileri için yaka kartı yapıp boyamaları ve süslemeleri istenmiştir (Resim 1).

- ✚ Grup üyelerinin adları, adının nereden geldiği, kim tarafından seçildiği, bir anlamı olup olmadığı, lakapları, kendi ismini seçebilseydi ne olmasını isteyeceği, doğum yeri ve tarihi gibi yönergeler verilerek grup süreci yürütülmüştür (İS 4).
- ✚ Oturum sonunda bireyler oluşturdukları sanat materyallerini, buna ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir.

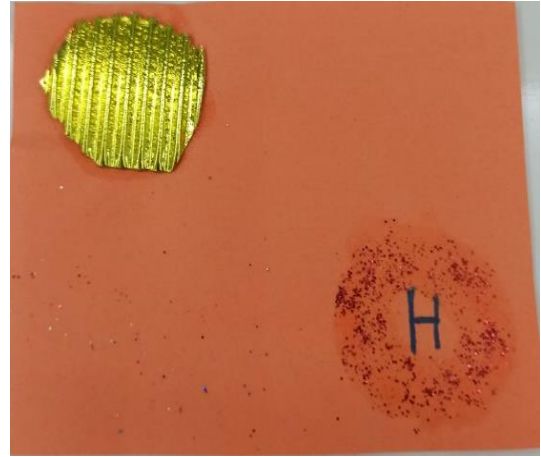
Kapanış

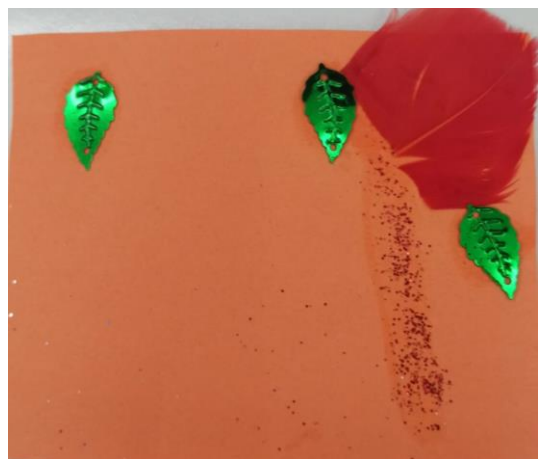
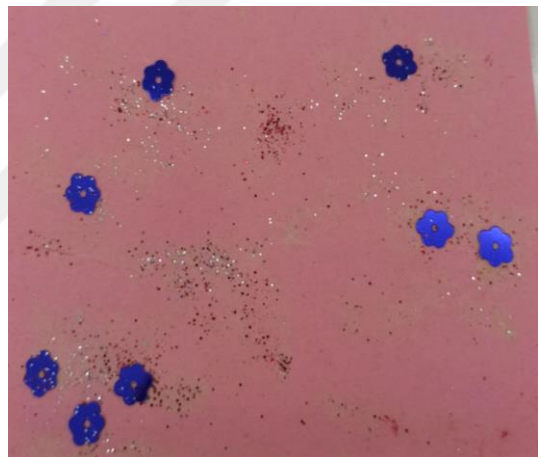
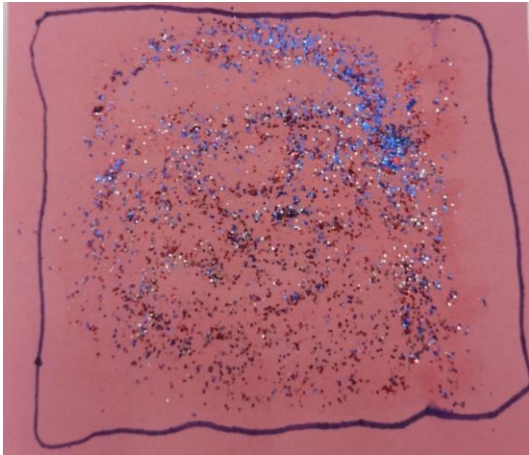
Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanları özetlemiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi vermiştir. Ayrıca hazırlanan yaka kartını tüm oturumlarda yakalarına takmaları sağlanmıştır.

Katılımcıların hazırladıkları yaka kartları

Katılımcıların, Tanışma ve Giriş Oturumu kapsamında hazırladıkları sanat materyalleri aşağıda sunulmuştur.

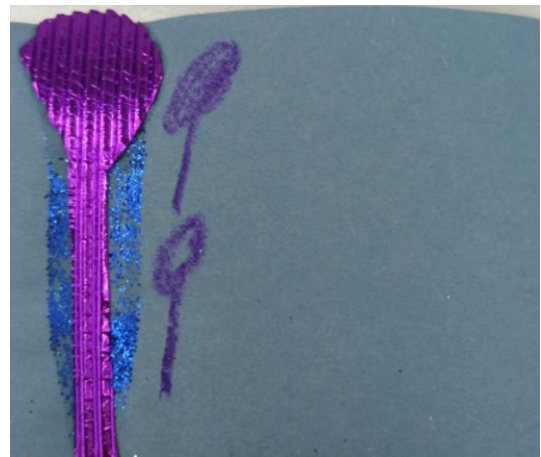
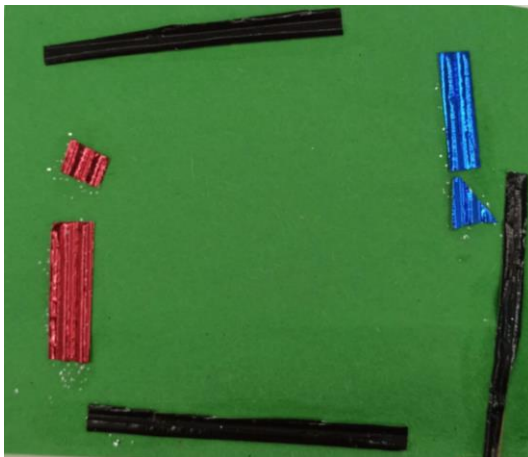
Kadınlar

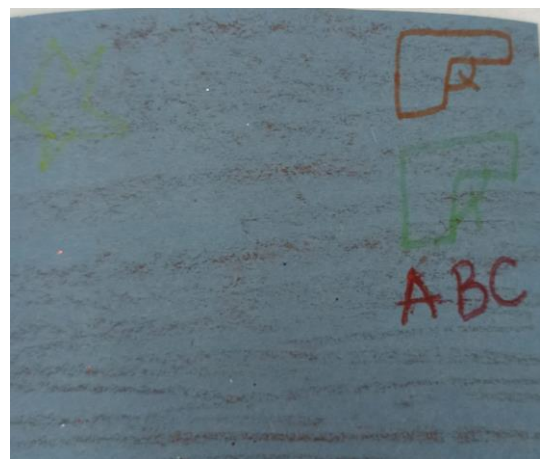
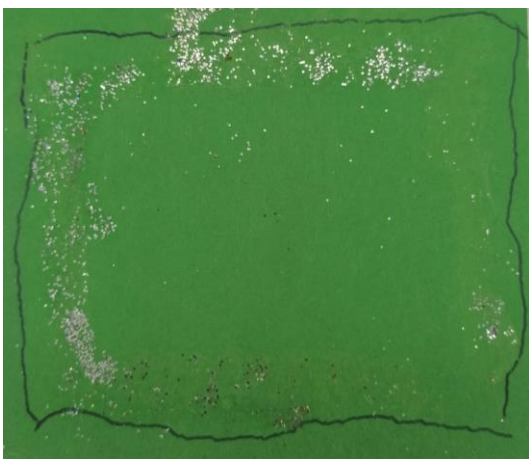
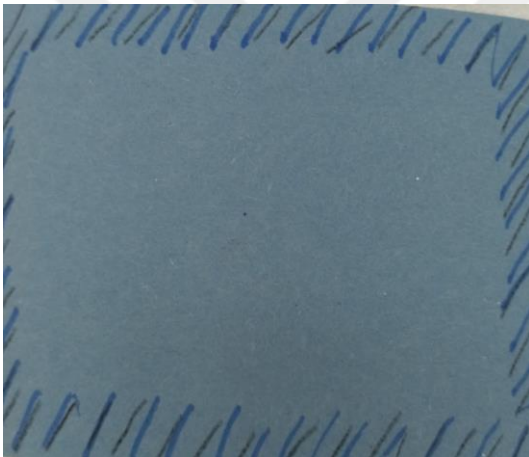
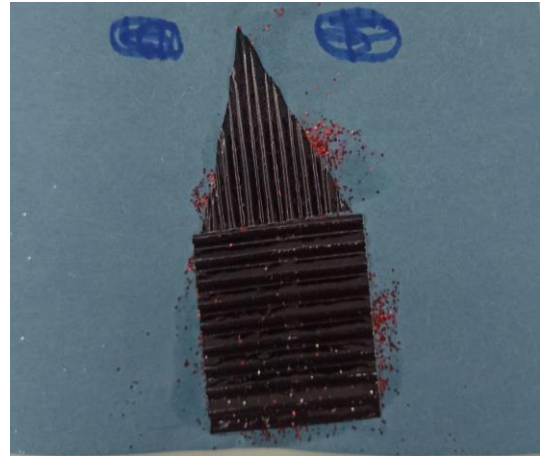
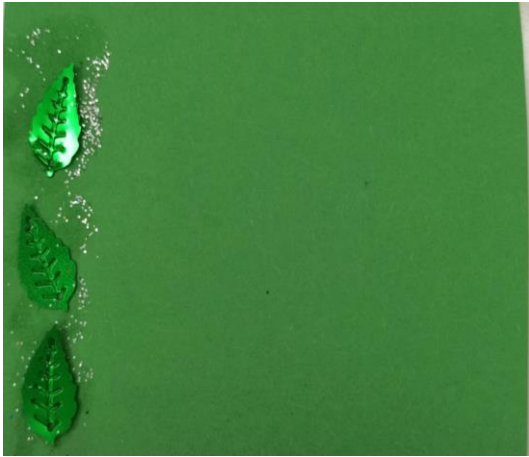






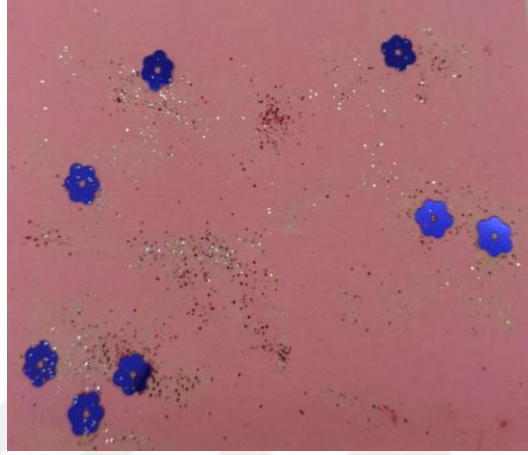
Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Tanışma ve Giriş oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



H. hanım, 70 yaşında ve 1 senedir kurumda kalmakta. Oturum kapsamında kendisini tanıtan bir yaka kartı tasarlamıştır. Renk olarak pembeyi seçmiş ve pembenin kadın rengi olduğunu belirtmiştir. Masada bulunan sanat malzemelerini incelemiş ve kendisinin kadın olduğu için çiçek pulu kullanacağını belirtmiştir. Pembeye en çok mor yakışır diyerek mor çiçek pullarını tek tek yapıştırmıştır. Daha sonra kendisinin eskiden simli şalvarlar giydiğini, simleri görünce aklına eski günlerin geldiğini belirterek renkli simleri kullanmıştır. Yaka kartının süslemesini tamamladıktan sonra ise araştırmacının yardımıyla adını yazmıştır. Oturumda ise Ispartanın bir köyünde doğduğunu, evin ilk kız çocuğu olduğunu, isminin babaannesinin adı olduğunu ve babasının koyduğunu söyledi. Kendi zamanında çocuklara genellikle aile büyüklerinin isimlerinin konulduğunu ancak şimdi daha değişik isimlerin konulduğunu belirtti. İsmi sevdiğini ancak anlamını bilmediğini ifade etti. Oturum boyunca grup üyeleriyle etkileşim halindeydi ve diğer katılımcıların tasarladıkları yaka kartlarına yorum yaptı.

2. OTURUM: ÇOCUKLUK DÖNEMİ VE OYUNLAR

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- ✚ Bu oturumun amacı grup üyelerinin çocukluk dönemlerini ve çocukken oynadıkları oyunları anımsamalarının sağlanmasıdır.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- ✚ Süreç 1: Sevgi-İyilik
- ✚ Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- ✚ Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- ✚ Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- ✚ Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım
- ✚ Süreç 10: Mucizelere izin vermek

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- ✚ Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Kinestetik yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ İşitme yöntemlerinin bilinçli kullanımı
- ✚ Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- ✚ Grup üyeleri sırayla ‘en önemli özelliğim/özelliklerim’ cümlesini tamamlamış ve grup üyeleri ile paylaşmıştır.

Oturum Aktivitesi

- ✚ Oturum aktivitesi olarak grup üyelerinin kendilerini oyun oynarken resmetmeleri ve sonrasında resmini grup üyelerine anlatması istenmiştir (İS 4).

Oturumun sanat aktivitesi: Resim, oyun canlandırma, müzik (Resim çizmek istemeyen bireyler için alternatif olarak kolaj çalışması)

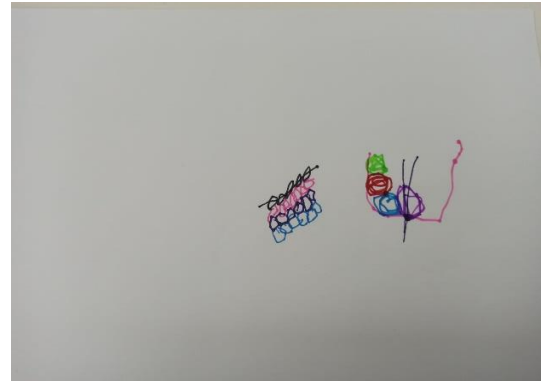
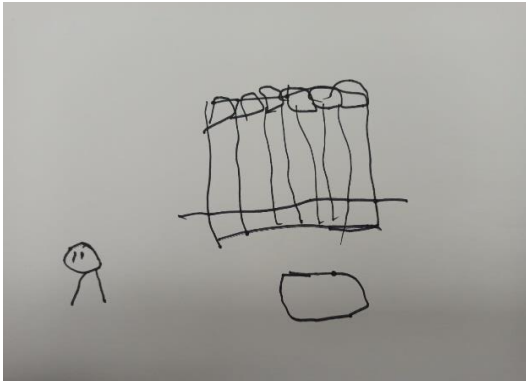
- ✚ **Yönerge:** Hatırladığınız kadarıyla kendinizi çocukluk döneminizde oyun oynarken çiziniz. Resmi tamamladıktan sonra grup üyeleri olarak ortak bir oyun belirleyip oynayınız.
- ✚ **Kullanılacak malzemeler:** Kâğıt, kurşun kalem, silgi, renkli boya malzemeleri (sulu boya, kuru boya, pastel boya, parmak boya vb.)
- ✚ Sanat aktivitesinin tamamlanmasının ardından çocukken hangi oyunlar nasıl oynanırdı, oyun kuralları nelerdi, oynarken neler hissederdilerdi gibi konular hakkında grup üyelerinin duygu ve düşüncelerini ifade etmesi istenmiş ve anımsadıkları oyuna özgü bir şarkı var mı gibi sorular yönlendirilmiştir.
- ✚ Sonra grubun ortak belirlediği bir oyun gönüllü katılımcılar tarafından canlandırılmış ve oyunun şarkısı söylenmiştir. Oturum sonunda bireyler oluşturdukları sanat materyallerini, buna ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir.

