

## **GEÇMİŞİ KABUL ETME ÖLÇEĞİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI**

### *THE ACCEPTING THE PAST SCALE: A STUDY OF RELIABILITY AND VALIDITY*

**Doç. Dr. İnci BOYACIOĞLU**

Dokuz Eylül Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü inci.boyacioglu@deu.edu.tr, İzmir/Türkiye

### **ÖZ**

Bu çalışmanın amacı, bireylerin geçmişteki olumlu ya da olumsuz yaşantılarını ne derece genel olumlu bir temsile dönüştürebildiğini değerlendirmek amacı ile 1994 yılında Santor ve Zuroff tarafından geliştirilmiş olan Geçmiş Kabul Etme Ölçeği'nin (GKÖ) ve araştırmacılar tarafından bu ölçeğin ayırt edici geçerliğini test etmek amacıyla geliştirdikleri Geçmiş Anımsama Ölçeği'nin (GAÖ) Türkçe'ye uyarlamasını yapmaktır. Bu amaçla, farklı yaş gruplarıyla iki ayrı araştırma yapılmıştır. İlk çalışmanın örneklemini 17-28 yaş diliminde bulunan, 183 (94 kadın, 89 erkek) katılımcı oluşturmuştur. Bu çalışmada, GKÖ'nin yapı geçerliğini test etmek amacı ile GAÖ ile GKÖ'nin maddeleri birlikte faktör analizinden geçirilmiş ve geçmiş kabul etme ve geçmiş anımsamanın iki ayrı kavramsal yapı olduğu gözlenmiştir. Ölçeklerin güvenirliliği incelendiğinde GKÖ .85 ve GAÖ ise .74 düzeyinde bir iç tutarlılık değeri göstermiştir.

İkinci çalışmada 55 yaş ve üstü yetişkinlerde GKÖ ve GAÖ'nin psikometrik özellikleri incelenmiştir. Bu araştırmaya 45 kadın, 33 erkek olmak üzere 78 kişi katılmıştır. GKÖ'nin ayırt edici geçerliği incelendiğinde, GKÖ ve GAÖ arasındaki korelasyon özgün çalışmada olduğu gibi anlamsız bulunmuştur. GKÖ .84; GAÖ ise .69 düzeyinde bir iç tutarlılık göstermiştir. Her iki çalışmada da GKÖ'nin maddeleri üzerinde yapılan faktör analizleri GKÖ'nin ayrıca iki faktörlü yapısının da sağlıklı bir dağılıma sahip olduğunu, buna göre Olumlu ve Olumsuz Geçmiş Temsili olmak üzere iki faktörlü şekilde de kullanıma uygun olduğunu göstermiştir. Bulgular, GKÖ ve GAÖ'nin Türk örneklemini için yeterli geçerlik ve güvenirlilik değerlerine sahip olduğunu desteklemektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Geçmiş Kabul Etme Ölçeği, ego-bütünlüğü, geçmiş anımsama, uyarlama, geçerlik, güvenirlilik.

### **ABSTRACT**

The purpose of the present study is to adapt the Accepting the Past Scale (ACPAST) developed by Santor and Zuroff (1994) to investigate in what extent the individuals may integrate both positive and negative experiences into general positive mental representations and the Reminiscing about the Past Scale (REMPAST) developed with the aim of testing discriminant validity of the ACPAST. 183 (94 women, 89 men) persons aged between 17 and 28 participated in Study 1. The factor analysis performed on the items from the ACPAST and the REMPAST supported construct validity of the ACPAST. Internal consistency levels were .85 for the ACPAST, and .74 for the REMPAST.

A second study was conducted with a sample of 78 (45 women, 33 men) aged 55 years or older to investigate the psychometric properties of the scales. When discriminant validity of the ACPAST was examined, the correlation between ACPAST and REMPAST was found insignificant as in the original study. Internal consistency levels were observed as .84 for the ACPAST and .69 for REMPAST. In both studies, the factor analyses on the ACPAST indicated that two-factor solution is also healthy for the ACPAST and the scale is suitable for the use with two dimensions named Positive and Negative Past Representations. Results demonstrated that the ACPAST and the REMPAST have satisfactory level of reliability and validity on Turkish samples.

**Key Words:** Accepting the Past Scale, ego-integrity, reminiscing, adaptation, validity, reliability.

## 1. GİRİŞ

Psikolojinin farklı birçok alt alanında yapılan çalışmalar kişinin kendi geçmişine yönelik genel değerlendirmesinin psikolojik sağlığı ile yakından ilişkili olduğunu sayısız kez göstermiştir. Özellikle gelişim psikolojisi alanında yapılan çalışmalar yaşlılık döneminde geçmişe yönelik değerlendirmeler üzerinde durmuşlar ve yaşamın geç dönemlerinde hayat deneyimlerine yüklenen anlamların psikolojik iyilik halini belirgin şekilde etkilediğini bulgulamışlardır (bkz., Westerhof, Bohlmeijer ve Webster, 2010). Alandaki başat kuramcılardan Erikson (1963), gelişimin son aşaması olarak ego bütünlüğüne karşı ego ümitsizliğini tanımlamış ve bu aşamada bireylerin geçmiş yaşam deneyimlerini tartarak anlamlı bir yaşama sahip olup olmadıklarının kararını aldıklarını belirtmiştir. Ego bütünlüğünün önemli bir bileşeni olan geçmiş kabul etme kavramının ölçümü için Santor ve Zuroff (1994) Geçmiş Kabul Etme Ölçeği'ni geliştirmişlerdir. Bu araştırmanın amacı psikolojik sağlık ile yakından ilişkili olan geçmiş kabul etme kavramına ilişkin bu ölçüm aracını Türkçeye kazandırmak, ölçeğin psikometrik özelliklerini test etmektir.

