

Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry 2011; 3(1):49-66
© 2011, eISSN:1309-0674 pISSN:1309-0658

Yaşam Boyu Gelişim Yaklaşımı *Life Span Developmental Approach*

Ali Eryılmaz ¹

¹ Dr., Ankara Lisesi

ÖZET

Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, bireyin doğumla başlayıp ölümle sona eren yaşamındaki gelişimini inceler. Bu yaklaşım psikoloji, psikiyatri, antropoloji, sosyoloji ve geriatri gibi çok sayıda disiplini ilgilendiren disiplinler arası bir yaklaşımdır. Yaşam boyu gelişim yaklaşımında temel varsayım, gelişimin yetişkinlik sürecinde tamamlanmadığı, bütün yaşam sürecinde devam ettiğidir. Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, tarihsel süreçte gelişmiştir. Yaşam boyu gelişim yaklaşımı açısından gelişim, doğumla başlayan ve ölümle sonuçlanan süreçteki değişimleri içerir. Gelişim karmaşık bir süreçtir, ölümü ve ölmeyi de içinde barındırır. Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, insan gelişimini gelişim dönemleri kapsamında ele alır. Yaşam boyu gelişim yaklaşımına göre, yaş temelli açıklamaların yapılmadığı toplumlara doğru gidilmektedir. Yaşam boyu gelişimde, kalıtsala karşı deneyim, sürekliliğe karşı süreksizlik, değişime karşı değişmezlik önemli konulardır. Yaşam boyu gelişim araştırmalarında, bireysel gelişimin üç alanında bilgi toplanmaktadır ve üretilmektedir.

Anahtar Sözcükler: gelişim, yaşlılık, yaşamboyu gelişim yaklaşımı, psikoloji

ABSTRACT

The Life Span Developmental Approach examines development of individuals which occurs from birth to death. Life span developmental approach is a multi-disciplinary approach related with disciplines like psychology, psychiatry, sociology, anthropology and geriatrics that indicates the fact that development is not completed in adulthood, it continues during the life course. Development is a complex process that consists of dying and death. This approach carefully investigates

the development of individuals with respect to developmental stages. This developmental approach suggests that scientific disciplines should not explain developmental facts only with age changes. Along with aging, cognitive, biological, and socioemotional development throughout life should also be considered to provide a reasonable and acceptable context, guideposts, and reasonable expectations for the person. There are three important subjects whom life span developmental approach deals with. These are nature vs nurture, continuity vs discontinuity, and change vs stability. Researchers using life span developmental approach gather and produce knowledge on these three most important domains of individual development with their unique scientific methodology.

Keywords: development, aging, life span developmental approach, psychology

Her bilim dalı, bilimsel araştırmalarını ve yöntemlerini etkileyen birtakım değerler dizisine sahiptir. Gerek psikiyatri ve geriatri, gerek biyoloji gerekse psikoloji alanında “insanın nasıl geliştiği” konusunda birtakım değerler dizisi bulunur. Örneğin; gelişim psikolojisi tarihinde, insan gelişimi mekanistik (davranışçı) değerlerden organizmik (yapısal) değerlere doğru bir yönelimle ele alınmıştır. Günümüzde ise, “insan gelişimi” konusunda yapılan araştırmalar, yeni değerler sistemi ile geręekleřtirilir. Bu değerler sistemine “yaşam boyu gelişim yaklaşımı” adı verilir.[1]

Günümüzde insan gelişimini açıklayan bilimsel disiplin alanları için yaşam boyu gelişim yaklaşımı pek çok açıdan önemlidir. Çünkü yaşam boyu gelişim yaklaşımı, insanın gelişimi ve yaşlanması konusunda meta-kuram olarak ele alınmaktadır. Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, insan gelişimini ve yaşlanmayı, biyolojik, bilişsel ve sosyo-duygusal gibi çoklu faktörlerle ele alır.[2-5] Yaşam boyu gelişim yaklaşımında temel varsayım, gelişimin yetişkinlik sürecinde tamamlanmadığı, bütün yaşam sürecinde devam ettiğidir. Bu yaklaşıma göre, bütün yaşam sürecinde gelişim, psikolojik yapılar ve bu yapıların işlevleri üzerinde uyum sağlayıcı bir sürecin öğeleri olan kazanım, sürdürme, dönüşüm ve yıpranma aracılığı ile geręekleřir.[6] Bu yaklaşım, sağlıklı gelişimin kayıpların en aza indirilmesi ve kazançların artırılmasıyla geręekleřeceęini savunur. Bu yaklaşım, insan gelişimini aile sistemi bakış açısıyla değerlendirir. Bu bağlamda, bu yaklaşımın ne tek bir kuramı ne de tek bir disiplin alanı vardır. İçerisinde pek çok kuramı ve bilimsel disiplini barındırır. Bilimsel disiplin alanlarına, psikiyatri, psikoloji, sosyoloji, tıp, biyoloji, geriatri, eğitim ve ant-

ropoloji örnek verilebilir. Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, insan gelişimini ve yaşlanmayı kazançlar ve kayıplar noktasında değerlendirdiği ve değişim potansiyelini önemseydiği, gelişimi çocukluk ve ergenlik dönemi ile sınırlamadığı, birden fazla bilimsel disiplin alanıyla birlikte çalışmayı gerekli kıldığı için de önemli bir yaklaşımdır.[7] Tüm bunların yanında, yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı olarak gerçekleştirilen çalışmaların bulguları, ana-babalık yapmada, kendi kendine yardımda, halkla ilişkilerde, eğitim programları hazırlamada, iş yaşamında, toplumsal politikaların belirlenmesinde ve tıbbî tanı ve tedavi gibi pek çok alanda da kullanılmaktadır.[7]

Bu çalışmada bu denli öneme sahip olan ve geniş yelpazede ele alınan ve günümüzde önemi gittikçe artan yaşam boyu gelişim yaklaşımının genel özellikleri, tarihsel kökenleri, insan gelişimini nasıl açıkladığı, insanın gelişimini dönemsel açıdan incelemesi, yaş kavramını ele alışı, tartıştığı gelişim konuları, içerdiği bilimsel disiplin alanları, kullandığı yöntemler ve yürüttüğü araştırmalar incelenmiştir.

