

Yetişkinlerde Manevi Yönelim ve Benlik Saygısı İlişkisinde Bilgelik Aracı Rolü

The Mediating Role of Wisdom in the Relationship between Spiritual Orientation and Self-Esteem in Adults

Nurdan YAĞLI SOYKAN¹  

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, İslami İlimler Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Çankırı, Türkiye.
Asst. Prof. Dr. Cankiri Karatekin University, Faculty of Theology, Department of Philosophy and Religious Studies, Cankiri, Türkiye.

Makale Bilgisi / Article Information

Atıf / Citation: Yağlı Soykan, Nurdan. "Yetişkinlerde Manevi Yönelim ve Benlik Saygısı İlişkisinde Bilgelik Aracı Rolü". Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 36 (Haziran 2025), 125-144.

ÖZET

Geliş Tarihi
24.01.2025

Kabul Tarihi
11.04.2025

Yayın Tarihi
15.06.2025

Anahtar Kelimeler:

Din Psikolojisi,
Yetişkinlik
Dönemi, Manevi
Yönelim, Benlik
Saygısı, Bilgelik.

Bu araştırma, yetişkinlik döneminde manevi yönelim ile benlik saygısı arasındaki ilişkide, bilgelik aracı rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. Yetişkinlik dönemi (20 yaş ve sonrası), bireylerin benlik saygısı ve manevi arayışları gibi temel içsel süreçlerinin derinleştiği kritik bir evre olarak öne çıkmaktadır. Ayrıca bu dönem bireylerin kendilerini keşfettiği, manevi arayışlarını hayatın anlam ve amacı doğrultusunda yoğunlaştırdığı, değerleri bilinçli bir şekilde içselleştirdiği bir evre olması nedeniyle de din psikolojisi çalışmalarında önemli bir araştırma alanıdır. Buradan hareketle yetişkinlerde manevi yönelim ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi, bu dönemdeki bireysel ve duygusal gelişimi anlamak açısından büyük önem taşımaktadır. Ancak bilgelik gibi önemli ve çok boyutlu bir faktörün bu ilişkiyi nasıl etkilediğine dair literatürde sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu bağlamda çalışmamız, yetişkinlik dönemindeki bu ilişkiye dair alan yazındaki boşluğa katkı sunmayı hedeflemektedir. İlişkiel tarama modeline dayalı bu araştırmaya Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden ve basit rastgele örnekleme tekniğiyle seçilen 392 yetişkin (305 kadın, 87 erkek) katılmıştır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Manevi Yönelim Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve San Diego Bilgelik Ölçeği uygulanmıştır. Veri analizleri SPSS 25.0 programıyla gerçekleştirilmiştir. Bulgular, her üç değişken arasındaki ilişki açısından değerlendirildiğinde; manevi yönelim ile benlik saygısı ve bilgelik arasında pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunduğunu, manevi yönelim arttıkça bilgelik ve benlik saygısının da yükseldiğini göstermektedir. Benlik saygısı ile bilgelik arasında da pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yani, benlik saygısı arttıkça bilgelik de artmaktadır. Manevi yönelim ise; bilgelik varyansının %5,3'ünü, benlik saygısı varyansının ise %3,7'sini açıklamakta ve her iki değişkeni de pozitif yönde etkilemektedir. Bilgelik aracı rolü incelendiğinde, manevi yönelim bilgelikle birlikte değerlendirildiğinde benlik saygısı varyansının %26,3'ünü açıkladığı görülmüştür. Bu durumda manevi yönelimin benlik saygısı üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı olmaktan çıkmış ancak bilgelik etkisi devam etmiştir. Yani bilgelik, manevi yönelimin benlik saygısı üzerindeki etkisinde tam aracılık rolü üstlenmiştir. Sonuç olarak manevi yönelim hem benlik saygısı hem de bilgelik üzerinde pozitif etkiler göstermiş, bilgelik manevi yönelim ile benlik saygısı arasındaki ilişkiye tam anlamıyla aracılık etmiş ve araştırmanın hipotezleri doğrulanmıştır.

ABSTRACT

**Date of
Submission**
24.01.2025

Date of Acceptance
11.04.2025

**Date of
Publication**
15.06.2025

Keywords:

Psychology of
Religion, Adulthood,
Spiritual
Orientation, Self-
Esteem, Wisdom.

This study examines the mediating role of wisdom in the relationship between spiritual orientation and self-esteem during adulthood. Adulthood is a critical phase in which individuals' fundamental inner processes, such as self-esteem and spiritual quest, deepen. Additionally, this period is an essential research area in the psychology of religion, as it represents a stage where individuals explore themselves, intensify their spiritual pursuits in line with the meaning and purpose of life, and consciously internalize their values. From this perspective, investigating the relationship between spiritual orientation and self-esteem in adults is crucial for understanding individual and emotional development during this phase. However, there are a limited number of studies in the literature on how an important and multidimensional factor such as wisdom influences this relationship. In this context, our study aims to fill this gap in the literature regarding this relationship in adulthood. Based on a relational survey model, this study included 392 adults (305 women, 87 men) residing in different provinces of Turkey, selected through a simple random sampling technique. Participants were administered a Personal Information Form, the Spiritual Orientation Scale, the Rosenberg Self-Esteem Scale, and the San Diego Wisdom Scale. The data analyses were conducted using the SPSS 25.0 program. When evaluating the findings in terms of the relationships among all three variables, it was found that spiritual orientation had positive and statistically significant relationships with both self-esteem and wisdom. As spiritual orientation increased, wisdom and self-esteem also increased. A positive and statistically significant relationship was also found between self-esteem and wisdom, indicating that as self-esteem rises, wisdom also increases. Spiritual orientation accounted for 5.3% of the variance in wisdom and 3.7% of the variance in self-esteem, positively influencing both variables. When examining the mediating role of wisdom, it was observed that when spiritual orientation was considered together with wisdom, it explained 26.3% of the variance in self-esteem. In this case, the direct effect of spiritual orientation on self-esteem became insignificant, whereas the effect of wisdom remained significant. In other words, wisdom fully mediated the impact of spiritual orientation on self-esteem. In conclusion, spiritual orientation positively affected both self-esteem and wisdom, and wisdom fully mediated the relationship between spiritual orientation and self-esteem, confirming the study's hypotheses.

GİRİŞ

Yetişkinlik dönemi insanın duygu, düşünce ve davranışları açısından potansiyelini en verimli şekilde kullanabildiği, çocukluk ve ergenlik döneminde elde ettiği kazanımları hayata geçirebildiği bir dönemdir. Psikolojide ileri gelişim dönemi veya olgunluk dönemi gibi kavramlarla isimlendirilen yetişkinlik dönemi, inanç ve değerler sisteminin netlik kazandığı, hayatın zorluklarıyla başa çıkabilmenin nispeten kolaylaştığı bir dönemdir.¹

Yetişkinlik dönemi birçok insan için manevi ve dinî arayışın da doruk noktasıdır. Çocukluk ve ergenlik döneminde aileden ve toplumdan alınan dini inançların özellikle genç yetişkinlik döneminde sorgulanmaya başlandığı bilinen bir gerçektir. Birey bu dönemde kendiyile yüzleşmekte, sahip olduğu inanç ve değerlerini yeniden test etmekte, benliğini keşfetmekte,

¹ Yahya Aktu, "Life Structure of Early Adulthood Period in Levinson's Theory", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 8/2 (Ocak 2016), 162-177; Mustafa Koç, "Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki: Yetişkinler Üzerine Ampirik Bir Araştırma", *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 18/1 (Ocak 2009), 473-493; Kader Cansu Abay, "Türk Din Psikolojisi Çalışmalarında 'Yetişkinlik Dönemi Dinsel Gelişimi' Literatürü (1966-2021) Üzerine Bir Araştırma", *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 3 (2021), 91-113.

olgunlaşarak ruh dünyasını yeniden şekillendirmektedir.² Bu süreçle birlikte birey dini kimliğini tanımlamaya ve manevi yönelimini belirlemeye çalışır. Din ve maneviyat ise insan yaşamının büyük bir bölümünü kapsayan yetişkinlik döneminde oldukça yoğun olarak etkisini gösteren bir olgu olarak kabul edilmektedir.³ Yetişkinlik dönemindeki bireylerin dini ve manevi gelişimlerini anlamak, dini deneyimlerini açıklamak ve bu deneyimlerin yaşamın diğer alanlarıyla nasıl etkileşime girdiğini ortaya koymak din psikolojisi açısından oldukça önemlidir. Çünkü bu dönemde bireyler kimlik oluşturma yanı sıra yaşamda bir amaç ve anlam arayışı içerisine de girmektedir. Dini ve manevi unsurlar ise yaşamda bir anlam ve amaç oluşturma noktasında bireyler için ruhsal bir tatmin kaynağı olmaktadır. Yetişkinlik dönemiyle bireyin rolleri, bu rollere ilişkin sorumlulukları ve karşılaşabileceği zorluklar değişmektedir. Maneviyat, yaşam olaylarındaki bu zorluklarla başa çıkma, kendine saygı duyma, iyi oluşu sürdürme, kendine ve hayata bilgece yaklaşabilme noktasında yetişkinler için yardımcı olabilecek niteliktedir. Örneğin Emmons maneviyatı, insanların günlük yaşamlarında sorunları çözmelerine ve hedeflere ulaşmalarına olanak tanıyan bir dizi kapasite ve yetenek olarak tanımlamaktadır. Buna göre; aşkınlık, günlük olaylara ve ilişkilere kutsallık duygusuyla yaklaşma, yaşam boyu ortaya çıkan problemleri çözmede manevi kaynaklardan yararlanma ve erdemli davranışlar sergileme manevi yönelimin temel bileşenleri olarak kabul edilebilir.⁴ Bir başka tanıma göre maneviyat; aşkın bir boyutun farkındalığından kaynaklanan ve kendine, başkalarına, doğaya, hayata ve kişinin nihai olarak kabul ettiği her şeye ilişkin belirli tanımlanabilir değerlerle karakterize edilen bir varoluş ve deneyimleme biçimidir.⁵ Manevi yönelim ise bireyin içsel bir bağlantı, anlam ve amaç arayışını ifade etmektedir.⁶ Manevi yönelim ve bu kaynaktan beslenen değerler sistemi, bireyi içsel anlamda güçlendirerek psikolojik sağlığın önemli göstergelerinden biri olan benlik saygısını olumlu yönde etkilemekte; ayrıca bireyin olaylara bilgece yaklaşımını da desteklemektedir. Literatürde yer alan araştırmalar dindarlık/manevi yönelim ile yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş, stresle başa çıkma, Tanrı'ya güven, öz saygı ve genel sağlık arasında olumlu ilişkiler olduğunu göstermektedir.⁷

² Faruk Karaca, *Dini Gelişim Teorileri* (İstanbul: DEM Yayınları, 2007), 194; İlhan Topuz, "Dindarlık Tipolojileri İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki: Yetişkinler Üzerine Bir Araştırma", *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi* 30 (Temmuz 2013), 35-50; Mahmut Kurnaz –Habil Şentürk, "İlk Yetişkinlik Döneminde Dini Yönelim ve Mutluluk İlişkisi: Isparta Örneği", *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 7 (Haziran 2023), 9-42.