Erikson (1963) ve ardıllarının ego bütünlüğüne ilişkin yazınlarında ilişkili kavramların işevuruk tanımları çoğunlukla verilmemiştir. Genel kabul gören görüş, yaşlılık döneminin geçmişe yönelik bir inceleme süreci içerdiği ve geçmiş yaşantıların olumlu olarak değerlendirilmesinin başarılı yaşlanmanın gerekli bir ögesi olduğu yönündedir (Butler, 1963). Ancak alanyazındaki çalışmalardan yola çıkarak, Santor ve Zuroff (1994) Erikson'ın ego bütünlüğünü karakterize eden özellikleri şu şekilde sıralamışlardır: a) kişisel zaferlere ve hayal kırıklıklarına uyum sağlayabilme, b) tinsellik (spirituality), c) hayat akışındaki gereklilikleri kabullenebilme, d) diğer insanları kabullenme ya da hoş görme, e) kişisel geçmişinde bir başkasının varlığını, yerini kabullenme, f) ölüm kaygısından uzak olma, g) zamanın tükendiği düşüncesine saplanmamak, h) kişinin kendisi ile duygusal bütünleşmesi ve ı) kişinin hayatından doyum alabilmesi. Özetle, ego bütünlüğü aşamasında başarılı olan bireyler kendi geçmişlerini anlamlı olarak kabul ederler, geçmişe dönüp baktıklarında genel olarak pişmanlık, suçluluk ya da yaygın bir memnuniyetsizlik hissetmezler (Santor ve Zuroff, 1994).

Santor ve Zuroff (1994) ego bütünlüğünün ölçümü konusundaki tartışmalara katkı sağlamak amacı ile ego bütünlüğünün merkezi unsurlarından biri olan geçmiş kabul etme kavramına yönelik bir ölçüm aracı geliştirmişlerdir. Bu çalışmalarında, geçmiş kabul etme kavramını kişinin geçmişine dair olumlu bir temsile sahip olması olarak tanımlamışlardır. Buna göre, geçmişini kabul eden kişiler kendi geçmişini içselleştirir ve bu geçmiş olumlu genel bir temsile dönüştürebilirler. Bu noktada altı çizilmesi gereken önemli bir husus, geçmiş kabul etmenin geçmiş sorgulamayı dışarıda bırakmadığı, ancak bu sorgulamaların sonucunda ortaya çıkan geçmişle ilgili olumsuz değerlendirmelerin aşırı olumsuz duygulara ya da hayal kırıklıklarına yol açmamasıdır. Daha açık bir ifade ile kişiler geçmişlerinde daha başarılı olabileceklerini, belli konularda eksik kaldıklarını ya da farklı tercihlerde bulunabileceklerini düşünseler de olumlu bir geçmiş temsiline sahip olabilirler. Geçmişlerini kabul eden kişiler, hayal kırıklıkları, pişmanlıklar ve üzüntüler yaşamışlarsa da, geçmişe dönüp baktıklarında hatırladıkları bu olumsuz yaşantılar artık kaygı gibi aşırı olumsuz duyguları çağırılmamaktadır. Geçmişini kabul edemeyen bireylerde ise geçmişe yönelik yaygın bir kaygı veya memnuniyetsizlik duygusu hakimdir (Santor ve Zuroff, 1994).

Ancak geçmişe yönelik değerlendirmelerin hemen her yaş dönemi için etkili olabildiğini gösteren araştırmalar düşünüldüğünde (örn., Burroughs, Lovell, Morley, Baldwin, Burns ve Chew-Graham, 2006; Murray, Banerjee, Byng, Tylee, Bhugra ve Macdonald, 2006; Oladinni, 2002), geçmiş kabul etme kavramının sadece yaşamın geç dönemlerindeki süreçler etrafında tartışılması açısından eksikler barındırmaktadır. Örneğin, alanyazında travmatik anılar ve bu anıların nasıl değerlendirildiği ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi konu alan çok sayıda araştırma bulunmaktadır. Tedeschi ve Calhoun (2004) travma ve yaşam öykülerinin gelişimi arasında karşılıklı ilişki üzerinde durmuş, travmanın kişiler için o olaydan önce ve sonra olmak üzere bir referans noktasına dönüştüğünü ifade etmişlerdir. Kişi yaşadığı kayıplara veya değiştirmek zorunda kaldığı kişisel amaçlarına karşın yaşam öyküsündeki değişimi olumlu şekilde değerlendirebilir ve böylece travmadan büyüyerek çıkabilir. Geçmişin kişi tarafından irdelenmesi ve anlamlandırılması kimi terapi tekniklerinin odaklandığı

temel hareket noktasıdır. Örneğin, gelişimsel dönemler arasında ayırım yapmadan her yaştan danışana uygulanabilen Yapılandırılmış Hayat İncelemeleri (Structured Life Review) adlı terapi tekniğinin temel hedefi, kaygı verici olaylar yaşamakta olan ya da hayatlarında beklenmedik ani değişiklikler gerçekleşmiş ya da travmatik bir yaşantıyla baş etmeye çalışan bireylerin geçmiş deneyimlerinden yeni şeyler öğrenmeleri ve hayatlarını olduğu gibi kabul etme aşamasına varmalarıdır (Haight ve Haight, 2007). Travmatik olaylara ilişkin bu çalışmalar geçmişin genel temsillerinin tüm yaş grubundan bireylerin sağlığı açısından önemini ortaya koymaktadır.

Bir başka araştırma hattında, kişisel amaçların belirlenmesi ve motivasyonel süreçlerde geçmişin rolü üzerinde durulmaktadır. Örneğin, Lecci ve arkadaşları (1994) başarıya ulaştırılmamış kişisel amaçlar nedeniyle yaşanan pişmanlıkların yaşam doyumu ve depresyonla ilişkili olduğunu, depresyondaki bireylerin arzuladıkları amacı gerçekleştirmek için gerekli uğraşından neden vazgeçtiklerini açıklayamadıklarını ve belki de geçmişteki çabalarını da boş ve anlamsız bulduklarını belirtmiştir. Daha geç yaşlarda bu olumsuz etki başarısızlıkların yerini alacak yeni amaçların daha az olması nedeni ile belirgin şekilde artmakta ve pişmanlıkların sıklığı psikolojik uyumlulukta problemler yaratmaktadır. Dolayısıyla, geçmişi değerlendirme sadece yaşlılık dönemine özgü bir süreç değil, etkileri yaşlılık döneminde daha belirgin gözlenebilen bir süreçtir. Buradan yola çıkarak geçmişi kabul etme kavramının kişinin geçmişe yönelik genel değerlendirmeler yapabilecek bilişsel, duyuşsal ve sosyal becerilere sahip olduğu andan itibaren araştırmaya değer bir kavram olduğu ileri sürülebilir.