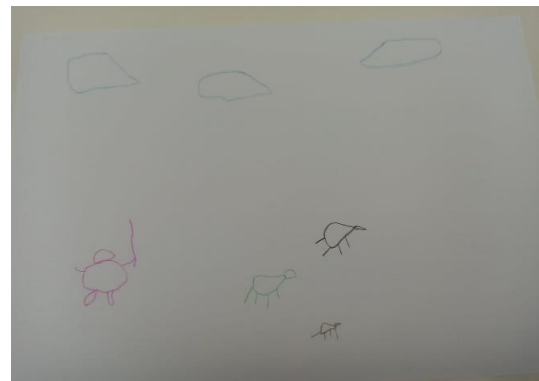
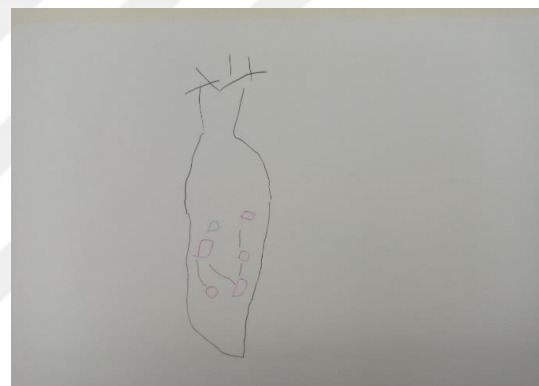
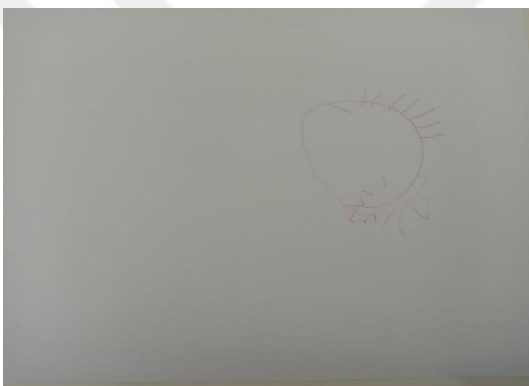
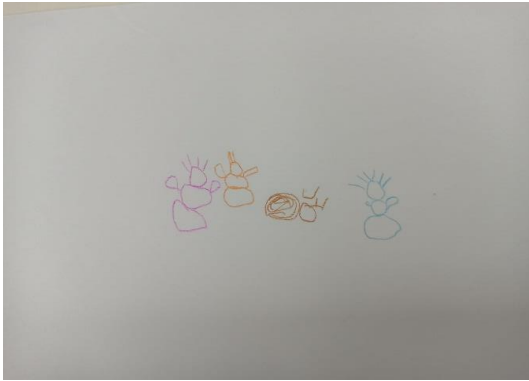
Kapanış

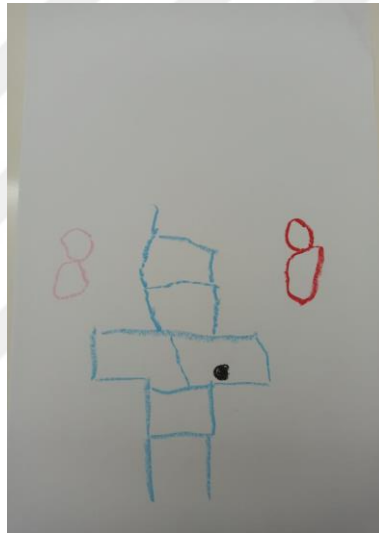
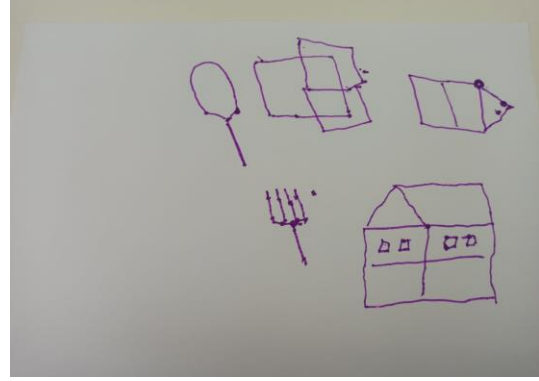
Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanları özetlemiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi vermiştir.

Katılımcıların hazırladıkları sanat materyalleri

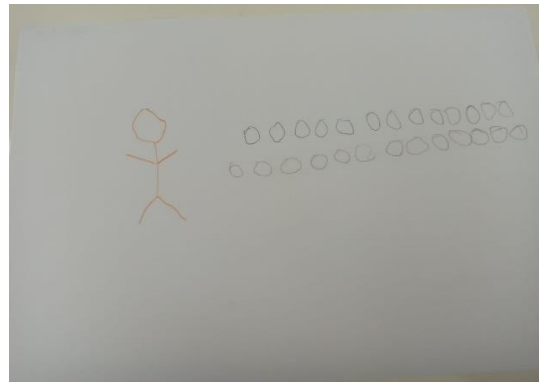
Kadınlar

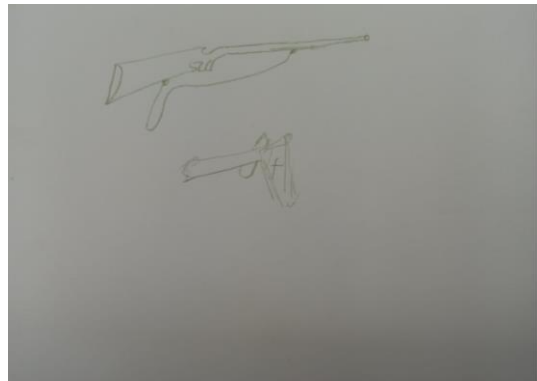
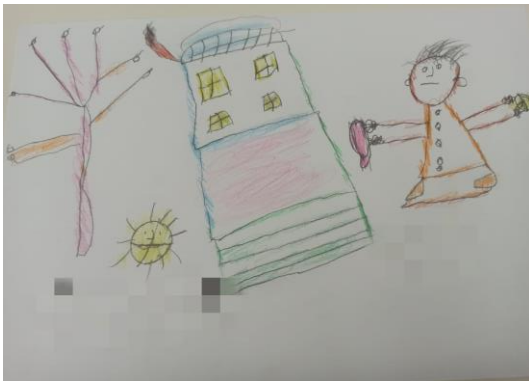
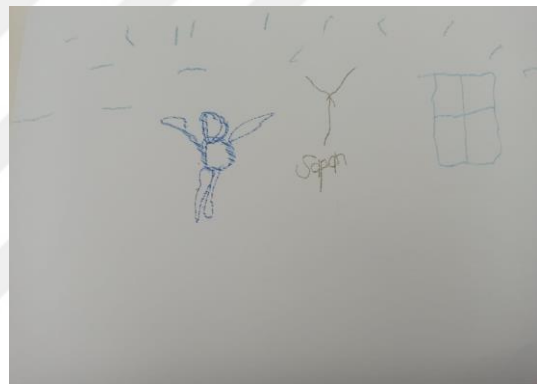
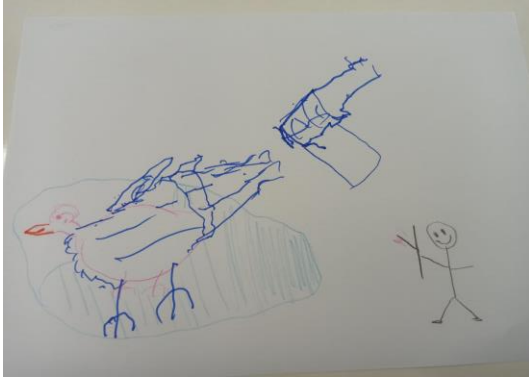






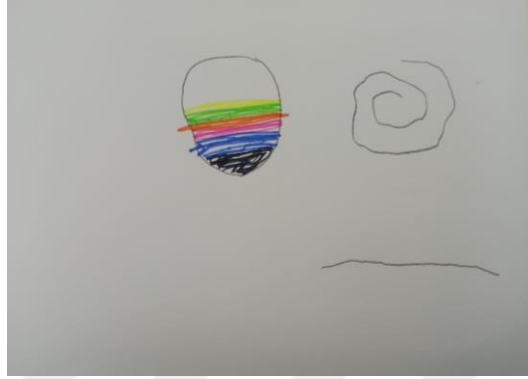
Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Çocukluk Dönemi ve Oyunlar oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



A. bey 74 yaşında ve 3 senedir kurumda kalmakta. Oturum kapsamında çocukluk dönemi ve oyunları anlatan bir resim çizmiştir. Çocukken topaç oynamayı çok sevdiğini ve topacını genellikle ahşaptan kendisinin yaptığını söylemiştir. Topağın nasıl oynandığı sorulduğunda etrafını bir ip ile sarıldığı ve ipin bir ucunun elde tutularak topacın yere hızlı bir şekilde fırlatıldığını ifade etti. Buradaki önemli noktanın topacın hızlı ve düzgün fırlatılması gerektiği ve herkesin topaç çeviremediğini ancak kendisinin çok güzel topaç çevirdiğini belirtti. Topaç haricinde de sapanla birşeyler vurma, saklambaç gibi değişik oyunlar olduğunu, bazen de ağaçtan kendilerine silah, bıçak yaparak askerlik oynadıklarını söyledi. Oturum sürecinde diğer grup üyelerinin paylaştıkları oyunlar hakkında fikirlerini ve anılarını anlattı. Eski oyunların çok güzel olduğunu, şimdiki çocukların bundan mahrum kaldığını, hep bilgisayara baktığını ve bu yüzden çok kilolu olduklarını ifade etti. Oturum sonunda çocukluk dönemini ve oyunları anımsamanın onu mutlu ettiğini, o günlere dönmek istediğini söyledi.

3. OTURUM: AİLE HAYATI

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- ✚ Bu oturumun amacı grup üyelerinin aile hayatlarını anımsamalarını sağlamak ve anımsadıkları anılarla ilgili şuan ki duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını desteklemektir.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- ✚ Süreç 1: Sevgi-İyilik
- ✚ Süreç 2: İnanç-umut
- ✚ Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- ✚ Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- ✚ Süreç 6: Problem çözme-çözüm arama
- ✚ Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- ✚ Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım
- ✚ Süreç 10: Mucizelere izin vermek

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- ✚ Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- ✚ Kalemin dansı çalışması (Müzik eşliğinde gözler kapalı halde kalemi kaldırmadan serbest karalama çalışması)

Oturum Aktivitesi

Oturum aktivitesi olarak bireylerin aile hayatını anımsaması istenmiştir.

Oturumun sanat aktivitesi: Aile üyelerini resmetme (Resim çizmek istemeyen bireyler için alternatif olarak kolaj çalışması).

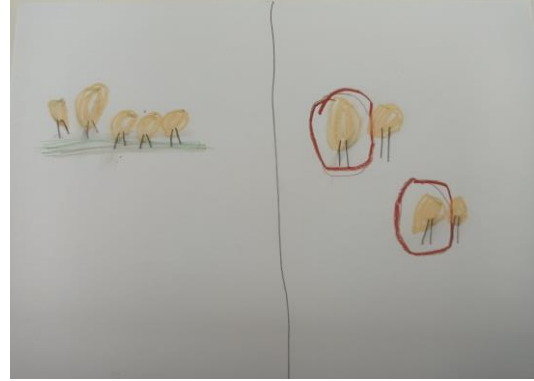
- ✚ **Yönerge:** Elinizdeki kağıdın sol tarafına çocukluk döneminizdeki ailenizi, sağ tarafına kendi kurduğunuz aileyi çiziniz. Ürünlerinizi oluşturduktan sonra grup arkadaşlarınıza ürünlerinizi tanıtınız.
- ✚ **Kullanılacak malzemeler:** Kâğıt, kurşun kalem, silgi, renkli boya malzemeleri (sulu boya, kuru boya, pastel boya, parmak boya vb.)
- ✚ Sanat aktivitesinin tamamlanmasının ardından çocukken aile yapısı nasıldı, kardeşleri var mıydı, aile ilişkileri nasıldı, evlilik ve çocuk sahibi olma, çocuklarını büyütme süreci ve toplumsal aile yapısının geçmişten günümüze değişiminin nasıl olduğunun hatırlanması ve paylaşması istenmiştir. Evlenmemiş bireylerin çocukluk dönemi aile yapısı ve ilişkileri, toplumsal aile yapısındaki değişimleri anımsaması ve evlenmemiş olmanın etkisi var mı ve varsa etkilerinin neler olduğunu paylaşması istenmiştir (**İS 4**). Grup üyelerinin bireysel ve aile değerleri onurlandırılmış ve saygı gösterilmiştir (**İS 1**). Bireylerin şu anki aile hayatları ile ilgili umudu ve olumlu inançları desteklenmiş, hayata tutunma yetenekleri güçlendirilmiştir (**İS 2**). Bireylerin ailesi, sevdikleri ve önemsedikleri insanlar önemsenmiş ve duyarlı olunmuştur (**İS 9**).
- ✚ Oturum sonunda bireyler oluşturdukları sanat materyallerini, buna ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir.

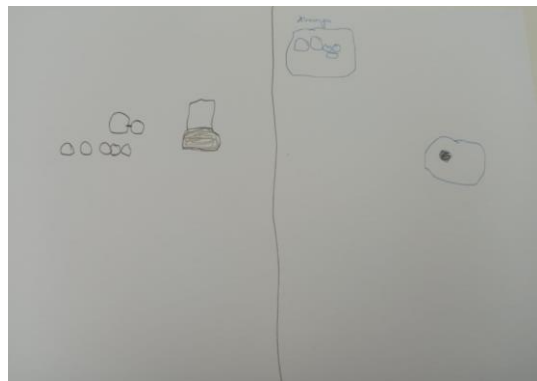
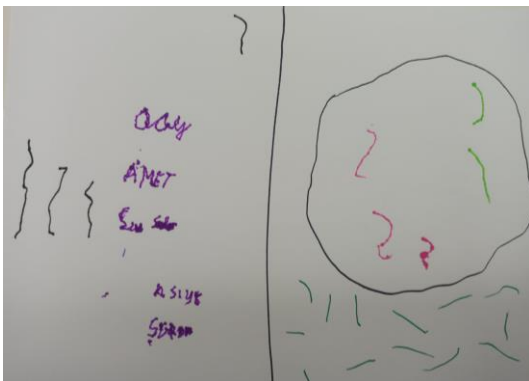
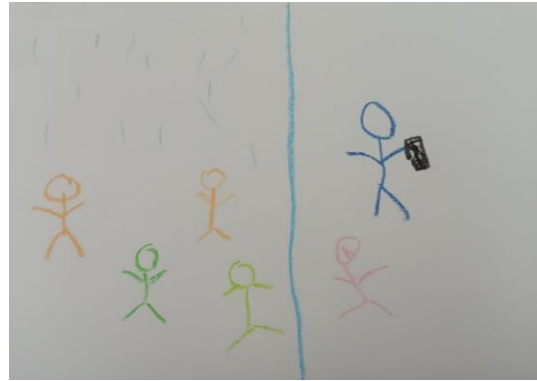
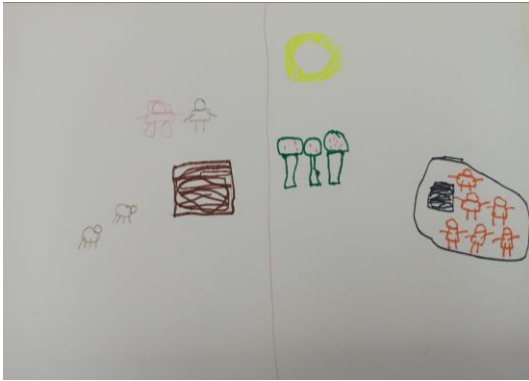
Kapanış

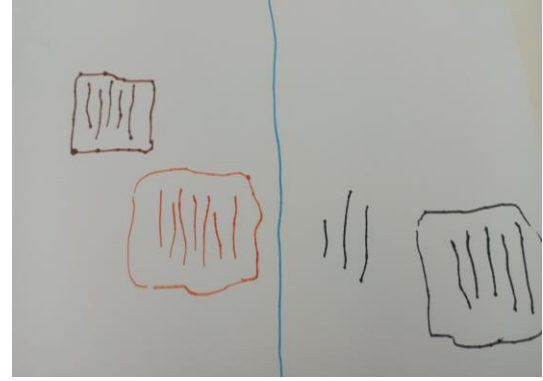
Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanları özetlemiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi vermiştir.

