

# Karakter Güçleri ve Erdemler

---

Editör: Prof. Dr. Şerife IŞIK

2. Baskı





Editör: Prof. Dr. Şerife IŞIK

## KARAKTER GÜÇLERİ VE ERDEMLER

ISBN 978-625-7228-42-8  
DOI 10.14527/9786257228428

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2021, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayinevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayınevidir**. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

1. Baskı: Aralık 2020, Ankara
2. Baskı: Aralık 2021, Ankara

Yayın-Proje: Zeynep Güler  
Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan  
Kapak Tasarım: Asya Betül Işık

Baskı: Vadi Grup Basım AŞ  
Saray Mah. 126. Cad. No: 20/A  
Kazan/ANKARA  
Tel: (0312) 394 55 91

Yayıncı Sertifika No: 51818  
Matbaa Sertifika No: 49180

### **İletişim**

Macun Mah. 204. Cad. No: 141/A-33 Yenimahalle/ANKARA  
Yayınevi: 0312 430 67 50  
Dağıtım: 0312 434 54 24  
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60  
İnternet: [www.pegem.net](http://www.pegem.net)  
E-ileti: [pegem@pegem.net](mailto:pegem@pegem.net)  
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

## ÖN SÖZ

“...Hocam Julian Jaynes, laboratuvarında egzotik bir Amazon kertenkelesi besliyordu. Kertenkeleyi aldıktan sonraki ilk birkaç hafta ona bir şey yedirmeyi başaramadı. Her şeyi denedi ancak kertenkele gözlerinin önünde eriyordu. Ona önce marul, sonra mango, ardından da süpermarketten aldığı eti verdi. Sinek yakalayıp ona kertenkelesine sundu. Canlı böcekleri ve Çin yemeklerini denedi. Meyve suları hazırladı. Kertenkele her şeyi reddetti ve hareket edemez hale geldi. Bir gün Julian kertenkelesine jambonlu bir sandviç ikram etti. Kertenkele sandviçe hiç ilgi göstermedi. Günlük düzenine dalan Julian gazetesini alıp okumaya başladı. Ön sayfayı okuduktan sonra gazeteyi jambonlu sandviçin üzerine bıraktı. Kertenkele bu bileşime şöyle bir baktı, yerde sinsi sinsi sürünerek gelip gazetenin üzerine atladı; gazeteyi parçaladıktan sonra jambonlu sandviçi mideye indirdi. Kertenkelenin bir şey yemeden önce pusuya yatıp bir şeyleri parçalaması gerekiyordu. Görünüşe bakılırsa avlanmak kertenkelelere özgü bir erdemdir. Bu özelliğini uygulamaya koyması kertenkelenin yaşamında öyle önemliydi ki gücünü işe koşana kadar iştahı kabarmıyordu. Bu kertenkelenin mutlu olması kestirme yollarla mümkün değildi. Mutluluğa ulaşmak için kestirme yollardan gidebileceğimize ve kişisel güçlerimizi ve erdemlerimizi hayata geçirmeden yapabileceğimize inanmak budalalıktır. Böyle bir inanç yalnızca kertenkeleleri açlıktan öldürmekle kalmaz, insanlığın büyük bir bölümünün zenginliğin ortasında ruhsal açıdan açlıktan ölmesine yol açar.” (Seligman’ın Gerçek Mutluluk kitabından)

“İyi yaşam nedir?” ya da şunu düşünelim: “Hayatı yaşamaya değer kılan şeyler nelerdir?”. Sanırım bu sorulara verilebilecek yüzlerce cevap “kişisel güçlerimiz ve erdemlerimizi hayata geçirmek” cümlesinde birleşecektir. İnsan davranışlarındaki ideal nitelikler olan erdemler ve bunlara ulaşmaya sağlayan karakter güçleri hem psikolojik sağlığa hem de genel iyi olma haline katkı sağlayan ve geliştirilebilen özelliklerdir. Öz kaynaklarımız olarak da nitelendirebileceğimiz karakter güçlerimiz gelişmemiz için bizi yüreklendirir ve kendi dışımızdakilere katkıda bulunmamızı sağlayan tarzda bir yaşam sürdürmemize yardımcı olur.

