

**MUTLULUĞA GİDEN BİR YOL:
SAKİN BENLİK**

Banu SAYINER



© Copyright 2023

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

ISBN

978-625-399-337-5

Sayfa ve Kapak Tasarımı

Akademisyen Dizgi Ünitesi

Kitap Adı

Mutluluğa Giden Bir Yol: Sakin Benlik

Yayıncı Sertifika No

47518

Yazar

Banu SAYINER

ORCID iD: 0000-0002-4842-0712

Baskı ve Cilt

Vadi Matbaacılık

Bisac Code

PSY000000

Yayın Koordinatörü

Yasin DİLMEN

DOI

10.37609/akya.2773

Kütüphane Kimlik Kartı

Sayiner, Banu.

Mutluluğa Giden Bir Yol: Sakin Benlik / Banu Sayiner.

Ankara : Akademisyen Yayınevi Kitabevi, 2023.

93 s. : 135x210 mm.

Kaynakça var.

ISBN 9786253993375

1. Psikoloji.

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

BAŞLARKEN

İnsanın mutluluk arayışı yıllardır süregelmektedir. Bu arayışta kişinin ve toplumların mutluluğu sağlama yolunda destekleyici bir kişilik özelliği olarak sakin benliğin kavramsallaştırılması sürecinin önemine dikkat çekilmek istenmektedir. Sakin benliğin ne olduğunun, ne olmadığıнын, sakin benliğe ulaşırken yapılması gerekenlerin neler olabileceğinin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Sakinlik bir o kadar eski olduğu kadar sakin benlik kavramının incelenmesinin de bir o kadar yeni olduğu görüşünden yola çıkarak, sakin benliğin oluşum sürecine katkı sağlayan ilgili kavramların çeşitli araştırma destekleriyle incelenmesi süreciyle bu kitap oluşturulmuştur. Kitabın bilimsel alana ve insanlara katkısının yüksek olması en büyük dileğimdir.

Tüm yaşamımda özellikle eğitimimi tamamlamamda ve akademik hayata yönelmemde sonsuz destekleri olan ANNEMİN ve BABAMIN anısına ...

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ	1
BÖLÜM 1	
Pozitif Psikoloji	3
BÖLÜM 2	
Benlik (Ego)	17
1. Benlik	17
2. Ego	19
3. Egoizm	23
4. Gürültülü (Çığırtkan) Benlik.....	25
BÖLÜM 3	
Sakin Benlik Kavramına Genel Bakış	31
BÖLÜM 4	
Sakin Benlik Süreci	41
1. Sakin Benlik Nitelikleri	41
A. Denge	42
B. Büyüme	44
2. Sakin Benlik Boyutları	48
A. Başkalarının Bakış Açısını Alma	49
B. Özdeşleşme (Bütünleşme)	50
C. Kişisel Büyüme.....	52
D. Bağımsız Farkındalık	53

BÖLÜM 5

Sakin Benliğe Ulařma Süreci	59
1. Sakin Benlik Tefekkürü	59
2. Tevazu (Alçakgönüllülük) ve Entelektüel Tevazu	63
3. Otantiklik (Özgünlük) ve Otantik Mutluluk.....	66
4. Akış, An'da Olma ve Carpe Diem.....	68
5. Bilgelik	70
SON SÖZ	75
KAYNAKLAR	79
ÖZGEÇMİŐ	87

