

ARAŞTIRMA RESEARCH

## Anlatsal Anlam Oluşturma ve Psikolojik Durum İlişkisi Association between Narrative Meaning Making and Psychological State

Filiz Sayar<sup>1</sup> 

### Öz

Bu çalışmada, yaşamda dönüm noktası yaratan geçmiş olaylar ile dönüm noktası yaratabilecek kurgusal olayların anlatsal anlam oluşturma tarzı, psikolojik durum ve cinsiyet bağlamında incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 18-35 yaş arası lisans öğrencisi/ mezunu, klinik olmayan 81 gönüllü oluşturmaktadır. Çalışmada, katılımcılardan ikisi geçmişe, ikisi geleceğe dair toplam dört otobiyografik anı yazmaları istenmiş, psikolojik durumu ölçmek için ise katılımcılara Beck Anksiyete Envanteri (BAE), Beck Depresyon Envanteri (BDE), Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ), Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ), İdeal ve Gerçek Benlik Kavramı Ölçeği (İGBKÖ) uygulanmıştır. İstatistiki analizler sonucunda, olumlu anılarda tematik tutarlılığın kadınlarda BAE puanlarıyla; erkeklerde PIOÖ, PDÖ ve SKÖ ile; olgusal detaylandırmanın ise kadınlarda PDÖ ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Olumsuz anılarda yorumlayıcı detaylandırma erkeklerde İGBKÖgerçek puanlarını, eylemlilik ise PIOÖ ve SKÖ puanlarını anlamlı olarak yordamıştır. Olumlu kurgusal anlatılarda yorumlayıcı detaylandırmanın kadınlarda BAE ve BDE ile; erkeklerde BDE ile; olumsuz anılarda ise destek aramanın kadınlarda BAE ile, erkeklerde BDE ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, anlam oluşturma süreci ile psikolojik durum arasındaki ilişkilerin oldukça spesifik ve karmaşık bir mekanizmaya sahip olduğu, tematik tutarlılığın psikolojik esenlik ve kendilik kavramının güçlü bir yordayıcısı olduğu gözlenmiştir. Kadınlarda olgusal detaylandırmanın psikolojik dayanıklılıkla, olumsuz anılarda ise kendilik bağlantılarının sosyal karşılaştırma düzeyiyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Kadınlar daha çok olumsuz, erkekler ise daha çok olumlu anı anlatmayı tercih etmiş, motivasyonel temalar erkeklerin anlatılarında öne çıkmıştır.

**Anahtar sözcükler:** Anlam oluşturma, anlatsal kimlik, kendilik, psikolojik iyi oluş, cinsiyet

### Abstract

The aim of this study was to examine the past events that create a turning point in life and fictional events that can create a turning point in the context of narrative meaning-making style, psychological state and gender. The sample of the study consists of 81 non-clinical volunteers between the ages of 18-35, undergraduate students/graduates. In the study, the participants were asked to write a total of four autobiographical memories, two of which were about the past and two about the future. To measure the psychological state, Beck Anxiety Inventory (BAI), Beck Depression Inventory (BDI), Adult Psychological Resilience Scale (PRS), Psychological Wellbeing Scale (PWS), Social Comparison Scale (SCS), Ideal and Real Self-Concept Scale (IRSCS) were applied. As a result of the statistical analysis, thematic coherence in positive memories was found to be associated with scores of BAI in women; with PWS, PRS, and SCS in men and factual elaboration was found to be associated with PRS in women. Interpretative elaboration in negative memories predicted the scores of IRSCS, agency PWS and SCS scores in males. Interpretive elaboration in positive fictional narratives in women with BAI and BDI; with BDI in men; seeking support in negative memories was observed to be associated with BAI in women and BDI in men. In conclusion, the relationships between the meaning-making process and the psychological state have a very specific and complex mechanism, and thematic coherence is a strong predictor of psychological well-being and self-concept. In women, factual elaboration was associated with resilience, and in negative memories, self-connections were associated with the level of social comparison. Women preferred to tell more negative memories, while men preferred more positive memories, and motivational themes came to the fore in men's narratives.

**Keywords:** Meaning making, narrative identity, self, psychological well-being, gender

<sup>1</sup> Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta

✉ Filiz Sayar, Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Isparta, Turkey  
sayar.flz@gmail.com | 0000-0003-4748-1393

Geliş tarihi/Received: 27.05.2021 | Kabul tarihi/Accepted: 15.08.2021 | Çevrimiçi yayım/Published online: 15.12.2021

**YAŞAM** hikayelerimiz kimliğimiz hakkında bilgiler verdiği gibi onun şekillenmesini ve devamını da sağlamaktadır (Habermas ve Bluck 2000, McLean ve ark. 2007, McLean ve ark. 2020). Yaşam hikayesi oluşturabilme becerisi daha fazla sosyal ve bilişsel beceri gerektirdiği için ergenlikte ortaya çıkmakta, ergenlik ve sonrası dönemde kimliğin ifadesinde önemli işlevlerde bulunmaktadır (Habermas ve Bluck 2000). Anlatı kimliği kişiliğin üç seviyesinden biri olarak kabul edilmektedir (McAdams ve Pals 2006). Bu anlamda, otobiyografik anlatı (autobiographical narrative), geçmiş deneyimlerle kendilik arasında kurulan anlamlı bağlantılarla deneyimleri organize eden, kimlik bütünlüğüne katkı sağlayan bilişsel bir ürün olarak tanımlanabilir.

Anlatsal anlam oluşturma (narrative meaning making) ise, kişinin kendini, dünyayı ve diğer insanları anlama sürecinde yaşam deneyimlerini nasıl kullandığına ve ne şekilde aktardığına gönderme yapan bilişsel bir süreçtir. Kişilik, kimlik ve kendilik kavramlarının kavşağında, sosyo-kültürel bağlamlarda değişen ve gelişen bir yapıya sahip bir süreç olarak anlatsal anlam oluşturma son yıllarda bilişsel psikolojinin öne çıkan konularından biri olmuştur. Park'a (2010) göre, yaşam hikayelerinden anlam oluşturma, anlam oluşturma teşebbüslerinin olumlu bir sonucudur.

Habermas ve arkadaşları (2013), anlam arayışını tespit etmede iki göstergenin kullanılmasını önermektedirler. Bunlardan biri yaşanmış olayları yorumlama, diğeri ise bu olayları hayat hikayesiyle bütünleştirme derecesidir. Yaşlılıkla birlikte yaşanan olayların epizodik özelliklerini hatırlamada gerileme gözlenirken, anlam arayışındaki artışın (yorumlama ve bütünleştirme) orta yetişkinliğe kadar devam ettiği görülmektedir. Bu anlamıyla yaşam deneyimlerinden anlam oluşturma derin gelişimsel bir süreç olduğunu söyleyebiliriz (Fivush ve ark. 2017).

Adler ve arkadaşları (2015) anlatsal anlam oluşturma öğelerini genel olarak dört temel kategori başlığı altında toplamışlardır. Bunlar, yapısal özellikler (tutarlılık vs.), güdüler (eylemlilik, komünyon vs.), duygusal değer (olumlu, olumsuz vs.) ve otobiyografik muhakeme benzeri anlam oluşturmadır (kendilik bağlantıları vs.). Fivush ve arkadaşları da (2017) benzer bir sınıflama yaparak anlatı göstergelerini daha geniş bir çerçevede açıklamışlardır. Sınıflama başlıkları şu şekildedir: Tutarlılık, sübjektif perspektif, bütünleştirici anlam ve motivasyonel temalar. Daha sistematik ve kapsamlı açıkladıkları düşünüldüğünden burada Fivush ve arkadaşlarının (2017) sınıflamasına yer verilecektir.

Tutarlılık (coherence), anlatının yapısal içeriğini temsil eden, uyumlu bir yapıya sahip olmasını işaret eden anlatı unsurlarından biridir. Kronolojik, bağlamsal ve tematik olmak üzere üç tür tutarlıktan bahsedebiliriz. Kronolojik tutarlılık, anlatı içerisindeki eylemlerin kronolojik sırada ifade edilmesine, olayın uygun zamansal bir silsile içinde aktarılmasına gönderme yapan bir kavramdır. Habermas ve Bluck'a (2000) göre zamansal sıralama, yaşam hikayelerindeki tutarlılığın temel biçimini sağlamak açısından oldukça elzem bir özelliktir. Anlatıdaki bağlam tutarlılığı ise, bir olayın geçtiği zamana ve mekâna atıfta bulunurken, tematik tutarlılık anlatı içerisindeki eylemler arasındaki nedensellik bağlantılarını göstermektedir. Aktarılan öyküye bir çözüm öneriliyor veya gelecekteki olaylara, benlik kavramına veya kimlik kavramıyla birlikte diğer otobiyografik deneyimlere bağlantılar içeriyorsa tematik tutarlılıktan bahsedilebilir. Bu konuda yapılan çalışmalarda kimlik gelişiminde kritik bir süreç olarak geçmiş olayları tematik yorumlama farkındalığının ergenliğin ortasında başlayıp yetişkinliğe kadar devam ettiği bildirilmiştir (Habermas ve Bluck 2000).

Fivush ve arkadaşlarına (2017) göre, en azından yetişkinlerde, bir anlatı içindeki tutarlılığın ve düzenin ön koşulunu sübjektif perspektif oluşturmaktadır (Fivush ve ark. 2017). Sübjektif perspektif (subjective perspective), anlatı içerisinde aktarılan duygu, düşünce, inanç gibi sübjektif öğeleri işaret eden içsel dil ifadeleridir. Bütünleştirici anlam (integrative meaning) ise, kişinin yaşadığı olay hakkındaki sübjektif bakış açısının zamanla nasıl değiştiğini göstermektedir. Zor bir yaşam deneyimini açık bir şekilde keşfetmek, üzerinde düşünmek veya işlemek için aktif çaba sarf etmek gerekmektedir. Bu anlamda, yaşanan olayla kendilik arasındaki bağlantılar, olayın yorumlayıcı detaylandırılması anlatı içindeki bütünleştirici unsurları oluşturmaktadır. Pasupathi ve Wainryb'e (2010) göre, olgusal detaylandırma yaşanan olayla ilgili gözlenebilir bilgileri içerirken, yorumlayıcı detaylandırma ise kişinin yaşadığı olayla ilgili tüm duygusal, fikirselle ve inançsal bilgileri içermektedir.

