Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 13 ● Haziran 2026 ● 11-54
Issue: 13 ● June 2026 ● 11-54

Erdem Temelli Manevi Danışmanlık: Karma Yöntemli Bir Model Önerisi

Virtue-Based Spiritual Counseling: A Mixed-Methods Model Proposal

Ayşegül Konar

Dr. | PhD
Bağımsız Araştırmacı | Independent Researcher
konaraysegul@yahoo.com | 0009-0001-3246-0218
İstanbul | Türkiye

https://doi.org/10.56432/tmdrd.1884787

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counseling and Care

Makale Bilgisi	Article Information
Makale Türü ● Article Type	Araştırma Makalesi ● Research Article
Geliş Tarihi ● Received	08 Şubat 2026 ● 08 February 2026
Düzeltme Tarihi ● Revised	28 Nisan 2026 ● 28 April 2026
Kabul Tarihi ● Accepted	29 Nisan 2026 ● 29 April 2026
Yayın Tarihi ● Published	30 Haziran 2026 ● 30 June 2026
Değerlendirme ● Review	Çift Taraflı Kör ● Double-Blind
Hakem ● Peer-Review	Dış-Bağımsız ● External-Independent
Benzerlik Taraması ● Similarity Check	Tamamlandı ● Completed
Etik Onay ● Ethical Approval	Etik Gerekir ● Ethics Required
Çıkar Çatışması ● Conflict of Interest	None ● Yok
Finansman ● Funding	Finansman Yok ● No Funding
Lisans ● License	Creative Commons BY-NC 4.0
Dergi İletişim ● Journal Contact	https://dergipark.org.tr/tr/pub/tdpd

Özet

Bu makalenin amacı, gençlik dönemindeki bireylerin psiko-spiritüel gelişim süreçlerini bütüncül bir perspektifle desteklemek üzere geliştirilen Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli'ni kuramsal ve ampirik düzeyde temellendirmektir. Çalışmada, gençlik gelişimini yalnızca risk, kriz ve patolojik sınırlılıklar ekseninde açıklayan geleneksel yaklaşımların ötesine geçilerek bireyin içsel potansiyelini erdemler aracılığıyla işlevsel gelişimsel kapasitelere dönüştüren özgün bir müdahale çerçevesi ele alınmıştır. Önerilen model, pozitif psikolojinin bilgelik, cesaret ve umut erdemlerini, İslami psikoloji literatüründeki marifet-i nefs (kendilik bilgisi), fıtrat (insani öz) ve tevekkül (manevi güven) kavramlarıyla sentezleyen kültüre duyarlı bir zemine dayandırılmıştır. Metodolojik açıdan araştırmada, ampirik bulguların kuramsal model oluşumuna katkı sunduğu tümevarımsal bir süreç izlenmiş; karma yöntem desenlerinden iç içe deneysel desen kullanılmıştır. Çalışmanın verileri, İstanbul'daki bir yükseköğrenim yurdunda kalan 22 üniversite öğrencisiyle (deney grubu=11 + kontrol grubu=11) yürütülen 11 haftalık pozitif psikoloji temelli manevi danışmanlık programının uygulama sonuçlarından elde edilmiştir. Nicel analizlerde, deney grubundaki katılımcıların özerklik, planlı olma, değişime hazırlık ve alternatif yollar düşünebilme düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı gelişim gösterdiği saptanmıştır. Nitel bulgular ise bu gelişimsel artışların derinleşen öz farkındalık, içsel motivasyonun iradi eyleme dönüşmesi ve belirsizlikler karşısında manevi güven duygusunun güçlenmesi gibi deneyimsel dinamikler üzerinden biçimlendiğini göstermektedir. Sonuç olarak önerilen modelin psiko-spiritüel gelişim süreci; (i) öz bilginin derinleşmesi ve marifet-i nefs, (ii) özerklik ve içsel referans çerçevesinin oluşumu, (iii) güçlü ve sınırlı yönlerle yansıtıcı yüzleşme, (iv) farkındalığın iradi eylem ve yönelime dönüşmesi, (v) fıtrat eksenli gelişimsel niyet oluşumu, (vi) planlı olma ve hedefe yönelen stratejik çaba, (vii) karakter güçlerinin manevi değerlerle bütünleşmesi, (viii) bilişsel esneklik ve alternatif yollar üretebilme becerisi, (ix) belirsizlik koşullarında varoluşsal güvenin oluşumu ve (x) tevekkülün düzenleyici-koruyucu bir kaynak olarak içselleştirilmesi boyutları üzerinden temellendirilmiştir. Bu yönüyle model, gençlerin bütüncül gelişimini ve refahını destekleyen manevi danışmanlık uygulamaları için yapılandırılmış, kültüre duyarlı ve erdem odaklı bir danışmanlık çerçevesi sunmaktadır. Böylece model, gençlik dönemi mdr uygulamalarında gelişim, anlam, değer ve manevi güven eksenlerini birlikte işleyen uygulanabilir bir yaklaşım niteliği kazanmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Psiko-spiritüel gelişim
Erdem temelli manevi danışmanlık modeli • Pozitif gençlik gelişimi
Karma yöntem araştırması

A b s t r a c t

The aim of this article is to theoretically and empirically ground the Virtue-Based Spiritual Counseling Model which is developed to support the psycho-spiritual development of youth through a holistic perspective. The study moves beyond conventional approaches that explain youth development solely through risk, crisis, and pathological limitation, and examines an original intervention framework that transforms inner potential into functional developmental capacities through virtues. The proposed model rests on a culturally sensitive foundation that synthesizes the virtues of wisdom, courage, and hope in positive psychology with the concepts of ma'rifat al-nafs (self-knowledge), fitrah (human nature), and tawakkul (spiritual trust) in Islamic psychology. Methodologically, the research followed an inductive process in which empirical findings contributed to the formation of the theoretical model; an embedded experimental design was employed. The data were obtained from the implementation outcomes of an 11-week positive psychology-based spiritual counseling program conducted with 22 university students (experimental group = 11 + control group = 11) residing in a higher education dormitory in Istanbul. Quantitative analyses showed that participants in the experimental group demonstrated statistically significant improvement in autonomy, planfulness, readiness for change, and the ability to generate alternative pathways. Qualitative findings indicated that these developmental gains were shaped through experiential dynamics such as deepening self-awareness, the transformation of inner motivation into volitional action, and the strengthening of spiritual trust amid uncertainty. Consequently, the psycho-spiritual developmental process of the proposed model is grounded in the following dimensions: (i) the deepening of self-knowledge and ma'rifat al-nafs; (ii) the formation of autonomy and an internal frame of reference; (iii) reflective confrontation with strengths and limitations; (iv) the transformation of awareness into volitional action and orientation; (v) the formation of developmental intention centered on fitrah; (vi) planfulness and goal-directed strategic effort; (vii) the integration of character strengths with spiritual values; (viii) cognitive flexibility and alternative pathway generation; (ix) the formation of existential trust under uncertainty; and (x) the internalization of tawakkul as a regulatory-protective resource. In this respect, the model offers a structured, culturally sensitive, and virtue-oriented framework for supporting young people's holistic development and well-being. It integrates development, meaning, value, and spiritual trust within spiritual counseling and care practices.

K e y w o r d s
Spiritual counseling and care • Psycho-spiritual development
Virtue-based spiritual counseling model
Positive youth development • Mixed-methods research

Giriş

İnsan gelişimi, bilişsel yetkinliklerin ve çevresel uyum becerilerinin ötesinde, bireyin kendisiyle kurduğu ilişkiyi derinleştiren ve yaşamını değerleriyle tutarlı biçimde yönlendirme kapasitesini kapsayan çok katmanlı bir olgunlaşma sürecidir. Bu çerçevede insan, biyolojik ve psikolojik boyutlarının ötesinde manevi bir yönelime de sahip olan bir varlık olarak ele alınmaktadır (Özdoğan, 2008; Paloutzian & Park, 2014). Erdemlerin içselleştirilmesiyle derinleşen bu süreç, insani gelişimi nicel bir artıştan ziyade, bireyin içsel güç ve potansiyellerini anlamlandırarak hayata geçirdiği psiko-manevi bir olgunlaşma yolculuğu olarak kavramsallaştırmayı mümkün kılmaktadır (Kass, 2015; Niemiec vd., 2020).

Bu sürecin somutlaştığı ve gelişimsel açıdan belirginleştiği evrelerin başında gençlik dönemi gelmektedir. Kimlik inşası ve değerlerin biçimlendiği kritik bir evre olan bu dönemde birey; kişisel güçlerini keşfetme, yaşamına yön verecek anlam çerçeveleri oluşturma ve içsel değerleriyle tutarlı bir yönelim geliştirme çabası içerisindedir (Arnett, 2000; Damon, 2004; Santrock, 2023). Bu nedenle gençliği yalnızca krizler, riskler ve sorunlar üzerinden ele alan yaklaşımlar, bu dönemin sunduğu gelişimsel imkânları açıklamada sınırlı kalmaktadır.

Bu sınırlılıklar, gençlerin sorunlarını azaltmaktan ziyade içsel potansiyellerini güçlendirmeyi hedefleyen pozitif gençlik gelişimi paradigmasına yönelimi beraberinde getirmiştir (Lerner vd., 2019). Bu yaklaşım, gençlerin gelişimini yalnızca psikososyal değil, aynı zamanda manevi boyutları da kapsayan bütüncül bir süreç olarak ele almakta; öz yeterlilik, karakter, erdem ve umut gibi içsel kaynakların desteklenmesini merkeze almaktadır (Benson & Roehlkepartain, 2008; Cheon & Canda, 2010; Eryılmaz, 2013; Callina vd., 2015; Candemir & Can, 2024).

Pozitif psikoloji literatüründe, erdemler ve karakter güçlerini merkeze alan müdahale programlarının gençlerin refah ve gelişimin çeşitli göstergelerinin güçlenmesinde önemli bir rol üstlendiği görülmektedir (Kabakçı, 2013; Lee vd., 2019; López-González vd., 2024). Pozitif gençlik gelişimi perspektifiyle geliştirilen 5C Modeli, 4-H yaklaşımı ve Gelişimsel Varlıklar çerçevesi; gençlerde karakter inşasını sistematik biçimde ele alan ve bu süreci ampirik temellere dayandıran önde gelen yapılardır (Scales, 2011; Benson vd., 2019; Lerner vd., 2019). Bu modeller, sağlıklı gelişimin yalnızca risklerin azaltılmasıyla değil, bireyin sahip olduğu erdemlerin tanınması ve desteklenmesiyle mümkün olabileceğini savunmaktadır.

Söz konusu modellerin büyük ölçüde Batı normları temelinde geliştirilmiş olması, kültürel ve manevi bağlamlara duyarlı alternatif çerçevelere duyulan ihtiyacı görünür kılmaktadır. Son dönem çalışmalar ise, pozitif gençlik gelişimi yaklaşımlarının yalnızca Batı normlarıyla sınırlı olmadığını; farklı kültürel bağlamlarda da gençlerin ruh sağlığı ve psikolojik iyi oluşunu destekleyebildiğini göstermektedir (Wiium vd., 2023). Danışmanlık müdahalelerinde kültürel ve inançsal bağlamın dikkate alınması hem müdahalenin kabul edilebilirliği hem de anlamlılığı açısından kritik bir rol oynamaktadır (Canda vd., 2019). Bu doğrultuda Cesaret Çemberi gibi yerel bağlamı önceleyen modeller (Brendtro vd., 2005) ya da dini-manevi referanslarla yapılandırılmış müdahaleler (McLaughlin vd., 2018; Ahmad vd., 2020), gençlik gelişiminde kültürel bağlamın belirleyici rolüne işaret etmektedir.

Güncel çalışmalar, din ve maneviyatın bireyin kimlik inşası, anlam üretimi ve yön duygusu geliştirme süreçlerinde merkezi bir psikososyal kaynak olduğunu ortaya koymaktadır (Paloutzian & Park, 2014; Hay vd., 2024). Gençlik dönemine odaklanan araştırmalar, dini ve manevi yönelimlerin gençlerin kimlik algılarıyla ilişkili olduğunu ve bu ilişkinin gelişimsel süreçler açısından dikkate değer bir bağlam sunduğunu göstermektedir (Lerner vd., 2008; Schnitker vd., 2019; Tokur & Doğan, 2023; Buenconsejo & Datu, 2023). Bu bağlamda maneviyat, gençlerin psikomanevi kaynaklarını işlevsel hale getirmeyi amaçlayan manevi danışmanlığı, pozitif gelişimi destekleyen stratejik bir müdahale alanı olarak konumlandırmaktadır (Ağılkaya Şahin, 2017; Koç, 2021; Hansford Jr., 2023).

Tarihsel kökeni pastoral bakım geleneğine dayanan manevi danışmanlık, modern psikolojik danışmanlık ilkeleriyle bütünleşerek bireyin anlam, değer ve içsel bütünlük arayışına eşlik eden profesyonel bir rehberlik alanına evrilmiştir (Koenig & Topper, 2012; Koç, 2016; Göcen, 2020). Bu yaklaşım, danışanın bilişsel, duygusal ve manevi boyutlarını bütüncül biçimde ele alarak yalnızca kriz odaklı değil, aynı zamanda gelişim ve güçlenme odaklı bir yönelim sunmaktadır (Snodgrass, 2007; Utsch & Erenoğlu, 2008; Worthington Jr. vd., 2024). Bu bütüncül ve gelişimsel yaklaşım, insanın gelişmeye açık potansiyeliyle ele alınmasını gerekli kılmakta; pozitif psikolojinin erdemler ve insani güçler literatürüyle önemli bir kavramsal kesişim alanı oluşturmaktadır. Bu kesişim alanını derinleştiren yaklaşımlardan biri, erdem ve karakter güçleri ile maneviyatı insanın bütünlük (wholeness) arayışı bağlamında ele alan çalışmalardır. Nitekim Niemiec ve arkadaşları (2020), insani güç ve erdem-

lerin yalnızca psikolojik işlevsellik değil; bireyin manevi yönelimiyle bütünleştiğinde daha derin bir anlam ve içsel bütünlük potansiyeli taşıdığını ileri sürmektedir.

Pozitif psikoloji ve manevi danışmanlık bağlamında ele alınan erdemler, yalnızca ahlaki idealler olarak değil; bireyin potansiyelini gerçekleştirmesini mümkün kılan, öğrenilebilir ve geliştirilebilir psikososyal kapasiteler olarak tanımlanmaktadır (Park & Peterson, 2008; Yaran, 2019). Bu bağlamda erdemler, gençlerin psiko-manevi gelişim süreçlerini açıklamak ve desteklemek açısından yalnızca normatif idealler değil, aynı zamanda gelişimsel süreçleri yapılandıran işlevsel kaynaklar olarak ele alınmaktadır. Bu yaklaşımın temel referanslarından biri olan Eylemde Değerler (Values in Action-VIA) sınıflaması, insani güçleri altı temel erdem başlığı altında yapılandırmaktadır: bilgelik, cesaret, insanlık, adalet, ölçülülük ve aşkınlık (Peterson & Seligman, 2004). Bilimsel bir çerçeve kazanan bu sınıflama, Aristoteles'in ödömonya anlayışıyla ilişkilendirilerek insanın iyi oluşunu ve bütünlüğünü açıklayan işlevsel bir gelişim dili sunmaktadır (Aristoteles, 2020).

Bilgelik, cesaret ve umut gibi erdemler, farklı kültürel ve manevi geleneklerde ortak bir olgunlaşma idealini yansıtan temel psikolojik kapasiteler olarak öne çıkmaktadır (Jankowski vd., 2020). Bu kavramsal yaklaşım, erdemleri manevi danışmanlık alanında soyut değerler olmaktan çıkararak, yapılandırılmış gelişim süreçlerine dönüştürülebilir uygulama bileşenleri olarak ele alınabilmesine imkan tanımaktadır (Captari vd., 2023; Roussiau vd., 2023). Erdemlerin bu işlevsel ve somutlaştırılabilir doğası, manevi danışmanlığın gençlik çalışmalarındaki "güçlendirici" rolünü pekiştirmektedir.

