T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ (UYGULAMALI-KLİNİK PSİKOLOJİ)
ANABİLİM DALI

OTOBİYOGRAFİK BELLEĞİN ÇOCUKLUK ÖRSELENMESİNİ TAKİP EDEN DEPRESİF BELİRTİLERLE İLİŞKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Gülşen KAYNAR

ANKARA-2014

T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ (UYGULAMALI-KLİNİK PSİKOLOJİ)
ANABİLİM DALI

OTOBİYOGRAFİK BELLEĞİN ÇOCUKLUK ÖRSELENMESİNİ TAKİP EDEN DEPRESİF BELİRTİLERLE İLİŞKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Gülşen KAYNAR

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Nurhan ER

ANKARA-2014

T.C.

ANKARA ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ (UYGULAMALI-KLİNİK PSİKOLOJİ)

ANABİLİM DALI

OTOBİYOGRAFİK BELLEĞİN ÇOCUKLUK ÖRSELENMESİNİ TAKİP EDEN DEPRESİF BELİRTİLERLE İLİŞKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı: **Prof. Dr. Nurhan ER**

Tez Jürisi Üyeleri

Adı ve Soyadı	**İmzası**
Prof. Dr. Nurhan ER	
Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün	
Prof. Dr. Belgin Ayvaşık	

Tez Sınavı Tarihi ...22.08.2014

TÜRKİYE CUMHURİYETİ

ANKARA ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Bu belge ile bu tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları andığımı ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim.(……/……/20…)

Tezi Hazırlayan Öğrencinin

Adı ve Soyadı

……

İmzası

……

TEŞEKKÜR

Bu çalışmayı kurmamda, yürütmemde ve tamamlamamda bilgisinden, deneyiminden yararlanırken her seferinde bakış açımı genişleten, yolun sonuna ulaşabilmemde teşvik eden tavrını hissettiğim yol göstericim danışmanım Prof. Dr. Nurhan ER'e teşekkürlerimi sunuyorum. Tez jürimde yer alan Prof. Dr. Ayşegül Durak BATIGÜN ve Prof. Dr. Belgin AYVAŞIK'a kıymetli katkıları ve önerileri için teşekkür ederim. Otobiyografik belleğe ilişkin bilgileri biriktirmeye çalıştığım süreçte, her daim kaynaklarını, bilgisini esirgemeyen Fatma Uçar BOYRAZ'a teşekkürlerimi iletiyorum. Özellikle tez hazırlama sürecinde takıldığım soruları yanıtlamam için bir yol gösterenin varlığı benim için oldukça değerliydi.

Tez sürecinde ettiği yardımların ötesinde her daim yanımda olduğunu hissettiğim ve emeğin kıymetini anlamlandırmamda sonsuz emeği olan Özkan ÖZTAŞ'a benimle paylaştığı her şey için ve varlığı için teşekkür ederim.

Paylaşırken çoğaldığımız, yokluğunda eksildiğimiz, ana anlam kattığımız bir dostluğu büyütürken bana eşlik eden Ayla HOCAOĞLU'na teşekkür ederim. Birlikte sabahladığımız günler ve yazarken eğlenceli hikayelere dönüşen anılarımız olmasaydı süreç daha zorlu olacaktı.

Tezimin uzayan ve zorlu günlerinde ihtiyacım olan motivasyon kaynağım tatlı masumum Dilay'a varlığı için ve bu tatlı varlığın tatlı annesi sevgili ablama karanlığı aydınlığa çıkarmamı sağlayan sonsuz desteği ve kocaman yüreği için teşekkür ederim. Yüksek lisansa girmek için uğraş verdiğim günlerde umuda dair yazdığı mektuplarla yüzümü gülümseten, içimi ısıtan sevgili kardeşim Selim iyi ki varsın.

Bana gökyüzü gibi sonsuz sevgi ve hayallerle dolu bir çocukluk ve ardından hala ‘çocuk’ kalacak kadar talihli olduğumu hissettiğim yıllar sundukları için varlığımın sebebi sevgili annem ve babama sonsuz teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM 1

GİRİŞ 1

1.1. Otobiyografik Bellek : Kuramsal Ardalan 7

1.1.1. Otobiyografik Anıda Bir Ayrım:İstemli ve İstemsiz Otobiyografik Anı…..... 18

1.2. Otobiyografik Bellek: Doğasına Dönük Yaklaşımlar 25

1.2.1. Benlik Bellek Sistemi 25

1.2.2. Duygu Düzenleme Kuramı 31

1.2.2.1. Aşırı Genel Anı 35

1.3. Psikopatolojide Otobiyografik Bellek 40

1.3.1. Otobiyografik Bellek ve Depresyon 42

1.4. Çocukluk Örselenme Yaşantıları Çatısında "Travmatik Deneyimler ve Otobiyografik Bellek" 45

1.4.1. "Geçmiş Geçmemekte Israr Ettiğinde": Araya Girici Anılar 50

1.4.2.Yelpazenin Diğer Ucu: Kaçınma 54

1.5. Araştırmanın Amacı 57

2. BÖLÜM 65

YÖNTEM 65

2.1. Çalışma I 65

2.1.1. Örneklem I 65

2.1.2. Veri Toplama Araçları I 65

2.1.2.1. Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği (OBÖÖ) 66

2.1.2.2. Kısa Otobiyografik Bellek Etkileri Ölçeği (KOBEÖ) 67

2.1.2.3. Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği (ÇOYÖ) 68

2.1.2.4. Olayların Etkisi Ölçeği (OEÖ-R) 68

2.1.3.. İşlem I 70

2.2. Çalışma II 74

2.2.1. Örneklem II 74

2.2.2. Veri Toplama Araçları II 75

2.2.2.1. Araştırmada Kullanılan Ölçekler 75

2.2.2.1.1. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) 75

2.2.2.2. Araştırmada Kullanılan Formlar 76

2.2.2.2.1. Otobiyografik Anı Formu 76

2.2.2.2.2. Otobiyografik Olay İçeriği Formu 76

2.2.2.2.3. Otobiyografik Anı İçeriğini Değerlendirme Formu 77

2.2.3. İşlem II 78

3. BÖLÜM 82

BULGULAR 82

3.1. Çalışma I 82

3.1.1. Çalışma I'deki Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistiksel Değerler 83

3.1.2. Otobiyografik Anı Özellikleri ile Çocukluk Örselenme Yaşantılarının Korelasyonları 85

3.1.3. Çocukluk Örselenme Yaşantısı Olan ve Olmayan Bireylerin Otobiyografik Bellek Örüntüleri Açısından Karşılaştırılması 88

3.1.4. Otobiyografik Anı Tarzı (Jenerik/Uzamış/Özgül Anı) ve Türünün (Fiziksel İstismar/Cinsel İstismar/Duygusal İhmal ve İstismar) Anı Özellikleri (Anının Detayı ve Etkisi) Açısından İncelenmesi 92

3.2. Çalışma II 97

3.2.1. Çalışma II'deki Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistiksel Değerler 97

3.2.2. Çocukluk Örselenme Yaşantılarına İlişkin Otobiyografik Anı Örüntüleri (Aşırı Genel Anı, Anıdan Kaçınma, Anının Araya Girici Düzeyi, Depresif İçeriği) ve Depresif Belirtilerin Korelasyonları 98

3.2.3. Fiziksel, Cinsel, Duygusal İstismara Bir Kez/Uzun Süreli Maruz Kalmanın Otobiyografik Bellek Örüntülerinde Etkileri 100

3.2.4. Regresyon Analizleri 103

3.2.4.1. Otobiyografik Anı Örüntülerini Yordayan Değişkenler 103

3.2.4.2. Depresif Belirtileri Yordayan Değişkenler 106

3.2.5. Aracı Rol Analizleri 110

3.2.5.1. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Otobiyografik Anı Örüntülerinin Aracı Rolü 112

3.2.5.1.1. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Araya Girici Anıların Aracı Rolü 112

3.2.5.1.2. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rolü 115

3.2.5.1.3. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü 117

3.2.5.1.4. Cinsel İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü 119

3.2.5.1.5. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Araya Girici Anının Aracı Rolü 121

3.2.5.1.6. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rolü 123

3.2.5.1.7. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü 125

3.2.5.1.8. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Araya Girici Anıların Aracı Rolü 127

3.2.5.1.9. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü 129

3.2.5.1.10. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rolü 132

4. BÖLÜM 135

TARTIŞMA 135

4.1. Aşırı Genelleme Üzerine Mevcut Çalışmanın Önerileri 136

4.2. Mevcut Çalışmanın Bulgularını Değerlendirme 138

4.2.1. Örselenme Yaşantısı Olan ve Olmayan Bireylerin Otobiyografik Bellek ÖrüntüleriAçısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması 138

4.2.2. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınma ve Araya Girici Düzeyinin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması 140

4.2.3. Aşırı Genel Anı ve Çocukluk Örselenme Yaşantılarına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi 145

4.2.4. Fiziksel, Cinsel ve Duygusal Anılara Bir Kez/Uzun Süreli Maruz Kalmanın Otobiyografik Bellek Örüntüleri Üzerindeki Etkilerine İlişkin Bulguların Tartışılması 150

4.2.5. Aşırı Genel Anıların Duygu Düzenleme Kuramına Göre Tartışılması 155

4.3. Araştırmanın Sonuçları 161

4.4. Travmatik Otobiyografik Anıların Doğasının Klinik Uygulamalara Yansıması 163

4.5. Sınırlılıklar ve Öneriler 166

ÖZET 169

ABSTRACT 171

KAYNAKLAR.....173

EKLER.....198
Ek-1:Bilgilendirilmiş Onay Formu 198
Ek-2:Kişisel Bilgi Formu 199
Ek-3:Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği-Örnek Maddeler 200
Ek-4:Olayların Etkisi Ölçeği-R-Örnek Maddeler 201
Ek-5: Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği-Örnek Maddeler 201
Ek-6: Çalışma I'de Anı Yönergeleri 202
Ek-7: Çalışma II'de Anı Yönergeleri-Anı Formu 203
Ek-8: Otobiyografik Olay İçeriği Formu-Örnek Maddeler 204
Ek-9: Kısa Otobiyografik Bellek Etkileri Ölçeği-Örnek Maddeler 204
Ek-10: Anı İçeriğini Değerlendirme Formu-Örnek Maddeler 205
Ek-11: Beck Depresyon Ölçeği-Örnek Maddeler 205

TABLOLAR

Tablo 1. Bir Bellek Sınıflandırması (Ebbinghaus, 1964/1885)..... 19

Tablo 2. İstemsiz Otobiyografik Anıların İçsel, Dışsal ve Tanımlanamayan İpuçlarının Yüzdelikleri 22

*Tablo 3. Çalışma I'de Olumsuz, Olumlu Ve Karşılaştırma Anıları Temelinde OBÖÖ, OEÖ-R ve ÇOYÖ Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Betimleyici İstatistiksel Değerleri.....*84

Tablo 4. Araştırmada Ele Alınan Olumsuz, Olumlu ve Karşılaştırma Anıları Temelinde Otobiyografik Anı Özellikleri İle Çocukluk Örselenme Yaşantılarının (Fiziksel İstismar, Duygusal İhmal Ve İstismar, Cinsel İstismar) Korelasyonları……
*…….*87

*Tablo 5. Çocukluk Örselenme Yaşantısı Olan ve Olmayan Bireylerin Olumsuz, Olumlu ve Karşılaştırma Anıları Temelinde Otobiyografik Bellek Örüntüleri Açısından Karşılaştırılması…….*89

*Tablo 6. Çocukluk Örselenme Öyküsünün Varlığında ve Yokluğunda Karşılaştırma Anısının Detayına İlişkin ANCOVA Sonuçları ……...*91

Tablo 7. ***Çocukluk Örselenme Anılarının Türü*** *(Fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar) ve* ***Tarzının*** *(Özgül Anı/ Uzamış Anı/ Jenerik Anı) Otobiyografik Anı Özellikleri Açısından Ortalama ve Standart Sapmaları……*
*……..*94

Tablo 8. ***Olumlu Çocukluk Anı Tarzının*** *(Özgül Anı/ Uzamış Anı/ Jenerik Anı) Otobiyografik Anı Özellikleri Açısından İncelenmesine Yönelik Anova Sonuçları.....*95

Tablo 9. ***Karşılaştırma Anı Tarzının*** *(Özgül Anı/ Uzamış Anı/ Jenerik Anı) Otobiyografik Anı Özellikleri Açısından Ortalama Ve Standart Sapmaları…...*96

Tablo 10. Olumsuz Çocukluk Anısına İlişkin OBÖÖ ile alt boyutları, Kaçınma, Araya girici alt ölçekleri (OEÖ-R), AİDF ve BDÖ'den alınan puanların betimsel istatistik değerleri.....98

Tablo 11. Depresif Belirtiler Ve Otobiyografik Anı Örüntülerine İlişkin Korelasyonlar 99

Tablo 12. İstismar Türlerinin (Fiziksel/ Cinsel/ Duygusal), Süreleri (Bir Kez/Uzun Süreli) Temelinde Otobiyografik Bellek Özelliklerine (Anının Detayı/ Özgüllüğü) göre Ortalama (StandartSapmaları) ve 3x2'lik ANOVA Sonuçları.....102

Tablo 13. Otobiyografik Anı Örüntülerini (Aracı Değişken) Yordayan Değişkenler……104

Tablo 14. Depresif Belirtileri (Yordanan Değişken) Yordayan Değişkenler…….107

Tablo 15. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Araya Girici Anıların Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……..……113

Tablo 16. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……...115

Tablo 17. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAnıdan Kaçınmanın Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……..……..117

Tablo 18. Cinsel İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAnıdan Kaçınmanın Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları…….119

Tablo 19. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Araya Girici Anıların Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……..121

Tablo 20. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……...123

Tablo 21. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Anıdan Kaçınmanın Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……..125

Tablo 22. Çocukluk örselenme yaşantıları ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAraya Girici Anıların Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……..127

Tablo 23. Çocukluk Örselenmeleri ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAnıdan Kaçınmanın Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……...130

Tablo 24. Çocukluk Örselenmeleri ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAnının Depresif İçeriğinin Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları……...132

Tablo 25. Aracı Rol Analizi Özet Bulguları……134

ŞEKİLLER

Şekil 1. Pleydell-Pearce ve Conway tarafından Önerilen Otobiyografik Anıların Yapısı 27

Şekil 2. Williams, J ve Mark, G. (2006)'nin Ca-R-FA-X Modeli 39

Şekil 3. Araştırmanın Temel Ekseni ve Yürütülüş Şeması 60

Şekil 4. Çalışma 1 Uygulamasında Takip Edilen Aşamalar 71

Şekil 5. Çalışma 2 Uygulamasında Takip Edilen Aşamalar 79

Şekil 6. Çocukluk Örseleyici Yaşantıları (Duygusal İhmal ve İstismar, Fiziksel İstismar, Cinsel İstismar), Otobiyografik Anı Örüntüleri (Anıdan Kaçınma, Araya Girici Anı ve Anını Depresif İçeriği) ve Depresif Belirtile Değişkenlerine İlişkin Regresyon Analizleri Özeti ve İlgili Beta Katsayıları 109

Şekil 7. Katılımcılara Ait Araya Girici Anıların Duygusal İhmal ve İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri…..114

Şekil 8. Anıların Depresif İçeriklerinin Duygusal İhmal ve İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri……...116

Şekil 9. Anıların Depresif İçeriklerinin Duygusal İhmal ve İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri…….118

Şekil 10. Olumsuz Anıdan Kaçınmanın Cinsel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri……..120

Şekil 11.Olumsuz Anının Araya Girici Düzeyinin Fiziksel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri…….122

Şekil 12. Olumsuz Anının Depresif İçeriğinin Fiziksel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri……..……124

Şekil 13. Anıdan Kaçınmanın Fiziksel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri……...126

Şekil 14. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Araya Girici Anıların Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri……..…129

Şekil 15. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri……131

Şekil 16. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri……133

GRAFİKLER

Grafik 1. Fiziksel, Duygusal İstismar Anıların Süreleri Temelinde Detayı ……..…… …….153

I.BÖLÜM

GİRİŞ

"Bellek alanları sınırsızdır. Mekanlar onun hizmetkarı, zamansa oyun sahasıdır. Hayat içinde yol aldıkça daha yakın bir arkadaş bulmak zorlaşır. Nasıl yakın bir arkadaşımıza güveniyorsak anılarımızın doğruluğuna da çoğu zaman güvenebiliriz. Bununla birlikte arkadaşların en iyisi bile zaman zaman bizi aldatabilir ve bellek de bazen ona en çok inanmak istediğimiz zamanlarda bizi yanıltabilir "

D. L. Schacter, 1996.

İnsan zihninin gizemli işleyiş süreçlerini aydınlatma çabası, çok eskilere dayansa da, cazibesinden herhangi bir şey kaybetmemiştir. Zihinsel süreçlerin konu olduğu bilişsel bilimin, geçmişi yakın tarihe dayanmaktadır. Öte yandan, zihne olan ilginin, psikolojinin henüz bir bilim dalı olmadığı zamanlara kadar uzandığı ve Yunan filozofları Platon ve Aristo tarafından da ele alındığı bilinmektedir. Sonuç olarak, insan zihnine bir bakış açısı sunan bilişsel psikoloji "alanın içerisinde hem en yeni hem de en eski ekol" olarak ele alınmaktadır (Hearnshaw, 1987, s. 272; akt., Schultz ve Schultz, 2007). Psikolojinin zihinsel süreçlerle ilgili yolculuğunda, yakın tarihte gündeme gelen ve gizemli konulardan biri olan insan belleği üzerine yapılan çalışmalar 19. yy'da Ebbinghaus'la başlamış; 1950 ve 1960'lara kadar yavaş bir ilerleme göstermiştir.

Bilişsel bilimin zihne bakışı, bilgi işleme süreci üzerine temellenmiştir. Diğer bir anlatımla bilişsel bilimciler insan zihnini bilgiyi alan, işleyen ve geri getiren bir sistem olarak görmektedir. Felsefe, psikoloji, nöroloji ve dil bilimlerinin farklı açılardan zihni incelemesi bu bilim alanını oluşturmuştur (akt., Er, 1995; Stillings ve ark., 1995).

Psikolojinin hala felsefenin bir dalı olarak düşünüldüğü dönemlerde George Miller ve Ulric Neisser, bilişsel psikolojinin resmi kurucuları olarak sayılmasalar da bugün bilişsel psikolojinin dönüm noktası sayılan bir araştırma merkezi kurarak alanın üzerinde temelleneceği bir zemin hazırlamışlardır (Schultz ve Schultz, 2007). 1956 yılı bilişsel psikolojinin gelişmesi için kritik bir yıl olarak anılmaktadır (Solso, 1991; Stilling ve ark., 1995). Bu yıl içinde George Miller kısa süreli bellek için sihirli 7 (magic seven) rakamı üzerine bir konuşma yapmıştır. Aynı yıllarda, klinik alanda Albert Ellis psikanalitik terapi geleneğini yıkmış, bilişsel terapinin temelini kurmuştur. Newell ve Simon, genel problem çözücü olarak bilinen modeli tanıtmışlardır (Eysenck, 1990a). Albert Bandura, Aaron Beck, Arnold Lazarus gibi kuramcıların kullandığı bilişsel yaklaşımlarla klinik uygulamada ekol değişimi gerçekleşmiştir (Tosun, 2006).

Bu bilgiler ışığında, 1956'dan bu yana, insan bilişinin doğasını anlamaya dönük kuramların sayısının hızla arttığı görülmektedir. Bununla birlikte, günümüzde, bilişsel psikolojinin inceleme alanı oldukça genişlemiştir. Temel olarak bilişsel psikoloji, bilginin nasıl kazanıldığını ve kullanıldığını incelemektedir. Buradan yola çıkarak, biliş; bilginin nasıl elde edildiği, seçildiği, dönüştürüldüğü ve örgütlendiğiyle, gerçekliğin temsili ve bilginin oluşturulmasıyla ilgilenen etkinlikler bütünüdür (Er, 1995; Leyens ve Codol, 1988).

Neisser ise bilişsel terimini verilerin dönüştürüldüğü, indirgendiği, detaylandırıldığı, saklandığı, hatırlandığı ve kullanıldığı süreçler açısından tanımlamıştır (akt., Schultz ve Schultz, 2007). "Biliş insanoğlunun yapabilmesi mümkün olan her şeyi kapsıyordu" (Neisser, 1967, s.4.). Bu nedenledir ki, bilişsel psikoloji duyum, algı, imgeleme, problem çözme, düşünme ve diğer tüm zihinsel faaliyetleri kapsamaktadır. İnsan duygu, düşünce ve davranışlarına nüfuz eden pek çok zihinsel süreçten söz etmek mümkündür. Ancak, bu noktada, anlaşılması zor ama ilginç doğasının yaşantımız üzerindeki güçlü etkilerinin olduğu belleği keşfetmek alacakaranlık bir dünyaya ışık tutacak denli önemli bir girişimdir.

Psikoloji yazınında bellek, psikolojinin gizemli konularını anlamaya uğraşan araştırmacıların büyük çoğunluğunun ilgi duyduğu bir alandır. Bellek konusundaki bilimsel araştırmalar ise, psikolojinin hala felsefenin bir dalı olarak düşünüldüğü 19. yy. ortalarında başlamıştır. Aslında belleğe olan ilgiler bilişsel psikolojiye olan ilgilerden çok daha önceye dayanır. Bununla birlikte bu alandaki gelişmeler son zamanlarda artmıştır.

Bir Alman psikolog olan Herman Ebbinghaus 1885'te öğrenme ve belleğin ölçülebileceğini gösteren ilk kişidir. Ebbinghaus, bağımlı ve bağımsız değişkenlerini tanımladığı, faktörleri kontrol ettiği deney düzeneğinde, sessiz-sesli-sessiz (XUT, GEX ve VİP gibi) harf dizilerinden oluşan heceler kullanarak yeni bilgilerin nasıl oluştuğunu, öğrenme ve unutmayı hangi değişkenlerin nasıl etkilediğini bulmaya çalışmıştır (Morris, 2002).

Ebbinghaus'un katkıları uzun yıllar bellek araştırmalarına öncülük etmiş, son zamanlarda çoğu bilişsel psikolog, bellek çalışmalarında, belleği bir dizi aşama

olarak kabul eden bilgi işleme süreci yaklaşımını benimsemiştir (Massora ve Cowan, 1993; akt., Morris, 2002). Bu yaklaşıma göre, çok fazla bilgi bombardımanına maruz kalan insan, bunun tamamını işleyememektedir. Bu yaklaşımda sonuç olarak, bilgi işleme sürecinin ilk aşaması, bu bilgi bombardımanından bazılarını değerlendirme ve eğer uygunsa geri getirme (hatırlama) için seçmeyi kapsamaktadır.

Belleği ele alan araştırmacıların çoğu için, Shiffrin ve Atkinson'un (1969) bilgi işleme modeli geleneksel bir temel oluşturmuştur. Bu modele göre, insan bellek sistemi, birkaç yapı ve bileşene bölünmektedir: Duyusal kayıt, kısa süreli bellek (KSB), uzun süreli bellek (USB) (Shiffrin ve Atkinson, 1969). Yıllardır değişime uğramış olsa da, modelin şu şekilde işlediği öne sürülmektedir: duyulara gelen bütün ham bilgiler, duyusal kayıtlardan içeri girer. Başka bir ifadeyle, duyusal kayıt, duyu organlarından gelen ham bilginin giriş noktalarıdır. Duyusal kayıt, bu ham bilgilerin, işlenmesi için içeri giren ve kısa bir süre (milisaniyelerle ölçülebilen süreler) için kalan bir bekleme odası gibidir. Ve söz konusu bilgilerin hatırlanıp hatırlanmayacağı işlenmesine bağlıdır. Bu bilgi daha sonra işlenmek üzere kısa süreli belleğe aktarılır.

Böylece kısa süreli bellek, duyusal kayıtlardan seçilen bilgiyi, depolayan ve işleyen bellek türüdür (Morris, 2002). Herhangi bir durumda, kısa süreli bellek hem o duruma ilişkin bilgileri tutmak hem de duyusal kayıtlara yeni giren bilgiler üzerinde düşünmek için çalıştırılır. Dolayısıyla kısa süreli bellek bazen çalışma belleği olarak adlandırılır (Baddeley, 1986). Bu bellek türü ilk kez, William James (1890) tarafından birincil bellek olarak adlandırılmıştır (Waugh ve Norman, 1960). Ayrıca William James'in dikkat ve belleğe ilişkin görüşleri günümüzde hala kabul edilebilir olması ile birlikte, birincil ve ikincil bellek arasında yaptığı ayrım, Shiffrin ve Atkinson'un önerdiği kısa süreli ve uzun süreli bellek ayrımına oldukça

benzemektedir (Eysenck, 1990a). Son işlemde ise, bilgi daha uzun süre kalmak üzere uzun süreli belleğe aktarılır. Şöyle ki, bir bireyin 'bildiği' her şey uzun süreli bellekte yer alır. Birçok uyarlamadan sonra, model, üniter bellek sistemi kavramını reddederek, çok aşamalı, hiyerarşik bellek sistemi olarak devam etmiş ve çeşitli görgül kanıtlar ile kendi geçerliğini korumuştur (Baddeley, 1995; akt., Güzel, 2007).

Psikoloji yolculuğunda son treyt olan bilişsel psikoloji araştırmacılarının girişimleriyle, kaba bir sınıflandırmada var olan uzun süreli bellek yapısı iki alt sisteme bölünmüştür: biri bildirimsel bellek (declarative memory), diğeri ise, işlemsel bellek (procedural memory) (Tulving, 1972). Bildirimsel bellek epizodik ve semantik belleği içerirken; işlemsel bellek algısal motor becerileri, basit klasik koşullama (uyarıcı-davranım bağının koşullanması) ve alışkanlıkları içermektedir.

Bilgi işleme süreçleri yaklaşımından farklı olarak, kimi araştırmacılar bir de örtük (implicit) bellek ve açık (explicit) bellek arasında ayrım yapmıştır (örn., Jacoby ve Witherspoon, 1982; Graf ve Schacter, 1985; Tulving ve Schacter, 1990). Bireyin gözlüğünü koyduğu yeri bulmak için adım adım çaba göstermeden mutfağa doğrudan gidip bulması örneğinde olduğu gibi, örtük bellek, bilginin niyetsiz olarak tutulduğu ve niyetsiz geri getirildiği bellek türüdür. Aksine, bilginin niyetli olarak saklandığı ve geri getirildiği bellek ise açık bellek olarak adlandırılmaktadır. İlginç bir biçimde, bellek kaybı olan bireylerin, açık bellek performanslarının düşük olduğu ancak örtük bellekleriyle ilgili hata yapmadıkları çalışmalarla desteklenmiştir (Graf, Shimamura ve Squire, 1985; akt., Morris, 2002).

Bellek sistemlerinde bilgi işleme yaklaşımı ekseninde yapılan ayrımlarda, daha önce değinildiği gibi, Tulving'e göre (1972) bildirimsel bellek, epizodik (anısal) ve

semantik (olgusal) bellek olarak ikiye ayrılmıştır. Epizodik bellek, yaşanmış olayların yer ve zaman bilgisiyle saklandığı bellek olarak tanımlanırken; semantik bellek, dünya hakkındaki sembolik bilgilerin saklandığı bellektir. Başka bir anlatımla, Tulving (2002) epizodik belleği kişisel olarak deneyimlenen ve nerede, ne zaman olduğu hatırlanan olayları içeren bellek olarak; semantik belleği ise kendilikten bağımsız olan genel dünya bilgi ve olaylarını içeren bellek olarak tanımlar.

Benliğe ilişkin kişisel deneyimlerin temsilini anlamak üzere, epizodik (anısal) bellek başlığı altında psikoloji yazınına "otobiyografik bellek" kavramı katılmıştır (Tulving, 2002). Kökenini erken psikodinamik yaklaşımlardan alan otobiyografik bellek (Rubin, 1986, s. 25) ve epizodik bellek Tulving'in önerdiği gibi giderek birbirinin yerine kullanılmaya başlanmıştır (1972). Bununla birlikte, daha sonra bazı araştırmacılar epizodik bellek ile otobiyografik bellek arasında bazı ayrımlar yapmışlardır (Conway ve Pleydell-Pearce, 2000). Örneğin bazı otobiyografik bellek araştırmacıları (örn., Brewer, 1986; 1996) epizodik belleğin tanımı gereği farklı deneysel görevleri içerdiği ve çalışmalarda uyaran olarak verilen ipuçlarının katılımcıların yaşantısından bağımsız olduğu sebebiyle otobiyografik belleğin farklı bağlamlarda ele alınması gerektiğini savunmuşlardır. Otobiyografik bellek, bir kişiye ait deneyimleri ya da bu deneyimlere ait temsilleri içeren anılar olarak tanımlanmaktadır (bkz. Rubin, 1986; 2005; Williams ve Broadbent, 1986). Böylece, otobiyografik bellek kişi için anlamlı, önemli yaşantıların saklandığı ve bu yaşantıların uzun bir süre korunduğu yerdir. Bu özellikleriyle otobiyografik belleğin, diğer bellek yapılanmasından farklı bir bağlamda ele alınması ve ayrıştırılması gerektiği düşünülebilir. Fivush (2011)'a göre, otobiyografik bellek üç açıdan

epizodik bellekten ayrılmaktadır. İlk olarak, epizodik bellek geçmişte olan belirli bir olayın hatırlanması iken, otobiyografik bellek olayı deneyimleyen olarak benlik belleğini (Tulving (2002)'in otoneotik bilinç kavramı) içermektedir. İkincisi, epizodik bellek bir dizi ayrı olayın anısını içerirken, otobiyografik bellek bu geçmiş olayları kişisel bir öykü içinde birbirine bağlamaktadır. Son olarak, otobiyografik bellek benlik tanımı gibi sosyal ve duygusal işlevleri ile geleceğe yol göstermede epizodik belleğin ötesindedir. Bu bölümde, mevcut araştırmanın denenceleri ve amaçlarına uzanacak biçimde her konu, irdelenerek sunulacaktır. İlk olarak, otobiyografik belleğin kuramsal ardalanı ve doğasına dönük yaklaşımlar, travma bağlamında otobiyografik bellek, ayrıca depresyon gibi duygu durum bozukluklarında bu kişisel anıların geri getirilme modeli incelenecektir.

1.1. Otobiyografik Bellek: Kuramsal Ardalan

Bellek çalışmaları Ebbinghaus'la başlamakla birlikte, çağdaşları olan Galton ve Freud kişisel anıları farklı bakış açıları ve yöntemleri ile ele almışlardır (Robinson, 1986). Freud'un belleğe ilgisi nevrozu açıklayıp, tedavisinde kullanmak içindir. Galton ise belleği harekete geçiren kelimeleri kategorize edip, bunlara verilen tepki sürelerini ölçmüştür. 1950'lerden sonra belleğe olan ilginin artmasıyla birlikte Galton'un fikirleri Crovitz ve Schifmann (1974) tarafından yeniden canlandırılmıştır. Galton belli kategorilerdeki kelimelere verilen tepki sürelerini ölçerken, Crovitz ve Schifmann bu tepki sürelerin kişisel farklılıklarını ve yaşam içinde bu anıların dağılımını sorgulamışlardır. Anılar farklı yöntemlerle hatırlanabilir;

Bellek İzleme: Bu yöntemde kişiler belirli bir zaman içinde akıllarına gelen anıları özellikleriyle ve içerikleriyle beraber not ederler.

Aniden Ortaya Çıkan Anılar: Burada kastedilen aslında bir şey düşünmüyorken aniden aklımıza gelen anılardır. Bu yöntemde kişi genel bir konu dâhilinde süzülür, aramaz.

Zamansal olarak İpucu Verilmiş Serbest Çağrışım: 'Bana 1976 yılına dair neler hatırladığını anlat' demek deneysel olarak mümkündür. Anıları bu şekilde sınırlandırmak ve belirlemek ulaşılabilecek olan içeriği değiştirir.

Kategorik Çağrışım: Bu yöntemde zamansal, kategorik ipuçları verilir. 'Çocukluğunuzdaki saati hatırlayın' gibi.

İpucu Verilen Çağrışım: Hatırlamanın bütünlüğü ve kesinliği, ipuçlarının uygunluğuna bağlıdır."Oraya gittiğimizi hatırlıyor musun?" "Hayır" "Hatırla hani, trampetler vardı.." gibi ardışık ipuçları daha çok bilgi verici olabilir

Tanıma: Daha önce gördüğümüz bir resmi ya da kelimeyi tanımamız bir olayı tanımamızdan hatırlamamızdan farklıdır çünkü olayların temsili daha soyut ve semboliktir.

Kişisel deneyimleri hatırlama çalışmalarından birinde, Linton 14 yıl boyunca eski anılarını takip edip ayda bir kere anıları tanımaya çalışıp onları tarihlendirmeye çalışmıştır. Bu süreç içinde tanıma yöntemini, ipucu verilen çağrışım yöntemini kullanmıştır (Linton, 1975). Önceki yıldan hatırladığı tüm eşsiz olayları listeleyip bu serbest çağrışım listesinin özel olaylardan oluştuğunu görmüştür. Sonuç olarak geçmiş 1 yılını, 6 yılını ve 12 yılını hatırlamaya çalıştığı bir çalışma yapmıştır. Böylelikle, Linton önce akılda tutma ve anıların doğruluğuyla ilgilenirken daha sonra anıların düzenlenmesi, değişimi ve anımsamanın önemi üzerinde durmuştur. Khilstrom (1981) kişilik ve bellek üzerine çalışmış, Harackiewicz (1982)'le beraber

de yine bu açıdan çocukluk anılarını anımsamayı tekrar sorgulamıştır. Böylelikle insan belleğine ilişkin bu fikirler yıllarca deneysel psikolojide bazı araştırmacılar tarafından çalışılmıştır.

Otobiyografik bellek araştırmalarının en çok kullanılan yöntemi Galton (1879a)'un yöntemlerine dayanmaktadır. Bu yöntemde kişiye bir kelime söylenmekte ve bu kelimeyle ilgili bir anısını anlatması istenmektedir. Ancak bu yöntemle getirilen anı doğrudan otobiyografik bellek çeşitleri olabileceği gibi, otobiyografik bellekten farklışabilmektedir (akt., Brewer, 1986). Kişinin bu kelimeye getireceği tepkiler bir çok şekilde olabilir:

a. *Kişisel anı.* Kişinin hayatında belli bir anı yansıtan anının zihinsel bir görüntüsüdür.
b. *Otobiyografik gerçek*. Kişinin herhangi bir görüntü olmadan hatırladığı gerçektir.
c. *Jenerik kişisel anı.* Kişi, genel olarak California'nın kuzeyindeki yolda araba sürdüğünü hatırlayabilir.
d. *Semantik anı.* Kişi, herhangi bir görsel olmaksızın California'da 1978 yılında olmuş tarihi bir olayı hatırlayabilir.
e. *Jenerik algısal anı:* Kişi, California eyaletinin sınırlarını görsel olarak hatırlayabilir.

Buna ilişkin Brewer ve Pani (1983)'nin belleğin çeşitli formlarını içeren bir sınıflandırması önemli görünmektedir. Bu formlar, kişisel bellek, semantik bellek, jenerik algısal bellek, motor kabiliyetler, bilişsel ve dilbilimsel becerileri içermektedir. Ancak benliği içermediği için Brewer ve Pani'nin bellek şemasında

otobiyografik bellek yapısı yer almamaktadır. Brewer (1986) benlik boyutunu da dahil ederek, ilgili şemayı otobiyografik belleği de içerecek şekilde yeniden düzenlemiştir.

Otobiyografik bellek, kişisel deneyimleri hatırlamanın ötesinde kişisel bir hikaye oluşturmaya taşınan insan belleğinin eşsiz bir formudur (Fivush, 2011). Sonuç olarak, otobiyografik bellek başta bilişsel, sosyal, gelişimsel, klinik ve nöropsikolojik olmak üzere psikolojinin farklı alanlarında çalışılmaktadır. Bununla birlikte bu alanlardan gelen araştırma bulguları çoğunlukla bağımsızdır. Bunun bir nedeni otobiyografik belleğin karmaşık doğası ve farklı yaklaşımları olan araştırmacılara farklı problemler sağlamasıdır. Örneğin nöropsikoloji otobiyografik hatırlamaya aracılık eden nörobiyolojinin farklı yönlerini, gelişim psikolojisi çocukluk ve yetişkinlik dönemi anıların doğasını, kişilik psikolojisi anı gruplarıyla kişilik ve bağlanma tarzlarını, bilişsel yaklaşımlar böyle anıların temsilleri ve hayat boyu kullanılabilirliğini araştırmaktadır (Conway ve Pleydell-Pearce, 2000).

Bununla birlikte, bu bilişsel yaklaşımlar, depresyonun bilişsel yanlılıklarında olduğu gibi, işlevsel olmayan bilişsel süreçleri anlamak amacıyla klinik psikoloji alanına da girmiştir (örn., Williams ve Broadbent, 1986; Williams, Watts, MacLead, Mathews, 1997). Böyle bir yönelimin gelişmesinde duygudurum-bellek eşleşmesi göze çarpmaktadır (Williams ve Broadbent, 1986).

Beck'in depresyon kuramında yer alan olumsuz üçlü (bireyin kendini, geleceği ve dünyayı olumsuz algılama yanlılığı) sürecinde olduğu gibi, depresif hastaların daha genel (overgenerality) anıları getirmesi, duygu durum-bellek fenomenini önemli hale getirmektedir (Conway ve Pleydell-Pearce, 2000). Klinik örneklemde, bilişsel

yaklaşımları kullanmak, başka bir ifadeyle, depresyon gibi psikopatolojisi olan bir bireyin bilişlerini anlamak için bilişsel psikolojinin araçlarını kullanmak son dönemde önemli bir yaklaşım gibi görünmektedir. Esasında bu çalışmada da, otobiyografik anıları geri getirme tarzlarının klinik olmayan depresif kişilerde nasıl farklılaştığı anlamaya çalışılmıştır. Alan yazına bakıldığında, klinik gruplarda otobiyografik belleğe ilişkin çeşitli özelliklerin araştırıldığı çeşitli çalışmalarda, klinik gruplarda özellikle otobiyografik belleğin aşırı genellenmesi (spesificity/overgenerality) ön plana çıkmıştır (örn., Maurex ve ark., 2010**;** Reid ve Sturtup, 2010**;** Spinhoven, Bamelis, Molendijk, Haringsma ve Arntz, 2009; Renneberg, Theobald, Nobs ve Weisbrod, 2005). Ancak bunun doğasını araştırmada, doldurulması gereken bir boşluk olduğu düşünülmekte ve elde edilen bulguların alan yazındaki bulgularla tutarlı olması halinde, depresif bireylerin anı özelliklerinin neden farklılaştığı sorusuna cevap aranmıştır. Otobiyografik anının özelliklerinin depresif belirtilerin gelişiminde rol oynayıp oynamadığına ilişkin yeterli bulgunun olmaması (Burnside, Sturtap, Byatt ve Rollinson ve Hill, 2004) sebebiyle araştırmanın konusunun bu çerçevede toplanması amaçlanmıştır. Bu bağlamda, otobiyografik belleğe atfen yapılacak bir çalışma olarak, söz konusu araştırmada çocukluk örselenme yaşantılarının varlığında gelişen depresif belirtilerde otobiyografik bellek özellikleri incelenmiştir.

Otobiyografik bellek, "kişisel olaylar akışında deneyimlerimizden ortaya çıkan eşsiz zihinsel bir öykü birikimi" olarak tanımlanabilir (Damasio, 1998, s. 276; akt., Blinder, 2007). Başka bir ifadeyle, otobiyografik bellek, kişinin geçmiş yaşam olaylarına ve yaşantılarına ait belleğidir (Er, Ergün, Hoşrik ve Şerif, 2008). Otobiyografik bellek kişisel semantik bilgiler (örn., kişinin nerede doğduğuna ilişkin

bilgiler) ile kişisel anısal bilgilerden (örn., çocukluk döneminde bisiklete bindiği ilk günü hatırlama) oluşmaktadır. Bu belleğe, kişinin hayatını oluşturan olayların belleği de denebilir (Holland ve Kensinger, 2010). Birçok yazara göre, otobiyografik bellekte, benlik (self), amaçlar, duygular kesişmektedir (Conway ve Rubin, 1993). Böylece, yaşanan olayların hatırlanması konusunda yapılan araştırmalar otobiyografik belleğin çeşitli özelliklerine yoğunlaşmış ve bu özellikler arasında olayın kişi için önemi, benliğiyle ilişkisi, zamanda ve mekandaki konumu, geri getirme anında hatırlamanın yaşattıkları göze çarpmaktadır.

Otobiyografik anı özellikleri arasında (Er ve Uçar, 2004; Rubin ve Gülgöz, 2001):

- Olayın olduğu zamana geri dönüp, yeniden katılma, anıya geri dönebilme
- Olayın hayal veya rüya değil, gerçek (yaşanmış) olduğundan emin olma
- Hatırladıklarından emin olma
- Olayın sadece başından geçtiğini bilmekten çok gerçekten hatırlama
- Olayı hatırlamada referans noktalarına başvurma; tarih, zaman, yer, kişi gibi
- Olay hakkında düşünme ve anlatma sıklığı
- Olayın bir kerelik mi, birkaç olayın birleşimi mi, bir günden uzun bir süreye mi yayılmış olduğu
- Olayın önemi; geçmişteki, şimdiki ve gelecekteki
- Olayın etkisi ve sonuçları
- Olayı düşünme ve anlatma sıklığı
- Olayı yeniden yaşıyormuş gibi olma
- Olayı zihinde canlandırma
- Olayın seslerini zihinde duyma
- Olaydaki konuşmaları hatırlama

- Olayı sözel hale getirebilme, öyküleştirme, olayın gerçekliğini vurgulayan bir anlatım
- Olay sırasında hissedilen duyguları hissetme gibi boyutlar yer almaktadır.

Kişisel anısal bilgiyi hatırlamak tekrar yaşamayı, bazı geçmiş yaşantıları tekrar derlemeyi ve birçok alt sistemle bütünleştirmeyi gerektirir (Wheeler, Stuss, Tulving, 1997). Bireyin yaşadığı olayın geçtiği zamanı; anının içeriğinden, anıdaki bilgilerden yararlanarak saptaması bu bütünleştirme sürecine örnek olarak verilebilir (Larsen ve Conway, 1997). Rubin ve Gülgöz (2001) bu süreci arkeolojik kazıdan çıkan çanak parçalarını birleştirmeye benzetmektedir. Öyle ki, çıkan her bir parçadan ortaya çıkan bulgular ile eksik parçalar yeniden oluşturulur.

Otobiyografik belleğe ilişkin yapılan tanımlamalar çeşitlilik gösterirken, Er'in kapsamlı tanımına değinmek yerinde olacaktır. "Otobiyografik bellek, kişisel geçmiş yaşam olaylarının hiyerarşik bir organizasyon içinde yer aldığı, çeşitli geri getirme ipuçlarına ve referans noktalarına duyarlı kişisel bir bellek sistemidir" (Er ve Uçar, 2004). Bu tanımdan yola çıkılarak, otobiyografik bellek hiyerarşik bir yapıda yer alan anılar yığını olarak düşünülebilir. Bununla birlikte, bu anıların tek tip olmaksızın çeşitli özellikleri ile birbirinden ayrıştığı söylenebilir. Williams, Conway ve Cohen (2008)'in de belirttiği gibi dört farklı otobiyografik anıdan söz edilmektedir. İlk olarak,

a) biyografik/kişisel anı, bireye ilişkin biyografik bilgileri içerir. Herhangi bir yerde doğduğu bilgisini, o yerde yaşadığına dair bir anısı olmasa da bireyin hatırlaması söz konusudur.

b) İkinci olarak yeniden yapılandırılmış anılar yaşanan olaydan farklılaşan ve olayın sonrasında yeni yorumlarla oluşturulan anı olarak düşünülebilir. Bazı kişisel anıların ise yaşanan olaya oldukça yakın olduğu bilinmektedir. Böylesi anılar, oldukça zengin detaylar içerir ve olay sırasındaki duygular ile geri getirme süreci arasındaki duygular oldukça benzerdir.

c) Üçüncü olarak, özgül ya da jenerik anı, hatırlanan anıdaki olayın içeriğinin ne kadar zengin olduğunu ve detayları ne kadar barındırdığını ifade etmektedir. Özgül anı, olaya ilişkin daha fazla detay içerir. Jenerik anı ise detaydan çoğunlukla yoksundur. Ayrıca, özgül ve jenerik anılar, anının belli bir gün ve yerde gerçekleşen bir olayı mı yoksa bir günden fazla zamana yayılan ve tekrarlı olayları mı içeren bir anı olduğu yönündeki ayrımla belirlenir (Williams ve Broadbent, 1986). Özgül anı hatırlama anıyı yeniden yaşama hissi ve duyguları ortaya çıkarmada önemli görünmektedir.

d) Son olarak, gözlemci veya alan perspektifinden anı ayrımı söz konusudur. Otobiyografik anılar, bakış açısına göre farklılaşabilir. Alan perspektifinden oluşan anı orijinal bakış açısından toplanan ve birincil gözden elde edilen anılardır. Gözlemci perspektifinden anılar ise, dışarıdan bir bakış açısından toplanan anılardır. Eskiye dair anılar genellikle gözlemci perspektifinden anılardır. Böylece gözlemci perspektifinden anılar yeniden yapılandırılmış anılar iken, alan perspektifinden anılar daha canlı olmaktadır (Williams ve ark., 2008).

Bu ayrımlara ek olarak, otobiyografik bellek özellikleri arasında sayılabilecek zaman boyutu, çoğu araştırmanın ilgilendiği bir soru olmuştur (Burt, Kemp, Grady

ve Conway, 2000). Öyle ki, zaman ve otobiyografik bellek ayrılmaz biçimde iç içe geçmiştir. Rubin (1998) otobiyografik bellek için üç zaman diliminden söz etmiş ve her dilimin kendine özgü özelliklerinden bahsetmiştir.

a. İlk zaman dilimi, hatırlama öncesinde gelişen bir-iki yıllık süreçtir.
b. İkinci dilim, 3-4 yaş öncesi olan ve bebeklik amnezisi olarak da adlandırılan dönemdir. Bu döneme ilişkin hemen hemen hiç anı hatırlanmamaktadır. Bu döneme dair hatırlandığına inanılan anılar ise, çoğunlukla yakınlarının anlatımlarından çıkarsanan bir olay örgüsü olduğu şeklindedir (Rubin ve Gülgöz, 2001).
c. Son zaman dilimi ise, yapılan çalışmalardan elde edilen bulgular ışığında, anı tümseği olarak adlandırılan 10-30 yaş arası dönemdir. Önemli yığılmanın yaşandığı bu yaşlarda hatırlamanın neden daha yoğun olduğu konusunda getirilen yaklaşımlar arasında, zihinsel yetilerin en iyi olduğu bu dönemde kodlamayı daha başarılı yapma, bu dönemde çok fazla olayın yaşanıp, takip eden dönemin ise daha durağan olmasına yönelik yaklaşımlar ve kişinin sosyal benlik gelişimini en çok etkileyen olayların bu dönemde gerçekleşmesi sayılabilir (Rubin ve Gülgöz, 2001; Schrauf ve Rubin, 1998).

Bununla birlikte, otobiyografik bellek ile zaman arasındaki ilişkide, araştırmacılar, yakın geçmişte kişisel deneyimlere ilişkin belleğin zamandan nasıl etkilendiğini de araştırmışlardır. Herbert Crovitz 1970'lerin başında, 19. yy'da yaşamış olan bilim insanı Sir Francis Galton'un betimlediği hayat deneyimlerini incelemek için yeni bir yöntem keşfetmiştir. Crovitz deneylerinde, hatırlaması için katılımcılara birer ipucu kelimesi sunmuş ve bu ipucunun hatırlattığı yaşamının ilk dönemlerinden uygulama anına kadar gerçekleşen olaylardan bir anı hatırlamalarını

istemiştir. Crovitz, bellekte yakın döneme ait anıların uzak geçmişe ait anılardan sayıca daha fazla yer aldığını bulmuştur. Zaman ilerledikçe anıları hatırlamadaki zorluğun daha da arttığı birçok araştırmaca desteklenmiştir. Örneğin, Cash ve Moss (1972)'un yaptıkları bir çalışmada, bir yıl içinde trafik kazası geçiren katılımcılardan topladıkları verilerde ilginç bulgular göze çarpmaktadır. Kaza zamanı ile görüşme zamanı arasındaki fark uzadıkça, kazayı hatırlamadaki güçlük de artmıştır. Öyle ki kazayı görüşmeden 9-12 ay önce yapanların %27'si kazaya ilişkin anılarını anımsamada başarısız olmuşlardır. Nitekim unutmayı ele almada ya da belleğin zayıflamasını irdelemede zaman önemli bir kavram gibi görünmektedir. Belleğin zayıflaması genellikle zamanın geçişiyle ilişkilendirilmektedir. Bunun altında yatan sebebin ise, önceki deneyimleri anımsamayı engelleyen yeni deneyimler kodlanması ve saklanması olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda araya giren deneyimlerin hatırlamayı engellediğini ileri süren unutma teorisine ilişkin çalışmalar uzun bir tarihe dayanmaktadır. Birçok yazar, engramın silinmesi ya da belirsizleşmesinin unutmada etkin olduğunu düşünmekle birlikte, bazıları bellekte hiçbir izin kaybolmadığını, sadece kendilerini ortaya çıkaracak bir ipucuna ihtiyaç duyduklarını iddia etmişlerdir (Schacter, 2010). Bellek araştırmacılarına göre, temelde iki unutma teorisi göze çarpmaktadır: Bunlardan ilki, bazı yaşantıların bellekten geri dönmemek üzere, silinebileceği ve herhangi bir yöntemle geri getirilemeyeceği varsayımına dayanırken, ikincisi her şeyin zihinde kaldığı ve mutlaka uygun bir ipucu ile geri getirilebileceği varsayımına dayanmaktadır. Bu varsayımla birlikte, hatırlamada anımsatıcı ipuçlarının önemi dikkate değer olarak değerlendirilebilir. Son dönemlerde, anı getirme sürecinde etkin olan ipuçları otobiyografik bellekte yapılan yeni bir ayrımı doğurmuştur. Bu ayrım, anının kendiliğinden istemsiz biçimde akla

gelmesi ve istemli olarak çaba sarf ederek hatırlanmasına işaret eder. Nitekim otobiyografik bellek araştırmalarında anıya ulaşmak için kullanılan yöntemler bu bağlamda biçimlenmektedir. Bu yöntemlerden birinde, katılımcılara ilgili bir yaşam deneyimini hatırlamasını sağlayan anahtar (ipucu) ifadeler (örn., partide olma) verilir (Mace, 2006). Deneyci tarafından verilen ve katılımcının otobiyografik anılarına ulaşmasını sağlayan anahtar kelimeler katılımcı için bir referans rolünü üstlenmektedir (Er ve Uçar, 2004). Bir anının geri getirilme sürecinde, katılımcı, ona herhangi bir kelime-ipucu verilmeksizin, ona temas eden referans noktalarını kendisi yakalayabilir. Bu noktada, ipucuna bağlı bellek kavramı ortaya çıkmaktadır. Bu kavram kodlama ile geri çağırma arasındaki ilişkiye temas etmektedir. Tulving (1983) bunu, kodlama özgüllüğü ilkesi adını verdiği durumla açıklamaktadır. Bu ilkeye göre, bir kişinin bir olayı düşünme ve onu kodlama biçimi engrama[1] neyin gireceğini belirler ve olayı daha sonra anımsama olasılığı, bir ipucunun özgün kodlamayla ne ölçüde örtüştüğüne bağlıdır (akt., Schacter, 2010).

Bununla birlikte hatırlamayı kesin kılan şey, kodlama ile ipucu arasındaki bütün bir benzerlik olmayabilir. Burada önem kazanan, deneyimi kodlayan bireyin olaya ilişkin öznel algısıdır (örneğin bireyin kodlama sırasındaki düşünceleri, duyguları ya da çıkarımları). Bu durum iki bireyin aynı olaya ilişkin neden farklı şeyleri hatırladığını ya da aynı ailede yer alan iki kardeşin aynı olayı neden farklı anımsadığını açıklar gibi görünmektedir. Ayrıca, kodlamayla anımsama arasındaki ilişki günlük hayattaki hatırlama durumlarının doğasını açıklamada işlevsel olabilir.

[1]Bellek araştırmalarının öncüleri arasında yer alan Semon'un (1921, 1923) bellek kuramında yer alan kavramdır. 'Kazınmış olan' anlamına gelen *engram* kavramından anı izi olarak da bahsedilir. Semon engramı, sinir sisteminde meydana gelen –deneyimin etkilerini uzun süre korunmasını sağlayan-kalıcı değişiklik biçiminde tanımlar.

Günlük hayatta, kendiliğinden, hiçbir çaba olmaksızın zihne gelen anılar özellikle istemsiz anıları gündeme getirmektedir. Bu noktada, daha önce belirtildiği gibi, otobiyografik bellek araştırmalarının bir kısmı, istemli ve istemsiz otobiyografik anılar arasında yapılan ayrımlarda kendini göstermektedir (Berntsen, 1996, 1998; Mace, 2005; Schlagman, Kliegel, Schultz ve Kvavilashvili., 2009). İzleyen kısımda, araştırmada, çocukluk örselenme yaşantılarına ilişkin anıları irdelerken onun zihni ne kadar meşgul ettiğine dönük araya girici anıların doğasını anlamak adına bu ayrıma özellikle yer verilmiştir.