Önemli yaşam deneyimleriyle başarılı bir şekilde baş edebilme, deneyimlerin otobiyografik muhakemesiyle birlikte yaşam hikayesine entegrasyonunu gerektirmektedir (Habermas ve Bluck 2000). Bu nedenle, kendilik bağlantıları geçmiş ile kendilik arasında bağlantıların kurulmasına aracılık ederek kişisel süreklilik hissinin sürdürülmesine katkı sağlamaktadır (Pasupathi ve ark. 2007). Değişime yönelik bağlantılar, aktarılan olayın kişinin kendiliğinde yarattığı değişime gönderme yapmaktadır. Örneğin, "Bu olaydan sonra daha neşeli bir insan oldum." gibi. Kişinin başından geçmiş bir olayı anlatırken kendiliği hakkında vurguladığı sabit ve güncel özellikleri ise durağanlığa yönelik bağlantılardır. Örneğin, "Bu olay neşeli ve hoşgörülü bir insan olduğumu göstermiş oldu." gibi

Anlatıdaki motivasyonel temalar (motivational themes) bireyin, yaşama karşı bireysel yaklaşımlarını destekleyen, farklı olaylarda hedeflerinin ve değerlerinin tutarlılığı yoluyla kimlik sürekliliği sağlayan, duygu ortaklığı ve aracılık gibi kapsayıcı motivasyonel yönelimlerini göstermektedir. Motivasyonel temalardan eylemlilik (agency) bireyleşme, kendiliği genişletme gibi hedeflerle kendi kendine hâkim olma, güçlenme, başarı veya statü elde etme gibi kavramları işaret etmektedir. Diğer yandan, komünyon (communion) teması ise, diğer insanlarla iletişim içinde kendiliği daha büyük sosyal birimlere entegre etme gibi sosyal birlik gelişimiyle ilgili olarak iş birliği, yardımseverlik gibi anlamlı hedeflere ulaşmada aktif çabanın ifadesini oluşturmaktadır. Abele ve Wojciszke'ye (2007) göre, eylemlilik temel olarak kendiliğin hedeflerinin peşinde olma motivasyonuna vurgu yaparken, komünyon başkalarını düşünmekle ilişkilidir. Anlatı içindeki diğer bir motivasyonel gösterge olan destek arama (supportseeking) teması ise başka insanlardan yardım talep etme isteğine gönderme yapmaktadır.

Anlatısal anlam oluşturma şekli bireylerin olumsuz deneyimlerle baş etmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Huang ve ark. 2021). Alanyazında, tutarlı, ayrıntılı anlatı tarzı olan kişilerin daha verimli anlam oluşturma sürecinden geçerek daha az uyumsuz davranış gösterdikleri (depresyon, anksiyete, travma gibi) ve daha uyumlu süreçlere (psikolojik iyi olma hali, yaşam amacı gibi) sahip oldukları kabul edilmektedir (Fivush ve Baker-Ward 2005, McLean ve Pasupathi 2010, Greenhoot ve McLean 2013, Adler ve ark. 2015). Anlatısal anlam oluşturmada neyin hatırlandığından daha çok, olayların nasıl anlatıldığına odaklanılmaktadır. Bu bağlamda, anlatılarda özellikle travmatik ve olumsuz sonuçları olan olaylar karşısında duygu ve düşüncelerin açıkça ifade edilmesinin kişilerde duygusal bir düzenleme yarattığı ve bu düzenlemenin psikolojik iyi oluş üzerinde etkili olduğu ileri sürülmektedir (Frattaroli, 2006).

Anlatılar kendiliğe olumlu ve olumsuz birçok yönden katkıda bulunmaktadır ve bu anlamda, yaşam olayları bireylerin anlatı sürecine girmeleri için fırsatlar sağlamaktadır (Merrill ve ark. 2016). Özellikle, yaşamda dönüm noktası yaratan olaylar ve bu olaylardan çıkarılan anlamlar değişimi işaret etmektedir. Bruner'e (1994) göre, yaşamdaki dönüm noktaları kendiliği geliştirici işlevlere sahiptir. Bununla birlikte, geçmişte yaşanılanlar kadar geleceği hayal etmenin de kişiyi hayattaki kriz ve değişimler karşısında psikolojik olarak dayanıklı kıldığı belirtilmiştir (Sools ve Mooren 2012). Ancak, hayal kurma, anlam oluşturma ve psikolojik iyi oluş ilişkisine odaklanan çalışmalara bakıldığında geleceğe dair projeksiyonların ihmal edildiği gözlenmektedir (Sools ve ark. 2015). Bu nedenle mevcut çalışmada geçmiş deneyimler gibi geleceğe yönelik kurgusal olaylara da yer verilmiş ve anlam oluşturma sürecinde kurgusal olayların kodlanmasında geçmiş olaylar için kullanılan anlatı kriterleri kullanılmıştır.

Bu bağlamda, mevcut çalışmada ilk yetişkinlik dönemindeki genç bireylerin geçmişe ve geleceğe dair dönüm noktası yaratan otobiyografik deneyimlerinden anlam oluşturma tarzları ile psikolojik durumları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Anlatılar, anlam oluşturma yapısı, motivasyonel ve bütünlendirici anlam göstergeleri açısından ele alınmış, her anlatı göstergesinin anlam oluşturma sürecinde psikolojik durumla (psikolojik sıkıntı, psikolojik iyi oluş ve kendilik algısı gibi) olan spesifik ve bireysel ilişkileri analiz edilmiştir. Anlatıların kodlanmasında kullanılan kodlama şeması bu konuda daha önce yapılmış araştırmalara dayanarak oluşturulmuştur. Buna göre katılımcıların anlatıları, yapısal temalar: tematik tutarlılık, kronolojik tutarlılık, bağlam tutarlılığı ve olgusal detaylandırma (Pasupathi ve Wainryb 2010, Reese ve ark. 2011); motivasyonel temalar: eylemlilik, komünyon, destek arama, (Bakan 1966, Abele ve Wojciszke 2007); bütünlendirici anlam: olumlu ve olumsuz kendilik bağlantıları, yorumlayıcı detaylandırma (Pasupathi and Wainryb 2010, Habermas ve Köber 2015, Graci ve Fivush 2017) anlatı göstergeleri açısından analiz edilmiştir.

## Yöntem

### Örnekleme

Araştırmanın örneklemini, lisans eğitimi alan ilk yetişkinlik dönemindeki klinik olmayan genç bireyler oluşturmaktadır. Araştırmaya 18-35 yaş arası toplam 81 gönüllü katılmıştır. Nörolojik veya psikolojik bir rahatsızlığı olduğunu bildiren ve ilaç kullanan katılımcılar araştırmaya dahil edilmemiştir. Toplam 93 katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcılardan 1'nin nörolojik rahatsızlığı olduğu, 2'sinin uç değerlere sahip olduğu için verileri araştırmadan çıkarılmış, 9 katılımcı da araştırmayı tamamlamadığı için araştırma dışı kalmıştır. Katılımcıların demografik özellikleri ve klinik ölçek/envanterlerden aldıkları puanlara ait bilgiler Tablo 1'de gösterilmiştir.

### Ölçekler

Araştırmada, katılımcıların psikolojik sıkıntıları depresyon ve anksiyete düzeyleri göz önüne alınarak değerlendirilmiştir.

### Beck Depresyon Envanteri (BDE)

Depresyon düzeyinin tespitinde Beck ve arkadaşları (1961) tarafından depresif durumların duygusal, bilişsel ve motivasyonel belirtilerini ölçmek için geliştirilen Beck

Depresyon Envanteri (BDE) kullanılmıştır. Envanter yirmi bir maddeden oluşan, 0-4 arası puanlanan Likert tipi bir ölçme aracıdır. Alınabilecek en yüksek puan 63'tür. Envanterin Türk kültüründeki geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Hisli (1988) tarafından yapılmış ve Cronbach alfa katsayısı .78 olarak bulunmuştur. Üniversite öğrencileriyle yapılan geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında ise Cronbach alfa .80 olarak hesaplanmıştır (Hisli 1989).

**Tablo 1. Katılımcıların demografik bilgileri ve klinik ölçek puanlarının karşılaştırılması**

Değişken	Sayı	Yüzde (%)		
Cinsiyet	Kadın	59	72,8	
	Erkek	22	27,2	
Medeni Durum	Bekar	69	85,2	
	Evli	12	14,8	
Çalışma Durumu	Öğrenci	42	51,9	
	Çalışıyor	34	42	
	Çalışmıyor	5	6,2	
	Kadın	Erkek	t	p
	Ortalama ± SS	Ortalama ± SS		
Yaş	23,56 ± 4,18	23,46 ± 3,53	-0,714	0,479
Eğitim Yılı	13,78 ± 1,43	14,00 ± 1,15	0,113	0,911
BAE	14,90 ± 12,97	11,55 ± 11,89	1,101	0,277
BDE	12,46 ± 9,25	11,55 ± 10,32	0,364	0,718
PİÖÖ	42,95 ± 8,58	43,14 ± 7,75	-0,094	0,926
SKÖ	83,12 ± 13,98	81,41 ± 14,09	0,487	0,629
PDÖ	124,95 ± 19,11	125,32 ± 18,52	-0,079	0,937
İGBKÖ <sub>gerçek</sub>	104,56 ± 35,31	103,82 ± 26,88	0,101	0,920
İGBKÖ <sub>ideal</sub>	99,36 ± 19,83	92,60 ± 21,96	1,265	0,214

BDE: Beck Depresyon Envanteri; BAE: Beck Anksiyete Envanteri; PİÖÖ: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği; PDÖ: Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği; İGBKÖ: İdeal ve Gerçek Benlik Kavramı Ölçeği; SKÖ: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği

## Beck Anksiyete Envanteri (BAE)

Katılımcıların anksiyete düzeyi Beck Anksiyete Envanteri (BAE) ile ölçülmüştür. Beck ve arkadaşları (1988) tarafından, bireyin anksiyete belirtilerinin sıklığını değerlendirmek için geliştirilmiş, yirmi bir maddeden oluşan ve 0-3 arası puanlanan Likert tipi envanterde alınan puanın yüksekliği kişinin yaşadığı kaygı seviyesini göstermektedir. Türk kültüründeki geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından yapılarak envanterin Cronbach alfa iç tutarlılık değeri .93 olarak tespit edilmiştir.

