

Geleceğe dair kaygılar: gençler iklim değişikliğinden neden daha fazla etkileniyor?

Prof. Dr. İbrahim Özdemir



Çevre Felsefesi ve Etiği alanında uzmanlaşmış bir Felsefe Profesörüdür. Harvard Üniversitesi, Hartford Seminary, (ABD) University of Cape Town (Güney Afrika), Gadjah Mada University (Endonezya) ve Abo Akademi Üniversitesi (Finlandiya) gibi çeşitli üniversitelerde misafir öğretim üyesi olarak bulundu. MEB Dış İlişkiler Genle Müdürlüğü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Kurucu Rektörlüğü ve Üsküdar Üniversitesi İTBF Dekanlığı yapan Özdemir'in alanıyla ilgili kitap, makale ve denemeleri bulunmaktadır. Amerika'da misafir öğretim üyesi olarak görev yapan Özdemir, aynı zamanda APA tarafından sertifikalı bir felsefi danışmandır.

"Çevresini yok eden bir organizmanın kendisini de yok edeceğini acı tecrübelerle öğreniyoruz."
-Gregory Bateson

Türkiye, Finlandiya, Endonezya, Maldivler ve Amerika Birleşik Devletleri'nde 30 yıldır çevre felsefesi ve etiği dersleri veriyorum. İlk dersimde öğrencilerimi çocukluklarından bu yana çevrelerindeki, parklar, göller, nehirler, ormanlar, kırsal alanlar ve hatta kendi bahçeleri başta olmak üzere meydana gelen olumsuz değişimler hakkındaki gözlemlerini paylaşmaya davet ediyorum. Öğrencilerin değerlendirmeleri genellikle rahatsız edici gerçekleri ortaya koyuyor: Kaybolan yeşil alanlar, yerini yeni binalara ve alışveriş merkezlerine terekeden parklar, kirlenen denizler, göller ve değişen ekosistemler. Öğrencilerimin büyük bir ekseriyeti bu kayıplardan duydukları kızgınlığı, öfkeyi, stresi ve gelecekle ilgili kaygılarını paylaşıyorlar.

Bu artan tedirginlik, iklim değişikliği kaygısı veya "çevre kaygısı" olarak bilinen daha geniş bir olgunun parçasıdır. Özellikle gençler arasında yaygın olan bu durum, iklim değişikliği ve onun hızlanan etkilerine dair farkındalıkla

beslenen kalıcı bir çevre felaketleri korkusu olarak ortaya çıkıyor. Çevrepsikolojisi bir perspektiften bakıldığında, bu kaygı kişisel bir ruh sağlığı sorunundan daha fazlasını işaret etmekte; doğal dünyayla olan derin ve içsel bağımızın sağlıksız olduğunu göstermektedir. Ekopsikoloji bize insanın iyi olma hâlinin gezegenin sağlığından ayıramayacağını öğretmekte ve iklim kaygısı da bu ilişkinin bozulduğunun bariz bir belirtisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Aslında "insanların iyi olma hâli ile doğanın iyi olma hâlinin birbirine derinden bağlı" ilkesi olduğu bir çok psikolog tarafından vurgulanmıştır (Adams, 2007, s. 27). Bundan dolayı çevre ve iklimle ilgili yaşadığımız kriz sadece biyolojik bir felaket değil, aynı zamanda "bir bilinç ve kültür krizidir" (age). Bundan dolayı öncelikle çevre kaygısının (eco-anxiety) ne olduğunu açıklamak gerekiyor.

Çevre Kaygısını Anlamak

Ekopsikoloji gibi, çevre kaygısı da yeni bir kavram olarak karşımıza çıkmak-

tadır. Bundan dolayı tam bir tanımı olmasa da iklim değişimi ve çevre sorunlarının sebep olduğu kaygı olarak tanımlanmaktadır. Kavramla ilgili bu belirsizliğin bir nedeni bilimsel çalışmaların iklim değişikliğine doğrudan veya dolaylı olarak maruz kalmanın "depresyon, suçluluk, üzüntü, öfke, korku, endişe ve umutsuzluk gibi yoğun duygusal tepkileri tetikleyebileceğini" göstermesidir. Bununla birlikte *Amerikan Psikoloji Derneği*, çevre kaygısını "çevreyle ilgili felaket korkusunun kronik bir hâli" olarak tanımlıyor (Clayton, 2020). Bu korku, aşırı hava olaylarını ve çevrede meydana gelen değişiklikleri doğrudan deneyimlemekten (örneğin sel, orman yangınları, kasırgalar, kuraklık) veya haber medyası ve diğer kaynaklar aracılığıyla iklim değişikliği hakkında bilgi edinmekten kaynaklanabilir. Bazı durumlarda, bu duygular ruh sağlığı bozukluklarına katkıda bulunabiliyor. Bundan dolayı, iklim değişikliği ile ilişkili psikolojik kaygı, endişe ve stresi tanımlamak için birbiriyle ilişkili çeşitli terimler de kullanılmaktadır (Ma et al., 2022). Örneğin



iklim kaygısı, iklim değişikliği algıları- la ilgili huzursuzluk veya sıkıntı duy- gularını ifade ederken, çevre kaygısı çevrede meydana gelen bozulmanın farkındalığından kaynaklanan duygus- al ve psikolojik gerginliği tanımlar. Bu bağlamda kullanılan “solastalji” kav- ramı daha çok “tanıdık ve sevilen bir çevredeki değişikliklere tanıklık eder- ken yaşanan sıkıntıyı” ifade ederken, “çevre kaygısı” bireylerin gerçek veya beklenen çevresel kayıplar nedeniyle hissettikleri üzüntüyü ifade ediyor (Ma et al., 2022). Gözlerimizin önünde her geçen gün kötüye giden gezegen için hiçbir şey yapmamak ya da “yeterince bir şey yapmamak/yapamamak” ise insanlarda ve özellikle de gençlerde hayal kırıklığı ve suçluluk duygularına yol açıyor. Bunun en önemli nedenle- rinden birinin, “çevre krizinin varlığını- zın derinliklerine sızarak kaygı, üzüntü, suçluluk ve bazen de umutsuzluk üret-meye devam etmesi” olarak ifade edi- lebilir (Dalton & Simmons, 2010, s. vii).