1.1.1. Otobiyografik Anıda Bir Ayrım: İstemli ve İstemsiz Otobiyografik Anı

İstemli ve istemsiz otobiyografik anı arasındaki açık ayrım Ebbinghaus'a dayanır (1885/1964). Mace (2006) bu ayrımı şöyle aktarmıştır: "ilk grup, bilinçli olarak belli bir çabayla geri getirilen anılardır ki biz onları istemli olarak yeniden tanımlayabiliriz" (s. 917). İstemsiz otobiyografik anıları ise şöyle tanımlamaktadır: "ikinci grup olanlar aniden akla gelendir. Sıklıkla, yıllar sonra bile açıkça kendiliğinden geri gelen zihinsel süreçler söz konusudur ki bu istemsiz olarak adlandırılır " (s. 917).

Ebbinghaus'un sınıflandırmasındaki farklılık ise, istemli ve istemsiz geri getirilen anıları bellek bilinçliliği ile birlikte ele almasıdır (Berntsen, 1998). Bu ayrım, Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Bir Bellek Sınıflandırması (Ebbinghaus, 1964/1885)

Geri Getirme	*Bilinç*	*Bilinçli olmayan*
İstemli	Niyetli Anılar	"Dilimin ucunda"
İstemsiz	Niyetsiz Anılar	Örtük bellek

Tablo 1'de görüldüğü üzere, Ebbinghaus'un sınıflandırması niyetsiz anıyı iki şekilde ayırır: bilinçli olan (Tablo 1'de "niyetsiz anılar") ve bilinçli olmayan (Tablo 1'de "örtük bellek"). Richardson-Klavehn, Gardiner ve Java (1994)'nın kaydettiği gibi bu ayrım sık sık dolaylı bellek testlerinde göz ardı edilmiştir (Berntsen, 1998). Benzer biçimde, sınıflandırma, bilinç farkındalığı ile belleğin iki formu arasında bir ayrım yapar. Şöyle ki, bilinçli anılar, geri getirme girişimleri ve bir çaba olmaksızın bilince gelen anıların öncesini kapsar (Tablo 1'de "niyetli anılar" ve "niyetsiz anılar"). Tabloya dilimin ucunda (tip-of the-tongue) fenomeni geri getirmede ısrarlı çabaların olduğu duruma örnek göstermek amacıyla eklenmiştir (Berntsen, 1998). Bir dilimin ucunda fenomeni genellikle, iyi bilinen ancak bilince getirilemeyen materyali geri getirme girişimlerinin olduğu durumları tanımlar (Berntsen, 1998). Böylece bu fenomen, istemli geri çağırmaları ve bilinçli olmayan farkındalığı birleştirir görünmektedir.

Buradan yola çıkarak, bazen geçmiş deneyimler hiçbir çaba olmaksızın akla gelir. Böylesi istemsiz anılar, bilişsel psikolojide, Ebbinghaus'tan beri yapılan özel bir ayrıma karşın, göz ardı edilmiştir (Berntsen, 1998). Uzmanlar kasten getirilen anılar üzerinde, istemsiz olanlardan daha çok durmuştur. Buna neden olarak getirilen olası bir açıklama, günlük yaşamda iyi bilinen bir fenomen olmasına karşın, istemsiz

anıları araştırmanın daha zor olmasıdır. Bir çalışmada, Berntsen (1996) öğrencilere sözü edilen, istemsiz anıları ne kadar sıklıkla düşündüklerini sormuş ve öğrencilerin, %85'i en azından haftada birkaç kez bu türden anıların meydana geldiğini bildirmişlerdir. Ek olarak, Brewin, Christodoulides ve Hutchinson (1996) retrospektif anket ile istemsiz anıları araştırmış ve günlük yaşamda sık sık yer alan bir fenomen olarak bulmuştur.

Sonuç olarak, son gelişmelerden bağımsız olarak, Ebbinghaus'u izleyen dönemde, istemsiz anılardan çok istemli anılar araştırma konusu olmuştur (Mace, 2006). İstemsiz otobiyografik anılar üzerindeki bir çok çalışma, katılımcıların günlüklerine aniden ve kendiliğinden gelen anıları kaydetmesiyle ya da örtük bellek görevleriyle anıların getirildiği laboratuvar ortamında gerçekleştirilmiştir (örn., Mace, 2003, 2005). Yakın dönemde, istemli ve istemsiz otobiyografik anı ayrımı üzerine yapılan araştırmalardan, Er, Karabay, Kaynar, Uysal ve Uçar'ın (2012) yaptıkları çalışmada, istemsiz anı getirmede istemsiz anı yazını için oldukça yeni olan "bilgisayar ortamında istemli ve istemsiz anıların incelenmesi yöntemini" kullanmışlardır. Bu yöntemde, araştırmacılar katılımcılara öncelikle renklerin ve şekillerin eşleştirilmesine dayanan basit bir ara faaliyet görevi vermişler ve bu tür rutin görevler sırasında zaman zaman dikkatlerinin dağılabileceği ve yapmakta oldukları görevin dışında bazı şeyler düşünebilecekleri bildirmişlerdir. Uygulama sırasında akla kendiliğinden gelen anıların kaydedilmesi ile oluşturulanböylesi bir yöntemin uygulanabilirliğinin günlük çalışmalarına göre daha kolay olduğunu söylemek mümkündür. Öte yandan günlük yaşamdan istemsiz anıları elde etmede, günlük çalışmaları yararlı bir yöntem olarak görünmektedir, bu bağlamda söz konusu yöntemlerden kişisel inançlar ve öngörüleri içeren öz bildirimler (self-reports) elde

edilmektedir (Mace, 2006). Alan yazında istemsiz otobiyografik anılar üzerine veriler günlük çalışmalarından da gelmektedir (Berntsen ve Hall, 2004). Berntsen (1996) üniversite öğrencileri arasında istemsiz otobiyografik anılar üzerine bir araştırma yürütmüştür. Berntsen (2001) iki günlük çalışmasından sonuçları rapor etmiştir. Çalışmalardan biri, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) tanısı olan üniversite öğrencilerini içermekte; diğeri ise, uzun dönemli olumlu sonuçları olan bir deneyimi (akt., Berntsen ve Hall, 2004) yaşayan üniversite öğrencilerini içermektedir. Son dönemlerde ise, Kvavilashvili ve Mandler (2004) istemsiz semantik anılara karşı istemsiz otobiyografik anıları geri getirme mekanizmalarını karşılaştırmışlardır. Berntsen, travmatik deneyimlerin istemsiz anıların niteliği, sıklığı üzerindeki etkileri ile ilgilenmesi nedeniyle, istemsiz otobiyografik anıları geri getirme mekanizmalarıyla ilişkili bulgular rapor etmemiştir (Berntsen ve Hall, 2004).

Berntsen (1996; 2001) katılımcılardan, istemsiz anıları tetikleyen referans noktalarını kaydetmeleri ve bunları dışsal (fiziksel ortamda mevcut olan), içsel (yalnızca düşüncelerde mevcut olan) ya da karışık (içsel ve dışsal özelliklerin birleşimi olan) olarak sınıflandırmalarını istemiştir (bkz., Tablo 2). Bu bağlamda, üç çalışmadan alınan anıların büyük çoğunluğu için spesifik ipuçları tanımlanmıştır. Söz konusu ipuçların çoğunluğu dışsal çevrenin özelliklerinden kaynaklanan durumlardır. Benzer olarak, Kvavilashvili ve Mandler (2004), anıların %80'inde spesifik tetikleyici bulduklarını kaydetmişlerdir. Ayırıcı ipuçlarına ek olarak, Berntsen (1996), geri getirme öncesi ruh durumu ve geri getirilen istemsiz otobiyografik anının duygusal içeriği arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Bunun yanı sıra, Berntsen (2001)'in verilerinden elde ettiği tekrar analizleri, ruh durumu ve anıların

duygusal içeriği arasında zayıf ancak anlamlı ilişkileri göstermiştir (Berntsen ve Hall, 2004).

Tablo 2. İstemsiz Otobiyografik Anıların, İçsel, Dışsal, Karışık ve Tanımlanmayan İpuçlarının Yüzdelikleri (Berntsen, 1996; 2001a, b).

Çalışma	N	Dışsal	İçsel	Karışık	İpucusuz
Berntsen (1996)	700	.37	.24	.31	.08
Berntsen (2001a)	600	.44	.31	.15	.11
Berntsen (2001b)	700	.43	.20	.26	.10

İstemsiz anı üzerinde yapılan çalışmalardan gelen bir başka sonuç ise, istemsiz anıların, dikkatin herhangi bir şeye odaklanmadığı durumlarda zihne geldiğidir (bkz., Berntsen, 1998; Berntsen ve Hall, 2004). Buna örnek olarak, bireyin dinlenmesi, rutin görevleri ya da şaşkınlık anları verilebilir.

İstemli otobiyografik anılar üzerindeki araştırmaların çoğu ise, yaygın kelimeler listesi kullanılarak, ipucu kelimelerin çağrıştırdığı geçmiş yaşam deneyimlerinin katılımcılar tarafından geri getirilip aktarıldığı çalışmalardan gelmektedir. İstemsiz anı üzerinde gerçekleştirilen günlük çalışmaları, istemsiz anının geri getirildiği iki farklı referans noktasının olduğunu göstermektedir: En yaygın referans noktası, bir düşünce ya da duyusal-algısal deneyim gibi bir ipucu ile tesadüfen karşılaşıldığı ve kendiliğinden geçmiş yaşam dönemden bir anının ortaya çıkarıldığı durumdur. İstemsiz anılar üzerinde yapılan günlük çalışmaları, bu türden geri getirilen istemsiz anıların günlük yaşamda oldukça yaygın olduğunu ve günde birkaç kez oluştuğunu göstermektedir (örn., Berntsen, 1996; Kvavilashvili ve

Mandler, 2004; Mace, 2006). İstemsiz otobiyografik anıların ikinci referans noktası halihazırda getirilen bir istemsiz anının bir diğer istemsiz anıyı tetiklemesidir ve bu fenomen silsile (chaining) olarak adlandırılmaktadır (akt., Mace, 2006; Mace, 2005). Örneğin, bir katılımcının, Central Park'a gittiğine ilişkin anısı, beraberinde Londra'daki Hyde Park'ı ziyaret ettiği anısını tetikleyebilir. Mace'in (2005b) belirttiğine göre, dizi kayıtları (reports of chaining) genel olarak tetiklenen ek bir istemsiz anının geri getirilmesini içermesine rağmen, nadiren bazı katılımcıların üçüncü (ikinci istemsiz anının neden olduğu) bir istemsiz anıyı kaydettikleri gözlenmiştir.

Bir anılar dizisinde örtüşen anılar bazı ayırıcı özellikler göstermektedir. Söz konusu örtüşmedeki ilişkililik iki biçimde görünmektedir: Genel olaylar kümesi (general event clustering) ve kavramsal küme (conceptual clustering) (Mace, 2006).

Genel olaylar kümesi, anının aynı genel ya da uzamış olayların birleşiminden getirildiği durumdur (örn., Ayasofya Müzesi ziyareti, aynı gezide Dolmabahçe Sarayı ziyaretine ilişkin anısını tetikleyebilir). Kavramsal küme ise, referans noktasının aynı insanlar veya aktiviteler olduğu bununla birlikte farklı yaşam dönemlerinden gelen anıların olduğu gruptur (örn., bir katılımcı 20 yaşında gittiği bir tiyatro oyununa ilişkin anısının, 12 yaşında annesi ile gittiği bir başka tiyatro anısını hatırlattığını kaydedebilir). Bu ifadeden hareketle kavramsal kümede yer alan anıların, genel olay kümesinden (general event clustering) daha yaygın olduğu görülmektedir (Mace, 2006).

Kavramsal kümede birbirini tetikleyen istemsiz anıların aynı kişi veya eylemden temellenen referans noktalarından oluştuğu ve buna bağlı olarak bireyin

geri getirdiği istemsiz anıların da farklı yaşam dönemlerine yayıldığı bilinmektedir. Buradan hareketle, Conway ve Pleydell-Pearce'nin (2000) otobiyografik bellekle ilgili hiyerarşik modelin, söz konusu duruma iyi bir açıklama getirdiği düşünülmektedir. Conway ve Pleydell-Pearce'e (2000) göre, otobiyografik bellek, üstte farklı yaşam dönemleri hakkında özet bilgilerin (örn., ben Londra'da iken), en altta özel bir yaşam olayında en spesifik ayrıntıların (örn., onunla ilk kez otobüste karşılaşma), ortada ise, tekrarlayan ya da bir günden daha uzun olan genel olayların olduğu hiyerarşik bir yapı içermektedir.

Horowitz'i izleyen dönemde, istemsiz otobiyografik anılar, çözümlenemeyen kişisel sorunlar ya da travma gibi olumsuz ve sıkıntı içeren deneyimlerle ilişkili olarak düşünülmüştür. Travmatik istemsiz anılar TSSB'nin tanı kriterlerinden biri olmasına karşın, günümüzde istemsiz otobiyografik anıların günlük yaşamda yaygın olduğu ve olumlu, olumsuz ve nötr duygularla birleşmiş kişisel deneyimleri kapsayan geniş bir ranja dağıldığı belgelenmiştir (Berntsen, 1996, 2001; Berntsen ve Rubin, 2002; Brewin ve ark., 1996; Uçar, Er, Akben, 2012).

Travmatik olaylardan gelen anıların istemsiz olarak gelme eğiliminin daha fazla olmasına karşın, istemsiz otobiyografik anılar sıklıkla olumlu bir içeriğe sahip olmaktadır (Berntsen ve Hall, 2004). Uçar, Er ve Akben (2012) istemli ve istemsiz otobiyografik anı ayrımı üzerine yaptıkları çalışmada da, istemsiz anıların istemli anılara göre daha olumlu içeriğe sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Berntsen (1996) günlük çalışmalarında, %49'un olumlu, %19'un olumsuz ve %32'sinin nötr olduğu anılarda olumlu anı baskınlığı bulmuştur. Berntsen ve Rubin (2002), olumlu (%55), olumsuz (%21) ve karışık (%24) olarak buldukları istemsiz anılarını değerlendirmek için, Danimarka nüfusunda araştırdıklarında benzer sonuçları

bulmuşlardır. Berntsen'in (2001) TSSB profili taşıyan üniversite öğrencileriyle olan çalışmasında, istemsiz otobiyografik anıların sadece %5'i kaydedilen travmalara karşılık gelmektedir. Brewin ve ark., (1996) katılımcılardan "geçen son iki haftada davetsizce gelen beş anıyı" kaydetmelerini istediklerinde, olumlu ve olumsuz istemsiz otobiyografik anıların eşit oranını elde etmişlerdir.

Bu çalışmada, istemli ve istemsiz otobiyografik anı ayrımında, çocukluk travmatik deneyimlerinin istemli olarak getirildiği bir yöntem uygulanmıştır. Bununla birlikte, incelenen anıların olumsuz çocukluk yaşantıları olması sebebiyle, böylesi yaşantıların akla kendiliğinden gelmesi ve araya girici özellikleri ile irdelenmesi hedeflenmiştir.

Bununla birlikte, bu bilgiler ışığında, araştırma modelinde travmatik deneyimler ile araya girici anılar arasındaki ilişkiyi incelerken, istemsiz anılar ile araya girici anılar arasında olası bir ayrımın altı çizilmelidir. Araya girici anılara, bölümün son kısmında daha kapsamlı yer verilecektir.

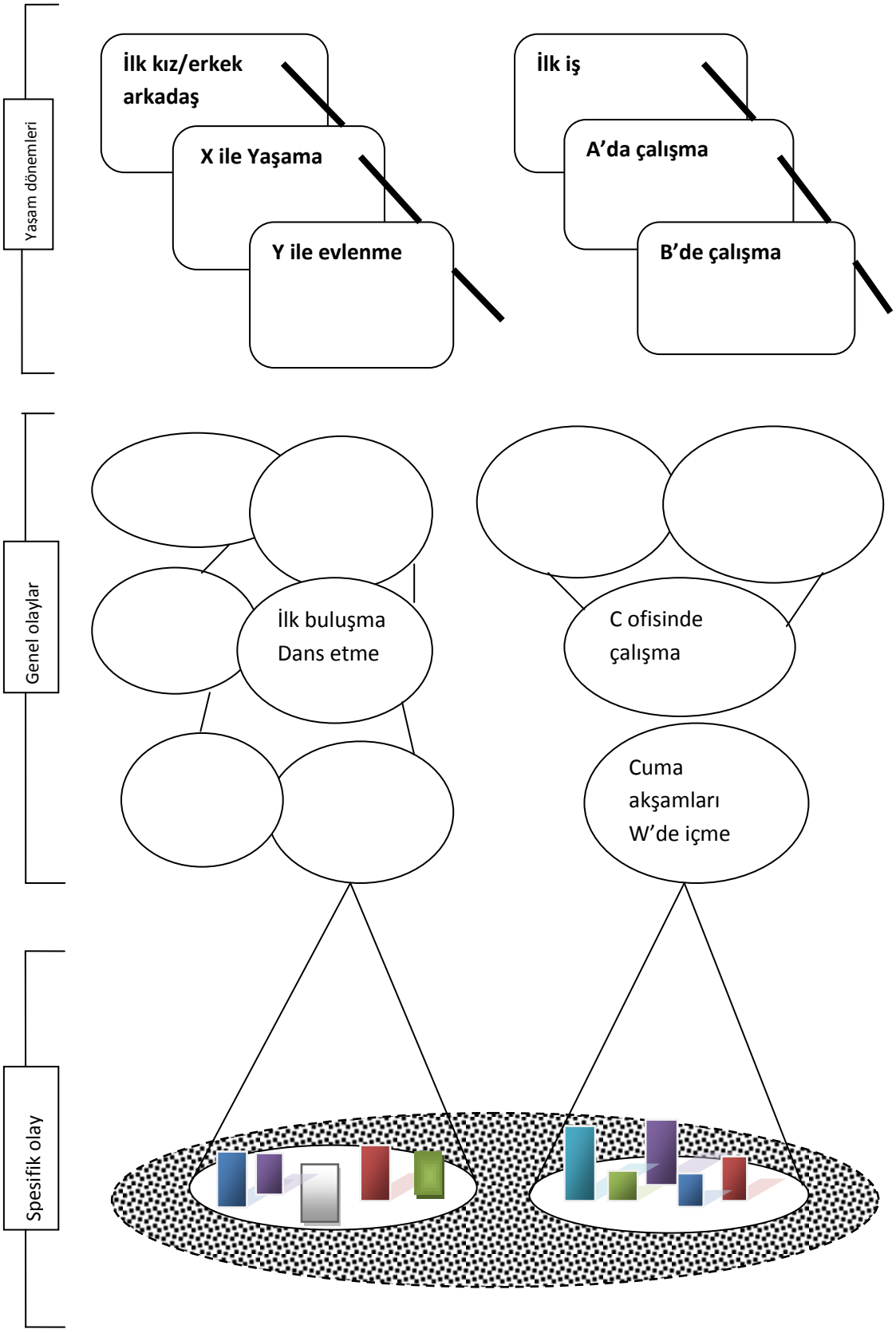
1.2. Otobiyografik Bellek: Doğasına Dönük Yaklaşımlar

1.2.1. Benlik Bellek Sistemi

Otobiyografik bellek sistemi, kişisel deneyimlerden oluşan özel bir bellek yapısı olması itibariyle, genel gerçekler ve genel kavramlardan ayrılması bağlamında tartışılmıştır (Tulving, 1972, 1983). Otobiyografik belleğin benlikle ilişkili olması dikkate değer bir konudur. Çünkü belleğe işlenen, kaydedilen ve onda saklanan bilgi her ne olursa olsun, artık o bir anı olmuştur ve farkında olarak ya da olmaksızın bu bireyin kıldığı bir süreçtir. Öyle ki, bireyin yaşamında oluşturduğu bir benlik (self) sürecinde, belleğe aktarılan, kaydedilen ve saklanan her şey o bireyle ilişkili

olmalıdır. Örneğin, bir sohbet sırasında ya da film izlerken, bir olayı duymak, görmek ya da ona şahit olmak söz konusu olsa bile, bu olay bireyin yalnızca duyduğu, gördüğü ve tanık olduğu kısmıyla kaydedilebilir. Bu anlamda, otobiyografik bellekten geri getirilen herhangi bir anı benliğe ilişkin bir referans olarak kullanılabilecek bir anıdır. Böylece, kişisel otobiyografik anılar, diğer anılardan farklı olarak, benlik ile çoğunlukla bütünleşen anılardır. Böyle bir bellek, kişisel kimlik yapısı ve gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda, Adler'e (1931) göre, otobiyografik anılar kişiliği anlamanın anahtarıdır. Conway, Singer ve Tagini (2004)'nin önerdikleri 'benliği tanımlayan bellek' tanımı otobiyografik bellek örüntüsünden çok farklı olmamakla birlikte, benliği tanımlayan anının temel özelliklerini şu şekilde belirtmişlerdir; 1) yoğun duygu bileşenlerinin olması, 2) canlı olmaları (yeniden yaşanması) 3) kişi için önemli olmaları ve 4) benlik tanımları içermeleridir. Yazarlara göre, benliği tanımlayan bellek, benlik için yönlendirici ve duygu düzenleyici rolünü üstlenir (Markowitsch, Vandekerekhave, Lanfermann ve Russ, 2003; Welzer ve Markowitsch, 2005). Bu doğrultuda, otobiyografik anılar her zaman geçmişle ilgilidir ama aynı zamanda geleceği genellikle biçimlendirir. Hayata ilişkin kişisel öyküler doğarken belleğin gücünü deneyimlerin kimliğe nasıl dönüştüğünü bularak anlamak mümkündür.

Geçmişin kalıntılarından doğan ve özellikle zamana direnen kişisel anılar bir fotoğraf yığını gibi düşünülebilir. Buna rağmen, otobiyografik hatırlamalarının temelinde, özgül olaylardan genel olaylara kadar giden hiyerarşik bir organizasyon vardır (Conway ve Pleydell-Pearce, 2000). Bu hiyerarşik yapı özgülden genele doğru giden, olaya özgü bilgiler, genel olaylar ve döneme özgü bilgiler şeklinde sıralanır (bkz. Şekil 1.).



Şekil 1. Pleydell-Pearce ve Conway Tarafından Önerilen Otobiyografik Anıların Yapısı (2000)

Yaşam dönemleri; olay dizileri, yaygın yerler ve döneme özgü karakteristiklerin genel bilgisi olarak tanımlanabilir. Benliğe ilişkin anı temsilleri arasında "ben beş yaşındayken" döneme özgü bilgiye örnek olarak verilebilir. Ya da üniversiteye gitmek, belirli bir yerde çalışmak gibi yılları alan yaşam kesitleri olarak ele alınabilir. Bununla birlikte, genel olaylar yaşam dönemlerinden daha spesifik ve eş dağılımlıdır. Üniversitenin ilk yılı maçlara gitmek, belli bir yerde tatile gitmek gibi daha kısa zamanlı, aylar ya da haftalara yayılan olay zincirleridir.

Olaya özgü bilgiler canlı ve ayırıcı ayrıntılar içeren anılar sağlamaktadır. Okula başlanan ilk gün, onuncu yaş günü gibi daha kısa zamana yayılan ve dakikalar, saatler ile ölçülebilen olay zinciridir. İnsanların anlattıkları hayat hikayelerinde bu üç bilgi türü de iç içe geçmiş bulunmaktadır (Schacter, 2010). Buna ilişkin yapılan çalışmalar, bu üç tür bilginin farklı işlevleri olduğuna işaret etmektedir. Örneğin, genel olaylar otobiyografik anılara ulaşmada giriş noktası olarak değerlendirilir. İnsanlar geçmiş deneyimlerini aktarırken önceliği genel olaylara vermektedir (Schacter, 2010). Genel olayların tekrarlanan özgül olayların birikiminden oluşmaları sebebiyle, özgül olaylara ilişkin detayların kaybedilmesiyle genel olaylar düzeyine dönüşmede bir eğilim gözlenmektedir. Böylece genel olaylar geçmişi muhafaza ederken, onlara ulaşma kolaylığı da tekrar edilmesiyle birlikte sağlanmaktadır. Hayat dönemleri ise, çok daha genel olması nedeniyle otobiyografik geçmiş hakkında çok bilgi vermezler. Ancak, genel olay ve özgül olaylara ulaşmada yardımcı olur. Öyle ki, otobiyografik anılarının iskeletini oluşturur (Schacter, 2010). Böylece Conway ve Rubin'e göre böylesi deneyimler, her zaman bu üç bilgi türünden gelen parçaların birleşmesi ile oluşmaktadır. Hayat hikayesi denen öykünün de parçalarının bir araya geldiği bir puzzle gibi bir bütünü temsil ettiği söylenebilir.

Otobiyografik bilginin farklı bileşenlerinden biri koptuğunda, esasen bir anı yığının altında yatan bir organizasyonun olduğu göze çarpmaktadır (Schacter, 2010). Böylece otobiyografik bir anı yaşam dönemleri, genel olaylar ve özgül olaylar birleşiminden doğan bir hikayedir. Hayat hikayesi de tüm bu bilgilerin birleşiminden doğmaktadır.

Yazarlar, geçmiş hakkındaki kişisel bilgi yığınının bir araya gelmesiyle hayat hikayelerinin ve kişisel mitlerin oluştuğunu öne sürmüşlerdir (örn., Adler, 1931; Brewer, 1986; Conway, Pleydell-Pearce, 2000; Rasmussen ve Berntsen, 2010). Bunlar kimliğin özünü oluşturan anılar yığını olarak değerlendirilebilir.

Conway ve Pleydell-Pearce'a (2000) göre, deneyimler belleğe iki şekilde kaydedilmektedir. Bunlar deneyimlerin sözel olmayan kısımları ve sözel kayıtlarıdır. Sözel olmayan kayıtlar yaşantılara ait ses, görüntü, koku, tat, doku, his, duygular gibi duyusal-duygusal bilgileri içeren kısmıdır. Otobiyografik belleğin sözel kısmı ise daha önce belirtildiği gibi, özgül olaylardan genel olaylara doğru gelişen bir hiyerarşik sistemi kapsamaktadır. Yaşam dönemleri giderek daha soyut temsiller haline dönüşür ve bu temsiller Conway ve arkadaşlarına göre yaşam öyküsü şeması oluşturur. Bu yapı kişinin kendini tanımladığı, temsil ettiği yaşantılarının özeti olan bir öyküdür.

Bu sistem, bireyin düşüncelerinin kaynağı aynı zamanda geri dönüp bakabileceği bir kaynak deposudur (Sarp ve Tosun, 2011). Otobiyografik bilgi tabanındaki yaşantılarına dayalı kişinin kendisi hakkında oluşturduğu soyut, bilişsel kavramlar, kavramsal benlik olarak adlandırılmıştır.

Conway ve Pleydell-Pearce (2000)'ye göre Benlik Bellek Sistemi'nde otobiyografik bellek anıları biriktirmek, benlik bilgisini biriktirmek ve amaç yönelimi gibi üç süreci kapsamaktadır. Bluck, Alea, Habermas ve Rubin (2005)'e göre, bu üç işlev benlik gelişimi, sosyal işlev, yol gösterme sürecidir. Benlik gelişimi zaman içinde gelişen anıların benlikle uyumuyla ilgili süreci kapsarken, sosyal işlev sosyal ağ içinde ilişkileri düzenleme ve problem çözme sürecini, yol gösterme işlevi ise, ilerideki davranış için geçmişi referans alma ile ilgili süreci kapsar. McAdams'a (1993) göre, kimlik yapılanmasında otobiyografik anıların inşası önemlidir:

"Hikayeler, sadece bir sekreterin, toplantı tutanakları gibi, tam olarak ne zaman, nerede olduğunu bildirmek için tutulan 'kayıtlar' değildir. Hikayeler gerçeklerden ziyade anlamlarla ilgilidir. Geçmişin süslü ve öznel anlatımıyla geçmiş inşa edilir-tarih yapılır." (akt., Schacter, 2010, s. 144).

McAdams'ın vurguladığı gibi, otobiyografik anılar bir inşa sürecinin ürünü ise, bu bağlamda duygular önem kazanmaktadır. Aynı zamanda LeDoux duygusal bir yaşantıya ait olan bir anının güçlü ve canlı olsa da, her zaman doğru olmadığını, anıların hatırlama sırasında yeniden inşa edildiğini aktarmıştır. Bu nedenle, yaşadığımız duyguların anılarımız üzerindeki etkisi incelemeye değerdir. Çünkü bazı araştırmacılara göre, otobiyografik bellek duygular ile yoğun biçimde iç içedir. Otobiyografik belleğin benlik kimliği ile tutarlı olması, bu belleğin duygularla yoğun ilişkisi kapsamında ele alınmaktadır (Welzer ve Markowitsch, 2005). Burada otobiyografik belleğin doğasını açıklamaya dönük duygu düzenleme kuramının ele alınması uygun bulunmuştur.

1.2.2. Duygu Düzenleme Kuramı

Duygulara ilişkin görüşlerin bir kısmı duygunun ilkel, yıkıcı dürtü ve düşüncelerin bir formu olduğu yönünde toplanırken, diğer bir kısmı ise onun işlevsel doğasından söz etmektedir. Duygu araştırmacıları, bu ikilemi tanımlayabilmek için, insanların duygularını nasıl düzenlediklerini ve bu düzenleme girişimlerinin nasıl sonuçlandığını sorgulamışlardır (Gross, 1998; akt., Richards ve Gross, 1999). Duygu düzenleme kavramına dönük getirilen açıklamalar da, tıpkı duygu kavramına dönük açıklamalarda olduğu gibi, çeşitlilik göstermekle birlikte, en temel açıklamanın, duygu deneyimi ve ifadelerinin kontrolüne ve duygusal uyarımın azaltılmasına vurgu yaptığı söylenebilir (örn., Cortez ve Bugental, 1994; Garner ve Spears, 2000). Öte yandan, duygu düzenlemesini ele alan diğer bazı çalışmalar, duyguların işlevsel doğasının altını çizen açıklamara dayanmakta ve duygu düzenlemenin duygu kontrolü ile aynı olmadığını öne sürmektedir (Thompson, 1994). Bu yaklaşımla tutarlı olarak, uyuma yönelik duygu düzenlemenin duyguları değişimlemek, kırpmak yerine onları izleme ve değerlendirmeyle ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Thompson ve Calkins, 1996). Araştırmacılara göre (Gratz ve Roemer, 2004; Thompson ve Calkins, 1996) duygu düzenleme şu adımları içermektedir:

a. Duyguların farkındalığı ve anlaşılması

b. Duyguların kabulü

c. Dürtüsel davranışları kontrol etme becerisi ve olumsuz duygular deneyimlenirken hedeflenen amaçlara uygun davranma

d. Durumla uyumlu duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı

Bu adımların gerçekleştirildiği duygu düzenleme süreçlerinin bilinçli, kontrollü olacağı düşünülse de bu süreçlerin hızlı, otomatik bir biçimde de oluştuğu söylenebilir. Böylece, bu düzenleme sürecinin hem otomatik hem de kontrol edilebilir olduğu kabul edilmektedir (Gross, 1998). Duygunun etkisini azaltmaya dönük işlevi dikkate alındığında, duygu düzenleme süreçlerinin, sadece olumsuz duyguları yöneteceği akla gelse de, araştırmacılar olumlu duyguları da düzenlediğini bildirmektedirler.

Duyguların nasıl düzenlendiğine ilişkin getirilen açıklamalardan biri olan Gross'un (2001) modeli büyük ölçüde kabul görmektedir. Modele göre, duygu düzenleme, duygusal bileşenleri arttırma, sürdürme ya da azaltma için kullandığımız tüm bilinçli ve bilinçdışı stratejileri içerir (Gross, 2001). Benzer biçimde, Calkins'e (2010) göre ise duygu düzenleme, duygusal deneyimleri ve ifadeleri azaltmak, arttırmak veya bastırmak amacıyla yapılmış her türlü amaçlı, amaçsız, bilinçli, bilinçsiz davranışlar, beceriler ve stratejileri içerir.

Söz konusu kavramsallaştırmalardan hareketle duygu düzenlemeye ilişkin yapılan bu açıklamalardaki çeşitlilik, duygu düzenlemenin karmaşık ve çok yönlü doğasını ortaya koymaktadır. Duygu düzenleme stratejilerinin, duygusal yükü olan olaylara geliştirdiğimiz tepkileri ve duyguyu ifade etme süreçlerimizi etkilediğini söylemek mümkündür. Ancak duygu düzenleme stratejilerinin etkilerinin duygusal alanla sınırlı değil, bilişsel işlevler üzerinde de geçerli olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur (örn., Richards ve Gross, 2000). Duygu düzenleme stratejilerinin davranışsal, psikolojik ve duygusal alan üzerindeki etkilerine dönük araştırma bulgularına ek olarak, bilişsel işlevler üzerine etkileri bilinmektedir.

Duygu düzenlemenin bilişsel işleyişleri üzerindeki etkisine dönük yapılan çalışmalardan biri (Richards ve Gross, 2000) bir duygu düzenleme stratejisi olan duygunun bastırılmasının belleği zayıflattığına ilişkin bulgulara işaret etmiştir. İlgili alan yazında bilinen o ki, eksik yaşantılanan her duygu, güçlü olumsuz duyguların değiştirilmesi ve azaltılmasındaki güçlük gibi uyumsuz olabilmektedir (Cole, Michel ve Teti, 1994; akt.,Gratz ve Roemer, 2004). Duygu ve bellek ikilisinin iç içe geçtiği ve dinamik bir ilişki içinde yer aldığı alan yazında sıklıkla dikkati çekmektedir. Duygular seçici dikkat süreçleri, bellek çarpıklıkları (memory distortion), inkâr ya da yansıtma gibi bilinçdışı bilişsel süreçlerle yönetildiği gibi, bellek işlevleri de duygu ve duygu düzenleme süreçlerinden etkilenmektedir.

Duygu düzenleme, otobiyografik belleğin, benlik, sosyal ve yol gösterici gibi birincil işlevlerinin önemli bir parçası gibi görünmektedir (Bluck, 2003; Cohen, 1998; Rasmussen ve Berntsen, 2010). Bu model kapsamında, otobiyografik bellek bireyin istemediği duygularını azaltmasında kullandığı bir araç rolü üstlenmektedir (Koole, 2009). Bununla ilgili bir çalışmada, duygu düzenleme stratejilerinden olan duygusal dışavurum bastırmanın anıyı daha genel hatırlamayla ilişkili olduğu bulgusuna erişilmiştir (Richards ve Gross, 2000). Duygu düzenleme, anıların yeniden yapılandırılması, yanlı hatırlanması ya da hiç hatırlanmamasıyla kendini var edebilmektedir (Barry, Naus ve Rehm, 2006).

Duygular, dikkat ve belleği farklı şekilde etkileyebilmektedir. Williams ve arkadaşları depresif hastalar üzerinde yaptıkları çalışmalarda ‘aşırı genel’ otobiyografik anıdan söz etmiştir (Willams, 1992). Bu çalışmalarda, depresif hastalar geçmiş deneyimlerini genel hatlarıyla hatırlamakla birlikte, depresif olmayan kişiler

kadar çok ayrıntıyı hatırlayamamışlardır. Aşırı genel kodlama, duygu durumuna bağlı kodlama ve dolayısıyla geri getirme ile açıklanabilir. Depresif ya da depresyonlu bireylerin duygu durumları, dikkatlerini günlük yaşamda olumsuz durum, olaylara veya olumsuz yönlerine odaklanmayı içeren bir sürece işaret etmektedir. Günlük olayları tüm deneyimlerini kapsayacak biçimde genelleyerek, olumsuz bir filtreden geçirerek kodlama eğilimindedirler. Bu etki, depresif olmayan hastalarda da gözlenmektedir. Öyle ki, olumsuz duygu durumunda olma olumsuz düşüncelere kapılma ve olumsuz deneyimleri hatırlama eğilimi doğurmaktadır. Bu durum, birçok araştırmacının ilgi duyduğu, "duygu durumla tutarlı bellek" kavramını gündeme getirmektedir. Bu, kişi belli bir duygu durum içerisindeyken, bu duygu durumuna nitelik ve içerik açısından benzer olayları hatırlama eğilimi anlamına gelmektedir. Bower (1992)'ın yaptığı deneylerle, üzüntülü duygu durumunun başarısızlık ve reddedilme gibi olumsuz yaşantıları, mutlu duygu durumunun ise, başarı ve kabul görme yaşantılarını anımsamayı kolaylaştırdığı gözlenmiştir. Depresif hastalar, depresif olmayanlarla karşılaştırıldığında, olumsuz deneyimlerini olumlu deneyimlerden daha çok hatırlamaktadırlar. Bu da depresyonun kısır bir döngü biçiminde devamına yol açabilir. Duygu durumla tutarlı belleğin başka yansımaları da söz konusudur. Duygu durumuna bağlı olarak hatırlanan anılar, depresif kişilerde daha olumsuz anıları getireceğinden, bu kişilerin çocukluk yaşantılarını daha yanlı hatırlama eğiliminde olacakları düşünülmektedir. Buna ilişkin bir çalışmada, Lewinsohn ve Rosenbaum (1987) depresif ve depresif olmayan bir grup yetişkin katılımcıdan ebeveyn özelliklerini çocukluk anıları bağlamında değerlendirmelerini istemiştir. Çocukluk deneyimlerini değerlendirdikleri ankette, depresif bireyler, depresif olmayanlara göre,

ebeveynlerini daha ilgisiz ve sevgisiz olarak hatırlamışlardır. Depresif katılımcıların ebeveynlerini doğru biçimde hatırlamaları mümkün olmasına karşın, çalışmada, depresif katılımcılar geçmişte depresif olan ama anketi doldurdukları esnada depresif olmayan katılımcılardan ebeveynlerini daha sevgisiz ve ilgisiz hatırlamışlardır. Bu durum, çalışma sırasındaki duygu durumun ebeveynleri hatırlamada etkin olduğuna işaret etmektedir. Duygu durum bozukluklarında otobiyografik belleğin rolünü inceleyen çalışmaların gözden geçirildiği bir çalışmada, o anki duygu durumun olayı hatırlamada yanlılık yarattığı, ve bu yanlılığın bozukluğu sürdürücü bir etki yarattığına işaret edilmektedir (Williams ve ark., 2007). Bu bulguların ötesinde Williams ve Broadbent (1986) yaptıkları çalışmada, intihar eğilimli hastaların özgül (spesifik) anı bulmada güçlük yaşadıklarını bulmuşlardır. Aşırı genel anı (overgenerality) olarak adlandırılan bu fenomen, çeşitli araştırmaların ilgi odağı olmuş (örn., Gibbs ve Rude, 2004) söz konusu çalışmaya da konu olmuştur.

1.2.2.1. Aşırı Genel Anı (Overgenerality)

Aşırı genel anı, temel olarak, spesifik anılar sorulduğunda bile, kişinin daha genel ve yaygın anılar getirmesi olarak tanımlanabilir (Williams ve Broadbent, 1986). 'Aşırı genel otobiyografik anı' kavramından ilk söz edenler arasında Williams ve arkadaşları sayılmaktadır. İntihar eğilimli depresif hastaların geçmiş deneyimlerini genel hatlarıyla hatırladıkları, ancak depresif olmayanlar kadar ayrıntıyı hatırlamadıklarını gözlemişlerdir. Bununla birlikte daha önce Williams ve Broadbent'in (1986) yaptığı çalışma, duygu durum tutarlı bellek üzerine oluşturulmuş ve depresif bireylerle yürütülmüş, ilginç biçimde, aşırı genellenmiş otobiyografik bellek kavramı ortaya çıkmış, sonraki çalışmaların sorularını

değiştirmiştir. O zamandan bu yana, bununla ilgili çalışmalar benzer konuları araştırmada birbirinden farklı noktalara temas eden ama aynı zamanda birbirini besleyen içe içe geçmiş kavramları gündeme getirmiştir. Bunlar arasında, 'aşırı genellenmiş otobiyografik bellek' (overgeneralized autobiographical memory), 'aşırı genel anı' (overgeneral memory), 'aşırı genellemenin' (overgenerality) karşıtı olarak 'özgüllük' (specificity) (bkz., Hermans ve ark., 2008; Spinhoven, Bamelis, Molendijk, Haringsma ve Arntz, 2009; Peteers, Wessel, Merckelbach ve Boon-Vermeeren, 2002), 'özgül anı' (specific memory), genel hatırlama tarzı (generic memory style), kategorik anılar (categoric/general) kavramları yer almaktadır. Alan yazına bakıldığında, buna ilişkin kullanılan kavramların, çoğu zaman iç içe geçtiği ve bazılarının birbirinin yerine kullanıldığı görülmektedir. Bu kavram çokluğuna ışık tutacağına inanarak, kavramın ilk doğduğu araştırmalara yönelmek uygun olacaktır. Aşırı genel anılar kategoriktir ve özel bir yer ve zamanda gerçekleşen bir olayın (örn., 'geçen hafta köpeğimle yürürken eski bir arkadaşımla karşılaştım') yerleştiği epizodik bellek yerine spesifik olmayan tekrarlı olayları (örn., 'Köpeğimle yürüyüş yapardım') tanımlar (Williams ve Broadbent, 1986). Nelson (1988) ise, anı işleme ve getirmedeki jenerik modu (generic mode of memory enconding and retrieval) 'genel olaylar' düzeyinin bir temsili olarak değerlendirmiştir.

Yapılan araştırmaların 'aşırı genelleme' ve 'özgüllük'ü ölçmede kullandıkları yöntemleri ele almanın da konuya ışık tutacağı düşünülmektedir. Bununla ilgili yapılan araştırmaların temelini oluşturan ölçme aracı olarak Williams ve Broadbent (1986) tarafından geliştirilen otobiyografik bellek paradigmasından uyarlanan Otobiyografik Bellek Testi akla gelmektedir. Bu ölçek, daha sonra bazı araştırmacılar tarafından uyarlanarak pek çok çalışmanın neşteri olmuştur. Kullanılan

ilk versiyonda, katılımcıların spesifik anı getirmelerini araştırmak için 36 ipucu kelime sunulmuş ve katılımcılardan alınan anılara göre anının spesifik, uzamış ve kategorik (jenerik) olup olmadığı değerlendirilmiştir. Katılımcılara sunulan bu 36 ipucu kelime, eşit sayıda olumlu, olumsuz ve "nötr" kelimelerden oluşmaktadır. Katılımcılara özellikle özel bir yer ve zamanda gerçekleşen anı bildirmesi yönergesi verilmiştir. Orijinal çalışmada, süre sınırı verilmiş iken, bazı çalışmalarda böyle bir sınır tutulmamıştır. Yapılan tüm çalışmalarda, katılımcının getirdiği anı, a) özel bir gün ve yerde gerçekleşen bir olayı içeriyorsa spesifik (özgül), b) bir günden fazla zamana yayılan bir olayı içeriyorsa uzamış (extended), c) tekrarlı olayları içeriyorsa kategorik (jenerik) olarak değerlendirilmiştir.

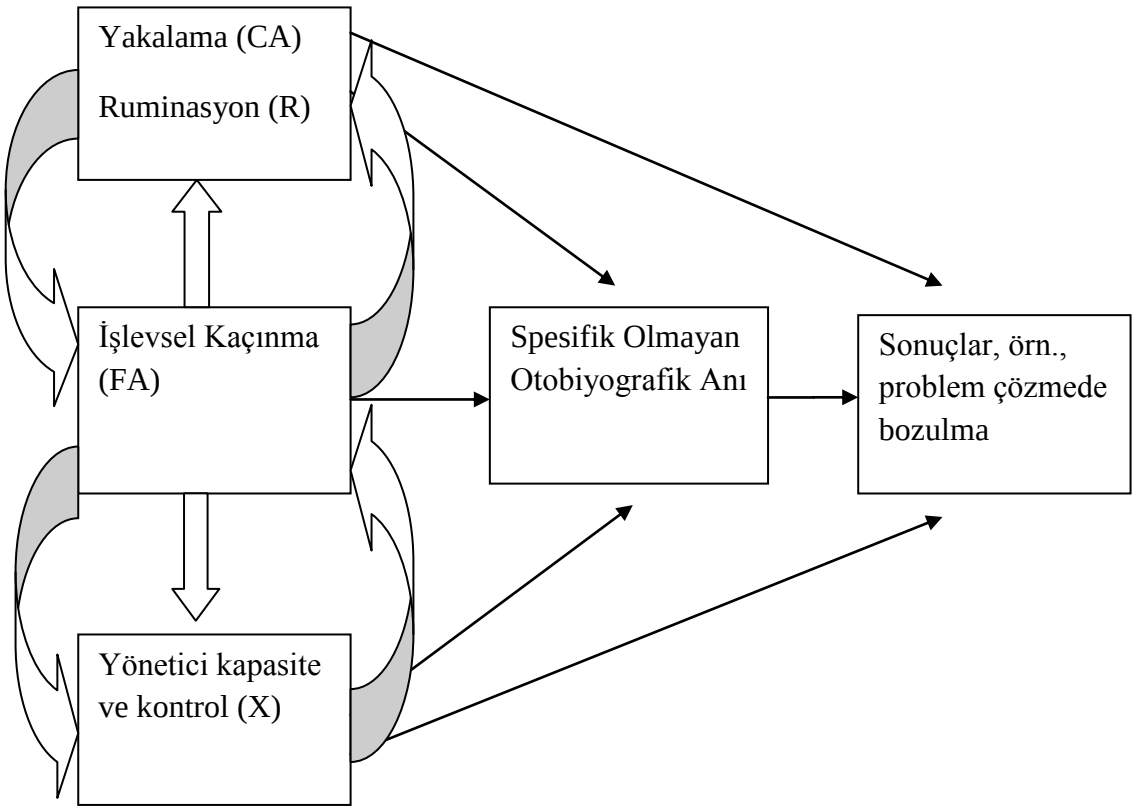
Nihayetinde aşırı genellemeyi (ya da farklı ifadelerle azalmış özgüllük/reduced specificity) çeşitili değişkenlerle ele alan çoğu çalışma (bkz., McNally, Lasko, Macklin ve Pitman, 1995; Henderson, Hargreaves, Gregory ve Williams, 2002; Burnside ve ark., 2004; Spinhoven ve ark., 2009; Maurex ve ark., 2010) Williams ve Broadbent'in otobiyografik bellek paradigmasından modifiye edilen Otobiyografik Bellek Testi (AMT)'nin çeşitli versiyonlarını kullanmıştır. Bu noktada, 'aşırı genel anı', 'jenerik anı', 'kategorik anı', 'özgül olmayan anı' kavramları aynı anlam ve sürece işaret eder görünmektedir. Yalnızca aşırı genelleme (overgenerality) diğer kavramların bir üst başlığı gibi görünmektedir. Nitekim, bazı araştırma bulguları, aşırı genellemeden söz ederken, anının detaydan yoksun ya da detaylı olup olmadığını vurgular. Genel olarak bakıldığında da, aşırı genel, jenerik bir anının tekrarlı olayları içermesi sebebiyle, daha önce de değinildiği gibi, detaylarından yoksun olması beklenilir görünmekte ve bu aşırı genellemenin bir çıktısı halini almaktadır.

Bu bağlamda, mevcut çalışmada, 'aşırı genelleme' (overgenerality) olgusu anıların jenerik, uzamış ve özgül anılar olarak sınıflandırılmasına karşılık gelmektedir. Jenerik anılar tekrarlı olayları; uzamış anılar, bir günden fazla zamana yayılan olayları; özgül anılar ise belirli bir yer ve zamanda bir günü aşmadan gerçekleşen olayları içermektedir.

Otobiyografik bellek üzerinde aşırı genelleme etkisinin değerlendirmeye dönük son girişimlerden biri bilişsel kaynakların denetimi, düzenlenmesi ile ilgili açıklamaları içermektedir (Brewin, Reynolds ve Tata, 1999). Bu kuram, travma deneyiminin bilişsel kaynaklarını yürütmeyi zorlaması ile birlikte aşırı genel anıya yol açtığını vurgular. Hem travma ilişkili araya girici anılar hem böyle deneyimleri kontrol girişimleri çalışma belleği kapasitesini zorlar ve mevcut görevlerini tamamlamada daha az bilişsel kaynak vardır. Bununla birlikte daha yaygın bir açıklama işlevsel kaçınma denencesinden gelir. Buna göre genel bilgi düzeyi getirme spesifik anı getirmeden daha az olumsuz duygudurum oluşturur (Conway ve Pleydell-Pearce, 2000). Daha genel bilgi düzeyinde geçmişteki travmatik olayların duygusunu azaltmada işlevel olabilir. İşlevsel kaçınma denencesi duygu düzenleme ile tutarlı görünmektedir (Williams, 1996).

Duygu düzenleme kuramına göre, aşırı genel hatırlama eğilimi, stresli yaşam olaylarından sonra duyguyu düzenlemek için geliştirilen bir kaçınma yaklaşımı olabilir. Böylece, olumsuz, travmatik yaşantılardan sonra bireyler o olumsuz duyguyu en aza indirecek biçimde geri getirme genel tanımdayken kesilir. Zamanla bu durum anıların ayrıntılarını hatırlamayı engeller ve genel bir baş etme stratejisi olabilir (Hermans ve ark., 2008). Öyle ki bu mekanizma başlangıçta bir kaçış olarak değerlendirilirken, uzun vadede genel bir baş etme yöntemi haline gelmektedir. Bu

nedenle buna işlevsel kaçınma denmektedir (Conway ve Pleydell-Pearce, 2000) Aşırı genel anı (overgenerality) kavramıyla ilişkili olarak değerlendirilebilecek bir model Williams (2006)'ın önerdiği modeldir. Car-Fa-X modeli olarak adlandırılan bu model üç mekanizmaya dayanmaktadır (bkz. Şekil 3.): a) Yakalama (CA) ve ruminasyon (R) (capture and rumination), b) işlevsel kaçınma (FA) (Functional avoidance) ve c) bozulmuş yönetici kontrol (X) (impaired executive control).



Şekil 2. Williams, J. (2006)'nin Ca-R-FA-X Modeli

Bu bakış açısına göre, jenerik (aşırı genel) bellek, kişisel kaygılar tarafından tetiklenen tekrarlayıcı negatif düşüncelerin olduğu bölünmüş hiyerarşik belleği temsil edebilir. Benlik şemasıyla eşleşecek bilgiye ihtiyaç duyulduğunda yakalama (capture) hataları oluşur. Anı arama (memory search) ele geçirilir (capture) ve kişi kendi kişisel endişeleriyle ilgili düşünmeye (ruminasyon) başlar. Bu

bozukluklar/hatalar erken travmalar aracılığıyla da birbirlerini desteklerler. Yakalama (capture) ve ruminasyona ek olarak, işlevsel kaçınma genelleme (overgenerality) ile ilişkilidir. Bu denenceye göre, genel bilgi düzeyinde kalma, potansiyel duygusal materyalin etkisini azaltır. Söz konusu denenceyi destekleyen bir araştırma Hermans, Defrank, Raes, Williams ve Eelen (2005) tarafından yapılmıştır. Hermans ve ark.,'nın yaptığı çalışmada daha az spesifik anı bildiren katılımcıların kaçınma değerlendirme ölçeklerinden (range of avoidance questionnaire) daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Bu bilgiler ışığında, C küme kişilik bozukluğu (bağımlı kişilik bozukluğu, kaçıngan kişilik bozukluğu ve obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu) tanılı bireylerin olumsuz düşünce ve deneyimlerden kaçınma eğilimleri, spesifik anı getirmedeki başarısızlığa katkıda bulunabilir (Spinhoven ve ark., 2009).

Alan yazın incelendiğinde, araştırmacılar aşırı genel anıyı, duygu durum bozuklukları, TSSB, kişilik bozuklukları (özellikle borderline kişilik bozukluğu) kapsamında ele almışlardır (örn., Wilhelm, McNally, Baer ve Florin, 1997).

1.3. Psikopatolojide Otobiyografik Bellek

Williams ve Broadbent (1986)'ten bu yana psikolojik bozukluğu olan klinik örneklem ile kontrol grubu arasında otobiyografik bellek özellikleri karşılaştırılmış ve sıklıkla klinik örneklemin daha genel anı getirdiği bulunmuştur. Psikolojik belirtisi olan bireyler belirli bir gün ve yerde gerçekleşen anılar yerine, daha genel anı hatırlama eğilimindedir. Bu etki özellikle, major depresyon (Wilhelm ve ark., 1997), TSSB (McNally, Lasko, Macklin ve Pitman, 1995) ve borderline kişilik bozukluğu (Jones ve ark., 1999) olan hastalarda görülmektedir. Bununla birlikte, bu bulguların önemi yeterince açık değildir.

Williams (1996) tarafından ele alınan bu sorunda, Williams çocukluk yaşantıları ile psikopatoloji arasındaki ilişkiyi açıklamak üzere otobiyografik belleğin çocukluk deneyimleriyle ilişkili olduğunu öne sürmüştür. Ona göre, bütün küçük çocuklar kişisel anılarını genel biçimde hatırlamakta, özgüllük yaşla birlikte artmaktadır. Ancak, özgüllüğe ilişkin bu doğal gelişimin olumsuz deneyimlerle kesintiye uğrayabileceğini ve bu çocukların travmatik olaylara ilişkin anılarını duygu düzenleyici olarak daha genel hatırlama eğiliminde olduklarını öne sürmüştür. Duygu düzenleyici kuram olarak da bilinen bu durum, insanların iyi hissetmek, iyi duygu durumunu sürdürmek ve kötü duygu durumuna sahiplerse de daha az kötü hissetmek istedikleri temeline dayanır. Otobiyografik bellek, insanların istemedikleri duyguları azaltmaya dönük bir sistemin içinde çalışmaktadır (Koole, 2009). Söz konusu genel anı tarzının ise, depresyona yatkınlığı artırabileceği düşünülmektedir (Burnside ve ark., 2004). Özel anılara ulaşmadaki güçlüğün, karşılaşılabilecek yeni problemlerde çözüm üretmeye yardımcı olabilecek problem çözme repertuarının zayıflığına yol açacağı varsayılmaktadır. Bu doğrultuda, alan yazında, genel (overgeneral) otobiyografik anı ile zayıf problem çözme becerisi arasındaki ilişkiye sık sık destek bulunmuştur (örn., Evans, Williams, O'Loughlin ve Howells, 1992; Goddard, Dritschel ve Burton, 1997**;** Sidley, Whitaker, Calams ve Wells, 1997).