Psikolojik esenliği değerlendirmek için katılımcılara Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ) ve Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ) uygulanmıştır.

## Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİÖÖ)

PİÖÖ, Diener ve arkadaşları (2010) tarafından bireylerde psikolojik iyi oluşu ölçmek amacıyla geliştirilen, Telef (2013) tarafından Türk kültürüne uyarlama çalışmaları yapılmış bir ölçektir. 1-7 arası puanlanan Likert tipi ve 8 maddeden oluşan tek faktörlü bu ölçekte puanlar 8 ile 56 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .80, test- tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .86 ( $p < .01$ ) olarak belirlenmiştir.

## Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ)

PDÖ, yetişkinlerde psikolojik dayanıklılığı değerlendirmek amacıyla Friborg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. Yapısal stil, gelecek algısı, kendilik algısı, aile uyumu, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar olmak üzere altı alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 165'tir. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Basım ve Çetin (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa değeri hem öğrenci hem de çalışan örnekleme için .86 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenilirlikleri ise .68 ve .81 arasında değişmektedir.

Katılımcıların kendilik algıları İdeal ve Gerçek Benlik Kavramı Ölçeği (İGBKÖ) ve Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) ile değerlendirilmiştir.

## İdeal ve Gerçek Benlik Kavramı Ölçeği (İGBKÖ)

İGBKÖ, ideal ve gerçek benlik kavramını ölçmek amacıyla Waugh (2001) tarafından geliştirilmiştir. Akademik, sosyal ve benlik sunumu olmak üzere üç alt boyutu olan ölçekte 90 madde bulunmaktadır. 0-4 arası puanlanan Likert tipi ölçekten alınacak en yüksek puan 270'tir. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Kapıkıran (2004) tarafından yapılmıştır. Tüm ölçek ve alt ölçeklerinin Cronbach alfa değerinin .79 ve .95, test-tekrar test güvenilirliğinin ise .71 ve .92 arasında değiştiği belirlenmiştir.

## Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)

Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ), Gilbert ve arkadaşları (1991) tarafından geliştirilen ve kişinin sosyal karşılaştırma bağlamında kendisini çeşitli boyutlarda nasıl algıladığını değerlendirmeyi amaçlayan bir ölçektir. Türk kültüründeki geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Şahin ve arkadaşları (1993) tarafından yapılmıştır. Ölçekte, sunulan 18 sıfat bakımından bireyin kendisini diğer insanlarla kıyaslayarak 1 ile 6 arasında değerlendirmesi beklenmektedir. Puanlar 18 ile 108 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar olumlu kendilik şemasına, düşük puanlar ise olumsuz kendilik şemasını işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır (Savaşır ve Şahin 1997).

## İşlem

Araştırma için Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır (25.09.2020 tarih ve 20/279 sayılı karar). Çalışmaya başlamadan önce, gerekli tüm bilgilendirmeler yapılmış, katılımcılardan yazılı onam formu alınmıştır. Çalışmada, katılımcılardan yaşamlarında dönüm noktası yaratmış ve gelecekte dönüm noktası yaratması muhtemel ikisi geçmişe, ikisi ise geleceğe ait toplam dört otobiyografik anı yazmaları istenmiştir. Anıların yazımından önce katılımcılara otobiyografik anının ne demek olduğu örnekleriyle açıklanmış, katılımcılardan anılarını yazarken genel olayları değil, belli bir zamanda gerçekleşen özgül olayları anlatmaları beklenmiştir. Katılımcılar anılarını Otobiyografik Bellek Değerlendirme Formuna yazmışlardır. Anlatılardaki spontanlığı bozmamak için anıların duygusal değeri (emotional valence) açısından herhangi bir yönlendirme yapılmamıştır. Psikolojik durumu ölçmek için katılımcılara yukarıda açıklanan test ve envanterler verilmiş, anıların yazımı ve ölçeklerin doldurulması için bir hafta süre tanınmıştır. Ayrıca, araştırmanın tüm yönergeleri yazılı olarak verilmiş, herhangi bir durumda araştırmacıya kolayca ulaşabilmeleri için iletişim bilgileri de eklenmiştir. Verilerin toplanma aşaması bittikten

sonra otobiyografik anılar olumlu ve olumsuz duygusal değerlerine göre sınıflanarak incelenmiştir.

## Kodlama

Çalışmada, yazılı anlatıların otobiyografik anlam oluşturma tarzı açısından değerlendirilmesinde Graci ve ark. (2018) ile Reese ve arkadaşlarının (2011) çalışmalarında uyguladıkları kodlama kriterleri kullanılmıştır. Kodlama şemasının özet hali Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2. Anlatı kodlama şeması**

	<b>Anlatı Göstergeleri</b>
	<b>Yapısal Temalar</b>
Tematik Tutarlılık	Anlatıda öyküye bir çözüm getirilmesi kendilik kavramına veya kimlik dahil olmak üzere diğer otobiyografik deneyimlerle bağlantılar içermesi.
Kronolojik Tutarlılık	Aktarılan olayın zamansal olarak belli bir kronolojik sırada olma derecesi.
Bağlam Tutarlılığı	Anlatıda zaman ve mekândan spesifik olarak bahsedilme derecesi.
Olgusal Detaylandırma	Anlatıdaki ne, nerede, ne zaman, neden, nasıl, kim gibi objektif ayrıntı derecesi gibi gözlenebilir, olgusal detaylar.
	<b>Motivasyonel Temalar</b>
Eylemlilik	Anlatıda geçen bireyleşme, güçlenme, başarı, statü, kendine hâkim olma gibi kendiliğin hedeflerine işaret eden ifadeler.
Komünyon	Anlatıda aktarılan sosyal birlik, iş birliği, yardımseverlik ve ilişki gelişimi gibi diğer insanlara yönelik ilgiyi belirten ifadeler.
Destek Arama	Anlatıda diğer insanlardan yardım alınmadığında tehlike karşısında hissedilen duyarlılık ya da insanlardan anlamlı bir şekilde duygusal yardım alma ifadesi
	<b>Bütünleyici Anlam Oluşturma</b>
Kendilik Bağlantısı	Aktarılan olaylar ile kendilik arasında kurulan tüm bağlantılar.
Olumlu Kendilik Bağlantısı	Anlatıda, yaşanmış olaylarla kendilik arasında kurulan olumlu bağlantılar.
Olumsuz Kendilik Bağlantısı	Anlatıda, yaşanmış olaylar ile kendilik arasında kurulan olumsuz bağlantılar.
Yorumlayıcı Detaylandırma	Anlatıda, yaşanan olayla ilgili ifade edilen tüm duygu, düşünce, inanç ve sübjektif çıkarsamalar.

## İstatistiksel analiz

İstatistiksel analizler yapılmadan önce veriler normallik, doğrusallık ve homojenlik varsayımlarına göre analiz edilmiştir. Verilerde uç değerlerin tespiti için yapılan inceleme sonucunda ise iki katılımcının verileri uç değerlere sahip olduğu araştırmadan çıkarılmıştır. Çalışmada, anlatı göstergeleri (tematik tutarlılık, kronolojik tutarlılık, bağlam tutarlılığı, olgusal detaylandırma, eylemlilik, komünyon, destek arama, olumlu kendilik bağlantısı, olumsuz kendilik bağlantısı ve yorumlayıcı detaylandırma) araştırmanın bağımsız değişkenlerini, psikolojik durum faktörleri (anksiyete, depresyon, psikolojik iyi oluş, sosyal karşılaştırma, psikolojik dayanıklılık, ideal ve gerçek kendilik algısı) ise bağımlı değişkenlerini oluşturmaktadır. Anlam oluşturma sürecinde anlatı göstergelerinin psikolojik durumu ne ölçüde yordadığını tespit etmek amacıyla elde edilen puanlara Stepwise Regresyon ve Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır.

## Bulgular

### Yaşanmış olaylar

Regresyon analizi sonuçlarına göre, yaşanmış olumlu anılarda tematik tutarlılık puanları kadın katılımcılarda BAE puanlarındaki varyansın %12'sini ( $R^2 = ,120$ ) [ $F(1,51) = 6,788$ ;  $p < 0,05$ ] açıklamaktadır. Erkeklerde ise PİÖÖ puanlarındaki varyansın %43'ünü ( $R^2 = ,428$ ) [ $F(1,21) = 14,946$ ;  $p < 0,01$ ]; SKÖ puanlarındaki varyansın %35'ini ( $R^2 = ,348$ ) [ $F(1,21) = 10,669$ ;  $p < 0,004$ ]; PDÖ puanlarındaki varyansın ise % 36'sını ( $R^2 = ,359$ ) [ $F(1,21) = 11,218$ ;  $p < 0,01$ ] anlamlı olarak yordadığı görülmektedir. Ayrıca, erkeklerde tematik tutarlılık ve bağlam tutarlılığının ortak puanları PİÖÖ puanlarındaki varyansın %54'ünü ( $R^2 = ,537$ ) [ $F(2,21) = 11,015$ ;  $p < 0,01$ ] açıklamaktadır. Kronolojik tutarlılık puanları erkeklerde BDE puanlarındaki varyansın %23'ünü ( $R^2 = ,234$ ) [ $F(1,21) = 6,101$ ;  $p < 0,05$ ] açıkladığı gözlenmektedir. Olgusal detaylandırma puanları ise kadınlarda PDÖ puanlarındaki varyansın % 13'ünü ( $R^2 = ,133$ ) [ $F(1,51) = 7,676$ ;  $p < 0,01$ ] yordamaktadır. Yaşanmış olumlu anılara ait bulgular Tablo 3'te gösterilmiştir.

