



---

# JAK PAMIĘTAMY SIEBIE Z PRZESZŁOŚCI? KONSEKWENCJE DYNAMIKI WSPOMNIEŃ DLA BADANIA ZMIANY OSOBOWOŚCI

---

Jedną z możliwych strategii analizy zmiany osobowości jest relacja osób na temat tego, jakie były w przeszłości, jak doświadczały różnych sytuacji oraz jak na nie reagowały. Perspektywę samej osoby w analizie zmiany podkreślają Miller i C'deBaca (1994) oraz McAdams (1994). Miller i C'deBaca proponują uzyskiwanie informacji o zmianie na podstawie wywiadu dotyczącego przeszłości, McAdams – przez autobiograficzną narrację. Obie strategie analizy opierają się na założeniu, że wspomnienia autobiograficzne osoby są rzetelnym źródłem informacji o zmianie. Założenie to będzie dyskutowane w niniejszym rozdziale. Oczywiście nie formułuję tezy, że wspomnienia nie dostarczają informacji o przeszłości. Jednakże, analizując mechanizmy przypominania zdarzeń z przeszłości, własnych przeszłych postaw, emocji i decyzji, postaram się wskazać, w jakich okolicznościach relacje osoby o jej przeszłości są szczególnie podatne na zniekształcenia i tendencyjne przypominanie. W prezentowanych poniżej badaniach analizowano przypominanie rzeczywistych emocji, postaw i zachowań w sytuacjach życia codziennego w długich odstępach czasowych: wielomiesięcznych i wieloletnich. Miarą trafności pamięci była spójność relacji w kolejnych odpamiętaniach. Miarą dostępności wspomnień była natomiast ilość wspomnień danej kategorii, które osoba potrafi przywołać, oraz czas wydobycia wspomnienia po podanej wskazówce.

## □ 1. Badanie zmiany osobowości metodą relacji retrospektywnych

Miller i C'deBaca (1994) analizują nagłe i głębokie zmiany w sposobie rozumienia świata i wartościach (*quantum change*). Przykładem takich zmian w ich badaniach były sytuacje nagłego zrozumienia własnych potrzeb, wraz z decyzją o zmianie stylu życia, nagłe decyzje o podjęciu walki z nałogiem lub sytuacje nawrócenia. Zdaniem badaczy – cechą odróżniającą te zmiany od wszelkich innych jest to, że nie są one rezultatem stopniowego dochodzenia czy dojrzewania do istotnej modyfikacji własnego życia. Zasadnicza reorganizacja celów i wartości pojawia się nagle: albo w codziennej, trywialnej sytuacji, albo po wypadku lub innym nieoczekiwanym traumatycznym wydarzeniu.

Z punktu widzenia niniejszych rozważań, najważniejszy jest proponowany przez badaczy sposób pomiaru tak określonej zmiany (Miller, C'deBaca, 1994). Najważniejszym elementem analizy jest wywiad retrospektywny rozpoczynający się od nieustrukturyzowanej relacji osoby, po której odpowiada ona na pytania szczegółowe. W wywiadzie uzyskuje się informacje o czasie i okolicznościach zmiany, o zdarzeniach z ostatniego roku przed zmianą i tych, które bezpośrednio ją poprzedzały. Osoby określają, na ile pozytywne bądź negatywne były ich doświadczenia przed zmianą, samo doświadczenie zmiany oraz to, co działo się później. Oprócz wywiadu, Miller i C'deBaca (1994) stosują kilka metod uzupełniających. Osoby proszone są o oszacowanie swoich subiektywnych stanów przed zmianą, w tygodniach bezpośrednio po niej następujących oraz aktualnie na dziewięciu wymiarach (na przykład szczęścia, chęci życia, poczucia kontroli oraz poczucia, że czegoś w życiu brakuje). Ponadto, osoby proszone są o opisanie siebie przed i po zmianie, do czego wykorzystywana jest metoda dyferencjału semantycznego. Opierając się na metodzie Rokeacha (1983), badacze przedstawiają osobom listę wartości, z których mają wybrać te najważniejsze oraz najmniej ważne dla siebie w okresie przed zmianą oraz aktualnie. W opisanym przez Millera i C'deBacę (1994) przykładzie zastosowania ich metody osoby badane rekrutowano przez ogłoszenie prasowe skierowane do tych, którzy we względnie krótkim czasie przeżyli istotną zmianę w zakresie wartości, uczuć, postaw i zachowań.

