

## MODERN ÇAĞIN GİZLİ TAKINTISI: MUTLULUK KORKUSU

Mutluluk, modern insanın en çok peşinden koştuğu hedeflerden biri. Ancak birçok kişi, mutlu olduğu anlarda bile içten içe bir tedirginlik yaşıyor. Bu durum bilimsel literatürde “mutluluk korkusu” ya da “çerofobi” olarak adlandırılıyor. Klinik Psikolog İrem Uyar’a göre bu korkunun arkasında, geçmişteki olumsuz deneyimler ve toplumsal inanışlar var.

İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Klinik Psikolog İrem Uyar, birçok kişinin mutluluğun ardından kötü bir olay yaşanacağından korktuğunu belirtiyor:

“Mutluluk geçici bir duygu olarak görülüyor. İnsanlar, bu güzel anların hemen ardından olumsuz bir durumla karşılaşacaklarına inanıyor ve bu düşünce mutluluğu tam anlamıyla yaşamalarını engelliyor.”

## GEÇMİŞ DENEYİMLER KORKUNUN TEMELİNİ ATİYOR

Mutluluk korkusunun kökeni genellikle çocukluk dönemine dayanıyor. Klinik Psikolog İrem Uyar’a göre, çocuklukta duygusal ihtiyaçları karşılanmayan ya da cezalandırıcı tutumlarla büyüyen bireyler, mutluluğu tehdit altında hissediyor.

“Çocukken mutlu bir anın hemen ardından cezalandırılan bireyler, yetişkinlikte de mutluluğun ardından kötü bir şey geleceğini düşünmeye başlıyor. Bu yüzden mutluluğu suçluluk veya kaygıyla ilişkilendiriyorlar.”

Bu kişiler, pozitif duyguların ardından bir tehlike geleceğini varsayarak, mutlu olmaktan veya bunu çevreleriyle paylaşmaktan kaçınıyor.

## KÜLTÜREL İNANÇLAR DA ROL OYNUYOR

Mutluluk korkusu sadece kişisel deneyimlerden değil, toplumsal inanışlardan da besleniyor. Türkiye’de sıkça kullanılan “Çok gülen çok ağlar” ve “Nazar değer” gibi atasözleri, bireylerin mutluluklarını saklama ihtiyacı hissetmelerine yol açıyor. Uyar, bu tür inançların bireylerin mutlu olmaktan korkmasına sebep olduğunu vurguluyor:

“İnsanlar, mutluluklarını paylaşmaktan çekiniyor. Nazar degeceği ya da mutlu oldukları için bir bedel ödeyecekleri korkusu bireylerin mutluluklarını bastırmasına neden oluyor.”

Mutluluk korkusunun üstesinden gelmek için bireyin bu kaygıların farkına varması ve geçmiş deneyimlerle yüzleşmesi gerekiyor. Klinik Psikolog İrem Uyar’a göre mutluluk, diğer tüm duygular gibi doğal bir süreç ve insanın kendisini bu duygudan mahrum bırakmaması önemli.

“Mutluluğun bir bedeli olmadığı fikrini benimsemek, bu korkunun aşılmasında kilit rol oynuyor. Mutluluğu keyifle yaşamak ve bunu paylaşmak, bireyin ruh sağlığı üzerinde de olumlu etkiler yaratıyor.”

Uzmanlara göre, bireylerin mutluluğu gizlemek yerine bu duyguyu cesurca yaşamayı öğrenmesi ve toplumsal inanışların değişmesi, mutluluk korkusunun önüne geçebilir.

## İGÜ TEKMER’DEN BÜYÜK BAŞARI: TÜBİTAK’TAN BİYOTEKNOLOJİ PROJESİNE DESTEK!

İGÜ TEKMER bünyesinde faaliyet gösteren firmalardan Cistron Biologics Moleküler Araştırma Geliştirme San. ve Tic. A.Ş., TÜBİTAK’ın 1507 KOBİ Ar-Ge Başlangıç Destek Programı 2024-2 çağrısı kapsamında destek almaya hak kazandı.

TEKMER bünyesindeki firma, “Ters Transkriptaz Enziminin Rekombinant Üretim Prosesinin ve Tek Basamaklı RT-PCR (One-Step Ters-Transkriptaz PCR) Kitinin Geliştirilmesi” başlıklı projesiyle biyoteknoloji alanında önemli bir adım atmayı hedefliyor. Proje, salgın dönemlerinde kritik rol oynayan moleküler biyoloji ve tanı kitlerinin geliştirilmesine odaklanıyor.

Geliştirilecek olan one-step RT-PCR kiti, hem RT (Ters Transkriptaz) hem de PCR reaksiyonlarını tek bir adımda birleştirerek hızlı ve etkili sonuçlar sunmayı amaçlıyor. Bu yenilikçi ürün, özellikle tanı süreçlerini hızlandırarak biyoteknolojik çözümlerde önemli bir boşluğu dolduracak.

Proje bütçesi 2.398.097 TL olarak belirlenirken, bu çalışmanın ülkemizin biyoteknoloji alanındaki rekabet gücüne katkı sağlaması bekleniyor.

TEKMER firması, bu başarılı projeye Türkiye'nin Ar-Ge ve inovasyon kapasitesini bir kez daha ortaya koyuyor.