

OTOBİYOGRAFİK BELLEK

Otobiyografik Bellek Nedir?

- Otobiyografik bellek kişinin kendi geçmiş yaşam olaylarına ilişkin belleğidir.
- Otobiyografik bellekteki bilgiler, kişiye özel, spesifik, uzun ömürlü ve genellikle benlik saygısı ile ilgili bilgilerdir .

- Otobiyografik bellekte saklanan anıları oldukça canlı şekilde hatırlamak mümkündür. Ancak geri çağrılan anıların tümüyle doğru olduğunu söylemek zordur.
- Bu anılar canlı ve ayrıntılı olduğu gibi hatalar içermeleri de olasıdır.

Toplumsal Anılar

- Brown ve Kulik (1977), birçok insanın başkan John F. Kennedy'nin vurulduğu günü hatırladıklarını belirtmektedirler. İnsanlar, John F. Kennedy'nin vurulduğunu duydukları sırada ne yaptıkları, nerede oldukları, ilk olarak ne düşündükleri, haberi nereden aldıkları gibi birçok ayrıntıyı oldukça canlı şekilde hatırlamaktadırlar.
- Brown ve Kulik (1977), bu tür canlı anılara '**flaş anı**' adını vermişlerdir. Flaş anıların, genelde **toplumsal olaylarla** karakterize edildiği görülmektedir.

Çeşitli toplumsal olaylar, insan hayatında en az kendi başından geçen ve etkisini sürdüren olaylar kadar iz bırakır.

TOPLUMSAL ANILAR

Toplumsal bir anıyı ilk kez inceleyen Brown ve Kulik (1977) “flaş anıyı” bir kişinin çok şaşırtıcı, önemli ve duygusal olarak uyarıcı bir durumu ilk öğrendiği ana ilişkin anısı, şeklinde tanımlamışlardır.

- 1) Olayın yüksek oranda beklenmedik / sürpriz olması.
- 2) Sonuçlarının önemli olması.
- 3) Duygusal olarak yoğun bir uyarılmışlık haline neden olması.
- 4) Açık ya da gizli bir şekilde olayın sık sık tekrarlanıyor olması ve bu tekrarların, anının bellekte olgunlaşmasını sağlaması.

- Bu olaylar “kimsenin unutmadığı olaylar” haline gelmektedir.
- Bu tür anıların bir fotoğraf karesi netliğinde olduğu belirtilmesine rağmen, fotoğrafta eksik bazı noktalar da bulunabilmektedir.
- ‘Flaş’ ismini alması da kısa sürede olup biten olaylar olduğunu ancak etkilerinin uzun sürdüğünü anlatmak üzere kullanılmaktadır (Brown ve Kulik, 1977).

- Brown ve Kulik (1977)'in “fotoğraf karesi” ile açıkladıkları flaş anılar, daha sonra farklı şekillerde kuramsallaştırılmıştır.
- Flaş anı konusundaki bir diğer görüş Conway ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilmiştir ve yazar flaş anının, kodlama ile ilgili üç temel bileşeni olduğunu belirtir:
 - a) Önceki bilgi,
 - b) Önem ve etki ile,
 - c) Kodlama sonrası bilginin işlenmesi.