Katılımcıların hazırladıkları sanat materyalleri

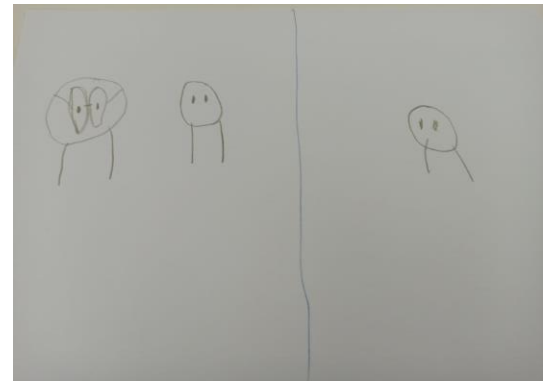
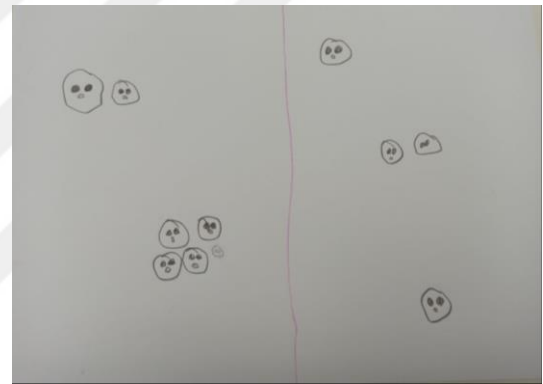
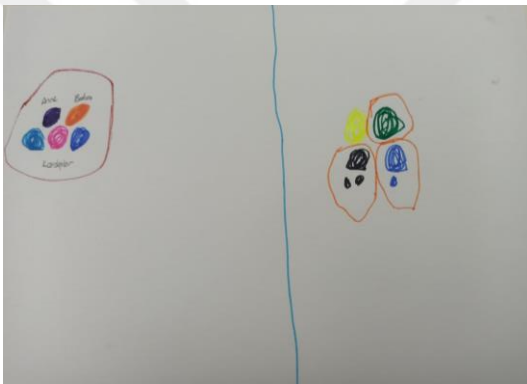
Kadınlar

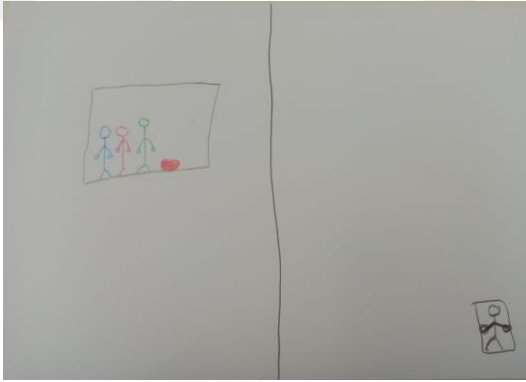
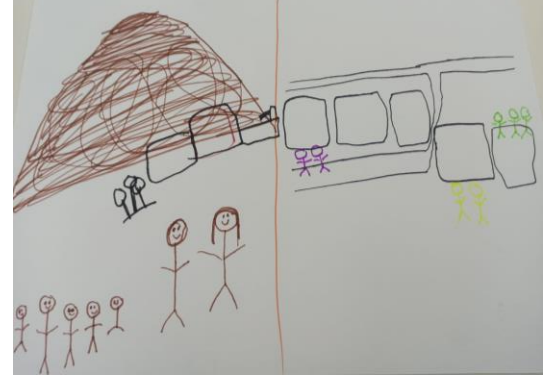






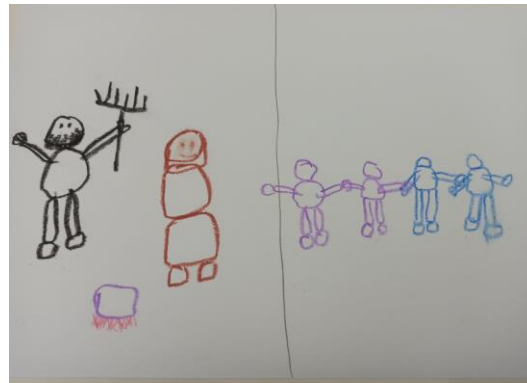
Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Aile Hayatı oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



S. hanım 71 yaşında ve 2 senedir kurumda kalmakta. Oturum kapsamında aile hayatını anlatan bir resim çizmiştir. Resmin sol tarafı evlenmeden önceki ailesini, sağ tarafı ise kendi kurduğu aileyi oluşturmaktadır. Çocukken kalabalık bir ailesinin olduğunu, amcalarıyla ve onların aileleriyle aynı avlunun içinde yaşadıklarını, bu durumdan bazen

rahatsız olduğunu ancak şimdi çok özlediğini söyledi. Toplamda 4 kardeşinin olduğunu, onlarla çocukken her ailede olduğu gibi kavga dövüş geçindiklerini, ancak evden ayrıldıktan sonra kardeşlerini çok özlediğini belirtti. Kardeşlerinin de kendisinin de arada derede büyüdüğünü, eskiden çocuklarla şimdiki zamanda olduğu gibi ilgilenilmediğini, işlerin daha önemli olduğunu ifade etti. Resminin sol tarafına ise sadece anne ve babasını çizdiğini, çünkü onları çok özlediğini belirtti. Resimde anne ve babası kendi sorumlulukları kapsamında çalışmakta, baba sapanla tarla işi yapmakta anne ise ateş yakıp yemek pişirmekte. Sağdaki resimde ise kendi kurduu ailesini resmetti. İki tane çocuğunun olduğunu ama şu an onlarda ayrı olduğunu, onları çok zor şartlarda büyüttüğünü söyledi. Çocuklarını çok sevdiğini ve onları çok özlediğini belirtti. Çocuklarının isimlerini, yaşlarını, işlerini ve onların aile hayatlarını (çocuk sahibi olma, evlenme vb.) anlattı. Oturumun sonunda aile hayatını anımsamanın onu mutlu ettiğini ancak bir yandan da özlem duyduğunu söyledi.

4. OTURUM: EĞİTİM HAYATI

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- ✚ Bu oturumun amacı grup üyelerinin eğitim hayatlarını anımsamalarını sağlamak ve anımsadıkları anılarla ilgili şuan ki duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını desteklemektir.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- ✚ Süreç 1: Sevgi-İyilik
- ✚ Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- ✚ Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- ✚ Süreç 6: Problem çözme-çözüm arama
- ✚ Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- ✚ Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım
- ✚ Süreç 10: Mucizelere izin vermek

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- ✚ Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ İşitsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- ✚ Yeşil renkli sebze ve meyveleri sayma etkinliği

Oturum Aktivitesi

Oturum aktivitesi olarak da grup üyelerinin eğitim hayatları ile ilgili bir anıyı anımsaması ve resmetmesi istenmiştir (İS 4).

Oturumun sanat aktivitesi: Resim, müzik

✚ **Yönerge:** Hatırladığınız bir okul anınızın resmini çiziniz (Resim çizmek istemeyen bireyler için alternatif olarak kolaj çalışması). Resmi tamamladıktan sonra grup üyeleri olarak ortak bir oyun belirleyip canlandırınız.

Okulda öğrendiğiniz bir şarkı veya şiir var mı? Hatırladığınız kadarıyla bu şarkıyı veya şiiri grup üyeleri ile paylaşınız ve söyleyiniz.

✚ **Kullanılacak malzemeler:** Kâğıt, kurşun kalem, silgi, renkli boya malzemeleri (sulu boya, kuru boya, pastel boya, parmak boya vb.)

✚ Sanat aktivitesinin (Resim 4) tamamlanmasından sonra okula gittiler mi, gittilerse hangi okullara gittiler, nasıl bir öğrencilerdi, okul formaları nasıldı, okul yıllarında sınıfın genel düzeninin nasıl olduğu, öğretmenlerinin yaramaz ya da tembel öğrencilerle nasıl başa çıktığını, en sevdikleri ve sevmedikleri derslerin neler olduğu ve nedeninin ne olduğunu, en sevdikleri öğretmenin ve arkadaşının kim olduğu, okulda öğrendikleri bir şarkı olup olmadığının hatırlanması ve paylaşması istenmiştir. Okula gitmeyen bireylerin de okula gidememenin onları o dönemde nasıl etkilediğini paylaşması istenmiştir.

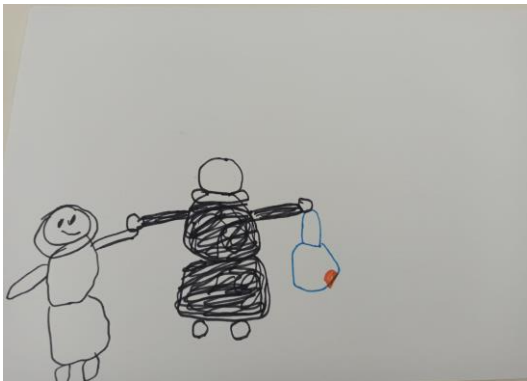
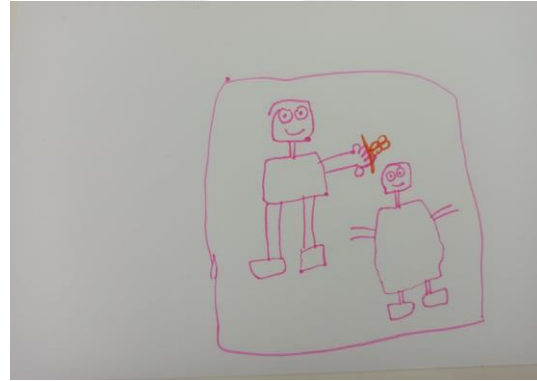
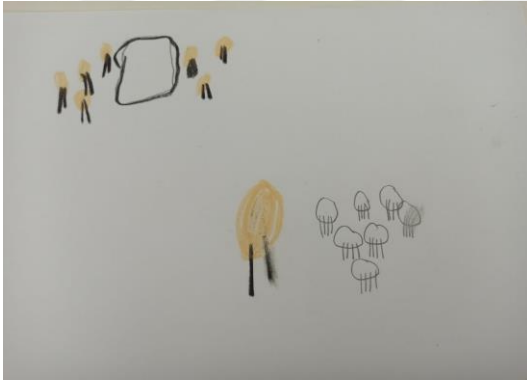
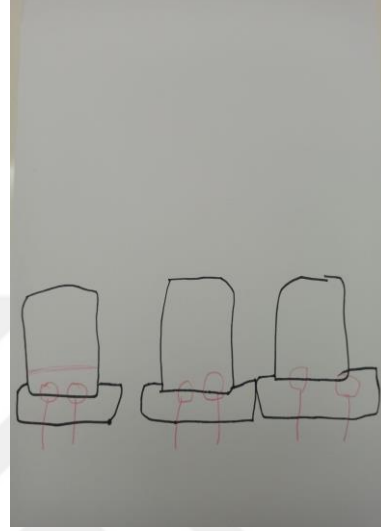
✚ Oturum sonunda bireyler oluşturdukları sanat materyallerini, buna ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir. Resim sonrasında okulda öğrendikleri bir şarkı varsa bireylerden bu şarkıyı grup üyeleri ile paylaşması ve söylemesi istenmiştir. Şarkıyı anımsamanın ve söylemenin şuan hissettirdiği duygu ve düşünceleri paylaşması desteklenmiştir.

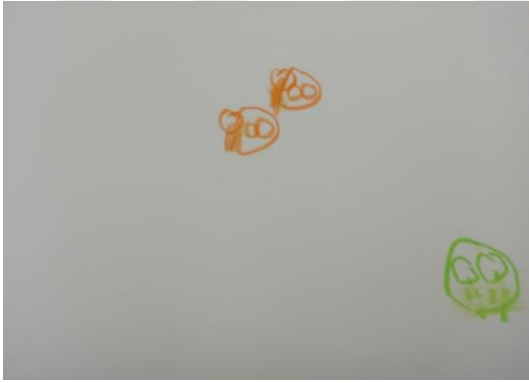
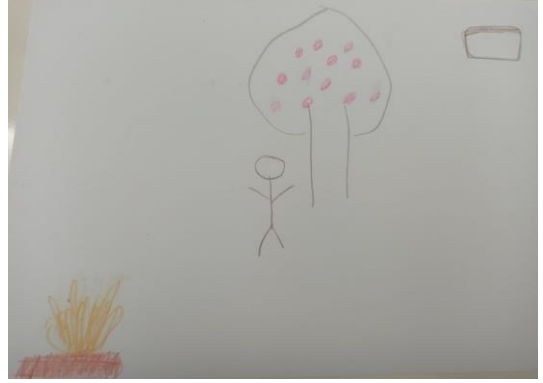
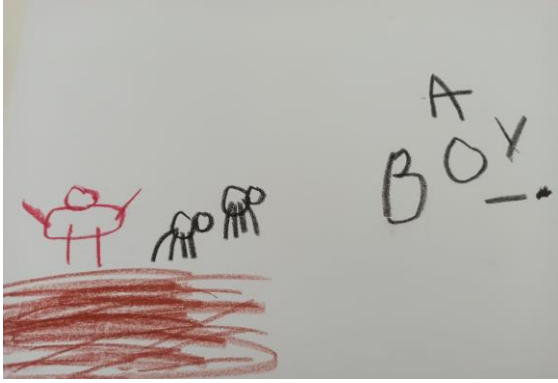
✚ **Kapanış**

Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanları özetlemiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi vermiştir.

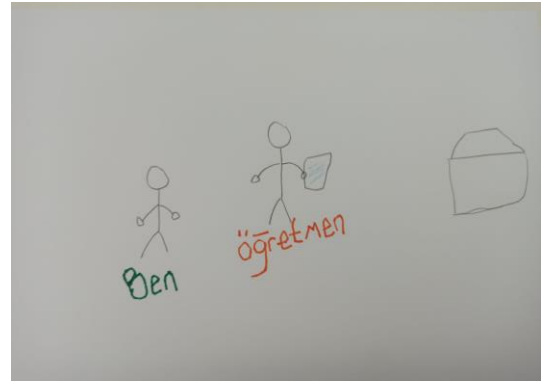
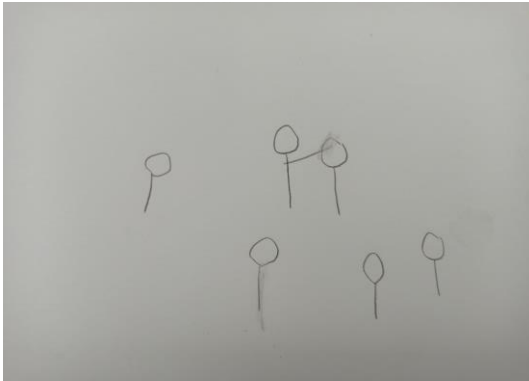
Katılımcıların hazırladıkları sanat materyalleri

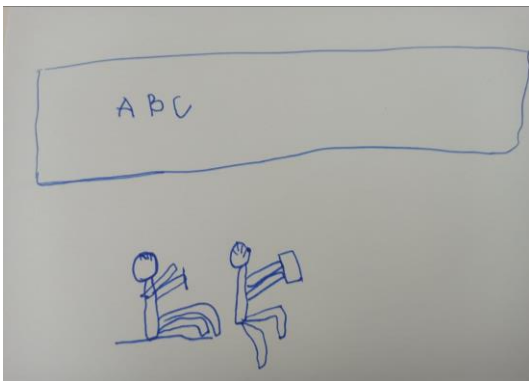
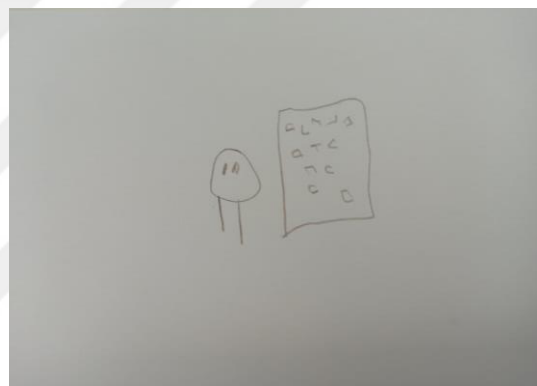
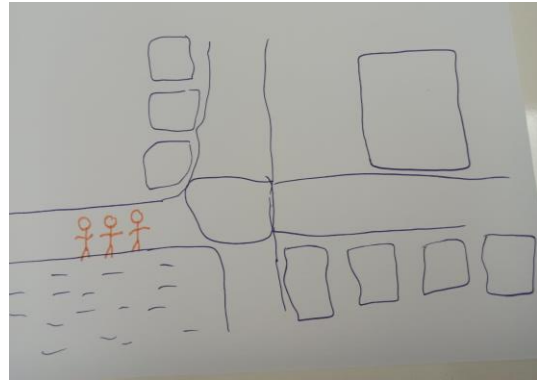
Kadınlar





