

Pamięć autobiograficzna

Krystian Barzykowski

Endel Tulving (1974, 1983) wprowadził podział pamięci długotrwałej na semantyczną i epizodyczną, wzbogacając go później dodatkowo o pamięć proceduralną (1984). System epizodyczny dotyczy zdarzeń, epizodów ściśle określonych przez czas i miejsce (lokalizowanych w czasie i przestrzeni), zorganizowanych temporalnie, zgodnie z ich czasowym występowaniem. Informacje pamięci epizodycznej nabywane są bezpośrednio poprzez własne doświadczenie, co znajduje swój wyraz w świadomości autoegetycznej (Tulving, 2002) – subiektywnym poczuciu, że wspomnienie jest osobistym doświadczeniem. Zgodnie z powyższym, pamięć autobiograficzna czasami była traktowana w przeszłości jako synonim pamięci epizodycznej (Baddeley, 2012). Uzasadnione jest więc pytanie, czym w rzeczywistości jest pamięć autobiograficzna i czy w jakiś sposób różni się od pamięci epizodycznej (np. Brewer, 1986)?

Pamięć autobiograficzna, traktowana początkowo jako synonim pamięci epizodycznej, z czasem została wyodrębniona jako odrębna forma pamięci (Mace, 2010; Nęcka, Orzechowski i Szymura, 2007; Williams, Conway i Cohen, 2008). Jak zauważa Niedźwieńska (2004; również: Baddeley, 2012; Gilboa, 2004; Marsh i Roediger, 2013; Roediger i Marsh 2003; Roediger, Marsh i Lee, 2002; Wheeler, Stuss i Tulving, 1997), oba terminy odnoszą się do innych zjawisk, dlatego też mogą być traktowane rozdzielnie. Nie znaczy to jednak, że nie współdziałają ze sobą i nie mają elementów wspólnych. Za ich odrębnością mogą przemawiać przesłanki dwojakiego rodzaju. Po pierwsze, w odniesieniu do pamięci epizodycznej zakłada się istnienie określonych reguł funkcjonowania oraz, po drugie, podłoża neurobiologicznego (Niedźwieńska, 2004). Istnieją dowody, które przemawiają za biologiczną podstawą pamięci epizodycznej (np. Murphy, Troyer, Levine i Moscovitch, 2008; Cabeza i St. Jacques, 2007). Tulving już w 2002 roku uznał wyniki ówczesnych badań za wiarygodne i przekonujące, przedstawiając przykłady osób z wybiórczymi amnezjami wstecznymi (np. brak pamięci epizodycznej z zachowaniem pamięci semantycznej). Tymczasem, mimo że w przypadku pamięci autobiograficznej istnieją dane sugerujące jej odrębne biologiczne podłożo (Gilboa, 2004), to mogą być one jednak nadal niewystarczające (Niedźwieńska, 2004).

Dominującym obecnie sposobem odróżniania pamięci epizodycznej od autobiograficznej jest odwołanie się do pojęcia Ja (Baddeley, 1992, 2012; Brewer, 1986; Conway, 2005; Conway i Jobson, 2012; Wheeler, Stuss i Tulving, 1997). W tym kontekście pamięć autobiograficzna dotyczy zdarzeń z osobistej przeszłości (zawiera elementy zarówno semantyczne, jak i epizodyczne), podczas gdy pamięć epizodyczna swoim zakresem obejmuje dowolne zdarzenia, które kiedyś miały miejsce (tj. lokalizowane w czasie i przestrzeni) – zarówno osobiste, jak i nieosobiste. Elementy semantyczne, wchodzące w skład pamięci autobiograficznej, dotyczą przede wszystkim faktów autobiograficznych (np. data i miejsce urodzenia, nazwa szkoły podstawowej), epizodyczne natomiast odnoszą się do

zdarzeń osobistych (Maruszewski, 2001, 2005; Niedźwieńska, 2004). Roediger i Marsh (2003; Marsh i Roediger, 2013), obok dwóch wymienionych elementów, włączają również informacje o charakterze proceduralnym (a więc umiejętności, na przykład pływania czy jazdy na rowerze).