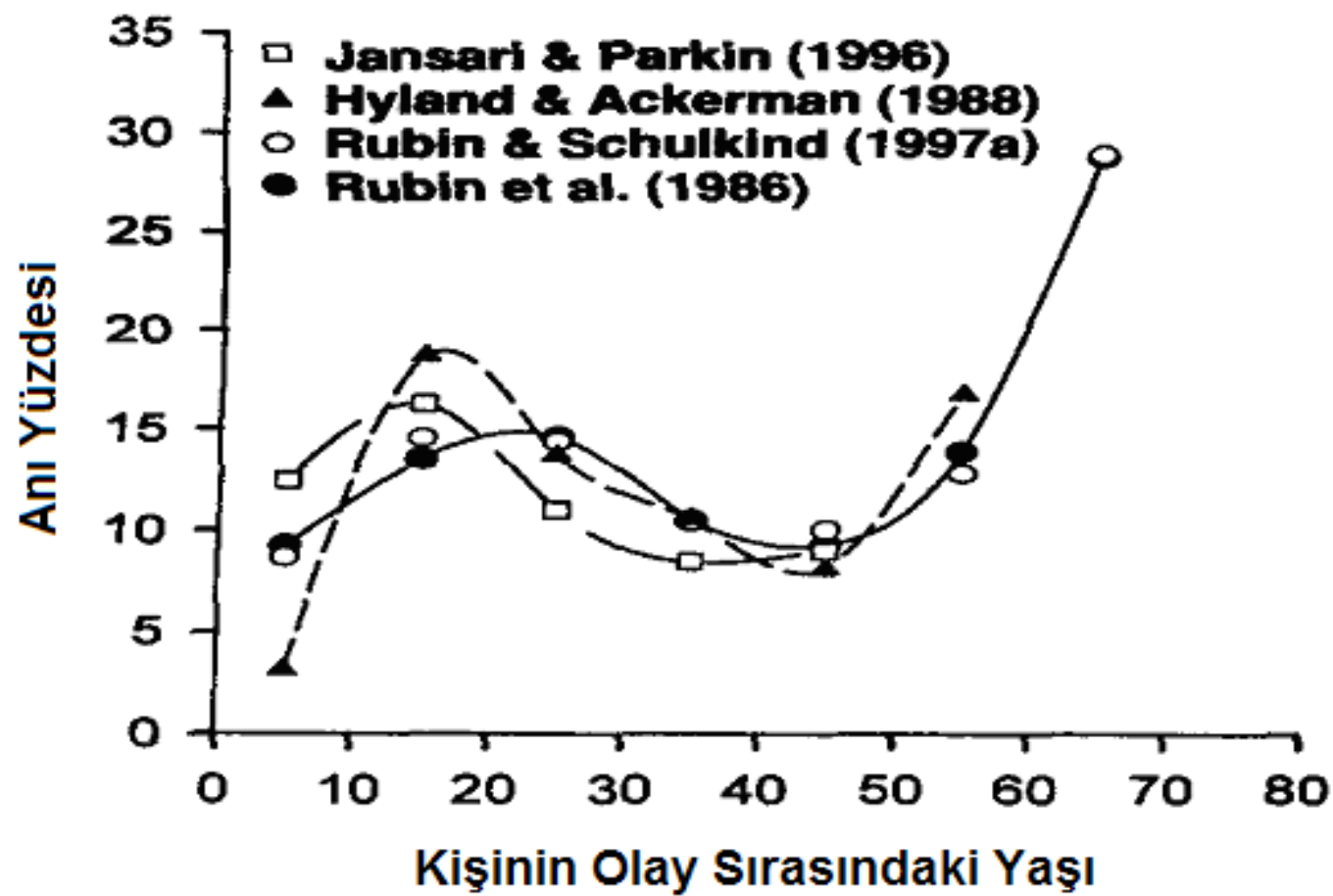
**KİŞİSEL VE
TOPLUMSAL
OTOBİYOGRAFİK
ANILARIN
ORGANİZASYONU**

İlk dönem kişinin hatırlamalarından bir-iki yıl öncesine dayanan anıları yani yakın dönem anılarıdır.

Otobiyografik bellek açısından ön plana çıkan bir diğer dönem ise, 3-4 yaşında yaşanan olaylardır ki bu dönem öncesine ait anıların hatırlanmadığı bilinmektedir.

Araştırmalarda ön plana çıkan bir diğer dönem ise 10-30 yaş dönemine ilişkin anılardır. Bazı çalışmalarda bu yaş diliminin 10-20 ve 20-30 olmak üzere ikiye ayrıldığı da bilinmektedir. Bu dönem anıların benlikle en fazla ilişkili anılar olduğu bilinmektedir (Gülgöz ve Rubin, 2001).

Otobiyografik bellek konusunda yapılan çalışmalar, üç temel dönem olduğuna işaret etmektedir.



- *Yaşam dönemleri*, yaşamımızda bulunan önemli dönemlere ilişkin genel anıları içeren bölümdür.
- *Genel olaylar*, daha spesifik anılarımızın bulunduğu bölümdür.
- *Olaya özgü bilgiler*, ise bir kez olmuş, özel anıların bulunduğu otobiyografik bellek bölümüdür.