**Tablo 3. Yaşanmış olumlu anılara ait anlatı göstergeleri ile psikolojik durum puanları için uygulanan stepwise regresyon analizi sonuçları**

Psikolojik Faktörler	Cinsiyet	Anlatı Göstergeleri	B	ShB	$\beta$	t	p	R	$R^2$
Anksiyete	K	Tematik Tutarlılık	-4,655	1,787	-,346	-2,61	,012 <sup>*</sup>	,346	,120
Depresyon	E	Kronolojik Tutarlılık	-7,188	2,910	-,483	-2,47	,023 <sup>*</sup>	,483	,234
Psikolojik İyi Oluş	E	Tematik Tutarlılık	5,611	1,451	,654	3,87	,001 <sup>**</sup>	,645	,428
		Tematik Tutarlılık	5,956	1,349	,694	4,41	,000 <sup>***</sup>	,733	,537
		Bağlam Tutarlılığı	-3,101	1,465	-,333	-2,12	,048 <sup>*</sup>	,733	,537
Psikolojik Dayanıklılık	K	Olgusal Detaylandırma	7,167	2,587	,365	2,77	,008 <sup>**</sup>	,365	,133
	E	Tematik Tutarlılık	9,722	2,903	,599	3,35	,003 <sup>**</sup>	,599	,359
Sosyal Karşılaştırma	E	Tematik Tutarlılık	7,611	2,330	,590	3,27	,004 <sup>**</sup>	,590	,348

\* $p < 0,05$  \*\* $p < 0,01$  \*\*\* $p < 0,001$ ; C: Cinsiyet

**Tablo 4. Yaşanmış olumsuz anılara ait anlatı göstergeleri ile psikolojik durum puanları için uygulanan stepwise regresyon analizi sonuçları**

Psikolojik Faktör	Cinsiyet	Anlatı Göstergeleri	B	ShB	$\beta$	t	p	R	$R^2$
Psikolojik İyi Oluş	K	Tematik Tutarlılık	3,273	1,353	,288	2,42	,018 <sup>*</sup>	,288	,083
	E	Eylemlilik	3,500	1,525	,466	2,30	,033 <sup>*</sup>	,466	,217
Sosyal Karşılaştırma	E	Eylemlilik	6,650	3,140	,437	2,12	,048 <sup>*</sup>	,437	,191
	K	Kendilik Bağlantısı	7,082	2,883	,291	2,46	,017 <sup>*</sup>	,291	,085
Gerçek Benlik	K	Olgusal Detaylandırma	-10,436	4,594	-,271	-2,27	,026 <sup>*</sup>	,271	,074
		Olgusal Detaylandırma	-19,015	5,031	-,494	-3,78	,000 <sup>***</sup>	,453	,205
	E	Bağlam Tutarlılığı	18,496	5,676	,426	3,26	,002 <sup>**</sup>	,453	,205
İdeal Benlik	K	Yorumlayıcı Detaylandırma	-14,798	6,352	-,471	-2,33	,031 <sup>*</sup>	,471	,222
		Tematik Tutarlılık	7,273	3,042	,284	2,39	,020 <sup>*</sup>	,284	,081

\* $p < 0,05$  \*\* $p < 0,01$  \*\*\* $p < 0,001$

Olumsuz anılarda ise, tematik tutarlılık puanları kadınlarda PİÖÖ puanlarındaki varyansın %8'ini ( $R^2 = ,083$ ) [ $F(1,66) = 5,857$ ;  $p < 0,05$ ] ve İGBKÖ ideal puanlarındaki varyansın da %8'ini ( $R^2 = ,081$ ) [ $F(1,66) = 5,717$ ;  $p < 0,05$ ] açıklamaktadır. Eylemlilik puanları erkeklerde SKÖ puanlarının %19'unu ( $R^2 = ,191$ ) [ $F(1,20) = 4,485$ ;  $p < 0,05$ ]; PİÖÖ puanlarının ise %22'sini ( $R^2 = ,217$ ) [ $F(1,20) = 5,268$ ;  $p < 0,05$ ] açıkladığı



görülmektedir. Kadınlarda kendilik bağlantısı puanları SKÖ puanlarındaki varyansın yaklaşık %9'unu ( $R^2 = ,085$ ) [ $F(1,66) = 6,035$ ;  $p < 0,05$ ] saptanmıştır. Olgusal detaylandırma puanları kadınlarda İGBKÖgerçek puanlarındaki varyansın % 7'sini ( $R^2 = ,074$ ) [ $F(1,66) = 5,160$ ;  $p < 0,05$ ]; olgusal detaylandırma ve bağlamın ortak puanları ise yaklaşık % 21'ini ( $R^2 = ,205$ ) [ $F(2,66) = 8,272$ ;  $p < 0,01$ ] yordamaktadır. Yorumsal detaylandırma puanları ise, erkeklerde İGBKÖgerçek puanlarındaki varyansın % 22'sini ( $R^2 = ,222$ ) [ $F(1,20) = 5,428$ ;  $p < 0,05$ ] açıklamaktadır. Olumsuz anılara ait bulgular Tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 5. Kadın katılımcılarda psikolojik ölçek puanları ile yaşanmış olaylara ait anlatı göstergeleri puanları arasındaki korelasyon katsayıları**

Anlatı Göstergesi	Olumlu Anı							Olumsuz Anı						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Tematik Tutarlılık	-,35*	-,27	,13	,07	,35*	,11	,07	-,21	-,23	,29*	,27*	,18	-,16	,28*
Kronolojik Tutarlılık	-,24	-,20	-,03	-,01	,26	-,07	-,03	-,17	-,01	,19	,06	,18	-,26*	,08
Bağlam Tutarlılığı	-,25	-,11	-,06	,18	,11	,26	-,04	,11	,02	,08	,03	-,01	,17	-,01
Olgusal Detaylandırma	-,22	-,27	,19	,25	,37**	,08	,13	-,24	-,11	,16	,06	,18	-,27*	-,03
Eylemlilik	-,01	,10	,07	,20	,07	-,08	-,02	,11	,06	-,01	,15	-,04	-,10	,15
Komünyon	-,09	-,22	-,03	-,07	-,04	-,07	-,07	-,18	-,16	,08	,12	,08	-,09	,15
Destek Arama	-,20	-,24	,05	-,10	,13	-,13	-,08	,02	-,16	,03	,08	,05	,01	,13
Kendilik Bağlantısı	-,10	,01	,08	-,03	,14	-,20	-,06	-,16	-,18	,23	,29*	,12	-,18	,25*
Olumlu Kendilik Bağlantısı	-,10	,01	,08	-,03	,14	-,20	-,06	-,19	-,24	,23	,18	,02	-,14	,20
Olumsuz Kendilik Bağlantısı	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,02	,07	,02	,20	,16	-,09	,10
Yorumlayıcı Detaylandırma	-,14	-,22	,05	-,07	,10	-,13	-,03	-,13	-,15	,17	,19	,16	-,27*	,18

\* $p < 0,05$  \*\* $p < 0,01$  \*\*\* $p < 0,001$ ; 1=BAE 2=BDE 3=PIOÖ 4=SKÖ 5=PDÖ 6=İGBKÖ<sub>gerçek</sub> 7=İGBKÖ<sub>ideal</sub>

**Tablo 6. Erkek katılımcılarda psikolojik ölçek puanları ile yaşanmış olaylara ait anlatı göstergeleri puanları arasındaki korelasyon katsayıları**

Anlatı Göstergesi	Olumlu Anı							Olumsuz Anı						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Tematik Tutarlılık	-,37	-,38	,65**	,59**	,60**	,42	,28	-,18	-,32	,46*	,31	,18	-,01	,14
Kronolojik Tutarlılık	-,24	-,48*	,50*	,57**	,39	,28	,37	-,26	-,21	,30	,10	,10	-,16	-,04
Bağlam Tutarlılığı	,21	,07	-,25	-,20	-,17	,32	-,05	,39	,19	-,28	-,26	-,23	-,38	-,35
Olgusal Detaylandırma	-,23	-,32	,29	,37	,24	,28	,25	-,15	-,08	-,14	-,08	-,06	-,28	,11
Eylemlilik	,22	-,22	,29	,21	,29	-,25	,17	-,02	-,22	,47*	,44*	,28	,19	,26
Komünyon	-,08	-,11	-,09	-,01	-,17	,16	-,13	-,12	-,11	-,18	-,29	-,28	-,44*	-,12
Destek Arama	-,37	,32	,03	-,10	-,14	,27	-,35	-,07	-,24	,17	,04	,01	-,16	,05
Kendilik Bağlantısı	-,09	-,32	,11	,29	,01	-,34	,02	,03	-,14	,35	,21	,04	-,09	,22
Olumlu Kendilik Bağlantısı	-,09	-,32	,11	,29	,01	-,34	,02	,17	-,08	,36	,29	,20	,11	,34
Olumsuz Kendilik Bağlantısı	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	-,18	-,09	,03	-,09	-,20	-,27	-,13
Yorumlayıcı Detaylandırma	-,37	-,34	,46*	,42*	,32	,20	,27	-,21	-,20	,05	-,16	-,23	-,47*	-,12

\* $p < 0,05$  \*\* $p < 0,01$  \*\*\* $p < 0,001$ ; 1=BAE 2=BDE 3=PIOÖ 4=SKÖ 5=PDÖ 6=İGBKÖ<sub>gerçek</sub> 7=İGBKÖ<sub>ideal</sub>

Psikolojik ölçeklerden elde edilen puanlar ile yaşanmış olaylardan elde edilen anlatı göstergeleri puanları arasındaki Pearson korelasyon katsayı sonuçları Tablo 5 ve Tablo 6'da gösterilmektedir.