Türkiye bağlamında gençlik manevi danışmanlığı alanında yürütülen çalışmalar incelendiğinde ise gelişim yönelimli yaklaşımların sınırlı sayıda olduğu; araştırmaların büyük ölçüde sorun ve patoloji odaklı bir çerçevede yapılandığı görülmektedir (Şirin, 2013; Satan vd., 2016; Acar, 2018; Ağırakça Dinç & Ekşi, 2019; Taşkın & Çetin, 2021). Son yıllarda ise bu sınırlılığı aşmaya yönelik olarak, erdem ve değer temelli içeriklere yer veren bazı uygulama örnekleri geliştirilmeye başlanmıştır. Örneğin; Bozkaya (2023) tarafından yapılandırılan din eğitimi temelli manevi danışmanlık programı, gençlerde affetme, cesaret ve azim gibi erdemleri merkeze alan oturum içerikleriyle kurgulanmış; dini referanslar ile karakter gelişimi arasında ilişki kurmayı amaçlayan bir uygulama çerçevesi sunmuştur. Niyazibeyoğlu'nun (2022) lise öğrencileriyle yürüttüğü değer odaklı manevi güçlenme programı ise Tanrı algısı, insani değerlere bağlılık ve öz yeterlik gibi alanları hedefleyen tematik oturumlar üzerinden

yapılandırılmıştır. Hatipoğlu ve Kaya'nın (2023) uyguladığı şükran temelli manevi grup rehberliği programı da şükran, yaşam anlamı ve içsel huzur temaları etrafında şekillenen bir grup rehberliği içeriğine sahiptir.

Söz konusu çalışmalar, erdem temelli içeriklerin manevi danışmanlık uygulamalarında gençlik gelişiminin desteklenmesinde işlevsel olabileceğini ortaya koymakla birlikte, bu alanda gelişim perspektifiyle yapılandırılmış çalışmalara duyulan ihtiyacın sürdüğünü göstermektedir. Diğer taraftan, mevcut araştırmaların çoğunlukla belirli psiko-spiritüel çıktılara odaklanması, gençlerin gelişimini bütüncül bir süreç olarak ele alan yaklaşımlara olan gereksinimi düşündürmektedir. Bu noktadan hareketle mevcut çalışma, gençlerin gelişim ve refahına katkıyı tekil kazanımlardan ziyade, erdemlerin etkileşimsel işlevini merkeze alarak sağlamayı amaçlamaktadır. Bu doğrultuda makalede, bilgelik, cesaret ve umut erdemlerinin karşılıklı etkileşiminden hareketle, manevi danışmanlık uygulamalarına rehberlik edebilecek erdem temelli bir model önerisi geliştirilmektedir.

Bilgelik, bireyin kendi içsel dünyasını kavramasını sağlayan bir "öz farkındalık" süreci olarak ele alınmakta ve İslam düşüncesindeki marifet-i nefs anlayışıyla ilişkilendirilmektedir. Cesaret, bu içsel farkındalığın değerlerle uyumlu eylemlere dönüştürülmesini mümkün kılan bir "iradi eylem" kapasitesi olarak değerlendirilmektedir. Bu kapasite, model içerisinde fıtrat bilinci çerçevesinde yorumlanmaktadır. Umut ise sürecin geleceğe dönük anlam ve güven eşliğinde sürdürülmesini sağlayan bir "manevi güven" boyutu olarak ele alınmakta ve tevekkül kavramıyla birlikte düşünülmektedir.

Model, karma desenle yürütülen alan araştırmasından elde edilen nicel ve nitel bulguların ilgili kuramsal yaklaşımlarla birlikte değerlendirilmesiyle yapılandırılmıştır. Bu yönüyle çalışma, erdem temelli gelişim süreçlerinin gençlik bağlamında sistematik ve uygulanabilir biçimde nasıl tasarlanabileceğine ilişkin bütüncül bir çerçeve sunmayı hedeflemektedir.

a. Yöntem

Bu çalışma, *karma* desenle yürütülen bir alan araştırmasından elde edilen nicel ve nitel bulguların birlikte değerlendirilmesi sonucunda geliştirilen erdem temelli bir kuramsal çerçevenin ve bu çerçeve kapsamında önerilen Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli'nin metodolojik dayanaklarını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Modelin dayandığı veriler, üniversite öğrencileriyle yürütülen ve pozitif psikoloji temelli manevi danışmanlık programının uygulamasını içeren bir araştırma sürecinde toplanmıştır. Araştırma, müdahalenin etkililiğini inceleyen nicel

boyut ile bu etkinin nasıl ve hangi süreçler üzerinden ortaya çıktığını açıklamaya yönelik nitel boyutun eş zamanlı olarak yürütüldüğü, karma yöntem desenlerinden iç içe deneysel desen çerçevesinde yapılandırılmıştır (Creswell & Plano Clark, 2014).

Modelin geliştirilme sürecinde, elde edilen bulguların çeşitlendirilmesi ve karşılaştırmalı olarak yorumlanması stratejisi benimsenmiştir. Bu doğrultuda önerilen çerçeve; nicel analizlerde anlamlı değişim örüntüsü sergileyen alt boyutlar ile nitel düzeyde katılımcı deneyimlerinden elde edilen temaların birlikte ele alınmasıyla kavramsal olarak yapılandırılmıştır. Bu yönüyle çalışma, önceden bütünüyle kuramsal olarak tasarlanmış bir yapıdan ziyade, müdahale sürecinde ortaya çıkan nicel değişim örüntüleri ile nitel deneyim temalarının karşılıklı etkileşimine dayalı olarak geliştirilen tümevarımsal bir yaklaşımı yansıtmaktadır.

Nicel bulgular, müdahalenin etkililiğine ilişkin kısmi doğrulayıcı göstergeler sunarken; nitel bulgular, bu etkinin hangi deneyimsel ve gelişimsel süreçler aracılığıyla ortaya çıktığını açıklamaya yönelik tamamlayıcı ve derinleştirici veriler olarak ele alınmıştır. Nicel ölçümlerden elde edilen bulgular ile nitel görüşmelerden süzülen temaların birlikte yorumlanması, bilgelik, cesaret ve umut erdemlerinin gençlerin psiko-manevi gelişim sürecindeki işlevlerine ilişkin bütüncül bir okuma yapılmasına imkan tanımıştır. Böylece sahadan elde edilen ve birbirini destekleyen veriler, gençlik gelişimini erdemler üzerinden ele alan ilişkisel ve dinamik bir gelişim çerçevesi haline getirilmiştir.

a.a. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmanın etik uygunluğu, İstanbul Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Tarih: 23.11.2022, Karar No: 2022/266). Çalışmanın nicel verileri; Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOÖ), Sürekli Umut Ölçeği (SUÖ) ve Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği-II (KGYÖ-II) ile toplanmıştır.

(i)-*Kişisel Bilgi Formu*: Katılımcıların demografik özelliklerini (yaş, üniversite, sınıf, yerleşim yeri ve ekonomik durum) belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

(ii)-*Yarı Yapılandırılmış Bireysel Görüşme Formu*: Sürecin nitel boyutunda deney grubundaki katılımcıların (n=11) program hakkındaki görüşlerini ve gelişim süreçlerini derinlemesine incelemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

(iii)-*Psikolojik İyi Oluş Ölçeği:* Araştırmada psikolojik iyi oluşu ölçmek amacıyla Ryff (1989) tarafından geliştirilen ve İmamoğlu (2004) tarafın-

dan Türkçeye uyarlanan 18 maddelik ölçek kullanılmıştır. 5'li Likert tipindeki bu ölçeğin uyarlama çalışmasında iç tutarlılık katsayısı .79 olarak rapor edilmiş; mevcut çalışma örneklemi için ise .75 olarak hesaplanmıştır.

(iv)-*Sürekli Umut Ölçeği:* Genel umut düzeyini değerlendirmek için Snyder vd. (1991) tarafından geliştirilen ve Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçekten yararlanılmıştır. "Alternatif Yollar Düşüncesi" ve "Eyleyici Düşünce" alt boyutlarını kapsayan 12 maddelik ölçeğin uyarlama çalışmasındaki iç tutarlılık katsayısı .84 iken, bu araştırmada .65 olarak saptanmıştır.

(v)-*Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği-II:* Katılımcıların kişisel gelişim yönelimlerini belirlemek amacıyla Robitschek ve arkadaşları (2012) tarafından revize edilen ve Yalçın ve Malkoç (2013) tarafından Türkçeye kazandırılan ölçek kullanılmıştır. Dört alt boyuttan oluşan 16 maddelik ölçeğin uyarlama çalışmasında toplam puan iç tutarlılık katsayısı .91 olarak hesaplanmış; mevcut araştırmada ise bu değer .93 olarak bulunmuştur.

a.b. Uygulama ve Verilerin Toplanması

Araştırma süreci, 2022-2023 eğitim-öğretim yılı güz döneminde İstanbul'da Gençlik ve Spor Bakanlığı'na (GSB) bağlı bir yükseköğrenim yurdunda yürütülmüştür. Deney grubuna, araştırmacı tarafından yapılandırılan ve 11 hafta süren "pozitif psikoloji temelli manevi danışmanlık programı" uygulanmıştır. Program süresince katılımcıların psikolojik iyi oluş, umut ve kişisel gelişim yönelimlerindeki değişimler nicel ölçeklerle (ön test-son test) takip edilmiştir. Kontrol grubuna ise herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Deneysel uygulamanın tamamlanmasının ardından, değişim sürecinin niteliğini ve derinliğini anlamak amacıyla deney grubundaki katılımcılarla (n=11) bireysel görüşmeler gerçekleştirilerek nitel veriler toplanmıştır.

a.c. Verilerin Analizi

Araştırmanın nicel verilerinin istatistiksel çözümlemeleri SPSS 29.0 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Veri analizi sürecinde, çalışma grubunun sayısının sınırlı olması (n=22) ve verilerin parametrik test varsayımlarını tam olarak karşılamaması nedeniyle parametrik olmayan testler tercih edilmiştir. Bu doğrultuda; gruplar arası karşılaştırmalarda Mann Whitney U Testi, grup içi karşılaştırmalarda Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır.

Nitel verilerin analizinde ise fenomenolojik desene uygun olarak betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Görüşme verileri, araştırmacı tarafın-

dan ses kayıtlarından kelimesi kelimesine yazıya aktarılmış; transkriptlerin doğruluğu araştırmacı tarafından dikkatle gözden geçirilerek eksik ya da anlam bütünlüğünü bozan ifadeler düzeltilmiştir. Analiz açısından önemsiz tekrarlar ayıklanarak metinler çözüme hazır hale getirilmiştir.

Analiz sürecinde, araştırma soruları doğrultusunda oluşturulan tematik çerçeve esas alınmış; veriler anlamlı bütünler halinde gruplandırılarak tema ve alt temalar belirlenmiştir. Söz konusu mülakat verilerinin tamamı ve katılımcıların sürece dair genel değerlendirmelerini içeren bulgular, daha önce ayrı bir çalışma kapsamında detaylı olarak rapor edilmiştir (Konar ve Göcen, 2025).

Bu makale kapsamında ise önerilen Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli'nin kuramsal bileşenlerini (bilgelik, cesaret, umut) ve işleyiş mekanizmasını ampirik olarak temellendirmek amacıyla, önceki analiz sonuçlarından elde edilen "Programdan Elde Edilen Kazanımlar" ve "Programın Maneviyata Etkileri" ana temalarına odaklanılmıştır. Elde edilen bu nitel veriler, nicel bulgularla sentezlenerek modelin uygulama ilkelerini ve erdem döngülerini açıklayan tamamlayıcı ampirik dayanaklar olarak kullanılmıştır.

a.d. Araştırmanın Geçerlik ve Güvenirliği

Nitel boyutta inandırıcılığı sağlamak amacıyla Creswell'in (2016) önerdiği stratejilerden yararlanılmıştır. Araştırmacı, manevi danışmanlık uygulamasını içeren 11 oturum süresince katılımcılarla aktif etkileşimde bulunarak güvene dayalı bir etkileşim ortamı oluşturmayı amaçlamış, bu sayede verilerin doğallığının desteklenmesi hedeflenmiştir. Görüşme soruları alan uzmanlarının değerlendirmesine sunulmuş; veri sunumunda doğrudan katılımcı anlatımlarına yer verilerek, elde edilen bulguların araştırmacı yorumlarıyla aşırı biçimde yönlendirilmesinin önüne geçilmeye çalışılmıştır.

a.e. Çalışma Grubu ve Demografik Özellikleri

Araştırmanın çalışma grubunu, GSB'ye bağlı bir yükseköğrenim kız yurdunda barınan 22 üniversite öğrencisi (deney grubu=11; kontrol grubu=11) oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde; teistik bir inanca (Allah inancı) sahip olma, klinik bir psikolojik tanı almamış olma ve programa düzenli katılım sağlama taahhüdü temel dâhil edilme kriterleri olarak belirlenmiştir. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine ilişkin ayrıntılı dağılımlar Tablo-1'de sunulmuştur.

Tablo-1:
Çalışma grubunun demografik özellikleri

Değişken	Deney n (%)	Kontrol n (%)	Toplam n (%)
Üniversite			
Marmara Üniversitesi	6 (54.5)	8 (72.7)	14 (63.6)
İstanbul Medeniyet Üniversitesi	2 (18.2)	1 (9.1)	3 (13.6)
Sağlık Bilimleri Üniversitesi	2 (18.2)	1 (9.1)	3 (13.6)
Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi	1 (9.1)	0 (0.0)	1 (4.5)
Piri Reis Üniversitesi	0 (0.0)	1 (9.1)	1 (4.5)
Sınıf			
Birinci sınıf	5 (45.5)	2 (18.2)	7 (31.8)
İkinci sınıf	2 (18.2)	1 (9.1)	3 (13.6)
Üçüncü sınıf	2 (18.2)	4 (36.4)	6 (27.3)
Dördüncü sınıf	2 (18.2)	4 (36.4)	6 (27.3)
Hayatın geçtiği yer			
Kırsal	2 (18.2)	1 (9.1)	3 (13.6)
Şehir	6 (54.5)	4 (36.4)	10 (45.5)
Büyükşehir	3 (27.3)	6 (54.5)	9 (40.9)
Ekonomik durum			
Düşük	4 (36.4)	2 (18.2)	6 (27.3)
Orta	7 (63.6)	9 (81.8)	16 (72.7)

Tablo-1 incelendiğinde, çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin yarısından fazlasının (%63.6) Marmara Üniversitesi'nde öğrenim gördüğü, geri kalan katılımcıların ise İstanbul Medeniyet, Sağlık Bilimleri, Fatih Sultan Mehmet Vakıf ve Piri Reis üniversitelerine dağıldığı görülmektedir. Katılımcıların sınıflara göre dağılımı incelendiğinde; %31.8 ile birinci sınıf öğrencilerinin yoğunlukta olduğu, üçüncü ve dördüncü sınıfların ise eşit oranda (%27.3) temsil edildiği belirlenmiştir.

Yaşam alanları açısından katılımcıların %86.4'ünün hayatının büyük bölümünü şehir veya büyükşehir merkezlerinde geçirdiği, sadece %13.6'sının kırsal bölgelerden geldiği saptanmıştır. Ekonomik durum değişkenine bakıldığında, katılımcıların büyük çoğunluğunun (%72.7) orta düzeyde ekonomik koşullara sahip olduğu görülmektedir. Örneklemi oluşturan öğrencilerin yaşları 18-27 (deney ort=20.64; kontrol ort=22.00) arasında değişmektedir.

b. Bulgular

Bu bölümde, önerilen Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli'nin dayandığı araştırma kapsamında elde edilen nicel ve nitel bulgular sistematik biçimde sunulmuştur. Nicel bulgular bölümünde, deney grubuna ilişkin ön test-son test karşılaştırmaları ile deney ve kontrol grupları arasındaki karşılaştırmalar, bulguların daha yalın ve sonuç odaklı biçimde sunulması amacıyla gruplar arası farklar üzerinden son test puanları temelinde raporlanmıştır. Nitel bulgular ise katılımcı deneyimlerinden elde edilen ve belirlenen ana temalar altında yapılandırılan veriler

çerçevesinde sunulmuştur. İzleyen alt bölümde, sunulan bulgular önerilen modelin kuramsal varsayımlarıyla ilişkilendirilerek bütünleştirilmiş biçimde yorumlanmıştır. Bu bütünleştirme sürecinde, modelin kurucu bileşenleri olan bilgelik, cesaret ve umut, bulguların açıklayıcı bir çerçevede birlikte okunmasını sağlayan analitik eksenler olarak kullanılmıştır.

b.a. Nicel Bulgular

Bu başlık altında, Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli'nin dayandığı araştırma kapsamında uygulanan pozitif psikoloji temelli manevi danışmanlık programına ilişkin nicel bulgular sunulmaktadır.

