

# Pamięć autobiograficzna i tożsamość

Tomasz Maruszewski\*

Instytut Psychologii PAN, Warszawa

## AUTOBIOGRAPHICAL MEMORY AND IDENTITY

Theoretical consequences of an assumption referring to multiple identities are discussed. One group of theories based on a rule of cognitive economy rule suggest that one unique personal identity is better solution. It allows to explain transtemporal and transsituational stability of behavior. On the other hand there is another group of theories that refer to multiplicity of selves. They allow for more precise prediction of behavior and for designing therapeutic and corrective interventions. New theoretical approaches to autobiographical memory are considered as a possible solution of this conflict. The concept of working self seems to be a good candidate for a basis of personality theory that takes into account of knowledge concerning executive functions of working memory.

### NIEKTÓRE KONSEKWENCJE WIELOŚCI TOŻSAMOŚCI

Psychologia winna spełniać wymóg kumulatywności – wiedza uzyskiwana w kolejnych badaniach powinna dodawać się do wiedzy wcześniejszej. Dotyczy to nie tylko kumulowania wiedzy empirycznej, lecz także przestrzegania niegdyś ustalonych zasad metodologicznych. Jedną z tych zasad znana jest pod nazwą brzytwy Ockhama. Stwierdza ona, że nie należy mnożyć bytów ponad konieczną potrzebę. Pojawia się pytanie, czy zasada ta nie była przekraczana w teoriach osobowości, które stwierdzają, że możemy mieć wiele różnych Ja, wchodzących ze sobą w interakcje, a także prowadzących ze sobą dialogi. Można postawić następne pytanie, ile może być tych różnych rodzajów Ja, albo ile różnych pozycji może zajmować Ja – używając języka teorii Huberta Hermansa (2002).

Choć zdarza się, że zasada oszczędności ontologicznej jest łamana, to z drugiej strony mamy wiele koncepcji osobowości, które traktują tę zasadę w sposób bardziej papieski niż sam papież. Zjawiska tego typu spotykamy w biologicznych teoriach osobowości, które próbują poszukiwać twardego gruntu biologicznego pozwalającego wyjaśnić trans-

sytuacyjną stałość i różnice indywidualne. Analiza przeprowadzona ostatnio przez Jana Strelaua (w druku) wskazuje na to, że mimo poszukiwań prowadzonych na bardzo szeroką skalę, dodajmy – poszukiwań niezwykle kosztownych – nie udało się znaleźć biologicznych podstaw osobowości.

Niech przykładem będzie jedna z koncepcji klasycznych mówiąca o uwarunkowaniach biologicznych. Mam tu na myśli biologiczną teorię osobowości PEN Eysencka (1994), w której poszczególnym czynnikiem – psychotyzmowi, neurotyzmowi i ekstrawersji – nadaje się interpretację biologiczną. I tak, za psychotyzm odpowiedzialne mają być zaburzenia w modulacji pobudzenia; Eysenck uważał też, że dużą rolę w genezie psychotyzmu mogą odgrywać testosteron i monoaminoooksydaza (Hergenhahn i Olson, 2003). Za ekstrawersję miało odpowiadać zróżnicowane niespecyficznego energetyzującej aktywizacji ośrodkowego układu nerwowego, a za neurotyzm lękotwórcze pobudzenie układu limbicznego. Choć niewiele danych potwierdza oryginalną hipotezę Eysencka, koncepcja PEN jest jedną z ważniejszych teorii osobowości. Na marginesie warto zauważyć, że próby potwierdzenia tej koncepcji miały charakter pośredni: ponieważ pojęcie aktywizacji jest konstruktem teoretycznym, badacze starali się manipulować aktywizacją. Ograniczali się do stosowania zabiegów, które miały podnieść lub obniżyć poziom aktywizacji, natomiast nie określano skuteczności tych zabiegów, choć współczesne techniki

---

\* Korespondencję dotyczącą artykułu można kierować na adres: Tomasz Maruszewski, Instytut Psychologii PAN, ul. Chodakowska 19/31, 03-515 Warszawa. [psymar@psychpan.waw](mailto:psymar@psychpan.waw)

neuroobrazowania pozwalają nieinwazyjnie badać aktywność mózgu w różnych sytuacjach. Osobiście obawiam się, że taka droga weryfikowania biologicznych lub konstytucjonalnych teorii osobowości prowadzi w ślepią uliczkę z uwagi na nieredukowalność terminów psychologicznych do procesów biologicznych przebiegających w ośrodkowym układzie nerwowym.

Przypuszczano, że teorie biologiczne pozwolą lepiej zrozumieć transsytuacyjną stałość zachowania. Osobowość traktowano jako coś, dzięki czemu zachowanie cechuje się względną stałością mimo, że zmieniają się sytuacje, w których te zachowania się pojawiają. A ponieważ nasz mózg cechuje się względną stałością, może to właśnie stałość jego struktury oraz stałość występujących w jego obrębie połączeń pozwala zrozumieć stałość zachowania. Jednak wiele prac badaczy zajmujących się mózgiem wskazuje na to, że jedną z jego najważniejszych cech jest plastyczność (Kossut, 2000). Skoro mózg jest plastyczny, to transsytuacyjna stałość zachowania może być iluzją.

Przed takim zbyt pryncypialnym traktowaniem brzytwy Ockhama przestrzegają również filozofowie (Paprzycka, w druku). Pokazują oni, że redukcjonizm, a w szczególności redukcjonizm metodologiczny może narażać psychologów na różnego rodzaju kłopoty: przede wszystkim badania oparte na zasadach redukcjonistycznych nie pozwalają wyjaśnić zjawisk, do wyjaśnienia których zostały zaplanowane. By nie szukać daleko odwołajmy się do przykładu pokazującego konsekwencje redukcjonizmu w wyjaśnianiu zjawisk fizycznych. Moja dłoń jest chmurą atomów i blat biurka, na którym ta dłoń spoczywa, jest również chmurą atomów. Trudno temu zaprzeczyć, kiedy prowadzimy analizę na poziomie mikro-. Jeśli jednak uderzę dłonią w biurko, to jedna chmura atomów nie przeniknie przez drugą chmurę. Na poziomie makro- dłoń i biurko są jednak czymś więcej. Tej relacji nie uwzględniają badacze mózgu, którzy sięgając do coraz bardziej wyrafinowanych technik starają się określić to, czy istnieją różne właściwości funkcjonowania mózgu warunkujące cechy osobowości.

