Değerler Eğitimi Dergisi
Cilt 23, No. 50, *503-526,* Aralık 2025

Perception of God as a Predictor of Self-Compassion among Theology Students*

İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinde Öz-Şefkatin Yordayıcısı Olarak Tanrı Algısı**

Nesibe ESEN ATEŞ, Dr. Öğr. Üyesi | Asst. Prof.
Çukurova Üniversitesi, Adana | Çukurova University, Adana, Türkiye
nesen@cu.edu.tr
ORCID: 0000-0003-4259-9544
ROR: 05wxkj555

Ali KOÇAK, Sorumlu Yazar, Dr. Öğr. Üyesi | Corresponding Author, Asst. Prof.
Şırnak Üniversitesi, Şırnak | Şırnak University, Şırnak, Türkiye
alikocak@sirnak.edu.tr
ORCID: 0000-0002-8253-1897
ROR: 01fcvkv23

ISSN: 1303-880X
e-ISSN: 2667-7504
http://ded.dem.org.tr

Makale Türü / Article Type:
Araştırma Makalesi / Research Article
Geliş Tarihi / Received Date: 25.09.2025
Kabul Tarihi / Accepted Date: 14.11.2025
Yayın Tarihi / Published Date: 25.12.2025
Lisans / Licence: CC BY-NC-4.0.
Tr/En: En

Atıf/Citation: Esen Ateş, N. ve Koçak, A. (2025). Perception of God as a Predictor of Self-Compassion among Theology Students. Değerler Eğitimi Dergisi, 23(50), 503-526.
https://doi.org/10.34234/ded.1790743

Çıkar Çatışması / Competing Interests:
Yazarlar, çıkar çatışması olmadığını beyan ederler. / The authors declare that they have no competing interests.

Yazar Katkıları / Author Contributions:
Nesibe ESEN ATEŞ (%55), Ali KOÇAK (%45)

1 Data collection approval for this study was obtained from the Scientific Research and Publication Ethics Committee of Şırnak University, and the official approval document dated February 6, 2025, numbered 120924, is provided.

2 Bu çalışma için veri toplama onayı, Şırnak Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan alınmış olup, 06.02.2025 tarihli ve 120924 sayılı resmi onay belgesi sunulmuştur.

Abstract

Perception of God is regarded as an important psychological construct closely associated with individuals' attitudes toward themselves and their emotional regulation strategies. In this context, how individuals perceive God may play a critical role in determining their levels of self-compassion, understanding, and acceptance. While existing literature provides evidence supporting the relationship between love-based perceptions of God and personal development, studies directly examining the link between self-compassion and perception of God remain limited. This quantitative study aims to investigate the predictive effect of university students' love-oriented and fear-oriented perceptions of God on their self-compassion levels. The study sample consisted of 398 students enrolled in the Faculties of Theology at Çukurova and Şırnak Universities, selected through convenience sampling. Participants completed the Self-Compassion Scale and the Perception of God Scale. Data obtained from these instruments were analyzed using regression analysis to examine the predictive role of God perception on self-compassion levels. The findings indicate that individuals who perceive God as loving, compassionate, and forgiving tend to accept their mistakes more easily and evaluate themselves more objectively. Conversely, those who perceive God as punitive and judgmental exhibit a tendency to adopt a harsher and more self-critical attitude, as revealed by the regression analysis results.

Keywords: Psychology of Religion, Self-Compassion, Perception of God, Self-Sensitivity.

&

Öz

Tanrı algısı, bireyin kendine yönelik tutumları ve duygusal düzenleme biçimleriyle yakından ilişkili önemli bir psikolojik yapı olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda, bireyin Tanrı'yı nasıl algıladığı, kendine yönelik şefkat, anlayış ve kabul düzeylerini belirlemede önemli bir rol oynayabilmektedir. Mevcut literatür, Tanrı'ya yönelik sevgi temelli algıların kişisel gelişimle olan ilişkisini destekleyen bulgular sunarken, öz-şefkat ile Tanrı algısı arasındaki doğrudan ilişkiyi inceleyen çalışmalar sınırlıdır. Bu nicel araştırma, üniversite öğrencilerinin Tanrı'ya yönelik sevgi odaklı ve korku odaklı algılarının öz-şefkat düzeyleri üzerindeki yordayıcı etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma kap-

samında, Çukurova ve Şırnak Üniversiteleri İlahiyat Fakültelerinde öğrenim gören 398 öğrenciye kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılmış ve katılımcılara Öz-Şefkat Ölçeği ile Tanrı Algısı Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler, Tanrı algısının öz-şefkat düzeyleri üzerindeki yordayıcı rolünü incelemek amacıyla regresyon analiziyle çözümlenmiştir. Sonuçlar, Tanrı'yı sevgi dolu, şefkatli ve bağışlayıcı olarak algılayan bireylerin, hatalarını daha kolay kabul ettiklerini ve kendilerini daha objektif değerlendirme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Öte yandan, Tanrı'yı cezalandırıcı ve yargılayıcı olarak algılayan bireylerin ise kendilerine karşı daha sert ve eleştirel bir tutum sergileme eğiliminde oldukları analiz bulgularıyla ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Öz-Şefkat, Tanrı Algısı, Öz-Duyarlılık.

Introduction

The perception of God is at the center of individual religiosity. Therefore, the quality of this belief is a key factor in determining the framework within which individual religiosity will develop. In the psychology of religion literature, there are many studies on the perception, image, or conception of God. All these concepts generally focus on how individuals make sense of God in their mind. In terms of its prevalence in the current psychology literature, the concept of "perception of God" is used in this study to refer to the construct in question.

An individual's social environment, the culture in which he/she grows up, the education he/she receives, the religion he/she believes in, and his/her personality traits have a determining role in the formation of his/her perception of God. Accordingly, one's feelings, thoughts, and attributions about God constitute one's perception of God. According to the attributes assigned to God, this perception is oriented either toward love or toward fear. While the individual's perception of God as loving, protecting, trusting, compassionate, merciful, and forgiving is characterized as a love-oriented perception of God, the individual's emphasis on God's attributes such as punishing, fierce, wrathful, and angry leads to a fear-oriented perception of God (Aydın, 2010; Güler, 2007a; Hökelekli, 2016; Kuşat, 2006; Yapıcı, 1997, 2004).

Self-compassion has been the subject of psychological studies recently. Self-compassion, which means loving oneself as much as other people, being open to one's own mistakes and being forgiving towards oneself, is frequently used in psychotherapy in the context of healing one's own pain (Germer, 2022; Neff, 2003a, 2003b, 2024).

This study focuses on the relationship between individuals' levels of self-compassion and their perceptions of God. A person's relationship with God has a major influence on his/her inner world and thus on his/her perception of self-compassion. This inner world is also effective in forming the perception of God. In short, it seems to be expected that there is a mutual influence between the two concepts.