Tablo-2:
Deney ve kontrol gruplarında ölçek puanlarının karşılaştırılması

Ölçek Alt Boyut	Deney Ön Test (Ort±SS)	Deney Son Test (Ort±SS)	Kontrol Son Test (Ort±SS)	Wil-coxon z	p	MWU z	p
PİOÖ-T	60,82±10,96	65,55±6,47	59,27±5,60	-1,202	.229	-1,976	.048*
Özerklik	10,45±1,69	10,91±1,70	9,00±1,00	-0,935	.350	-2,952	.003**
Çevresel Hâkimiyet	9,91±2,70	11,09±2,38	9,18±1,83	-0,851	.395	-1,923	.054
Hayat Amacı	10,09±3,01	10,73±2,41	11,00±2,36	-0,426	.670	-0,567	.571
Kendini Kabullenme	9,73±2,93	11,36±2,29	10,09±1,04	-1,628	.103	-1,555	.120
Olumlu İlişkiler	8,45±2,01	7,55±1,63	7,64±1,36	-1,134	.257	-0,102	.919
Kişisel Gelişim	12,18±3,62	13,91±1,04	12,36±2,24	-1,340	.180	-1,793	.073
SUÖ-T	45,45±10,28	53,18±6,38	49,27±4,83	-2,315	.021*	-1,319	.187
Alternatif Yollar	23,45±5,39	27,27±3,16	24,82±3,18	-2,079	.038*	-1,786	.074
Eyleyici Düşünce	22,00±6,00	25,91±3,96	24,45±2,38	-1,873	.061	-1,065	.287
KGYÖ-T	12,45±3,64	15,25±2,40	14,16±2,70	-1,334	.182	-1,149	.250
Değişime Hazır	3,02±1,05	3,86±0,65	3,32±0,81	-1,963	.050*	-1,589	.112
Planlı Olma	3,20±1,15	4,07±0,68	3,31±0,82	-2,094	.036*	-2,111	.035*
Kaynakların Kullanımı	2,73±0,91	3,18±1,21	3,67±0,63	-0,849	.396	-1,124	.261
Amaçlı Davranış	3,50±1,04	4,14±0,73	3,86±0,94	-1,944	.052	-0,667	.505

[Not: Ort: Ortalama; SS: Standart Sapma; *p<.05, **p<.01. Deney grubu n = 11, Kontrol grubu n = 11]

Tablo-2'de yer alan veriler incelendiğinde; uygulanan programın gruplar üzerindeki etkisinin farklı boyutlarda istatistiksel anlamlılığa ulaştığı görülmektedir. PİOÖ sonuçlarına göre, deney grubunun kendi içindeki puan değişimi anlamlı bir farklılık göstermezken (p> .05), gruplar arası son test karşılaştırmasında deney grubu lehine toplam puan düzeyinde anlamlı bir fark oluştuğu saptanmıştır (z=-1,976; p= .048). Bu farkın kaynağı incelendiğinde, Özerklik alt boyutunda deney grubunun kontrol grubuna oranla anlamlı düzeyde yüksek puan aldığı belirlenmiştir (z=-2,952; p= .003). Ölçeğin diğer alt boyutlarında (Çevresel Hakimiyet, Hayat Amacı, Kendini Kabullenme, İnsanlarla Olumlu İlişkiler

ve Kişisel Gelişim) ise gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma gözlenmemiştir (p>.05).

Sürecin umut ve bilişsel esneklik boyutuna dair veriler sunan SUÖ puanları, deney grubunun toplam umut düzeyinde (z=-2,315; p= .021) ve Alternatif Yollar Düşüncesi alt boyutunda (z=-2,079; p= .038) ön teste kıyasla anlamlı bir artış kaydettiğini göstermektedir. Buna karşın, bireyin hedefe yönelik içsel enerjisini temsil eden Eyleyici Düşünce boyutunda anlamlı bir değişim saptanmamıştır (p>.05). Gruplar arası son test karşılaştırmasında ise umut puanlarının aritmetik olarak deney grubu lehine yüksek olduğu görülse de bu fark istatistiksel anlamlılık sınırına ulaşmamıştır (p> .05).

Uygulamanın iradi eylem ve gelişimsel yönelim kapasitesine etkisi KGYÖ-II üzerinden değerlendirildiğinde; deney grubunun Değişime Hazır Olma (z=-1,963; p=.050) ve Planlı Olma (z=-2,094; p= .036) düzeylerinde son test lehine anlamlı artışlar saptanmıştır. Özellikle Planlı Olma alt boyutunda deney grubunun kontrol grubuna kıyasla istatistiksel olarak daha yüksek puan alması (z=-2,111; p= .035), müdahalenin gelişimsel hedefleri yapılandırma becerisini desteklediğine işaret etmektedir. Kaynakların Kullanımı ve Amaçlı Davranış alt boyutlarında ise gruplar içi veya gruplar arası düzeyde anlamlı bir farklılık rapor edilmemiştir (p> .05).

b.b. Nitel Bulgular

Bu bölümde, modelin ampirik dayanaklarını netleştirmek amacıyla, yürütülen nitel analizin kapsamından modelin kuramsal döngüleriyle doğrudan ilişkili olan "Programdan Elde Edilen Kazanımlar" ve "Programın Maneviyata Etkileri" üst temalarına ait bulgular sunulmuştur.

Tablo-3:
Program kazanımları ve manevi etkiler
(Nitel bulgular)

ÜT	AT	Süreç ve Kazanımlar	Temsili Katılımcı Görüşleri
Program Kazanımları	Kendini ve Güçlerini Tanıma	Katılımcıların benlik algılarında açıklık kazandıkları; güçlü, zayıf ve gelişime açık yönlerini fark ederek kendileriyle daha bilinçli bir ilişki kurmaya başladıkları görülmektedir. Bu farkındalık bazı katılımcılarda yüzleşme boyutu taşımaktadır.	"Yol kendime çıktı… Ben kimim, ne yapmaktan hoşlanırım, bunların hepsini burada fark ettim." (K1) "Kendimle yüzleşmemi sağladı. Daha önce hiç böyle şeyler yapmıyordum." (K7) "Özellikle kendi güçlü yönlerimi geliştirmek adına kendimde hiçbir şey görmüyordum." (K5)

	Kişisel Gelişim Yönelimi	Öz farkındalık, bazı katılımcılarda davranışa dönüşerek erteleme eğiliminin azalması, hedef belirleme ve kişisel gelişime yönelik daha iradi bir tutumla ilişkilendirilmiştir.	"Artık 'yapayım, ertelemeyeyim' diyorum. Adım atabiliyorum." (K11) Kabuğumdan çıkmaya başladım. Konfor alanından çıkmadan gelişim olmuyor." (K2) "Daha belirli hedeflerim var şimdi ve o hedeflere daha akıllıca yaklaşıyorum." (K3)
	Farkındalıkta Kalan Değişim	Bazı katılımcılarda güçlü yönlerin fark edilmesine rağmen bu farkındalık henüz davranışsal dönüşüme tam olarak yansımamıştır.	"[Güçlerimi] nerelerde kullanabilirim, onlara bakayım." (K9)
	İyi Oluş ve Duygu Düzenleme	Program sürecinin, olumsuz duygularla baş etme, içsel dengeyi koruma ve öz şefkat geliştirme yönünde katkı sunduğu ifade edilmiştir.	"Eskiden üzüntü uzun sürerdi. Şimdi bir sınır koyabiliyorum." (K10) "Kendime karşı daha anlayışlı oldum. Daha az acımasızım." (K11) "Güçlerimi kullanmak tatmin duygumu artırdı." (K6)
	Pozitif Bakış Açısı ve Umut	Katılımcılar, olaylara karşı daha esnek ve çözüm odaklı bir bakış açısı geliştirdiklerini; karamsarlığın azaldığını ve geleceğe dair umutlarının güçlendiğini ifade etmiştir.	"Bardağın dolu tarafına da bakmak gerektiğini öğrendim." (K3) "Bir sorun varsa, onu çözmek için birçok yol olabileceğini düşünüyorum." (K9) "Bir kapı kapanırsa bir kapı açılır diye bakıyorum artık." (K9)
	Kavramsal Farkındalık	Programda ele alınan kavramların (bilgelik, cesaret, umut, iyimserlik) katılımcıların zihninde yeniden yapılandığı; gündelik anlamların ötesine geçen bir kavrayış geliştiği görülmektedir.	"Bilgelik sadece bilgi değilmiş, kendini bilmekmiş." (K6) "Cesaret gözü kara olmak değil, planlı bir şeymiş." (K6) "İyimserliğin Pollyannacılık olmadığını fark ettim." (K10)
Programın Maneviyata Etkileri	Manevi Yön Keşfetme	Maneviyatın yalnızca dini pratiklerle sınırlı olmadığı; anlam, şükür, farkındalık ve yaşamla bağ kurma boyutlarıyla genişlediği ifade edilmiştir.	"Maneviyatın sadece ibadet olmadığını fark ettim." (K4) "Maneviyatım zayıf sanıyordum ama öyle değilmiş." (K8) "Kendimi daha güçlü hissettim." (K5)
	Manevi Boyut Farkındalığı	Katılımcılar, insani niteliklerin manevi yaşamla bütünleştiğini ve erdemlerin maneviyatın altyapısını oluşturduğunu dile getirmiştir.	"Maneviyatın temeli cesaret ve bilgelikmiş gibi geldi." (K2) "Umutla tevekkülün birlikte düşünülmesi beni çok etkiledi." (K6)

Tablo-3'te, manevi danışmanlık uygulamasına katılan öğrencilerin deneyimlerinden elde edilen nitel bulgular; programdan elde edilen kazanımlar ve manevi etkiler olmak üzere iki üst tema altında; öz farkındalık, kişisel gelişim ve yönelim, duygu düzenleme ve iyi oluş, pozitif bakış açısı/umut ile maneviyatın erdemlerle bütünleşen yorumu gibi alt temalar çerçevesinde sunulmuştur.

Katılımcı anlatılarının önemli bir bölümünün kendini ve güçlü yönleri tanıma, farkındalığın davranışa dönüşmesi ya da bazı durumlarda farkındalık düzeyinde kalması, planlı ve iradi eyleme yönelim, bilişsel esneklik ve umut ile maneviyatın anlam ve erdem temelli yeniden yapılandırılması eksenlerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Bu nitel örüntüler, katılımcıların psiko-manevi gelişim sürecini doğrusal bir ilerleme olarak değil; farkındalık, eylem ve süreklilik arasında değişen yoğunluklarda işleyen dinamik bir süreç olarak deneyimlediklerine işaret etmektedir. İzleyen bölümde bu temalar, nicel bulgularla ilişkilendirilerek, bilgelik, cesaret ve umut erdemlerinin model içerisindeki işlevsel rolleri bağlamında ele alınacaktır.

b.c. Nicel ve Nitel Bulguların Bütünleştirilmesi

Bu çalışmada nicel bulgular, önerilen modelin kavramsal altyapısına ilişkin sınırlı ancak anlamlı göstergeler sunarken; nitel bulgular bu verilerin hangi deneyimsel dinamikler aracılığıyla anlamlandırıldığını açıklayan bağlamsal bir çerçeve sağlamaktadır. Nicel ve nitel veri setlerinin kesiştiği alanlar; bilgelik, cesaret ve umut erdemlerinin model içerisindeki işlevsel karşılıklarını açıklayan ampirik dayanaklar olarak ele alınmıştır.

Bu bütünleştirme süreci, verilerin önceden kurgulanmış bir yapıyı doğrulamasından ziyade; modelin hangi bileşenler üzerinden yapılandığını ve gelişimsel süreçte bu erdemlerin nasıl bir etkileşim içine girdiğini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu metodolojik yaklaşım doğrultusunda hazırlanan Tablo-4, her iki veri kaynağının sentezlendiği bütünleşik bir gösterim sunmaktadır.

Tablo-4:
Erdem temelli manevi danışmanlık modelinin bütünleştirilmiş bulguları

Model Boyutu Süreç Alanı	Nicel Bulgular	Nitel Bulgular	Bütünleştirilmiş Yorum
Bilgelik: Öz Farkındalık ve Özerklik	PİOÖ Özerklik alt boyutunda gruplar arası anlamlı fark ($p<.01$).	Kendini ve güçlerini tanıma, içsel yüzleşme, kendilik sorgulaması.	Nicel verilerdeki güçlü özerklik artışı, nitel bulgularda "kendi güç ve değerlerine yönelme" olarak karşılık bulmaktadır. Bu durum, bilgeliğin içsel bir referans çerçevesi sunduğuna işaret etmektedir.
Cesaret: Değişime Hazırlık ve Planlama	Değişime Hazır Olma ($p=.050$) ve Planlı Olma ($p=.036$) grup içi anlamlı artış; Planlı Olma'da gruplar arası anlamlı fark ($p=.035$).	Konfor alanını sorgulama, ertelemenin azalması, somut ve değer temelli hedef belirleme.	Cesaret; farkındalığı somut eyleme taşıyan bir geçiş köprüsü işlevi görmektedir. Nicel bulgular, katılımcıların hem "niyet/hazırlık" hem de "strateji/plan" düzeyinde gelişim gösterdiğini doğrulamaktadır.
Umut: Alternatif Yollar Düşüncesi	SUÖ Toplam ve Alternatif Yollar alt boyutunda grup içi anlamlı artış ($p<.05$).	Pozitif bakış açısı, çözüm odaklılık, manevi referanslı	Umudun "yol bulma" kapasitesindeki nicel gelişim, nitel bulgulardaki "alternatif üretme" ve

		bilişsel esneklik.	manevi güvenle (hayır vardır) pekişen esneklik deneyimleriyle uyum sergilemektedir.
İyi Oluş: Duygu Düzenleme	PİOÖ Toplam puanında anlamlı gruplar arası fark (p=.048); ancak grup içi değişim sınırlı.	Olumsuz duyguları yönetme, öz şefkat gelişimi, içsel denge arayışı.	Nicel bulgulardaki sınırlı artış, iyi oluşun ve kendini kabulün erdem temelli süreçlerle daha dolaylı ve zamana yayılan bir ilişki içinde geliştiğine işaret etmektedir.
Manevi Bağlam: Erdem Entegrasyonu	Doğrudan (nicel) ölçülmedi.	Maneviyatın genişlemesi, erdemlerin tevekkül ve fıtratla ilişkilendirilmesi.	Maneviyat, nicel olarak ölçülmemesine rağmen nitel bulgularda modelin tüm aşamalarına anlam katan varoluşsal bir "üst zemin" olarak işlev görmüştür.

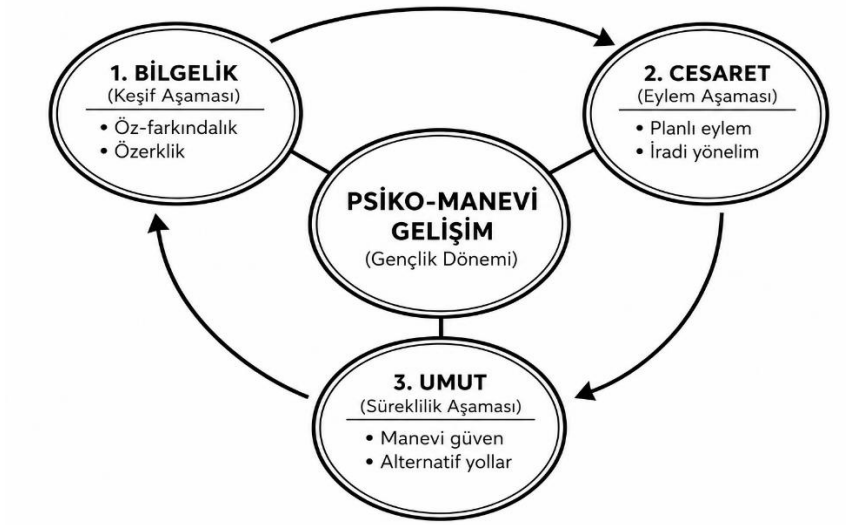
Tablo-4, araştırma kapsamında elde edilen nicel ve nitel bulguların, önerilen model çerçevesinde bir arada sunulduğu bir "Bütünleşik Veri Gösterimi" niteliğindedir. Bu yapı, Creswell ve Plano Clark (2014) tarafından karma yöntem araştırmalarında önerilen veri bütünleştirme yaklaşımıyla uyumlu bir çerçeve sunmaktadır. Tabloda, her bir model bileşeni için istatistiksel sonuçlar ile katılımcı anlatılarından elde edilen tematik bulgular yan yana getirilmiş; bu iki veri kaynağı arasındaki benzerlik ve farklılıklar bütünleştirilmiş yorumlar aracılığıyla ele alınmıştır.