Dünyada Çevre Kaygısı

Uluslararası anketler, gençlerin iklim değişikliği konusunda yetişkinlere kı- yasla daha fazla endişe duyduğunu gösteriyor. Araştırmacılar gençler ara- sında iklim kaygısının boyutunu değer- lendirmek amacıyla 2021 yılında geniş çaplı bir çalışma gerçekleştirdi (Hick- man et al., 2021). Avustralya, Brezilya, Finlandiya, Fransa, Hindistan, Nijerya, Filipinler, Portekiz, Birleşik Krallık ve ABD’den 16-25 yaş arası 10.000 kişi ile yapılan anket, katılımcıların yüzde 59’unun iklim değişikliği konusunda

çok veya aşırı derecede endişeli, yüz- de 84’ünün ise en az orta seviyede kaygılı olduğunu ortaya koydu. Ayrıca, katılımcıların yarısından fazlası *üzüntü, kaygı, öfke, güçsüzlük, çaresizlik ve suçluluk* duygularını iklim krizi nede- niyle deneyimlediğini ortaya koydu. Bu sonuçlar, özellikle Z kuşağının iklim kaygısından en çok etkilenen nesil ol- duğunu doğrularak ve onlara “iklim nesli” ünvanını kazandırıyor (age).

Amerikan Psikoloji Derneği ile *ecoAmerica*’nın birlikte hazırladıkla- rı yeni bir rapor, iklim değişikliğinin gençlerin ruh sağlığı üzerindeki önemli etkisini vurguluyor. Rapora göre, aşırı hava şartları, sıcak hava dalgaları ve düşük hava kalitesi gibi çevreyle ilgi- li olumsuz olaylar kaygı, depresyon, travma sonrası bozukluğu (TSSB), bilişsel bozukluk ve saldırganlık gibi ruh sağlığı sorunlarını tetikleyebilir ya da daha da kötüleştirebilir. Büyük deprem felaketinde yaşadığımız gibi, doğal afetler travmaya yol açabilirken, uzun vadeli iklim stresörleri psikiyatrik bozukluklar için riskleri artırıyor (Clay- ton et al., 2023). Raporun baş yazarı Dr. Sue Clayton’a göre, iklim kaygısı gençlerin geleceklerini nasıl planlaya- cıklarını şekillendirdiği gibi, *kariyer se- çimlerini, finansal güvenliklerini ve aile planlamalarını* da etkiliyor. Rapor, iklim değişikliğinin sadece bir çevre sorunu olmadığını, tüm toplumu etkileyen bir *halk sağlığı krizi* olduğunu ve acil eyle- mi zorunlu kıldığını vurguluyor.

Gallup’un güncel 2023-2024 anketine göre, ABD’li yetişkinlerin yaklaşık üçte

ikisi (%61) küresel ısınma veya iklim değişikliği konusunda endişeli oldu- ğunu belirtiyor. Bu grubun yüzde 40’ı büyük ölçüde, yüzde 21’i ise bir miktar endişeli. Ayrıca, yüzde 45’i iklim deği- şikliğinin kendi yaşam biçimlerini teh- dit edeceğine inanıyor. Bu oran, tarih- sel ortalamanın (%39) üzerinde olup, 2016’dan bu yana artış göstermiştir (Gallup, 2024).

Rapora göre, özellikle 18-29 yaş aralı- ğındaki gençler, iklim değişikliği konu- sunda en fazla endişe duyan yaş gru- bu olarak öne çıkıyor. Yüzde 68’i büyük ölçüde ya da bir miktar endişeli, yüzde 53’ü ise iklim değişikliğinin yaşamları- nı doğrudan etkileyeceğine inanıyor. Bununla birlikte, yüzde 73’ü küresel ısınmanın temel nedeninin insan kay- naklı kirlilik olduğunu düşünüyor. Bu oran, yaş ilerledikçe düşüş gösteriyor. Gençler arasındaki bu farkındalık, ar- tan eko-anksiyetenin bir göstergesi olarak kabul edilebilir. Gençler, hükü- metlerin yetersiz çevre politikaları ve doğanın hızla tahrip olması karşısında güçsüzlük ve çaresizlik hissi yaşaya- biliyor. İklim değişikliğinin etkilerini doğrudan deneyimleyecek olmaları, onların kaygı seviyelerini daha da ar- tırıyor (age).

Amerikan toplumuyla ilgili bu anket so- nuçları, iklim değişikliği konusundaki endişenin yaygın ancak eşit dağılmadı- ğını gösteriyor. Gençler, kadınlar, azın- lık grupları ve eğitim düzeyi yüksek bi- reyler iklim değişikliği konusunda daha bilinçli ve kaygılı. Ancak siyasi görüşler ve bölgesel faktörler, bu farkındalığın düzeyini önemli ölçüde etkiliyor. Eğer somut adımlar atılmazsa, genç nesiller belirsizlik, korku ve güvensizlik içinde büyümeye devam edeceklerdir.