## Kurgusal olaylar

Katılımcılara uygulanan psikolojik ölçeklerden elde edilen puanlarla geleceğe dair kurguladıkları olayların kodlanmasıyla elde edilen anlatı göstergeleri puanlarına stepwise reg-

resyon analizi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 7 ve Tablo 8'de gösterilmektedir.

**Tablo 7. Olumlu kurgusal anılara ait anlatı faktörleri ile psikolojik durum puanları için uygulanan stepwise regresyon analizi sonuçları**

Psikolojik Faktörler	Cinsiyet	Anlatı Göstergeleri	B	ShB	$\beta$	t	p	R	R <sup>2</sup>
Anksiyete	K	Yorumlayıcı Detaylandırma	-6,877	2,726	-,307	-2,52	,014*	,307	,094
Depresyon	K	Yorumlayıcı Detaylandırma	-4,509	1,854	-,297	-2,43	,018*	,297	,088
		Yorumlayıcı Detaylandırma	-5,957	1,868	-,393	-3,19	,002**	,419	,176
	E	Komünyon	3,169	1,257	,311	2,52	,014*	,419	,176
		Yorumlayıcı Detaylandırma	-7,750	3,652	-,391	2,12	,044*	,391	,153

\*p<0,05 \*\* p<0,01 \*\*\*p<0,001

**Tablo 8. Olumsuz kurgusal anılara ait anlatı faktörleri ile psikolojik durum puanları için uygulanan stepwise regresyon analizi sonuçları**

Psikolojik Faktörler	Cinsiyet	Anlatı Göstergeleri	B	ShB	$\beta$	t	p	R	R <sup>2</sup>
Anksiyete	K	Tematik Tutarlılık	-5,290	2,247	-,341	-2,36	,023*	,341	,117
		Destek Arama	5,612	2,742	,301	2,05	,047*	,301	,091
Depresyon	E	Destek Arama	-12,412	4,566	-,652	-2,72	,022*	,652	,425
İdeal Benlik	K	Bağlam Tutarlılığı	13,382	5,929	,329	2,26	,029*	,329	,108
Sosyal Karşılaştırma	K	Olgusal Detaylandırma	-13,123	6,460	-,299	-2,03	,049*	,299	,089

\*p<0,05 \*\* p<0,01 \*\*\*p<0,001

Regresyon analizi sonuçlarına göre, kadın katılımcılarda kurgusal olumlu anılarda yorumlayıcı detaylandırma puanları BAE puanlarındaki varyansın yaklaşık %9'unu (R<sup>2</sup>= ,094) [F(1,62)= 6,363; p <0,05] açıklamaktadır. Yorumlayıcı detaylandırma puanları kadınlarda BDE puanlarındaki varyansın yaklaşık %9'unu (R<sup>2</sup>= ,088) anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır [F(1,62)= 5,916; p <0,05]. Yorumlayıcı detaylandırma ve komünyon değişkenlerinin ortak puanları ise, BDE puanlarındaki varyansın yaklaşık %18'ini (R<sup>2</sup>= ,176) [F(2,62)= 6,396; p <0,01] açıklamaktadır. Erkeklerde ise, yorumlayıcı detaylandırma puanları BDE puanlarındaki varyansın yaklaşık %15'ini (R<sup>2</sup>= ,153) anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır [F(1,26)= 4,504; p <0,05].

**Tablo 9. Kadın katılımcılarda psikolojik ölçek puanları ile kurgusal olaylara ait anlatı göstergeleri puanları arasındaki korelasyon katsayıları**

Anlatı Göstergesi	Olumlu Anı							Olumsuz Anı						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Tematik Tutarlılık	-,26*	-,24	,17	,19	,07	,03	,13	-,34*	-,26	-,10	-,20	-,16	-,03	-,30*
Kronolojik Tutarlılık	-,19	-,13	,06	,08	,04	,14	,14	-,19	-,19	,11	-,02	,17	-,04	,20
Bağlam Tutarlılığı	,02	-,02	,00	,14	,08	,02	-,01	,04	,08	-,23	-,03	-,15	-,17	,33*
Olgusal Detaylandırma	-,24	-,21	,15	,17	,13	,08	,04	,01	-,18	-,16	-,30*	,02	,16	-,11
Eylemlilik	-,11	-,08	,10	-,07	-,01	-,05	-,06	-,04	,03	,19	,06	,23	,05	,22
Komünyon	-,04	,19	-,14	-,14	-,19	,03	-,19	-,07	-,06	-,16	-,14	-,17	,08	-,12
Destek Arama	-,08	,00	,01	-,18	-,10	-,19	-,02	,30*	,14	-,15	-,10	-,17	,16	-,27
Kendilik Bağlantısı	,03	,07	,14	,20	,05	,18	,16	-,10	-,10	-,18	-,18	-,18	,07	,08
Olumlu Kendilik Bağlantısı	,03	,07	,14	,20	,05	,18	,16	,01	-,01	-,26	-,21	-,16	,20	,01
Olumsuz Kendilik Bağlantısı	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	-,16	-,15	,07	-,01	-,07	-,15	,11
Yorumlayıcı Detaylandırma	-,31*	-,30*	,18	,18	,13	,08	,15	-,26	-,18	,22	,09	,14	-,07	-,09

\*p<0,05 \*\* p<0,01 \*\*\*p<0,001; 1=BAE 2=BDE 3=PIÖ 4=SKÖ 5=PDÖ 6=İGBKÖ<sub>gerçek</sub> 7=İGBKÖ<sub>ideal</sub>

**Tablo 10. Erkek katılımcılarda psikolojik ölçek puanları ile kurgusal olaylara ait anlatı göstergeleri puanları arasındaki korelasyon katsayıları**

Anlatı Göstergesi	Olumlu Anı							Olumsuz Anı						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Tematik Tutarlılık	-,10	-,16	,16	,09	,20	,37	,01	,50	,26	,26	,14	,34	,19	,08
Kronolojik Tutarlılık	-,02	-,08	,13	-,21	,02	-,15	-,06	,37	,26	,16	,09	,25	,18	-,06
Bağlam Tutarlılığı	,00	-,04	,02	-,17	-,16	-,22	-,21	,03	-,14	,15	,11	,22	-,12	,12
Olgusal Detaylandırma	-,11	-,18	,03	-,27	-,10	-,16	-,09	,56	,24	,43	,38	,51	,35	,15
Eylemlilik	,12	,02	,01	-,05	,05	,28	-,01	-,25	-,50	-,05	,05	,00	-,27	,26
Komünyon	-,26	-,25	,34	,18	,21	,18	,22	-,22	-,23	,06	-,13	-,05	-,28	,02
Destek Arama	-,08	-,13	,16	,15	,04	,01	,28	-,54	-,65*	,07	-,01	,01	-,45	,02
Kendilik Bağlantısı	,01	,03	,03	-,19	-,17	-,09	-,16	-,05	-,22	-,28	,03	-,20	,09	,16
Olumlu Kendilik Bağlantısı	,01	,03	,03	-,19	-,17	-,09	-,16	-,05	-,22	-,28	,03	-,20	,09	,16
Olumsuz Kendilik Bağlantısı	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00	,00
Yorumlayıcı Detaylandırma	-,24	-,39*	,29	,13	,26	,09	,17	-,16	,02	,01	-,17	,01	-,17	-,42

\*p<0,05 \*\*p<0,01 \*\*\*p<0,001; 1=BAE 2=BDE 3=PIÖ 4=SKÖ 5=PDÖ 6=İGBKÖ<sub>gerçek</sub> 7=İGBKÖ<sub>ideal</sub>

Olumsuz anılarda ise, kadınlarda tematik tutarlılık puanları BAE puanlarındaki varyansın yaklaşık %12'sini ( $R^2 = ,117$ ) [ $F(1,43) = 5,544$ ;  $p < 0,05$ ]; destek arama puanları ise varyansın yaklaşık %9'unu ( $R^2 = ,091$ ) [ $F(1,43) = 4,188$ ;  $p < 0,05$ ] açıklamaktadır. Destek arama puanları erkeklerde BDE puanlarındaki varyansın yaklaşık %43'ünü ( $R^2 = ,425$ ) [ $F(1,11) = 7,388$ ;  $p < 0,05$ ] yordamaktadır. Olgusal detaylandırma puanları kadınlarda SKÖ puanlarındaki varyansın yaklaşık %9'unu ( $R^2 = ,089$ ) [ $F(1,43) = 4,127$ ;  $p < 0,05$ ] açıklamaktadır. Kadınlarda bağlam puanları İGBKÖ<sub>ideal</sub> puanlarındaki varyansın yaklaşık %11'ini ( $R^2 = ,108$ ) [ $F(1,43) = 5,095$ ;  $p < 0,05$ ] açıkladığı gözlenmiştir. Kurgulanan olaylardan çıkarılan anlatı göstergeleri puanları ile psikolojik ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki korelasyon sonuçları Tablo 9 ve Tablo 10'da gösterilmektedir.

