**ÜÇ FAKTÖRLÜ SPİRİTÜEL İYİ OLUŞ ÖLÇEĞİ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin numarasını işaretleyiniz. Numaraların anlamları:  **(1) Bana Hiç Uygun Değil**  **(2) Bana Uygun Değil**  **(3) Bana Biraz Uygun**  **(4) Bana Oldukça Uygun**  **(5) Bana Tamamen Uygun**  Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz. | Bana hiç uygun **değil** | Bana uygun **değil** | Bana **biraz** uygun | Bana **oldukça** uygun | Bana **tamamen** uygun |
|  | İlahi bir güce bağlı olmak bana güven verir. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Doğaya saygı duyulması gerektiğini düşünürüm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Hayata dair bir hoşnutsuzluk duygusu hissederim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Bir problemle karşılaştığımda Allah’ın yardımını hissederim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Allah’ın gizli ve açık tüm duygu ve düşüncelerimi bildiğine inanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Bütün canlıların saygıyı hak ettiğini düşünürüm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Hayatımda büyük bir boşluk var. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Günlük hayatta Allah’ın kudretine şahit olurum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Allah’ın beni sevdiğine ve önemsediğine inanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Yeryüzündeki tüm canlılara iyi davranırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Hayattan zevk almam. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Hayatımın her anında Allah’ın varlığını hissederim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Daha güçlü bir varlığa sığınma duygusu beni rahatlatır. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Kendimi doğanın bir parçası olarak görürüm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Hayatımın amacını halen bulabilmiş değilim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Yaşadığım her olayda bir hayır olduğuna inanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | İnancım, nasıl bir hayat süreceğime dair bana yol gösterir. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Yeryüzündeki bütün canlıların hakları benim için önemlidir. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Sorunlarımı çözmeye nereden başlayacağımı bilemem. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Yalnız kaldığımda Allah’ı ve yarattıklarını düşünürüm (tefekkür ederim). | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | İnanç ve değerlerim, zorluklar karşısında dayanabilme gücümü arttırır. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Doğayla uyum içinde yaşarım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Zorluklar yaşadığımda bunalmış hissederim. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | İnancım, yaşadığım sıkıntılarda dahi olumlu tarafların olabileceğini görmemi sağlar. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Hayatta hiçbir şey sebepsiz değildir. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Hayatın beni mutsuz eden olaylardan ibaret olduğunu düşünürüm. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Her şeyin elimde olmadığını bilmek üzüldüğüm olaylar karşısında bir teselli kaynağıdır. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Yeryüzündeki her doğal varlığın eşsiz olduğuna inanırım. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |
|  | Dünya hayatının geçici olduğuna inanmak beni hırslarımdan arındırır. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) |

**Kaynak:**

Ekşi, H., & Kardaş, S. (2017). Spiritual well-being: Scale development and validation*. Spiritual Psychology and Counseling, 2,* 73–88. http://dx.doi.org/10.12738/spc.2017.1.0022

Kardaş, S. (2019). Erratum: Correcting the name of the Spiritual Well-Being Scale as the Three-Factor Spiritual Well-Being Scale. *Spiritual Psychology and Counseling 4,* 85–85. http://dx.doi.org/10.12738/spc.2019.4.1.0068

**Puanlama Yönergesi**

**Alt boyut ve madde sayısı:** 3 alt boyut ve 29 madde  
Aşkınlık: 1, 4, 5, 8, 9, 12, 13, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 27, 29 no'lu maddeler

Doğayla Uyum : 2, 6, 10, 14, 18, 22, 28 no'lu maddeler

Anomi: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 26 no'lu maddeler

**Ölçekte bulunan ters maddeler:** Toplam puan alınmak istendiğinde anomi alt boyutundaki maddeler ters puanlanır.

**Ölçeğin Değerlendirilmesi:** Ölçeğin her bir alt boyutundan alınan yüksek puan bireyin ilgili alt boyutun değerlendirdiği özelliğe sahip olduğunu göstermektedir. Ölçek ayrıca toplam iyi oluş puanı vermektedir. Ölçek puanlanırken alt boyutların ve toplam puanın ortalaması alınmaktadır.

**\*Ölçeğin kullanılması için izin alınmasına gerek yoktur.**

**\*\*Ölçeğin kullanıldığı araştırmanın referans bilgilerinin gönderilmesi beklenmektedir.**

**İletişim adresi:** [selamikardas@gmail.com](mailto:selamikardas@gmail.com)