Özellikle depresyon ve travmada gözlenen 'aşırı genel anı' olgusunda, acı veren anının ayrıntılarını hatırlamadan genel çerçevesiyle anıyı hatırlamak duygu düzenlemesi olarak görülmektedir.

1.3.1. Otobiyografik Bellek ve Depresyon

Depresyonu açıklayan kuramlar arasında psikanalitik kuram, öğrenilmiş çaresizlik modeli, kişilerarası kuram, biyolojik kuramlar ve tanı ile tedavisinde sıklıkla kullanılan (Savaşır ve Batur, 1996) Beck'in bilişsel modeli yer almaktadır. Depresyondaki duygudurum farklılıklarının temelini açıklamaya çalışan bu kuramların yanında depresif bilişsel süreçlere nasıl bir mekanizmanın eşlik ettiğini göstermede duygu ve bellek üzerine yapılan çalışmalar (Hermans, Van den Broeck, Belis, Roes, Pieters ve Eelen, 2004; Ridout, Astell, Reid, Colen ve O'Carroll, 2003) önemli görünmektedir.

Ridout ve ark., (2003)'nın depresyon tanılı ve tanısız grup üzerinde yaptıkları bir çalışmada depresyonlu grubun olumlu yüz ifadelerini daha yanlı, olumsuz yüz ifadelerini ise daha iyi tanımlamaya, hatırlamaya eğilimli oldukları gözlenmiştir. Depresyondaki kişilerin bilgileri seçici olarak aldıkları ve geri getirdiklerini göstermesi açısından ilgili çalışmanın sonuçları dikkate değerdir. Duygu durum tutarlı bellek kavramı ile açıklanan bu durum kişinin belli bir duygudurum içerisindeyken o duyguya içerik açısından benzeyen olayları daha iyi hatırlayacağı şeklindedir (Bower, 1992). Duygudurum tutarlı bellek yanlılığına destek sağlayan çalışmalar 1980'lere dayanmaktadır ve özellikle bu yıllarda çalışılan duygudurum bellek yanlılığı bir dizi olumlu, olumsuz ve nötr sıfatlarının verildiği ve depresif katılımcıların olumsuz sıfatlara daha kısa sürede ve daha çok sayıda anı getirdiği yönündeki bulgulara işaret etmektedir. İlgili kavram sonraki çalışmalarla sıklıkla aynı yönde tutarlı bilgiler sağlamış (örn., Knight, Maines, Robinson, 2002) ancak Williams ve Broadbent'in 1986 yılında yaptıkları çalışma, önceki çalışmalara göre duygudurum tutarlı belleğin farklı sonuçlarını sunmuştur. İlgili çalışma, duygudurum

bellek ilişkisini sadece depresif hastalarda gözlenen olumsuz anı yanlılığına değil, aynı zamanda depresif olmayan katılımcılarda olumlu duygudurumun olumlu anı yanlılığına işaret ettiğini göstermektedir. Bununla birlikte aynı çalışmanın önceki çalışmalardan farklı diğer bir sonucu, depresif katılımcıların özel anıları hatırlamak konusunda zorlandıklarına işaret etmektedir. Bu durumda bir kelime ipucu sunulduğunda depresif olan katılımcılar 'genel olay' veya 'yaşam dönemlerini' hatırlamaktadırlar. Aşırı genel anı olarak adlandırılan bu olgu daha sonra pek çok çalışma ile araştırılmış ve genellikle aynı öne işaret eden bulgular gözlenmiştir. Barnhofer, Jong-Meyer, Kleinpaß ve Nikesch (2002)'nın depresif bireylerle yaptığı bir çalışmada, bu kişilerin aşırı genel anı hatırlamaya daha yatkın oldukları görülmüştür. Major depresyonlu katılımcıların olduğu bir çalışmada, depresyon süresince, otobiyografik bellek bozulmaları (genel anılar) incelenmiş, gözlenen bozulmaların zamanla durağanlaştığı görülmüştür. Peteers ve ark. (2002)'a göre söz konusu bozulmaların durağanlaşması, depresyonun devamlılığına yatkınlaştırıcı bir etki gösterebilir. Benzer biçimde, Burnside ve ark. (2004)'ın yaptığı çalışmada, depresyonun bir epizodunda olan katılımcıların daha genel anı bildirdikleri bulunmuştur. Yaptıkları bir gözden geçirme çalışmasında ise, Knight ve ark. (2002) duygu yüklü bilginin aşırı genellenerek işlenmesi ile duygu bozuklukların özellikle çalışma belleğinde etkisinin gözlendiğini ileri sürmektedir. Bu durumda depresyonlu hastaların özel anılara ulaşmak için daha fazla çaba harcamaları gerekmektedir. Vresswijk ve Wilde'nin 2004'te 14 çalışmanın sonuçlarını topladıkları çalışmada ise bellek ve patoloji arasındaki ilişkiler patolojisi olan katılımcıların depresif durumlar eşlik ettiği durumlarda daha genel anı getirme eğiliminde oldukları bulunmuştur.

Anderson, Goddard ve Powell (2010) depresif epizod içinde yer alan aşırı genel anıların depresif belirtilerin düzeyiyle ilişkili olduğunu göstermiştir. Buna ilişkin sonuçlar diğer çalışmalarla da desteklenmiştir (örn., Gibbs ve Rude, 2004; Sumner, Griffith ve Mineka, 2010). Aşırı genel anı örüntüsünün major depresyonda gözlendiği (örn., Kuyken, Howell ve Dalgleish, 2006) bilinmekle birlikte, yüksek risk grubundakilerde de görülmektedir (örn., Kuyken ve Dalgleish, 2011). Rawal ve Rice'ın (2012) yaptığı boylamsal çalışmada, yüksek risk grubundaki ergenlerle bir yıl arayla yaptıkları görüşmelerde aşırı genel anının depresyonu yordayıcı gücü olduğu bulunmuştur.

İlgili araştırmaların büyük bir kısmının sonuçları aşırı genel anıların depresyonda gözlendiğini tekrar tekrar göstermiştir. Böylelikle bütün bulgular aşırı genel anının gelişiminde rol oynayabilecek faktörlere bir ilgi uyandırmıştır. Buradan hareketle, depresif belirtilerin bellek süreçlerinde yol açtığı olumsuz etkilerine (aşırı genel anı) getirilen iki açıklamadan ilki depresyonun çalışma belleğini zorladığı ve özel anılara ulaşmada ise bireyin daha fazla çaba harcaması gerektiği temeline dayanır. Diğer bir açıklama ise, bireylerin acı veren olayların duygusal etkilerinden kaçınarak, yaşamlarına ilişkin anılarında genel bilgi düzeyinde kalma eğilimi gösterdiği şeklindedir.

Benzer bir bakış açısıyla, Williams, Stiles ve Shapiro (1999) otobiyografik belleğin üzücü ya da travmatik anıları geçiştirmek (kaçınma) için kullanıldığını ancak bu mekanizmanın duygusal olarak zor materyalin özümsenmesini önlediğini öne sürmüşlerdir. Bu bilgiyle tutarlı olarak, duygu düzenleme denenceyi, aşırı genel anı tarzının stresli olaylardan sonra, duygu düzenlemek için kaçınma mekanizması olabileceğini öne sürmektedir. Buna göre, travma mağdurları olumsuz deneyimlerini

geri getirirken, henüz hatırlama genel tanımdayken hatırlama sonlanır. Ve bu genelleyici tarz zamanla anıların ayrıntılı hatırlanmasını engeller. Williams'ın (1996) da ifade ettiği gibi, bireylerin negatif duygularını minimize ve kontrol etmek için çocuklukta travmatik deneyimlerini daha genel kodlama ve geri getirme tarzları kullanmayı öğrendikleri ve bu bilişsel tarzın yetişkinliğe taşınabileceği ileri sürülmektedir. Nitekim Dalgleish ve ark., (2007) depresyonlu hastalardan oluşan bir örneklemde, genel anı bildiren katılımcıların, diğerlerinden farklı olarak, geçmişte travmatik bir öyküye sahip olduklarını bulmuştur.

Alan yazında ilgili bulgular ve duygu düzenleme kuramı, aşırı genellemenin özellikle olumsuz yaşantılara karşı geliştirilen bir örüntü olduğu varsayımını destekler niteliktedir. Buradan hareketle, bir sonraki bölüm, travmatik deneyimler ve aşırı genelleme üzerine bilgiler sunmaktadır.

1.4. Çocukluk Örselenme Yaşantıları Çatısında "Travmatik Deneyimler ve Otobiyografik Bellek"

Olumsuz çocukluk yaşantıları, genel olarak, çocuğun fiziksel, ruhsal, cinsel ya da toplumsal açıdan zarar görmesini tariflemektedir. Başka bir ifadeyle, çocukluk örselenme yaşantıları, çocuğa anne-baba ya da bakıcı tarafından yöneltilen ve çocuğun gelişimini engelleyen her türlü eylem ya da eylemsizlikleri kapsamaktadır (Taner ve Gökler, 2004). Çocukluk ya da ergenlik döneminde örselenme yaratacak olgular; cinsel istismar, fiziksel ihmal ve istismar, duygusal ihmal ve istismar olarak gruplanmaktadır (Walker, Bonner ve Kaufmann, 1988). Fiziksel istismar (kötüye kulanım) bakım verenlerin çocuğa fiziksel olarak ceza ve zarar vermesi olarak tanımlanmaktadır. Ya da en geniş anlamıyla, "çocuğun kaza dışı yaralanması" olarak

tanımlanabilir ve bir yaptırım aracıdır. Duygusal istismar, çocuğa bakım verenler tarafından çocuğa duygusal ya da ruhsal anlamda zarar verecek biçimde, bağırma, reddetme, aşırı sözel tehdit, yalnız bırakma, korkutma, duygusal ihtiyaçlarını karşılamama, kardeşler arası ayrım yapma, alay etme, lakap takma, aşırı baskı ve otorite kurma, bağımlı kılma, yaşının üzerinde sorumluluklar bekleme ve küçük düşürücü eleştirilerde bulunmadır. Duygusal ihmal ise, çocuğun sevgi, bakım, destek ve ilgi gibi gereksinimlerinin karşılanmaması olarak tanımlanır. Fiziksel ihmal ise, çocuğun eğitim, tıbbi bakım, beslenmeme gibi gereksinimlerinin yerine getirilmemesidir. Cinsel istismar, çocuğun kendinden en az beş yaş büyük birisi tarafından cinsel organının okşanması, uyarılması, cinsel organının gösterilmesi ve ya gösterilmeye zorlanması, vajinal ya da anal ilişkiye girilmesi olarak tanımlanır (Walker, Bonner ve Kaufmann, 1988). Olumsuz çocukluk deneyimlerinin uzun dönemdeki psikolojik etkileri pek çok çalışma sonuçları ile gösterilmiştir (Şar ve ark., 2012). Ancak uzun dönemli etkilerinde bu deneyimlerin otobiyografik bellek ile ilişkisinin önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir. Nitekim olumsuz çocukluk yaşantılarının otobiyografik bellek yapılanması ve örgütlenmesini şekillendirdiği bilinmektedir. Çocukluk travmatik deneyimlerin bellek süreçlerinde yarattığı bozulmaya getirilen bir açıklama Hartman ve Burgers (1993)'in cinsel istismarın bilgi işlemeye odaklı modeli olabilir. Onlar, limbik sistemin gelen bilgiyi kodlamada birincil sistem olduğunu ve bu kodlamanın anıyı alma ve geri çağırma süreciyle ilişkili olduğunu belirterek, limbik sistem gelen bilgiyle aşırı uyarıldığında (cinsel istismarda olduğu gibi) ilk uyarı tepkisi verir. O bilgiyi alma ve yönetmede bir başarı sağlanamazsa bunu disossiyasyon (bölünme) takip eder. Böylece yazarlara göre, bu

aşırı uyarılma ve disossiyasyon tepkileri bellek yapılanmasındaki kilit süreçlerde bozulmalara yol açacaktır.

Otobiyografik anıları hatırlama süreci erken çocukluk dönemi boyunca dil becerileri ve benlik gelişimi, sosyal etkileşim ve kültürün etkisi altında gelişmektedir (Nelson ve Fivush, 2004). Bu bağlamda, otobiyografik anılar için çocukluk hassas bir dönemi temsil etmekte ve bu hassas dönemde travmatik deneyimlere maruz kalmanın aşırı genel anı gelişiminde katkısı olduğu önerilmektedir. Williams (1996)'a göre aşırı genel anı başlangıçta çocukluk travmatik deneyimlere karşı geliştirilen bir bilişsel kaçınma formudur. Bir dizi çalışmanın sonuçları, bu öneriyle tutarlı olarak çocukluk travmalarının çeşitli türleri ile aşırı genel anı arasında var olan ilişkilere işaret etmektedir. Temelde, otobiyografik bellek ile çocukluk deneyimlerinin ilişkisine dönük yapılan çalışmalar Kuyken ve Brewin (1995)'e dayanmaktadır. Kuyken ve Brewin depresyonlu kadınlardan oluşan bir örneklemde, çocukluk çağı cinsel istismarı araştırmışlar, istismar deneyimleyen kadınların, böyle bir deneyimi olmayanlara göre daha genel anılar bildirdikleri sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmacıların cinsel istismar ile otobiyografik anı arasındaki ilişkiye dair elde ettiği bulgular daha sonra pek çok çalışma ile tekrarlanmıştır. Örneğin Henderson ve ark., (2002) otobiyografik bellek ile çocukluk cinsel istismar öyküsünü klinik olmayan grupta incelemiş ve bir ilişki bulmuşlardır. Williams ve ark., (2007)'nın yaptığı çalışmada da benzer sonuçlar görülmüştür. Daha yakın zamanda Aglan, Williams, Picles ve Hill (2010) depresyonlu ve depresyonsuz kadın katılımcılardan oluşan iki grupta aşırı genel anıda cinsel istismarın önemini sınamışlar ve depresyonlu olmayan grupta bile cinsel istismar öyküsünün aşırı genel anıyı yordadığını saptamışlardır. Araştırmacıların bulguları aynı zamanda cinsel istismar

öyküsü olmayan grupta major depresyon ve aşırı genel anı arasında ilişki olmadığına işaret etmiştir. Son yıllarda ise, olumsuz çocukluk yaşantıları ile otobiyografik anı arasındaki ilişkilerin yetişkinlerde değil ergenler ve çocuklarda çalışıldığı dikkati çekmektedir. Valentino, Toth ve Cicchetti (2009) istismara, ihmale uğramış ve uğramamış okul çağı çocuklarında ihmal ve istismarın otobiyografik anının içeriği ve formundaki farklılıklarına odaklanmışlar, bunun psikopatoloji ve benlik sistem işleyişindeki rolünü sınamışlardır. Sonuçlar istismara uğramış çocukların daha genel ve daha olumsuz benlik temsillerini içeren anılar getirdiğini göstermiştir. Yakın zamanda Crane ve ark., (2014)'nın yaptığı boylamsal bir araştırmada ise, 13 yaşındaki 5792 ergenle çalışılmış ve yakınlarından elde edilen bilgilerde çocukların travmatik deneyime bebeklik (2 yaş 9 aya kadar), erken çocukluk (2 yaş 6 aydan 6 yaşa kadar) ve orta çocukluk (5 yaştan 11 yaşa kadar) döneminde ne kadar maruz kaldığı incelenmiştir. Sosyodemografik özellikler kontrol edildiğinde orta çocukluk döneminde şiddetli düzeyde travmatik deneyime maruz kalan ergenlerin daha fazla aşırı genel hatırlama eğilimi gösterdikleri sonucuna erişilmiştir.

Ergenlerde incelenen aşırı genel otobiyografik anı ile travmatik deneyimler arasındaki ilişkiler savaş travmalarını da içermektedir. Örneğin, savaşa maruz kalan Boşnak ergenleri ile kontrol grubunun ve bombalı saldırıya maruz kalan Sırp ergenler ile kontrol grubunun karşılaştırıldığı iki çalışmanın sonuçlarına göre savaş yaşantısı ve aşırı genel anı ile ilişkili bulunmuştur (Brennen ve ark., 2010). Stokes, Dritschel, Bekerian (2004) yangında yaralanan bir grup ergenin kontrol grubuna göre özgül anı getirmede daha yavaş oldukları sonucuna ulaşmışlardır.

Bu bulguların aksine, travmatik deneyimler ile aşırı genel hatırlama arasındaki ilişkileri desteklemeyen çalışma bulguları da mevcuttur (Arntz, Meeren ve

Wessell, 2002; Kuyken ve ark., 2006; Vrielynck, Deplus ve Phillipot, 2007). Böylelikle, hatırlanan aşırı genel anılarda çocukluk travmatik deneyimlerin tek başına yeterli olup olmadığı açık değildir. Bazı araştırmalar erken cinsel istismarın daha fazla aşırı genel anıyla ilişkili olduğuna kanıtlar sunmaktadır (örn., Burnside ve ark., 2004; Crane ve Duggan, 2009; Hermans ve ark., 2004). Travmatik deneyimler ve aşırı genel anı arasındaki ilişkiyi travmatik deneyimlerde sıklıkla gerçekleşen araya girici anılar ve bu anılardan kaçınma ile açıklayan araştırma bulguları da mevcuttur. Örneğin, Bunnell ve Greenhoot (2011)'nın yaptığı araştırma bulguları, istismar şiddetinin aşırı genel anı ile ilişkili olduğunun ve bu ilişkinin anıdan kaçınma ile açıklanabileceğine işaret etmektedir. Öte yandan başka bir çalışmada travmatik deneyimi olan bir grup ergenin kontrol grubuna göre özgül anı getirmede daha yavaş oldukları ve bu sırada daha fazla araya girici anılar bildirdikleri gözlenmiştir (Stokes ve ark., 2004).

Bu noktadan hareketle, hem travmatik deneyimler sonrasında kendini gösteren hem de depresif belirtilerin sürdürülmesinde etkisi olan araya girici anılar ve bu anılardan kaçınma girişimleri araştırmanın aracı değişkenleri olarak izleyen bölümde değerlendirilmiştir.

1.4.1. "Geçmiş Geçmemekte Israr Ettiğinde": Araya Girici Anılar[2]

Travmatik olaylar yaşayan insanlar, sıklıkla, unutmak istedikleri ancak unutamadıkları anılara sahip olmaktadır. Bu tür stres verici anılar, birçok psikiyatrik sendromda görülmektedir. Çoğunlukla Travma Sonrası Stres Bozukluğuyla (TSSB) ilişkili olarak incelenmekte, söz konusu rahatsızlıktaki ayırt edici belirti olarak görülmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2000). Araya girici anıların TSSB'de sıklıkla gözlenen bir tepki olduğu konusunda araştırma sonuçları tutarlıdır (örn., Kangas, Henry ve Bryant, 2005; Wessel, Merckelbach ve Dekkers, 2002) . Bununla birlikte, araya girici anıların sadece TSSB'de geliştirilen bir tepki değil, genel olarak travmatik deneyimlere karşı getirilen bir tepki olduğu bilinmektedir (Brewin, Dalgleish ve Joseph, 1996).

Daha önce ele alındığı gibi, travmatik yaşantılar otobiyografik bellek açısından incelendiğinde, alan yazında sürekli tekrarlayan temanın aşırı genel anı etrafında toplandığı görülmektedir. Buna göre, stresli yaşam olayları aşırı genel anının gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Bazı araştırmalar travmatik yaşantı öyküsü ile aşırı genel anı hatırlamanın yakından ilişkili olduğu konusunda ortak bir görüş

[2] Araya girici kavramının ulaşılan kaynaklarda İngilizce karşılığı 'intrusive'dir. İntrusive kavramı, Tosun'un (2006) yaptığı bir çalışmada 'araya girici' olarak ifade bulmuştur. Benzer anlam taşıyan diğer bir kavram ise 'istemsiz anı (involuntary memory)'dır. Bazen bu iki kavram birbirinin yerine geçebilmektedir. Genel olarak, her iki kavram da, anı ya da düşüncenin herhangi bir çaba olmaksızın akla aniden ve kendiliğinden gelmesi ve onun zihni meşgul etmesi tanımı üzerine temellenir. Bununla birlikte, kaynaklarda iki kavramın niteliksel açıdan bir ayrımı göze çarpmaktadır. İstemsiz anılar, olumlu, olumsuz ve nötr içerikli anıları kapsarken, araya girici anılar, çoğunlukla olumsuz içerikli anılara (özellikle de travmatik yaşantılara) temas etmektedir. Ayrıca araya girici anılar aniden ve kendiliğinden akla gelse de, onu, zihni sürekli meşgul etmesi bakımından, istemsiz anılardan ayırmak mümkündür.

sunarken, araştırmaların bir kısmı travmatik olayın aşırı genel anı için tek başına yordayıcı olmadığına işaret etmektedir. Travmatik deneyimi olan herkes aşırı genel anı eğilimi geliştirmemektedir (McNally ve ark., 1995). Buna ilişkin bazı çalışmalarda ise travma ve aşırı genel anı arasındaki ilişkide diğer bazı değişkenlerin aracı ya da düzenleyici rolü dikkati çekmiştir (Raes, Hermans, Williams ve Eelen, 2005). Bu noktada, bir kişinin travmatik olayla nasıl başa çıktığınının bu ilişkiye hatırı sayılır bir katkısı olduğuna dair kanıtlar mevcuttur. Örneğin, ruminasyonun travma ve aşırı genel anı arasında aracılık ettiği görülmüştür (Raes ve ark., 2005). Ayrıca, bu ilişkiyi irdelerken travmatik anıların araya girici düzeyleri ve bu anılardan kaçınma girişimleri özellikle klinik örneklemlere dayanan çalışmalarda ilgi odağı olmuştur. Nitekim travmatik hikayelerin klinik tabloya dönüştüğü durumlarda gözlenen durum, bu hikayelerin davetsiz, araya girici anılarıdır.

Bu konuya ilişkin ilk girişimler Kuyken ve Brewin (1994)'in 35'inin çocukluklarında fiziksel ve cinsel istismara uğradığı toplamda 58 depresyonlu kadınla yaptığı çalışmaya dayanmaktadır. Katılımcılardan 30-35'i görüşmeden önceki hafta istismar ilişkili araya girici anılar hatırladıklarını bildirmişlerdir. Katılımcılar çalışmada Olay Etkisi Ölçeği'ni (IES; Horowitz ve ark., 1979) hatırladıkları anı bağlamında doldurmuşlardır. Olay Etkisi Ölçeği 15 maddeden oluşan ve iki alt ölçeği olan bir değerlendirme aracıdır. Alt ölçekleri, araya girici ve kaçınmadır. Kuyken ve Brewin, istismar öyküsü olan ve IES'ten yüksek puan alan bireyleri, öyküsü olmayanlara göre daha depresif bulmuşlardır. Bu bulgular, aynı zamanda Brewin, Hunter, Carroll ve Tata'nın (1996) kadın ve erkek katılımcılardan oluşan örneklemde yaptığı çalışmada da elde edilmiştir. Bu çalışmada, katılımcılara, depresyonla ilişkili olabilecek geçmiş yaşam olaylarının listesi sunulmuş ve herhangi

birini yaşayıp yaşamadıkları sorulmuştur. Böyle bir deneyimi olanlara ise, geçen hafta içinde bu olayın akla kendiliğinden gelip gelmediği sorulmuştur. 31 hastadan 27'sinin, araya girici anı bildirdiği gözlenmiştir. Çoğu anılar, ölüm ve hastalık (N=39), aile ve ilişki sorunları (N=15), istismar ve saldırıyı (N=13) içermesiyle üç grupta toplanmıştır. Bu kategorilerdeki anılardan en az biri örneklemin yarısı tarafından araya girici olarak nitelenmiştir. Her iki çalışmada da kaçınma ve araya girici düzeyler standart ölçeklerden alınan yüksek puanlarla elde edilmiş olsa da, bu durumun depresyon ya da depresif epizodta özellikle aktive olması araştırılmamıştır (Brewin, 1998). Bu çalışmaların depresif olmayan kontrol grubu içermemesinin yanında, araya girici anıların yalnızca depresyonla değil, yaşam stresörleri gibi eş zamanlı uyaranlarla da tetiklenme olasılığı hesaba katılmamıştır.

Bu sebeple Spenceley ve Jerrom (1997) depresyonlu ve depresyonu olmayan iki grubu karşılatırmış ve klinik grupta çocukluk anılarından kaçınma ve araya girici düzeylerini daha yüksek bulmuştur. Depresyonun aşırı genel anılara ulaşmada artışa yol açabileceği denenceyi test eden araştırmalar, mevcut çevresel faktörlerin bellek üzerindeki etkisini mümkün olduğunca elimine etmek için aynı düzey ve benzer nitelikte strese maruz kalan depresyonlu ve depresyonsuz grupları karşılaştırmıştır. Depresyonlu hastaların genel olarak depresyondan önce bile böylesi anılara sahip olması ihtimali göz önünde tutularak, araya girici anıların başlangıcı ya da alevlenmesinin depresyon başlangıcı ile ilişkili olup olmadığı sorulmuştur. Brewin, Watson, McCarty, Hyman ve Dayson (1998)'ın yürüttüğü çalışmada, 65 depresyonlu ve 65 depresyonu olmayan kanser hastasıyla görüşülmüş olup, hastalar yaş, cinsiyet, kanser türü, ve hastalık aşaması açısından eşleştirilmiştir. Bu çalışmada, kanser tanısının depresyonla ilişkili olduğu iyi bilinmekteydi. Brewin'e (1998) göre, kanser

tedavisi karmaşık, zorlu ve uzun zaman alan bir süreci kapsadığı için, bu, otobiyografik anıyı tetikleyen çeşitli faktörler sağlamaktadır. Elde edilen bulgular ışığında, araya girici anılarda hastaların %79'u hastalık ve ölümle ilgili anılar, %53'ü ise doğrudan kanser ile ilgili anılar getirmiştir. Depresyonlu grup, ağır düzey ve orta düzey olmak üzere iki gruba bölünmüştür. Ağır düzey depresyonlu grup, orta düzey depresyon ve kontrol grubuna göre daha fazla araya girici anı bildirmişlerdir.

Benzer bir açıdan diğer bir çalışma, Brewin ve ark.,'nın (1999) yaptığı çalışmadır ve bu araştırmada kaçınma ve araya girici özellikler incelenmiş, depresyonlu hastalarının %75 inin araya girici anı bildirdikleri görülmüştür. Ayrıca altı ay arayla yaptıkları çalışmada, depresyonun gidişatını yordayan en önemli değişkenlerin kaçınma ve araya giriş düzeyleri olduğunu göstermişlerdir. Söz konusu çalışmada, Reynolds ve Brewin (1999) depresyonda çoğunlukla stresli veya travmatik bir yaşam olayı bildirdikleri için anının araya girici olmasının beklenilir olduğunu belirtmişlerdir. Bu bağlamda, çocukluk dönemindeki travmatik olaya ilişkin anılardan kaçınmanın ya da araya girici anıların yetişkinlikte depresyon için aracı bir rol üstleneceği düşünülmektedir. Daha önce de değinildiği gibi, depresyondaki bellek işleyişinin dikkati çeken yönlerinden biri, olumlu ya da olumsuz ipuçlarına spesifik anı getirme güçlüğüdür. Depresyonlu hastalar belirli bir gün ve yerde gerçekleşen, spesifik anılar yerine, çoklu ya da uzamış dönemlerden oluşan genel anı hatırlama eğilimindedir (Williams, 1992; akt., Brewin, 1998). Williams (1992) bu 'genel anı' fenomeninin hastaların başarılı problem çözmeye uygun anılar getiremediği için, problem çözmede sorunlar yaratacağına işaret etmiştir. Kuyken ve Brewin (1995), Williams'ın 'aşırı genel anı' kavramının çocukluk istismarı ya da böyle bir istismarın araya girici anılarıyla ilişkili olduğunu

ve aynı zamanda katılımcıların böyle bir anıdan daha fazla kaçınma girişiminde bulundukları sonucunu elde etmişlerdir. Aynı biçimde, Brewin ve ark., (1998) kanser hastalarından oluşan çalışmalarında, olumsuz yaşam olaylarına ilişkin araya girici anılardan kaçınma girişimleri ile genel anı arasında ilişki elde etmişlerdir.

1.4.2. Yelpazenin Diğer Ucu: Kaçınma

Brewin, Andrews ve Gotlip (1993) insanlardan çocukluklarının genel özelliklerini bugünden geçmişe bakarak değerlendirmelerinin istendiği çalışmaları gözden geçirmiş, bulguların, genellikle anımsananların isabetli olduğu sonucunu elde etmiştir. Bununla birlikte, insanlar zaman zaman acılı deneyimlerle yüzleşmemeye, ondan kaçınmaya, ya da onu baskılamaya çabalarlar. Bu bağlamda olumsuz bir şeyden bahsetmemek, onun gelecekte anımsanma olasılığını azaltmaktadır. Cinsel taciz mağdurları travmatik anılarını düşünme ya da onlardan bahsetme fırsatı bulamadıklarından, zamanla bu anıların silikleşmesi ve zayıflaması söz konusu olabilir (Schacter, 2010). Bununla birlikte, yelpazenin bir ucunda bu anıları bahsetme fırsatının bulunamaması mevcut iken, diğer bir tarafında ise anılarını kasten hatırlamama çabasının var olduğu söylenebilir. Bu süreci bir tür 'duygusal anestezi' olarak değerlendirmek yerinde olacaktır. Öyle ki, hiçbir şey olmamış gibi davranmak ve hissetmek, var olan travmatik deneyimin yükünü en azından görünürde yok edecek ya da azaltacaktır. Nitekim daha önce sözü geçen aşırı genel anıya ilişkin getirilen açıklama (Williams, 1996) insanların olumsuz yaşantılarıyla nasıl baş ettiklerinin önemi üzerinde durur ve bunu bir duygu düzenleme stratejisi olarak kabul edilen işlevsel kaçınmaya dayandırır. Aşırı genel anı ile kaçınma arasındaki bu ilişki klinik örneklemde sıklıkla gözlenmiştir (örn., Kuyken ve Brewin, 1995; Stokes ve

ark., 2004; Wessel ve ark., 2002). Bununla birlikte klinik olmayan örneklemlerde de benzer bir örüntünün olup olmayacağını sınayan araştırmalar da yapılmıştır. Hauer, Wessel ve Merckelbach (2006) tarafından klinik olmayan bir grupla yapılan araştırmada kaçınma puanları yüksek olan katılımcılar olumsuz ipucularına daha fazla kategorik anılar getirmişlerdir. Henderson ve ark., (2002) ise klinik olmayan bir örneklemde aşırı genel anıyı incelemişler ancak kaçınma ile ilişkisine bakmamışlardır. Araştırmalar genel olarak haha az özgül anı getirenlerin daha fazla kaçınma eğiliminde olduklarına işaret etmektedir. Travmatik deneyimler ve otobiyografik bellek arasındaki ilişkide kaçınma genellikle travmatik olayın etkileri bağlamında ele alınmıştır. Bununla birlikte alan yazında kaçınma kavramının pek çok boyutta ele alındığı görülmektedir. Örneğin, Wegner ve Zanakos (1994) tarafından geliştirilen ölçüm aracı (The White Bear Suppression Inventory), istenmeyen olumsuz düşünceleri bastırma eğilimini genel olarak değerlendirmek üzere (örn., hakkında düşünmek istemediğim şeyler olur, sık sık kaçınmaya çalıştığım düşüncelerim olur) oluşturulmuştur. Bond ve ark., (2005)'nın yeniden düzenlediği bir anket (The Acceptance and Action Questionnaire-II) ise kişinin öznel deneyimleri (duygular, anılar ve bedensel duyumlar) ile temas halinde kalmaya isteksiz olması ve bu deneyimlerin sıklığını azaltma girişimlerini değerlendirmektedir. Daha yakın bir zamanda geliştirilen Bilişsel-Davranışsal Kaçınma Ölçeği (Ottenbreit ve Dobson, 2004) ise kaçınmayı bilişsel-sosyal, bilişsel-sosyal olmayan, davranışsal-sosyal, davranışsal-sosyal olmayan olmak üzere dört boyutta değerlendirmektedir. Kaçınmanın aşırı genel otobiyografik anıyla ilişkili olduğunu gösteren araştırmalar bu ilişkiyi genel olarak OEÖ'nin kaçınma alt boyutu ile değerlendirmişlerdir. Bununla birlikte, kaçınmanın farklı boyutlarıyla ele alındığı

Hermans ve ark., (2005a)'ın çalışması kaçınmanın farklı boyutları (bilişsel-davranışsal kaçınma, deneyimsel kaçınma) ile aşırı genel anı arasında da olumlu yönde ilişkiler göstermiştir.

Bu noktada, Freud'un ilk yazılarında yer alan bastırma ile kaçınma kavramları arasındaki ayrım iki kavramın değerlendirilmesinde de yöntemsel farklılıkları dayatmaktadır. Freud'e göre, bastırma sıkıntı veren düşünce ya da yaşantıların istemli biçimde bilinçten uzaklaştırılmasıdır. Sonralarda, bu daha çok, farkında olmadan olumsuz malzemeleri bilinçten otomatik olarak çıkaran, bir tür savunma mekanizması haline gelmiştir.

Cinsel taciz kurbanlarında olası bastırmayı araştırmanın yolu, cinsel taciz mağdurlarının belleğine ilişkin araştırmalardır. Buna temas eden bir çalışma, Williams (1994)'ın tacize uğramış olmaları sebebiyle, hastaneye başvuran 129 kadınla yaptığı görüşmelerden elde ettiği bulgulardır. Kadınların tacize uğrama yaşı 1 – 12 yaş arasında değişirken, yaklaşık yirmi yıl sonra bu kadınların 49'u yani %38'i hastaneye yatırılışlarını hatırlamadıklarını bildirmişlerdir. Elde edilen bulgular arasında ilginç olanı ise, kadınların %12'si ise geçmişte böyle bir deneyimi olmadıklarını ileri sürmüşlerdir. Williams yaptığı çalışmada kadınlara, uğradıkları tacizi unuttukları bir zaman olup olmadığını sorduğu soruda, bir kısmının (12) olumlu cevap verdiği yani unuttuğu dönem olduğu cevabını vermişlerdir. Bu kapsamda, travmatik olayı zihninden uzaklaştırması, otomatik, bilinçsiz bir bastırma eylemi mi yoksa, can sıkıcı bir olayı düşünmeme yönünde bilinçli bir girişim mi sorusu akla gelmektedir. Öyle ki bu durum şu ayrımın bir yansıması gibi görünmektedir. Bir tarafta can sıkıcı bir durumu istemli biçimde bilinçten uzak

tutmaya çalışma ya da onu yok sayma çabası olarak tanımlanabilecek ‘kaçınma’ kavramı; diğer bir tarafta, sıkıntı veren bir yaşantının otomatik olarak istemsiz biçimde bilinçten kovulması ya da bilince sokulmaması olarak değerlendirilen ‘bastırma’ kavramı yer almaktadır. Böylece bu alana ışık tutacak araştırmaların da yöntemsel olarak farklılaştığı düşünülürse, istemli biçimde yok sayma çabası olarak değerlendirilen kaçınmayı ele alan bir araştırma, böylesi bir örüntünün gerçekleşip gerçekleşmediğine dair daha net bilgiye erişecektir. Söz konusu araştırmada kaçınma boyutu travmatik deneyimden bilinçli olarak uzak kalma çabası olarak kabul edilmiş ve travmatik olayın etkisi (OEÖ) bağlamında değerlendirilmiştir.

1.5. Araştırmanın Amacı

Travmatik deneyimlere ilişkin anıların, görece sıradan olaylara ilişkin anılardan farklılık gösterdiği bilinmektedir. Otobiyografik bellek ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkinin, otobiyografik bellek ve depresyon arasındaki ilişkiye uzanabilecek yansımaları olduğu düşünülmektedir. İlgili alan yazın, depresyon ile otobiyografik anılar arasında tutarlı ilişkiler göstermiştir, ancak çoğunlukla, ilişkinin doğasını açıklamada nasıl bir mekanizmanın işlediğini doğrudan ele alan çalışmalar son derece sınırlıdır. Bulgular depresif bireylerin genel anı getirme tarzına sahip olduğuna işaret etmektedir. Söz konusu durumla ilgili açık olmayan ise, bu farklılıkların, hem depresyon, hem de otobiyografik bellek ile ilişkili bazı temel faktörlerden kaynaklanıp kaynaklanmadığına ilişkin bulanıklıktır. Bu çalışmanın temel amaçlarından biri, söz konusu bulanıklığın giderilmesine katkı sağlamaktır.

Daha önce sözü edilen, Kuyken ve Brewin (1995)’in bulguları, bu noktaya temas etmekte ve tüm katılımcıları depresyonlu olmasına karşın, cinsel istismar

öyküsü olanların olmayanlara kıyasla daha genel anı getirdikleri yönündedir. Buna dayanarak, karşılaştırma grubunun olmaması sebebiyle, istismar öyküsü olmayanların, klinik olmayan gruba göre daha genel anı getirip getirmeyeceğini söylemek güçleşmektedir. Depresif belirtiler ve çocukluk travmatik deneyimlerinin olması ya da olmaması halinde doğacak bütün varsayımların bir arada değerlendirildiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu perspektif doğrultusunda, araştırma iki çalışmadan oluşmaktadır (bkz., Şekil 3.). İlk çalışmada, çocukluk örselenme yaşantıları varlığında gelişen otobiyografik anı örüntülerini, böyle deneyimleri olmayan grupla karşılaştırılarak incelemek hedeflenmiştir. İkinci çalışmanın temel amacı ise, ilk çalışmada ulaşılan katılımcılardan yalnızca örselenme öyküsü olanlara yeniden ulaşılarak, böylesi deneyimler bağlamında ortak geçmişi olan bireylerin depresif süreçlerinde otobiyografik bellek rolünü irdelemektir.

a. Aşırı Genel Otobiyografik Anı Çalışmalarının Sınırlılıkları

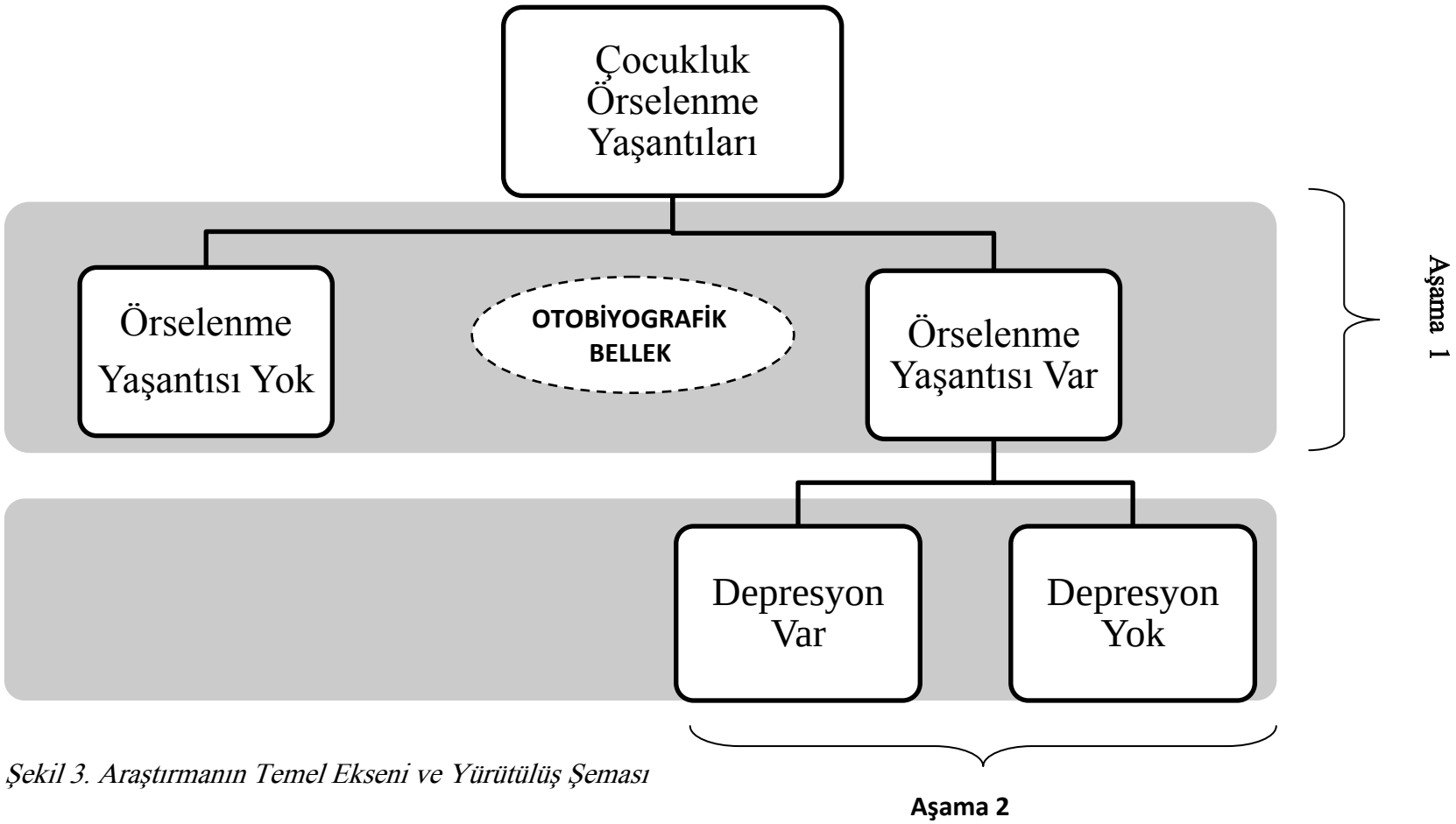
Aşırı genel anı ve travmatik deneyimler arasındaki ilişkileri sınayan empirik çalışmaların önemli sınırlılıkları ve tutarsızlıkları Moore ve Zoellner (2007) tarafından gözden geçirilmiştir;

a. Çocukluk travmatik deneyimler geriye dönük (retrospektif) öz-bildirim araçlarıyla değerlendirilme eğiliminde,
b. Çoğu çalışma normal popülasyon yerine klinik örnekleme odaklanmakta,
c. Çoğu çalışma travmatik deneyimin etkileri ile aşırı genel anı arasındaki ilişkiden çok, travma maruziyeti ve aşırı genel anı arasındaki ilişkiye odaklanmakta,
d. Depresyonun mevcut ve geçmiş tanılarının kontrolü yetersiz kalmaktadır.

Bunlara ek olarak, travmatik deneyimler ve otobiyografik anı örüntüleri arasında ilişkiyi araştıran çalışmaların bir kısmının sınırlılığı (örn., McNally ve ark., 1995) travmatik deneyimlerin olmadığı bir karşılaştırma grubunu içermemesidir. Travmatik deneyimlerde gözlenen aşırı genelleme olgusunu değerlendirmek için travmatik deneyimleri olmayan bir karşılaştırma grubuna gereksinim duyulmaktadır.

Tüm bunlar göz önünde tutulduğunda, mevcut çalışma,

1) Travmatik deneyimlerde gözlenen aşırı genel anı olgusunu, çocukluk örselenme deneyimleri taranarak oluşturulan iki gruptan çocukluk **örselenme yaşantıları olanlar ile olmayanlar** arasında karşılaştırma yapması açısından,
2) Çalışmanın ilk kısmında Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği ile taranarak oluşturulan örselenme öyküsü olan grup üzerinde **ikinci bir çalışma** yapması açısından,
3) Çocukluk örselenme deneyimleri ile aşırı genel anı arasındaki ilişkiyi **kaçınma** (travmatik etki bağlamında) boyutu ile incelemesi açısından,
4) Örselenme öyküleri olduğu tespit edilen katılımcıların depresif belirtileri ile aşırı genellemenin ilişkisini **klinik olmayan bir grupta** değerlendirmesi açısından,
5) Anı yönergelerinin hem olumlu-olumsuz çocukluk yaşantıları, hem yakın dönem yaşantıları için olmak üzere **üç ipucu** yönergesini içermesi açısından diğer çalışmalardan farklılaşmaktadır.



Şekil 3. Araştırmanın Temel Ekseni ve Yürütülüş Şeması

Buraya kadar özetlenenlerden yola çıkarak, o halde, otobiyografik anı özelliklerinin çocukluk travmalarıyla ilişkili olduğunu ve özellikle klinik gruplara gidildiğinde farklılaştığını söylemek mümkündür. Öte yandan, çocukluk dönemi travmatik deneyimler ve yetişkin psikolojisi arasındaki ilişki, otobiyografik bellek örüntülerine bağlı olabilir. Bu çalışma, çocukluk dönemi fiziksel, cinsel ve duygusal istismarı deneyimlemiş katılımcıların, örneklemin tamamını oluşturduğu ikinci bir çalışmayla yukarıda değinilen konuları ele almayı hedeflemektedir.

Otobiyografik bellekte aşırı genelleme yaklaşımı doğrultusunda, otobiyografik bellek ile çocukluk örselenmesi ve depresyonu bir arada inceleyen çalışmaların kısıtlı olmasından yola çıkarak bu araştırma, çocukluk travmatik deneyimlerinin otobiyografik bellek süreçlerinde olası etkileri ve bu etkilerinin yetişkinlik dönemi depresif belirtilerine nasıl yansıdığı sorusuna yanıt aramak için tasarlanmıştır. Bu noktadan hareketle, araştırmanın temel denencesi, örselenme yaşantıları varlığında gelişen otobiyografik anı özelliklerinin, böyle deneyimleri olmaksızın gelişen otobiyografik anı özelliklerinden farklılaşacağı şeklindedir. Bu farklılaşmanın, yaşamının diğer alanlarında da gözlenen genel bir eğilim olacağı beklentisiyle, sadece travmatik deneyimlerde değil, katılımcıların olumsuz, olumlu ve yakın dönem anılarının her üçü temelinde gözleneceği araştırmanın bir diğer denencesidir. Araştırmanın ikinci çalışması, olumsuz çocukluk yaşantılarının yetişkinlik dönemi depresif belirtileri öngörmede, diğer kuramlar (örn., bağlanma kuramları, umutsuzluk kuramları, erken dönem uyum bozucu şemalar) kadar bellek süreçlerinin de etkisi olacağı varsayımından doğmuştur. Bu kısmın temel denencesi ise, aşırı genel anıların alan yazında en çok değinilen değişkenlerden çocukluk travmatik deneyimler ve depresif belirtilerle ilişki göstereceği şeklindedir. Aynı

zamanda çocukluk örselenme yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide otobiyografik anıdan kaçınma, anının araya girici düzeyi ve depresif içeriği değişkenlerinin aracı rol izleyeceğidir.

Özetle, araştırmanın temel amaçları şu şekilde sıralanabilir;

a) Çocukluk örselenme yaşantılarının varlığında gelişen otobiyografik bellek özelliklerini incelemek,
b) Çocukluk örselenme yaşantısı mağdurlarının geliştirdiği depresif belirtilerde otobiyografik belleğin rolünü irdelemek,
c) Olası ilişkide, çocukluk örselenme yaşantılarının depresif belirtileri geliştirmede bir faktör olduğu düşünülürse, örselenme öyküsü olup depresif belirtiler geliştirmeyen bireylerde farklılaşan otobiyografik bellek süreçlerini anlamak,
d) Bütün bu süreçleri ele alırken, çocukluk örselenme öykülerinde önemli bir değişken olan anıdan kaçınma, araya girici anı ve anının depresif içeriğinin bu süreçteki olası rolünü araştırmak çalışmanın temel amaçlarıdır.

Amaçları ekseninde araştırma iki aşamalı olarak planlanmıştır. Birinci aşamada, ulaşılan katılımcılarda, çocukluk örselenme yaşantıları incelenmiş, böyle bir deneyimi olanlar ile olmayanlar Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nden alınan puanlarla belirlenerek iki grup arasında otobiyografik bellek özelliklerinin karşılaştırılması hedeflenmiştir. İkinci aşamada ise, birincisinde ulaşılan katılımcılardan yalnızca çocukluk örslelenme mağdurlarına (Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nden alınan puanlar dikkate alınarak ortalamanın (63.16) bir

standart sapma üstü (81.60) olan) yeniden ulaşılarak, üzerinde çalışılacak grubun, örselenme deneyimleyen kişiler ile sınırlandırılması uygun görülmüştür.

Bu modelden hareketle araştırmanın soruları ise aşağıda yer aldığı gibidir:

İlk aşamada;

1. Çocukluk örselenme yaşantıları otobiyografik anıları daha genel getirmede etkili mi?

   Denence 1. Çocukluk örselenme yaşantısı olan katılımcıların, olmayanlara göre Kısa Otobiyografik Bellek Etkileri Ölçeği (KOBEÖ)'nin alt boyutlarından aşırı genelleme açısından farklılaşacağı beklenmektedir. Çocukluk örselenme deneyimleri olan grup aşırı genel hatırlama eğilimi gösterecektir.

2. Travmatik yaşantılara karşı geliştirilmesi beklenen aşırı genelleme tepkisi anının özellikleri açısından nasıl farklılaşacaktır?

   Denence 2. Aşırı genel otobiyografik anıların (jenerik ve uzamış anılar) özgül anılardan Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği (OBÖÖ)'nin anının detayı ve etkisi alt boyutları açısından farklılaşması beklenmektedir. Aşırı genel anıların özgül anılara göre daha az detay içermesi beklenmektedir.

3. Olumsuz çocukluk yaşantılarına ilişkin anılar, çocukluklarında örselenme deneyimleri olan ve olmayan yetişkinlerde nasıl farklılaşacaktır?

   Denence 3. Çocukluk örselenme deneyimleri olan grubun olumsuz anı temelinde OBÖÖ alt boyutlarından (anının detayı, anının etkisi), Olay Etkisi Ölçeği-R (OEÖ-R)'nin alt boyutlarından (anıdan kaçınma ve anının araya girici düzeyi) daha fazla puan almaları beklenmektedir.

İkinci aşamada;

1) Aşırı genel anılar ile çocukluk örselenme yaşantıları, kaçınma, araya girici ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiler nasıldır?

   Denence 4. KOBEÖ'nün alt boyutu aşırı genelleme ile hem Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği (ÇÖYÖ), Olay Etkisi Ölçeği-R (OEÖ-R)'nin alt ölçekleri, hem Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)'nden alınan puanlar arasında olumlu yönde ilişki beklenmektedir.

2) Depresif belirtileri yordayan değişkenler nelerdir?

   Denence 5. Depresif belirtileri, ÇOYÖ'nün alt boyutları olan cinsel, fiziksel, duygusal ihmal ve istismar; OEÖ-R'nin alt boyutları olan anıdan kaçınma ve anının araya girici düzeyi; anının depresif içeriği değişkenlerinin yordaması beklenmektedir.

3) Çocukluk örselenme yaşantılarının otobiyografik bellek örüntülerini yordama gücü var mıdır?

   Denence 6. ÇÖYÖ'nün alt boyutlarının OEÖ-R' ın anıdan kaçınma ve anının araya girici düzeyi boyutlarını, anının depresif içeriği değişkenlerini yordaması beklenmektedir.

4) Önceki denencelerin doğrulanması halinde, çocukluk örselenme yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide, anıdan kaçınmanın, anının araya girici düzeylerinin ve depresif içeriklerinin aracı rolü var mıdır?

   Denence 7. Çocukluk örselenme yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide OEÖ-R'ın kaçınma ve araya girici alt boyutlarının ve anının depresif içeriğinin aracılık etkisi olacağı beklenmektedir.

II. BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Çalışma I

2.1.1. Örneklem I

Çalışma I'in örneklemi 18-30 yaş arası ($Ort_{yaş}$= 21.71 *S*= 2.47) Ankara Üniversitesi, Gazi Üniversitesi ve Hitit Üniversitesi'nde okuyan 293 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Ancak bu kişilerden 43'ü ölçekleri eksik doldurmaları; 48'i çalışmaya katılım ölçütü olan olumsuz anı türü hatırlamamaları ve 4'ü antidepresan tedavisi görmeleri nedeniyle analize dahil edilmemiştir. Bu şekliyle analizler, 198 kişiden elde edilen veriler üzerinden gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 129'u (örneklemin %65.1) kadın, 69'u (örneklemin % 34.9'u) ise erkektir. Katılımcıların 69'u, 18-20 yaş; 105'i, 21-24 yaş ve 21'i, 25-30 yaş aralığında yer almaktadır (Kadınlar için $Ort._{yaş}$ = 21.0 *S*=2.35, erkekler için $Ort._{yaş}$ = 22.60 *S*=1.75). 179 katılımcı (%92.7) lisans, geri kalan 14 katılımcı (%7.3) ise lisansüstü eğitimi almaktadır.

2.1.2. Veri Toplama Araçları (I)

Bu araştırmanın birinci (Çalışma I) ve ikinci ayağında (Çalışma II) uygulanmak üzere iki farklı ölçek kümesi oluşturulmuştur. Çalışma I'de yer alan ölçüm araçları otobiyografik bellek örüntülerinin çocukluk örselenme yaşantıları kapsamında; Çalışma II'de yer alan ölçüm araçları aynı katılımcılardan yalnızca örselenme öyküleri olanların depresif belirtilerinin otobiyografik bellek süreçleri kapsamında incelenmesi amacıyla 2 farklı ölçek kümesi kurgulanmıştır. Her iki

çalışmada değerlendirilen anıların özelliklerini belirlemek amacıyla iki gruba da Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği, Otobiyografik Bellek Etkileri Ölçeği; değerlendirilen olumsuz çocukluk anıların araya girici ve kaçınma örüntülerini belirlemek üzere Olayların Etkisi Ölçeği-R verilmiştir. Ayrıca çalışma I için oluşturulan ölçek kümesinde, katılımcıların örselenme öykülerini değerlendirmek ve ikinci çalışmanın örneklemini oluşturmada sonuçlarından yararlanmak amacıyla Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'ne yer verilmiştir.