Geçmişi kabul etme kavramının bilişsel ve duyuşsal süreçlerle gözlenen ilişkileri konunun çok çeşitli bağlamlarda tartışılmaya açık olduğuna işaret etmektedir. Boyacıoğlu ve Sümer (2011) otobiyografik anılar ve bağlanma boyutları arasındaki ilişkiyi incelemişler ve bağlanma kaygısının geçmişi kabul etmeyi, daha özelden olumsuz geçmiş temsillerini anlamlı düzeyde yordadığını saptamışlardır. Yani bireysel farklılıklar, geçmişe yüklenen anlamları, geçmişin kişi tarafından genel olarak nasıl temsil edileceğini etkileyebilmektedir. Aynı çalışmada, geçmişi kabul etmenin, anımsanan otobiyografik anıların olumlu duygusal değeri ve anının hatırlanması sırasında kişi tarafından verilen fiziksel tepkiler gibi kimi otobiyografik bellek özellikleri üzerinde yordayıcı bir etkiye sahip olduğu gözlenmiştir. Sayılan otobiyografik bellek özelliklerinin duyuşsal nitelikte olması nedeni ile geçmişi kabul etmenin tekil anıların geri çağırılması ve yeniden inşasında duygusal bileşenler üzerinde etkili olduğu varsayılabilir.

Geçmişi kabul etme ego bütünlüğü, depresyon, benlik saygısı, bağlanma, otobiyografik bellek gibi çeşitli kavram ve süreçlerle ilişkili bir kavramdır. Ayrıca gelişim, klinik ve sosyal psikoloji gibi psikolojinin çok farklı alt alanlarında zengin bir çalışma konusu olabileceği düşünülmektedir. Bu konuların ulusal psikoloji çalışmalarında irdelenebilmesi için geçmişi kabul etme kavramının ölçümüne yönelik araçlara ihtiyaç bulunmaktadır. Bu çalışmada da geniş bir kullanım olanağı olan GKÖ'nin psikometrik özellikleri iki farklı Türk örnekleminde incelenmiştir.

## 2. ÇALIŞMA-1

### 2.1. Örneklem

Bu çalışmanın örneklemini, Ankara'da üniversiteye hazırlanmakta olan veya farklı üniversitelerde okumakta olan öğrencilerden seçilmiştir. 17 ve 28 yaş arasında 195 kişi araştırmaya katılmıştır. 12 katılımcının demografik özellikleri çalışmanın örneklem kriterlerine uymadığı için bu kişiler araştırma analizlerinden çıkarılmıştır. Sonuç olarak, analizler geriye kalan 183 (94 kadın, 89 erkek) katılımcı üzerinden yürütülmüştür. Yaş ortalaması 21.40'tır (SD = 2.26). Verileri Ankara'da okuyan öğrencilerden toplanan bu çalışmada, katılımcıların 136'sı üniversite öğrencisi (%74.3), 47'si üniversiteye hazırlanan öğrencilerdir (%25.7). Katılımcıların çok az bir kısmı evli (%3.3), çoğunluğu ise bekârdır (%96.7).

### 2.2. Veri Toplama Araçları

**Geçmişi Kabul Etme Ölçeği (GKÖ).** GKÖ kişinin geçmişine dair ne düzeyde olumlu bir temsile sahip olduğunu ölçmektedir. GKÖ'nün 16 maddesi bulunmakta ve *geçmişi kabul etme* üzere

tek bir kavramsal yapıyı ölçmektedir. 7'li likert tipi olan ölçekten alınan puan arttıkça geçmiş kabul etme düzeyi artmaktadır. Toplam-madde korelasyonları GKÖ için .26 ile .69 aralığında gözlenmiştir. GKÖ'nin Cronbach alfa değeri .86'dır (Santor ve Zuroff, 1994).

**Geçmiş Anımsama Ölçeği (GAÖ).** Geçmiş hakkında düşünme ve/ya da düşünmeye istekli olmayı ölçen GAÖ, Santor ve Zuroff (1994) tarafından GAÖ'ni GKÖ'nin ayırt edici geçerliğini ölçme amacı ile geliştirilmiştir. Tek bir faktörü ölçen GAÖ 11 maddeye sahiptir ve 7'li likert tipi ölçüm yapmaktadır. GAÖ'nde alınan yüksek puan geçmiş daha sık anımsamayı gösterir. Madde-toplam korelasyonları GAÖ için .20 ile .54 arasında gözlenmiştir. GAÖ'nin Cronbach alfa değeri .72'dir.

### 2.3. İşlem

**Ölçeklerin Çevirisi.** Ölçekler İngilizce'den Türkçe'ye her iki dili de akıcı şekilde kullanan ve psikolojide ölçme konusunda gerekli deneyime sahip 5 uzman psikolog tarafından çevrilmiştir. Çeviri-geri çeviri işlemi uygulanarak, çeviri ekibinden bağımsız iki kişi Türkçe maddeleri yeniden İngilizceye çevirmiş, bu çeviriler orijinal ölçek maddeleri ile karşılaştırılmıştır. Ayrıca uzman görüşlerine başvurulmuş, çeviri çalışmasından elde edilen ölçek maddeleri yine her iki dili bilen uzmanlarca kontrol edilmiş ve 27 maddelik ölçek uygulamaya hazır hale getirilmiştir. Buna göre, GKÖ 16, GAÖ ise 11 maddeden oluşmuştur. Her iki ölçekten maddeler seçkisiz şekilde sıralanmıştır.