Bu bütünleşik tablo; bilgelik, cesaret ve umut erdemlerinin gençlerin gelişim sürecinde nasıl bir etkileşim içinde olabileceğini ve farkındalıktan eyleme geçiş sürecindeki döngüyü görünür kılmaktadır. Ayrıca tablo, nicel analizlerde sınırlı düzeyde gözlenen değişimlerin nitel verilerle nasıl anlamlandırılabildiğini, aynı şekilde nitel kazanımların nicel verilerle ne ölçüde desteklendiğini ortaya koymaktadır.

c. Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli: Kuramsal ve Ampirik Yorumlama

Bu alt bölümde, Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli'nin kuramsal mimarisi ile ampirik bulgular arasındaki ilişki bütüncül bir yorumlama çerçevesi içinde ele alınmaktadır. Bu doğrultuda modelin yalnızca kavramsal bir öneri olarak değil, aynı zamanda nicel ve nitel verilerle desteklenen işlevsel bir psiko-manevi gelişim yapısı olarak nasıl çalıştığı açıklığa kavuşturulmaktadır. Yapılan değerlendirmede, bilgelik, cesaret ve umut eksenleri hem gelişimsel ilerleyişin temel bileşenleri hem de danışmanlık sürecinde gözlenen dönüşüm örüntülerinin yorumlayıcı çerçevesi olarak değerlendirilmiştir.

Şekil-1:
Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli



Şekil-1 ile temsil edilen modelin merkezinde "Psiko-Manevi Gelişim" hedefi yer almakta; bu hedef çevresinde birbirini besleyen üç ana evre konumlanmaktadır: (1) Bilgelik (Keşif Aşaması): Öz-farkındalık ve özerklik odaklı içsel keşfi; (2) Cesaret (Eylem Aşaması): Planlı eylem ve iradi yönelimle bu farkındalığın davranışa dönüşmesini; (3) Umut (Süreklilik Aşaması): Manevi güven ve alternatif yollar üretme becerisiyle gelişimin kalıcı hale gelmesini simgelemektedir. Dış çerçevedeki dairesel oklar, bu sürecin statik olmadığını; keşfin eylemi, eylemin sürekliliği, sürekliliğin ise daha derin bir keşfi tetiklediği dinamik ve döngüsel bir etkileşim içerisinde olduğunu ifade etmektedir.

Bu bölümde, nicel ve nitel bulguların bütünleştirilmesiyle ortaya çıkan örüntüler, önerilen Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli'nin kurucu bileşenleri olan bilgelik, cesaret ve umut ekseninde yorumlanmaktadır (bkz. Şekil-1). Bulgular, istatistiksel anlamlılık düzeylerinin ötesinde, modelin dayandığı kuramsal varsayımlar ve öngörülen işleyiş mekanizmalarıyla ilişkili biçimde ele alınmıştır. Böylece her bir erdem bileşeni, ampirik bulgular ışığında gelişimsel bir süreç alanı olarak kavramsallaştırılmaktadır.

c.a. Bilgelik ve Öz Farkındalık

Bilgelik, farklı felsefi ve dini geleneklerde insani gelişimin merkezi bir bileşeni olarak ele alınmakta; çağdaş psikoloji literatüründe ise ödömonik iyi oluş, kişisel büyüme ve yaşamla kurulan anlamlı ilişkiyle bağlantılı çok boyutlu bir psikososyal yapı olarak kavramsallaştırılmaktadır (Peterson & Seligman, 2004; Baltes & Smith, 2008; Glück vd., 2022). Pozitif

psikoloji perspektifinde bilgelik, yalnızca bilişsel bir yeterlik değil; bireyin yaşam deneyimlerini anlamlandırabilme, farklı bakış açılarını bütünleştirebilme ve bu bilgiyi değerlerle uyumlu bir yaşam yönelimine dönüştürebilme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır (Damon, 2000; Staudinger & Leipold, 2003). Bu yönüyle bilgelik, bilgi ile eylem arasındaki ilişkiyi düzenleyen üst düzey bir öz yönelim mekanizması olarak değerlendirilmektedir.

Ampirik çalışmalar, bilgelik kavramının iç gözlem, kendini tanıma ve farkındalık süreçleriyle yakından ilişkili, çok boyutlu bir yapı sergilediğini doğrulamaktadır (Bangen vd., 2013; Wang & Cheng, 2025). Kültürlerarası araştırmalar, Batı bağlamında bilgeliğin daha çok bilişsel bileşenler üzerinden ele alındığını; Doğu geleneklerinde ise bilişsel, duyuşsal ve ahlaki boyutların birlikte vurgulandığını ortaya koymaktadır (Takahashi & Bordia, 2000). Pozitif psikoloji literatüründe bilgeliğin bilişsel çekirdeğini oluşturan yaratıcılık, merak, açık fikirlilik ve perspektif alma gibi karakter güçleri, bireyin kendisi ve yaşamı üzerine yansıtıcı düşünme süreçlerini destekleyen işlevler olarak görülmektedir (Peterson & Seligman, 2004).

Güncel çalışmalar, bilgelik ve ilişkili erdem yapılarının duygu düzenleme, sosyal uyum ve anlam inşası süreçleriyle ilişkili olduğunu; üniversite öğrencilerinde ise bilinçli farkındalık ve dindarlıkla pozitif yönde bağlantılar sergileyebildiğini göstermektedir (Balıkçı, 2023; Kim vd., 2024). Bununla birlikte literatürde, farkındalık ve bilgelik arasındaki ilişkinin her bağlamda aynı güçte ve doğrusal biçimde ortaya çıkmadığını gösteren bulgular da bulunmaktadır. Nitekim Sharma ve Dewangan (2017) ile Bruya ve Ardelt (2018), farkındalık temelli uygulamaların bilgelik göstergeleriyle ilişkili olmakla birlikte, bu ilişkinin müdahalenin süresi, bağlamı ve ölçülen bilgelik boyutlarına göre değişkenlik gösterebildiğini rapor etmektedir.

İslam düşünce geleneğinde bilgelik, insanın manevi olgunlaşma süreciyle ilişkilendirilmekte ve "kendini bilme" (marifet-i nefs) ilkesi üzerinden ele alınmaktadır (Abdullah & Halabi, 2017). Bu yaklaşımda bireyin kendi içsel eğilimlerini, sınırlarını ve potansiyelini fark etmesi, manevi gelişimin temel bir boyutu olarak değerlendirilmektedir (Uludağ, 2003). Psikoloji literatüründe benzer bir süreç; kendini kabul, öz farkındalık ve bütünleşik öz bilgi gibi kavramlarla açıklanmaktadır (Ryff, 1989; Ghorbani vd., 2008). Bu bağlamda bütünleşik öz bilgi, bireyin yaşam deneyimlerini zamansal süreklilik içinde anlamlandırmasına ve bu deneyimleri benlik yapısıyla uyumlu biçimde bütünleştirmesine imkân tanıyan psikolojik bir süreç olarak ele alınmaktadır. Bu çerçevede bilgelik,

geleneksel maneviyatta yer alan marifet-i nefs anlayışı ile çağdaş psikolojideki öz bilgi literatürü arasında kavramsal bir bağ kuran bir perspektif sunmaktadır.

Bilgeliğin gelişimsel yönü incelendiğinde, bu özelliğin yalnızca ileri yaşlara özgü bir nitelik olmadığı; genç yetişkinlik döneminde deneyim, yansıtma ve rehberlik süreçleri aracılığıyla geliştirilebilir bir psikososyal kapasite olduğu vurgulanmaktadır (Carr, 2016). Genç yetişkinliğe odaklanan çalışmalar, bilgeliğin öz yansıtma, değer yönelimi ve psikososyal olgunlukla anlamlı biçimde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Webster, 2010). Özellikle kendini tanıma ve içsel farkındalık süreçlerinin, özerklik ve psikolojik iyi oluşla pozitif; anksiyete ve psikolojik sıkıntılarla ise negatif ilişkiler sergilediği gösterilmiştir (Ghorbani vd., 2008; Behjati vd., 2011; Demirci & Şar, 2017). Manevi danışmanlık bağlamında ise Brunsdon (2015), bilgeliğin bireyin içsel kaynaklarını anlamlandırmasını ve bu kaynakları yaşam yönelimine dâhil etmesini kolaylaştıran bir eksen sunduğunu belirtmektedir.

Mevcut çalışmada, uygulama sonrasında deney grubunun PİOÖ'nin Özerklik alt boyutundaki puanlarının kontrol grubuna kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bulunması ($z=-2.952$, $p=.003$), bilgelik bileşeninin öz farkındalıkla ilişkili yönelimsel işleviyle tutarlı bir örüntüye işaret etmektedir. Buna karşın deney grubunun ön test-son test karşılaştırmasında grup içi değişimin anlamlı düzeye ulaşmamış olması, bu etkinin kısa vadede nicel bir artıştan ziyade, bireyler arası farklılaşma biçiminde görünür hale geldiğini düşündürmektedir. Nitel bulgularda katılımcıların öz farkındalık ve içsel yönelim vurgularının öne çıkması da bu yorumu desteklemektedir. Örneğin bir katılımcı, içsel keşfini *"Yol kendime çıktı"* (K1) ifadesiyle dile getirirken; bir diğeri, *"Kendimle yüzleşmemi sağladı… Daha önce hiç böyle şeyler yapmıyordum kendim için"* (K7) sözleriyle bilgeliğin yansıtıcı ve dönüştürücü gücüne dikkat çekmiştir.

Söz konusu nicel bulgu, katılımcıların karar süreçlerinde dışsal onay mekanizmalarına görece daha az bağımlı olma ve kendi içsel değerlerini merkeze alma eğilimine yöneldiklerini göstermektedir. Nitekim güncel meta-analitik çalışmalar da bilgeliğin öz farkındalık, yansıtıcılık ve duygu düzenleme süreçleriyle anlamlı ilişkiler sergilediğini doğrulamaktadır (Dong vd., 2023). Ardelt (2004), bilgeliğin yansıtıcı boyutunu, bireyin yaşantılarını çoklu bakış açılarıyla değerlendirebilmesini ve kendi varsayımlarını sorgulayabilmesini sağlayan temel bir süreç olarak ele alır. Bu yansıtıcı kapasitenin güçlenmesi, bireyin seçimlerinde daha içsel referanslara dayalı bir tutum geliştirmesine imkân tanımakta ve Öz Belirleme Kuramı'nda (Ryan & Deci, 2024) açıklanan içselleştirme ve bütün-

leştirme süreçleriyle kuramsal olarak örtüşmektedir. Kuramın yerel kültürdeki geçerliliği (Çankaya, 2009) dikkate alındığında, bu özerklik farklılaşması, gençlerin yaşam yönelimlerini daha bilinçli yapılandırabildikleri bir psikolojik güçlenme örüntüsüne işaret etmektedir.

Son olarak, psikolojik iyi oluşun öz bilgi, kendini kabul ve kişisel büyüme gibi özellikleri, onun bilgelikle ilişkisini destekleyen temel boyutlar olarak görülmektedir (Demirci & Şar, 2017; Glück vd., 2022). Ancak, mevcut model kapsamında PİOÖ'nin Kendini Kabul boyutunda anlamlı bir farklılaşma saptanmaması, bu boyutun bireyin daha derin duygusal ve ilişkisel süreçlerine dayalı olmasıyla ilişkilendirilebilir. Literatürde, öz şefkat ve kendini kabul süreçlerinin erken bağlanma deneyimleri ve benlik temsilleriyle bağlantılı olduğu ve çoğunlukla zaman içinde gelişen süreçler olduğu belirtilmektedir (Neff, 2011). Benzer biçimde, kendine yönelik kabul edici tutumların bireyin duygu düzenleme sistemleri arasındaki dengeyle ilişkili olabileceği ve bu dengenin zaman içinde yeniden yapılandırılabildiği ileri sürülmektedir (Gilbert, 2010).

Bu çerçevede bulgular, model kapsamındaki manevi danışmanlık uygulamasının kısa vadede öz farkındalık ve yönelimsel kazanımlar üretirken, kendini kabul gibi derin öz düzenleme süreçleri için daha uzun süreli destek gerektirebileceğine işaret etmektedir. Bu bağlamda bilgelik, önerilen modelde yalnızca bir içgörü durumu değil; cesaret ve umut erdemlerinin gelişimini mümkün kılan kurucu bir başlangıç aşaması olarak değerlendirilmektedir.

c.b. Cesaret ve İradi Eylem

Önerilen modelin ikinci kurucu bileşeni olan cesaret; bireyin belirsizlik, korku ve dışsal baskı koşullarına rağmen kendi değerleriyle uyumlu biçimde eyleme geçebilme kapasitesi olarak ele alınmaktadır. Pozitif psikoloji literatüründe bir erdem ve karakter gücü olarak tanımlanan cesaret (Peterson & Seligman, 2004); gelişimsel ve varoluşçu yaklaşımlarda bireyin güvenlik ihtiyacının ötesine geçerek büyüme yönelimli tercihlerde bulunmasını mümkün kılan bir psikolojik eşik olarak kavramsallaştırılmaktadır (Goud, 2005). Güncel çalışmalar, cesareti bireyin potansiyelini planlı ve değer temelli eylemlere dönüştürme sürecinde işlevsel bir psikososyal kaynak olarak değerlendirmektedir (Chowkase vd., 2024). Bu çerçevede cesaret, salt risk alma davranışından ziyade; farkındalıkla temellenmiş, anlamlı hedeflere yönelmiş bilinçli eylemleri kapsayan çok boyutlu bir erdem yapısı olarak görülmektedir.

Cesaretin varoluşsal boyutu, bireyin belirsizlik altında kendi varlığını onaylayarak eylemde kalabilme kapasitesiyle ilişkilendirilmektedir (Tillich, 2014). Putman (2010), cesareti fiziksel ve ahlaki boyutlarının yanı

sıra psikolojik boyutuyla ele alarak; bu kavramı bireyin kendi sınırlılıkları, korkuları ve içsel çatışmalarıyla yüzleşebilme yetisi olarak açıklamıştır. Bu yönüyle cesaret, kişisel gelişim süreçlerinde dönüşümün doğrudan kendisi değil, bu dönüşümü mümkün kılan temel bir ön koşul olarak değerlendirilmektedir (Skinner, 2010). Bununla birlikte literatürde, cesaretin her eylemde erdemsel bir nitelik taşımayabileceği de tartışılmaktadır. Nitekim cesaret gerektiren eylemlerin her zaman olumlu sonuçlar doğurmadığı (Voigt vd., 2018) ve hedefin değeri ile bağlamsal koşullar dikkate alınmadığında kontrolsüz risklerin ortaya çıkabileceği (Pury vd., 2015) vurgulanmaktadır. Bu nedenle mevcut çalışmada cesaret; anlamlı, etik açıdan savunulabilir ve uzun vadeli gelişime hizmet eden hedeflere yönelik "bilinçli davranış" (Seligman, 2002) bağlamında sınırlandırılmıştır.

Bu iradi yönelim, İslami psikoloji literatüründe insanın ahlaki potansiyelini ve değer hassasiyetlerini ifade eden "fıtrat" kavramı çerçevesinde analiz edilebilir (Hökelekli, 1996; Rassool, 2023). Bireyin doğruya ve iyiliğe yönelme eğilimini içeren fıtratın korunması ve gerçekleştirilmesi; bilinçli öz denetim, iradi çaba ve değer temelli yönelim süreçleriyle ilişkilendirilmektedir (Haque, 2004). İslam ahlak geleneğinde "şecaat" kavramı ile karşılanan bu erdem, fiziksel cesaretin ötesinde; bireyin inandığı değerleri eylemle ifade edebilme ve nefsani dürtülerini denetleyerek dengeli bir tutum geliştirebilme kapasitesini kapsamaktadır (Çağrıcı, 2010; Miskeveyh, 2017). Model kapsamında cesaret; hikmet ve itidal ile bütünleşik bir yapı içerisinde (Baynal & Yıldırım, 2020), "bilgelik" aşamasında kazanılan farkındalığın davranışsal düzleme taşınmasını sağlayan iradi bir köprü işlevi görmektedir.