Zupełnie inny stosunek do brzytwy Ockhama obserwujemy w tych koncepcjach psychologicznych, które postulują wielość struktur osobowości. Mówi się w nich o polifonii osobowości, dialogowości Ja, czy o wielogłosowości. Nie zamierzam przeprowadzać krytyki tych koncepcji, ale chciałbym podzielić się kilkoma refleksjami i pytaniami:

a) czy konieczne jest akceptowanie wielości struktur warunkujących zachowania człowieka? Jeśli

tak, to czy istnieje pewna wartość graniczna, po przekroczeniu której łamana jest brzytwa Ockhama? Warto zadać takie pytanie, by nie powtórzyła się sytuacja z początku XX wieku, kiedy to McDougall postulował do każdego działania oddzielną potrzebę. Filateliści mieli potrzebę kolekcjonowania znaczków, miłośnicy kaktusów potrzebę wysiewania tych roślin i pielęgnowania sadzonek, itd. *Per analogiam*, można myśleć o wielości pozycji Ja w koncepcji dialogowego Ja. Przykładowo, kiedy prowadzę zajęcia, Ja zajmuje pozycję nauczyciela, zaś kiedy wracam do domu, to Ja zależnie od pogody, zajmuje pozycję spacerowicza lub pasażera tramwaju, w którym już nikogo nie będę informował np. o wynikach badań nad pamięcią fleszową.

b) gdy mówimy o wielogłosowości, to warto zwrócić uwagę na fakt, że mamy do czynienia ze specyficzną modalnością, a mianowicie modalnością słuchową. W modalności słuchowej dominuje linearne uporządkowanie informacji. Oznacza to, że jeśli Ja mówi różnymi głosami, to robi to naprzemiennie, a nie równolegle. Występuje tu ciekawa analogia między wielogłosowością a halucynacjami. Te ostatnie znacznie częściej mają charakter słuchowy, a relatywnie rzadko charakter wzrokowy. Pojawia się pytanie, czy można mówić o wzrokowym odpowiedniku wielogłosowości. Czy byłoby to coś w rodzaju poliwizualności? Pewna forma poliwizualności występuje u osób opuszczających kino. Na podstawie sposobu poruszania się mężczyzn można wnioskować, czy obejrzeni oni western, czy też film, którego akcja toczyła się na statku. Czy poliwizualność występuje w innych sytuacjach? Czy możemy mówić o zwielokrotnionych reprezentacjach w zakresie innych modalności zmysłowych? Podobne pytania można mnożyć.

c) warunkiem uruchomienia wielogłosowości jest zdolność spoglądania na pewne zjawisko z różnych perspektyw. To z kolei jest podstawą refleksyjności (Langer, 1993). Badania Langer i jej współpracowników wskazują na to, że refleksyjność jest stanem dość rzadkim, a znaczną część naszego życia przeżywamy w stanie bezrefleksyjności. Osiągnięcie refleksyjności i zdolności spoglądania na sytuację z innej niż własna perspektywy wymaga nie tylko pewnego stopnia rozwoju poznawczego, lecz także spełnienia innych warunków (np. człowiek nie powinien znajdować się w sytuacji

stresowej albo w sytuacji, w której występuje nacisk czasowy). Cała seria badań zapoczątkowanych przez Rossa i wsp. (Ross, Greene i House, 1977) wskazuje na to, że ludzie są przekonani o tym, że inni spostrzegają świat tak samo, jak oni sami. Mówiąc innymi słowami, nie dopuszczają tego, że inni mogą to widzieć w zupełnie inny sposób. Pojawia się pytanie, czy zdolność do przyjmowania cudzej perspektywy jest rzeczywiście zdolnością. Jeśli tak, to ludzie, u których tej zdolności nie ma, albo którzy obdarzeni są nią w bardzo niskim stopniu, posiadają zubożoną osobowość. Jest rzeczą bardzo interesującą, że badania nad występowaniem wielogłosowości, prowadzone są na osobach, które niejako z uwagi na konieczność wypełniania roli zawodowej, muszą analizować sytuację z różnych punktów widzenia. Jako przykład można przytoczyć badania nad pisarzami (Żurawska-Żyła, 2008). Inną wdzięczną grupą badaną mogą być negocjatorzy czy mediatorzy. Obawiam się jednak, że poszukiwanie wielogłosowości u kibiców piłkarskich byłoby marnowaniem czasu i wysiłku. W innych koncepcjach osobowości nie postuluje się pewnej zdolności, która byłaby warunkiem przejawiania się jakiejś cechy. Nie musimy mieć specjalnej zdolności, by ujawniał się wysoki lub niski poziom naszej ekstrawersji. Po prostu ta cecha występuje w różnym nasileniu bez żadnych warunków wstępnych.

- d) czy zjawiska subiektywnie dostępne są trafny obrazem rzeczywistych procesów? Czy fakt, że słyszymy głosy przestrzegające nas przed podejmowaniem jakiegoś działania oznacza, że ów głos odpowiedzialny jest za regulowanie naszego zachowania? Współczesna psychologia przyjmuje, że znaczna część procesów wpływających na ludzkie zachowanie to procesy nieświadome. Dotyczy to mechanizmów planowania działania: w badaniach Libeta i wsp. (1983) stwierdzono, że najpierw pojawiają się zmiany w funkcjonowaniu mózgu, a potem z opóźnieniem kilkuset milisekund świadoma decyzja, dotycząca podjęcia pewnego zachowania. Wynika z tego, że analiza aktywności mózgu pozwalała przewidywać (na szczęście w bardzo krótkim przedziale czasowym) zachowania badanych osób. Przyjmując, że przyczyna poprzedza w czasie skutek, można stwierdzić, że zmiany w mózgu były przyczyną świadomej i podmiotowej decyzji

o podjęciu prostego zachowania. Sam Libet był nieco ostrożniejszy w interpretacji swoich danych. Powiadał on, że programy działania konstruowane są w tej części mózgu, której aktywność nie ulega uświadomieniu, a kiedy już te programy są gotowe, to część świadoma zatwierdza je lub blokuje ich realizację. Można zatem powiedzieć, że świadomość jest kronikarzem zapisującym w odmiennym kodzie efekty zmian zapoczątkowanych w innych miejscach.

