

# **KONDA**

# **Barometresi**

**TEMALAR**

**Gündelik Hayatta Üzüntü**  
**Ekim 2012**

*(Bu rapor abone sözleşmelerimizin gizlilik süreleri dolduktan sonra sözleşmelerdeki ilgili maddelerin KONDA'ya verdiği haklar uyarınca yayınlanmıştır.)*

**KONDA**

ARAŞTIRMA VE DANIŞMANLIK





## İÇİNDEKİLER

1. YÖNETİCİ ÖZETİ.....	5
2. AYIN TEMASI: ÜZÜNTÜ .....	8
2.1.Kavramsal Çerçeve .....	8
2.2.Duygu hali ve üzüntü .....	11
2.3.Neye Üzülüyoruz? .....	11
2.3.1. En büyük, en etkileyen üzüntü.....	11
2.3.2. Neler üzüyor? .....	13
2.4.Üzüntü Nasıl Yaşanıyor? .....	17
2.5.Üzüntünün Fizyolojik Etkisi .....	20
2.6.Üzüntü Benliği Yapılandırır mı? .....	20
2.7.Üzüntü Ne Renktir? .....	22
2.8.Üzüntü ve Demografi.....	24
2.8.1. Yaş: Üzüntü gençler için romantik bir kavram.....	24
2.8.2. Cinsiyet: On erkeğin dokuzu ağlamaz .....	26
2.8.3. Eğitim: Eğitimsizler sahip olmadıklarına, eğitilmişler doğrularını yaşayamadıklarına üzülmüyor. ....	29
2.8.4. Evlilik: Evlenenler çareyi yalnız kalmak yerine dua etmekte arıyor. 30	
2.8.5. Aylık hane geliri: Fakirle zengini üzüldükleri konular farklı .....	33
2.8.6. Yaşanılan yer: Varoş ve kırsaldakiler yoksun hissediyor .....	35
2.8.7. Parti tercihi: Ak Partililer olumlu, BDPliler olumsuz duygu halinde.. 37	
2.8.8. Aleviler .....	38
2.8.9. Kürtler.....	40
2.8.10. Dindarlık.....	42
2.8.11. Hayat tarzı.....	46
3. ARAŞTIRMANIN KÜNYESİ.....	50
3.1.Araştırmanın Genel Tanımı .....	50
3.2.Örnekleme.....	50
4. TÜM CEVAP DAĞILIMLARI .....	52
4.1.Deneklerin Profili .....	52
4.2.Ayın Teması: Üzüntü .....	58





## 1. YÖNETİCİ ÖZETİ

### ARAŞTIRMANIN TANIMI

Bu rapora esas olan araştırma, 6-7 Ekim 2012 tarihlerinde, 31 ilin merkez dâhil 99 ilçesine bağlı 150 mahalle ve köyünde 2638 kişiyle hanelerinde yüz yüze görüşülerek gerçekleştirilmiştir.

*KONDA Araştırma 2010 yılından beri her ay düzenli olarak BAROMETRE adı altında siyasal ve toplumsal araştırmalar serisi gerçekleştirmektedir. Her BAROMETRE araştırmasında düzenli olarak sorduğumuz standart soruların yanı sıra toplumun algı ve beklentilerini ölçmek için o ayın anketine özgü bir tema çerçevesinde sorular da sorulmaktadır. Konda Ekim'12 Barometresi kapsamında yer alan 'Gündelik Hayatta Üzüntü' temasına ilişkin bu raporu abonelerimizle yaptığımız sözleşmelere uygun olarak kamuoyuyla paylaşıyoruz.*

### AYIN TEMASI: ÜZÜNTÜ

Psikoloji ve antropoloji bilimlerinde duyguların evrensel olduğu ve belli durumlar karşısındaki fizyolojik tepkiler olduğu ancak bu duyguların kültürlere göre değişiklikler gösterdiği savunulur. İnsanların hangi durumlar, olaylar karşısında duygusal tepki gösterdikleri, vücut üzerinde ne etkileri olduğu ve bu duygularla nasıl başa çıkıldığı kültürden kültüre değişir. Türkiye'de kültürün duyguları nasıl şekillendirdiğini anlamak amacıyla bu ayki araştırmada dokuz temel duygu arasından "üzüntü" seçildi ve her açıdan ele alınarak analiz edildi.

Üzüntü, Türkiye toplumunu tanımlayan ana duygu hali değil gibi duruyor. "Mutlu" "rahat, "huzurlu" gibi olumlu duygu halleri ve "kaygılı", "sıkıntılı" olumsuz duygu halleri daha yaygın. Bugün nasıl hissediyorsunuz diye sorulduğunda toplumun sadece onda biri üzgün olduğunu söylüyor.

Halbuki üzüntü duygusu topluma yabancı değil. Her üç kişiden ikisi hayatındaki en büyük üzüntü sorulduğunda hemen bir olay söyleyebiliyor. Söyleyenlerin yarısı da bir yakının ölümünden bahsediyor.

Kişinin özsaygısıyla ilgili kararlarını özgürce verebilmek, kararlarına saygı duyulması, kendi doğrularına göre yaşayabilmek gibi konularda kısıtlamalar da insanların çoğunu üzüyor. Buna karşılık istediğini satın alamamak gibi maddi bir sıkıntı veya başkalarının sahip oldukların sahip olamamak gibi yine somut kriterlere dayandırılabilir bir kısıtlama, özsaygı kadar üzmüyor. Toplumun saygı talebinin maddiyata dayalı taleplerden daha fazla olduğu anlaşılıyor.

Aynı örgü aslında aile ile ilişkilerde de görülüyor. Kendi istekleri ile ailesininkilerin uyuşmaması, ailesi için ihtiyaçlarından vazgeçmekten daha fazla üzüyor. Tabii bu durum ailenin önemli yeri olması olarak da okunabilir.



Ülke meseleleri üzerinden bakıldığında, şehitler konusu bu soru grubuna damgasını vurmuş olsa da ve kültür üzerine daha teorik bir yorumlamayı zorlaştırırsa da, ülke meseleleri de insanların epeyi umursadığı konular. Yarısından fazlası sahip olamadıklarına üzülmediğini açıkça söyleyen bir toplumun, şehitlerin yanısıra, dağda ölenlere de, yozlaşmaya da, yolsuzluklara da, yargının tarafılığına da üzülmediğini söylemesi, ülke meselelerinin duygu halini şekillendirdiğine işaret ediyor.

Ülke meselelerinde de en çok üzen şey ölüm. Haberlerde şehit haberleri, kadınların öldürülmesi ve trafik kazalarında ölenler cevapların yüzde 93'ünü oluşturuyor.

Kişilerin üzüntülerini nasıl yaşadıkları, nasıl baş ettikleri sorulduğunda, üzüntünün paylaşılan, bir şekilde ifade edilen bir duygu olduğu anlaşılıyor. Kendine saklamak daha nadir bir yöntem. Üzüntüyü hepten yok saymak, kendini işine gücüne vermek de üzüntüyü yaşama biçimlerinden biri ama diğerleri kadar baskın değil.

Psikoloğa gitmek toplumun oldukça küçük bir kesimi için bir baş etme yolu. Nitekim en fazla söyleyen cevabın “derdimi paylaşarak” olması, üzüntü duygusunun toplum içinde kolayca paylaşılan, kolektif olarak baş edilmesi gerektiği düşünülen bir duygu olduğunu gösteriyor. Çözümü dua etmekte, ibadet etmekte gören de az değil.

Üzüntünün fizyolojik etkisi olup olmadığı konusunda ise toplum hemfikir: Üzüntü insanı hasta eder. Üstelik bu etki hayatın gerçeği olarak kabul edilen birşey değil. Yine çoğunluk uzun sürerse doktora gitmek gerektiğini savunuyor. “Hasta eder” cevabı arttıkça, “uzun sürdüğü durumda doktora gitmek gerekir” cevabı da artıyor, halbuki “yaşam direncini arttırır” ve “hayatın parçasıdır” gibi cevaplar azalıyor. Her ne kadar özellikle ölümden dolayı üzüntü yaşamış olanlar biraz daha az katılsa da üzüntü gelip geçici bir duygu olarak algılanıyor.

Peki üzüntü kişiyi değiştiren, benliği yeniden yapılandıran bir duygu olarak değerlendiriliyor mu? Eğer “kötü bir insan yapmak” sözkonusuysa hayır, “yaşama direnci vermekse” kısmen evet. Zaten gelip geçici görülmesi ve doktor tarafından iyileştirilebilen bir hastalık olarak görülmesi de dönüştüren bir duygu olmadığını aslında gösteriyor.

Üzüntüyü bir duygu olarak değerlendirmek için sorulan üzüntü ne renk sorusu ise hem şaşırtıcı hem değil. Beş kişinin biri renk söylememiş. Rengi yoktur diyen de az. En çok söylenen renk ise belki de tahmin edilebileceği gibi siyah. Dolayısıyla kültürle ilgili bir tespit yapmak gerekiyorsa bu toplumun üzüntünün rengi için siyahı uygun gördüğü rahatlıkla söylenebilir. Ancak bir deneğin kan rengi ile özdeşleştirdiği kırmızı, ardından sarı ve başka bir deneğin de kefenle özdeşleştirdiği beyaz renklerini siyaha kıyasla az da olsa söyleyen var. Esas çarpıcı olansa gri, mavi, lacivert, mor, kahverengi gibi renklerin yanısıra turuncu, yeşil, pembe gibi renklerin de üzüntünün rengi olarak tanımlanması.

Üzüntüye dair bulgulara demografik özelliklere göre bakıldığında şu noktalar dikkat çekiyor:

- **Gençler** üzüntü için “olgunlaştırır”, “yaşam direnci verir” gibi görüşlere daha fazla katılıyor. Genelde daha üzgün olan **yaşlılarda** ise durum tam tersi.



- **Kadınlarla erkekler** arasında özellikle üzüntüyle baş etmede farklar görülüyor. Kadınların yarısı ağlayarak baş ediyor, halbuki her on erkeğin ancak biri ağladığını söylüyor. Kadınlar aile için ihtiyaçlarından vazgeçmeye, kocaları tarafından öldürülen kadınlara daha fazla üzülmüyorlar.
- **Eğitimi, geliri yüksek, metropolde yaşayan**, kendini “modern” olarak tanımlayan yani daha fazla imkanlara sahip olanlar duygu hali olarak “mutlu” cevabını daha fazla verseler de “kaygılı” cevabı da artıyor. Üzüldükleri konular ise istediğini satın alamamak, sahip olmaktan ziyade karar verme özgürlüklerinin kısıtlanması.
- **Gelir seviyesi** düştükçe hayattaki en büyük üzüntü olarak ekonomik sıkıntıları söyleyenlerin oranı yüzde 1’den 17’ye kadar çıkıyor.
- **Ak Partililer’in** o günkü ruh hali için “mutlu” ve “huzurlu”, **CHP ve MHP’liler’in** “kaygılı” ve **BDP’liler’in** “sıkıntılı”, “kaygılı” ve “üzgün” gibi olumsuz cevapları daha yüksek oranlarda söylemeleri oldukça dikkat çekici.
- **Alevilerin** toplumsal grup olarak yoksun hissettikleri, kendi doğru bildiklerini yaşamamak ve karar özgürlüklerinin olmaması gibi konulara ortalamadan daha fazla üzülmelerinden anlaşılıyor.
- Ruh halleri genelde olumsuz olan **Kürtler**, askerlerin öldürülmesine herkes kadar üzülmüyor ancak her üçünden biri için en üzücü toplumsal mesele askerler tarafından öldürülenler olması.
- **Dindarlık** “huzur” hissini artırıyor. Üzüntüyle baş etmek için dua ve ibadet etmek de dindarlık seviyesiyle artıyor. Dindarlık arttıkça istediğini alamamann daha fazla üzmesi de ayrıca dikkat çekici.
- **Hayat tarzı oldukça açıklayıcı.** Geleneksel muhafazakarlar toplum ortalamasına oldukça yakın. Halbuki modernler “mutlu” ve “kaygılı” olduklarını daha çok belirtmiş, karar özgürlükleri olmamasına daha fazla üzülmüyorlar ve üzüntüyle başa çıkmak için kendi başına kalmak, derdini yazmak içmek gibi yöntemlere daha fazla başvuruyorlar. Buna karşılık dindar muhafazakarlar arasında “huzurlu” ve “üzgün” cevapları daha fazla, saygı görememeye ve istediklerini alamamaya daha fazla üzülmüyorlar ve üzüntüleriyle baş etmek için duaya çok daha fazla başvuruyorlar.



## 2. AYIN TEMASI: ÜZÜNTÜ

### 2.1. Kavramsal Çerçeve

Darwin'in psikolojiye en büyük katkısı duygu durumlarının evrimsel kökenlerini ele aldığı "İnsan ve Hayvanlarda Duyguların Dışa Vurumu" adlı kitaptır. Bu araştırmaya göre, duygular organizmanın hayatta kalma şansını artıran davranış biçimleridir. Duyguların gerek yüz mimikleri gerekse vücut hareketleriyle dışa vurumu, çevredekilere organizmanın niyetini belli ederek, korunmasına ve hayatta kalmasına katkıda bulunur. Mesela korku ve öfke duyguları, organizmayı kaçmaya ya da savaşmaya hazırlayan mekanizmalardır. Organizmanın içinde bulunduğu ortamın dayattığı şartlara uygun tepki verebilmesi için gereklidirler ve bu fonksiyonlarından dolayı evrimsel sürecin ürünüdürler. Dahası Darwin, o zamana kadar insanlara has diye düşünülmüş olan duyguların, insanlar ya da hayvanlar diye ayırt etmeden, tüm canlıların ortak karakteristikleri olduklarını savunur. Kısaca Darwin'e göre duygular evrensel, sosyal tarihten ve kültürden bağımsız, evrensel olarak var olan fizyolojik tepkilerdir.

Darwin'in bu yaklaşımı, ardından gelen birçok bilim insanının duyguları ele alışını etkilemiştir. Psikoloji biliminin babalarından sayılan William James'e göre, duygular, dışarıdan gelen etmenlerin duyuları uyarması sonucu ortaya çıkan "yan ürünlerdir." James'e göre, bir ayıyla karşılaştığımızda kaçmamızın sebebi korkumuz değildir. Aksine kaçtığımız için korkarız. Ayıyla karşılaşma otomatik bir fizyolojik ve davranışsal tepkiler yumağını harekete geçirir (hızlanmış kalp atışı, artan adrenalin seviyesi, kaçma vs.) ve bu fizyolojik değişim organizma tarafından korku olarak deneyimlenir. Bu bakış açısından organizmayı, çevresiyle uyumlu davranışlara motive eden duygular fizyolojik tepkilerin tetikleyicisi değildirler. Aksine fizyolojik bileşenlerinden ayrılamazlar, bilinçdışı meydana gelirler ve kalıtsaldırlar.

Duyguların bu şekilde tanımlanması üzerine, psikologlar, psikanalistler, psikiyatristler ve biyolojik antropologlar evrensel olan temel duyguları bulmak üzere yola koyulmuşlardır. Bu çalışmaların en önemlilerinden biri Ekman'ın duyguları öncelikli olarak organizmalar arası (insan-insan ya da insan-hayvan) karşılaşmalarında organizmayı eyleme geçirecek etki olarak gören kültürlerarası çalışmasıdır. Bu çalışma ışığında dokuz temel duygu olduğu sonucuna varmıştır: mutluluk, sürpriz, korku, öfke, iğrenme, üzüntü, ilgi, utanç ve aşağılama\nefret. Ekman'a göre bu temel duyguların her birini ifade eden yüz mimikleri, bu duygularla ilintili fizyolojik değişiklikler ve duyguların ortaya çıkmasına sebep olan etmenlerin çoğu evrenseldir.

Ancak bu bulgular ve kavramsallaştırmalar, kültürün duygular üzerinde hiç bir etkisi olmadığı anlamına gelmiyor. 1980'lerde kültürün duygu durumları üzerindeki etkilerini ortaya koyan birçok çalışma yapılmıştır. Öncelikle duyguların ifadesi, hangi bağlamlarda, kimlerle paylaşılabilirliğine dair kültürel normlar tarafından yeniden biçimlenebilir. Ayrıca kültürel değerler, duygularla ve bu duyguların ortaya çıkmasına sebep olan etmenlerle nasıl başa çıkılacağını da belirler. Yemek masasında çocuğunuz sizi öfkeliendirdiğinde, tokadı mı basacaksınız, yoksa masadan sessizce ayrıлып, odasına





gitmesini mi isteyeceksiniz? Tepkiniz, hangi kültürde yetiştiğinize, “benlik” algınıza ve ahlaki değerlerinize bağlı olarak değişir.