2.1.2.1. Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği (OBÖÖ)[3]

Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği (OBÖÖ), kişilerin hatırladığı anıların özelliklerini değerlendirmek amacıyla Er ve Uçar (2004)'ın geliştirdiği Otobiyografik Bellek Ölçeği'nin, Er (2004) tarafından yeniden düzenlenmiş formudur. Otobiyografik Bellek Ölçeği, otobiyografik belleğin en çok vurgulanan özelliklerini kapsamlı bir şekilde değerlendirmek için flaş anı, mekansal bellek, duyusal ayrıntıların zenginliği, hatırlamada referans noktası, duygu yoğunluğu, yeniden yaşama, tekrar, güven duyma, olayın önemi, olayın detayı, olayın etkisi ve olayın doğurguları, olayın kronolojik sırası ve anlatım özelliği boyutlarından oluşan ölçek açık uçlu ve 7'li likert tipi maddelerden oluşmaktadır.

Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği ise, anı aktarılmaksızın kişinin hatırlamalarını 7 boyut üzerinde, kendisinin değerlendirmesineolanak sağlayan ve Otobiyografik Bellek Olceği'ninbutun boyutlarını kapsayan bir olcektir. 1 (hiç) ve 7(oldukça iyi) arasında puanlanan ölçekten alınan yüksek puan kişinin hatırlamalarının iyi olduğuna karşılık gelmektedir. Ölçeğin 7. maddesi ters

[3]Hem Çalışma I hem Çalışma II'de kullanılmıştır.

kodlanmaktadır. Mevcut çalışmada ilgili boyutlardan anı detayı ve anı etkisi olmak üzere iki boyut kullanılmıştır. Anı detayı boyutu "Hatırladığınız bu olay sırasında **yanınızda olan kişileri ya da çevrenizde olup bitenleri** ne kadar canlı ve ayrıntılı hatırlıyorsunuz?", "Genel olarak bu anıyı ne kadar **iyi; canlı, ayrıntılı ve net** hatırlayabildiniz?" gibi maddeleri içermektedir. Anı etkisi boyutu ise "Bu anıya ilişkin olay yaşamınızı ne oranda **etkiledi**?" gibi maddeleri içermektedir. Ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı bütün ölçek için .94, alt ölçekler için ise .84–.96 arasında hesaplanmıştır.

Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği'nin örnek maddelerine Ek-5'te yer verilmiştir.

2.1.2.2. Kısa Otobiyografik Bellek Etkileri Ölçeği (KOBEÖ)[4]

Kısa Otobiyografik Bellek Etkileri Ölçeği, hatırlanan anının olası etkilerini değerlendirmek amacıyla Er ve Uçar'ın 2011 yılında geliştirdikleri beş maddelik ve 7'li likert tipi bir öz bildirim ölçeğidir. Hatırlanan anıyı; olumluluk-olumsuzluk, özel ya da sıradan olma, benliği etkileme, spesifik ya da genel olma özellikleri açısından değerlendiren ölçekten alınan yüksek puanlar, anının olası etkilerinin yoğunluğuna işaret etmektedir. Mevcut çalışmada incelenen 'aşırı genel anı' kavramı için ölçeğinilgili boyutu ("hatırladığınız bu olay bir kez meydana gelmiş bir olay mı, yoksa farklı zamanlarda tekrarlanmış olayların bir araya gelmesinden oluşan özet bir olay mı?") kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan Kısa Otobiyografik Bellek Etkileri Ölçeği'nin örnek maddeleri Ek-9'da sunulmuştur.

[4]Hem Çalışma I, hem çalışma II'de kullanılmıştır.

2.1.2.3. Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği (ÇOYÖ)

Çocukluk dönemindeki örselenme yaşantılarını taramak amacıyla Bernstein ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilen Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği; fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal ve fiziksel ihmal alt boyutlarını içeren 40 maddeden oluşmaktadır. 1(hiçbir zaman) - 5 (çok sık) arasında kodlanan ve 5'li likert tipi olan ölçeğin 16 maddesi ters kodlanmıştır. Her bir maddesinin 18 yaş öncesi dönemi kapsadığı ölçekten alınan yüksek puan, yaşanan olumsuz deneyimin fazla olduğu anlamına gelmektedir.

Alparslan ve Aslan (1999) tarafından Türkçeye uyarlanmış ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmasında; duygusal istismar ve duygusal ihmal, fiziksel istismar ve cinsel istismar olmak üzere üç alt ölçek elde edilmiştir. Özgün formun Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısıbütün ölçek için .96, alt ölçekler için ise .94–.96 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin Türkçe formu, toplam puan ve alt ölçekler açısından; Beck Depresyon Ölçeği, Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri, Disosiyatif Yaşantılar Ölçeği ve Toronto Aleksitimi Ölçeği ile yüksek düzeyde ($p<0.001$) ilişki göstermektedir (Aslan ve Alparslan, 1999).

Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nin örnek maddeleri Ek-3'te verilmiştir.

2.1.2.4. Olayların Etkisi Ölçeği – R (IES-R).

Stresli bir olayın ardından bireyin yaşadığı stres tepkilerini değerlendirmek amacıyla Horowitz, Wilner ve Alvarez (1979) tarafından geliştirilen ölçek, Weiss ve Marmar tarafından (1997) travma sonrası stres bozukluğunun DSM-III TSSB tanı kriterlerine göre "aşırı uyarılma" boyutu eklenerek genişletilmiştir. Revize edilmiş

form, "aşırı uyarılma", "yeniden deneyimleme[5]" ve "kaçınma" olmak üzere üç faktörden oluşan toplam 22 maddedir. "Aşırı uyarılma" alt boyutu olayla ilgili anılardan ne kadar etkilendiklerini; "yeniden deneyimleme" rahatsız edici düşünce, duygu ya da görüntülerin kişinin kontrol edemediği bir şekilde bilinç düzeyine ulaşmasını; "kaçınma" alt boyutu ise travmatik yaşantıya maruz kalan kişilerin travmayla ilgili rahatsızlık verici anılarından uzaklaşmak için bilinçli olarak çaba harcamasını değerlendirmektedir (Horowitz ve ark., 1979).

OEÖ-R, travmatik olayın ortaya çıkardığı her bir etkiyi ve şiddetini değerlendirmektedir.4'lü likert tipi olan ölçekten alınan yüksek puan kişinin travmatik olaydan daha fazla etkilendiğine işaret etmektedir.

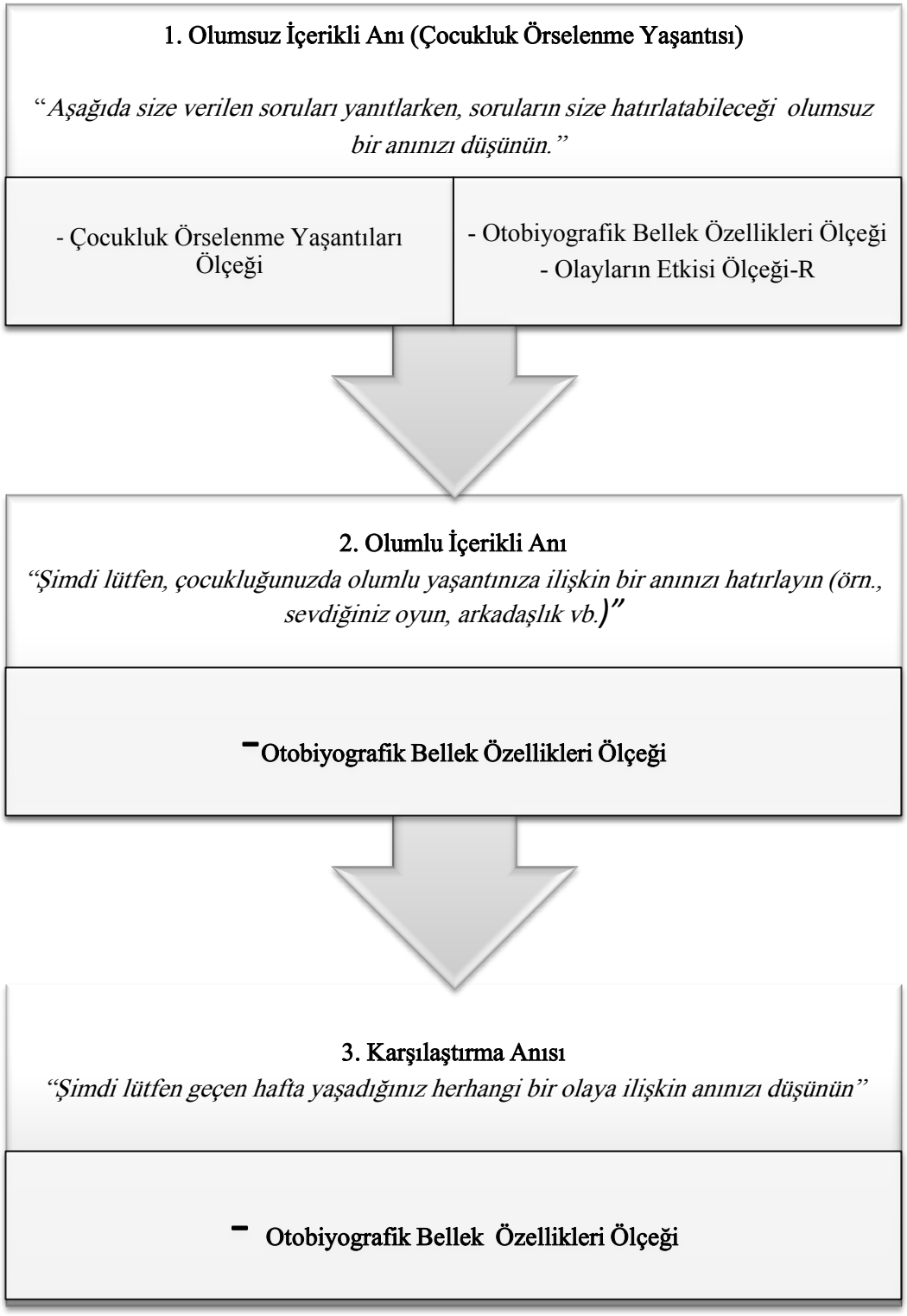
Türkçe uyarlaması Çorapçıoğlu, Yargıç, Geyran ve Kocabaşoğlu (2006) tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışmasında, ölçeğin klinik grupta uygulan TSSB ölçeği ile korelasyonlarının OEÖ-R'nin toplam puanının, (r=0.70) araya girici (r=0.69) ve aşırı uyarılma (r=0.64) alt boyutlarının yüksek korelasyon gösterdiğini; kaçınma alt boyutnun ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olsa bile orta derecede korelasyon gösterdiğine işaret etmiştir (r=0.49, p<0.001). Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise .94 olarak hesaplanmıştır. Mevcut çalışmada, çocukluk örselenme yaşantılarına ilişkin anılar üzerinde OEÖ-R'nin kaçınma ve araya girici boyutları kullanılmıştır.

OEÖ-R (Kaçınma-Araya Girici)'nin örnek maddeleri Ek-4'de sunulmuştur.

[5]OEÖ'nin iki alt ölçeğinden olan 'araya giriş' boyutu, Weiss ve Marmar tarafından genişletilen haliyle 'yeniden deneyimleme' olarak ifade bulmuştur. Alan yazında iki kavram aynı süreci aktarmakta olup, mevcut çalışmada ilgili alt boyut otobiyografik bellek açısıyla travmatik anının 'araya giriş' düzeyi olarak tanımlanmıştır.

2.1.3. İşlem (1)

Çalışma I, gönüllülük temelinde üç tür anı aktarımının olduğu bir uygulamayla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar çalışmanın genel amacı hakkında bilgilendirildikten sonra, araştırmacının yardımı ile üç aşamaya tabi tutulmuştur (bkz. Şekil 4). Çalışma I'in uygulamaları, sınıf ortamında toplu olarak gerçekleştirilmiştir. Uygulama sonunda, katılımcılardan gelen verilerin değerlendirilmesine ilişkin soruları doğrultusunda, elde edilen hiçbir verinin bireysel olarak değerlendirilmeyeceği söylenmiştir. Çalışma I'de yer alan üç aşama üç ayrıanıaktarımı temelinde kurgulanmıştır. Üç anı aktarımının her aşamasında, araştırmacı katılımcıları yönlendirmiş ve anlaşılmayan kısımlar olması halinde katılımcılara yardımcı olmuştur. Çalışmanın başında, katılımcılardan Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'ni tamamlamaları, ardından verilen yönergelerle ilgili anıları anımsamaları, anımsanan her bir anıyla ilgili verilen ölçekleri doldurmaları istenmiştir. Bu görevlerin tamamlanmasıyla ilgili bir süre sınırlaması yapılmamıştır. Ayrıca araştırmanın bütün aşamalarının eksiksiz tamamlanmasının araştırma için son derece önemli olduğu, katılımcılara hatırlatılmıştır.



Şekil 4. Çalışma 1 Uygulamasında Takip Edilen Aşamalar

1.Anı-Olumsuz Çocukluk Anısı

Araştırmanın ilk aşamasında, katılımcılara Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği (ÇOYÖ) verilerek ölçeği eksiksiz tamamlamaları ve bu esnada aklına gelen olumsuz içerikli bir anıyı, araştırmacı tarafından sağlanan kağıda, ölçekte yer alan ilgili madde numarasını kaydetmesi ya da katılımcının tercihine bağlı olarak anıyı araştırmacıya aktarması istenmiştir. Bunun için, katılımcılar tarafından doldurulacak ÇOYÖ'den önce, ölçeğin başında yer alan yönergenin katılımcı tarafından okunması sağlanmış ya da gerekli görüldüğünde araştırmacı tarafından sesli okunup açıklaması yapılmıştır: "*Aşağıda 18 yaş öncesi çocukluk ve gençlik yaşantılarınızla ilgili cümleler vardır. Her cümleyi dikkatlice okuyup, üst tarafındaki yazılar arasında sizi en iyi tanımlayan seçenek üzerine (X) işareti koyunuz. Birazdan size verilen soruları yanıtlamanız sırasında olduğu gibi, insanlar karşılaştıkları sorular ile kimi zaman geçmişte ya da yakın zamanda yaşadığı bir anı anımsayabilirler. Özellikle söz konusu sorular geçmişle ilgili ise. Siz de aşağıda verilen soruları yanıtlarken, çocukluk döneminde yaşadığınız olumsuz bir anınızı düşünün. Aklınıza birden çok olumsuz anınız gelebilir. Arasından bir anınızı seçin. Lütfen aklınıza gelen anıyı olabildiğince ayrıntılı hatırlamaya çalışın.*"

ÇOYÖ'yü ve ardından anı hatırlama işlemini tamamladıktan sonra, katılımcılar, ilgili anı için verilen ölçekleri tamamlamışlardır. Çalışmanın ilk kısmı tamamladığında, verilen yönerge ile katılımcının araştırmacıya uygulamanın ilk kısmını tamamladığını haber vermesi sağlanmış ve araştırmacının yönlendirmesi doğrultusunda çalışmanın ikinci anı kısmına geçilmiştir.

2.Anı –Olumlu Çocukluk Anısı

Çalışma I'deki uygulamanın bu kısmında, katılımcılara, anıyı tetikleyecek bir ipucu olarak ikinci bir yönerge verilmiş ve katılımcılardan bununla ilgili bir anı düşünmeleri ve arkasındaki soruları bu anı temelinde yanıtlamaları istenmiştir. Bununla birlikte akla gelen anının olabildiğince ayrıntılı olarak anımsanması gerektiği yeniden hatırlatılmıştır. Anı getiriminin ardından, katılımcı tarafından ilgili anı temel alınarak, verilen ölçekler doldurulmuştur. Katılımcılara istenen ilgili anı için "*Şimdi lütfen, çocukluk döneminde yaşadığınız olumlu bir anınızı düşünün (örn., arkadaşlık, sevdiğiniz oyun vb.)*" yönergesi verilmiştir.

3.Anı-Karşılaştırma Anısı

Anı getirmede, üçüncü aşamada, katılımcılar yeni bir ipucu cümlesi ile karşılaşmışlardır: "*Lütfen, şimdi geçen hafta yaşadığınız herhangi bir olaya ilişkin bir anınızı düşünün*". Verilen yönerge doğrultusunda, ilgili anısını düşünmesi ve bu anıyı yeteri kadar iyi hatırladığına karar verdiğinde, diğer sayfaya geçmesi istenmiştir. Bu adımda, daha önceki iki anıda olduğu gibi hatırladığı anı ile ilgili yer alan OBÖ'yü doldurması istenmiştir.

Böylece, Şekil 4'te görüldüğü üzere,

a) Uygulamanın başında verilen Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'ni tamamlarken hatırlanması istenen '**olumsuz anı'**,
b) verilen ikinci bir ipucu yönergesi ile **'olumlu anı'**,
c) son olarak üçüncü bir yönerge ile **'karşılaştırma anısı'** özelliklerinin,

OBÖÖ, KOBEÖ ve OEÖ-R ile değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Bu özelliklerin çocukluk örselenme yaşantıları kapsamında değerlendirilmesi amacıyla ÇOYÖ'den alınan puanlar (ortalamanın bir standart sapma üstü puan (81.60) alması) dikkate alınarak katılımcılardan çocukluk örselenme yaşantılarının varlığı ve yokluğu açısından iki grup oluşturulmuştur. Daha sonra, çocukluk örselenme öyküleri bağlamında farklılaşması beklenen otobiyografik anı örüntülerinin, yetişkinlik depresif belirtilerinde nasıl bir rolü olduğunu belirlemeye dönük ikinci bir çalışma tasarlanmıştır. Bu bağlamda, çalışma I çocukluk örselenme öyküsü olan ve olmayan katılımcıları kıyaslayarak, otobiyografik bellek örüntülerini irdelerken; çalışma II, yalnızca çocukluk örselenme öyküsü olan katılımcılarla depresif belirtilerde otobiyografik bellek örüntülerini incelemeyi kapsamaktadır.

2.2. Çalışma II

2.2.1. Örneklem (2)

Çalışma II'nin örneklemi; çalışma I'de Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nden alınan ortalama puanın (63.16) bir standart sapma (17.44) üstündekilerin (81.60 puan üstü) çocukluk örselenme yaşantısı olduğu kabul edilerek belirlenmiştir. Bu doğrultuda Çalışma II'nin örneklemi, örselenme yaşantısı olan 20-30 (Ort.= 22.03; S= 2.33) yaş aralığında bulunan 54 kişiden oluşmaktadır. Bu kişilerin 8'i katılımcının ikinci çalışmaya katılma konusundaki isteksizliği nedeniyle analize dahil edilememiştir. Bu şekliyle analize giren 46 katılımcının 28'i (örneklemin % 60.9'u) kadın ve 18'i (örneklemin % 39.1) erkek bireydir. Katılımcıların 38'i 20-24 ve 6'sı 25-30 yaş aralığında yer almaktadır (kadınlar için Ort. $_{yaş}$ = 22.08, *S*=1.38; erkekler için Ort. $_{yaş}$ =22.8, S= 2.45). 43 katılımcı (%93.47) lisans, geri kalan 3 katılımcı (%6.53) ise lisansüstü eğitimi almaktadır.

2.2.2. Veri Toplama Araçları (2)

Araştırmanın tamamı için kullanılmak üzere oluşturulan iki ayrı ölçek kümesinden Çalışma II'nin ölçüm araçları, Çalışma I'inkinden farklı olarak, Otobiyografik Anı Formunu, Anı İçeriğini Değerlendirme Formunu (AİDF) ve Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)'ni içermektedir. Araştırmanın ikinci çalışmasında, istenen olumsuz çocukluk (örselenme) anısının ayrıntılı aktarımı için otobiyografik anı formu'na yer verilmiştir. Ayrıca, örselenme anısındaki olayın (kimler tarafından yapıldığı, ne kadar sürdüğü) daha detaylı aktarımını sağlayacak soruların yer aldığı ve otobiyografik anı formunu tamamlayıcı nitelikte olduğu düşünülen Otobiyografik Olay İçeriği Formu mevcut araştırma için tasarlanmış ve Çalışma II'ye dahil edilmiştir. Araştırma sorularının Çalışma II'yi kapsayan kısmı, çocukluk dönemi örselenme öykülerini takip eden depresif belirtilerde gözlenen otobiyografik anı örüntüleridir. Bu noktadan hareketle, Çalışma I'de ulaşılan katılımcılardan yalnızca örselenme öyküleri olanların depresif belirtilerinin şiddetini değerlendirmek amacıyla Çalışma II'ye BDÖ eklenmiştir. Çalışma I'de de yer alan Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği ve Otobiyografik Bellek Etkileri Ölçeği'nin bilgilerine Veri Toplama Araçları (I) kısmında yer verilmiştir.

2.2.2.1. Araştırmada Kullanılan Ölçekler

2.2.2.1.1. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

Beck Depresyon Ölçeği, Beck (1961) tarafından depresif kişilerde yaygınlıkla gözlenen karamsarlık, uyku ve iştah problemleri, yorgunluk, kararsızlık gibi duygusal, bilişsel ve motivasyonel belirtileri ve şiddeti değerlendirmek amacıyla

oluşturulan 4'lü likert tipi bir ölçme aracıdır. Her bir maddede depresif davranışa ilişkin dört ifadenin yer aldığı, toplam 21 maddeden oluşan bir değerlendirme aracıdır. Ölçekten alınan düşük puanlar, depresif belirtilerin azlığına, yüksek puanlar ise, çokluğuna işaret etmektedir.

Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 63'tür. Ölçeğin Türk kültüründe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Hisli (1988) tarafından yapılmıştır. Test tekrar, test güvenirlik sayısı 0.65, ölçeğin iç tutarlılığı iki yarım korelasyon yöntemi ile 0.78 olarak bulunmuştur. BDÖ'nin örnek maddelerine Ek-11'de yer verilmiştir.

2.2.2.2. Araştırmada Kullanılan Formlar

2.2.2.2.1. Otobiyografik Anı Formu

İki kısımdan oluşan Otobiyografik Anı Formu, Er ve Boyraz (2010) tarafından, istemli ve istemsiz anıların araştırılması için geliştirilmiştir. Formun ilk bölümünde katılımcılara ilgili bir anı getirmesini sağlanması için bir ipucu kelimesi içeren yönerge sunulmaktadır. Katılımcıların geri getirdikleri anıları yeterince detaylı hatırladıklarından emin olduklarında, anıyı forma kaydetmeleri istenmektedir. Zaman zaman katılımcıların isteğine bağlı olarak, aktardıkları anıyı araştırmacı doldurulabilmektedir. Anı formunun ikinci kısmında ise katılımcılardan hatırladıkları anıya ilişkin çeşitli ayrıntıları belirtmeleri istenmektedir.

2.2.2.2.2. Otobiyografik Olay İçeriği Formu

Bu form, araştırmanın konusu bağlamında ve tez kapsamında hazırlanmış olup, travmatik olayın (çocukluk istismar yaşantısı) şiddetini, süresini, sıklığını ve kimler tarafından yapıldığını öğrenmeye dönük oluşturulan bir formdur. Anı

Formu'nu tamamlayıcı nitelikte olduğu düşünülerek hazırlanan form, dört maddeden oluşmaktadır. İlk madde, söz konusu travmatik deneyimlerin hangi yaşta başlayıp hangi yaşta bittiğini ortaya koymaya dönük bir çizelgeden oluşurken; ikinci madde, bu ve benzeri deneyimlerin kimler tarafından yapıldığı; üçüncü madde, bu ve benzeri deneyimlerin bireyi nasıl etkilediği; dördüncü madde ise bu ve benzeri deneyimlerin bireyi ne kadar etkilediği sorusunu taşımaktadır.

2.2.2.2.3. Anı İçeriğini Değerlendirme Formu

Tosun tarafından betimsel ölçüm almak için geliştirilen 10 maddelik ölçek, bireyin hatırladığı anısını Beck'in depresyon modelindeki "bilişsel üçlüsü" temelinde değerlendirmesini amaçlar. Beck'in üç boyutu; kişinin "kendine", "diğer insanlara" ve "geleceğe" dair olumsuz bakışıdır (Beck, 1976).

Birinci maddede, kişinin hatırladığı anıda kendisine dönük nasıl bir benlik tanımı yaptığı, ikinci maddede ise bu betimlemenin kendini ne kadar tanımladığını katılımcıdan 5 derece (0=hiç, 4=çok sık) üzerinde puanlaması istenir. Üçüncü, dördüncü ve beşinci maddeler ise, kişinin hatırladığı anıda "kendisiyle" ilgili depresif değerlendirmesini üç boyut üzerinde ele alır. Altıncı, yedinci ve sekizinci maddeler, geri getirilen anıda diğer insanlara ilişkin depresif değerlendirilmesini üç boyut üzerinde yansıtır. Dokuzuncu madde kişinin geleceğe dair olumsuz inançlarını ele alır. Her madde, 0 ile 6 arasında değişen puan aralıkları ile derecelendirilir. Puanlamada 0 (depresif) en olumsuz değerlendirmeyi yansıtmakta ve 6 puana dönüşmektedir. 6 ise en olumlu değerlendirmeye işaret etmekte ve 0 puana denk gelmektedir. 3 puanın üstü olan değerlendirme depresif eğilimi, 3 puanın altında olan

değerlendirme ise olumlu değerlendirme eğilimini göstermektedir. AİDF'nin örnek maddelerine Ek-10'da yer verilmiştir.

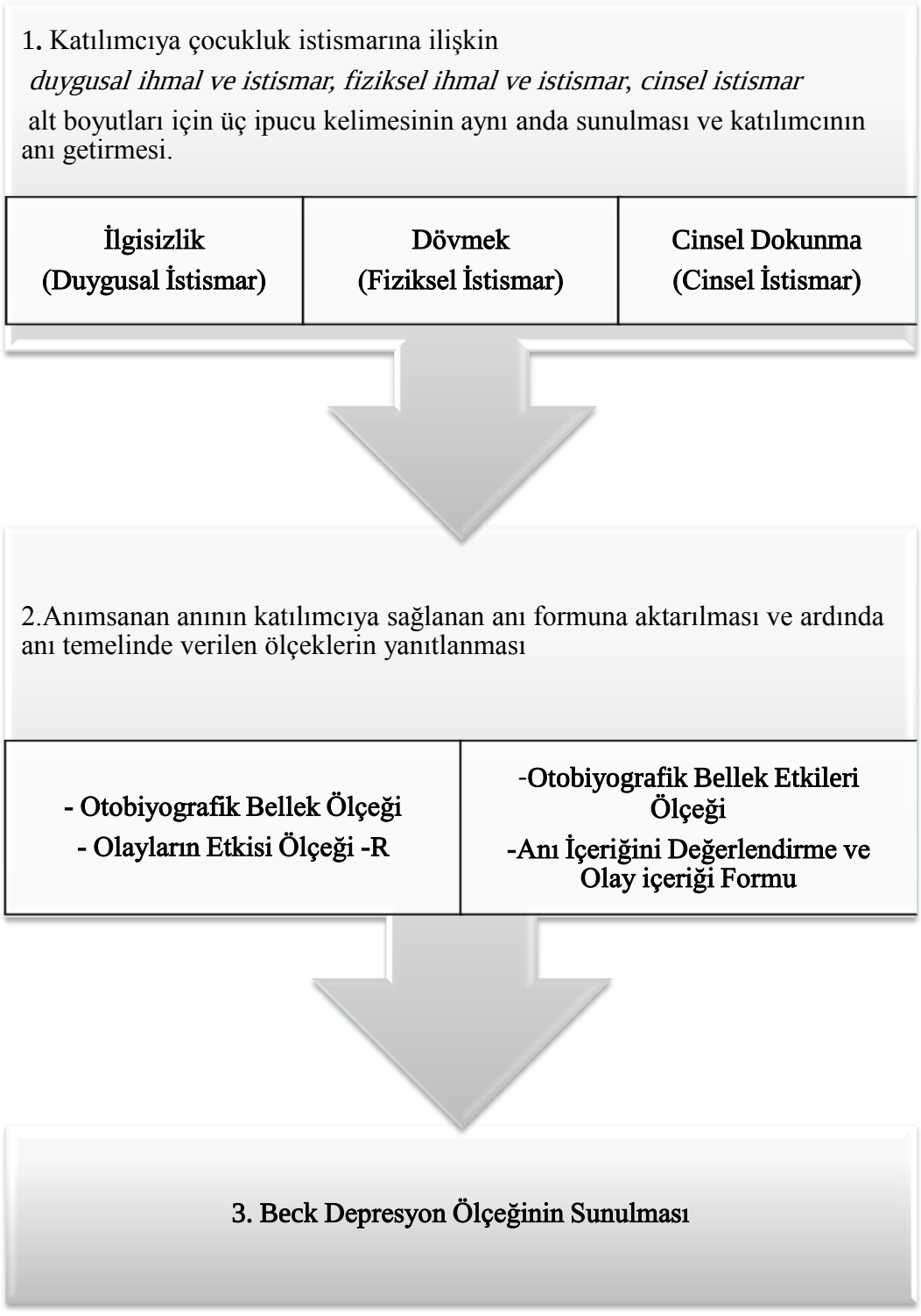
2.2.3. İşlem (2)

Araştırmanın ikinci çalışması olarak bu kısımda, katılımcılara, otobiyografik anı formunda üç ipucu sözcük verilmiş ve katılımcılardan her bir sözcükle ilgili bir anı düşünmeleri ve not etmeleri istenmiştir.

İpucu Kelimelerinin Belirlenmesi

Anı tetiklemede kullanılan bu üç ipucu sözcüğünün belirlenmesinde iki yöntem uygulanmış ve ikisinin sonuçları dikkate alınmıştır. İlk yöntemde, çalışmanın 1. Aşamasında, katılımcıların olumsuz çocukluk yaşantıları temelinde getirdikleri anıların, ÇÖYÖ'nin hangi maddesi tarafından tetiklendiği dikkate alınarak, en sık madde numaraları, fiziksel, cinsel ve duygusal ihmal ve istismar kategorileri temelinde belirlenmiştir. İkinci yöntemde ise, araştırma örneklemine dahil olmayan bağımsız 40 kişiye ulaşılarak, bu kişilerden üç kategori (fiziksel, cinsel, duygusal istismar) sunulduğunda akla gelen ilk beş kelimeyi yazmaları istenmiş ve getirilen kelimelerin frekansları dikkate alınmıştır. En nihayetinde, ilk ve ikinci yöntemin sonuçları birbiri ile tutarlılık göstermiş olup,

a) duygusal ihmal ve istismar için **"ilgisizlik"**,
b) fiziksel istismar için **"dövülmek",**
c) cinsel istismar için ise **"cinsel dokunma"** sözcükleri ön plana çıkmıştır.



Şekil 5. Çalışma 2 Uygulamasında Takip Edilen Aşamalar

Şekil 5'te görüldüğü gibi, anı tetiklemede kullanılacak ipucu-kelimelerinin belirlenmesinden sonra katılımcıya ilk olarak bu ipucu-kelimelerinin yer aldığı otobiyografik anı formu sunulmuştur. İpucu-kelimelerinin hatırlatabileceği bir anıyı hatırlaması ve ilgili forma kaydetmesi istenmiştir. Hatırlanan anının spesifik/özgül bir anı olmasını sağlamak üzere şöyle bir yönerge sunulmuştur: "*Bu çalışmada, çocukluk yaşantılarınızla ilgili anılarınızla ilgileniyorum. Bu doğrultuda size çocukluk yaşantılarınızla ilgili olabilecek bazı kelimeler sunacağım. Sizden istediğim sunulan her bir kelime ilgili bir anınızı düşünmeniz. Bu noktada, hatırlayacağınız anının spesifik yani özel bir gün ve yerde gerçekleşen bir anı olmasına dikkat etmeniz benim için önemli. Örneğin, ben size 'bisiklet' kelimesini sunduğumda,* ***'ben çocukken bisiklet sürmekten hoşlanırdım****' anısı yerine '****bir gün bisikletten düşmüştüm…****' şeklindeki bir anı daha spesifik bir anı olacaktır. Ayrıca hatırlayacağınız anı temelinde birazdan size verilecek anketleri eksiksiz doldurmanız araştırmanın sağlığı açısından son derece önemlidir.*" Bununla birlikte akla gelen anının olabildiğince ayrıntılı olarak yazılması gerektiği yeniden hatırlatılmıştır. Katılımcının tercihine bağlı olarak, anı araştırmacı tarafından da not edilebilmektedir. Anı aktarımının ardından, katılımcı tarafından ilgili anı temel alınarak, verilen ölçekler doldurulmuştur (bkz. Şekil 5). Son aşamada ise, katılımcıdan verilen yönerge doğrultusunda 'bugün dahil geçen hafta, kendini nasıl hissettiğini en iyi tanımlayan maddeyi seçmek' üzere, genel ruh halini ölçmeyi amaçlayan Beck Depresyon Ölçeği'ni doldurması istenmiş ve ölçeği tamamlama işlemi büyük ölçüde bireysel olarak gerçekleştirilmiştir. Bununla birlikte, gerekli görüldüğünde, ölçekte yer alan ve katılımcının anlamakta zorlandığı bazı maddelerin araştırmacı tarafından açıklanması yoluna gidilmiştir. Genel olarak, doldurulan Beck

Depresyon Ölçeği'nde yer alan benzer maddeler katılımcılar tarafından anlaşılmamış ve araştırmacının yardımına başvurulmuştur.

Uygulama bireysel görüşmeler halinde gerçekleştirilmiş olup, her bir uygulama yaklaşık 45-60 dakika sürmüştür.

III. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, daha önce aktarılan kuramsal görüşler çerçevesinde cevap aranan araştırma sorularına ilişkin yapılan istatistiksel analizler yer almaktadır. Araştırmanın iki aşamadan oluşması sebebiyle, yöntem bölümünde olduğu gibi, bu bölüm de Çalışma I ve II olmak üzere iki kısımda sunulacaktır.

Tabachnik ve Fidel (1996)'e göre, sağlıklı ve güvenilir sonuçlar elde etmek için gerekli işlemler arasında verilerin hatalardan arındırılması ve temizlenmesi önemli olmaktadır. Bu bağlamda, istatistiksel analizlerden önce yanlış girilen değerler tespit edilmiş ve düzeltilmiştir. Aynı zamanda, kayıp değerler belirlenerek, her bir katılımcının boş maddeleri için o alt ölçeğinden alınan ortalama puanları atanmıştır. Araştırmaya başlangıçta dahil olmayı kabul edip, soruların bir kısmını yanıtladıktan sonra devamında vazgeçmek isteyen katılımcılar (n=43) değerlendirmeye alınmamıştır. Öte yandan, soruların tamamını yanıtlayan ancak istenen üç tür anıdan olumsuz çocukluk anısını getirmeyen katılımcılar ayrı tutulmuştur. Ayrıca, sonuçları etkileme olasılığını elimine etmek adına kişisel bilgi formunda elde edilen bilgiler arasında herhangi psikiyatrik bir ilaç (antidepresan) kullandığı bilgisine ulaşılan katılımcıların (n=4) verileri analizlerde kullanılmamıştır.

3.1. Çalışma I.

Bu kısımda aktarılacak olan bulgular, birkaç başlık altında toplanmıştır. İlk olarak, araştırmanın birinci aşamasında dahil edilen otobiyografik anı özellikleri ve çocukluk örselenme yaşantıları arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla Pearson

Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır. Ardından, katılımcılara sunulan Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nden alınan puanlar dikkate alınarak, çocukluk örselenme yaşantısı olan ve olmayanlar olmak üzere oluşturulan iki grubun otobiyografik anı özellikleri açısından karşılaştırılması amacıyla bağımsız gruplar için t- testi analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Son olarak, çocukluk örselenme yaşantıları ve otobiyografik anı özelliklerinin anı getirme tarzına (özgül/uzamış/jenerik) göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak üzere tek yönlü çok değişkenli varyans analizi yapılmış ve sonuçlarına yer verilmiştir. Bütün bu ilişkiler, araştırma kapsamında çocukluk döneminden gelen örselenme anısı (olumsuz anı), çocukluk döneminden gelen olumlu anı (olumlu anı) ve yakın dönem yaşantılardan gelen anı (karşılaştırma anısı) temelinde değerlendirilmiştir.

3.1.1. Çalışma I'deki Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Çalışma I'de kullanılan Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği (ÇÖYÖ), Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği (OBÖÖ), Olayların Etkisi Ölçeği-R (OEÖ-R) ile bu ölçeklerin alt boyutlarından alınan puanların, ortalama, standart sapma, cronbach's alpha, minumum ve maksimum değerleri hesaplanmış, ilgili sonuçlar Tablo 3'te gösterilmiştir.

Çalışmanın birinci ayağında ulaşılan 198 katılımcının ÇÖYÖ'den aldıkları toplam puanların ortalaması 63.16 (*S*= 17.44), ÇÖYÖ'nün fiziksel istismar, cinsel istismar ve duygusal ihmal ve istismar alt ölçeklerinden aldıkları puanların ortalaması ise sırasıyla 22.96 (*S*= 6.26), 5.81 (*S*= 1.97), ve 29.72 (*S*= 10.61) olarak saptanmıştır. Ölçeğin bu çalışmadaki örneklem için cronbach alpha iç tutarlılık

katsayısı .92 olarak hesaplanmış, alt ölçeklerin ise .67-.91 arasında değiştiği görülmüştür.

Tablo 3. Çalışma I'de Olumsuz, Olumlu ve Karşılaştırma Anıları Temelinde OBÖÖ, OEÖ-R ve ÇOYÖ Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Betimsel İstatistikler

Ölçümler	Ort.	S	Min.	Max.	Cronbach's Alpha
ÇALIŞMA I (n=198)					
Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği	63.16	17.44	40	116	.92
Fiziksel İstismar Alt Ölçeği	22.96	6.26	15	46	.80
Cinsel İstismar Alt Ölçeği	5.81	1.97	5	17	.67
Duygusal İh. İstismar Alt Ölçeği	29.72	10.61	18	62	.91
Olumsuz Çocukluk Anısı					
Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği	88.89	22.93	36	151	.93
Anının Detayı Alt Boyutu	42.09	12.15	13	70	.89
Anının Etkisi Alt Boyutu	25.39	10.54	8	54	.89
Olay Etkisi Ölçeği-R					
Kaçınma Alt Ölçeği	11.03	6.28	0	26	.75
Araya Girici Alt Ölçeği	6.94	6.32	0	32	.88
Olumlu Çocukluk Anısı					
Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği	105.99	24.81	41	159	.93
Anının Detayı Alt Boyutu	47.44	11.69	16	70	.88
Anının Etkisi Alt Boyutu	33.98	11.23	9	56	.90
Karşılaştırma Anısı					
Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği	119.74	20.38	51	162	.89
Anının Detayı Alt Boyutu	58.21	9.66	19	70	.85
Anının Etkisi Alt Boyutu	56.00	35.16	8	56	.88

Katılımcıların olumsuz çocukluk anıları temelinde OBÖÖ'den aldıkları toplam puanların ortalamasının 88.89 (*S*= 22.93) olduğu görülmüştür. Olumsuz anı temelinde, bu örneklem için ölçeğin cronbach alpha içtutarlılık katsayısı .93, anının detayı ve anının etkisi alt boyutlarının cronbach alpha içtutarlılık katsayıları .89 olarak hesaplanmıştır. Olumlu anı temelinde, ölçeğin (Ort= 105.99, *S*=24.81) cronbach alpha içtutarlılık katsayısı .93, alt boyutlarının ise .88-.90 olduğu

görülmüştür. Karşılaştırma anıları için ise OBÖÖ'nin (Ort=119.74, *S*= 20.38) cronbach alpha içtutarlılık katsayısı .89, alt boyutlarının .89-.88 olduğu saptanmıştır.

OEÖ-R'ın Çalışma I'de kullanılan alt ölçeklerinden kaçınma (Ort=11.03 *S*= 6.28) ve araya girici (Ort=6.94, *S*=6.32) boyutlarının cronbach alpha içtutarlılık katsayıları sırasıyla .88 ve .75 olarak hesaplanmıştır.

3.1.2. Otobiyografik Anı Özellikleri ile Çocukluk Örselenme Yaşantılarının Korelasyonları

Bu kısımda, olumsuz çocukluk, olumlu çocukluk ve karşılaştırma anıları temelinde otobiyografik anı özellikleri (anının detayı, etkisi, anıdan kaçınma ve anının araya girici düzeyi) ile çocukluk örselenme yaşantıları (fiziksel, cinsel ve duygusal istismar) arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Araştırmada değerlendirilen üç anı türünden "olumsuz anı", "olumlu anı" ve "karşılaştırma anısı" temelinde tüm değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 4'te gösterilmektedir. Tablo 4'ten anlaşılacağı üzere olumsuz anı temelinde çocukluk örselenme yaşantıları ile diğer tüm değişkenler arasında beklenen ve anlamlı yönde ilişkiler mevcuttur.

En yüksek korelasyon katsayılarının çocukluk örselenme yaşantıları, anının etkisi ve araya girici düzeyleri arasında olduğu gözlenmektedir (sırasıyla r= .57, r=.67, p<.001). Başka bir ifadeyle, katılımcıların çocukluk istismar yaşantılarının ve bu yaşantılara ilişkin anı etkilerinin artmasıyla araya girici düzeyinin de arttığı görülmektedir. Benzer biçimde katılımcılar olumsuz anılarının ne kadar etkili olduğunu belirtirse anıyı o kadar detaylı hatırladıkları (r=.56, p<.001), aynı zamanda

hatırladıkları anının araya girici düzeyi ölçüsünde anıdan kaçındıkları (r = .51, p<.001) gözlenmektedir.

Öte yandan, anının özellikleri, çocukluk örselenme yaşantılarının toplam puanıyla olduğu gibi alt boyutlarıyla da ilişki göstermiştir. Fiziksel istismar alt boyutu, anının detayı (r=18, p=.02), etkisi (r=.56, p<.001), anıdan kaçınma (r=.36, p<.001) ve anının araya girici düzeyi (r=.44, p<.001) ile ilişkili görünmektedir. Duygusal ihmal ve istismar alt boyutu ile olumsuz anının etkisi (r=.38, p<.001), olumsuz anıdan kaçınma (r=.36, p<.001) ve olumsuz anının araya girici düzeyi (r=.56, p<.001) arasında bir ilişki mevcuttur. Son olarak, sonuçlar cinsel istismar alt boyutu ile anıdan kaçınma (r=.25, p=.001) ve araya girici düzey arasında (r=.16, p=.03) bir ilişkiye işaret etmektedir.

Tablo 4. Araştırmada Ele Alınan Olumsuz, Olumlu ve Karşılaştırma Anıları Temelinde Otobiyografik Anı Özellikleri ile Çocukluk Örselenme Yaşantılarının (Fiziksel İstismar, Duygusal İhmal ve İstismar, Cinsel İstismar) Korelasyonları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Çocukluk Örselenmesi	1														
2. Fiziksel İstismar	.85**	1													
3. Duygusal İhmal ve İstismar	.94**	.66**	1												
4. Cinsel İstismar	.31**	.26**	.17*	1											
Çocukluk Çağı Örselenme Anısı															
5. OBÖ Toplam	.29**	.25**	.27**	.07	1										
6. Anının Detayı	.17*	.18*	.14	.08	.89**	1									
7. Anının Etkisi	.39**	.56**	.38**	.05	.86**	.56**	1								
8. Anıdan Kaçınma	.45**	.36**	.36**	.25**	.25**	.19	.27**	1							
9. Anının Araya Girici Düzeyi	.57**	.44**	.56**	.16*	.57**	.38**	.67**	.51**	1						
Çocukluk Çağı Olumlu Anı															
10. OBÖ Toplam	-.23**	-.17*	-.22*	.03	.06	.18*	.03	-.09	-.13	1					
11. Anının Detayı	-.20*	-.17*	.14	.02	.04	.20**	-.08	-.10	-.13	.88**	1				
12. Anısının Etkisi	-.20**	.12	-.16*	-.02	.04	.12	- .01	-.06	-.07	.89**	.58**	1			
Karşılaştırma (Yakın Dönem) Anısı															
13. OBÖ Toplam	-.03	.04	-.13	.05	.22**	.28**	.11	.02	.01	.34**	.34**	.25**	1		
14. Anının Detayı	-.17*	-.06	-.25**	.02	-.22**	.29**	-.02	-.10	-.12	.33**	.40**	.20**	.74**	1	
15. Anının Etkisi	.10	.16*	.03	.06	.20	.16*	.20	.11	.12	.19*	.13	.18*	.84**	.31**	1

*p<0.05,**p<0.001

Tablo 4, aynı zamanda çocukluk örselenme puanları ve anı özellikleri arasında var olan ilişkileri olumlu çocukluk anısı ve karşılaştırma anısına ilişkin puanlar temelinde de özetlemektedir.

Çocukluk örselenme yaşantıları ile hem olumlu çocukluk anısının detayı (r=-.20, p=.007), hem de karşılaştırma anısının detayı (r=-.17, p=.02) arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki gözlenmiştir. Başka bir anlatımla, katılımcıların çocukluk örselenme yaşantıları arttıkça, hem olumlu çocukluk anılarını, hem de yakın döneme ait yaşantılardan getirilen karşılaştırma anılarını daha az detaylı hatırlamaktadırlar.

Sonuçlar hem olumlu anı hem karşılaştırma anısı temelinde anının etkisi ve detayı arasında anlamlı ve olumlu yönde bir ilişkiye işaret etmektedir (sırasıyla r=.58 ve r=.31, p<.001). Şöyle ki, her üç anı türünde de anının etkisi arttıkça detayının arttığı gözlenmektedir. Öte yandan ilgi çeken başka bir bulgu ise anı detaylarının birbiri ile gösterdiği ilişkidir. Olumsuz anının detayı ile olumlu ve karşılaştırma anılarının detayı arasında anlamlı ve olumlu yönde bir ilişki mevcuttur (r= .20, p=.009; r=.29, p<.001). Yani, katılımcılar olumsuz anılarını ne kadar detaylı hatırlarsa, olumlu ve karşılaştırma anılarını da o denli detaylı hatırlamaktadırlar.

3.1.3. Çocukluk Örselenme Yaşantısı Olan ve Olmayan Bireylerin Otobiyografik Bellek Örüntüleri Açısından Karşılaştırılması

Araştırmanın temel amaçlarından biri, çocukluk örselenme öyküsü olan ve olmayan bireylerin otobiyografik bellek süreçlerinde nasıl bir farklılaşma olduğunu belirlemektir. Buradan hareketle, araştırmanın bu aşamasında, Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nden aldıkları puanlar dikkate alınarak, katılımcılardan iki grup oluşturulmuştur. Ölçekten ortalamanın (63.16) bir standart sapma (17.44) üstü

(81.60) puan alanlar "çocukluk örselenme yaşantısı olan", bir standart sapma altı (45.72) puan alanlar "örselenme yaşantısı olmayan" olarak belirlenmiş iki grup diğer değişkenler açısından karşılaştırılmıştır. Cohen *d* değerleri, http://www.uccs.edu/~lbecker/ adresinde verilen etki büyüklüğü hesaplayıcısında hesaplanmıştır.

Tablo 5. Çocukluk Örselenme Yaşantısı Olan ve Olmayan Bireylerin Olumsuz, Olumlu ve Karşılaştırma Anıları Temelinde Otobiyografik Bellek Örüntüleri Açısından Karşılaştırılması

	Örselenme Yaşantısı Olan (n= 54)		Örselenme Yaşantısı Olmayan (n= 49)			
	Ort.	*S*	Ort.	*S*	*t*	*d*
Çocukluk Çağı Örselenme Anısı						
Anının Özgüllüğü	3.73	1.91	4.91	2.63	2.27*	.51
Anının Detayı	45.68	12.83	38.29	12.89	2.42*	.57
Anının Etkisi	32.68	10.58	20.55	8.81	5.33**	1.24
Kaçınma	15.97	5.17	7.81	6.23	5.93**	1.42
Araya girici	13.64	8.06	3.62	4.21	6.89**	1.56
Çocukluk Çağı Olumlu Anı						
Anının Detayı	44.87	10.57	50.72	10.29	2.40*	.56
Anının Etkisi	31.03	9.67	36.43	10.96	2.27*	.52
Karşılaştırma (Yakın Dönem) Anısı						
Anının Detayı	54.22	10.81	59.60	9.13	2.71**	.50
Anının Etkisi	36.93	11.24	33.73	12.16	1.17	.27

Not. d = Cohen *d* için bulunan değerleri göstermektedir. *d*= 0-0.20 arası zayıf etki, *d* = 0.21-0.50 arası küçük etki, *d* = 0.51-1.00 arası orta etki ve *d*> 1.00 güçlü etki olarak sınıflanmaktadır (bkz. Cohen, Manion ve Morrison, 2007).

*p<0.05 **p<0.01

Tablo 5'te görüldüğü üzere, çocukluk örselenme yaşantıları olan ve olmayan bireylerin, çocukluk dönemindeki olumsuz anılar temelinde OBÖÖ alt boyutlarından, anının detayı (t (101) = 2.42, p = .034, d = .57) ve etkisi (t(101) = 5.33, p < .001, d = 1.24) boyutlarında, KOBEÖ'nün anının özgüllüğü alt boyutunda (t=2.27, p =.026, d= .51), OEÖ-R alt ölçeklerinden ise anıdan kaçınma (t(101) = 5.93, p < .001, d = 1.42) ve anının araya girici düzeyinde (t(101) = 6.83, p < .001, d =1.56) birbirlerinden farklılaştıkları görülmüştür. Çocukluk örselenmesi olan katılımcılar olmayanlara göre olumsuz anılarını daha genel (aşırı genel) hatırlamaktadır. Çocukluk örselenme yaşantısı olan katılımcılar olmayan katılımcılara göre olumsuz çocukluk yaşantılarını daha detaylı hatırladıklarını, bu anılarının etki düzeyinin daha yüksek, daha fazla araya girici olduğunu ve anıdan daha fazla kaçındıklarını bildirmişlerdir.

Çocukluk dönemindeki olumlu anılar temelinde elde edilen bulgular, OBÖ alt boyutlarından anının detayı (t(101) = 2.40, p =.004, d = .56) ve anının etkisi üzerinde (t(101) = 2.27, p = .015, d = .52) gruplar arasında anlamlı bir farklılaşma olduğunu göstermiştir (bkz. Tablo 5). Diğer bir deyişle, çocukluk çağı örselenme öyküsü olan katılımcılar, örselenme öyküsü olmayan katılımcılara göre çocukluk dönemindeki olumlu anılarını daha az detaylı hatırladıklarını ve bu anılarının etkisinin daha düşük olduğunu bildirmişlerdir.

Son olarak, katılımcıların yakın döneme ilişkin getirdikleri karşılaştırma anılarında, OBÖ alt boyutlarından sadece anının detayı (t(101) = 2.71, p = .007, d = .50) boyutunda gruplararası bir farklılaşma gözlenmiştir. Karşılaştırma anısı

açısından da, örselenme öyküsü olan katılımcıların olmayanlara göre, yakın dönem yaşantılarına ilişkin anılarını daha az detaylı hatırladıkları dikkati çekmiştir.

Başka bir anlatımla, çocukluk örselenme öyküsü olan bireyler çocukluklarında böyle bir deneyimi olmadığını bildiren bireylere kıyasla olumsuz çocukluk anılarını daha detaylı hatırladıklarını, bu anılarından daha fazla kaçındıklarını ve bu anılarının daha fazla araya girici olduğunu; öte yandan olumlu çocukluk ve karşılaştırma anılarını daha az detaylı hatırladıklarını bildirmişlerdir.

Bu noktada önem kazanan bir nokta ise, çocukluk örselenme öyküsü olanların "geçen hafta yaşadığınız herhangi bir olaya ilişkin anınızı hatırlayın" yönergesiyle getirdikleri karşılaştırma anılarını daha az detaylı hatırladığı bulgusudur. Bu bağlamda, çocukluk örselenme öyküsü olan bireylerin, karşılaştırma anılarını daha az detaylı hatırlamalarının anının etkisi kontrol edildiğinde de gözlenip gözlenmeyeceğini belirlemek amacıyla, anının etkisinin kontrol edildiği bir ANCOVA analizi gerçekleştirilmesi uygun görülmüştür.

Tablo 6. Çocukluk Örselenme Öyküsünün Varlığında ve Yokluğunda Karşılaştırma Anısının Detayına İlişkin ANCOVA Sonuçları

	Çocukluk Örselenmesi Olan		**Çocukluk Örselenmesi Olmayan**		F	η^2
	Ort	S	Ort.	S		
Karşılaştırma Anısının Detayı	53.48	1.52	60.13	1.28	11.08**	.12

**p<.001

Tablo 6'nın işaret ettiği gibi, analiz sonuçlarına göre, karşılaştırma anısı detayının, örselenme öyküsü olan ve olmayan katılımcılar arasında, anının etkisi

kontrol edildiğinde bile anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur ($F_{(1-103)}$ = 11.08, p<.001, η^2 = .12). Başka bir ifadeyle, çocukluklarında örselenme yaşantılarına maruz kalan katılımcılar karşılaştırma anılarını böyle bir deneyimi olmayanlara göre daha az detaylı hatırlamaktadırlar.

