

Otobiyografik Bellek ??levleri Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Otobiyografik Bellek ??levleri Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=28612>

Özet

Otobiyografik Bellek ??levleri Ölçe?i (OB?Ö), Er ve Ya??n (2016) taraf?ndan geli?tirilm?, bireylerin ge?mi? deneyimlerini hat?rlama süreçlerinin günlük ya?amdaki çe?itli i?levlerini ölçmeyi amaçlayan bir psikometrik araçtır. Ölçek, toplam 41 maddeden ve be? farklı alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, bireylerin ge?mi?i kendilik alg?s?, duygusal düzenleme ve problem çözme gibi amaçlarla nasıl kulland???n? ara?tırmaktadır. Ölçek, psikolojik ara?tırmalarda ve klinik de?erlendirmelerde otobiyografik belle?in adaptif ve maladaptif kullanımların? belirlemek için tasarlanmıştır.

OB?Ö, geli?tirme amaçlarında kapsamlı geçerlik ve güvenirlik çalışmaları ile desteklenmiştir. Yapı geçerlili?i, hem aç?ımlayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizleri kullanılarak s?nanmıştır. Ölçe?in tamamı için hesaplanan yüksek iç tutarlılık katsayısı (.93), aracın güvenilirliğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler

Otobiyografik Bellek, Bellek ??levleri, **Likert Ölçe?i**, Geçerlik, Güvenirlik, Duygu Düzenleme, Benlik, **Faktör Analizi**.

Yazarlar

Nurhan Er, Figen Ya??n

Amaç

Otobiyografik Bellek ??levleri Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin ge?mi?e dair anıların? hatırlama biçimlerinin ve bu anıların günlük yaşamda üstlendi?i psikolojik i?levlerin sistematik olarak ölçülmesini sağlamaktır. Bu i?levler genellikle ge?mi?ten ders alma, duygusal durumların? düzenleme, benlik algısı'nı pekiştirme ve sosyal bağlamda anıların? kullanma gibi adaptif rolleri kapsamaktadır.

Ölçek, Türk kültürüne özgü olarak geli?tirilmiş olup, otobiyografik belle?in i?levsellikine dair uluslararası alanyazına katkı sağlamayı ve bu alanda yapılacak ara?tırmalara geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı sunmayı hedeflemektedir.

Yapı

Ölçek, **Otobiyografik Bellek** süreçlerinin be? temel i?levsel boyutunu ölçmektedir. Bu be? faktörlü yapı, bireylerin neden ge?mi?i hatırladıkları'nı detaylıca analiz etmeye olanak tanır.

Ölçe?in ölçtü?ü be? faktör ve madde say?lar? ?unlard?:

Geçmi?le Yüzle?me (12 madde): Bireyin ya?ad??? zorluklar veya hayal k?r?kl?klar? kar??s?nda geçmi?teki benzer deneyimleri hat?rlayarak mevcut durumu anlamland?rma ve bunlarla ba?a ç?kma e?ilimi.

?pucu Temelinde Geçmi?i Hat?rlama (8 madde): Çevresel veya sosyal ipuçlar? (müzik, arkadaşlar, akrabalar) arac?l???yla geçmi?teki olaylar? veya duygusal anlamlar? hat?rlama süreci.

Benlik (5 madde): Geçmi?i hat?rlaman?n, bireyin ?imdiki kimli?ini tan?mlamas?na, kendilik alg?s?n? geli?tirmesine ve kendini daha iyi anlamas?na yard?mc? olma i?levi.

Duygu Durum Düzenleme (8 madde): Geçmi?teki olumlu an?lar? hat?rlayarak mevcut kayg?, stres veya olumsuz duygusal durumlar? yönetme ve düzenleme çabas?.

Geçmi?ten Ders Alma (8 madde): Ya?anan hatalar? veya ba?ar?l? ba?a ç?kma stratejilerini hat?rlayarak mevcut problemlerle ba?a ç?kma veya gelecekteki benzer durumlarda daha iyi performans sergileme amac?.

Geçerlik

Ölçe?in psikometrik özellikleri, özellikle yap?sal uygunlu?u ve geçerlili?i kapsaml? bir ?ekilde incelenmi?tir. Temel geçerlik çal??mas? olarak **Yap? Geçerlili?i** kullan?lm??t?r.

Yap? Geçerlili?i: Ölçe?in geli?tirilmesi sürecinde, ilk olarak Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) uygulanm?? ve be? faktörlü bir yap? elde edilmi?tir. Elde edilen bu be? faktörlü yap?n?n teorik beklentileri ne ölçüde kar??lad???n? ve örneklem d???na genellenebilirli?ini test etmek amacıyla Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmi?tir. DFA sonuçlar?, ölçe?in hipotez edilen be? faktörlü yap?s?n? güçlü bir ?ekilde destekledi?ini göstermi?tir.