Self-compassion

Compassion is one of the most frequently encountered concepts in the contemporary psychology literature. It can be said that Neff's (2003a, 2003b, 2022, 2024) studies on the subject have contributed to increasing interest in the concept**.** It seems more functional to define self-compassion based on compassion. In the dictionary, compassion is defined as affection, caring, sparing, pitying, and protecting (Akalın, 2011, p. 2210). From this point of view, self-compassion can be understood as an individual's self-love and self-kindness. The concept has also been used as "self-understanding" (Deniz et al., 2008; Deniz et al., 2012; Dilmaç et al., 2009; Hoşoğlu, 2020; Özdemir & Çetinceli, 2023) and "self-awareness" (Akın et al., 2007; Korkmaz, 2018; Öveç, 2007). However, "self-compassion" seems to be more commonly accepted recently. Considering the idea of an individual showing affection and care to themselves, the concept of "self-compassion" was preferred in this study, as it is closer to the dictionary definition of compassion (Akalın, 2011, p. 2210).

Neff says that she encountered self-compassion as a doctrine of Buddhist teaching (Neff, 2022). According to this doctrine, one's ability to show compassion to others depends on one's ability to show compassion to oneself. This is because, in order to reach the spiritual maturity that such teachings aim for, one must also have positive feelings towards oneself. However, this is not an attitude that can be easily acquired. Neff (2022) states that perfectionism, self-criticism, self-judgment, and culture can be obstacles to the development of self-compassion. According to her, individuals can be "cruel" to themselves more than anyone else. The effect of parental attitudes is also quite decisive in this. The individual must first give up these habits and attitudes. There are many practices - such as meditation, self-compassion exercise, writing letters to oneself, self-reaction scale - that have been created to develop self-compassion (Germer & Neff, 2020).

The lines of self-compassion need to be well defined. This is because it can be confused with concepts such as selfishness, arrogance, and self-importance. According to Neff, the most critical point in their distinction is that in self-com-

passion, it is not about seeing oneself as perfect, but about confronting one's flaws, accepting that one can make mistakes and giving oneself space for these mistakes (Neff, 2022, p. 86). Self-compassion is not about a faultless personality and behavior pattern, but about being able to face one's faults and deal with them without hurting oneself. Perfectionism is only an illusion because no one is free from mistakes. Everyone is bound to make mistakes at some point and these mistakes will cause frustration and anxiety (Neff, 2003a, 2024). Moreover, as the individual who aims to achieve perfection confronts the impossibility of this, he/she may enter into an inertia focused on preventing himself/herself from doing something (Neff, 2022, pp. 85-87).

Clarity is one of the requirements of self-compassion. Clarity is important for achieving the goal of enabling the individual to look at and evaluate their experiences and actions in an objective way. As a result of this clarity, the individual will see his/her mistakes and will have a chance to grow from them with greater maturity. In fact, it may be possible to say that clarity displayed with courage is the first step of self-compassion. Because the individual will strengthen his/her awareness as a result of this clarity, and after facing his/her mistakes, he/she will be able to take the step of treating himself/herself with compassion and understanding. A clear view of one's own feelings and actions will naturally prevent arrogance and egoism (Neff, 2024, pp. 161-163). According to Neff, humans are crueler to themselves than other humans (Neff, 2003b, p. 87). The tendency to avoid egoism and self-indulgence is the main motive for this. Self-compassion, on the other hand, involves seeing one's own experience in the light of the general human experience, recognizing that suffering, failures, and inadequacies are part of human life and that all people - including oneself - are deserving of compassion.

Self-compassion involves being moved by and open to one's own suffering, not avoiding it, not detaching from it, and being willing to alleviate one's suffering through a compassionate desire to heal oneself. Self-compassion also involves offering non-judgmental understanding of one's own pain, inadequacies, and failures. The person who is less judgmental towards himself/herself will be much less judgmental towards the other. In this way, the level of empathy will increase and become sincere (Germer, 2022, p. 15). Self-compassion brings self-respect to an equal level with other people and is an attitude that involves forgiving oneself just as one forgives other people for their mistakes and limitations. Finally, self-compassion involves encouraging oneself to new actions with kindness and patience. As such, it is an effective motivating force for self-care, growth, and change. In short, self-compassion is not self-pity, but a state

of healing and strengthening oneself by facing one's own pain (Neff, 2003b, pp. 87-88). To be self-compassionate is not to separate oneself from other people, but to create an internal and external balance by acting with individual kindness towards oneself as well as everyone else. In this way, the individual will establish deeper bonds both within himself/herself and with society and will be able to react in a spiritually healthier way.

Perception of God

Shariati (2005) argues that throughout humanity there has never been a period or a society without religion. Accordingly**,** there have been individuals who did not believe in God, but they have never constituted a community or group. In other words, belief in God is one of the greatest commonalities of humanity. The nature of this belief has changed according to the structure of the religion and the conditions of the period. As Yapıcı (2004) states, it can be said that ancient cultures, the current social and cultural situation, and the process of social change are effective in different perceptions of God in matriarchal or patriarchal social structures or in the perceptions of God of believers in monotheistic religions.

Perception can be defined as the process by which an individual interprets and makes sense of the data received from the external world (Cüceloğlu, 2012). Whether they believe or not, every individual encounters the idea of "God." It can even be said that the individual encounters the idea of "God" before the idea of "religion" and gives meaning to this idea (Göregen & Yıldız, 2021). Both intellectual and emotional processes are active in perception. The sum of one's attributions, thoughts and emotions about God constitutes one's perception of God (Güler, 2007b). Many factors play a role in the formation of the perception of God, such as the individual's family, social environment, religious education, the teachings of the religion he/she is in, and his/her personality (Aydın, 2010; Hökelekli, 2016; Türker & Tokur, 2019; Yapıcı, 1997). All these components positively or negatively influence the individual's feelings and thoughts about God (Aydın, 2010). As the individual matures cognitively and emotionally, the idea of God begins to take a more personal form. The perception of God, which becomes subjective in this process, functions as the main shaper of the individual's religiosity, as well as an influential factor in other aspects of his/her life and social relations (Aydın, 2023, p. 493). Just as there are no two people whose individual personality traits and lives are exactly the same, there cannot be two identical conceptions of God (Türker & Tokur, 2019; Yıldız, 2012).