Türkiye’de Durum

Ege ve Akdeniz Bölgelerinde her yıl ya- şadığımız orman yangınları, 240 gölden 186’sının kuruması veya ölmesi, büyük nehirlerdeki aşırı kirlilik, Karadeniz Böl- gesi başta olmak üzere iklim kaynaklı aşırı yağışlar ve seller, tarım arazilerinin giderek azalması iklim değişikliğinin Türkiye üzerindeki etkisini açıkça göz- ler önüne seriyor. İklim değişikliği hız kazandıkça, çevre kaygısının gençler için giderek büyüyen bir endişe hâline geldiği görülüyor. Bununla birlikte, sis- tematik iklim politikalarının eksikliği, ekonomik istikrarsızlık ve ruh sağlığı

konusunda yeterli kamusal farkındalığın olmaması, gençler arasında iklim kaygısını daha da artırıyor. İşsizlik, barınma sorunu ve eğitim imkânlarının kısıtlı olması gibi mevcut sosyoekonomik zorluklarla birleşen bu kriz, gençlerin geleceğe dair umutsuzluk hissetmesine yol açıyor. Özellikle İstanbul, Ankara ve İzmir gibi büyükşehirlerde yaşayan gençler, iklim krizinin uzun vadeli etkilerinin farkında ve bununla ilgili yoğun kaygı yaşıyorlar. Bu nedenle, gençlerin çevre kaygılarını ele almak için kapsamlı çözümler geliştirilmesi gerekiyor.

Türkiye’de gençler arasında ekoanksiyete üzerine yapılan araştırmalar oldukça sınırlı olmakla birlikte, mevcut çalışmalar üzerinde düşünmememiz için bazı önemli bulgular sunuyor. *Üniversite Öğrencilerinde Ekoanksiyete Düzeyi ve Beslenme Alışkanlıklarıyla İlişkisi: Erciyes Üniversitesi Örneği* başlıklı çalışması üniversite öğrencilerinin çevre endişesi düzeylerini ve bunun beslenme alışkanlıklarıyla ilişkisini inceleyerek; kadın öğrencilerin ekoanksiyete düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu ve öğrencilerin çoğunluğunun iklim değişikliğinin farkında olmasına rağmen, *önleme konusunda aktif bir rol almadıklarını* göstermiştir (Oral & Durmuş, 2023).

Yunus Kara, ekolojik kriz bağlamında çevre kaygısı kavramını ele aldığı çalışmada, söz konusu endişe ve kaygının belirsizlik, kontrol edilemezlik, keder ve suçluluk gibi duygularla ilişkili olduğunu ve özellikle gençler arasında bu kaygının arttığını belirtiyor (Kara, 2022). Bu da mevcut çalışmaların bu kaygının *belirsizlik, kontrolsüzlük ve öngörülemezlik* duygularıyla bağlantılı olduğunu teyit ediyor. Çalışmada ekoanksiyetenin *varoluşsal kaygıyla güçlü bir bağ* olduğu ve bazı bireylerin yaşam koşulları nedeniyle daha duyarlı hâle geldiği özellikle vurgulanıyor. Kara’ya göre iklim değişikliği, COVID-19 ve çevresel adalet sorunları, ekoanksiyetenin yayılmasını hızlandırmakta ve farklı anksiyete biçimleriyle iç içe geçmesine neden olmaktadır (Kara, 2022). Diğer bir çalışma, sağlık bilimleri öğrencilerinin ekoanksiyete düzeyleri ile ekolojik ayak izi farkındalıklarını değerlendirerek; katılımcıların ekoanksiyete düzeylerinin orta seviyede, ekolojik ayak izi farkındalıklarının ise yüksek olduğunu göstermiş (Seki Öz & Şen, 2024).

Gençliği, İklim Kaygısını ve Eylemi Anlamak

Burada sorulması gereken soru şudur: Yükselen sıcaklıkların, hızla eriyen buzulların, Dünya’nın akciğerlerinin yanmasının ve ormanların yok olmasının, yükselen deniz seviyelerinin, türlerin yok olmasının gençlerde sebep olduğu eko kaygısı nasıl anlamlandırabiliriz? İsveç’teki Örebro Üniversitesinde psikoloji öğretim üyesi olan Doç. Dr. Maria Ojala’nın çalışmaları (Ojala, 2018) bu konuda kritik bir paradoksun altını çiziyor: Çeşitli ülkelerde yapılan anketler birçok gencin iklim değişikliğini en acil toplumsal sorun olarak gördüğünü ortaya koyarken, yaşam tarzları genellikle eski kuşaklarınkinden daha sürdürülebilir değil. Endişe ve eylem arasındaki bu uçurum önemli soruları da beraberinde getiriyor. Farkındalıklarına rağmen neden birçok genç iklim çözümlerine anlamlı bir şekilde dâhil olmakta zorlanıyor? Ojala, kilit faktörlerden birinin iklim karamsarlığı olduğunu öne sürerken; bunun, gençler arasında gezegenin geleceğinin kasvetli olduğuna ve bireysel eylemlerinin sınırlı etkisi olacağına dair yaygın bir inancın varlığıyla ilişkili olduğunu belirtmektedir. Bu güçsüzlük ve eylemsizlik hissinin, gençlerin etkin katılımını engellediği ve duygusal sıkıntıları beslediği anlaşıyor. Ojala’na göre, *“dayanıklılık, umut ve güçlendirme stratejileri geliştirilmediği takdirde”*, bu duygular anlamlı eylemlerde bulunma becerilerini engelleyerek iklim kaygısı ve eylemsizlik döngüsünü daha da derinleştirebiliyor (age). Bundan dolayı, Ojala’nın araştırması, gençleri sadece bilgilendirmekle kalmayıp aynı zamanda güçlendiren, kaygılarını müşterek eyleme ve sürdürülebilir değişime dönüştürmelerine yardımcı olan iklim eğitimi ve psikolojik desteğe duyulan acil ihtiyacın altını çiziyor. Ancak bu konuda umut verici örnekler de var.

“Evimiz Yanarken!”