³ Hasan Kayınlık, "Bireysel Yaşamda Dinsel Değişim", *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)* 5/2 (Haziran 2005), 5.

⁴ Robert A. Emmons, "Is Spirituality an Intelligence? Motivation, Cognition, and the Psychology of Ultimate Concern", *The International Journal for the Psychology of Religion* 10/1 (2000), 3-26.

⁵ David N. Elkins vd., "Toward a Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement", *Journal of Humanistic Psychology* 28/4 (1988), 5-18.

⁶ Kasapoğlu, Figen. "Manevi Yönelim Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik". *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 16/3 (Ocak 2016); Larry Culliford, "Spirituality and Clinical Care", *BMJ (Clinical Research ed.)* 325/7378 (2002), 1434-5.

⁷ Michael E. McCullough – Brian L. Willoughby, "Religion, Self-Regulation, and Self-Control: Associations, Explanations, and Implications", *Psychological Bulletin* 135/1 (2009), 69-93; Kenneth I. Pargament, "The Bitter and the Sweet: An Evaluation of the Costs and Benefits of Religiousness", *Psychological Inquiry* 13/3 (2002), 168-181; Lynda H. Powell vd., "Religion and Spirituality: Linkages to Physical Health", *American Psychologist* 58/1 (2003), 36-52; Muhammed Tosun vd., "Aile Aidiyeti ve Mutlulukta Dindarlığın Aracı Rolü: Yetişkinler Üzerine Bir Çalışma", *Uludağ İlahiyat Dergisi* 33/2 (2024), 211-246; Ali Ayten, "Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 13/3 (Şubat 2013), 7-31; Nevzat Gencer, "Dindarlık Öznel İyi Oluşu Etkiler Mi? Hemodiyaliz (HD) Hastaları Üzerinde Kesitsel Bir Çalışma", *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 23/3 (Aralık 2019), 1419-1444; Emrullah

Manevi yönelim benlik saygısı ile de yakından ilişkilidir. Rosenberg benlik saygısını (self-esteem) bireyin kendi değeri hakkında duygusal bir değerlendirmesi olarak tanımlamakta, yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin kendilerini daha değerli, yetenekli ve sevimli olarak görme eğiliminde olduğunu belirtmektedir.⁸ Araştırmalar da manevi yönelimin yüksek olduğu bireylerin genellikle daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarını göstermektedir.⁹ Çünkü manevi yönelim bireyi içsel kaynaklarına ve değerlerine yöneltmekte, bu da insanın kendini daha iyi tanımasına, potansiyelini keşfetmesine ve kendine olan güvenini artırmasına yardımcı olmaktadır. Manevi yönelim özellikle genç yetişkinlikte, depresyon, iyi oluş ve benlik saygısı gibi psikolojik göstergeleri olumlu yönde etkilemektedir.¹⁰ Benlik saygısı ise genellikle olumlu zihinsel sağlığın bir göstergesi olarak kabul edilmektedir.¹¹

Görüldüğü gibi maneviyat ve manevi yönelim tanımlarında ve yapılan çalışmalarda sıklıkla vurgulanan ana temalar aşkınlık, değerler, bilgi-eylem bütünlüğü, bireyin iyi oluşu, olumlu benlik algısı, kendini gerçekleştirme, duygusal olgunluk, hayata ve olaylara anlam yüklemeye yönelik bakış açısı gibi unsurlardır.¹² Günlük hayatta kullanılan ve İslami literatürde hikmet kavramıyla adlandırılan bilgelik ise yaşamı anlama, sezgi ve farkındalığın gelişmesi, sevecen olmak, kendini bilmek ve kendini tanımak gibi özellikler ile ilişkilendirilmektedir.¹³ Bu açıdan bakıldığında bilgelik hem maneviyat hem de benlik saygısıyla ilişkili olan hatta her ikisini de kuşatan bir kavram ve bir değer olarak karşımıza çıkmaktadır. Bilgelik; bireyin yaşamı anlama yeteneği, olayların derin anlamını ve önemini kavrama becerisi, önyargılarını aşmak için çaba göstermesi ve mevcut durum için başka

Akça – Muhammed Kızılgöçer, “Madde Bağımlılarında Dini /Manevi Programın Psikolojik İyi Oluşa Etkisinin Karma Yöntemle İncelenmesi (Denetimli Serbestlik Örneği)”, *Antakiyat*7/2 (Aralık 2024), 192-222; Hümeysra Nazlı Tan –Mualla Yıldız, “‘Manevi İyi Oluş’ Kavramının Ortaya Çıkışı ve Tanımlanması”, *Dini Araştırmalar* 25/63 (Aralık 2022), 447-476; Selahattin Yakut, “Lise Öğrencilerinde Dindarlık Düzeyinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, *İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 3/2, (2012), 223-255.

⁸ Alessandri, Guido vd., “On the Factor Structure of the Rosenberg (1965) General Self-Esteem Scale”, *Psychological Assessment*27/2 (2015), 621-35; Morris Rosenberg, *Conceiving the Self* (New York: Basic Books. 1979), 61-65; Morris Rosenberg, *Society and the Adolescent Self-Image* (Princeton, NJ: Princeton University Press,1965).

⁹ Craig W. Ellison, Spiritual well-being: Conceptualization and measurement, *Journal of Psychology and Theology*, 11/4 (1983), 330-340; Koç, “Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki: Yetişkinler Üzerine Ampirik Bir Araştırma”, 493; Nurten Kınter, *Benlik Saygısı ve Din*, İstanbul: Kriter Yayınevi, 2012; Murat Yıldız, “Benlik Kavramı ve Benliğin Gelişiminde Dinin Rolü”, *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 23 (2006), 87-127.

¹⁰ Julie E. Yonker vd., “The Relationship Between Spirituality and Religiosity on Psychological Outcomes in Adolescents and Emerging Adults: A Meta-Analytic Review”, *Journal of Adolescence* 35/2 (2012), 299-314; Muhammed Tosun – Öznur Özdoğan, “Gazilere Manevi Bakım Uygulamaları ve Psikolojik Sağlık”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 65/1 (2024), 33-62.

¹¹ Ed Diener – Marissa Diener, “Cross-Cultural Correlates of Life Satisfaction and Self-Esteem”, *Journal of Personality and Social Psychology* 68/4 (1995), 653-663; Carol D. Ryff – Burton Singer, “The Contours of Positive Human Health”, *Psychological Inquiry* 9/1 (1998), 1-28.

¹² Cüneyd Aydın – Mevlüt Kaya, “Maneviyat ve Öznel İyi Oluş Değişkenlerinin Hayatın Anlamını Yordaması”, *Amasya İlahiyat Dergisi* 17 (Aralık 2021), 41-77; Abraham Maslow, *İnsan Olmanın Psikolojisi*, çev. Okhan Gündüz (İstanbul: Kuraldışı Yayınevi, 2001), 165-190; Abdullah Mert – İlyas Topal, “Benlik Ayrışmasının Manevi Yönelimi Yordayıp Yordamadığını ve Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, *OPUS International Journal of Society Researches* 8/14 (2018), 68-91.