Z tego wypływa jeden zasadniczy wniosek: poczucie tożsamości, które ma charakter świadomy, może być tylko rejestratorem zmian, które zostały zapoczątkowane w innych miejscach – w procesach nieświadomych. Na podobną interpretację wskazują także teoretyczne poszukiwania Baarsa (1997). Twierdzi on, że główną funkcją świadomości jest zdolność do optymalizacji przetargu między organizacją i elastycznością. Świadomość wykorzystuje różne źródła informacji pochodzące z działalności różnego typu procesorów nieświadomych. Posługując się skonstruowaną przez siebie metaforą pisze on, że świadomość przypomina jasno określoną scenę w teatrze, natomiast procesy nieświadome to praca wszystkich osób za kulisami. Bez całego zespołu znajdującego się za kulisami akcja tocząca się na scenie byłaby po prostu niemożliwa do zrozumienia (brak światlenia, przypadkowa kolejność postaci pojawiających się na scenie, brak scenografii, itd.). W tym zespole pracującym za kulisami mogą pojawiać się różnego typu koalicje, które mogą współpracować ze sobą, ale które mogą także wchodzić w konflikty. Oczywiście te relacje zachodzące za kulisami mogą wpływać na treść świadomości. Gdyby w całości zaakceptować tę metaforę, to musielibyśmy zadać pytanie o autora sztuki rozgrywającej się na scenie. Czy byłoby nim Ja czy też ktoś z zewnątrz. Gdyby autorem sztuki było Ja, to przyjmując wyniki wcześniejszych rozważań, musimy dojść do wniosku, że Ja jest nieautonomiczne.

Przedstawione wyżej uwagi sugerują, że koncepcja tożsamości jako struktury decydującej o indywidualności jednostki oraz o jej autonomii winna ulec modyfikacji. Można oczywiście twierdzić, że tożsamość organizuje doświadczenia, plany na przyszłość oraz bieżące interakcje ze światem. Faktycznie jednak z jednej strony tożsamość jest wynikiem integracji dotychczasowych doświadczeń, ale z drugiej jest swoistego rodzaju „podzwiękiem” po działaniu procesów nieświadomych, których reguł działania nie znamy.

Przedstawiona wyżej analiza wskazuje na zagrożenie płynące z obfitości różnych struktur, jakie

psychologowie starają się umieścić w umyśle człowieka. Owa obfitość jest zrozumiała w wypadku osób, które zajmują się działalnością praktyczną. Bogaty opis obejmujący wiele cech i procesów pozwala na dokładniejsze przewidywanie zachowania lub planowanie prób jego modyfikacji. Natomiast dla badacza zajmującego się problemami ogólnymi cnotą jest oszczędność. Z tego też względu istnieje przepaść między dajmy na to koncepcją dialogowego Ja a koncepcjami strukturalnymi, postulującymi, że osobowość można sprowadzić do kilku podstawowych wymiarów, tak jak np. dzieje się w koncepcji PEN Eysencka.

### **PAMIĘĆ AUTOBIOGRAFICZNA, CELE I TOŻSAMOŚĆ**

Być może dobrą strategią rozwiązania tego konfliktu jest poszukiwanie kompromisu między tymi dwoma podejściami. Możliwość takiego rozwiązania oferują rozwijane ostatnio koncepcje pamięci autobiograficznej. W koncepcjach tych pojawiają się często odniesienia do Ja: przyjmuje się, że nie tylko zawartość pamięci autobiograficznej decyduje o poczuciu tożsamości, ale także postuluje się zależnośći przebiegające w kierunku odwrotnym. Twierdzi się mianowicie, że pojawienie się pewnej zaczątkowej formy Ja jest warunkiem wstępnym kształtowania się pamięci autobiograficznej.

Howe i Courage (1997), a później Howe (2000) uważają, że warunkiem ukształtowania się tej pamięci jest pojawienie się Ja poznawczego. Owo Ja w początkowej fazie przejawia się w tym, że dzieci w odbiciu w lustrze widzą siebie, a nie jakies inne naśladujące je dziecko. Zachowania tego typu pojawiają się u dzieci 18-miesięcznych. To jednak nie wystarcza do tego, by mówić już o pamięci autobiograficznej, ponieważ z tego okresu nie zachowują się u większości ludzi żadne wspomnienia. Badania Povinello i współpracowników (Povinelli, 1995; Povinelli, Landau i Perilloux, 1996) wykazały, że nieco później kształtuje się stałość poczucia Ja. Stwierdzili ono, że dziecko spostrzega zmiany swojej powierzchowności nie tylko na dostępnym w danym momencie odbiciu w lustrze, lecz także na zdjęciu czy na nagraniu magnetowidowym odnoszącym się do okresu wcześniejszego. Tego typu efekty obserwowano u dzieci 24-miesięcznych. Howe zwraca uwagę na jeszcze jedną rzecz: wyniki cytowanych tu badań odnoszą się do Ja rozumianego jako obiekt poznania. W jego opinii pojawienie się Ja rozumianego jako podmiot poznający ma miejsce jeszcze wcześniej, choć niezwykle trudno od strony

metodologicznej zinterpretować dane odnoszące się do tej formy Ja. Pojawiły się badania, w których o tej postaci Ja wnioskowano na podstawie poczucia sprawstwa pewnego wyniku (Bullock i Luttenhaus, 1990; Meltzoff, 1990). Te dane wskazują, iż poczucie tożsamości kształtuje się wcześniej niż poczucie stałości siebie.

Wspomniane wcześniej badania grupy Povinello wskazują również, że poczucie stałości siebie obejmuje dość krótki okres rzędu dni; dopiero w miarę osiągania wyższych faz rozwoju okresy stałości poczucia Ja stają się coraz dłuższe, by w końcu objąć całe życie. Dopiero wtedy możemy mówić o pełnym poczuciu tożsamości. Na koniec jednak warto dodać, że opisywane przez Povinello i współpracowników osiągnięcia poznawcze badanych dzieci są warunkiem *sine qua non* pojawienia się pamięci autobiograficznej, lecz nie są warunkiem wystarczającym. Pierwsze trzy lata niemal każdego człowieka objęte jest okresem amnezji dziecięcej; dopiero po przekroczeniu trzeciego roku życia kształtują się mechanizmy umożliwiające nie tylko kodowanie swoich osobistych doświadczeń, lecz także ich przywoływanie. Być może okres między 24 miesiącem życia, kiedy kształtuje się poczucie stałości Ja, a 36 miesiącem życia, kiedy kończy się okres amnezji dziecięcej jest okresem, którym formują się mechanizmy umożliwiające generowanie i przywoływanie wspomnień autobiograficznych.