Bu kitapta önce kendi iyi oluşumuzu artırmaya ve sonrasında dünyayı daha iyi bir yer haline getirmeye yönelik bir anlayış geliştirmek için yola çıktık. Bu amaçla size özgü güçleri keşfetmenin ve yaşamınızın belli başlı alanlarında bu güçleri nasıl kullanacağınızın farklı yollarını sunmaya çalıştık. Öte yandan vizyonu “bugünün çocuklarını yarının sağlıklı, başarılı ve iyi oluş düzeyi yüksek bireyler olarak yetiştirmek” olan 2020 Yeni Sınıf Rehberliği Programının dayandığı kaynaklardan biri karakter güçleridir. Bu kitabın okul öncesinden lise son sınıfa kadar çocuklarımızın karakter güçleri gelişimini desteklemek amacıyla okul psikolojik danışmanlarına, öğretmenlere ve ailelere kaynak sağlayacağını düşünüyoruz. Ayrıca elinizdeki kitabın üniversitelerde pozitif psikoloji, karakter ve değer eğitimi, okullarda PDR ve önleyici PDR gibi farklı derslerde kaynak olarak kullanılabilir bir içeriğe sahip olması psikolojik danışman ve öğretmen adaylarının yetiştirilmesine katkı sağlayacaktır.

## Teşekkürler

Türkiye’de karakter güçleri ve erdemlerle ilgili bu ilk kitabın bugün sizlere ulaşmasında öncelikle Dr. M. Berkay Özünlü’nün heyecanı ve teşvik edici çabasının büyük katkısı olmuştur. Kitabın hazırlanmasında emekleri olan Dr. Ömer Faruk Kabakçı, Dr. İbrahim Demirci, Dr. Nazife Üzbe Atalay, Dr. M. Berkay Özünlü, Dr. Sare Terzi İlhan, Dr. Ümre Kaynak ve Arş. Gör. Sabire Kılıç’a özverili ve özenli çalışmaları için çooooook teşekkür ederim.

Bu kitabın benim için ayrı bir heyecanı var; kızım Asya kitabımızın kapak resmini çizmiştir. Karakter güçlerinin ve erdemlerin ona hissettirdiklerini ve düşündürdüklerini çizimle yansıtmaya çalışması benim için çok özel...Her şeyden önce var olduğun için ve emeğin için binlerce kez teşekkürler Minnak☺

Ve kitabın yazım ve yayın sürecinde ihtiyaç duyduğum her şeye hemen ulaşmamı sağlayan ve güler yüzünü hiç esirgemeyen Servet Sarıkaya’ya, kitabın hazırlanmasında ve yayınlanmasında emeği geçen başta Didem Kestek olmak üzere tüm Pegem Yayınevi çalışanlarına teşekkürler.

Son olarak bu kitabı okuyan sizlere sonsuz teşekkürler...İnsan doğası kendisine emanettir; umarım bu kitap yaşamınıza yönelik bir keşif yolculuğunuz olur.

Editör

Prof. Dr. Şerife IŞIK

## Bölümler ve Yazarları

**Editör:** Prof. Dr. Şerife IŞIK  
ORCID No: 0000-0002-5184-8218

**Giriş:** **Prof. Dr. Şerife IŞIK** - Gazi Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0002-5184-8218

**1. Bölüm: Karakter Güçleri ve Erdemler Sınıflaması**  
**Dr. Öğr. Üyesi Ömer Faruk KABAKÇI** - Bursa Uludağ Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0002-6191-1305

**2. Bölüm: Bilgelik**  
**Arş. Gör. Dr. Sare TERZİ İLHAN** - Amasya Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0002-7728-8909

**3. Bölüm: Cesaret**  
**Dr. Öğr. Üyesi Nazife ÜZBE ATALAY** - Başkent Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0002-6637-5855

**4. Bölüm: İnsaniyet**  
**Arş. Gör. Sabire KILIÇ** - Gazi Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0001-8378-205X

**5. Bölüm: Adalet**  
**Doç. Dr. İbrahim DEMİRCİ** - Sinop Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0002-4143-3916

**6. Bölüm: Ölçülülük**  
**Dr. Ümre KAYNAK** - Amasya Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0002-4999-9594

**7. Bölüm: Aşknlık**  
**Arş. Gör. Dr. M. Berkay ÖZÜNLÜ** - Sinop Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0002-0225-6144