O ile Miller i C'deBaca precyzyjnie określają sposoby analizy zmiany osobowości przez relacje retrospektywne, McAdams (1994) jedynie wskazuje na te relacje jako na ważne źródło informacji o zmianie. Wyodrębnia trzy poziomy analizy struktury i funkcji osobowości: 1) cechy o charakterze dyspozycji, 2) dążenia osobiste oraz 3) historie życia. Jego zdaniem, na trzecim poziomie najłatwiej dostrzec można znaczące zmiany osobowości, nawet te występujące u osób dorosłych. Historia życia wskazuje, jak osoba stała się tym, kim jest, gdzie była, dokąd zmierza i kim się stanie. Wyróżniającym się elementem w historii życia są tak zwane „nukle-

arne epizody”, czyli kluczowe zdarzenia lub punkty zwrotne w życiu osoby. „Te zdarzenia symbolizują spostrzegane zmiany oraz stałość w życiu, będąc dowodem – w narracyjnej, związanej postaci – jak osoba zmieniała kierunek w życiu lub jak pozostawała taka sama pomimo zmieniających się warunków” (McAdams, 1994, s.307).

Przedstawione w niniejszym rozdziale badania i analizy, mające osłabić tezę o trafności relacji retrospektywnych jako informacji o zmianie, stanowią – przede wszystkim – dyskusję z dwiema przedstawionymi metodami badania zmiany osobowości.

## □ 2. Wpływ aktualnego obrazu siebie na przypominanie zdarzeń

Zacznijmy od związków – jak się wydaje – najbardziej oczywistych. Ludzie potencjalnie dysponują ogromną ilością wspomnień autobiograficznych. To, jaka ich część będzie w danym momencie dostępna, czy też – mówiąc językiem innych teorii – jakie wspomnienia będą mogły być w danym momencie skonstruowane na podstawie dostępnej wiedzy autobiograficznej, zależy od okoliczności, w jakich odbywa się przypominanie. Kiedy osoba przypomina sobie zdarzenia z przeszłości, nigdy nie odbywa się to w próżni, lecz zawsze w kontekście pytań/wskazówek, których źródłem jest otoczenie lub sama osoba, oraz aktywnych w momencie przypominania schematów i struktur poznawczych. Wśród tych struktur dominuje – zwłaszcza w kontekście przywoływania osobistej przeszłości – obraz siebie, rozumiany tutaj zgodnie z koncepcją Markus (1977; 1983), jako zbiór schematów Ja dotyczących przede wszystkim cech osoby (patrz rozdział „Stażność i zmienność schematów Ja”). Te schematy mogą zatem współdecydować o tym, co z wielości doświadczeń – czasami niespójnych lub sprzecznych wobec siebie – zostanie przywołane oraz jaką będzie miało postać.

Już w pierwszych pracach dotyczących wpływu schematów Ja na przetwarzanie informacji Markus (1977) stwierdziła, że osoby określające się przez dany schemat przypominają sobie więcej przykładów swoich zachowań odpowiadających temu schematowi niż osoby, które się przez niego nie określają. Systematyczne badania nad wpływem schematów Ja na pamięć zdarzeń prowadził Barclay ze swoimi współpracownikami (Barclay, 1993; Barclay, Subramanian, 1987). W badaniach prowadzonych metodą dzienniczków dziewięć osób zapisywało trzy zdarzenia każdego dnia, przez trzy tygodnie (Barclay, Subramanian, 1987). Zadaniem osób badanych było zapisywanie tych zdarzeń, które ich zdaniem będą najlepiej przez nich pamiętane. Każde zapisane zdarzenie osoby badane oceniały w kilku skalach szacunkowych, oceniały – między innymi – w jakim stopniu zdarzenie ujawnia ich zależność/niezależność. Dwa miesiące przed rozpoczęciem zapisów w dzienniczkach osoby badane ocenio-

no ze względu na przynależność do schematu „zależny” i „niezależny”, metodą zaproponowaną przez Markus (1977). W metodzie tej osoby badane dokonują samopisu, wykorzystując listę przymiotników odnoszących się do schematu „niezależny”, „zależny” oraz niezwiązanych z żadnym z nich. Około pięciu i pół tygodnia po zakończeniu prowadzenia dziennika pamięć zdarzeń testowano metodą swobodnego oraz nakierowanego przypominania. W pierwszym zadaniu osoby miały zapisać wszystkie zdarzenia z dzienniczka, które potrafiły sobie przypomnieć. W drugim etapie osoby otrzymały wskazówki przygotowane na podstawie ich własnych zapisów. Schematy Ja osób badanych były w istotny sposób związane zarówno z rodzajem zdarzeń zapisywanych każdego dnia, jak i rodzajem zdarzeń przypominanych w swobodnym odpamiętaniu. Zarówno w codziennych zapisach, jak i w odroczonym przypominaniu osoby przywoływały więcej zdarzeń zgodnych z ich schematem Ja niż z nim niezgodnych. Wyniki badania wskazywały na selekcyjną i ukierunkowaną funkcję obrazu siebie zarówno na etapie zapamiętywania, jak i odpamiętywania. Aktualny obraz siebie pełnił rolę zgeneralizowanej wskazówki przy odpamiętaniu, która w sytuacji braku innych wskazówek lub strategii przypominania decydowała o tym, że osobie było łatwiej przypomnieć sobie zdarzenia zgodne z nią niż te, które były z nią sprzeczne.