It is frequently emphasized in the literature that faith is one of the important factors affecting mental health (Allport, 1960; Baasher, 2001; Grimes, 2007; Yapıcı, 2007). According to some psychologists, this effect is an obstacle to human development and maturation (Freud, 2012), while according to others, religious experience can be a source of meaning, beauty (Jung, 1998, p. 100) and an eternal source of life (Yalom, 2010). At this point, it would be useful to mention Fromm's (2012) distinciton between authoritarian and humanitarian approaches to the perception of God. Accordingly, the perception of God is formed according to the characteristics of "God" that religions present to their believers and their expectations from the believer. Based on this classification of Fromm (2012), it is not possible to disagree with his thesis that the way religion and therefore the way God is perceived determines the effect of religion on mental health (Yapıcı, 2007). Similar conclusions are also found in the literature. Accordingly, while there is a fear-oriented perception of God in which negative emotions, especially fear, and punitive characteristics are emphasized, it is also possible to talk about a love-oriented perception of God, which is based on emotions such as compassion and love - with rewarding, protective, and reassuring characteristics coming to the fore (Benson & Spilka, 1973; Grimes, 2007; Mehmedoğlu, 2011). Güler (2007b, p. 124) prefers to define these perceptions of God as "love-oriented" and "fear-oriented". In the love-oriented perception of God, God is perceived as loving, protecting, caring, merciful, reassuring, and forgiving, whereas in the fear-oriented perception, God is perceived as punishing, cruel, and frightening. According to Benson and Spilka (1973, p. 308), this perception is closely related to one's sense of self. If the individual's self-worth is high, God is perceived as love-oriented, whereas if the individual's self-worth is low, God is perceived as fear-oriented.

It has been stated that many factors have an impact on the formation of the perception of God. Accordingly, Grimes (2007, p. 21), who evaluated the studies examining the perception of God in the context of its relationship with family dynamics and attachment theory, concluded that God can serve as a substitute attachment figure in addition to or instead of relationships with parents, spouses or lovers. Albayrak (1995, p. 143), in his study on the effect of parental attitudes on the perception of God, found that the likelihood of having a positive perception of God in individuals who experience a loving and trusting attitude from their parents and a negative perception of God in individuals who experience a fear and anxiety-based attitude from their parents is quite high. Mehmedoğlu (2011, pp. 41-44), states that not only the way parents are perceived, but also the

individual's perception of himself/herself is effective in making the perception of God love-oriented or fear-oriented. In addition, the perception of God is a balancing factor for all emotional experiences of the individual and determines the nature of existential concerns.

Accordingly, individuals who have a perception of God that emphasizes benevolent, strong, protective, solid, stable, and immortal characteristics cope with their troubles in cooperation with God and maintain their psychological harmony and integrity. On the other hand, it is also stated that individuals with a negative perception of God are more unstable, rigid, aggressive, and anxious in coping with their problems and have low levels of psychological harmony. In short, positive perception of God serves the individual in coping with daily life problems and developing a harmonious personality structure. Similar inferences were also expressed by Kartopu (2014).

Yapıcı (2004, p. 171) emphasizes that the character of religions is also decisive in the influence of culture on the perception of God. The influence of the tradition in which religions were born is evident in the idea of God, and the religion born with that influence appears in the perception of the individual over time. In fact, individuals' perception of God is also influenced by how they think God perceives them. If the individual thinks that God loves, values, and protects them, their perception of God is love-oriented, whereas if they think that God does not love them and wants to punish them, their perception of God is fear-oriented (Göregen & Yıldız, 2021; Türker & Tokur, 2019).

Ultimately, the individual's self-perception, social environment, culture, the religion he/she believes in and the religious education he/she receives are influential in the formation of his/her perception of God, and this perception has an impact on many areas such as the individual's inner harmony, coping with problems, and relationships with other people.

In the context of this theoretical framework, the hypotheses of the study were determined:

H_1: Love-oriented and fear-oriented perceptions of God significantly predict self-compassion levels.

H_{1a}: Love-oriented perception of God has a significant positive predictive effect on self-compassion.

H_{1b}: Fear-oriented perception of God has a significant negative predictive effect on self-compassion.

Method

In this study, the effect of university students' perceptions of God on their self-compassion levels is examined. In the study, a quantitative and descriptive approach was adopted, and a relational survey model was used. The model of the study is as shown in Figure 1.

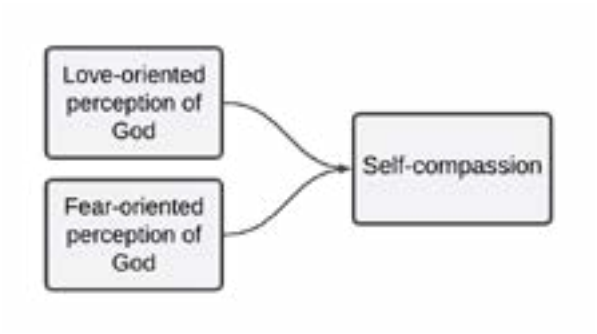


Figure 1: Research Model

Participants

The population of the study consists of the students of the Faculty of Theology. The research was conducted on the students of the faculties of theology at Çukurova and Şırnak Universities. The sample group consists of 398 students studying at the Faculty of Theology of these two universities in the 2024-2025 academic semester, determined by convenience sampling method. 73.4% (N=292) of the participants were female and 26.6% (N=106) were male. Among the students in the sample group, 67.6% (N=269) were studying at Çukurova University and 32.4% (N=129) were studying at Şırnak University.

Measures

God Perception Scale

The God Perception Scale developed by Güler (2007b) is a 5-point Likert-type instrument comprising five factors: "loving God," "positive feelings towards God," "distant/indifferent God," "God who frightens and punishes," and "negative feelings towards God." Initially consisting of 32 items, the scale was administered to a sample of 535 adults aged between 20 and 60 from six cities in Turkey. Following item analysis and expert evaluations, 10 items were exclud-

ed, resulting in a final version with 22 items. Exploratory Factor Analysis (EFA) revealed a five-factor structure accounting for 55.6% of the total variance. The scale yields scores ranging from 22 to 110. Cronbach's alpha for internal consistency was reported as .83 in the original study; in the present study, it was found to be .72. According to the original validation study, the scale can also be used with two overarching dimensions: "love-oriented perception of God" and "fear-oriented perception of God." In this study, the two-factor structure was preferred. A high total score indicates a love-oriented perception of God, whereas a low score reflects a fear-oriented perception.

Self-compassion Scale

The Self-Compassion Scale, developed by Neff (2003a) and adapted into Turkish by Akın, Akın, and Abacı (2007), is a 5-point Likert-type instrument designed to assess individuals' levels of self-kindness. The scale consists of 26 items rated from 1 (Never) to 5 (Always) and includes six factors: Self-compassion, Self-judgment, common humanity, Isolation, Consciousness, and Over-identification. The total score ranges from 26 to 130, with higher scores indicating greater self-compassion. The adaptation study was conducted with a sample of 633 university students from various departments of Sakarya University. Exploratory Factor Analysis (EFA) supported a six-factor structure consistent with the original scale, explaining 68% of the total variance. Although the original scale's total internal consistency reliability was reported as $\alpha = .92$ by Neff (2003a), the Turkish adaptation study did not report a total Cronbach's alpha value; instead, internal consistency coefficients were provided separately for each subscale. In this study, the total internal consistency reliability was calculated as $\alpha = .71$. High scores indicate that the participants have a high level of self-compassion, while low scores indicate that the participants have a low level of self-compassion.