Gençlerin eko kaygılarının ve iklim odaklı aktivizmin en güçlü örneklerinden birisi İsveçli Greta Thunberg. 2018 sonbaharında eyleme başladığında 15 yaşında olan Thunberg’in tepkisi, ülkesinin ve dünyanın iklimle ilgili olaylara karşı duyarsızlığına daha fazla tahammül edemeyeceğine karar vermesiyle ortaya çıktı. İsveç’te genel seçimler öncesi politikacıların iklim krizi ve çevre

konusundaki duyarsızlıkları karşısında cesur bir adım atarak İsveç parlamentosu önünde tek başına bir okul grevi düzenledi. Mesajı açık, net ve acildi: “İklim değişikliği liderlerin artık görmezden gelemeyeceği varoluşsal bir krizdir.” Thunberg, basit ama akılda kalıcı bir ifadeyle dünyanın dikkatini çekmeyi başardı: *“Evimiz yanıyor. Evimizin yandığını söylemek için buradayım.”* (Thunberg, 2019).

Thunberg’in tek başına gerçekleştirdiği protesto birkaç ay içinde küresel medyanın ilgisini çekti. Kısa sürede Finlandiya, Hollanda, Avustralya ve diğer ülkelerde de benzer iklim grevlerinin yapılmasını tetikledi. Thunberg’in 2018’de Helsinki’ye geldiğinde gençleri nasıl etkilediğine tanık olduğum gibi, Mart 2019’da Nairobi’de düzenlenen BM Çevre Programı (UNEP) Çevre Asamblesine konuşmacı olarak katıldığımda, Thunberg’in başlattığı mütevazı hareketinin dünyaya nasıl yayıldığına da tanık oldum. Kenyalı öğrenciler 15 Mart 2019’da Nairobi’de bir parkta protesto için bir araya gelerek gelecekle ilgili endişelerini kamuoyuna ve Çevre Asamblesine katılanlara gösterdiler. Thunberg’in artık meşhur olan sözlerini tekrarlayarak “Liderlerimiz harekete geçmekte çok yavaş” dediler. “Eviniz yandığında beklemesiniz, harekete geçersiniz.”

Çözüm için Bazı Öneriler

Nasreddin Hoca’nın meşhur fıkrası, çevre kaygısı karşısında çözüm arayışımıza dair önemli bir ders içeriyor. Gençlerin artan iklim krizi kaygılarını anlamak mümkün olmakla beraber, bu kaygılar karşısında çare ararken, sorunun kaynağını doğru tespit edip, cevaplarımızı doğru yerde arıyor muyuz?

Nasreddin Hoca’nın fıkrasını bir kez daha hatırlayalım. Bir akşam, Hoca evinin önünde, sokak lambasının altında bir şey arıyor. Mahalleli toplanmış, “Ne kaybettin Hoca?” diye sormuş. Hoca, “Evin anahtarını kaybettim, onu arıyorum” demiş. “Nerede kaybettin, Hocam?” diye sorulunca, “Avluda” cevabını vermiş. Şaşırان mahalleli, “O zaman neden burada arıyorsun?” diye çıkmış. Hoca ise, “Avlu çok karanlık, burada ışık var” diye cevap vermiş. Bu fıkra, bir yandan iklim krizinin neden kaynaklandığını yeniden irdelemeyi, bir yandan da çözüme yönelik stratejimizi

yeniden gözden geçirmemiz gerektiğini gösteriyor. Çoğu zaman, en görünür olanı, en kolay ulaşılabileni seçiyoruz. İklim krizinin, küresel ekonomik sistemin ve insan-merkezci (antroposentrik) bakış açımızın bir sonucu olduğu unutuluyor veya yeterince vurgulanmıyor (Özdemir, 1998). İklim krizinin kökenlerini ve ardındaki dünya görüşünü göz ardı ettiğimizde, popüler ve yüzeysel çözümlerin peşinden giderek zaman kaybediyoruz.

Kartezyen düalist felsefi dünya görüşü ve bunun sonucu meydan gelen 17. Bilimsel Devrimlerin yükselişinden bu yana, kendimizi doğadan ayrı ve ondan üstün gördük; doğanın kontrol edilecek, sömürülecek ve hükmedilecek bir nesne olduğuna; bunun dışında hiçbir anlamının olmadığına inandık. Nietzsche'nin ifadesiyle, Avrupa kültür tarihinin büyük değer ve ideallerindeki bu değişim zorunlu olarak nihilizmle sonuçlandı. Modern insan için -hayat dâhil- bundan sonra hiçbir şeyin anlamı yoktu. Bu felsefi değişim, insanlar ve doğal dünya arasında uzun zamandır mevcut olan manevi ve kutsal bağları koparak bizleri giderek daha fazla parçalanmış bir varlık karşısında bağlantısız, sahipsiz ve başıboş bıraktı. Sorunun kökenlerini doğru teşhis edebilmek için bu kopukluğun anlaşılması ve ele alınması hayati önem taşımaktadır.

Dünya ile Bağımızı Yeniden Canlandırmak

Modern dünya görüşünün ortaya çıkmasıyla birlikte, Dünya ile olan yakın ve derin bağlarımızı kaybetmeye başladık. Bu derin kopukluk Carolyn Merchant tarafından ufuk açıcı ve klasikleşen kitabı *Doğanın Ölümü*'nde açık ve net bir şekilde ortaya konuldu ve eleştirildi (Merchant, 2022). Merchant, Bilimsel Devrim'in gerisindeki materyalist ve mekanistik felsefesinin insanların doğal dünyayı algılama biçimini nasıl dönüştürdüğünün izini sürerek, onu yaşayan, kutsal bir varlık olmaktan çıkarıp sadece sömürülecek bir kaynak hâline getirdiğini ortaya koydu. Ona göre, doğayı besleyici bir anne olarak görmekten onu atıl bir makine olarak görmeye geçiş, Dünya ile olan kadim bağımızı koparak hem ekolojik yıkıma hem de psikolojik yabancılaşmaya yol açtı. Doğanın anlamsız ve amaçsız olduğu yönündeki modern görüş ve bunun ahlaki sonuçları, bilim camiasında hâlâ derinlemesine yerleşmiş olup önde

gelen bazı bilim insanları tarafından da savunulmaktadır. Bu *karamsar ve nihilist* bakış açısının çarpıcı bir örneği, Nobel ödüllü fizikçi Steven Weinberg'in evreni "amaçsız ve anlamsız" olarak tanımlamasıdır (Weinberg, 1998).