KAYNAKLAR

- Akca, E., & Sumer, N. (2016). The quiet ego and its predictors in Turkish culture. C. Roland-Lévy, P. Denoux, B. Voyer, P. Boski, & W. K. Gabrenya Jr. (Eds.), *Unity, diversity and culture. Proceedings from the 22nd Congress of the International Association for Cross-Cultural Psychology (IACCP, 2016)*, Michigan: Grand Valey State University, (pp. 409-415).
- Akça, E. (2014). *Personality and cultural predictors of the quiet ego: comparing turkey and the united states. (Yüksek Lisans Tezi)*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Akhtar, S. (2007). *Listening to Others: Developmental and Clinical Aspectsof Empaty and Attunement*. United Kingdom: The Rowman & Littlefield Publishing.
- Akhtar, S. (2011). *Matters of Life and Death: Psychoanalytic Reflections*. London, UK: Karnac Books
- Akhtar, S. (2015). (Edited). *Human Goodness: Origins, Manifestations, and, Clinical Implications*. London, UK: The Rowman & Littlefield Publishing.
- Al-Kire, R. L., Wayment, H. A., Eiler, B. A. et. al.. (2022). Quiet ego is associated with positive attitudes toward Muslims. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-13. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.893904>
- APA Dictionary of Psychology. (2015). G. R. VandenBos (Ed.), (Second edition). Washington, DC: American Psychological Association.
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a Three-Dimensional Wisdom Scale. *Research on Aging*, 25(3), 275-324. Doi:10.1177/0164027503251764
- Baltes, P. B. & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (Pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist*, 55(1), 122-136. Doi:10.1037/0003-066X.55.1.122
- Bauer, J. J. (2008). How the ego quiets as it grows: Ego development, growth stories, and eudaimonic personality development. In H. A. Wayment & J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (pp.199-210). Washington: American Psychological Association.
- Bauer, J. J., & Wayment, H. A. (2008). The psychology of the quiet ego. In H. A. Wayment & J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (pp.7-19). Washington: American Psychological Association.
- Bauer, J. J., Schwab, J. R. & McAdams, D. P. (2012). Self-Actualizing: Where ego development finally feels good?, *The Humanistic Psychologist*, 39(2), 121-136. Doi:10.1080/08873267.2011.564978
- Bauer, J. J., Park, S. W., Montoya, R. M. et al. (2014). Growth motivation toward two paths of eudaimonic self-development. *Journal of Happiness Studies*, 16(1), 185-210. Doi:10.1007/s10902-014-9504-9

- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529. Doi:10.1037/0033-2909.117.3.497
- Baumeister, R. F., Smart, L. & Boden, J. M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, 103(1), 5-33. Doi:10.1037/0033-295X.103.1.5
- Boin, J. & Voci, A. (2019). Quiet ego and noisy ego: A useful distinction in the investigation of individual well-being and intergroup relation. *TPM-Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 26(3), 347-362. Doi:10.4473/TPM26.3.2
- Bozkurt, T. (2019). Üniversite öğrencilerinin otantiklik, sosyal bağlılık ve belirsizliğe tahammülsüzlük özelliklerinin sakin benlik düzeylerini yordayıcılığı. (Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Brown, K. W. & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848. Doi:10.1037/0022-3514.84.4.822
- Buonomo, I., Farnese, M. L., Vecina, M. L., et al. (2021). Other-Focused approach to teaching. the effect of ethical leadership and quiet ego on work engagement and the mediating role of compassion satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-11. Doi: 10.3389/fpsyg.2021.692116
- Campbell, W. K. & Buffardi, L. E. (2008). The lure of the noisy ego: Narcissism as a social trap. In H. A. Wayment & J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (pp.23-32). Washington: American Psychological Association. Doi:10.1037/11771-002
- Chew, L.-C. & Ang, C.-S. (2021). The relationship among quiet ego, authenticity, self-compassion and life satisfaction in adults. *Current Psychology*, 42(7), 5254-5264. Doi:10.1007/s12144-021-01867-5
- Csikszentmihalyi, M. (2005). Akış: Üst Düzey Yaşantının Psikolojisi. (Semra Kunt Akbaş, Çev. Ed.). Ankara: HYB Yayıncılık.
- Csikszentmihalyi, M. (2014). Play and intrinsic rewards. In M. Csikszentmihalyi (Eds), *Flow and the foundations of positive psychology*, (pp. 134-153). Claremont, CA: Springer Publishing. Doi:10.1007/978-94-017-9088-8_1
- Çağış, Z. G. (2023). Sakin benliğin genel sağlık ile ilişkisinde öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü. *Nesne*, 11(27), 25-38. Doi:10.7816/nesne-11-27-03
- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York, NY: W.W. North & Company.
- Eryılmaz, A. (2010). Ergenler için öznel iyi oluşu araştırma stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(33), 81-88.
- Exline, J. j. (2008). Taming the wild ego: The challenge of humility. In H. A. Wayment & J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (pp.53-62). Washington: American Psychological Association.