Tanımı

Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, bir kuram değildir. Gelişim ve davranış üzerindeki çalışmalarda etkili olan bir yönelimdir.[8] Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, bireyin doğumla başlayıp ölümle sona eren yaşamındaki gelişimini inceler. Yaşam boyu gelişim yaklaşımında temel varsayım, gelişimin yetişkinlik sürecinde tamamlanmadığı, bütün yaşam sürecinde devam ettiği'dir. Bütün yaşam sürecinde gelişim, psikolojik yapılar ve bu yapıların işlevleri üzerinde uyum sağlayıcı bir sürecin öğeleri olan kazanım, sürdürme, dönüşüm ve yıpranma aracılığı ile gerçekleşir.[8]

Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, öncelikle, bireyde görülen değişiklikleri tanımlar. Bu noktada bu yaklaşım, "Değişen nedir? Ne, ne zaman değişir? Değişim tek boyutlu mudur, yoksa çok boyutlu mudur? Değişim sürekli midir, yoksa süreksiz midir?" gibi sorulara yanıt arar. İkinci olarak bu yaklaşım, bireyde görülen değişiklikleri açıklar. Bu bağlamda, değişimin neden gerçekleştiği üzerinde durur. Çevre ve birey etkileşimine odaklanır. Değişiklikleri açıklarken, normatif yaş, tarih ve yaşam olayları gibi faktörleri kullanır. Üçüncü olarak, bu yaklaşım, davranışın en uygun şekilde sokulması üzerinde durur. Davranışın en uygun şekilde sokulması, davranışın nasıl değiştirileceği anlamına gelir. Dördüncü olarak, yaşın değişiminden ziyade davranışın değişimini vurgular. Bu çerçevede davranış, belli bir yaş odağında ele alınmaz. Yaşı sadece tanımlayıcı bir değişken olarak değerlendirir. Son olarak bu yaklaşım, birey

dışındaki değişikliğin bireyin içinde nasıl yapılandığı ile ilgilenir. Bir başka ifadeyle, bireyde oluşan davranış değişikliğinin yanı sıra, bireyin bu değişiminin nasıl gerçekleştiği ve diğerlerinden nasıl farklılaştığı ile de ilgilenir.[9]

Tarihsel Kökenleri

Yaşam boyu gelişim yaklaşımını daha iyi anlamak için, gelişim psikolojisinin geçtiği tarihsel sürece genel olarak bakmak gerekir. Gelişim psikolojisinde ilk olarak, çocukluk dönemi ele alınmıştır. Bu bağlamda öncelikle, bebek biyografileri yazılmıştır. Daha sonra gazetelerde bir çocuğun ilk gelişim yıllarına ilişkin yazılar yayımlanmaya başlamıştır. Örneğin; Almanya’da 1787 yılında Dietrich Tiedmann, kendi oğlunun 1-2 yaşları arasındaki duyu, motor, dil ve bilişsel gelişim özelliklerini yayımlamıştır. Yenidoğanın gelişimsel doğasına vurgu yapan kişilerden biri de, evrim kuramını ortaya atan Charles Darwin olmuştur. Darwin, 1877’de oğlu Doddy’nin ilk 12 aylık yaşamındaki duyu, bilişsel ve davranışsal alanlardaki gelişimlerini yayımlamıştır. 19. yüzyılın sonlarına doğru, Batı dünyasında ortaya çıkan birkaç eğilim, gelişim alanında bilimsel çalışmaların ortaya çıkmasını sağlamıştır. “Gelişimde kalıtımın mı, yoksa deneyimin mi etkili olduğunu araştırmak”, “çocukların eğitim yaşamına başlamaları”, “çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarının karşılanmasında öğretmenlerin ve anne-babaların daha duyarlı olmaları” vb. anılan eğilimlerden bazılarıdır.[8]

Bilimsel anlamda yenidoğan, çocukluk ve ergenlikle ilgili çalışmalar, 19. yüzyıla dayanmakla birlikte 1940’a kadar uzanır. 1940’tan sonra, yetişkinlik ve yaşlılık konusunda çalışmaların yapıldığı görülür. Örneğin; Hall, “Ergenlik (Adolescence)” kitabını 1904 yılında yayımlamıştır. “Yaşlılık: Yaşamın Son Yarısı” adlı kitabını ise, 1922 yılında yayımlamıştır.[3]

Yaşam boyu gelişim konusuyla ilgilenmenin tarihi ise, iki dönemde ele alınabilir:

1. 1850-1920 yılları arasındaki dönem: Yukarıda da görüldüğü gibi, bu yıllarda çocukluk ve ergenlik dönemlerine ilişkin çalışmalar yapılmıştır. Yetişkinlik ve yaşlılık konusunda hemen hemen hiçbir çalışma yapılmamıştır. Bu dönemlerde, insan gelişiminde çevrenin etkisi ile fazla ilgilenilmemiştir. Gelişim, büyük oranda kalıtımla açıklanmıştır.
2. 1920-1960 yılları arasındaki dönem: Psikologlar bu dönemde, gelişimde sosyal çevrenin ve kalıtımın etkisini araştırmaya koyuldular. Davranışçılar, kişiliği “boş levha” ya benzeterek açıkladılar. Diğer psikologlar ise, kişiliği, biyolojik organizmanın sosyal çevre ile etkileşimi

sonucunda ortaya çıkan davranışlar bütünü olarak ele aldılar. Bu iki gruptan farklı olarak üçüncü bir grup, gelişimi yaşam boyu gelişim bağlamında ele alarak çalışmalar yaptı.[3]

1960 ve 1970'li yıllara gelindiğinde, yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı olarak yapılan çalışmalarda önemli düzeyde artışlar görüldü. Bu artışa bağlı olarak da, West Virginia Üniversitesi'nde bir dizi konferanslar yapıldı. "Normatif Olmayan Yaşam Olayları", "Yaşam Boyu Gelişim ve Davranış" gibi konular, yapılan konferansların ana temasını oluşturdu.[4]

Günümüze yaklaştıkça, tarihsel açıdan yaşam boyu gelişim yaklaşımının önemi gittikçe artmıştır. Bu önemin ortaya çıkmasına neden olan üç önemli faktör bulunmaktadır. Geçmiş yıllara oranla yaşlı nüfusun genel nüfus içerisindeki oranı artmıştır. İkinci olarak, gerontoloji, özel bir bilim alanı olarak yaygınlaşmıştır. Üçüncü olarak da, boylamsal çalışmalarda artış gözlenmiştir.[10] Bu veriler yaşam boyu gelişim yaklaşımının geçmişten günümüze önemini artırarak geldiğini göstermektedir.