Nicel bulgular incelendiğinde, KGY-II'nin Değişime Hazır Olma ($z = -1{,}963$; $p = .050$) ve Planlı Olma ($z = -2.094$, $p = .036$) alt boyutlarında deney grubu lehine saptanan artış, cesaret bileşeninin "eyleme geçiş" işlevine dair sınırlı fakat anlamlı bir gösterge sunmaktadır ($p = .035$). Alan yazında planlı olma, kişisel gelişim inisiyatifinin bir boyutu olarak bireyin gelişim hedeflerini gerçekçi stratejilere dönüştürme kapasitesini ifade etmekte ve iradi eylemin düzenleyici bir yönünü yansıtmaktadır (Robitschek vd., 2012). Ancak Kaynakların Kullanımı ve Amaçlı Davranış alt boyutlarında anlamlı bir değişimin gözlenmemesi, cesaretin bu aşamada daha çok başlatıcı ve düzenleyici düzeyde işlediğini düşündürmektedir. Gelişimsel müdahale literatürü de değişime yönelik niyet ve planlama kapasitesinin, davranışın sürdürülebilir biçimde yapılandırılmasından daha erken ortaya çıktığını; öz yönetim ve davranışın sürekliliğine ilişkin becerilerin ise çoğu zaman daha uzun süreli destek gerektirdiğini göstermektedir (Robitschek vd., 2012; Ryan & Deci, 2024).

Bu nicel örüntü, nitel bulgularla birlikte ele alındığında daha açıklayıcı bir çerçeve sunmaktadır. Katılımcıların cesareti dürtüsel bir risk alma değil; planlı ve değer yönelimli bir süreç olarak tanımlamaları dikkat çekicidir. Örneğin K6'nın cesareti *"önünü ve arkasını düşünerek atılan bilinçli bir adım"* olarak ifade etmesi, bu erdemin stratejik ve düzenleyici bir kapasite olarak içselleştirildiğine işaret etmektedir. Benzer biçimde K10'un anlam temelli amaçlara yönelmesi, planlı olma becerisinin değer temelli bir yönelimle yapılandığını destekler niteliktedir. Ortaya çıkan bu tablo, cesaretin farkındalığı somut davranışlara dönüştürmede "aracı bir mekanizma" olduğu yönündeki literatürle örtüşmektedir (Magnano vd., 2021; Parola vd., 2023). Sonuç olarak cesaret; gençlerin gelişimsel geçiş süreçlerinde eyleme geçmeyi kolaylaştıran bir psikolojik eşik olmanın yanı sıra, manevi danışmanlık sürecinde farkındalığı somutlaştıran geçişsel bir gelişim bileşeni olarak değerlendirilmeye uygun görünmektedir.

c.c. Umut ve Manevi Güven

Önerilen modelin döngüsel yapısını tamamlayan ve gelişimsel sürecin sürekliliğine katkı sağlayan üçüncü temel erdem umut olarak yapılandırılmıştır. Pozitif psikoloji literatüründe umut, bireyin yaşamı aşan anlam kaynaklarıyla ilişki kurmasını sağlayan ve "aşkınlık" erdemi altında değerlendirilen temel psikolojik güçler arasında yer almaktadır (Peterson & Seligman, 2004). Umut, bireyin ulaşılabilir hedefler doğrultusunda çaba gösterebilmesini mümkün kılan motivasyonel ve düzenleyici bir psikolojik kaynak olarak ele alınmaktadır (Hefferon & Boniwell, 2014; Nazir, 2020).

Snyder'in (2002) umut kuramı, bu yapıyı hedeflere yönelik kararlılık (agency) ve alternatif yollar üretebilme kapasitesi (pathways) olmak üzere iki bilişsel bileşen üzerinden tanımlamaktadır. Bu çerçevede umut, yalnızca geleceğe dair iyimser bir beklenti değil; bireyin mevcut koşullar içerisinde yönelimini sürdürebilmesini sağlayan dinamik bir düzenleme mekanizmasıdır (Göcen, 2020). Ampirik çalışmalar; umudun yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş ve direnç gibi işlevsel göstergelerle anlamlı ilişkiler sergilediğini doğrulamaktadır (Feldman & Snyder, 2005; Proyer vd., 2013; Ong vd., 2018; Murphy, 2023).

Pozitif psikoloji perspektifinde umut, yalnızca öznel bir "iyi hissetme" durumu değil; psikolojik büyüme ve işlevsel uyum süreçlerini destekleyen araçsal bir kaynaktır (Fredrickson, 2004; Seligman, 2011). Gençlik döneminde umut; yüksek bilişsel işlevsellik (Snyder vd., 2002; Long vd., 2024), hedeflere ulaşma kapasitesi (Feldman vd., 2009), yaşamda anlam (Vela vd. 2015; Nell, 2016) ve öznel iyi oluş (Dursun,

2021) gibi yapılarla ilişkili koruyucu bir kaynak işlevi görmektedir. Güncel sistematik derlemeler, umudun etkilerinin farklı kültürel yapılarda da gençlerin motivasyon ve gelişimsel uyum süreçlerini desteklediğini ortaya koymaktadır (Bowers & Bowers, 2023).

Önerilen modelde umut, Snyder'in bilişsel çerçevesi genişletilerek manevi ve aşkın referanslarla ilişkilendirilmiştir. Bernardo ve Sit (2020), umut gelişiminde özellikle aşkın bir varlıkla kurulan ilişkiler bağlamında "paylaşılan yolların" belirleyici olabildiğini vurgulamaktadır. Manevi danışmanlık literatüründe de umut; yaşamı anlamlandırma, belirsizlikle başa çıkma ve varoluşsal güven geliştirme süreçlerinde merkezi bir rol üstlenmektedir (Clinebell, 1979; Capps, 2001; Worthington, 2013). İslam düşüncesinde umut, korku ve beklenti arasında dengelenen (havf-reca) bir yapı içerisinde; tevekkül ve hüsn-ü zan kavramlarıyla bütünleşik olarak ele alınmaktadır (Çağrıcı, 2012; Akto, 2020). Bu bağlamda umut, sonuçtan bağımsız olarak süreci anlamlı ve hayırlı görmeye imkân tanıyan bir manevi güven zemini sunmaktadır (Stone & Lester, 2001; Kwan, 2010; Kandemir, 2022). Ampirik araştırmalar da tevekkülün, dini başa çıkma aracılığıyla psikolojik sağlamlık ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Çınar, 2022; Kuloğlu, 2023).

Bu çalışmanın deney grubunda SUÖ'nin Alternatif Yollar Düşüncesi alt boyutunda gözlemlenen istatistiksel olarak anlamlı grup içi artış ($z=-2.079$; $p=.038$), umudun bilişsel esneklik ve strateji üretme kapasitesiyle ilişkili bir kaynak olarak işlev gördüğüne işaret etmektedir. Buna karşın Eyleyici Düşünce alt boyutunda anlamlı bir değişimin saptanmaması, bireylerin yeni çözüm yolları üretme konusunda bilişsel bir beceri kazansalar da bu yolları yürüyecek motivasyonel kararlılığın ve içsel enerjinin pekişmesi için daha uzun süreli uygulamalara ihtiyaç duyulabileceğini düşündürmektedir. Snyder'ın (2002) umut kuramından hareketle bilişsel yolların keşfinin motivasyonel kararlılıktan daha önce gelişebildiği; eyleyici düşüncenin ise deneyimlenen başarılarla zaman içinde güçlendiği belirtilebilir. Bu durum, umudun bu çalışmada daha çok "yol gösterici" bir işlev üstlendiğini, henüz tam bir motivasyonel alışkanlığa dönüşmemiş olabileceğini düşündürmektedir. Alan yazınında da umut düzeyi yüksek bireylerin esnek strateji geliştirme eğilimlerinin daha belirgin olduğuna; motivasyonel kararlılığın ise süreç içerisinde deneyim ve başarılarla birlikte güçlenebildiğine işaret etmektedir (Bailey vd., 2007; İmiroğlu vd., 2021).

Bu bulgular, umut yapısının bilişsel bileşenlerine ilişkin önemli ipuçları sunmakla birlikte, kullanılan ölçüm aracının güvenirlik düzeyinin bu bulgular çerçevesinde ve bağlamsal koşullar dikkate alınarak değerlendirilmesi gerekmektedir. Araştırmada kullanılan Sürekli Umut Ölçeği'nin

iç tutarlılık katsayısının (.65), uyarlama çalışmasındaki değerin (.84) altında kalması yöntemsel açıdan dikkate alınması gereken bir bulgu olarak değerlendirilebilir. Sosyal bilimlerde .70 altındaki değerler genellikle bir sınırlılık olarak görülmekle birlikte (Tavşancıl, 2010), bu durumun çalışma grubunun sınırlı büyüklüğü (n=22) ve ölçeğin iki alt boyutlu yapısı ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Alan yazında, küçük örneklemlerde ve düşük varyans içeren gruplarda Cronbach alfa katsayısının düşme eğilimi gösterebildiği ifade edilmektedir (Büyüköztürk, 2018). Ayrıca, alt boyutların örneklem içinde farklı örüntüler sergilemesi, toplam puan üzerinden hesaplanan iç tutarlılığı zayıflatmış olabilir (Cortina, 1993). Özetle bu bulgu, ölçüm aracının yetersizliğinden ziyade örneklem ve yapı özellikleri bağlamında değerlendirilebilir.

Bu çerçevede, eyleyici düşüncedeki durağanlığa rağmen SUÖ toplam puanındaki artış (z=-2.315, p=.021), manevi güvenin (hüsn-ü zan ve tevekkül) bireyin kendi sınırlı gücünün ötesinde bir destek mekanizmasını sürece dâhil ettiğini düşündürmektedir. Nitekim nicel verilerdeki "alternatif yol üretme" kapasitesi, nitel bulgularda katılımcıların manevi referanslarla geliştirdikleri bilişsel esneklik örneklerinde karşılık bulmaktadır. K9'un *"Bir kapı kapanır, bir kapı açılır"* ifadesi ile K2'nin *"hayır vardır"* yaklaşımı, manevi referansların umut algısını nasıl yapılandırdığını göstermektedir. Bu deneyimler, Snyder'in (2002) bilişsel umut modelinin manevi kaynaklarla desteklendiğinde varoluşsal belirsizlikleri de kapsayacak biçimde genişleyebileceğini öne süren güncel çalışmalarla (Vural, 2021; Wnuk, 2023) tutarlılık göstermektedir. Sonuç olarak umut bileşeni; önerilen modelde bir sonuç değişkeninden ziyade, bilgelik ve cesaret aşamalarında kazanılan farkındalığın sürdürülebilirliğini destekleyen düzenleyici bir mekanizma olarak konumlandırılmaktadır. Bu yapı, farkındalık (bilgelik), iradi eylem (cesaret) ve süreklilik (umut) ekseninde işleyen döngüsel bir gelişim mekanizmasına işaret etmektedir.

d. Modelin Temel İlkeleri

Bu çalışma kapsamında önerilen Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli yalnızca kuramsal bir çerçeve sunmayı değil, aynı zamanda gençlerin psiko-manevi gelişim süreçlerine doğrudan temas edebilecek uygulanabilir ilkeler ortaya koymayı amaçlamaktadır. Model, insanı fiziksel, psikolojik ve manevi boyutlarıyla bütüncül bir varlık olarak ele alan gelişimsel bir perspektife dayanmakta; bilgelik, cesaret ve umut erdemlerini bireyin öz farkındalık kazanması, değer temelli eyleme yönelmesi ve gelişimsel süreklilik oluşturması süreçlerinde etkin gelişim kaynakları olarak konumlandırmaktadır. Bu yaklaşım, pozitif psikolojinin erdem temelli çerçevesi ile manevi danışmanlığın kültüre duyarlı ve bütüncül ba-

kış açısını bir araya getirerek danışmanlık sürecini yalnızca sorun giderme düzeyinin ötesine taşıyan gelişim odaklı bir müdahale perspektifi sunmaktadır.

d.a. Kuramsal İlkeler

d.a.a. Bütüncül İnsan Anlayışı

Model, insanın fiziksel, zihinsel, duygusal ve manevi yönleriyle bir bütün olduğunu kabul eden antropolojik bir temele dayanır (Huitt & Robbins, 2003; Paloutzian & Park, 2014). Pozitif psikolojinin insanın içsel güçlerine ve potansiyellerine odaklanan yaklaşımıyla desteklenen bu perspektifte, psikolojik iyilik halinin manevi kaynakların fark edilmesiyle derinleştiği kabul edilir (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Manevi danışmanlık odağında ise insanın yaratılıştan getirdiği potansiyelleri tanıması ve bunları yaşamıyla bütünleştirmesi varoluşsal bütünlüğün temelini oluşturur (Koç, 2021; Rothman vd., 2024). Dolayısıyla bütüncül insan anlayışı ilkesi, manevi boyutu gelişimin merkezine yerleştirerek psikolojik, ahlaki ve ruhsal bütünlüğün birlikte inşa edilmesini hedefler (Clements & Clinebell, 2013; Kass, 2015).

d.a.b. Gelişim ve Kendini Gerçekleştirme

Model, insanın doğasında bulunan büyüme ve kendini gerçekleştirme eğilimini gelişimin temel dinamiği olarak kabul eder. Bu çerçevede gelişim, bireyin potansiyellerini keşfederek bunları anlamlı yaşam hedeflerine dönüştürmesi süreci olarak ele alınmaktadır (Maslow, 1971; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Pozitif psikoloji bu süreci güçlü yönlerin keşfi ve yaşamla bütünleştirilmesi üzerinden açıklarken (Seligman, 2011), manevi danışmanlık yaklaşımı da bireyin yaratılıştan getirdiği potansiyelleri geliştirmesinin önemine vurgu yapmaktadır (Söylev, 2020).

d.a.c. Erdem Temelli Yaklaşım

Modelin temel dayanaklarından biri, insan gelişimini değerler ve erdemler üzerinden ele alan yaklaşımdır. Bu perspektife göre insan doğasında iyiliğe yönelme ve yüksek insani nitelikleri gerçekleştirme potansiyeli bulunmaktadır (Özdoğan, 2008). Pozitif psikoloji literatürü erdemleri bireyin iyi oluşunu destekleyen karakter güçleri olarak tanımlarken (Peterson & Seligman, 2004; Niemiec vd., 2020), manevi danışmanlık literatürü de bilgelik, umut ve cesaret gibi erdemleri ruhsal olgunluğun önemli göstergeleri arasında değerlendirmektedir (Clements & Clinebell, 2013; Güvenç, 2022).

d.a.d. Manevi Derinlik ve Entegrasyon

Model, insan gelişimini yalnızca psikolojik süreçlerle sınırlamayan ve manevi yönelimi gelişimin temel bir boyutu olarak ele alan bir yaklaşımı benimsemektedir. İnsanların anlam, değer ve amaç arayışı aynı zamanda manevi bir yönelim içermektedir (Hansford Jr., 2023). Danışmanlık sürecine manevi boyutun dahil edilmesi bireyin içsel kaynaklarını fark etmesini ve güçlendirmesini destekleyebilir (Koenig & Topper, 2012). Bu bağlamda modelde ele alınan bilgelik, cesaret ve umut erdemleri psikolojik özelliklerin ötesinde, bireyin varoluşsal yönelimlerini yansıtan manevi güçler olarak değerlendirilmektedir.

d.a.e. Kültürel Duyarlılık

Model, insanın psikolojik ve manevi gelişiminin kültürel bağlamdan bağımsız düşünülemeyeceği varsayımına dayanmaktadır. Bireyin değerleri ve anlam dünyası içinde bulunduğu kültürel yapı tarafından şekillenir (Canda vd., 2019). Bu nedenle model, Peterson ve Seligman'ın (2004) ortaya koyduğu erdemler sınıflamasını yerel kültürel değerlerle uyumlu biçimde yorumlamayı esas almaktadır. Nitekim erdemlerin kültürler arası bağlamlarda farklı biçimlerde yorumlanabileceğini gösteren araştırmalar, danışmanlık ve psikososyal müdahalelerde kültürel duyarlılığın temel bir gereklilik olduğunu ortaya koymaktadır (Teramoto Pedrotti & Edwards, 2014; Shahidi vd., 2023).

d.b. Uygulama İlkeleri

d.b.a. Grup Dinamiği ve Etkileşimsel Zemin

Model, aidiyet, empati ve karşılıklı öğrenme süreçlerini destekleyen grup danışmanlığı formatı çerçevesinde yapılandırılmaya elverişlidir (Brown, 2018; Demirbaş Çelik, 2018). Grup ortamı, modelde yer alan erdemlerin kişilerarası etkileşim bağlamında deneyimlendiği ve gözlemlenebildiği güvenli bir öğrenme alanı işlevi görmektedir (Clinebell & McKeever, 2011). Bu bağlamda grup, bireysel farkındalıkların sosyal yansımalarla bütünleştiği bir etkileşim zemini sunmaktadır.