Data Analysis

With the permission of Şırnak University Scientific Research and Publication Ethics Committee dated 06.02.2025 and numbered 120924, the research data were collected from the students studying at the Faculties of Theology of Şırnak University and Çukurova University in the spring semester of the 2024-2025 academic year using online survey technique. The data obtained were analyzed through the SPSS v27 application. Correlations between the variables in the

study were examined and multiple linear regression analysis was conducted to determine the extent to which love-oriented perception of God and fear-oriented perception of God predicted individuals' self-compassion. Cohen's criteria for correlation levels were taken as the basis in the evaluation of the results.

Results

The results of the normality test (George & Mallery, 2010) performed to verify that the assumptions of the analysis were met, and the descriptive statistics of the variables are shown in Table 1.

Table 1: Descriptive Statistics

	Self-compassion	Perception of God (Total)	Love-Oriented Perception of God	Fear-Oriented Perception of God
N	398	398	398	398
$\bar{X}$	84.1	99.8	57.0	17.2
Median	85.0	101	58.0	17.0
Standard deviation	18.3	7.32	3.74	5.21
Min.	31.0	76.0	44.0	10.0
Max.	129	110	60.0	42.0
Skewness	-0.204	-0.909	-1.42	1.05
Kurtosis	-0.113	0.571	1.41	1.99
Shapiro-Wilk p	0.183	<.001	<.001	<.001

The results of the Pearson Product-Moment correlation analysis conducted to determine the relationship between self-compassion and perception of God and its sub-dimensions are presented in Table 2.

Table 2: Correlation Matrix

	1	2	3	4
Self-compassion	—	0.297*	0.184*	-0.285*
Perception of God		—	0.738*	-0.875*
Love-Oriented Perception of God			—	-0.320*
Fear-Oriented Perception of God				—

*p<.001

According to the findings in Table 2, there is a moderate, positive, and significant relationship between self-compassion and God perception total score (r=.297, p<.001). There is a low, positive, and significant (r=.184, p<.001) re-

lationship between self-compassion and love-oriented perception of God and a moderate, negative, and significant (r=-.285, p<.001) relationship between fear-oriented perception of God.

The results of the multiple linear regression analysis conducted to determine the extent to which love-oriented perception of God and fear-oriented perception of God predict self-compassion are presented in Table 3.

Table 3: Multiple Linear Regression Analysis Results for the Relationship between Love-Oriented Perception of God, Fear-Oriented Perception of God and Self-Compassion

Variable	**B**	***SE***	***95% CI***	***β***	***p***
Constant	70.273	15.428	[39.942,100.604]	-	.000
Love-Oriented Perception of God	.509	.248	[.021, .997]	.104	.041
Fear-Oriented Perception of God	-.885	.178	[-1.234, -.535]	-.252	.000

R^2 = .091, $F(2, 395) = 19.757$, $p<.001$

According to the results of the multiple linear regression analysis conducted to determine the extent to which love-oriented God perception and fear-oriented God perception predicted self-compassion, the model was found to be statistically significant (R^2 = .091, $F(2, 395) = 19.757$, $p<.001$). The results of the analysis showed that love-oriented God perception ($\beta = 0.104$, p = .041) and fear-oriented God perception ($\beta = -0.252$, p<.001) had significant effects on the dependent variable of self-compassion. The findings reveal that love-oriented God perception has a positive effect, while fear-oriented God perception has a negative effect. The model explains approximately 9% of the variance in the dependent variable. In line with the findings, hypotheses H_1, H_{1a} and H_{1b} were supported.

Discussion

Individuals with a love-oriented perception of God may tend to believe that God loves them unconditionally and forgives their mistakes. This may help them accept their flaws more easily. Likewise, a love-oriented perception of God can create feelings of trust and peace, preventing individuals from worrying about being punished. Therefore, this perception may enable individuals to be more compassionate towards themselves. Individuals with a fear-oriented perception of God tend to believe that God constantly judges and punishes them. This tendency can create a constant feeling of guilt and shame in individuals. As a result, they can be harsher to themselves. In fact, individuals with constant feelings of guilt and shame may tend to see themselves as worthless.

There are many literature findings on the effects of God perception on an individual's mental health. Perception of God, which is one of the determinants of self-compassion as an indicator of mental health, can affect the level of self-compassion depending on its characteristics. In this study, it was found that love-oriented perception of God increased self-compassion (β = 0.104), and fear-oriented perception of God decreased self-compassion (β = -0.252). In short, the content in the literature that an individual's perception of God is a determining factor in self-perception was confirmed in the context of self-compassion (Göregen & Yıldız, 2021; Türker & Tokur, 2019). It is possible to say that there are similar results in the existing literature findings. Many studies show that the perception of God is love-oriented and individuals with secure attachment to God are more compassionate towards themselves. Similarly, there are studies showing that individuals who have a fear-oriented perception of God and have anxious or avoidant attachment to God are harsher to themselves.

In her study on the relationship between psychological well-being and perception of God, Adams (2019) found that a supportive perception of God predicted higher life satisfaction and positive affect, while an angry and punitive perception of God predicted low autonomy, negative affect and low life satisfaction. In Khan and Aslam's research on the role of God perception on mental comfort during stressful periods, it was revealed that the perception of God as helping, caring and healing positively affects the individual qualities such as mental satisfaction (Khan & Aslam, 2020). Kıraç (2007) and Strivings (2024) also found positive relationships between self-compassion and the perception of God.

In Homan's study on the relationship between attachment styles to God and self-compassion, there was a high negative relationship between avoidant attachment and self-compassion (Homan, 2014). Similarly, Varghese (2015) tested the mediating role of self-compassion in the relationship between attachment to God and psychological well-being and found a negative relationship between self-compassion and anxious attachment to God. These results reveal that individuals' types of attachment to God may affect the level of understanding and compassion they show towards themselves.

In Benson and Spilka's (1973) study on the relationship between God perception and self-esteem, it is seen that there is a highly positive relationship between self-esteem and love-oriented God perception, and a highly negative relationship between self-esteem and control-oriented and punitive God perception. The findings of Schieman et al. (2017) also show that a supportive and co-

operative God perception is associated with higher self-esteem. These findings suggest that a love-oriented perception of God may support self-compassion by increasing individuals' general well-being. In a balanced relationship between self-esteem and self-compassion, it is possible to conclude that a positive perception of God can support both constructs. Although self-esteem and self-compassion are not the same concepts, it should not be ignored that they support each other, and high self-compassion increases self-esteem.

In a study conducted on adolescents in Scotland, positive relationships were found between perceiving God as mostly love-oriented and high self-worth. On the other hand, a relationship was found between perceiving God as fear-oriented and having low self-esteem (Francis et al., 2001). A love-based belief in God can increase an individual's self-worth and make them feel more compassionate towards themselves.

In a study conducted on healthcare professionals in Türkiye, it was found that there was a slight decrease in negative self-perception levels with an increase in love-oriented God perception. Since negative self-perception is related to self-judgment, one of the sub-dimensions of self-compassion, it is possible to say that love-oriented God perception will indirectly affect self-compassion (Güler, 2007b). Accordingly, it is possible to say that love-oriented perception of God may contribute to individuals being less judgmental and more understanding towards themselves.