3.1.4. Otobiyografik Anı Tarzı (Jenerik Anı/ Uzamış Anı/Uzamış Anı) ve Türünün (Fiziksel İstismar/Cinsel istismar/Duygusal İhmal ve İstismar) Anı Özellikleri (Anının Detayı ve Anının Etkisi) Açısından İncelenmesi

Araştırma sorularından bir diğeri, otobiyografik anı tarzı ve türünün Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği'nin alt boyutlarından (anının detayı ve etkisi) alınan puanlar açısından değişip değişmediğidir. Bu amaçla, çocukluk örselenme anılarının **türünün(3)**(Fiziksel istismar/cinsel istismar/duygusal istismar) ve **tarzının (3)** (Özgül Anı/ Uzamış Anı/ Jenerik Anı) otobiyografik anı özelliklerine; anı detayı ve anı etkisine göre farklılaşıp farklılaşmadığı 3x3 faktörlü varyans analizleri (ANOVA) ile incelenmiştir. Otobiyografik anı tarzını, genel, uzamış ve özgül anı olarak belirlemek için, katılımcılara hatırladıkları anının "bir kez gerçekleşmiş bir olay mı yoksa birden çok kez tekrarlanmış olaylardan oluşan özet bir olay mı" sorusu yöneltilerek, '1' özet bir olayı, '7' ise özel olayı temsil edecek biçimde, 1-7 arasında derecelendirmeleri istenmiştir. Katılımcıların ilgili soruya verdikleri yanıtlar analiz öncesinde kategorileştirilerek anı tarzları özgül, uzamış ve jenerik olarak belirlenmiştir. Gruplar arası farkın hangi alt ölçeklerden kaynaklandığı, Bonferroni düzeltmesi kullanılarak, Tukey testi ile değerlendirilmiştir. Buna göre, .02'nin (.05/3) altında bulunan p değerleri anlamlı olarak kabul edilmiştir.

Olumsuz çocukluk anısı temelinde elde edilen bulgular Tablo 7'de gösterilmiştir. Tablo 7'de görüldüğü gibi, **anı detayı** üzerinden yürütülen analiz, sadece anı tarzının ($F_{(2, 189)}$ = 5.13, p= .007, η^2 = .07) anlamlı bir temel etkiye sahip olduğunu göstermiştir. Üç anı tarzının (jenerik, uzamış, özgül anı) otobiyografik anı detayı üzerindeki temel etkisinin hangi anı tarzlarından elde edildiğini bulmak amacıyla, Bonferroni düzeltmesi kullanılarak, yapılan Tukey testi sonuçlarına göre jenerik anılar (*Ort.* = 37.31, %95 GA [31.99, 41.40], p= .005) özgül anılardan (*Ort.* = 44.51, %95 GA [34.64, 48.58]) daha az detay içermektedir.

Tablo 7. ***Çocukluk Örselenme Anılarının Türü*** *(Fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar) ve* ***Tarzının*** *(Özgül Anı/ Uzamış Anı/ Jenerik Anı) Otobiyografik Anı Özellikleri Açısından Ortalama ve Standart Sapmaları*

	Anı Türü ve Tarzı	Ort.	*S*	*3x3 ANOVA Sonuçları*
Anı Detayı	Jenerik Anı (n=53)	37.31_a	12.32	
	Uzamış Anı (n=74)	42.00	9.51	
	Özgül Anı (n=73)	44.51_b	12.49	$F_{tarz} = 5.13^*$ $\eta^2_{=} .07$
	Fiziksel İstismar (n=98)	41.17	12.98	$F_{tür} = .07$ $\eta^2_{=} .01$
	Cinsel İstismar (n=36)	43.13	9.76	$F_{tarzXtür} = .55$ $\eta^2_{=} .02$
	Duygusal İstismar (n=53)	41.48	12.70	
Anı Etkisi	Jenerik Anı (n=53)	26.87	10.49	
	Uzamış Anı (n=74)	19.57	4.82	$F_{tarz} = 0.63$ $\eta^2 = .01$
	Özgül Anı(n=73)	23.60	10.94	$F_{tür} = 6.82^*$ $\eta^2 = .09$
	Fiziksel İstismar (n=98)	23.26_a	10.31	$F_{tarz\ X\ tür} = 1.87$ $\eta^2 = .04$
	Cinsel İstismar (n= 36)	24.32_a	8.90	
	Duygusal İstismar (n=53)	31.85_b	10.74	

**p*< .05, ***p*<.001

Not. Farklı harfler, ortalamalar arasındaki anlamlı farklılığa işaret etmektedir.

Anı etkisi üzerindeki analiz sonuçlarına göre, sadece anı türünün anlamlı temel etkisi olduğu bulunmuştur. OBÖÖ'nin anı etkisi boyutunda, duygusal ihmal ve istismara ilişkin anıların (*Ort.* = 31.85 %95 GA [28.28, 36.67]), hem fiziksel istismar anılarından (*Ort.* = 23.26 %95 GA [18.20, 25.38] *p*= .001) hem de cinsel istismar anılarından (*Ort.* = 24.32 %95 GA [17.86, 27.84] *p*= .014) daha yüksek ortalamalara sahip olduğu dikkati çekmiştir.

Araştırma deseninde değerlendirilen **olumlu çocukluk** ve **karşılaştırma anıları**nın her biri için ise anı tarzının otobiyografik anı özellikleri açısından incelenmesi tek yönlü varyans analizi ile gerçekleştirilmiştir. Olumlu çocukluk anısı

temelinde elde edilen bulgular Tablo 8'de; karşılaştırma anısı temelinde elde edilen bulgular Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 8. ***Olumlu Çocukluk Anı Tarzının*** *(Özgül Anı/ Uzamış Anı/ Jenerik Anı) Otobiyografik Anı Özellikleri Açısından İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları*

	Anı Tarzı	Ort.	*S*		
Anı Detayı	Jenerik Anı (n=94)	41.25_a	10.77	F_{tarz} = 19.73*	$\eta^2_{=}$ .19
	Uzamış Anı (n=38)	48.34	12.88		
	Özgül Anı (n=56)	52.31_b	11.44		
Anı Etkisi	Jenerik Anı (n=94)	31.38	10.88	F_{tarz} = 3.01	η^2=.03
	Uzamış Anı (n=38)	33.89	11.13		
	Özgül Anı (n=56)	36.03	11.89		

*p< .001

Not. Farklı harfler, ortalamalar arasındaki anlamlı farklılığa işaret etmektedir.

Tablo 8'de görüldüğü üzere, **olumlu çocukluk yaşantılarına ilişkin** jenerik, uzamış ve özgül anıların anı detayına göre değişip değişmediği incelendiğinde üç anı tarzının birbirlerinden anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür ($F_{(2,189)}$ = 19.73, p<.001, η^2= .19). Olumlu çocukluk yaşantılarına ilişkin jenerik anılar (*Ort.* = 41.25 %95 GA [38.92, 43.77], p< .001), özgül anılardan (*Ort.* = 52.31 %95 GA [49.81, 54.80]) daha az detay içermektedir. Anı etkisi açısından jenerik, uzamış ve özgül anılar anlamlı düzeyde birbirinden farklılaşmamaktadır (p<.05).

Tablo 9. ***Karşılaştırma Anı Tarzının*** *(Özgül Anı/ Uzamış Anı/ Jenerik Anı) Otobiyografik Anı Özellikleri Açısından Ortalama ve Standart Sapmaları*

	Anı Tarzı	Ort.	*S*		
Anı Detayı	Jenerik Anı (n=79)	57.70	8.46	F_{tarz} = 3.79*	$\eta^2_{=}$ .04
	Uzamış Anı (n=35)	54.30_a	12.11		
	Özgül Anı (n=72)	60.37_b	7.49		
Anı Etkisi	Jenerik Anı (n=79)	35.47	10.41	F_{tarz} = .13	η^2=.01
	Uzamış Anı (n=35)	35.90	9.32		
	Özgül Anı (n=72)	34.66	13.03		

*p< .05

Not. Farklı harfler, ortalamalar arasındaki anlamlı farklılığa işaret etmektedir.

Tablo 9'un işaret ettiği gibi, jenerik, uzamış, özgül anılara göre **karşılaştırma anısının** özelliklerinden sadece anı detayının anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür ($F_{(2,189)}$= 3.79, p=.02, η^2= .04). Karşılaştırma anısı temelinde, özgül anılar (*Ort.* = 54.30 %95 GA [50.66, 57.93], p=.01), uzamış anılardan (*Ort.* = 60.37 %95 GA [58.03, 62.71]) daha fazla detay içermektedir. Başka bir ifadeyle, olumsuz çocukluk anılarında gözlendiği gibi, olumlu çocukluk anısı ve karşılaştırma anısında da jenerik ve uzamış anılar (aşırı genel) olaya özgü anılardan daha az detay içermektedir.

3.2. Çalışma 2

Araştırmanın ilk aşamasında ulaşılan katılımcılara uygulanan Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nden alınan puanlar temel alınarak, ikinci kısımda yalnızca çocukluk örselenme yaşantıları olan (ortalamanın (63.16) bir standart sapma (17.44) üstü puan (81.60) alan) katılımcılara (n=46) yeniden ulaşılmış ve çocukluk döneminde deneyimledikleri travmatik olayın içeriğine ilişkin sorular yönlendirilmiştir. Bu sorular, bu deneyimlerin ne kadar sürdüğü, kimler tarafından gerçekleştirildiği ile ilgili bilgileri içermektedir. Daha önce değinildiği gibi, travmatik deneyimler aşırı genelleme için tek faktör değildir. Bunun doğasını irdelemek adına çalışmanın ikinci kısmı öncelikle otobiyografik bellek özellikleri açısından istismar türü ve süresinin farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguları içermektedir.

Ardından incelenen diğer bir araştırma sorusu ise, böylesi yaşantıların yetişkinlik depresyonunda nasıl bir yordayıcı etkisi olduğudur ve bu yordayıcı gücün olumsuz anıdan kaçınma, olumsuz anının araya girici düzeyi ve depresif içeriği aracı rolüyle irdelenmesi hedeflenmiştir. Böylece bu kısımda çocukluk örselenme yaşantıları ile yetişkinlik dönemi depresif belirtiler arasındaki ilişkide olumsuz anıdan kaçınma, olumsuz anının araya girici ve depresif içeriklerinin aracı rolünü saptamaya dönük analizlere yer verilmiştir.

3.2.1. Çalışma II'deki Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Çalışmanın ikinci ayağında katılımcılara verilen OBÖÖ ile alt boyutları, OEÖ-R alt ölçekleri, AİDF ve BDÖ ölçümlerinin betimsel istatistik değerlerine Tablo 10'da yer verilmiştir.

Tablo 10. Olumsuz Çocukluk Anısına İlişkin OBÖÖ ile Alt boyutları, Kaçınma, Araya Girici Alt Ölçekleri (OEÖ-R), AİDF ve BDÖ'den Alınan Puanların Betimsel İstatistikleri

Ölçümler	Ort.	*S*	Min.	Max.	Cronbach's Alpha
ÇALIŞMA II (n=46)					
Çocukluk Örselenme Anısı					
Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği	105.41	16.71	68	145	.81
Anının Detayı Alt Boyutu	61.00	43.76	25	61	.72
Anının Etkisi Alt Boyutu	32.41	8.12	13	46	.71
Olay Etkisi Ölçeği-R					
Kaçınma Alt Ölçeği	12.74	6.07	4	25	.64
Araya Girici Alt Ölçeği	11.15	5.76	1	22	.69
Anı İçeriğini Değerlendirme	20.10	6.90	0	36	.80
Beck Depresyon Ölçeği	18.15	8.82	2	37	.85

Çalışma II'de kullanılan OBÖÖ'nin (Ort=105.41, S=16.71) cronbach alpha içtutarlılık katsayısı bu örneklem için .81 (n=46), anı detayı ve anı etkisi alt boyutlarının ise .72 ve .71 olarak hesaplanmıştır. OEÖ-R'nin kaçınma (Ort=12.74, *S*= 6.07) ve araya girici (ort=11.15, *S*=5.76) alt ölçeklerinin Cronbach alpha içtutarlılık katsayıları .64 ve .69; BDÖ'nün (Ort=18.15, *S*=16.71) ise .85 olduğu saptanmıştır.

3.2.2. Çocukluk Örselenme Yaşantılarına İlişkin Otobiyografik Anı Örüntüleri (Aşırı genel anı, Anıdan Kaçınma, Anının Araya Girici Düzeyi, Depresif İçeriği) ve Depresif Belirtilerin Korelasyonları

Bu kısımda, çocukluk örselenme yaşantıları temelinde otobiyografik anı örüntüleri (aşırı genel anı, anıdan kaçınma ve anının araya girici düzeyi, anının depresif içeriği) ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiştir.

Tablo 11. Depresif Belirtiler ve Otobiyografik Anı Örüntülerine İlişkin Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Çocukluk Örselenme Yaşantıları	1								
2. Fiziksel İstismar	.85**	1							
3. Duygusal İstismar	.94**	.66**	1						
4. Cinsel İstismar	.31**	.26**	.17*	1					
5. Aşırı Genel Anı	.28**	.23**	.23**	.05	1				
6. Anıdan Kaçınma	.45**	.40**	.41**	.23**	.22*	1			
7. Anının Araya Girici Düzeyi	.57**	.45**	.56**	.20*	.18*	.55**	1		
8. Anının Depresif İçeriği	.28**	.16*	.30**	.04	.06	.16*	.15	1	
9. Depresyon	.35**	.29**	.36**	.23**	.45**	.24**	.31**	.39**	1

*p<.05, **p<0.001

Tablo 11'den anlaşılacağı üzere depresif belirtiler ile diğer tüm değişkenler arasında beklenen ve anlamlı yönde ilişkiler mevcuttur. Depresif belirtiler ile çocukluk örselenme anısı temelinde aşırı genelleme (r= .45, p<.001), anıdan kaçınma (r=.24, p<.001), anının araya girici düzeyi (r=.31, p<.001), anının depresif içeriği (r=.39, p<.001) arasında anlamlı ve olumlu yönde ilişkiler mevcuttur. Başka bir anlatımla, katılımcıların çocukluk örselenme anılarından kaçınma, bu anıların araya girici, depresif içerik, aşırı genelleme düzeyleri arttıkça depresif belirtileri de artmaktadır.

Öte yandan, aşırı genel anı ile kaçınma (r=.22, p=.004), araya girici düzey (r=.18, p=.022) arasında da olumlu bir ilişki gözlenmiştir. Katılımcıların çocukluk

örselenme anılarından kaçınma ve anının araya girici düzeyi arttıkça anının aşırı genellenmesi artmaktadır.

3.2.3. Fiziksel, Duygusal ve Cinsel İstismara Bir Kez/Uzun Süreli Maruz Kalmanın Otobiyografik Bellek Örüntüleri Üzerinde Etkileri

Araştırmanın bu kısmında, otobiyografik bellek örüntüleri olarak anının detayı ve anının özgüllüğü olmak üzere iki temel boyut alınmıştır. **İstismar türü** (fiziksel istismar/ cinsel istismar/ duygusal ihmal ve istismar) ve **istismar süresinin** (bir kez/ uzun süreli) anı örüntüleri (anının detayı ve anının özgüllüğü) üzerindeki etkilerini sınamak üzere 3X2 faktörlü varyans analizleri (ANOVA) yürütülmüştür.

Tablo 12'de görüldüğü gibi, **anı detayı** üzerindeki analiz sonuçları hem istismar türünün ($F_{(2, 46)}$ = 9.32, p= .001, η^2= .38) hem de istismar süresinin ($F_{(2, 46)}$ = 36.52, p< .001, η^2= .55) anlamlı bir temel etkiye sahip olduğunu göstermiştir. Aynı zamanda, anı detayı üzerinde istismar türü ve süresinin ortak etkisi ($F_{(1, 46)}$ = 4.74, p = .037, η^2= .14) gözlenmiştir. Üç istismar türünün (cinsel, fiziksel, duygusal ihmal ve istismar) otobiyografik anı detayı üzerindeki temel etkisinin hangi gruplardan elde edildiğini bulmak amacıyla, Bonferroni düzeltmesi kullanılarak, yapıla Tukey testi sonuçlarına göre duygusal ihmal ve istismara ilişkin anılar (*Ort.* = 35.36, %95 GA [32.16, 38.56], p< .001) hem fiziksel istismar (*Ort.* = 43.80, %95 GA [40.76, 46.95], p=.002) hem de cinsel istismara ilişkin anılardan (*Ort.* = 45.71, %95 GA [42.62, 43.81]) daha az detay içermektedir. Benzer şekilde, fiziksel istismara ilişkin anılar, cinsel istismara ilişkin anılardan daha az detay içermektedir (p=.034).Çocukluk istismar süresinin temel etkisine bakıldığında, uzun süre maruz kalınan travmatik deneyimlere ilişkin anıların(*Ort.* = 33.11 %95 GA [29.91, 36.31], p< .001) bir kez

maruz kalınan travmatik deneyimlere ilişkin anılardan (*Ort.* = 45.98 %95 GA [43.67, 48.28], $p < .001$) daha az detay içerdiği dikkati çekmiştir.

Çocukluk dönemi istismar türü ve süresinin ortak etkilerinin hangi gruplarda olduğuna bakmak üzere, Tukey ile yapılan çoklu karşılaştırma sonuçlarına göre, bir kez gerçekleşen fiziksel istismara ilişkin anıların detayı (*Ort.* = 52.71 %95 GA [50.53, 54.90]) bir kez deneyimlenen duygusal istismara ilişkin anıların detayından (*Ort.* = 39.50 %95 GA [28.49, 33.95], $p < .001$) daha fazladır. Başka bir anlatımla katılımcılar tarafından bir kez deneyimlenen fiziksel istismar yaşantısı, bir kez deneyimlenen duygusal istismar yaşantısından daha detaylı hatırlanmaktadır.

İstismar yaşantılarına ait otobiyografik anının **özgüllüğü** üzerindeki analiz sonuçları ise sadece istismar süresinin anlamlı temel etkiye sahip olduğu göstermiştir ($F_{(2, 46)} = 9.10$, $p = .004$, $\eta^2 = .25$). İstismar türü ve süresinin ortak etkisinin ($F_{(1, 46)} = 3.45$, $p = .07$, $\eta^2 = .10$) ise anlamsız düzeyde ancak eğilim olarak kendini gösterdiği dikkati çekmiştir.

Bir kez maruz kalınan travmatik yaşantılara ilişkin anılar(*Ort.* = 7.00 %95 GA [6.16, 7.83], $p < .001$) uzun süre maruz kalınan travmatik deneyimlere ilişkin anılardan (*Ort.* = 4.56 %95 GA [3.40, 5.71], $p < .001$)daha özgül olmaktadır.

Diğer bir anlatımla, çocukluk döneminde bir kez istismara maruz kalan katılımcılar, uzun süreli maruz kalan katılımcılara göre anılarını daha detaylı ve daha olaya özgü hatırlamışlardır.

Tablo 12. İstismar Türlerinin (Fiziksel/ Duygusal), Süreleri (Bir Kez/Uzun Süreli) Temelinde Otobiyografik Bellek Özelliklerine (Anının Detayı/ Özgüllüğü) göre Ortalama (Standart Sapmaları) ve 3x2'lik ANOVA Sonuçları

		Bir Kez (n=27)	Uzun Süreli (n=19)	3x2 ANOVA Sonuçları	
Anı Detayı	**Fiziksel İstismar (n=23)**	52.71 (4.42)	35.00 (4.24)	$F_{süre}$ = 36.52**	η^2= .55
				$F_{tür}$ = 9.32**	η^2= .38
	Duygusal İh. İstismar (n=16)	39.50_a (3.54)	31.22_b (3.93)	$F_{süreXtür}$= 4.74*	η^2=.14
Anı Özgüllüğü	**Fiziksel İstismar (n=23)**	7 (0)	6 (1.41)	$F_{süre}$ = 1.95	η^2=.25
				$F_{tür}$ = 9.63**	η^2=.12
	Duygusal İh. İstismar (n=16)	7 (0)	3.22 (2.71)	$F_{süre\ X\ tür}$ = 3.36	η^2=.10

**p*<.05, **p<.01 *p*<.001

Not. Farklı harfler, ortalamalar arasındaki anlamlı farklılığa işaret etmektedir.

3.2.4. Regresyon Analizleri

Depresif belirtiler (yordanan) ve anı örüntüleriyle (aracı) ilişkili faktörleri sınamak üzere, ayrı ayrı olmak üzere bir dizi hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır.

3.2.4.1. Olumsuz Çocukluk Yaşantılarına İlişkin Otobiyografik Anı Örüntülerini Yordayan Değişkenler

İlk regresyon setinde, otobiyografik anı örüntülerinden anının araya girici düzeyi, anının depresif içeriği ve anıdan kaçınma için ayrı ayrı olmak üzere üç hiyerarşik regresyon analizi yürütülmüştür. Bireylerin çocukluk döneminde travmatik deneyimlere ilişkin anıların araya girici ve depresif içerikleri ile bu anılardan kaçınmasını yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi'nden önce değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiş (bkz. Tablo 11) ve anıdan kaçınma puanı, anının depresif içeriği ve anının araya girici düzeyiile arasında .16 ve üzerinde korelasyon bulunan değişkenler denkleme alınmıştır. Buna göre, regresyon denklemine birinci adımda kontrol değişkenleri (cinsiyet, yaş), ikinci adımda çocukluk örselenme yaşantıları alt boyutlarına ilişkin (fiziksel istismar, cinsel istismar ve duygusal ihmal ve istismar) değişkenler alınmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 13'te sunulmuştur.

Tablo 13. Otobiyografik Anı Örüntülerini (Aracı Değişken) Yordayan Değişkenler

Yordanan Yordayıcı	df	ΔF	F	β	t	R^2	ΔR^2	*p*
A. Anının Araya Girici Düzeyi								
I. Kontrol Değişkenleri								
-								
II. Çocukluk Örselenme Yaşantıları								
1. Fiziksel İstismar	1, 46	36.42	36.42	.12	1.34	.18	.18	<.001
2. Duygusal İhmal İstismar	1, 45	24.89	32.48	.45	4.99	.29	.11	<.001
B. Anının Depresif İçeriği								
I. Kontrol Değişkenleri								
-								
II. Çocukluk Örselenme Yaşantıları								
1. Fiziksel İstismar	1, 46	5.83	5.38	.05	.54	.02	.02	.02
2. Duygusal İhmal İstismar	1, 45	11.11	8.41	3.33	.34	.08	.08	.001
C. Anıdan Kaçınma								
I. Kontrol Değişkenleri								
-								
II. Çocukluk Örselenme Yaşantıları								
1. Cinsel İstismar	1, 46	21.54	21.54	.27	3.72	.11	.11	<.001
2. Fiziksel İstismar	1, 45	13.09	18.09	.13	1.30	.18	.17	<.001
3. Duygusal İhmal İstismar	1, 44	4.38	13.77	.20	2.09	.20	.19	<.001

Tablo 13'te görüldüğü gibi, birinci aşamada denkleme alınan kontrol değişkenlerin hiçbirinin anının araya girici düzeyi üzerinde yordayıcı gücü bulunmamıştır. İkinci aşamada, çocukluk örselenme yaşantıları altölçekleri arasından fiziksel istismarın (β = .12, $t(46) = 1.34$, $p = .182$) çocukluk dönemi olumsuz anıların araya girici düzeylerinde yordayıcı gücü olduğu ve varyansın %18'ini açıkladığı bulunmuştur ($\Delta F(1, 46) = 36.42$, $p < .001$). Ancak bu değişkenin varyansa bağımsız bir katkısı bulunmamaktadır. Çocukluk örseleyici yaşantıları alt boyutlarından duygusal ihmal ve istismar alt ölçeği(β = .45, $t(46) = 4.99$, $p < .001$) ile açıklanan

varyansın %29'a ulaştığı görülmüştür ($\Delta F(1, 45) = 24.89$, $p < .001$). Duygusal ihmal ve istismar değişkeninin varyansa bağımsız katkısı dikkati çekmektedir.

Tablo 13 aynı zamanda, anının depresif içeriğini yordayan değişkenleri de içermektedir. Tablo 13'te görüldüğü gibi, birinci aşamada denkleme sokulan kontrol değişkenlerinin anının depresif içeriğinde herhangi bir yordayıcı gücü olmadığı saptanmıştır. İkinci aşamada, çocukluk örseleyici yaşantılar alt ölçekleri arasından fiziksel istismar($\beta = -.05$, $t(46) = -.54$, $p = .592$) boyutunun anının depresif içeriğini yordadığı ve bu değişkenle varyansın %2'sinin açıklandığı görülmüştür ($\Delta F(1, 45) = 5.83$, $p = .022$). Ancak fiziksel istismarın varyansa bağımsız bir katkısı bulunmamaktadır. Aynı aşamada, duygusal ihmal ve istismar($\beta = 3.33$,$t(46) = .34$, $p = .001$) boyutu ile açıklanan varyans %8'e ulaşmıştır ($\Delta F(1, 44) = 11.11$, $p < .001$). Duygusal ihmal ve istismar boyutunun varyansa bağımsız katkıları bulunmaktadır.

Dahası, Tablo 13, otobiyografik anı örüntülerinden olan anıdan kaçınma üzerinde yordayıcı gücü olan değişkenleri özetlemektedir. Tablo 13'ün işaret ettiği gibi,birinci aşamada denkleme sokulan kontrol değişkenlerinin yordayıcı gücü bulunmadığı saptanmıştır. İkinci aşamada, çocukluk örseleyici yaşantıları alt boyutlarından cinsel istismarın ($\beta = .27$, $t(46) = 3.72$, $p < .001$) ilk sırada olumsuz anıdan kaçınma tepkilerini yordadığı ve bu değişkenin varyansın % 11'ini açıkladığı görülmüştür ($\Delta F(1, 46) = 21.54$, $p < .001$). Cinsel istismar boyutunun varyansa bağımsız bir katkısı gözlenmiştir. İkinci sırada, çocukluk örseleyici yaşantıların alt boyutlarından fiziksel istismarın ($\beta = .13$, $t(46) = 1.30$, $p = .179$) bağımsız katkısı olmamakla birlikte yordayıcı gücü olduğu ve bu değişkenle açıklanan varyansın %18'e ulaştığı bulunmuştur ($\Delta F(1, 46) = 13.09$, $p < .001$). Son olarak, çocukluk örselenme alt boyutlarından duygusal ihmal ve istismar ($\beta = .20$, $t(46) = 2.09$, $p =$

.038) varyansa bağımsız katkı sağlayarak, açıklanan varyansı %20'ye ulaştırmıştır ($\Delta F(1, 46) = 4.38$, $p < .001$).

3.2.4.2. Depresif Belirtileri Yordayan Değişkenler

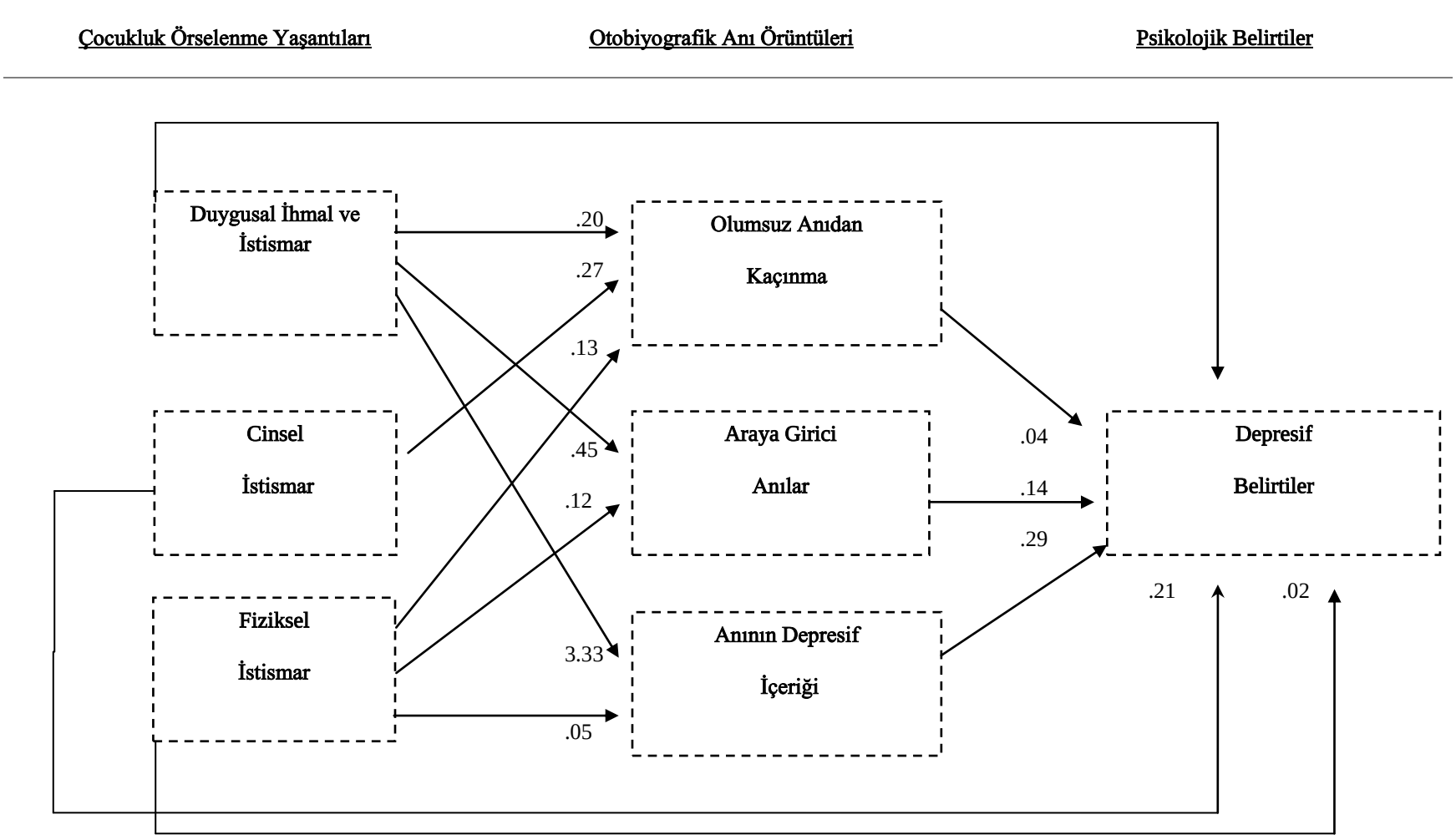
Araştırmanın amaçlarından biri, daha önce değinildiği gibi çocukluk örselenme yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide otobiyografik anı örüntülerinin aracı rolünü irdelemektir. Bu bağlamda, Baron ve Kenny (1986)'nin yukarıda sözü geçen temel ölçütleri esas alınarak, çocukluk örselenme yaşantılarının ve otobiyografik anı örüntülerinin depresif belirtileri ne düzeyde yordadığını belirleyebilmek için Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır. Regresyon analizinden önce katılımcıların çocukluk dönemi örselenme yaşantıları, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal ve istismar yaşantıları, bu yaşantılara ilişkin anıların araya girici düzeyleri ve depresif içerikleri, bu anılardan kaçınma düzeyi ve depresif belirtileri arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir (bkz. Tablo 11). Yordanan değişken olan depresif belirtiler ile arasında .19'un üzerinde korelasyon bulunan değişkenler denkleme alınmıştır.Buradan hareketle, birinci adımda kontrol değişkenleri (cinsiyet, yaş), ikinci adımda otobiyografik anı örüntüleri (anıdan kaçınma ve anının araya girici düzeyi), üçüncü adımda çocukluk örselenme alt boyutları (fiziksel istismar, duygusal ihmal ve istismar, cinsel istismar) dördüncü adımda ise anının depresif içeriği değişkenleri denkleme alınmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14. Depresif Belirtileri (Yordanan Değişken) Yordayan Değişkenler

Yordanan Depresif Belirtiler	Yordayıcı	df	ΔF	F	β	T	R^2	ΔR^2	*p*
I. Kontrol Değişkenleri									
-									
II. Otobiyografik Anı Örüntüleri									
1.	Anıdan Kaçınma	1, 46	7.40	7.40	.04	.47	.04	.04	.007
2.	Anının Araya Girici Düzeyi	1, 45	7.90	7.81	.14	1.59	.09	.08	.001
III. Çocukluk Örselenme Yaşantıları									
3.	Fiziksel İstismar	1,44	5.42	7.15	.02	.16	.12	.10	<.001
4.	Cinsel İstismar	1, 43	4.22	6.53	.21	2.75	.14	.12	<.001
5.	Duygusal İhmal İstismar	1, 42	6.41	6.68	.18	1.70	.18	.15	<.001
IV. Otobiyografik Anı Örüntüleri									
6.	Anının Depresif İçeriği	1, 41	15.22	8.59	.29	3.90	.25	.22	<.001

Tablo 14'te görüldüğü gibi, depresif belirtileri yordayan kontrol değişkenlerinden cinsiyet ve yaş değişkenlerinin yordayıcı gücü olmadığı bulunmuştur. İkinci aşamada, otobiyografik anı örüntüleri arasından anıdan kaçınma (β = .04, $t(46) = .47$, $p = .639$) bağımsız katkısı olmamakla birlikte varyansa %4'lük katkı sağlamıştır ($\Delta F(1, 46) = 7.40$, $p = .007$). Aynı aşamada girilen anının araya girici düzeyi (β = .14, $t(46) = 1.59$, $p = .114$) ile birlikte varyansın %9'unun açıklandığı gözlenmiştir ($\Delta F(1, 45) = 7.81$, $p = .001$). Bu değişkenin bağımsız yordayıcı gücü bulunmamıştır. Üçüncü aşamada, çocukluk örselenme yaşantıları alt ölçeklerinden fiziksel istismarın (β = -.02, $t(46) = .16$, $p = .875$) bağımsız yordayıcı gücü olmamakla birlikte açıklanan varyansı % 12'ye taşıdığı ($\Delta F(1, 44) = 5.42$, $p < .001$); cinsel istismarın ise (β = .21, $t(46) = 2.75$, $p = .007$) bağımsız yordayıcı gücü olduğu ve bu değişkenle birlikte açıklanan varyansın %14'e ulaştığı ortaya konmuştur ($\Delta F(1, 43) = 4.22$, $p < .001$). Aynı aşamada denkleme sokulan duygusal

ihmal ve istismar boyutunun(β = .18, t(46) = 1.70, p = .092) ise açıklanan varyansı %18'e ulaştırdığı gözlenmiştir (ΔF(1, 42) = 6.41, p< .001).Dördüncü aşamada, anının depresif içeriği(β = .29,t(46) = 3.90, p <.001) ile açıklanan varyans %25'e ulaşmıştır (ΔF(1, 41) = 15.22, p < .001). Anının depresif içeriğinin varyansa bağımsız katkısı bulunmaktadır.



Şekil 6. Çocukluk Örselenme Yaşantıları(Duygusal İhmal ve İstismar, Fiziksel İstismar, Cinsel İstismar), Otobiyografik Anı Örüntüleri(Anıdan Kaçınma, Araya Girici Anı ve Anının Depresif İçeriği)ve Depresif Belirtiler Değişkenlerine İlişkin Regresyon Analizleri Özeti ve İlgili Beta Katsayıları

3.2.5. Aracı Rol Analizleri.

Araştırmanın temel amaçlarından biri çocukluk örselenme yaşantıları ile yetişkinlik dönemi depresif belirtiler arasındaki ilişkide, anıdan kaçınma, anının araya girici düzeyi ve depresif içeriğinin aracı rolünü test etmektir. Örselenme yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide katılımcının istismar yaşantısına ilişkin otobiyografik anı örüntülerinin ne derece rol oynadığını ortaya koymak üzere, 19-30 yaş arası katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği'nden aldıkları puanlara regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırmada çocukluk örselenme yaşantıları ölçeğinden alınan puanlar yordayıcı değişken olarak alınmıştır. Depresif belirtiler ise araştırmanın yordanan değişkenidir. Katılımcıların örselenme yaşantılarına ilişkin anıdan kaçınma, anının araya girici düzeyi ve anının depresif içeriği ise ileri sürülen aracı (mediator) değişkenleridir. Araştırmada öncelikle daha detaylı sonuç alabilmek için Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nin alt boyutlarının her biri için aracı rol analizine bakılmış, ardından çocukluk örselenme yaşantılarının toplam puanları ile depresif belirtiler ilişkisinde aracı rol analizleri yapılmıştır.

Bu aracı rol incelenirken, Baron ve Kenny (1986)'nin temel ölçütleri esas alınmıştır. Buna göre ilk olarak bağımsız değişken bağımlı değişkeni anlamlı olarak yordamalıdır. İkinci ölçüte göre bağımsız değişken aracı değişkeni anlamlı bir şekilde yordamalıdır. Üçüncü ölçüt ise, aracı değişkenin bağımlı değişkendeki değişmelerin bir bölümünü anlamlı olarak yordamasıdır. Son olarak aracı değişken (ler) ile bağımsız değişken eş zamanlı olarak regresyon analizine girdiğinde daha önce bağımsız ve bağımlı değişken arasında var olan anlamlı ilişki anlamlı olmaktan çıkmalı ya da daha önceki anlamlılık düzeyi azalmalıdır. Baron ve Kenny'nin (1986) ölçütleri araştırma değişkenlerine uyarladığında,

çocukluk örselenme yaşantıları (fiziksel istismar, cinsel istismar ve duygusal ihmal ve istismar) ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide otobiyografik anı özelliklerinin aracı rol üstlenebilmesi için:

Adım 1. Çocukluk örselenme yaşantılarının depresif belirtileri;

Adım 2. Çocukluk örselenme yaşantılarının olumsuz anıdan kaçınmayı, olumsuz anının araya girici düzeyini ve olumsuz anının depresif içeriğini;

Adım 3. Olumsuz anıdan kaçınmanın, olumsuz anının araya girici düzeyinin ve olumsuz anının depresif içeriğinin depresif belirtileri anlamlı olarak yordaması;

Adım 4. Çocukluk örselenme yaşantıları ile olumsuz anıdan kaçınma; çocukluk örselenmesi yaşantıları ile araya girici anılar; çocukluk örselenme yaşantıları ile olumsuz anının depresif içeriği eş zamanlı olarak regresyon analizine girildiğinde çocukluk örselenme yaşantılarının depresif belirtileri yordamaması veya yordamanın anlamlılık düzeyinin düşmesi gerekir.

Bu ölçütlerin sağlanıp sağlanmadığının sınanması amacı ile bir dizi regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinden önce ise analize anlamlı korelasyon gösteren boyutların dahil edilmesi amacıyla çocukluk örselenme yaşantıları ile alt boyutları, otobiyografik anı örüntüleri (anının araya girici düzeyi, anının depresif içeriği ve anıdan kaçınma) ve depresif belirtiler arasındaki korelasyonlar incelenmiştir.

Katılımcıların depresif belirtileri ile çocukluk örseleyici yaşantılar arasındaki ilişkide, otobiyografik anı örüntülerinin dolaylı aracılık etkisi, bir

önceki bölümde katılımcıların depresif belirtilerini anlamlı şekilde yordayan değişkenler ele alınarak incelenmiştir.

3.2.5.1. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Otobiyografik Anı Örüntülerinin Aracı Rolü

Çocukluk örseleyici yaşantılar (duygusal ihmal ve istismar, cinsel istismar, fiziksel istismar, çocukluk örselenme yaşantılarından alınan toplam puan) ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide otobiyografik anı örüntülerinin (anıdan kaçınma, anının araya girici düzeyi ve anının depresif içeriği) anlamlı bir aracı rolü olup olmadığını sınamak üzere aracı rol analizleri yürütülmüştür. Buna göre her bir aracılık modeli için iki ayrı regresyon analizi yapılmıştır. Depresif belirtilerin yordanan değişken olarak alındığı ilk regresyon analizinin birinci aşamasında örseleyici yaşantılar denkleme sokulmuştur. Denkleme ikinci aşamada ise otobiyografik anı örüntüleri girilmiştir. Böylece bu aşamada, otobiyografik anı örüntüleri kontrol edildiğinde örseleyici yaşantılar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiler sınanmıştır. Daha sonra, çocukluk örseleyici yaşantıların otobiyografik anı örüntüleri ile anlamlı ilişkiler gösterip göstermediğine bakmak için ikinci bir regresyon analizi yapılmıştır. Böylece yordayıcı ve aracı değişken arasındaki ilişkiye ikinci bir analizle bakılmıştır.

3.2.5.1.1. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Araya Girici Anıların Aracı Rolü

Katılımcıların depresif belirtilerinin şiddetini yordayan değişkenlere dair regresyon analizi bulguları (bkz. Tablo 14), duygusal istismar, cinsel istismar, anının depresif içeriği, anının araya girici düzeyi ve anıdan kaçınmanın depresif belirtileri anlamlı şekilde yordayan değişkenler olduğunu ve varyansın %22'sini

açıkladığını ortaya koymuştur. Bu bulgulardan hareketle, olumsuz çocukluk anısının araya girici düzeyin, duygusal ihmal ve istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkisindeki aracı rolünü değerlendirmek amacıyla geliştirilen modelde, iki ayrı regresyon analizi yapılmıştır.

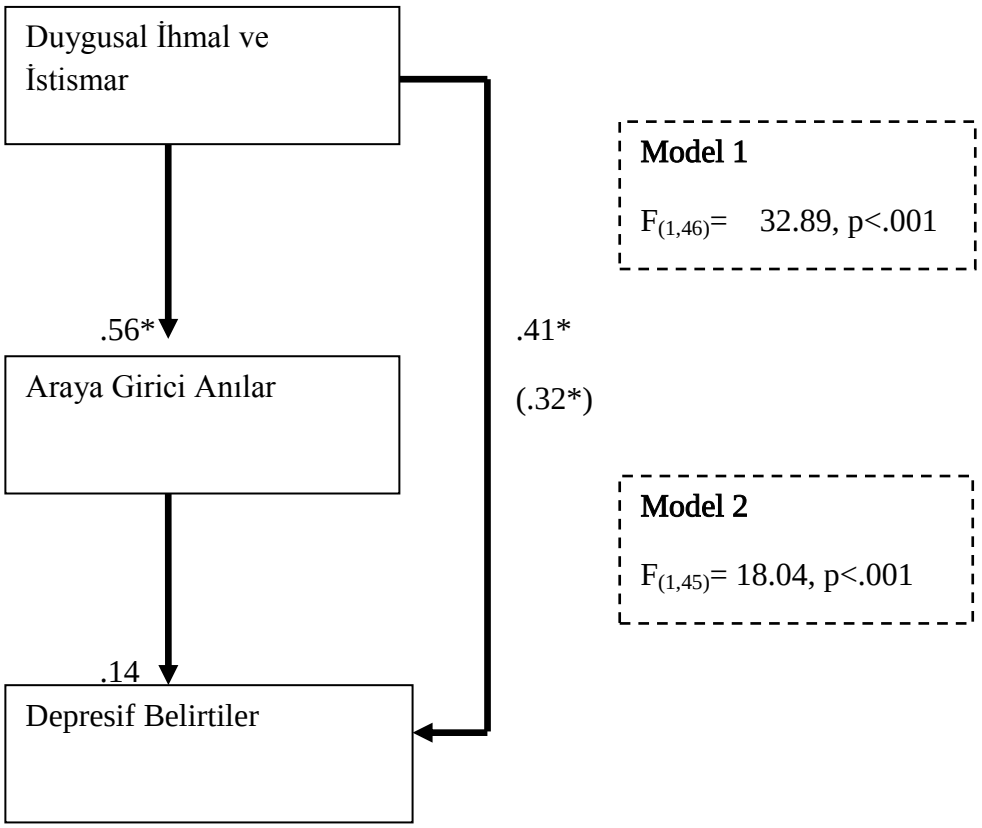
Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme duygusal ihmal ve istismar; ikinci aşamasında denkleme anının araya girici düzeyi sokulmuştur. İkinci bir regresyon analiziyle, anının araya girici düzeyinin duygusal ihmal ve istismar tarafından yordanıp yordanmadığına bakılmıştır. Önerilen model Şekil 7'de sunulmuştur.

Tablo 15. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Araya Girici Anıların Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan	Yordayıcı	df	ΔF	F	β	*t*	R^2	*p*
Depresif Belirtiler	1.Duygusal İhmal ve İstismar	1,46	32.89	32.89	.41	5.74	.16	<.001
	2.Anının araya Girici Düzeyi	1,45	2.83	18.04	.14	1.68	.18	<.001
	(Duygusal İstismar)		-	-	.32	3.85	-	
Araya girici anı	1.Duygusal istismar	1,46	76.77	76.77	.56	8.76	.31	<.001

Şekil 7'de görüldüğü gibi, birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde, duygusal ihmal ve istismarın depresif belirtileri yordamada anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür (β = .41, t = 5.74, p< .001). İkinci adımda, duygusal ihmal ve istismarın katılımcıların olumsuz anılarının araya girici düzeyini yordadığı saptanmıştır (β = .56, t = 8.76, p< .001). Üçüncü adımda, araya girici anıların depresif belirtiler üzerinde doğrudan anlamlı düzeyde etki göstermemiştir (β = .14, t = 1.68, p= .094).

Son adımda, duygusal ihmal ve istismarın anının araya girici düzeyi ile birlikte yer aldığı modelde, duygusal ihmal ve istismarın depresyon belirtilerinin şiddetini yordama etkisinin düştüğü görülmüştür (β = .32, *t* =3.85, *p*<.001). Tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın %18'ini açıkladığı bulunmuştur (*F*(1,45) = 18.04, *p*< .001).



Şekil 7. Katılımcılara Ait Araya Girici Anıların Duygusal İhmal ve İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

**p*< .001.

Her ne kadar tüm model, anlamlı olsa ($F_{(1, 45)}$ = 18.04, *p*<.001) ve varyansın %18'ini açıklasa da, Adım 3'te anının araya girici düzeyinin yordanan değişkeni

istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordama gücüne ulaşmaması, dolayısıyla Baron ve Kenny'nin (1986) ölçütlerine ulaşmaması nedeniyle, modelin anlamlılığı test edilmemiştir.

3.2.5.1.2. Duygusal ihmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rolü

Duygusal ihmal ve istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide katılımcıların getirdikleri anıların depresif içeriğinin aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme duygusal ihmal ve istismar; ikinci aşamasında denkleme anının depresif içeriği sokulmuştur. İkinci bir regresyon analiziyle, katılımcıların duygusal ihmal ve istismar puanlarının anının depresif içeriğini yordayıp yordamadığı test edilmiştir.

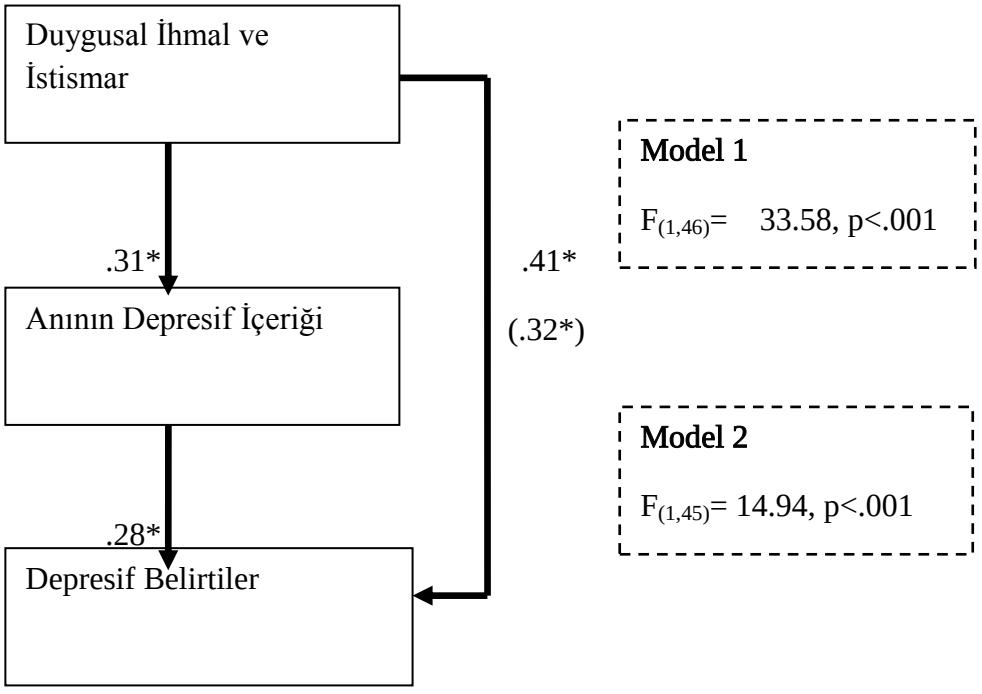
Tablo 16. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan	Yordayıcı	df	ΔF	F	β	T	R^2	*P*
Depresif Belirtiler	1.Duygusal İhmal ve İstismar	1,46	33.58	33.58	.41	5.80	.17	<.001
	2.ADİ	1,45	14.94	25.64	.28	3.86	.23	<.001
	(Duygusal İstismar)		-	-	.32	4.47	-	
ADİ	1.Duygusal istismar	1,46	17.50	17.50	.31	4.18	.09	<.001

Not: ADİ= Anının Depresif İçeriği

Şekil 8'de görüldüğü gibi, çocukluk dönemi duygusal ihmal ve istismar yaşantılarının yordanan değişken olan psikolojik belirti (depresyon) (β = .41, t = 5.80, p< .001) üzerine anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, duygusal ihmal ve istismar yaşantıları, aracı değişken olan anının depresif

içeriği (β = .31, t = 4.18, p< .001) üzerinde de anlamlı düzeyde doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenin, yordanan değişken olan depresif belirti üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, anının depresif içeriğinin (β = .28, t = 3.86, p< .001) yordanan değişken olan depresif belirti şiddeti üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Duygusal ihmal ve istismar ile aracı değişken denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), çocukluk dönemine ait duygusal ihmal ve istismar ile depresif belirti arasındaki ilişkinin azaldığı görülmüştür (β = .32, t = 4.47, p< .001). Buradan hareketle, aracı değişkenin hatırlanan duygusal istismar ile psikolojik belirti şiddeti arasındaki ilişkide "kısmi aracılık" etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu (F(1,45) = 25.64, p< .001) ve varyansın %23'ünü açıkladığı saptanmıştır.



Şekil 8. Anıların Depresif İçeriklerinin Duygusal İhmal ve İstismar ve Depresif BelirtilerArasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

*p< .001.

Bu noktadan hareketle, anının depresif içeriğinin hatırlanan duygusal ihmal ve istismar ile depresif belirtiler arasında "kısmi aracılık" etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, hatırlanan duygusal istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide aracılık etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür (z=0.40, p=.69).

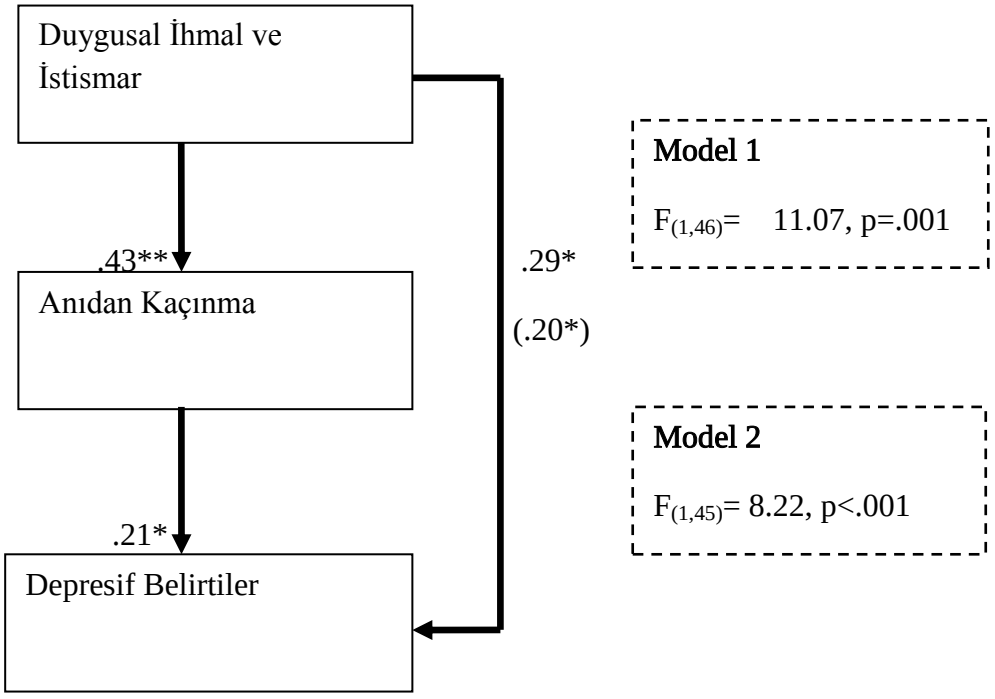
3.2.5.1.3. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü

Duygusal ihmal ve istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide son olarak katılımcıların çocukluk döneminden getirdikleri olumsuz anıdan kaçınmanın aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. İlk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme duygusal ihmal ve istismar; ikinci aşamasında denkleme anıdan kaçınma değişkeni sokulmuştur. Daha sonra, katılımcıların duygusal ihmal ve istismar puanlarının anıdan kaçınmayı yordayıp yordamadığını test etmek üzere ikinci bir regresyon analizi yapılmıştır (bkz. Tablo 17).

Tablo 17. Duygusal İhmal ve İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAnıdan Kaçınmanın Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan	Yordayıcı	df	ΔF	F	β	T	R^2	*p*
Depresif Belirtiler	1.Duygusal İhmal ve İstismar	1,46	11.07	11.07	.29	3.33	.08	=.001
	2.Anıdan Kaçınma	1,45	5.01	8.22	.21	2.24	.12	<.001
	(Duygusal İstismar)		-	-	.20	2.12	-	
Anıdan Kaçınma	1.Duygusal istismar	1,46	27.97	27.97	.43	5.29	.18	<.001

Birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde, daha önce değinildiği gibi, duygusal ihmal ve istismar puanlarının depresif belirtileri yordamada anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür (β = .29, *t* = 3.33, *p*=.001). İkinci adımda, katılımcıların duygusal ihmal ve istismarın olumsuz çocukluk anısından kaçınma tepkilerini yordadığı saptanmıştır (β = .43, *t* = 5.29, *p*< .001). Üçüncü adımda, olumsuz anıdan kaçınmanın depresif belirtiler üzerine anlamlı doğrudan etkisi bulunmamıştır (β = .21, *t* = 2.24, *p*= .027). Son adımda, duygusal ihmal ve istismar yaşantıları ile anıdan kaçınmanın birlikte yer aldığı modelde, duygusal ihmal ve istismarın depresif belirtilerin şiddetini anlamlılığı azalacak biçimde yordama etkisinin düştüğü görülmüştür (β = .20, *t* = 2.12, *p*= .036). Tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın %12'sini açıkladığı bulunmuştur (*F*(1, 45) = 8.22,*p*< .001).



