

Received-Makale Geliş Tarihi 05.09.2024  
Published-Yayınlanma Tarihi 31.10.2024  
Volume-Cilt (Issue-Sayı), ss/pp 11(112), 2090-2102

Research Article /Araştırma Makalesi  
10.5281/zenodo.14030328

## Masume Çiftçioğlu

<https://orcid.org/0009-0008-6670-3979>  
MEB, Diyarbakır / TÜRKİYE

## Gül Budak

<https://orcid.org/0009-0002-9938-4077>  
MEB, Diyarbakır / TÜRKİYE

## Ercan Budak

<https://orcid.org/0009-0002-9938-4077>  
MEB, Diyarbakır / TÜRKİYE

## Rezzan Batur Şener

<https://orcid.org/0009-0000-8250-5739>  
MEB, Diyarbakır / TÜRKİYE

## Murat Şener

<https://orcid.org/0009-0009-4909-9148>  
MEB, Diyarbakır / TÜRKİYE

## Gençler Arasında İntihar Eğilimleri, Sebepleri ve Çözüm Yolları Suicide Tendencies Among Youth, Their Reasons and Solution

### ÖZET

İnsanlar dünya geldikleri andan itibaren iyi bir yaşam sürmenin çavası içine girerler. Bunun için eğitimlerini, çalışacakları meslekleri, sosyal çevrelerini ve ailelerini seçme konusunda çok hassas davranırlar. Ancak kimi zaman insanlardaki bu beklentiler karşılanmayınca problemler yaşamaya, sıkıntı çekmeye ve bunun sonucunda da depresyona girerek psikolojik olarak çöküntü yaşarlar. İşte tam da böyle dönemlerde insanların zihinlerinde bu sorun ve sıkıntılardan kurtulma çaresi olarak en basit yolu yani yaşamına son vermeyi düşünmeye başlarlar. Özellikle ergen ve gençlerde akademik başarısızlık, duygusal ve sosyal yoksunluk gibi olaylarda çıkış noktası bulunamayınca intihar eğilimlerinde artış gözlemlenir. Bu çalışmada ergen ve gençlerde intihar eğilimlerinin sebepleri, boyutları ve bununla başa çıkma yolları üzerine araştırma yapılmıştır. Ülkemizdeki ve diğer ülkelerdeki çalışmalar derlenmiş; intiharların cinsiyet, yaş, ırk, medeni durum, sosyal etkenler ve akademik başarı ile ilişkisi açıklanmaya çalışılmıştır. Gençlerde intihar vakalarının önüne geçmek adına alınması gereken önleyici tedbirler olarak toplumsal, kamusal, çevresel, ailevi ve bireysel tedbirlerle ilgili bilgilendirme yapılmış, iyi bir eğitim ve sağlam bir aile yapısının ergen ve gençlerde mutluluk için olmazsa olmaz etmen olduğu gözlemlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Gençler, Ergen, İntihar, Eğitim, Din

### ABSTRACT

People start to struggle to live a good life from the moment they come into the world. For this reason, they are very sensitive about choosing their education, professions, social circles and families. However, sometimes when these expectations are not met, people experience problems, suffer and eventually become depressed and experience psychological collapse. It is precisely during such periods that people start to think of the simplest way to get rid of these problems and troubles, namely ending their lives. Especially in adolescents and young people, when no exit point can be found in events such as academic failure, emotional and social deprivation, an increase in suicidal tendencies is observed. In this study, research was conducted on the causes, dimensions and ways to cope with suicidal tendencies in adolescents and young people. Studies in our country and other countries were compiled; the relationship between suicides and gender, age, race, marital status, social factors and academic success was tried to be explained. Information was provided on social, public, environmental, family and individual precautions that should be taken as preventive measures to prevent suicide cases among young people, and it was observed that a good education and a solid family structure are indispensable factors for happiness in adolescents and young people.

**Keywords:** Young People, Adolescent, Suicide, Education, Religion.

## 1. GİRİŞ

İnsanlar doğar, yaşar ve ölürlür. İnsanlar hayatları boyunca sağlıklı yaşamak için her türlü çabayı sarf ederken, diğer yandan ölümü seçmeleri kabullenmesi zor bir davranıştır. İntihar, insanların önceden planladığı, isteyerek ve bilerek yaşamına son vermek istediği davranışın adıdır (Durkheim, 1992). Kişilerin hayatlarına kasıtlı olarak son verme eylemidir (Naghavi, 2018: 1), Freud göre intihar, kişinin içinde bulunduğu buhran ve depresyonun en kötü şeklide sonuçlanması olayıdır (Cüceloğlu, 1997).

Literatürde intihar olayını ifade eden birçok kelime ya da cümle vardır. Bunların başında; “intihar düşüncesi”, “intihar eylemi” veya “tamamlanmış intihar” dır (Demircan & Karbeyaz, 2022: 594). Tüm bunlardan hareketle aslında intihar, hayatına son verme düşüncesiyle başlayan ve ölümle sonuçlanan eylemler bütünüdür. İntihar eylemi gelişmemiş ve geri kalmış geçmiş zaman toplumlarında bir kahramanlık ve cesaret timsali olarak görülürken; günümüz toplumlarında yaşanan psikolojik çöküntünün, depresyonla devam etmesi ve sonunda yaşamına son verme davranışı ile bitmesi olayıdır (Balcıoğlu & Abanoz, 2009: 17).

İnsanların intihar fikrini düşünmesine neden olan etmenlerin başında: sosyal, kültürel, çevresel, biyolojik ve psikolojik faktörler gelir (Sabawoon, vd. 2022: 15). Bunlarla birlikte içinde bulunulan ekonomik durum, yaş, cinsiyet, dini ritüeller ve sosyal yapılarda intihar fikrinin kişide oluşmasında önemli unsurlardır (Demircan & Karbeyaz, 2022: 594). Ancak intihar davranışının uyanması ve uygulanmasında en önde gelen faktör kişinin içinde bulunduğu psikolojik durumdur (Eskin vd, 2006: 267).

Ülkelerin durumlarına ve dünya genelinde yaşanan intihar vakalarına bakıldığında her ne kadar içinde bulunulan coğrafya, yaşanan iklimler ve sosyolojik yapı etkili olsa da küresel anlamda intihar karmaşık bir halk sorunu olarak karşımıza çıkmaktadır (Turecki & Brent, 2017). Yine içinde bulunulan mevsimlerin, intihar vakalarının yaşanması üzerine etkilerinin olduğu, yaz aylarında yaşanan intihar vakalarının, kış aylarına göre daha fazla olduğu görülmektedir (Şevik, vd., 2012). Bununla birlikte kişinin içinde yaşadığı toplumun şehir ya da köy olması da intihar vakaları üzerinde bir etki gösterdiği, şehir hayatına adapte olmuş kişilerin, köylerde yaşayanlara göre daha fazla intihar eğilimi gösterdikleri anlaşılmıştır (Şahbaz, 2022). Tüm bu verilerden hareketle intihar vakalarında en önemli unsurun yaş faktörü olduğu, ülkemizde ve Avrupa ülkelerinde yaşanan intihar olaylarının büyük çoğunluğunun, 15-19 yaş arasında yaşanan ergenlik dönemine denk geldiği görülmektedir (Siyez, 2006: 414).

Bu araştırmada gençleri intihara sürükleyen etmenler, bunların altında yatan sebepler ve bunların önüne geçme adına alınması gereken önlemlerle ilgili bir çalışma ortaya konmuştur. Bu araştırmada, ergen gençlerde oluşan intihar fikrine, eğilimine ve davranışına, bireylerin, ailelerin, kurumların ve ülkelerin dikkatinin çekilmesi ve bu konuda farkındalık oluşturabilmektir.

## 2. İNTİHARIN TANIMI

İnsanların bile isteyerek ölümü kasıtlı ve planlı olarak ölümü seçmesi olayıdır. İntihar, ölmek amacıyla planlı ve kasıtlı bir girişimde bulunmak olarak tanımlanmaktadır. İntiharda iki temel öge olduğunu belirtmektedir. Birincisi intiharın kişinin kendisine zarar verecek şekilde gerçekleşmesi, ikincisi ise kişinin intihar davranışının ardında ölme isteğinin olmasıdır (Jobs, vd., 2002).