### 2.4. Bulgular

GKÖ'nin uyarılma çalışması için toplanan veriler öncelikle doğruluk ve çoklu istatistik analizlerinin sayıtları bağlamında değerlendirilmiştir ve 7 kişi eksik cevapları ya da aşırı puanları nedeniyle sonraki analizlerden çıkarılmıştır. Santor ve Zuroff (1994) tarafından yürütülen çalışmaya uygun olarak gerekli maddeler ters çevrilerek yeniden kodlanmıştır.

Faktör ve güvenilirlik analizleri öncesinde ölçeğin madde-toplam korelasyonları hesaplanmış, her bir alt ölçek için ayrı ayrı incelenmiştir. Analiz sonuçları GKÖ'nin 11. maddesinin ölçek ile korelasyon katsayısının .20'nin altında olduğunu göstermiştir. Bu nedenle, bu madde sonraki analizlerden çıkarılmıştır. GKÖ'nin diğer maddelerinin madde-toplam katsayılarının .44 ile .72 arasında, GAÖ'nin madde-toplam katsayı aralığının ise .39 ile .70 olduğu gözlenmiştir.

Santor ve Zuroff (1994) tarafından yapılan çalışmada GKÖ'nin ayırt edici geçerliğini test etmek amacıyla GAÖ geliştirilmiş, sonrasında bu ölçekle GKÖ arasındaki korelasyon incelenmiş ve bu ölçeklerin ilişkili olmadıkları gözlenmiştir. Orijinal çalışmadan farklı olarak, Türk üniversite öğrencileri örnekleminde geçmiş kabul etme ile geçmiş anımsama değişkenleri arasında anlamlı bir korelasyon ( $r = .29, p < .001$ ) saptanmıştır. Bunun üzerine GKÖ ve GA maddeleri üzerinde faktör analizi uygulanarak, bu iki yapı arasındaki ilişki incelenmiştir. İki değişken arasındaki anlamlı korelasyona rağmen, faktör analizleri geçmiş kabul etme ile geçmiş anımsamanın birbiri ile ilişkili de olsa farklı iki yapıyı temsil ettiğini doğrulamıştır.

Yapılan Temel Bileşenler Analizi'nde Kaiser Meyer Olkin (KMO) değeri .77 olarak elde edilmiştir. Özdeğeri 1 ve 1'in üstünde olan 7 faktör toplam varyansın %60.48'ini açıklamıştır. Faktör sayısını tespit etmek amacı ile yamaç eğimi grafiği incelenmiş ve 2 ya da 3 faktörün ölçeğin faktör yapısına uygun olduğu gözlenmiştir. Hem 2 faktörlü, hem de 3 faktörlü yapı için ölçek varimaks eksen döndürme yöntemi ile test edilmiştir ve 2 faktörlü analizde maddelerin beklenen boyutlara yüklendiği gözlenmiştir. Dolayısıyla, iki faktörlü dağılımın daha sağlıklı olduğuna karar verilmiştir. İki faktör, toplam varyansın %33.35'ini açıklamıştır. İlk faktör toplam varyansın %20.22'sini, ikinci faktör ise %13.13'ünü açıklamıştır. Maddelerin faktör yükleri .30 ile .69 arasında dağılım göstermiştir. Faktör yapısına dair veriler Tablo 1'de özetlenmiştir. GKÖ ve GAÖ maddelerinin iki boyuta binişen yükler vermemesi ve beklenen boyutlara yüklenmeleri, GKÖ'nin geçerliğini desteklemektedir.

Tablo 1. Geçmişini Kabul Etme ve Geçmişini Anımsama Ölçeklerinin 17-28 Yaş Örneklemini İçin Faktör Yapısı

Ölçek Maddeleri		
Geçmişini Kabul Etme (GKE)		
7	Önceki kimi kişisel yaşantılarımı düşünmek hala çok zor.*	.69
9	Yaşamımla ilgili kabullenmekte zorlandığım şeyler var.*	.68
4	Gerçek anlamda mutlu olmam için geçmişimdeki bazı şeyleri düzeltmem gerekiyor.*	.68
12	Geçmişimde beni korkutan şeyler var.*	.63
5	Her şeyi hesaba kattığımda, geçmişteki tercihlerimle ilgili içim rahat.	.63
3	Bazen hiç yaşama şansı bulamadığım hissine kapılıyorum.*	.61
16	Şimdiye kadar yaptığım şeylerden genellikle tatmin olmuş hissedirim.	.59
1	Geçmişim hakkında düşünmek bana mutluluktan çok acı verir.	.58
6	Hayatta, asla kabullenemeyeceğim hayal kırıklıklarım var.*	.54
13	Geçmişe dönüp baktığımda doyum hissediyorum.	.53
15	Çok uzun zaman önce olmuş şeyler için üzülmem.	.50
2	Geçmişte yaptığım şeylerden bahsederken kendimi rahat hissedirim.	.50
8	Genel olarak baktığımda, yaşamımın geldiği noktadan memnunum.	.48
14	Bazı çocukluk deneyimlerim hakkında halen kızgınlık hissediyorum.*	.38
10	Çok anlamlı bir hayat sürmedim.*	.38
Geçmişini Anımsama (GA)		
3	Geçmişimi anımsamayı seviyorum.	.38
5	Geçmiş deneyimlerim benim için önemli olsa da, onlar hakkında düşünmemeyi tercih ederim.	.71
8	Geçmişimdeki deneyimlerimi pek sık düşünmem.*	.68
9	Geçmişimdeki hem iyi, hem kötü yaşantılarımdan mümkün olduğunca çok şey hatırlamaya çalışırım.	.65
4	Geçmişimin zorlu dönemleriyle uğraşmak yerine onları görmezden gelmeyi tercih ederim.*	.57
10	Geçmişimi ne reddediyorum, ne de kabulleniyorum. Sadece geçmişimi geçmişte bıraktım.*	.54
7	Geçmiş deneyimlerim hakkında sıklıkla düşünürüm.	.50
2	Geçmişimin zorlu dönemlerini görmezden gelirim.*	.49
6	Geçmişim hakkında düşünmeye dair hiç isteğim yok.*	.37
1	Geçmişteki şeylerden çok bugünkü şeylerden bahsetmeyi tercih ederim.*	.31
11	Geçmişimdeki deneyimlerimi sık sık başkalarına anlatırım.	.31
Cronbach Alfa		.85
		.74

\* Bu maddeler analizlerde ters çevrilmiştir.