Şekil 9. Anıların Depresif İçeriklerinin Duygusal İhmal ve İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

**p*<.05, ***p*< .001.

Bu noktadan hareketle, anıdan kaçınmanın hatırlanan duygusal ihmal ve istismar ile depresif belirtilerin arasında "kısmi aracılık" etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Kısmi aracılık etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, kaçınmanın hatırlanan duygusal ihmal ve istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (z=2.13, p=.033).

3.2.5.1.4. Cinsel İstismarın Depresif Belirtilerle İlişkisinde Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü

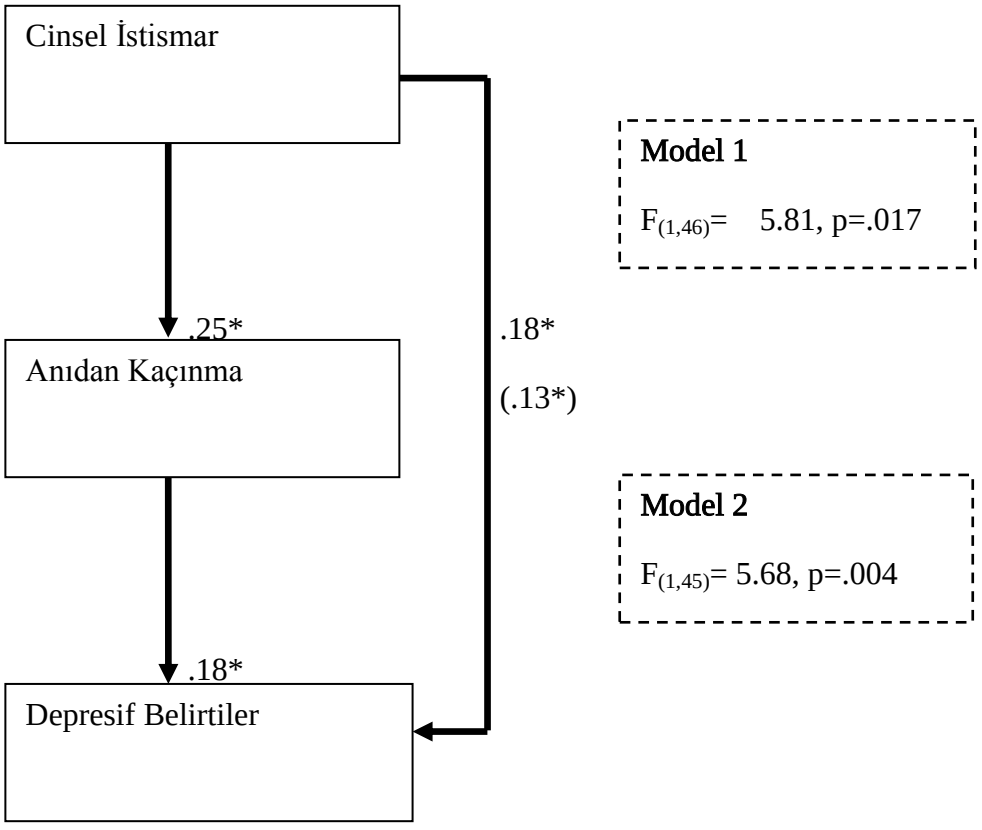
Çocukluk cinsel istismarı ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide katılımcıların çocukluk dönemi olumsuz anılardan kaçınmann aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme cinsel istismar; ikinci aşamasında denkleme anıdan kaçınma sokulmuştur. İkinci bir regresyon analiziyle, cinsel istismarın anıdan kaçınma değişkenini yordayıp yordamadığı test edilmiştir.

Tablo 18. Cinsel İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAnıdan Kaçınmanın Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan	Yordayıcı	df	ΔF	F	β	T	R^2	*p*
Depresif Belirtiler	1.Cinsel İstismar	1,46	5.81	5.81	.18	2.41	.03	=.017
	2.Anıdan Kaçınma	1,45	5.68	5.82	.18	2.38	.05	=.004
	(Cinsel İstismar)		-	-	.13	1.76	-	
Anıdan Kaçınma	1.Cinsel İstismar	1,46	11.87	11.87	.25	3.45	.06	=.001

Şekil 10'da görüldüğü gibi, birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde, cinsel istismarın depresif belirtileri yordamada anlamlı bir değişken

olduğu görülmüştür (β = .18, *t* = 2.41, *p*= .017). İkinci adımda, cinsel istismarın bireylerin bu anılarından kaçınmalarını yordadığı saptanmıştır (β = .25, *t* = 3.45, *p*= .001). Üçüncü adımda, anıdan kaçınmanın depresif belirtileri yordadığı bulunmuştur (β = .18, *t* = 2.38, *p*= .018). Son adımda, cinsel istismarın anıdan kaçınma ile birlikte yer aldığı modelde, cinsel istismarın depresif belirtileri yordama etkisinin anlamsız olacak şekilde düştüğü görülmüştür (β = .13, *t* = 1.76, *p*= .079). Tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın %5'ini açıkladığı bulunmuştur (*F*(1, 45) = 5.68, *p*= .004).



Şekil 10. Olumsuz Anıdan Kaçınmanın Cinsel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

**p*< .05.

Bu noktadan hareketle, anıdan kaçınmanın hatırlanan cinsel istismar ile depresif belirtilerin arasında "tam aracılık" etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Tam aracılık etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, kaçınmanın hatırlanan cinsel istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide tam aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (z=1.97, p=.04).

3.2.5.1.5. Fiziksel İstismar ve Depresif Belirtilerle İlişkisinde Araya Girici Anıların Aracı Rolü

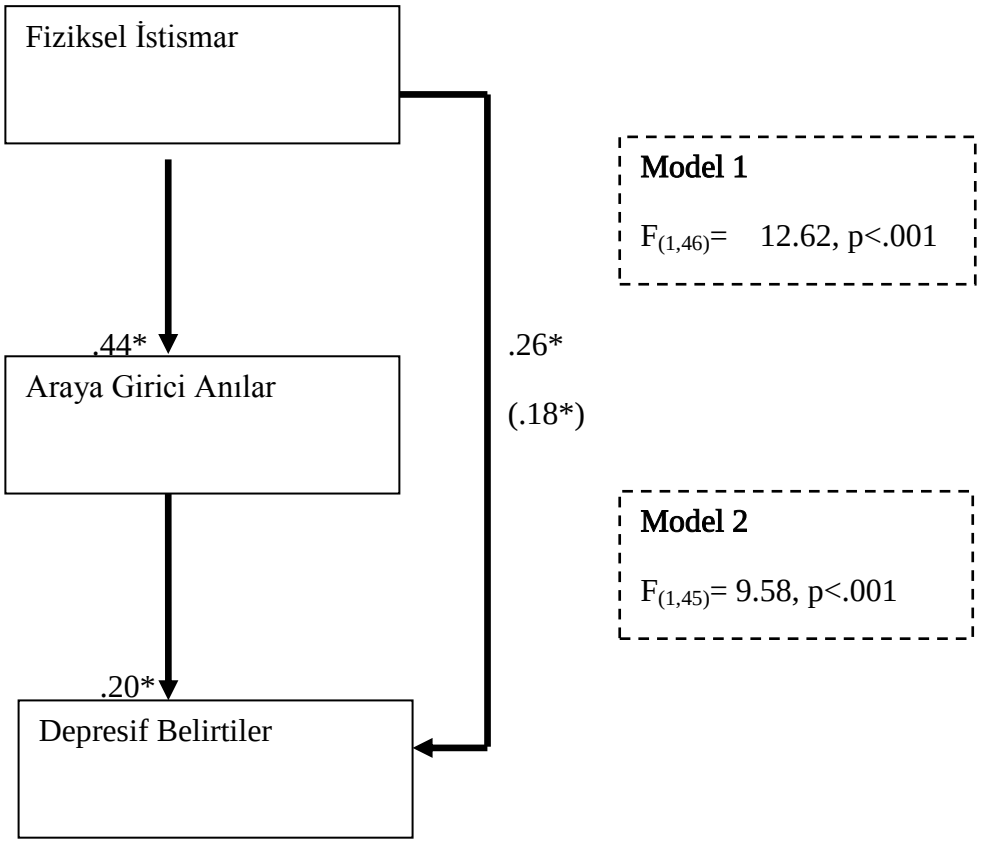
Çocukluk dönemi fiziksel istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide katılımcıların çocukluk dönemi olumsuz anılarının araya girici düzeyinin aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme fiziksel istismar; ikinci aşamasında denkleme anının araya girici düzeyi sokulmuştur. İkinci bir regresyon analiziyle, fiziksel istismarın anının araya girici düzeyini yordayıp yordamadığı test edilmiştir.

Tablo 19. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Araya Girici Anıların Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan	Yordayıcı	df	ΔF	F	β	T	R^2	P
Depresif Belirtiler	1.Fiziksel İstismar	1,46	12.62	12.62	.26	3.55	.07	<.001
	2.Araya Girici Anı	1,45	6.15	9.58	.20	2.48	.10	<.001
	(Fiziksel İstismar)		-	-	.18	2.17	-	
Araya Girici Anı	1.Fiziksel İstismar	1,46	40.78	40.78	.44	6.39	.19	<.001

Şekil 11' de görüldüğü gibi, birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde, fiziksel istismarın depresif belirtileri yordamada anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür (β = .26, t = 3.55, p<.001). İkinci adımda, fiziksel istismarın

anının araya girici düzeyini yordadığı saptanmıştır (β = .44, *t* = 6.39, *p*< .001). Üçüncü adımda, araya girici anıların depresif belirtileri yordadığı bulunmuştur (β = .20, *t* = 2.48, *p*< .001). Son adımda, cinsel istismarın anıdan kaçınma ile birlikte yer aldığı modelde, cinsel istismarın depresif belirtileri yordama etkisinin düştüğü görülmüştür (β = .18, *t*= 2.17, *p*= .03). Tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın %10'unu açıkladığı bulunmuştur (*F*(1, 45) = 9.58, *p*<.001).



Şekil 11: Olumsuz Anının Araya Girici Düzeyinin Fiziksel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

**p*< .05.

Bu noktadan hareketle, araya girici anıların hatırlanan fiziksel istismar ile depresif belirtilerin arasında "kısmi aracılık" etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır.

Kısmi aracılık etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, araya girici anıların hatırlanan fiziksel istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (z=2.35, *p*=.018).

3.2.5.1.6. Fiziksel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rolü

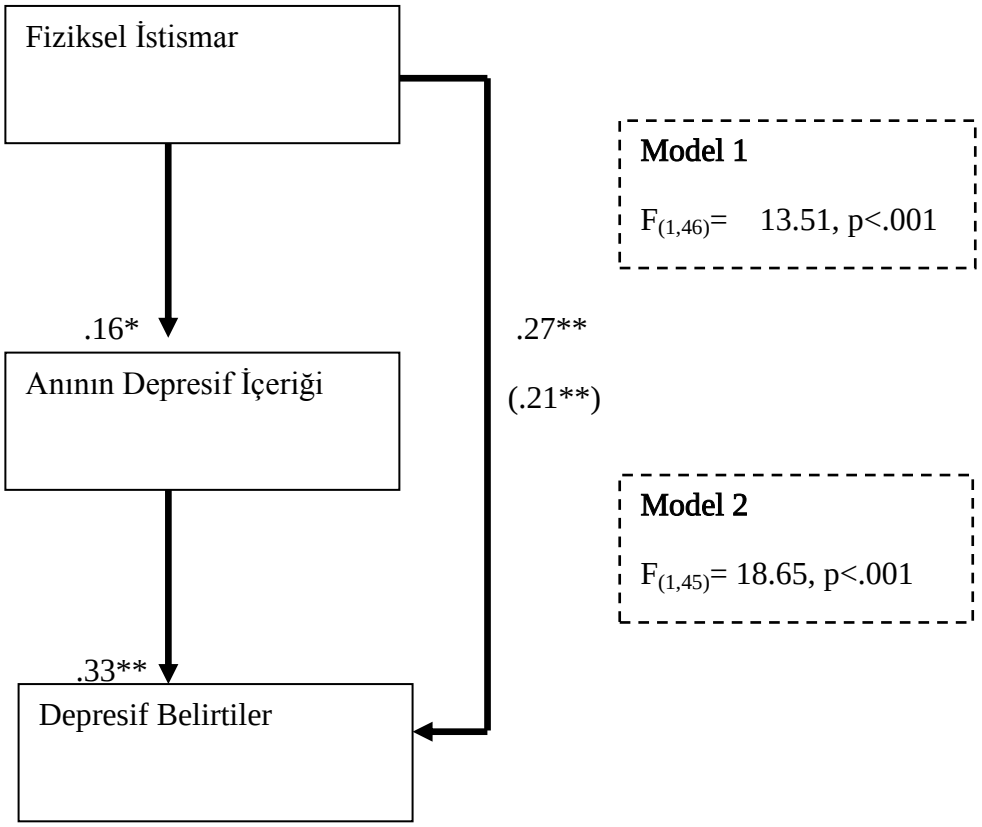
Çocukluk çağı fiziksel istismar ile yetişkinlik depresif belirtiler arasındaki ilişkide katılımcıların çocukluk dönemi olumsuz anıların depresif içeriğinin aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme fiziksel istismar; ikinci aşamasında denkleme anının depresif içeriği sokulmuştur. İkinci bir regresyon analiziyle, fiziksel istismarın anının depresif içeriğini yordayıp yordamadığı test edilmiştir.

Tablo 20. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan	Yordayıcı	df	ΔF	F	β	T	R^2	*p*
Depresif Belirtiler	1.Fiziksel İstismar	1,46	13.51	13.51	.27	3.68	.07	<.001
	2.Anının Depresif İçeriği	1,45	22.12	18.65	.33	4.70	.18	<.001
	(Fiziksel İstismar)		-	-	.21	3.02	-	
Anının depresif içeriği	1.Fiziksel İstismar	1,46	4.44	4.44	.16	2.11	.06	=.036

Daha önce değinildiği gibi, birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde, fiziksel istismarın depresif belirtileri yordamada anlamlı bir değişken

olduğu görülmüştür (β = .27, *t* = 3.68, *p*<.001). İkinci adımda, fiziksel istismarın bireylerin olumsuz anıların depresif içeriğini yordadığı saptanmıştır (β = .16, *t* = 2.11, *p*= .036). Üçüncü adımda, katılımcıların anının depresif içeriklerinin depresif belirtileri yordadığı bulunmuştur (β = .33, *t* = 4.70, *p*< .001). Son adımda, fiziksel istismarın anının depresif içeriği ile birlikte yer aldığı modelde, fiziksel istismarın depresif belirtileri yordama etkisinin düştüğü görülmüştür (β = .21, *t* = 3.02, *p*<.001). Tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın %18'ini açıkladığı bulunmuştur (*F*(1, 45) = 18.65, *p*< .001).



Şekil 12. Olumsuz Anının Depresif İçeriğinin Fiziksel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

*p< .05,** p<.001.

Bu noktadan hareketle, anının depresif içeriğinin hatırlanan fiziksel istismar ile depresif belirtilerin arasında "kısmi aracılık" etkisinin olduğu sonucuna

varılmıştır. Kısmi aracılık etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, depresif içeriğinin hatırlanan fiziksel istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (z=2.03, *p*=.04).

3.2.5.1.7.Fiziksel İstismarın Depresif Belirtilerle İlişkisinde Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü

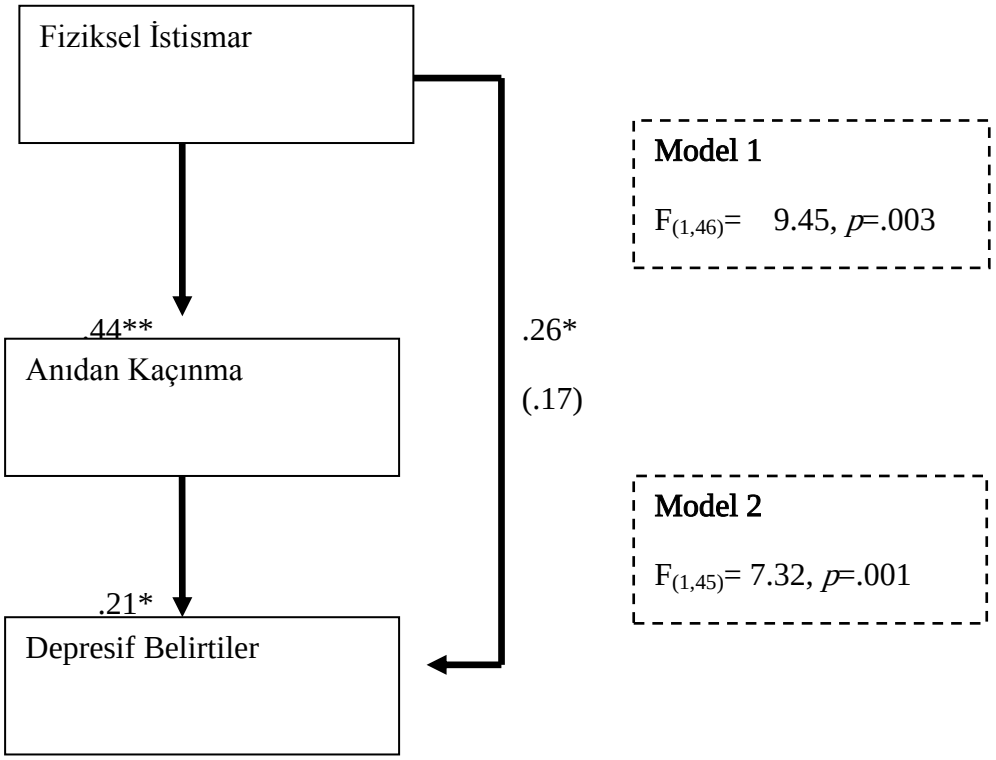
Çocukluk fiziksel istismarı ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide katılımcıların çocukluk dönemi travmatik anılarından kaçınmanın aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme fiziksel istismar; ikinci aşamasında denkleme anıdan kaçınma sokulmuştur. Fiziksel istismarın travmatik anılardan kaçınma üzerinde yordayıcı gücü olup olmadığını test etmek üzere ikinci bir regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 21. Fiziksel İstismar ile Depresif Belirtiler İlişkisinde Anıdan Kaçınmanın Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan	Yordayıcı	df	Δ*F*	F	β	T	R^2	*p*
Depresif Belirtiler	1.Fiziksel İstismar	1,46	9.45	9.45	.26	3.07	.07	=.003
	2.Anıdan Kaçınma	1,45	4.90	7.32	.21	2.21	.10	=.001
	(Fiziksel İstismar)		-	-	.17	1.82	-	
Anıdan Kaçınma	1.Fiziksel İstismar	1,46	31.34	31.34	.44	5.60	.20	<.001

Şekil 13'te görüldüğü gibi, birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde, fiziksel istismarın depresif belirtileri yordamada anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür (β = .26, *t* = 3.07, *p*= .003). İkinci adımda, fiziksel istismarın

katılımcıların anılarından kaçınma düzeyini yordadığı saptanmıştır (β = .44, t = 5.60, p<.001). Üçüncü adımda, olumsuz anıdan kaçınmanın depresif belirtiler üzerinde yordayıcı gücü bulunmuştur (β = .21, t = 2.21, p=.029). Son adımda, yordayıcı değişkenin aracı değişken ile birlikte yer aldığı modelde, fiziksel istismarın depresif belirtileri yordama etkisinin anlamlılığını kaybedecek biçimde düştüğü görülmüştür (β = .17, t = 1.82, p= .071). Tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın %10'unu açıkladığı bulunmuştur ($F_{(1, 45)}$ = 7.32, p=.001).



Şekil 13. Anıdan Kaçınmanın Fiziksel İstismar ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

*p<.05, **p< .001.

Bu bağlamda, çocukluk dönemi olumsuz anıdan kaçınmanın hatırlanan fiziksel istismar ile depresif belirtiler arasında "tam aracılık" etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, hatırlanan fiziksel

istismar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (z=2.02, *p*=.043).

3.2.5.1.8. Çocukluk Örselenme Yaşantılarının Depresif Belirtilerle İlişkisinde Anının Araya Girici Düzeyin Aracı Rolü

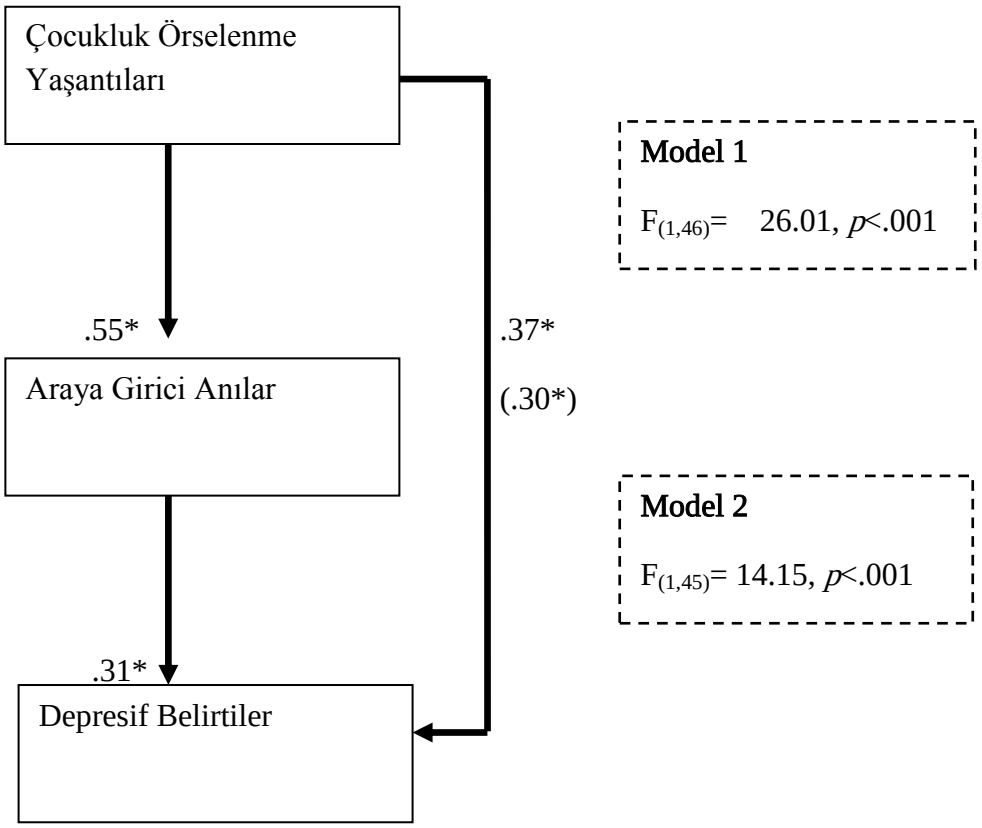
Çocukluk dönemi travmatik deneyimler ve bu deneyimlere ait anı örüntülerinin genç yetişkinlik dönemi depresif belirtileri etkileme gücünü belirlemek amacıyla regresyon analizi yürütülmüştür. Katılımcıların çocukluk örselenme yaşantılarından aldıkları toplam puanlar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide katılımcıların bu yaşantılarına ilişkin getirdikleri anıların araya girici düzeyinin aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme çocukluk örselenme yaşantıları; ikinci aşamasında denkleme anının araya girici düzeyi sokulmuştur. İkinci bir regresyon analiziyle, katılımcıların çocukluk örselenme yaşantıları toplam puanlarının anının araya girici düzeyini yordayıp yordamadığı test edilmiştir.

Tablo 22. Çocukluk örselenme yaşantıları ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAraya Girici Anıların Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan	Yordayıcı	df	ΔF	F	β	T	R^2	*p*
Depresif Belirtiler	1.ÇOYÖ Toplam	1,46	26.01	26.01	.37	5.10	.14	<.001
	2.Araya Girici Anı	1,45	2.12	14.15	.31	4.27	.15	<.001
	(ÇOYÖ Toplam)		-	-	.30	3.47	-	
Araya Girici Anı	1.ÇOYÖ Toplam	1,46	74.16	74.16	.55	8.61	.30	<.001

Şekil 14'te görüldüğü gibi, çocukluk dönemi örselenme yaşantılarının yordanan değişken olan psikolojik belirti (depresyon) (β = .37, t = 5.10, p< .001) üzerine anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, çocukluk örselenme yaşantıları, aracı değişken olan anının araya girici düzeyi (β = .55, t = 8.61, p< .001) üzerinde de anlamlı düzeyde doğrudan etki göstermektedir (Adım 2). Aracı değişkenin, yordanan değişken olan depresif belirti üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, anının araya girici düzeyinin (β = .31, t = 4.27, p< .001) yordanan değişken olan depresif belirti şiddeti üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkisinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Çocukluk örselenme yaşantıları ile aracı değişken denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), çocukluk dönemine ait örselenme yaşantıları ile depresif belirti arasındaki ilişkinin azaldığı görülmüştür (β = .30, t = 3.47, p< .001). Buradan hareketle, aracı değişkenin hatırlanan çocukluk örselenme deneyimleri ile psikolojik belirti arasındaki ilişkide "kısmi aracılık" etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu (F(1,45) = 14.15, p< .001) ve varyansın %15'ini açıkladığı saptanmıştır.

Bu noktadan hareketle, anının araya girici düzeyinin hatırlanan çocukluk istismar yaşantıları ile depresif belirtiler arasında "kısmi aracılık" etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, hatırlanan çocukluk örselenmesi ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (z=4.10, p<.001).



Şekil 14. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Araya Girici Anıların Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

* p<.001.

3.2.5.1.9. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınmanın Aracı Rolü

Katılımcıların Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeğinden aldıkları toplam puanlar ile depresif belirtileri arasındaki ilişkide katılımcıların çocukluk dönemi olumsuz anılardan kaçınmann aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme örselenme yaşantıları; ikinci aşamasında denkleme anıdan kaçınma sokulmuştur. Daha sonra, çocukluk çağı

travmatik yaşantıların o döneme ait olumsuz anılardan kaçınma düzeyini yordayıp yordamadığına bakmak üzere ikinci bir regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 23. Çocukluk Örselenmeleri ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAnıdan Kaçınmanın Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

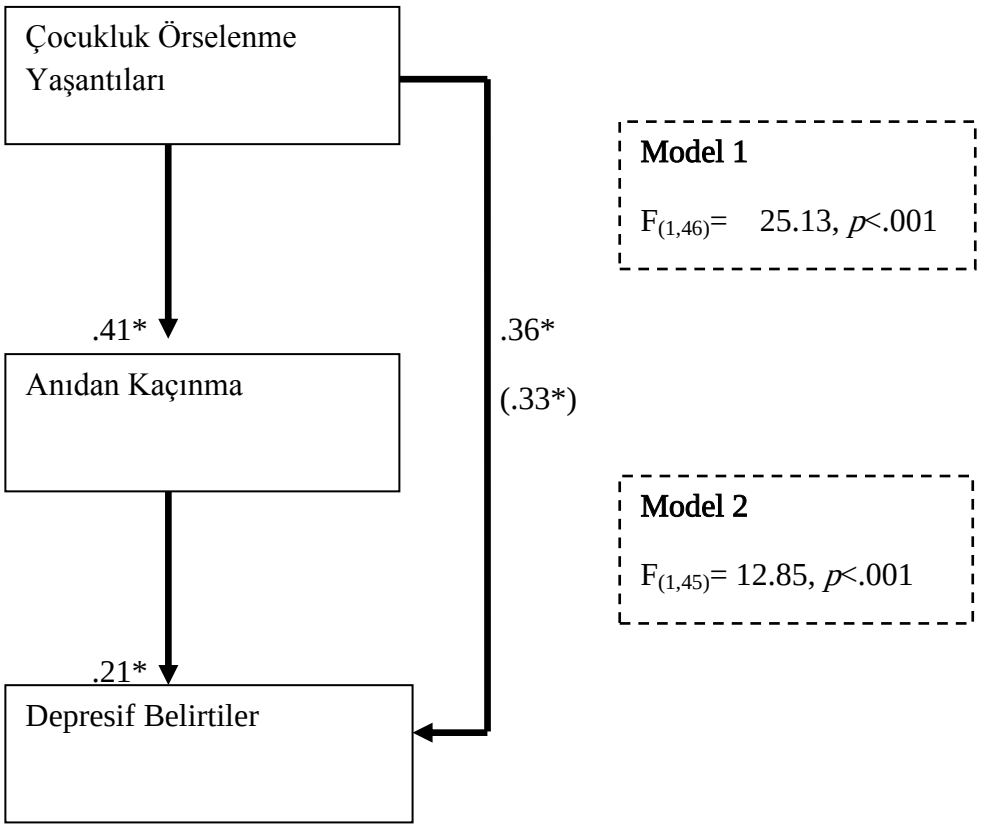
Yordanan	Yordayıcı	df	Δ*F*	F	β	T	R^2	*p*
Depresif Belirtiler	1.ÇOYÖ Toplam	1,46	25.13	25.13	.36	5.01	.13	<.001
	2.Anıdan Kaçınma	1,45	.63	12.85	.21	2.90	.14	<.001
	(ÇOYÖ Toplam)		-	-	.33	4.26	-	
Anıdan Kaçınma	1.ÇOYÖ Toplam	1,46	33.48	33.48	.41	5.78	.16	<.001

Not: ÇOYÖ=Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği

Daha önce verildiği gibi, birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde, çocukluk örselenme yaşantılarının depresif belirtileri yordamada anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür (β = .36, *t* = 5.01, *p*< .001). İkinci adımda, katılımcıların çocukluk örselenme deneyimlerinin çocukluk dönemi olumsuz anıdan kaçınma düzeyleri üzerinde anlamlı yordayıcı gücü olduğu saptanmıştır (β = .41, *t* = 5.78, *p*< .001). Üçüncü adımda, anıdan kaçınmanın depresif belirtileri yordadığı bulunmuştur (β = .21, *t* = 2.90, *p*< .001). Son adımda, çocukluk örseleyici yaşantıların anıdan kaçınma ile birlikte yer aldığı modelde, çocukluk örselenmelerinin depresif belirtileri yordama etkisinin düştüğü görülmüştür (β = .33, *t* = 4.26, *p*< .001). Tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın %14'ünü açıkladığı gözlenmiştir(*F*(1, 45) = 12.85, *p*< .001).

Bu noktadan hareketle, anıdan kaçınmanın hatırlanan çocukluk çağı örselenme deneyimleri ile genç yetişkinlik dönemi depresif belirtilerin arasında

"kısmi aracılık" etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Kısmi aracılık etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, kaçınmanın örseleyici yaşantılar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (z=2.45, p=.014).



Şekil 15. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan KaçınmanınAracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

* *p*<.001.

3.2.5.1.10. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rolü

Katılımcıların çocukluk dönemi örselenme deneyimleri ile depresif belirtileri arasındaki ilişkide böylesi deneyimlere ilişkin anıların depresif içeriğinin aracı rolünü test etmek üzere iki ayrı regresyon analizi yürütülmüştür. Buna göre, ilk regresyon analizinde depresif belirtiler yordanan değişken olarak alınmış ve birinci aşamasında denkleme örselenme yaşantıları; ikinci aşamasında denkleme anının depresif içeriği sokulmuştur. İkinci bir analizle, çocukluk travmatik deneyimlerine ilişkin anının depresif içeriği üzerinde çocukluk travmatik deneyimlerin yordayıcı gücü olup olmadığı incelenmiştir.

Tablo 24. Çocukluk Örselenmeleri ile Depresif Belirtiler İlişkisindeAnının Depresif İçeriğinin Aracı Rol Regresyon Analizi Sonuçları

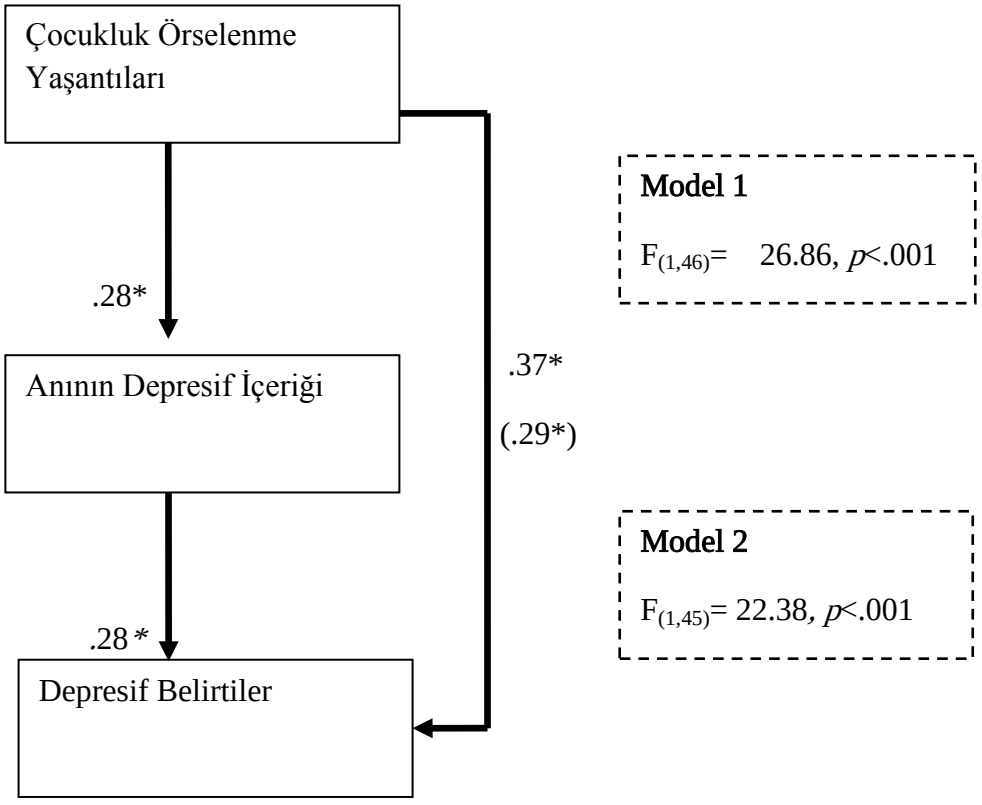
Yordanan	Yordayıcı	df	Δ*F*	F	β	T	R^2	*p*
Depresif Belirtiler	1.ÇOYÖ Toplam	1,46	26.86	26.86	.37	5.18	.14	<.001
	2.ADİ	1,45	15.57	22.38	.28	3.95	.21	<.001
	(ÇOYÖ Toplam)		-	-	.29	4.01	-	
ADİ	1.ÇOYÖ Toplam	1,46	13.93	13.93	.28	3.73	.08	<.001

Not: ÇOYÖ=Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği;

ADİ= Anının Depresif İçeriği

Daha önce belirtildiği üzere, birinci adımda yapılan doğrusal regresyon analizinde, çocukluk örselenme yaşantılarının depresif belirtileri yordamada anlamlı bir değişken olduğu görülmüştür (β = .37, *t* = 5.18, *p*< .001). İkinci adımda, katılımcıların çocukluk örselenme deneyimlerinin çocukluk dönemi olumsuz anının

depresif içeriğini yordadığı saptanmıştır (β = .28, t = 3.73, p< .001). Üçüncü adımda, anının depresif içeriğinin bireylerin depresif belirtilerini yordadığı bulunmuştur (β = .28, t = 3.95, p< .001). Son adımda, hatılanan çocukluk örseleyici yaşantılarının anının depresif içeriği ile birlikte yer aldığı modelde, çocukluk örselenmelerinin depresif belirtileri yordama etkisinin düştüğü görülmüştür (β = .29, t = 4.01, p<.001). Tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın %21'ini açıkladığı gözlenmiştir(F(1, 45) = 22.38, p< .001).



Şekil 16. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anının Depresif İçeriğinin Aracı Rolü ve İlgili Beta Değerleri.

* p<.001.

Bu noktadan hareketle, olumsuz çocukluk anılarının depresif içeriklerinin hatırlanan çocukluk çağı örselenme deneyimleri ile genç yetişkinlik dönemi depresif belirtileri arasındaki ilişkide "kısmi aracılık" etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır. Kısmi aracılık etkisinin anlamlı bir şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı sobel yöntemi ile incelenmiş, aracı değişkenin örseleyici yaşantılar ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür (z=2.70, *p*=.006).

Tablo 25. Aracı Rol Analizi Özet Bulguları

Otobiyografik Anı Örüntüleri	Anıdan Kaçınma	Araya Girici Anı	Anının Depresif İçeriği
Depresif Belirtileri Yordayan Değişkenler	Yordayan	Yordayan	Yordayan
Çocukluk Örselenmeleri-Depresif Belirtiler İlişkisinde Aracı Rol	Kısmi Aracı	Kısmi Aracı	Kısmi Aracı
Fiziksel İstismar-Depresif Belirtiler İlişkisinde Aracı Rol	Tam Aracı	Kısmi Aracı	Kısmi Aracı
Duygusal İstismar-Depresif Belirtiler Arasında Aracı Rol	Kısmi Aracı	-	-
Cinsel İstismar-Depresif Belirtiler Arasında Aracı Rol	Tam Aracı	-	-

IV. BÖLÜM

TARTIŞMA

"Hayat insanın yaşadığı değildir.
Aslolan hatırladığı ve anlatmak için nasıl hatırladığıdır."
G. G. Marquez

Bu bölümde, mevcut çalışmada elde edilen ana bulgular, alan yazında çocukluk örselenme yaşantıları ve depresyon kapsamında var olan "aşırı genelleme" fenomenine ilişkin öneriler dikkate alınarak tartışılmıştır. Bu bağlamda, daha önce belirtildiği gibi, çalışmanın amacı, anının aşırı genellenmesi olgusunu çocukluk örselenme yaşantıları ekseninde incelerken, çocukluk örselenme yaşantıları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkide otobiyografik belleğin olası rolünü incelemeyi içermektedir. Araştırmanın bu bölümünde, çalışmanın önerilen denenceleri ve temel bulguları, sırasıyla alan yazın bilgisi ışığında bütüncül bir çerçevede tartışılmıştır. Bu bağlamda, araştırmada elde edilen bulgular, aşırı genel anılarla bağlantılı depresyon ve travma konulu araştırmalar taranarak değerlendirilmiştir. Ayrıca araştırmanın sınırlılıkları üzerinde durularak, söz konusu sınırlılıkların sonuçları ne ölçüde etkilediğinin altı çizilmeye çalışılmış ve bu doğrultuda sonraki çalışmalara olası önerilere yer verilmiştir.

4.1. Aşırı Genelleme Üzerine Mevcut Çalışmanın Önerileri

Bu çalışmanın esası, çocukluk dönemi travmatik deneyimleri ve otobiyografik bellek arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerin sonraki klinik belirtilere yansımalarını test etmek üzerine dayalıdır. Alan yazına bakıldığında, elde edilen bulgular, travmatik deneyimler ve otobiyografik bellek arasında çift yönlü bir ilişkinin olduğuna ve bu ilişkinin patolojilerde önemli rol oynadığına işaret etmektedir. Otobiyografik bellek örüntülerini belirleyenler arasında yaşantının nasıl kodlandığı, saklandığı ve hangi koşullarda neyin nasıl getirileceği etkenleri yer almaktadır. Çalışmanın bu esası, olumsuz çocukluk yaşantılarının uzun dönemli etkilerini anlamaya dönük öne sürülen bilgi işleme ve geri getirme modellerinden beslenerek oluşturulmuştur. Söz konusu otobiyografik bellek olduğunda, duygu ve duygu kuramları göz ardı edilemez. Bu bağlamda, daha önce değinilen duygu düzenleme kuramı, travmatik deneyimlerin yükünü azaltmak için anıyı genel hatırlama eğiliminden söz eder. Buradan hareketle, yaşantının nasıl kodlandığı ve geri getirildiği ile ilgili olarak, özellikle söz konusu travmatik deneyimlerde akla gelen duygu ve bilgi işleme kuramları, 'aşırı genel anı' kavramının altını çizmektedir. Bu bağlamda, mevcut çalışmanın ana konusu, çocukluk travmatik deneyimlerine ilişkin otobiyografik anı örüntüleri çevresinde toplanırken, aşırı genelleme kavramını incelemiştir.

Bu çalışmada, çocukluk travmatik deneyimlerinin olduğu bir grup ile böyle deneyimleri olmayan ancak benzer yaş aralığında olan bir grubun otobiyografik anı örüntüleri karşılaştırılmış; olumsuz çocukluk yaşantılarının depresif belirtileri yordamada otobiyografik bellek örüntülerinin (anıdan kaçınma, anının araya girici düzeyi, anının depresif içeriği) olası aracı rolüne bakılmıştır. İki grubun karşılaştırılmasında çocukluk deneyimlerinden hem olumsuz, hem olumlu yaşantılara

ilişkin anılar; hem de yakın dönem yaşantılarına ilişkin bir karşılaştırma anısı dikkate alınmıştır. Karşılaştırma anısı, çocukluk travmatik deneyimler varlığında gelişen otobiyografik bellek örüntülerinin yakın dönem anılarında da devam edip etmediğini test etmek üzere araştırma desenine eklenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulardan ilk dikkati çeken ise, böylesi olumsuz çocukluk yaşantıları olan kişilerin otobiyografik anı özelliklerinin bu deneyimleri olmayan kişilere göre farklılaştığıdır. Özellikle, anının özgüllüğü, detayı, etkisi, anıdan kaçınma ve anının araya girici düzeyi boyutlarında iki grup arasında gözlenen ayrışma göze çarpmaktadır.

Sonuçlar aynı zamanda, anı tarzının (aşırı genelleme) anının özellikleri açısından farklılaştığına işaret etmektedir. Çalışmanın bulguları, aşırı genel anının daha az detay içerdiği görüşünü destekler niteliktedir. Aynı zamanda, aşırı genel anı ile çocukluk örselenme yaşantıları, anıdan kaçınma, anının araya girici düzeyi ve depresif belirtiler arasında beklenen ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Bu çalışmanın sonuçları, aşırı genel anı olgusunun özellikle istismar süresi ve türü tarafından belirlendiğini göstermiştir. Öyle ki, sonuçlara göre, istismar özellikle uzun süreli ve duygusal istismar olduğunda aşırı genel anıdan söz etmek mümkün görünmekte; bir kez gerçekleşen ve fiziksel istismar olan bir deneyime ilişkin anı ise özgül bir olaya işaret etmektedir.

Bu çalışmada gözlenen bir diğer durum, çocukluk örselenme yaşantılarının yetişkinlikte depresif belirtileri yordadığı ve bu ilişkide olumsuz anıdan kaçınmanın, anının depresif içeriği ve araya girici düzeyinin aracı rolü olduğuna ilişkindir.

4.2. Mevcut Çalışmanın Bulgularını Değerlendirme

4.2.1. Örselenme Yaşantısı Olan ve Olmayan Bireylerin Otobiyografik Bellek Örüntüleri Açısından Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Belleğin travmatik olaylara ilişkin nasıl bir örüntü geliştirdiğini anlamanın bir yolu, böylesi yaşantıları olan kişilerin anılarına bakmaktır. Araştırmada, çocukluk örselenme yaşantısı olan katılımcıların, böyle bir deneyimi olmayanlara kıyasla, olumsuz çocukluk yaşantılarına ilişkin anılarını daha detaylı hatırladıkları gözlenmiştir. Burada çarpıcı olan bulgu ise, bu etkinin olumlu çocukluk yaşantılarına ilişkin anılarda ve karşılaştırma anılarında tersine gözlenmesidir. Başka bir anlatımla, çocukluk örselenme yaşantısı olan katılımcılar, olumlu çocukluk anılarını ve karşılaştırma anılarını, anının etkisi kontrol edildiğinde bile, daha az detaylı hatırlamışlardır. Bu bulgular ile McNally ve ark., (1995)'ın Vietnam gazileriyle yaptığı çalışmadaki bulgular tutarlılık göstermektedir. Öyle ki üzerinden geçen uzun zamana karşın, savaşın etkilerini hala taşıyan gaziler, diğerlerine kıyasla Vietnam deneyimlerini daha iyi hatırlamışlar, ancak yaşamlarının diğer dönemlerinde olumlu yaşantılarına dair anılarını getirmekte zorlanmışlardır. Söz konusu çalışmada, ele alınan çocukluk örselenme yaşantıları ile savaş deneyiminin bir tutulamayacağının altı çizilmekle birlikte, insanların olumsuz, travmatik yaşantılara verdikleri tepki bağlamında benzerlikler söz konusu olabileceği düşünülebilir. Öyle ki böylesi yaşantılara duygusal açıdan bağlı olmak, yaşamın kalan kısmıyla ilgilenmekten uzaklaştırabilir. Nitekim, mevcut çalışmada da, çocukluk örselenme yaşantıları olan katılımcıların, böyle yaşantıları olmayanlara kıyasla, olumsuz çocukluk yaşantılarına ilişkin anılarını daha detaylı hatırladıkları, bununla birlikte, aynı örüntüyü olumlu çocukluk yaşantıları ve karşılaştırma anısında göstermedikleri gözlenmiştir. Bu

bulgular, Brewin'ın (1998) önerisi temelinde, özellikle depresif belirtilerin iyileşmesinde rolü olabilecek olumlu otobiyografik anıların, kişilerin kaçınmak için daha fazla meşgul oldukları travmatik anıların varlığı tarafından bloke olduğuna işaret etmektedir.

Buradan hareketle, çocukluk örselenme yaşantılarına ilişkin anıların kişinin zihnini ne kadar meşgul ettiği ve meşgul ederken bundan ne kadar kaçındığı sorusuna dönük elde edilen bulgular bize iki grup arasında anlamlı farklar olduğunu göstermektedir. Öyle ki, travmatik deneyimlere maruz kalan çocuğun, bu yaşantılara karşı kalkanına sığınma yolu ararken bir yandan '*kaçınma'* örüntüsü, bir yandan travma mağdurunun peşini bırakmayan davetsiz anıların '*araya girici'* özellikleri baş gösterir. Çocukluk örselenme yaşantıları olan kişilerin, olmayanlara göre, olumsuz çocukluk anılarının daha fazla araya girici olduğu ve bu anılardan daha fazla kaçındıkları yönündeki elde edilen bulgular, yazında mevcut çalışmalarla da desteklenir görünmektedir. Genel olarak bakıldığında, araya girici anıların Travma Sonrası Stres Bozukluğu'nda görülen bir olgu olarak bilinmesine karşın, bazı araştırmacılara göre, onun, zorlu yaşam olaylarına karşı geliştirilen bir tepki olduğu düşünülmektedir (Brewin, Dalgleish ve Joseph, 1996; Levy ve Mineka, 1998; akt., Tosun, 2006). Benzer şekilde, çocukluk travmatik deneyimlere ilişkin araya girici anılara eşlik eden anıdan kaçınma tepkisi, Brewin, Watson, McCarthy, Hyman ve Dayson (1998)'ın yaptıkları çalışmanın bulgularında gözlenmiştir. İlgili araştırmacıların kanser hastalarıyla yaptıkları çalışmada, bu hastaların son hafta içinde araya girici anılar deneyimledikleri ve bunun anılardan kaçınmaya yol açtığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Öte yandan, alan yazın bize araya girici otobiyografik anılar için travmatik deneyimlerin tek başına yeterli bir yordayıcı olmadığı bilgisini sunmaktadır. Örneğin Reynolds ve Brewin'in (1998) benzer olumsuz yaşam olaylarına maruz kalmış depresyonlu, TSSB'li ve tanılı olmayan kontrol grubun karşılaştırmasında, kontrol grubun, benzer deneyimlere maruz kalmış olmasına karşın, diğer iki gruba göre daha az sıklıkta araya girici anılar bildirdikleri gözlenmiştir. Benzer bulgulardan (örn., McFarlane, 1992; Joseph ve ark., 1996; Brewin ve ark., 1999) açıkça anlaşılacağı üzere, yüksek düzey araya girici anılar ve bu anılardan kaçınma, sonraki psikopatoloji için özellikle depresyon ve TSSB için bir risk faktörü olarak görünmektedir. Bu bağlamda, mevcut çalışmanın ilgi noktalarından biri olumsuz çocukluk yaşantılarının sonraki depresif belirtileri yordamada bu yaşantılara ilişkin araya girici anılar ve anıdan kaçınmanın aracı rolüdür. Buna ilişkin elde edilen bulgular izleyen bölümde alan yazında ilgili görüşler sunularak tartışılmıştır.

4.2.2. Çocukluk Örselenme Yaşantıları ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Anıdan Kaçınma ve Araya Girici Düzeylerinin Aracı Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada, çocukluk ihmal ve istismar yaşantılarından mustarip olan ve görece olmayan bireylerin oluşturduğu iki grup arasında, çocukluk deneyimlerine ilişkin anı özelliklerinin karşılaştırılması hedeflenmiş, ancak bunun bir sonraki adımında, sadece örselenme mağduru olan katılımcılara yeniden ulaşılarak bu kişilerin depresif belirtilerini belirleyenlerin ne olduğunu anlamak amaçlanarak, bütüncül bir yol izlenmeye çalışılmıştır. Araştırmanın ikinci aşamasında, yanıt aranan sorular arasında, genç yetişkinlikte ortaya çıkan depresif belirtilerin, çocukluk dönemi örselenme yaşantıları tarafından yordanıp yordanmadığı yer almaktadır.

Analiz sonuçları, depresif belirtileri çocukluk ihmal ve istismarın yordadığını göstermiştir. Çocukluk örselenme yaşantılarının uzun dönemli etkileri alan yazında yer alan bulgular ile sık sık desteklenmiştir (örn., Luntz ve Widom, 1994; Andreotti Bucci, Paloscia ve Marozzia, 1999; Johnsen, Laberg ve Thayer, 2002; Wright, Crawford ve Del Castillo, 2009). Beck'e (1976) göre, depresyonun oluşumuna, bireyin kendisi, dünya ve geleceği ile ilgili olumsuz algılamalarını temsil eden bilişsel bir üçlünün eşlik ettiği bilinmektedir. Fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarının karşılanmadığı bir çocukluk döneminin bireyin kendisinin değersiz, dünyanın kötü, insanların ise güvenilmez olduğu yönündeki olumsuz inançlarını geliştirmesi ve sürdürmesinde etkili olacağı düşünülebilir. Bunların uzun süreli olumsuz etkilerinin mevcut çalışma bulguları ile de desteklenmiş olması beklendik olmakla birlikte yazındaki bulgularla tutarlı görünmektedir.

Diğer bir yandan, çocukluk örseleyici yaşantıların uzun dönemli etkileri bilinmesine karşın, farklı araştırmalardan gelen sonuçlar ile bunun doğasının daha karmaşık olduğu söylenebilir. Sanılandan daha komplike olan bu süreci açıklamak üzere, depresif belirtilerin oluşumunda olumsuz çocukluk yaşantılarının saklanırken nasıl bir sistem içinde yer aldığı sorusuna yanıt aranmıştır. Çünkü, bilinen o ki, depresif durumlara bellek işleyişindeki bazı değişimler eşlik etmektedir (Brewin, 1998). Bu değişimler, depresyonda genellikle olumsuz olay ya da uyaranların hatırlanmasının daha kolay, olumluları hatırlamanın görece daha zor olduğuna ilişkin görüşlere temas etmektedir (Matt, Vazquez ve Campbell, 1992). Bu görüş alan yazında çok sayıda araştırma ile sıklıkla desteklenmektedir.

İlgili duruma getirilen açıklamalardan yapısalcı ve bağlamsal kuramlar, yaşamdaki olayların geri getirilmesi için duygunun kritik bir ipucu olduğunu öne

sürmektedir. Duygu, yaşanan ve hatırlanan olayın önemli bir bağlamıdır (Sarp ve Tosun, 2011). Bununla birlikte, depresyonun bilişsel süreçlere olan etkisinde gözlemlenen diğer bir olgu ise, depresyonlu hastaların olumsuz yaşam olaylarına ilişkin araya girici anılarıdır. Depresyonlu kişilerin yaşamı tehdit eden daha fazla olaylara maruz kalmaları ve ayrıca olumsuz deneyimlerle karakterize bir çocukluk geçirmiş olmaları muhtemeldir (bkz., Brewin ve ark., 1993). Nitekim, daha önce değinildiği gibi, bu çalışmanın bulguları, olumsuz bir çocukluk geçirmenin depresif belirtileri yordadığına işaret etmiştir. Ancak söz konusu ilişkide, nasıl bir mekanizmanın, sürece hizmet ettiği bu çalışmanın merak konusuydu. Yazında, böylesi olumsuz deneyimlere ilişkin araya girici anılar depresyonun önemli bir özelliği olarak tariflenmiştir (bkz., Brewin, Reynolds ve Tata, 1999). Böylece olumsuz çocukluk yaşantılarına ilişkin otobiyografik anıların araya girici olmalarının ve bunun yol açtığı (bkz., Brewin, 1998) anıdan kaçınmanın önemli klinik doğurguları olacağı düşünülmektedir. Bu beklenti ile de bu çalışmada çocukluk örselenme yaşantıları ve depresif belirtiler arasındaki ilişkide örselenme yaşantılarına ilişkin araya girici anılar ve bu anılardan kaçınmanın aracı rolü test edilmiştir.