Na to, że mechanizmy kodowania i przechowywania informacji są niezależne od mechanizmów przywoływania wspomnień wskazują współczesne koncepcje pamięci autobiograficznej Conwaya i współpracowników, którzy wprawdzie nie zajmowali się rozwojem pamięci autobiograficznej, ale starali się pokazać, że ta pamięć nie jest tylko i wyłącznie magazynem informacji odnoszących się do osobistej przeszłości.

Conway wraz ze swoimi współpracownikami (Conway, 1995; Conway i Pleydell-Pearce, 2000) sądzą, że pamięć ta jest nie tylko systemem mnemonicym, lecz także pełni funkcje wykonawcze. Analogiczna idea pojawia się w pracy Niedźwieńskiej (2009). Początkowa koncepcja Conwaya stwierdzała, że pamięć autobiograficzna korzysta z trzech magazynów danych, z których konstruowane są wspomnienia autobiograficzne. Łatwo można tu dostrzec echa dawnej koncepcji Lindsaya i Normana (1984), którzy powiadali, że na pamięć trwała składa się baza danych (część bierna) oraz aktywny proces interpretacyjny odpowiedzialny za wykorzystywanie danych pamięciowych. Conway twierdzi, że można wyróżnić trzy podstawowe

we magazyny wiedzy autobiograficznej: pamięć zdarzeń specyficznych, pamięć zdarzeń ogólnych oraz pamięć okresów życia. Tylko w pierwszym z nich informacje są przechowywane w sposób konkretny i szczegółowy, natomiast w drugim są to informacje w postaci schematów poznawczych odnoszących się do powtarzalnych zdarzeń życiowych (randki, egzaminy, czynności zawodowe) i czasami identyfikującymi jakieś wybrane zdarzenie z serii zdarzeń. Natomiast trzeci magazyn – pamięć okresów życia – zawiera dane najbardziej uschematyzowane. Dotyczą one wprawdzie przebiegu własnego życia, ale nasycone są wiedzą o charakterze preskryptywnym na temat tego, kiedy w przebiegu życia człowieka powinny występować takie zdarzenia jak ukończenie szkoły, podjęcie pracy zawodowej czy zawarcie małżeństwa.

Wiedza zawarta w autobiograficznych bazach danych nie jest bezpośrednio dostępna. Jednostka może ją przywoływać sięgając do swoich zasobów i ograniczając zakres poszukiwań na podstawie dostarczonych wskazówek. Proces konstruowania wspomnień zdaniem Conwaya jest procesem złożonym i nie przypomina prostego odtwarzania danych zapisanych w pamięci. Można posługując się metaforą Kihlstroma (1996) powiedzieć, że to, co sobie przypominamy, stanowi amalgamat rzeczywistych zapisów pamięciowych, wniosków wyprowadzanych z wiedzy ogólnej, hipotez na temat tego, jak powinno przebiegać dane zdarzenie oraz wniosków wyprowadzonych z pytania skierowanego pod adresem pamięci. W takiej sytuacji trudno traktować przywoływanie wspomnień jako zwykłe „odpamiętywanie” rozumiane jako odwrotność zapamiętywania. Tworzenie wspomnień jest procesem złożonym, w którym odczytywanie śladów pamięciowych jest jednym z wielu elementów.

Koncepcja pamięci autobiograficznej została rozwinięta w 2000 roku. Conway i Pleydell-Pearce (2000) podjęli próbę powiązania pamięci autobiograficznej z pojęciem Ja, wprowadzając koncepcję „self memory system”. Odchodzą oni od traktowania pamięci jako jednego z narzędzi umysłowych, wyjmowanych ze skrzynki tylko wtedy, kiedy trzeba przywołać pewną informację. Pamięć pełni istotną rolę jako regulator zachowania i może wpływać na wiele innych funkcji psychicznych. Jednym z przejawów takiego ujmowania pamięci jest sposób traktowania wspomnień autobiograficznych. Badacze ci uważają, że wspomnienia autobiograficzne można zinterpretować jako przejściowe konstrukcje umysłowe uruchamiane przez procesy kontroli związane z dążeniem do celów, jakie wyznaczyła sobie jednostka. Te procesy kontroli określają oni

mianem **Ja roboczego** albo **Ja operacyjnego** (*working self*). Jest to wyraźne nawiązanie do koncepcji pamięci roboczej, w której jeden z komponentów – centralny system wykonawczy – odpowiedzialny jest za sterowanie przebiegiem procesów psychicznych oraz za tworzenie programów działania. **Ja robocze** w przeciwieństwie do centralnego systemu wykonawczego odpowiedzialne jest za realizację celów osobistych. Na marginesie warto dodać, że cele osobiste zupełnie inaczej rozumiane są w kulturach indywidualistycznych i kolektywistycznych, na co wskazują wyniki badań Wanga i Conwaya (2004). Odmiennie też przedstawia się zawartość pamięci autobiograficznej w tych kulturach. Dalsza analiza będzie odnosiła się do funkcjonowania pamięci autobiograficznej w kulturach indywidualistycznych, natomiast specyfika tej pamięci w kulturach kolektywistycznych pozostaje kwestią otwartą.

Koncepcja **Ja roboczego** nawiązuje do koncepcji pamięci roboczej. Jednak badacze zajmujący się pamięcią roboczą myślą o zupełnie innych kategoriach celów – tak w każdym razie wynika ze specyfiki prowadzonych przez nich badań. Takim celem (analizowanym w badaniach eksperymentalnych) może być wykrycie i zareagowanie na specyficzny bodziec pojawiający się w polu widzenia, czy utrzymanie innego bodźca w specyficznym miejscu podczas wykonywania innego zadania, itd. W badaniach takich za pomocą instrukcji implantuje się badanemu cele wymyślone przez badacza i sprawdza się, czy te cele są realizowane. Nietrudno zauważyć, że są one realizowane wtedy, kiedy: a) badany chce to zrobić (czyli mówiąc innymi słowami podporządkowuje się instrukcji badacza); b) badany potrafi to zrobić – ma odpowiednie zdolności pozwalające na wykonywanie zadania wymyślonego przez badacza. Łatwo zauważyć, że dane uzyskiwane w taki sposób stają się punktem wyjścia dla tworzenia specjalnej odmiany psychologii – psychologii człowieka „laboratoryjnego”. Nie dość, że jest to najczęściej psychologia studentów psychologii lub studentów innych kierunków, lecz także jest to psychologia osób potulnie wypełniających polecenia eksperymentatora. Ludzie ci na czas eksperymentu wyłączają swoje Ja robocze.