Modern antropolojinin önemli figürlerinden olan Geertz, 1960’larda Hindistan’da Balinese kültüründe yetişenlerin temel duygular diye anılan duyguların bir çoğuna sahip olmadığını ileri sürmüştür. Geertz’a göre, Balinese’ler yakınları öldüğü zaman üzülmeyip, yüzlerinde bir gülümsemeyle, cenaze töreni kapsamında yapılması gerekenleri yapmaya devam etmektedirler. Wikan 1990’da yaptığı çalışmada, Geertz’ın argümanını eleştirmiş ve dışa vurulmasa dahi Balili insanların nazik gülümsemelerinin ardında, güçlü duyguların var olduğunu göstermiştir. Briggs de önce Inuit kültüründe öfke olmadığını savunmuş ama bu uç tutumunu sonradan değiştirmiş ve öfkenin sıkı bir kontrol altında tutulduğunu, insanlara karşı ifade bulmasa da, hayvanlara yönelik olduğunda, vahşice patlamalara sebep olabildiğini savunmuştur. Tartışmalardan görünen odur ki farklı kültürler, duygularla farklı şekillerde başka çıkmaktadırlar. Bununla beraber, kültürel normlar ile kontrol altında tutuluyor olması, kültürün duyguların sadece dışa vurumu üzerinde bir etkisi olduğu anlamına gelmez. Aksine Balilerin ve Mısırlıların inandığı gibi, benlik sıkı bir kontrolle yeniden yapılandırılabilir. Yani zaman içerisinde duyguların dışa vuruluşundaki kontrol, duyguların kendisinde de farklılaşmalar yaratabilir.

Sosyologlar ve antropologlar tarafından yürütülen çalışmalar genellikle sosyal yapı için tehlikeli birer “doğal güç” olarak benimsenen duyguları ritüellerin nasıl kontrol altına tuttuğu; bazı duyguların (mesela utanç, minnet) var olan sosyal yapıyı nasıl desteklediği; duyguların ifades edilme şekillerinin sınıf, nesil veya cinsiyete göre nasıl farklılaştığı; ve kültürlere has spesifik duygular üzerine yoğunlaşmıştır. Bunların yanısıra, temel duyguların evrenselliğini sorgulayan çalışmalar da vardır. Lutz’ın bir çalışması göstermiştir ki Batı’da var olan duygu ve düşünce dikotomisi, her kültürde mevcut değildir. Bu çalışmalar, duyguların, düşünceden ayrı, bireye özel, doğal birer güç olarak araştırılmalarının, aslen Avrupa ve Kuzey Amerika kültürlerine ait dikotomilere (birey ve toplum; duygu ve düşünce; beden ve akıl gibi) dayandığını ve dolayısı ile bu çalışmaların ürettikleri bilginin tarafsız, evrensel olmadığını ortaya sermiştir.

Benzer bir eleştiri, temel evrensel duyguların varlığına karşı çıkmayan araştırmacılar tarafından da dile getirilmiştir. Mesela Wierzbicka, diller arası çalışmalarıyla, evrensel olduğu savunulan duyguların aslen İngilizce dilindeki ve kültüründeki duygulara dair ayrımları yansıttığını, temel duyguların dil karşılıklarının her dilde olmadığını (mesela Lehçede ‘iğrenmeye’ tam olarak denk düşen kelime yoktur; ‘üzüntü’ her dilde var olan evrensel bir kavram değildir) göstermiştir. Bununla da kalmamış, ‘duygu’ kavramının bile her dilde var olmadığını ispatlamıştır.

Bu uyarılar ışığında yola çıkan kültürel psikoloji araştırmaları, duyguların ahlaki dünya ve benlik algısı ile yakından ilişkili olduğunun altını çizmiş ve duyguları kültürel bağlam içerisinde çalışmışlardır. Bu araştırmalar evrensel olarak kabul edilen duyguların kültürden kültüre farklılıklar gösterdiklerinin ortaya koymuştur. Mesela bir araştırma, Tibetlilerin *lung lang* (kabaca öfke) ile Amerikalıların *anger* (kabaca öfke) olarak isimlendirdikleri duyguları karşılaştırmış ve bu iki duygu durumunun farklı



deneyimlendiklerini göstermiştir. Mesela Budist Tibet'te *lung lang* her haliyle kötü bir duygu durumu olarak kabul edilirken, Amerikalılar *anger*'in yapıcı etkileri de olabileceğine inanıyorlar. Tibetlilerin öfkeleri, öfke yaratan durum ortadan kalkınca yok olurken, Amerikalıların öfkeleri durum ortadan kalksa dahi devam edebiliyor. Ayrıca bu iki kültürde hangi tür olayların öfkeye sebep olduğu ve öfkenin nasıl kontrol edildiği ve ortaya konduğu arasındaki farklar da cabası.

Kültür ve duygular arasındaki bağı çalışan bir başka çalışmada Amerikan ve Japon lisans öğrencilerinin kendilerini iyi hissetmelerine sebep olan durumlar araştırılmıştır. Sonuçlar göstermiş ki Amerikalıların kendilerini iyi hissettikleri zamanlar, birey olarak kendilerinin farklılığını ortaya koydukları, yeteneklerini sergiledikleri zamanlarken, Japonlar için kendini iyi hissetme bir grubun parçası olduğunu hissetme ve grup içi uyumun devamının sağlanmasına katkıda bulunmayla ilgilidir.

Duygular üzerine yürütülen çalışmalar bize, duyguların ancak kültürel bağlam ve bu bağlamın yarattığı moral yapı içerisinde çalışılırsa tam olarak anlaşılabilirliğini gösteriyor. Bu ahlaki yapı cinsiyet, etnik köken, yaş gibi sosyal değişkenlerin oluşturduğu gruplar arasında farklılaştığına göre, duygu çalışmalarında bu değişkenlerin kaale alınması gerekliliğini hatırlatıyor. Öte yandan duyguların evrenselliğine vurgu yapan çalışmalar ise duyguların fizyolojik temellerinin altını çiziyor. Birlikte ele alındığında bu çalışmalardan ortaya şu sonuç çıkıyor: duygular farklı bileşenlerden oluşan birer bütün olarak çalışılmalıdır. Bu kültürel bağlam ve ahlaki yapı ile ilişki içerisinde çalışılması gereken duygu bileşenleri şöyle özetlenebilir:

- Somatik yönü (yorgunluk, kalp çarpıntısı, tüylerin dikilmesi, mide bulantısı)
- Psikolojik yönü (panik, boşluk hissi)
- Duygunun dışa vuruluş biçimi (vücut dili, ses ve yüz mimikleri)
- Duygunun ortaya çıkmasına sebep olan durumlar (ölüm, başarı, evlilik)
- Bu durumların kişiye dair sonuçları (kayıp, kazanç, tehdit) ve sosyal olarak nasıl değerlendirildikleri (başarı, iyilik, hastalık)
- Duygu durumu ile başa çıkmak için yapılanlar

Türkiye'de toplumun duygularına dair bir araştırma, hangi durumların duyguların ortaya çıkmasına yol açtığı, insanların fiziksel ve psikolojik tepkilerinin neler olduğu ve bu duygularla başa çıkmak için neler yapıldığı ortaya koyabilir. Bu kültürün duygular üzerinde nasıl bir etkisi olduğu konusunda bir fikir edinebilirsek, toplumun gerek kendi hayatlarındaki olaylara, gündelik olaylara, gerekse de siyasi olaylara nasıl ve neden tepki verdiklerini anlayabiliriz. Ayrıca, toplumun farklı kesimlerinin hangi olaylara tepki verdikleri, verdikleri bu tepkiler, duygu halleri bazen şaşırtıcı ve anlaşılmaz gelebilir ve olaylara değil duygularına, tepkilerine odaklanarak durumu daha iyi anlayabiliriz.

Türkiye'nin bu kültüre has duygu bileşenlerini incelemek amacıyla, dokuz temel duygu arasından üzüntü örnek olarak ele alınmış ve toplumda hangi olayların üzüntü kaynağı olduğu, üzüntünün nasıl değerlendirildiği ve üzüntü ile hangi yöntemlerle başa çıkıldığı etraflıca incelenmiştir.



## 2.2. Duygu hali ve üzüntü

Toplumun genel duygu halini anlamak ve bu duygu hali içinde üzüntünün nasıl bir konumu olduğunu anlamak amacıyla, ilk olarak görüşülen kişilere “Bugünkü duygu durumunuzu hangi ikisi açıklıyor?” şeklinde bir soru soruldu. En öne çıkan duygu “kaygılı” ve hemen ardından “huzurlu”. Benzer şekilde yaklaşık üçte bir oranında söylenen diğer duygular ise “mutlu”, “sıkıntılı” ve ardından “rahat”. Kişilerin o gün hissettikleri duygular arasında “üzgün” ise en düşük oranda, onda bir oranında dillendirilen duygu olmuş.

Bugünkü duygu durumunuzu hangi ikisi açıklıyor?	Yüzde
Mutlu	36,4
Rahat	31,5
Huzurlu	37,3
Sıkıntılı	35,7
Kaygılı	38,9
Üzgün	11,1
Toplam	100,0

## 2.3. Neye Üzülüyoruz?

### 2.3.1. En büyük, en etkileyen üzüntü

Her ne kadar o günkü duygu hali ile ilgili olarak üzüntü en az söylenmiş duygu olsa da “Şimdiye kadar yaşadığınız en büyük üzüntü neydi?” sorusuna verilen cevaplar, toplumun üzüntü haline hiç de uzak olmadığını gösteriyor. Her üç kişinin ikisi hayatındaki en büyük, kendini en etkileyen üzüntüye hangi olayın neden olduğunu hemen söyleyebiliyor.

Açık uçlu olarak sorulan soruya cevaben en yüksek oranda söylenen olay, ölüm oldu. Çoğunlukla annenin, babanın veya diğer bir aile ferдинin ölümü, üzüntü kaynağı olarak bir olay söyleyen her üç kişiden birini derinden etkilemiş.

Şehitler ise en üzücü olay olarak ikinci sırada. Ekonomik sıkıntı, sağlık sorunları, ailevi anlaşmazlıklar, kazalar da birçok kişi tarafından dile getirilen üzüntü kaynakları. İnsanlar bunların dışında kariyerde ilerleyememek veya okuyamamak, aşk acısı, belli depresyonlar, göç etmek zorunda kalmak, hapse girmek gibi farklı farklı olayları da hayatlarındaki en büyük üzüntünün kaynağı olarak belirttiler.



Hayatınızda sizi en çok etkileyen üzüntü neydi?	Yüzde
Ailevi sorunlar	4,4
Aşk acısı	2,0
Deprem	1,5
Ekonomik	4,5
Göç	,9
Haksızlık	1,3
Hapse girmek	,4
Huzursuzluk	,6
Kariyer	2,5
Kaza	2,4
Kürt sorunu	2,7
Kürt sorunu - ailevi	1,4
Kürt sorunu - şehitler	7,2
Okuyamamak	,9
Ölüm	23,4
Ölüm - evlat acısı	1,7
Özgürlük kısıtlanması	,9
Sağlık	4,4
Şahsi / özel	,9
Ülke meseleleri	3,3
Diğer	2,7
Olmadı	4,9
Cevap yok	25,1
Toplam	100,0

İlk aşamada yaklaşık 20 kategoriye indirilen cevaplar tekrar gruplandığında ortaya dört ana grup çıkıyor. Ölüm ve kazalar en fazla üzüntü kaynağı. İkinci sırada ise esasen Kürt sorunu olmak üzere ülke meseleleri geliyor. Özgürlük kısıtlanması ve bireysel hayata dertler ise daha az olmakla beraber her sekiz kişiden biri için en üzen konular olmuş denebilir.

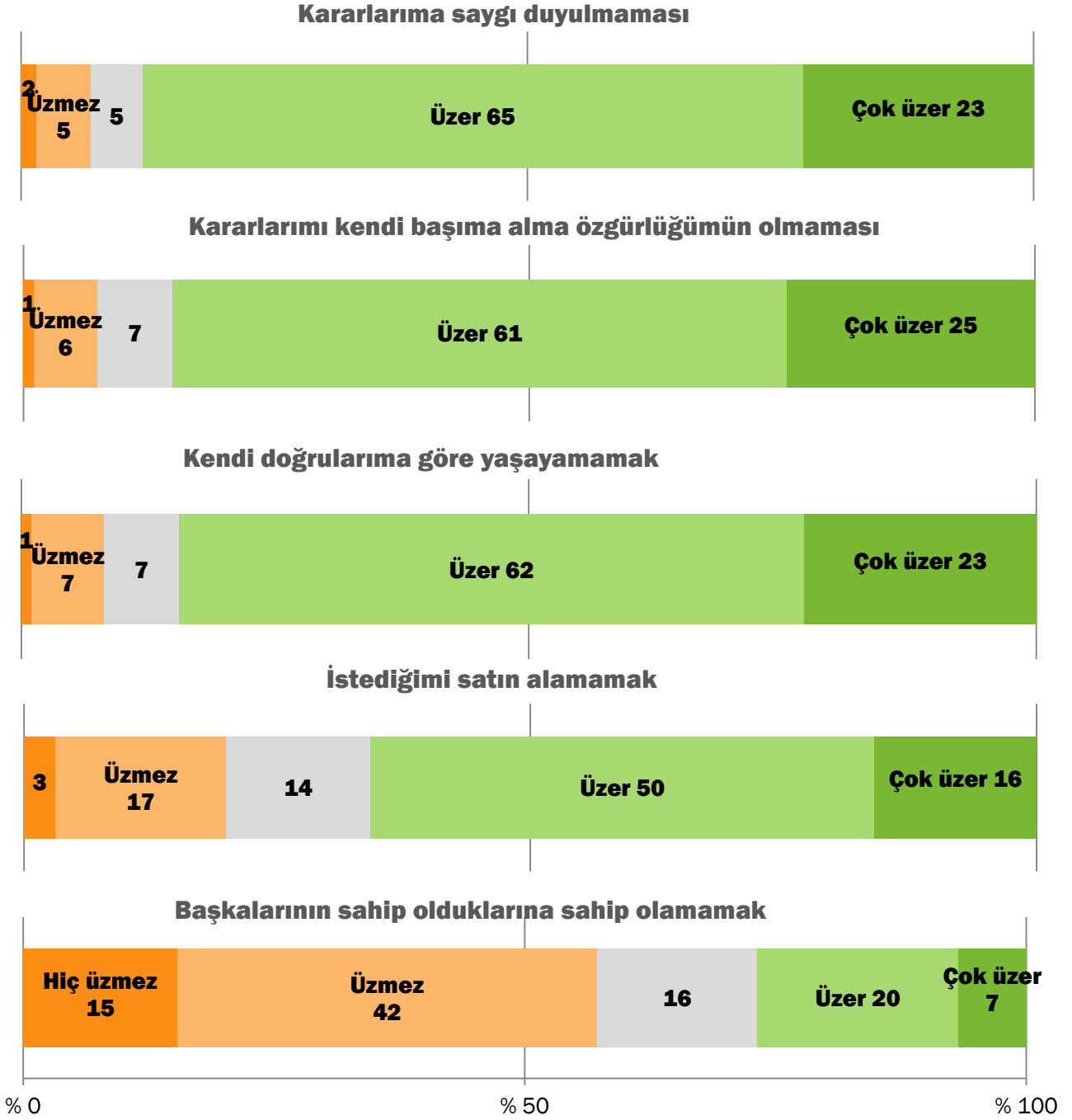


En büyük üzüntü nedeni	Alt kategoriler	Yüzde
Ölüm ve kazalar	Ölüm, evlat acısı, kaza	27,5
Ülke meseleleri	Kürt sorunu, deprem, ülke meseleleri	16,1
Özgürlük kısıtlanması	Ekonomik sorunlar, göç, haksızlık, hapse girmek, kariyer, okuyamamak	11,9
Bireysel hayata dair dertler	Ailevi sorunlar, aşk acısı, sağlık sorunları, özel	11,8
Diğer	-	2,7
Olmadı	-	4,9
Cevap yok	-	25,1
Toplam	-	100

### 2.3.2. Neler üzüyor?

Görüşülen kişilere en üzdükleri olayın yanısıra, kendi hayatlarına, aile içi ilişkilere ve ülkeye dair bazı durumların kendilerini ne derece üzdüğü “hiç üzmez”den “çok üzer”e giden 5'li Likert ölçeğiyle soruldu.

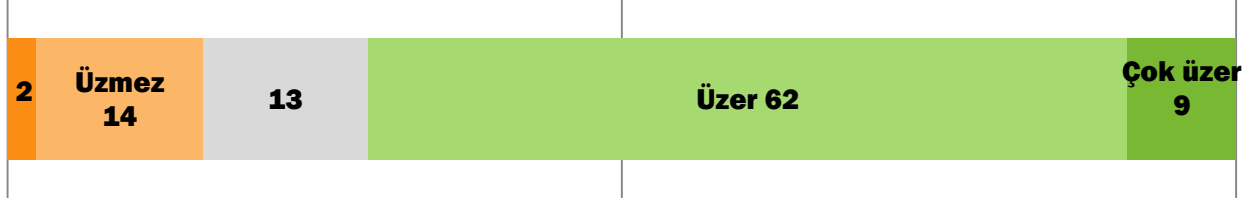
Kendi hayatları ile ilgili kişileri en çok üzen durum kararlarına saygı duyulmaması. Ancak kararlarını kendi başına alma özgürlüğünün olmaması ve kendi doğrularına göre yaşayamamak da insanları oldukça üzen durumlar. Buna karşılık istediklerini satın alamamak görüşülen kişilerin üçte ikisini, başkalarının sahip olduklarına sahip olamamak ise dörtte birini üzüyor. Dolayısıyla saygı görmenin ve özgürlüğün, maddiyattan veya somut, karşılaştırılabilir birşeylere sahip olmaktan daha önemli olduğu, bir anlamda toplumun talebinin bu yönde olduğu anlaşılıyor.