İnsan Gelişimine Yaklaşımı

Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, insan gelişimini pek çok noktadan ele alır ve değerlendirir. Yaşam boyu gelişim açısından gelişim, doğumla başlayan ve ölümlü sonuçlanan süreçteki değişimleri içerir. Gelişim karmaşık bir süreçtir; ölümü ve ölmeyi de içinde barındırır. Gelişim, pek çok alandaki değişikliklerin bir araya gelmesi ile gerçekleşir. Bu bağlamda gelişim, biyolojik, bilişsel ve sosyo-duygusal alanlarda gerçekleşir. Gelişim etkileşimseldir. Bir alanda gerçekleşen gelişim, diğer alanı da etkiler.[10]

Gelişimde biyolojik, bilişsel, psikolojik ve sosyo-duygusal süreçler etkilidir. Biyolojik süreçler, bireyin fiziksel yapısındaki değişiklikleri içerir. Biyolojik gelişim sürecinde, anne-babadan kalıtsal yolla edinilen genler, beynin gelişimi, kilo alımı ve kaybı, motor becerilerdeki değişiklikler, erinlik dönemindeki hormonal gelişim, kardiyovasküler alandaki düşüşler vb. faktörler etkili olmaktadır.[5]

Biyolojik süreçlere ilişkin olarak, biyologlar ile gelişim psikologları arasında birtakım tartışmalar vardır. Tartışmanın odağında yaşlanma yer alır. "Yaşlanma, gelişimin bir ögesi midir, yoksa gelişim dışı bir konu mudur?" sorusu tartışmanın odağını oluşturur. Biyologlara göre gelişim, organizmanın fenotip özelliklerini içeren ilerleyici bir üründür. Gelişim, hücresel farklılaşma süreciyle gerçekleşir. Gelişim, olgunlaşmadır. Olgunlaşma ise, organizmanın genetik potansiyelini ortaya koymasını sağlayan fiziksel gelişimini ifade eder. Biyo-

loglara göre, bu noktada yaşlanma başlar. Bu tanımlamanın altında gelişimin ve evrimin ilerleyici olduğu düşüncesi yatar. Bu yüzden yaşlanma, biyolojik tanımlamaya göre, gelişim döneminin bir parçası değildir. Yaşam boyu gelişim konusu ile ilgilenen gelişim psikologları, biyologların tanımlamasına karşı çıkmaktadırlar. Çünkü gelişim, yaşam boyu gerçekleşen bir süreçtir. Gelişim, doğumla başlar ve ölümle sona erer. Bu yüzden gelişim, yaşamın tamamını içine alır.[5,10]

Gelişim, sadece olgunlaşmayı amaçlayan biyolojik bir süreç olarak ele alınmaz. Gelişim, yaşam boyu devam eden psikolojik bir süreçtir. Gelişimin psikolojik yönleri, biyolojik gelişimden bağımsız bir şekilde gerçekleşir. Örneğin; birey, biyolojik bir yıkım yaşarken yaratıcı zekâsını kullanabilmektedir. Bu bağlamda, biyolojinin ve psikolojinin sıkı sıkıya birbirine bağlı olmasına gerek yoktur. Ölüm bile önemli bir gelişim sürecidir.[5]

Bilişsel süreçler, bireyin düşüncesinde dilinde ve zekâsında gerçekleşen değişimleri içerir. Bilişsel gelişim sürecinin örnek göstergeleri, “iki kelimeyi bir cümlede kullanmak”, “şiiirleri hatırlamak”, “bir filmde ne olacağını tahmin etmek”, “bulmaca çözmek” vb. olabilir.[5]

Sosyo-duygusal süreçler, bireyin duygularındaki ve kişiliğindeki değişiklikler ile diğer insanlarla olan ilişkilerindeki değişiklikleri içerir. Sosyo-duygusal gelişim sürecinde “yenidoğanın anne dokunmasına gülme tepkisi ile karşılık vermesi”, “küçük çocuğun oyun arkadaşına saldırganca davranması”, “bir kızın duyarlılığını geliştirmesi”, “büyüklerin sevecenliği” vb. örnekler etkili göstergelerdir.[5]

Gelişimde etkili olan süreçleri gördükten sonra yaşam boyu gelişim yaklaşımına göre, gelişimin özellikleri üzerinde durulabilir. Bu bağlamda Baltes, gelişimi, yaşam boyu gelişim açısından yedi temel özellikte ele alır: İlk olarak, gelişim yaşam boyu sürer. Araştırmalar, daha çok yetişkin gelişiminin farklı yönleri üzerinde odaklanmaktadır. Gelişim, insan yaşamını önemli düzeyde etkileyen kazançları da kayıpları da içerir. İkinci olarak, gelişim çok boyutludur. Gelişim, biyolojik, bilişsel ve sosyo-duygusal alanlarda gerçekleşir. Üçüncü olarak, gelişimi pek çok faktör yönlendirir. Gelişimin bazı boyutları, gelişimle birlikte artarken bazıları da azalır. Örneğin; yetişkin gelişimi sürecinde karar verme becerileri artarken bilgi işleme hızı yavaşlar. Dördüncü olarak, gelişim esnekliklidir. Bireylerin yaşam koşullarına bağlı olarak gelişim, farklı şekilde gerçekleşir. Beşinci olarak, gelişim tarihsel süreçten etkilenir. Gelişim, içinde bulunulan zaman diliminden etkilenir. Örneğin; 1960’lı yıllarda 30 yaşında olan bir kadının kariyer yönelimi ile 1990’larda 30 yaşındaki bir kadının kariyer yönelimi birbirinden farklıdır. Altıncı olarak, gelişim pek çok disiplin-

le çalışmayı gerektirir. Psikologlar, psikiyatristler, sosyologlar, antropologlar, nörologlar, geriatristler ve tıp doktorları, insan gelişimi ile ilgilenen meslek elemanlarıdır. Yaşam boyu gelişimdeki bilinmeyenleri ortaya koyarlar. Yedinci olarak, gelişim bağlamsaldır. Gelişim, bireyin bağlamında gerçekleşir. Bağlamı oluşturan öğeler, sosyal, tarihsel ve kültürel olabilir. Öte yandan, bireyin fiziksel çevresi de bağlamın bir ögesidir. Bağlamsal bakış açısına göre gelişim, değişen dünyada bireyin değişimiyle gerçekleşir.[10]

Yedinci özellikte belirtildiği gibi, yaşam boyu gelişim, bağlamsal bir yaklaşımdır. Bağlamsal bakış açısına göre gelişim, üç sistemin birbiriyle etkileşimi sonucunda gerçekleşir. Bu sistemler:

- a. Normatif yaş etkileri: Aynı yaş grubunda yer alan bireylerin gelişiminde biyolojik ve çevresel faktörler benzer etkiye sahiptir. Erinliğe ve menopoza girme, aynı yaş grubundaki bireyler için benzer süreçleri içerir. Bu bağlamda, bütün dünyada formal eğitimin benzer yaşlarda başlaması; emeklilik zamanı için genellikle 50'li ve 60'lı yaşların tercih edilmesi gibi yaşam olayları, normatif yaş etkisine örnek gösterilebilir. Normatif yaş etkileri, daha çok bireyin yaşamının başlarında ve sonlarında etkili olmaktadır.
- b. Normatif tarihsel etkiler: Gelişimdeki, biyolojik ve çevresel etkiler tarihle ilişkilidir. Tarihsel etkiler, ergenlik ve genç yetişkinlikte bireyin toplumu ve kültürü anlamasıyla etkili olmaya başlar. Normatif tarihsel etkilere ekonomik değişiklikler, kadının rolünün değişmesi, teknolojik gelişmeler ve politik değişiklikler vb. örnek gösterilebilir.
- c. Normatif olmayan yaşam olayları: Normatif olmayan yaşam olayları, beklenmedik bir şekilde gerçekleşir ve insan yaşamına büyük etkiler yapar. Bu tarz yaşam olaylarının gerçekleşme şekline ve sonuçlarından pek çok insanın etkilenmesi söz konusu değildir. Bu olaylara örnek olarak; bireyin gençken anne-babasını kaybetmesi, erken yaşlarda gebe kalma, kazalar ve felaketler yaşama vb. yaşam olayları gösterilebilir. Normatif olmayan etkiler, yaşamın herhangi bir zaman diliminde görülebilir ve bizim kişisel yaşantımızı şekillendirir.[10]

Yaşam boyu gelişim yaklaşımının temel kavramlarını özet bir şekilde ifade etmek faydalı olabilir. Tablo.1'de yaşam boyu gelişim yaklaşımının kavramları özetlenmiştir.[10]

İnsan gelişimini bu derece kapsamlı bir şekilde tanımladığı ve incelediği için yaşam boyu gelişim yaklaşımı, diğer yaklaşımlardan farklıdır. Bu yaklaşımın bir diğer önemli farklılığı da, insan gelişimini dönemler hâlinde incelemesidir.