W wypadku wspomnień autobiograficznych sytuacja przedstawia się odmiennie. Wspomnienia te – zdaniem Conwaya, Singera i Tagini (2004) – stanowią wyróżnioną i bardzo specyficzną klasę modeli umysłowych. Ta specyfika wynika z trzech rzeczy: a) modele te zawierają wspomnienia epizodyczne; b) zawierają one wiedzę na temat Ja; c) są rezultatem przetwarzania celów.

Conway i jego współpracownicy (2004) ujmują cele w sposób specyficzny jako procesy. W skład tych procesów wchodzi pewien standard albo ideał, mechanizm oceny rozbieżności między tym standardem a aktualnym stanem świata oraz plan zredukowania lub zwiększenia tej rozbieżności. Owe procesy tworzą złożoną hierarchię, przy czym poszczególne procdprocesy mogą w danym momencie znajdować się w różnych fazach aktywności: niektóre z nich pobudzają różne procesy poznawcze lub afektywne, inne znajdują się w stanie wzbudzenia podprogowego, które za chwilę może przekroczyć próg i uruchomić konkretne zachowanie. Procesy kontrolne działają pod progiem świadomości i koordynują dane poznawcze, procesy afektywne i zachowania, dzięki czemu możliwe staje się osiągnięcie celów.

I w tym miejscu pojawia się odniesienie do tożsamości osobistej. To odniesienie ma charakter pośredni, jednak warto dokładniej przeanalizować idee proponowane przez tych badaczy. Stwierdzają oni, że w trakcie regulacji i planowania zachowania trzeba uwzględniać konfliktowe wymagania. Podstawowy konflikt, jaki występuje w systemie poznawczym człowieka to konflikt między adaptacyjną korespondencją i koherencją. Określenie sił zaangażowanych w ten konflikt jest wprawdzie nieco zawile, ale idea cytowanych badaczy jest czytelna. Opisując ów konflikt w nieco inny sposób możemy stwierdzić, że jest to konflikt między tym, co dzieje się tu i teraz, a tym, jakie jest uformowane w toku życia poczucie tożsamości (trwałe Ja). Mówiąc nieco dokładniej, adaptacyjna korespondencja dotyczy doświadczeń percepcyjno-sensorycznych związanych z aktywnością ukierunkowaną na osiągnięcie pewnego aktualnego celu. Doświadczenia te są zmienne, ponieważ zmienia się sytuacja, w której jednostka stara się osiągnąć cel; w znacznej mierze owa zmienność wynika z faktu, iż odległość do celu zmienia się. Na przykład, zupełnie inne doświadczenia towarzyszą podejmowaniu decyzji o odchudzaniu; inne pojawiają się w czasie pierwszych dni odchudzania, kiedy walka z pokusami przybiera na sile, a jeszcze inne w fazie odchudzania zaawansowanego, kiedy zaczynają się pojawiać pozytywne emocje wynikające z wydzielania się naturalnych endorfin, a także z satysfakcji płynącej ze zdobycia ścisłej kontroli nad własnym zachowaniem. Podczas działania zmianie może ulegać sam cel – pierwotnie odchudzającej się jednostce może zależeć na uzyskaniu szczupłej sylwetki i poprawie stanu swojego zdrowia, natomiast później może pojawić się inny cel. Dzięki szczupłej sylwetce jednostka chce uzyskać popularność, sympatię a także możliwość wywierania pozytywnego

wrażenia na innych ludziach. Na końcu – jak wskazują badania nad osobami cierpiącymi na anoreksję – satysfakcja płynąca z możliwości sprawowania kontroli nad sobą jest tak duża, że trudno przerwać proces tracenia wagi. Konieczna staje się interwencja terapeutyczna.

Natomiast koherencja wynika z posiadania z abstrakcyjnej i uporządkowanej pojęciowo zawartości magazynu pamięci trwałej odnoszącej się do własnej osoby. Autorzy na określenie tej zawartości używają pojęcia „trwałego Ja”, natomiast strukturą odpowiedzialną za adaptacyjną korespondencję jest system pamięci epizodycznej. Można zatem powiedzieć, że mamy tu odniesienie do wspomnianego na początku tego artykułu problemu tożsamości: czy tożsamość jest czymś jednolitym i trwałym, czy też ma ona charakter nietrwały i zmienny. Konieczność skutecznego realizowania celów wymagałaby aktywizowania różnych form tożsamości (skuteczny menedżer, kochająca matka, itd.), natomiast wtedy, kiedy jednostka myśli o osobie w długiej perspektywie czasowej, kiedy stawia sobie pytania typu „O co w tym wszystkim chodzi?”

Oprócz systemu pamięci epizodycznej i trwałego Ja autorzy wyróżniają jeszcze Ja robocze, o którym wspominałem wcześniej. Podstawową funkcją Ja roboczego jest tworzenie dynamicznego modelu psychologicznej terażniejszości. Tworząc ten model jednostka kategoryzuje odbierane informacje, ocenia je oraz ustala priorytety dla możliwych działań. Przeanalizujmy to na przykładzie sprzedawcy starającego się nakłonić klienta do kupna pewnego towaru. Sprzedawca najpierw musi oszacować, czy dana osoba w ogóle chce i czy może kupić ten towar. Wymaga to dokonania oceny zamożności klienta, a także zorientowania się, czy zainteresowanie kupnem tego towaru jest wystarczająco silne. Musi także stwierdzić, czy dana osoba jest wrażliwa na perswazję, a dopiero potem z puli dostępnych metod perswazji wybrać tę, która wydaje mu się najsukuczniejsza. Bohater naszego przykładu nie może stawiać sobie pytań egzystencjalnych typu „O co w tym wszystkim chodzi?”, a jeśli to zacznie robić, to przestanie być skuteczną jako sprzedawca. Czasami ludzie podejmują próby uzgodnienia relacji między treściami trwałego Ja a zawartością pamięci epizodycznej, ale próby takie nie są zbyt częste; na dodatek nie zawsze kończą się sukcesem.

Poszczególne cele działania tworzą złożone systemy uporządkowane hierarchicznie. Hierarchie te mogą cechować się pewną elastycznością. Kiedy do sprzedawcy przychodzi bardzo atrakcyjna i bardzo sympatyczna klientka to cel podrzędny – zrobić

dobrze wrażenie – może stać się celem pierwszoplanowym. Wtedy zamiast sprzedaży może dojść do wymiany numerów telefonów i interakcja może potoczyć się w innym kierunku.