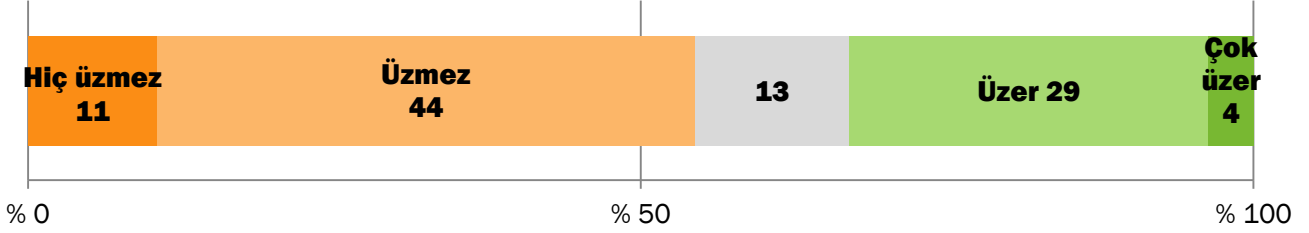
Aynı örgü aslında aile ile ilişkilerde de görülüyor. Her üç kişiden ikisi ailesinin talepleriyle kendi isteklerinin uyuşmamasına üzüleceğini söylüyor. Ailesinin ihtiyaçları için kendi ihtiyaçlarından vazgeçmek zorunda kalmak ise her üç kişiden ancak birini üzen bir durum. Uyuşmazlık kişileri daha fazla üzerken, fedakarlık gerektiren bir durumun aynı derecede üzmemesi, ailenin önemine yorulabilir.



### Ailemin talepleriyle benim isteklerimin uyuşmaması



### Aileminkiler için kendi ihtiyaçlarımdan vazgeçmek



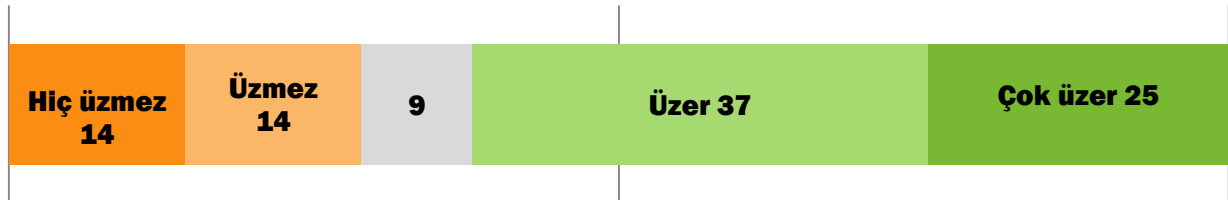
% 0 % 50 % 100

Ülke meselelerine dair sorulara verilen cevaplar toplumun ülke meselelerinden haberdar olduğu kadar aynı zamanda duyarlı da olduğunu gösteriyor.

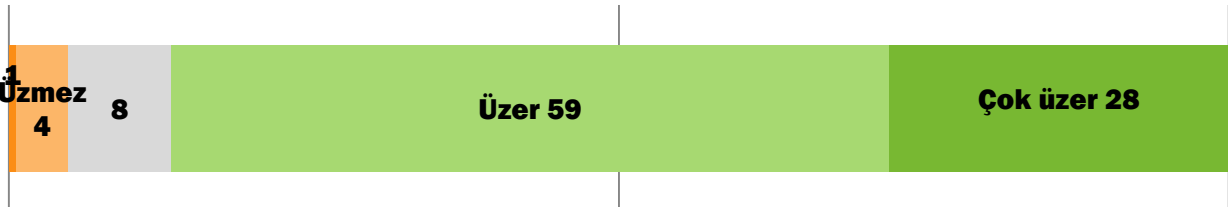
### Güneydoğu'da çatışmalarda askerlerin ölmesi



### Çatışmalarda asker ya da polis tarafından öldürülenler olması

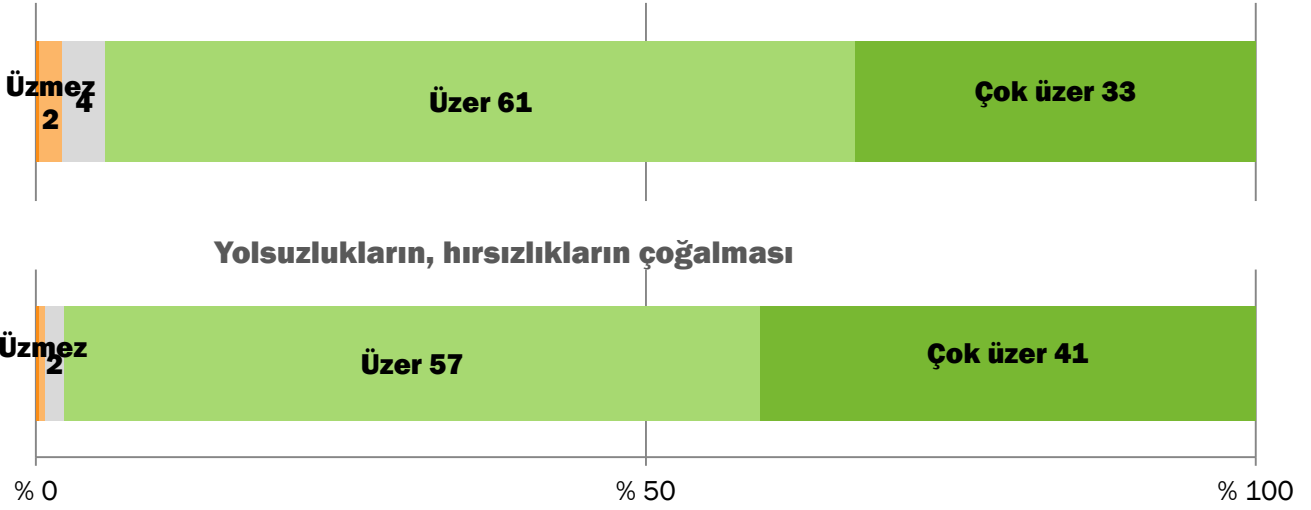


### Mahkemelerden tarafsız olmayan kararlar çıkması

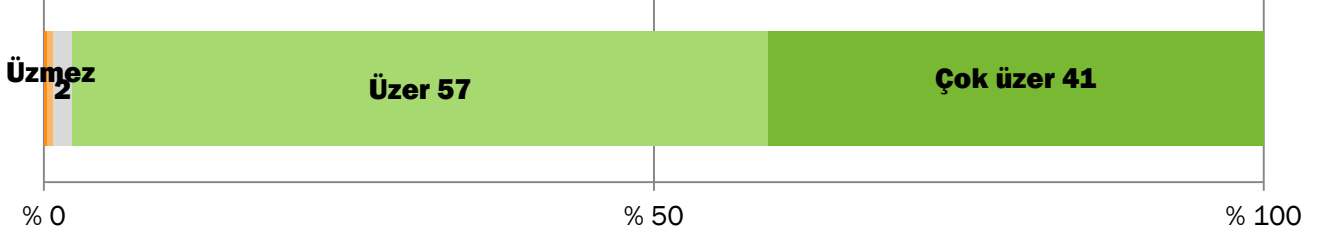




### Genel olarak ahlaki yozlaşma, bozulma



### Yolsuzlukların, hırsızlıkların çoğalması



Güneydoğu'da askerlerin öldürülmesine istisnasız herkes üzüldüğünü belirtiyor. Sözkonusu olan yine ölüm olduğu halde çatışmalarda bir de asker veya polisler tarafından öldürülenler olmasına üzüldüğünü söyleyenlerin oranı ise daha düşük: Üç kişinin ikisi bu durumun kendini üzdüğünü, biri ise üzmediğini söylüyor. Bu da konuya siyasi bir bakış açısıyla veya milliyetçi bir içgüdüyle yaklaştıklarına işaret ediyor. Nitekim ülke meselelerine dair ölüm kadar ağır olmayan meselelerin toplumun çoğunu üzüyor olması, toplumun aslında oldukça duyarlı olduğunu teyid ediyor. Yolsuzlukların artması, mahkemelerin tarafsız davranmaması ve yozlaşma için görüşülen kişilerin neredeyse tümü “üzer” veya “çok üzer” cevabı vermiş.

En çok hangisi üzer?	Yüzde
Güneydoğu'da askerlerin ölmesi	78,1
Güneydoğu'da sivillerin ölmesi	6,2
mahkemelerin tarafsız olmaması	4,3
Ahlaki yozlaşma	6,2
Yolsuzluk çoğalması	5,1
Toplam	100,0

Ülke meseleleri arasında en fazla hangisine üzüldükleri sorulduğunda görüşülen kişilerin yüzde 85'i “Güneydoğu'daki şehit askerler” cevabı verdiği için bu soru grubuna bakarak kültürle ilgili, toplumun ülke meselelerindeki üzüntüyle ilgili daha teorik, mesafe koyarak analiz yapmak pek mümkün olmuyor. Ancak genel anlamda insanların kişisel meseleler gibi ülke meselelerini de önemseydiği anlaşılıyor. Yarısından fazlası sahip olamadıklarına üzülmeyi açıkça söyleyen bir toplumun, şehitlerin yanısıra, dağda ölenlere de, yozlaşmaya da, yolsuzluklara da, yargının tarafsızlığına da üzüldüğünü söylemesi, ülke meselelerinin de toplumun duygu halini şekillendirdiğine işaret ediyor.





Akşam televizyon haberlerinde en çok hangisi sizi üzüyor?	Yüzde
Şehit haberleri	83,6
Kocaların öldürdüğü kadınları	7,7
Zam haberleri	2,8
Siyasi kavgalar	2,4
Sel, deprem gibi felaketler	2,1
Trafik kazalarında ölen insanlar	1,3
Toplam	100,0

Ülke meseleleri ile ilgili olarak “Akşam televizyon haberlerinde gördükçe, dinledikçe aşağıdakilerden en çok hangisi sizi üzüyor?” şeklindeki soruda da yüzde 84'lük oranla şehit haberlerinin iyice ön plana çıktığı anlaşılıyor. İkinci sırada üzen tür haber de ölüme dair: Yüzde 8 oranında “kocaların öldürdüğü kadınlar.” Zam haberleri, siyasi kavgalar, sel ve deprem gibi afetler ve trafik kazalarında ölen insanlar ise bunların yanında oldukça düşük oranlarda kalıyor. Her halükarda, en çok büyük üzüntü sorusunda olduğu gibi şehitler, kocaların öldürdüğü kadınlar ve trafik kazalarında ölenler cevapları toplandığında, haberlerde yüzde 93 oranıyla ölüm haberlerinin üzdüğü anlaşılıyor.

## 2.4. Üzüntü Nasıl Yaşanıyor?

Kültürel kodları ortaya koymak amacıyla ele alınan üzüntü temasında, toplumun nelere üzüldüğü kadar bu üzüntülerin nasıl yaşandığını anlamak da gerekiyor. Kişiler bir olaya üzüldükleri zaman bu üzüntüyle nasıl başa çıkıyor, nasıl yaşıyorlar? Üzüntülerini ifade ediyorlar mı, ediyorlarsa hangi kanallarla ifade ediyorlar? Üzüntüleriyle yüzleşiyorlar mı, yoksa yok saymayı mı tercih ediyorlar? Bu soruların cevapları, toplumdaki bireylerin davranışları üzerinden evrensel bir duygu olan üzüntünün bu kültüre özel yaşanma ve ifade edilme biçimlerini ortaya koyuyor.

Hayatlarındaki en büyük üzüntünün ne olduğuna dair sorunun hemen ardından görüşülen kişilere üzüntülerini nasıl yaşadıkları, üzüntüleriyle nasıl baş ettikleri soruldu ve okunan seçenekler arasından ikisini seçmeleri istendi. Aşağıdaki tabloda da görülebileceği gibi, toplumda üzüntüyle baş etmenin en yaygın yolu derdini paylaşmak. Benzer bir oranla dua etmek, ibadet etmek de oldukça yaygın. Her üç kişiden biri kendi başına kalmayı veya ağlamayı da çare olarak görüyor. İçmek, psikoloğa gitmek, derdini yazmak veya ağıt yakmak ise çok yaygın olmayan baş etme yöntemleri.



Üzüntünüzü nasıl yaşarsınız, üzüntünüzle nasıl baş edersiniz?	Yüzde
Derdimi paylaşarak	41,9
Dua - ibadet ederek	37,1
Kendi başıma kalarak	28,7
Ağlayarak	28,5
Kendimi işime, gücüme vererek	20,4
Üzüntümün kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçere	11,1
Üzüntümü yol sayarak	9,3
İçerek	3,1
Psikoloğa giderek	2,3
Derdimi yazarak	2,2
Ağıt yakarak	1,4
Toplam	100,0

Üzüntüyle baş etme yöntemlerindeki ortak noktaları inceleyerek tabloya tekrar baktığımızda üç ana yöntem dikkat çekiyor: üzüntüyü dillendirmek, ifade etmek; kendi başına kalmak; üzüntüyü yok saymak.

Derdini paylaşmak, ağlamak, üzüntünün kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçmek, psikoloğa gitmek, derdini yazmak ve ağıt yakmak yöntemlerinin ortak noktası olan üzüntüyü kabul edip ifade etme yöntemi, toplumda en yaygın olan baş etme biçimi.

Dua etmek, kendi başına kalmak ve içmek gibi yöntemler ise üzüntüyü daha ziyade başkalarıyla paylaşmadan, kendi kendine yaşama biçimleri. Elbette dua etmeyi üzüntüyü tanrıyla paylaşmak şekilde, içmeyi ise başkalarıyla derdini paylaşma için araç şekilde okumak da mümkün.

Kendini işine gücüne vermek ve üzüntüyü yok saymak cevapları ise, üzüntü duygu olarak var olsa dahi davranışa yansıtılmayan bir baş etme yöntemi.

Bu üç yöntemin yaygınlıklarına bakarak, üzüntünün bu toplumda, sosyal çevre içinde yaşanabilen, paylaşılan, gerek başkalarını dahil ederek, gerek tek başına kalarak ifade edilen bir duygu olduğu yorumu yapılabilir.

Üzüntüyle baş etme yöntemlerine dair dikkat çeken bir diğer bulgu hem psikoloğa gitmek gibi “modern” yöntemlerin hem de ağıt yakmak gibi “geleneksel” yöntemlerin oran olarak azlığı.

Üzüntüyle baş etmeye dair en çarpıcı bulgu ise, hayatında kendisini çok etkileyen bir üzüntü yaşamış olanlarla, böyle bir üzüntüyü yaşamamış olanların baş etme yöntemlerini değerlendirmeleri arasındaki fark. Büyük bir üzüntü yaşamadığını söyleyenler,



üzüntüyle baş etme sorusunu daha teorik, ilkesel bir bakışla değerlendiriyor ve üzüntünün yok sayarak baş edilebilir olduğunu, üzen durumlar karşısında böyle yaptıklarını daha yüksek oranda belirtiyorlar. Ölüme üzülmüş olanların ancak yüzde 25'i böylesi bir üzüntüyü yok sayarak başettiğini ifade ederken, hiç büyük üzüntü yaşamamış olanlar arasında bu oran yüzde 40. Üzüntü yaşamamış olanlar aynı zamanda üzüntüsü ifade ederek veya kendine saklayarak baş edeceğini daha düşük oranlarda söylüyorlar.

En büyük üzüntü	Üzüntünüzü nasıl yaşarsınız?		
	İfade ederek	Yok sayarak	Kendine saklayarak
Ölüm ve kaza	73	25	66
Ülke meseleleri	78	25	61
Özgürlük kısıtlanması	65	35	60
Bireysel hayata dair dertler	73	28	61
Diğer	62	30	68
Olmadı	66	40	55
Cevap yok	73	26	61
Toplam	72	28	62

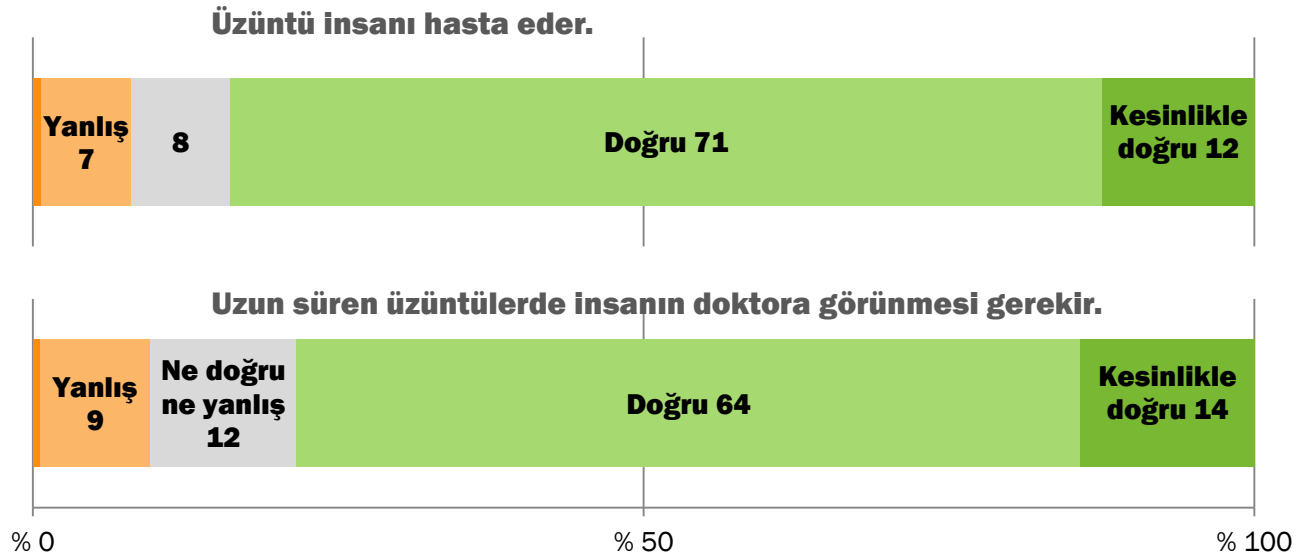


## 2.5. Üzüntünün Fizyolojik Etkisi

Bir önceki bölüm üzüntünün bu toplumda davranışlar üzerinde etkisi olduğunu, kişilerin davranışlarını şekillendirdiğine işaret ediyor. Peki kültürel kodlardan bağımsız bir duygu olan üzüntünün fizyolojik etkisi var mı, insanlar böyle bir duygunun vücudu etkilediğini düşünüyor mu?