Z badań wynika, że selekcyjną i ukierunkowaną funkcję pełnią nie tylko centralne i dobrze utrwalone schematy Ja, ale również uwarunkowane sytuacyjnie elementy pożądanego obrazu siebie. Sanitioso, Kunda i Fong (1990) poinformowali osoby badane (studentów), że ekstrawersja lub introwersja wiąże się z sukcesem na studiach i w życiu zawodowym, a następnie poprosili studentów o uzasadnienie, dlaczego tak właśnie jest. Zabieg ten miał na celu przekonanie osób o związku między podanym wymiarem a sukcesem oraz spowodowanie, by chciały postrześć się jako posiadające daną cechę. Następnie, w pozornie zupełnie nowym badaniu, poproszono osoby o podanie wspomnień ich zachowań, myśli i uczuć odnoszących się do wymiaru ekstrawersja/introwersja. W kolejnym badaniu, po identycznej instrukcji i zadaniu wstępnym, podano osobom przykłady zachowań ekstrawertywnych i introwertywnych, a ich zadaniem było przypomnienie sobie okoliczności, w jakich się w podany sposób zachowały. Stwierdzono, że osoby przekonane o większym walorze ekstrawersji przypominały sobie w swobodnym odpamiętaniu najpierw te zdarzenia, które wskazywały na ich cechy ekstrawertywne, a po podaniu zachowań-wskazówek przywoływały zachowania ekstrawertywne szybciej, a introwertywne wolniej niż osoby przekonane o większym walorze introwersji.

Badania nad związkiem statusu tożsamości i dostępnością wspomnień autobiograficznych (Neimeyer, Metzler, 1994) również wskazują, że aktualna postać obrazu siebie decyduje o tym, co osobom było łatwiej, a co

trudniej sobie przypomnieć. Z charakterystyk czterech statusów tożsamości zaproponowanych przez Marcię (1987) – „rozpadu”, „zamknięcia”, „moratorium” oraz „osiągnięcia tożsamości” – badacze (Neimeyer, Metzler, 1994) wyprowadzili wnioski dotyczące strategii wykorzystywania informacji na swój temat stosowanych przez różne osoby. Osoby charakteryzujące się statusem „moratorium” oraz „osiągnięcie tożsamości” w największym stopniu poszukują informacji o sobie, zarówno pozytywnych, jak i negatywnych. Osoby charakteryzujące się statusem „zamknięcie” są zainteresowane przede wszystkim zachowaniem posiadanego obrazu siebie. Ich motywacja do poszerzenia samowiedzy jest zatem mniejsza, zwłaszcza w obszarze informacji negatywnych na swój temat. Wreszcie, status „rozpad” charakteryzuje się najsłabszą tendencją do poszukiwania informacji na swój temat i budowania z nich zgeneralizowanych struktur samowiedzy. Gdy zadaniem osób badanych było wygenerowanie wspomnień autobiograficznych (Neimeyer, Metzler, 1994), okazało się, że ich ogólna ilość oraz względna dostępność zdarzeń o określonej treści (pozytywne/negatywne dla obrazu siebie) odpowiadała ich indywidualnym stylom formowania tożsamości.

Z badań wynika, że aktualny obraz siebie nie tylko ułatwia odpamiętywanie zgodnych z nim wspomnień, ale również może być predyktorem tego, jakie zdarzenia nieprawdziwe osoba uzna za swoje rzeczywiste doświadczenia. W podsumowanych przez Barclaya (1993) badaniach nad zniekształceniami pamięciowymi osobom badanym – po zakończeniu prowadzenia dzienniczków – zaprezentowano opisy zdarzeń i poproszono o wskazanie tych, których doświadczyły w przeszłości. Wśród opisów znajdowały się opisy zaczerpnięte z dziennika osoby, opisy z dziennika w pewnym stopniu zmodyfikowane oraz zupełnie nowe zdarzenia. Stwierdzono wyraźną tendencję do akceptowania jako rzeczywistych doświadczeń tych modyfikacji zapisów, które były zgodne z przekonaniami osoby na swój temat. O przyjęciu fałszywego zdarzenia mogła zadecydować wysoka ocena prawdopodobieństwa jego prawdziwości, wynikająca z obrazu siebie osoby, na przykład przekonania na temat tego, jak zachowuje się w różnych sytuacjach.

Jeśli osoby łatwiej przypominają sobie zdarzenia zgodne z ich aktualnym obrazem siebie, a nawet skłonne są uznać za element swojej przeszłości zdarzenia zgodne z obrazem siebie, lecz nieprawdziwe, to w każdym momencie ich obraz z przeszłości może się im wydawać bardziej podobny do aktualnego, niż był w istocie. Za podsumowanie tej części rozważań niech posłuży cytat często przywoływany przez badaczy sceptycznych wobec trafności relacji retrospektywnych: „Bardzo często gąsienice, które stały się motylami, utrzymują, że w przeszłości były małymi motylkami” (Vaillant, 1977, s.197).