Informacje epizodyczne zdają się być w tym rozumieniu wspólnym mianownikiem, łączącym pamięć epizodyczną i autobiograficzną (Baddeley, 2012; Niedźwieńska, 2004). W tym sensie obydwie formy pamięci są podobne. Roediger i Marsh (2013) zauważają, że wyniki badań prowadzonych zgodnie z tym rozróżnieniem prowadzą do bardzo podobnych wniosków o funkcjonowaniu pamięci. Zarówno w przypadku wspomnień epizodycznych (nieosobistych), jak i autobiograficznych (osobistych) mamy więc do czynienia z: (a) interferencją retro-i proaktywną, (b) lepszym pamiętaniem zdarzeń wyjątkowych i wyróżniających się, (c) zależnością od wskazówki, która czasami jest niezbędna do przywołania informacji, (d) zniekształceniami związanymi ze zdarzeniami, które są wysoce prawdopodobne i podobne do oryginalnego bodźca lub zdarzenia, (e) powiązaniem z Ja zwiększającym szansę prawidłowego przywołania. Mimo tych podobieństw istnieją także istotne różnice. Jedną z nich jest brak ścisłej zgodności rozkładu pamiętanych wspomnień z monotonicznym spadkiem przechowywania informacji wraz z upływem czasu (Jagodzińska, 2008). Przykładem tego jest chociażby niepamięć dziecięca (np. Bauer i Larkina, 2013; Bauer, Burch, Scholin i Guler, 2007) lub zjawisko reminiscencji (Demiray, Gülgöz i Bluck, 2009). Według Roedigera i Marsh (2013) jest to przesłanka sugerująca, że nie można jednoznacznie uznać, że te dwie formy pamięci są identyczne. Roediger, Marsh i Lee (2002, s. 19) zauważyli ponadto, że nawet jeżeli zgodzimy się, że nie należy mówić o pamięci autobiograficznej w kategoriach odrębności od pamięci epizodycznej, to należy uznać jej niezależność w sensie metodologicznym, ponieważ wykorzystywane są odmienne strategie badania tej pamięci.

Można więc zapytać, co to znaczy, że zdarzenie lub przeszłość są osobiste. Baddeley (1992, s. 19-20), chcąc precyzyjnie odróżnić te dwie formy pamięci, wprowadził dodatkowe rozróżnienie na Ja doświadczające (*Self as experiencer*) i Ja będące przedmiotem doświadczenia (*Self as the object of that experience*). Według niego (Baddeley, 1992), o wspomnieniu autobiograficznym możemy mówić tylko wówczas, gdy jego treść odwołuje się bezpośrednio do przywołującego go podmiotu (tj. gdy jest on treścią, bohaterem, głównym elementem wspomnienia). Na przykład, zgodnie z ujęciem Baddeleya (1992), przypomnienie sobie, że w Porto jest wielu Polaków, nie ma charakteru autobiograficznego, nawet jeżeli opiera się to na naszym osobistym doświadczeniu, jeśli nie ma w tym wspomnieniu odwołania do Ja. Dopiero przypomnienie sobie sytuacji konkretnego spotkania i rozmowy z przypadkowo poznaną osobą z Polski spełnia to kryterium (*pamiętam siebie spotykającego w Porto...*). Ujęcie Baddeleya (1992) sprawia wrażenie wysoce etnocentrycznego w tym sensie, że duże znaczenie przypisywane jest niezależnemu aspektowi Ja (Markus i Kitayama, 1991). Tymczasem istniejące dane sugerują, iż osoby z kultur kolektywistycznych (np. z Chin, zob. Wang, 2008; Wang i Conway, 2004) w większym stopniu przywoływać będą wspomnienia odnoszące się do innych niż do siebie[1].