Üzüntünün fizyolojik etkisi olup olmadığı konusunda toplum hemfikir: “Üzüntü insanı hasta eder” (yüzde 84 oranında “doğru” ve “kesinlikle doğru”). Üstelik bu fizyolojik etki de hayatın gerçeği olarak kabul edilen, değiştirilemez görülüp kabullenilen birşey de değil. Yine görüşülen kişilerin çoğunluğu uzun süren üzüntülerde doktora gitmek gerektiğini savunuyor.

“Üzüntü hasta eder” cevapları arttıkça, “uzun sürdüğü durumda doktora gitmek gerekir” cevapları da sıklaşıyor, artıyor, halbuki “üzüntü yaşam direncini artırır” ve “üzüntü hayatın parçasıdır” gibi cevaplar azalıyor. Diğer bir deyişle toplum üzüntünün hasta ettiğini kabul etse de, bu durumu kabullenmek gerekmediğini savunuyor ve uzun süren bir üzüntüye adını koyabiliyor. Psikolojide ve halk arasında “depresyon” olarak tabir edilen durum, tedavi edilmeyi doktora gitmeyi gerektiren bir durum olarak değerlendiriliyor.

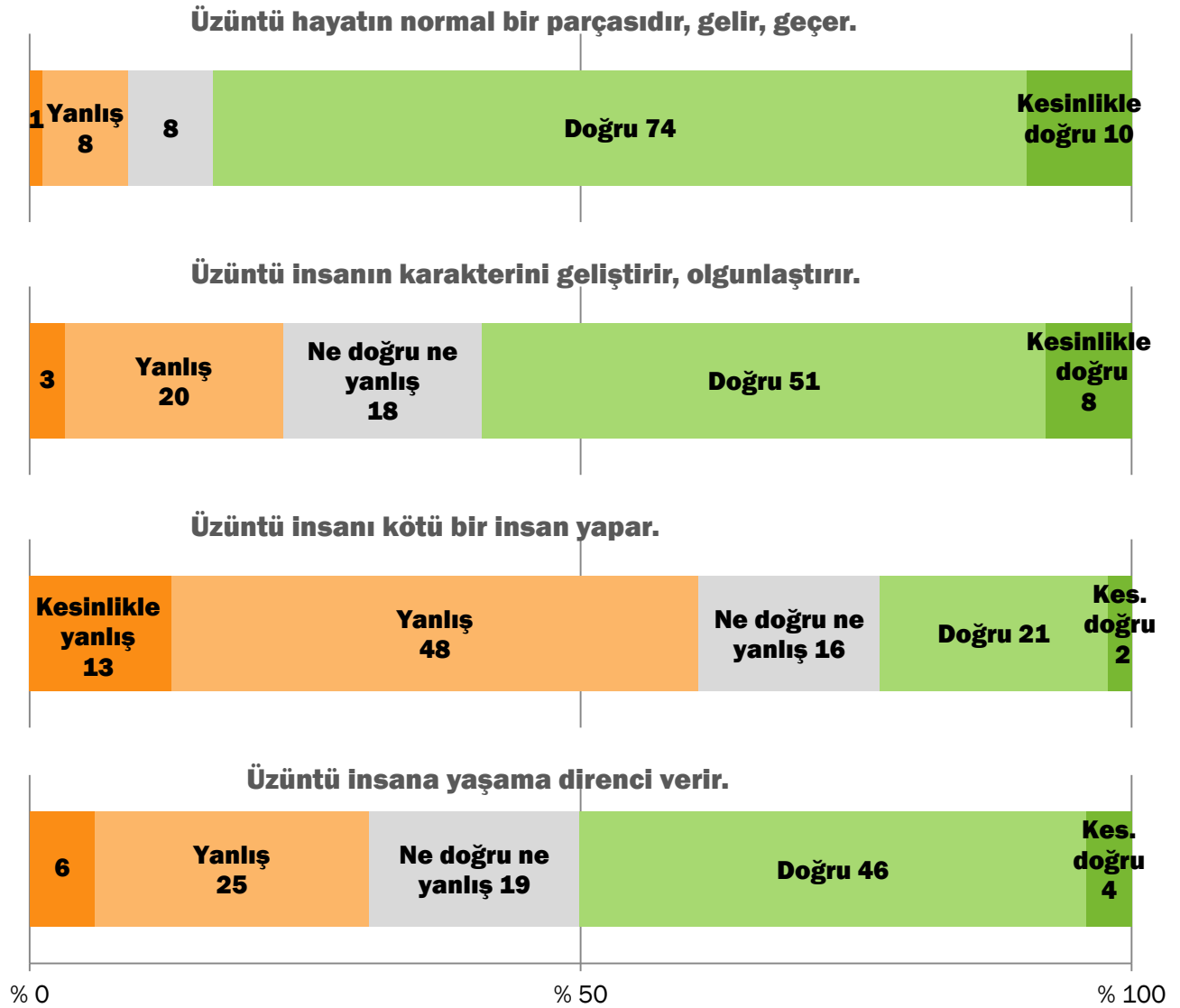


## 2.6. Üzüntü Benliği Yapılandırır mı?



“Üzüntü hayatın normal bir parçasıdır, gelir, geçer.” Görüşülen kişilerin yüzde 83’ü bu ifadeye katılıyor. İfadeye katılım oranı, üzüntünün yaşanıp geçen bir duygu olarak görüldüğü, uzun sürmesi halinde tedavi gerektiren bir durum olarak değerlendirildiği tespitimizi teyid eder nitelikte.

Duygulara dair bazı antropolojik çalışmalarda, kültürün duyguların sadece dışa vurumuna etkisi olmadığı, zaman içerisinde duyguların dışa vurumun uzun süreli olarak kontrol edilmesinin, duyguların kendisinde de farklılaşmalar yaratabildiğine dair teoriler de ortaya konmuştur. Diğer bir deyişle, duygunun nasıl yaşandığı zaman içinde kişileri, karakterlerini de dönüştürür, değiştirir.



Bu araştırmada bu tür bir dönüştürmeye dair “üzüntü insanı kötü bir insan yapar” şeklinde bir örnek okundu. Fakat görüşülen her dört kişiden ancak biri bu cümleye katıldığını ifade ediyor. “Üzüntü yaşama direnci verir” şeklindeki benzer bir cümle de görüşülen



kişilerin yarısının hemfikir olduğu bir cümle. Dolayısıyla toplum üzüntüyü kişinin karakteri üzerinde etkisi olabilecek türden bir duygu olarak görse de örneğin kötü bir insana dönüştürebilecek, benliğini yeniden yapılandırabilecek türden bir duygu olarak görmüyor.

## 2.7. Üzüntü Ne Renktir?

Üzüntüye dair insanların değerlendirmelerini almaya yönelik bir diğer soruda üzüntünün rengi soruldu. Aslında renk psikolojisine dair literatürde, duygulara renk atamak şekilde çalışmalar çok fazla değil. Daha ziyade, araştırmalarda kişilere renkler gösteriliyor ve her birinin hangi duyguları çağrıştırdığı soruluyor. Farklı çalışmalarda ise farklı renklerin fiziksel ortamları ne şekilde etkilediği araştırılıyor ve pembe boyanan bir hapisanede mahkumların şiddet eğiliminin azaldığını, yeşile boyanan bir köprünün intihar oranlarını düşürdüğünü gösteren türde ilginç çalışmalar bulunuyor. Her halükarda bu tür araştırmaların ortak bulgusu, renklerle duygular arasındaki ilişkinin kültürel etkilerden ayrı, biyolojik olarak verili ilişkiler olmadığı ve kültürlerin bu tür tanımlar üzerinde önemli etkisi olduğu yönünde.

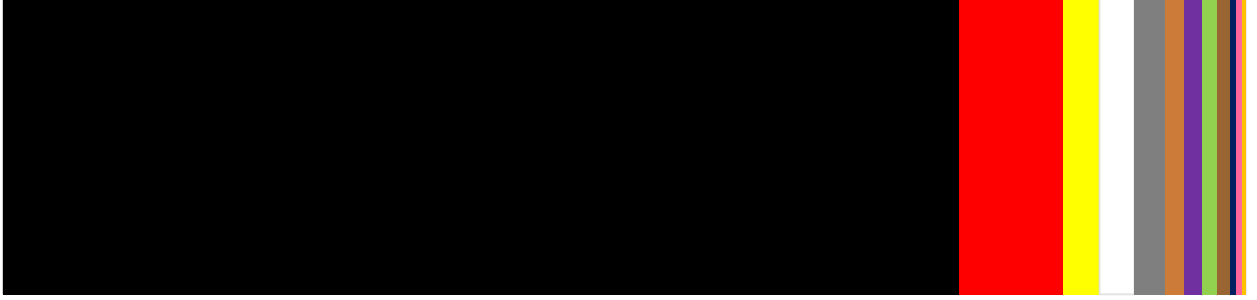
“Sizce üzüntüyü en iyi ifade eden, gösteren bir renk var mı? Hangisidir sizce?” şeklindeki soruya verilen cevaplar hem şaşırtıcı hem değil. Beş kişinin biri renk söylememiş. “Üzüntünün rengi yoktur” diyen de az, yüzde 3 oranında. En çok söylenen renk ise belki de tahmin edilebileceği gibi yüzde 58 oranında siyah. Dolayısıyla kültürle ilgili bir tespit yapmak gerekiyorsa bu toplumun üzüntünün rengi için siyahı uygun gördüğü rahatlıkla söylenebilir. Ancak bir deneğin kan rengi ile özdeşleştirdiği kırmızı, ardından sarı ve başka bir deneğin de kefenle özdeşleştirdiği beyaz renklerini siyaha kıyasla az da olsa söyleyen var. Esas çarpıcı olansa gri, mavi, lacivert, mor, kahverengi gibi renklerin yanısıra turuncu, yeşil, pembe gibi renklerin de üzüntünün rengi olarak tanımlanması.

Üzüntüyü en iyi ifade eden renk	Yüzde
Siyah	57,7
Kırmızı	6,3
Sarı	2,2
Beyaz	2,1
Gri	1,9
Mavi	1,1
Mor	1,1
Yeşil	,9
Kahverengi	,8
Lacivert	,4
Pembe	,3
Turuncu	,2
Yoktur	2,6



Diğer	1,2
Cevap yok	21,3
Toplam	100,0

Görüşülen kişilerin söyledikleri renkler, üzüntü için söylenen renkleri gözünüzde canlandırabilmeniz için, yüzdelerine orantılı olarak aşağıda bir tayf olarak gösteriliyor.



Homojen olmadığı bilinen Türkiye toplumunun üzüntüye farklı renkler atıyor olması, sadece toplumun homojen olmadığına dair bir ipucu daha teşkil etmesi açısından önemli değil. Daha önemlisi, toplumda kimlerin hangi oranlarda hangi renkleri söylediği üzerinden bazı toplumsal tespitler yapılabilmesi. Üzüntünün rengine dair tespitlerimiz, raporundan bundan sonraki bölümünde ilgili noktalarda yer alıyor.



## 2.8. Üzüntü ve Demografi

Önceki bölümlerde üzüntüye dair tespitlerimiz tüm toplumun, genelde Türkiye'de halkın neye üzüldüğü bu üzüntüleri nasıl yaşadığını, üzüntüyü nasıl değerlendirdiğini ele alıyordu. Halbuki farklı kişilerin, farklı kesimlerin farklı şeylere üzüldüğü farklı yöntemlerle baş ettikleri tahmin edilebilir. Daha dindar olanların duadan daha sık medet ummaları, “erkekler ağlamaz” klişesindeki doğruluk payı, toplumdaki daha yoksun kesimlerin üzüntüye daha yakın olması gibi farklılıklar olması beklenir. Nitekim, demografik özelliklere göre yapılan analizler üzüntünün toplumsal haritasını ve toplum hakkında yer yer çok çarpıcı ve açıklayıcı bazı bulguları ortaya koyuyor.

### 2.8.1. Yaş: Üzüntü gençler için romantik bir kavram

Gençler o günkü duygu için “mutlu” cevabını daha yüksek oranda vermiş. Buna karşılık, ailelerinin talepleri için kendi ihtiyaçlarından vazgeçmek zorunda kalmak yaş grupları arasında en çok onları üzüyor. Gençler aynı zamanda karar alma özgürlüklerinin olmamasını kendilerini en fazla üzen durum olarak ortalamanın üstünde bir oranda söylüyorlar.

Gençlerin en büyük derdi karar alma özgürlüklerinin olmamasıyken, orta yaş grubunda en fazla dert edilen, üzen şeyin kendi doğrularına göre yaşayamamak olması ilginç bir durum. Şu şekilde yorumlanabilir: İstedikleri hayatı yaşayamamak konusunda gençler başkalarını, özgürlüğünü kısıtlayan durumları suçlarken, orta yaşta kişiler suçu başkasına atmanın fazla kolaycı olduğunu anlamışlar ve daha genel olarak toplumsal hayatı veya “hayat denen gaileyi” suçlar hale gelmişler.

44 ve üstü yaşta olan, yaşça en büyük grubun ise o günkü ruh hali için “üzgün” cevabını daha fazla söylemiş olmaları dikkat çekiyor. Ancak sorulan durumlara genelden daha fazla üzüldükleri pek söylenemez. Hatta istediklerini satın alamadıklarına ortalamadan daha az üzüyorlar.

Gençlerle yaşlılar arasındaki en büyük fark, üzüntüyle ilgili değerlendirmeler. Gençler üzüntü için “olgunlaştırır” ve “yaşam direnci verir” önermelerine daha fazla katılıyor ve “hasta eder” önermesine daha az katılıyorlar. 44 ve üstü yaş grubunda ise durum tam tersi. Hayatı boyunca daha fazla üzüntü yaşamış olan yaşlı grubun değerlendirmelerinin deneyime daha fazla dayandığını, gençlerin ise daha “romantik” bir yaklaşımı olduğunu söylemek mümkün.

Yaş gruplarına göre analizde görülen bir diğer bulgu, üzüntü için renk söyleme oranının yaşa göre epeyi farketmiş olması: Gençlerin yüzde 15'i bir renk söylememişken, orta yaşta kişilerin yüzde 19'u, en büyük yaş grubunun ise yüzde 29'u renk söylememiş. Bu bulgunun üzüntü için anlamı tartışılabilir, ancak gençler için renklerin önemli olduğuna işaret ettiği aşikar.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?

18-28 yaş

29-43 yaş

44 yaş ve üstü

Türkiye

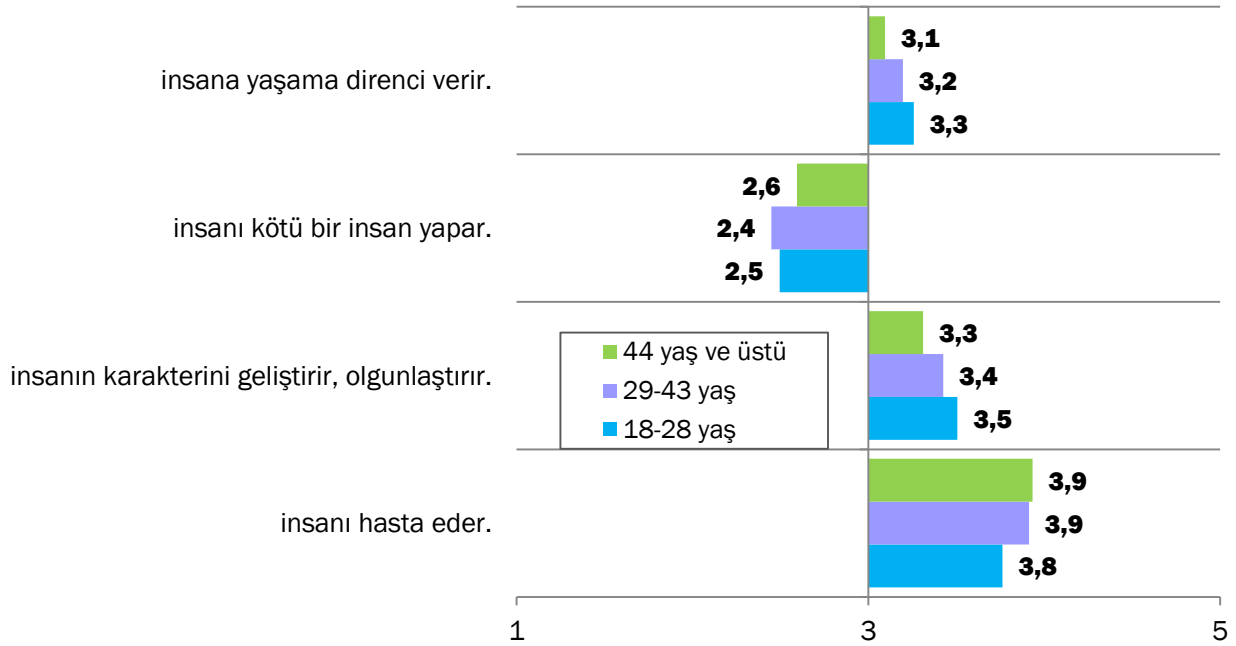




Mutlu	45	36	30	36
Rahat	35	29	31	31
Huzurlu	35	39	38	37
Sıkıntılı	31	35	40	36
Kaygılı	35	43	38	39
Üzgün	8	9	15	11

En çok hangisi üzer?	18-28 yaş	29-43 yaş	44 yaş ve üstü	Türkiye
Kararlarımın saygı duyulmaması	32	30	33	32
Karar özgürlüğümün olmaması	26	24	21	23
İstediklerimi alamamak	11	9	12	10
Sahip olmadıklarım	4	3	4	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	28	35	30	31
Toplam	100	100	100	100

### Üzüntü...





Üzüntüyü en iyi ifade eden renk	18-28 yaş	29-43 yaş	44 yaş ve üstü	Türkiye
Siyah	62	59	53	58
Kırmızı	8	6	5	6
Diğer renkler	13	12	9	11
Rengi yoktur	1	3	3	3
Diğer	0	1	2	1
Cevap yok	15	19	28	21
Toplam	100	100	100	100

### 2.8.2. Cinsiyet: On erkeğin dokuzu ağlamaz

Şimdiye kadarki birçok Barometre raporunda, kadınlarla erkeklerin görüşleri ve değerleri arasında çok büyük farklar olmadığını, kadınların daha “hassas” davranması beklenen, kadının toplumsal konumu gibi konularda dahi iki cinsiyet arasında büyük farklar bulunmadığını vurguladık. Ancak üzüntü ve özellikle de üzüntünün nasıl yaşandığı konusunda oldukça çarpıcı farklar bulunuyor.