¹³ Monika Ardelt, “Wisdomand Life Satisfaction in Old Age”, *Journal of Gerontology: Psychological Sciences* 52/1 (1997), 15-27; Monika Ardelt, “How Wise People Cope with Crises and Obstacles in Life”, *Revision* 28/1 (2005), 7-13; Lokman Çilingir, “‘Kendini Bil!’ Buyruğu Üzerine”, *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi* 34 (Aralık 2022), 65-86.

insanları ya da koşulları suçlamaması demektir.¹⁴ Bilgelik, yaşam dönemleri içinde gelişimin önemli noktalarından biri olarak kabul edilmekte; bir anlamda yaşamdaki uzmanlık/uzmanlaşma olarak açıklanmaktadır.¹⁵ Bilgelik, varlığı tek bir boyuta indirgenemeyen çok katmanlı bir yapıya sahiptir ve bu nedenle geniş bir yorumsal alana imkân tanır. Aynı zamanda kişisel varoluş bağlamında düşünce ile sözlerin, sözler ile eylemlerin uyumunu yani bilgi ile eylemin bütünlüğünü ifade eder. Başka bir deyişle bu durum, bireylerin düşündükleri ile gerçekleştirdikleri eylemler ya da oldukları şey ile düşündükleri şey arasında tutarlılık sağlama anlamına gelir.¹⁶ Bluck ve Glück bilgelik kavramına ilişkin bir dizi ortak öge ortaya koymuşlardır: Bilgelik, yüksek düzeyde bilişsel yeteneklere sahip olmayı, içgörü ve sezgi ile hareket etmeyi, meseleler üzerinde dikkatlice düşünme isteğini ve başkalarının iyiliği için samimi bir şefkat duygusu taşımayı gerektirir. Bu bağlamda bilgelik, yalnızca bilişsel becerileri değil, aynı zamanda başkalarına yardım etme motivasyonunu da içerir. Bilgeliğin en önemli özelliklerinden biri de karmaşık sorunlarla karşılaşıldığında bu yetenekleri ölçülü ve dengeli bir şekilde bir araya getirebilme kapasitesidir. Dolayısıyla gerçek dünya problemleri karşısında liderlik yapabilen, rehberlik edebilen ve akılcı tavsiyelerde bulunabilen bireyler bilge olarak tanımlanır.¹⁷ Jeste ve arkadaşları bilgelikle en sık ilişkilendirilen altı bileşen tespit etmiştir ki bunlar; prososyal davranışlar, duygusal düzenleme, öz-düşünüm veya içgörü, farklı bakış açılarını kabul etme, zamanında ve etkili kararlar alabilme yeteneği ve hayat konusunda genel bilgidir. Manevi boyutun bilgelik üzerindeki etkisi ise, bilgelik kavramının yalnızca entelektüel veya duygusal yönlerle sınırlı olmadığını, aynı zamanda kişinin manevi anlayışı, değerleri ve prososyal davranışlarının da bilgelik gelişimine katkı sağladığını göstermektedir.¹⁸

Görüldüğü gibi yetişkinlik döneminde insanı manevi yönlerinden bağımsız olarak değerlendirmek; bireyin yaşam boyu gelişim sürecinin ve aslında “birey”in tam olarak anlaşılamamasına neden olacaktır. Bu araştırma böyle bir motivasyondan yola çıkarak yetişkinlerde manevi yönelim ve benlik saygısı ilişkisinde bilgeliğin aracı rolünü ele almayı amaçlamaktadır. Literatürde bu üç değişkenin bir arada yer aldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu da araştırmanın özgün değerini artırmaktadır.

Bu çerçevede çalışmanın konusu, manevi yönelimin psikolojik sağlık göstergelerinden biri olan benlik saygısı ile olan ilişkisi ve bu ilişkide bilgeliğin aracılık etkisidir. Araştırmanın amacı, yetişkinlerde manevi yönelim ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi tespit etmek ve bu iki değişken arasındaki ilişkide bilgelik düzeyinin aracılık etkisinin olup olmadığını incelemektir. Araştırmada dört temel değişken vardır. Bunlar; demografik değişkenler, manevi yönelim, benlik saygısı ve bilgeliktir. Bu araştırmada, söz konusu değişkenler arasındaki ilişkinin varlığı ve yönünün belirlenerek yorumlanması amaçlanmıştır. Araştırmanın konu ve amacı bağlamında ilgili literatür de göz önünde bulundurularak hipotezler geliştirilmiştir. Buna göre;

¹³ Monika Ardelt, Empirical Assessment of a Three-Dimensional Wisdom Scale, *Research on Aging* 25/3 (2003), 275–324.

¹⁵ Filiz Yıldırım – Bilge Abukan, “Yaşlılıkta Bilgelik Konusunda Bir Derleme (A Review on Wisdom in Old Age)”, *Türk Psikoloji Yazıları* 18/35 (2015), 1–12.

¹⁶ Cenan Kuvancı, “Bilgece Hayat”. *Bilimname* 37/1 (2019), 321-351.

¹⁷ Susan Bluck – Judith Glück, “From the Inside Out: People’s Implicit Theories of Wisdom”, *A Handbook of Wisdom: Psychological Perspectives*, editör R. J. Sternberg ve J. Jordan, 84-109. Cambridge: Cambridge University Press, 2005, 105-106.

¹⁸ Dilip V. Jeste vd., “Is Spirituality a Component of Wisdom? Study of 1,786 Adults Using Expanded San Diego Wisdom Scale (Jeste-Thomas Wisdom Index)”, *Journal of Psychiatric Research* 132 (2021), 174-181.

H1: Yetişkin bireylerin Manevi Yöneliminin Bilgelik düzeyleri üzerinde bir etkisi vardır.

H2: Yetişkin bireylerin Manevi Yöneliminin Benlik Saygısı üzerinde bir etkisi vardır.

H3: Manevi Yönelimin Benlik saygısı üzerindeki etkisinde bilgeliğin aracılık rolü vardır.

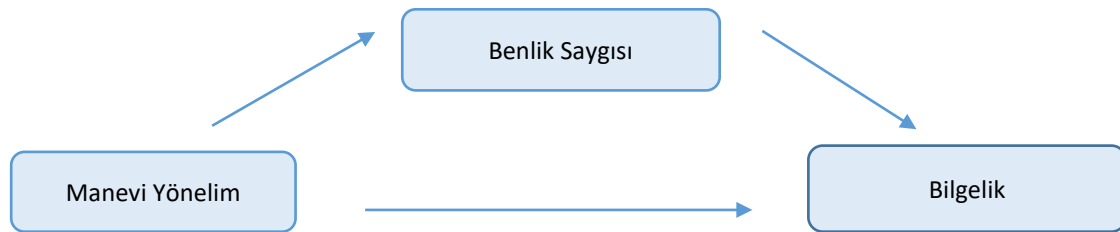
1. Yöntem

Bu bölümde araştırma modeli, araştırma evreni ve örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları ile veri toplama araçlarının uygulanması ve elde edilen verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel yöntem ve teknikler açıklanmıştır.

1.1. Araştırmanın Modeli

Çalışmanın teorik incelemeleri ve değişkenlerle ilgili oluşturulan hipotezler çerçevesinde ortaya konulan araştırma modeli Şekil 1’de gösterilmektedir.

Şekil 1: Araştırmanın Modeli: Manevi Yönelimin Benlik Saygısı Üzerindeki Etkisinde Bilgeliğin Aracılık Rolü Modeli



1.2. Örneklem

Manevi yönelim ve benlik saygısı ilişkisinde bilgeliğin aracı rolünün inceleyen bu araştırmanın evreni; Türkiye’nin farklı şehirlerinde yaşayan, kadın ve erkek, 21-60 yaş arası genç ve orta yetişkin bireylerdir. 392 kişilik örneklem basit tesadüfî örneklem tekniği kullanılarak oluşturulmuştur. Örneklem içinde kadınların (n=305) erkeklere (n=87) kıyasla daha fazla temsil edildiği görülmektedir. Benzer durumlar literatürde de gözlemlenmekte olup, bu durum sosyal bilimlerde anket çalışmalarında kadınların araştırmalara daha yüksek oranda katılma eğiliminde olmasıyla açıklanabilir.¹⁹

Yetişkin bireylerin sosyo-demografik özelliklerine yönelik verdiği cevaplara ait frekans ve yüzde bilgileri analiz edilerek aşağıdaki başlıklar halinde Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1: Yetişkin Bireylerin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları N=392

	Kişisel Özellikler	n	%
Cinsiyet	Kadın	305	77,8
	Erkek	87	22,2
Yaş	21-30	228	58,2
	31-40	67	17,1
	41-50	76	19,4

¹⁹ W. Grinnell Smith, “Does gender influence online survey participation? A record-linkage analysis of university faculty online survey response behavior”, *ERIC Document Reproduction Service* No. ED 501717 (2008), 1-22.

	51+	21	5,4
Medeni Durum	Bekar	239	61,0
	Evli	153	39,0
Eğitim Durumu	İlkokul/Ortaokul	24	6,1
	Lise	43	11,0
	Ön Lisans	37	9,4
	Lisans	254	64,8
	Lisansüstü	34	8,7
Gelir Durumu	Gelir giderinden düşük	49	12,5
	Gelir giderine eşit	198	50,5
	Gelir giderinden fazla	145	37,0
Yaşamın Çoğunun Geçirildiği Yer	Büyükşehir	85	21,7
	İl/Şehir	192	49,0
	İlçe	66	16,8
	Köy/Kasaba	49	12,5

Tablo 1'e göre araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet dağılımı incelendiğinde, katılımcıların 305'i (%77,8) kadın, 87'si (%22,2) erkektir. Yaş aralıklarına göre katılımcıların 228'i (%58,2) 21-30 yaş, 67'si (%17,1) 31-40 yaş, 76'sı (%19,4) ise 41-50 yaş grubundadır. Medeni durumlarına bakıldığında, katılımcıların 239'u (%61,0) bekâr, 153'ü (%39,0) evli olduğu görülmektedir. Eğitim durumları açısından dağılım incelendiğinde, 24'ü (%6,1) ilkokul/ortaokul, 43'ü (%11,0) lise, 37'si (%9,4) ön lisans, 254'ü (%64,8) lisans ve 34'ü (%8,7) lisansüstü mezunu olarak tespit edilmiştir. Gelir durumları değerlendirildiğinde ise katılımcıların 49'u (%12,5) gelirinin giderinden az, 198'i (%50,5) gelirinin giderine eşit ve 145'i (%37,0) gelirinin giderinden fazla olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yerler açısından bakıldığında ise, 85'i (%21,7) büyükşehirde, 192'si (%49,0) ilde, 66'sı (%16,8) ilçede ve 49'u (%12,5) köy ya da kasabada yaşamlarını sürdürmüştür.