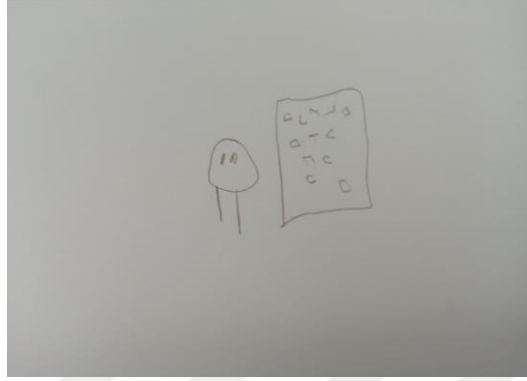
Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Eğitim Hayatı oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



H. bey 71 yaşında ve 38 senedir kurumda kalmakta. Oturum kapsamında eğitim hayatını anlatan bir resim çizmiştir. Çocukken ilkokulu okuduğunu ancak ortaokula maddi yetersizlikler nedeniyle gidemediğini, okuma yazmasının olduğunu, çocukken okulu çok sevdiğini, öğretmenine özendiğini ve büyüyünce öğretmen olmak istediğini belirtti. Okula giderken formasının olmadığını, günlük kıyafetleri ile gittiğini, köy okulu olduğu için öğretmenin de bu duruma birşey demediğini söyledi. Sınıfının genelinin erkeklerden oluştuğunu, kızları okula göndermediklerini belirtti. Resminde ise kendisini okul tahtasının önünde alfabedeki harfleri çizerken resmetmiştir. Çocukken öğretmen soru sorduğunda hep tahtaya kalkmak istediğini ve öğrenmeyi çok sevdiğini ancak ailesinin geçimine katkı sağlamak için eğitimine devam edemediğini belirtti. Bu durumun o zaman yaygın olduğu için fazla üzülmeyi söyledi. Grup üyelerinin paylaşımlarını dinledi. Kendisi gibi çoğu katılımcının da eğitim hayatının yarım kaldığını belirtti. Sonrasında okulda öğrendikleri bir şarkı olup olmadığı sorulduğunda hiçbir grup üyesi okulda öğrendiği bir şarkıyı anımsayamadı. Bir grup üyesinin şarkı olmasa da İstiklal Marşını öğrendiklerini söylemesi üzerine tüm grup üyeleri ile İstiklal Marşı dinlendi ve hatırladıkları kadarıyla İstiklal Marşı'na eşlik ettiler. H bey de hatırladığı kadarıyla İstiklal Marşı'na eşlik etti. H bey, eğitim hayatı ile ilgili anıları hatırlamanın okuyamadığı için biraz üzüntüye neden olduğunu ancak bu durum için geçmişte yapabileceği birşey olmadığını, ailesinin geçimine katkıda bulunmanın onun için daha önemli ve öncelikli olduğunu belirtti.

5. OTURUM: ÇALIŞMA HAYATI, MADDİ OLANAKLAR VE ASKERLİK

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- ✚ Bu oturumun amacı grup üyelerinin çalışma hayatlarını, yaşam süreçlerindeki maddi olanaklarını ve askere giden bireylerin de askerlik anılarını anımsamalarını sağlamak ve anımsadıkları anılarla ilgili şuan ki duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını desteklemektir.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- ✚ Süreç 1: Sevgi-İyilik
- ✚ Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- ✚ Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- ✚ Süreç 6: Problem çözme-çözüm arama
- ✚ Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- ✚ Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım
- ✚ Süreç 10: Mucizelere izin vermek

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- ✚ Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- ✚ İki resim arasındaki 7 farkı bulma çalışması

Oturum Aktivitesi

Oturumda katılımcıların çalışma hayatları (çalışmayanlar için ev içindeki bir gün) ile ilgili anılarını araştırmacının getirdiği fotoğraflar ile anımsaması ve bu fotoğraflardan kolaj çalışması yapması istenmiştir (**İS 4**). Dileyen katılımcıların kendi işini anlatan bir resim çizebileceği de söylenmiştir.

Oturumun sanat aktivitesi: Kolaj çalışması

✚ **Yönerge:** Araştırmacı tarafından size gösterilen fotoğrafları inceleyiniz. Çalışma hayatı ve ekonomik koşullarının ile ilgili fotoğrafları keserek bir kolaj çalışması oluşturunuz ve grup üyeleri ile paylaşınız.

✚ **Kullanılacak malzemeler:** Fotoğraf, makas, yapıştırıcı, kağıt

✚ Sanat aktivitesinden sonra araştırmacı tarafından bireylere mesleğinin/işinin ne olduğu, mesleğini/işini kendi istekleri ile seçip seçmedikleri, kaç yıl hangi alanlarda çalıştıkları, ilk maaşının/kazancının nasıl verildiği ve ne kadar olduğunun anımsamaları sağlanmıştır. Şimdi olsa yine aynı mesleği/işi seçip seçmeyecekleri sorulmuş ve mesleği/işi ile ilgili hatırladıkları bir anıyı paylaşmaları istenmiştir. Emekli olan/artık çalışmayan bireylere emeklilik/işten ayrılma süreçleri ve emekli olmanın/çalışmamanın hissettirdiği duygular hakkında bilgi vermeleri istenmiştir. Ev hanımlarına ise, evde geçen bir gününü hatırlayarak sabahtan akşama kadar yaptığı işleri sırası ile anlatması istenmiştir (**İS 4**). Oturum sonunda bireyler oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilecek.

Kapanış

Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanları özetlemiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi vermiştir.

Katılımcıların hazırladıkları sanat materyalleri

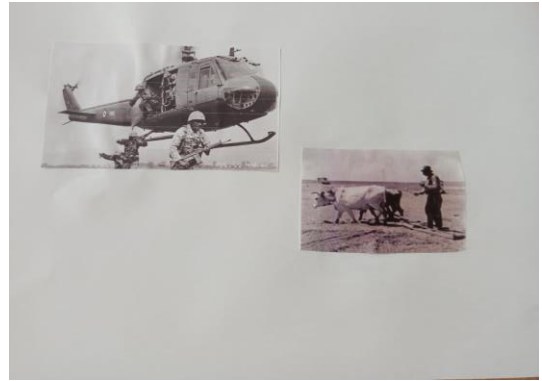
Kadınlar







Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Çalışma Hayatı, Maddi Olanaklar ve Askerlik oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



H. hanım 89 yaşında ve 2 senedir kurumda kalmakta. Oturum kapsamında çalışma hayatı ve maddi olanaklar ile ilgili kolaj çalışması yapmıştır. H hanım okuyamadığı için bir mesleğinin olmadığını, evhanımı olduğu için gününün çoğunu evde geçirdiğini, ancak

terzilik becerisi de olduğu için bazen evdeki dikiş makinasında dikiş dikerek el harçlığı çıkardığını söyledi. Oluşturduğu kolaj çalışmasında da mutfağına benzeyen bir mutfak eklediğini ifade etti. Kendisinin de eskiden böyle bir mutfağının olduğunu, örtülerini kendisinin diktiğini, çocuklarına onların sevdikleri yemekleri yaptığını söyledi. Ancak geçim sıkıntısının o zamanlar daha çok olduğunu, bazen pişirecek birşey bulamadığını, eşinin maaşının ancak yettiğini belirtti. Kendisinin de eşine tutumlu olarak, dikiş dikerek destek olduğunu ifade etti. Onun dışında evde elinde çamaşır yıkadığını, temizlik yaptığını ve çocuklarıyla ilgilendiğini belirtti. Günümüzde ise geçmişe göre kadınların daha Rahat olduğunu, evdeki her işi makinaların yaptığını, kadınların ona ragmen çok üşengeç olduğunu söyledi. Çocuklarının en çok biber dolması sevdiğini ve kendisinin de mutlulukla yaptığını, onları yerken izlemenin çok keyifli olduğunu anlattı. Oturum sonunda bu anısını hatırlamanın ise onu mutlu ettiğini, dönebilme imkanı olsa o günlere dönmek isteyeceğini söyledi.

6. OTURUM: KİŞİLERARASI İLİŞKİLER, SOSYALLEŞME VE EĞLENCELİ BİR GÜN

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- + Bu oturumun amacı grup üyelerinin kişilerarası ilişkilerini (dostluklarını, komşuluklarını, akraba ilişkilerini vb.), sosyal ortamlarını ve diğerleri ile birlikte geçirdiği eğlenceli bir günü anımsamasını sağlamak ve anımsadıkları anılarla ilgili şuan ki duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını desteklemektir.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- + Süreç 1: Sevgi-İyilik
- + Süreç 3: Ben ötesi varoluş
- + Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- + Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- + Süreç 6: Problem çözme-çözüm arama
- + Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- + Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım
- + Süreç 10: Mucizelere izin vermek

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- + Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- + İşitsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- + Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- + Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- + ‘Başka kim.....?’ (örn: Başka kimin torunu var? Başka kim burada olmaktan heyecan duyuyor?) Dile getirilen ifade kendisine uyan kişiler el kaldırarak ya da ses çıkararak grubun enerjisini yükseltir.

Oturum Aktivitesi

Oturum aktivitesi olarak da grup üyelerinin sevdikleri insanlarla geçirdikleri bir günleri ile ilgili bir anıyı anımsaması ve resmetmesi istenmiştir. Bu eğlenceli günlerde dinledikleri müzikleri anımsamaları ve grup olarak belirlenen bir şarkının birlikte söylenerek dinlenmesi sağlanmıştır (İS 4).

Oturumun sanat aktivitesi: Resim ve Müzik

Yönerge: Sevdığınız insanlarla bir anınızı ya da eğlenceli bir gününüzü resmediniz. Eğlenceli günlerde dinlenen müzikler veya türküler nelerdir? Bu türkülerden birini seçin grup üyeleri ile eşlik ederek dinleyin. Duygu ve düşüncelerinizi grup üyeleri ile paylaşınız.

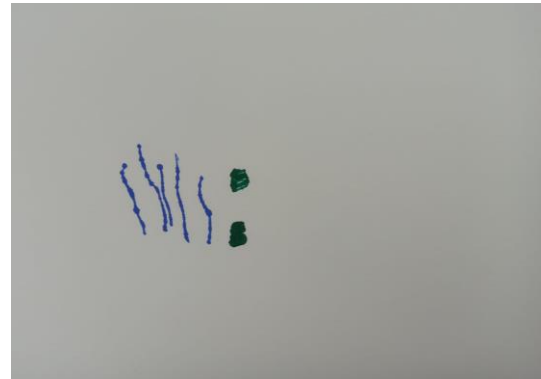
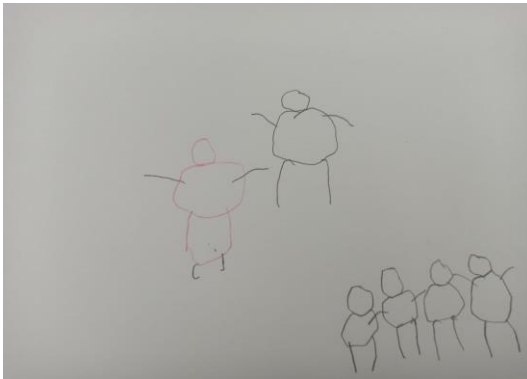
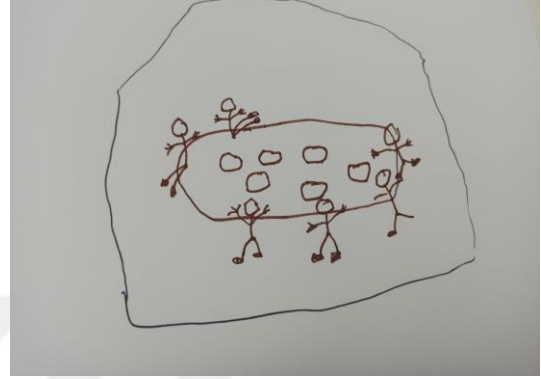
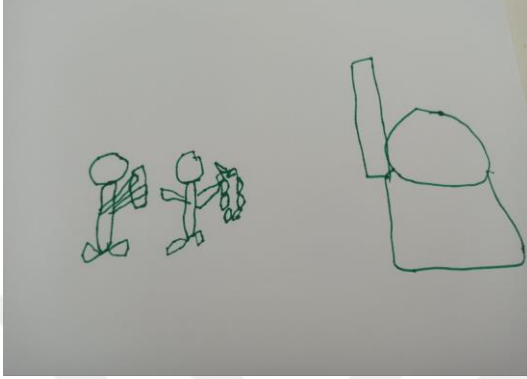
- ✚ **Kullanılacak malzemeler:** Kâğıt, kurşun kalem, silgi, renkli boya malzemeleri (sulu boya, kuru boya, pastel boya, parmak boya vb.), bilgisayar ve ses sistemi
- ✚ Sanat aktivitesinin tamamlanmasının ardından araştırmacı tarafından ilk arkadaşlarının kim olduğu, arkadaş ve akraba ilişkilerinin nasıl olduğu, sosyalleşme yöntemlerini, en çok hangi sosyal aktiviteyi yapmayı sevdiklerini, kadınlar için sosyalleşme ortamlarının neler olduğu (ev gezmeleri vb.), erkekler için sosyalleşme ortamlarının neler olduğu (kahvehane vb.) sorulmuştur. Ardından katılımcıların sanat materyallerini grup üyelerine göstererek duygu ve düşüncelerini paylaşmaları istenmiştir. Oturumda bireyin önem verdiği sosyal çevresindeki kişiler önemsenmiştir (İS 9). Bireyler kişiler arası ilişkiler alanında minnet, bağışlama ve güveni sağlamaya yönelik desteklenmiştir (İS 3). Bireylerin kişiler arası ilişkileri ile ilgili iyiliğe yönelik eylemleri ve bireysel değerleri onaylanmıştır (İS 1).
- ✚ Oturumun diğer sanat aktivitesi olarak eş, dost ve akrabaların bir araya geldiği, eğlendiği zaman çalan müziklerin neler olduğu sorulmuştur. Grup üyelerinin paylaşımlarından sonra ortak karar ile belirlenen müzik dinlenmiş ve dileyen yaşlılar eşlik etmişlerdir (İS 4). Oturum sonunda bireyler oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir.

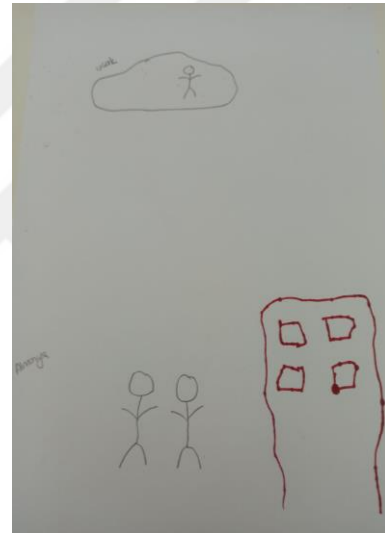
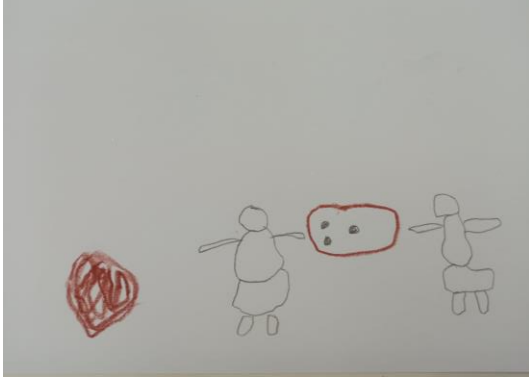
Kapanış

Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanları özetlemiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi vermiştir.