Tablo.1. Yaşam Boyu Gelişim Yaklaşımının Temel Kavramları ve Özellikleri [10]

Kavram	Özellik
Yaşam Boyu Gelişim	Onto-genetik gelişim, yaşam boyu devam eder. Gelişim, yaşamın her döneminde gerçekleşir ve devam eder. Gelişimde süreklilik ve süreksizlik birlikte gerçekleşir.
Çok Yönlülük	Aynı alanda bile çeşitli ve çoklu değişim söz konusudur. Değişimin yönü, davranış kategorilerine bağlı olarak çeşitli olabilir. Aynı gelişim döneminde, bazı davranış sistemleri artış gösterirken bazı davranış sistemlerinin işlevinde azalma olabilir.
Kayıp ya da Kazanç Olarak Gelişim	Gelişim süreci, sadece kazançlara doğru bir yönelim göstermez. Gelişim sürecinde hem kazançlar hem de kayıplar yer alır.
Esneklik	Bireylerin kendilerini çevresel koşullara göre düzenleyebilmeleri esnekliği belirtir. Kişi içi esneklik, çoğunlukla psikolojik gelişimde gerçekleşir. Yaşam koşullarına ve deneyimlerine bağlı olarak gelişim, pek çok farklı şekil alabilir. Burada gelişim açısından anahtar nokta, esnekliğin ve engellerin oranlarının araştırılmasıdır.
Tarihsel Yatkınlık	Onto-genetik gelişim, tarihsel kültürel koşullara bağlı olarak da çeşitlenebilir. Gelişimin tarihsel koşullardan nasıl etkilendiği ve zaman içerisinde nasıl şekil aldığı önemli bir konudur.
Paradigma Olarak Bağlamcılık	Herhangi bir bireysel gelişim, üç sistemin birbiriyle etkileşimi aracılığı ile anlaşılabilir. Bu sistemler yaş, tarih ve normatif olmayan olaylardır. Bu sistemlerin aktif olması, bağlamcılık olarak ele alınmaktadır.
Gelişim Alanı Olarak Çoklu Bilimsel Disiplin	İnsan gelişimi, pek çok bilimsel disiplin alanının bir araya gelmesiyle ele alınmaktadır. Bu alanlara psikoloji, sosyoloji, psikiyatri, biyoloji, geriatri ve antropoloji örnek verilebilir.

Yaşam Boyu Gelişim Dönemleri

İnsan gelişimini anlamanın pek çok yolu vardır. Bu yollardan birisi de, insan gelişimini yaşam boyu gelişim dönemleri çerçevesinde ele almaktır. Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, insan gelişimini dönemler hâlinde inceler. İnsan gelişimini dönemler hâlinde ele alan pek çok bilim adamı bulunmaktadır. Bunlardan biri de Santrock'tur. Santrock, yaşam boyu gelişimi, sekiz dönemde ele almıştır (Tablo.2).[11]

Tablo.2. Santrock'a göre Yaşam Boyu Gelişim Dönemleri [11]

Dönem	Temel Özellikleri
1. Doğum Öncesi Dönem	Döllenmeden doğuma kadar süren bir zaman dilimini kapsar. Organizmanın tek hücreden oluştuğu önemli bir dönemdir.
2. Yenidoğan Dönemi	Bu dönem, doğumla birlikte başlar; yaklaşık iki yaşına kadar sürer. Bu dönemde yenidoğan, fiziksel-psikomotor, psikolojik ve toplumsal açıdan gelişimini hızla sürdürür.
3. İlk Çocukluk Dönemi	Yenidoğan döneminin bitiminden başlar; 5-6 yaş dolaylarında sona erer. Çocuk, pek çok alanda kendine yeter bir duruma gelir. Okula hazırlık anlamında pek çok beceri geliştirir. Ve de akranlarıyla oldukça çok vakit geçirir.
4. Orta ve Geç Çocukluk Dönemi	6-12 yaşlarını kapsar. Bu dönem, ilkökul yıllarını içerir. Okuma, yazma ve aritmetik gibi beceriler geliştirilir. Çocuk, kültüre ve dünyaya ilişkin algılarını genişletir. Başarı, önemli bir kavram olmaktadır. Çocuğun kendini kontrolü artmaktadır.
5. Ergenlik Dönemi	10-12 yaşları ile 18-22 yaşları arasında gerçekleşen bir dönemdir. Fiziksel, cinsel, bilişsel, sosyal ve ahlaki alanlarda gelişim gerçekleşir.
6. Genç Yetişkinlik	10'lu yaşların sonlarında ya da 20'li yaşların başlarında başlayan ve 30'lu yaşların sonlarında biten bir dönemdir. Kişisel ve ekonomik açıdan bağımsızlaşmanın, kariyer gelişiminin, eş seçiminin ve aile kurmanın gerçekleştiği dönemdir.
7. Orta Yetişkinlik	35-45 yaşları arasında gerçekleşen bir dönemdir. Sosyal ve kişisel katılımın gerçekleştiği, sorumlulukların alındığı, gelecek nesillerin yetişmesine katkıda bulunduğu ve bireyin kariyerinden doyum aldığı bir dönemdir.
8. Geç/İleri Yetişkinlik	60'lı ve 70'li yıllarda başlar ve ölüme kadar devam eder. Güç ve sağlık kaybına alışma dönemidir. Yaşamını gözden geçirme, emekli olma ve yeni sosyal rollerine uyum sağlama söz konusudur.