### ❑ 3. Tendencyjność w przypominaniu przeszłych postaw, emocji i decyzji

Badania nad przypominaniem przeszłych postaw, stanów emocjonalnych i decyzji wskazują, że pojawiające się w tym zakresie zniekształcenia mają charakter systematyczny, to znaczy przywoływane charakterystyki są bardziej zgodne z aktualnym doświadczeniem osoby niż to miało miejsce w istocie.

Ross (1989) dokonał przeglądu badań, w których analizowano to, jak osoby przypominają sobie swoje wcześniejsze opinie po zainicjowanej przez eksperymentatora zmianie postaw. W badaniach tych stosowano procedury decepcyjne, ukrywając fakt, że działania badacza mają na celu zmianę postaw osób badanych. Ponadto, biorąc pod uwagę możliwość, że osoby badane będą chciały zaprezentować się jako stałe w swoich opiniach, w instrukcjach wyraźnie podkreślano wagę trafności w przypominaniu. Badania te prowadziły do spójnych wniosków: zgodność między przypominanymi i aktualnymi postawami była większa niż w rzeczywistości. Szczególnie interesujące okazały się badania, w których przekonania osób kształtowały się i zmieniały w sposób naturalny. McFarland i Ross (1987) analizowali sposób, w jaki studenci oceniali swoich partnerów w różnych momentach znajomości. Studenci określali wrażenie, jakie wywarła na nich osoba, z którą się spotykali na początku kontaktów i kilka miesięcy później. Osoby badane oceniały, między innymi, na ile partner jest uczciwy i godny zaufania. W miarę rozwoju znajomości u części osób badanych ukształtowała się bardziej pozytywna opinia o partnerze, u części – bardziej negatywna. Ważne jednak było to, że uczestnicy badania ogólnie nie docenili zmian, jakie zaszły w ciągu kilku miesięcy. Ci, których opinie zmieniły się na bardziej pozytywne, przypominali sobie pierwsze wrażenia jako bardziej pozytywne, niż były w istocie. Ci, których postawy zmieniły się na bardziej negatywne – przypominali sobie wrażenie z początku znajomości jako gorsze, niż było w rzeczywistości. Tendencja ta wystąpiła w zakresie dwóch wspomnianych wyżej charakterystyk osoby, ale nie oceny poziomu szczęścia u partnera. Do tej niespójności w wynikach powróć w dalszych rozważaniach.

Niezwykle interesująca kwestia to trafność w odpamiętaniu przeszłych stanów emocjonalnych. Przedmiotem analiz nie jest w tym przypadku pamięć zdarzeń, które wywołały silne emocje, lecz pamięć samych tych emocji. W kwestii tej formułowane były sprzeczne opinie. Zdaniem LeDoux (1992), wspomnienia emocjonalnego znaczenia zdarzeń są przechowywane w sposób trwały, a u ich podłoża leżą specyficzne mechanizmy mózgowo. Inni badacze sugerowali natomiast, że emocje nie są w ogóle przechowywane w pamięci, lecz rekonstruowane na podstawie wspomnień okoliczności, które je wywołały. Badania nad pamięcią autobiograficzną oraz wspomnieniami specyficznymi, wyróżniającymi się zdarzeń o dużym znaczeniu dla osoby nie potwierdzają tezy o trwałym i nie-

zmiennym przechowywaniu przeżywanych emocji. W badaniach Brewera (1988) osoby zapisywały losowane wybrane zdarzenia autobiograficzne w dzienniczkach, a następnie odpamiętywały je po średnio 9, 78, i 149 dniach. Przeżywane emocje należały do tych charakterystyk zapisywanych zdarzeń, które były najgorzej przypominane. Z kolei Christainson i Engelberg (1999) prosili osoby badane, by oszacowały swoje reakcje emocjonalne po katastrofie promu Estonia na Morzu Bałtyckim w 1994 w ciągu 24 godzin od zdarzenia oraz 14 miesięcy później. Okazało się, że mniej niż jedna trzecia osób badanych trafnie przypominała sobie swoje reakcje emocjonalne w odpamiętaniu odroczonym. W moich badaniach nad przypominaniem okoliczności uzyskania informacji o ataku terrorystycznym na Stany Zjednoczone w 2001 (Niedźwieńska, 2004), studenci ogólnie bardzo trafnie przypominali sobie te zdarzenia, ale opisy własnych stanów emocjonalnych należały do tych kategorii odpowiedzi, gdzie było najwięcej sprzeczności w kolejnych odpamiętaniach.