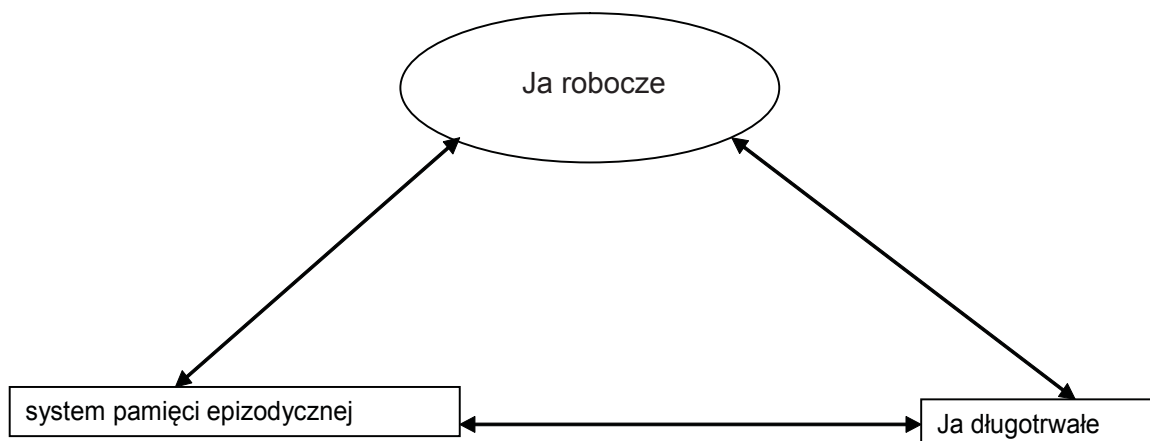
Relacje między poszczególnymi częściami systemu przedstawiono na Rycinie 1.

Warto wspomnieć o tym, że funkcje pamięci epizodycznej i Ja roboczego są nieco inne. Jedną z podstawowych funkcji pamięci epizodycznej jest monitorowanie postępu podczas osiągania celu (strukturalizacja, ukierunkowanie i unikanie powtarzania ścieżek nieskutecznych). Natomiast Ja robocze pełni funkcje scalające różne elementy działania, ustalające ich kolejność oraz decydujące o rozpoczęciu i zakończeniu działania. Jak już wspomniałem wcześniej, mamy tu do czynienia z analogią do koncepcji pamięci roboczej Baddeleya (2002), w której wyodrębniony został jeden nadrzędny element sterujący oraz trzy podporządkowane mu systemy niewolnicze. Tym elementem sterującym jest centralny system wykonawczy, a systemami niewolniczymi szkicownik wzrokowo-przestrzenny, pętla fonologiczna oraz bufor epizodyczny.

Bardzo ciekawych danych potwierdzających sensowność tego rozróżnienia dostarczyła Monisha Pasupathi (2007). Analizowała ona właściwości lingwistyczne relacji dotyczących zdarzeń, które miały miejsce w ciągu ostatnich dwóch tygodni; porównanie dotyczyło zdarzeń, o których badani opowiedzieli innym osobom lub też nie opowiedzieli o nich nikomu. Nie będę w całości przedstawiał uzyskanych przez tę badaczkę wyników, ale chciałbym

zwrócić uwagę na jeden rezultat. Stwierdziła ona, że osoby które opowiadały o przeszłości potrafiły się bardziej zdystansować wobec relacjonowanych wydarzeń w przeciwieństwie do osób, które o przeszłości nie opowiadały. Mówiąc innymi słowami u tych ostatnich przeszłość silniej ingerowała w przetwarzanie bieżących informacji, dotyczących np. przykład aktualnie planowanych działań. Osoby opowiadające o przeszłości potrafiły również zasymilować doświadczenia z dotychczasową zawartością pamięci autobiograficznej. Używając terminologii Conwaya i współpracowników (2004) można stwierdzić, że w tej właśnie grupie konflikt pomiędzy koherencją i adaptacyjną korespondencją był relatywnie słabszy. Natomiast w grupie, która nie ujawniała swoich doświadczeń konflikt był silniejszy. Konflikt ten mógł angażować część zasobów poznawczych jednostki, w wyniku czego zakłóceniu mogłoby ulegać planowanie działań oraz racjonalny wybór priorytetów.

Trzeba jednak zauważyć, że sam upływ czasu może powodować dystansowanie się wobec przeszłych zdarzeń. Bardzo dobrze ilustrują to wyniki badań nad efektem aktor-obserwator. Aczkolwiek coraz więcej danych wskazuje na to, że efekt ten jest relatywnie słabszy aniżeli wynikałoby to z analiz Jonesa i Nisbetta (1971), ale wyniki te dotyczą pewnej asymetrii w wyjaśnianiu przyczyn własnego i cudzego zachowania. Natomiast wtedy, kiedy pomija się analizę atrybucyjną dotyczącą asymetrii w wyjaśnianiu przyczyn własnego i cudzego zachowania, pojawiają się ciekawe zależności. Dotyczą



Ryc. 1. Relacje między elementami systemu sterowania zachowaniem w świetle koncepcji Conwaya i wsp. (2000) oraz Conwaya (2005)