### 2.1. Görülme Sıklığı

Ergenlik döneminde görülen intiharlar hem ülkemizde hem de dünyada gün geçtikçe yoğunluğu artan bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır. Amerika Birleşik Devletlerinde (ABD) intihar, 10-14 yaş grubu ergenler arasında kazalar, kanser ve cinayetlerin ardından dördüncü ölüm nedeni olarak sayılırken, 15-24 yaş grubundaki ergenler arasında ise kazalar ve cinayetlerin ardından intihar üçüncü ölüm nedeni olarak sayılmaktadır. Aynı zamanda 1950’li yıllardan bu yana 15-19 yaş arası ergenlerde intihar oranının %350 arttığını belirtmektedir (Jobs, vd., 2002).

Türkiye’de ise intihar girişiminde bulunanların ve intiharı gerçekleştirenlerin oranı Avrupa ülkelerine göre daha düşük olmakla birlikte intihar girişiminde bulunanların büyük çoğunluğunu Avrupa ülkelerinde olduğu gibi 15-19 yaş arasındaki gençler oluşturmaktadır (Özgüven& Sayıl, 2003).

ABD’de 1996 yılında 10-14 yaş arasındaki ergenlerin 298’i intihar ederken Türkiye’de her yıl 5-14 yaş grubunda 40-50 çocuğun intihar ettiği; Aynı yıl ABD’de, 15-19 yaş arasındaki ergenlerin 1817’si intihar ederken Türkiye’de bu oranların, 200-400 arasında değiştiğini belirtmektedir (Davis & Brock, 2002)

Ancak, Türkiye’de intihar girişimlerine ilişkin sistemli ve güvenilir veriler olmadığından bahsedilmektedir. Yurtdışında da inkâr ve sosyal kısıtlayıcılar nedeniyle elde edilen intihar oranlarının belirtildiğinden daha

fazla olduğunu kabul edilmektedir. Ergenlik döneminde, tamamlanmış intihar oranlarının, intihar düşünceleri ve girişimlerine göre daha düşük olduğu ve her bir ergenin intiharına karşılık 100'den fazla ergenin de intihar girişiminde bulunduğu belirtilmektedir (Davis & Brock, 2002 ).

Amerika'da Gençlik Dönemi Riskli Davranışları Araştırma Merkezi (Youth Risk Behavior Survey) (1998), tarafından son 1 yıl içerisinde lise öğrencilerinin %20,5'inin ciddi olarak intiharı düşündüğünü, %15,7 sinin intihar planı yaptığını, %4,5'inin ise intihar girişiminde bulunduğunu ve intihar eden grubun %2,6 sına da tıbbi müdahale yapılması gerektiği belirtilmiştir (Davis& Brock, 2002 )

Farklı bir araştırmada ise 1988-1998 yılları arasında intihar girişimleri ve düşüncelerini içeren yayınları inceleyerek bir yıl içerisinde, lise öğrencilerinin yaklaşık %20'sinin ciddi bir şekilde intihar etmeyi düşündüğünü, %8'inin intihar girişimi olduğunu ve bunların da yaklaşık %3'ünün tıbbi tedaviye gereksinim duydukları sonucuna ulaşmıştır (Gould & Kramer, 2001).

## 2.2. Dünyada İntihar

İntihar eğilimlerinin altında yatan sebeplerin özellikleri vuku bulmuş intiharlar kadar maalesef iyi bilinmemektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nden alınan verilere göre her on ölümden biri intihar vakasıdır. Dünyada her yıl ortalama 700.000 kişi intihar ederek yaşamına son vermektedir ( Madewith- florish). Bu da ortalama her 40 saniyede bir insanın intihar ettiğini göstermektedir. Bunun yanında ölümlerle sonuçlanmayan intihar girişimleri bu sayının nerdeyse 10-15 katıdır. Yine Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre, 15-24 yaşlarındaki gençlerden her 100.000' den 13'ü intihar ederek ölmektedir.

Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşanan ölüm vakalarına bakıldığında ölüm yolu olarak seçilen intihar, sekizinci sıradadır. ABD'de de yılda neredeyse intihar vakalarından 30.000' ne yakını ölümlerle sonuçlanmaktadır ki bu oran toplam ölüm sayıları içinde , % 1,4' e denk gelmektedir.

Avrupa ülkelerine bakıldığında intiharların sebepleri ve hızları ülkeden ülkeye, kültürden kültüre farklılıklar gösterebilmektedir. Almanya'da intihar oranı tüm ölüm oranları içinde %3,6, İrlanda da %3, İngiltere ve Galler'de %1, İspanya da %0,38, Japonya' da %2,4 ve Çin' de %3.6 olduğu görülmektedir (Çayköylü vd., 1997)

## 2.3. Türkiye'de İntihar

Ülkemizde 1974 yılından sonra Adalet Bakanlığı, intihar vakalarına ait sayıları “İntihar İstatistikleri” ismiyle yayınlamaya başlamıştır. Diğer ülkelere kıyasla bizde intihar vakalarının sayısı az olsa da son yıllarda artış yönünde bir eğilim göstermektedir. Özellikle son on yıla bakıldığında intihar oranlarının neredeyse %2' lere kadar yaklaştığı görülmektedir (Hogg & Vaughan, 2007).

İntihar olaylarının bölgesel olarak değişiklik göstermesi de bir diğer ilginç unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. İntihar vakalarının en yüksek olduğu bölge % 3.74 ile Ege Bölgesi olarak görülmektedir. İntihar vakalarının en az yaşandığı bölge ise; % 1,86 ile Karadeniz Bölgesidir (38,43). Türkiye'de intihar vakalarının yaş dağılımına bakıldığında, daha çok 15-34 yaş aralığına denk geldiği, erkeklerin yaşlarının 35 ve altı, kadınlarda ise bu yaşın 25 ve altı olduğu görülmektedir. İntihar sebeplerinin içinde gözümüze en çok çarpan hastalık, ailevi sorunlar, ekonomik yetersizlik, evlenememe, ticari başarısızlıklar, öğrenim başarısızlıkları ve diğer sebepler olarak karşımıza çıkmaktadır (Myers, 1990).

## 3. ÖLÜM KAVRAMIN ÇOCUK ve ERGENLERDEKİ YERİ ve ÖNEMİ

Ölümün insanlara hissettirdiği duygu her yaş kategorisinde farklı anlamlar taşımaktadır. 0-2 yaş arasında bulunan bebekler için ölüm herhangi bir anlam ifade etmezken, 3-5 yaş aralığında bulunan çocuklar için bir ayrılık anlamı taşır. 6-11 yaş grubunda bulunan çocuklar, ölümü bilişsel olarak anlamlandırabilirler. Ölümün bir son olduğunu ve fiziksel olarak yok anlamına geldiğini bilmektedirler. 12-18 yaş aralığı için ölüm, herkes tarafından varlığı kabul edilen, geri dönülmez bir yol olduğu ve inkar edilemez gerçeklik yansıttığı yaş dönemidir.

İntihar, Arapça “*narh*” olarak ifade edilir ve kurban anlamına gelir. Avrupa dillerinde, hayatına son vermek anlamına gelen “*sui homicide*” olarak ifade edilmektedir (Sarandöl 2003). Türkçede ise “*Kişinin içine girdiği ruhsak ve toplumsal sorunlar nedeniyle yaşamına son vermesi*” olarak dile getirilmektedir (Akalin, 2011). İntihar, toplumsal bir olgu olup, bir halk sağlığı problemidir (Arslan & Kuvandik, 2008). Dünya Sağlık Örgütü'nün yayınlamış olduğu verilere göre ölüm sebepleri içinde ilk on da yer almaktadır (Yüksel, 2001).

E. Durkheim'e (2013, 25) göre: "Kişinin kendisini bilerek ve isteyerek öldürmesi, intiharın en güzel tanımıdır." Eylemin ölümle sonuçlanmaması da "intihar girişimi" olarak ifade edilmektedir. Bir insanın, hayatına son vermesi gibi cümleleri kullanması ve bu şekilde davranacağını ifade etmesi ise, "*intihar düşüncesi*" olarak tanımlanmaktadır (Atay & Kerimoğlu 2003; Deveci, 2005; Gökçen & Köylü 2011).

Farklı ülkelerde intihar sıklığı, 100.000'de 10-40 arasındadır. Ancak neredeyse bunun 10-15 katı kadar da intihar girişimi vakaları görülmektedir. Ülkemizde yapılan bir çalışmadan örnek verecek olursak; insanların hayatları boyunca intiharı düşünme sıklığı %6,6, intihar girişimi oranı %2,3'dür (Deveci, 2005). Yabancı ülkelerdeki bir araştırmada ise yetişkinler arasındaki intihar girişim oranı %1,1- 4,3 arasında bir değerdedir (Moscicki, 1997).