Yaş Kavramı ve Yaşlanmaya Bakışı

Yaşam boyu gelişim yaklaşımının ele aldığı önemli konulardan ikisi de, yaş ve yaşlanmadır. Literatüre bakıldığında, yaşın farklı şekillerde tanımlandığı görülmektedir. Kronolojik, biyolojik, psikolojik ve sosyal yaş, bu tanımlamalardan bazılarıdır. Kronolojik yaş, bireyin doğumundan itibaren yaşamış olduğu yılları belirtir. Kronolojik yaş, bireyin psikolojik gelişimi hakkında çok net açıklamalar yapılmasına izin vermez. Biyolojik yaş, bireyin biyolojik sağlığı ile ilgilidir. Biyolojik yaşın belirlenmesinde, yaşamsal öneme sahip organların

işlevsel kapasiteleri ele alınır. Kronolojik yaştan bağımsız olarak genç bir bireyin daha uzun süre yaşayacağı düşünülür. Psikolojik yaş, bireylerin uyum sağlama kapasitelerinin aynı kronolojik yaştaki bireylerle karşılaştırılması sonucunda ortaya konur. Bireyler, kronolojik olarak, aynı yaştaki kişilerden öğrenme, sorunlarla başa çıkma, duyguları kontrol etme, ayrıntılı düşünme gibi alanlarda daha iyi uyum sağlayabilirler. Uyum sağlamada daha iyi olanlar, olmayanlara göre daha gençtirler. Sosyal yaş, kişinin yaşına bağlı olarak ondan beklenen sosyal rolleri ve beklentileri yerine getirme düzeylerini içerir. Toplumsal olarak evli çiftlerden, emeklilerden, çocuk sahibi olanlardan, büyükanneden ya da büyükbabadan birtakım beklentiler bulunur. Kronolojik yaş, bu tür beklentilerin belirlenmesinde yetersiz kalmaktadır.[12]

Gelişim dönemlerinin tanımlanmasında görüldüğü gibi, dönemleri birbirinden ayıran temel çizgi yaştır. Yaşam boyu gelişim alanında çalışmalarda bulunan Baltes'e göre, yaş temelli açıklamaların yapılmadığı toplumlara doğru gidilmektedir.[2-5] Çünkü günümüzde; 35 yaşında büyükanne, ilkokula giden bir çocuğu olan 65 yaşında bir baba, 55 yaşında iş adamlığına başlamış bir dul ve 70 yaşında bir öğrenci ile karşılaşmaktayız. Ayrıca pek çok yetişkin teması, yaşam boyu gelişim dönemleri içerisinde tekrar tekrar görülmektedir.

Yaşam boyu gelişim yaklaşımının en çok ilgilendiği konulardan biri de yaşlanmadır. Bu ilginin nedenlerinden biri, dünyada yaşlı nüfusun hızla artmasıdır. Yaşlanma konusuna ve yaşlı kişilere bakıldığında, "yaşlıların sağlık bakımlarının nasıl gerçekleştirileceği", "emeklilik dönemlerini nasıl sorunsuz atlatacakları" ve "toplumda sosyal yalıtımdan nasıl korunacakları" gibi konular önemli olmaktadır.[9] Bu yaklaşım, yaş ve yaşlanmayı farklı şekillerde ele aldığı için yeni bilimsel bilgilerin ve bilimsel disiplin alanlarının ortaya çıkmasına katkıda bulunmuştur.

İlgilendiği Temel Konular

Gelişim psikolojisinde ve dolayısıyla yaşam boyu gelişim yaklaşımında, insan gelişiminde kalıtsala karşı deneyim (nature vs nurture), sürekliliğe karşı süreksizlik (continuity vs discontinuity), değişime karşı değişmezlik (change vs stability) olmak üzere üç önemli konu üzerinde durulmaktadır.[13]

Kalıtsala Karşı Deneyim

"Gelişim, deneyim yoluyla mı, yoksa kalıtsal faktörlerle mi gerçekleşir?" sorusu psikoloji biliminin başlangıcından beri gündeme gelmiştir. Kalıtım, bireyin biyolojik olarak kapasitesini belirlerken kazanım ise, çevresel deneyimleri

içermektedir. Kalıtım taraftarı olanlar, gelişimde biyolojinin temel faktör olduğunu belirtirlerken kazanım taraftarı olanlar, gelişimde çevresel deneyimlerin önemini savunurlar.[2]

Yaşam boyu gelişim, sadece biyolojik, bilişsel ve sosyal alanlardaki değişikliklerle gerçekleşmez. Olgunlaşma ve deneyim de gelişime yön verir. Olgunlaşma, genetik kapasitemizin aşamalı bir şekilde düzenli olarak yaşama geçmesidir. Genetik yapı, benzer şekilde gelişmemizi sağlar. Yaşam boyu gelişim konusu ile ilgilenen gelişim psikologları, diğer alanlardaki psikologlara oranla gelişimde deneyimin önemini daha fazla vurgularlar. Kişinin gelişimi, bireyin biyolojik çevresinde beslenme, tıbbi bakım, ilaç alma ve geçirilen kazalar gibi deneyimlerle, sosyal çevresinde ailesi ve akranlarıyla yaşadığı deneyimlerle ve okul, toplum, kültür ve medya gibi bireyin deneyimlerini şekillendiren araçlarla gerçekleşir.[2-5]

Sürekliliğe Karşı Süreksizlik

Önemli bir diğer konu, gelişimin belli bir zaman dilimine bağlı olarak aşamalı bir şekilde mi, yoksa aniden mi gerçekleşip gerçekleşmediğidir. Deneyime vurgu yapan gelişimciler, gelişimi aşamalı, devam eden bir süreç olarak ele almışlardır. Öte yandan, olgunlaşma üzerine vurgu yapan gelişimciler, gelişimin birbirinden farklı, birbirinin ardı sıra gelişen bir dizi dönemin sonucunda gerçekleştiğini belirtmişlerdir. Bazı gelişimcilere göre gelişim, doğumdan ölüme kadar yığılmalı bir şekilde gerçekleşmektedir. Bu görüşü savunanlar, gelişimde sürekliliğin olduğuna inanırlar. Gelişimi, tıpkı bir çekirdeğin büyümesi gibi ele alırlar. Buna karşın bazı gelişimciler, gelişimin birbirinden bağımsız dönemlerin sonucunda gerçekleştiğini savunarak gelişimde süreksizliği dile getirirler. Gelişimi, tıpkı bir kelebeğin gelişimi gibi ele alırlar.[2-5]

Değişime Karşı Değişmezlik (Stabilite)

Değişmezlik, önceki gelişim dönemlerinde elde edilen kazanımların sabit kaldığını belirtir. Örneğin; “Utangaç çocuk, yetişkinlikte de utangaçlığını devam ettirecek midir, yoksa konuşkan ve sosyal bir birey mi olacaktır?” sorusuna “Yetişkinlikte de utangaç olacaktır.” denilirse, bu durumda, gelişimde değişmezliğin olduğu düşüncesi savunulmuş olur. Bu düşüncenin bir uzantısı da, pek çok alandaki gelişimin çocuklukta gerçekleştiği ve yetişkinlikte duranlaştığı düşüncesidir. Yaşam boyu gelişim görüşünü benimseyenlerce, değişim ve değişmezlik konusundan çok, değişimin hızı ve nasıl gerçekleştiği daha önemlidir.[10]

İlişkili Bilimsel Disiplin Alanları

Yaşam boyu gelişim yaklaşımında insan gelişimi, pek çok bilimsel disiplin alanının bir araya gelmesiyle ele alınmaktadır. Bu alanlara psikiyatri, geriatri, psikoloji, sosyoloji, tıp, biyoloji, eğitim ve antropoloji örnek olarak verilebilir.