Ailenin talepleriyle kendi isteklerinin uyuşmaması durumunda ihtiyaçlarından vazgeçmek zorunda kalmak da kadınları daha fazla üzüyor. Kadınların aynı durumlar karşısında daha fazla üzüldüklerini değil, aslında bu durumlarla daha sık karşılaştıklarını, diğer bir deyişle aile ilişkilerinde fedakarlıkta bulunan taraf olduklarını varsaymamız mümkündür.

Bu varsayımımızı destekleyen bir bulgu kadınların en büyük üzüntüleri ile erkeklerinki arasındaki farklar: ailevi konular, kendinin veya aile fertlerinin sağlık sorunları, evlat acısı ve ölüm gibi konular az farklarla da olsa kadınları daha fazla üzüyor. Erkeklerse ekonomik sıkıntı, kariyer ve ülke meselesi gibi konulara ortalamadan daha fazla üzülmüş. Aynı zamanda kadınlar en fazla üzüldükleri durum olarak kararlarına saygı duyulmaması cevabını, erkekler ise kendi doğrularına göre yaşayamama cevabını ortalamadan 3 puan daha fazla söylemişler.

Kadınların ülke meselelerinde biraz daha hassas olduklarını söylemek de mümkün. Kadınlar çatışmalarda öldürülenlere de, kocaları tarafından öldürülen kadınlara da erkeklere kıyasla daha fazla üzüyorlar.

İki cinsiyet arasındaki en önemli fark ise üzüntüyle baş etme yöntemlerinde görülüyor. Her iki kadının biri ağladığını belirtirken, bu oran erkeklerde onda bir. Yani “erkekler ağlamaz” deyişinin doğru olduğu anlaşılıyor. Erkekler derdini paylaşmanın, içmenin ve kendi başına kalmanın yanısıra, kendini işine gücüne vermek ve üzüntüsü yok saymak gibi üzüntüsünü davranışlarına yansıtılmamak şeklindeki yöntemlere de daha sık başvurduklarını belirtiyor. Bu bulgulara dayanarak “Erkekler ağlamaz” deyişi daha geniş bir çerçevede “erkekler üzüntülerini fazla paylaşmaz, ifade etmez” şeklinde de yorumlanabilir.



Kadınların ise üzüntüyle ağlamanın yanısıra dua etmek ve kısmen psikoloğa gitmek yöntemleriyle de daha sık baş ettikleri anlaşılıyor.

Son bir bulgu, erkeklerin üzüntü için kırmızı rengini kadınların iki katı oranda uygun bulmaları.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Kadın	Erkek	Türkiye
Mutlu	41	32	36
Rahat	30	33	31
Huzurlu	39	36	37
Sıkıntılı	33	38	36
Kaygılı	35	43	39
Üzgün	13	9	11

En çok hangisi üzer?	Kadın	Erkek	Türkiye
Kararlarım saygı duyulmaması	33	30	32
Karar özgürlüğümün olmaması	23	23	23
İstediğimi alamamak	10	11	10
Sahip olmadıklarım	4	4	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	30	33	31
Toplam	100	100	100



Akşam televizyon haberlerinde en çok hangisi sizi üzüyor?	Kadın	Erkek	Türkiye
Şehit haberleri	82	85	84
Kocaların öldürdüğü kadınları	12	3	8
Zam haberleri	2	4	3
Siyasi kavgalar	1	4	2
Sel, deprem gibi felaketler	2	2	2
Trafik kazalarında ölen insanlar	1	2	1
Toplam	100	100	100

Derdimi paylaşarak	Kadın	Erkek	Türkiye
Derdimi paylaşarak	41	43	42
Dua - ibadet ederek	41	34	37
Kendi başıma kalarak	25	32	29
Ağlayarak	46	12	29
Kendimi işime, gücüme vererek	15	26	20
Üzüntümün kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçerek	8	14	11
Üzüntümü yol sayarak	5	13	9
İçerek	0	6	3
Psikoloğa giderek	3	2	2
Derdimi yazarak	2	2	2
Ağıt yakarak	2	1	1
Toplam	100	100	100



### 2.8.3. Eğitim: Eğitimsizler sahip olmadıklarına, eğitilmişler doğrularını yaşayamadıklarına üzüyor.

O günkü ruh hali sorulduğunda, eğitim oranı düştükçe “üzgün”, “sıkıntılı” ve “kaygılı” şeklindeki olumsuz cevapların oranı artıyor. İstediklerini satın alamamak, başkalarının sahip olduklarına sahip olamamak ve fark az olsa da ailenin talepleri için kendi ihtiyaçlarından vazgeçmek eğitim seviyesi düştükçe daha fazla üzüntü yaratan konular. Eğitim düştükçe aynı zamanda “üzüntü hasta eder” ve “üzüntü insanı kötü insan yapar” görüşlerine onay artıyor. Ancak uzun süren üzüntülerde doktora görünme gerekliliğinde fark görülmüyor.

Daha eğitilmişler ise kararlarını kendi başına alma özgürlükleri olmamasına ve kendi doğrularını yaşayamadıklarına eğitimi daha düşük olanlara nazaran daha fazla üzüyorlar.

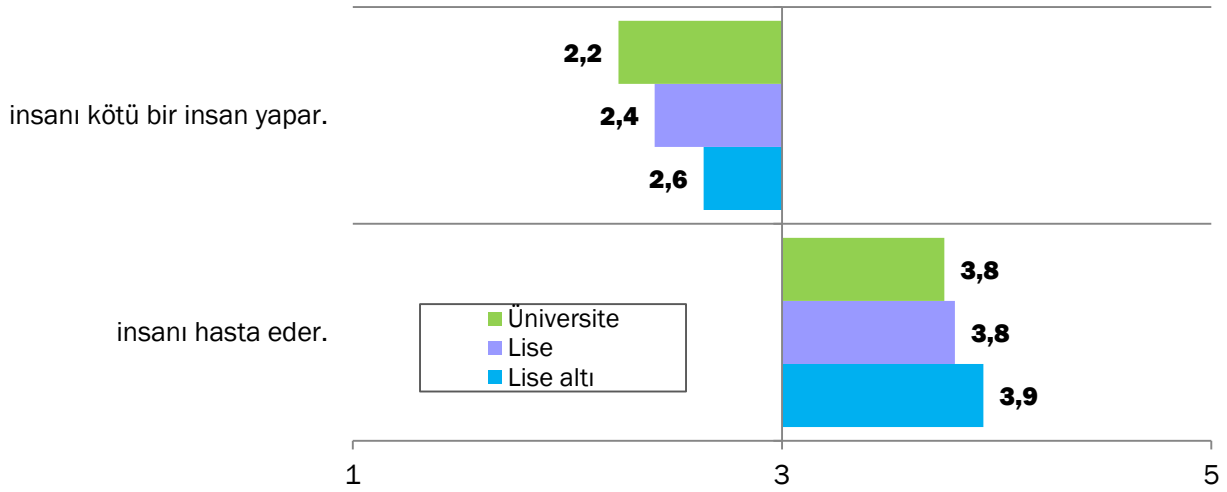
Eğitimsizlerle eğitilmişler arasındaki farklar, toplum genelinde görülen bir eğilime işaret ediyor. Eğitimi veya geliri düşük, kırsalda yaşayan kesimler yoksunluklarını satın alamamak veya başkalarıyla aynı şeylere sahip olamamak gibi somut olarak ölçülebilen kriterler üzerinden yoksun olduklarını ifade ederken, eğitilmiş, geliri yüksek, genç, modern hayat tarzına sahip, yani imkanlara daha fazla erişime sahip olan kesimler bu tür dertlerinin nispeten daha fazla çözülmüş olduğunu, karar alma özgürlüğü ve kendi doğrularını yaşamak gibi daha bireyselliğe dair dertlere doğru evrilmiş olduklarını ifade ediyorlar.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Lise altı	Lise	Üniversite	Türkiye
Mutlu	34	38	42	36
Rahat	31	33	31	32
Huzurlu	39	35	34	37
Sıkıntılı	39	33	27	36
Kaygılı	34	44	47	39
Üzgün	13	9	8	11



En çok hangisi üzer?	Lise altı	Lise	Üniversite	Total
Kararlarım saygı duyulmaması	32	31	30	32
Karar özgürlüğümün olmaması	20	26	32	23
İstediğimi alamamak	14	7	3	10
Sahip olmadıklarım	5	3	2	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	30	34	33	31
Toplam	100	100	100	100

### Üzüntü...



#### 2.8.4. Evlilik: Evlenenler çareyi yalnız kalmak yerine dua etmekte arıyor.

Evliliğin üzüntüyle ilişkisi olduğu ilk başta düşünülmemeyebilir. Nitekim, bekarlar, evliler ve dullar arasındaki farkların birçoğunun yaş grupları arasındaki farklılıklara oldukça paralel olduğu görülüyor. Nitekim bekar deneklerin yüzde 79'u 29 yaşının altında ve boşanmış veya dul olanların yüzde 85'i 44 yaşının üzerinde. Yine de evlenmenin ve dul kalmanın üzüntü üzerinde bazı etkileri olduğu anlaşılıyor.

Bekarlar karar özgürlüğünün olmamasına biraz daha fazla üzülüyor, “üzüntü olgunlaştırır” sözüne daha fazla, “hasta eder” sözüne daha az katılıyor. Bekarların aşk acısına ve kariyere dair konuları daha fazla dert ettikleri üzülünce içmek, üzüntünün kaynağını ortadan kaldırmak ve üzüntüsünü yok saymak gibi yöntemlere biraz daha sık başvurdukları görülüyor.

Bekarlarla evliler arasındaki en çarpıcı fark, evlilerin üzüldüklerinde “kendi başına kalmak” seçeneğini çok daha az söylemeleri ve aralarında dua edenlerin oranının artması.



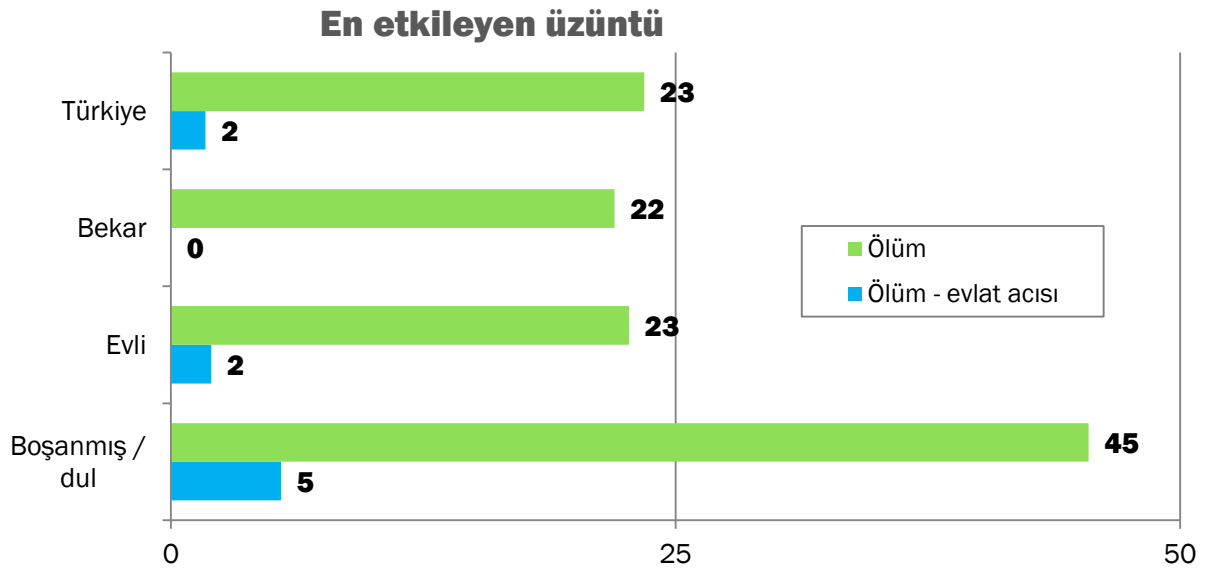
Dul veya boşanmış olanların ise üzüntüyle ilişkilerinin oldukça farklı olduğu söylenebilir. Öncelikle “üzgün” ifadesinin o günkü ruh halini yansıttığını daha yüksek oranda söylemişler. “Sıkıntılı” ifadesi de daha yüksek oranda. En çok kararlarına saygı duyulmamasına üzülmüyorlar. Buna karşılık ailenin talepleri için ihtiyaçlarından vazgeçmeye ortalamadan daha az üzülmüyorlar. Bu durum, artık kendi ihtiyaçlarından vazgeçmelerine neden olacak bir aile yapısı içinde olmamalarından da kaynaklı olabilir. “Üzüntü olgunlaştırır” sözüne diğerleri kadar katılmıyorlar. Dul olan her iki kişiden biri hayatında en çok ölüme üzüldüğünü söylüyor. Bununla baş etme yöntemi olarak dua etmek ve ağlamak ise daha sık başvurdukları yöntemler.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Bekar	Evli	Boşanmış / dul	Türkiye
Mutlu	41	36	23	36
Rahat	36	31	27	32
Huzurlu	30	40	30	37
Sıkıntılı	32	36	45	36
Kaygılı	43	38	39	39
Üzgün	10	11	28	11

En çok hangisi üzer?	Bekar	Evli	Boşanmış / dul	Türkiye
Kararlarım saygı duyulmaması	29	32	38	32
Karar özgürlüğümün olmaması	29	22	20	23
İstediğimi alamamak	11	10	7	10
Sahip olmadıklarım	4	3	8	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	27	33	26	31
Toplam	100	100	100	100



Üzüntünüzü nasıl yaşarsınız?	Bekar	Evli	Boşanmış / dul	Türkiye
Derdimi paylaşarak	41	42	39	42
Dua - ibadet ederek	23	40	45	37
Kendi başıma kalarak	38	26	26	29
Ağlayarak	24	29	44	29
Kendimi işime, gücüme vererek	17	22	13	20
Üzüntümün kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçerek	13	11	8	11
Üzüntümü yol sayarak	11	9	5	9
İçerek	7	2	1	3
Psikoloğa giderek	3	2	5	2
Derdimi yazarak	5	2	0	2
Ağıt yakarak	1	1	2	1
Toplam	100	100	100	100







### 2.8.5. Aylık hane geliri: Fakirle zengini üzdükleri konular farklı

Paranın mutluluk getirmedeği söylenir. KONDA'nın daha önce yaptığı araştırmalar da kişinin kendini ne kadar mutlu gördüğü ile gelirin çok ilişkili olmadığını gösteriyor. Bu araştırma da kısmen bu bulguyu doğrulayan nitelikte bir sonuca işaret ediyor: Geliri daha yüksek olanların üzdükleri konular değişiyor. Yine de düşük gelirlileri etkileyen büyük üzüntüler daha fazla.

Görüşülen kişilerin aylık hane geliri düştükçe ruh hali olarak “üzgün” ve “sıkıntılı” ifadeleri sıklaşıyor. Gelir arttıkça “rahat” ifadesi artsa da, aynı zamanda “kaygılı” ifadesi de artıyor.

Yüksek gelirliler kendi başına karar alma özgürlüklerinin olmamasına ve kendi doğrularını yaşayamadıklarına daha fazla üzülürken, düşük gelirliler başkalarının sahip olduklarına sahip olamadıklarına ve aileleri için kendi ihtiyaçlarından vazgeçmek zorunda kaldıkları durumlara daha fazla üzüyorlar. Saygı görme talebinin ise pek değişmediği görülüyor.