### 3.1. Ergen ve Gençlerde İntihar Eğilimi ve Sebepleri

İçinde yaşanılan dünya da meydana gelen değişimler, insanları olumlu etkilediği gibi olumsuz da etkileyebilmektedir. Bu değişimler özellikle genç kuşaklar üzerinde çok daha fazla etki gösterebilmektedir. Gençlerdeki ergenlik dönemi bu değişimlerden en payını almaktadır. Fiziksel görüntüsünde meydana gelen değişimlere bağlı olarak gençler aynı zamanda ruhsal ve psikolojik değişimlerde göstermektedirler. Bu değişimler kimi zaman olumsuz duygulara kapılmasına ve psikolojik sorunların ortaya çıkmasına sebebiyet verebilmektedir. Ergenlik döneminde gençler çok basit sorunları kafalarına takabilmekte, bu sorunlarla birlikte depresif bir yaşama sürüklenebilmektedir. Özellikle kadınların depresyona girme sıklıkları erkeklere göre daha fazladır. Hastanelerin psikiyatri servislere intihar girişimi nedeniyle başvuran gençlerin büyük çoğunluğunu kadınlar ve kızlar oluşturmaktadır.

Ergen intihar davranışlarını yetişkin intihar girişiminden ayıran en temel sebepler arasında; ilişkilerinde daha fazla sorun yaşamaları, ilişkilerinde karşı tarafı üzme ve cezalandırma isteği, intikam alma isteği ve çoğunluğunun dürtüsel olmasıdır. Ergenlerin ya da gençlerin yaşadıkları öfke, suçluluk, çaresizlik ve utanma duyguları nedeniyle intihar girişiminde buldukları görülmektedir. Gençlerin bu duygulara sahip olmasının altında yatan nedenlere bakıldığında, içinde bulunduğu stres, yaşamlarının belirsizliği, kendilerini yetersiz görmeleri, çevrelerine ve ailelerine karşılık çaresizlik olarak karşımıza çıkmaktadır.

### 3.2. Öğrencilerde İntihar Vakaları

Öğrenciler arasında intihar sebepleri karmaşık ve çok boyutludur. Genellikle psikolojik, sosyal, akademik ve aile içi faktörlerin bir kombinasyonu sonucunda intihar düşünceleri ortaya çıkar. İşte öğrenciler arasında sıkça karşılaşılan bazı intihar sebepleri:

#### 3.2.1. Akademik Baskı

- Başarı beklentileri: Öğrenciler, ailelerinden, öğretmenlerinden ve toplumdan gelen yüksek başarı beklentileri nedeniyle kendilerini baskı altında hissedebilirler.
- Sınav kaygısı: Sınavlarda başarılı olma zorunluluğu, öğrencilerde yoğun kaygıya ve stresin birikmesine neden olabilir.
- Başarısızlık korkusu: Başarısız olma korkusu, özgüven kaybına ve değersizlik hissine yol açabilir.

#### 3.2.2. Psikolojik Sorunlar

- Depresyon: Uzun süreli mutsuzluk, umutsuzluk ve çaresizlik hisleri depresyona yol açabilir, bu da intihar düşüncelerini tetikleyebilir.
- Anksiyete bozukluğu: Sürekli kaygı ve endişe içinde yaşamak öğrencinin yaşam kalitesini düşürüp, sorunlarla başa çıkmayı zorlaştırabilir.
- Travmatik olaylar: Ailede yaşanan problemler, şiddet, cinsel istismar gibi travmatik deneyimler intihar riskini artırabilir.

#### 3.2.3. Sosyal Baskılar

- Akran zorbalığı: Zorbalığa uğrayan öğrenciler yalnızlık ve değersizlik hissedebilir, bu da kendilerine zarar verme düşüncelerini tetikleyebilir.
- Dışlanma: Akran gruplarından dışlanmak ya da sosyal ilişkilerde başarısızlık, izolasyon ve umutsuzluk duygularına yol açabilir.
- Cinsiyet kimliği ve cinsel yönelim: LGBTQ+ bireyler, toplumsal baskılar ve dışlanmalar nedeniyle daha fazla intihar riski altında olabilirler.

### 3.2.4. Ailevi ve Ekonomik Sorunlar

- Aile içi problemler: Aile içinde şiddet, duygusal ihmal veya aşırı baskıcı ebeveynler öğrenciyi çaresiz hissettirebilir.
- Maddi sıkıntılar: Ekonomik sorunlar yaşayan öğrenciler, gelecek kaygısı ve ailesine yük olma endişesi taşıyabilir.

### 3.2.5. Kişisel Problemler

- Düşük özgüven: Kendine güven eksikliği, hayatla başa çıkma konusunda yetersizlik hissi yaratabilir.
- İlişki sorunları: Romantik ilişkilerde yaşanan problemler, özellikle genç yaşta, duygusal çöküntülere neden olabilir.

### 3.2.6. Gelecek Kaygısı

Kariyer ve gelecek belirsizliği: Öğrenciler, gelecekte iş bulma, başarılı bir kariyer yapma veya toplumsal beklentileri karşılayıp karşılayamayacakları konusunda kaygı duyabilirler.

### 3.2.7. Bağımlılıklar

- Alkol ve madde kullanımı: Bağımlılıklar, öğrencilerin duygusal sağlığını ciddi şekilde etkileyebilir, bu da intihar riskini artırabilir.

Bu gibi durumlarda öğrencilere destek olmak, onların duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve profesyonel yardım sağlamak son derece önemlidir. Eğitim kurumları, aileler ve toplum bu konuda daha duyarlı ve dikkatli olmalıdır.

## 3.3. İntihar Eğilimi Gösteren Gençlere Yaklaşım Tarzı

İntihar eğilimi gösteren öğrencilere yaklaşım tarzı, dikkatli, empatik ve profesyonel bir şekilde olmalıdır. Bu tür durumlarda, öğrencinin duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını göz ardı etmeden onlara destek olmak büyük önem taşır. İşte intihar eğilimi olan öğrencilere yaklaşırken dikkate alınması gereken bazı önemli adımlar:

### 3.3.1. Duygusal Destek ve Empati

- Dinleyin: Öğrencinin duygularını, düşüncelerini ve endişelerini yargılamadan dinlemek önemlidir. Kendi hislerini ifade edebilmesi için ona güvenli bir ortam yaratın.
- Empati gösterin: Öğrencinin yaşadığı acıyı küçümsemeyin ve anlamaya çalışarak yaklaşın. "Anladığımı" hissettirmek ve yanında olduğunu göstermek büyük bir fark yaratabilir.
- Yargılamaktan kaçının: "Neden böyle hissediyorsun?", "Bu kadar kötü mü?" gibi sorular, öğrencinin yargılandığını hissetmesine neden olabilir. Bunun yerine, "Bu durum seni gerçekten zorlamış gibi görünüyor, birlikte nasıl bir çözüm bulabiliriz?" gibi yaklaşımlar daha faydalıdır.

### 3.3.2. Ciddiye Alın

- İntihar tehditlerini hafife almayın: İntihar düşünceleri dile getiren öğrenciyi her zaman ciddiye almak önemlidir. Kimi zaman yardım çağrısı olabilir, bu nedenle öğrenciyi desteklemek için adımlar atılmalıdır.
- Risk seviyesini değerlendirin: Öğrencinin ne kadar ciddi bir intihar riski altında olduğunu anlamak için sorular sormak önemlidir. "Bu hisleri ne sıklıkla yaşıyorsun?", "Bir planın var mı?" gibi sorular, riskin boyutunu belirlemede yardımcı olabilir.

### 3.3.3. İlgili Kişilerden Destek Alın

- Profesyonel yardım sağlayın: İntihar eğilimi gösteren öğrencilerin profesyonel destek almaları şarttır. Bir psikolog, psikiyatr veya okul rehberlik servisine yönlendirmek en doğru adım olacaktır.
- Aile ile iletişim kurun: Eğer uygun bir ortam varsa, öğrencinin ailesiyle durumu paylaşmak önemlidir. Aile desteği, öğrencinin duygusal iyileşme sürecinde kritik olabilir. Ancak, bunu yapmadan önce öğrencinin rızasını almak da dikkate alınmalıdır.
- Kriz müdahale ekibi: Eğer öğrenci ciddi bir kriz içindeyse, yerel sağlık hizmetlerinden ya da kriz merkezlerinden yardım alarak öğrenciyi korumak ve ona hızlı bir şekilde müdahale etmek gerekebilir.