- Freud, S. (2011). *Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve İd.* (Ali Babaoğlu, Çev. Ed.). (Üçüncü basım). İstanbul: Metis Yayınları.
- Froh, J. J. (2004). The history of positive psychology: Truth be told. *NYS Psychologist*, 16(3), 18-20.
- Futterman-Collier, A. & Wayment, H. A. (2019). Enhancing and explaining art-making for mood-repair: The beneRefits of positive growth-oriented instructions and quiet ego contemplation. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 15(2), 363-376. Doi: 10.1037/aca0000286
- Gebauer, J. E., Nehrlich, A. D., Stahlberg, D. et al. (2018). Mind-Body practices and the self: Yoga and meditation do not quiet the ego but instead boost self-enhancement. *Association for Psychological Science*, 29(8), 1299-1308. Doi:10.1177/0956797618764621
- Gölpınarlı, A. (1973). *Mesnevi ve Şerhi*. İstanbul: Milli Eğitim Basımevi, Başkanlık Kültür Müsteşarlığı Kültür Yayınları, Devlet Kitapları.
- Guerrini-Usubini, A., Varallo, G., Granese, V. et al. (2021). The impact of psychological flexibility on psychological well-being in adults with obesity. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-7. Doi:10.3389/fpsyg.2021.636933
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W. et al. Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 1-25. Doi:10.1016/j.brat.2005.06.006
- Hayes, S. C., Pistorello, J. & Levin, M. E. (2012). Acceptance and Commitment Therapy as a unified model of behavior change. *The Counseling Psychologist*, 40(7), 976-1002. Doi:10.1177/0011000012460836
- Heppner, W. L. & Kernis, M. H. (2007). "Quiet Ego" functioning: The complementary roles of mindfulness, authenticity, and secure high self-esteem. *Psychological Inquiry*, 18(4), 248-251. Doi: 10.1080/10478400701598330
- Hindi, H. K. & Mazloum, H. M. (2023). The quiet ego of educational counselors. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 23(1), 509-522.
- Huffman, A. H., Irving, L. H. & Wayment, H. A. (2015). The quiet ego: Assuaging organizational concerns about mindfulness. *Industrial and Organizational Psychology*, 8(4), 661-667. Doi: 10.1017/iop.2015.96
- Jacob, J. M. & Sudhamayi. (2020). The relation between quiet ego and self-consciousness among emerging adults in India. *The International Journal of Indian Psychology*, 8(1), 641-649. Doi: 10.25215/0801.080
- Kass, J. D. (2014). Person-Centered spiritual maturation: A multidimensional model. *Journal of Humanistic Psychology*, (ISSUE), 1-14. Doi:10.1177/0022167814525261
- Kaczmarek, L. D. (2020). Eudaimonic motivation. In V. Zeigler-Hill, & T. K. Shackelford (Eds.). *Encyclopedia of personality and individual differences* (pp. 1418-1419). New York, NY: Springer International Publishing. Doi: 10.1007/978-3-319-28099-8_514-1
- Kesebir, P. (2014). A quiet ego quiets death anxiety: Humility as an existential anxiety buffer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106(4), 610-623. Doi:10.1037/a0035814

- Leary, M. R., Adams, C. E., & Tate, E. B. (2006). Hypo-egoic self-regulation: Exercising the self-control by diminishing the influence of the self. *Journal of Personality*, 74(6), 1804-1831. Doi: 10.1111/j.1467-6494.2006.00429.x
- Leary, M. R., Tipsord, J. M., & Tate, E. B. (2008). Allo-inclusive identity: Incorporating the social and natural worlds into one's sense of self. In H. A. Wayment & J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (pp. 137-147). Washington, DC: American Psychological Association. Doi:10.1037/11771-013
- Leary, M. R. (2019). Hypo-egoic identity, prejudice, and intergroup relations. *TPM – Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 26, 335-346. Doi:10.4473/TPM.26.3.1
- Liu, G., Isbell, L. M. & Leidner, B. (2021). Quiet ego and subjective well-being: The role of emotional intelligence and mindfulness. *Journal of Happiness Studies*, 22(6), 2599-2619. Doi: 10.1007/s10902-020-00331-8
- Liu, G., Isbell, L. M. & Leidner, B. (2022). How does the quiet ego relate to happiness? A path model investigation of the relations between the quiet ego, self-concept clarity, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 23(3), 1007-1020. Doi:10.1007/s10902-021-00438-6
- Liu, G., Isbell, L. M., Constantino, M. J., et al. (2022). Quiet ego intervention enhances flourishing by increasing quiet ego characteristics and trait emotional intelligence: A randomized experiment. *Journal of Happiness Studies*, 23(7), 3605-3623. Doi: 10.1007/s10902-022-00560-z
- Martin, M. W. (2007). Happiness and virtue in positive psychology. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 37(1), 89-103. Doi:10.1111/j.1468-5914.2007.00322.x
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. New York, NY: Harper & Row Publishers.
- Mason, M. & Tiberius, V. (2009). Aristotle. In Shane J. Lopez (Ed.). *The encyclopedia of positive psychology* (pp.63-64). West Sussex, United Kingdom: Wiley-Blackwell Publishing.
- Miller, D. T. (1999). The norm of self-interest. *American Psychologist*, 54(12), 1053-1060.
- Rashid, T. (2009). Authentic happiness. S. J. Lopez (Ed.). *The encyclopedia of positive psychology*. (pp.71-75). West Sussex, United Kingdom: Wiley-Blackwell Publishing.
- Robbins, B. D. (2008). What is the good life? Positive psychology and the renaissance of humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist*, 36(2), 96-112. Doi:10.1080/08873260802110988
- Robins, R. W. & Beer, J. S. (2001). Positive illusions about the self: Short-Term benefits and long-term costs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 340-352. Doi:10.1037/0022-3514.80.2.340
- Robinson, D. N. (2020). *Psikolojinin Felsefi Tarihi*. (Deniz Uludağ, Çev.Ed.) Ankara: Doğu Batı Yayınları.