Aydınlanma felsefesinin insanı kendine ve doğaya yabancılaştıran anlayışının sebep olduğu psikolojik ve varoluşsal soruları ilk fark edenlerden biri ünlü psikyatrist ve düşünür Erich Fromm'dur. İnsanın *düşünce, duygu ve hayat pratiğinin* birbirinden ayıramaz bir bütün olduğunu vurgulayan Fromm, duygusal özgürlük olmadan düşünce özgürlüğünün de mümkün olmadığını, aynı şekilde bireyin toplumsal ve ekonomik şartlardan bağımsız olmadan duygusal özgürlüğe ulaşamayacağını belirtir. İnsan, sevgi sayesinde bütün evrenle bütünleşir. Bununla birlikte, doğayı ve başkalarını yabancı olarak gördüğünde aslında kendisine de yabancı hâle gelir (Arasteh, 2017, p. 13). Bundan hareketle Fromm, daha 1960'lı yıllarda, insanlığın nükleer savaş tehdidi ile birlikte doğaya, kendine ve diğer insanlara yabancılaşmanın getirdiği manevi çöküşle karşı karşıya olduğunu belirtti.

Bu krize karşı çözüm olarak, dünyadaki hümanist insanların ortak bilinç ve hareket geliştirmesi gerektiğini savundu ve Mevlânâ bize bu konuda yardımcı olabileceğini özellikle vurguladı (Arasteh, 2017). Mevlânâ'nın sadece bir şair veya mutasavvıf değil, aynı zamanda insan doğasını derinlemesine anlamış bir düşünür olduğunu belirten Fromm, onun *özgürlük, bilinç ve otorite* gibi konularda insanlığa söyleyecek çok şeyi olduğunu dile getirdi. Bundan hareketle, günümüzde gençlerin çevre tahribatı, türlerin yok olması ve doğanın bilinçsizce tüketilmesi karşısındaki kaygılarını gidermede, yabancılaşmanın üstesinden gelmede Mevlânâ'nın "sevgi ve aşk" temelli dünya görüşü bize yardımcı olabilir.

Çevre Psikolojisi de doğayla olan bu kopuk ilişkimizi ve bu kopukluktan kaynaklanan derin kaygıları ve varoluşsal sıkıntıları iyileştirmeyi amaçlayan bir alan olarak ortaya çıktı. Kim olduğumuz, nerede durduğumuz ve yeryüzündeki yaşamın devamı için neden sevmemiz ve mücadele etmemiz gerektiğine dair yeni bakış açıları sunuyor. İç görüleriyle dünyayla daha derin bir bağ kurmamızı sağlıyor ve hem sevgi hem de eylemle doğayı savunmaya ilham veriyor.

John Seed, ekolojik kimliğimizin radikal bir şekilde yeniden uyandırılması çağrısında bulunarak bize Dünya'nın sadece çevremiz değil; evimiz, ruhumuz ve özümüz olduğunu hatırlatıyor (Seed, 1994). Seed'in anlayışı, insanları doğadan ayrı, akraba olmaktan ziyade doğanın *fatih ve efendisi* olarak tasvir eden egemen ideolojiye doğrudan bir meydan okumadır. Bundan dolayı mesajı açık ve net olarak sunar: Çevre Psikolojisi sadece insanların ruh sağlığıyla ilgili değil, Dünya'nın sağlığı ve yaşayan dünyayla olan kutsal ilişkimizi geri kazanmakla ilgili. Ona göre "*dinlemenin, harekete geçmenin ve eve dönüş yolumuzu bulmanın zamanı geldi.*" Dünya'dan kopuşumuzun derin ama çoğu zaman bastırılmış bir yeniden bağlanma özlemi yarattığını vurguluyor (Seed, 1994). Ancak bu özlemi yerine getirmek yerine, boşluğu maddi ürünlerle doldurmaya çalışarak onu sonsuz tüketime yönlendiriyoruz. Bize tatmin getireceklerine inanarak saç kurutma makinesinden elektrikli diş fırçasına kadar sayısız ürün üretmek için yeryüzünü kazıyor, ormanları kesiyor ve kaynakları çıkarıyoruz. Oysa gerçekte aradığımız şey bu nesneler değil, hiçbir "eşyanın" asla sağlayamayacağı bir iç huzur ve bütünlük hâlidir.

Kanadalı filozof Charles Taylor da Seed'in teklifini âdeta teyit ederek, modern durumu büyük bir sorun ve muhtemel bir çözüm olarak teşhis eden şu argümanı ileri sürüyor: "*Sözle, evrenle, şeylerle, ormanlarla, tarlalarla, dağlarla, denizlerle, sevdiğimiz insanlarla ve sanat eserleriyle kurduğumuz ilişkiye benzer bir ilişki kurmaya ihtiyacımız var; kendimizi muhatap alınmış ve cevap vermeye çağrılmış hissediyoruz.*" (Taylor, 2024, p. 130).

Kopukluğumuzun Derinliği

Will Adams'a göre, insanlar doğadan ne kadar kopuk hâle geldiklerini fark ettiklerinde şoke oldular; zira çoğu zaman kendi yabancılaşmalarının farkında bile değillerdir. İnsan-doğa kopukluğu ve insanın doğaya ve kendisine yabancılaşması modern düşüncede derinlemesine kök salmış olduğundan kendisini açıkça gösteriyor (Adams, 2007). Buna göre, doğanın isteğe bağlı, önemsiz ya da yalnızca "soyut" bir kaygı olduğu fikri, modern toplumda meydana gelen psikolojik kopuşun derin bir yansımasıdır. İnsanlar hem fiziksel hem de psikolojik

iyi olma durumlarının gezegenin sağlığıyla nasıl iç içe geçtiğini göremiyorlar.

