**Yeni yıl arifesi neden berbat geçer? (Devamı)[[1]](#footnote-1)**

[Araştırmacılara göre](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4260584/); büyük bir yaşa girmek, “İnsanların hayatlarının anlamını gözden geçirmesine” neden oluyor ve bu durum, yeni yıla girdiğimiz zaman gerçekleşen şey ile aynı: Geriye baktığımız zaman, pişmanlık duygularının yanında; yavaş yavaş bazı [varoluşsal korkular](https://en.wikipedia.org/wiki/Existentialism#Angst_and_dread) da oluşabiliyor.

Согласно исследователям, достижение старшего возраста / взросление заставляет людей пересмотреть смысл своей жизни, что равносильно тому , что происходит когда вступает новый год. Когда мы оглядываемся назад, кроме чувства сожаления, также могут постепенно появляться некоторые экзистенциональные страхи

(Некоторые экзистенциальные страхи также могут возникать постепенно.)

...........страхи, связанные с самим существованием........................................................................

**Согласно исследованиям, взросление является причиной для того, чтобы человек переосмымлил свою жизнь, что равносильно тому чувству, которое мы испитываем при наступлении нового года**

Listedeki beş numara, muhtemelen sizin için yeni bir şey değil: Bazılarının eski arkadaşı ve birçok Yeni Yıl Arifesi partisinin başlıca öğesi olan; beynin [limbik kısmındaki](https://en.wikipedia.org/wiki/Limbic_system) elektrik sinyallerini kademeli olarak etkileyen [alkol](https://www.sciencealert.com/here-s-what-9-common-drugs-including-caffeine-weed-and-alchohol-do-to-your-brain).

Номер пять в списке, вероятно, не является для вас чем-то новым: являющийся для некоторых старым другом и главным элементом новогодних вечеринок алкоголь, который постепенно влияет на электрические сигналы в лимбической части мозга.

Limbik yapı, duygularımızı kontrol ediyor ve alkol bu yapıya müdahale ettikçe, insanlar çalkantılı ruh hallerine karşı daha eğilimli oluyorlar. Sarhoş olmamış olsalardı, belki de o kadar mutsuz olmayacaklardı.

Лимбическая система контролирует наши эмоции, и поскольку алкоголь влияет на эту систему эту, люди становятся более склонными к бурным эмоциям. Если бы они не были пьяны, возможно, они бы не были такими несчастливыми.

Altıncı numarada (sakin olun, neredeyse geldik) Yeni Yıl Arifesi’nin toplam masrafı var. Bu zamanlarda lokantalar ve barlar, genelde fiyatlarını yükseltir ve insanlar da içki ile yemeğe daha fazla para harcar. Birçoğumuz için, ihtiyacımız olandan daha fazla para harcamak da keyifli bir şey değildir.

На шестом месте (спокойно (успокойтесь), мы почти у цели) канун Нового года имеет общие расходы. В это время рестораны и бары часто повышают свои цены, и люди тратят больше на алкоголь (выпивку) и еду. Многим из нас также неприятно тратить больше денег, чем обычно.

Aslında, Yeni Yılı kutlarken ve bir lokantada çok yüksek fiyatlar öderken değil; [paramızı bağışladığımız](https://www.wsj.com/articles/can-money-buy-happiness-heres-what-science-has-to-say-1415569538) zaman en yüksek mutluluğa ulaşıyoruz.

На самом деле, мы достигаем апогея счастья не при оплате очень высоких цен в ресторане , отмечая Новый год, а когда отдаём свои деньги на благотворительные цели.

Апогея – высшая степень

Muhtemelen Yeni Yıl Arifesi’nin keyfini çıkaramayacak olmanızın son sebebi de; gece yarısı öpücüğü. En azından, yalnız olan kişiler için: Birisiyle bağlantı kurmak zorunda olduğunu hissetmek veya bu konuda umutsuz olmak da bizi zavallı biri yapabilir.

Возможно, последняя причина, по которой вы не можете наслаждаться встречей Нового года, это - полуночный поцелуй, по крайней мере, для тех, кто одинок: чувство, что мы должны быть с кем-то или испытывать отчаяние по поводу одиночества, также может сделать нас несчастливыми.

Bu yüzden, bir Yeni Yıl Grinç’i olduğumuz için üzgünüz. Fakat saatler 31 Aralık gece yarısına doğru ilerledikçe, bilimsel olasılıklar aleyhinize birikiyor.

Поэтому мы извиняемся за то, что стали для вас новогодним гринчем. Но когда часы приближаются к полуночи 31 декабря, научные возможности работают против вас.

Neşeli kalmak için, yıl içinde 364 günün daha olduğunu hatırlamaya çalışın; bu yüzden [mutlu olmak için kendinizi zorlamayın](http://www.evrimagaci.org/fotograf/73/8461). Ayrıca kim bilir? Sonuçta çok iyi vakit de geçirebilirsiniz.

Чтобы оставаться весёлыми, постарайтесь помнить, что в году есть еще 364 дня; так что не заставляйте себя быть счастливыми. ... (К ТОМУ ЖЕ) кто знает? Может быть вы сможете хорошо провести время.

1. <https://popsci.com.tr/yeni-yil-arifeniz-berbat-gecer/> [↑](#footnote-ref-1)