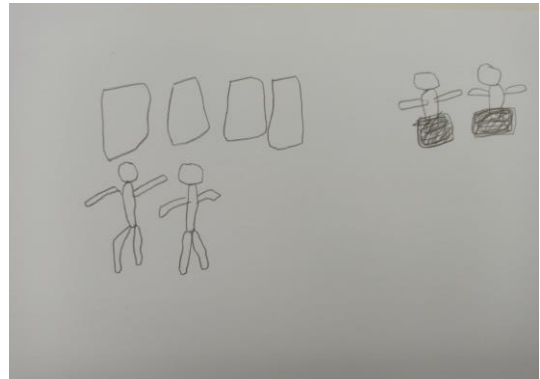
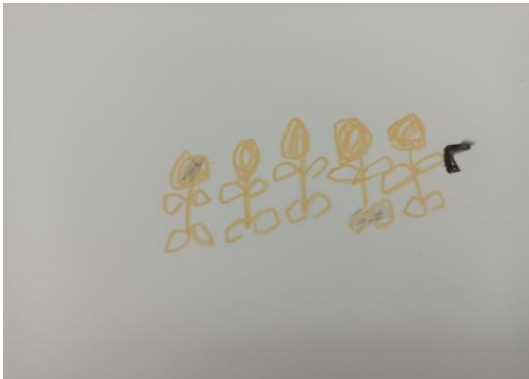
Katılımcıların hazırladıkları sanat materyalleri

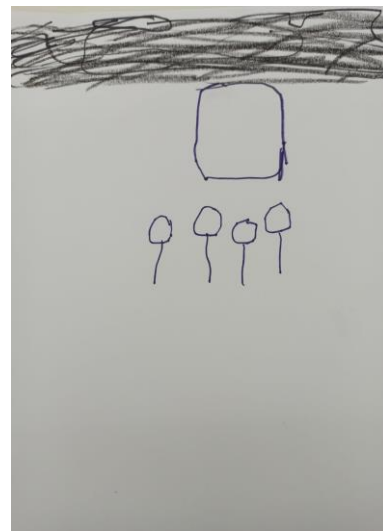
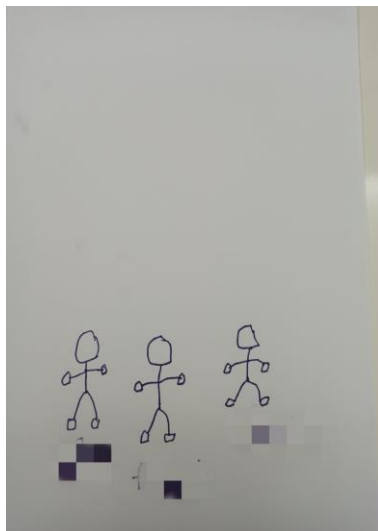
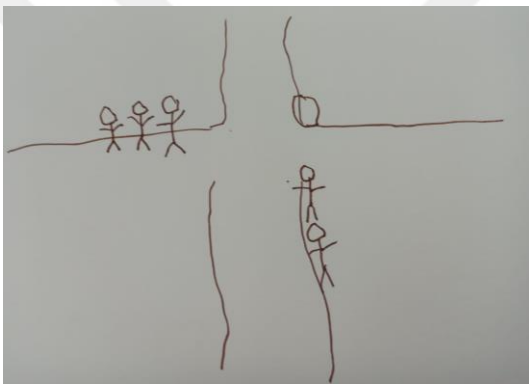
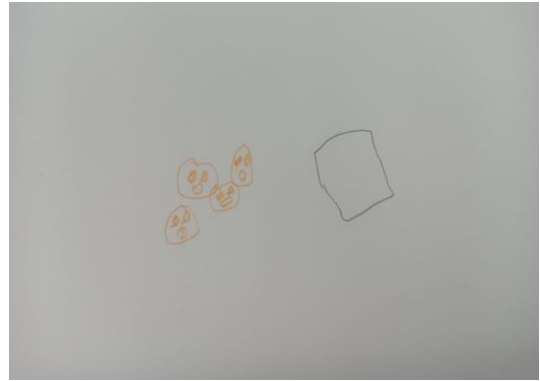
Kadınlar





Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Kişilerarası İlişkiler, Sosyalleşme ve Eğlenceli Bir Gün oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



H. hanım, 82 yaşında ve 1 senedir kurumda kalmakta. Oturum kapsamında kişilerarası ilişkiler, sosyalleşme ve eğlenceli bir gün konulu bir resim çalışması yapmıştır. Resimde mahalledeki konu komşu ile gittikleri bir pikniği resmetmiştir. Eskiden komşu ilişkilerinin çok daha samimi olduğunu, komşularıyla evlerinin bahçelerinde sık sık piknik yaptıklarını, bu sayede hem kendilerinin hem de çocuklarının mutlu olduğunu belirtti. Kimin evinde ne varsa, kim ne hazırlayabilirse getirilir, sohbet edilir, yenilir içilir ve eğlenceli bir gün geçirilirmiş. Sabahtan herkes evinin işini yapar, öğleden sonra da komşu toplanmaları olurmuş. Kışın ise evlerde toplandıklarını belirtti. Eski arkadaşlıkların daha samimi olduğunu, kötü günde destek olduklarını, gerçekten birbirlerinin iyiliklerini istediklerini ancak günümüzde bunun tam tersi insanların çıkar ilişkisinin olduğunu ifade etti. Resminde ise en sevdiği komşuları ile yer sofrasında oturup bahçede piknik yaptıkları bir anısını resmetmiştir. Daha sonrasında grup üyeleri ile düğünlerde sık sık dinlenen müziklerin neler olduğunu konuştu. Grup üyeleri ile 'Kaşık havası'nın her düğünde mutlaka çalınıp oynandığı konuşuldu ve bu türkü ortak karar ile dinlendi. H hanım anımsadığı kadarıyla türküye eşlik etti ve kaşıkların nasıl tutulması gerektiğini gösterdi. Oturum sonunda ise bu anıyı hatırladığı için mutlu olduğunu ve eskiye özlem duyduğunu belirtti.

7. OTURUM: ESKİYE DAİR GÜZEL ANILAR

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- + Bu oturumun amacı grup üyelerinin eski bayramlar, şarkılar, filmler, gösteriler gibi eskiye dair güzel anılarını anımsamasını sağlamak ve anımsadıkları anılarla ilgili şuan ki duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını desteklemektir.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- + Süreç 1: Sevgi-İyilik
- + Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- + Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- + Süreç 6: Problem çözme-çözüm arama
- + Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- + Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım
- + Süreç 10: Mucizelere izin vermek

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- + Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- + İşitsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- + Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- + Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- + En değerli varlığım..... (cümle tamamlama)

Oturum Aktivitesi

Grup üyelerinden eski bayramlar, şarkılar, filmler gibi konulardaki olumlu anılarını anımsamaları, duygu ve düşüncelerini paylaşmaları istenmiştir (İS 4).

Oturumun sanat aktivitesi: ‘Ah O Eski Bayramlar-Hacivat ve Karagöz Bayram Eğlencesi Kısa Filmi’ (<https://www.youtube.com/watch?v=e33qULC4-gw>).

✚ **Yönerge:** Ah O Eski Bayramlar-Hacivat ve Karagöz Bayram Eğlencesi Kısa Filmi’ni izleyiniz. Eski Bayramlar ile ilgili anılarınızı, duygu ve düşüncelerinizi paylaşınız.

✚ **Kullanılacak malzemeler:** Televizyon, internet ve ses sistemi

✚ İzlenen kısa filmin ardından grup üyelerinden eski bayramlar, şarkılar, filmler gibi konulardaki olumlu anılarını anımsamaları, duygu ve düşüncelerini paylaşmaları istenmiştir. Bayramlarda yapılan yemekler, tatlılar, geleneksel bayram uygulamaları, çocukluk döneminde bayramların nasıl geçtiği hakkında konuşulmuştur. Oturum sonunda bireyler oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir.

Kapanış

Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanları özetlenmiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi verilmiştir.

Oturum incelemesi

Katılımcılardan birinin Eskiye Dair Güzel Anılar oturumu kapsamında izlenen ‘Ah O Eski Bayramlar-Hacivat ve Karagöz Bayram Eğlencesi Kısa Filmi’ sonrasında paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



İ. bey 67 yaşında ve 29 senedir kurumda kalmakta. İzlenen kısa film sonrasında eski bayramları çok özlediğini, bütün ailenin bir arada olduğunu, büyük sofraların kurulduğunu, hediyeleşmelerin olduğunu belirtti. Güne öncelikle kocaman bir kahvaltı sofrası ile başladığını, bütü aile üyelerinin ailenin en büyüğünün evine geldiğini,

küçüklerin büyüklerin ellerinden öptüğünü, büyüklerin de küçüklere hediye verdiğini ifade etti. Sonrasında ise tahinli çörek, yaprak sarması ve bayram baklavasının yendiğini ve aile üyelerinin sohbet ettiğini söyledi. O günleri çok özlediğini, günümüzde bayramların eskisi gibi olmadığını, aksine ailelerin bir araya gelmeyip tatillere gittiklerini belirtti. Bu durumun onu üzdüğünü ve yalnız hissettiğini ancak bu durumu değiştiremeyeceğini ifade etti. Oturumun sonunda ise eski bayramları ve güzel günleri özlediğini belirtti.



8. OTURUM: KAYIPLAR VE YALNIZLIKLARLA BAŞETME

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- + Bu oturumun amacı grup üyelerinin yaşadıkları kayıplar (ekonomik, yetisel, ilişkisel, roller, sevdiği insanlar vb.) ile ilgili anılarını anımsamalarını sağlamak, kayıplar ve yalnızlık ile ilgili şuan ki duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını desteklemek ve bireylerin baş etmelerini güçlendirmektir.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- + Süreç 1: Sevgi-İyilik
- + Süreç 2: İnanç-umut
- + Süreç 3: Ben ötesi varoluş
- + Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- + Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- + Süreç 6: Problem çözme-çözüm arama
- + Süreç 7: Özgün öğretme-öğrenme
- + Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- + Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım
- + Süreç 10: Mucizelere izin vermek

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- + Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- + Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- + Mandala boyama çalışması

Oturum Aktivitesi

Grup üyelerinden yaşadıkları kayıpları (ekonomik, yetisel, ilişkisel, roller, sevdiği insanlar vb.) ile ilgili anılarını anımsamaları istenmiş, kayıplar ve yalnızlık ile ilgili şuan ki duygu ve düşüncelerini paylaşmaları desteklenerek bireylerin baş etmeleri desteklenmiştir (İS 4).

Oturumun sanat aktivitesi: Kil terapi ve Masal Terapi

- ✚ **Yönerge:** Oturum kapsamında anımsadığınız bir kaybınızı elinizdeki kil hamuru veya oyun hamuru ile şekillendiriniz. Kayıplarınız ile ilgili anılarınızı, duygu ve düşüncelerinizi paylaşınız.
- ✚ ‘Ayak İzleri’ masallarını anlatıcı tarafından dinleyiniz ve masallardaki olaylar hakkındaki düşüncelerinizi grup üyeleri ile paylaşınız.
- ✚ **Kullanılacak malzemeler:** Beyaz kil hamuru, oyun hamuru, kil şekillendirmek için kalıp, merdane, su ve Masal Terapi Kitabı (Lieberman, J.M. (2015). Masal Terapi, Doğan Egmont Yayıncılık ve Yapımcılık Tic. A.Ş.)
- ✚ Kil ile yapılan sanat aktivitesinden sonra araştırmacı tarafından grup üyelerinin herhangi bir alanda yaşadıkları kayıp olup olmadığı sorulmuştur. Yaşlanma sürecinde meydana gelen fiziksel değişimlerin neler olduğu, şuan var olan hastalıkları, sosyal çevrelerinde ne gibi değişimler oldu, yaşam sürecinde rollerinde meydana gelen değişimler nelerdi, ekonomik kayıpları, kaybettikleri bir yakınının olup olmadığı (eş, evlat veya ebeveyn vb.) gibi sorular sorulmuştur. Grup üyeleri, anımsanan kaybın geçmişteki hissettirdikleri ve şimdi hissettirdiği duygu ve düşünceleri paylaşması için cesaretlendirilmiştir. Kayıpların hissettirdiği duygu ve düşüncelerle geçmişte ve şuanda nasıl baş ettikleri sorgulanmış, etkin ve etkin olmayan baş etme yöntemleri belirlenmiştir (spritüel baş etme, dikkati başka yöne çekme, baş edememe vb.). Bireyler ve kayıpları koşulsuz sevgi ve saygıyla kabul edilmiştir (**İS 4**). Bireylerin baş etme becerileri onurlandırılmış (**İS 1**), umutları ve kayıplarla baş etmeye yönelik olumlu inançları güçlendirilmiştir (**İS 2**). Etkin olan baş etme yöntemleri desteklenmiş, etkin olmayan baş etme yöntemlerinin yerine etkin yöntemler öğretilmiştir (**İS 7**). Bireylerin maneviyatı kabul edilmiş (**İS 3**) ve spiritüel baş etmeleri olan bireylere dua etmeleri önerilmiştir. Bireyler, anımsanan kayıpların şu an ne hissettiklerini paylaşması için desteklenmiştir (**İS 5**). Bireylere sessizlik ve ara vermek için fırsat verilmiştir. Bireylerin umutları ve hayata tutunma yetenekleri desteklenmiştir (**İS 2**). Bireyler iyilik, sevgi ve şefkatle iyileşmesi için (**İS 1**) minnet, bağışlama, merhamet ve güveni sağlamaya yönelik desteklenmiştir (**İS 3**). Oturum sonunda bireyler oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir.

✚ Oturumun ikinci sanat aktivitesi olarak ‘Ayak İzleri’ masalı okunmuş ve grup üyelerinin konu ile ilgili fikirlerini paylaşması istenmiştir.

✚ Ayak İzleri

Bir hayat boyu yürüyüp sonsuzluk okyanusunun kıyısına gelmişti. Boşluğa doğru baktı. Zamanın hafif nefesini yüzünde hissetti ve sessizliğin dalgalarını dinlemek için bir kayanın üzerine oturdu. İşte o sırada onları gördü, ayak izlerini. Elbette kumda ona doğru gelenler kendi ayak izleriydi. Ama onların yanında bir çift ayak izi daha vardı. Etrafta kimse yoktu. Yalnız yürümüşü. Çoğu kişi bu noktaya hiç ulaşamamıştır bile. Gözleriyle ayak izlerini görebileceği en uzak noktaya kadar takip etti. Öyle anlaşıyordu ki diğer ayak izleri hep onunla beraberdi. Sanki hiç yalnız yürümemişti. Hayatının bütün anılarını gözden geçirerek geri yürüdü ve bu gizemli ayak izlerine çoğu yerde rastladı. Hayatın her noktasında yanında ona eşlik eden, tanıklık eden biri vardı. Bunu anlayınca içini derin bir sevgi kapladı. Bir melek tarafından korunup kollandığını sık sık hissetmişti. Sanki sevgi dolu bir varlık onu takip ediyor gibi gelirdi hep. Şimdi bunun doğru olduğunu kanıtını bulmuştu. Bazen ne kadar yalnız hissetmiş olursa olsun şimdi asla yalnız olmadığını anlıyordu. Bütün o zaman boyunca orada birisi vardı.

Sonra biraz daha yakından baktı ve durumun her zaman böyle olmadığını gördü.

Hayatını yeniden gözden geçirirken ayak izlerinin gizemli bir şekilde kaybolduğu bazı zamanlar olduğunu gördü. Oralarda sadece bir çift ayak izi vardı.

Sonra başka bir şey fark etti. İkinci ayak izlerinin kaybolduğu anlar hep hayatına zor zamanlarıydı. Halının ayağının altından çekildiğini, hatta ayaklarının altındaki yerin yarıldığını hissettiği zamanlarda ikinci ayak izleri bu kara günlerde düzenli olarak kayboluyordu. Bunu görünce kalbi kırıldı ve öfkeleni:

‘Neden? Neden ihtiyacım olduğu zamanlarda hep böyle terk edildim? Öfke ve üzüntü ile kalbinin sesi şakaklarında yankılanırken sordu, ‘Bir açıklama istiyorum. Neden her adımında destekleniyor ve izleniyorken bana eşlik ediliyorken en çok ihtiyacım olduğunda terk ediliyorum?’

Ve sonra kalbinin derinliklerinden cevabı duydu. Ses şöyle dedi: ‘Her zaman seninleydim, yoldaki her adımda. Bu yüzden hayat yolunda iki çift ayak izi görüyorsun ama üzgün olduğunda hayat sana artık yürüyemeyeceğin kadar ağır geldiğinde seni taşıdım. O zamanlarda gördüğün ayak izleri senin değil benim.’

Mesaj: Yalnız değilsin. Yalnız olmakla yalnız hissetmek arasında çok büyük bir fark vardır. Kalabalık bir odanın ortasında da kendimizi yalnız hissedebiliriz veya ormanda yalnız yürürken evrenin bizi kucakladığını hissedebiliriz. Sosyal medya, yalnızlık ve bağlantıda olma algılarımızı değiştirdi. Bağlantı kurma araçlarına sahip olmamız ve dünyanın her yerinde aynı ilgi alanlarını paylaştığımız insanlarla fikir alışverişinde bulunmamız harika bir şey.