Ayrıca GKÖ'nin tek başına faktör yapısını incelemek için sadece GKÖ'ne ait maddeler üzerinde yapılan Temel Bileşenler Analizi'nde Kaiser Meyer Olkin (KMO) değeri .84 olarak elde edilmiştir. Özdeğeri 1 ve 1'in üstünde olan 3 faktör toplam varyansın %52.56'sını açıklamıştır. Faktör sayısını tespit etmek amacı ile yamaç eğimi grafiği incelenmiş ve tek ya da 2 faktörün ölçeğin faktör yapısına uygun olduğu gözlenmiştir. İki faktörlü yapı için ölçek varimax eksen döndürme yöntemi ile test edilmiştir ve olumsuz maddelerin ters çevrilmelerine rağmen "Her şeyi hesaba kattığımda, geçmişteki tercihlerimle ilgili içim rahat" maddesi gibi olumlu geçmiş temsili ile ilişkili maddelerin bir faktör altında, "Çok anlamlı bir hayat sürmedim" gibi olumsuz geçmiş temsili ile ilişkili maddelerin ikinci bir faktör altına toplandığı gözlenmiştir. Madde dağılımlarının olumluluk/olumsuzluk bağlamında tutarlı olması nedeni ile Türk örneklemini için iki faktörlü yapının da sağlıklı olduğuna karar verilmiştir. İki faktör, toplam varyansın %44.76'sını açıklamıştır. İlk faktör toplam varyansın %24.91'ini, ikinci

faktör ise %19.85'ini açıklamıştır. Maddelerin faktör yükleri ilk faktörde .45 ile .79, ikinci faktörde .37 ile .82 arasında dağılım göstermiştir. *Olumlu Geçmiş Temsili* alt ölçeği için madde-toplam korelasyonları .51 ile .78 arasında, *Olumsuz Geçmiş Temsili* alt ölçeği için .50 ile .78 arasında gözlenmiştir. GKÖ'nin hem tek faktörlü, hem iki faktörlü yapıda sağlıklı sonuçlar vermesi nedeni ile araştırmacıların amacına göre ölçek her iki şekilde de kullanılabilir görünmektedir.

Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacı ile GKÖ ve GAÖ için Cronbach Alfa değerleri incelenmiş ve GKÖ .85, GAÖ ise .74 olmak üzere yüksek iç tutarlılık değerleri göstermişlerdir. GKÖ'nin iki faktörlü yapısı için yürütülen güvenilirlik analizlerine göre, *Olumlu Geçmiş Temsili* alt ölçeğinin .74, *Olumsuz Geçmiş Temsili* alt ölçeğinin .81 düzeyinde iç tutarlılık gösterdiği saptanmıştır. Sonuç olarak, bu analizler hem GKÖ'nin hem de GAÖ'nin Türk örnekleme için güvenilir olduğunu desteklemiştir.

### 3. ÇALIŞMA-2

#### 3.1. Örneklem

İkinci çalışmanın örnekleme, Ankara Batıkent semtinde ikamet eden 55 yaş ve üstü 78 kişiden (45 kadın, 33 erkek) oluşmaktadır. Yaş ortalaması 61.00'dır ( $SD = 6.68$ ). Katılımcıların 40'ı ilkokul (%51.3), 15'i ortaokul (%19.2), 16'sı lise (%20.5), 6'sı ise üniversite mezunudur (%7.7) ve katılımcılardan birisi ilkokulu yarım bıraktığını beyan etmiştir (%1.3). Katılımcıların 69'u evli (%88.5), 8'i boşanmış veya eşini kaybetmiştir (%10.2), bir katılımcı ise "diğer" seçeneğini işaretlemiştir (%1.3).

#### 3.2. Veri Toplama Araçları

**Geçmiş Kabul Etme Ölçeği.** Geçmiş temsillerinin ne düzeyde olumlu olduğunu ölçen GKÖ, 7'li Likert tipi 16 maddeden oluşmaktadır. İlk çalışmanın bulgularına göre GKÖ hem tek faktör, hem ikili faktör yapısına uygun görünmektedir. Yine Çalışma 1'in bulgularına göre, madde-toplam korelasyonları .44 ile .72 arasında, iç tutarlılık düzeyi ise .85'tir. Belirtilen çalışmada madde-toplam korelasyonu çok düşük olan 11. madde çeviri-geri çeviri yöntemi ile düzeltilerek yeniden ölçeğe eklenmiştir. Bunun dışında bazı ölçek maddelerinde anlaşılabilirliği artırmak ve ölçeğin Türkçe formunun psikometrik özelliklerini güçlendirmek amacı ile sıklıkla geçen "deneyimler" sözcüğü yerine "yaşantılar" ifadesi kullanılmıştır. 4. maddenin daha açık olması için "geçmişimdeki bazı şeyleri düzeltmem" ifadesine "yerli yerine koymam gerekiyor" ifadesi eklenmiş, 6. madde de "hayatta" sözcüğü anlam farklılığı yarattığı düşünülerek "hayatımda" olarak değiştirilmiştir.

**Geçmiş Anımsama Ölçeği.** Geçmiş anımsama sıklığını ya da isteğini ölçmek amacıyla geliştirilen, 11 maddeye ve tek bir faktöre sahip GAÖ, 7'li likert tipi bir ölçektir. Bu uyarılama araştırmasının ilk çalışmasında, madde-toplam korelasyon kat sayıları .39 ile .70 arasında, iç tutarlılık düzeyi ise .74 olarak elde edilmiştir.