### 3.3.4. Güvenli Bir Ortam Yaratın

- Yalnız bırakmayın: İntihar düşünceleri olan bir öğrenciyi yalnız bırakmamak önemlidir. Bir süre öğrencinin yanında kalmak veya güvendiği bir kişiye yönlendirmek iyi bir strateji olabilir.
- Riskli unsurları azaltın: Öğrencinin çevresindeki potansiyel olarak tehlikeli unsurları (ilaçlar, kesici aletler vb.) ortadan kaldırmaya çalışın. Bu, kriz anlarında ani kararlar almasını önleyebilir.

### 3.3.5. Bağ Kurun ve Alternatifler Sunun

- Alternatif çözümler önerin: Öğrenciye, yaşadığı zorlukları aşabileceği alternatif yollar olduğunu anlatmak önemlidir. Ona daha fazla destek kaynakları (danışmanlık, psikoterapi, sosyal hizmetler) olduğunu hissettirmek güven duygusu sağlar.
- Umut verici bir yaklaşım sergileyin: Öğrencinin geleceğe dair bir umut ışığı görmesini sağlamak, onun bu zor dönemi aşmasına yardımcı olabilir. Küçük adımlarla dahi olsa iyileşme sağlanabileceğini belirtin.

### 3.3.6. Gizliliği Koruyun (Ancak Gerektiğinde Müdahale Edin)

- Gizliliğe saygı gösterin: Öğrencinin sizinle paylaştığı bilgileri gizli tutmaya özen gösterin, ancak ciddi bir risk durumunda güvenliği sağlamak için gerekli adımları atmaktan çekinmeyin.
- Açık ve dürüst olun: Eğer öğrencinin güvenliği için başkalarına bilgi vermeniz gerekiyorsa, bunu şeffaf bir şekilde ona açıklayın.

### 3.3.7. Uzun Vadeli Destek Planlayın

- Takip edin: İlk kriz atlatıldıktan sonra, öğrencinin durumunu düzenli olarak kontrol etmek önemlidir. İyileşme süreci zaman alabilir, bu nedenle uzun vadeli destek sunmaya devam edin.
- Sosyal destek gruplarına yönlendirin: Öğrenciyi, benzer sorunlar yaşayan kişilerin bulunduğu destek gruplarına veya sosyal topluluklara yönlendirmek, yalnızlık hissini azaltabilir.

İntihar eğilimi gösteren bir öğrenciye yardım ederken, sabırlı ve kararlı bir destek sunmak önemlidir. Onlara güvende olduklarını hissettirmek ve duygularını paylaşabilecekleri bir ortam yaratmak, bu zor zamanlarda iyileşme sürecine katkıda bulunabilir.

Avrupa'da öğrenciler arasında intihar eğilimleri, çeşitli psikolojik, sosyal ve ekonomik faktörlerin bir araya gelmesiyle artmaktadır. Gençler, özellikle ergenlik döneminde duygusal dalgalanmalar, sosyal baskılar ve akademik zorluklarla karşı karşıya kalırlar, bu da intihar düşüncelerine yol açabilir. Avrupa genelinde bu sorun, COVID-19 pandemisiyle birlikte daha belirgin hale gelmiştir, çünkü öğrenciler sosyal izolasyon, aile içi gerilimler ve belirsizlik gibi zorluklarla başa çıkmaya çalışmışlardır.

## 3.4. Gençler Arasında İntihar Eğilimlerinin Belirleyici Faktörleri

- Psikolojik Sorunlar: Depresyon, anksiyete ve diğer zihinsel sağlık sorunları, öğrenciler arasında en yaygın intihar nedenleri arasında yer almaktadır. Avrupa'daki gençler arasında özellikle depresyon ve anksiyete vakaları artmıştır. Yaklaşık 9 milyon genç, bu
- Akademik Baskılar: Öğrenciler, başarılı olma ve yüksek notlar alma konusunda baskı altında kalmaktadır. Sınav kaygısı ve gelecekle ilgili belirsizlikler, intihar düşüncelerini tetikleyen önemli faktörlerdir.
- Sosyal Baskılar ve Zorbalık: Akran zorbalığı, hem fiziksel hem de dijital ortamda öğrenciler için ciddi bir sorun haline gelmiştir. Siber zorbalık, özellikle Avrupa'daki gençler arasında yaygın bir sorun olup, intihar eğilimlerini artırmaktadır.
- Cinsiyet Kimliği ve Cinsel Yönelim: LGBTQ+ gençler, ayrımcılık ve sosyal dışlanma nedeniyle intihara daha yatkın olabilirler. Bu grup, okullarda yeterli destek alamadığında, yalnızlık ve çaresizlik hissine kapılabilir.

Bu sorunlarla başa çıkmak için okul yönetimlerinin, ailelerin ve toplumun gençlere yönelik desteklerini artırmaları gerekmektedir.

Öğrenci intiharları, eğitim ve din gibi iki önemli sosyal faktörle açıklamak daha doğru olacaktır. Bu faktörler kendi içinde akademik baskı, sosyal ve ekonomik faktörler, dini inanç ve rehberlik olarak bölünmektedir.

## 4. Öğrencilerde İntiharın Eğitimle İlişkisi

### 4.1. Akademik Baskı ve Başarı Kaygısı

Akademik baskı, gençlerin okulda başarılı olma beklentileriyle ilişkili bir stres kaynağıdır. Bu baskı, yalnızca ebeveynlerden gelmeyebilir; öğretmenler, arkadaş çevresi ve toplum da bu baskıyı artırabilir. Özellikle sınav odaklı eğitim sistemleri, gençleri sürekli bir rekabet ve performans değerlendirmesine tabi tutar.

Başarı kaygısı, öğrencinin yeterince başarılı olamama korkusuyla başa çıkamamasıdır. Gençler, genellikle mükemmeliyetçilik eğiliminde olabilir ve hataya yer olmadığını düşünürler. Bu durum, kronik stres ve depresyon gibi ruh sağlığı sorunlarını tetikleyebilir. Başarı kaygısının yoğunlaşması ve akademik baskının arttığı dönemlerde gençlerde intihar riski yükselebilir. Özellikle, başarısızlık hissi ve çevreden gelen baskının baş edilemez hale geldiği anlarda, gençler çaresiz hissedebilirler. Kendilerini izole edebilir, sosyal bağlantılardan kopabilir ve duygusal anlamda tükenmiş hissedebilirler.

#### 4.1.1. Koruyucu Faktörler

**Duygusal Destek:** Aile, öğretmenler ve arkadaşların duygusal desteği, gençlerin stresle başa çıkmasına yardımcı olabilir.

**Sağlıklı İletişim:** Gençlerin başarıları kadar duygusal durumlarına da önem veren bir iletişim ortamı sağlanmalıdır.

**Başarı Tanımları:** Başarının yalnızca akademik başarıyla tanımlanmadığı, çok yönlü bir yaklaşımın benimsenmesi gerekir.

Gençlerin ruh sağlığını korumak ve akademik hayatlarındaki baskıyı dengelemek, bu açıdan çok önemlidir.

### 4.2. Öğrencilerde İntiharın Sosyal ve Ekonomik Faktörleri

Gençlerde intihar vakalarının arkasında yalnızca bireysel ve psikolojik faktörler değil, aynı zamanda sosyal ve ekonomik faktörler de önemli bir rol oynamaktadır. Bu faktörler, gençlerin yaşadıkları çevresel stresörlerle başa çıkma kapasitelerini etkileyerek intihar riskini artırabilir.

#### 4.2.1. Sosyal Faktörler

- **Aile Dinamikleri:** Aile içindeki ilişkiler gençlerin ruh sağlığında önemli bir etkidir. Aile içi şiddet, istismar, ebeveynlerin boşanması veya duygusal ihmâl gibi olumsuz aile dinamikleri, gençlerin intihar düşünceleri geliştirmelerine yol açabilir. Destekleyici olmayan ya da aşırı kontrolcü aile yapıları da gençlerin kendilerini yalnız ve çaresiz hissetmelerine neden olabilir.

- **Akran İlişkileri ve Zorbalık:** Sosyal çevre ve akran ilişkileri, özellikle ergenlik döneminde gençlerin hayatında büyük bir yer kaplar. Okulda veya sosyal medya platformlarında yaşanan zorbalık, gençler üzerinde derin bir psikolojik etki yaratabilir. Sosyal dışlanma, alay edilme ya da küçük düşürülme gibi deneyimler, gençlerde depresyonu ve intihar düşüncelerini tetikleyebilir.