Ancak bu tür medyaya bağımlılık teknoloji ve sürekli Facebook'taki güncellemeleri takip etmek, bütün insanlara ve genel olarak evrene derinden bağlı olduğumuzu hissetmemizi engelleyebilir. Gözlerimi kapatarak Arjantin'deki bir arkadaşımı aklıma getirebilir, ona bir not göndermeden veya fotoğrafını etiketlemeden enerjisini hissedebilir, ışığına bağlanabilirim. Kalbin süper güçlerinden biri de budur. Her türden her insanla bağ kurduğumuzu hissetmemizi sağlar. Bir ağaçla karşılaştığında internette yayınlamak için fotoğrafını çekmeden önce ona sarıl varlığını hisset. Aranızdaki akrabaları anla, bağlantılı olduğunuzun farkına var. Aynı yıldız tozundan yapıldınız, ayrı değilsiniz ve bu yüzden sen de yalnız değilsin.

Kapanış

Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanları özetlenmiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi vermiştir.

Katılımcıların hazırladıkları sanat materyalleri

Kadınlar





Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Kayıplar ve Yalnızlıkla Başetme oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



D. hanım, 90 yaşında ve 1 senedir kurumda kalmakta. Kayıplar ve yalnızlıkla başetme oturumu kapsamında kaybını temsil eden bir şekillendirme yapmıştır. Yaşlanma sürecinde birçok kaybının olduğunu, hastalıklarının çoğaldığını, eşini ve oğlunu kaybettiğini, çevresindeki insanların azaldığını, huzur evine gelmek zorunda kaldığını, ailesi başta olmak üzere kimseyle eskisi gibi görüşemediğini belirtti. Yaşlanma sürecinde kendisini etkileyen en büyük kaybın oğlunun kaybı olduğunu söyledi. Oyun hamuruyla da oğlunu şekillendirdiğini ifade etti. Oğlunu çok isteyerek evlendirdiğini, mutlu bir evliliğinin olduğunu ancak beklenmedik bir şekilde hayatını kaybettiğini belirtti. Kaybın üzerinden kaç yıl geçtiğini hatırlayamadı. Oğlunu kaybetmenin kendisini çok üzdüğünü, uzun süre kendine gelemediğini, kendisini yalnız hissettiğini, yaşaması için bir sebep olmadığını

düşündüğünü ifade etti. Geçmişte çok isyan ettiğini ancak şu an kaybın acısının bitmese de katlanılabilir olduğunu, Allah'ın sabır verdiğini, aklına geldiği zaman bol bol dua edip tesbih çektiğini belirtti. 'Ayak İzleri' masalından sonra ise kaybının ardından kendisine destek çıkan çok insanın olduğunu, yemek yiyemediğinde bile komşularının gelip yedirdiğini, onların desteği olmasaydı belki de şu an hayatta olmayacağını söyledi. Grup üyelerinin fikir paylaşımlarına katıldı ve oturum sonunda aslında huzurevinde yalnız olmadıklarını, kayıplarının benzer olduğunu ve birbirlerine destek olduklarını, huzurevi personelinin de onlara fiziksel kayıpları ile ilgili destek olduklarını ifade etti.



9. OTURUM: YAŞAMI ANLAMLANDIRMA

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- ✚ Bu oturumun amacı grup üyelerinin doğumlarından bugüne kadar yaşamlarını anlamlandıran olayları hatırlamaları, huzurevine geliş süreçleri, huzurevinde yaşamının hissettirdiği duygu ve düşünceler, huzurevindeki dostluklar, buradaki anıları ile ilgili paylaşım yapmasını sağlamak ve bireylerin bundan sonraki süreçte yaşamı anlamlandırma konusunda desteklemektir.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- ✚ Süreç 1: Sevgi-İyilik
- ✚ Süreç 2: İnanç-umut
- ✚ Süreç 3: Ben ötesi varoluş
- ✚ Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- ✚ Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- ✚ Süreç 6: Problem çözme-çözüm arama
- ✚ Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi
- ✚ Süreç 9: Temel gereksinimlere yardım
- ✚ Süreç 10: Mucizelere izin vermek

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- ✚ Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- ✚ Hayatım bir film olsaydı ismi olurdu. (cümle tamamlama)

Oturum Aktivitesi

Bu oturuma kadar konuşulan, katılımcıların doğumundan başlayıp bugüne kadar yaşadığı yaşamını anlamlandıran olay ve durumları paylaşması istenmiştir.

Oturumun sanat aktivitesi: Yaşam Çizgim

✚ **Yönerge:** Size verilen kağıda hayat çizginizi çiziniz. Bir ucu doğduğunuz an diğer ucu ise şimdi. Doğduğunuz andan bugüne kadar yaşamınızı anlamlı kılan olay ve durumları bu çizgi üzerinde gösteriniz ve dilediğinizce belirtiniz.

✚ **Kullanılacak malzemeler:** Kurşun kalem, silgi, tükenmez kalem, renkli boyalar

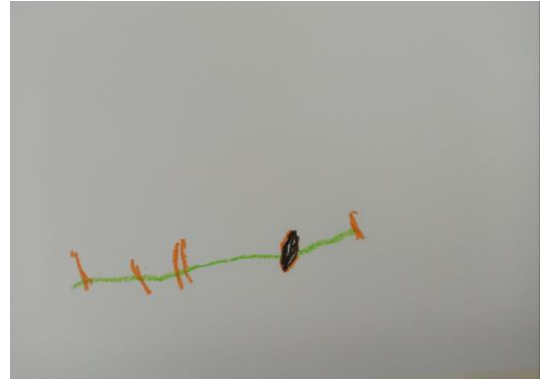
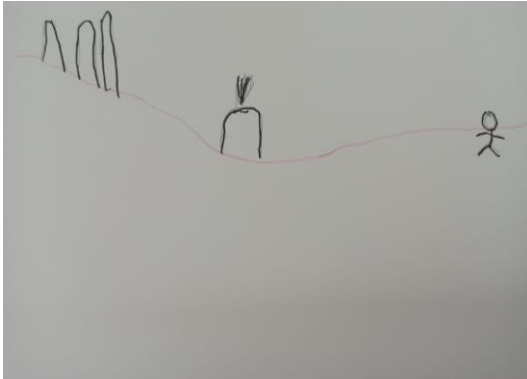
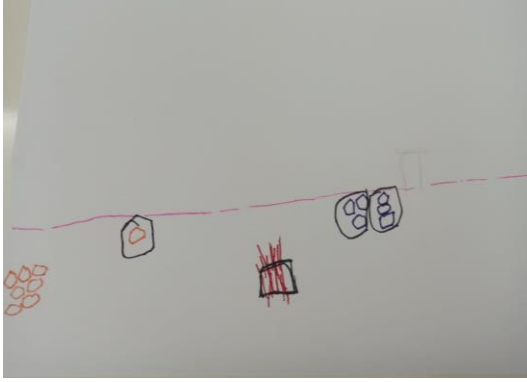
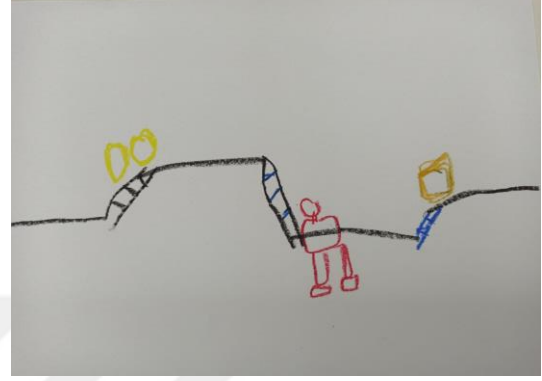
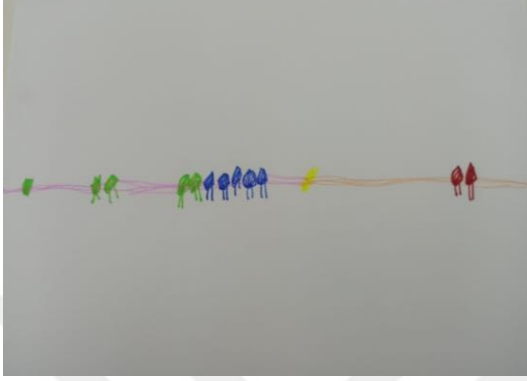
✚ Yaşam çizgim çalışmasının tamamlanmasından sonra, araştırmacı tarafından grup üyelerine bu oturuma kadar konuştuğumuz, doğumunuzdan başlayıp bugüne kadar yaşadığınız yaşamınızı anlamlandıran olay ve durumları paylaşır mısınız? yönergesi ile başlanmıştır. Anımsanan olaylar daha sonrasında kronolojik olarak sıralanmıştır. Ardından grup üyelerine huzurevine ne zaman, nasıl geldiniz, huzurevinde kalmak size nasıl hissettiriyor, dostluklarınız nasıl, huzurevine dair güzel anılarınız neler gibi sorular yönlendirilmiştir (İS 4). Araştırmacı, bireylerin duygularını, kendini geliştirmek için inanç ve değerlerini keşfetmeye gönüllü olduğunu yansıtmıştır (İS 3). Grup üyelerinin yaşam çizgisinde bugünden sonrası için var olan inançları ve umutları değerlendirilmiş ve desteklenmiştir. Hayata tutunma yetenekleri güçlendirilmiştir (İS 2). Bireyin yaşam çizgisi üzerinden yaşamındaki iyi yönleri fark etmesine yardımcı olunmuş (İS 5) ve soru sorması için cesaretlendirilmiştir (İS 6). Ayrıca hayatı anlamlandırma ve dünyayı algılamalarına saygı gösterilmiştir (İS 9). Oturum sonunda bireyler oluşturdukları sanat materyallerini, buna ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir.

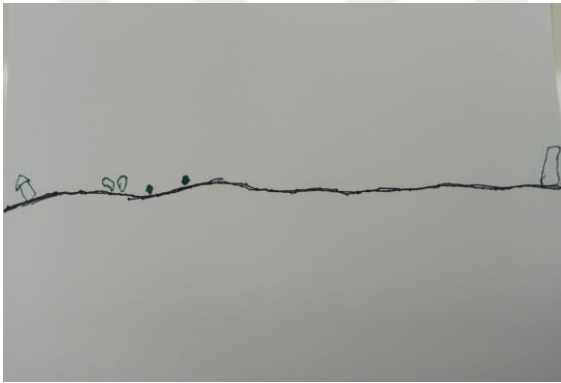
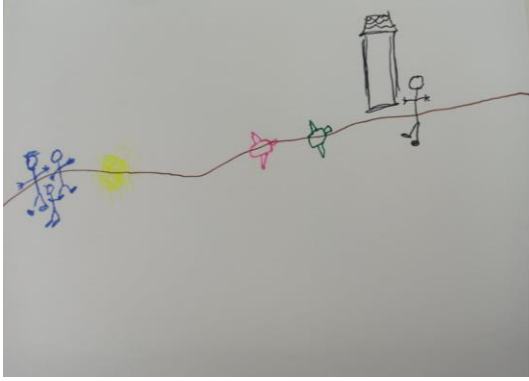
Kapanış

Kapanışta, araştırmacı oturum boyunca konuşulanlar özetlenmiş ve bir sonraki haftanın konusu hakkında bilgi verilmiştir.

Katılımcıların hazırladıkları sanat materyalleri

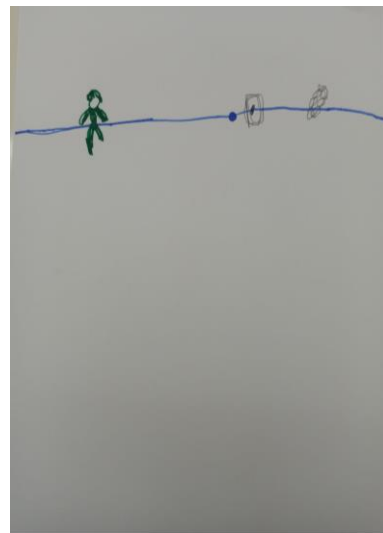
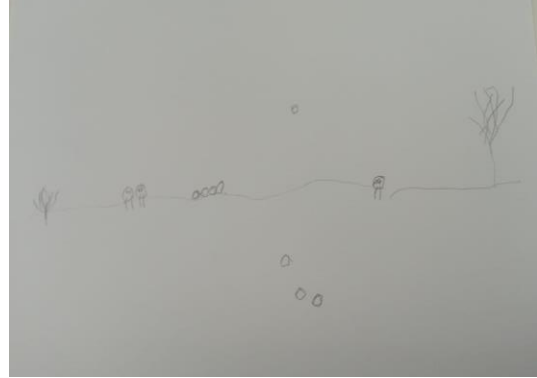
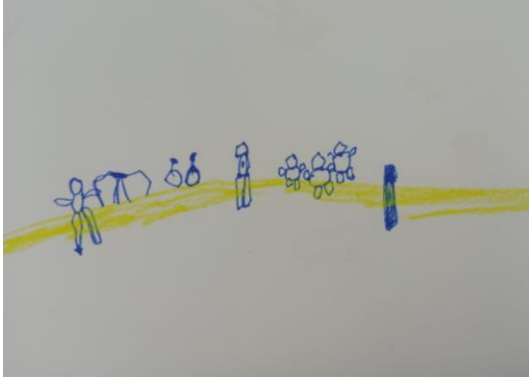
Kadınlar





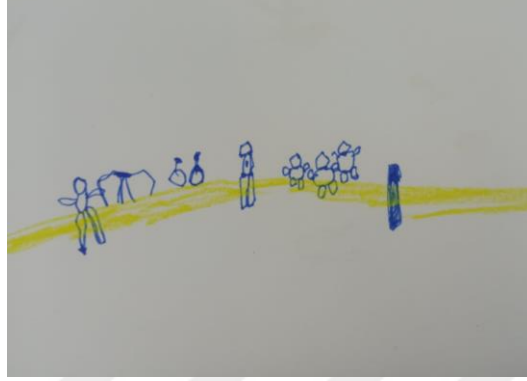
Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Yaşamı Anlamlandırma oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



İ. bey, 83 yaşında ve 4 senedir kurumda kalmakta. Yaşamı anlamlandırma oturumu kapsamında yaşam çizgisini oluşturmuştur. Oturumlar kapsamında konuşulan, doğumundan başlayıp günümüze kadar yaşamını anlamlandıran ve etkileyen olayları belirtmesi istenmiştir. Bu kapsamda resmini anlatması istendiğinde küçük yaşta anne ve babasını kaybettiğini ve en solda kendisini onların mezarı başında çizdiğini belirtti. Çocuk olduğu için o zaman bunun acısını ve anlamını çok anlamadığını ama büyüdükçe anladığını söyledi. Sonrasında ise askere gittiğini ve bunları resimde el bombası şeklinde çizdiğini ifade etti. Askerliğin ona çok şey kattığını, kendisini hayata hazırladığını ve orada adam olduğunu belirtti. Askerlik sonrasında ise aşık olarak köyünden birisiyle evlendiğini, resimde de aşık olduğunu kalbini işaretleyerek belirttiğini söyledi. Evlendikten kısa bir süre sonra da ilk çocuklarının olduğunu, toplamda üç çocuğunun olduğunu ve resimde onları çizdiğini ifade etti. Çocuk sahibi olmanın çok güzel bir duygu olduğunu, onlar için çalışıp çabaladığını belirtti. Daha sonra huzurevi binasını çizerek huzur evine geldiğini söyledi. Huzurevine 4 sene önce isteyerek geldiğini, burada çocuklarından ayrı olsa da mutlu olduğunu, ona iyi bakıldığını, her ihtiyacının karşılandığını, oda arkadaşı ile de iyi anlaştığını ifade etti. Burada daha çok sohbet ederek, TV izleyerek ve hava iyiye bahçede balkonda oturarak vakit geçirdiğini söyledi. Şu an ise kendisini mutlu ve güvende hissettiğini, geçmişi özlediğini ancak yapacak bir şey olmadığını belirtti.

10. OTURUM: DEĞERLENDİRME VE KAPANIŞ

Oturum Süresi: 60 dk

Oturum Amaçları

- ✚ Bu oturumun temel amacı, grup üyelerinin haftalık geçmişi anımsama ile yaşadığı başarıyı güçlendirmek ve oturumlar ile ilgili düzenlemeler yapmaktır.