#### 3.3. Bulgular

Güvenirlik analizleri öncesinde GKÖ ve GAÖ'nin madde-toplam korelasyonları incelenmiştir. GKÖ maddelerinin madde-toplam katsayılarının .36 ile .70 arasında, GAÖ maddelerinin katsayı aralığının ise .27 ile .67 olduğu gözlenmiştir. İlk çalışmada düşük madde-toplam korelasyonu gösteren GKÖ'nin 11. maddesinin sağlıklı değerlere kavuştuğu gözlenmiştir. Santor ve Zuroff (1994) tarafından yapılan çalışma ile tutarlı olarak GKÖ ile GAÖ arasında anlamlı bir korelasyon gözlenmemiştir.

GKÖ'nin faktör yapısını incelemek için yapılan Temel Bileşenler Analizi'nde Kaiser Meyer Olkin (KMO) değeri .76 olarak elde edilmiştir. Özdeğeri 1 ve 1'in üstünde olan 4 faktör toplam varyansın %59.76'sını açıklamıştır. Faktör sayısını tespit etmek amacı ile yamaç eğimi grafiği değerlendirilmiş ve hem tek faktörün hem iki faktörün ölçeğin faktör yapısına uygun olduğu gözlenmiştir. İki faktörlü yapı için ölçek varimaks eksen döndürme yöntemi ile incelenmiştir ve ilk çalışmanın sonuçlarına benzer olarak, olumlu geçmiş temsili ile ilişkili maddelerin bir faktöre, olumsuz geçmiş temsili ile ilişkili maddelerin diğer faktöre yüklendiği gözlenmiştir. İki faktör, toplam varyansın %45.40'ını

açıklamıştır. İlk faktör toplam varyansın %24.24'ünü, ikinci faktör ise %19.16'sını açıklamıştır. Maddelerin faktör yükleri ilk faktörde .40 ile .78, ikinci faktörde .50 ile .81 arasında dağılım göstermiştir. Olumlu Geçmiş Temsili alt ölçeği için madde-toplam korelasyonları .54 ile .77 arasında, Olumsuz Geçmiş Temsili alt ölçeği için .43 ile .78 arasında gözlenmiştir. Sonuçlar Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Geçmiş Kabul Etme Ölçeği'nin 55 Yaş ve Üstü Örnekleme için Faktör Yapısı

Ölçek Maddeleri		Faktör Yükleri	
<b><i>Olumsuz Geçmiş Temsili</i></b>		1	2
9	Yaşamımla ilgili kabullenmekte zorlandığım şeyler var.	.78	
7	Önceki kimi kişisel yaşantılarımı düşünmek hala çok zor.	.71	
4	Gerçek anlamda mutlu olmam için geçmişimdeki bazı şeyleri düzeltmem, yerli yerine koymam gerekiyor.	.69	
1	Geçmişim hakkında düşünmek bana mutluluktan çok acı verir.	.65	
6	Hayatımda, asla kabullenemeyeceğim hayal kırıklıklarım var.	.65	
14	Bazı çocukluk yaşantılarım hakkında halen kızgınlık hissediyorum.	.62	
12	Geçmişimde beni korkutan şeyler var.	.60	
3	Bazen hayatımı hiç yaşama şansı bulamadığım hissine kapılıyorum.	.54	
10	Çok anlamlı bir hayat sürmedim.	.40	
<b><i>Olumlu Geçmiş Temsili</i></b>			
5	Her şeyi hesaba kattığımda, geçmişteki tercihlerimle ilgili içim rahat.		.81
8	Genel olarak baktığımda, yaşamımın geldiği noktadan memnunum.		.77
16	Şimdiye kadar yaptığım şeylerden genellikle tatmin olmuş hissedirim.		.72
13	Geçmişe dönüp baktığımda doyum hissediyorum.	.41	.64
11	Yapmış olduğum şeylere bir tatmin duygusuyla geri dönüp bakarım.		.59
15	Çok uzun zaman önce olmuş şeyler için üzülmem.		.50
2	Geçmişte yaptığım şeylerden bahsederken kendimi rahat hissedirim.		.50
Cronbach Alfa		.82	.79

*Not:* Bu tabloda sıralanan maddeler Çalışma 1'in sonuçlarına uygun olarak düzeltildiğinden, gelecek araştırmalarda ölçek maddelerinin bu halinin kullanılması gerekmektedir.

Ölçeklerin güvenilirliklerini test etmek amacı ile GKÖ ve GAÖ için Cronbach Alfa değerleri incelenmiş ve GKÖ .84, GAÖ ise .69 düzeyinde iç tutarlılık göstermişlerdir. GKÖ'nin iki faktörlü kullanımı için yapılan güvenilirlik analizlerine göre, Olumlu Geçmiş Temsili .79, Olumsuz Geçmiş Temsili .82 düzeyinde iç tutarlılık göstermişlerdir. Sonuçlar GKÖ'nin geç yetişkinlerden oluşan Türk örnekleme için de güvenilir olduğunu göstermiştir.

#### 4. TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı Santor ve Zuroff (1994) tarafından geliştirilen GKÖ'nin Türkçe'ye uyarlamasını yapmak, ölçeğin Türk örnekleme için psikometrik özelliklerini değerlendirmektir. Bu amaçla, yaşları 17 ile 28 arasında olan kişiler ve 55 ve üstü yetişkinler olmak üzere farklı yaş gruplarıyla iki ayrı çalışma yapılmış ve ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği test edilmiştir. Yapılan her iki çalışma da GKÖ'nin Türk örnekleme için sağlıklı psikometrik özelliklere sahip olduğuna işaret etmektedir.

Santor ve Zuroff'un (1994) özgün çalışmasında GKÖ'nin ayırt edici geçerliği GAÖ ile ilişkisi bağlamında test edilmiştir. Yürüttüğümüz iki çalışmada da bu ilişki kontrol edilerek, geçerlik açısından değerlendirilmiştir. İlk çalışmada, özgün çalışmadan farklı olarak geçmişi kabul etme ile geçmişi anımsama arasında anlamlı bir korelasyon gözlenmesine karşın, yapılan faktör analizi bu iki kavramsal yapının farklılığına ilişkin destekleyici bulgular ortaya koymuştur. 55 yaş ve üstü yetişkinlerle yapılan ikinci çalışma, özgün çalışma ile paralel olarak geçmişi kabul etme ile geçmişi anımsama arasında anlamlı bir ilişki olmadığını göstermiştir. İki farklı yaş grubunda geçmişi kabul etme ile geçmişi anımsama arasındaki ilişkinin bu farklılık gelişimsel açıdan açıklanabilir

görülmektedir. Erikson'a (1963) göre, her gelişen dönem kendisinden sonra gelen döneme zemin hazırlamaktadır. Belki de gençler, önceki gelişim döneminin çatışmasını çözebildiklerinde, geçmişini anımsarken kaygı gibi olumsuz duygular yaşamamakta ve geçmiş yaşantılarını daha sık anımsama eğilimi göstermektedirler. Yeni araştırmaları gerektirmekle birlikte, geçmiş çatışmaları çözümlenmiş ve geçmişlerini olduğu gibi kabul edip içselleştiren genç bireylerin geçmişlerini daha sık anımsadıkları ya da buna istekli oldukları varsayılabilir. Yaşlı örnekleme geçmişini kabul etme ile geçmişini anımsama arasında anlamlı bir korelasyonun gözlenmemesi ise, bu yaş grubunun içinde bulunduğu ego bütünlüğüne karşı ego ümitsizliği döneminin zaten geçmişini anımsama, geçmiş üzerinde düşünme ile karakterize edilmesi ile açıklanabilir. Yani geçmişini kabul etme düzeyinden bağımsız olarak geçmişini anımsama bu gelişim dönemine ait bir özelliktir. İki farklı yaş grubunda farklı sonuçların bulgulanması, geçmişini kabul etme ile geçmişini anımsama arasında doğrusal olmayan bir ilişki olabileceğini düşündürmektedir. Hatta her iki değişkeni de yüksek derecede yordayan içinde bulunan gelişimsel dönem, bağlanma stili, kişilik özellikleri, stresle başa çıkma stilleri gibi başka değişkenler söz konusu olabilir.

Santor ve Zuroff (1994) GKÖ için toplam-madde korelasyonlarını .26 ile .69 arasında, GAÖ için .20 ile .54 arasında gözlemiştir. Bu çalışmada ise toplam madde korelasyonları orijinal çalışmadaki değerlerden daha yüksek olarak, genç örnekleme GKÖ için .44 ile .72, GAÖ için .39 ile .70; yaşlı örnekleme GKÖ için .36 ile .70, GAÖ için .27 ile .67 arasında bulunmuştur. GKÖ'nin iki faktörlü yapısı için yapılan analizlere göre, ilk çalışmada Olumlu Geçmiş Temsili alt ölçeği için madde-toplam korelasyonları .51 ile .78 arasında, Olumsuz Geçmiş Temsili alt ölçeği için .50 ile .78 arasında, yaşlı örnekleme üzerinde yapılan çalışmada ise Olumlu Geçmiş Temsili alt ölçeği için madde-toplam korelasyonları .54 ile .77 arasında, Olumsuz Geçmiş Temsili alt ölçeği için .43 ile .78 arasında gözlenmiştir.

Güvenirlilik çalışmalarına bakıldığında, ilk çalışmanın bulgularına göre GKÖ Cronbach alfa katsayısı ile belirlenen iç tutarlılık güvenirliliği .85, GAÖ'nin ise .74'tür; ikinci çalışmanın bulgularına göre GKÖ Cronbach alfa katsayısı ile belirlenen iç tutarlılık güvenirliliği .84, GAÖ'nin ise .69'tur. Bu çalışmalarda saptanan güvenirlilik değerleri Santor ve Zuroff'un (1994) çalışması ile uyumludur. Özgün çalışmada test-tekrar testi yapılmaması nedeni ile uyarılma çalışmasında da ölçeğin bu özelliği test edilmemiştir. GKÖ'nin iki faktörlü yapısı için yürütülen güvenirlilik analizleri de, ilk çalışmada Olumlu Geçmiş Temsili'nin .74, Olumsuz Geçmiş Temsili'nin .81 düzeyinde, ikinci çalışmada Olumlu Geçmiş Temsili'nin .79, Olumsuz Geçmiş Temsili'nin .82 düzeyinde iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermiştir. GKÖ'nün hem tek faktörlü, hem iki faktörlü formu yüksek güvenirlilik değerlerine sahiptir. Dolayısıyla, araştırma sorusunun niteliğine uygun olarak GKÖ tek veya iki boyutlu şekilde incelenmeye açık bir ölçektir.

Bu çalışmanın önemli bir katkısı özgün çalışmadan farklı olarak ölçeğin psikometrik özelliklerinin yaşlılar dışında, üniversite örnekleme için de test edilmesidir. Santor ve Zuroff (1994) geçmişini kabul etmenin, yaşlılarda benlik değeri ya da özgüven açısından belirleyici olduğunu düşünerek, ego bütünlüğü ile de ilişkili olabileceğini varsaymışlar ve ölçeğin değerlerini sadece geç yaşlardaki katılımcılar üzerinden incelemişlerdir. Araştırmacılar, geçmişini kabul etme kavramını ego bütünlüğünün bir tanımı olarak tarif etmemişlerse de ego bütünlüğünün tanımlanmasında işlevsel olabileceğini öne sürmüşlerdir. Ancak, geçmişini kabul etmenin bağlanma, benlik saygısı, yaşam öyküleri, otobiyografik bellek gibi başka değişkenlerle ilişkisi göz önüne alındığında, kavramın daha geniş bir alanda incelenmesi faydalı görünmektedir. Özellikle geçmişe yönelik değerlendirmelere odaklanan ve farklı yaş gruplarını içeren klinik çalışmalar bu anlamda dikkat çekicidir. Kişinin geçmiş temsilleri, klinik psikolojide terapi yöntemlerine dair tartışmalarda geniş yer bulmakta, farklı yaş gruplarında çalışmalar yapılmaktadır. Bireyin yaşamını anlamlı bulup bulmadığı ve genel olarak nasıl değerlendirdiği sağlık ve psikolojik iyi olma durumu açısından önemli bir belirleyendir (Wong ve Fry, 1998). Bu noktada Santor ve Zuroff (1994) tarafından saptanan geçmiş temsillerinin süre giden depresyon üzerindeki yordayıcı etkisi oldukça anlaşılırdır. Örneğin, Hope (1987) bağışlayıcılığın psikolojik iyileşme sürecindeki rolünü incelediği vaka çalışmasında, kişinin geçmişini ele alış biçiminin, kendisi ya da önemli bir başkasının eylemlerine ilişkin değerlendirmelerinin kişinin