## Tartışma

Araştırmalarda birbirinden farklı kodlama şemalarının kullanılması ve farklı psikolojik değişkenlere odaklanılması anlatsal anlam oluşturma süreci ile psikolojik faktörler arasındaki ilişkilerin keşfini ve altta yatan psikolojik mekanizmanın anlaşılmasını zorlaştırmaktadır (Graci ve ark. 2018). Bu nedenle, elde edilen sonuçları kıyaslanmanın mümkün olamadığı, psikolojik esenlikte hangi anlatı göstergelerinin daha önemli olduğunun tespit edilemediği bir tablo ortaya çıkmaktadır. Bu konuda bir adım ileri gitmek amacıyla anlatsal anlam oluşturma sürecini altta yatan faktöryel yapı açısından inceleyen bazı çalışmalar bulunmaktadır (Graci ve ark. 2018, McLean ve ark. 2020). Bu araştırmalarda anlam oluşturma ile psikolojik iyi oluş ilişkisi genel olarak dört faktöryel başlıkta toplanmıştır: Bunlar afektif temalar, yapısal unsurlar, motivasyonel temalar ve bütünlleştirici anlamdır. Diğer yandan, anlatı göstergeleri ile psikolojik durum arasındaki spesifik ilişkilerin irdelenerek birçok noktada aydınlatılmasının açıklayıcı modeller geliştirilmesi için gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, mevcut çalışma bu konuda atılacak küçük bir adım olarak, anlatı göstergelerinin genel psikolojik esenlikteki bireysel ağırlığını görmek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Mevcut araştırmanın hipotezlerini şu şekilde sıralayabiliriz: Alanyazında kadınların kişisel anılarını erkeklere kıyasla, daha canlı, ayrıntılı ve daha zengin duygusal bir dille anlattıklarına dair ortak bir kabule (Grysmen ve Hudson 2013) dayanarak özellikle bu

çalışmada anlam oluşturma tarzı açısından önemli cinsiyet farklılıklarının ortaya çıkacağı beklenmiştir. Anlatının yapısal unsurlarının psikolojik durumu öngörmede önemli rol oynayacağı, kadınların erkeklerden daha fazla olumsuz anı içeriği aktararak, motivasyonel temaların kadınların anlatılarında öne çıkacağı öngörülmüştür. Ayrıca, geleceğe dair kurgusal anıların, geçmiş anılar kadar önemli cinsiyet farklılıkları ortaya çıkaracağı da tahmin edilmiştir. Sonuçta, beklentileri destekleyecek şekilde, yapısal unsurlardan tematik tutarlılığın psikolojik esenlik ve kendilik kavramının iyi bir yordayıcısı olduğu, kadınların hem geçmiş hem de gelecekle ilgili olarak daha çok olumsuz, erkeklerin ise daha çok olumlu anılar anlatmayı tercih ettikleri, kendilik bağlantılarının kadınların psikolojik durumunu yordamada etkili bir değişken olduğu görülmüştür. Beklentilerin aksine, motivasyonel temalar kadınların anlatılarından çok erkeklerin anlatılarında öne çıkmıştır; geçmiş olumsuz anılarda güç, bireyselleşme gibi temaların erkeklerde iyi oluş ve sosyal karşılaştırma düzeylerini yordadığı tespit edilmiştir. Bunun yanında, anlam oluşturma sürecinin geleceğe dair beklentilerden daha çok, geçmiş anılara dayandığı sonucuna varılmıştır. Bireylerin geleceğe dair olumlu değerlendirmelerinin düşük kaygı düzeylerini açıkladığı, geleceğe dair olumsuz anlatılarda destek arayışının kadınlarda yüksek anksiyete düzeyini yordarken, erkeklerde ise düşük depresif özelliklerini öngördüğü bulunmuştur. Araştırmada elde edilen diğer ayrıntılı sonuçlar aşağıda açıklanmaktadır.

Çalışmamızda, kadın katılımcıların olumlu anıları incelendiğinde yapısal göstergelerden tematik tutarlılığın düşük anksiyete düzeyini, olumsuz anlardan elde edilen tematik tutarlılık puanlarının ise psikolojik iyi oluş ve ideal benlik puanlarını anlamlı düzeyde açıkladığı gözlenmektedir. Diğer bir deyişle, anlam oluşturma sürecinde kadın katılımcıların aktardıkları anılardaki yüksek tematik tutarlılık psikolojik esenlik, düşük kaygı düzeyi ile birlikte yüksek ideal kendilik kavramlarını öngörebilmektedir. Erkek katılımcılar için de tematik tutarlılığın psikolojik iyi oluşla önemli bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Çalışmada, olumlu anılarda tematik tutarlılığın erkeklerin psikolojik iyi oluş, psikolojik dayanıklılık ve sosyal karşılaştırma puanlarını anlamlı düzeyde açıkladığı bulunmuştur. Yani, anlatısal anlam oluşturma sürecinde hem olumlu hem de olumsuz anlatılar açısından tematik tutarlılık her iki cinsiyette de psikolojik esenliğin güçlü bir yordayıcısı olmuştur. Pals (2006) anlatısal tutarlılık ve olumsuz yaşantılardan çıkarılan olumlu çözümlerin sübjektif iyi oluşun iki temel unsuru olduğunu bildirmektedir. Bu anlamda, anlatının yapısal unsurlarından tematik tutarlılığın bireyin psikolojik durumu hakkında bilgiler veren çatı bir gösterge olduğunu söyleyebiliriz. Mevcut araştırmada, aynı zamanda, olumlu anılarda yapısal unsurlardan kronolojik tutarlılığın da erkek katılımcıların düşük depresyon düzeyleriyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Elde edilen bu bulgulara dayanarak, anlatıdaki tutarlılığın anlam oluşturma sürecinde kritik bir işleve sahip olduğunu belirtmek yanlış olmayacaktır.

Alanyazında, anlatının güçlü yapısal unsurlara sahip olması (tutarlılık gibi) psikolojik iyi oluşla ilişkilendirilmiş olsa da (Baerger ve McAdams 1999, Frattaroli 2006, Waters ve Fivush 2015) yüksek yapısal özelliklerin yüksek stres düzeyiyle ilişkili olduğunu ileri süren araştırmacılar bulunmaktadır (Graci ve ark. 2018). Buna göre, anlam oluşturma sürecinde anlatının güçlü yapısal özellikleri stresli deneyimle bilişsel olarak daha fazla meşguliyetin bir göstergesi olmaktadır. Düşük seviyedeki anlatısal tutarlılığın çeşitli psikolojik bozukluklarla ilişkili olduğunu bildiren araştırma sonuçları bulunmaktadır (Brewin 2014, Rubin ve ark. 2016, Vanderveren ve ark. 2019b). Örneğin, Vanderveren ve arkadaşları (2020) elde ettiği sonuçlar yüksek seviyedeki tutarlılığın daha fazla derin

düşünme (rumination) eğilimi yaratarak, depresyon ve post travmatik bozukluk belirtilerine neden olduğunu göstermiştir. Diğer yandan, katılımcıların yaşamlarında dönüm noktası yaratan anılarını aktardıkları mevcut çalışmamızda ise, hem olumlu hem de olumsuz anılar için yapısal özelliklerin psikolojik iyi oluşla güçlü ilişkisi olduğu gözlenmiştir. Bu bağlamda, stresli ve travmatik yaşam deneyimlerinden anlam çıkarmanın stresli olmayanlara göre görece daha kolay olduğunu varsayacak olursak, anlatıdaki güçlü yapısal unsurlara en çok olumlu yaşam deneyimlerinin ihtiyacı olduğunu öngörebiliriz.

Çalışmamızda kadınlarda psikolojik dayanıklılığı ve gerçek kendilik algısını yordayan anlatı göstergelerinden birinin olgusal detaylandırma olduğu bulunmuştur. Olgusal detay, belli bir yaşantıdaki gözlemlenebilir veya algılanabilir bilgi olarak tanımlanmaktadır. Yorumlayıcı detay ise, bir olayı yaşayan bireylerin arzu, duygu, inanç ve düşüncelerini yansıtmaktadır (Pasupathi ve Wainryb 2010). Bu konuyla ilgili çalışmalara bakıldığında, kadınların anlatılarında erkeklerden daha fazla olgusal ve yorumlayıcı detay kullanmayı tercih ettikleri görülmektedir (Gryzman ve Hudson 2011, Gryzman ve Denney 2016, Gryzman ve ark. 2016). Mevcut çalışmamızda ise, olgusal ayrıntıların kadınların olumlu anılarında psikolojik dayanıklılıkla aynı yönde, olumsuz anılarında ise gerçek benlik puanlarıyla ters yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Bu durumda olgusal ayrıntılandırmanın olumlu deneyimlerde dayanıklılıkla, olumsuz deneyimlerde ise düşük kendilik algısıyla ilişkili olabileceği olası görünmektedir. Bu sürpriz bulgunun daha fazla araştırma sonucuyla açıklanmaya muhtaç olduğunu söylemek gerekmektedir.

Graci ve arkadaşlarına (2018) göre, anlatıdaki motivasyonel göstergeler kişilik hakkında bilgiler sağlayan pencerelerdir. Anlatıdaki motivasyonel göstergelerden eylemlilik, belirtildiği gibi kendiliği onaylamak, genişletmek, bireyselleşme, yeterlilik, hırs, egemenlik, güç ve başarı elde etmek gibi nitelikleri içermektedir. Komünyon ise, diğerlerinin bakımı ve refahıyla ilgilenme, işbirliği, karşılıklı bağlılık, sevgi, samimiyet ve aidiyet gibi kavramlara odaklanmaktadır. İyi oluşun motivasyonel ve afektif temalarla güçlü ilişkileri olduğu bilinmektedir (McLean ve ark. 2020). Bu konudaki çalışmalarda anlatılarında diğerlerinin gelişimine ağırlık veren yani komünyon özellikleri baskın olan kişilerde yüksek seviyede iyi oluş hali gözlenirken, kişisel gelişimine ağırlık verenlerde ise hayatlarındaki değişimleri olumlu yönde değerlendirme eğilimi görülmüştür (Bauer ve Mcadams 2004). Terapi seanslarıyla birlikte kişilerin anlatılarında eylemlilik motivasyonu açısından bir artış görüldüğünde ise, anksiyete, düşük kendilik algısı gibi klinik belirtilerde de azalma olduğu gözlenmiştir (Adler 2012).

Alanyazında, bir cinsiyet stereotipi olarak eylemlilik sıklıkla maskülenlikle, komünyon ise feminenlikle ilişkilendirilmektedir (Bakan 1966, Leaper ve Ayres 2007, Sczesny ve Kaufmann 2018). Moskowitz ve arkadaşlarına (1994) göre, cinsiyet farklılıkları daha çok komünyonel özellikler açısından gözlenmekte; kadınlar sosyal statülerinden bağımsız olarak özellikle hemcinslerine karşı daha fazla komünyonel motivasyonla hareket etmektedirler. Bu konuyla ilgili olarak, Suitner ve Maass (2008) uyarıların duygusal değeri kontrol altına alındığında kadınların daha komünyonel, erkeklerin ise daha çok eylemlilik özellikleri gösterdiğini bildirmişlerdir. Mevcut çalışmamızda ise, erkek katılımcıların geçmiş olumsuz anılarında eylemlilik temalarının psikolojik iyi oluş ve sosyal karşılaştırma düzeyleriyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Böylece, erkeklerde olumsuz deneyimlerde eylemlilik temalarının ortaya çıkışının psikolojik esenlik ve olumlu kendilik algısı arasındaki ilişkiler bağlamında bir savunma

mekanizması olarak işlevde bulunduğu düşünülmektedir. Bu bulguların alanyazındaki genel cinsiyet stereotipiyle uyumlu olduğu, aynı zamanda McLean ve arkadaşlarının (2016) bulgularını da desteklediği görülmektedir. Sonuç olarak, maskülenliğin eylemliliği desteklediğini ve dolayısıyla bir savunma mekanizması olarak psikolojik esenliğe hizmet ettiğini söyleyebiliriz.