1.3. Veri Toplama Araçları

1.3.1. Kişisel Bilgi Formu: Araştırmada cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, gelir durum ve yaşamın çoğunun geçirildiği yer gibi demografik değişkenleri tespit etmek amacıyla kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

1.3.2. Manevi Yönelim Ölçeği: Manevi Yönelim Ölçeği, bireylerin manevi yönelimlerini değerlendirmek amacıyla Kasapoğlu tarafından geliştirilmiştir.²⁰ Ölçek maneviyatın temel parametreleri olarak görülen ilahi bir güce inanma, anlam ve arayış, dua/meditasyon bakış açısına göre tasarlanmıştır. Manevi yönelim ölçeği, 16 maddeden oluşan 7'li likert tipi

²⁰ Figen Kasapoğlu, "Manevi Yönelim Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik", *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 16/3 (Ocak 2016), 51-68.

birölçektir. Bu ölçek “1=Kesinlikle Katılmıyorum”dan “7= Kesinlikle katılıyorum”a doğru puanlandırılmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 16 ile 112 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan, manevi yönelim düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,87, test-tekrar-test değerini 0,84 olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada ise manevi yönelim ölçeği Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ,912 olarak bulunmuştur.

1.3.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği: 1965 yılında Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. Türkiye’deki geçerlik ve güvenilirlik çalışması Çuhadaroğlu tarafından yapılmıştır.²¹ Altmış üç maddeden oluşan ölçeğin 12 alt ölçeğinden, araştırmada sadece benlik saygısını ölçen birinci alt ölçek kullanılmıştır. Benlik Saygısı ölçeği toplam 10 ifadeden oluşmaktadır. Her ifade 4’lü Likert tipi (çok doğru, doğru, yanlış, çok yanlış) seçenekler içermektedir. Değerlendirme yapılırken, olumlu ifadelerde “çok doğru” seçeneği 4 puan, “çok yanlış” seçeneği 1 puan; olumsuz ifadelerde ise tam tersi olacak şekilde hesaplama yapılmıştır. 10 maddenin toplamından elde edilen puan 10’a bölünerek ortalama puan elde edilmiştir. Ölçekten en yüksek 4, en düşük 1 puan alınmakta ve ortalama puanın yükselmesi benlik saygısının yüksek olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada ise Rosenberg benlik Saygısı ölçeği Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ,870 olarak bulunmuştur.

1.3.4. San Diego Bilgelik Ölçeği:

Orijinal adı “San Diego Wisdom Scale (SD-WISE)” olarak Thomas ve ekibi tarafından geliştirilmiş, yaygın bilgelik faktörlerini nörobiyolojik bir temelde değerlendiren, geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracıdır.²² Ölçek, 6 alt boyuttan (duygusal düzenleme, sosyal danışmanlık, kararlılık, içgörü, sosyal yanlış davranışlar ve farklı değerlere tolerans) oluşan, her biri 4 madde içeren toplam 24 maddelik bir yapıya sahiptir. 5’li Likert tipiyle puanlanan ölçekten alınan yüksek puan, bilgelik seviyesinin yüksekliğini ifade eder. Ters kodlanan maddeler bulunmakta ve ölçekten alınabilecek puanlar 24 ile 120 arasında değişmektedir. Akkaya tarafından Türkçe’ye uyarlanan ölçek, doğrulayıcı faktör analiziyle test edilmiş ve uyumlu bulunmuştur. Türkçe uyarlamanın güvenilirlik katsayısı $\alpha=.80$, test-tekrar test korelasyon katsayısı ise $r=.93$ olarak belirlenmiştir.²³ Bu çalışmada ise San Diego bilgelik ölçeği Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ,781 olarak bulunmuştur.

1.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Bu araştırma, Çankırı Karatekin Üniversitesi Etik Kurulu’nun 20/12/2023 tarihli ve 37 toplantı numaralı kararıyla alınan izinle yürütülmüş, 2024 yılı Ocak ve Mart aylarında Türkiye’nin farklı şehirlerinde yaşayan 21-60 yaş arası kadın ve erkek bireylerden, gönüllülük esasına dayalı olarak online anket formlarıyla veri toplanmıştır. Hatalı ve mükerrer anketler analiz dışı bırakıldıktan sonra ham veriler SPSS 25.0 programına aktarılmış ve tüm istatistiksel analizler burada yapılmıştır. Araştırmada değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık ve basıklık katsayılarıyla test edilmiş ve normal

²¹ Füsün Çuhadaroğlu, *Adölesanlarda Benlik Saygısı* (Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri ABD Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, 1986).

²² Michael L. Thomas vd., “A New Scale for Assessing Wisdom Based on Common Domains and a Neurobiological Model: The San Diego Wisdom Scale (SD-WISE)”, *Journal of Psychiatric Research* 108 (2019), 40-47.

²³ Ahmet Akkaya, *Psikososyal Gelişim Alanı Olarak Bilgelik Gelişiminin İncelenmesi* (Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019), 35-36.

dağılım hipotezine uyduğu için parametrik testler kullanılmıştır. Betimleyici istatistiklerin yanı sıra bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Pearson Korelasyon Analizi ve regresyon analizi tekniklerinden yararlanılmıştır. Grup farklarının incelenmesinde Post Hoc testleri uygulanmış, anlamlı farklar için TUKEY HSD testi yapılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir. Manevi Yönelim, Rosenberg Benlik Saygısı ve San Diego Bilgelik Ölçeği ile alt boyutları arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Analiziyle değerlendirilmiştir. Ayrıca, manevi yönelimin benlik saygısı üzerindeki etkisinde bilgeliğin aracılık rolünü belirlemek amacıyla regresyon analizi yapılmış ve tüm sonuçlarda $p<0,05$ düzeyinde istatistiksel anlamlılık değerlendirilmiştir.

1.4.1. Normallik Analizi

Seçer normal dağılım varsayımının; ‘çarpıklık ve basıklık’ değerleri bakılarak değerlendirmenin daha doğru bir yaklaşım olduğunu değerlendirmiştir.²⁴

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğinin belirlenmesinde basıklık/çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Tablo 2’de verilerin basıklık ve çarpıklık katsayılarına ilişkin değerler verilmiştir.

Tablo 2: Ölçeklerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçek	N	Çarpıklık	Basıklık
San Diego Bilgelik	392	-,087	,117
Duygusal Düzenleme	392	,160	-,162
Sosyal Danışmanlık	392	-,739	,928
Kararlılık	392	-,235	,274
İçgörü	392	-,326	-,174
Sosyal Yanlısı Davranış	392	-,435	,626
Farklı Değerlere Tolerans	392	-,383	,658
Manevi Yönelim	392	-1,135	,705
Rosenberg Benlik Saygısı	392	-,183	-,247

Tabachnick ve Fidell çarpıklıkla basıklık değerlerinin +1,5 ve -1,5 değerlerinin arasında olduğu hallerde normal dağılımın sağlandığını kabul etmektedir.²⁵

Gerçekleştirilen analizler sonucunda değişkenlerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir.

2. Bulgular ve Yorum

Bu bölümde araştırma soruları çerçevesinde yapılan analiz sonuçları sunulmuş ve bulgular yorumlanmıştır.

²⁴ İsmail Seçer, *SPSS ve LISREL ile Pratik Veri Analizi* (Ankara: Anı Yayıncılık, 2015).

²⁵ Barbara G. Tabachnick – Linda S. Fidell, *Using Multivariate Statistics* (6th ed.), (Boston: Allyn and Bacon, 2013).

2.1. Değişkenlere Yönelik Betimsel Analizi Sonuçları

Araştırmanın değişkenleri; Manevi Yönelim, Rosenberg Benlik Saygısı, San Diego Bilgelik Ölçeği ve alt boyutlarından oluşmaktadır.

Çalışmanın bu bölümünde, değişkenlerle ilgili tanımlayıcı istatistikler Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 3: Değişkenlere Yönelik Betimsel Analizi Sonuçları

Ölçek	N	Min	Maks	$\bar{X}$	SS
San Diego Bilgelik	392	55,00	112,00	84,43	9,23
Duygusal Düzenleme	392	4,00	20,00	11,28	3,36
Sosyal Danışmanlık	392	6,00	20,00	15,82	2,65
Kararlılık	392	4,00	17,00	11,86	2,26
İçgörü	392	8,00	20,00	15,77	2,45
Sosyal Yanlısı Davranış	392	8,00	20,00	13,92	1,85
Farklı Değerlere Tolerans	392	7,00	20,00	15,77	2,32
Manevi Yönelim	392	76,00	112,00	104,81	7,64
Rosenberg Benlik Saygısı	392	,50	3,00	2,01	,52

Araştırmaya dâhil olan yetişkin bireylerin, San Diego Bilgelik ifadelerine verdikleri yanıtların ortalaması ($\bar{X}$ =84,43), Duygusal Düzenleme yanıtların ortalaması ($\bar{X}$ =11,28), Sosyal Danışmanlık yanıtların toplam ortalaması ($\bar{X}$ =15,82), Kararlılık yanıtların ortalaması ($\bar{X}$ =11,86), İçgörü yanıtların ortalaması ($\bar{X}$ =15,77), Sosyal Yanlısı Davranış yanıtların ortalaması ($\bar{X}$ =13,92), Farklı Değerlere Tolerans yanıtların ortalaması ($\bar{X}$ =15,77) olarak tespit edilmiştir. Manevi Yönelim yanıtların ortalaması ($\bar{X}$ =104,81) olarak, Rosenberg Benlik Saygısı ifadelerine verdikleri yanıtların ortalaması ($\bar{X}$ =2,01) olarak tespit edilmiştir.

2.2. Yetişkin Bireylerin Manevi Yönelim, Benlik Saygısı ve Bilgelik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 4: Değişkenler Arasındaki İlişki (Pearson Korelasyon Analizi) (N:392)

	1.	2.	3.
1.Manevi Yönelim	r 1	,192	,231
	p	,000	,000
2. Benlik Saygısı	r	1	,507
	p		,000
3. Bilgelik	r		1
	p		

Tablo 6'daki Pearson Korelasyon testi sonuçlarına bakıldığında çalışmaya katılan bireylerin Manevi Yönelim ile Rosenberg Benlik Saygısı ($p=0,000$ ve $r=0,192$) ve San Diego Bilgelik ($p=0,000$ ve $r=0,231$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Diğer bir ifade ile yetişkinlerin manevi yönelim düzeyleri arttıkça benlik saygısı ve bilgelik düzeyleri de artmaktadır.