According to the findings of the study, the level of fear-oriented God perception affecting self-compassion (β =-0.252) is higher than the level of love-oriented God perception affecting self-compassion (β =0.104). The reason for this difference can be explained by the concept of negativity bias. This concept refers to the tendency to focus on negative information more than positive information when perceiving the environment (Vaish et al., 2008). This tendency may lead to focusing more on negative attributes and thus feeling more anxious. On the asymmetrical plane, where God is perceived as both love-oriented and fear-oriented, fear-oriented qualities may be felt more prominently. Moreover, avoiding dangers is perceived as more important for the continuity of life than benefiting from positive experiences. Therefore, potentially harmful, fearful, and threatening content may be perceived by the individual faster and at a higher level than other stimuli due to its threat to physical and psychological integrity. As a matter of fact, the emotion of fear is associated with the basic need for security in relation to the perception of dangers. On the other hand, the emotion of love emerges and develops in the focus of positive experiences related to the need for social at-

tachment and belonging. The fact that the ranking in Maslow's (1943) hierarchy of needs confirms this situation, and that the emotion of fear is more fundamental according to the sociobiological theory of the formation of emotions (Cüceloğlu, 2012) makes the determinant of fear in the perception of God more understandable. As a result, although the participants perceive God more love-oriented than fear-oriented, the fact that fear is much more dominant and severe than other emotions (Jarymowicz & Bar-Tal, 2006) may cause the fear-oriented perception of God to have a more pronounced effect on self-compassion.

Conclusion

In this study, which examined the relationship between God perception and self-compassion in the context of theology faculty students, it was concluded that there is a linear relationship between love-oriented God perception and high self-compassion. In the same direction, fear-oriented perception of God predicts low self-compassion. Accordingly, the level of self-compassion of individuals who perceive God in terms of loving, compassionate, helping and forgiving characteristics increases. The fact that God sees his servant as worthy of love and compassion enables the individual to see himself as worthy of love, understanding and forgiveness. Individuals who have a high tendency to perceive God as punitive, judgmental, and similar negative characteristics have lower levels of self-compassion. This perception that God establishes His relationship with the individual in the context of punishing sins leads to the thought of not being a perfect servant, self-judgment and subsequently being a sinner. This naturally increases the individual's feelings of guilt and sinfulness. These feelings lead to an increase in feelings such as negative self-judgment, failure, and inadequacy. The fear-oriented perception of God also negatively affects the clarity of the individual's self-perception. The individual's perception that God does not love him/her may cause him/her to perceive himself/herself as unworthy of love and compassion, thus leading to a decrease in self-compassion. As a result, it can be said that such negative perceptions lead to a decrease in self-compassion, which functions in the context of accepting one's mistakes and healing one's own pain.

In future research, similar studies can be conducted with different sample groups to understand this issue in more depth. Moreover, investigating the role of moderating variables in the relationship between the perception of God and self-compassion, and exploring both concepts in the context of different types of religiosity, may contribute to a more comprehensive understanding of the issue.

Genişletilmiş Özet

Giriş

Bu araştırmada bireylerin öz şefkat düzeyleri ile Tanrı algıları arasındaki ilişkiye odaklanılmaktadır. Kişinin Tanrı ile olan ilişkisinin onun iç dünyasında, dolayısıyla öz şefkat algısında etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu iç dünya aynı zamanda Tanrı algısını da etkileyebilir. Kısaca iki kavram arasında karşılıklı bir etkileşim olması beklenen bir durumdur. Bu noktada araştırmanın temel odak noktası, Tanrı algısının öz şefkat üzerindeki yordayıcı etkisini incelemektir (Aydın, 2023; Neff, 2003a, 2003b).

Kişinin kendini de diğer insanlar kadar sevmesi, kendi hatalarına açık ve kendine karşı bağışlayıcı olması anlamında öz şefkat, bireyin kendi acısını kendi sağaltması olarak işlev görmektedir. Tanrı algısı bireysel dindarlığının merkezinde bulunmaktadır. Dolayısıyla bu inancın niteliği de bireysel dindarlığın hangi bağlamda gelişeceğini belirleme noktasında kilit konumda yer almaktadır. Din psikolojisi literatüründe Tanrı algısı, imgesi veya tasavvuru başlığında pek çok araştırma bulunmaktadır. Bu kavramların hepsi genel olarak bireyin Tanrı'yı zihninde nasıl anlamlandırdığına odaklanmaktadır. Güncel psikoloji literatüründeki yaygınlığı açısından, bu araştırmada sözü edilen nitelik için "Tanrı algısı" kavramı kullanılmıştır (Aydın, 2023; Neff, 2003a, 2003b).

Öz Şefkat

Budist öğretinin bir doktrini olarak öz şefkat, kişinin başkalarına şefkat gösterebilmek için öncelikle kendisine yönelik bir şefkat ve anlayış beslemesi gerektiğine dayanmaktadır (Neff, 2022). Buna göre ruhsal olgunluğa ulaşabilmek için, kişinin kendisine karşı da olumlu hisler beslemesi gerekmektedir. Öz şefkatin gelişmesi, öz eleştiri, mükemmeliyetçilik, öz yargılama ve kültürel öğretinin oluşturabileceği direncinin kırılmasına bağlıdır (Neff, 2022). Birey kendine karşı, en az diğer insanlara olduğu kadar, acımasız bir tutum içinde bulunabilir. Öz şefkat kavramının bencillik, kibir, kendini beğenme gibi kavramlarla karıştırılması söz konusu olabilmektedir. Ayrımdaki en önemli husus, öz şefkatte kişinin kendisini kusursuz olarak görmesi değil, kusurları ile yüzleşip hata yapabileceğini kabul etmesi ve bu hatalar konusunda kendisine alan tanımasıdır. Öz şefkatte, hatasız bir kişilik ve davranış örüntüsü değil hataları ile yüzleşebilmek ve bunlarla kendisini hırpalamadan başa çıkabilmek esastır. Netlik öz şefkatin