Obecnie wydaje się, że pamięć autobiograficzna rozumiana jest nieco szerzej niż proponował to Baddeley (1992). W jej zakres wchodzić mogą wszelkie, zarówno te bardzo konkretne i żywe, jak i

bardziej schematyczne wspomnienia zdarzeń, o ile tylko miały miejsce w życiu danej osoby. Innymi słowy, odwołują się do różnych aspektów osobistej (tj. doświadczonej, powiązanej z Ja) przeszłości (Baddeley, 2012; Berntsen i Rubin, 2012; Conway, 2009; Williams, Conway i Cohen, 2008). Williams, Conway i Cohen (2008), definiując cechy wspomnienia autobiograficznego, wymieniają: (a) udział elementów semantycznych, które mają charakter noetyczny (pozadoświadczeniowy), (b) zróżnicowany poziom szczegółowości – mogą być zarówno konkretne, specyficzne, szczegółowe jak również bardziej ogólne, abstrakcyjne, (c) zróżnicowany poziom dokładności – mogą wydawać się zarówno rekonstrukcjami zdarzenia opartymi na jego interpretacji i refleksji, jak również kopiami (tj. wydają się być wierne i dokładne, ponieważ zawierają wiele żywych szczegółów), (d) przypominanie się z perspektywy pierwszoosobowej (*field perspective*) lub zewnętrznego obserwatora (np. Mace, Atkinson, Moeckel i Torres, 2011).

Jak wynika z powyżej przedstawionych przykładów, trudno jest nadal znaleźć jednoznaczną i przyjmowaną przez większość badaczek i badaczy definicję pamięci autobiograficznej (por. podobny wniosek w Maruszewski 2005). Niezależnie więc od tego, czy treść wspomnienia dotyczy bezpośrednio podmiotu (np. moje spotkanie z X podczas konferencji, tj. podmiot stanowi przedmiot wspomnienia) czy bycia świadkiem jakiegoś wydarzenia (np. wspomnienie poślizgnięcia się obcej osoby na przystanku, tj. Ja jest doświadczające), mogą być one uznane za równoważny przejaw pamięci autobiograficznej. Rozwiązanie takie (tj. brak rozróżnienia na Ja doświadczające i Ja będące przedmiotem doświadczenia) zdaje się być zgodne ze stanowiskiem niektórych badaczek i badaczy wspomnień (na przykład: Conway, 2008; Berntsen i Rubin, 2012; Martin-Ordas, Berntsen, i Call, 2013), którzy pamięć autobiograficzną definiują „szeroko”. Co więcej, zauważyć można początek pewnej zmiany w podejściu do rozumienia tego typu pamięci. Na przykład Conway (2008, s. 20), definiując wspomnienie epizodyczne, pisze: „główną, i prawdopodobnie kluczową, właściwością wspomnienia epizodycznego jest to, że zawiera informacje odnoszące się do określonego momentu w czasie – ale nie jest to jakiś czas, czy czas w ogóle, ale czas indywidualnie doświadczającego Ja” (*time of individual experiencing self*). Conway (2008, również Conway i Williams, 2008) co prawda odróżnia wspomnienie epizodyczne od autobiograficznego, ale opiera się na zupełnie innych przesłankach[2] niż Baddeley (1992) czy Tulving (2002).

Można jednak uznać, że podstawowym kryterium definicyjnym pamięci autobiograficznej jest powiązanie treści wspomnienia z własną przeszłością – podmiot może być więc świadkiem, obserwatorem lub przedmiotem przypomnienia. Wydaje się, że podstawową różnicą między tak rozumianą pamięcią autobiograficzną a pamięcią epizodyczną jest to, że z jednej strony, ta pierwsza zawiera również elementy o charakterze semantycznym, jak również, z drugiej strony, dotyczy ona wszystkiego, co ma związek z osobistym życiem podmiotu. W tym rozumieniu – wspomnienie, że na wykładzie z literaturoznawstwa padło słowo „elukubracja” ma charakter *stricte* epizodyczny, podczas gdy pamiętanie bycia, a więc siebie, na tym wykładzie jest właściwym wspomnieniem autobiograficznym. Tym samym, niezbędnym jego elementem jest powiązanie z systemem Ja. Wydaje się (Baddeley, 2012), że jedynym podejściem do pamięci autobiograficznej, które stanowi wyczerpujące omówienie związku pomiędzy pamięcią autobiograficzną i strukturą Ja jest ujęcie

zaproponowane przez Conwaya i Pleydell-Pearce'a (2000). Jak zauważa Baddeley (2012), jest ono przykładem ramy teoretycznej, która z jednej strony, dostarcza spójnego ujęcia pamięci autobiograficznej, a z drugiej strony, ma charakter heurystyczny (tj. proponuje kierunki dalszego rozwoju). Obecnie stanowi ono podstawowe i dominujące ujęcie relacji pamięci autobiograficznej i Ja (Baddeley, 2012). Z tego też powodu propozycja Conwaya została szczegółowo omówiona w osobnym haśle.