Yetişkinlerin Rosenberg Benlik Saygısı ile San Diego Bilgelik ($p=0,000$ ve $r=0,5071$) arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Diğer bir ifade ile yetişkinlerin benlik saygısı arttıkça bilgelik düzeyleri de artmaktadır.

2.3. Regresyon Analizleri

Araştırmanın bu bölümünde “katılımcıların, Manevi Yönelim, Benlik Saygısı ve Bilgelik puanlarını yordama durumu” değerlendirmelerini yapmak için lineer regresyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. “Bilinen normal dağılan sayısal bir değişkenden bilinmeyen, aralarında ilişki olan bir başka normal dağılan sayısal değişkeni tahmin için uygulanırsa basit doğrusal regresyon (simple linear regression) analizi olarak tanımlanır.”²⁶

Regresyon analizlerinden önce, veri setine ilişkin doğrusallık, normallik ve homojenlik varsayımları değerlendirilmiştir. Ayrıca uç değerlerin (outliers) varlığı incelenmiş ve aşırı uç değerlere rastlanmadığı belirlenmiştir.

“H3: Manevi Yönelimin Benlik Saygısı üzerindeki etkisinde bilgeliğin aracılık rolü vardır.” hipotezine yönelik bulguları değerlendirebilmek için Baron ve Kenny tarafından önerilen üç aşamalı regresyon analizi yapılmıştır.²⁷ Bu yöntemle göre;

- ✓ Birinci adım; “Bağımsız değişkenin aracı değişken üzerinde bir etkisi olmalıdır.” (H1hipotezi)
- ✓ İkinci adım; “Bağımsız değişken bağımlı değişken üzerinde etkili olmalıdır.” (H2 hipotezi)”

Üçüncü adım “Aracı değişken ikinci adımdaki regresyon analizine dâhil edildiğinde, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki regresyon katsayısı düşerse kısmi aracılık, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi ortadan kalkarsa tam aracılık etkisi olduğu değerlendirilebileceği belirtilmiştir. Bununla birlikte aracı değişkenin bağımlı değişken üzerinde anlamlı etkisi olması gerekmektedir (H3 hipotezi)”

²⁶ Selim Kılıç, “Doğrusal Regresyon Analizi”, *Journal of Mood Disorders* 3/2 (Şubat 2013), 90-92.

²⁷ Reuben M. Baron – David A. Kenny, “The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations”, *Journal of Personality and Social Psychology* 51/6 (1986), 1173-1182.

Tablo 5: Regresyon Analizi Sonuçları

	Standardize Katsayılar	Edilmemiş	Standardize Edilmiş Katsayılar				
	B	Std. hata	β	t	p	F	R²
Sabit	55,161	6,253		8,821	,000	22,022*	,053
Manevi Yönelim	,279	,060	,231	4,693	,000		
Bağımlı değişken: Bilgelik							
	B	Std. hata	β	t	p	F	R²
Sabit	,639	,355		1,802	,072	14,990*	,037
Manevi Yönelim	,013	,003	,192	3,872	,000		
Bağımlı değişken: Benlik Saygısı							
	B	Std. hata	B	t	p	F	R²
Sabit	-,877	,340		-2,578	,010	69,459*	,263
Manevi Yönelim	,005	,003	,079	1,775	,077		
Bilgelik	,027	,003	,489	10,926	,000		
Bağımlı değişken: Benlik Saygısı							

* p<0.05

Tablo 7'deki regresyon analizinin neticelerine göre; oluşturulan bütün modelin istatistikî bakımından anlamlı olduğu belirlenmiştir (p<0,05).

Manevi yönelimin bilgelik varyansının %5,3'ünü açıklayabildiği anlaşılmaktadır (R²=,053; F_(1,390)=22,022, p<0,05).

Bulunan sonuçlara göre; manevi yönelim bilgelik varyansını istatistikî bakımından anlamlı ve pozitif yönde yordadığı (β =0,231, t=4,693, p<0.001) tespit edilmiştir. Diğer ifadeyle araştırmaya dâhil olan katılımcıların manevi yönelimleri bilgelik düzeylerini pozitif yönde etkilemektedir.

"H1: Yetişkin bireylerin Manevi Yöneliminin Bilgelik düzeyleri üzerinde bir etkisi vardır." hipotezi doğrulanmıştır.

Manevi Yönelimin Benlik Saygısı varyansının %3,7'sini açıklayabildiği anlaşılmaktadır (R²=,037; F_(1,390)=14,990, p<0,05). Bulunan sonuçlara göre; Manevi Yönelim, Benlik Saygısı varyansını istatistikî bakımından anlamlı ve pozitif yönde yordadığı (β =0,192, t=3,872, p<0.05) tespit edilmiştir. Diğer ifadeyle araştırmaya dâhil olan katılımcıların manevi yönelimleri benlik saygısını pozitif yönde etkilemektedir.

"H2: Yetişkin bireylerin Manevi Yöneliminin Benlik saygısı üzerinde bir etkisi vardır." hipotezi doğrulanmıştır.

Manevi Yönelim Bilgelikle beraber değerlendirildiğinde Benlik Saygısı değişkenine ait varyansın %26,3'ünü açıklayabildiği görülmektedir (R²=,263 F_(2,389)=69,459, p<0.001).

Bununla beraber Manevi Yönelimin Benlik Saygısını istatistikî bakımından anlamlı olarak yordamadığı saptanmıştır (p>0.05). Bilgeliğin Benlik Saygısını pozitif yönde ve istatistikî bakımından anlamlı (β =0.489, t=10,926, p<0.05) yordadığı saptanmıştır.

Bu sonuçlara göre Baron ve Kenny modelinde ²⁸ gösterilen birinci adım ve ikinci adımdaki regresyon katsayılarının anlamlı olduğu (Bkz. Tablo 5) görülmektedir. Bağımsız değişkenin (Manevi Yönelim) bağımlı değişken (Benlik Saygısı) üzerindeki etkisinin ortadan kalktığı (p<0,05) ve aracı değişkenin (Bilgelik) bağımlı değişken (Benlik Saygısı) üzerinde etkisi devam ettiği belirlenmiştir. Sonuç olarak manevi yönelimin, benlik saygısına olan etkisinde bilgelikğin tam aracılık rolü vardır.

“H3: Manevi yönelimin benlik saygısı üzerindeki etkisinde bilgelikğin aracılık rolü vardır.” hipotezi kabul edilmiştir.

3. Tartışma

Bu araştırmada yetişkinlerde manevi yönelim ve benlik saygısı arasındaki ilişkide bilgelikğin aracı rolü incelenmiştir. Elde edilen bulgular, bilgelik, manevi yönelim ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ve bilgelik düzeyinin bu ilişkide önemli bir aracı rol oynadığını göstermiştir. Bu bulgular, aşağıda değinilmeye çalışılan mevcut literatürdeki benzer araştırmalarla uyumludur ve bireylerin manevi yönelimlerinin, benlik saygılarının ve bilgelik düzeylerinin birbirleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir.

Literatürde de manevi yönelim, bilgelik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler üzerine yapılan çeşitli çalışmalar, bu üç değişkenin çeşitli faktörlerle nasıl etkileşimde bulunduğunu farklı açılardan ele almıştır. Örneğin Turgut’un çalışmasında, bilgelik algısının stresle başa çıkmada önemli bir rol oynadığı, problem odaklı stratejileri ve bireylerin kendini toplama yetisini büyük ölçüde etkilediği görülmüştür. Ayrıca, stresle başa çıkma stratejilerinin kendini toplama gücünü güçlü bir şekilde açıkladığı ve bilgelik algısının bu süreçte anlamlı bir dolaylı etkiye sahip olduğu belirlenmiştir.²⁹ Bilgelikğin bu gücü maneviyattan ve manevi kaynaklardan aldığı bu sayede bireye güç kattığı söylenebilir. Çünkü benzer şekilde, din ve maneviyat, bireylerin başa çıkma stratejilerini güçlendirmekte ve daha sağlıklı başa çıkma yöntemleri geliştirmelerine destek olmaktadır.³⁰ Bu bağlamda bilgelik algısının, manevi yönelimle desteklenen bireylerde daha güçlü bir dolaylı etkisi olabilir. Yani, manevi yönelim bireylerin bilgelik algısını artırarak, stresle başa çıkma süreçlerinde ve kendini toplama yetilerinde anlamlı bir gelişim sağlayabilir. Balıkçı’nın çalışması da söz konusu hipotezi desteklemiştir ve bilgelik ile dindarlık arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.³¹ Bununla birlikte, bilgelik alt boyutlarından duygusal düzenleme, kararlılık ve farklı değerlere tolerans ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Buna karşın, sosyal danışmanlık, içgörü ve sosyal yanlısı davranışlar gibi bilgelik boyutlarının dindarlık ile pozitif yönde, zayıf düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu saptanmıştır.³² Bu sonuçlar, bilgelik ve manevi yönelim arasındaki ilişkinin, bilgelik alt boyutlarına göre farklılık gösterdiğini ortaya koysa da her ikisi arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucunu değiştirmemektedir.

Manevi yönelim ve benlik saygısı ilişkisi ise Ollivaud ve arkadaşlarının çalışmasında ele alınmış, maneviyat ile benlik saygısı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.³³ Bu bulgu,

²⁸ Baron –Kenny, “The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations”, 1177.

²⁹ Özden Turgut, “Beliren Yetişkinlikte Kendini Toparlama Gücü, Bilgelik ve Problem Odaklı Başa Çıkma: Bir Yol Analizi”, *Gençlik Araştırmaları Dergisi* 11/30 (2023), 67.