gerekliliklerinden biridir. Netlik, kişiyi yaşadıklarına ve eylemlerine oldukça tarafsız bir şekilde bakması ve değerlendirmesi hedefine ulaştırmak için önemlidir. Bu netlik sonucu birey hatasını görecek ve bundan olgunlaşarak çıkmak için bir şans yakalayacaktır. Bu bağlamda netliğin sağlanabilmesi için cesaret de önemli bir husustur. Birey cesaretle beslenen netlik sayesinde farkındalığını güçlendirecek, hataları ile yüzleştikten sonra kendine sevecen ve anlayışla yaklaşma adımına geçebilecektir. Kişinin kendi duygu ve edimlerine net bir şekilde bakabilmesi doğal olarak kibir ve egoizmin de önüne geçecektir (Neff, 2024). Öz şefkat, kişinin kendi acılarından etkilenmesini ve acılarına açık olmasını, onlardan kaçınmamasını, devamında ise acılarını hafifletmesini ve kendini şefkatle iyileştirme arzusunu içerir. Öz şefkat ayrıca, kişinin kendi acısına, yetersizliklerine ve başarısızlıklarına yargısız anlayış sunmayı içerir. Kendini yargılamayan insan ötekine karşı da daha az yargılayıcı olacaktır (Germer, 2022). Öz şefkat öteki insanlarla eşit bir düzeyde kendine saygıyı beraberinde getirir ve bireyin tıpkı diğer insanları hataları ve sınırlılıkları için affettiği gibi kendisini de affetmeyi içeren bir yapıdadır. Son olarak öz şefkat sahibi olmak, kişiyi nezaket ve sabırla yeni eylemler için teşvik edicidir. Bu haliyle o, içsel bakım, büyüme ve değişim için etkin bir motive edici güç olarak düşünebilir. Öz şefkatli olmak, kişinin kendini diğer insanlardan ayırması değil, herkesle birlikte kendine karşı da bireysel nezaket ile davranarak içsel ve dışsal bir denge oluşturmasıdır. Bu şekilde birey hem kendi içinde hem de toplumla daha derin bağlar kuracak ve ruhsal olarak daha sağlıklı tepkiler verebilecektir.

Tanrı Algısı

Tanrı inancı insanlığın en büyük ortak noktalarından birisidir (Şeriati, 2005; Yapıcı, 2004). Bu inancın niteliği dinin yapısına ve dönemin şartlarına göre değişimler göstermiştir. Kişinin Tanrı hakkındaki atıflarının, düşüncelerinin ve duygularının yekûnu onun Tanrı'ya dair algısını oluşturur. Tanrı algısının oluşmasında bireyin ailesi başta olmak üzere sosyal çevresi, aldığı din eğitimi, içinde bulunduğu dinin öğretileri, kişiliği gibi pek çok faktör rol oynamaktadır (Aydın, 2010; Göregen & Yıldız, 2021; Hökelekli, 2016; Türker & Tokur, 2019). Tüm bu bileşenler, bireyin zihninde Tanrı'ya dair duygularını ve düşüncelerini pozitif ya da negatif yönlü olarak etki altına alır. Birey bilişsel ve duygusal olarak olgunlaştıkça Tanrı düşüncesi daha kişisel bir şekil almaya başlar. Bu süreçte öznelleşen Tanrı algısı, kişinin dindarlığının temel şekillendiricisi olarak işlev gördüğü gibi, hayatının diğer yönlerini ve sosyal ilişkilerini de et-

kileyici bir faktör olmaktadır. Bireysel kişilik özellikleri ve yaşamı tamamıyla aynı iki insan olamadığı gibi birbiri ile tıpa tıp aynı iki Tanrı algısından da söz edilemez. Tanrı algısı, bireyin tüm duygusal deneyimleri için bir dengeleme unsuru ve varoluşsal kaygılarının rengini belirleyici olabilmektedir. Dinlerin Tanrı düşüncesinde, içinde doğduğu geleneğin etkisi belirgindir ve bu etkiyle doğan din zamanla bireyin algısında belirir. Esasen bireylerin Tanrı algısında Tanrı'nın kendilerini nasıl algıladığına dair düşünceleri de etkilidir. Eğer birey Tanrı'nın kendisini sevdiğini, değer verdiğini ve koruduğunu düşünüyorsa Tanrı algısı olumlu olurken, Tanrı'nın kendisini sevmediğini, cezalandırmak istediğini düşünüyorsa Tanrı algısı olumsuz gelişmektedir. Sevgi yönelimli Tanrı algısında, Tanrı seven, koruyan, gözeten, merhamet eden, güven veren, affedici özellikleriyle algılanırken; korku yönelimli algıda Tanrı, cezalandıran, gaddar, korkutan yönleriyle algılanmaktadır. Bu algı, kişinin benlik algısıyla yakından ilişkilidir. Bireyin benlik değeri yüksekse Tanrı sevgi yönelimli algılanırken, benlik değeri düşükse, Tanrı korku yönelimli olarak algılanmaktadır denilebilir. En nihayetinde bireyin kendilik algısı, sosyal çevresi, kültürü, inandığı din ve aldığı din eğitimi ondaki Tanrı algısının oluşumunda etkendir ve bu algı bireyin içsel uyumu, sorunlarla başa çıkması, diğer insanlarla ilişkisi gibi pek çok alanda tesir sahibidir (Benson & Spilka, 1973; Güler, 2007b).

Araştırmanın Yöntemi ve Modeli

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin Tanrı algılarının öz-şefkat düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmektedir. Çalışma, nicel ve betimsel bir yöntemle yürütülmüş olup, değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Bu bağlamda, katılımcıların Tanrı'ya dair algılarının, kendilerine karşı gösterdikleri şefkat düzeyleriyle nasıl bir bağlantı içinde olduğu istatistiksel verilerle analiz edilmiştir.

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini İlahiyat Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma, Çukurova ve Şırnak Üniversitelerinin İlahiyat Fakülteleri öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Örneklem grubu, 2024-2025 eğitim-öğretim döneminde bu iki üniversitenin İlahiyat fakültelerinde öğrenim gören, kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenmiş 398 öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların %73,4'ü (N=292) kadın, %26,6'sı (N=106) erkektir. Örneklem grubundaki öğrencilerin %67,6'sı (N=269) Çukurova Üniversitesi'nde, %32,4'ü (N=129) ise Şırnak Üniversitesi'nde öğrenim görmektedir.

Veri Toplama Araçları

Veri toplamak için 5'li likert tarzında hazırlanmış olan beş faktörlü Tanrı Algısı Ölçeği ve 5'li likert tarzında hazırlanmış olan altı faktörlü Öz Duyarlılık Ölçeği (Güler, 2007b) kullanılmıştır. 22 maddede oluşan Tanrı Algısı Ölçeğinin faktörleri; "Seven Tanrı", "Tanrı'ya yönelik olumlu duygular", "Uzak/Umursamaz Tanrı", "Korkutan ve cezalandıran Tanrı" ve "Tanrı'ya yönelik olumsuz duygular" şeklindedir. 26 maddeden oluşan Öz Duyarlılık ölçeğinin (Akın et al., 2007; Neff, 2003a) faktörleri ise "Öz-sevecenlik", "Öz-yargılama", "Paylaşımların bilincinde olma", "İzolasyon", "Bilinçlilik" ve "Aşırı özdeşleşme" şeklindedir.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Veriler, Şırnak Üniversitesi ve Çukurova Üniversitesi'nin İlahiyat Fakültelerinde, 2024-2025 öğretim yılı bahar yarıyılında öğrenimlerini sürdüren öğrencilerden çevrimiçi anket tekniğiyle toplanmıştır. Toplanan veri SPSS v27 uygulaması aracılığıyla çözümlenerek analiz edilmiştir. Araştırmada yer alan değişkenler arasında korelasyonlar incelenmiş ve sevgi yönelimli Tanrı algısı ile korku yönelimli Tanrı algısının bireylerin öz şefkatini ne düzeyde yordadığını saptamak için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