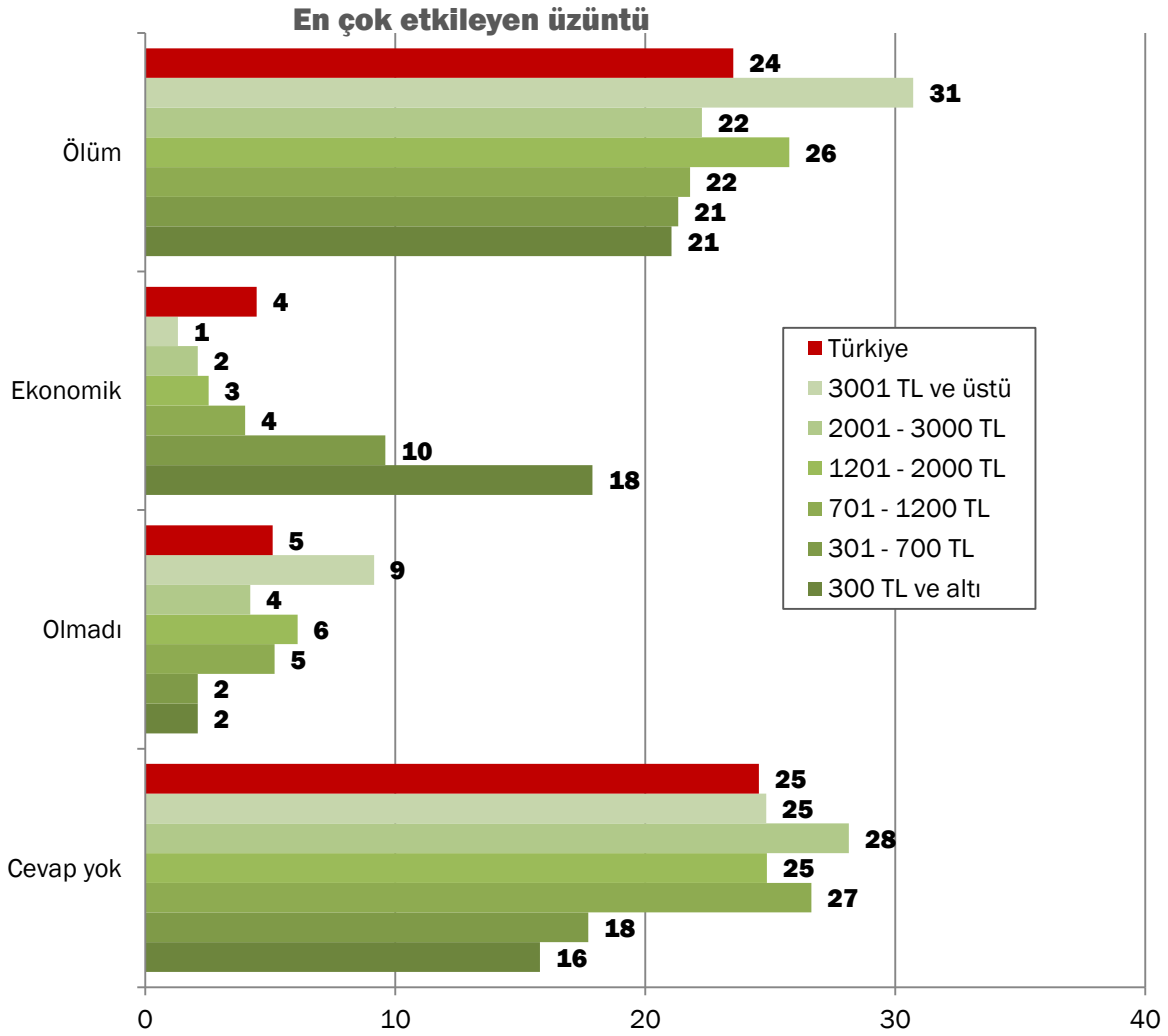
“Üzüntü insana yaşama direnci verir” cümlesi, gelir düştükçe daha fazla itiraz gören bir cümle olmuş. Halbuki “üzüntü insanı kötü bir insan yapar” cümlesi geliri en yüksek olanlarla en düşük olanlar arasında daha fazla kabul görüyor.

Hayatta kendilerini en fazla etkileyen üzüntü sorusuna cevaben ekonomik sıkıntıları dillendirenlerin gelire göre değişimi çok çarpıcı: en alt gelir dilimindekilerin yüzde 17'si maddi sıkıntılardan bahsederken, en yüksek gelir diliminde bu oran sadece yüzde 1. Sağlık sorunları da benzer şekilde fakirleri daha çok üzüyor. Diğer çarpıcı bir bulgu ise en yüksek gelir diliminde en büyük üzüntü sorusuna cevap verenlerin ve belli bir olay söyleyenlerin oranı yüzde 66'yken, en düşük gelir diliminde yüzde 82'ye yükselmesi, yani düşük gelirlilerin daha fazla üzen olaylar dile getirmeleri.

Bugünkü genel duygu durumunuz	300 TL ve altı	301 - 700 TL	701 - 1200 TL	1201 - 2000 TL	2001 - 3000 TL	3001 TL ve üstü	Türkiye
Mutlu	21	28	34	40	41	52	36
Rahat	20	25	32	33	38	35	32
Huzurlu	18	28	40	40	40	37	37
Sıkıntılı	63	50	36	31	26	24	36
Kaygılı	54	43	35	39	40	39	39
Üzgün	18	19	12	9	7	6	11



En çok hangisi üzer?	300 TL ve altı	301 - 700 TL	701 - 1200 TL	1201 - 2000 TL	2001 - 3000 TL	3001 TL ve üstü	Türkiye
Kararlarım saygı duyulmaması	28	29	33	32	28	28	31
Karar özgürlüğümün olmaması	15	19	20	25	33	32	23
İstedigimi alamamak	26	20	10	8	6	3	10
Sahip olmadıklarım	15	5	4	3	0	1	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	17	27	33	32	33	35	32
Toplam	100	100	100	100	100	100	100





### 2.8.6. Yaşanılan yer: Varoş ve kırsaldakiler yoksun hissediyor

Üzüntü bulgularına kişilerin yaşadığı evin tipi ve yerleşim türü üzerinden bakıldığında varoşlarda ve kırsal kesimlerde yaşayanların yoksun hissettiklerine dair ipuçları toplanabiliyor.

Varoşlarda yaşayanlar başkalarının sahip olduklarına sahip olamamaya ve ailelerinin talepleri için kendi ihtiyaçlarından vazgeçtikleri durumlara daha fazla üzülmeye, kendi doğrularına göre yaşamadıklarına daha az üzülmeye.

Kırsal kesimlerde yaşayanlar ise başkalarıyla aynı şeylere sahip olamamaya ve istediklerini satın alamamaya daha fazla üzülmeye. Müstakil geleneksel evlerde yaşayanlar için de istediklerini satın alamadıklarına daha fazla üzülmeye durumu geçerli, hatta Türkiye ortalamasının 1,5 katı bir oranda dert ediyorlar. Kırsaldakiler “üzüntü insanı kötü bir insan yapar” cümlesine daha fazla katılırken, “üzüntü insanı olgunlaştırır” metropole doğru gidildikçe daha fazla onay gören bir ifade.

Kendi doğrularını yaşayamamak ise metropolde yaşayanlar için daha fazla üzüntü kaynağı.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Geleneksel ev	Varoş	Apartman	Lüks konut/ site	Türkiye
Mutlu	30	31	41	38	36
Rahat	31	28	33	31	32
Huzurlu	37	27	39	31	37
Sıkıntılı	41	50	31	38	36
Kaygılı	38	42	38	49	39
Üzgün	13	15	9	9	11

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Kır	Kent	Metropol	Türkiye
Mutlu	32	35	39	36
Rahat	35	36	28	31
Huzurlu	44	36	35	37
Sıkıntılı	34	34	37	36
Kaygılı	33	38	41	39
Üzgün	12	8	12	11



En çok hangisi üzer?	Müstakil, geleneksel ev	Varoş	Apartman	Lüks konut/ site	Türkiye
Kararlarımın saygı duyulmaması	32	33	32	30	32
Karar özgürlüğümün olmaması	20	23	25	25	23
İstediğimi alamamak	16	11	7	6	10
Sahip olmadıklarım	5	5	3	2	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	27	28	34	36	31
Toplam	100	100	100	100	100

En çok hangisi üzer?	Kır	Kent	Metropol	Türkiye
Kararlarımın saygı duyulmaması	32	31	32	32
Karar özgürlüğümün olmaması	19	25	24	23
İstediğimi alamamak	17	8	9	10
Sahip olmadıklarım	6	4	3	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	26	34	32	31
Toplam	100	100	100	100



### 2.8.7. Parti tercihi: Ak Partililer olumlu, BDP'iler olumsuz duygu halinde

Kişilerin siyaseten hangi partiyi tercih ettikleri ile üzüntüye dair düşünceleri arasında bir ilişki olması ya da bunun analizinden anlamlı bulgular çıkabilecek olması ilk bakışta garipsenebilir. Ancak siyasete dair bazı ilginç ipuçları yakalamak mümkün.

Kişilerin o günkü duygu durumunun parti tercihi ile yakından alakalı olduğu görülüyor. Ak Partililer “mutlu”, “huzurlu” ve “rahat” şeklindeki olumlu cevapları çok daha yüksek oranlarda, CHP ve MHP seçmenleri ise “kaygılı” cevabını ortalamadan yüksek oranlarda tercih etmişler. BDP'liler ise oldukça farklı hissediyor. Yüzde 64'ü “sıkıntılı” ve yine yüzde 64'ü “kaygılı” cevabı veren BDP'liler olumlu cevapları en fazla yüzde 18 oranında söylemiş.

Kişisel konularda AK Partililer en çok üzüldükleri konu olarak kararlarına saygı duyulmamasını, CHP ve BDP'liler ise karar özgürlüğünün olmamasına ortalamanın üstünde söylemişler.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Ak Parti'liler	CHP'liler	MHP'liler	BDP'liler	Türkiye
Mutlu	43	36	30	18	36
Rahat	38	29	28	15	32
Huzurlu	46	32	32	17	37
Sıkıntılı	27	40	41	64	36
Kaygılı	26	47	50	64	39
Üzgün	10	10	11	17	11

En çok hangisi üzer?	Ak Parti'liler	CHP'liler	MHP'liler	BDP'liler	Türkiye
Kararlarım saygı duyulmaması	35	25	29	21	31
Karar özgürlüğümün olmaması	19	33	24	33	23
İstediğimi alamamak	10	8	9	13	10
Sahip olmadıklarım	5	3	4	2	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	30	31	33	32	31
Toplam	100	100	100	100	100



### 2.8.8. Aleviler

Aleviler istediklerini satın alamamaya ve başkalarının sahip olduklarına sahip olamamaya üzüldüklerini Türkiye ortalamasından biraz daha yüksek oranda ifade ediyorlar. Ancak hangi konuya en fazla üzüldükleri sorulduğunda karar alma özgürlüklerinin olmamasına ve doğru bildiklerine göre yaşayamadıklarına üzüldüklerini daha yüksek oranda söylüyorlar. Diğer bir deyişle Alevileri de kendini yoksun hisseden kümelerden biri olarak görmek mümkün.

Aleviler üzüntülü olaylar karşısında çareyi dua etmekte Sünnilere kıyasla oldukça düşük bir oranda arıyorlar. Ancak dua etmek dışındaki yöntemlerde çok da fark olmadığı görülüyor.

Alevilerin ülke meselelerine dair konularda hassasiyetleri de biraz farklı: Çatışmalarda ölenlere, mahkemelerin tarafsız olmamasına daha fazla, yozlaşmaya daha az üzülmüyorlar.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Sünni Müslüman	Alevi Müslüman	Türkiye
Mutlu	37	24	36
Rahat	33	17	32
Huzurlu	39	22	38
Sıkıntılı	34	55	36
Kaygılı	37	60	39
Üzgün	11	17	11

İstediğimi satın alamamak	Sünni Müslüman	Alevi Müslüman	Türkiye
Hiç üzmez	3	1	3
Üzmez	17	13	17
Ne üzer ne üzmez	14	17	14
Üzer	50	50	50
Çok üzer	16	18	16
Toplam	100	100	100



Başkalarının sahip olduklarına sahip olamamak	Sünni Müslüman	Alevi Müslüman	Türkiye
Hiç üzmez	16	9	15
Üzmez	42	43	42
Ne üzer ne üzmez	16	16	16
Üzer	20	25	20
Çok üzer	7	7	7
Toplam	100	100	100

En çok hangisi üzer?	Sünni Müslüman	Alevi Müslüman	Türkiye
Kararlarım saygı duyulmaması	32	19	31
Karar özgürlüğümün olmaması	22	30	23
İstediklerimi alamamak	11	11	11
Sahip olmadıklarım	4	2	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	31	38	31
Toplam	100	100	100

Üzüntünüzü nasıl yaşarsınız?	Sünni Müslüman	Alevi Müslüman	Türkiye
Derdimi paylaşarak	42	48	42
Dua - ibadet ederek	39	16	37
Kendi başıma kalarak	28	36	29
Ağlayarak	29	26	29
Kendimi işime, gücüme vererek	20	26	20
Üzüntümün kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçere	11	16	11
Üzüntümü yok sayarak	9	15	9
İçerek	3	5	3
Psikoloğa giderek	2	2	2
Derdimi yazarak	2	2	2
Ağıt yakarak	1	2	1
Toplam	100	100	100



### 2.8.9. Kürtler

Kürtler “üzgün”, “sıkıntılı” ve “kaygılı olduklarını oldukça daha yüksek oranlarda söylemişler.

İstediklerini satın alamamayı ve sahip olamamayı, aileleri için ihtiyaçlarından vazgeçmeyi biraz daha fazla dert ediyorlar. Ancak en çok neye üzüldükleri sorulduğunda, istediğini satın alamamak cevabı görüşülen kişilerin genelinde yüzde 10 ve Türkler arasında yüzde 9 oranındayken, Kürtler arasında yüzde 21 oranında, yani iki katı sıklıkta söylenmiş.

Ülke meselelerinde özellikle Kürt sorununa dair sorularda Kürtlerin bakışı beklenebileceği gibi farklı. Askerlerin ölmesine yüzde 97 gibi Türkiye genelinden farklı olmayan bir oranda üzülen Kürt bulunuyor. Ancak çatışmalarda asker veya polis tarafından öldürülenler olmasının üzdüğü kişiler Türkiye genelinde yüzde 61 oranındayken, Kürtler arasında bu oran yüzde 93. Nitekim ülke meselelerinde hangi konunun en çok üzdüğü sorulduğunda çatışmalarda öldürülenler cevabı yüzde 3 oranında söylenmiş. Halbuki Kürtler arasında bu oran yüzde 28.

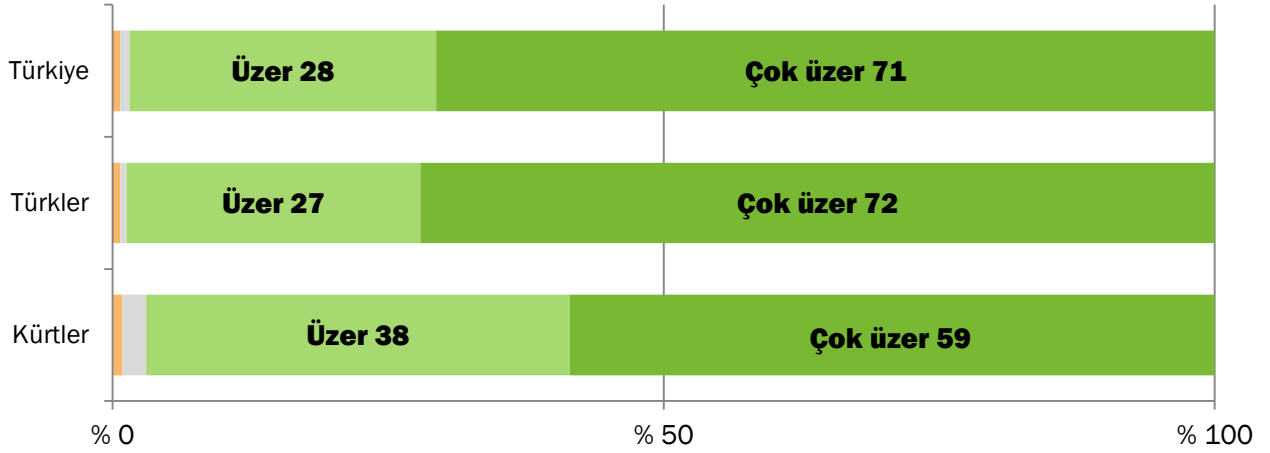
Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Türkler	Kürtler	Türkiye
Mutlu	37	29	36
Rahat	32	24	32
Huzurlu	40	25	37
Sıkıntılı	33	54	36
Kaygılı	37	50	39
Üzgün	10	15	11

En çok hangisi üzer?	Türkler	Kürtler	Türkiye
Kararlarım saygı duyulmaması	33	25	32
Karar özgürlüğümün olmaması	23	23	23
İstediklerimi alamamak	9	21	10
Sahip olmadıklarım	4	4	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	32	27	31
Toplam	100	100	100

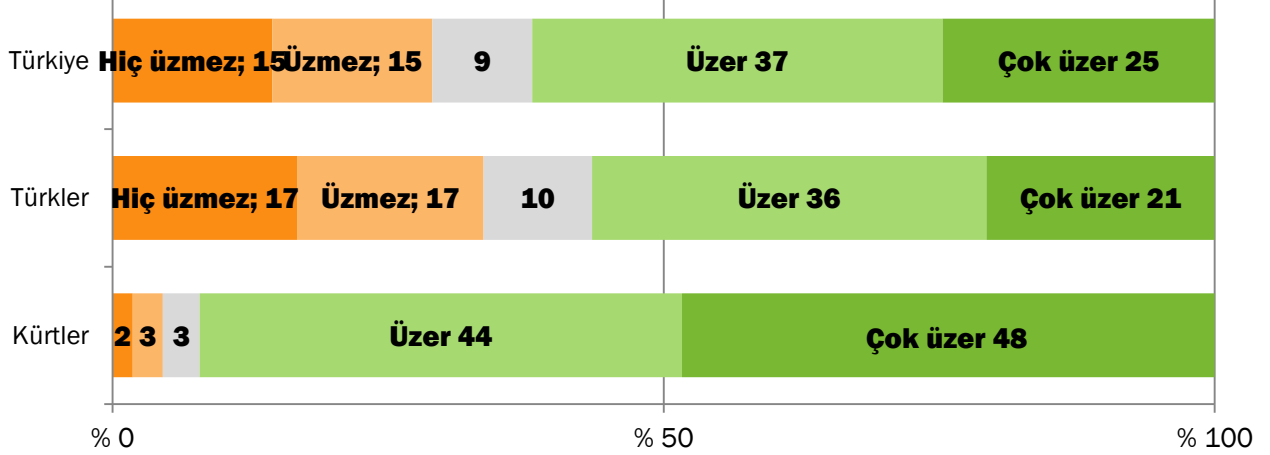




### Güneydoğu'da çatışmalarda askerlerin ölmesi



### Çatışmalarda asker ya da polis tarafından öldürülenler olması



En çok hangisi üzer?	Türkler	Kürtler	Türkiye
Güneydoğu'da askerlerin ölmesi	82	53	78
Güneydoğu'da sivillerin ölmesi	3	28	6
Mahkemelerin tarafsız olmaması	4	6	4
Ahlaki yozlaşma	6	7	6
Yolsuzluk çoğalması	5	7	5
Toplam	100	100	100

Mahkemelerin tarafsız olmamasına Aleviler gibi Kürtler de Türkiye ortalamasından biraz daha fazla üzülüyorlar.