- **Toplumsal Beklentiler ve Normlar:** Bazı toplumsal normlar, gençler üzerinde ciddi bir baskı yaratabilir. Örneğin, cinsiyet rolleri, sosyal statü beklentileri ya da belirli bir kültürel normlara uyum sağlama zorunluluğu, gençlerin kendilerini "yetersiz" ya da "uyumsuz" hissetmelerine neden olabilir.

#### 4.2.2. Ekonomik Faktörler

- **Maddi Zorluklar ve Yoksulluk:** Ekonomik yetersizlikler, gençlerin kendilerini güvensiz ve çaresiz hissetmelerine neden olabilir. Yoksulluk içinde yaşayan gençler, eğitim imkânlarından yeterince faydalanamamakta, sosyal fırsatları sınırlı kalmakta ve bu durum onlarda aşağılık kompleksi ya da değersizlik duygusu yaratabilmektedir.

- **Ailede İşsizlik ve Finansal Baskı:** Ailede işsizlik, borçlar veya düşük gelir gibi ekonomik sorunlar, gençlerin de hayatlarını etkileyebilir. Ailedeki ekonomik sorunlar nedeniyle eğitimlerine devam edememe, temel ihtiyaçların karşılanamaması gibi durumlar, gençlerde kronik stres ve umutsuzluk yaratabilir.

- **Eğitimde Fırsat Eşitsizliği:** Ekonomik durum, gençlerin eğitimde başarılı olup olamayacakları konusunda da etkili bir faktördür. Ekonomik açıdan dezavantajlı olan gençler, özel dersler, iyi eğitim kurumlarına erişim veya teknolojik imkânlardan yoksun kalabilirler. Bu da başarı kaygısını artırabilir ve intihar düşüncelerini tetikleyebilir.

### 4.2.3. Koruyucu Faktörler

- **Sosyal Destek Ağları:** Aile, arkadaşlar ve toplum tarafından sağlanan güçlü bir sosyal destek ağı, ekonomik ve sosyal zorlukların olumsuz etkilerini hafifletebilir.
- **Psikososyal Müdahaleler:** Sosyoekonomik sorunlarla başa çıkmada gençlere psikolojik destek sağlanması, kriz durumlarında duygusal dengeyi korumalarına yardımcı olabilir.
- **Toplumsal Eşitlik Politikaları:** Eğitimde fırsat eşitliği sağlanması, gençlere sosyal yardım ve desteklerin sunulması, ekonomik eşitsizliklerin etkilerini azaltabilir ve intihar riskini düşürebilir.

Bu faktörler, gençlerin maruz kaldıkları stres düzeyini belirleyerek onların ruh sağlığını doğrudan etkileyen önemli unsurlardır. Sosyal ve ekonomik zorluklarla başa çıkmak için doğru müdahaleler gençlerin geleceği açısından kritik öneme sahiptir.

## 5. Dinin Etkisi

Gençlerde intihar vakaları incelenirken, **dinin etkisi** önemli bir tartışma konusu olarak öne çıkmaktadır. Din, bireylerin yaşamlarındaki anlam arayışlarını, moral değerlerini ve stresle başa çıkma yollarını şekillendiren güçlü bir faktör olabilir. Dinî inançlar ve pratikler, gençlerin duygusal ve ruhsal sağlıklarına olumlu veya olumsuz etkiler yapabilir, bu da intihar riski üzerinde doğrudan veya dolaylı etkiler yaratabilir.

### 5.1. Din ve İntihar Arasındaki İlişki

- **Yaşamın Kutsallığı ve İntiharın Ahlaki Açısından Reddedilmesi:** Birçok din, yaşamın kutsallığını vurgulamakta ve intiharı günah ya da ahlaki bir yanlışlık olarak kabul etmektedir. Örneğin, İslam, Hristiyanlık, Yahudilik ve diğer birçok dinî öğreti, insan hayatını Tanrı'nın bir armağanı olarak görür ve bu nedenle kişinin hayatını sona erdirmeye hakkına sahip olmadığını belirtir. Bu tür inançlar, gençlerin intiharı bir çözüm olarak görmesini engelleyici bir rol oynayabilir.
- **Manevi Destek ve Toplumsal Bağlar:** Dine bağlı olan gençler, inançlarından ve dinî cemaatlerinden manevi bir destek alabilirler. Dinî topluluklar, bireyler arasında güçlü bir dayanışma ve aidiyet duygusu yaratabilir. Bu topluluklarda yer almak, gençlerin yalnızlık ve izolasyon hislerini azaltabilir, bu da intihar düşüncelerinin önüne geçebilir. Dinî ritüeller ve ibadet, gençlere bir istikrar ve rutin kazandırarak onların stres ve kaygılarıyla daha etkili başa çıkmalarına yardımcı olabilir.
- **Bağışlanma ve Umut Kavramları:** Dinler genellikle bağışlanma ve umut temaları etrafında şekillenir. Gençler, hataları ve başarısızlıkları nedeniyle kendilerini suçlu hissettiklerinde, dinî inançlar onlara bir umut ışığı sunabilir. Örneğin, İslam'da tövbe, Hristiyanlıkta bağışlanma kavramları, gençlerin hatalarını telafi edebilme ve yeni bir başlangıç yapabilme düşüncesini aşılayabilir. Bu tür inançlar, umutsuzluk duygularını hafifletebilir ve intihar düşüncelerinin önüne geçebilir.

### 5.2. Dinî İnançların Olumsuz Etkileri

- **Katı Dinî Normlar ve Suçluluk Hissi:** Bazı durumlarda, dinî inançlar katı ve baskıcı olabilir. Gençler, dinî normlara uymakta zorlandıklarında yoğun bir suçluluk ve yetersizlik duygusu yaşayabilirler. Bu tür inanç sistemleri, gençlerin kendilerini günahkâr veya değersiz hissetmelerine neden olabilir, bu da depresyon ve intihar düşüncelerini tetikleyebilir.
- **Dışlanma ve Stigma:** Bazı dinî topluluklar, cinsiyet kimliği, cinsel yönelim veya yaşam tarzı gibi nedenlerle gençleri dışlayabilir. Bu durum, gençlerin kendilerini izole ve yalnız hissetmelerine yol açabilir. Özellikle LGBTQ+ gençler, dinî cemaatlerinde ayrımcılığa uğradıklarında, dışlanmışlık duygusu intihar düşüncelerine yol açabilir.
- **İnanç Krizleri:** Dinî inançlar gençlere umut ve güvenlik hissi verebileceği gibi, inanç krizleri de ciddi bir tehdit oluşturabilir. Gençler, yaşamlarındaki zorlayıcı olaylarla karşılaştıklarında, inançlarının sarsıldığını hissedebilir ve bu, ciddi bir varoluşsal kriz yaratabilir. Dinî inançların sarsılması, gençlerin kendilerini çaresiz ve yönsüz hissetmelerine neden olabilir ve bu da intihar riskini artırabilir.

### 5.3. Dinî Rehberlik ve İntiharı Önleme

- **Manevi Danışmanlık ve Destek:** Dinî liderler ve manevi danışmanlar, gençlere stresli dönemlerinde moral destek sunabilir. Dinî topluluklardaki manevi rehberler, gençlerin yaşamlarındaki zorluklarla başa



çıkmalarına yardımcı olabilir ve intihar düşüncelerine karşı manevi bir sığınak sağlayabilir. Bu tür rehberlik, gençlere umut ve yaşamlarına yeniden anlam katabilir.

- **Toplumsal Destek:** Dinî cemaatler, gençlerin sosyal destek ağı olarak işlev görebilir. Ailevi ya da sosyal sorunlarla başa çıkmaya çalışan gençler, bu cemaatlerde güvenli ve destekleyici bir ortam bulabilirler. Bu sosyal destek, gençlerin yalnızlık duygularını hafifletebilir ve intihar düşüncelerinin azalmasına katkı sağlayabilir.
- **Dinî Eğitim ve Farkındalık:** Gençlerin, dinin sadece bir dizi kuraldan ibaret olmadığını, aynı zamanda sevgi, şefkat, bağışlanma ve umut içerdiğini öğrenmeleri önemlidir. Dinî eğitim, gençlere zor zamanlarda dayanma gücü kazandırabilir ve kriz anlarında başvurabilecekleri manevi kaynaklar sunabilir.

Din, gençlerde intihar vakalarını etkileyen hem olumlu hem de olumsuz faktörlere sahip olabilir. İnanç sistemleri ve topluluklar, gençlere güçlü bir manevi ve sosyal destek sağlayabilir, yaşamın anlamını yeniden kazanmalarına yardımcı olabilir. Ancak, katı dinî normlar ve dışlayıcı yaklaşımlar, bazı gençlerde suçluluk, izolasyon ve değersizlik duygularını tetikleyebilir. Dolayısıyla, dinin bu süreçteki rolü, inançların ve dinî toplulukların yaklaşımına bağlı olarak değişkenlik gösterebilir.