[1] Osoby z dominującym Ja niezależnym potrafią przywołać wspomnienia z wcześniejszego okresu życia w porównaniu z osobami z dominującym Ja zależnym (Chasiotis, Bender, Kiessling i Hofer, 2010).

[2] Wspomnienie autobiograficzne jest u niego pojęciem szerszym: składa się z elementów epizodycznych, mniej lub bardziej złożonych, zagnieżdżonych w szerszym kontekście wiedzy autobiograficznej (zob. Model Conwaya i Pleydell-Pearce'a).

Przygotowanie i opracowanie materiału było możliwe dzięki finansowaniu przyznanemu Krystianowi Barzykowskiemu przez Narodowe Centrum Nauki w ramach stypendium doktorskiego ETIUDA na przygotowanie rozprawy doktorskiej, pisanej pod kierunkiem prof. dr hab. Agnieszki Niedźwińskiej (nr: DEC-2013/08/T/HS6/00065), oraz w ramach projektu badawczego SONATA (nr: UMO-2015/19/D/HS6/00641).

Literatura cytowana

Baddeley, A. (2012). Reflections on autobiographical memory. W: D. Berntsen i D. C. Rubin (red.), *Understanding autobiographical memory. Theories and approaches* (s. 70–87). New York: Cambridge University Press.

Baddeley, A. D. (1992). What is autobiographical memory? W: M. A. Conway, D. C. Rubin, H. Spinnler i W. A. Wagenaar (red.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory* (s. 13-29). Dordrecht: Kluwer Academic.

Bauer, P. J. i Larkina, M. (2013). Childhood amnesia in the making: Different distributions of autobiographical memories in children and adults. *Journal of Experimental Psychology. General*. doi:10.1037/a0033307.

Bauer, P. J., Burch, M. M., Scholin, S. E. i Güler, O. E. (2007). Using cue words to investigate the distribution of autobiographical memories in childhood. *Psychological Science*, 18(10), 910–6. doi:10.1111/j.1467-9280.2007.01999.x.

Berntsen, D. i Rubin, D. C. (2012). Understanding autobiographical memory: An ecological theory. W: D. Berntsen i D. C. Rubin (red.), *Understanding autobiographical memory. Theories and approaches* (s. 333–355). New York: Cambridge University Press.

Brewer, W. F. (1986). What is autobiographical memory? W: D. C. Rubin (red.), *Autobiographical memory* (s. 25–49). New York: Cambridge University Press.

Cabeza, R. i St Jacques, P. (2007). Functional neuroimaging of autobiographical memory. *Trends in Cognitive Sciences*, 11(5), 219–27. doi:10.1016/j.tics.2007.02.005.

Chasiotis, A., Bender, M., Kiessling, F. i Hofer, J. (2010). The emergence of the independent self: Autobiographical memory as a mediator of false belief understanding and sociocultural motive orientation in Cameroonian and German preschoolers. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 41(3), 368–390. doi:10.1177/0022022110361705.

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

Conway, M. A. (2008). Exploring episodic memory. W: E. Dere, A. Easton, L. Nadel i J. P. Huston (red.), *Handbook of episodic memory*, Vol. 18 (s. 19–29). Amsterdam: Elsevier.

Conway, M. A. (2009). Episodic memories. *Neuropsychologia*, 47(11), 2305–13. doi:10.1016/j.neuropsychologia.2009.02.003.

Conway, M. A. i Jobson, L. (2012). On the nature of autobiographical memory. W: D. Berntsen i D. C. Rubin (red.), *Understanding autobiographical memory. Theories and approaches* (s. 54–69). New York: Cambridge University Press.

Conway, M. A. i Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 261–288. doi:10.1037/0033-295X.107.2.261

Conway, M. A. i Williams, H. L. (2008). Autobiographical memory. In H. L. Roediger III (red.), *Learning and memory: A comprehensive reference*, Vol. 2: Cognitive psychology of memory (pp. 893–910). New York: Elsevier.