one odmiennego spostrzegania własnego zachowania w zależności od tego, czy jest to zachowanie aktualne, czy zachowanie odległe czasowo. Prolin i Ross (2006) prosili badane przez siebie osoby o zrelacjonowanie banalnego zdarzenia z życia codziennego. Pytali oni wybranych losowo studentów w kampusie uniwersyteckim o posiłek. Pytanie to, w zależności od warunku, dotyczyło posiłku, który nigdy nie zjedli w dzieciństwie, który zjedli wczoraj, który jedzą w tej chwili, który zjedzą jutro oraz który zjedzą po ukończeniu 40 roku życia. Badanych prosiło o wyobrażenie sobie tego posiłku oraz o opisanie tego wyobrażenia. Następnie na podstawie analizy opisu tego wyobrażenia badacze starali się ustalić, czy posiłek „oglądany” był z pozycji aktora, czy też obserwatora. Okazało się, że w wypadku posiłku aktualnego, wczorajszego i jutrzejszego dominowała perspektywa aktora, natomiast w wypadku posiłku z dzieciństwa i posiłku, który zostanie zjedzony po 40-tce dominowała pozycja obserwatora. Wynik ten – pozornie odbiegający od zagadnień poczucia tożsamości – wskazuje na jedną wyraźną rzecz, a mianowicie na psychologiczne granice terażniejszości. Okno obejmujące dany dzień oraz dzień poprzedzający i następny to psychologiczna terażniejszość. Zapewne za tym okresem rozciąga się psychologiczna przeszłość i przyszłość. Wprawdzie Prolin i Ross nie prowadzili badań, które pozwoliłyby w bardziej precyzyjny sposób wyznaczyć granice psychologicznej terażniejszości (odstęp czasu w cytowanym badaniu zostały dobrane w sposób arbitralny), ale aktualnie w naszym zespole staramy się ustalić takie granice. Wtedy będzie można powiedzieć, jak przedstawia się linia oddzielająca te przypadki, w których dominuje zasada adaptacyjnej korespondencji od tych, w których dominuje zasada koherencji. Wtedy jaśniej będzie można określić sytuacje, w których zaangażowane jest **Ja trwałe** od sytuacji, w których aktywowane jest **Ja robocze**. Z licznych obserwacji klinicznych wynika, że granice terażniejszości psychologicznej zmieniają się w zależności od tego, czy mamy do czynienia ze zdarzeniem banalnym, czy też ze zdarzeniem o dużym ładunku emocjonalnym. Ofiary traumy, choć minęło wiele czasu od zdarzenia traumatycznego, nadal przebywają w terażniejszości psychologicznej: reagują na to zdarzenie niemal tak samo silnie, jak gdyby wystąpiło ono przed chwilą (Tallis, 1999; Speckens i in., 2007). Wynika z tego, że mogą one mieć ograniczony dostęp do swojego **Ja trwałego**, a są w większym stopniu sterowane przez cele o charakterze krótkotrwałym.

Posłuchajmy zresztą filozofa. Próba pozostawienia przeszłości za sobą daje paradoksalne rezultaty – przeszłość ta wkracza silnie w bieżące funkcjonowanie poznawcze. Warto w tym miejscu przytoczyć dwa pierwsze morały wyprowadzone przez Kołakowskiego z przypowieści o żonie Lota: „Morał pierwszy: w sprawie przeszłości. Wydaje się nam, że przeszłość jest naszą własnością. Otóż przeciwnie – to my jesteśmy jej własnością, ponieważ nie jesteśmy w stanie dokonać w niej zmian, ona natomiast wypełnia całość naszego istnienia. Morał drugi: w sprawie przeszłości. Zwierzchność, która zabrania oglądania się w przeszłość, dba tylko o nasze dobro. Bo w istocie, przyjacielu, spójrz wstecz, a skamieniejesz” (Kołakowski, bez daty, s. 43). Trudno zgodzić się z drugim morałem, ponieważ oglądanie się w przeszłość i relacjonowanie jej daje możliwość zmiany jej obrazu (Passupathi, 2007), natomiast człowiek kamienieje (psychologowie mówią o zamrożeniu) wtedy, kiedy nie próbuje nic zrobić z własnymi doświadczeniami. To właśnie jest przypadek traumy.

## PODSUMOWANIE

Co zatem można powiedzieć o związku poczucia tożsamości z trwałym Ja.

1. W niniejszym artykule starałem się uzasadnić tezę, że poczucie tożsamości jest związane z pamięcią autobiograficzną. Nowe koncepcje pamięci autobiograficznej wskazują na to, że jest ona nie tylko zapisem wcześniejszych doświadczeń, czy mówiąc bardziej obrazowo – jest ona nie tylko kroniką dotychczasowego życia. Pełni ona funkcje wykonawcze, tj. decyduje o wyborze i sposobie realizacji osobistych celów (Conway i Pleydell-Pearce, 2000), a więc ma także charakter prospektywny. Analogicznie poczucie tożsamości to nie tylko zapis tego, co człowiekowi w życiu udało się osiągnąć albo też, jakie relacje z innymi dotychczas nawiązał, lecz także w jego skład wchodzi takie elementy jak długofalowe cele, pragnienia i zamiary.
2. Zmienność poczucia tożsamości i wielość odmian tego poczucia jest w gruncie rzeczy kwestią wyboru poziomu analizy. Na poziomie globalnym poczucie tożsamości cechuje się względną stałością; gdy przechodzi się na szczegółowy poziom opisu, obejmujący krótsze odcinki czasu, owo poczucie może przyjmować różne formy. Formy te związane są z różnorodnością celów realizowanych przez jednostkę:



niekiedy są to cele, jakie jednostka sama sobie stawia, niekiedy zaś są to cele wynikające z pełnienia różnych ról społecznych. Niekiedy cele krótkofalowe wchodzą w konflikt z celami długofalowymi, o czym szczegółowo pisali Conway, Singer i Tagini (2004). W niektórych przypadkach może pojawiać się dysocjacja między dwoma rodzajami celów. Dzieje się tak wtedy, kiedy silne naciski skłaniają jednostkę do podejmowania specyficznych działań, jak też wtedy, kiedy znaczne obciążenie poznawcze uniemożliwia konfrontowanie celów krótkofalowych z długotrwałymi planami życiowymi. Specyficzne przypadki dysocjacji występują u osób strauumatyzowanych: u osób tych oddzielenie od siebie różnych form doświadczeń jest próbą uniknięcia bólu psychicznego.

3. Na szczególną uwagę zasługują przypadki konwersji, czyli zmiany Ja trwałego. Ze względu na ograniczone ramy tego tekstu nie poświęcono im większej uwagi. Do tej kategorii należą nie tylko przypadki konwersji religijnej czy politycznej, lecz także konwersji w obrębie systemu przekonań i wartości. Konwersja może pojawiać się nagle, ale może być też wynikiem sumowania się wielu minimalnych zmian, przekształcających się w pewnym momencie w zmianę w charakterze globalnym. Ta globalna zmiana może zwrotnie modyfikować funkcjonowanie Ja roboczego, w wyniku czego jednostka również w planie krótkofalowym zaczyna realizować nowe cele.
4. Problem, który był punktem wyjścia niniejszego artykułu, nie ma łatwego rozwiązania. Czy w psychologii trzeba posługiwać się brzytwą Ockhama? Próbną odpowiedź brzmi: tak, ale nie jako zasadą roboczą, ale jako pewnego rodzaju przestrożą. Przy budowaniu teorii zasada oszczędności jest cnotą. Jednak wtedy, kiedy badacz zamierza wykorzystywać teorię jako narzędzie umożliwiające diagnozowanie albo przewidywanie zachowania, może okazać się, że potrzebne są pewne dodatkowe struktury, pozwalające na większą precyzję. Nadal winna obowiązywać zasada oszczędności ontologicznej, jednak ta oszczędność nie powinna być traktowana jako wartość bezwzględna. Pewnym uzasadnieniem dla takiego rozwiązania jest złożoność przedmiotu analizy – zarówno ludzkie zachowanie, jak i kierujące nim procesy należą do najbardziej skomplikowanych procesów w naszym świecie. Można

oczywiście postawić pytanie, czy tłumaczenie złożonością nawet drobnej rozrzutności ontologicznej nie jest przypadkiem racjonalizacją własnej bezradności poznawczej. Zapewne trzeba będzie czasu, by udzielić rozsądnej odpowiedzi na to pytanie.