Kürtlere en büyük üzüntüleri sorulunca yüzde 19'u cevap vermemiş veya “olmadı” demiş. Halbuki bu oran Türklerde yüzde 32. Aralarında ölüme üzülenlerin oranı bir 5 puan kadar daha az olsa da, Kürt sorunu ve deprem gibi bazı olayları daha fazla söylemeleri de toplumsal olarak ölümlere yol açan olayları dikkate aldıklarına işaret ediyor ve ölümlere daha az üzüldükleri yorumunun çok da doğru olmayabileceğine işaret ediyor. Ayrıca Kürt sorununun doğrudan kişilerin yakınlarını ilgilendirecek şekilde üzmesi durumunun ise Türklere Kürtler arasında farketmemesi de oldukça çarpıcı.

Daha dindar oldukları bilinen Kürtlerin yarısının duaya başvurmaları da çarpıcı.

### **2.8.10. Dindarlık**

Görüşülen kişilerin ne kadar dindar oldukları, üzüntüyle olan ilişkilerinde de etkili görünüyor. Oranlar açısından en dikkat çekici ancak beklenebilecek olan bulgu, dindarlık seviyesi arttıkça üzüntüyle baş etmek için dua yöntemine başvurma oranlarının artması. Kendini inançlı olarak tarif edenlerin yüzde 22'si üzüldüğünde dua ettiğini, ibadet ettiğini söylerken, sofu olan yani kendini “dinin tüm gereklerini yerine getiren dindar biri” olarak tanımlayanların üçte ikisi (yüzde 66) duaya başvurduğunu belirtmiş. Ayrıca ülke genelinde yüzde 1,5 olan ağıt yakma yöntemi, sofular arasında yüzde 5 oranında söylenmiş ve bu durum, çok yaygın olmayan bu yöntemin dindarlıkla yakından ilişkili olabileceğine işaret ediyor.

Toplum genelinde her dört kişiden biri bir ölümün kendisini etkilediğini söylerken, sofular arasında bu oran beşte bir oranında kalıyor. Ailevi dertler, Kürt sorunu, sağlık sorunu, ülke meseleleri gibi konular ise ortalamadan biraz daha fazla üzüyor.

Dindarlığın “huzur” getirdiğini söylemek mümkün. O günkü ruh halini “huzurlu” olarak tanımlayanların oranı, dindarlık seviyesi arttıkça yükseliyor. Dindarlıkla “üzgün” olduğunu söyleyenlerin oranı da artıyor, buna karşılık “kaygılı” olanların oranı düşüyor.

Son olarak dindarlık arttıkça kendi doğrularını yaşayamamak daha az üzen bir konu haline geliyor. Daha önce bireyselleşme ile yakın ilişkisine dikkat çektiğimiz bu cevaptaki değişim, dindar olanların kendi doğruları yerine dinin doğrularını koymalarından da kaynaklanıyor olabilir. Ancak dindarlaştıkça en çok üzen konuların istediğini satın alamamak ve saygı görmemek olması dikkat çekiyor. Her ne kadar daha dindar kümeler ortalama olarak daha düşük gelirli olsa da, dindarlıktaki artışın dünyevilikten uzaklaştırmaması, aksine birşey satın almanın daha önemli bir konu haline gelmesi oldukça çarpıcı.

Dindarlıkla ilgili diğer ilginç bir bulgu ise, dindarlık seviyesi arttıkça üzüntünün rengi olarak siyahın değil, diğer renklerin ön plana çıkması. Üzüntünün rengini inançlı olanların yüzde 61'i siyah olarak tanımlarken, bu oran dindarlar arasında yüzde 57'ye, sofu arasında ise yüzde 51'e düşüyor. Aynı zamanda farklı tanımlar yapanlar ve “rengi yoktur” diyenler artıyor. Sofuların sarı rengini neredeyse üç kat daha sık söylemiş olmaları da dikkat çekici. Ancak dindarlıkla renk tanımlaması arasında ne gibi ilişkiler



olduğu, bu bulguların renk psikolojisiyle veya dinle alakalı olarak ne anlama gelebileceği, bu raporun kapsamı dışında.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	İnançsız	İnançlı	Dindar	Sofu	Türkiye
Mutlu	26	37	36	36	36
Rahat	26	30	33	32	32
Huzurlu	16	32	40	42	37
Sıkıntılı	39	39	34	38	36
Kaygılı	76	44	37	32	39
Üzgün	13	10	11	14	11

En çok hangisi üzer?	İnançsız	İnançlı	Dindar	Sofu	Türkiye
Kararlarımın saygı duyulmaması	21	26	34	34	31
Karar özgürlüğümün olmaması	50	29	20	21	23
İstediklerimi alamamak	3	7	12	14	10
Sahip olmadıklarım	3	5	3	3	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	24	33	31	28	31
Toplam	100	100	100	100	100



Hayatınızda sizi en çok etkileyen üzüntü neydi?	İnançsız	İnançlı	Dindar	Sofu	Türkiye
Ailevi	3	4	4	7	4
Aşk acısı	3	3	2	0	2
Deprem	3	1	2	2	2
Ekonomik	3	5	4	6	5
Göç	0	1	1	1	1
Haksızlık	0	1	1	0	1
Hapse girmek	0	0	0	1	0
Huzursuzluk	3	1	1	0	1
Kariyer	0	3	2	3	3
Kaza	3	3	2	3	2
Kürt sorunu	3	3	2	4	3
Kürt sorunu - ailevi	0	1	1	2	1
Kürt sorunu - şehitler	5	5	8	11	7
Okuyamamak	0	2	1	0	1
Ölüm	18	23	25	16	23
Ölüm - evlat acısı	0	1	2	3	2
Özgürlük kısıtlanması	0	1	1	2	1
Sağlık	5	5	4	6	4
şahsi	0	1	1	0	1
Ülke	21	3	3	5	3
Diğer	3	3	3	4	3
Olmadı	11	6	4	4	5
Cevap yok	18	25	26	20	25
Toplam	100	100	100	100	100



Üzüntünüzü nasıl yaşarsınız?	İnançsız	İnançlı	Dindar	Sofu	Türkiye
Derdimi paylaşarak	47	41	43	38	42
Dua - ibadet ederek	0	22	42	61	37
Kendi başıma kalarak	39	34	27	22	29
Ağlayarak	11	26	29	36	29
Kendimi işime, gücüme vererek	26	24	20	14	20
Üzüntümün kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçere	34	17	9	5	11
Üzüntümü yol sayarak	16	11	9	6	9
İçerek	8	7	1	1	3
Psikoloğa giderek	3	2	2	2	2
Derdimi yazarak	5	3	2	1	2
Ağıt yakarak	0	1	1	5	1
Toplam	100	100	100	100	100

Üzüntüyü en iyi ifade eden renk	İnançsız	İnançlı	Dindar	Sofu	Türkiye
Siyah	71	61	57	51	58
Kırmızı	8	5	7	5	6
Sarı	0	2	2	6	2
Beyaz	3	1	2	4	2
Gri	5	3	1	1	2
Mavi	3	1	1	1	1
Mor	0	1	1	2	1
Yeşil	0	1	1	3	1
Kahverengi	0	1	1	0	1
Lacivert	0	0	1	0	0
Pembe	3	1	0	0	0
Turuncu	0	0	0	0	0
Yoktur	0	2	3	4	3
Diğer	0	0	1	2	1
Cevap yok	8	20	22	20	21
Toplam	100	100	100	100	100



### **2.8.11. Hayat tarzı**

Kişilerin kendini hangi hayat tarzı kümesinde gördükleri üzüntüyü yaşayışlarını her anlamda etkiliyor. Nelere üzüldükleri, nasıl yaşadıkları, üzüntüyü nasıl tanımladıkları hep fark ediyor. Bundan önceki Barometre raporlarındaki analizlerde de sık sık yer verdiğimiz gibi bu alanda da Geleneksel Muhafazakarlar ülke ortalamasına en yakın duran kümeyken, Modernler bir tarafta, Dindar Muhafazakarlar diğer tarafta yer alıyor.

Modern olanlar “mutlu” olduğunu daha fazla ifade ediyor. “Kaygılı” cevabı da modernler arasında daha fazla. Buna karşılık “huzurlu” ve “üzgün” dindar muhafazakarların daha sık tercih ettikleri cevaplar.

Başkalarının sahip olduklarına sahip olamamak, en fazla dindar muhafazakarların, en az da modernlerin üzüldüğü bir durum. Kişisel hayatlarıyla ilgili en çok üzüldükleri şey sorulduğunda, dindar muhafazakarların kararlarına saygı duyulmamasını, istediklerini satın alamamalarını ve sahip olmamayı ortalamanın üzerinde, modernlerin ise ortalamanın altında söyledikleri görülüyor. Hatta dindar muhafazakarlar arasında istedigini satın alamamayı en üzüldükleri konu olarak görenler Türkiye ortalamasının 1,5 katı oranında. Geleneksel muhafazakarlar ise doğru bildiklerini yaşayamamayı ortalamadan biraz daha yüksek oranda en üzüldükleri şey olarak belirtiyorlar. Modernlerin üçte biri için en üzen konu karar özgürlüklerinin olmaması.

Ailenin talepleri için kendi ihtiyaçlarından vazgeçmek ve ülke meselelerine dair yozlaşma, dindar muhafazakarları daha fazla üzüyor. Yolsuzlukların hırsızlıkların artmasına ise modernlerin ortalamadan biraz daha az üzülmeleri dikkat çekiyor. Üzüntünün insanı hasta ettiğine ve kötü bir insan yaptığına ise en çok geleneksel muhafazakarlar inanıyor.

Modernler en çok üzüldükleri olay için daha yüksek oranda “olmadı” cevabını vermiş ve bu oran dindar muhafazakarlara doğru azalıyor. Ayrıca modernler ölüme ve ülkeye dair dertlere biraz daha fazla, ekonomik dertlere biraz daha az üzülmüş.

Üzüntüyle baş etme yöntemlerinde dindar muhafazakarların dua ve ibadet tercihi dindarlıkta olduğu gibi çarpıcı, ancak şaşırtıcı değil. Her beş dindar muhafazakarın üçü dua ediyor ki bu oran Türkiye'nin neredeyse iki katı. Halbuki modernler arasında bu oran ortalamanın yarısında.

Kendi başına kalmak ve üzüntüsünü yok saymak dindar muhafazakarlar arasında daha seyrek. Üzüntülerinin kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçmek konusunda da daha çekingener. Ancak eğer dua etmelerinden de anlaşıldığı gibi çareyi dinde daha fazla görüyorlarsa, kaynağını da tanrı olarak değerlendirebilir ve ortadan kaldırmak şeklinde bir insiyatif kullanmayı da anlamsız buluyor olabilirler.

Modernler arasında kendi başına kalmak ve üzüntüsünü yok saymak genelden daha yaygın. Aynı zamanda toplum genelinde pek yaygın olmayan içmek ve derdini yazmak gibi çarelere genelden daha sık başvurdukları görülüyor. Modernlerin kendi başına



kalmayı, derdini yazmayı ve içmeyi daha fazla tercih ediyor olması ilk bakışta bizi modern hayatın yalnızlaştırdığı ve bireyselleştirdiği analizine yönlendirebilir. Ancak derdini paylaşmanın modernler arasında da en yaygın yöntem olması ve psikoloğa gitmek gibi “modern” yöntemlerin bu kümede daha yaygın olmamasından dolayı, bu kümede bireyselleşme artsa da sosyal destek ağlarının da varlığının devam ettiğini söylemek mümkün.

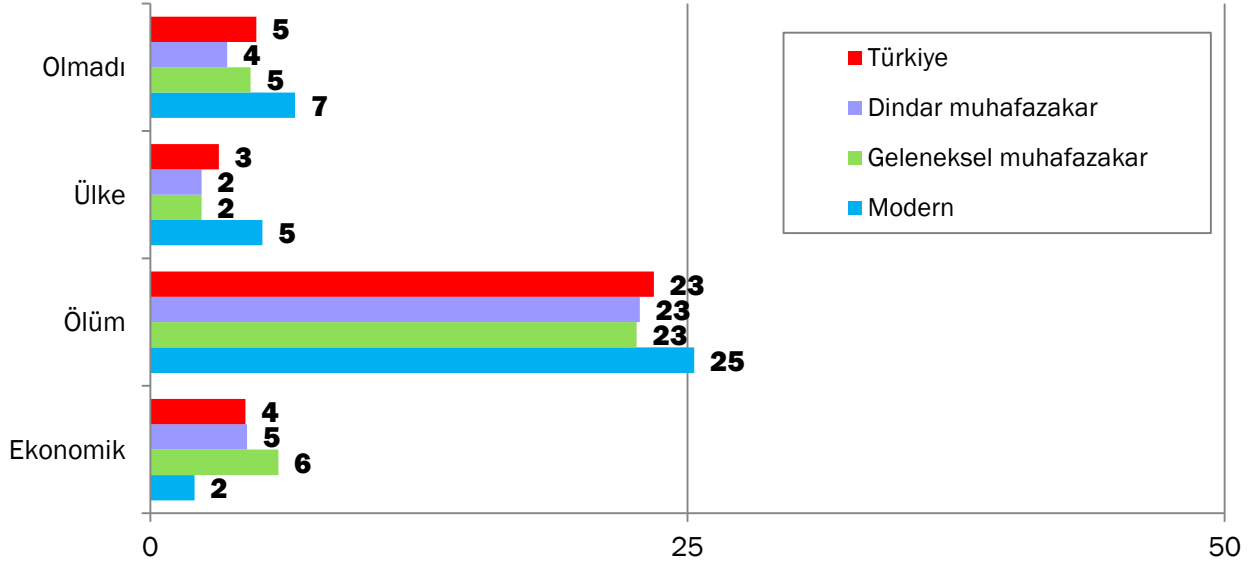
Modernler üzüntü için en çok renk söyleyenler. Griyi biraz daha fazla söylemişler. Dindar muhafazakarların ise dörtte biri renk söylememiş. Saha sırasında bir denek bu durumu " Yok çocuğum, köy insanıyım, renge bakmam" şeklinde ifade etmişti.