Adams'ın gözlemleri çok önemli bir gerçeğin altını çiziyor: Doğaya yabancılaşmamız sadece çevresel bir kriz değil; aynı zamanda bir kimlik, anlam ve aidiyet krizidir. Doğayı ne kadar çok dışımızda bir şey olarak görürsek; o kadar çok kaygı, yalnızlık ve varoluşsal boşluktan muzdarip oluruz. Bunun nedeni, gerçekte doğadan ayrı olmamamızdır; biz doğanın bir parçasıyız ve doğayız. Bundan dolayı Andy Fisher'ın belirttiği gibi, eko-psikolojinin temel görevlerinden birisi, basitçe “*insan-doğa ilişkisini bir ilişki olarak kabul etmemize*” yardımcı olmak olmalıdır (Fisher & Andy, 2013). Bu bir seçim değil, kaçınılmaz bir gerçekliktir; doğayla ilişkisiz kalamayız. Mesele bu ilişkinin var olup olmadığı değil, onunla ne kadar iyi ilişki kurduğumuzdur.

İklim Krizi ve Sınırsız Büyüme Yanılsaması

İklim krizi, modern insanın bir şeye “*sahip olmayı*” “kendisi *olma ve kendi yeteneklerini gerçekleştirme*” tercihiyle doğrudan bağlantılı olup, Erich Fromm'un *Sahip Olmak ya da Olmak?* adlı eserinde ayrıntılı olarak 1970'li yıllarda ortaya konulmuştu (Fromm, 2017). Fromm, sanayileşmiş toplumun insanın iyi olma hâlini değil, maddi birikimi önceliklendirdiğini ve *sınırsız mutluluk, özgürlük ve tüketim* yanılsamasıyla hareket ettiğini irdelemişti. Fromm'un öngördüğü gibi, bir zamanlar sınırsız refah vaat eden bu ekonomik model, aslında çevrenin tahrip edilmesine, toplumsal eşitsizliğe ve özellikle de genç nesiller arasında derin bir varoluşsal krize yol açtı. Bundan dolayı, gençler arasında çevre kaygısı sadece çevresel çöküş korkusuyla ilgili değildir; aynı zamanda *ahlaki ve varoluşsal bir krizdir*. Birçoğu, ekonomik kazançları gezegenimizin sağlığının önce tutan vahşi kapitalist sistem içinde kendilerini güçsüz hissediyorlar. Bireylere sürdürülebilir yaşam çağrısı yapılırken, büyük şirketlerin ve hükümetlerin kâr odaklı politikalarına devam etmesi, gençler arasında hayal kırıklığını, umutsuzluğu ve yöneticilere olan güven kaybını artırıyor.

Fromm'un eleştirisi çok önceden bu krizin köklerine işaret etmişti: Modern uygarlık yolunu kaybederek “*sahip olmayı*” “*olmanın*” önüne koymuş, tüketimi

bilincin önüne geçirmişti. Günümüzde gençlerin öncülüğünü yaptığı iklim hareketleri, küçülme ekonomisi talepleri (minimalizm) ve alternatif ekonomik modeller, bu paradigma değişikliğinin işaretleridir. Daha sürdürülebilir, adil ve insan merkezli bir toplum anlayışı, *sahip olmaktan çok, insan olmayı* ve doğayla uyum içinde yaşamayı savunmaktadır.

Bundan dolayı karşı karşıya olduğumuz zorluk yalnızca teknik veya politik değildir; aynı zamanda *derin bir psikolojik ve felsefi meseledir*. Toplamlar *doğaya hükmetmek* yerine *doğayla uyum içinde olmayı* benimsemedikçe iklim krizi çocuklar ve gençler başta olmak üzere duyarlı tüm insanlarda çevre kaygılarına sebep olmaya devam edecektir. Başarı, mutluluk ve ilerleme kavramlarını sınırsız tüketim yerine ekolojik denge ve kişisel tatmin üzerinden yeniden tanımlamak hem gezegenin geleceği hem de gençlerin ruh sağlığı için kritik öneme sahiptir. Bu bireysel etkilerin ötesinde, iklim değişikliği insanların yer duygusunu, ekonomik istikrarını, özerkliğini, kültürel kimliğini ve topluluk uyumunu tehdit etmekte ve bunların tümü uzun vadeli psikolojik kaygılara, sıkıntılara, streslere ve gruplar arası gerilimlere katkıda bulunabilmektedir.

Gençlerin *çevre-kaygısı* olarak yaşadığı psikolojik yükü kabul etmek ve bu yükü hafifletmek için adımlar atmak, toplumların *çevresel dayanıklılığı* güçlendirmesine yardımcı olabilir. Aynı zamanda, genç nesillere belirsiz bir gelecekle başa çıkmaları için gerekli bilgi, beceri ve destek sistemlerini sağlamanın önünü açar. Bu bağlamda, eko-endişenin yalnızca çevre sorunlarından ve iklim krizinden kaynaklanan bir sorun değil, aynı zamanda derin felsefi temelleri olan bir kimlik krizi olarak ele alınması kaçınılmazdır (Frankl, 2018). Modern dünya görüşünün neden olduğu kopukluğu iyileştirmek için, Dünya'ya ait olmanın ne anlama geldiğini yeniden öğrenmeliyiz.

Bunun bir nedeni, yukarıda da işaret edildiği gibi, dünya görüşünün (*Weltanschauung*), bireylerin ve toplumların gerçekliği anlama biçimlerini şekillendiren temel bir zemin oluşturarak; doğayla, ahlakla ve evrenin daha geniş bağlamıyla nasıl ilişki kurduklarını belirlemesidir. Bu kavram, yalnızca soyut bir düşünce çerçevesi değil, aynı zamanda bireylerin ve toplumların

evreni, insan varoluşunu ve yaşamın anlamını yorumlamalarını sağlayan bir mercektir (Tarnas, 2007).