## LITERATURA

- Baars, B.J. (1997). *In the theater of consciousness: The workspace of the mind*. New York: Oxford University Press.
- Baddeley A.D. (2002). Is working memory still working? *European Psychologist*, 7, 85–97.
- Bullock, M., Luttenhaus, P. (1990). Who am I? Self understanding in toddler. *Merrill-Palmer Quarterly*, 36, 217–238.
- Conway, M.A. (1995). Autobiographical knowledge and autobiographical memories. W: D.C. Rubin (red.), *Remembering our past. Studies in autobiographical memory* (s. 67–93). Cambridge: Cambridge University Press.
- Conway, M.A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53, 4, 594–628.
- Conway, M.A., Pleydell-Pearce, C. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 261–288.
- Conway, M.A., Singer, J.A., Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: correspondence and coherence. *Social Cognition*, 22, 491–529.
- Eysenck, H.J. (1994). Personality. Biological foundations. W: P.A. Vernon (red.), *The neuropsychology of individual differences* (s. 151–256). San Diego: Academic Press.
- Hergenhahn, B.R., Olson, M.H. (2003). *An introduction to theories of personality*. Upper Saddle River: Pearson Education.
- Hermans, H.J.M. (2002). The dialogical self as a society of mind. Introduction. *Theory and Psychology*, 12, 147–160.
- Howe, M.L. (2000). *The fate of early memories*. Washington: American Psychological Association.
- Howe, M.L., Courage, M.L. (1997). The emergence and development of autobiographical memory. *Psychological Review*, 104, 499–523.
- Jones, E.E., Nisbett, R.E. (1971). *The actor and the observer: Divergent perceptions of the causes of behavior*. New York: General Learning Press.
- Kihlstrom, J.F. (1996). Memory research: The convergence of theory and practice. W: D. Hermann, M. Johnson, C. McEvoy, C. Hertzog, P. Hertel (red.), *Basic and applied memory: Theory in context* (tom 1, s. 5–25). Mahwah, N.J.: Erlbaum.
- Kołakowski, L. (bez daty). *Klucz niebieski albo opowieści biblijne zebrane ku pouczeniu i przestrodze*. Warszawa: Pruszyński i S-ka (wydanie na podstawie wydania PIW z 1964 roku).
- Kossut, M. (2000). Neuroplastyczność. *Psychologia – Etologia – Genetyka*, 1, 9–26.
- Langer, E.J. (1993). Problemy uświadamiania. Konsekwencje refleksyjności i bezrefleksyjności. W: T. Maruszewski (red.), *Poznanie – afekt – zachowanie* (s. 137–179). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Libet, B., Gleason, C.A., Wright, E.W., Pearl, D.K. (1983). Time of conscious intention to act in relation to onset of cerebral activity (readiness potential): the unconscious initiation of a freely voluntary act. *Brain*, 106, 623–642.
- Lindsay, P.H., Norman, D.A. (1984). *Procesy przetwarzania informacji u człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Meltzoff A.N. (1990). Towards a developmental cognitive science. The implication of cross-modal matching imitation for development of representation and memory in infancy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 608, 1–37.
- Niedźwieńska, A. (2009). Wspomnienia, które nas tworzą. W: A. Niedźwieńska, J. Neckar (red.), *Poznaj samego siebie czyli o źródłach samowiedzy* (s. 106–130). Warszawa: Academica.
- Paprzycka, K. (w druku). Is a neurobiology of personality inevitable? A philosophical perspective. W: T. Maruszewski., M. Fajkowska, M. W. Eysenck (red.) Warsaw lectures on personality and social psychology. Tom 1: *Personality from biological, cognitive and social perspectives*. New York: Elliot Werner Publ.
- Pasupathi, M. (2007). Telling and the remembered self: Linguistic differences in memories for previously disclosed and previously undisclosed events. *Memory*, 15, 258–270.
- Povinelli, D.J. (1995). The unduplicated self. W: P. RoCHAT (red.), *Advances in psychology. Tom. 112: The self in infancy. Theory and research* (s. 161–192). Amsterdam: North Holland–Elsevier.
- Povinelli, D.J., Landau, K.R., Perilloux, K.H. (1996). Self-recognition in young children using delayed versus live feedback. Evidence of developmental asynchrony. *Child Development*, 67, 1540–1554.
- Promin, E., Ross, L. (2006). Temporal differences in trait ascription: When the Self is seen as the other. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 197–209.
- Ross, L., Greene, D., House, P. (1977). The „false consensus effect”: An egocentric bias in social perception and attribution process. *Journal of Experimental Social Psychology*, 13, 279–301.
- Speckens, A.E.M., Ehlers, A., Hackman, A., Ruths, F.A., Clark, D.M. (2007). Intrusive memories and rumination in patients with post-traumatic stress disorder: A phenomenological comparison. *Memory*, 15, 249–257.
- Strelau, J. (w druku). How far are we in searching for the biological background of personality? W: T. Maruszewski., M. Fajkowska, M.W. Eysenck (red.), Warsaw lectures on personality and social psychology. Tom 1: *Personality from biological, cognitive and social perspectives*. New York: Elliot Werner Publ.
- Tallis, F. (1999). Unintended thoughts and images. W: T. Dalgleish, M. Power (red.), *Handbook of cognition and emotion* (s. 281–300). Chichester: Wiley.
- Wang, Q., Conway, M. (2004). The stories we keep: Autobiographical memory in American and Chinese middle-aged adults. *Journal of Personality*, 72, 911–938.
- Żurawska-Żyła, R. (2008). *Psychologiczna analiza dialogowości w twórczości literackiej – badania pisarzy*. Nie opublikowana praca doktorska, Lublin, Instytut Psychologii KUL.