Yaşam boyu gelişim yaklaşımını benimseyen araştırmacılar, öncelikle, tek bir bilimsel disiplin alanıyla insan gelişiminin güçlü bir şekilde açıklanamayacağına düşünürler. Örneğin; psikologlar, bireylerin mesleki ilgileri ve kariyer gelişimleri ile ilgilenirken, sosyologlar ve ekonomistler, ele alınan konunun toplumsal doyum ve işletmedeki önemi gibi yönlerini incelemektedirler. Benzer şekilde psikologlar, ana-baba tutumlarını incelerlerken, sosyologlar da bu tutumların tarihsel süreçteki aile yapılarını ve işlevlerini, gelişimlerini incelemektedirler. Yaşam boyu gelişim yaklaşımını benimseyen araştırmacılara göre; ikinci olarak, çoklu bilimsel disiplin alanı ile çalışmak, araştırmacılara kendi disiplin alanlarının eksikliklerini ve diğer alanların güçlü yanlarını göstermektedir. Böylece, insan gelişimine farklı pencerelerden bakarak daha sağlıklı bir bütüne ulaşılmaktadır.[10]

Yaşam boyu gelişim yaklaşımından en çok bireylerin iyilik hâllerini artırma alanında yararlanılmıştır. Bu bağlamda, genetik danışmanlar ve aile danışmanları, hemşire ve doktorlar, çocuk gelişim uzmanları, krizle başa çıkma da yardım sunan psikolojik danışmanlar, sosyal hizmet uzmanları, geriatristler ve de terapistler gibi pek çok profesyonel meslek elemanları, alanda oluşan bilgiyi kullanmışlardır.[2-5]

Kullandığı Yöntemler

Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, yaş ve yaşlanma bağlamında gelişimi ele aldığı için kullandığı yöntemler de bu iki konuya bağlı olarak şekillenmektedir. Yaşam boyu gelişim araştırmalarında, bireysel gelişimin (bireylerin kendi gelişimlerini nasıl düzenledikleri, bireyler arasındaki gelişimsel farklılıkların neler olduğu ve gelişimsel açıdan esnekliğin nasıl olduğu) üç alanında bilgi toplanmaktadır ve üretilmektedir. Bu üç alanda yaşla ilişkili bulgulara ulaşmak temel amaçtır.[2-5] Yaşam boyu gelişim yaklaşımına uygun bilgi toplandıktan sonra, bu bilgilere dayalı olarak kuramlar oluşturulmaktadır.

Yaşam boyu gelişime ilişkin bir kuram oluşturmada bütüncül ve işlevsel yaklaşım olarak tanımlanan iki yaklaşım bulunmaktadır. Bunlardan ilkinde bütüncül yaklaşım, kişiyi bir sistem olarak ele alır. Yaş dönemlerini tanımlayarak ve yaş dönemleri arasında bağlar kurarak ya da bireyin gelişimini gelişim dönemleri içerisinde ele alarak yaşam boyu gelişim hakkında bilgi üretir.

Erikson'un psiko-sosyal gelişim dönemleri, bütüncül yaklaşımlara örnektir.[14] Bütüncül yaklaşım, yaşam akışı psikolojisi olarak ele alınmaktadır. Öte yandan işlevsel yaklaşımda, bir davranış kategorisi ya da algı, bilgiyi işleme süreci, eylem kontrolü, bağlanma, kimlik gibi bir mekanizma üzerine odaklanır. İşlevsel yaklaşım, yaşam boyu gelişim sürecinde mekanizmalarda ve kategorilerde gerçekleşen değişikliklerle ilgilenir.[2-5]

Kuramlar oluşturulduktan sonra, sıra yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı olarak araştırma yöntemlerini kullanmaya gelmektedir. Öncelikle, yaşam boyu gelişim yaklaşımında gelişimde değişimin doğasının ne olduğu ve değişimi sağlayan faktörlerin neler olduğu üzerinde durulmaktadır. Genel olarak, gelişim psikolojisinde değişimler belirlenirken kullanılan en basit yöntem gelişimsel açıdan aynı grupta yer alan bireyleri birbirleri ile karşılaştırmaktır. Bu yaklaşımda yaşamın bütününe ilişkin genel bir sonuç çıkarmak olası görülmemektedir. Çünkü yapılan çalışmalar kesitseldir. Yaşam boyu gelişim yaklaşımında aynı yaş grubundaki bireyleri birbirleri ile karşılaştırmak yerine yaşamın bütününe yönelik sonuçların çıkartıldığı yöntemler kullanılmaktadır. Bu nedenle boylamsal çalışmalar önemlidir. Bireyler üzerinde boylamsal çalışmalar yapıldığında, değişimdeki durağanlıklar ve benzerlikler, rahatlıkla ortaya konulur. Yaş merkezli araştırmalar, bireyde gerçekleşen değişimlerin ortaya konması noktasında önemli olurken bu sonuçların nedenleri hakkında ayrıntılı açıklamaların yapılmasına olanak tanımaz. Bu araştırmalar, aynı bireyin ele alınan yaş değişkeni açısından başarılı olup olmadığını ortaya koymaz.[5]

Gelişimin uzun dönemli ele alınmasında ve araştırılmasında kullanılan yöntemlerden biri de biyografik çalışmalardır. Baltes'e göre, biyografik yöntem, bireyde gerçekleşen değişimin zamanlaması ve sonuçları hakkında bilgi sunar.[10] Bu nedenlerle, hangi olayın ne zaman deneyimden geçtiği önemlidir. Deneysel ve istatistiksel çalışmalar yoluyla bilgi toplanılmasındaki sınırlılıklar da biyografik yöntemle ortadan kaldırılmaktadır.[10]

Yaşam boyu gelişim yaklaşımında biyografik yöntemin bir uzantısı da yaşam analizleridir. Yaşam analizlerinde bireyin geçmiş yaşantılarına, şimdide yaşadıklarına ve gelecekteki yaşamına ilişkin öngörülerine bakılmaktadır. Literatürde yaşam analizlerine ilişkin pek çok çalışma bulunmaktadır. Örneğin; Mayo, yaşam boyu gelişim dönemlerini öğretmek amacıyla lisans öğrencilerine kendi yaşam analizlerini yaptırmıştır.[15]

Yaşam Boyu Gelişim Yaklaşımına Dayalı Bazı Çalışmalar

Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, pek çok bilimsel disiplin alanının birlikte çalışmasını öngörür. Bu alanda yürütülen araştırmalar da bilim alanlarına göre çeşitlenmektedir. Yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı olarak şu alanlarda araştırmalar ve çalışmalar yapılmaktadır: Tepki zamanı ve bellek, aile, sağlık, kişilik gelişimi, zeka, benlik kavramı, kendini anlama, kendini kontrol.