Alanyazında, kendilik bağlantısı kullanımı ve cinsiyet farklılıkları açısından çelişik sonuçlar bulunmaktadır (Pasupathi ve Mansour 2006, Gryzman ve ark. 2016). Çalışmamızda, olumsuz anılarda kadın katılımcıların kullandıkları kendilik bağlantılarının sosyal karşılaştırma puanlarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu anlamda, kadınlarda olumsuz deneyimlerle kendilik arasında kurulan bağlantıların sosyal karşılaştırma düzeylerini yordaması alanyazın için yeni bir bilgi olarak düşünülebilir. Başka bir açıdan, özellikle olumsuz anlatılarda kullandıkları kendilik bağlantılarının kadınların kendilikleriyle ilgili daha fazla projeksiyonda buldukları anlamına da gelmektedir. Kişilerin yaşam deneyimlerinden anlam oluşturma sürecinde kendilik bağlantıları hem olumlu kimlik gelişiminde hem de psikolojik iyi oluşturma önemli işlevlere sahiptir. Bu konuda Merrill ve ark. (2016), duygusal değerinden bağımsız olarak, olaylar karşısında olumlu kendilik bağlantıları kuran kişilerin daha az psikolojik stress deneyimlediğini ve daha fazla post travmatik iyileşme gösterdiğini tespit etmiştir. Ayrıca, kadınların genel olarak yüksek düzeyde psikolojik sıkıntı ve kimlik bunalımı yaşadıkları halde yüksek düzeyde psikolojik gelişim ve kimlik keşfi elde ettiklerini de belirtmişlerdir. Bu görüşleri destekleyecek şekilde mevcut çalışmamızda anlamlı düzeyde olmasa da, kadınların daha çok olumlu kendilik bağlantıları kullandıkları ve bağlantıların kendilikleriyle olan meşguliyetlerini anlamlı olarak yordadığı gözlenmektedir.

Çalışmamızda, yorumlayıcı detaylandırmanın olumsuz anılarda erkeklerde gerçek benlik algısıyla ters yönde bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, olumsuz anlatılardaki sübjektif değerlendirme ve yorumların bireylerin olumsuz kendilik yatırımlarıyla ilişkili olduğunu düşündürmektedir. Bu konuyla ilintili olarak, zorlu yaşantıların verimli bir şekilde yorumlanmadığında bunun anlatı kimliğine ve gelişimine zarar verici etkileri olacağı dile getirilmiştir (Pals 2006). Bunun yanında, Sales ve ark. (2013) olumsuz olaylarla ilgili olarak yüksek seviyede bilişsel bir dile sahip olmanın yüksek düzeyde depresif belirtilerle ilintili olduğunu ileri sürmektedir. Bu anlamda, düşük kendilik değerine sahip bireylerin yaşantıları hakkında olumsuz değerlendirme yapma eğilimleri manidar görünmektedir. Bu noktanın anlatı kimliği açısından olası ara değişkenler göz önüne alınarak ayrıntılı olarak araştırılması önerilmektedir.

Mevcut çalışmada, bireylerin geleceklere dair oluşturdukları olumlu kurgularda yorumlayıcı detaylandırmanın her iki cinsiyette de anksiyete ve depresyonla ters yönde bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Nitekim, geleceğe dair olumlu olaylarla ilgili sübjektif değerlendirmelerin düşük kaygı ve depresif belirtilerle ilişkisinin bulunması beklenilebilir bir durumdur. Olumsuz kurgusal olaylarda ise, kadınlarda tematik tutarlılığın düşük anksiyete düzeyiyle ilişkili olduğu görülmüştür. Güçlü tematik tutarlılığın geçmişe dair anlatılarda düşük kaygı seviyesinin bir göstergesi olduğu düşünüldüğünde bu bulgunun sürpriz olmadığı söylenebilir. Diğer yandan, olumsuz kurgusal anlatılardaki olgusal detaylandırmanın kadınlarda sosyal karşılaştırma düzeyiyle ters yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Geçmiş olumsuz anılarda da gerçek benlik puanlarıyla ters yönde ilişkili bulunmuştu. Bu nedenle, anlatıdaki olgusal bilgilerin kendilik algısıyla ilgili kaygıların önemli bir göstergesi olabileceğinin üzerinde durulması gereken bir bulgu olduğu düşünülmektedir.

Çalışmamızda olumsuz kurgusal anlatılarda motivasyonel temalardan destek aramanın, kadınlarda anksiyete düzeyiyle aynı yönde, erkeklerde ise depresyon düzeyiyle ters yönde ilişkili bulunması ilginç bir bulgu olarak değerlendirilmektedir. Çünkü, geleceğe dair olumsuz kurgularda yüksek destek arayışı kadınlarda yüksek kaygı düzeyini işaret ederken, tam tersine erkeklerde düşük depresif özelliklerin bir göstergesi olarak görülmektedir. Alanyazında kadınların erkeklerden daha kolay sosyal destek beklediği yönünde ortak bir görüş bulunduğu (Barbee ve ark. 1993, Reevy ve Maslach 2001) dikkate alındığında mevcut araştırma bulgularının bu bakış açısıyla uyumlu olduğu sonucuna varabiliriz.

Mevcut araştırma sonuçları birbirini karşılıklı olarak etkileyen anlatı kimliği ile anlamlandırma sürecinin cinsiyet, gelişim dönemi, sosyo-kültürel bağlam gibi birçok ara değişken tarafından belirlendiğini, dolayısıyla anlam oluşturma süreci ile psikolojik durum arasındaki ilişkilerin oldukça spesifik ve karmaşık bir mekanizmaya sahip olduğunu göstermektedir. Bu nedenle anlam oluşturma süreci ve psikolojik esenlik arasındaki ilişkileri inceleyen gelecek çalışmalarda olası ara değişkenleri göz önüne alan, altta yatan yapısal mekanizmayı aydınlatan farklı modellere ihtiyaç olduğunu söyleyebiliriz. Bu konuyla ilgili araştırmalarda anlatısal anlam oluşturma kimlik yapılanmasında ve psikolojik esenlikteki katkılarını anlamada daha geniş çeşitlilikte anlatı göstergelerine, psikolojik iyi oluş değerlendirme ölçütlerine ve dolayısıyla açıklayıcı bilimsel modellere ihtiyaç duyulduğu sıklıkla belirtilmektedir (Fivush ve ark. 2017, Graci ve ark. 2018). Bu konuda küçük bir adım olarak, mevcut çalışmanın gelecek çalışmalar için yeni fikirler oluşturma potansiyeli olduğu düşünülmektedir.

Diğer yandan, mevcut çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlki, bilindiği gibi erkek katılımcıların araştırmalara katılma motivasyonunun düşük olması nedeniyle araştırmadaki erkek katılımcı sayısının az olmasıdır (n=22). Bu sınırlılığı bertaraf etmek için çalışmanın istatistiksel analizlerinde cinsiyet değişkeni için split metodu kullanılmıştır. Neticede, erkek katılımcılardan dikkate değer araştırma sonuçları elde edilmiştir. Diğer yandan, cinsiyet farklılıklarının, yazılı anlatılardan daha yaygın olarak sözlü anlatımda ortaya çıktığını ileri sürülmektedir (Grysmen ve Denney 2016). Bu nedenle, mevcut araştırmada anlatıların yazılı alınmış olması da bir sınırlılık olarak düşünülebilir. Çalışmada tek bir gelişimsel kohorttan veri elde edilmesi de başka bir sınırlılıktır. Gelecekte, farklı gelişim dönemindeki bireylerin anlam oluşturma süreci açısından karşılaştırıldığı araştırmalar gerçekleştirilmelidir.

## Sonuç

Mevcut araştırmada, anlam oluşturma sürecinin geleceğe dair beklentilerden daha çok, geçmiş yaşantılardan fayda sağladığı gözlenmiştir. Yapısal unsurlardan tematik tutarlılığın psikolojik esenlik ve kendilik algısının iyi bir yordayıcısı olduğu, kadınların daha çok olumsuz, erkeklerin ise daha çok olumlu anılar anlatmayı tercih ettikleri, kendilik bağlantılarının kadınların psikolojik durumu hakkında daha çok bilgi verdiği bulunmuştur. Motivasyonel temalar daha çok erkeklerin anlatılarında öne çıkmış, bu gibi temaların erkeklerde iyi oluş ve sosyal karşılaştırma düzeyleriyle ilişkili olduğu görülmüştür. Bireylerin geleceğe dair olumlu kurgularının düşük kaygı düzeylerini açıkladığı, geleceğe dair olumsuz anlatılarda destek arayışının kadınlarda yüksek anksiyete, erkeklerde ise düşük depresif düzeyi öngördüğü gözlenmiştir. Özetle, mevcut

araştırma sonuçları bireylerin geçmiş ve geleceğe dair kişisel anlatılarının klinik düzeyde psikolojik durumları hakkında kritik bilgiler sunabileceğini düşündürmektedir.