Demiray, B., Gülgöz, S. i Bluck, S. (2009). Examining the life story account of the reminiscence bump: why we remember more from young adulthood. *Memory* (Hove, England), 17(7), 708–23. doi:10.1080/09658210902939322.

Gilboa, A. (2004). Autobiographical and episodic memory—one and the same? Evidence from prefrontal activation in neuroimaging studies. *Neuropsychologia*, 42(10), 1336–49. doi:10.1016/j.neuropsychologia.2004.02.014.

Mace, J. H. (2010). The act of remembering the past. An overview. W: J. H. Mace (red.), *The act of remembering: Toward an understanding of how we recall the past* (s. 1–10). Wiley-Blackwell.

Mace, J. H., Atkinson, E., Moeckel, C. H. i Torres, V. (2011). Accuracy and perspective in involuntary autobiographical memory. *Applied Cognitive Psychology*, 25(1), 20–28. doi:10.1002/acp.1634.

Markus, H.R., i Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224–253.

Marsh, E. J. i Roediger, H. L., III. (2013). Episodic and autobiographical memory. W: A. F. Healy i R. W. Proctor (red.), *Handbook of psychology: Volume 4, Experimental Psychology*, 2nd edition (s. 472–494). New York: John Wiley & Sons.

Martin-Ordas, G., Berntsen, D. i Call, J. (2013). Memory for distant past events in chimpanzees and orangutans. *Current Biology*, 23, 1438–1441.

Maruszewski, T. (2001). *Psychologia poznania*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Maruszewski, T. (2005). *Pamięć autobiograficzna*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Murphy, K. J., Troyer, A. K., Levine, B. i Moscovitch, M. (2008). Episodic, but not semantic, autobiographical memory is reduced in amnesic mild cognitive impairment. *Neuropsychologia*, 46(13), 3116–23. doi:10.1016/j.neuropsychologia.2008.07.004.

Nęcka, E., Orzechowski, J. i Szymura, B. (2007). *Psychologia poznawcza*. Warszawa: Academica Wydawnictwo SWPS, Wydawnictwo Naukowe PWN.

Niedźwieńska, A. (2004). *Poznawcze mechanizmy zniekształceń w pamięci zdarzeń*. Kraków: Wydawnictwo UJ.

Roediger, H. L. III i Marsh, E. J. (2003). Episodic and autobiographical memory. W: A. F. Healy i R. W. Proctor (red.), *Handbook of Psychology: Volume 4, Experimental Psychology* (s. 475–497). New York: John Wiley & Sons.

Roediger, H. L. III, Marsh, E. J. i Lee, S. C. (2002). Varieties of memory. W: D. L. Medin i H. Pashler (red.), *Stevens' Handbook of experimental psychology, third edition, volume 2: Memory and cognitive processes* (s. 1–41). New York: John Wiley & Son.

- Tulving, E. (1974). Cue-dependent forgetting. *American Scientist*, 62(1), 74–82.
- Tulving, E. (1983). *Elements of episodic memory*. New York: Oxford University Press.
- Tulving, E. (1984). *Precis of elements of episodic memory*. *Behavioral and Brain Sciences*, 7, 223–268.
- Tulving, E. (2002). Episodic memory: from mind to brain. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 1–25.
- Wang, Q. (2008). Being American, being Asian: The bicultural self and autobiographical memory in Asian Americans. *Cognition*, 107, 743–751.
- Wang, Q. i Conway, M. A. (2004). The stories we keep: Autobiographical memory in American and Chinese middle-aged adults. *Journal of Personality*, 72, 911–938.
- Wheeler, M. A., Stuss, D. T. i Tulving, E. (1997). Toward a theory of episodic memory: The frontal lobes and autonoetic consciousness. *Psychology Bulletin*, 121(3), 331–354.
- Williams, H. L., Conway, M. A. i Cohen, G. (2008). *Autobiographical memory*. W: G. Cohen i M. A. Conway (red.), *Memory in the real world*, 3rd Edition (s. 21–90). London: Psychology Press.