#### 5.4. Moral ve Etik Rehberlik

Gençlerde intihar vakalarının önlenmesinde moral ve etik rehberlik kritik bir role sahiptir. Bu rehberlik türü, gençlerin hayata bakış açılarını şekillendirmelerine, yaşamın anlamını keşfetmelerine ve zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olur. Moral ve etik rehberlik, değerler, inançlar ve kişisel anlam arayışı etrafında şekillenir ve gençlerin yaşamlarında bir denge ve istikrar bulmalarına yardımcı olabilir.

##### 5.4.1. Moral ve Etik Rehberliğin Rolü

- **Değerler ve İnançlar Üzerine Odaklanma:** Gençlerin, hayatlarındaki anlamı bulabilmeleri için belirli moral ve etik değerlerle donatılmaları önemlidir. Bu değerler, dürüstlük, adalet, saygı, sorumluluk gibi temel etik ilkeler üzerine inşa edilebilir. Gençler, yaşamın değerini ve kendi yerlerini bu çerçevede anlamlandırabilirler.
- **Yaşamın Anlamı ve Amaç:** Gençlerin intiharı düşünmelerinde genellikle yaşamın anlamsız olduğu inancı etkili olabilir. Moral rehberlik, gençlerin yaşamlarının bir amacı olduğunu ve zor zamanların geçici olduğunu anlamalarına yardımcı olabilir. Gençlere geleceğe dair umut aşılamak, onlara zor durumlarla başa çıkma becerisi kazandırabilir.
- **Ahlaki Dilemmalarla Baş Etme:** Gençler, karmaşık ahlaki dilemmalarla karşılaştıklarında rehberliğe ihtiyaç duyarlar. Etik rehberlik, onların bu tür durumlarla başa çıkmalarına, doğru kararlar vermelerine ve bu süreçte kendilerini suçlamadan ilerlemelerine yardımcı olabilir. Bu tür rehberlik, gençlerin içsel bir ahlaki pusula geliştirmesine katkıda bulunur.
- **Empati ve Toplumsal Bağlılık:** Gençlerde empati duygusunu geliştirmek, intihar düşüncelerinin önüne geçmekte etkili olabilir. Etik rehberlik, gençlerin başkalarının duygularını ve ihtiyaçlarını anlamalarını teşvik eder, bu da yalnızlık ve izolasyon hissini azaltabilir. Topluma faydalı olma, gönüllü çalışmalara katılma veya başkalarına yardım etme gibi eylemler, gençlere ait olma duygusunu kazandırabilir.

##### 5.4.2.1. Moral ve Etik Rehberlik Yöntemleri

- **Bireysel Danışmanlık:** Moral ve etik rehberlik, bireysel danışmanlık yoluyla gençlere sağlanabilir. Danışmanlar, gençlerin değerlerini, inançlarını ve yaşam amaçlarını keşfetmelerine yardımcı olabilir. Bu süreçte gençler, kendi ahlaki sistemlerini oluşturarak hayata karşı daha güçlü bir duruş sergileyebilirler.
- **Grupla Etik Tartışmalar:** Gençlerin moral ve etik meseleleri tartışabileceği grup ortamları yaratmak, onların farklı bakış açıları geliştirmelerine olanak sağlar. Bu tür tartışmalar, gençlerin toplumsal sorunlara duyarlılık kazanmalarına ve kendi değerlerini sorgulayıp derinleştirmelerine yardımcı olabilir.
- **Mentorluk Programları:** Gençlere ahlaki ve etik rehberlik sunan mentorlar, onların gelişim süreçlerinde bir rehber rolü üstlenebilir. Mentorlar, gençlere hayatla başa çıkma stratejileri, moral dayanıklılık ve etik karar verme becerileri kazandırabilir.
- **Dinî ve Felsefi Yaklaşımlar:** Birçok genç, dinî veya felsefi inançlar üzerinden moral ve etik rehberlik alabilir. Dinî rehberlik, birçok genç için yaşamın zorluklarına karşı bir umut kaynağı sunar. Benzer şekilde, felsefi rehberlik de gençlere ahlaki ilkeler ve hayatın anlamı üzerine derin düşünme fırsatı sunar.

### 5.4.2.2. Koruyucu Etkisi

- Moral ve etik rehberlik, gençlerin hayatta karşılaştıkları zorluklara karşı dayanıklı olmalarını sağlayabilir. Şu etkiler önemli koruma faktörleridir:
- İçsel Güçlenme: Gençlerin, ahlaki ilkelerine dayalı olarak içsel bir güç geliştirmeleri, zorlu yaşam koşullarıyla daha iyi başa çıkmalarına yardımcı olabilir.
- Yaşamın Değeri: Gençler, rehberlik yoluyla kendi yaşamlarını ve başkalarının yaşamlarını daha fazla değerli görebilir ve intihar düşüncelerinin yerini daha pozitif bir yaşam anlayışı alabilir.
- Bağlılık ve Toplum Duygusu: Moral ve etik rehberlik, gençlerin toplumlarına ve kendilerine karşı sorumluluk duygusunu güçlendirebilir, bu da onları yaşamdan kopmaktan alıkoymaya yardımcı olabilir.

Moral ve etik rehberlik, gençlerin yaşamın zorlukları karşısında içsel bir denge bulmalarına ve zorlu dönemlerde yaşamı daha anlamlı ve değerli kılmalarına katkı sağlar. Bu tür rehberlik, intiharın önlenmesinde önemli bir koruyucu araç olabilir.

### 5.5. Dini Toplumlarda Sosyal Destek

Dini toplumlarda sosyal destek, gençlerde intihar vakalarının önlenmesinde önemli bir rol oynayabilir. Bu tür toplumlar, gençlere yalnızca manevi değil, aynı zamanda sosyal ve duygusal destek sağlayarak, onları zor dönemlerde koruyucu bir çerçeve içine alabilir. **Dini toplulukların sunduğu sosyal destek**, gençlerin intihar düşüncelerine karşı direnç geliştirmelerine yardımcı olabilir ve yaşamlarına daha fazla anlam katmalarını sağlayabilir.

#### 5.5.1. Dini Toplumlarda Sosyal Desteğin Rolü

- Aidiyet ve Toplumsal Bağlılık: Dini toplumlar, bireylere aidiyet hissi sunar. Gençler, bu topluluklarda kendilerini bir grubun parçası olarak hissederler ve yalnızlık duygusuyla mücadele ederler. Bu tür aidiyet, gençlerin izolasyon duygularını azaltabilir ve onları sosyal anlamda desteklenmiş hissettirebilir. Sosyal bağlar, gençlerin zor dönemlerinde dayanma gücü kazanmalarına yardımcı olabilir ve intihar düşüncelerine karşı bir tampon işlevi görebilir.
- Manevi Destek ve Duygusal Dayanıklılık: Dini toplumlarda gençler, yalnızca sosyal değil, aynı zamanda manevi destek de bulabilirler. Bu destek, dini liderler, manevi rehberler ve topluluğun diğer üyeleri tarafından sağlanabilir. Zor zamanlarda yapılan dua, ibadet ve manevi etkinlikler, gençlerin duygusal dayanıklılıklarını artırabilir. Bu süreçte, gençler kendi iç dünyalarında huzur ve güven duygusu bulabilirler.
- Topluluk İçi Dayanışma: Dini topluluklar genellikle birbirine bağlı ve dayanışma içinde olan bireylerden oluşur. Bu topluluklarda gençler, sorunlarını paylaşabilecekleri güvenilir bir ortam bulabilirler. Topluluk üyeleri, gençlerin karşılaştıkları zorlukları anlama ve onlara yardım etme konusunda duyarlı olabilirler. Gençler, ekonomik, sosyal ya da duygusal problemler yaşadıklarında, dini cemaatlerinden maddi ve manevi destek alabilirler.
- Olumlu Rol Modeller: Dini toplumlar, gençlere olumlu rol modeller sunabilir. Topluluk liderleri ve diğer üyeler, gençlere nasıl sağlıklı bir yaşam sürdürülebileceği ve zor durumlarla nasıl başa çıkılabileceği konusunda örnek olabilirler. Bu rol modeller, gençlerin yaşamlarındaki zorluklara karşı umut ve direnç kazanmalarına yardımcı olabilir.
- Toplumsal Normlar ve Değerler: Dini toplumlar genellikle güçlü ahlaki ve etik normlar etrafında şekillenir. Bu normlar, gençlere hayatın kutsallığı, sabır, dayanışma, yardımlaşma gibi değerleri aşılayabilir. Bu tür değerler, gençlerin kriz anlarında daha sağlıklı kararlar almalarına ve intiharı bir çıkış yolu olarak görmemelerine yardımcı olabilir.