Bulgular

Öz şefkat ile Tanrı algısı toplam puanı arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($r=.297$, $p<.001$). Öz şefkat ile Tanrı algısının alt boyutları olan sevgi yönelimli Tanrı algısı arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı ($r=.184$, $p<.001$); korku yönelimli Tanrı algısı arasında orta düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı ($r=-.285$, $p<.001$) ilişkiler bulunmaktadır. Analiz sonuçları, sevgi yönelimli Tanrı algısının ($\beta = 0.104$, $p = .041$) ve korku yönelimli Tanrı algısının ($\beta = -0.252$, $p<.001$) bağımlı değişken olan öz şefkat üzerinde anlamlı etkileri olduğunu göstermektedir. Bulgular, sevgi yönelimli Tanrı algısının pozitif yönde, korku yönelimli Tanrı algısının ise negatif yönde bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Tartışma ve Yorum

Sevgi odaklı Tanrı algısına sahip bireyler, Tanrı'nın kendilerini koşulsuzca sevdiğine ve hatalarını affettiğine inanma eğilimi gösterebilmektedir. Bu da onların kendi kusurlarını daha kolay kabullenmelerine destek olmaktadır (Adams, 2019;

Benson & Spilka, 1973; Schieman et al., 2017). Benzer şekilde sevgi odaklı bir Tanrı algısı, bireyde güven ve huzur duygularına zemin hazırlayarak, bireylerin sürekli cezalandırılma endişesi taşımalarını önleyebilmektedir. Bu hissiyat da dolaylı olarak kendilerine karşı daha şefkatli olmalarını kolaylaştırabilmektedir. Korku odaklı Tanrı algısına sahip bireylerde, Tanrı'nın sürekli olarak kendilerini yargıladığına, cezalandırdığına inanma eğilimi ön plandadır (Francis et al., 2001; Homan, 2014; Varghese, 2015). Bu eğilim ise bireylerde sürekli bir suçluluk ve utanç duygusu hali yaratabilmektedir. Bunların sonucunda da bireyler kendilerine karşı daha acımasız davranabilmektedir. Nitekim sürekli bir suçluluk ve utanç hissi taşıyan bireyler kendilerini değersiz görme eğilimi sergileyebilmektedir. Tanrı algısının bireyin ruh sağlığına etkilerine yönelik pek çok literatür bulgusu mevcuttur. Ruh sağlığının bir göstergesi olarak öz şefkatin belirleyicilerinden olan Tanrı algısı, niteliğine bağlı olarak öz şefkatin düzeyini etkileyebilmektedir. Bu araştırmada sevgi odaklı Tanrı algısının öz şefkati arttırdığı, korku odaklı Tanrı algısının da öz şefkati azalttığı yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Literatür bulgularında da benzer yönde sonuçların bulunduğunu söylemek mümkündür. Yapılan pek çok araştırma, sevgi odaklı Tanrı algısına sahip ve Tanrı'ya güvenli bağlanan bireylerin kendilerine karşı daha şefkatli olduklarını göstermektedir. Benzer şekilde korku odaklı Tanrı algısına sahip olan ve Tanrı'ya kaygılı ya da kaçıngan şekilde bağlanan bireylerin kendilerine karşı daha acımasız davrandıklarını gösteren araştırmalar da mevcuttur. Bireylerin Tanrı'yı nasıl algıladıkları ve onunla nasıl ilişki kurdukları ile öz şefkatleri arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmalarda genellikle benzer yönde sonuçlara ulaşıldığı görülebilir.

Sonuç

Sevgi odaklı Tanrı algısı ve yüksek öz şefkat arasında doğrusal bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı doğrultuda korku odaklı Tanrı algısı ise düşük öz şefkati yordamaktadır. Buna göre Tanrı'yı seven, şefkat gösteren, yardım eden, bağışlayan özellikleri bağlamında algılayan bireylerin kendilerine dair duydukları şefkat düzeyi yükselmektedir. Tanrı'nın kulunu sevgi ve şefkate layık görmesi kişinin de kendini sevilmeye, anlayışla karşılanmaya, affedilmeye layık görmesini sağlamaktadır. Tanrı'yı cezalandırıcı, yargılayıcı ve benzeri olumsuz özellikleri ile algılama eğilimi yüksek olan bireylerin öz şefkat düzeyleri düşmektedir. Tanrı'nın birey ile olan ilişkisini, günahların cezalandırılması bağlamında kurduğuna dair bu algı, bireyde mükemmel bir kul olamama, öz yargılama ve devamında günahkâr olma düşüncesini doğurmaktadır. Bu durum doğal olarak bireyin suçluluk

ve günahkarlık duygularını artırmaktadır. Söz konusu duygular bireyde, kendini olumsuz yargılama, başarısızlık, yetersizlik gibi duyguların yükselmesine sebep olmaktadır. Korku odaklı Tanrı algısı, bireyin kendini algılamadaki netliğini de olumsuz yönde etkilemektedir. Bireyin, Tanrı'nın kendisini sevmediği yönündeki algısı, kendisini sevilmeye ve şefkat görmeye layık olmayan bir bağlamda algılamasına dolayısıyla öz şefkatin düşmesine neden olabilmektedir. Sonuçta, bireydeki bu türden olumsuz algılar, onda hatalarını kabul edip kendi acısını sağaltma bağlamında fonksiyon gören öz şefkatin düşmesine neden olduğu söylenebilir.

Etik Beyan / Ethical Statement: Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur. / It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited.

Finansman / Funding: Yazarlar, bu araştırmayı desteklemek için herhangi bir dış fon almadığını kabul ederler. / The authors acknowledge that they received no external funding in support of this research.

Yazar (lar) / Author (s): Nesibe ESEN ATEŞ, Ali KOÇAK.

İntihal / Plagiarism: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi. / This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software.

References

Adams, M. (2019). *The relationship between god representations and psychological well-being* [Eastern Illinois University].

Akalın, Ş. H. (2011). Şefkat. In *Türkçe sözlük*. Atatürk, Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Türk Dil Kurumu Yayınları.

Akın, Ü., Akın, A., & Abacı, R. (2007). Öz-duyarlık ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 1-10.

Albayrak, A. (1995). Ergenlerin dinî gelişiminde sevgi ve korku motifinin etkinliği [Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi].

Allport, G. W. (1960). *The individual and his religion: A psychological interpretation.* Macmillan Publishing Company.

Aydın, A. R. (2010). Tanrı algısına Jungçu bir bakış. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 28(28), 53-61. https://doi.org/10.17120/omuifd.02522

Aydın, Ö. G. (2023). A Systematic review of the studies on the God image in the sample of Türkiye. *Dinî Araştırmalar*, 26(65), 491-537.