olumsuz benlik tutumlarını şekillendirebildiğini ortaya koymuştur. Davidhizar ve Lonser (2002) kendinden kuşku duyma konusunda bir araştırma yürütmüşler, geçmiş deneyimlerin yorumlanış biçiminin benlik saygısını etkilediğini saptamışlardır. Klinik psikoloji alanında son yıllarda oldukça incelenen bir konu olan “travma sonrası büyüme”, yaşam öyküsünün nasıl değerlendirildiğiyle ve geçmişin genel olarak kişi tarafından nasıl algılandığı ile yakından ilişkilidir (Örn. Courtois, 2004; Howard ve Glenn, 2009; Wong, 2006). Ancak geçmişi kabul etmenin bireysel farklılıklar açısından yeni çalışmalarla incelenmesine ihtiyaç duyulmaktadır.

Geçmiş temsillerinin ayrıca bellek ve benlik süreçleri ile de ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Boyacıoğlu ve Sümer (2011) geçmişi kabul etme, otobiyografik bellek ve bağlanma boyutları arasındaki ilişkiyi üniversite öğrencileri üzerinde inceleyen araştırmalarında bağlanma kaygısının geçmişi kabul etmeyi anlamlı düzeyde yordadığını saptamıştır. Yine bu çalışmanın ilginç bir bulgusu olarak geçmişi kabul etmenin anımsanan otobiyografik anıların olumlu duygusal içeriği, olumsuz duygusal içeriği, anıyı anımsarken kendi bakış açısı ile mi, yoksa dışarıdan başka bir bakış açısı ile mi görüldüğü (field/observer perspectives) ve anının hatırlanması sırasında verilen fiziksel tepkiler üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkisi olduğu gözlenmiştir. Özetlenen bu bulgular, geçmişi kabul etmenin duyuşsal süreçlerdeki rolünün yeni araştırmalar ile incelenmesi gerektiğini göstermektedir.

Sonuç olarak, GKÖ'nin Türkçe formunun hem yaşlı hem de genç örneklerde geçerlik ve güvenilirliği kabul edilir düzeydedir. Alanyazındaki sınırlı bulgular geçmişi kabul etmenin ego bütünlüğü, kişisel anlamlılık, depresyon, benlik yüklemeleri, otobiyografik anılar, bağlanma stilleri gibi farklı birçok çalışma alanı açısından değerli bir araştırma konusu olduğuna işaret etmektedir. Bu çalışmada Türkçeye uyarlanan GKÖ'nin ulusal psikoloji çalışmalarına da katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Boyacıoğlu, İ. ve Sümer, N. (2011). Bağlanma boyutları, otobiyografik bellek ve geçmişi kabul etme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26, 105-118.
- Burroughs, H., Lovell, K., Morley, M., Baldwin, R., Burns, A. ve Chew-Graham, C. (2006). Justifiable depression: How primary care professionals and patients view late-lifedepression? A qualitative study. *Family Practice*, 23, 369–377.
- Butler, R. N. (1963). The life-review: An interpretation of reminiscence in aged. *Psychiatry*, 26, 65-76.
- Courtois, C. A. (2004). Complex trauma, complex reactions: Assessment and treatment. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 41(4), 412-425.
- Davidhizar, R. E. ve Lonser, G. (2002). When the health care manager is preoccupied with self-doubt. *Health Care Manager*, 21(2), 29-35.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Garro, L. C. (2001). The remembered past in a culturally meaningful life: Remembering as cultural, social and cognitive process. In H. Matthews and C. Moore (Eds), *The psychology of cultural experience*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Haight, B. K. ve Haight, B. S. (2007). *The handbook of structured life review*. Baltimore, MD, US: Health Professions Press.
- Hope, D. (1987). The healing paradox of forgiveness. *Psychotherapy*, 24(2), 240-244.
- Howard ve Glenn (2009). Assessing positive life change: In search of meticulous methods. In C.L Park, S.C. Lechner, M.H. Antoni, A.L. Stanton, (Eds), *Medical illness and positive life change: Can crisis lead to personal transformation?*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Lecci, L., Okun, M. A., & Karoly, P. (1994). Life regrets and current goals as predictors of psychological adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(4), 731-741.

- Murray, J., Banerjee, S., Byng, R., Tylee, A., Bhugra, D. ve Macdonald, A. (2006). Primary care professionals' perceptions of depression in older people: a qualitative study. *Social Science & Medicine*, 63(5), 1363–1373.
- Oladinni, O. (2002). A survey of inner London general practitioners' attitudes towards depression. *Primary Care Psychiatry*, 8(3), 95–98.
- Santor, D. A. ve Zuroff, D. C. (1994). Depressive symptoms: Effects of negative affectivity and failing to accept the past. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 294-312.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. ve Webster, J. D. (2010). Reminiscence and mental health: A review of recent progress in theory, research and interventions. *Aging & Society*, 30(4), 697-721.
- Wong, Y. J. (2006). Strength-centered therapy: A social constructionist, virtues-based psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 43(2), 133-146.
- Wong, P. T. P., ve Fry, P. S. (1998). Introduction. In P. T. P. Wong, & P. S. Fry (Eds), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*. Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.