

Enderun Dergisi

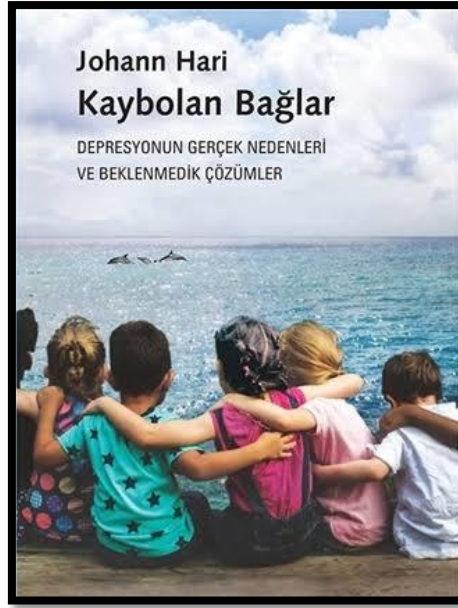
Cilt:3 Sayı:2

Gönderiliş Tarihi: 15/11/2019
Kabul Tarihi: 18/11/2019
ORCID: 0000-0001-5297-346X

KAYBOLAN BAĞLAR
Depresyonun Gerçek Nedenleri ve Beklenmedik Çözümler,

LOST CONNECTIONS
Uncovering the Real Causes of Depression and the Unexpected Solutions,
(Yazar: Johann Eduard Hari, Çeviren: Barış Engin AKSOY, 2.Baskı, Metis Yayıncılık
ISBN-13: 978-605-316-163-9)

Naime KESKİN¹



Bu çalışmada incelenecek olan eser, Britanyalı yazar ve gazeteci Johann Hari'nin depresyon ve kaygı üzerine kaleme aldığı LOST CONNECTIONS Uncovering the Real Causes of Depression and-the Unexpected Solutions (KAYBOLAN BAĞLAR Depresyonun Gerçek Nedenleri ve Beklenmedik Çözümler) adlı kişisel gelişim kitabıdır. Hari kendi hayatının da büyük bir parçası olan depresyon ve kaygının dokuz nedenini okuyucuya

¹ Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Kamu Yönetimi Bölümü Öğrencisi, namekeskn@icloud.com.

sunmaktadır. Depresyon ve kaygının kültürel bir sorun olduğu bunun da altında yatan sebeplerin başında bireyin sosyal bir varlık olarak kabul edilmesinden ziyade meta olarak görülmesinin yattığını vurgulamaktadır.

Yazar biz duygusal varlıkların dönüşümünü çarpıcı ve gerçekçi bir yöntem kullanarak kaleme almıştır. Bu yöntem sayesinde okuyucuyu düşündürmeyi başarmıştır. Her yaşta depresyon ve kaygı sorunu yaşayan bireyleri psikiyatrik ilaç tedavisi kullanımının köklü ve başarılı sonuçlar doğurmadığı kişilerde meydana gelebilecek iyileşmelerin dışsal sebeplerden öte içsel sebeplerde irdelenmesi gerektiği hususunda yönlendirmektedir.

Bu eser atalarımız ile benzer gereksinimler göstermemize rağmen gelecekteki değişikliklere nasıl adapte olacağımızın yolculuğudur. Yazar da çıktığı bu yolculuk boyunca depresyon ve kaygı yaşayan birçok insanla görüşmüş hayatlarından kesitleri aktarmıştır. Bununla birlikte bilimsel makale tez ve deneylerden yararlanmış bu bilimsel çalışmalara kitabında yer vermiştir. Dili yalın anlatımı sürükleyici eserinde uzun süreli kimyasal uyarıcıların zararlı etkilerine karşı bizleri uyarmaktadır. Kitaptaki söyleşilerin ses kayıtlarının bulunduğu internet adresi sayesinde kanıtlanabilirliği artmaktadır. Kitabın sonunda kapsamlı bir kaynakça bölümü ardından teşekkür ve izin bölümü gelmektedir.