Poznawcze teorie emocji (Frijda, 1987; Oatley, Johnson-Laird, 1987; Levine, 1997) sugerują, jakie mechanizmy mogą być odpowiedzialne za zniekształcenia w przypominaniu stanów emocjonalnych. Zgodnie z tymi teoriami, osoby doświadczają emocji przede wszystkim wtedy, gdy w sposób świadomy lub nieświadomy oceniają, że zdarzenie sprzyja lub utrudnia realizację ich celów i w rezultacie wymaga zmiany planów lub ukształtowania nowych. Zatem, jeśli osoba słabo pamięta, jakie odczuwała emocje w określonych okolicznościach, to może je zrekonstruować na podstawie wspomnień zarówno tych okoliczności, jak i tego, jak te okoliczności w przeszłości oceniała. Jeśli ocena tych okoliczności znacząco się zmieniła od momentu, w którym miały miejsce, to u osoby może wystąpić tendencja do zniekształcania wspomnień emocji w kierunku ich zgodności z aktualnymi ocenami. Implikacje powyższego ujęcia testowano w badaniach Levine (1997). Pretekstem do tych badań było zdarzenie mieszczące się w kategorii „efekt lampy błyskowej”, lecz – w przeciwieństwie do innych badań w tym nurcie – koncentrujące się na trafności relacji o emocjach, nie zaś na trafności relacji o innych okolicznościach uzyskania informacji o ważnym zdarzeniu (na przykład źródle informacji, miejscu, działaniu, osobom towarzyszącym). Levine (1997) analizowała trafność relacji o stanach emocjonalnych w odpowiedzi na rezygnację z kandydowania na prezydenta Stanów Zjednoczonych Rossa Perota w lipcu 1992. Zdarzenie to – jak wynika z relacji badaczki – było szokiem dla zwolenników Perota, z których wielu zareagowało wściekłością i rozpaczą. Kilka miesięcy później Perot powrócił do rywalizacji o fotel prezydenta, i choć ostatecznie ją przegrał, uzyskał w wyborach około jednej piątej wszystkich głosów. Osoby badane, zwolennicy Perota, oceniały swój smutek, złość i nadzieję związaną z jego rezygnacją wkrótce po tym zdarzeniu oraz po wyborach, które miały miejsce 4 miesiące później. Levine analizowała, jak zmieniał się stosunek do kandydata u osób badanych

oraz jaki był związek między nastawieniem do niego a spójnością w szacunkach reakcji emocjonalnych na jego rezygnację w kolejnych relacjach. Osoby badane, które pozostały zwolennikami Perota, oceniały po wyborach swój smutek i złość z powodu jego rezygnacji jako mniejsze niż były w istocie. Jednocześnie osoby te przypominały sobie swoje uczucie nadziei po jego rezygnacji z kandydowania, jako silniejsze niż rzeczywistość było. Osoby, które zrezygnowały z popierania Perota po jego wycofaniu się i nie powróciły już do jego obozu, w taki sam sposób oceniały swój gniew w kolejnych relacjach, ale ich szacunki smutku i nadziei w odpamiętaniu odroczone były niższe niż bezpośrednio po zdarzeniu. Ogólnie, przeszłe emocje zgodne z aktualnymi ocenami były przypomniane trafnie lub ich nasilenie było przeceniane, natomiast przeszłe stany emocjonalne niezgodne z aktualnym nastawieniem oceniano jako słabsze, niż były w istocie.

Wpływ aktualnych doświadczeń na przypomnianie ujawnia się również w zakresie problematyki podejmowania decyzji. W badaniach eksperymentalnych stwierdzano na przykład, że podjęcie określonej decyzji wpływa na przypomnianie faktów i argumentów, które osobie zaprezentowano przed jej podjęciem. Dellarosa i Bourne (1984) zaprezentowali osobom badanym teksty dotyczące różnych zagadnień, takich jak diagnoza medyczna, rynek giełdowy i proces sądowy. Osoby podejmowały decyzje na podstawie dostarczonych informacji, a po pewnym czasie – nieoczekiwanie – proszono je o odpamiętanie przedstawionych im faktów. Okazało się, że osoby przypominały sobie więcej faktów wspierających decyzje, które podjęły, niż im przeciżących. Podobnie Łukasiewicz (2003) stwierdziła, że po podjęciu decyzji związanej z dylematem moralnym, a dotyczącej fikcyjnej historii, osoby badane przypominały sobie więcej faktów z tej historii, które stanowiły argument za podjętą przez nich decyzją, niż tych, które były argumentem przeciw niej. Dellarosa i Bourne (1984) uważają, że akt podjęcia decyzji powoduje reorganizację w przechowywanym materiale, to znaczy w różnym stopniu wpływa na dostępność faktów i argumentów „za” i „przeciw”.