d.b.b. Psiko-Eğitsel ve Yapılandırılmış Süreç

Araştırma kapsamında yürütülen süreç, katılımcıların bilişsel, duygusal ve manevi boyutlarına ilişkin farkındalık geliştirmelerini destekleyen yapılandırılmış bir çerçeve içerisinde ele alınmıştır (Cebeci, 2016). Oturumlarda, kısa kuramsal bilgilendirmeler sunulabilir. Bunun yanında metaforlar ve deneyimsel etkinlikler; soyut manevi kavramların katılımcılar tarafından anlamlandırılmasını ve gündelik yaşantıyla ilişkilendirilmesini kolaylaştıran araçlar olarak kullanılabilir (Ekşi, 2017; Hobbs vd., 2022).

d.b.c. Esneklik ve Kültürel Uyarlanabilirlik

Manevi danışmanlık, bireyin kendi yaşam deneyimlerini ve anlam dünyasını merkeze alan esnek bir rehberlik alanı olarak tanımlanmaktadır (Söylev, 2020). Bu doğrultuda, önerilen modelin oturumları, farklı yaş grupları ve kültürel/manevi bağlamlara uyarlanabilir bir yapıdadır (Ekşi & Hatun, 2021). Modelin bu esnek yapısı, uygulamanın farklı bağlamlarda yeniden düzenlenmesine imkân tanıyan bir yöntemsel açıklık sunmaktadır.

d.b.d. Manevi Danışman Rolü (Kapsayıcı Rehberlik)

Modeldeki manevi danışman rolü, bilgiyi aktaran bir otoriteden ziyade, katılımcıların içsel kaynaklarını ve erdemlerini fark etmelerine eşlik eden kolaylaştırıcı bir rehberlik pozisyonu olarak ele alınmaktadır (Ağılkaya Şahin, 2017). Danışman, grup sürecinin güvenli, kapsayıcı ve sürdürülebilir bir etkileşim ortamı içerisinde ilerlemesini destekleyici bir işlev üstlenmektedir (Vieten vd., 2024). Bu yaklaşım, katılımcıların öznel deneyimlerini açıkça ifade edebilecekleri bir psikolojik alanın oluşmasına katkı sağlamaktadır.

e. Modelin Uygulanması: Manevi Danışmanlık Psiko-Eğitim Programı

Bu araştırmada ulaşılan nicel ve nitel bulgular ışığında temellendirilen Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli, ampirik sonuçların kuramsal olarak derinleştirilmesiyle kapsamlı bir psiko-eğitim programına dönüştürülmüştür. Bu program, araştırmada uygulanan deneysel süreci temel almakla birlikte, bulguların işaret ettiği gelişimsel ihtiyaçlar doğrultusunda daha detaylı ve yapılandırılmış bir uygulama akışı sunmaktadır. Programın örnek uygulama akışı, her bir erdem döngüsüne ilişkin oturum odakları ve bu süreçte kullanılması önerilen temel teknikler Tablo-5'te sunulmaktadır.

Tablo-5:
Erdem temelli manevi danışmanlık psiko-eğitim programı

Süreç Alanı / Erdem	Oturum Odakları ve Amaçlar	Kullanılabilecek Teknik ve Etkinlikler
Yapılandırma	Güvenli grup ortamı oluşturma; sürecin anlamı, sınırları ve beklentilerini netleştirme. Katılımcıların sürece psikolojik ve manevi olarak hazır oluşlarını destekleme; temel kavramlara dair oryantasyon sağlama.	Tanışma ve beklenti paylaşımı, grup sözleşmesi, pozitif günlük uygulaması, başlangıç öz değerlendirme soruları. Erdemlere dair beyin fırtınası.
Bilgelik (Öz Farkındalık ve İçsel Yönelim)	Kendi güçlü ve sınırlı yönlerini, içsel eğilimlerini ve değerlerini tanıma; öz-tanıma yoluyla temel düzeyde bir içsel pusula ve kendilik bilgisi oluşturma.	Kendimi Tanıyorum Formu, VIA Güçlü Yönler Envanteri, manevi metin analizi (nefsin çift kutuplu yapısı), yansıtıcı yazma, yönlendirici soru-cevap.
Bilgelik (Yansıtma ve Anlamlandırma)	Yaşam deneyimlerini ve bireysel potansiyeli yansıtıcı bir farkındalıkla değerlendirme; içsel zıtlıkları ve yönelimleri fark ederek öz farkındalığı	Yaşam çizgisi çalışması, değer-davranış uyumu analizi, bilinçli farkındalık eg-

	bütüncül bir içsel kavrayışa dönüştürme.	zersizleri (duyusal odaklanma), manevi-edebi metin odaklı metafor ve anlatılar, grup içi yansıtıcı paylaşımlar.
Cesaret (Kişisel gelişim Yönelimi ve İradi Eylem)	Öz farkındalık temelinde; içsel güç ve değerleriyle uyumlu hedefler belirleme; planlı ve iradi eyleme geçme. Konfor alanından çıkmayı destekleme.	Hedef belirleme ve eylem planı oluşturma, gelişim odaklı zihniyet (mindset) analizi, erteleme davranışına yönelik bilişsel stratejiler, küçük adım teknikleri, kararlılık temalı öykü ve metafor kullanımı.
Cesaret (Sorumluluk ve Süreklilik)	Eylem sürecinde karşılaşılan engellerle yüzleşme; sorumluluk alma ve iradi kararlılığı sürdürme.	Süreç izleme formları, deneyim paylaşımı, manevi ve toplumsal rol model analizleri, grup içi geri bildirim, öz değerlendirme ve kazanım farkındalığı çalışmaları.
Umut (Olumlu Bakış Açısı ve Bilişsel Esneklik)	Belirsizlik koşullarında hedefe yönelik motivasyonu sürdürebilme; engeller karşısında alternatif yollar üretme ve bilişsel esneklik geliştirme. Tevekkül eksenli bir manevi güven ve geleceğe yönelik iyimser bir bakış açısı kazanma.	Şükür günlüğü, "Bir Kapı Kapanırsa…" çalışması, alternatif yol haritalama (Hope Theory), teslimiyet ve güven odaklı manevi egzersizler (tevekkül), manevi cümle tamamlama.
Umut (Bütünleştirme ve Anlam)	Yaşanan gelişim sürecini bütüncül bir perspektifle anlamlandırma; çabanın sonuçtan bağımsız olan değerini fark etme. Deneyimlenen erdemleri kişisel kimliğe dahil ederek gelişimsel süreklilik duygusu oluşturma.	Yaşamda anlam çalışmaları, bilişsel/manevi yeniden çerçeveleme, kişisel kazanım farkındalığı analizi, gelecek öz projeksiyonu.
Sonlandırma	Sürecin bütüncül değerlendirilmesi; kazanımların gündelik yaşama aktarılması ve gelişimsel süreklilik için kişisel hedeflerin netleştirilmesi. Edinilen erdemlerin karakter inşasındaki yerinin sabitlenmesi.	Genel değerlendirme ve geri bildirim formları, "Gelecekteki Ben" mektubu veya vizyon çalışması, kişisel gelişim özeti, grup içi kapanış etkinliği.

Tablo-5, modelin örnek uygulama akışını süreç alanları düzeyinde özetlemekte; her bir süreç alanı altında yer verilen teknikler ise bağlama ve danışan özelliklerine göre seçilebilecek örnek uygulama seçeneklerini göstermektedir. Süreç alanları, programın hedef ve ihtiyacına bağlı olarak iki ya da üç oturum olacak şekilde genişletilebilir.

Çalışmanın Sınırlılıkları:

Bu çalışma, yöntemsel kurgusu ve örneklem yapısı bakımından bazı sınırlılıklar içermektedir. Araştırma, karma desenin sunduğu derinlemesine analiz imkânına rağmen, 22 kişilik (n=11 deney, n=11 kontrol) sınırlı bir örneklemle ve tek bir yükseköğrenim yurdu bağlamında yürütülmüştür. Bu durum, elde edilen bulguların geniş popülasyonlara genellenebilirliğini sınırlandırmaktadır. Bu nedenle nicel bulgular, kesin genellemeler üretmekten çok önerilen Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli'nin sahadaki işleyişine ilişkin pilot nitelikte ön kanıtlar sunmaktadır. Araştırma grubunun yalnızca kadın katılımcılardan oluşması da çalışmanın önemli bir sınırlılığıdır. Modelin erkek örneklemler üzerindeki

işlevselliğinin sınanması ve öz farkındalık gelişimi ile eyleme geçme motivasyonu gibi süreçlerin cinsiyet değişkeni bağlamında incelenmesi, modelin kapsamını genişletebilir.

S o n u ç

Bu çalışmada, gençlik dönemindeki bireylerin psiko-manevi gelişimlerini desteklemek amacıyla uygulanan pozitif psikoloji temelli manevi danışmanlık programından elde edilen ampirik veriler temel alınarak, Erdem Temelli Manevi Danışmanlık Modeli kavramsallaştırılmıştır. Karma yöntem deseniyle elde edilen nicel ve nitel veriler (bkz. Tablo-4) birlikte değerlendirildiğinde; başlangıçta program odaklı olarak yapılandırılan müdahale sürecinin, kendi içinde tutarlı ve bütünleşik bir gelişim örüntüsü sunduğu görülmektedir. Bu örüntü; söz konusu uygulamanın yalnızca dönemsel bir etkinlik dizisi değil, gelişimsel ihtiyaçlarla ilişkili, kuramsal olarak temellendirilebilir ve kültürel bağlama duyarlı bir model önerisi olarak ele alınabileceğine işaret etmektedir (bkz. Tablo-5).

Modelin kurucu unsurlarından olan bilgelik, bu süreçte bireyin kendi güçlü ve sınırlı yönleriyle yüzleşmesini, kendilik bilgisini derinleştirmesini ve içsel yönelimini fark etmesini sağlayan gelişimsel bir öz farkındalık alanı olarak yapılandırılmıştır. Katılımcıların içsel sorgulama süreçlerine dair nitel ifadeleri, bireyin yaşam deneyimlerini anlamlı bir süreklilik içinde bütünleştirmesine imkân tanıyan bütünleşik öz bilgi çerçevesiyle (Ghorbani vd., 2008) uyum sergilemektedir. Bu bütünleşme süreci, bireyin yalnızca kendisi hakkında bilgi sahibi olmasını değil, aynı zamanda bu bilgiyi içselleştirerek dışsal baskılardan görece bağımsız bir özerklik geliştirmesini de desteklemektedir (Linley vd., 2010). Bu durum, modelde hedeflenen "içsel pusula" inşasıyla birlikte katılımcıların içsel referanslı karar verme mekanizmalarını geliştirdiklerine işaret etmektedir. Nitekim nicel bulgularda "özerklik" boyutunda gözlenen anlamlı fark ($p<.01$), gençlerin öz inanç ve gelişimsel çıktılarını hedefleyen müdahalelerin benlik algısı üzerindeki olumlu etkilerine dair güncel meta-analiz bulgularıyla da örtüşmektedir (Ciocanel vd., 2017). Bu bağlamda bilgelik, önerilen modelde durağan bir içgörü düzeyi olmaktan ziyade, sonraki iradi adımlar için zemin hazırlayan kurucu bir başlangıç aşaması olarak değerlendirilmektedir.

Modelin gelişimsel döngüsü içerisinde cesaret, bilgelik aşamasında ortaya çıkan öz farkındalığın davranışsal düzleme taşınmasını mümkün kılan kritik bir eşik işlevi görmektedir. Nicel bulgularda "Planlı Olma" ve "Değişime Hazır Olma" boyutlarında gözlenen artışlar, cesaretin farkındalıktan eyleme geçişteki katalizör rolünü destekler niteliktedir. Bu durum, cesareti bireyin engeller karşısında hedeflerine yönelik iradi çaba

sergileme kapasitesi olarak tanımlayan karakter güçleri literatürüyle örtüşmektedir (Peterson & Seligman, 2004). Program sürecinde cesaret erdemi, katılımcıların sahip oldukları karakter güçlerini fark etmelerini ve bu güçleri gelişimsel amaçlar doğrultusunda aktif biçimde kullanmalarını teşvik eden bir işlev de görmüştür.

Katılımcıların pasif bir konumdan daha etkin bir özne konumuna yönelmeleri, dışsal gerekliliklerin bireyin değer sistemiyle bütünleşerek özerk eylemlere dönüşmesini ifade eden bütünleşmiş düzenleme süreciyle açıklanabilir (Ryan & Deci, 2024). Bu dönüşüm, bireyin kendi gelişim sürecinde üstlendiği iradi sorumluluk ile cesaretin davranışsal bir sürekliliğe evrildiğini göstermektedir. Bu işleyiş aynı zamanda, Brendtro vd. (2005) tarafından geliştirilen Cesaret Çemberi Modeli'ndeki ustalık ve bağımsızlık ihtiyaçlarıyla da kavramsal düzeyde ilişkilendirilebilir. Bu çerçevede cesaret, manevi danışmanlık uygulaması sürecinde içsel farkındalığı planlı ve iradi adımlara dönüştürmeyi kolaylaştıran geçişsel bir gelişim bileşeni olarak konumlandırılmaktadır.

Modelin döngüsel yapısını tamamlayan umut ise, farkındalık ve eylem sürecinin belirsizlik koşulları altında sürdürülebilmesini sağlayan düzenleyici bir gelişimsel kaynaktır. "Alternatif Yollar Düşüncesi" boyutunda gözlenen istatistiksel artış, umudun bilişsel esneklik ve stratejik çözüm üretme kapasitesiyle ilişkisini desteklemektedir (Snyder, 2002). Bununla birlikte bu çalışmada umut, yalnızca bilişsel bir beklenti düzeyiyle sınırlı kalmamış; olayları hayra yorma, sonucu ilahi iradeye havale etme ve sürece güvenle yönelme eğilimlerini kapsayan varoluşsal bir güven biçimiyle (tevekkül) de ilişkilendirilmiştir. İslami Psikoloji literatüründe bu yönelim, hüsn-ü zan ve ilahi güven kavramları çerçevesinde ruh sağlığını destekleyen temel bir kaynak olarak değerlendirilmektedir (Haque, 2004; Rusydi, 2012). Katılımcıların belirsizlik karşısındaki teslimiyet ve güven vurguları; bilişsel umut unsurlarının manevi referanslarla bütünleştiğinde, bireyi psikolojik kırılganlıktan koruyan bütünleşik bir yapıya (Scioli & Biller, 2009) dönüşebileceğine işaret etmektedir.

Bununla birlikte araştırma bulguları, katılımcıların bilişsel farkındalık ve motivasyon düzeyinde anlamlı kazanımlar sağlamalarına rağmen, bu kazanımların davranışsal düzeyde tam ve kalıcı bir yansıması için (örneğin "Eyleyici Düşünce" ve "Amaçlı Davranış" boyutları) zamana ihtiyaç duyulabileceğini ortaya koymaktadır. Nitel verilerde gözlemlenen farkındalıktan eyleme geçiş süreci, pozitif psikoloji temelli müdahalelerin kısa vadede bilişsel çıktılar açısından oldukça etkili olduğunu; ancak davranışsal değişimin kalıcılığı için daha uzun süreli pekiştirme süreçlerine ihtiyaç duyulduğunu düşündürmektedir (Cohn & Fredrickson, 2010; Tejada Gallardo vd., 2020).

Genel olarak bilgelik-cesaret-umut eksenindeki döngü, doğrusal bir ilerlemeden ziyade, farkındalık, eylem ve süreklilik arasında değişen yoğunluklarda işleyen dinamik bir yapı sergilemektedir. Katılımcılar arasındaki gelişimsel farklılaşmaların yalnızca müdahale süresiyle değil; bireylerin dini-seküler yönelimleri, yaşam deneyimleri ve kültürel arka planlarıyla da ilişkili olabileceği değerlendirilmektedir (Peoples, 2013). Love'un (2002) belirttiği üzere, manevi gelişim bilişsel gelişimle kesişmekle birlikte ondan bağımsız bir seyir izleyebilmekte ve çoklu bağlamsal faktörlerden etkilenmektedir.