Araştırmada, yalnızca çocukluk örselenme öyküsü olan katılımcılara yeniden ulaşılarak oluşturulan ikinci aşamanın analiz sonuçları, araya girici anılar ve bu anılardan kaçınmanın, olumsuz çocukluk yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini göstermiştir. Literatürde var olan ilgili görüşler, araya girici anılar söz konusu olduğunda klinik ve klinik olmayan örneklem arasında anlamlı farklara işaret etmektedir (örn., Brewin ve ark., 1996). Bu konuya ilişkin ilk çalışmada, Kuyken ve Brewin (1994) depresyonlu kadınlardan oluşan bir örneklemde, katılımcılarla çocuklukları hakkında bir görüşme yapıp, yaklaşık

yarısının çocukluk dönemi fiziksel ya da cinsel istismar deneyimi bildirdiklerini gözlemişlerdir. Böyle deneyimleri olan 35 katılımcının 30'u ise önceki hafta istismar ilişkili araya girici anılar deneyimlediklerini ifade etmişlerdir. Ancak böyle bir araştırma deseninin kaçınma ve araya girici düzeylerinin depresyon için önemli bir etken olup olmadığını test etmede eksik olduğunu belirtmek gerekir (Brewin, 1998). Çünkü bu yaşantılara ilişkin yoğun otobiyografik anıların depresif dönemler tarafından aktive olup olmadığını göstermek için araştırma depresif olmayan bir karşılaştırma grubu içermemiştir. Buradan hareketle, bu çalışma, elde edilen bulgularının, sadece çocukluk örselenme yaşantıları olan katılımcılara yeniden ulaşılarak oluşturulan ikinci bir aşamaya dayandırılması açısından önemli görünmektedir. Bu noktada, çocukluklarında benzer istismar yaşantılarına maruz kalmış genç yetişkinlerin depresif belirti geliştirmede, araya girici anıların ve bu anılardan kaçınmanın aracılık ettiği yönünde elde ettiğimiz bir bulgu yazında var olan bulgularla tutarlılık göstermektedir. Örneğin, Reynolds ve Brewin (1998) depresyonlu, TSSB'li ve tanılı olmayan kontrol grubunun yer aldığı çalışmalarında, katılımcılara önemli olumsuz yaşam olaylarını ve ilişkili araya girici anılarını sormuşlar; her üç grupta yer alan katılımcıların benzer yaşam olaylarına maruz kalmış olmasına karşın, kontrol grubunun daha az araya girici anı bildirdiği sonucuna ulaşmışlardır. Benzer bulgular, McFarlane (1992) tarafından tekrarlanmıştır. Büyük bir felaket sonrası, itfaiyecilerle boylamsal bir çalışma yürüten araştırmacı, depresyon, anksiyete ve TSSB'nin stresöre maruz kalma düzeyi ya da kaybın miktarı tarafından değil, erken dönemlerde araya girici anıların düzeyi tarafından yordandığı sonucuna ulaşmıştır. Joseph ve ark., (1996)'nın çalışmalarında da aynı olguların

(kaçınma ve araya girici düzey) sonraki klinik tablolarda etkili olduğu görüşü bir kez daha önemini korumuştur.

Araya girici otobiyografik anıların klinik ve klinik olmayan örneklemler arasında fark yaratıp yaratmadığına ilişkin alan yazın bulgularının bir kısmı bu görüş etrafında toplansa da çeşitlilik gösterdiğini belirtmek gerekir. Örneğin, bu baskın görüşün aksine, Creamer, Burgess ve Pattison (1992) tarafından yapılan bir çalışma bize, olay sonrası ilk zamanlarda araya girici anılar ile sonraki dönemde klinik semptomlar arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişkiyi göstermektedir. Yani, ilk zamanlarda daha fazla araya girici anıların sonraki dönemde daha az semptomu yordadığı gözlenmiştir. Bu bulgu ile önceki araştırmaların araya girici anı ve klinik semptomlar arasındaki pozitif ilişki yönündeki bulguların çelişmesine bağlı olarak, bunu yorumlamak zor görünmektedir. Ancak, en nihayetinde alan yazın bize araya girici anılar ve kaçınma tepkilerinin sonraki psikopatoloji için bir risk faktörü olduğu savını sunmaktadır. Özellikle ilgi çekici olan bulgu ise, hastaların depresyondan kurtulduktan sonra araya girici düzeyin azaldığı ama kaçınma düzeyinin yüksek kaldığıdır (Spenceley ve Jerrom, 1997). Alan yazının ve bu çalışmanın aynı yöne işaret eden bulgularından yapılabilecek bir çıkarım, araya girici anıların, depresyonun iyileşmesinden sonra nüks için bir risk faktörü olarak çalışmaya devam etmesi olabilir. Tüm bulgular dikkate alındığında, bu araştırmalar dizisi istemsiz, araya girici otobiyografik anıların depresyonu anlamamızda göz ardı edilemeyecek bir yeri olduğu bilgisini sunar. Buradan hareketle, depresyonun tedavisi ve önlenmesinde araya girici anıların önemli bir yere sahip olacağı düşünülmektedir. Böyle bir tedavinin içinde işlenecek olan araya girici anılar, Brewin, Reynolds ve Tata'ya göre (1999) tıpkı TSSB'de olduğu gibi, işlemden geçirilmemiş yaşantılara ait

olabilir. Bu noktada, işlemden geçirilmemiş yaşantılara ait böyle otobiyografik anıların ait olduğu özgül olaylara yeniden ulaşılarak duygusal işlemden geçirilmesi gerekebilir (Tosun, 2006).

Bununla birlikte, depresyonun bellek işleyişi üzerindeki bir diğer etkisi, bahsedilen spesifik yaşantılara ulaşmadaki zorluktur (bkz., Iqbal, Birchwood, Hemsley, Jackson ve Morris, 2004; Barnhofer, Jong-Meyer, Kleinpaß ve Nikesch, 2002). Bellek işleyişindeki bu sürecin önemi Brittlebank, Scott, Williams ve Ferrier (1993)'nın depresyonlu hastalarla yaptığı çalışmada gösterilmiştir. Araştırmacılar, çalışmalarında, olumlu anıları getirmede aşırı genellemenin sonraki 7 ay için depresyonun düzeylerini yordadığı, ancak ne depresyonun şiddeti ne de işlevsel olmayan tutumların yordamada başarılı olmadığını gözlemişlerdir.

Bununla birlikte, depresyonlu bireylerin oluşturduğu bir örneklemde, aşırı genel anı getiren bir çok kişinin aynı zamanda, travmatik geçmişi olduğu bulgusu göze çarpmaktadır (Dalgleish ve ark., 2007). Nitekim bununla ilgili çalışmalar bize sık sık travmatik deneyim ve aşırı genelleme arasındaki ilişkiden söz etmektedir. Bu bağlamda, çalışmada, irdelenen çocukluk örselenme yaşantılarının aşırı genelleme ile nasıl bir ilişki gösterdiği sorusuna da yer verilmiş, izleyen bölümde buna ilişkin bulgular, aşırı genellemenin doğasına dönük açıklamalar ışığında tartışılmıştır.

4.2.3. Aşırı Genel Anı ve Çocukluk Örselenme Yaşantılarına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi

Bu çalışmanın amaçlarından biri, travmatik deneyimler ve aşırı genelleme arasında sıkça değinilen ilişkiyi irdelemektir. Kişinin geçmişten getirdiği budanmış

anılar özellikle duygusal yükü olan travmatik deneyimlerde gözlenmektedir (bkz., Kuyken ve Brewin, 1995; Burnside ve ark., 2004; Henderson ve ark., 2002).

Bu bağlamda, çalışmada, geçmişten getirilen aşırı genel anıların, çocukluk istismar yaşantılarıyla ve anının özellikleriyle nasıl bir ilişki gösterdiği sorgulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, travmatik deneyimleri olan katılımcılar olmayanlara göre daha fazla aşırı genelleme eğilimi göstermiştir.. Buna ilişkin ilk bulgular bizi Kuyken ve Brewin'in (1995) çalışmasına götürür. Bu çalışma, çocukluk cinsel istismarı ve aşırı genel anı arasında bir ilişkiye işaret etmektedir. Yakın dönemdeki çalışmalar aynı ilişkinin altını çizmektedir (örn., Hermans ve ark., 2008; Kleim ve Ehlers, 2008; Williams ve ark., 2007).

Böylece, bu çalışmanın aşırı genelleme ilgili bulguları da, yazın bilgilerini destekler niteliktedir. Bu araştırmanın bulguları, Williams'ın (1996) olumsuz anılarından rahatsızlık duyan çocukların anılarını genel formda getirmeye devam ettikleri ve bunu bir duygu düzenleyici olarak kullandıkları yönündeki teorisiyle paralellik göstermektedir. Aşırı genellemenin çocuklukta olumsuz olaylara getirilen bir tepki olması özellikleriyle, bu çalışma, çocukluk örselenme yaşantılarına ilişkin anılar ve aşırı genelleme arasındaki ilişkiye temas etmesi açısından önemli görünmektedir.

Burada, William James'in (1890), "bir deneyim, duygusal anlamda neredeyse beyin dokusunda yara açacak kadar heyecan verici olabilir" ifadesini (akt., Schacter, 2010) anımsatmak yerinde olabilir. Bununla birlikte, anılarımızın, travmatik yaşantılardan kalanlar da dahil olmak üzere, birebir kayıtlar değil, yaşantılardan bir inşa edimi sonucunda biçimlenen yapılar olduğunu belirtmek

gerekir. Semon'un (1921) bellek teorisinde, 'kazınmış olan' anlamına gelen *engram*a deneyimdeki hangi malzemelerin gireceğini, kodlama sırasında bireyin öznel algısının belirlediği vurgulanır; Rubin ve Gülgöz (2001) bu inşa sürecini arkeolojik kazıdan çıkan çanak parçalarını birleştirmeye benzetmektedir. Öyle ki, çıkan her bir parçadan ortaya çıkan bulgular ile eksik parçalar yeniden oluşturulur. Benzer biçimde, Neisser (1967) ise bir anıyı anımsamakla bir dinozoru kemik parçalarından yeniden oluşturmak arasında bir bağ kurmuştur. Bu noktada, aynı deneyime sahip bireylerin bellek yapılanmasındaki farklılıklar, tıpkı Vietnam Gazilerinde olduğu gibi (McNally ve ark., 1995) açıklığa kavuşmaktadır. Bununla birlikte, bazı araştırmacılar, William James'in ifadesiyle tutarlı olarak, duygusal açıdan travmatik olaylara dair anıların son derece detaylı bir biçimde belki de sonsuza dek korunduğu ve bu sebeple de daha sıradan olaylara ilişkin anılardan esas itibariyle farklı olduğu görüşünü benimsemişlerdir (örn., Von der Kolk, 1994). Böyle bir bakış açısından travmaya dair bellek, olayları çoğunlukla sıradan olaylara ilişkin bellekten daha doğru hatırlamaktadır.

Nitekim Terr (1991)'e göre, travmatik deneyimlere maruz kalan çocuklar, bu deneyimlerin 'belleklerine kazınmış görsel imgelerine' sahiptir ve bu imgeler yaşam boyu yerlerinde saklanacaktır. Ancak, bellek üzerine yapılan çalışmalar, travmatik anıların bile zaman zaman bozulabilirliğini destekler niteliktedir. Hayat içinde yaşanan travmalarla ilgili çalışmalar duygusal anlamda travmatik olaylara dair anıların genellikle kalıcı ve şaşırtıcı derecede doğru olduğunu ama zaman zaman da bozulabildiğini ve çarpıtılabildiğini göstermektedir (örn., Terr, 1994; akt., Schacter, 2010). Bir kişi bir travma yaşadığında bu deneyimin özü neredeyse her zaman iyi

hatırlanır; çarpıtma söz konusu olduğunda bu genellikle belirli ayrıntılarla ilgilidir (Schacter, 2010).

Bu bağlamda, şayet travmatik deneyimlerle ilgili anıların çoğunlukla doğru olduğu ancak detaylarının bozulduğu varsayımı geçerli ise, çalışma, bizi "örselenme yaşantılarına ilişkin aşırı genel anılar gerçekten detaylardan yoksun mudur?" şeklinde kilit soruya götürmektedir. Örselenme yaşantıları varlığında gelişen aşırı genelleme bulgusuna istinaden, bu aşırı genel anıların daha az detay içerip içermediği sorusuna, çalışma bize beklendik cevaplar sunmuştur. Olumsuz çocukluk yaşantılar anısı temelinde aşırı genel anılar özgül anılara göre anlamlı düzeyde daha az detay içermiştir. Bu bulgu duygu düzenleme kuramını bir kez daha anımsatmaktadır. Bununla birlikte, Terr (1994) ise, bunu büyük oranda, özellikle travmatik deneyimin şiddeti devreye girdiğinde şok edici olayın kişide algılama hataları ya da bozulmalar yaratabileceği temeli üzerine açıklamıştır. Bu açıklamaya paralel, bilgi işleme modelleri kendini göstermektedir. Daha önce değinilen, Hartman ve Burgers (1993)'in modeli, aşırı uyarılmanının disossiyasyon ve bilgiyi almada başarısızlık tarafından takip edileceğini ve bunun yanlış kodlama ile sonuçlanacağını önerir. Buna ilişkin Lacey ve Lacey (1974) tarafından yapılan bir çalışmada, kalp atışı ve kan basıncında artışın, duyusal reseptörleri körelttiği ve böylece anı oluşturmak için olayı kodlama işlemlerini engellediği gözlenmiştir. Bu bozulma sürecini anının detaylarından koparılması ile ilişkilendirmek mümkün olabilmektedir. Söz konusu süreci destekleyen araştırmalardan bir diğeri ise Ochsner ve Schacter'ın (2003) yaptıkları çalışmadır. İlgili çalışma bulguları yüksek düzey travmatik deneyimlerde olduğu gibi, yoğun duygusal yükü olan olayların kodlanması sırasında bozulduğu ve bunun hatırlamayı olumsuz etkilediğine işaret etmektedir.

Bununla birlikte, elde edilen sonuçlara göre, aşırı genellemenin daha az detayla ilişkili olduğu yönündeki bulgusu, yalnızca olumsuz çocukluk anı türünde değil, olumlu çocukluk ve karşılaştırma anıları türünde de görmekteyiz. Yaşantının türünden bağımsız olarak, aşırı genellemenin anıların detaylarında bir budanma yarattığı sonucuna ulaşmaktayız. Aşırı genellemenin doğasının, spesifik bir olaya götüren özgül anılar yerine, belli bir sürece yayılmış, tekrarlı olaylara ilişkin anılardan oluştuğu bilgisi, bu tür anıların daha az detay içerdiği yönündeki bulguya anlamlılık kazandırmaktadır.

Nitekim, bazı araştırma bulguları, aşırı genellemeden söz ederken, anının detaydan yoksun olup olmadığını ya da detayı barındırıp barındırmadığını vurgular (örn., Hermans ve ark., 2008; Reas ve ark., 2006; Spinhoven ve ark., 2009). Genel olarak bakıldığında da, aşırı genel yani jenerik ve uzamış bir anının tekrarlı olayları içermesi sebebiyle, daha önce de değinildiği gibi, detaylarından yoksun olması beklenilir görünmekte ve bu aşırı genellemenin bir uzantısı halini almaktadır.

Böylece, mevcut çalışmada aşırı genellemeye ilişkin bulgular, katılımcıların, çocukluk örselenme yaşantıları arttıkça, anılarındaki aşırı genelleme örüntüsünün arttığı ve böyle aşırı genel anıların, her üç tür anıda da budandığı ve detaylarından koparıldığını vurgular.

O halde, elde edilen bulgular ışığında, duygusal ya da travmatik deneyimlerin çoğunlukla kalıcı ve güçlü olmasından; ancak aşırı genelleme gibi bir olgunun gündeme gelmesiyle birlikte, belleğin böylesi deneyimlere karşı kırılganlığından söz etmek mümkündür.

4.2.4. Fiziksel, Cinsel ve Duygusal Anılara Bir Kez/Uzun Süreli Maruz Kalmanın Otobiyografik Bellek Örüntüleri Üzerindeki Etkilerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Daha önce değinilen bulgulardan yola çıkılacağı üzere, travmatik yaşantı öyküsü, aşırı genel anı hatırlama ile yakından ilişkilidir. Ancak bazı araştırmalara göre, travma öyküsü tek faktör değildir (örn., Williams ve ark., 2007). Bu noktada, travma ve bellek spesifikliğinin travmanın niteliği bağlamında değiştiği söylenebilir. Travmatik olayın süresi, kimler tarafından gerçekleştirildiği gibi değişkenler de araştırmalarda yerini almaktadır. Buradan hareketle, bu çalışmada istismar türü ve süresinin aşırı genelleme üzerindeki temel ve ortak etkilerine de yer verilmiştir.

Sonuçlar bize, hem istismar türünün hem de süresinin aşırı genelleme üzerinde temel etkilerini, aynı zamanda ortak etkisini göstermektedir. Söz konusu çalışmada, bu bağlamda incelenen değişkenler arasında, bireyin travmatik yaşantıya ne kadar maruz kaldığına ilişkin bilgiye de yer verilmiştir. Böylece, çalışmanın ikinci aşamasında, örselenme yaşantıları mağduru katılımcılara istismar deneyimlerini aktardıktan sonra, bu ve buna benzer deneyimlere ne kadar maruz kaldığı sorulmuştur. Elde edilen bulgular arasında, travmatik öykünün bir kez ya da uzun süreli olmasına bağlı olarak, anı örüntülerinde farklılaşma gözlenmiştir. Öyle ki, bir kez böylesi deneyime maruz kalan katılımcılar bu anılarını, bekleneceği üzere, daha detaylı ve özgül hatırlamaktadırlar. Buna karşın, aynı deneyimlere uzun süreli maruz kalan katılımcılar, bu yaşantılarını jenerik ve detaydan yoksun hatırlamışlardır (bkz., Grafik 1).

Öte yandan, bu aşamada, merak edilen diğer bir araştırma sorusu ise, çocukluklarında cinsel, duygusal ve fiziksel istismarı deneyimleyen katılımcıların

buna ilişkin anılarında nasıl bir örüntü geliştirdiğine ilişkindi. Analiz sonucunda elde edilen bulgular, istismar türünün de aşırı genelleme üzerinde temel bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir.

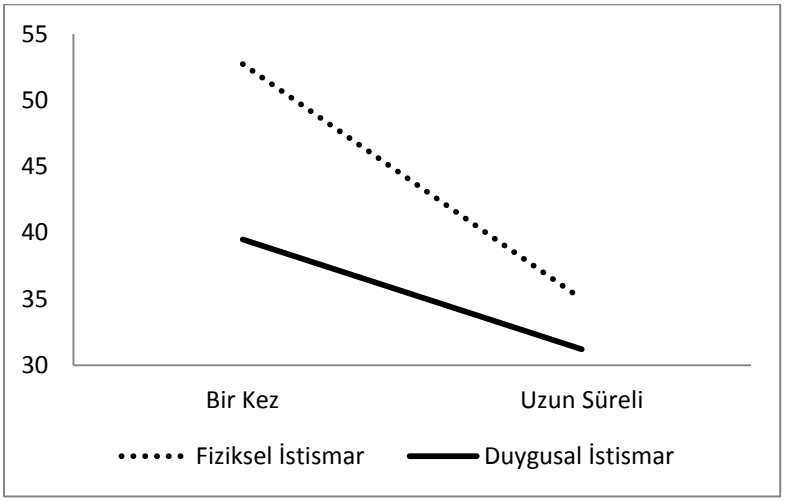
Buna istinaden, ikinci aşamasında istismar yaşantıları olan kişilere yeniden ulaşılarak oluşturulan çalışmada, daha önce değinildiği gibi üç tür istismar anıları arasında kıyaslama yapabilmek adına fiziksel, cinsel ve duygusal istismar temelinde anılar getirmek üzere 3 ipucu kelimesine başvurulmuştur.

Çalışmanın ikinci aşamasında katılımcılara sunulmak üzere seçilen bu ipucu kelimeleri, ilk aşamada hatırladıkları anıları tetikleyen ÇOYÖ maddeleri ve bağımsız bir gruba ulaşılarak her istismar türüne ilişkin getirdikleri kelime frekansları ile belirlenmiştir. En nihayetinde, böyle bir metodla belirlenen ipucu kelimelerine getirilen fiziksel, cinsel, duygusal istismar anılarının aşırı genelleme puanlarında anlamlı düzeyde farklar gözlenmiştir. Yani, fiziksel (‘dövmek’) ve cinsel (‘cinsel dokunma’) istismara ilişkin anıların, duygusal istismara (‘ilgisizlik’) ilişkin anılardan daha özgül olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak ipucu kelimelerinin niteliksel ayrımları, üç istismar türüne ilişkin anılar arasında gözlemlenen aşırı genelleme farklılıklarına kaynaklık etmiş olabilir. ‘İlgisizlik’ sözcüğünün, ‘dövmek’ ya da ‘cinsel dokunma’ sözcüklerine göre daha soyut ve göreli bir kavrama temas ettiği düşünülebilir. TDK sözlüğünde yer alan tanımlara göre, ilgisizlik ‘aldırmazlık, kayıtsızlık’ şeklinde biçimlenirken, dövmek ise ‘tekme, tokat ile canını acıtma’ şeklinde tariflenmiştir. İlgisizlik deneyiminin kişiler tarafından algılanan şekliyle daha farklı yaşantılara temas edebileceği göz önünde tutularak, ilgisizliğe ilişkin anılar daha genel ve detaydan yoksun olarak getirilmiştir. Bu bulgunun, katılımcıların “*babamın ilgisizliği gelir aklıma, başka bir şey hatırlamıyorum*” ya da

"*abime daha çok ilgi gösterirlerdi*" "*ailem ilgiyi beni özel okula yollamak, cebime para koymak olarak algıladı*" ifadeleriyle desteklendiğini görmekteyiz. Burada ince bir ayrımın ise, ilgisizlik gibi bir tavrın ebeveynin içselleştirdiği genel bir eğilime daha çok yakın olabileceği ile ilgilidir. Nitekim çalışmalar, duygusal istismarın diğer ikisine kıyasla daha sık gözlediğini göstermiştir (örn., Bahar, Savaş ve Bahar, 2009; Zoroğlu ve ark., 2001).

Bu noktaya temas edeceği düşünülen bir açıklama Nairne (2002)'nin işaret ettiği 'aşırı ipucu (cue overload)' ile mümkün olmaktadır. Nairne anı hatırlama performansının anıyı kodlama ve hatırlamadaki ipucularının eşleşmesi ya da eşleşmemesine bağlı olduğunu öne sürmektedir. Diğer bir yandan bir ipucu bilgiyi arama sürecinde işlevsel ise o halde ipucu 'özgül' olabilir. Yani ipucularının bilgileri tanımlayıcı birer kodlar olduğu kabul edilirse, bir ipucu sağlandığında ya da kendiliğinden ortaya çıktığında, bilişsel sistem bu ipucularını 'zihindeki sonsuz sayıda anının' içinde saklı belirli bir anı ya da bilgiye ulaşmak için kullanabilir. Bununla birlikte, ipucu sistem tarafından çok anıyla ilişkilendirildiğinde o zaman arama sürecinde, hatılanan anı daha az özgül (aşırı genel anı) olduğu düşünülmektedir. Nairne (2002) bu süreci 'aşırı ipucu' kavramıyla açıklamaktadır. Böylelikle aynı duygusal değerde çok fazla anı mevcutsa, o halde bu olayların özetlerini hatırlamak daha mümkün olabilmektedir. Bu bilgiden hareketle katılımcıların uzun süreli maruz kaldıkları çocukluk örselenme deneyimleri, anı ipucu ile çok fazla deneyimin eşleşmesi sonucunda daha özet olarak hatırlanmaktadır. Aynı zamanda duygusal ihmal ve istismara ilişkin 'ilgisizlik' ipucunun çok sayıda farklı deneyimi tanımlayıcı bir kod olduğu varsayımı, duygusal

ihmal ve istismar deneyiminin fiziksel istismar deneyiminden daha genel ve özet hatırlanmasını açıklar görünmektedir.



Grafik 1. Fiziksel ve Duygusal İstismar Anıların Süreleri Temelinde Detayı

Öte yandan, elde edilen bulgular, uzun süre maruz kalınan tüm istismar yaşantılarının, bir kez deneyimlenen istismar yaşantısına göre daha detaysız getirildiğini göstermektedir. Burnside ve ark., 2004'te yaptıkları çalışmada da çocukluk istismar süresi ile aşırı genel anılar arasında olumlu yönde bir ilişki bulmuşlardır. Daha fazla yaşanan durumların hatırlanma olasılığının geçmişte sadece bir kez yaşanan durumların hatırlanma olasılığından daha yüksek olacağını beklemek mümkündür. Ancak bu çalışmanın bulguları bunun aksini desteklemektedir. Schacter (2010)'ın açıklaması, söz konusu işleyişe açıklık getirmektedir. Şöyle ki, spesifik bir olayın, benzerleri olması ihtimali ile birlikte, yaşanan tek bir durumu yansıtması sebebiyle, içinde barındırdığı detayların daha çok hatırlanacağı, bununla birlikte, uzun bir zamana yayılmış, 'uzamış' bir durumu/olayı aktaran, ya da aynı olayın

birden çok kere yaşanmış olması, anının detaylarının silineceği ya da kırpılacağı varsayımını doğurmuştur. Tekrarlanan deneyimler yaşamak, genel olayın, tekrarlanan özellikleri iyi bir biçimde hatırlansa da, belirli bir olayın ayrıntılarını hatırlamayı zorlaştırdığı varsayımı güçlü bir varsayım gibi görünmektedir. Örnek olsun, hayatının belli bir döneminde A noktasından B noktasına sık olarak yolculuk eden birisi belirli yolculuklar esnasında gerçekleşmiş belli olayların çoğunun ayrıntılarını anımsamakta güçlük yaşayabilir. Ancak, hayatının belli döneminde o yolculukları yaptığına, bir otobüs yolcuğunun aşağı yukarı nasıl gerçekleştiğine (önce su ikramı, sonra kahve-çay ikramı, verilen mola vb.) dair pek çok şey anlatabilir. Kısaca, yolculuk öyküsüne ilişkin anımsamaları genel olay düzeyinde kalacaktır. Söz konusu işleyiş, yaşanan deneyimin içeriğiyle birlikte farklılaşma gösterebilir. Örneğin tekrarlanan travmatik deneyimlerde aynı sürecin işleyeceği konusunda bir soru akla gelmektedir. Bununla birlikte, belirli olayların bulanıklaşması ve birbirine girmesi travma mağdurlarının anılarını eksik ve detaydan yoksun anlatmasını açıklayabilir.

Bu olguyu açıklamak üzere, Terr (1991)'in I. tür ve II. Tür travma arasında yaptığı ayrım dikkate değer görünmektedir. Terr, bir kez gerçekleşmiş travmatik deneyimlerin genellikle iyi hatırlandığını, ancak travmatik deneyimlerin tekrarlanması ya da sayısının çok olması durumunda bunların bastırıldığı, ya da daha az detaylı hatırlandığını öne sürmektedir. Örneğin sürekli istismara uğrayan bir çocuk, bunu bilincinden uzaklaştırmak adına, genel hatırlamaya ve belki hatırlamamaya daha tecrübeli hale gelecektir.

4.2.5. Aşırı Genel Anıların Duygu Düzenleme Kuramına Göre Tartışılması

Bu çalışma, çocukluk döneminde duygusal yükü olan deneyimlerin zihinde nasıl saklandığı ve nasıl getirildiği ile ilgilenmektedir. Çalışmanın bulguları, aşırı genel anıların, çocukluk örselenme yaşantıları ve bu yaşantılara ilişkin anılardan kaçınma ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Örselenme yaşantısı gibi çocukluk çağında duygusal yükü olan deneyimler, bireye çok güçlü, yıkıcı duygular yaşatabilmekte ve duygu düzenleme kapasitesini zorlamaktadır. Nitekim, aşırı genel anılar iyilik halini korumanın ve kötü duygu durumundan uzaklaşmanın bir yolu gibi görünmektedir. Williams (1996)'ın aşırı genel anıya ilişkin getirdiği açıklama kaçınmanın önemini vurgulamakta ve duygu düzenleme kuramını hatırlatmaktadır. Daha önce belirtildiği gibi, Williams'a göre olaya özgü hatırlama yaşla birlikte gelişmektedir. Ancak bu doğal gelişim olumsuz yaşantılar tarafından olumsuz yönde etkilenmekte ve bir duygu düzenleme stratejisi olarak, acı veren yaşantılardan kaçınma tepkisini takip eden aşırı genel hatırlama eğilimi baş göstermektedir. Nitekim çocukluk çağı örselenme yaşantısının duygu düzenleme becerilerinin kazanımı ve kullanılması üzerindeki etkisini gösteren araştırmalar örselenmenin çocuğun işlevsel duygu düzenlemesini olumsuz yönde etkilediğine işaret etmektedir (Cloitre, Cohen ve Koenen, 2006).

Son zamanlarda aşırı genel anı ile travma öyküsü arasındaki ilişki açıkça gösterilmektedir. Cinsel, fiziksel istismar öyküsü olan bireyler böyle deneyimi olmayan gruba göre daha az özgül anılar getirmektedir (bkz., Hermans ve ark., 2004). Anının aşırı genellenmesi ve travma arasındaki ilişki birkaç şekilde var olabilmektedir. Hermans ve ark., (2005) bellek süreçlerinde bozulma(deficit) kavramı yerine aşırı genellemeyi geçmişte travmatik olumsuz deneyimlerin duygusal

etkilerini azaltmada işlevsel olabileceğini vurgulamak için daha uygun bulmuştur. Araştırmacılara göre, aşırı genel anılar, acı veren anılarla yüzleşme riskini azaltabilmektedir. Böylelikle strateji sadece travmatik deneyimlere ilişkin anılarda kullandıldığında işe yarayan bir rolü olduğu savunulmaktadır. Bu varsayım yakın zamanlarda Raes, Hermans, de Decker, Eelen ve Williams (2003) tarafından yapılan araştırma bulguları ile desteklenmiştir. Araştırmacılar, aşırı genel anı hatırlayan katılımcıların,

a) Stresli bir olayın olumsuz etkilerini daha az yaşadıklarını
b) Sonrasında araya girici düşünce ve anıları daha az yaşadıklarını
c) Araya girici anılarından daha az rahatsız olduklarını bildirdikleri sonucunu ulaşmışlardır.

Aşırı genel anının duygu düzenleme stratejisi olduğuna dönük bir yaklaşım, özellikle travmatik deneyimler ve aşırı genel anı arasındaki ilişkide kaçınmanın değerlendirildiği çalışmalardan destek almaktadır. Cinsel, fiziksel ve duygusal istismar geçmişi olan kadınların daha yüksek düzeyde deneyimsel kaçınmayı (istenmeyen içsel yaşantılardan kaçınma) kullandıklarını ve duygularını reddettiklerini ortaya koydukları bilinmektedir (Gratz, Bornovalova, Delany-Brumsey, Nick, and Lejuez, 2007).

Raes ve ark., (2005) travmatik deneyimlerde gözlenen aşırı genel anının itismar sonrası alınan sosyal destekle ilişkili olduğunu, ayrıca ruminasyonun da aşırı genel anı ve travma arasındaki ilişkide aracılık ettiğini bulmuşlardır. Bununla birlikte araştırmacıların bulguları travmatik deneyimlerden sonra kaçınma girişimleri ve araya giricilerin aşırı genel anıyla ilişki gösterdiğine işaret etmiştir. Benzer bulgular

çoğunlukla klinik örneklemlerde (örn., Wessel ve ark., 2002; Kremers, Spinhoven ve Van der Does, 2004) gözlenmiştir. Bununla birlikte mevcut çalışmanın aynı yöne işaret eden bulguları klinik olmayan bir örneklemde de aşırı genel anıların olumsuz deneyimlere karşı geliştirilen genel bir eğilim olduğunu, bireyin travmatik deneyimlerle nasıl başa çıktığının (kaçınma) ise aşırı genel anıya bir katkısı olduğunu kanıtlamaktadır. Bununla ilişkilendirebilecek bir başka çalışmada, Richards ve Gross (2000), olumsuz içeriği olan filmler kullanarak katılımcıların sonrasında bellek görevleri ile filmi ne kadar hatırlayabildiklerini değerlendirmişlerdir. Filmi izlerken duygusal bastırmayı kullanan grup, kullanmayan gruba göre daha genel hatırlama eğilimi göstermişlerdir.

Hermans ve ark., (2005)'na göre insanların bir kısmı bu stratejiyi esnek bir şekilde kullanmaktadır. Diğerleri ise travmatik yaşam olaylarının bir sonucu olarak bu stratejinin esnekliğini kaybetmektedir. Böylelikle araştırma bulguları, aşırı genel anı hatırlamanın en azından kısa vadede koruyucu ve işlevsel olabildiğini göstermektedir. Bununla birlikte uzun vadede uyumsuz etkileri olabilmektedir. Bu kaçınma stratejisinde kaybolan esnekliğin ise, bazı psikolojik belirtilerin (örn., depresyon) devamlılığında önemli bir rolü olduğuna dair çalışmalar mavcuttur. Örneğin, Peeters ve ark., (2002)'nın major depresyonlu hastalarla yaptığı çalışma gözlenen aşırı genellemenin durağanlaştığı ve bunun depresif belirtinin devamlılığı için yatkınlaştırıcı bir etki oluşturabileceğine işaret etmektedir. Nitekim mevcut çalışmanın aşırı genel anı ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi gösteren sonuçları, daha önce yapılan çalışma bulguları (örn., Barnhofer ve ark., 2002; Dalgleish ve ark., 2007) ile tutarlılık göstermektedir. Öte yandan yaşam içinde karşılaşılan olumsuz

yaşantılar, bu yaşantılara ilişkin anılar ve bu anıların içerdiği duygulardan kaçınmanın uzun vadede sıkıntının kaynağı haline dönüşebildiği bilinmektedir.

Literatüre bakıldığında duygu düzenlemenin çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile yetişkinlik dönemindeki psikopatoloji arasında aracı bir rolü olduğu görülmektedir (Matyja, 2005). Nitekim, bu çalışmada otobiyografik belleğin duygu düzenleme işlevi olarak değerlendirebileceğimiz anıdan kaçınmanın çocukluk örselenme yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide aracılık ettiği gözlenmiştir. Çeşitli ruhsal belirtilerin altında yatan bir unsurun bireyin duygularını düzenleme çabası olduğu belirtilmektedir (Burns, Jackson ve Harding, 2010). İstenmeyen düşünce ve hisler gibi içsel deneyimlerden kaçınma çabasının çeşitli psikopatolojilerde gözlendiği bilinmektedir (Hayes, Wilson, Gifford, Follette ve Strosahl 1996). Nitekim uygunsuz duygulanım, duygulardan kaçınma veya duyguları törpüleme gibi durumlar psikopatolojilerde görülen duygusal bazı belirtilerdir (Cole ve ark., 1994).

Cinsel istismar mağdurlarından duygusal kaçınma gibi işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejilerini kullanan bireyler işlevsel duygu düzenleme stratejileri kullanan cinsel istismar mağdurlarından daha fazla psikolojik belirti gösterdikleri gözlenmiştir (Batten, Follette ve Aban, 2001). Özellikle depresyon ve anksiyete bozukluklarında gözlenen üç duygu düzenleme stratejisinin ruminasyon- olumsuz duygulanıma ve bunun sonuçlarına tekrarlayıcı bir şekilde odaklanma-, yeniden çerçevelemede güçlük ve duygusal kaçınma olarak tespit edilmiştir (Aldao, Nolen-Hoeksema ve Schweizer, 2010).

Buraya kadar sözü geçen kaçınma kavramının duygu düzenleme stratejileri arasında sayılabilen duygusal kaçınmaya temas ettiği görülmektedir. Bu çalışma ise

olumsuz çocukluk anılarından kaçınmayı (OEÖ-R ile) ölçmüştür. Her iki kavram arasında bir ayrım mevcut iken, genel olarak, olumsuz anıdan kaçınmayı ölçen maddeler (örn., o olayı hatırlatan şeylerle karşılaştığımda keyfimin kaçmasına, canımın sıkılmasına izin vermiyorum) olay hatırlandığında gerçekleşecek içsel olumsuz duygulanımdan uzak durmayı içerecek biçimde sıralanmaktadır.

Böylece birbirini besleyen duygu ve otobiyografik bellek ikilisinin, pek çok bozukluğun ortaya çıkması ve sürdürülmesinde işlev gördüğü bu çalışma bulguları ile bir kez daha desteklenmiştir. Çünkü geçmişte böylesi yaşantıların yarattığı duyguların sarsıcı doğasının etkilerini azaltmada, otobiyografik belleğin üzerine biçtiği bir rolden söz edilebilir. Yaşantıların yarattığı duygular, bu yaşantıların nasıl saklandığı ve korunduğu ile biçimlenebilir. İnsanların geçmişi anımsamalarında birkaç motivasyondan söz edilir. Otobiyografik bellek işlevleri olarak adlandırılan (örn., Bluck ve Alea, 2011; Harris, Rasmussen, Bentsen, 2014) bu motivasyonlar, geçmiş hakkında düşünme ve konuşma nedenlerini içermektedir. Genel olarak, duygularımızı, gelecek planlarımızı, diğerleriyle ilişkilerimizi ve tutarlı bir kendilik algımızı geliştirmek için otobiyografik anılarımızı hatırlarız (Bluck & Alea, 2008; Conway, 2005; Conway & Pleydell-Pearce, 2000; Habermas, 2007; McLean ve Pasupathi, 2006). İnsanların geçmişlerini, anılarını hangi durumlarda ve hangi nedenlerle geri getirdiğini ölçmeye dönük geliştirilen iki ölçme aracından ilki (Thinking About Life Experiences Questionnaire-Bluck ve ark., 2005) otobiyografik bellek işlevlerini üç boyutta ((1) kendilik-self, (2) sosyal-social, (3) yol gösterici-directive); ikincisi (Reminiscence Functions Questionnaire-Webster, 1993) ise sekiz boyutta ((1) problem çözme-problem solving, (2) kimlik- identity, (3) sohbet-conversation, (4) can sıkıntısını azaltma-boredom reduction, (5) ilişkiyi koruma-

intimacy maintenance, (6) ölüme hazırlık-death preparation, (7) öğretme/bilgi verme-teach/inform, (8) yeniden deneyimleme-bitterness revival) ölçmektedir. Otobiyografik belleğin sözü geçen işlevleri arasında duygu düzenleme doğrudan yer almasa da kaynaklarda onun bu birincil işlevlerinin bir parçası olduğu geçmektedir (örn., Koole, 2009; Richards ve Gross, 2000). Bununla birlikte, son dönemde Er ve Yaşın'ın (2014) çalışmalarında geliştirdikleri Otobiyografik Bellek İşlevleri Ölçeği'nin beş boyutundan biri duygu düzenleme olarak belirlenmiştir. Otobiyografik belleğin duygu düzenleme işlevi, bireylerin iyilik haline ulaşmak, var olan iyilik halini sürdürmek, kötü duygu durumundan uzaklaşmak için anılarını kullandıkları temeline dayanır. Bu işlevin, giriş bölümünde değinildiği gibi duygu düzenlemenin hazza dayandığı varsayımıyla tutarlı olduğunu söylemek güç olmayacaktır.

Gross, Barrett ve Richards (1999) 14 gün boyunca duygu düzenleme deneyimlerinin günlüklerini tutan katılımcıların duygularını engelleme girişimlerinin zamanlarının dörtte birini aldığını gözlemlemişlerdir (akt., Richards ve Gross, 1999). Böylelikle araştırma sonuçları insanların sıklıkla duygularını düzenleme girişiminde olduklarına işaret etmektedir. Duygu düzenleme girişimlerinin davranışsal, deneysel, psikolojik sonuçlarına ek olarak bilişsel sonuçları da belleğin biçimlenmesinde bir ön ayak olmaktadır.

4.3. Araştırmanın Sonuçları

Araştırmanın amaçları çerçevesinde yanıt aranan sorulara yönelik bulgular şöyledir:

1. Olumsuz, olumlu ve karşılaştırma anılarının her üçünde de çocukluk örselenme yaşantıları ve anı örüntüleri arasında beklenen yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır;
    a) Çocukluk örselenme yaşantıları ile olumsuz çocukluk anıların detayı, etkisi, araya girici düzeyi, olumsuz anıdan kaçınma arasında anlamlı ve olumlu yönde,
    b) Çocukluk örselenme yaşantıları ile olumlu çocukluk anıların detayı, etkisi arasında olumsuz yönde,
    c) Çocukluk örselenme yaşantıları ile karşılaştırma anılarının (yakın dönem anısı) detayı arasında olumsuz yönde bir ilişki gözlenmiştir.
2. Çocukluk Örselnme Yaşantıları Ölçeği'nden alınan puanlar hedef alınarak oluşturulan iki grup (çocukluk örselenme yaşantıları olan-olmayan) arasında otobiyografik anı örüntülerinde anlamlı farklılıklar her üç anı türünde de gözlenmiştir.
    a) Çocukluk örselenme yaşantıları olan katılımcıların, olmayanlara göre olumsuz çocukluk anılarının detay, etki, araya girici, anıdan kaçınma düzeylerini daha fazla bildirdikleri,
    b) Çocukluk örselenme yaşantıları olan katılımcıların, olmayanlara göre olumlu çocukluk ve karşılaştırma (yakın dönem) anılarının detaylarını daha az bildirdikleri,

c) Çocukluk örselenme yaşantıları olan katılımcıların, olmayanlara göre olumsuz anılarının aşırı genellenme düzeyi daha yüksek gözlenmiştir.

3. Aşırı genelleme açısından, anıların jenerik/uzamış/özgül tarzının otobiyografik anı özelliklerine göre farklılaştığı bulunmuştur.
   a) Her üç anı türünde de aşırı genel anılar (jenerik ve uzamış anılar) özgül anılara göre daha az detay içermektedir.
4. Aşırı genel anılar ile çocukluk örselenme yaşantıları, bu yaşantılara ilişkin anıdan kaçınma, anının araya girici düzeyi ve depresif belirtiler arasında olumlu yönde bir ilişki gözlenmiştir.
5. İstismara ilişkin otobiyografik anı özellikleri üzerinde istismarın türü (fiziksel/cinsel/duygusal) ve süresinin (bir kez/uzun süreli) temel ve ortak etkileri olduğu saptanmıştır.
   a) Duygusal ihmal ve istismar anılarının, hem fiziksel, hem cinsel istismar anılarından; fiziksel istismar anılarının ise cinsel istismar anılarından daha az detay
   b) Uzun süre maruz kalınan çocukluk örselenme anılarının, bir kez deneyimlenen örselenme anılarına göre daha az detay içerdiği bulunmuştur.
6. Katılımcıların depresif belirtilerini yordayan değişkenler Olay Etkisi Ölçeği-R'nin kaçınma, araya girici alt boyutları, Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nin fiziksel istismar, cinsel istismar ve duygusal ihmal istismar alt boyutları ve anının depresif içeriğidir.
7. Çocukluk örselenme yaşantıları ile yetişkinlik dönemi depresif belirtiler arasındaki ilişkide örselenme yaşantılarının otobiyografik anı örüntüleri

olarak değerlendirilen anıdan kaçınma, anının depresif içeriği, araya girici düzeyinin kısmi aracı rolü vardır.

4.4. Travmatik Otobiyografik Anıların Doğasının Klinik Uygulamalara Yansıması

Bu çalışma, duygusal yükü olan çocukluk travmatik deneyimlerin nasıl saklandığı ve korunduğunu depresif belirtilerle birlikte ele almıştır. Genel olarak travmatik deneyimlere ilişkin anıların sıradan olaylara ilişkin anılardan farklı olduğu görüşü desteklenmiştir. Ancak buna ilişkin alternatif bir görüşün ise travmatik deneyimlerin de sıradan olaylardan farklı olmadığı, bellek yapılanması ve süreçlerinde özel bir mekanizma yaratmadığıdır. Travmatik anıların diğer anılardan farkı canlı, davetsiz, kontrol edilemez olan özellikleridir. Duygusal yoğunluğu yüksek olan istemsiz anılar TSSB'nin yadsınamaz bir gerçeğidir. Bu gerçeğin altını çizen pek çok TSSB kuramı araya girici anıların pek çok bozukluğun oluşumu ve sürdürülmesinde kritik olduğunu vurgularken, günlük hayatta ortaya çıkan istemsiz anıların yeterince üzerinde durmamaktadır. Travmatik olaylara ilişkin anılarda istemsiz, araya girici özelliklerin varlığı iyi anlaşılmış olmasına karşın, günlük hayatta oluşan istemsiz anıların da aynı örüntülerle açıklandığı ve birini diğerinden ayıran özel bir mekanizmanın olmadığı yönündeki fikirler baskın görüşün aksi bir görüşü doğurmaktadır. Günlük istemsiz anıların canlı, duygusal bileşeni olan, çevresel ya da düşünsel ipucuna bağlı anılar olduğu bilinmekte ve aynı özelliklerin araya girici travmatik anıları da açıklayacağı, bunun için özel bir mekanizmaya gerek olmadığı vurgusu dikkati çekmektedir. Bu noktadan hareketle, alan yazında özel mekanizmalar görüşü ve temel mekanizmalar görüşü mevcuttur. Temel mekanizmalar görüşüne göre, gündelik hayatta görülen istemsiz anı özellikleri, travmatik anıların araya girici doğasını da açıklayabilir (Berntsen ve Rubin, 2008).

Özel mekanizmalar görüşünün savunucularına göre (örn., Freud, 1919; Horowitz ve Reidbord, 1992; Brewin, Dalgleish ve Joseph, 1996) ise travmatik deneyimler kişinin işleme kapasitesini aşmakta ve ardından gelen davetsiz anılar bozulmuş işleme ve kodlamadan kaynaklanmaktadır. Böylece bu deneyimlerin istemli hatırlamalarına erişilebilirlik azalmakta, istemsiz hatırlamalarına erişebilirlik ise artmaktadır. Bu kuramın altında yatan görüş travmatik deneyimin yoğun duygu ve şema temelli bileşenler içermesi nedeniyle normal süreçleri aksatması ve yetersiz kodlamanın sonucu olarak travmanın kişinin otobiyografik bilgilerine zayıf biçimde eklenmesi şeklindedir. Böylece, özel mekanizmalar kuramı travmatik anıların istemli ve istemsiz hatırlamalarda önemli farklılıklar olduğunu ve bu farklılıkları keşfetmenin bozuklukların oluşumu ve sürdürülmesinde kilit süreçleri ortaya çıkaracağını öne sürmektedir.

Bilişsel psikoloji çalışmalarından elde edilen bu bilgilerin klinik ve terapi sürecine yansıtılmasının ilgili malzemeyi ele alırken bütüncül bir çerçeve sağlayacağı düşünülmektedir. Bilişsel ve klinik psikolojinin travmatik deneyimlere iki ayrı yaklaşımı bilişsel psikolojinin semantik yapılara ağırlık verdiği, klinik psikoloji uygulamalarının ise bellek yapılanmasını ihmal ettiği sonucunu doğurmaktadır. Özellikle travmatik anıların ele alınmasında kısa süreli terapilerin öncelikli olduğu ve klinik uygulamalarda bilişsel-davranışçı yöntemlerinin ağırlık kazandığı görülmektedir. Bilişsel davranışçı terapilerde temel olarak kişilerin rahatsızlık veren duygu ve davranışlarının işlevsel olmayan ve durumla orantısız bilişsel değerlendirmelerinden kaynaklandığı vurgulanmaktadır (Beck, 1976). Bu doğrultuda bilişler ve duygu-davranış arasındaki bağlantı temelinde rahatsızlık veren duygu davranışlardan kurtulmak için bilişsel değerlendirmelerin değiştirilmesi terapilerdeki

temel amaç olmaktadır. Bu doğrultuda travmatik anılarını nasıl hatırladığından ziyade nasıl değerlendirdikleri öncelikli olmaktadır. Başka bir anlatımla travmatik otobiyografik anıların ihmal edilip, o anılara ilişkin bilişsel değerlendirmelerinin önem kazandığı bilinmektedir. Böylelikle psikolojik bozulmaların temeli olduğu düşünülen bilişlerin araya girici anılardan; araya girici istemsiz travmatik anıların ise, TSSB'de olduğu gibi işlemden geçirilmemiş yaşantılardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir (Brewin, Reynolds ve Tata, 1999). Travmatik yaşantılar yeterli biçimde işlenemediğinde aktif bellek depolamada korunmakta ve işlenme süreci tamamlana kadar bilinçte tekrarlanmaktadır. Bununla birlikte istemsiz travmatik anıları takip eden kaçınma mekanizmaları yeterince güçlüyse, travmatik malzeme işlenememekte (Horowitz, 1992) ve bu süreç aşırı genel anı kavramını gündeme getirmektedir. Bu çalışmanın bulguları da araya girici anıların kaçınmayla birlikte aşırı genel anı ile ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Başka bir açıklamaya göre ise, travma sonrası araya girici anılar ayrı bir bellek sistemine sahip olmakta ve bu sistem durumsal ipuçlarıyla istemsiz erişilebilen materyallerle sınırlıdır (Brewin, Dalgleish ve Joseph, 1996). Durumsal Erişilebilir Bellek (DEB) olarak adlandırılan bu sistem sadece istemsiz malzemeyi içermesi bakımından Sözel Erişilebilir Bellekten(SEB) ayrılmaktadır. Kişinin olumsuz yaşantının etkilerinden kurtulması için DEB sistemindeki davetsiz içerikler SEB sisteminde yeniden kodlanmalıdır. Bu durum, kişi anılarından kaçınmak yerine anılarına odaklandığında gerçekleşebilir. Bunu dikkate alan bir bellek yaklaşımıyla otobiyografik anıların doğrudan söze döküldüğü ve incelendiği bir yöntemin özellikle bilişsel davranışçı terapi yöntemlerini zenginleştireceği, daha önemlisi hayati bir boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

4.5. Sınırlılıklar ve Öneriler

Bu çalışmada, çocukluk örselenme yaşantıları olan ve olmayan iki grup arasında yapılan karşılaştırmalar, iki grubun farklı otobiyografik anı örüntülerine sahip olduğunu göstermiştir. Ayrıca, çocukluk dönemi ihmal ve istismar yaşantılarının yetişkinlik döneminde ortaya çıkan depresif belirtileri yordamasına otobiyografik bellek örüntülerinin aracılık ettiği gözlenmiştir. Duygu düzenleme modeli (Williams, 1996) ve bilgi işleme modelleri (örn., Hartman ve Burgers, 1993) (Beck, 1976) çocukluk çağında gerçekleşen olumsuz yaşantıların, bilişsel süreçler ve özelde otobiyografik bellek süreçlerinde bozulmalara neden olduğuna ve böylece yetişkinlik dönemindeki psikopatolojileri yordadığına işaret etmektedir. Bu açıdan, yazınla uyumlu bir şekilde, anı örüntülerinin psikopatolojilerin oluşmasında önemli rol oynadığı ortaya koyulmuştur. Başka bir ifadeyle, çocukken istismara maruz kalan bireylerin hangi bilişsel mekanizmalar yolu ile yetişkin dönemdeki depresif belirtiler geliştirdiği ile ilgili yazına önemli katkılar sağlanmıştır.

Bu çalışma, olumsuz çocukluk yaşantılarının yetişkinlikte oluşturabileceği psikolojik sıkıntılara dönük önceki yapılan birçok çalışmadan farklı olarak, bunun doğasını bellek süreçleriyle açıklamayı vurgulaması açısından önemlidir. Sonuçları daha detaylı tartıştıktan sonra, bu çalışmada yer alan sınırlılıkları tartışmak önemli görünmektedir. İlk olarak her bir katılımcıya tanısal görüşme gerçekleştirmek mümkün olmamakla birlikte, katılımcıların depresyon puanları klinik olmayan bir gruptan oluşturulan örneklemde belirlenmiştir. Araştırmanın diğer bir sınırlılığı ise, katılımcıların çocukluk örselenme yaşantıları öyküleri alınırken, çocukluk dönemine ilişkin diğer faktörlere (destek ağları vb) yer verilmemiş olup, ilgili değişkenlerin yer aldığı bir araştırmanın daha kapsamlı bir bakış açısı sunacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu çalışmanın sonuçları erken örselenme yaşantısının otobiyografik bellek

tarzının yordayıcılarından biri olduğunu göstermesine karşın bu çalışmanın retrospektif doğasının, sonuçları sınırlandırabileceğinin altı çizilmelidir. Çok erken yaşta olan istismarın bazı örneklerinin katılımcı tarafından hatırlanmayacağı olasıdır. Bununla birlikte, eldeki bulgular otobiyografik belleğin patolojilerde önemli rol oynadığına işaret etmektedir. Öte yandan, otobiyografik belleğin travmatik deneyimlerle nasıl şekillendiğini anlamanın bu patolojileri anlamada önemli doğurguları sahip olacağı düşünülmektedir.

Özet olarak, bu çalışmada, çocukluk travmatik deneyimlere ilişkin anılar üzerinde yazında en çok vurgulanan değişkenler açısından bir karşılaştırma yapmak ve bu karşılaştırmada otobiyografik bellek etkisini incelemek amaçlanmıştır. Otobiyografik bellek araştırmaları her geçen gün çeşitli değişkenlerle ilişkili olarak çoğalmaktadır. Yeni araştırmalarla özellikle otobiyografik anılarda gözlenen değişimlerin ne gibi etkileri olduğuna dönük bulgulara ihtiyaç vardır. Otobiyografik bellekte aşırı genelleme olgusu, olumsuz yaşantılara geliştirilen bir örüntü olarak travmatik deneyimler ve depresyon gibi değişkenlerle sıklıkla incelenmektedir. Bununla birlikte, duygu düzenlemenin bir işlevi olarak aşırı genellemenin hem travmatik deneyimlerin olumsuz etkilerinden korunmanın bir yolu (koruyucu işlev) olduğu hem de psikolojik belirtilerde (özellikle depresyon) gözlenen bir bellek bozulması olduğu yönünde iki karşıt görüş mevcuttur. Aşırı genel anı olgusuna aracılık eden farklı değişkenlerin ele alındığı yeni çalışmaların ilgili görüş ayrılığına açıklık getireceği düşünülmektedir. Özellikle çocukluk deneyimlerine ilişkin otobiyografik anıları araştırmanın, geriye dönük bir araştırmanın doğası gereği sınırlı sonuçlar verebileceği düşünülmektedir. Bu noktadan hareketle, otobiyografik bellek süreçlerinin hem oluşumunu, hem etkilerini bir arada değerlendirebilmek için uzun

süreli, çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinin karşılaştırıldığı boylamsal çalışmalara gereksinin duyulmaktadır.