Szczególnie ważne są wyniki badań nad podejmowaniem rzeczywistych decyzji w warunkach naturalnych. W przeciwieństwie do decyzji podejmowanych w warunkach laboratoryjnych, decyzje te mają istotne, osobiste konsekwencje dla osoby, a ponadto informacje i argumenty umożliwiające ich podjęcie osoba zdobywa sama. W badaniach Galotti (1995) uczniowie ostatniej klasy szkoły średniej uczestniczyli w kilku sesjach, w czasie których opisywali swoje decyzje dotyczące wyboru college'u. Proszono ich o opisanie, z jakich źródeł informacji korzystają, jakie emocje odczuwają w związku ze swoimi decyzjami, jakie kryteria rozważają przy wyborze i jakie szkoły biorą pod uwagę. Średnio kilkanaście miesięcy później te same osoby, będące już w nowych szkołach, poproszono o opisanie satysfakcji z podjętej decyzji oraz przypomnienie sobie kry-



teriów oraz szkół, jakie brali pod uwagę przy wyborze college'u. Poproszono ich również o ocenę, jakie kryteria – ich zdaniem – powinni byli wówczas wziąć pod uwagę. Stwierdzono, po pierwsze, że wspomnienia osób badanych były dalekie od doskonałości, pomimo to, że dotyczyły materiału, który sami generowali i któremu – jak można przypuszczać – poświęcali wiele uwagi. Po drugie, porównania trzech grup kryteriów wyboru – wskazanych w czasie podejmowania decyzji, przypominanych po kilkunastu miesiącach oraz wskazanych w czasie odpamiętania jako te, które powinny być uwzględnione, wykazały, że między dwiema ostatnimi grupami było więcej podobieństw niż między dwiema pierwszymi. Sugeruje to obecność zniekształceń w odpamiętaniu, to znaczy nietrafnego „przypominania” tych kryteriów, o których osoba nie wspomniała w czasie podejmowania decyzji, a które po fakcie uznała za istotne. Wyniki te sugerują, iż na przypominanie istotnie wpłynęły przekonania i wiedza osoby z okresu badania, a zwłaszcza jej sądy na temat tego, w jaki sposób powinna była decyzję podejmować. Co istotne, tylko poznawczy kontekst decyzji w momencie odpamiętania okazał się istotny. Na przypominanie kryteriów wyboru nie wpłynęły na przykład emocje związane z decyzją – ani jej pewność, ani stres lub przyjemność związane z jej podejmowaniem. Podobnie nie stwierdzono wpływu tego, czy osoba była usatysfakcjonowana swoją decyzją w momencie odpamiętania.

Podsumowując, badania nad przypominaniem własnych przeszłych postaw, emocji i decyzji wskazują, że jest ono w znacznej mierze rekonstrukcją tych stanów i doświadczeń, opartą na aktualnej wiedzy i przekonaniach osoby. To, jak osoba się w przeszłości czuła lub co myślała w związku z określonymi sytuacjami lub postaciami, może być słabo pamiętane. To, co teraz myśli o tych postaciach i sytuacjach, jest wyraziste i łatwo dostępne. W rezultacie, osoba może wnioskować o swoich przeszłych nastawieniach wobec określonych obiektów na podstawie swoich aktualnych opinii na ich temat. Ten rekonstrukcyjny charakter przypominania ma istotne implikacje dla trafności relacji retrospektywnych: im bardziej przekonania i opinie osoby zmieniały się w przeszłości, tym bardziej jej retrospektywne relacje dotyczące emocji, postaw i decyzji są podatne na zniekształcenia.

#### 4. Wpływ ukrytych teorii stałości i zmiany na ocenę własnych cech w przeszłości

W dotychczasowych rozważaniach wskazywałam na systematyczne zniekształcenia polegające na przecenianiu zgodności między przeszłymi oraz aktualnymi ocenami i doświadczeniami. Czasami stwierdza się jednakże przeciwną tendencję, to znaczy przecenianie różnic między własnymi przeszłymi i aktualnymi charakterystykami. Dotyczy to często sytuacji,

gdy osoby świadomie uczestniczą w jakimś programie zmiany. Zdaniem Rossa (1989), różnica między krytyczną oceną wielu programów przez profesjonalistów, na przykład programów ukierunkowanych na utratę wagi, a satysfakcją uczestników może wynikać z tego, że po zakończeniu oddziaływania uczestnicy mogą przypominać sobie swoje charakterystyki sprzed programu jako bardziej różniące się od aktualnych, niż to miało miejsce w istocie. Conway i Ross (1984) zaproponowali na przykład studentom udział w kursie rozwijającym umiejętności studiowania. Wybrali program, który jest często realizowany na uniwersytetach, i chociaż studenci są zadowoleni, to wielokrotne jego ewaluacje wskazują, że nie prowadzi on do uzyskiwania lepszych ocen. Dwie grupy studentów oceniały swoje umiejętności studiowania na początku badania, a następnie przypominały sobie te umiejętności po kilkutygodniowej przerwie. W czasie przerwy jedna grupa uczestniczyła w programie, a druga oczekiwała na taką możliwość. Zgodnie z przewidywaniami, studenci po kursie oceniali swoje umiejętności studiowania sprzed kilku tygodni jako niższe, niż były w istocie. Tendencja ta nie wystąpiła w grupie oczekujących.