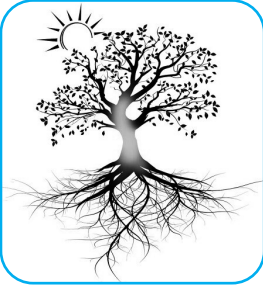
## İÇİNDEKİLER

Ön Söz.....	iii
Bölümler ve Yazarları.....	v
GİRİŞ.....	1



### 1. BÖLÜM KARAKTER GÜÇLERİ VE ERDEMLER SINIFLAMASI

GİRİŞ .....	9
KARAKTER GÜÇLERİ, ERDEMLER, İYİ KARAKTER, KİŞİLİK KAVRAMLARI .....	10
KARAKTER GÜÇLERİ VE ERDEMLER SINIFLAMASININ ORTAYA ÇIKIŞI .....	13
KARAKTER GÜÇLERİ VE ERDEMLER SINIFLAMASI .....	16
KARAKTER GÜÇLERİNİN ÖNEMİ VE UYGULAMA ALANLARI.....	24
KARAKTER GÜÇLERİNİN UYGULAMADA KULLANIMI.....	29
SONUÇ.....	32
KAYNAKÇA .....	34



### 2. BÖLÜM BİLGELİK

BİLGELİK ERDEMİ .....	38
YARATICILIK/ORİJİNALLIK .....	41
Ne: Kuramsal Yapı.....	42
Neden: Önemi .....	44
Nasıl: Uygulama .....	45
Yaratıcılık Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	45
Yaratıcılık ile İlgili Uygulama Örnekleri.....	46
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	47
MERAK.....	48

Ne: Kuramsal Yapı .....	48
Neden: Önemi .....	51
Nasıl: Uygulama .....	51
Merak Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	51
Merak ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	52
Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	53
ÖĞRENME AŞKI .....	54
Ne: Kuramsal Yapı .....	54
Neden: Önemi .....	56
Nasıl: Uygulama .....	56
Öğrenme Aşkını Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	56
Öğrenme Aşkını ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	57
Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	58
AÇIK FİKİRLİLİK .....	59
Ne: Kuramsal Yapı .....	59
Neden: Önemi .....	61
Nasıl: Uygulama .....	61
Açık Fikirlik Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	61
Açık Fikirlik ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	62
Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	63
ÇOK YÖNLÜ BAKIŞ AÇISI .....	64
Ne: Kuramsal Yapı .....	64
Neden: Önemi .....	66
Nasıl: Uygulama .....	67
Çok Yönlü Bakış Açısı Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	67
Çok Yönlü Bakış Açısı ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	67
Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	68
FİLM ÖNERİLERİ .....	69
KAYNAKÇA .....	69





### 3. BÖLÜM CESARET

CESARET ERDEMİ.....	76
CESUR OLMA.....	81
Ne: Kuramsal Yapı .....	81
Neden: Önemi .....	83
Nasıl: Uygulama .....	84
Cesur Olma Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	84
Cesur Olma ile İlgili Uygulama Örnekleri.....	84
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	86
SEBatkâRLİK.....	87
Ne: Kuramsal Yapı.....	88
Neden: Önemi .....	89
Nasıl: Uygulama .....	91
Sebatkârlık Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	91
Sebatkârlık ile İlgili Uygulama Örnekleri.....	92
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	93
DÜRÜSTLÜK.....	94
Ne: Kuramsal Yapı.....	94
Neden: Önemi .....	96
Nasıl: Uygulama .....	97
Dürüstlük Karakter Gücünün Ölçülmesi.....	97
Dürüstlük ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	98
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	99
YAŞAM COŞKUSU .....	100
Ne: Kuramsal Yapı.....	100
Neden: Önemi .....	102
Nasıl: Uygulama .....	102
Yaşam Coşkusu Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	102
Yaşam Coşkusu ile İlgili Uygulama Örnekleri.....	103
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	105
FİLM ÖNERİLERİ .....	105
KAYNAKÇA .....	106



## 4. BÖLÜM İNSANİYET

İNSANİYET ERDEMİ .....	112
İYİ YÜREKLİLİK .....	117
Ne: Kuramsal Yapı .....	117
Neden: Önemi .....	121
Nasıl: Uygulama .....	123
İyi Yüreklilik Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	123
İyi Yüreklilik ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	126
Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	127
SEVGİ: SEVME VE SEVİLME .....	129
Ne: Kuramsal Yapı .....	130
Neden: Önemi .....	132
Nasıl: Uygulama .....	134
Sevgi Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	134
Sevgi ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	135
Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	136
SOSYAL ZEKA .....	137
Ne: Kuramsal Yapı .....	138
Neden: Önemi .....	141
Nasıl: Uygulama .....	143
Sosyal Zeka Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	143
Sosyal Zeka ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	144
Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	145
FİLM ÖNERİLERİ .....	146
KAYNAKÇA .....	147



