

Pamięć autobiograficzna wywiera ogromny wpływ na to kim obecnie się czujemy i jak postrzegamy siebie w relacji do świata. Stanowi zapis radosnych, smutnych, a czasem przerażających sytuacji. To zaś w jaki sposób do nich powracamy i jak je interpretujemy, nie pozostaje bez znaczenia dla przyszłych wyborów egzystencjalnych (Maruszewski, 2005). Wspomnienia autobiograficzne jawią nam się zazwyczaj jako żywe wyobrażenia, których kluczowe elementy ukazują się za pomocą treści wizualnych. Zastanawiając się głębiej nad sposobem postrzegania tego rodzaju wydarzeń dochodzimy do głównego tematu mojego projektu doktorskiego – czyli roli, jaką odgrywa wizualna percepcja wspomnień autobiograficznych w procesach związanych z Ja.

Naukowcy zwrócili uwagę na dwa kluczowe sposoby odtwarzania informacji z pamięci autobiograficznej (Nigro i Neisser, 1983). Pierwszy z nich pozwala na wizualizację dawnego wydarzenia przy użyciu tej samej perspektywy, która towarzyszyła nam podczas jego pierwotnego zakodowania (**pierwszoosobowa perspektywa wizualna**). Drugi daje sposobność ujrzenia samego siebie podczas wspominania – jakbyśmy patrzyli na własne zdjęcia lub oglądali film, w którym gramy jedną z ról (**trzecioosobowa perspektywa wizualna**).

Badania przeprowadzone na próbach klinicznych wskazują na *dystansujące/defensywne* właściwości trzecioosobowej perspektywy wizualnej (np. Bernsten, Willert i Rubin, 2003). Zgodnie z tym rozumowaniem, spoglądanie na siebie z trzecioosobowej perspektywy powinno umożliwić redukcję negatywnych doznań związanych z wydarzeniami traumatycznymi. Innymi słowy, spoglądanie na zagrażające dla Ja wydarzenia z perspektywy zewnętrznego obserwatora miałyby uwydatniać różnice między Ja obecnym, a Ja z przeszłości, pozwalając na swego rodzaju „odcięcie się” od niekorzystnego wizerunku z dawnych lat. Z drugiej strony, przyjmowanie pierwszoosobowej perspektywy służyłoby uwydatnianiu dawnych emocji, związanych ze wspomnianym wydarzeniem (Sutin i Robins, 2008). Sprawa ta jednak nie jest tak oczywista. Istnieją bowiem teorie głoszące odwrotne zależności (Libby i Eibach, 2011), wedle których perspektywa trzecioosobowa może służyć uwydatnianiu przeszłych emocji, stanowiąc pomost między dawnymi przeżyciami, a obecnym Ja. Co więcej, na gruncie empirii brakuje badań przeprowadzonych na próbach osób zdrowych, które potwierdzałyby założenia któregośkolwiek z modeli.

Celem moich badań jest znalezienie odpowiedzi na pytanie: od czego zależy wybór perspektywy wizualnej (pierwszoosobowej vs. trzecioosobowej) i jaką rolę może odgrywać każda z nich w przypadku wspominania wydarzeń zagrażających dla Ja. Dodatkowym czynnikiem, który zostanie wzięty pod uwagę będzie rozróżnienie na zdrową versus defensywną samoocenę, stanowiące wedle dotychczasowej wiedzy, jeden z najważniejszych psychologicznych wyznaczników zachowań jednostki w obliczu bodźców zagrażających Ja (Jordan, Spencer i Zanna, 2003). Defensywna, narcystyczna, samoocena przejawia się wyrażaniem zachwytu nad własną osobą, przy jednoczesnym, zinternalizowanym poczuciu niższości i wstydu. Jej kruchość i niestabilność prowadzą do wyjątkowej wrażliwości na bodźce zagrażające Ja, w konsekwencji doprowadzając do zachowań obronnych, agresywnych i obarczania innych odpowiedzialnością za własne niepowodzenia. Zdrowa, dojrzała, samoocena odzwierciedla stabilne, dobrze ugruntowane zadowolenie z samego siebie. Chroni jednostkę przed sytuacjami zagrażającymi, umożliwiając konfrontację z własnymi niepowodzeniami (Jordan i in., 2003).

W niniejszym projekcie formułuję hipotezę, że to osoby z defensywną samooceną – jako silnie reagujące na zagrożenie dla Ja – będą posługiwały się trzecioosobową perspektywą wizualną w ramach *pamięciowej ucieczki* przed sytuacją zagrażającą. Osoby z samooceną zdrową powinny z kolei przyjmować perspektywę pierwszoosobową – nawet wówczas, gdy mają do czynienia z sytuacją zagrażającą Ja. Postawione hipotezy zostaną przetestowane w 1 badaniu korelacyjnym i 7 eksperymentalnych – dla celów walidacji międzykulturowej – na próbach: polskiej, amerykańskiej oraz brytyjskiej. Dokładne zbadanie wyznaczników oraz skutków przyjmowania pierwszoosobowej i trzecioosobowej perspektywy wizualnej podczas odtwarzania zagrażających wspomnień, umożliwi zaprezentowanie modelu rozstrzygającego dotychczasowe wątpliwości. Wprowadzenie, nieuwzględnionego przez badaczy pamięci autobiograficznej, rozróżnienia na zdrową oraz defensywną samoocenę ukaże istotę badanego zjawiska w szerszym spektrum, które zainteresuje nie tylko psychologów pamięci, czy poznawczych, ale również psychologów osobowości, klinicznych oraz psychoterapeutów.