Örneğin anlam ve anlamlandırma eksikliğinin ruhsal ve fiziksel sağlık üzerindeki olumsuz etkileri sağlık sektöründeki bilimsel çalışmalarla geniş çapta belgelenmiştir. Bilim, psikoloji ve tıp, anlam arayışının insan bedeni üzerindeki etkilerini analiz edebilse de bu boşluğu dolduramaz. Psikotropik ilaçlarla bu sorunun çözülebileceği iddiası da genellikle yanıltıcıdır. Sonuç olarak, anlam eksikliği modern bireyin temel sorunlarından biri olarak varlığını sürdürmekte ve yalnızca bilimsel veya materyalist yaklaşımlarla giderilemeyecek bir mesele olarak karşımıza durmaktadır (Walach, 2023, 37–38).

Sonuç

Türkiye'de gençler arasında *çevre kaygısını* azaltmak için politika, toplum ve sağlık sistemleri düzeyinde kapsamlı çözümler gerekmektedir. Politika alanında, gelecek odaklı yenilenebilir enerjiye geçiş, sürdürülebilir tarım ve yeniden ağaçlandırma projeleriyle çevresel hasar azaltılmalıdır. Müfredat bütüncül bir anlayışla yenilenerek öğrencilerin hem bilimsel farkındalıkları hem de psikolojik dayanıklılıkları artırılmalıdır. Çevre adaleti çerçevesinde iklim değişikliğinden en çok etkilenen kesimler için temiz su, sağlıklı gıda ve güvenli barınma hakkı güvence altına alınmalı, ruh sağlığı hizmetleri yaygınlaştırılmalıdır.

Toplumsal düzeyde, gençlerin çevre hareketlerine katılımı ve gelecekleriyle ilgili görüşlerini ifade etmeleri “*demokratik bir hak olarak*” görülerek teşvik edilmelidir. Şehirlerde mevcut yeşil alanlar korunarak ve bunlara yenileri eklenerek hem ekolojik hem de psikolojik iyi oluş desteklenmelidir. Sosyal medya ve halk kampanyaları aracılığıyla çevre kaygısı konusunda farkındalık oluşturulmalıdır. Gençlerin çevreyi tahrip eden projelerle ilgili tepki ve duyarlılıkları dikkatle dinlenerek görüşlerine önem verilmelidir.

Depremler gibi beklenmedik doğal felaketlerin yanı sıra, artan sıcaklıklar, kuraklık ve düşük hava kalitesi gibi uzun vadeli çevre stres faktörleri, kaygı, depresyon, bilişsel bozukluk, kişiler arası saldırganlık ve bipolar bozukluk gibi duygudurum bozukluklarının riskini artırdığı bilinmektedir. Bu nedenle, aile

hekimleri ve psikologlar, gençlerde iklim kaygısını erken teşhis edebilmek için özel olarak eğitilmelidir. İklim ve çevre kaynaklı krizler sırasında ve sonrasında travma yaşayan gençler için danışmanlık hizmetleri sunulmalıdır. Ayrıca, ruh sağlığı uzmanları çevre kaygısı terapisi süreçlerine dâhil ederek gençlere bu kaygıyla başa çıkabilecekleri etkili stratejiler kazandırmalıdır. Bu bütüncül yaklaşım, Türkiye’de gençlerin çevreyle ilgili kaygılarını sağlıklı bir şekilde yönetmelerine ve çözüm odaklı hareket edebilmelerine yardımcı olabilir.

İklim değişikliği ile ilgili tartışmalar genellikle felaket senaryolarına odaklansa da olumlu iklim haberlerini takip etmek de kaygıyı hafifletmeye yardımcı olabilir. “Güzel gören, güzel düşünür.” ilkesinden hareketle dünyanın dört bir yanında her gün küçük ama anlamlı olumlu haberleri görülebilir ve paylaşılabilir. Sosyal medya akışımızı, haber kaynaklarımızı ve günlük içerik tüketimimizi, bu tür başarıları öne çıkaracak şekilde filtreleyebilir; daha dengeli bir bakış açısı kazanmayı ve umudu korumayı sağlayabiliriz.

Çevre için harekete geçmek, sadece sokak protestolarına katılmak veya büyük çaplı eylemler düzenlemek anlamına gelmez. Bireysel ve toplumsal değişim, evimizden başlayarak da mümkündür. Çevre odaklı çalışmalar yapan STK’ya bağış yapmak, gönüllü olarak sürdürülebilirlik projelerine katılmak veya dijital aktivizme destek vermek, insanları iklim hareketinin bir parçası olmaya teşvik eder ve herkesin kendi yaşam tarzına uygun şekilde katkıda bulunmasını sağlar.

Ayrıca, benzer düşüncelere sahip insanlarla bağlantı kurmak, eko-endişe ile başa çıkmanın etkili yollarından biridir. İklim kafeleri ve çevrim içi destek grupları, insanlara iklim değişikliğiyle ilgili kaygılarını ve ruhsal endişelerini paylaşabilecekleri güvenli alanlar sunar. Eko-endişe, toplumda yeterince konuşulmayan bir konu olduğu için, bu duyguları ifade etmek bazen zor olabilir. Ancak, aynı kaygıları taşıyan insanlarla bir araya gelmek, *duygusal destek*, *dayanışma* ve *rahatlama* sağlayarak bireylerin belirsizlikle daha sağlıklı bir şekilde başa çıkmasına yardımcı olabilir.