Bu bulgular ışığında; pozitif psikolojideki bilgelik, cesaret ve umut erdemlerinin; İslami psikolojide karşılık bulan marifet-i nefs, fıtrat ve tevekkül kavramlarıyla bağlamsal bir düzlemde birlikte ele alınması, gençlerin gelişim süreçlerinin daha bütüncül anlaşılmasına katkı sağlayacaktır. Son dönem literatür de pozitif psikoloji ile din/maneviyat psikolojisi arasındaki bu kesişimin uygulamaya dönük müdahaleler için son derece üretken bir zemin sunduğunu teyit etmektedir (Captari vd., 2023; Ratchford vd., 2023; Roussiau vd., 2023; Rothman vd., 2024).

Sonuç olarak bu çalışma, manevi danışmanlığın yalnızca kriz ve sorun odaklı bir müdahale alanı olmayıp, bireyin potansiyelini gerçekleştirmesini hedefleyen gelişim odaklı bir işleve de sahip olduğu yönündeki literatürle (Clinebell, 1981; Düzgüner & Soykök, 2020; Özen, 2024) uyumlu biçimde; erdemler aracılığıyla gelişimsel potansiyeli merkeze alan bağlamsal bir model önerisi sunmaktadır. Bilgelik, cesaret ve umut erdemlerinin bütünleşik biçimde işleyişinin, gençlik manevi danışmanlığı hizmetlerine işlevsel bir derinlik kazandırabileceği düşünülmektedir.

Geniş örneklemler ve uzun dönemli izleme ölçümlerini içeren araştırmalarla bu çalışmada kavramsallaştırılan erdem temelli gelişim döngüsünün doğrudan sınanması; modelin etkililiğine ve yapısal dinamiklerine ilişkin daha kapsamlı ampirik verilerin elde edilmesine katkı sağlayacaktır. Nihayetinde bu model, genç bireyin kendi fıtri potansiyelini bilgelik ile fark etmesi, cesaret ile eyleme dökmesi ve umut ile bu süreci varoluşsal bir güven zemininde sürdürmesi için bütüncül bir yol haritası sunmaktadır.

Beyanlar & Bildirimler | Statements & Declarations –

Etik Onay | Ethical Approval

Bu çalışma, İstanbul Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 2022/266 dosya numaralı başvuruyu 19.10.2022 tarihli ve 09 sayılı toplantısında görüşmesi sonucunda etik yönden uygun bulunmuştur.

This study was approved on ethical grounds by Istanbul University Rectorate Social and Human Sciences Research Ethics Committee following the review of application file no. 2022/266 at its meeting dated 19 October 2022 and numbered 09.

Araştırma Etiği Beyanı | Research Ethics Statement
Bu çalışma, uluslararası akademik etik ilkelerine uygun olarak yürütülmüştür.
This study was conducted in accordance with international academic ethical principles.

Bilgilendirilmiş Onam | Informed Consent
Bu çalışma için bilgilendirilmiş onam alınmıştır.
Informed consent was obtained for this study.

Katılım Onayı | Consent to Participate
Bu çalışma için katılımcılardan gönüllü katılım onayı alınmıştır.
Voluntary consent to participate was obtained from all participants in this study.

Yayın Onayı | Consent for Publication
Yazar(lar), bu makalenin yayınlanmasına tam onay vermektedir.
The author(s) give their full consent for the publication of this article in its current form.

Çıkar Çatışması | Conflict of Interest
Yazar(lar), bu makalenin araştırma, yazarlık ve/veya yayını ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan eder.
The author(s) declare no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/or publication of this article.

Rekabetçi Çıkarlar | Competing Interests
Yazar(lar), bu araştırmaya ilişkin herhangi bir rekabetçi menfaatlerinin bulunmadığını belirtir.
The author(s) declare that they have no competing interests.

Şeffaflık Beyanı | Transparency Statement
Yazar(lar), çalışmanın tüm aşamalarında şeffaflık ilkesine bağlı kalmışlardır.
The author(s) confirm that transparency principles were followed at all stages of this research.

Finansman | Funding
Bu çalışma herhangi bir finansal destek almamıştır.
This research received no financial support.

Veri Paylaşımı & Erişilebilirlik | Data Availability & Accessibility
Bu çalışmada elde edilen veriler, katılımcı gizliliğini koruma amacıyla kamuya açık olarak paylaşılmamıştır.
The data obtained in this study have not been made publicly available in order to protect participant confidentiality.

Yazar Katkıları | Author Contributions

Kavramsallaştırma: AK; Literatür Taraması: AK; Veri Toplama: AK; Veri Analizi: AK; Yazım – Taslak: AK; Yazım – Gözden Geçirme – Düzenleme: AK.
Conceptualization: AK; Literature Review: AK; Data Collection: AK; Data Analysis: AK; Writing – Draft: AK; Writing – Review – Editing: AK.

Özgünlük Beyanı | Statement of Originality
Bu makale, yazarın İstanbul Üniversitesi'nde tamamladığı "Grupla Pozitif Psikoloji Temelli Manevi Danışmanlık Uygulamaları: Üniversite Öğrencileriyle Karma Desenli Bir Araştırma" başlıklı doktora tezinden üretilmiştir.
This article was derived from the author's doctoral dissertation titled "Group-Based Positive Psychology-Based Spiritual Counseling Practices: A Mixed-Methods Study with University Students," completed at Istanbul University.

Çalışma Sınırlılıkları | Study Limitations
Bu araştırmanın bazı metodolojik sınırlılıkları bulunmaktadır ve gelecekteki çalışmalar için öneriler içermektedir.
This study has some methodological limitations and provides recommendations for future research.

Açık Bilim Beyanı | Open Science Statement
Bu çalışma, açık bilim ilkelerine uygun olarak yürütülmüş ve verilerin paylaşımı araştırma etik kuralları çerçevesinde değerlendirilmiştir.
This study was conducted in compliance with open science principles, and data sharing has been evaluated within the framework of research ethics guidelines.

Erişim Politikası | Access Policy
Bu makale, Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası (CC BY-NC 4.0) lisansı altında yayınlanmıştır.
This article is published under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) license.

Telif Hakkı & Lisans | Copyright & License
Yazar(lar), makalenin telif hakkını elinde tutar ve CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayınlanmasını kabul eder.
Author(s) retain the copyright of their work, which is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) license.

K a y n a k l a r

Abdullah, A. H., & Halabi, K. A. (2017). The wisdom: A concept of character building based on islamic view. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, *7*(5), 412-425.

Acar, M. C. (2018). *Bireysel psikolojik danışma sürecinde dinî boyut: Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışma.* (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ağılkaya Şahin, Z. (2017). *Manevi bakım ve danışmanlık*. Marmara Akademi Yayınları.

Ağırakça Dinç, S. & Ekşi, H. (2019). A psychological counseling study on fear of failure and academic procrastination with a spiritually oriented cognitive behavioral group. *Spiritual Psychology and Counseling*, *4*(3), 219-235.

Ahmad, Z. N., Arshad, M. M., Ismail, I. A., & Fakhruddin, F. M. (2020). Lifelong Islamic education: Positive youth development through ulul albab tahfiz model. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, *10*(15), 98-115.

Akto, A. (2020). Kur'an ve hadislere göre hüsn-ü zan ve su-i zan kavramlarını analiz etmek. *Hafıza*, *2*(2), 66-83.

Ardelt, M. (2004). Wisdom as expert knowledge system: A critical review of a contemporary operationalization of an ancient concept. *Human development*, *47*(5), 257-285.

Aristoteles. (2020). *Nikomakhos'a etik*. (çev. S. Babür). Bilgesu Yayıncılık.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, *55*(5), 469.

Bailey, T. C., Eng, W., Frisch, M. B., & Snyder, C. R. (2007). Hope and optimism as related to life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, *2*(3), 168-175.

Balıkçı, Ü. (2023). *Bilgelik, bilinçli farkındalık ve dindarlık arasındaki ilişki.* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Baltes, P. B. & Smith, J. (2008). The fascination of wisdom: Its nature, ontogeny, and function, *Perspectives on Psychological Science, 3*(1), 56-64.

Bangen, K. J., Meeks, T. W. & Jeste, D. V. (2013). Defining and assessing wisdom: a review of the literature, *The American Journal of Geriatric Psychiatry, 21*(12), 1254-1266.

Baynal, F. & Yıldırım E. T. (2020). Cesaret erdemi bağlamında İslam ahlak felsefesi ile psikoloji arasında mukayeseli bir değerlendirme. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (35), 137-175.

Behjati, Z., Saeedi, Z., Noorbala, F., Enjedani, E., & Meybodi, F. A. (2011). Integrative self-knowledge and mental health. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *30*, 705-708.

Benson, P. L. & Roehlkepartain, E. C. (2008). Spiritual development: A missing priority in youth development. *New Directions for Youth Development*, *118*, 13-28.

Benson, P. L., Roehlkepartain, E. C. & Rude, S. P. (2019). Spiritual development in childhood and adolescence: toward a field of inquiry, *Applied Developmental Science, 7*(3), 205–213.

Bernardo, A. B. I. & Sit, H. Y. (2020). Hope interventions for students: Integrating cultural perspectives. [içinde] *Promoting motivation and learning in contexts: Sociocultural perspectives on educational interventions,* ed. G. A. D. Liem, D. M. Mcinerney (ss. 281-302). Information Age Publishing

Bowers, R. M. & Bowers, E. P. (2023). A literature review on the role of hope in promoting positive youth development across non-WEIRD contexts. *Children*, *10*(2), 346.

Bozkaya, T. (2023). *Pozitif psikoloji bağlamında din eğitimi temelli manevi danışmanlık ve rehberlik: Sivas GSB yurtlarında kalan kız öğrenciler örneği*. (Doktora Tezi). Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Brendtro, L. K., Brokenleg, M., & Van Bockern, S. (2005). The circle of courage and positive psychology. *Reclaiming Children and Youth*, *14*(3), 130.

Brown, N. W. (2018). *Psikolojik danışmanlar için psiko-eğitsel gruplar: Hazırlama ve uygulama rehberi*. (çev. V. Yorğun). Ankara: Anı Yayıncılık.

Brunsdon, A. R. (2015). Wisdom as outcome of the pastoral process: Reflections on a positive pastoral narrative approach. *In die Skriflig/In Luce Verbi*, *49*(3), 8 p.

Bruya, B. & Ardelt, M. (2018). Wisdom can be taught: A proof-of-concept study for fostering wisdom in the classroom*, Learning and Instruction, 58*, 106-114.

Buenconsejo, J. U. & Datu, J. A. D. (2023). Mere religiosity is not enough! Spirituality strengthens the relations between religiosity and positive youth development. *Journal of Research on Adolescence*, *33*(4), 1304-1319.

Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı.* Pegem Akademi.

Callina, K. S., Mueller, M. K., Buckingham, M. H. & Gutierrez, A. S. (2015). Building hope for positive youth development: Research, practice, and policy. *Promoting positive youth development: Lessons from the 4-H stuy.* (ss. 71-94). Springer International Publishing.

Canda, E. R., Furman, L. D. & Canda, H.-J. (2019). *Spiritual diversity in social work practice: The heart of helping*. Oxford University Press.

Candemir, G. & Can, G. (2024). Bütünsel ve popüler bir yaklaşım: Pozitif gençlik gelişimi. *Social Sciences Studies Journal*, *8*(105), 4369-4381.

Capps, D. (2001). *Agents of hope: A pastoral psychology*. Wipf and Stock Publishers.

Captari, L. E., Sandage, S. J., Vandiver, R. A., Jankowski, P. J. & Hook, J. N. (2023). Integrating positive psychology, religion/spirituality, and a virtue focus within culturally responsive mental healthcare. *Handbook of Positive Psychology, Religion, and Spirituality*. (ss. 413-428). Springer.

Carr, A. (2016). *Pozitif psikoloji.* (çev. Ü. Şendilek). Kaknüs Yayınları.

Cebeci, S. (2016). *Dini danışma ve rehberlik*. DİB Yayınları.

Cheon J. W. & Canda, E. R. (2010). The meaning and engagement of spirituality for positive youth development in social work, *Families in Society, 91*(2), 121-126.

Chowkase, A. A., Parra-Martínez, F. A., Ghahremani, M., Bernstein, Z., Finora, G. & Sternberg, R. J. (2024). Dual-process model of courage. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1376195.

Ciocanel, O., Power, K., Eriksen, A., & Gillings, K. (2017). Effectiveness of positive youth development interventions: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Youth and Adolescence*, *46*(3), 483-504.

Clements, W. M. & Clinebell, H. (2013). *Counseling for spiritually empowered wholeness: a hope-centered approach*. Routledge.

Clinebell, H. & McKeever, B. C. (2011). *Basic types of pastoral care & counseling: Resources for the ministry of healing & growth*. Abingdon Press.

Clinebell, H. J. (1979). *Growth counseling: hope-centered methods of actualizing human wholeness*. Nashville: Abingdon Press.

Clinebell, H. J. (1981). *Contemporary growth therapies. resources for actualizing human wholeness*. Nashville: Abingdon Press.

Cohn, M. A., & Fredrickson, B. L. (2010). In search of durable positive psychology interventions: predictors and consequences of long-term positive behavior change. *The Journal of Positive Psychology*, *5*(5), 355-366.

Cortina, J. M. (1993). What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology*, *78*(1), 98.

Creswell, J. W. & Plano Clark, V. L. (2014). *Karma yöntem araştırmaları: Tasarımı ve yürütülmesi.* (çev. ed. Y. Dede & S. B. Demir). Anı Yayınları.

Creswell, J. W. (2016). *Araştırma deseni: nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları*, (çev. S. B. Demir). Ankara: Eğiten Kitap.

Çağrıcı, M. (2010). "Şecaat" maddesi, [içinde] *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi-38*, Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.

Çağrıcı, M. (2012). "Tevekkül" maddesi, [içinde] *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi-41*, Ankara: Diyanet Vakfı Yayınları.

Çankaya, Z. C. (2009). Özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve öznel iyi olma: Öz-Belirleme Kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi (4-31)*, 23-31.

Çınar, M. (2022). Dini tutum ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide tevekkülün aracılık rolünün incelenmesi. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, *22*(2), 1183-1208.

Damon, W. (2000). Setting the stage for the development of wisdom: Self-understanding and moral identity during adolescence. *Understanding Wisdom. Sources, Science & Society*, 339-360.

Damon, W. (2004). What is positive youth development?. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, *591*(1), 13-24.

Demirbaş Çelik, N. (2018). Rehberlik hizmet türleri, İçinde *Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. ed. H. Ekşi, M. Yüksel. (ss. 93-127). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Demirci, İ. & Şar, A. H. (2017). Kendini bilme ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi, *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 6*(5), 2710-2728.

Dong, M., Weststrate, N. M. & Fournier, M. A. (2023). Thirty years of psychological wisdom research: What we know about the correlates of an ancient concept. *Perspectives on Psychological Science*, *18*(4), 778-811.

Dursun, P. (2021). Üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluş: Yaşamda anlam, iyimserlik ve umudun rolü, *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8*(2), 387-404.

Düzgüner, S. & Soykök, M. (2020). *Gençlere yönelik manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri.* Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Ekşi H. & Hatun, O. (2021). *Grupla psikolojik danışma uygulamaları psikospiritüel gelişim kılavuzu.* Nobel Akademik Yayıncılık.

Ekşi, K. (2017). *Bir dönem boyunca verilen pozitif psikoloji dersinin öğrencilerin mutluluklarına ve duygularını ifade etmelerine olan etkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Eryılmaz, A. (2013). Pozitif psikolojinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında gelişimsel ve önleyici hizmetler bağlamında kullanılması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, *1*(1), 1-22.

Feldman, D. B., & Snyder, C. R. (2005). Hope and the meaningful life: Theoretical and empirical associations between goal–directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *24*(3), 401-421.

Feldman, D. B., Rand, K. L., & Kahle-Wrobleski, K. (2009). Hope and goal attainment: Testing a basic prediction of hope theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *28*(4), 479-497.

Fredrickson, B. L. (2004). The broaden–and–build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, *359*(1449), 1367-1377.

Ghorbani, N., Watson, P. J. & Hargis, M. B. (2008). Integrative self-knowledge scale: Correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States", *Journal of Psychology*, *142*, 395-412.

Gilbert, P. (2010). *Compassion focused therapy: Distinctive features*. Routledge.

Glück, J., Weststrate, N. M. & Scherpf, A. (2022). Looking beyond linear: A closer examination of the relationship between wisdom and wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, *23*(7), 3285-3313.

Goud, N. H. (2005). Courage: Its nature and development. *The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, *44*(1), 102-116.