Literatür incelendiğinde, yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı olarak en çok psikoloji alanında araştırmaların gerçekleştirildiği görülür. Bu nedenle, çalışmanın bu bölümünde öncelikle, psikoloji alanında gerçekleştirilen araştırmalar ele alınmıştır. Günümüzde bireylerin daha uzun yaşamalarına yönelik gerek medikal gerekse psikolojik alanda pek çok çalışmanın gerçekleştirildiği görülmektedir. Bu bağlamda gerçekleştirilen bir çalışmaya göre, bireylerin yaşam beklentilerinin yükselmesine bağlı olarak, kendilerini daha iyi düzenledikleri ve bunun sonucunda daha olumlu bir gelişime ulaştıkları bulunmuştur.[16] Psikoloji alanında gerçekleştirilen bir başka çalışmada, amaçlar ile problem çözme stratejilerini kullanma arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışma grupları, ergenlerden, orta yaşlı yetişkinlerden ve ileri yetişkinlerden oluşmuştur. Yaş gruplarına bağlı olarak, problem çözme stratejilerini kullanmada ve amaç belirlemede farklılıkların olduğu bulunmuştur.[17]

Psikoloji alanında gerçekleştirilen bir diğer çalışmada duyuşal bellek açısından genç yetişkinler ile ileri yetişkinler karşılaştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, genç yetişkinlerin ileri yetişkinlere oranla duyuşal bellek açısından daha iyi düzeyde performansta buldukları sonucuna varılmıştır.[18] Psikoloji alanında, sağlıklı ve sağlıksız duyu düzenleme konusunda da yaşam boyu gelişim bakış açısıyla bir çalışmanın gerçekleştirildiği görülür. Çalışma sonuçlarına göre, yetişkinlikte yeniden değerlendirmeye dayalı duyu düzenlemenin baskılamaya dayalı duyu düzenlemeye göre daha çok işlevsel olduğu bulunmuştur.[19]

Tıbbın pek çok alanında da yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı olarak çalışmalar yürütülmektedir. Bu alanlara psikiyatri ve pediatri örnek verilebilir. Aşağıda tıp alanında çalışmalara örnekler verilmiştir. Psikiyatrik anlamda gerçekleştirilen bir çalışmada, yeme bozuklukları orta yetişkinlikte ve ileri yetişkinlikte incelenmiştir. Yeme bozuklukları açısından gruplar arasında ve cinsiyetler arasında farkın olmadığı sonucuna varılmıştır.[20] Pediatri alanında, düşük düzeydeki beyin tümörlerine sahip olan çocukların nöro-gelişimsel açıdan incelenmelerini içeren bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmanın

amacı, yaşam boyu gelişim açısından araştırmada yer alan çocukların yaşamlarının bütününde yaşayabilecekleri riskleri belirlemek olmuştur.[21]

Eğitim ve özel eğitim alanı da yaşam boyu gelişim çalışmalarının gerçekleştirildiği bir başka bilimsel disiplin alanlarıdır. Bu bağlamda, mesleki rehabilitasyon programlarına katılan 65 yaş üstü bireylerin programın sonucunda elde ettikleri kazanımlar konusunda bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, programa katılanların hem gelirlerinde artış gerçekleşmiş hem de rehabilitasyon hizmetlerinden faydalanmaları daha olumluya gitmiştir.[22]

Sosyoloji de yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı olarak araştırmaların gerçekleştirildiği alanlardan biridir. Bu bağlamda, yakın akrabalarından algılanan toplumsal destek ile yaşlı bireylerin kendilerini düzenlemeleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, algılanan sosyal destek arttıkça bireylerin kendilerini düzenlemelerinde artış gerçekleşmiştir.[23]

Türkiye’de yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı çalışmaların tarihinin henüz yeni ve az sayıda olduğu görülmektedir. Türkiye’de gerçekleştirilen bu yöndeki bazı çalışmalarda öz saygı ve algılanan kontrol düzeyleri, yaş grupları açısından incelenmiştir. Yapılan analizlere göre, bu iki psikolojik yapının orta yetişkinlikten sonra düşüşe geçtiği saptanmıştır.[24] Benzer şekilde yürütülen bir başka çalışmada ise, algılanan kontrol ve gelişim dönemleri açısından barışa yönelik tutumlar değerlendirilmiş ve orta yetişkinlikten sonra hem barışa yönelik tutumların düzeyinde hem de algılanan kontrol düzeyinde düşüşler olduğu sonucuna varılmıştır.[25] Ergenlerle orta yetişkinleri, öfke nedenleri açısından karşılaştıran bir araştırmada her iki yaş grubundaki bireylerin öfke nedenlerinin farklılaştığı görülmüştür.[26] Ergenlerin ve genç yetişkinlerin farklı romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri kullandıkları belirlenen bir çalışma da bulunmaktadır.[27] Bir başka araştırmada ise, ergenlerle yaşlılar barışa yönelik tutumlar açısından karşılaştırılmış ve yaşlıların ergenlere oranla barışa yönelik tutumlarının daha olumlu olduğu belirlenmiştir.[28]

Sonuç

Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, insan gelişimini ve yaşlanmayı çoklu faktörlerle ele aldığı; gelişimin bütün yaşam sürecinde devam ettiğini savunduğu; gelişimin psikolojik yapılar ve bu yapıların işlevleri üzerinde uyum sağlayıcı bir sürecin öğeleri olan kazanım, sürdürme, dönüşüm ve yıpranma aracılığı ile gerçekleştiğini savunduğu; sağlıklı gelişimin üzerinde durduğu; içerisinde pek çok kuramı ve bilimsel disiplini barındırdığı için önemli bir yaklaşımdır.

Yaşam boyu gelişim yaklaşımı, gelişim psikolojisine farklı bir bakış açısı sunmuştur. Yaşamı bütüncül olarak ele alması ve bireysel gelişim üzerine odaklanması, en önemli katkısıdır. Geleneksel yaklaşımda, genelde aynı gelişim döneminde yer alan bireyler üzerinden o gelişim dönemine ilişkin sonuçlar çıkartılmaktadır. Durum böyle olunca, bireysel gelişim hakkında konuşmak, olası görünmemektedir. Bu bağlamda, yaşam boyu gelişim yaklaşımı, önemli bir boşluğu doldurmuştur.

Türkiye'ye bakıldığında, bilimsel çalışmaların arkasında yatan paradigmaların, içselleştirilmiş paradigmalar olmadığı ve bu paradigmaların kendi toplumumuz tarafından üretilmediği görülebilir. Bu bağlamda, bilimsel çalışmalara yön verecek anlayışların, yaklaşım tarzlarının gelişmesi de çok yavaş bir şekilde gerçekleşmektedir. Tüm bu nedenlerden dolayı, bilimsel alanda Türkiye'deki pek çok disiplin alanının tarihçesini, geldiği noktayı, kullandığı paradigmalarını ve kuramsal yönelimlerini ele alıp tartışmak gerekir. O zaman belki de daha net ve gerçekçi açıklamalar yapılabilir.

