Farklı Pencerelerden Mutluluğa Bakış

Türk Dil Kurumu Güncel Türkçe Sözlüğü’nde “Bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu” şeklinde tanımlanıyor mutluluk. Gerçekten bütün özlemlerine eksiksiz ve sürekli ulaştıklarında mı mutlu oluyor insanlar, yoksa dünya üzerindeki her insan için mutlu olmak farklı bir nedensellik ilişkisi mi barındırıyor kendi içerisinde? Bu soruları sormaya başladığımızda, cevaplara ulaşmayı planlarken ilk önce başka sorularla karşılaştık: insanlar mutlu olmak için mi yaşarlar yoksa hayatlarını sürdürmeye dair motivasyonlarını sağlayan başka şeyler mi vardır? Herkesin yaşam amacı birbirinden farklı. Birbirinden farklı olan bu yaşam amaçlarını tek bir çatıda toplayabilir miyiz, ve de toplayabilirsek bu çatı “mutluluk”tan başka ne olur? Bu sorulara cevap bulmak için insanlara 1 en düşük ve 10 en yüksek olmak üzere 1 ile 10 arasında mutluluk derecelerini, mutlu olma sebeplerini ve yaşama amaçlarını sorduk.

Anket sonuçlarında gördüğümüz şu: yaş, meslek, medeni hal, eğitim durumu fark etmeksizin insanlar; yaşama nedeni olan günlük veya ömürlük amaçlarını, kendilerini mutlu eden şeyler arasından belirlediklerinde bu, mutluluk derecelerine olumlu bir şekilde yansıyor. Yaşama amaçları, insanların mutlu olma sebeplerine ile ne kadar bağlantılıysa, mutluluk derecelerine de o kadar yüksek oluyor ve de tam tersi.

**Mutluluk Derecesi Mutlu olma sebebi Yaşama amacı**

10 Hedeflerim, hayallerim, başarılı olmak, Bir kitap gibi hissediyorum kendimi ve amacım

kendimi daha iyi tanımak ve buna göre kendimi (bu kitabı) insanların ilgisini çekecek,

şekillendiriyor olmak hayatımı. onlara örnek olacak şeylerle doldurmak.

10 Yetenek ve çabanın karşılığında elde edilen Başarılarla birlikte hatırlanmaya değer bir iz

başarı bırakmak

9.5 Kendimi tanıyorum Gelecekte hayallerimi gerçekleştirmek

9 Hayallerim, sağlıklı hayatım, güzel geçmişim Hayallerime ulaşabilmek

9 Hayata dair amacıma giden yolda attığım Uzaya çıkmak

her adım bana haz ve mutluluk veriyor.

8 Motiveli öğrenciler, evdeki huzur, tatilde yeni Dürüst ve üretken bir yaşam sürmek, kendime

yerler görmek, hayvanlarla zaman geçirmek ve başkasına faydalı olabilmek

8 Kendiliğinden mutlu oluyorum, biliyorum Pek bir sebebim yok, hayattan zevk almaya

bakıyorum. Mutlu olup insanlarla tanışmak,

muhabbet, sohbet, öğrenmek. Aslında varmış.

8 Basit şeyler Frizbi oynamak, çeviri yapmak, öğrenmek,

öğretmek.

8 Bana zevk veren şeyleri yapmak: öğrenmek, Alternatifin ölüm olması ve de ölümden

gezmek, okumak, gitarlarla ilgilenmek. sonraki yaşama inanmıyor olmam benim

yaşama sebebim.

8 Arkadaşlarım Başarılı olmak

8 Ailem, işim, sağlığım Başkalarının hayatına dokunmak

8 Oğlum Oğlum

7 Ailem, hedeflerime erişmek Tatmin olmak

7 Rahatlığım IB’yi geçmek, extended essay yazmak.

7 Yemek, deniz, rakı Gülümsemek

7 Hayalini kurduğum hayatın bir kısmını Kendime koyduğum hedeflere ulaşabilmek

yaşıyor olduğum için kısmen mutluyum

7 Dostlarım, ailem, kedim Sevgi

7 Başarı, sağlık, aile Ailem, başarı

7 Kızım, işim, sağlığım Huzurla ailemle olmak, fayda sağlayacak bir

iz bırakmak

6 Sağlıklı olmak Mutlu olmak

6 Ailem Başarılı olmak

5 Yeğenimin, annemin mutlu olduğunu görmek Annem ve yeğenim

5 Ailem, kedim Yok

4 Huzur, sağlık, ülkede güzel şeyler olması Ailem

3 Kızım, eşim, kitaplarım, filmlerim İyi günler görmek

2 Yüksek not alırsam mutlu oluyorum IB sınavını geçmek

2 Mutluluk IB sınavını geçmek

1 Yaşıyor olmam IB sınavını geçmek

Kaynakça

<http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.56efdf032b59c4.95267680> ,

Erişim tarihi: 21.03.2016