Hangi ikisi bugünkü genel duygu durumunuzu tanımlıyor?	Modern	Geleneksel muhafazakar	Dindar muhafazakar	Türkiye
Mutlu	41	35	35	37
Rahat	30	32	33	32
Huzurlu	32	38	42	38
Sıkıntılı	35	36	35	35
Kaygılı	46	39	32	39
Üzgün	10	10	13	11

En çok hangisi üzer?	Modern	Geleneksel muhafazakar	Dindar muhafazakar	Türkiye
Kararlarımın saygı duyulmaması	27	33	34	32
Karar özgürlüğümün olmaması	35	21	16	23
İstediğimi alamamak	7	8	16	10
Sahip olmadıklarım	2	4	5	4
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	29	35	29	31
Toplam	100	100	100	100



## En etkileyen üzüntü



Üzüntünüzü nasıl yaşarsınız?	Modern	Geleneksel muhafazakar	Dindar muhafazakar	Türkiye
Derdimi paylaşarak	42	44	40	42
Dua - ibadet ederek	19	34	60	37
Kendi başıma kalarak	35	29	23	29
Ağlayarak	27	29	30	29
Kendimi işime, gücüme vererek	22	22	16	20
Üzüntümün kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçere	16	13	4	11
Üzüntümü yok sayarak	12	8	8	9
İçerek	7	2	1	3
Psikoloğa giderek	3	2	2	2
Derdimi yazarak	3	2	1	2
Ağıt yakarak	1	1	3	1
Toplam	100	100	100	100





Üzüntüyü en iyi ifade eden renk	Modern	Geleneksel muhafazakar	Dindar muhafazakar	Türkiye
Siyah	59	61	52	58
Kırmızı	7	6	6	6
Sarı	2	2	3	2
Beyaz	2	1	3	2
Gri	3	2	1	2
Mavi	1	1	1	1
Mor	1	1	1	1
Yeşil	1	1	1	1
Kahverengi	1	1	0	1
Lacivert	1	0	0	0
Pembe	1	0	0	0
Turuncu	0	0	0	0
Yoktur	2	3	2	3
Diğer	1	1	1	1
Cevap yok	18	20	26	21
Toplam	100	100	100	100



### 3. ARAŞTIRMANIN KÜNYESİ

#### 3.1. Araştırmanın Genel Tanımı

Bu raporun dayanağı olan araştırma, KONDA Barometresi aboneleri için, KONDA Araştırma ve Danışmanlık Ltd. Şti. tarafından gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın saha çalışması 6-7 Ekim 2012 tarihlerinde gerçekleştirilmiştir. Bu rapor, Türkiye'deki 18 yaş üstü yetişkin nüfusun, saha çalışmasının yapıldığı günlerdeki siyasal eğilimlerini, tercihleri ve profillerini yansıtmaktadır.

Araştırma, Türkiye'nin 18 yaş üstü yetişkin nüfusunu temsil edecek deneklerin tercihlerindeki eğilim ve değişimleri belirlemek ve izlemek için tasarlanmış ve uygulanmıştır.

Araştırmanın bulgularının hata payı, yüzde 95 güven aralığında +/- 2, yüzde 99 güven aralığında yüzde +/- 2,6'dır.

#### 3.2. Örneklem

Örneklem, ADNKS (Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi) verilerine dayalı mahalle ve köylerin nüfus büyüklükleri ve eğitim seviyeleri verileri ile 12 Haziran 2011 genel seçimlerinin mahalle ve köy sonuçları katmanlandırılarak hazırlanmıştır.

Yerleşim yerleri önce kır/kent/metropol olarak ayrıştırılmış ve 12 bölge esas alınarak örneklem tespit edilmiştir.

Araştırma kapsamında 31 ilin merkez dâhil 99 ilçesine bağlı 150 mahalle ve köyünde 2638 kişiyle yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

Gidilen il	31
Gidilen ilçe	99
Gidilen mahalle/köy	150
Görüşülen denek	2638

Her bir mahallede gerçekleştirilen 18 anket için yaş ve cinsiyet kotası uygulanmıştır.

Yaş grubu	Kadın	Erkek
18-28 yaş	3 denek	3 denek
29-44 yaş	3 denek	3 denek
44 yaş ve üstü	3 denek	3 denek



	Düzey 1 (12 bölge)	Gidilen iller
1	İstanbul	İstanbul
2	Batı Marmara	Balıkesir, Tekirdağ
3	Ege	İzmir, Denizli, Kütahya
4	Doğu Marmara	Bursa, Eskişehir, Kocaeli
5	Batı Anadolu	Ankara, Konya
6	Akdeniz	Antalya, Adana, Hatay, Mersin
7	Orta Anadolu	Kayseri, Sivas, Nevşehir
8	Batı Karadeniz	Samsun, Zonguldak, Bartın
9	Doğu Karadeniz	Trabzon, Giresun, Ordu
10	Kuzeydoğu Anadolu	Erzurum, Kars
11	Ortadoğu Anadolu	Malatya, Van
12	Güneydoğu Anadolu	Gaziantep, Şanlıurfa, Diyarbakır

Görüşülen deneklerin bölgelere ve yerleşim yerleri türüne göre dağılımı aşağıdaki tablodadır.

	Anketin yapıldığı bölge	Kır	Kent	Metropol	Toplam
1	İstanbul			19,8	19,8
2	Batı Marmara	1,7	3,3		5,0
3	Ege	4,1	6,1	5,0	15,2
4	Doğu Marmara	1,4	2,7	5,5	9,6
5	Batı Anadolu	,7		10,2	10,9
6	Akdeniz	3,4	2,7	6,1	12,3
7	Orta Anadolu	1,2	2,0	1,4	4,6
8	Batı Karadeniz	2,7	2,1		4,8
9	Doğu Karadeniz	1,4	1,8		3,2
10	Kuzeydoğu Anadolu	1,4			1,4
11	Ortadoğu Anadolu	1,4	2,0		3,4
12	Güneydoğu Anadolu	2,1	3,5	4,2	9,7
	Türkiye	21,5	26,4	52,1	100,0



## 4. TÜM CEVAP DAĞILIMLARI

### 4.1. Deneklerin Profili

Cinsiyet	Yüzde
Kadın	49,1
Erkek	50,9
Toplam	100,0

Yaş	Yüzde
18 - 28 yaş	28,0
29 - 43 yaş	34,8
44+ yaş	37,2
Toplam	100,0

Eğitim durumu	Yüzde
Okuryazar değil	5,9
Diplomasız okur	2,2
İlkokul mezunu	35,1
Ortaokul mezunu	14,9
Lise mezunu	28,3
Üniversite mezunu	12,6
Yüksek lisans / Doktora	1,1
Toplam	100,0

Aylık hane geliri	Yüzde
300 TL ve altı	3,7
301 - 700 TL	13,1
701 - 1200 TL	36,6
1201 - 2000 TL	31,1
2001 - 3000 TL	9,4
3001 TL ve üstü	6,0
Toplam	100,0



<b>Eşiniz veya siz, sokağa çıkarken başınızı örtüyor musunuz? Nasıl örtüyorsunuz?</b>	<b>Yüzde</b>
Örtmüyor	31,1
Başörtüsü	48,1
Türban	6,0
Çarşaf, peçe	,5
Bekâr erkek	14,3
Toplam	100,0

<b>Hepimiz Türkiye Cumhuriyeti vatandaşıyız, ama değişik etnik kökenlerden olabiliriz; Siz kendinizi, kimliğinizi ne olarak biliyorsunuz veya hissediyorsunuz?</b>	<b>Yüzde</b>
Türk	81,6
Kürt-Zaza	12,6
Arap	2,7
Diğer	3,1
Toplam	100,0

<b>Kendinizi ait hissettiğiniz dininiz ve mezhebiniz aşağıdakilerden hangisidir?</b>	<b>Yüzde</b>
Sünni Müslüman	92,4
Alevi Müslüman	4,7
Diğer Müslüman	1,4
Diğer	1,5
Toplam	100,0

<b>Dindarlık açısından kendinizi aşağıda okuyacaklarımdan hangisiyle tarif edersiniz?</b>	<b>Yüzde</b>
İnançsız	1,5
İnançlı	29,7
Dindar	59,2
Sofu	9,6
Toplam	100,0



Hayat tarzı kümesi	Yüzde
Modern	28,3
Geleneksel muhafazakar	42,4
Dindar muhafazakar	29,3
Toplam	100,0

Medeni durum	Yüzde
Bekar	20,1
Sözlü / nişanlı	1,2
Evli	74,5
Boşanmış / dul	4,2
Toplam	100,0

Çalışma durumu	Yüzde
Devlet memuru	4,9
Özel sektör	5,2
İşçi	12,1
Küçük esnaf	5,6
Tüccar / sanayici / işadamı	,9
Serbest meslek	1,3
Marjinal sektör	,8
Çiftçi, ziraatçı, hayvancı	3,2
Çalışıyor, diğer	5,8
Emekli	13,2
Ev kadını	33,5
Öğrenci	7,7
İşsiz, iş arıyor	4,3
Çalışamaz halde	1,6
Toplam	100,0



Haberleri seyretmek için en fazla hangi TV kanalını tercih ediyorsunuz?	Yüzde
KANAL D	17,4
ATV	13,0
TRT 1	10,2
SAMANYOLU	9,7
FOX TV	8,4
SHOW TV	7,2
NTV	7,1
HABERTURK	5,3
KANAL 7	4,6
STAR TV	4,3
CNN TURK	3,0
ROJ TV	2,1
TRT 2	1,2
KANALTURK	1,0
FLASH TV	,8
YEREL KANALLAR	,6
TGRT HABER	,3
CEM TV	,2
TRT 6 (ŞEŞ)	,2
Diğer kanallar	3,5
Toplam	100,0



Doğum yeri	Yüzde
İstanbul	7,2
Batı Marmara	3,9
Ege	13,3
Doğu Marmara	6,8
Batı Anadolu	7,2
Akdeniz	12,0
Orta Anadolu	7,8
Batı Karadeniz	8,6
Doğu Karadeniz	7,0
Kuzeydoğu Anadolu	5,5
Ortadoğu Anadolu	5,8
Güneydoğu Anadolu	12,0
Yurtdışı	3,1
Toplam	100,0

Anketin yapıldığı bölge	Yüzde
İstanbul	19,8
Batı Marmara	5,0
Ege	15,2
Doğu Marmara	9,6
Batı Anadolu	10,9
Akdeniz	12,3
Orta Anadolu	4,6
Batı Karadeniz	4,8
Doğu Karadeniz	3,2
Kuzeydoğu Anadolu	1,4
Ortadoğu Anadolu	3,4
Güneydoğu Anadolu	9,7
Toplam	100,0





Yerleşim kodu	Yüzde
Kır	21,5
Kent	26,4
Metropol	52,1
Toplam	100,0

Oturulan evin tipi	Yüzde
Geleneksel ev	38,2
Varoş	5,3
Standart kentsel alan	51,7
Lüks konut	4,9
Toplam	100,0



## 4.2. Ayın Teması: Üzüntü

Bugünkü duygu durumu	Yüzde
Mutlu	36,4
Rahat	31,5
Huzurlu	37,3
Sıkıntılı	35,7
Kaygılı	38,9
Üzgün	11,1
Toplam	100,0

Kararlarım saygı duyulmaması	Yüzde
Hiç üzmez	1,5
Üzmez	5,3
Ne üzer ne üzmez	5,1
Üzer	65,2
Çok üzer	22,8
Toplam	100,0

Kararlarımı kendi başıma alma özgürlüğümün olmaması	Yüzde
Hiç üzmez	1,0
Üzmez	6,3
Ne üzer ne üzmez	7,5
Üzer	60,7
Çok üzer	24,5
Toplam	100,0



<b>İstediyimi satın alamamak</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	3,1
Üzmez	16,9
Ne üzer ne üzmez	14,2
Üzer	49,8
Çok üzer	16,0
Toplam	100,0

<b>Başkalarının sahip olduklarına sahip olamamak</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	15,4
Üzmez	41,8
Ne üzer ne üzmez	16,0
Üzer	20,0
Çok üzer	6,8
Toplam	100,0

<b>Kendi doğrularıma göre yaşayamamak</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	1,0
Üzmez	7,2
Ne üzer ne üzmez	7,3
Üzer	61,6
Çok üzer	22,8
Toplam	100,0

<b>En çok hangisi üzer?</b>	<b>Yüzde</b>
Kararlarıma saygı duyulmaması	31,5
Karar özgürlüğümün olmaması	23,2
İstediyimi alamamak	10,4
Sahip olmadıklarım	3,7
Doğru bildiklerimi yaşayamamak	31,2
Toplam	100,0



<b>Ailemin talepleriyle benim isteklerimin uyuşmaması</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	2,4
Üzmez	13,6
Ne üzer ne üzmez	13,4
Üzer	61,8
Çok üzer	8,8
Toplam	100,0

<b>Aileminkiler için kendi ihtiyaçlarımdan vazgeçmek</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	10,5
Üzmez	43,9
Ne üzer ne üzmez	12,6
Üzer	29,3
Çok üzer	3,7
Toplam	100,0

<b>Güneydoğu'da çatışmalarda askerlerin ölmesi</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	,1
Üzmez	,6
Ne üzer ne üzmez	,8
Üzer	27,9
Çok üzer	70,6
Toplam	100,0

<b>Çatışmalarda asker ya da polis tarafından öldürülenler olması</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	14,5
Üzmez	14,5
Ne üzer ne üzmez	9,1
Üzer	37,3
Çok üzer	24,7
Toplam	100,0



<b>Mahkemelerden tarafsız olmayan kararlar çıkması</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	,6
Üzmez	4,3
Ne üzer ne üzmez	8,4
Üzer	58,8
Çok üzer	27,9
Toplam	100,0

<b>Genel olarak ahlaki yozlaşma, bozulma</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	,3
Üzmez	1,9
Ne üzer ne üzmez	3,6
Üzer	61,4
Çok üzer	32,8
Toplam	100,0

<b>Yolsuzlukların, hırsızlıkların çoğalması</b>	<b>Yüzde</b>
Hiç üzmez	,3
Üzmez	,5
Ne üzer ne üzmez	1,6
Üzer	57,0
Çok üzer	40,6
Toplam	100,0



Akşam televizyon haberlerinde en çok hangisi sizi üzüyor?	Yüzde
Kocaların öldürdüğü kadınları	7,7
Trafik kazalarında ölen insanlar	1,3
Siyasi kavgalar	2,4
Şehit haberleri	83,6
Zam haberleri	2,8
Sel, deprem gibi felaketler	2,1
Toplam	100,0



Hayatınızda sizi en çok etkileyen bir üzüntü neydi?	Yüzde
Ailevi	4,4
Aşk acısı	2,0
Deprem	1,5
Ekonomik	4,5
Göç	,9
Haksızlık	1,3
Hapse girmek	,4
Huzursuzluk	,6
Kariyer	2,5
Kaza	2,4
Kürt sorunu	2,7
Kürt sorunu - ailevi	1,4
Kürt sorunu - şehitler	7,2
Okuyamamak	,9
Ölüm	23,4
Ölüm - evlat acısı	1,7
Özgürlük kısıtlanması	,9
Sağlık	4,4
şahsi	,9
Ülke	3,3
Diğer	2,7
Olmadı	4,9
Cevap yok	25,1
Toplam	100,0



Üzüntünüzü nasıl yaşarsınız?	Yüzde
Derdimi paylaşarak	41,9
Dua - ibadet ederek	37,1
Kendi başıma kalarak	28,7
Ağlayarak	28,5
Kendimi işime, gücüme vererek	20,4
Üzüntümün kaynağını ortadan kaldırmak için harekete geçere	11,1
Üzüntümü yol sayarak	9,3
İçerek	3,1
Psikoloğa giderek	2,3
Derdimi yazarak	2,2
Ağıt yakarak	1,4
Toplam	100,0

Üzüntü hayatın normal bir parçasıdır, gelir, geçer.	Yüzde
Kesinlikle yanlış	1,2
Yanlış	7,7
Ne doğru ne yanlış	7,7
Doğru	73,8
Kesinlikle doğru	9,5
Toplam	100,0

Üzüntü insanı hasta eder.	Yüzde
Kesinlikle yanlış	,7
Yanlış	7,4
Ne doğru ne yanlış	8,1
Doğru	71,4
Kesinlikle doğru	12,4
Toplam	100,0





<b>Uzun süren üzüntülerde insanın doktora görünmesi gerekir.</b>	<b>Yüzde</b>
Kesinlikle yanlış	,6
Yanlış	9,0
Ne doğru ne yanlış	12,0
Doğru	64,2
Kesinlikle doğru	14,3
Toplam	100,0

<b>Üzüntü insanın karakterini geliştirir, olgunlaştırır.</b>	<b>Yüzde</b>
Kesinlikle yanlış	3,2
Yanlış	19,8
Ne doğru ne yanlış	18,1
Doğru	51,1
Kesinlikle doğru	7,8
Toplam	100,0

<b>Üzüntü insanı kötü bir insan yapar.</b>	<b>Yüzde</b>
Kesinlikle yanlış	12,8
Yanlış	47,8
Ne doğru ne yanlış	16,4
Doğru	20,7
Kesinlikle doğru	2,2
Toplam	100,0

<b>Üzüntü insana yaşama direnci verir.</b>	<b>Yüzde</b>
Kesinlikle yanlış	5,9
Yanlış	24,9
Ne doğru ne yanlış	19,1
Doğru	45,9
Kesinlikle doğru	4,1
Toplam	100,0



Üzüntüyü en iyi ifade eden renk	Yüzde
Siyah	57,7
Kırmızı	6,3
Sarı	2,2
Beyaz	2,1
Gri	1,9
Mavi	1,1
Mor	1,1
Yeşil	,9
Kahverengi	,8
Lacivert	,4
Pembe	,3
Turuncu	,2
Yoktur	2,6
Diğer	1,2
Cevap yok	21,3
Toplam	100,0



Yıldızposta Caddesi  
Çiğdem Apt. No:11 D:6  
Esentepe - Şişli / İstanbul  
Tel: 212 275 17 66  
Faks: 212 275 17 68

[www.konda.com.tr](http://www.konda.com.tr)  
<http://twitter.com/kondaarastirma>