Yaşam boyu gelişim yaklaşımının önemli bir özelliği de, bu yaklaşıma dayalı gerçekleştirilen araştırma sonuçlarının uygulama alanına katkıda bulunmasıdır. Daha önce de değinildiği gibi yaşam boyu gelişim yaklaşımına dayalı olarak gerçekleştirilen çalışmaların bulguları, ana-babalık yapmada, kendi kendine yardımda, halkla ilişkilerde, eğitim programları hazırlamada, iş yaşamında, toplumsal politikaların belirlenmesinde ve tıbbî tanı ve tedavi gibi pek çok alanda da kullanılmaktadır. Türkiye'de de bundan sonra bu yaklaşıma dayalı gerçekleştirilen çalışmalardan elde edilecek bilgilerden ve bulgulardan yararlanılabilir. Bu bilgiler ve bulgular bir araya getirilerek özellikle yaşlıların iyi oluşlarını artırıcı ve sağlıklı yaşlanmalarını sağlayıcı programlar hazırlanabilir.

Her bilimsel kuramın ve bilimsel yönelimin olguya dayanan bir yönü de vardır. Yaşam boyu gelişim yaklaşımı açısından Türkiye'ye bakıldığında, öncelikle, yaşlanmayı ele almak gerekir. Türkiye'de yaşlanma olgusu, genellikle biyolojik ve kronolojik yaş bağlamında ele alınmaktadır. Psikolojik ve sosyal yaş açısından yaşlanmaya ve yaşlılık dönemine daha az bakılmaktadır. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda psikolojik ve sosyal yaş anlamında da bilimsel bilgilerin toplanması alana katkı sağlayabilir.

Kaynaklar

1. Miller PH. Theories of Developmental Psychology. New York, W.H. Freeman, 1993.

2. Baltes PB, Nesselroade JR. Paradigm lost and paradigm regained: Critique of Dannefer's portrayal of life-span developmental psychology. *Am Sociol Rev* 1984; 49:841-847.
3. Baltes PB, Reese HW, Lipsitt LP. Life-span developmental psychology. *Annu Rev Psychol* 1980; 31:65-110.
4. Baltes PB, Reese HW, Nesselroade JR. *Life-Span Developmental Psychology: Introduction to Research Methods*. Monterey, CA, Brooks Cole Press, 1977.
5. Baltes PB, Staudinger, UM. Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *Am Psychol* 2000; 55:122-136.
6. Neugarten DA. *The Meanings of Age: Selected Papers of Bernice L. Neugarten*. Chicago, University of Chicago Press, 1996.
7. Honzik MP. Life span development. *Annu Rev Psychol* 1985; 35:309-331.
8. Papalia DE, Olds SW, Feldman RD. *Human Development*, 9th ed. New York, McGraw Hill, 2004.
9. Bee H. *Lifespan Development*. New York, Harper Collins, 1994.
10. Baltes PB. Theoretical propositions of life-span developmental psychology on the dynamics between growth and decline. *Dev Psychol* 1987; 23:611-626.
11. Santrock JW. *Life Span Development*. London, Brown Benchmark Publishers, 1997.
12. Madey SF. Toward a social psychology of aging. *Basic Appl Soc Psychol* 2000; 22:133-135.
13. Broderick PC, Blewitt P. *The Life Span Human Development for Helping Professionals*. New Jersey, Merrill Prentice Hall, 2003.
14. Erikson EH. *Childhood and Society*. New York, Norton, 1964.
15. Mayo JA. Life analysis: Using life-story narratives in teaching life-span developmental psychology. *Journal of Constructivist Psychology* 2001; 14:25-41.
16. Freund AM, Nikitin J, Ritter JO. Psychological consequences of longevity: The increasing importance of self-regulation in old age. *Hum Dev* 2009; 52:1-37.
17. Hoppmann CA, Coats AH, Fields FB. Goals and everyday problem solving: Examining the link between age-related goals and problem-solving strategy use. *Neuropsychol Dev Cogn B Aging Neuropsychol Cogn* 2008; 15:401-423.
18. Otani H, Libkuman TM, Widner TL, Graves EI. Memory for emotionally arousing stimuli: A comparison of younger and older adults. *J Gen Psychol* 2007; 134:23-42.
19. Jhon OP, Gross JJ. Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *J Pers* 2004; 72:1302-1333.
20. Patrick JH, Stahl ST. Understanding disordered eating at midlife and late life. *J Gen Psychol* 2009; 136:5-20.
21. Ris MD, Beebe DW. Neurodevelopmental outcomes of children with low-grade gliomas. *Dev Disabil Res Rev* 2008; 14:196-202.
22. Wadsworth J, Hernandez NE, Kampfe CM, Smith SM. Economic outcome of employment for older participants in rehabilitation services funded by the rehabilitation services administration. *Rehabil Couns Bull* 2008; 51:107-117.
23. Smerglia, VL, Miller NB, Sotnak DL, Geiss, CA. Social support and adjustment to caring for elder family members: A multi-study analysis. *Aging Ment Health* 2007; 11:205-217.

24. Eryılmaz A, İlhan T. What are my golden ages with respect to perceived control and self-esteem. Paper presented at World Conference of International Association of Child and Adolescent Psychiatry and Allied Disciplines (IACAPAP) Conference, April 30- May 2008 İstanbul, Turkey. Kongre Özet Kitabı sayfa:34.
25. Eryılmaz A. Algılanan kontrol ve gelişim dönemleri açısından barışa yönelik tutumların incelenmesi: Altın çağım (36-45). Ulusal 15. Psikoloji Kongresi, İstanbul Üniversitesi, 3-5 Eylül 2008 İstanbul, Türkiye. Kongre Özet Kitabı sayfa:17.
26. Eryılmaz A. Gelişimsel perspektiften öfkenin dinamiği: Düşünce davranış çelişkisi. Ulusal 15. Psikoloji Kongresi, İstanbul Üniversitesi, 3-5 Eylül 2008 İstanbul, Türkiye. Kongre Özet Kitabı sayfa:25.
27. Eryılmaz A. Perceived control in starting romantic intimacy at adolescence and young adulthood periods paper presented at the Xth Conference of European Association for Research on Adolescence, May 2-6 2006 Antalya, Turkey. Kongre Özet Kitabı sayfa:13.
28. Eryılmaz A. Barışa yönelik tutumların gelişimi: Kişilik özelliklerinin, cinsiyetin ve yaş grubunun etkisi. Türk Geriatri Dergisi (in press).

Yazışma Adresi/Correspondence: Ali Eryılmaz, Ankara Lisesi, Ankara, Turkey. E-mail: erali@hotmail.com