Bu bağlamda Müslüman çevreciler olarak sık sık vurguladığımız ve E. Fromm’un “*olmak*” olarak tanımla-

dığı bir husus belirtmek isterim: Hz. Muhammed’in (s.) “*Kıyamet kopmaya başladığında, birinizin elinde bir ağaç fidanı bulursa, kıyamet kopmadan onu dikmeye gücü yeterse, hemen dıksın*” (Ahmed b. Hanbel, III, 191, 184) hadisi, iklim değişikliği karşısında *umudun* ve *harekete geçmenin* güçlü bir ifadesi olarak okunabilir. Bu söz, felaket senaryoları ve umutsuzluk içinde kaybolmak yerine, her durumda birey olarak anlamlı bir çaba göstermenin ve doğaya karşı ahlaki bir sorumluluk bilinci ile hareket etmenin önemini vurgular. Dikkat edilirse, bu hadis, felaketin kaçınılmazlığına değil, her durumda aktif bir tutum sergilemeye odaklanmayı önermektedir. Bu bakış açısı, çevreyle ilgili eylemlerin sadece sonuç odaklı değil, aynı zamanda ahlaki ve bilinçli bir duruşun ifadesi olması gerektiğini ortaya koyar. Bundan dolayı, Hz. Peygamber’in bu uyarısı çevre kaygısının meydana getirdiği pasiflikten çıkıp, bireysel ve toplumsal olarak harekete geçmeyi teşvik eden bir mesaj olarak değerlendirilebilir. Umutsuzluk yerine çözüm odaklı bir yaklaşımı benimsemek, doğayla uyum içinde hareket etmeyi sürdürmek ve her durumda iyi olanı yapmaya devam etmek insanın doğaya ve kendine karşı olan ahlaki sorumluluğunun bir gereğidir.

Kaynaklar

- Adams, W. W. (2007). *The Primacy of Interrelating: Practicing Ecological Psychology with Buber, Levinas, And Merleau-Ponty*. *Journal Of Phenomenological Psychology*, 38(1), 24–61.
- Arasteh, A. R. (2017). *Askta Ve Yaratıcılıkta Yeniden Dogus* (Terc.: İ. Özdemir & B. Demirkol.). Otto Yayınları.
- Clayton, S. (2020). *Climate Anxiety: Psychological Responses to Climate Change*. *Journal Of Anxiety Disorders*, 74, 102263.
- Clayton, S., Manning, C., Hill, A. N., & Speiser, M. (2023). *Mental Health and Our Changing Climate: Children And Youth Report 2023*.
- Dalton, A. M., & Simmons, H. C. (2010). *Ecotheology And The Practice Of Hope*. State University Of New York Press.
- Fisher, & Andy. (2013). *Radical Ecopsychology: Psychology in The Service Of Life* (2nd Ed.). Suny Press.
- Frankl, V. E. (2018). *İnsanın Anlam Arayışı* (S. Budak, Trans.; 43. Auflage). Okuyan Us.
- Fromm, E. (2017). *Sahip Olmak Ya Da Olmak* (A. Arıtan, Trans.). Say Yayınları.
- Gallup, G. (2024, 13 Aralık). *Are Americans Concerned About Global Warming?* Gallup.Com. <https://news.gallup.com/poll/355427/Americans-Concerned-Global-Warming.aspx>.
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & Van Susteren, L. (2021). *Climate Anxiety in Children And Young People And Their Beliefs About*

Government Responses To Climate Change: A Global Survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), E863–E873.

Kara, Y. (2022). *Ekolojik Kriz ve Anksiyete: Yeni Bir Kavram Olarak Ekoanksiyete*. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(2), 891–908.

Ma, T., Moore, J., & Cleary, A. (2022). *Climate Change Impacts on The Mental Health And Wellbeing Of Young People: A Scoping Review Of Risk And Protective Factors*. *Social Science & Medicine*, 301, 114888.

Merchant, C. (2022). *Doğanın Ölümü Kadınlar, Ekoloji Ve Bilimsel Devrim* (B. Tannisever, Trans.). Otonom Yayıncılık.

Ojala, M. (2018). *Eco-Anxiety*. *Rsa Journal*, 164(4 (5576)), 10–15. <https://www.jstor.org/stable/26798430>.

Oral, F. N., & Durmuş, H. (2023). *Üniversite Öğrencilerinde Ekoanksiyete Düzeyi ve Beslenme Alışkanlıklarıyla İlişkisi: Erciyes Üniversitesi Örneği*. *Sosyal Sağlık Dergisi*, 3(2). https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/3140835?utm_source=chatgpt.com.

Özdemir, İ. (1998). *Çevre Sorunlarının Antroposentrik Karakteri. Felsefe Dünyası*. <https://philpapers.org/rec/Zdeesa>.

Seed, J. (1994, 2 Ekim). *Essay: Ecopsychology*. *Deepecology.Net*. <https://www.deepecology.net/blog/1994/10/02/ecopsychology/>.

Seki Öz, H., & Şen, S. (2024). *Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Eko Anksiyete Ve Ekolojik Ayak İzi Farkındalık Düzeyleri*. <https://doi.org/10.5281/Zenodo.14553067>.

Tamas, R. (2007). *Cosmos and Psyche: Intimations of a New World View* (Reprint Edition). Plume.

Taylor, C. (2024). *Cosmic Connections: Poetry in the Age of Disenchantment* (Multilingual Edition). Belknap Press: An Imprint of Harvard University Press.

Thunberg, G. (2019, 25 Ocak). “Our House Is on Fire”: Greta Thunberg, 16, Urges Leaders to Act On Climate. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/environment/2019/jan/25/our-house-is-on-fire-greta-thunberg-16-urges-leaders-to-act-on-climate>.

Walach, H. (2023). *Materyalist Bir Dünya Görüşünün Ötesinde* (İ. Özdemir & N. Yalçın, Eds.). Üsküdar Üniversitesi Yayınları.

Weinberg, S. (1998). *İlk Üç Dakika* (Z. Aydın & Z. Aslan, Trans.). Tübitak Yayınları.