Powyższe wyniki wskazują, że procesy leżące u podłoża przypominania własnych charakterystyk mogą w niektórych sytuacjach wykraczać poza proste wnioskowanie o przeszłości na podstawie swoich aktualnych doświadczeń. Zdaniem Rossa i jego współpracowników (Ross, 1989; Ross, Conway, 1986; McFarland, Ross, Giltrow, 1992), przypominanie własnych atrybutów z przeszłości obejmuje dwie fazy. Po pierwsze, osoba zauważa, jak kształtuje się ten atrybut aktualnie. Aktualny stan stanowi układ odniesienia, ponieważ jest bardziej wyrazisty i dostępny niż charakterystyka osoby na danym wymiarze w przeszłości. W rezultacie, rekonstrukcja przeszłości może polegać w znacznej mierze na scharakteryzowaniu jej jako takiej samej bądź różnej od terażniejszości. W drugiej fazie osoba musi odpowiedzieć sobie na pytanie, czy są jakieś podstawy, by uważać, że zmieniła się na danym wymiarze. Zdaniem Rossa i jego współpracowników, w tej fazie osoba odwołuje się do ukrytych teorii stałości lub zmiany, które ukierunkowują jej rekonstrukcję przeszłości. Ukryte teorie (*implicit theories*) to struktury wiedzy bliskie schematom, które obejmują specyficzne przekonania dotyczące wewnętrznej stabilności atrybutu, jak również ogólne zasady dotyczące warunków sprzyjających zmianie charakterystyk osoby bądź ich stałości. Ross (1989) nazywa te struktury wiedzy ukrytymi teoriami, ponieważ – jego zdaniem – składają się na nie przekonania, które osoba rzadko ujawnia, ale o których trafności jest mocno przekonana. W cytowanych powyżej badaniach nad przypominaniem własnych atrybutów sprzed kursu rozwijającego umiejętności studiowania (Conway, Ross, 1984), udział w programie zmiany dostarczał osobom mocnych podstaw do wnioskowania, że ich umiejętności sprzed kursu różniły się znacznie od tych posiadanych po kursie. Podobnie w badaniach nad oceną partnerów w pierwszym okresie znajomo-

ści oraz przypominaniem tej oceny po kilku miesiącach (McFarland, Ross, 1987), osoby badane przeceniały stałość tych ocen na wymiarach, które grupa kontrolna, służąca analizie ukrytych teorii stałości i zmiany, oceniła jako stałe (na przykład, na ile osoba jest uczciwa i godna zaufania). Na wymiarze, który osoby z grupy kontrolnej oceniły jako zmienny, to znaczy szczęściu, efekt przypominania pierwszego wrażenia jako bardziej podobnego do aktualnego nastawienia nie wystąpił.

McFarland, Ross i Giltrow (1992) weryfikowali tezy dotyczące mechanizmów przypominania własnych przeszłych charakterystyk w badaniach nad związkiem między ukrytymi teoriami starzenia się i przypominaniem swoich cech przez osoby starsze. Badacze przeprowadzili badania poprzeczne, w których charakterystyki grupy młodszych ludzi reprezentowały cechy badanych starszych osób w młodszym wieku. W badaniach uczestniczyły dwie grupy starszych osób (między 55. a 80. rokiem życia) oraz jedna grupa młodszych (między 31. a 45. rokiem życia). Pierwsza grupa starszych osób badanych oceniała, jak – ich zdaniem – zmieniają się różne cechy wraz z wiekiem. Badanie tej grupy służyło określeniu ukrytych teorii stałości i zmiany. Osoby badane proszono o ocenę 42 charakterystyk, które dotyczyły cech osobowości, typu aktywności, doświadczeń związanych ze stanem zdrowia oraz różnych sprawności pamięciowych. Druga z grup osób starszych oceniała, jak kształtują się u nich te charakterystyki aktualnie oraz jak kształtowały się w młodszym wieku. Swoją aktualny stan na wszystkich wymiarach oceniała również grupa osób młodszych. Wśród wszystkich uwzględnionych charakterystyk, tylko w zakresie siedmiu stwierdzono istotne różnice między osobami młodszymi i starszymi. Pozostałe cechy, gdzie takich różnic nie stwierdzono, podzielono na takie, które zdaniem osób badanych nasilają się wraz z wiekiem, słabną lub pozostają niezmiennie. Okazało się, że w odniesieniu do pierwszej z tych grup, szacunki osób starszych dotyczące ich młodości były niższe niż rzeczywiste szacunki osób młodszych. Do grupy tej należał na przykład poziom rozumienia oraz satysfakcja z życia. W odniesieniu do drugiej grupy natomiast, szacunki osób starszych dotyczące ich młodości były wyższe niż rzeczywiste szacunki osób młodszych. Przykładem był tutaj poziom aktywności oraz pamiętanie o wykonaniu codziennych czynności. Powyższe efekty stwierdzono zarówno przy cechach pożądanym, jak i niepożądanych.