³⁰ Kenneth I. Pargament vd. “Religion and the Problem-Solving Process: Three Styles of Coping”, *Journal for the Scientific Study of Religion* 27/1 (1988), 90-104.

³¹ Balıkçı, *Bilgelik, Bilinçli Farkındalık ve Dindarlık Arasındaki İlişki*, 115.

³² Balıkçı, *Bilgelik, Bilinçli Farkındalık ve Dindarlık Arasındaki İlişki*, 124-126.

³³ Justine Ollivaud vd., “Spirituality, Self-Esteem and the Mechanisms of Social and Temporal Comparison”, *Spiritual Psychology and Counseling* 8/1 (2023), 91-92;

maneviyat düzeyindeki artışın benlik saygısı düzeyindeki artışla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır ve bu araştırmanın sonuçlarıyla örtüşmektedir. Dini inançlar ve pratikler, bireylere aidiyet hissi, öz saygı, affetme, yaşam amacı ve anlam kazandırarak benlik saygısını artırmada etkili bulunmuştur. Örneğin, yetişkinlerle yapılan bir çalışmada yaşla birlikte artan manevi yönelimin ve ihtiyaçların bireyi daha yüksek öz saygı ve affetmeye ulaştırdığı belirtilmektedir.³⁴ Yine Karşı tarafından yapılan çalışmada da içsel dini motivasyon ve dini şuurla öz saygı arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir.³⁵ Yapıcı ve Kayıklık'ın çalışmasında ise öznel dindarlık algısı ile öz saygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir.³⁶ Şahin'in araştırmasında da, dindarlığın inanç, bilgi ve davranış boyutlarının benlik saygısı ile ilişkisinin bulunduğu, ancak benlik saygısını açıklayan en önemli faktörün dindarlığın davranış boyutu olduğu saptanmıştır.³⁷ Bu bağlamda, dinî davranış düzeyinin artmasıyla birlikte benlik saygısının da yükseldiği sonucuna varılmıştır. İçsel dini motivasyon ve benlik saygısı ilişkisi Tokur tarafından da ele alınmış, içsel dini motivasyon düzeyi yüksek olan bireylerin öz-saygı düzeylerinin de yüksek olduğu görülmüştür.³⁸ Bu doğrultuda, manevi yönelimleri güçlü olan bireylerin daha güçlü bir kimlik duygusuna ve öz güvene sahip olduğu, kendini daha değerli hissettiği, dışsal onaydan bağımsız bir öz saygı geliştirdiği ve yaşam tatminlerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Benlik saygısı, manevi yönelim ve dindarlık ilişkisi her zaman pozitif bir düzlemde seyir göstermemiştir. Örneğin Turan³⁹ ile Yıldız ve Çapar'ın⁴⁰ çalışmalarında benlik saygısı ile dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Görüldüğü gibi araştırmalar, manevi yönelimin genellikle yüksek benlik saygısıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Bunun nedeni, maneviyatın bireylerin kendilerine olan değer algılarını şekillendirmede önemli bir kaynak olarak işlev görmesi, anlam ve aidiyet duygusu kazandırmasıdır. Ancak bu ilişkide **bilgelik** de önemli bir aracılık rolü oynamaktadır. Çünkü bilgelik, hayatın zorlukları ve belirsizlikleri karşısında daha geniş bir perspektife sahip olmayı, daha derin bir anlayışa ulaşmayı ve bu derinlikle insanın önce kendine sonra diğerlerine karşı daha anlayışlı, hoşgörülü ve affedici davranmasını gerektirmektedir. Bilgelik hem anlık bir yaşantı hem de kişilik özelliğidir. Bu yönüyle yaşanan olumsuz deneyimlere “ders çıkarılması gereken bir süreç” olarak bakmak, sabır, anlayış ve kabul duygusu kazanmak, her halin geçici olduğunun farkında olmak ve anda kalmak demektir.⁴¹ Bu hipotezi destekleyen bir araştırmada bilgelik hem kadın hem erkek bireylerde affetmeyi önemli derecede etkileyen bir faktör olarak bulgulanmıştır.⁴² **Ardelt de** bilgelik ölçütlerini bireylerin ne bildiklerinden ziyade ne kadar bilge olduklarına bağlamış, bilgeliği öznel iyi oluşun, yaşam amacının, dinginlik, şükür, kendine güven ve benlik saygısının anahtar kavramı olarak tanımlamıştır.⁴³ Ayrıca Ardelt ve Jeste'nin çalışmasında bilgelik,

³⁴ Agli Oc'ean vd., “Spirituality, Forgiveness and Self-Esteem Throughout Adulthood İn France”, *Archives of Gerontology and Geriatrics Plus* 1/4 (2024), 1-5.

³⁵ Necmi Karşı. “Gençlerde Özsaygı-Dindarlık İlişkisi”, *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 4(6) (2017), 16-46.

³⁶ Asım Yapıcı – Hasan Kayıklık, “Ruh Sağlığı Bağlamında Dindarlığın Öz Saygı ve Kaygı ile İlişkisi: Çukurova Üniversitesi Örneği”, *Değerler Eğitimi Dergisi* 3/9 (2005), 193.

³⁷ Şahin, “Ergenlerde Dindarlık-Benlik Saygısı İlişkisi”, 193.

³⁸ Behlül Tokur, “İçsel Dinî Motivasyon ve Özsaygı İlişkisi Üzerine Bir Araştırma”, *EKEV Akademi Dergisi* 66 (2016), 159-176.

³⁹ Turan, “Dindarlık, Benlik Saygısı ve Sosyal Medyada Benlik Odaklı Doyumlar”, 642.

⁴⁰ Yıldız – Çapar, “Orta Öğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, 113.

⁴¹ Handan Deniz Ayalp ve Nesrin Hisli Şahin. “Beş Faktörlü Bilgece Farkındalık Ölçeği - Kısa Formu'nun (BFBFÖ-K) Türkçe Uyarlaması”, *Klinik Psikoloji Dergisi* 2/3 (2018), 117-127.

⁴² Noreen Choudhri. “A Psychological Study of Wisdom in Relation to Forgiveness”, *Journal of Emerging Technologies and Innovative Research* (2020), 503-512.

⁴³ Monika Ardelt, “Wisdom and Well-being”, *The Cambridge Handbook of Wisdom*, ed. Robert J. Sternberg ve Judith Glück (Cambridge: Cambridge University Press, 2019), 602-625.

olumsuz yaşam olaylarıyla baş etmeyi güçlendiren değerli bir psikolojik kaynak olarak bulgulanmıştır.⁴⁴

Travma sonrası büyüme ile bilgelik arasındaki ilişkiye dair yapılan araştırmalar, bu iki değişken arasında anlamlı bağlar olduğunu ortaya koymaktadır. Nitekim Horasanlı'nın yürüttüğü bir çalışmada, travma sonrası büyüme ile bilgelik arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Ancak aynı araştırmada, bilgelik ile olumlu çocukluk yaşantıları arasında anlamlı bir ilişkiye ulaşılamamıştır. Bununla birlikte, yetişkin bireylerde hem bilgelik hem de olumlu çocukluk yaşantıları puanlarındaki artışın, travma sonrası büyüme düzeyini de yükselttiği gözlemlenmiştir.⁴⁵ Benzer şekilde, Abukan tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise, bilgeliğin bilişsel, duyuşsal ve yansıtıcı boyutları ile kendini gerçekleştirme ihtiyacı arasında zayıf olmakla birlikte pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.⁴⁶

Bu bağlamda, manevi yönelimin benlik saygısı üzerindeki etkisinin, bilgelik aracılığıyla daha belirgin hale geldiği söylenebilir. Bilgeliğin, yaşam olaylarıyla baş etmede ve benlik saygısını güçlendirmede önemli bir psikolojik mekanizma olarak işlev gördüğü görülmektedir.

Sonuç

Bu çalışma, manevi yönelim, bilgelik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceleyerek bilgelik kavramının bu bağlamda aracı bir rol üstlendiğini ortaya koymaktadır. Manevi yönelim, bireylerin hayata anlam ve amaç katmalarını, öz farkındalıklarını geliştirmelerini ve daha derin bir bakış açısına sahip olmalarını sağlayan bir kavram olarak önem arz etmektedir. Bu çerçevede, manevi yönelimi yüksek bireylerin benlik saygısı ve bilgelik düzeylerinin güçlü olduğu ve manevi yönelim ve benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu gözlemlenmiştir. Benlik saygısı, bireyin kendisini değerli, yeterli ve saygın bir birey olarak algılamasıyla ilgilidir. Manevi yönelimi yüksek bireyler, yaşadıkları deneyimleri daha geniş/üst bir perspektiften değerlendirme yetisine sahip oldukları için kendilerine duydukları saygı ve öz-değer algıları daha yüksek olmaktadır. Yani, birey manevi yönüyle uyum içinde yaşadığında, özüne yönelmekte, varoluş amacını keşfetmekte, kendisini daha değerli hissetmekte ve bu da onun özsaygısını arttırmaktadır.