Güvenirlik

Otobiyoğrafik Bellek ??levleri Ölçe?i'nin güvenilirli?i, iç tutarlılık katsayılar? (Cronbach Alfa) hesaplanarak de?erlendirilmi?tir. Bu katsayılar, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? ne ölçüde ölçtü?ünü gösterir.

Tüm ölçek için hesaplanan iç tutarlılık katsay?s? oldukça yüksek olup, 0.93 olarak rapor edilmi?tir. Bu de?er, ölçe?in genel olarak yüksek düzeyde güvenilir oldu?unu i?aret etmektedir. Ayrıca, her bir alt boyut için hesaplanan iç tutarlılık katsayılar? da kabul edilebilir düzeydedir:

Geçmi?le Yüzle?me: 0.82

?pucu Temelinde Geçmi?i Hat?rlama: 0.84

Benlik: 0.83

Duygu Durum Düzenleme: 0.79

Geçmi?ten Ders Alma: 0.82

Faktör Analizi

Ölçek, 41 madde ve be? faktörden olu?maktadır. Bu faktör yap?s?, hem Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) hem de Do?rulamalı Faktör Analizi (DFA) kullan?larak istatistiksel olarak do?rulanmı?tır. **Faktör Analizi**, otobiyografik belle?in i?levlerinin ba??ms?z ve ay?rt edilebilir boyutlar olarak var oldu?unu göstermi?tir.

AFA, ölçe?in maddelerinin psikolojik aç?dan anlamlı be? kümeye ayr?ldı?nı ortaya koymu?tur. DFA ise bu yap?nı iyi uyum indekslerine sahip oldu?unu ve teorik modeli destekledi?ini kan?tlamı?tır. Bu çift a?amalı analiz süreci, ölçe?in yap?sallı?nı peki?tirmiştir.

Araç

Test Tipi: Geli?tirme (Ölçek Geli?tirme Çalışması)

Format: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Scale), 41 madde, 5 faktör.

Dil: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genel Popülasyon

Ya? Grubu: Yeti?kinler

Popülasyon Detayları: Orijinal geli?tirme çalışması Türkiye'deki yeti?kin öğrenciler ve genel popülasyon üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Metodolojisi: 5'li **Likert Ölçe?i** kullan?lmı?tır (1=benim için hiç do?ru değil - 5= benim için çok do?ru). Yüksek puanlar, ilgili bellek i?levinin daha sık kullan?ldı?ı veya daha belirgin oldu?u anlamına gelmektedir.

?zinler, Ücret ve Test Y?li?

Test Y?li?: 2016

Sorumlu Yazar İletişim: Ölçe?in kullanımı ve izinler hakkında bilgi almak için sorumlu yazar Nurhan Er ile iletişime geçilebilir.

Sorumlu Yazar E-posta Adresi: ner@ankara.edu.tr

Kaynaklar

Er, N. ve Ya??n, F. (2016). Otobiyografik Bellek ??levleri Ölçe?inin (OB?Ö) geli?tirilmesi. *Türk Psikoloji Yaz?lar?*, 19(37), 60-72.

Ölçe?in orijinal tam metin PDF dosyas?na a?a??daki ba?lant?dan ula??labilir:

[otobiyografik-bellek-islevleri-olcegi-toad.pdf](#)

Otobiyografik Bellek ??levleri Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri, orijinal dillerinde korunmu? olup hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemi?tir. Maddeler, her bir alt boyutu temsil eden örnekler olarak sunulmu?tur.

Ölçek 41 madde ve be? faktörden olu?maktadır.

Geçmi?le yüzle?me (12m):

Her bir hayal k?r?kl???mda, geçmi?imde ya?ad???m benzer hayal k?r?kl?klar?n? hat?rlad???m için,

Fiziksel bir de?i?iklik gördü?ümde, eski günlerime duydu?um özlem nedeniyle

?pucu temelinde geçmi?i hat?rlama (8m):

Müzik dinledi?imde, geçmi?te bu ?ark?n?n benim için anlam?n? hat?rlad???mda,

Arkada?lar veya akrabalarla görü?tü?ümde, birlikte geçirdi?imiz zamanlar? hat?rlamak için

Benlik (5m):

Kendimi daha iyi anlamaya çal???mak için,

Geçmi?i hat?rlaman?n ?u an kim oldu?umu tanımlamama yard?mc? olmas? için

Duygu durum düzenleme (8m):

Kendimi ?u anki kayg?lar?mdan uzakla?t?rmak için,

Çok bunald???m anlarda güzel ?eyler hat?rlay?p mutlu olmak için

Geçmi?ten ders alma (8m):

Bir problemle kar??la?t???mda, daha önce bununla nas?l ba? etti?imi anlamak için,

Daha önce yapt???m hatalar? tekrarlamak istemedi?im için