Badania powyższe stanowiły bezpośrednią weryfikację tezy o tendencji w przypominaniu własnych cech, związanej z posiadaniem przekonania na temat stałości i zmiany atrybutów osoby. Wynika z nich, że im mniej trafne są ukryte teorie stałości i zmiany, tym bardziej relacje retrospektywne są podatne na zniekształcenia. Zatem, w momencie przypominania osoba może nie pamiętać dokładnie, jaka była, ale może wnioskować o tym na podstawie swoich aktualnych cech. Jeśli założy, że nie zmieniła się znacząco, to o przypominanych treściach zadecyduje jej ak-

tualny stan. Jeśli uzna, że się zmieniła, to będzie musiała skonstruować przeszłość zgodnie z tym założeniem. Przypominanie będzie zatem podatne na zniekształcenia, jeśli osoba: 1) zmieniła się, ale nie jest tego świadoma, 2) zmieniła się, ale nietrafnie ocenia stopień lub naturę tej zmiany, 3) nie zmieniła się, ale zakłada, że określona zmiana miała miejsce. Costa i McCrae (1989) na przykład podzielili swoje osoby badane na dwie grupy, ze względu na to, czy osoby uważały, że się zmieniły, czy też nie. Następnie w badaniach longitudinalnych analizowano stałość charakterystyk osób w zakresie kilku podstawowych cech. Nie stwierdzono różnic w zakresie korelacji między wynikami uzyskanymi w kolejnych pomiarach między tymi, którzy twierdzili, że bardzo się zmienili, a tymi, którzy uważali, że pozostali tacy sami.

W przedstawionych powyżej analizach chcę podkreślić dwa istotne momenty: jeden teoretyczny, drugi praktyczny. Na ogół w badaniach nad pamięcią podkreśla się oraz empirycznie analizuje procesy rekonstrukcji na materiale o charakterze narracyjnym, historiach osobistych, czy relacjach o zdarzeniach. W przytoczonych badaniach wnioskowanie o przeszłości na podstawie aktualnego doświadczenia osoby oraz posiadanych struktur wiedzy i przekonań odbywało się również w odniesieniu do treści o innym charakterze – reakcji emocjonalnych, przesłanek własnych decyzji, postaw czy charakterystyk osobowości. To ważna wskazówka dla badań nad naturą przypominania. Po drugie, absolutna trafność relacji osoby o jej przeszłości, rozumiana jako ich odpowiedniość wobec rzeczywistości, może nie mieć kluczowego znaczenia w większości sytuacji codziennych, a nawet badawczych, pomijając szczególnie kontekst zeznań świadków. Na ogół podkreśla się subiektywny charakter tych relacji oraz wpływ całości historii na jej elementy, co z punktu widzenia funkcji pamięci autobiograficznej – kształtowania własnej tożsamości, nadawania sensu własnemu doświadczeniu, budowania relacji – nie stanowi o ich ułomności. Kiedy jednak, na podstawie relacji retrospektywnych, wnioskujemy o obecności lub naturze zmian, jakim ludzie mogą podlegać, to związane z rekonstrukcją zniekształcenia czy zróżnicowana dostępność wspomnień stają się istotne.

Biorąc je pod uwagę, można postawić tezę, że opisana na początku rozdziału metoda analizy nagłych i głębokich zmian zaproponowana przez Millera i C'deBacę (1994), może być obarczona dużym błędem. Przedmiotem przypominania w tej metodzie są właśnie własne stany emocjonalne, postawy, cechy, a ponadto pomiar odbywa się w kontekście dzielonych przez osoby badane i badacza przekonań o zaistnieniu znaczącej zmiany. Podobnie historie życia analizowane przez McAdamsa (1994), łącznie z relacjami na temat tego, jak osoba zmieniała się lub pozostawała taka sama w obliczu istotnych zdarzeń życiowych, mogą być lepszym wskaźnikiem aktualnych doświadczeń osoby oraz jej przekonań niż

wskaznikiem tego, co rzeczywiście działo się miesiące lub lata wcześniej. Nie oznacza to oczywiście, że narracje nie mogą być interesującym przedmiotem analizy również w kontekście zmiany. O zmianie w przekonaniach, wartościach i cechach osoby można – na przykład – wnioskować, analizując zmiany w jej historiach życia w badaniach longitudinalnych. Przedmiotem analizy mogłyby być wówczas ewentualne różnice w przedstawianiu kontekstu tych samych zdarzeń oraz własnych reakcji na nie.