## Kaynaklar

- Abele AE, Wojciszke B (2007) Agency and communion from the perspective of self versus others. *J Pers Soc Psychol*, 93:751-763.
- Adler JM (2012) Living into the story: Agency and coherence in a longitudinal study of narrative identity development and mental health over the course of psychotherapy. *J Pers Soc Psychol*, 102:367-389.
- Adler JM, Lodi-Smith J, Philippe FL, Houle I (2015) The incremental validity of narrative identity in predicting well-being: A review of the field and recommendations for the future. *Pers Soc Psychol Rev*, 20:142-175.
- Baerger DR, McAdams DP (1999) Life story coherence and its relation to psychological well-being. *Narrat Inq*, 9:69-96.
- Bakan D (1966) *The Dual Reality of Human Existence: An Essay on Psychology and Religion*. Chicago, IL, Rand MacNally.
- Barbee AP, Cunningham MR, Winstead BA, Derlega VJ, Gulley MR, Yankeelov PA et al. (1993) Effects of gender role expectations on the social support process. *J Soc Issues*, 49:175-190.
- Basım HN, etin F (2011) Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık leęi'nin güvenilirlik ve geçerlilik alışması. *Turk Psikiyatri Derg*, 22:104-114.
- Bauer JJ, McAdams DP (2004) Growth goals, maturity, and well-being. *Dev Psychol*, 40:114-127.
- Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA (1988) An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *J Couns Clin Psychol*, 56:893-897.
- Beck AT, Ward CH, Mendelson M, Mock J, Erbaugh J (1961) An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry*, 4:561-571.
- Brewin CR (2014) Episodic memory, perceptual memory, and their interaction: Foundations for a theory of posttraumatic stress disorder. *Psychol Bull*, 140:69-97.
- Bruner J (1994) The remembered self. In *The Remembering Self: Construction and Accuracy in The Self Narrative*. (Eds U Neisser, R Fiurish): 41-54. Cambridge, MA, Cambridge University Press.
- Diener E, Wirtz D, Tov W, Kim-Prieto C, Choi D, Oishi S, et al. (2010) New wellbeing measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Soc Indic Res*, 97:143-156.
- Fivush R, Baker-Ward L (2005) The Search for meaning: Developmental perspectives on internal state language in autobiographical memory. *J Cogn Dev*, 6:455-462.
- Fivush R, Booker JA, Graci ME (2017) Ongoing narrative meaning-making within events and across the life span. *Imaging Cogn Pers*, 37:127-152.
- Frattaroli J (2006) Experimental disclosure and its moderators: A meta-analysis. *Psychol Bull*, 132:823-865.
- Friborg O, Hjemdal O, Rosenvinge JH, Martinussen M (2003) A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *Int J Methods Psychiatr Res*, 12:65-76.
- Graci ME, Fivush R (2017) Narrative meaning making, attachment, and psychological growth and stress. *J Soc Pers Relat*, 34:486-509.
- Graci ME, Watts AL, Fivush R (2018) Examining the factor structure of narrative meaning-making for stressful events and relations with psychological distress. *Memory*, 26:1220-1232.
- Greenhoot AF, McLean KC (2013) Introduction to this special issue. *Meaning in personal memories: Is more always better?* *Memory*, 21:2-8.
- Gilbert PS, Allan S, Trent D (1991) A social comparison scale: Psychometric properties and relationship to psychopathology. *Pers Individ Dif*, 19:293-299.
- Grysmen A, Denney A (2016) Gender, experimenter gender and medium of report influence the content of autobiographical memory report. *Memory*, 25:1-14.
- Grysmen A, Fivush R, Merrill NA, Graci M (2016) The influence of gender and gender typicality on autobiographical memory across event types and age groups. *Mem Cogn*, 44:856-868.
- Grysmen A, Hudson JA (2011) The self in autobiographical memory: Effects of self-salience on narrative content and structure. *Memory*, 19:501-513.



- Grysmán A, Hudson JA (2013) Gender differences in autobiographical memory: Developmental and methodological considerations. *Dev Rev*, 33:239-272.
- Habermas T, Bluck S (2000) Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychol Bull*, 126:748-769.
- Habermas T, Diel V, Welzer H (2013) Lifespan trends of autobiographical remembering: Episodicity and search for meaning. *Conscious Cogn*, 22:1061-1072.
- Habermas T, Köber C (2015) Autobiographical reasoning in life narratives buffers the effect of biographical disruptions on the sense of self-continuity. *Memory*, 23:664-674.
- Hisli N (1988) Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6:118-122.
- Hisli N (1989) Beck Depresyon Envanteri'nin üniversite öğrencileri için geçerliliği, güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7:3-13.
- Huang M, Schmiedek F, Habermas T (2021) Only some attempts at meaning making are successful: The role of change-relatedness and positive implications for the self. *J Pers*, 89:175-187.
- Kapıkıran NA (2004) İdeal ve Gerçek Benlik Kavramı Ölçeği'nin güvenilirliği. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16:14-25.
- Leaper C, Ayres MM (2007) A meta-analytic review of gender variations in adults' language use: Talkativeness, affiliative speech, and assertive speech. *Pers Soc Psychol Rev*, 11:328-363.
- Merrill N, Waters TEA, Fivush R (2016) Connecting the self to traumatic and positive events: links to identity and well-being. *Memory*, 24:1321-1328.
- McAdams DP, Pals JL (2006) A new big five: Fundamental principles for an integrative science of personality. *Am Psychol*, 61:204-217.
- McLean, KC, Pasupathi M (2010) Old, new, borrowed, and blue? The emergence and retention of meaning in autobiographical storytelling. *J Pers*, 79:135-164.
- McLean KC, Pasupathi M, Fivush R, Grehnoot A, Wainryb C (2016) Does within person variability in narration matter and for what? *J Res Pers*, 69:55-66.
- McLean KC, Syed M, Pasupathi M, Adler JM, Dunlop WL, Drustrup D et al. (2020) The empirical structure of narrative identity: the initial big three. *J Pers Soc Psychol*, 119:920-944.
- Moskowitz DS, Suh EJ, Desaulniers J (1994) Situational influences on gender differences in agency and communion. *J Pers Soc Psychol*, 66:753-761.
- Pals JL (2006) Narrative identity processing of difficult life experiences: Pathways of personality development and positive self-transformation in adulthood. *J Pers*, 64:1079-1110.
- Park CL (2010) Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychol Bull*, 136:257-301.
- Pasupathi M, Mansour E (2006) Adult age differences in autobiographical reasoning in narratives. *Dev Psychol*, 42:798-808.
- Pasupathi, M, Mansour E, Brubaker JR (2007) Developing a life story: Constructing relations between self and experience in autobiographical narratives. *Hum Dev*, 50:85-110.
- Pasupathi M, Wainryb C (2010) Developing moral agency through narrative. *Hum Dev*, 53:55-80.
- Reese E, Haden CA, Baker-Ward L, Bauer P, Fivush R, Ornstein PA (2011) Coherence of personal narratives across the lifespan: A multidimensional model and coding method. *J Cogn Dev*, 12:424-462.
- Reevy GM, Maslach C (2001) People's use of social support: Gender and personality differences. *Sex Roles*, 44:437-459.
- Rubin DC, Deffler SA, Ogle CM, Dowell NM, Graesser AC, Beckham JC (2016) Participant, rater, and computer measures of coherence in posttraumatic stress disorder. *J Abnorm Psychol*, 125:11-25.
- Sales JM., Merrill NA, Fivush R (2013) Does making meaning make it better? Narrative meaning making and well-being in at-risk African American adolescent females. *Memory*, 21:97-110.
- Szesny S, Kaufmann MC (2018) Self-presentation in online professional networks: men's higher and women's lower facial prominence in self-created profile images. *Front Psychol*, 8:2295.
- Sools A, Mooren JHM (2012) Towards narrative futuring in psychology: Becoming resilient by imagining the future. *Grad J Soc Sci*, 9:203-226.
- Sools A, Tromp T, Mooren JHM (2015) Mapping letters from the future: Exploring narrative processes of imagining the future. *J Health Psychol*, 20:350-364.

- Suitner C, Maass A (2008) The role of valence in the perception of agency and communion. *Eur J Soc Psychol*, 38:1073-1082.
- Şahin NH, Durak A, Şahin N (1993) Sosyal Karşılaştırma Ölçeği: Bilişsel-davranışçı Terapilerde Değerlendirme. Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Savaşır I, Şahin NH (1997) Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirmede Sık Kullanılan Ölçekler. Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Telef BB (2013) Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Pİ00): Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28:374-384.
- Ulusoy M, Şahin N, Erkmen H (1998) Turkish version of The Beck Anxiety Inventory: Psychometric properties. *J Cogn Psychother Int Q*, 12:28-35.
- Vanderveren E, Bijttebier P, Hermans D (2019b) Autobiographical memory coherence and specificity: Examining their reciprocal relation and their associations with internalizing symptoms and rumination. *Behav Res Ther*, 116:30-35.
- Vanderveren E, Bijttebier P, Hermans D (2020) Autobiographical memory coherence in emotional disorders: The role of rumination, cognitive avoidance, executive functioning, and meaning making *PLoS One*, 15:e0231862.
- Waugh R (2001) Measuring ideal and real self-concept on the same scale, based on a multipaceted hierarchical model of self-concept. *Educ Psychol Meas*, 61:85-92.
- Waters TE, Fivush R (2015) Relations between narrative coherence, identity, and psychological well-being in emerging adulthood. *J Pers*, 83:441-451.

**Yazarların Katkıları:** Yazarlar çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağladıklarını ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduklarını kabul etmişlerdir.

**Danışman Değerlendirmesi:** Dış bağımsız

**Etik Onay:** Araştırma için Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan onay alınmıştır. Tüm katılımcılar aydınlatılmış onam vermişlerdir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

**Finansal Destek:** Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

**Authors Contributions.** Authors attest that they have made an important scientific contribution to the study and have assisted with the drafting or revising of the manuscript.

**Peer-review:** Externally peer-reviewed.

**Ethical Approval:** Ethical approval was obtained from Süleyman Demirel University Faculty of Medicine Clinical Research Ethics Committee for the study. All participants gave informed consent.

**Conflict of Interest:** No conflict of interest was declared by the authors.

**Financial Disclosure:** The authors declared that this study has received no financial support.