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Süreçleri

- ✚ Süreç 1: Sevgi-İyilik
- ✚ Süreç 4: Otantik bakım ilişkisi
- ✚ Süreç 5: Dinleme ve duyguların açığa çıkarılması
- ✚ Süreç 8: İyileştirici bakım çevresi

Oturumda Kullanılacak Olan Watson İnsan Bakım Kuramı İyileştirme Yöntemleri

- ✚ Görsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Zihinsel bilişsel yöntemlerin bilinçli kullanımı
- ✚ Fiziksel, psikolojik ve sağaltıcı yapıya odaklanma

Oturuma Uyum

- ✚ M harfi ile başlayan isimleri sayma etkinliği

Oturum Aktivitesi

Grup üyelerine öncelikle haftalık oturumların konuları ve paylaşılan anılar kısaca özetlenmiştir. Bireylere haftalık oturumlar hakkındaki duygu ve düşüncelerini ifade etmesi istenmiştir. Sanat aktivitesi olarak bir önceki oturumun sonunda çekilen grup üyelerinin fotoğrafları koyması için bir çerçeve oluşturulmuş ve süslenmiştir. (İS 4).

Oturumun sanat aktivitesi: Çerçeve Süsleme

- ✚ **Yönerge:** Ahşap çubuklar ve sanat malzemelerini kullanarak bir çerçeve yapınız ve çerçeveyi süsleyiniz. Sonrasında fotoğrafınızı çerçeveye yerleştiriniz.
- ✚ **Kullanılacak malzemeler:** Renkli ahşap çubuklar, yapıştırıcı, renkli boya malzemeleri, renkli simler ve süsleme malzemeleri.

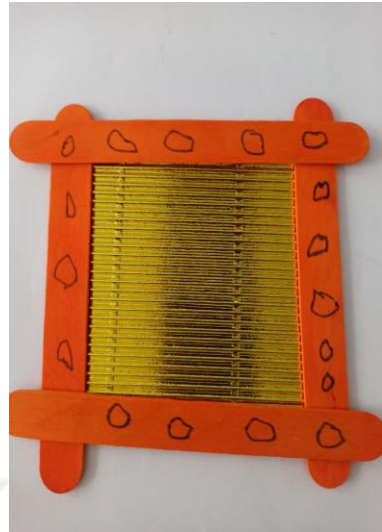
- ✚ Çerçeve yapma aktivitesinden sonra grup üyelerine haftalık oturumların konuları ve paylaşılan anılar kısaca özetlenmiştir. Bireylere haftalık oturumların onlar için ne ifade ettiğini, oturumların olumlu ya da olumsuz yanlarını, en sevdikleri konunun ne olduğunu, hangi konuları konuşmak istedikleri ve oturumların daha iyi olması için ne gibi düzenlemelerin yapılmasının gerektiğine ilişkin sorular yöneltilmiştir.
- ✚ Bireyler, oturumların sonuna gelmiş olmanın şu an ne hissettiklerini paylaşması için desteklenmiştir (İS 5). Bireylerin oturumlar kapsamında yapmış oldukları sanat materyalleri onurlandırılmıştır (İS 1). İçsel bir yolculuk olan süreç içindeki gelişimleri ve iyileşmeleri tasdik edilmiştir (İS 5). Oturum sonunda bireyler oluşturdukları sanat materyallerini, buna ilişkin duygu ve düşüncelerini grup üyeleri ile paylaşması için teşvik edilmiştir.

Kapanış: Kapanışta oturumlara düzenli olarak katıldıkları için teşekkür edilmiş ve grup üyelerine veda edilmiştir.

Katılımcıların hazırladıkları sanat materyalleri

Kadınlar







Erkekler





Örnek sanat materyali incelemesi

Katılımcılardan birinin Değerlendirme ve Kapanış oturumu kapsamında hazırladığı bir sanat materyali ve oturum sürecinde paylaştıkları aşağıda sunulmuştur.



Şç hanım, 89 yaşında ve 2 senedir kurumda kalmakta. Değerlendirme ve kapanış oturumu kapsamında bir çerçeve tasarlamıştır. Çerçeveyi tasarlarken en sevdiği renkleri kullandığını, çiçek ve ağaçları çok sevdiği için de yaprak ve çiçek kullarını yapıştırdığını söyledi. Çerçeve aktivitesinden sonra haftalık oturum konuları ve paylaşılan anılar kısaca araştırmacı tarafından özetlenmiştir. Ş hanım, doğumdan başlayıp bugüne kadar yaşananların konuşulmasının kendisini çok mutlu ettiğini, grup arkadaşlarının hikayelerini dinlemekten zevk aldığını, en çok 6. oturum olan Kişilerarası ilişkiler, sosyalleşme ve eğlenceli bir gün oturumunda mutlu olduğunu, çünkü arkadaşlıklarını, dostluklarını hatırlayınca mutlu olduğunu, düğün müzikleri dinleyip eğlendiğini belirtti. Oturumlarda başta sanat aktivitesi yapmak istemediğini ama yaptıkça hem yapabildiği için hem de mutlu olduğu için istekle yaptığını ifade etti. Oturumlarla ilgili olumsuz bir görüşünün olmadığını söyledi ve müzik dinlemeyi sevdiği için daha çok müzik olsaydı ve oynasaydık da iyi olurdu dedi. Kayıplar ve yalnızlıkla başetme oturumunda biraz üzüldüğünü ama onu çok etkilemediğini belirtti. Öneri olarak ise bu oturumların sürekli olarak tekrarlanmasının onlar için de iyi olabileceğini önerdi.

Ek 3. Oturumlara Ait Görseller



Eylem programının uygulandığı masa



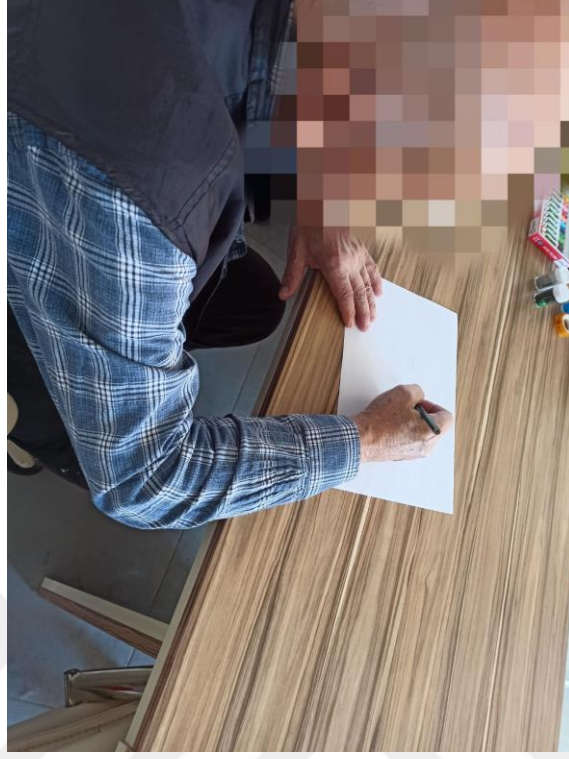
Eylem programının uygulandığı masa



Terapötik ortamın sağlanması amacıyla kullanılan hoparlör, tütsü ve mum



Oturumlarda görsel materyallerin paylaşılması amacıyla kullanılan televizyon



Oturum sürecinde bir katılımcı



Oturum sürecinde bir katılımcı

Ek 4. Veri Toplama Formları

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Yaşı:

2. Cinsiyeti: ☐ Kadın ☐ Erkek

3. Eğitim durumu: ☐ Okuryazar değil ☐ Okur Yazar ☐ İlkokul Mezunu
☐ Ortaokul Mezunu ☐ Lise Mezunu ☐

Yüksekokul/Üniversite Mezunu

4. Medeni durumu: ☐ Evli ☐ Bekar ☐ Dul

5. Çocuk sahibi olma durumu ☐ Var ☐ Yok

6. Çocuk sayısı:

Kronik hastalık olma durumu

Varsa ne

7. Kronik ruhsal hastalığı olma durumu: ☐ Var ☐ Yok

Varsa ne

8. İlaç kullanma durumu: ☐ Var ☐ Yok

Varsa ne

9. Sosyal destek varlığı: ☐ Var ☐ Yok

10 Hobi varlığı: ☐ Var ☐ Yok

Varsa ne

11. Kurumda kalma süresi:

STANDARDİZE MİNİ MENTAL TEST

Yönelim (Toplam Puan 10)

Hangi Yıl İçindeyiz?....

Hangi Mevsimdeyiz?.....

Hangi Aydayız?.....

Bu Gün Ayın Kaçı?.....

Hangi Gündeyiz?.....

Hangi Ülkede Yaşıyoruz?.....

Şu An Hangi Şehirde Bulunmaktasınız?.....

Şu An Bulunduğunuz Semt Neresidir?.....

Şu An Bulunduğunuz Bina Neresidir?.....

Şu An Bu Binada Kaçınıcı Kattasınız?.....

Kayıt Hafızası (Toplam Puan 3)

Size Birazdan Söyleyeceğim Üç İsmi Dikkatlice Dinleyip, Ben Bitirdikten Sonra Tekrarlayın (Masa, Bayrak, Elbise) (20 Sn Süre Tanınır) Her Doğru İsim 1 Puan.....

Dikkat Ve Hesap Yapma (Toplam Puan 5)

100'den Geriye Doğru 7 Çıkartarak Gidin. Dur Deyinceye Kadar Devam Edin. Her Doğru İşlem 1 Puan. (100, 93, 86, 79, 72, 65).....

Hatırlama (Toplam Puan 3)

Yukarıda Tekrar Ettiğiniz Kelimeleri Hatırlıyor Musunuz? Hatırladıklarınızı Söyleyin. (Masa, Bayrak, Elbise).....

Lisan (Toplam Puan 9)

a) Bu Gördüğünüz Nesnelerin İsimleri Nedir? (Saat, Kalem) 2 Puan (20 Sn Tut)....

b) Şimdi Size Söyleyeceğim Cümleyi Dikkatle Dinleyin Ve Ben Bitirdikten Sonra Tekrar Edin. "Eğer Ve Fakat İstemiyorum" (10 Sn Tut) 1 Puan.....

c) Şimdi Sizden Bir Şey Yapmanızı İsteyeceğim, Beni Dikkatle Dinleyin Ve Söylediğimi Yapın. "Masada Duran Kağıdı Sağ/Sol Elinizle Alın, İki Elinizle İkiye

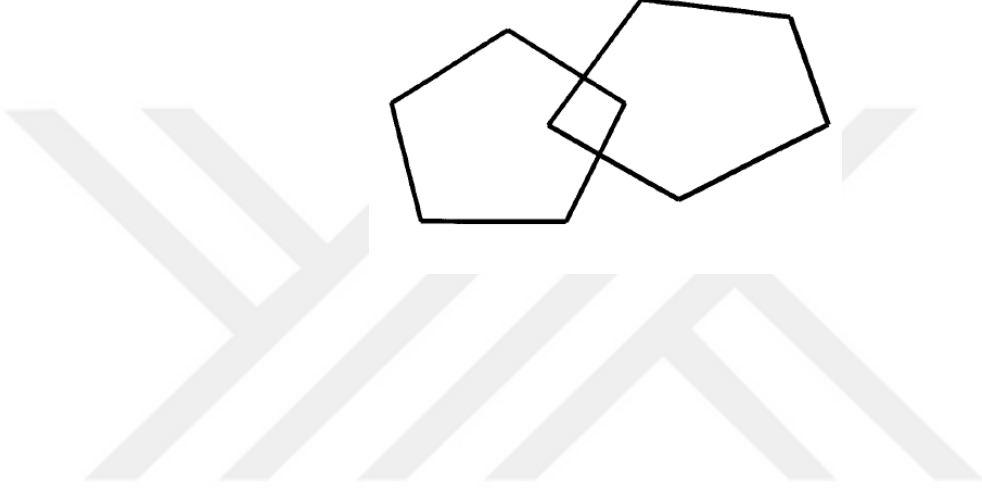
Katlayın Ve Yere Bırakın." Toplam Puan 3, Süre 30 Sn, Her Bir Doğru İşlem 1 Puan.....

d) Şimdi Size Bir Cümle Vereceğim. Okuyun Ve Yazıda Söylenen Şeyi Yapın. (1 Puan)

"GÖZLERİNİZİ KAPATIN"

e) Şimdi Vereceğim Kâğıda Aklınıza Gelen Anlamalı Bir Cümleyi Yazın (1 Puan)

f) Size Göstereceğim Şeklin Aynısını Çiziniz (1 Puan)



HAYATIN ANLAM VE AMACI ÖLÇEĞİ

YÖNERGE: Lütfen aşağıda ifade edilen yargı seçeneklerine katılım düzeylerinden sizin için <u>en uygun</u> olan seçeneği, altındaki kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz.		1. Kesinlikle Katılmıyorum	2. Katılmıyorum	3. Karasızım	4. Katılıyorum	5. Kesinlikle Katılıyorum
1	Hayatın mutlaka bir anlam ve amacı vardır.					
2	Faydalı bir şeyler üretmekten çok hoşlanırım.					
3	Hayatı arkadaşlarımla paylaşmaktan çok hoşlanırım.					
4	Çoğu zaman anlamsız ve boş bir hayata sahip olduğumu düşünürüm.					
5	Yapmaktan zevk aldığım pek çok uğraşım vardır.					
6	Hayatta arzuladığım amaçlarıma ulaşmada başarılıyım					
7	Değerlerim ve inançlarım doğrultusunda hareket etmeye çalışırım.					
8	Ruhsal bir boşluk içerisindeyim ve hayattan tat alamıyorum.					
9	Yaşadığım sıkıntılara rağmen zorluklarla mücadele etmekten vazgeçmiyorum.					
10	Çoğu zaman her şeye karşı bıkkınlık duyuyorum.					
11	Hayatımda her zaman bir anlam ve yaşamak için bir neden bulurum.					
12	Umut ve heyecanla geleceğe bakarım.					
13	Yaşadığım dünyada iyiye ve güzele dair pek bir şey bulamıyorum.					
14	Beni hayata bağlayan pek bir amacım yoktur.					
15	Hayatın sıkıntılarına karşı mücadele etmenin yaşamıma anlam kattığını düşünüyorum.					
16	Geleceğimi pek parlak göremiyorum, umutsuzum.					
17	Hala yapmak ve başarmak istediğim şeyler vardır.					

GENEL İYİ OLUŞ ÖLÇEĞİ - KF						
Aşağıda sizlerin iyi oluş düzeylerini değerlendirmek üzere hazırlanan ifadeler yer almaktadır. Lütfen kendiniz için en doğru olduğunu düşündüğünüz ifadeyi işaretleyiniz.		Hiç katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kısmen katılıyorum	Çoğunlukla katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1	Kendimi mutlu hissedirim.					
2	Kendimi canlı hissedirim.					
3	İyimserim.					
4	Aktivitelerimde tüm dikkatimi yaptığım işe veririm.					
5	Gerçekten nasıl hissettiğimin farkındayım.					
6	Birçok yönümü kabul ederim.					
7	Kendimi harika hissedirim.					
8	Yaptığım işlerde oldukça etkiliyim.					
9	Geliştiğimi hissedirim.					
10	Bir amacım vardır.					
11	Hayatımda yaptığım şeyler faydalıdır.					
12	Yaptıklarım, yapmam gerektiğine inandıklarım ile tutarlıdır.					
13	Kendimi etrafımdaki insanlara yakın ve bağlı hissedirim.					

Eylem Öncesi Görüşme Formu

Bugün sizinle birlikte doğumunuzdan bugününe kadar geçen yaşam sürecinize birlikte göz atmak amacıyla buluştuk. Bu bağlamda;

- 1- Yaşam sürecinizi düşündüğünüzde, yaşamın anlamı konusundaki düşüncenizi paylaşır mısınız?

Sonda: Sizce, yaşamı anlamlı kılan şeyler nelerdir?

Sonda: Sizce, yaşamı anlamlı kılmak için neler yapılabilir?

- 2- Yaşam süreciniz içinde, yaşam dönemlerine özgü sizin için önemli olan, yaşam amacınızı, hedefinizi ve iyilik halinizi etkileyen durumlar, olaylar var mı?