- Ryan, R. M & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. Doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryff, C. D. & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9 (1), 13-39. Doi:10.1007/s10902-006-9019-0
- Sarıçam, H., Akın, A., Gediksiz, E. et al. (2012). Alçakgönüllülük Ölçeğinin Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilim Dergisi*, 2(2), 165-188.
- Satre, J.-P. (2004). *The Transcendence of the Ego*. (Andrew Brown, Çev. Ed.). London: Routledge Publication.
- Satre, J.-P. (2018). *Being and Nothingness: An Essay in Phenomenological Ontology*. (Sarah Richmond, Çev. Ed.). New York, NY: Washington Square Press.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness*. New York, NY: Simon & Schuster Inc.
- Seligman, M. E. P. (2007). Coaching and positive psychology. *American Psychologist*, 42(4), 266-267. Doi: 10.1080/00050060701648233
- Seligman, M. E. P. (2019). Positive psychology: A personal history. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15. 1-23. Doi: 10.1146/annurev-clinpsy-050718-095653
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. Doi:10.1037/0003-066X.55.1.5
- Seligman, M. E. P., Rashid, T. & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, 61(8),774-788. Doi:10.1037/0003-066X.61.8.774
- Shapiro, S. L., Lyons, K. E., Miller, R. C., et al. (2015). Contemplation in the classroom: A new direction for improving childhood education. *Educational Psychology Review*, 27(1), 1-30. Doi:10.1007/s10648-014-9265-3
- Shiah, Y.-J. (2016). From self to nonself: The nonself theory. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-12. Doi: 10.3389/fpsyg.2016.00124
- Skinner, B. F. (2005). *Science and Human Behavior*. Cambridge, Massachusetts: Skinner Foundation.
- Snyder, C. R. & Lopez, S. (Eds). (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York, NY: Oxford University Press.
- Sobol-Kwapinska, M. (2013). Hedonism, fatalism and ‘carpe diem’: Profiles of attitudes towards the present time. *Time & Society*, 22(3), 371-390. Doi:10.1177/0961463X13487043
- TDK. (2023). Türk Dil Kurumu Sözlükleri. Türk Dil Kurumu <https://sozluk.gov.tr>. (Erişim tarihi: 22.05.2023).
- TDV. (2023). Türkiye Diyanet Vakfı, İslam Ansiklopedisi. <https://islamansiklopedisi.org.tr/sozluk>. (Erişim tarihi: 22.05.2023).
- Temiz, Y. E. (2019). Alçakgönüllülük ölçülebilir mi? Alçakgönüllülüğün kavramsallaştırılması ve ölçülmesinde karşılaşılan güçlükler. *İnsan ve Toplum*

- Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 8(4), 3054-3083.
- Türkçapar, Ü. & Karademir, T. (2015). formasyon eğitimi alan bireylerin alçak-gönüllülük düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 21-28. Doi:10.17155/spd.75424
- Türkücü, R. (2022). Psikolojik danışmalarda mesleki yaşam kalitesi ve otantiklik arasındaki ilişkide sakin benliğin aracı rolü üzerine bir inceleme. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Vorkapic, C. F. (2016). Yoga and mental health: A dialogue between ancient wisdom and modern psychology. *International Journal of Yoga*, 9(1), 67-71. Doi:10.4103/0973-6131.171720
- Watson, D. C. (2018). Self-compassion, the 'quiet ego' and materialism. *Heliyon*, 4(10), 1-20. Doi: 10.1016/j. heliyon.2018.e00883
- Wayment, H. A. & Bauer, J. (Eds). (2008). *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Wayment, H. A. & Bauer, J. J. (2017). The quiet ego: Concept, measurement, and well-being. In M. D. Robinson & M. Eid (Eds.), *The happy mind: Cognitive contributions to well-being* (pp.77-94). New York, NY: Springer International Publishing. Doi: 10.1007/978-3-319-58763-9_5. / Book Doi: 10.1007/978-3-319-58763-9
- Wayment, H. A. & Bauer, J. J. (2018). The quiet ego: Motives for self-other balance and growth in relation to well-being. *Journal of Happiness Studies*, 19(3), 881-896. Doi:10.1007/s10902-017-9848-z
- Wayment, H. A., Wiist, B., Sullivan, B. M., et al. (2011). Doing and being: Mindfulness, health, and quiet ego characteristics among Buddhist practitioners. *Journal of Happiness Studies* 12(4), 575-589. Doi: 10.1007/s10902-010-9218-6
- Wayment, H. A., Bauer, J. J., & Sylaska, K. (2015). The Quiet Ego Scale: Measuring the compassionate self-identity. *Journal of Happiness Studies*, 16(4), 999-1033. Doi: 10.1007/s10902-014-9546-z
- Wayment, H. A., Collier, A. F., Birkett, M., et al. (2015). Brief quiet ego contemplation reduces oxidative stress and mind-wandering. *Frontiers in Psychology*, 6, 1-11. Doi: 10.3389/fpsyg.2015.01481
- Wayment, H. A. & Walters, A. S. (2016). Goal orientation and well-being in collage athletes: The importance of athletic social connectedness. *Journal of Sports Sciences*, 32(21), 2114-2120. Doi: 10.1080/02640414.2016.1257147
- Wayment, H. A., West, T. N. & Craddock, E. B. (2016). Compassionate values as a resource during the transition to college: Quiet ego, compassionate goals, and self-compassion. *Journal of The First-Year Experience & Students in Transition*, 28(2), 93-114.
- Wayment, H. A., & Cavolo, K. (2018). Quiet ego, self-regulatory skills, and perceived stress in college students. *Journal of American College Health*, 67(2), 92-96. Doi: 10.1080/07448481.2018.1462826

- Wayment, H. A., Al-Kire, R. & Brookshire, K. (2018). Challenged and changed: Quiet ego and posttraumatic growth in mothers raising children with autism spectrum disorder. *Autism*, 23(3), 607-618. Doi: 10.1177/1362361318763971
- Wayment, H. A., Huffman, A. H. & Irving, L. H. (2018). Self-Rated health among unemployed adults: The role of quiet ego, self-compassion, and post-traumatic growth. *Occupational Health Science*, 2(3),247-267. Doi: 10.1007/s41542-018-0023-7
- Wayment, H. A., Huffman, A. H. & Eiler, B. A. (2019). A brief “quiet ego” workplace intervention to reduce compassion fatigue and improve health in hospital healthcare workers. *Applied Nursing Research*, 49, 80-85. Doi: 10.1016/j.apnr.2019.05.002
- Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT): Genel bir bakış. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry-Special Topics*, 8(2), 21-27.
- Yıldırım, M. (2020). Otizm spektrum bozukluğu tanısı olan çocukların annelerinin psikolojik sıkıntı, travma sonrası gelişim ve yaşam doyumu düzeyleri ile ilgili değişkenler. (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yıldırım, A. & Bozdemir, M. (2020). Ödemonik İyi Olma Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Bir geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Nesne*, 8(17), 254-269. Doi:10.7816/nesne-08-17-07
- Yücel, E. & Arslantürk, G. (2019). Kendini unutmak: Psikoloji araştırmalarında tevazu. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(1), 209-243. Doi:10.26650/SP2019-0015
- Zimigrod, L., Zimigrod, S., Rentfrow, P. J., et. al. (2019). The psychological roots of intellectual humility: The role of intelligence and cognitive flexibility. *Personality and Individual Differences*, 141, 200-208. Doi:10.1016/j.paid.2019.01.016