Ek olarak, mevcut araştırmanın, çocukluk deneyimlerinin uzun süreli etkilerini, bellek perspektifiyle inceleyecek araştırmaların artmasında ve bununla birlikte, söz konusu muhtemel ilişkinin farklı kuramlarla (bilgi işleme ve geri getirme) ilintilendirilmesinde bir ön adım oluşturması umulmaktadır.

OTOBİYOGRAFİK BELLEĞİN ÇOCUKLUK ÖRSELENMESİNİ TAKİP EDEN DEPRESİF BELİRTİLERLE İLİŞKİSİ

ÖZET

Bu çalışmanın temel amacı, çocukluk örselenme öyküsü olan ve olmayan iki grup üzerinde otobiyografik anıları çeşitli değişkenler açısından karşılaştırmak ve çocukluk örselenme yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide otobiyografik belleğin rolünü incelemektir. Bu amaçla çalışma iki aşamada yürütülmüştür. Çalışmanın birinci aşamasının örneklemi 19-30 yaş arası 198 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. İlk kısımda veri toplama işlemi, Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği (ÇOYÖ), Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği (OBÖÖ), Olayların Etkisi Ölçeği-R (OEÖ-R) aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. İlk aşamada ulaşılan 198 katılımcıdan yalnızca çocukluk örselenme öyküsü olan 46 katılımcıya yeniden ulaşılarak, çalışmanın ikinci kısmı oluşturulmuştur. Bu aşamada ise, katılımcılara Otobiyografik Bellek Özellikleri Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği, Olayların Etkisi Ölçeği-R, Otobiyografik Olay İçeriği Formu ve Otobiyografik Anı Formu sunulmuştur. Bu aşamada uygulamalar bireysel olarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesi sırasında, katılımcılar tarafından aktarılan olumsuz, olumlu çocukluk anıları ve karşılaştırma anıları, aşırı genelleme, anının detayı ve anının etkisi olmak üzere üç temel boyutta karşılaştırılmıştır. Ayrıca, çocukluk örselenme yaşantıları ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide araya girici ve kaçınma

örüntülerine bakılmıştır. Elde edilen bulgular, çocukluk örselenme yaşantıları olan katılımcıların olmayanlara göre olumsuz çocukluk anılarını anlamlı düzeyde daha detaylı hatırladıklarını göstermiştir. Ancak bu etki olumlu çocukluk anısında ve karşılaştırma anısında tersine dönmüştür. Aynı zamanda çocukluk örselenmesi olan grubun aşırı genelleme düzeyi olmayan gruba göre daha fazladır. Çalışmanın ikinci kısmının bulguları, yetişkinlik dönemi depresif belirtilerin çocukluk örselenme yaşantılar tarafından yordandığına ve araya girici anılar ve anıdan kaçınmanın bu ilişkiye aracılık ettiğine işaret etmiştir. Elde edilen bulgular alan yazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Otobiyografik bellek, çocukluk örselenmesi, depresif belirtiler, aşırı genel anılar.

THE RELATIONSHIP OF AUTOBIOGRAPHICAL MEMORY AND DEPRESSIVE SYMPTOMS FOLLOWING CHILDHOOD TRAUMA

ABSTRACT

The main purpose of this study is to compare autobiographical memories between two groups with and without childhood trauma and to examine mediator role of autobiographical memory in the relationship between childhood trauma and depressive symptoms. For this purpose, this study was conducted in two stages. The data have gathered from 198 participants aged 19-30 at the first part of the study. At the first part, process of gathering data was done by using Childhood Trauma Questionnaire (CTQ), Autobiographical Memory Characteristics Scale (AMCS), The Impact of Event Scale-Revised (IES-R). By reaching again 46 participants with only a history of chilhood trauma from 198 participants, the second part of the study was created. In this stage, Autobiographical Memory Characteristics Scale, Beck Depression Inventory, the Impact of Event Scale-R, Form Autobiographical Event Content, Form Autobiographical Memory was presented to participants. One by one interview held with the participants at this stage. In the course of evaluating the data, the memories (positive, negative and comparasion) have been compared according to three basic dimensions including overgeneralization, detail of memory and effect of memory. Additionally, the role of intrusive and avoidance were examined in relation between childhood trauma and depressive symptoms. The results showed that participants with childhood trauma recalled more detailed memories of negative childhood experience than participants without childhood trauma. But this effect

reversed in positive and comparison memories. At the same time, overgenerality levels of group with childhood trauma are significantly higher than group without childhood trauma. In addition, it was found that the depressive symptoms are predicted by childhood trauma experiences and levels of intrusive and avoidance mediate this relationship. These findings are discussed in the light of autobiographical memory literature.

Keywords: Autobiographical memory, childhood trauma, depressive symptoms, overgeneral memories.

KAYNAKLAR

Adler, A. (1931). What life should mean to you. New York: Grosset & Dunlap.

Aglan, A., Williams, J. M. G., Pickles, A., & Hill, J. (2010). Overgeneral autobiographical memory in women: Association with childhood abuse and history of depression in a community sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 49, 359-372.

Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S. ve Schweizer, S. (2010). Emotion regulation strategiesacross psychopathology: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 30*, 217–237.

Anderson, R. J., Goddard, L., & Powell, J. H. (2010). Reduced specificity of autobiographical memory as a moderator of the relationship between daily hassles and depression. *Cognition & Emotion*, *24*(4), 702-709.

Andreotti, S. Bucci, A.R., Paloscia, C. Marozza, M.I. (1999). Short-term and long term psychological effects of sexual violence. *Psichiatria E Psicoterapa Analitica*, 18(2), 157–165.

Alparslan, Z.N. ve Aslan, S.H. (1999). Çocukluk Örselenme Yaşantıları Ölçeği'nin bir üniversite örnekleminde geçerlik, güvenirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 10 (4), 275-85.

Arntz, A., Meeren, M., & Wessel, I. (2002). No evidence for overgeneral memories in borderline personality disorder. *Behaviour Research and Therapy,* 40, 1063-1068.

Baddeley, A. D. (1986). *Working Memory*. Oxford: Clarendon Press.

Bahar, G., Savaş, H. A. ve Bahar, A. (2009). Çocuk istismarı ve ihmali: Bir gözden geçirme. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi,* 4 (12).

Batten, S. V., Follette, V. M. & Aban, I. B. (2001). Experiential avoidance and high risk sexual behavior in survivors of child sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*, *10*, 101-12.

Barnhofer T., Jong-Meyer, R.D., Kleinpaß, A. ve Nikesch, S. (2002). Specificity of autobiographical memories in depression: Ananalysis of retrieval processes in a think-aloud task. *British Journal of Clinical Psychology*, 41, 411-416.

Barry E.S., Naus M.J., Rehm L.P. (2006). Depression, implicit memory, and self: A revised memory model of emotion**.** *Clinical Psychology Review*, 26, 719-745.

Beck, A. T. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.

Beck, A.T. (1976). Cognitive therapy of the emotional disorders**.** New York: New American Library.

Beck, A.T. (1991) Cognitive therapy: A 30 years retrospective. *American Psychologist,* 46, 368-375.

Bernstein, D. P., Fink, L., Handelsman, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *American Journal of Psychiatry*, 151, 1132-1136.

Berntsen, D. (1996). Involuntary autobiographical memory. *Applied Cognitive Psychology*. 10, 435-454.

Berntsen, D. (1998). Voluntary and involuntary access to autobiographical memory. *Memory*. 6, 113-141.

Berntsen, D. (2001). Involuntary memories of emotional events: Do memories of traumas and extremely happy events differ? *Applied Cognitive Psychology*. 15, 135-158.

Berntsen, D. & Hall, N. M. (2004). The Episodic nature of involuntary autobiographical memories. *Memory & Cognition*. 789-803.

Berntsen, D. & Rubin, D. C. (2002). Emotionally charged autobiographical memories across the life span: The recall of happy, sad, traumatic, and involuntary memories. *Psychology & Aging*, 17, 636-652.

Berntsen, D. & Rubin, D. C. (2008). The reappearance hypothesis revisited: Recurrent involuntary memories after traumatic events and in everyday life. *Memory & Cognition*, 36 (2), 449-460.

Blinder, J. B. (2007). The autobiographical self: Who we know and who we are. *Psychiatric Annals*, 37 (4), 276-284.

Bluck, S. (2003). "Autobiographical memory: Exploring its functions in everyday life". *Memory*, 11, 113-123.

Bluck, S., Alea, N., Habermas T. & Rubin, D. C. (2005). A tale of three functions: The self-reported uses of autobiographical memory. *Social Cognition*, 23, 121-134.

Bluck, S.,& Alea, N. (2008). Remembering being me: The self continuity function of autobiographicalmemory in younger and older adults. In F. Sani (Ed.), *Self*

continuity: Individual and collective perspectives (pp. 55-70). New York, NY: Psychology Press.

Bluck, S.,& Alea, N. (2011). Crafting the TALE: Construction of a measure to assess the functionsof autobiographical remembering. *Memory,* 19, 470-486.

Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K. & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy, 42*(4), 676-688.

Bower, G. H. (1992). How might emotions affect learning? In S. – A. Christianson (Der.) The handbook of emotion and memory. *Research and theory* (3-31). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Brennen, T., Hasanovic, M., Zotovic, M., Blix, I., Skar, A. M. S., & Gavrilov Jerkovi, V. (2010). Trauma exposure in childhood impairs the ability to recall specific autobiographical memories in late adolescence. Journal of Traumatic Stress, 23, 240-247.

Brewer, W. F. (1986). "What is Autobiographical Memory?" In Rubin, D.C. (ed.). *Autobiographical Memory* (25-49). Cambridge, England: Cambridge University press.

Brewer, W. F. (1996). What is recollective memory? In D. C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory* (19-66). Cambridge: Cambridge University Press.

Brewer, W. F. & Pani, J.R. (1983). The structure of human memory. In G. H. Bower (Ed.), *The psychology of learning and motivation: Advances in research and theory* (pp. 1-38). New York: Academic Press.

Brewin, C. R. (1998). Intrusive autobiographical memories in depression and post traumatic stress disorder. *Applied Cognitive Psychology*. 12, 359-370.

Brewin, C. R., Andrews, B. & Gotlip, I. A. (1993). Psychopathology and early experience: A reappraisal of retrospective reports. *Psychological Bulletin*. 113, 82-98.

Brewin, C. R., Christodoulides, J., & Hutchinson, G. (1996). Intrusive thoughts and intrusive memories in a nonclinical sample. *Cognition & Emotion*, 10, 107 112.

Brewin, C. R., Dalgleish, T. and Joseph, S. (1996). A dual representation theory of post- traumatic stress disorder*. Psychological Review*, 103, 670-686.

Brewin, C. R Hunter, E., Carroll, F. & Tata, P. (1996). Intrusive memories in depresssion. *Psychological Medicine*, 26, 1271-1276.

Brewin, C. R., Reynolds, M., & Tata, P. (1999). Autobiographical memory processes and the course of depression. *Journal of Abnormal Psychology,* 108, 511–517.

Brewin, C. R., Watson, M., McCarthy, S., Hyman, P. and Dayson, D. (1998). Intrusive memories and depression in cancer patients. *Behaviour Research and Therapy,* 36, 1131-1143.

Brittlebank A. D., Scott, J., Williams, J. M. G. and Ferrier, I. N. (1993). Autobiographical memory in depression: State or trait maker? *British Journal of Psychiatry,* 162, 118-121.

Bunnell, S. L., & Greenhoot, A. F. (2012). When and why does abuse predict reduced autobiographical memory specificity? *Memory*, 20, 121-137.

Burns, E.E., Jackson, J.L. & Harding, H.G. (2010). Child maltreatment, emotion regulation, and posttraumatic stress: the impact of emotional abuse. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 19*: 8, 801-819.

Burnside E, Startup M, Byatt M, Rollinson I, Hill J. (2004). The Role Of Overgeneral Autobiographical Memory in The Development Of Adult Depression Following Childhood Trauma. *British Journal of Clinical Psychology*. 43, 365–376.

Burt, C. D., Kemp, S., Grady, J. M. & Conway, M. (2000). Ordering autobiographical experiences. *Memory*. 8, 323-332.

Calkins, S.D. (2010). Commentary: conceptual and methodological challenges to the study of emotion regulation and psychopathology. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assesment*, *32*, 92–95.

Cash, W. S. & Moss, A. J. (1972). Optimum recall period for reporting persons injured in motor vehicle accidents. Washington, DC: U.S. Public Health Service.

Cloitre, M., Cohen, L. & Koenen, K. C. (2006). *Treating survivors of childhood abuse: Psychotherapy for the interrupted life*. New York: Guilford.

Cohen, G. (1998). The effects of ageing in autobiographical memory (1998). In C. P. Thompson, D. J. Herrman, D. Bruce, J. D. Read, D. G. Payne, & M. P. Toglia (Eds.). *Autobiographical memory: Theoretical and applied perspectives* (105 123). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc.

Cole, P. M., Michel, M. K., ve Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. Monographs of the Society for Research in Child Development, 59(2-3), 73-102.

Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53, 594-628.

Conway, M. A. & Pleydell-pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107(2), 261-288.

Conway, M.A. & Rubin, D.C. (1993). The structure of autobiographical memory. In A.F. Collins, S.E. Gathercole, M.A. Conway, P.E. Morris (Eds.). *Theories of Memory* (39-103). UK, Lawrence Erlbaum Associate.

Conway, M. A., Singer, J. A., & Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social Cognition*. 22, 491–529.

Cortez, V. L. ve Bugental, D. B. (1994). Children's visual avoidance of threat: A strategy associated with low social control. *Merrill-Palmer Quarterly*, 40(1), 82-97.

Crane, C. & Duggan, D. (2009). Over-general autobiographical memory and age of onset of childhood sexual abuse in patients with recurrent suicidal behaviour. *British Journal of Clinical Psychology*, 48, 93-100.

Crane, C., Heron, J., Gunnell, D., Lewis, G., Evans, J. & Williams, J.M.G. (2014). Childhood traumatic events and adolescent overgeneral autobiographical memory: Findings in a UK cohort. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry,* 45, 330-338.

Creamer, M., Burgess, P. and Pattison, P. (1992). Reaction to trauma: A cognitive processing model. *Journal of Abnormal Psychology*. 101, 452-459.

Crovitz, H. F. & Schiffman, H. (1974). Frequency of episodic memories as a function of their age. *Bulletin of the Psychodinamic Society*. 4, 517-518.

Çorapçıoğlu, A., Yargıç, İ. Geyran, P. ve Kocabaşoğlu, N. (2006). "Olayların Etkisi Ölçeği" (IES-R) Türkçe versiyonunun geçerlilik ve güvenirliliği. *New Symposium Journal,* 44 (1), 14-22.

Dalgleish T., Williams, J.M.G., Golden, A.J., Perkins, N., Barret, L.F. ve Barnard, P. J. (2007). Reduced specificity of autobiographical memory and depression: The role of executive control. *Journal Experimental Psychology*. 136, 23-42.

Ebbinghaus, H. (1885-1964). Memory: A Contribution to Experimental Psychology. (trans. H.A. Ruger & C.E. Busseniust) New York: Dover.

Er, N. (1995). Bilişsel psikolojinin bilişsel bilimler içindeki yeri. *Türk Psikoloji Bülteni*. 3, 4-11.

Er, N., Hoşrik, E., Ergün, H. ve Şerif, M., (2008). Duygu durum değişimlemelerinin otobiyografik bellek üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi,* 23 (62), 1-13.

Er,N., Karabay, A., Kaynar, G., M. M. Uysal & Uçar Boyraz, F. (2012). Yaş(lanan) Zihnin Otobiyografisi: İstemli ve İstemsiz Otobiyografik Anılarda Yaşa Bağlı Değişimler. Poster Bildiri, Cognitive IX, 13-15 Nisan 2012, İstanbul

Er, N. ve Uçar, F. (2004). Yoğun Duygu yaşam olaylarında kişisel anı aktarımları ve referans noktaları aracılığıyla otobiyografik bellek örüntülerinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Bülteni*, 19 (53), 1-18.

Er, N. ve Uçar, F. (2007). Alzheimer ve depresyon tanılı gruplar ile normal örneklemde, kişisel ve toplumsal olaylara ilişkin otobiyografik bellek özellikleri. *Türk Psikoloji Dergisi*. 22 (60), 45-64.

Er, N. ve Yaşın, F. (2014). Otobiyografik Bellek ve İşlevlerinin Zaman Yönelimi ve Algısıyla İlişkisi: Zaman Tünelindeki Anılar. Sözlü Bildiri, 18. Ulusal Psikoloji Kongresi, 9-12 Nisan 2014, Bursa.

Evans, J., Williams J.M., O'Loughlin S. ve Howells, K. (1992). Autobiographical memory and problem-solving strategies of parasuicidal patients. *Psychological Medicine.* 22, 399–405.

Eysenck, M. W. (ed.). (1990a). The Blackwell dictionary of cognitive psychology. Cambridge: Blackwell.

Fivush, R. (2011). The development of autobiographical memory. *Annual Rewiev of Psychology*, 62, 559-582.

Freud, S. (1919). Introduction to "psycho-analysis and the war neurosis." In J. Strachey (Ed.), The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 17). London: Hogarth.

Galton, F. (1979a). Psycometric experiments. *Brain*, (2) 149-162.

Garner, P. W. & Spears, F. M. (2000). Emotion regulation in low-income preschoolers. *Social Development*, 9(2), 246-264.

Gibbs, B.R. & Rude, S. S. (2004). Overgeneral autobiographical memory as depression vulnerability. *Cognitive Therapy and Research*, 28, 511-526.

Goddard, L., Dritschel, B., & Burton, A. (1997). Social problem-solving and autobiographical memory in non-clinical depression. *British Journal of Clinical Psychology,* 36, 449–451.

Graf, P. & Schacter, D. L. (1985). Implicit and explicit memory for new associations in normal subjects and amnesic patients. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition,* 11, 501-518.

Gratz, K. L., Bornovalova, M. A., Delany-Brumsey, A., Nick, B. & Lejuez, C. W. (2007). A laboratory-based study of the relationship between childhood abuse and experiential avoidance among inner-city substance users: The role of emotional nonacceptance. *Behavior Therapy, 38*(3), 256–268.

Gratz, K. L., ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 26(1), 41-54.

Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. Journal ofpersonality and social psychology, 74, 224-237.

Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current directions in psychological science*, 10(6), 214-219.

Güzel, M. A., (2007), Enconding processes related in spesific and overgeneral recall of the autobiographical memories in non-clinical depression. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

Habermas, T. (2007). How to tell a life: The development of the cultural concept of biography. *Journal of Cognition & Development*, 8, 1-31.

Harris, C. B. Rasmussen, A. S. ve Berntsen, D. (2014). The Functions of Autobiographical Memory: An integrative Approach. *Memory.* 22(5), 559 581.

Hartman, C.,& Burgess, A. W. (1993). Information processing of trauma. *Child Abuse &Neglect*, 17, 47–58.

Hauer, B.J.A., Wessel, I. & Merckelbach, H. (2006). Intrusions avoidance and overgeneral memory in a non clinical sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 264-268.

Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M. ve Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64* (6), 1152–1168.

Hearnshaw, L. S. (1987). *The Shaping of Modern Psychology*. London: Routledge & Kegan Paul.

Henderson, D., Hargreaves, I., Gregory, S. & Williams, J. M. G., (2002). Autobiographical memory and emotion in a nonclinical sample of women with and without a reported history of childhood sexual abuse. *The British Journal Of Clinical Psychology,* 41 (2), 129-141.

Hermans, D., Decker, A., Peuter, S., Raes, F., Eelen, P., Williams, J.M.G. (2008). Autobiographical memory specificity and affect regulation: Coping with a negative life event. *Depression Anxiety*, 25, 787-792.

Hermans D, Defranc A, Raes F, Williams JMG, Eelen P. (2005). Reduced autobiographical memory specificity as an avoidant coping style. *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 583–589.

Hermans, D., Van den Broeck, K., Belis, G., Raes, F., Pieters, G., & Eelen, P. (2004). Trauma and autobiographical memory specificity in depressed inpatients. *Behaviour Research and Therapy,* 42, 775-789.

Hisli, N. (1988). Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6, 118-122.

Holland A.C. & Kensinger, E. A. (2010) Emotion and autobiographical memory. *Physics of Life Reviews*, 7, 88-131.

Horowitz, M. J. (1992). Stress response syndromes (2nd ed.). Northvale, NJ: Jason Aronson.

Horowitz, M. J., & Reidbord, S. P. (1992). Memory, emotion, and response to trauma. In S.-Å. Christianson (Ed.), The handbook of emotion and memory: Research and theory (pp. 343-357). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Horowitz, M., Wilner, N. & Alvarez, W. (1979). Impact Of Event Scale: A Measure Of Subjective Stress. *Psychosom Medicine*, 41, 871-881.

Iqbal Z, Birchwood M, Hemsley D, Jackson C, Morris E. (2004). Autobiographical memory and post-psychotic depression in first episode psychosis. *British Journal of Clinical Psychology*, 43, 97-104.

Jacoby & Witherspoon, L.L. (1982). Remembering without awareness. *Canadian Journal of Psychology/Revue canadienne de psychologie,* 36 (2), 300.

James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: Holt.

Jones, B., Heard, H., Startup, M., Swales, M., Williams, J.M.G. & Jones, R.S.P. (1999). Autobiographical memory and dissociation in borderline personality disorder. *Psychological Medicine*, 29, 1397–1404.

Johnsen B.H., Laberg J.C., Thayer J.F. (2002). The effect of sensitization and coping style on posttraumatic stress symptoms and quality of life: Two longitudinal studies. *Scandinavian Journal of Psychology*, 43, 181-188.

Joseph, S. A., Dalgleish, T., Thrasher, S., Yule, W., Williams, R. and Hodgkinson, P. (1996). Chronic emotional processing in survivors of the Herald of Free Enterprise disaster: the relationship of intrusion and avoidance at 3 years to distress at 5 years. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 357-360.

Kangas, M., Henry, J. L. & Bryant, R. A. (2005). A prospective study of autobiographical memory and posttraumatic stres disorder following cancer. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* 73, 293-299.

Khilstrom, J. F. (1981). On personality and memory. In N. Cantor & J. F. Khilstrom (Eds.), *Personality, cognition, and social interaction* (pp. 123-149). Hillsdale, N. J.: Erlbaum.

Khilstrom, J. F. & Harackiewicz, J. M. (1982). The earliest recollection: *A new survey. Journal of Personality*, 50, 134-148.

Kleim B, Ehlers A. (2008). Reduced autobiographical memory specificity predicts depression and posttraumatic stress disorder after recent trauma. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76, 231-242.

Knight B. G., Maines M. L., Robinson G. S. (2002). The effects of sad mood on memory in older adults: A test of the mood congruence effect**.** *Psychology Aging,* 17, 653-661.

Koole S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: an integrative review. *Cognitive Emotion*, 23, 4-41.

Kremers, I.P., Spinhoven, P. & Does, A.J.W. van der (2004). Autobiographical memory in depressed and non-depressedpatients with borderline personality disorder. *British Journal of Clinical Psychology, 43,*17-29.

Kuyken, W. & Brewin, C. R. (1994). Intrusive memories of childhooh abuse during depressive episodes. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 525-528.

Kuyken, W.,& Brewin, C. R. (1995). Autobiographical memory functioning in depression and reports of early abuse. *Journal of Abnormal Psychology*, 104, 585–591.

Kuyken, W., & Dalgleish, T. (2011). Overgeneral autobiographical memory in adolescents at risk for major depression. Memory, 19, 241-250.

Kuyken, W., Howell, R., & Dalgleish, T. (2006). Overgeneral memory in depressed adolescents with, versus without, a history of trauma. Journal of Abnormal Psychology, 115, 387-396.

Kvavilashvili, L. & Mandler, G. (2004). Out of one's mind: A study of involuntary semantic memories. *Cognitive Psycholoy*, 48, 47-94.

Lacey, B. C.,& Lacey, J. I. (1974). Studies of heart rate and other bodily processes in sensorimotor behavior. In P. A. Obrist (Ed.).Cardiovascular psychophysiology: Current issues in response mechanismsbiofeedback, and methodology (pp. 538-564). Chicago: Aldine.

Larsen, S. F.,& Conway, M. A. (1997). Reconstruction dates of true and false autobiographical memories. European Journal of Cognitive Psychology, 9, 259-272.

Levy, E. A. & Mineka, S. (1998). Anxiety and mood-congruent autobiographical memory: A Conceptual Failure to Replicate. *Cognition and Emotion*, 12 (5), 625-634.

Lewinsohn, P. M. & Rosenbaum, M. (1987). Recall of parental behavior by acute depressives, remitted depressives and nondepressives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 611-619.

Leyens, J. P. & Codol, J. P. (1988). Social Cognition. In M. Hewstone, W. Stroebe, J. P. Codol, G. H. Stephenson (eds.). *Introduction To Social Psychology: A European Perspective.* New Yok: Basil Blackwell.

Linton, M. (1975). Memory for real-world events. In D. A. Norman & D. E. Rumelhart (Eds.), *Explorations in cognition* (pp. 376-404). San Francisco: Freeman.

Luntz B.K. & Widom C.S. (1994) Antisocial personality disorder in abused and neglected children grown up. *American Journal of Psychatry*, 151 (5) 670674.

Mace, J. H. (2003). Involuntary aware memory enchances priming on a conceptual implicit memory task. *American Journal of Psychology*, 116, 281-290.

Mace, J. H., (2005). Experimentally Manipulating the Effects of involuntary conscious memory on a priming task. *American Journal of Psychology*, 118, 159-182.

Mace, J. H. (2006). Episodic remembering creates access to involuntary conscious memory: Demonstrating involuntary recall pn a voluntary recall task. *Memory*, 14 (8), 917-924.

Markowitsch, H. J., Vandekerckhove, M. M. P., Lanfermann, H., & Russ, M. O. (2003). Engagement of lateral and medial prefrontal areas in the ecphory of sad and happy autobiographical memories. *Cortex,* 39, 643-665.

Massora, D. W. & Cowan, N. (1993). Information processing models: Microscobes of the maind. *Annual Review of Psychology*, 44, 383-425.

Matt, G. E., Vazquez, C. ve Campbell, W. K. (1992). Mood congruent recall of affectively toned stimuli: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 12, 227-255.

Matyja, A. (2005). *The impact of childhood physical and psychological abuse on emotion regulation and psychological distress.* Unpublished master's thesis. Northern Illinois University.

Maurex, L., Lekander, M., Nilsonne, A., Andersson, E.E., Asberg, M. ve Ohman, A. (2010). Social problem solving, autobiographical memory, trauma, and depression in women with borderline personality disorder and a history of suicide attempts. *British journal of ClinicalPsychology*, 49, 327-342.

McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self.* New York: Morrow.

McFarlane, A. C. (1992). Avoidance and intrusion in post-traumatic stress disorder. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 180, 439-445.

McLean, K. & Pasupathi, M. (2006). Collaborative narration of the past and extraversion. *Journal of Research in Personality*, 40, 1219_1231

McNally, R. J., Lasko, N. B., Macklin, M. L. & Pitman, R. G. (1995). Autobiographical memory disturbance in combat-related post-traumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 619–630.

Moore, S. A. ve Zoellner, L. A. (2007). Overgeneral Autobiographical Memory and Traumatic Events. *Psychological Bullten*, 133(3), 419-437.

Morris, C. G. (2002). Psikolojiyi Anlamak (3). (N. Er, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları. (1991).

Nairne, J. (2002). The myth of the encoding-retrieval match. *Memory*, 10 (5/10), 389-395.

Neisser, U. (1967). *Cognitive Psychology*. New York: Appleton-Century-Crofts.

Neisser, U. (1982a). John Dean's memory: A case study. In U. Neisser (Ed.), *Memory observed: Remembering in natural contexts* (139-159). San Francisco: Freeman.

Nelson, K. (1988). The ontogeny of memory for real events. In U. Neisser & E. Winograd (Eds.), *Remembering reconsidered: Ecological and traditional approaches to the study of memory* (pp. 244–276). Cambridge: Cambridge University Press.

Nelson, K., & Fivush, R. (2004). The emergence of autobiographical memory: a social cultural developmental theory. *Psychology Review*, 111, 486-511.

Ochsner K.N. ve Schacter D.L. (2003). Remembering emotional events: A social cognitive neuroscience approach. In Handbook of the Affective Science, 4th ed. (Eds RJ Davidson,KR Scherer, HH Goldsmith). (643-659). New York: Oxford University Press.

Ottenbreit, N. D., & Dobson, K. S. (2004). Avoidance and depression: The construction of the Cognitive-Behavioral Avoidance Scale. Behaviour Research and Therapy, 42, 293–313.

Peeters F., Wessel I., Merckelbach H. ve Boon-Vermeeren, M. (2002). Autobiographical memory specificity and the course of major depressive disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 43, 344-350.

Pillemer, D. B. (2003). Directive functions of autobiographical memory: The guiding power of the specific episode. *Memory,* 11, 193-202.

Rasmussen, A. S. ve Berntsen, D. (2010). Personality traits and autobiographical memory: Openness is positively related to the experience and usage of recollections. *Memory,* 8 (7), 774-786.

Rawal, A. & Rice, F. (2012). Examining overgeneral autobiographical memory as a risk factor for adolescent depression. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 51, 518-527.

Raes, F., Hermans, D., de Decker, A., Eelen, P., & Williams, J. M. G. (2003). Autobiographical memory specificity and affect regulation: An experimental approach. *Emotion*, 3, 201–206.

Raes, F., Hermans, D., Williams, J.M.G., & Eelen, P. (2005). Autobiographical memory specificity and emotional abuse. *British Journal of Clinical Psychology*, *44*, 133–138.

Raes F, Williams J.M.G., Demyttenaere K., Sabbe B., Pieters G., Eelen P. (2006). Is overgeneral autobiographical memory an isolated memory phenomenon in major depression? *Memory,* 14, 584-594.

Reid, T. ve Sturtup, M. (2010). Autobiographical memory specificity in borderline personality disorder: Associations with comorbid depression and intellectual ability*. British Journal of Clinical Psychology*, 49, 413-420.

Renneberg, B., Theobald, E., Nobs, M. & Weisbrod, M. (2005). Autobiographical Memory In Borderline Personality Disorder And Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 343-358.

Reynolds, M. & Brewin, C.R. (1998). Intrusive cognitions, coping strategies and emotional responses in depression, post-traumatic stress disorder and a non clinical population. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 135-147.

Richards J. M. & Gross J. J. (1999). Composure at any cost? The cognitive consequences of emotion suppression. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 25(8), 1033-1044.

Richards J. M. & Gross J. J. (2000) Emotion regulation and memory: Thecognitive costs of keeping one's cool. *Journal Personal Social Psychology*, 79, 410 424.

Ridout, N., Astell, A. J., Reid, I. C., Glen, T., & O'Carroll. (2003). Memory bias for emotional facial expression in major depression. *Cognition and Emotion*, 17 (1), 101-122.

Robinson, J. A. (1986). Autobiographical memory: a historical prologue. In D. C. Rubin (Ed.), A*utobiographical memory* (2nd ed.). (pp. 19-24). Cambridge: Cambridge University Press.

Rubin, D. (1986). Introduction. In. D. C. Rubin (Ed.) *Autobiographical Memory*, (3 16). New York: Cambridge University Press.

Rubin, D.C. (1998). Beginnings of a theory of autobiographical remembering. In C. P. Thompson, D. J. Hermann, D. Bruce, J. D. Reed, D. G. Payne & M. P. Toglia (Eds.), *Autobiographical Memory: Theoretical and Applied Perpectives* (47-67). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Rubin, D. C. ve Gülgöz, S. (2001). Kişisel Anıların Hatırlanması: Bir betimleme Çalışması. *Türk Psikoloji Bülteni*, 16(48), 37-51.

Rubin, D. (2005). A basic-systems approach to autobiographical memory. *Current Directions in Psychological Science*, 14(2), 79-83.

Sarp, N. ve Tosun, A., (2011) Duygu ve otobiyografik bellek**.** *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry,* 3 (3), 446-46.

Savaşır, I. ve Batur, S. (1996). Depresyonun bilişsel – davranışçı tedavisi. I. Savaşır, G. Boyacıoğlu, E. Kabakçı (Ed.), *Bilişsel – Davranışçı Terapiler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları

Semon, R. (1904/1921). The Mneme. Londra: George Allen & Unwin.

Schacter, D. L. (2010). *Belleğin İzinde*. (E. Özgül, çev.). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları (Orijinal Çalışma Basım Tarihi 1996).

Schrauf, R. W. ve Rubin, D. C. (1998). Bilingual autobiographical memory in older adult immigrants: A test of cognitive explanations of the reminiscence bump and the linguistic encoding of memories. *Journal of Memory and Language, 39*, 437-457.

Schlagman, S., Kliegel, M., Schultz, J., Kvavilashvili, L. (2009). Differential effects of age on voluntary and involuntary aotubiographical memory. *Psychology and Aging,* 24 (2), 397-411.

Schultz, D. & Schultz, S., (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*. (Y. Aslav, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Shiffrin R. M. & Atkinson, R. C. (1969). Storage and retrieval processes in long term memory. *Psychological Review*, 76 (2), 179-193.

Sidley, G. L., Whitaker, K., Calams, R. M. ve Wells, A. (1997). The Relationship Between Problem Solving And Autobiographical Memory In Parasuicide Patients. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 25, 195–202.

Solso, R. L., (1991). *Cognitive Psychology* (3 ed.). Boston: Allyn & Bacon. Sutin A.R. & Robins R.W. (2008) Going Forward By Drawing From The Past: Personal Strivings, Personally Meaningful Memories, And Personality Traits. *Journal of Personality,* 76, 631–664.

Spenceley, A. and Jerrom, W. (1997). Intrusive traumatic childhood memories in depression A comparison between depressed, recovered, and never depressed women. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 25, 309-318.

Spinhoven, P.,Bamelis L, Molendijk M, Haringsma R, Arntz A. (2009). Reduced Specificity of Autobiographical Memory in Cluster C Personality Disorders and the Role of Depression, Worry, and Experiential Avoidance. *Journal of Abnormal Psychology,* 118, 3, 520-530.

Stillings, N. A., Weisler, S. E., Chase, C. H., Feinstein M. H., Garfield, J. L. & Rissland, E. L. (1995). *Cognitive Science: An Introduction*. Cambridge.

Stokes, D. J., Dritschel, B. H., & Berkerian, D. A. (2004). The effect of burn injury on adolescents' autobiographical memory. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 1357-1365.

Sumner, J. A., Griffith, J. W., & Mineka, S. (2010). Overgeneral autobiographical memory as a predictor of the course of depression: a meta-analysis. *Behaviour Research and Therapy,* 48, 614-625.

Şar, V., Öztürk, E. ve İkizkardeş, E. (2012). Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği'nin Türkçe Uyarlamasının Geçerlilik ve Güvenilirliği. *Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi*.32 (4), 1054-63.

Taner, Y., Gokler, B. (2004) Çocuk istismarı ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi,* 35, 82–6.

Terr, L. C. (1991). Childhood traumas: An outline and overview. *American Journal of Psychiatry,* 148, 10-20.

Terr, L. C. (1994). *Unchained memories.* New York: Basic Books.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. Monographs of the society for research in child development, 59(2-3), 25-52.

Thompson, R. A., ve Calkins, S. D. (1996). The double-edged sword: Emotional regulation for children at risk. Development and Psychopathology, 8, 163-182

Tosun, A. (2006). Depresif belirti düzeyi yüksek kişilerde otobiyografik anıların bilince istemsiz gelişleri ve depresif içerikleri. *Türk Psikoloji Dergisi,* 21 (58), 21-33.

Tulving, E. (1972). Episodic and Semantic Memory. In Endel Tulving (Ed.). *Organization of Memory* (382-403). New York: Academic Press.

Tulving, E. (1983). *Elements of Episodic Memory*. Oxford: Clarendon Press.

Tulving E. (2002). Episodic memory: From mind to brain. *Annual Review Psychology*, 53, 1-25.

Tulving, E.,& Schacter, D. L. (1990). Priming and human memory systems. *Science.* 247, 301-306.

Uçar Boyraz, F., Er, N., & Akben, C. (2012). İstemsiz Otobiyografik Anı, İstenmedik Anı mıdır? Poster Bildiri, 17 Ulusal Psikoloji Kongresi, 25-28 Nisan 2012, İstanbul.

Valentino, K., Toth, S. L., & Cicchetti, D. (2009). Autobiographical memory functioning among abused, neglected and non-maltreated children: the overgeneral memory effect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50, 1029-1038.

Von der Kolk, B. A., (1994). The Body keeps the score: Memory and evolving psychobiology of PTSD. *Harvard Review of Psychiatry*, 1, 253-265.

Vrielynck, N., Deplus, S., & Phillipot, P. (2007). Overgeneral autobiographical memory and depressive disorders in children. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology,* 36, 95-105.

Walker C. E., Bonner, B. N. & Kaufmann, K. L. (1988) *The Physically And Sexually Abused Child*. New York, Pergamon Press.

Waugh, N. & Norman, D. A. (1960). Primary Memory. *Psychological Review,* 72, 89-104.

Webster, J. D. (1993). Construction and validation of the Reminiscence Functions Scale. *Journal of Gerontology*,48, 256-262.

Wegner, D. M., & Zanakos, S. (1994). Chronic thought suppression. *Journal of Personality*, 62, 615–640.

Weiss, D. ve Marmar, C. (1997). The impact of Event Scale-Revised**.** In J. Wilson, T. M. Keane (Eds.), *Assessing Psychological Trauma and PTSD* (399-411). New York: Guilford.

Welzer, H. & Markowitsch, H. J. (2005). Towards a bio-psycho-social model of autobiographical memory. *Memory,* 13, 63-78.

Wessel, I., Merckelbach, H., & Dekkers, T. (2002). Autobiographical memory specificity, intrusive memory and general memory skills in Dutch Indonesian survivors of the world war ii era. *Journal of TraumaticStress,* 15, 227-234.

Wessel, I., Meeren, M., Peeters, F., Arntz, A., Merckelbach, H. (2001). Correlates of autobiographical memory specificity: The role of depression, anxiety and childhood trauma. *Behavior Research and Therapy*, 39, 409-421.

Wheeler, M. A., Stuss D. T. & Tulving, E. (1997). Toward a theory of episodic memory. *Psychology Bullten*, 121, 331-354.

Wilhelm, S., McNally, R. J., Baer, L. & Florin, I. (1997). Autobiographical memory in obsessive compulsive disorder. *British Journal of Clinical Psychology*, 36, 21–31.

Williams, J. M. G. (1992). Autobiographical memory and emotional disorders. In S. A. Christianson (Ed.), *Handbook of emotion and memory* (451-477). Hillsdale, N J: Erlbaum.

Williams, L. M. (1994). Recall of childhood trauma: A prospective study of women's memories of child sexual abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62, 1167-1176.

Williams, J. M. G. (1996). Depression and the specificity of autobiographical memory. In Rubin, D.C. (Ed.), *Remembering our past: studies in Autobiographical Memory* (244-267). Cambridge University Press.

Williams, J. M. G. (2006). Capture and rumination, functional avoidance, and executive control (CaRFAX): Three processes that underlie overgeneral memory. Cognition and Emotion, 20 (3/4), 548-568.

Williams J., Barnhofer T., Crane C., Herman D., Raes F., Watkins E., Dalgleish T. (2007). Autobiographical memory specificity and emotional disorder. *Psychological Bulletin*, 133, 122-148.

Williams, J. M. G. & Broadbent, K. (1986). Autobiographical memory in attempted suicide patients. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 144–149.

Williams, H. L., Conway, M.A. & Cohen, G. (2008). Autobiographical memory. In G. Cohen, M. A. Conway (Eds.), *Memory in the Real World* (21-27). UK, Psychology Press.

Williams, J. M. G., Stiles, W. B., & Shapiro, D. A. (1999). Cognitive mechanisms in the avoidance of painful and dangerous thoughts: Elaborating the assimilation model. *Cognitive Therapy and Research*, 23, 285–306.

Williams, J. M. G., Watts, F. N., MacLeod, C. & Mathews, A. (1997). *Cognitive Psychology and Emotional Disorders* (2nd Ed.). West Sussex, England: Wiley.

Wright M.O. & Crawford E., Del Castillo D. (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. *Child Abuse Neglect*, 33, 59 68.

Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Şar, V., Öztürk, M., Kora, M. E. ve Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi istismar ve ihmalinin olası sonuçları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi,* 2 (2), 69-78.

EK-1

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAY FORMU

Bu çalışma, Ankara Üniversitesi Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Nurhan ER ve Ankara Üniversitesi Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Gülşen KAYNAR tarafından hazırlanmıştır.

Çalışmanın amacı, çocukluk deneyimlerinize ilişkin anılarınızı ve mevcut ruhsal durumunuzu belirlemektir. Bu çalışmada, çocukluk döneminde yaşadığınız olaylarla ilgili olarak belleğinizde yer alan bilgilerle ilgilenmekteyim. Bununla ilgili size hatırlamanız için üç ayrı cümle sunacağım. Sizden, bu üç cümlede yer alan ifadelerin size hatırlattığı ve başınızdan geçen bir olayı düşünmenizi istiyorum. Bu hatırlayacağınız olay, 18 yaşından önce yaşadığınız bir olay olmalıdır. Ancak lütfen, özellikle çocukluk döneminde yaşadığınız bir olay olmasına özen gösteriniz. Ayrıca, sizden hatırlamanızı istediğim anı, özel/spesifik bir anı olmalıdır. Öyle ki, bu olay bir günden kısa sürmüş olmalı, belirli bir yer ve zamanda gerçekleşen olay olmalıdır.

ÇALIŞMA ÖNCESİ KATILIMCI BİLGİ FORMU

Şu an katılacağınız çalışma, Prof. Dr. Nurhan Er ve Psk. Gülşen Kaynar tarafından yürütülmektedir. Çalışmanın amacı, çocukluk dönemi anıları ile ilgili olarak bilgi toplamaktır. Bu çalışmadan elde edilecek olan veriler temelinde araştırmanın 2. aşaması olarak başka bir çalışma yürütülecektir. Sizleri çalışmanın 2. bölümüne davet edebilmemiz için kişisel bilgi olarak **en sık kullandığınız e-postaadresiniz ve okul numaranız istenmektedir.** Vereceğiniz bu bilgiler tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından bilinecektir. Ayrıca anketlere verdiğiniz cevaplarda tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir; elde edilecek bilgiler ise sadece bilimsel yayınlarda kullanılacaktır.

Çalışmaya katılım tamamıyla gönüllülük temelinde olmalıdır. Katılım sırasında sorulardan ya da herhangi bir başka nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz cevaplama işini yarıda bırakma konusunda serbestsiniz. Böyle bir durumda anketi uygulayan kişiye, anketi tamamlamadığınızı söylemeniz yeterli olacaktır. Anket sonunda, bu çalışmayla ilgili sorularınız cevaplanacaktır. Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz. Şimdi lütfen, eğer bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorsanız aşağıdaki formu doldurunuz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

Ad Soyad Tarih İmza

Çalışmaya yönelik sorularınızı Uygulamalı Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Gülşen KAYNAR'A iletebilirsiniz.
(İletişim için; E-posta: gulsenkaynar_89@hotmail.com)
Bu çalışmaya katıldığınız için çok teşekkür ederiz!

EK-2

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Anketi doldurmadan önce lütfen aşağıdaki boşlukları doldurunuz.

Okul numaranız : _____

En sık kullandığınız e-posta adresiniz:_____

Telefon Numaranız: _____

(Araştırmanın 2. aşamasına çağrılabilmeniz için telefon numaranız ve en sık kullandığınız e-posta adresiniz bizim için çok önemlidir)

Yaşınız: _____

Cinsiyetiniz: Erkek ☐ Kadın ☐

Bölümünüz / Sınıfınız: _____ / _____

Herhangi bir psikiyatrik ilaç kullanıyor musunuz? Evet _____ Hayır_____

Cevabınız "Evet" ise, hangi tür psikiyatrik ilaç kullanıyorsunuz? Lütfen işaretleyiniz ve ilacın adını yanındaki boşluğa yazınız. (Birden fazla kullandığınız ilaç var ise bir den fazla işaretleyebilirsiniz.)

 Antidepresant: _____

 Anksiyolitik: _____

 Antipsikotik: _____

 Diğer: _____

EK-3

ÇOCUKLUK ÖRSELENME YAŞANTILARI ÖLÇEĞİ (ÇÖYÖ)- Örnek Maddeler

AÇIKLAMA: Aşağıda 18 yaş öncesi çocukluk ve gençlik yaşantılarınızla ilgili cümleler vardır. Her cümleyi dikkatlice okuyup, üst tarafındaki yazılar arasında sizi en iyi tanımlayan seçenek üzerine (X) işareti koyunuz. Cevaplarınızı iyice düşünerek ve içtenlikle vermeniz, araştırmanın sağlığı açısından oldukça önemlidir.

Katkılarınız için teşekkür ederim…

1 Hiçbir zaman	2 Nadiren	3 Bazen	4 Sıklıkla	5 Çok sık

"Aşağıda size verilen soruları yanıtlarken, soruların size hatırlatabileceği olumsuz bir anınızı düşünün."

1. Ben çocukken ailemde birileri bana vurur ya da beni döverdi.	1	2	3	4	5
2. Ben çocukken, hiç kimse benimle ilgilenmediği için, kendi bakımımı kendimin daha iyi yaptığını hissederdim.	1	2	3	4	5
14. Ben çocukken, ailemdeki kişilerden, bir doktora ya da hastaneye gitmek zorunda kalacak denli dayak yediğim oldu.	1	2	3	4	5
19. Ben çocukken, ailemizin üyeleri birbirlerini gözetirlerdi.	1	2	3	4	5
28. Ben çocukken, ailemdeki kişiler birbirlerine yakındılar.	1	2	3	4	5
29. Ben çocukken, birisi bana cinsel amaçla dokunmayı ya da kendisine dokundurtmayı denedi.	1	2	3	4	5
32. Ben çocukken, çocukluğum mükemmeldi.	1	2	3	4	5
34. Ben çocukken, birisi benimle cinsel içerikli davranışlara girmeyi ya da bana cinsellikle ilgili şeyler izlettirmeyi denedi.	1	2	3	4	5
37. Ben çocukken, ailemdeki kişiler ne yaptığımla ilgilenir gibi gözükmezler ya da ne yaptığımı bilmezlerdi.	1	2	3	4	5
40. Ben çocukken, ailem güç ve destek kaynağımdı.	1	2	3	4	5

EK-4

OLAYLARIN ETKİSİ ÖLÇEĞİ - OEÖ-R (Kaçınma ve Yeniden Deneyimleme)- Örnek Maddeler

Aşağıda, stresli bir yaşam olayından sonra insanların yaşayabileceği bazı zorlukların bir listesi sunulmuştur. Her cümleyi dikkatlice okuyunuz. Hatırladığınız o **olumsuz çocukluk anınızı** düşünerek, bu zorlukların sizi ne kadar rahatsız ettiğini cümlelerin sağındaki beş kutucuktan yalnızca birini işaretleyerek belirtiniz. Belirtilen durumun sizi hiç etkilemediğini düşünüyorsanız**1'i**; biraz etkilediğini düşünüyorsanız **2'yi**; orta derecede etkilediğini düşünüyorsanız **3'ü**; epey etkilediğini düşünüyorsanız **4'ü**; çok fazla etkilediğini düşünüyorsanız **5'i** daire alınız.

	Hiç	Biraz	Orta	Epey	Çok
1. Benzeyen her şey o anımdaki olayla ilgili duygularımı aklıma getiriyor ve hatırlatıyor.	0	1	2	3	4
4. O olayı düşündüğümde, olayı hatırlatan şeylerle karşılaştığımda keyfimin kaçmasına canımın sıkılmasına izin vermiyorum	0	1	2	3	4
5. İstemediğim halde o olay aklıma geliyor ve onu düşünmek zorunda kalıyorum.	0	1	2	3	4
12. Zaman zaman o olay sırasındaki duygularımı yeniden hatırlıyorum ve sanki o anı yeniden yaşıyormuş gibi tepkiler gösteriyorum.	0	1	2	3	4
13. O olayla ilgili yaşadığım duyguları o kadar canlı hatırlıyorum ki sanki dalga dalga üzerime geliyorlar.	0	1	2	3	4
16. O olay hakkında konuşmamaya çalışıyorum.	0	1	2	3	4

EK-5

OTOBİYOGRAFİK BELLEK ÖZELLİKLERİ ÖLÇEĞİ-Örnek Maddeler

	Hiç						Çok
	1	2	3	4	5	6	7
1.Genel olarak bu anıyı ne kadar **iyi; canlı, ayrıntılı ve net** hatırlayabildiniz?	□	□	□	□	□	□	□
8.Hatırladığınız bu olay sırasında **yanınızda olan kişileri ya da çevrenizde olup bitenleri** ne kadar canlı ve ayrıntılı hatırlıyorsunuz?	□	□	□	□	□	□	□
12.Hatırladığınız bu anıdaki olayın **şu andaki önemini** belirtiniz.	□	□	□	□	□	□	□
24.Hatırladığınız bu **olayın sonrasında olanlar** için belleğiniz ayrıntıları ne kadar içeriyor?	□	□	□	□	□	□	□
25.Hatırladığınız bu olay için belleğiniz **hislerinize / duygularınıza ilişkin ayrıntıları** ne kadar içeriyor?	□	□	□	□	□	□	□

EK-6

ÇALIŞMA I'DE ANI YÖNERGELERİ

ANI 1:

"Aşağıda size verilen soruları yanıtlarken, soruların size hatırlatabileceği olumsuz bir anınızı düşünün."

"şimdi lütfen, yukarıda yer alan maddelerden hangisinin size olumsuz bir anı hatırlattığını belirtmek için, madde numarasını yazınız"

Madde……..

Bu maddede yer alan ifadeyle ilgili hatırladığınız çocukluk anınızı iyi hatırladığınıza karar verdiğinizde aşağıda ve diğer sayfada yer alan sorularda hatırladığınız anıyı değerlendiriniz.

ANI 2:

"Şimdi lütfen, çocukluğunuzda olumlu yaşantınıza ilişkin bir anınızı hatırlayın (örn., sevdiğiniz oyun, arkadaşlık vb.)"

Bu anınızı iyi hatırladığınıza karar verdiğinizde, anıyı bir sonraki sayfadaki ANI-2 OBÖÖ'yü yanıtlayarak değerlendiriniz.

ANI 3:

"*Şimdi lütfen, geçen hafta yaşadığınız herhangi bir olaya ilişkin anınızı düşünün.*"

Bu anınızla ilgili ANI-3 OBÖÖ'yü doldurunuz.

EK-7

ÇALIŞMA 2'DE ANI YÖNERGELERİ

"Aşağıda yer alan 3 kelimenin her birinin size anımsattığı çocukluk anınızı düşünün…"

Kelimeler: İLGİSİZLİK / DÖVMEK / CİNSEL DOKUNMA

Lütfen anınızı bu kutunun içine yazınız.

EK-8

OTOBİYOGRAFİK OLAY İÇERİĞİ FORMU-Örnek Maddeler

1. Bahsettiğiniz anıya ilişkin olayın hangi yaşta başlayıp, hangi yaşta sonlandığını işaretleyin.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18

2. Bu ve benzeri deneyimlerin kimler tarafından yapıldığını belirtin.

◯ Anne-baba, aile üyeleri	◯ Akraba	◯ Komşu	◯ Diğer Belirtiniz……

EK-9

KISA OTOBİYOGRAFİK BELLEK ETKİLERİ ÖLÇEĞİ-Örnek Maddeler

	Sıradan						**Özel**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
1. Hatırladığınız bu olay sizin için özel bir olay mı yoksa sıradan bir olay mı?	□	□	□	□	□	□	□

	Özet						**Özel**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
2. Hatırladığınız bu olay bir kez meydana gelmiş olan bir olay mı yoksa farklı zamanlarda tekrarlanmış olayların bir araya gelmesinden oluşan özet bir olay mı?	□	□	□	□	□	□	□

EK-10

ANI İÇERİĞİNİ DEĞERLENDİRME FORMU (AİDF)- Örnek Maddeler

Hatırladığınız bu olayda;

Kendinizi değersiz görme	0	1	2	3	4	5	6	Kendinizi değerli görme

Hatırladığınız bu olayda;

İnsanlar hiç güvenilmez	0	1	2	3	4	5	6	İnsanlar hep güvenilir

Hatırladığınız bu olaydaki durum;

Her zaman öyleydi ve hiç bir zaman değişmeyecek	0	1	2	3	4	5	6	Zamanla değişti veya gelecekte tamamen değişecek

EK-11

BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ (B D Ö)-Örnek Maddeler

Sayın cevaplayıcı aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, **BUGÜN DAHİL GEÇEN HAFTA** içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini daire içine alarak işaretleyiniz.

Soruları vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir. Bilimsel katkı ve yardımlarınız için sonsuz teşekkürler.

A- **0. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.**
1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.

B- **0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.**
1. Gelecek hakkında karamsarım.
2. Gelecekten beklediğim hiçbir şey yok.
3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.

L. **0. Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.**
1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.
2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybetmedim.
3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.

P- **0. Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.**

1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.
2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.
3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.