#### 5.4.2.3. Dini Toplumlarda Sosyal Desteğin Koruyucu Etkileri

- İzolasyonun Önlenmesi: Sosyal desteğin en önemli etkilerinden biri, gençlerin yalnızlık ve izolasyon duygularını hafifletmesidir. Dini topluluklar, gençlerin sosyal bağlantılar kurmasını teşvik ederek, onları yalnız hissetmelerinin önüne geçebilir. Yalnızlık, intihar riskini artıran önemli bir faktördür ve dini topluluklar, bu riski azaltmada önemli bir rol oynayabilir.
- Kriz Anında Yardım ve Müdahale: Dini topluluklar, kriz anlarında gençlere acil müdahale ve destek sağlayabilir. Bu topluluklar, gençlerin duygusal sıkıntılarını fark edebilir ve gerektiğinde onları

profesyonel yardıma yönlendirebilir. Ayrıca, topluluk içinde gençlere güvenli bir ortam sunarak, duygusal problemlerini paylaşmalarına ve çözüm aramalarına yardımcı olabilirler.

- **Pozitif Grup Dinamikleri:** Dini topluluklar, gençlerin sağlıklı sosyal gruplar içinde yer almasını sağlar. Bu gruplar, gençlerin kendilerini değerli ve önemli hissetmelerine yardımcı olabilir. Pozitif sosyal etkileşimler, gençlerin özgüvenini artırabilir ve onları intihar düşüncelerine karşı koruyabilir.
- **Manevi ve Duygusal Rehberlik:** Dini liderler ve manevi rehberler, gençlere yalnızca dinî öğretiler değil, aynı zamanda psikososyal rehberlik de sağlayabilir. Gençlerin yaşamlarındaki anlam arayışlarına yardımcı olarak, onlara manevi bir çerçevede destek verebilirler. Bu rehberlik, gençlerin umutsuzluk ve çaresizlik hissetmelerinin önüne geçebilir.

## 5.6. Dinî Toplulukların Destekleyici Olmama Durumları

Her ne kadar dini topluluklar sosyal destek açısından birçok olumlu katkı sunsa da, bazı durumlarda destekleyici olmayan tutumlar da intihar riskini artırabilir:

- **Katı Dini Normlar ve Dışlama:** Bazı dini topluluklar, gençler üzerinde aşırı katı normlar uygulayabilir. Cinsiyet kimliği, cinsel yönelim veya farklı yaşam tarzlarına sahip gençler, bu topluluklar tarafından dışlanabilir. Bu tür dışlayıcı tutumlar, gençlerde yalnızlık ve çaresizlik duygularını artırabilir.
- **Stigmatizasyon:** Dini topluluklar, zihinsel sağlık sorunları veya intihar düşünceleri olan gençleri damgalayabilir. Bu stigmatizasyon, gençlerin yardım arama ve paylaşımında bulunma isteklerini engelleyebilir, bu da sorunun daha da büyümesine neden olabilir.

Dini topluluklarda sosyal destek, gençlerin hayatlarında olumlu bir etki yaratabilir ve intihar riskini azaltmada güçlü bir faktör olabilir. Aidiyet, manevi destek, dayanışma ve olumlu rol modeller sunan dini topluluklar, gençlerin kriz anlarında başvurabileceği güvenli ve destekleyici bir ortam sunar. Bununla birlikte, dini toplulukların bu desteği sağlaması için kapsayıcı, anlayışlı ve duyarlı olması gerektiği unutulmamalıdır.

## 5.7. Dini Baskı ve Ahlaki Çatışmalar

Dini baskı ve ahlaki çatışmalar, gençlerde intihar vakalarının sebeplerinden biri olarak değerlendirilebilir. Dinî inançlar ve bu inançlara bağlı kurallar, genellikle bireylerin yaşamlarına ahlaki bir çerçeve sunarken, aşırı baskı ve çatışmalar, bazı gençler üzerinde olumsuz etkiler yaratabilir. Bu baskılar, özellikle gençlerin kendi kişisel değerleri, kimlikleri veya yaşam tarzlarıyla uyum göstermediğinde, duygusal ve psikolojik sıkıntılara yol açabilir.

### 5.7.1. Dini Baskı ve Ahlaki Çatışmaların Gençler Üzerindeki Etkileri

**Aşırı Dinî Normlar ve Baskıcı Çevre:** Dinî topluluklar, gençlerden belirli ahlaki normlara ve davranış kurallarına uymalarını bekleyebilir. Bu beklentiler, gençlerin kişisel tercihleri, inançları veya yaşam tarzları ile çatıştığında büyük bir baskıya dönüşebilir. Örneğin, cinsiyet kimliği, cinsel yönelim veya modern yaşam tarzlarına dair farklı görüşleri olan gençler, topluluklarının ahlaki normlarına uyum sağlamada zorlanabilir. Bu uyumsuzluk, gençlerde yoğun bir suçluluk, yetersizlik veya dışlanma duygusu yaratabilir.

**Suçluluk ve Utanç Duyguları:** Dinî baskı, gençlerde ağır bir suçluluk veya utanç duygusuna yol açabilir. Özellikle dinî öğretiler, günah, cezalandırılma ve ahlaki yargılar üzerine yoğunlaşan bir bakış açısı sunduğunda, gençler kendilerini sürekli olarak "yeterince iyi" hissetmeyebilir. Bu tür baskılar, gençlerin kendi benlik algılarını zedeleyebilir ve intihar düşüncelerini tetikleyebilir. Ahlaki olarak "kusurlu" hissetmek, gençleri kendi değerlerini sorgulamaya ve çaresizlik hissetmeye itebilir.

**Kimlik Çatışmaları:** Dinî baskı ve ahlaki çatışmalar, özellikle gençlerin kişisel kimliklerini keşfetme ve geliştirme süreçlerinde kritik hale gelir. Cinsiyet kimliği, cinsel yönelim veya bireysel inançlarla ilgili yaşanan kimlik çatışmaları, gençlerde yoğun stres ve anksiyete yaratabilir. Dinî normlara uyum sağlama baskısı, kendi kimliklerini ifade edemeyen gençlerde derin bir içsel çatışma yaratabilir. Bu çatışma, gençlerin kendilerini yalnız ve anlaşılmamış hissetmelerine yol açabilir ve bu da intihar riskini artırabilir.

**Dinî İnançla İlgili Krizler:** Gençler, hayatın zorlayıcı dönemlerinde dinî inançlarına dair ciddi sorgulamalar yapabilirler. Bu tür inanç krizleri, gençlerin yaşamlarındaki anlam arayışlarını zedeleyebilir ve onları manevi bir boşluğa sürükleyebilir. Özellikle dinin, gençlerin yaşadığı travmalara veya zorluklara yanıt vermekte yetersiz kaldığını düşündüklerinde, bu krizler derinleşebilir. Bu durum, umutsuzluk ve hayal kırıklığı hislerini pekiştirerek, gençlerin kendilerini çaresiz hissetmelerine yol açabilir.

### 5.7.2. Ahlaki Çatışmaların İntihar Riskini Artırma Yolları

- **Kendi Benliğine Karşı Yabancılaşma:** Ahlaki çatışmalar yaşayan gençler, kendi benliklerinden kopmuş hissedebilirler. Toplumun, ailelerinin veya dinî topluluklarının beklentilerini karşılayamadıklarında, kendilerini değersiz ya da yetersiz görebilirler. Bu tür yabancılaşma, gençlerde içsel bir kriz yaratabilir ve intihar düşüncelerini artırabilir. Kendilerini oldukları gibi kabul etmek yerine, sürekli olarak başkalarının ahlaki beklentilerine uyum sağlama çabası içinde olmak, gençleri tüketebilir.
- **Sosyal İzolasyon ve Dışlanma:** Dini baskı altındaki gençler, topluluklarından dışlanma korkusu yaşayabilirler. Özellikle belirli dinî normlara uyamayan veya farklı bir yaşam tarzı benimseyen gençler, toplulukları tarafından dışlandıklarında yalnız ve izole hissedebilirler. Sosyal izolasyon, intihar riskini artıran önemli bir faktördür ve gençlerin topluluklarıyla olan bağlarının kopması, onların duygusal sağlığı üzerinde yıkıcı etkiler yaratabilir.
- **Zihinsel Sağlık Üzerindeki Etkiler:** Ahlaki çatışmalar ve dinî baskı, gençlerin zihinsel sağlıklarını olumsuz etkileyebilir. Sürekli bir içsel mücadele içinde olmak, depresyon, anksiyete ve düşük özsaygı gibi sorunlara yol açabilir. Bu duygusal zorluklar, gençlerin intihar düşüncelerine kapılmasına ve bu düşünceleri eyleme geçirme riskini artırabilir.