Sonda: Çocukluk dönemine özgü aklınızda kalan ve sizi etkileyen bir olaydan/yaşanmışlıktan söz eder misiniz?

Sonda: Gençlik dönemine özgü aklınızda kalan ve sizi etkileyen bir olaydan/yaşanmışlıktan söz eder misiniz?

Sonda: Yetişkinlik dönemine özgü aklınızda kalan ve sizi etkileyen bir olaydan/yaşanmışlıktan söz eder misiniz?

Sonda: Yaşlılık dönemine özgü aklınızda kalan ve sizi etkileyen bir olaydan/yaşanmışlıktan söz eder misiniz?

- 3- Yaşam süreciniz içinde yaşamınızı anlamlı kılan, iyi ki yaşamışım/yapmışım dediğiniz olaylar/durumlar var mı? Varsa söz edebilir misiniz?

Sonda: Sizce, o olayı anlamlı yapan şey neydi?

Sonda: O olayı hatırlamanın şimdi sizde yarattığı duyguyu, hissettirdiklerini paylaşabilir misiniz?

- 4- Geçmiş yaşanmışlıklar şimdiki hayatınızın anlamını, amacını, iyilik halinizi etkiliyor olabilir mi? Bu konudaki düşüncelerinizi paylaşabilir misiniz?

Sonda: Etkiliyor ise ne tür etkileri var? Söz edebilir misiniz...

- 5- Yaşlanmayı sürecinde yaşanan değişimlerden söz edebilir misiniz?

Sonda: Sizce, bu süreçte sizi en çok ne zorluyor?

Sonda: Sizce, bu zorluklarla nasıl baş ediyorsunuz? Kısaca söz eder misiniz?

- 6- Sizce, şu an, yaşam sürecini anlamlı kılmak, iyilik halini arttırmak için yapılabilecek şeyler neler olabilir? Siz bu konuda neler yaptığınızı düşünüyorsunuz?

Sonda: Sizce, bu konuda yardım alıyor musunuz?

Sonda: Kimden yardım almak istersiniz?

7- Yaşamı anlamlı kılmak, kendinizi iyi hissetmek için yapmaktan hoşlandığınız sanatsal faaliyetler neler olabilir?

Sonda: Sizin ilgilendiğiniz sanatsal bir faaliyet alanı var mı? Ya da geçmişte oldu mu?

8- Yaşlanmayı ve bu süreçte yaşadıklarınızı bir şeye benzetmenizi istesem neye benzetirdiniz? Neden?

Ekleme istediğiniz bir şey var mı?



Eylem Sonrası Görüşme Formu

- 1- Birlikte yürüttüğümüz bu süreç sonunda, yaşam sürecinizi düşündüğünüzde, yaşamın anlamı konusundaki düşüncenizde değişim oldu mu? Paylaşırmısınız?
- 2- Birlikte yürüttüğümüz bu süreç sonunda, yaşam süreciniz içinde, yaşam dönemlerine özgü sizin için önemli olan, yaşam amacınızı, hedefinizi ve iyilik halinizi etkileyen durumları tekrar değerlendirmenizi istiyorum. Bu konuda ki düşüncelerinizde bir değişim oldu mu?
- 3- Birlikte yürüttüğümüz bu süreç sonunda, yaşam süreciniz içinde yaşamınızı anlamlı kılan, iyi ki yaşamışım/yapmışım dediğiniz olaylar/durumlar var mı? Varsa söz edebilir misiniz?

Sonda: Sizce, o olayı anlamlı yapan şey neydi?

Sonda: O olayı hatırlamanın şimdi sizde yarattığı duyguyu, hissettirdiklerinizi paylaşabilir misiniz?

- 4- Geçmiş yaşanmışlıkların şimdiki hayatınızın anlamını, amacını, iyilik halinizi etkilemesi konusundaki düşünceleriniz nedir?

Sonda: Etkiliyor ise sizce ne tür etkileri var? Söz edebilir misiniz?

- 5- Yaşlanmayı sürecinde yaşanan değişimlerden söz edebilir misiniz?

Sonda: Sizce, bu süreçte sizi en çok ne zorluyor?

Sonda: Sizce, bu zorluklarla nasıl baş ediyorsunuz? Kısaca söz eder misiniz?

- 6- Şu an, yaşam sürecini anlamlı kılmak, iyilik halini arttırmak için yapılabilecek şeyler neler olabilir? Siz bu konuda neler yaptığınızı düşünüyorsunuz?

- 7- Yaşamı anlamlı kılmak, kendinizi iyi hissetmek için yapmaktan hoşlandığınız sanatsal faaliyetler neler olabilir?

Sonda: Sizin ilgilendiğiniz sanatsal bir faaliyet alanı var mı? Ya da geçmişte oldu mu?

- 8- Yaşlanmayı ve bu süreçte yaşadıklarınızı bir şeye benzetmenizi istesem neye benzetirdiniz? Neden?

Eklemek istediğiniz bir şey var mı?

Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formu

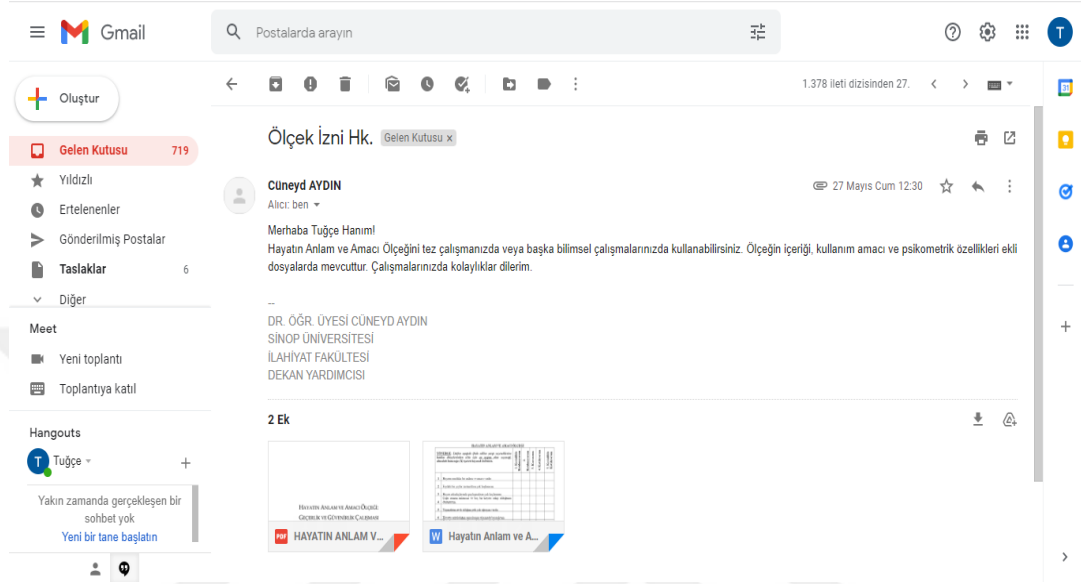


Watson Caring
Science Institute
**WATSON İYİLEŞTİRME SÜREÇLERİNE GÖRE
HASTA MEMNUNİYETİ FORMU**

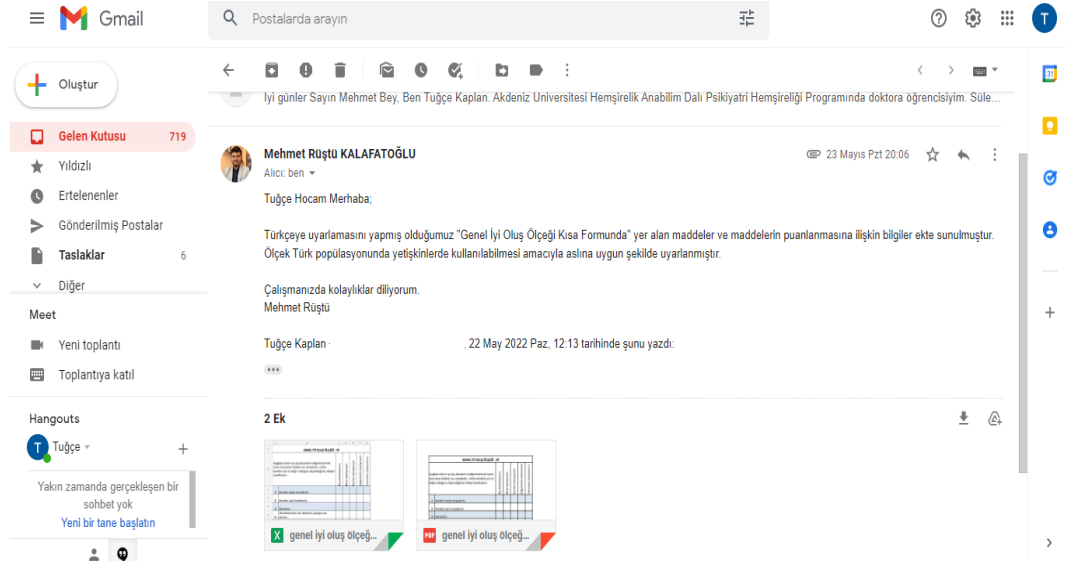
Aşağıdaki soruları cevaplandırırken tüp bebek merkezinde, tedavi sürecinizde ve sonrasında aldığınız **HEMŞİRELİK BAKIMINI** düşünerek ifadelerin yan tarafında bulunan kutucuklardan size en uygun olana işaret koyarak belirtiniz.

	Hiçbir Zaman							Her Zaman
1. Sevgi dolu ve kibar bir hemşirelik bakımı aldım	1	2	3	4	5	6	7	
2. Temel ihtiyaçlarım karşılandı.	1	2	3	4	5	6	7	
3. Yardım edici ve güvenilir bir hemşirelik bakımı aldım	1	2	3	4	5	6	7	
4. İyileşmeme yardımcı olacak bir çevre (ortam) oluşturuldu.	1	2	3	4	5	6	7	
5. Bireysel inançlarıma değer verilerek umut etmem sağlandı.	1	2	3	4	5	6	7	

Ek 5. Ölçek Kullanım İzinleri



Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği Kullanım İzni



Genel İyi Oluş Ölçeği Kısa Formu Kullanım İzni

 **Tuğçe Kaplan** 17 Ağu 2022 Çar 14:08 ☆ 😊 ↩ ⋮
Alıcı: [Redacted]
Dear Jean Watson,

I am a research assistant in the Department of Psychiatric Nursing, Faculty of Health Sciences Süleyman Demirel University at Isparta/TURKEY. My name is Tuğçe KAPLAN. I planned to use your theory with a group of elderly persons in my doctoral thesis. Can I use your Watson Caritas Patient Score with your permission? Thank you in advance for your interest.

Best regards.

 **Jean** 17 Ağu 2022 Çar 19:23 ☆ 😊 ↩ ⋮
Alıcı: ben, [Redacted]
 Türkçe diline çevir X

Hi and thanks for your interest and your research in human caring.

Yes, you have my permission to use the Watson Caritas Patient Score measurement for your doctoral dissertation. It should be important and valuable.

Sending much success and all good wishes.

In loving kindness, Jean

Watson İyileştirme Süreçlerine Göre Hasta Memnuniyeti Değerlendirme Formu Kullanım İzni

Ek 6. Etik Kurul Onayı



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

12.09.2022

Sayı : 70904504/51
Konu :

Sayın
Dr.Öğr.Üyesi İlkay KESER
Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi
Öğretim Üyesi

Değerlendirilmek üzere Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'na başvuruda bulunduğunuz,
"Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin Yaşlı Bireylerde
Hayatın Anlamı ve İyilik Hali Üzerine Etkisi: Bir Eylem Araştırması" adlı çalışmaya ait Kurul
Kararı ekte sunulmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanı

Eki: Etik Kurul Kararı

Adres : Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanlığı 1. Kat ANTALYA
Tel : (242)249 69 54
Faks : (242) 249 69 03
e-posta : etik@akdeniz.edu.tr

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
2022

ETİK KURUL BİLGİLERİ	ETİK KURULUN ADI	Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu
	AÇIK ADRESİ:	Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanlığı Morfoloji Binası A Blok 1. Kat No: A1-05 Kampüs /ANTALYA
	TELEFON	0 (242) 249 69 54
	FAKS	0 (242) 249 69 03
	E-POSTA	etik@akdeniz.edu.tr
	ETİK KURUL KODU	2012-KAEK-20
PROJE YÖRÜTÜCÜSÜ UNVANI/ADI/SOYADI		Dr.Öğr.Üyesi İlkay KESER
ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI		Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin Yaşlı Bireylerde Hayatın Anlamı ve İyi Hali Üzerine Etkisi: Bir Eylem Araştırması
KARAR BİLGİLERİ	Karar No:KAEK- 534	Tarih: 24.08.2022
	Yukarıda bilgileri verilen çalışmanın yapılacağı merkez/merkezlerden izin alındıktan sonra yapılmasında bilimsel ve etik açısından sakınca olmadığına oy birliği ile karar verilmiştir.	

Ek 7. Kurum İzin Yazısı

ISPARTA ÖZEL HUZUREVİ VE YAŞLI BAKIM MERKEZİ MÜDÜRLÜĞÜ

SAYI: H/2022- 64
KONU: Tuğçe KAPLAN UYAN

16.12.2022

Sn. Doç.Dr. İlkay KESER

20195040001 numaralı doktora öğrenciniz Tuğçe KAPLAN UYAN' ın Watson insan bakım kuramına dayalı sanat temelli anımsama terapisinin yaşlı bireylerde hayatın anlamı ve iyilik hali üzerine etkisi: bir eylem araştırması başlıklı doktora tezini kuruluşumuzda yapması uygun görülmüştür.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

Ek 8. Aydınlatılmış Onam Formu

Bu araştırma Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin hayatın anlamı ve genel iyilik hali üzerine etkisini değerlendirmek amacıyla planlan araştırmada yer almak üzere davet edilmiş bulunmaktasınız. Araştırmaya katılma konusunda karar vermeden önce araştırmanın neden ve nasıl yapıldığını, sizinle ilgili bilgilerin nasıl kullanılacağını ve araştırma içeriğini bilmeniz önemli olduğunu düşünüyoruz. Araştırmada öncelikle bireysel görüşmeler yapılacak, hayatın anlam ve amacı, genel iyilik hali durumunu tespit etmek için ölçekler uygulanacaktır. Bakım uygulaması aşamasında Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisi grup oturumları şeklinde uygulanacaktır. Daha sonra hayatın anlamı ve genel iyilik hali bireysel görüşmeler ve ölçekler aracılığıyla tekrar değerlendirilecektir. Bu araştırmaya katılmayı kabul ettiğinizde araştırmacı tarafından gerçekleştirilecek olan Watson İnsan Bakım Kuramına Dayalı Sanat Temelli Anımsama Terapisinin hizmetini haftada bir gün 60-90 dakika olarak alabileceksiniz.

Araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanıyor olup, istediğiniz zaman çekilme hakkına sahipsiniz. Araştırmada fiziksel ve psikolojik bir zarar içeren risk yoktur. Yaptığımız görüşmede kişisel bilgileriniz gizli tutulacak, veri formlarınız numaralandırılarak değerlendirilecektir. Veriler araştırmacı tarafından toplanacak ve yedi yıl saklandıktan sonra imha edilecektir. Verdiğiniz bilgiler sadece bu araştırmada kullanılacak ve araştırma sonuçlarından haberdar olmak için bizlerle iletişim kurmanız yeterli olacaktır. Araştırma sonuçları bilimsel ortamlarda paylaşılacak ve kimliğiniz gizli tutularak yayınlanacaktır. Görüşme süreci, izniniz dahilinde, ses kayıt cihazı ile kaydedilerek bazı yerleri unutmamak için bir araştırmacı tarafından kısa notlar alınacaktır. Bu araştırma için sizden herhangi bir ücret alınmayacak, size de hiçbir ücret ödenmeyecektir.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Tuğçe KAPLAN

Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Psikiyatri Hemşireliği Doktora Öğrencisi

Telefon:

Ben yukarıda yazılı olan bilgileri okudum ve anladım. Araştırma hakkında sözlü olarak bilgilendirildim ve sorularıma yeterli yanıt aldım.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi rızamla, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının Adı-Soyadı:

Araştırmacının Adı-Soyadı:

İmzası:

Telefon No:

Tarih (gün/ay/yıl):

Katılımınız ve ilginiz için çok teşekkür ederim.