## 5. BÖLÜM ADALET

ADALET ERDEMİ .....	162
TAKIM ÇALIŞMASI .....	166
Ne: Kuramsal Yapı .....	166
Neden: Önemi .....	170
Nasıl: Uygulama .....	171
Takım Çalışması Karakter Gücünün Ölçülmesi.....	171
Takım Çalışmasıyla İlgili Uygulama Örnekleri .....	172
Takım Çalışmasıyla İlgili Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	173
ADİL OLMA.....	174
Ne: Kuramsal Yapı .....	175
Neden: Önemi .....	180
Nasıl: Uygulama .....	181
Adil olma Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	181
Adil Olmayla İlgili Uygulama Örnekleri.....	182
Adil Olmayla İlgili Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	183
LİDERLİK .....	184
Ne: Kuramsal Yapı .....	185
Neden: Önemi .....	187
Nasıl: Uygulama .....	188
Liderlik Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	188
Liderlikle İlgili Uygulama Örnekleri.....	190
Liderlikle İlgili Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	191
FİLM ÖNERİLERİ .....	192
KAYNAKÇA .....	192



## 6. BÖLÜM ÖLÇÜLÜLÜK

ÖLÇÜLÜLÜK ERDEMİ.....	198
AFFETME .....	201
Ne: Kuramsal Yapı.....	202
Neden: Önemi .....	203
Nasıl: Uygulama .....	204
Affetme Karakter Gücünün Ölçülmesi.....	204
Affetme ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	205
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	206
ALÇAKGÖNÜLLÜLÜK.....	207
Ne: Kuramsal Yapı .....	207
Neden: Önemi .....	209
Nasıl: Uygulama .....	209
Alçakgönüllülük Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	209
Alçakgönüllülük ile İlgili Uygulama Örnekleri.....	210
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	211
TEDBİRLİLİK .....	212
Ne: Kuramsal Yapı .....	212
Neden: Önemi .....	213
Nasıl: Uygulama .....	214
Tedbirlilik Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	214
Tedbirlilik ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	214
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	215
ÖZ-DÜZENLEME .....	216
Ne: Kuramsal Yapı .....	216
Neden: Önemi .....	217
Nasıl: Uygulama .....	218
Öz-Düzenleme Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	218
Öz-Düzenleme ile İlgili Uygulama Örnekleri.....	219
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	221
FİLM ÖNERİLERİ .....	222
KAYNAKÇA .....	222



## 7. BÖLÜM AŞKINLIK

AŞKINLIK ERDEMİ .....	230
ŞÜKRAN .....	234
Ne: Kuramsal Yapı.....	234
Neden: Önemi .....	236
Nasıl: Uygulama .....	236
Şükran Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	236
Şükran ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	237
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	238
MİZAH .....	239
Ne: Kuramsal Yapı.....	239
Neden: Önemi .....	241
Nasıl: Uygulama .....	241
Mizah Karakter Gücünün Ölçülmesi.....	241
Mizah ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	244
Günlük Yaşam Etkinlikleri .....	245
UMUT .....	246
Ne: Kuramsal Yapı.....	246
Neden: Önemi .....	247
Nasıl: Uygulama .....	248
Umut Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	248
Umut ile İlgili Uygulama Örnekleri.....	249
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	250
ESTETİK VE MÜKEMMELLİĞİN TAKDİRİ .....	251
Ne: Kuramsal Yapı.....	252
Neden: Önemi .....	254
Nasıl: Uygulama .....	254
Estetik ve Mükemmelliğin Takdiri Karakter Gücünün Ölçülmesi.....	254
Estetik ve Mükemmelliğin Takdiri ile İlgili Uygulama Örnekleri .....	254
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	255
MANEVİYAT.....	256
Ne: Kuramsal Yapı.....	257
Neden: Önemi .....	259

Nasıl: Uygulama .....	260
Maneviyat Karakter Gücünün Ölçülmesi .....	260
Maneviyat ile İlgili Uygulama Örnekleri: .....	261
Günlük Yaşam Etkinlikleri.....	262
FİLM ÖNERİLERİ .....	262
KAYNAKÇA .....	263
Editör ve Yazarlar Hakkında.....	271

# GİRİŞ\*



*O kadar açıktır ki görmesi uzun sürer,  
Aradığın ateşin  
Kendi fenerinin içinde yanan ateş olduğunu bilmelisin,  
Ve başından beri pişmekte olan senin pirincin*

*Tao-wu*

\* Prof. Dr. Şerife IŞIK - Gazi Üniversitesi  
ORCID No: 0000-0002-5184-8218