Göcen, G. (2020). *Kavram atlası din psikolojisi-1*. Gazi Kitapevi.

Güvenç, E. (2022). *Manevi danışmanlığın felsefi temelleri.* (Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hansford Jr, W. O. (2023). *Pastoral counseling: african american attitudes toward mental healthcare*. (PhD Thesis). Liberty Universty.

Haque, A. (2004). Psychology from Islamic perspective: Contributions of early Muslim scholars and challenges to contemporary Muslim psychologists. *Journal of Religion and Health*, *43*(4), 357-377.

Hatipoğlu, F. Ş. & Kaya, Ç. (2023). Effectiveness of an MPPI: Gratitude-based spiritual group guidance program (GSGGP). *Spiritual Psychology and Counseling*, *8*(3), 249-268.

Hay, S. W., Lerner, J. V., Lerner, R. M., Tirrell, J. M. & Dowling, E. M. (2024). Spirituality as a key asset in promoting positive youth development: Advances in research and practice. *Archive for the Psychology of Religion*, *46*(2), 121-137.

Hefferon, K. & Boniwell, I. (2014). *Pozitif psikoloji: Kuram, araştırma ve uygulamalar*. Nobel Yayınları.

Hobbs, C., Armitage, J., Hood, B. & Jelbert, S. (2022). A systematic review of the effect of university positive psychology courses on student psychological wellbeing. *Frontiers in Psychology*, *13*, 1023140.

Hökelekli, H. (1996). "Fıtrat" maddesi, [içinde] *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi-13*, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.

Huitt, W. G. & Robbins, J. L. (2003). An introduction to spiritual development, 11th *Annual Conference: Applied Psychology in Education, Mental Health, and Business*. (ss. 1-19). Valdosta.

İmamoğlu, E. O. (2004). *Çok boyutlu psikolojik esenlik (iyi oluş) ölçeği-Türkçe uyarlaması*. (Uzmanlık Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

İmiroğlu, A., Demir, R., & Murat, M. (2021). Psikolojik iyi oluşun yordayicilari olarak bilişsel esneklik, bilinçli farkindalik ve umut. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, *20*(80), 2037-2057.

Jankowski, P. J., Sandage, S. J., Bell, C. A., Davis, D. E., Porter, E., Jessen, M., Motzny, C. L., Ross, K. V. & Owen, J. (2020). Virtue, flourishing, and positive psychology in psychotherapy: An overview and research prospectus. *Psychotherapy*, *57*(3), 291.

Kabakçı, Ö. F. (2013). *Karakter güçleri açısından pozitif gençlik gelişiminin incelenmesi*. (Doktora Tezi). Hacettepe Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kandemir, F. (2022). Dindarlık ve umut ilişkisinin ruh sağlığı bağlamında incelenmesi. *Dergiabant*, *10*(2), 541-558.

Kass, J. D. (2015). Person-centered spiritual maturation: A multidimensional model, *Journal of Humanistic Psychology*, *55*(1), 53-76.

Kim, J. H., Chun, J., Kim, J., Ju, H. J., Kim, B. J., Jeong, J., & Lee, D. H. (2024). Emotion regulation from a virtue perspective. *BMC Psychology*, *12*(1), 11.

Koç, M. (2016). *Manevi-[psikolojik] danışmanlık: Müslüman-Türk diasporası örneği*. Emin Yayınları.

Koç, M. (2021). Diyanet İşleri Başkanlığı'nın öğrenci yurtları ve gençlik merkezlerindeki manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri (2013-2021): Sınırlılıklar ve bir eğitim programı önerisi. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, *3*, 135-201.

Koenig, H. G. & Topper, C. J. (2012). *Spirituality in pastoral counseling and the community helping professions,* New York: Routledge.

Konar, A., & Göcen, G. (2025). Pozitif psikoloji temelli manevi danışmanlık uygulamalarının etkililiği üzerine üniversite öğrencileri ile nitel bir araştırma. *Değerler Eğitimi Dergisi 23*(49), 211-255.

Kuloğlu, E. N. (2023). Lise öğrencilerinde umut ve dindarlık ilişkisi: Bartın imam hatip liseleri örneği. *Journal of Analytic Divinity*, *7*(2), 231-254.

Kwan, S. S. (2010). Interrogating'hope'-pastoral theology of hope and positive psychology. *International Journal of Practical Theology*, *14*(1).

Lee , P., Sujun, C., Yuanjun, Y., Yilin, C., Ruohan, F., & Xingyan, F. (2019). The effect of mindfulness and wisdom as intervention to deal with collage students' internet addiction. *Int J Psychol Behav Anal*, *5*, 161-164.

Lerner, R. M., Dowling, E. M. & Anderson, P. M. (2019). Positive youth development: Thriving as the basis of personhood and civil society. *Beyond The Self*. (ss. 172-180). Routledge.

Lerner, R. M., Roeser, R. W. & Phelps, E. (2008). *Positive youth development & spirituality: from theory to research*. Templeton Foundation Press.

Linley, P. A., Nielsen, K. M., Gillett, R. & Biswas-Diener, R. (2010). Using signature strengths in pursuit of goals: Effects on goal progress, need satisfaction, and well-being, and implications for coaching psychologists, *International Coaching Psychology Review, 5*(1), 6-15.

Long, K. N., Wilkinson, R., Cowden, R. G., Chen, Y. & VanderWeele, T. J. (2024). Hope in adolescence and subsequent health and well-being in adulthood: An outcome-wide longitudinal study. *Social Science & Medicine*, *347*, 116704.

López González, J., Fernández Espinosa, V., & Ortiz de Montellano, S. (2024). A virtue-based model of leadership education. *Journal of Moral Education*, *53*(3), 433-449.

Love, P. G. (2002). Comparing spiritual development and cognitive development, *Journal of College Student Development*, 43(3), 357-73.

Magnano, P., Lodi, E., Zammitti, A. & Patrizi, P. (2021). Courage, career adaptability, and readiness as resources to improve well-being during the university-to-work transition in Italy, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(6), 1-16.

Maslow, A. H. (1971). *Self-actualization*. Big Sur Recordings Tiburon.

Miskeveyh, İbn. (2017). *Tehzîbu'l-ahlak: Ahlâk eğitimi*. Büyüyenay Yayınları.

Murphy, E. R. (2023). Hope and well-being, *Current Opinion in Psychology*, *50*, 1-5.

Nazir, T. (2020). Pozitif psikoloji ve umut, [içinde] *Pozitif psikoloji*. ed. S. Bulut, (ss. 365-385). Nobel Akademik Yayıncılık.

Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, *5*(1), 1-12.

Nell, W. (2016). Mindfulness and psychological well-being among black South African University students and their relatives, *Journal of Psychology in Africa*, 26(6), 485-490.

Niemiec, R. M., Russo-Netzer, P. & Pargament, K. I. (2020). The decoding of the human spirit: A synergy of spirituality and character strengths toward wholeness. *Frontiers in Psychology*, *11*, 2040.

Niyazibeyoğlu, T. (2022). Lise öğrencilerinde Tanrı algısı, insani değerler ve öz-yeterlik: Uygulamalı bir manevi danışmanlık çalışması. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, *6*, 131-151.

Ong A., Standiford T. & Deshpande S. (2018). Hope and stress resilience, [içinde] *The oxford handbook of hope*. ed. M.W. Gallagher, S. J. Lopez, (ss. 255–284). New York: Oxford University Press.

Özdoğan, Ö. (2008). İnsana manevi-psikolojik yaklaşım. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, *49*(2), 77-102.

Özen, Y. (2024). *Tanrı-sen ve ben üçümüzün yolu: Manevi danışmanlığın gerekliliği manevi danışmanlık*. Post Yayınevi.

Paloutzian, R. F. & Park, C. L. (2014). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. Guilford Publications.

Park, N. & Peterson, C. (2008). Positive psychology and character strengths: Application to strengths-based school counseling, *Professional School Counseling*, *12,* 85-89.

Parola, A., Zammitti, A., & Marcionetti, J. (2023). Career calling, courage, flourishing and satisfaction with life in Italian University Students. *Behavioral Sciences*, *13*(4), 345.

Peoples, B. S. (2013). *Program and personal factors as predictors of spiritual competence.* (Doktora Tezi). University of Missouri

Peterson, C. & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.

Proyer, R. T., Ruch, W., & Buschor, C. (2013). Testing strengths-based interventions: A preliminary study on the effectiveness of a program targeting curiosity, gratitude, hope, humor, and zest for enhancing life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, *14*(1), 275-292.

Pury, C. L., Starkey, C. B., Kulik, R. E., Skjerning, K. L., & Sullivan, E. A. (2015). Is courage always a virtue? Suicide, killing, and bad courage. *The Journal of Positive Psychology*, *10*(5), 383-388.

Putman, D. (2010). Philosophical roots of the concept of courage. *The Psychology of Courage: Modern Research on an Ancient Virtue*. (ss. 9-22). American Psychological Association.

Rassool, G. H. (2023). *Integrated research methodologies in Islāmic psychology*. Routledge.

Ratchford, J. L., Ming, M. S. & Schnitker, S. A. (2023). Virtues in positive psychology and the psychology of religion and spirituality. *Handbook of positive psychology, religion, and spirituality*. (ss. 53-67). Springer International Publishing.

Robitschek, C., Ashton, M. W., Spering, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012). Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative Scale–II. *Journal of Counseling Psychology*, *59*(2), 274.

Rothman, A., Yücesoy, Z. & Yalçın, E. (2024). Early Muslim scholars' conceptions of character development and contemporary applications in mental health and well-being. *Journal of Muslim Mental Health*, *18*(1).

Roussiau, N., Bellehumeur, C. R., Bilodeau, C., Navarro, O., Bailly, N., Tapia-Fonllem, C., Van Zyl, L. & Renard, E. (2023). Spirituality and positive psychology. *Frontiers in Psychology*, *14*, 1202359.

Rusydi, A. (2012). Husn al-zhann: The concept of positive thinking in islamic psychology perspective and its benefit on mental health. *Proyeksi*, *7*(1), 1-31.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2024). Self-determination theory. In *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (ss. 6229-6235). Cham: Springer International Publishing.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*(4), 719.

Santrock, W. J. (2023). *Yaşam boyu gelişim*. Ankara: Nobel Yayınları.

Satan, A., Çıplak, K., Kaplaner, K. O. & Erol, F. (2016). Ebeveyn kaybı yaşamış ergenlerde bibliyoterapi yönelimli manevi danışmanlık uygulaması. [içinde] *Manevi danışmanlık ve rehberlik-1*. ed. A. Ayten, M. Koç, N. Tınaz. (ss. 397-413). İstanbul: DEM Yayınları.

Scales, P. C. (2011). Youth developmental assets in global perspective: Results from international adaptations of the Developmental Assets Profile. *Child Indicators Research*, *4*(4), 619-645.

Schnitker, S. A., King, P. E. & Houltberg, B. (2019). Religion, spirituality, and thriving: Transcendent narrative, virtue, and telos. *Journal of Research on Adolescence*, *29*(2), 276-290.

Scioli, A., & Biller, H. (2009). *Hope in the age of anxiety*. Oxford University Press.

Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.

Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Seligman, M. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction, *American Psychologist*, *55*(1), 5-14.

Shahidi, S., Furnham, A., Grover, S. & Movahedi, M. H. (2023). Cross cultural analysis of character strengths and virtues: A British-Iranian comparison. *Psychology*, *14*(3), 446-456.

Sharma, A. & Dewangan, R. L. (2017). Can wisdom be fostered: Time to test the model of wisdom, *Cogent Psychology*, *4*(1), 1-17.

Skinner, R. (2010). An Islamic approach to psychology and mental health. *Mental Health, Religion & Culture*, *13*(6), 547-551.

Snodgrass, J. (2007). From Rogers to Clinebell: Exploring the history of pastoral psychology. *Pastoral Psychology*, *55*(4), 513-525.

Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind, *Psychological Inquiry*, *13*(4), 249-275.

Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., ... & Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(4), 570.

Söylev, Ö. F. (2020). *Manevi bakım ve danışma psikolojisi: Kavram kuram ve uygulamalar*. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Staudinger, U.M. & Leipold, B. (2003). The assessment of wisdom-related performance." [içinde] *Positive psychological assessment- A handbook of models and measures*, ed. S. J. Lopez, C. R. Snyder, (ss. 171-184). Washington: American Psychological Association.

Stone, H., & Lester, A. (2001). Hope and possibility: Envisioning the future in pastoral conversation. *Journal of Pastoral Care*, *55*(3), 259-269.

Şirin, T. (2013). *Bilişsel davranışçı psikoterapi yaklaşımıyla bütünleştirilmiş dini danışmanlık modeli*. (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Takahashi, M., & Bordia, P. (2000). The concept of wisdom: A cross-cultural comparison. *International Journal of Psychology*, *35*(1), 1-9.

Tarhan, S. & Bacanlı, H. (2015). Sürekli Umut Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, *3*(1), 1-14.

Taşkın, H. H. & Çetin, Ö. (2021). Manevi danışmanlık ve rehberliğin akademik başarı ve sınav kaygısı üzerindeki etkisi: Lise öğrencileri üzerine bir uygulama. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, *4*, 9-38.

Tavşancıl, E. (2010). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Tejada Gallardo, C., Blasco-Belled, A., Torrelles-Nadal, C. & Alsınet, C. (2020). Effects of school-based multicomponent positive psychology ınterventions on well-being and distress in adolescents: a systematic review and meta-analysis, *Journal of Youth and Adolescence*, *49*(10), 1943-1960.

Teramoto Pedrotti, J. & Edwards, L. M. (Ed.). (2014). *Perspectives on the intersection of multiculturalism and positive psychology-7*. Springer.

Tillich, P. (2014). *Olmak cesareti*. (çev. F. C. Dansuk). Okyanus Yayınları.

Tokur, B. & Doğan, H. A. (2023). Gençlerde kimlik algısı ve dini hayat: Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi İlahiyat Fakültesi. *Eskiyeni*, *50*, 705-722.

Uludağ S. (2003). "Ma'rifet-i Nefs" maddesi, [içinde] *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi-28*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.

Utsch, M. & Erenoğlu, A. (2008). Pozitif psikolojiden güdüler din psikolojisi araştırmaları ve terapik/manevî yardım uygulamaları. *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, *25*(25), 169-180.

Vela, J. C., Lu, M. T. P., Lenz, A. S. & Hinojosa, K.: (2015). Positive psychology and familial factors as predictors of latina/o students' psychological grit, *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 37(3), 287-303.

Vieten, C., Fox, J., Oxhandler, H. K., Pearce, M., Polson, E. C., Pargament, K., Wong, S. & Currier, J. M. (2024). Spiritual and religious competency training for mental health care professionals: How much is enough? *Counselor Education and Supervision*, *63*(3), 187-202.

Voigt, T. E., Day, A., & Balandin, S. (2018). The unintended consequences of heroism or acts of bravery on civilians. In *Heroism and well-being in the 21st century* (ss. 180-193). Routledge.

Vural, M. E. (2021). *Hayatın anlamı, dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisi: Bir karma yöntem araştırması*. (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Wang, Y. & Cheng, H. (2025). Longitudinal association between mindfulness and wisdom: A follow-up study in emerging adulthood. *Journal of Intelligence*, *13*(9), 122.

Webster, J. D. (2010). Wisdom and positive psychosocial values in young adulthood. *Journal of Adult Development*, *17*(2), 70-80.

Wiium, N., Ferrer-Wreder, L., Lansford, J. E. & Jensen, L. A. (2023). Positive youth development, mental health, and psychological well-being in diverse youth. *Frontiers in Psychology*, *14*, 1152175.

Wnuk, M. (2023). The indirect relationship between spiritual experiences and subjective wellbeing through hope? a sample of chilean students. *Journal of Religion and Health*, *62*(2), 964-983.

Worthington Jr, E. L. (2013). *Hope-focused marriage counseling: A guide to brief therapy*. InterVarsity Press.

Worthington Jr, E. L., Cowden, R. G., Davis, E. B. & Exline, J. J. (2024). Virtues in positive psychology and the psychology of religion and spirituality: Existing overlap and promising possibilities. *The oxford handbook of psychology and spirituality*. Ed. M. Lisa. (ss. 209-224). Oxford University Press.

Yalçın, İ. & Malkoç, A. (2013). Kişisel Gelişim Yönelimi Ölçeği-II'nin Türkçe'ye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi, *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 26(3), 258-266.

Yaran, C. (2019). *Müslümanın edinmesi gereken ahlaki erdemler*. Diyanet İşleri Başkanlığı.