Bilgelik, bilişsel, duyuşsal ve etik/ahlaki yönleri olan bireyin hem kendi deneyimlerinden hem de toplumsal dinamiklerden öğrenmesini sağlayan çok boyutlu bir kavramdır. Bilgelik, sadece bilgi sahibi olmak değil, aynı zamanda bu bilgiyi doğru bir şekilde kullanabilme yeteneğidir. Bilgelik her şeyin her zaman yolunda gittiği bir dünyada yaşamak değildir ki zaten böyle bir dünya da yoktur. Bilgelik zorluklardan, güçlüklerden, acılardan payına düşeni almak ve hayatı bir bütün olarak sevmektir. Olayları farklı açıdan değerlendirebilme, empati kurabilme, değerler doğrultusunda seçim yapabilme bilgeliğin temel dinamikleridir. Söz konusu dinamikler aynı zamanda maneviyatın da içeriğini dolduran kavramlardır. Dolayısıyla maneviyat ve bilgelik hem birbirini içeren hem de destekleyen unsurlardır. İslam düşüncesinde "hikmet" kavramıyla karşılık bulan bilgelik, insanın hem akli hem de ruhuyla doğru bilgiyi kavramasıdır. Dolayısıyla bilgelik, bireyin sadece bilişsel süreçleri ve kapasitesiyle değil, aynı zamanda ahlaki ve ruhsal gelişimiyle de ilişkilidir. Güçlü bir manevi yönelim/maneviyat ise, bireyin bilgelik kazanma sürecinde birçok farklı boyutlarda rehberlik eden en önemli unsurlar arasında yer almaktadır. Manevi yönelim,

⁴⁴ Monika Ardel – Jeste Dilip V. "Wisdom and Hard Times: The Ameliorating Effect of Wisdom on the Negative Association Between Adverse Life Events and Well-Being", *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences* 73/8 (2018), 1374-1383.

⁴⁵ Halime Şeyda Horasanlı, *Pozitif Psikoloji Bağlamında Travma Sonrası Büyümenin Bilgelik Algısı ve Olumlu Çocukluk Yaşantısı ile İlişkisi* (Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2024), 54-55.

⁴⁶ Bilge Abukan, *Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramına Göre Kendini Gerçekleştirme ve Bilgelik İlişkisi: Yaşlılar Üzerinde Bir Araştırma* (Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014), 67.

bireyin değerleri içselleştirmesine ve ahlaki muhakeme yetisini geliştirmesine katkı sağlayarak bilgelik kazanma sürecini desteklemektedir. Aynı zamanda, bireyin karar alma süreçlerini “anlam odaklı” hale getirmesine yardımcı olmakta, yaşam deneyimlerinden çıkarılan derslerin derinliğini artırmakta ve bireyin kendini ve çevresini daha iyi anlamasını sağlamaktadır. Yani bilgelik, manevi bir yolculuğun sonucunda ulaşılan/ulaşılması gereken bir erdem ve bireyin yaşamını anlamlandırmasında bir rehberdir.

Sonuç olarak manevi yönelimin, bireylerin öz-saygıları, benlik algıları ve yaşamı bilgece bir farkındalıkla karşılamaları üzerinde etkileri olduğunu söylemek mümkündür. Bu çerçevede, bireylerin yetişkinlik dönemlerinde iyi oluşlarını artırmak, yaşam olaylarıyla baş etmelerini desteklemek amacıyla eğitim ve farkındalık programlarının hazırlanması önerilmektedir. Özellikle rehberlik ve psikolojik danışma süreçleri başta olmak üzere kurum ve kuruluşlar tarafından sahada yürütölen çalışmalarda manevi destek ve güçlenme odaklı yaklaşımlar benimsenmelidir. Böylece aile, okul ve toplum üçgeninde bu kavramların önemi vurgulanarak bireylerin sağlıklı benlik gelişimlerine katkıda bulunulmalıdır. Gelecek araştırmalarda, manevi yönelim, benlik saygısı ve bilgeliği farklı yaş gruplarında veya farklı kültürel bağlamlarda incelemek din psikolojisi çalışmalarını güçlendirecektir.

Makale Türü / Article Type

Araştırma Makalesi / Research Article

Değerlendirme / Peer-Review

Çift Taraflı Körlme - En Az İki Dış Hakem / Double anonymized – At Least Two External

Etik Beyan / Ethical Statement

Bu çalışma, etik kurul izni gerektirmeyen nitelikte olup, kullanılan veriler literatür taraması ve yayımlanmış kaynaklar üzerinden elde edilmiştir. Çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere riayet edildiği ve yararlanılan tüm kaynakların eksiksiz biçimde kaynakçada belirtildiği beyan olunur. / This study does not require ethical committee approval, as the data were obtained through literature review and published sources. It is hereby declared that scientific and ethical principles were adhered to throughout the preparation of the study, and all referenced works have been duly cited in the bibliography.

Benzerlik Taraması / Plagiarism Checks

Evet / Yes – Turnitin / Ithenticate.

Çıkar Çatışması / Conflicts of Interest

Çıkar çatışması beyan edilmemiştir. / The author(s) has no conflict of interest to declare.

Etik Beyan Adresi / Complaints

suiydergi@gmail.com

Finansman / Grant Support

Bu araştırmayı desteklemek için dış fon kullanılmamıştır. / The author(s) acknowledge that they received no external funding in support of this research.

Telif Hakkı ve Lisans / Copyright & License

Yazarlar dergide yayınlanan çalışmalarının telif hakkına sahiptir ve çalışmaları CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır. / Authors publishing with the journal retain the copyright to their work licensed under the CC BY-NC 4.0.

Yapay Zekâ Kullanımına Dair Yazar Taahhütnamesi

(Author Declaration on the Use of Artificial Intelligence)

Yazar, yapay zekâ araçlarının kullanımına ilişkin şeffaflık, etik uygunluk, orijinallik ve sorumluluk ilkelerine riayet ettiğini beyan etmiş, bu kullanımın etik ilkelere uygun olmasını ve tüm akademik sorumluluğu üstlendiğini taahhüt etmiştir. Nihai düzenlemeler ve akademik uygunluk kontrolleri yazar tarafından gerçekteştirilmiş olup, ortaya çıkan metnin tüm sorumluluğu yazara aittir. Belgenin imzalı asıl nüshası dergi süreç dosyalarında mevcuttur. / The author has declared adherence to the principles of transparency, ethical compliance, originality, and responsibility in the use of artificial intelligence tools. They have affirmed that such usage complies with ethical standards and have undertaken full academic responsibility for it. Final revisions and checks for academic compliance were carried out by the author, who assumes full responsibility for the resulting text. The signed original copy of the document is available in the journal’s editorial process files.

Kaynakça/References

- Abay, Kader Cansu. "Türk Din Psikolojisi Çalışmalarında 'Yetişkinlik Dönemi Dinsel Gelişimi' Literatürü (1966-2021) Üzerine Bir Araştırma". *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 3 (2021), 91-113.
- Abukan, Bilge. *Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramına Göre Kendini Gerçekleştirme ve Bilgelik İlişkisi: Yaşlılar Üzerinde Bir Araştırma*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014.
- Akça, Emrullah – Kızılgeçit, Muhammed. "Madde Bağımlılarında Dini /Manevi Programın Psikolojik İyi Oluşa Etkisinin Karma Yöntemle İncelenmesi (Denetimli Serbestlik Örneği)". *Antakiyat*7/2 (Aralık 2024), 192-222.
- Aktu Yahya. "Life Structure of Early Adulthood Period in Levinson's Theory". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 8/2 (Ocak 2016), 162-177. doi:10.18863/pgy.12690
- Ardelt, Monika. "Wisdom and Life Satisfaction in Old Age". *Journal of Gerontology: Psychological Sciences* 52/1 (1997), 15-27.
- Ardelt, Monika. "Empirical Assessment of A Three-Dimensional Wisdom Scale". *Research On Aging* 25/3 (2003), 275-324.
- Ardelt, Monika. "How Wise People Copewith Crises and Obstacles in Life". *Revision*28/1 (2005), 7-13.
- Ardelt Monika –Dilip V. Jeste. "Wisdom and Hard Times: The Ameliorating Effect of Wisdom on the Negative Association Between Adverse Life Events and Well-Being". *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences* 73/8 (2018), 1374-1383. doi:10.1093/geronb/gbw137
- Ardelt, Monika. "Wisdom and Well-being". *The Cambridge Handbook of Wisdom*. ed. Robert J. Sternberg ve Judith Glück. 602-625. Cambridge: Cambridge University Press, 2019. <https://doi.org/10.1017/9781108568272.028>.
- Ayalp, Handan Deniz – Hisli Şahin, Nesrin. "Beş Faktörlü Bilgece Farkındalık Ölçeği - Kısa Formu'nun (BFBFÖ-K) Türkçe Uyarlaması". *Klinik Psikoloji Dergisi*, 2/3 (2018), 117-127.
- Aydın, Cüneyd - Kaya, Mevlüt. "Maneviyat ve Öznel İyi Oluş Değişkenlerinin Hayatın Anlamını Yordaması". *Amasya İlahiyat Dergisi* 17 (Aralık 2021), 41-77. <https://doi.org/10.18498/amailad.961401>
- Ayten, Ali. "Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 13/3 (Şubat 2013), 7-31.
- Balıkçı, Üsâme. *Bilgelik, Bilinçli Farkındalık ve Dindarlık Arasındaki İlişki*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2023.
- Baron, Reuben M. – Kenny, David A. "The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations". *Journal of Personality and Social Psychology* 51/6 (1986), 1173-1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Bluck, Susan – Glück, Judith. "From the Inside Out: People's Implicit Theories of Wisdom." *A Handbook of Wisdom: Psychological Perspectives*, editör R. J. Sternberg ve J. Jordan, 84-109. Cambridge: Cambridge University Press, 2005. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511610486.005>.
- Borhan, Nilsu. *Intrinsic Religiosity and Spiritual Well-Being as Moderators of the Relation Between Wisdom and Psychological Well-Being in Elderly*. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.
- Choudhri, Noreen. "A psychological study of wisdom in relation to forgiveness". *Journal of Emerging Technologies and Innovative Research* (2020), 503-512.
- Culliford, Larry. "Spirituality and clinical care", *BMJ (Clinical research ed.)* 325/7378 (2002), 1434-5. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.325.7378.1434>

- Çilingir, Lokman. “‘Kendini Bil’ Buyruğu Üzerine”. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi* 34 (Aralık 2022), 65-86. <https://doi.org/10.53844/flsf.1146539>
- Diener, Ed – Diener, Marissa. “Cross-Cultural Correlates of Life Satisfaction and Self-Esteem”. *Journal of Personality and Social Psychology* 68/4 (1995), 653-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.653>.
- Ellison, Craig W. Spiritual well-being: Conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology* 11/4 (1983), 330–340. <https://doi.org/10.1177/009164718301100406>
- Elkins, David N. vd. “Toward a Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement”. *Journal of Humanistic Psychology* 28/4 (1988), 5-18. <https://doi.org/10.1177/0022167888284>.
- Emmons, Robert A. “Is Spirituality an Intelligence? Motivation, Cognition, and the Psychology of Ultimate Concern”. *The International Journal for the Psychology of Religion* 10/1 (2000), 3-26. https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1001_2.
- Gencer, Nevzat. “Dindarlık Öznel İyi Oluşu Etkiler Mi? Hemodiyaliz (HD) Hastaları Üzerinde Kesitsel Bir Çalışma”. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 23/3 (Aralık 2019), 1419-1444. <https://doi.org/10.18505/cuid.601055>.
- Guido, Alessandri vd., “On the factor structure of the Rosenberg (1965) General Self-Esteem Scale”. *Psychological Assessment* 27,2 (2015), 621-35.
- Horasanlı, Halime Şeyda. *Pozitif Psikoloji Bağlamında Travma Sonrası Büyümenin Bilgelik Algısı ve Olumlu Çocukluk Yaşantısı ile İlişkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2024.
- Jeste, Dilip V. vd. “Is Spirituality a Component of Wisdom? Study of 1,786 Adults Using Expanded San Diego Wisdom Scale (Jeste-Thomas Wisdom Index)”. *Journal of Psychiatric Research* 132 (2021), 174-181. [10.1016/j.jpsychires.2020.09.033](https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.09.033)
- Karaca, Faruk. *Dini Gelişim Teorileri*. İstanbul: DEM Yayınları, 2007.
- Karlı, Necmi. “Gençlerde Özsaygı-Dindarlık İlişkisi”, *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi* 4/6 (2017), 16-46.
- Kasapoğlu, Figen. “Manevi Yönelim Ölçeği’nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik”. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 16/3 (Ocak 2016), 51-68. <https://doi.org/10.17679/iuefd.16360640>.
- Kayıklık, Hasan. “Bireysel Yaşamda Dinsel Değişim”. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)* 5/2 (Haziran 2005), 5.
- Kılıç, Selim. “Doğrusal Regresyon Analizi”. *Journal of Mood Disorders* 3/2 (Şubat 2013), 90-92. <https://doi.org/10.5455/jmood.20130624120840>.
- Kımtır, Nurten. *Benlik Saygısı ve Din*. İstanbul: Kriter Yayınevi, 2012.
- Koç, Mustafa. “Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki: Yetişkinler Üzerine Ampirik Bir Araştırma”. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 18/1 (Ocak 2009), 473-493.
- Kurnaz, Mahmut – Şentürk, Habil. “İlk Yetişkinlik Döneminde Dini Yönelim ve Mutluluk İlişkisi: Isparta Örneği”. *Türk Din Psikolojisi Dergisi* 7 (Haziran 2023), 9-42. <https://doi.org/10.59379/tdpd.1256218>
- Kuvancı, Cenan. “Bilgece Hayat”. *Bilimname* 37/1 (2019), 321-351. <https://doi.org/10.28949/bilimname.460467>.
- Maslow, Abraham. *İnsan Olmanın Psikolojisi*, çev. Okhan Gündüz. İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 2001.
- McCullough, Michael E. – Willoughby, Brian L. “Religion, Self-Regulation, and Self-Control: Associations, Explanations, and Implications”. *Psychological Bulletin* 135/1 (2009), 69-93. <https://doi.org/10.1037/a0014213>

- Mert, Abdullah – Topal, İlyas. "Benlik Ayrışmasının Manevi Yönelimi Yordayıp Yordamadığını ve Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *OPUS International Journal of SocietyResearches* 8/14 (2018), 68-91. <https://doi.org/10.26466/opus.393261>
- Oc' eane Agli vd., "Spirituality, Forgiveness and Self-Esteem Throughout Adulthood İn France", *Archives of Gerontology and Geriatrics Plus* 1/4 (2024), 1-5
- Ollivaud, Justine vd. "Spirituality, Self-Esteem and the Mechanisms of Social and Temporal Comparison". *Spiritual Psychology and Counseling* 8/1 (2023), 83-102. <https://doi.org/10.37898/spc.2023.8.1.187>
- Özkan, İshak. "Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler". *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi* 7/3 (1994), 4-9.
- Pargament, Kenneth I. "The Bitter and the Sweet: An Evaluation of the Costs and Benefits of Religiousness". *Psychological Inquiry* 13/3 (2002), 168-181. DOI: [10.1207/S15327965PLI1303_02](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1303_02)
- Pargament, Kenneth I. vd. "Religion and the problem-solving process: Three styles of coping". *Journal for the Scientific Study of Religion* 27/1 (1988), 90-104. <https://doi.org/10.2307/1387404>
- Powell, Lynda vd. "Religion and Spirituality: Linkages to Physical Health". *American Psychologist* 58/1 (2003), 36-52. DOI: [10.1037/0003-066X.58.1.36](https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.36)
- Rosenberg, Morris. *Conceivin The Self*. New York: Basic Books. 1979.
- Rosenberg, Morris. *Society And The Adolescent Self-İmage*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.
- Ryff, Carol D. – Singer, Burton. "The Contours of Positive Human Health". *Psychological Inquiry* 9/1 (1998), 1-28.
- Seçer, İsmail. *SPSS ve LISREL ile Pratik Veri Analizi*. Ankara: Anı Yayıncılık, 2015.
- Smith, Willam Grinell. "Does gender influence online survey participation? A record-linkage analysis of university faculty online survey response behavior". *ERIC Document Reproduction Service No. ED 501717* (2008), 1-22.
- Şahin, Adem. "Ergenlerde Dindarlık-Benlik Saygısı İlişkisi". *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 19/19 (2005), 187-198.
- Tabachnick, Barbara G. – Fidell, Linda S. *Using Multivariate Statistics*. 6. Baskı. Boston, MA: Pearson, 2013.
- Tan, Hümeysra Nazlı – Yıldız, Mualla. "'Manevi İyi Oluş' Kavramının Ortaya Çıkışı ve Tanımlanması". *Dini Araştırmalar* 25/63 (Aralık 2022), 447-476. <https://doi.org/10.15745/da.1175149>.
- Thomas, Michael L. vd. "A new scale for assessing wisdom based on common domains and a neurobiological model: The San Diego Wisdom Scale (SD-WISE)." *Journal of psychiatricresearch* 108 (2019), 40-47. doi:10.1016/j.jpsychires.2017.09.005
- Tokur, Behlül. "İçsel Dinî Motivasyon ve Özsaygı İlişkisi Üzerine Bir Araştırma. *EKEV Akademi Dergisi* 66(2016), 159-176.
- Topuz, İlhan. "Dindarlık Tipolojileri ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki: Yetişkinler Üzerine Bir Araştırma". *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi* 30 (Temmuz 2013), 35-50.
- Tosun, Muhammed – Özdoğan, Öznur. "Gazilere Manevi Bakım Uygulamaları ve Psikolojik Sağlık". *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 65/1 (2024), 33-62. <https://doi.org/10.33227/auifd.1417260>
- Tosun, Muhammed vd. "Aile Aidıyeti ve Mutlulukta Dindarlığın Aracı Rolü: Yetişkinler Üzerine Bir Çalışma". *Uludağ İlahiyat Dergisi* 33/2 (2024), 211-246. <https://doi.org/10.51447/uluid.1540959>
- Turan, Yahya. "Dindarlık, Benlik Saygısı ve Sosyal Medyada Benlik Odaklı Doyumlar". *Journal of History Culture And Art Research* 7/5 (2018), 624-650. <http://dx.doi.org/10.7596/taksad.v7i5.1930>.
- Turgut, Özden. "Beliren Yetişkinlikte Kendini Toparlama Gücü, Bilgelik ve Problem Odaklı Başa Çıkma: Bir Yol Analizi". *Gençlik Araştırmaları Dergisi* 11/30 (2023), 54-75. <https://doi.org/10.52528/genclikarastirmalari.1122499>.

- Yakut, Selahattin. "Lise Öğrencilerinde Dindarlık Düzeyinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi". *İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 3/2, (2012), 223-255.
- Yapıcı, Asım – Kayıklık, Hasan. "Ruh Sağlığı Bağlamında Dindarlığın Öz Saygı ve Kaygı ile İlişkisi: Çukurova Üniversitesi Örneği". *Değerler Eğitimi Dergisi* 3/9 (2005), 177-206.
- Yıldırım, Filiz – Abukan, Bilge. Yaşlılıkta Bilgelik Konusunda Bir Derleme (A Review On Wisdom In Old Age). *Türk Psikoloji Yazıları* 18/35 (2015), 1-12.
- Yıldız, Mualla – Fatma Kenevir. "A Study on Trust in God in Juvenile Delinquents". *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 62/1 (2021), 169-95. <https://doi.org/10.33227/auifd.703852>.
- Yıldız, Murat – Çapar, Betül. "Orta Öğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 10/3 (2010), 103-131.
- Yıldız, Murat, "Benlik Kavramı ve Benliğin Gelişiminde Dinin Rolü". *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 23 (2006), 87-127.
- Yıldız, Nedim. "İnsanın Arayışı: Kendini Bilmek". *Felsefe Arkivi* 36 (Nisan 2012), 7-15.
- Yonker, Julie E. vd. "The Relationship Between Spirituality and Religiosity on Psychological Outcomes in Adolescents and Emerging Adults: A Meta-Analytic Review". *Journal of Adolescence* 35/2 (2012), 299-314. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.08.010>.