### 5.7.3. Dinî Baskı ve Ahlaki Çatışmalarla Başa Çıkma Yolları

- **Açık ve Destekleyici İletişim:** Dinî baskı yaşayan gençlerin, aileleri ve topluluklarıyla açık ve destekleyici bir iletişim kurabilmeleri önemlidir. Gençlerin, duygularını ve düşüncelerini paylaşabilecekleri güvenli bir ortamda olmaları, içsel çatışmalarını anlamalarına ve çözmelerine yardımcı olabilir. Ailelerin ve dinî liderlerin anlayışlı ve kapsayıcı bir tutum sergilemesi, gençlerin hissettiği baskının azalmasını sağlayabilir.
- **Profesyonel Yardım ve Danışmanlık:** Ahlaki çatışmalar yaşayan gençler için psikolojik danışmanlık ve terapinin önemi büyüktür. Bu süreçte, gençlerin kendi kimlikleriyle barışık olmalarına ve baskılarla başa çıkmalarına yardımcı olunabilir. Aynı zamanda, dini liderlerin de gençlere manevi rehberlik sunarken bu tür krizleri göz önünde bulundurmaları ve profesyonel yardıma yönlendirmeleri faydalı olabilir.
- **Dini Toplulukların Esnekliği ve Kapsayıcılığı:** Dinî toplulukların, gençlerin yaşadığı ahlaki ve kimlik çatışmalarını anlaması ve bu konuda esnek ve kapsayıcı bir tutum geliştirmesi önemlidir. Toplulukların, farklı yaşam tarzlarına ve inançlara saygı göstermesi, gençlerin bu çatışmalarla daha sağlıklı bir şekilde başa çıkmalarına yardımcı olabilir.

Gençlerde dinî baskı ve ahlaki çatışmalar, ciddi duygusal ve psikolojik sorunlara yol açabilir ve intihar riskini artırabilir. Dinî inançlar ve ahlaki değerler, bireylerin yaşamlarına anlam ve yön verebilse de, aşırı baskı ve katı normlar gençlerin bu değerlerle çatışmasına ve ağır stres yaşamalarına neden olabilir. Bu nedenle, gençlerin dinî topluluklarında kendilerini güvende ve kabul edilmiş hissetmeleri, intihar riskini azaltmada önemli bir faktördür.

## 6. SONUÇ

Ülkemizde ve Avrupa’da son yıllarda ergen ve gençler arasında intihar eğiliminin görülme sıklığının arttığı görülmektedir. Özellikle gençler arasında işsizlik, okullardaki akademik başarısızlık, sosyal çevre ile iletişim kuramama ve karşı cins ile olan olumsuz ilişkiler nedeniyle intihar vakalarına yönelimlerinin arttığı gözlemlenmektedir. Gençlerdeki intihar vakalarının sebeplerinin sağlıklı bir şekilde değerlendirilebilmesi için hem ailelerin hem rehberlik servislerinin hem de okul idarelerinin bu konu hakkında yeterli bilgi ve donanıma sahip olması, olası intihar sinyalleri hakkında önceden önlem almaları bu tür vakaların azalması adına önem arz etmektedir. Yine gençlerdeki intihar vakalarının azaltılması yönünde inanç noktasında yeterli bir bilginin verilmesi, hayatın sürdürülmesinin her şeyden daha önemli olduğu vurgusunun yapılması, intihar eğilimleri üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir.

**KAYNAKÇA**

- Atay İ. M. & Kerimoğlu E. (2003). Ergenlerde İntihar Davranışı, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* 10/3 (2003) 128-136
- Akalın Ş. H. (2011). *Türkçe Sözlük*, Ankara.
- Arslan M., Duru M. & Kuvandik G. (2008). Hatay'da İntihar Girişiminde Bulunan Olguların Analizi, *Adli Tıp Dergisi* 22/3 (2008) 9-14.
- Balcıoğlu, İ., & Abanoz, Y. (2009). Madde Bağımlılığı, İntihar, Sanık Psikolojisi., *Dirim Tıp Gazetesi*, 84(1), 15-20.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi.
- Çayköylü A, Çoşkun İ, Kırkpınar İ, ve ark. (1997) Özkıyım Girişiminde Bulunanlarda Sosyodemografik Özellikler ve Tanı Dağılımı, *Kriz Dergisi*, 5 (1); 37-42.
- Davis JM ve Brock SE (2002) Suicide. Handbook Of In Crisis Counseling, Intervention, Prevention in the Schools, içinde J Sandoval (ed). (2nd Ed), *Lawrence Erlbaum Associates Publishers, London*; 273-301
- Deveci A., Taşkın O., Dünder P. E., Demet M., Kaya E., Özmen E. & Dinç G. (2005). Manisa İli Kent Merkezinde İntihar Düşüncesi ve Girişim Yaygınlığı, *Türk Psikiyatri Dergisi* 16/3 (2005) 170-178.
- Demircan , T., & Karbeyaz, K. (2022). Tamamlanmış İntihar Olgularında Psikolojik Otopsi, *Osman Gazi Tıp Dergisi*, 593-600.
- Durkheim E. (2013). *İntihar*. Çev. Ö. Ozankaya.
- Durkheim, E. (1992). *İntihar* (Özer Ozankaya, Çev.), İmge Kitabevi.
- Eskin , M., Akoğlu, A., & Uygur, B. (2006). Ayakta Tedavi Edilen Psikiyatri Hastalarında Travmatik Yaşam Olayları ve Sorun Çözme Becerileri: İntihar Davranışıyla İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 266-275
- Gould MS ve Kramer AR (2001) Youth suicide prevention. *Suicide & Life, Threatening Behavior*. 31, 6-32.
- Gökçen C. & Köylü R. (2011). Acil Servisten İntihar Girişimi Nedeniyle Psikososyal Destek Birimine Yönlendirilen 18 Yaş Altı Olguların Değerlendirilmesi, *Akademik Acil Tıp Dergisi* (2011) 18-21.
- Hogg, M.A., Vaughan G.M.. Tutumlar. Sosyal Psikoloji Kitabı (Çev:Yıldız, İ., Gelmez, 1. Baskı, Sözkese Matbaası.
- Myers, D. *Social Psychology*, Teachers College Press, New York, 1990: 67.
- Moscicki E. K. (1997). *Identification of Suicide Risk Factors Using Epidemiologic Studies*, *Psychiatric Clinics of North America* 20 (1997) 499-517.
- Naghavi, M. (2018). *Global, regional, and national burden of suicide mortality 1990 to 2016: systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016*. *BMJ*, 1-11.
- Özgüven-Devrimci, H. ve Sayıl, I. (2003). *Suicide attempts in Turkey : Results of the WHO / EURO multicentre study of suicidal behavior*, *Can J Psychiatry*, 48, 324-329.
- Sabawoon, A., Keyes, K., Karam, E., & Masfety, V. (2022). Associations between traumatic event experiences, psychiatric disorders, and suicidal behavior in the general population of Afghanistan: findings from Afghan National Mental Health Survey. *Sabawoon et al. Injury Epidemiology*, 1-17.
- Sarandöl A. (2003). İntihar, *Birinci Basamak İçin Psikiyatri* 2 (2003) 32-45.
- Siyez, D. M. (2006). Ergenlik Döneminde İntihar Girişimleri, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14(2), 413-420.
- Şevik, A., Özcan, H., & Uysal , E. (2012). İntihar Girişimlerinin İncelenmesi: Risk Faktörleri. *Klinik Psikiyatri*, 14(4), 218-225.
- Şahbaz, H. (2022). Coğrafi Bir Bakış Açısıyla 2002-2019 Döneminde Türkiye'deki İntiharlar, *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15, 64-103.
- Turecki, G., & Brent, D. (2017). Suicide and Suicidal Behaviour. *Cabadian Institutes of Health Research*, 1227-1239.
- Yüksel N. (2001). İntiharın Nörobiyolojisi, *Klinik Psikiyatri Ek 2* (2001) 5-15.