Baasher, T. A. (2001). Islam and mental health. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 7, 372-376.

Benson, P., & Spilka, B. (1973). God image as a function of self-esteem and locus of control. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 12(3), 297-310. https://doi.org/10.2307/1384430

Cüceloğlu, D. (2012). *İnsan ve davranışı*. Remzi Kitabevi.

Deniz, M., Kesici, Ş., & Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability of the Turkish version of the Self-Compassion Scale. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 36(9), 1151-1160.

Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z., & İzmirli, M. (2012). Öz-anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu: Türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* 1(23), 428-446.

Dilmaç, B., Deniz, M., & Deniz, M. E. (2009). Üniversite öğrencilerinin öz-anlayışları ile değer tercihlerinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi,* 7(18), 9-24.

Francis, L. J., M., G. H., & and Robbins, M. (2001). God images and self-worth among adolescents in Scotland. *Mental Health, Religion & Culture*, 4(2), 103-108. https://doi.org/10.1080/13674670126955

Freud, S. (2012). *Bir yanılsamanın geleceği* (H. İlhan, Trans.). Alter Yayıncılık.

Fromm, E. (2012). *Psikanaliz ve din* (E. Erten, Trans.). Say Yayınları.

George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for windows step by step: A Simple guide and reference*. Pearson.

Germer, C. K. (2022). *Öz şefkatli farkındalık: Tahrip edici duygularla başa çıkabilmek* (H. Ü. Haktanır, Trans.). Diyojen Yayıncılık.

Germer, C. K., & Neff, K. D. (2020). *Öz şefkatli farkındalık uygulama rehberi* [Feray Tarımtay]. Diyojen Yayıncılık.

Göregen, F., & Yıldız, M. (2021). Ergenlerde Tanrı algısı, affetme eğilimi ve öfke ilişkisi üzerine bir araştırma. *Dinî Araştırmalar*, 24(61), 427-458.

Grimes, C. (2007). God image research: A literature review. *Journal of Spirituality in Mental Health,* 9, 11-32.

Güler, Ö. (2007a). Tanrı'ya yönelik atıflar, benlik algısı ve günahkarlık duygusu (Yetişkin örneklem). Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Güler, Ö. (2007b). Tanrı algısı ölçeği (TA): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi,* 48(1), 123-133. https://doi.org/10.1501/Ilhfak_0000000932

Homan, K. J. (2014). A mediation model linking attachment to God, self-compassion, and mental health. *Mental Health, Religion & Culture,* 17(10), 977-989.

Hoşoğlu, R. (2020). Öz-anlayış düzeyi ile yaşam doyumu arasındaki ilişki: Otomatik düşüncelerin aracı etkisi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4(7), 37-49.

Hökelekli, H. (2016). *Din psikolojisine giriş.* Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Jarymowicz, M., & Bar-Tal, D. (2006). The dominance of fear over hope in the life of individuals and collectives. *European Journal of Social Psychology*, 36(3), 367-392. https://doi.org/10.1002/ejsp.302

Jung, C. G. (1998). *Psikoloji ve din* (R. Karabey, Trans.). Okyanus Yayıncılık.

Kartopu, S. (2014). Yaşamı sürdürme nedenlerinin tanrı algısıyla ilişkisi. *Turkish Studies*, 9(2), 887-903.

Khan, M., & Aslam, N. (2020). Perception of God's attributes for mental comfort in stressful life events. *Foundation University Journal of Psychology*, 4(2), 37-45.

Kıraç, F. (2007). Dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık. [Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi].

Korkmaz, B. (2018). Öz-duyarlık: Psikolojik belirtiler ile ilişkisi ve psikoterapide kullanımı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(1), 40-58.

Kuşat, A. (2006). Ergenlerde Allah tasavvuru. In Ü. Günay & C. Çelik (Eds.), *Dindarlığın sosyo-psikolojisi* (pp. 113-156). Karahan Kitabevi.

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Pschological Review*, 50, 370-396. https://doi.org/https://doi.org/10.1037/h0054346

Mehmedoğlu, A. U. (2011). *Tanrıyı tasavvur etmek*. Çamlıca Yayınları.

Neff, K. D. (2003a). The Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. https://doi.org/10.1080/15298860309027

Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: An Alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101. https://doi.org/10.1080/15298860309032

Neff, K. D. (2022). *Öz şefkat: Kendine nazik olmanın kanıtlanmış gücü* (E. Güldemler, Trans.). Diyojen Yayınları.

Neff, K. D. (2024). *Sert öz şefkat* (B. Ulusoğlu, Trans.). Diyojen Yayınları.

Öveç, Ümran . (2007). Öz-duyarlılık ile öz-bilinç, depresyon anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü; Sakarya.

Özdemir, M., & Çetinceli, K. (2023). Psikolojik iyi oluş ve öz-anlayış: sosyal çalışmacı örneklemi üzerinde bir araştırma. *The Journal of International Scientific Researches*, 8(3), 416-435.

Schieman, S., Bierman, A., Upenieks, L., & Ellison, C. G. (2017). Love thy self? How belief in a supportive God shapes self-esteem. *Review of Religious Research,* 59(3), 293-318. https://doi.org/10.1007/s13644-017-0292-7

Strivings, A. (2024). Moderated mediated model of religiosity, god image, and self compassion. [Doctoral Dissertation, Liberty University].

Şeriati, A. (2005). *Dine karşı din* (H. Hatemi, Trans.). İşaret yayınları.

Türker, R. N., & Tokur, B. (2019). Savaş mağduru sığınmacı çocuklarda hayat ve tanrı algısı: 7-12 Yaş Arası Suriyeli Çocuklar. *Eskiyeni*(39), 367-389.

Vaish, A., Grossmann, T., & Woodward, A. (2008). Not all emotions are created equal: The negativity bias in social-emotional development. *Psychological Bulletin*, 134(3), 383-403. https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.383

Varghese, M. E. (2015). *Attachment to God and psychological well-being: Shame, guilt, and self-compassion as mediators.* Purdue University. https://books.google.com.tr/books?id=UfBP0AEACAAJ

Yalom, I. (2010). *Din ve psikiyatri* (E. Ağanoğlu, Trans.). Turkuvaz Kitap.

Yapıcı, A. (1997). *İslam'da tövbe ve dinî yaşayıştaki rolü*. Beyan Yayınları.

Yapıcı, A. (2004). Allah ve kutsal kavramlarının çağrıştırdıkları anlamlara sosyo-psikolojik bir bakış: Çukurova Üniversitesi örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi,* 2(7), 169-206. https://dergipark.org.tr/tr/pub/ded/issue//312466

Yapıcı, A. (2007). *Ruh sağlığı ve din: Psiko-sosyal uyum ve dindarlık.* Karahan Kitabevi.

Yıldız, M. İ. (2012). İlköğretim öğrencilerinin Tanrı imgesinin belirlenmesi ve farklı değişkenler açısından incelenmesi [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi].