

Przedmiotem niniejszego projektu są mimowolne wspomnienia autobiograficzne. Wspomnienia tego typu są doświadczane przez nas na co dzień. I tak, za każdym razem, gdy spontanicznie przypomina nam się coś osobistego z naszej przeszłości, doświadczamy właśnie wspomnień mimowolnych. Zazwyczaj wspomnienia tego typu mogą przychodzić nam na myśl, gdy jesteśmy zaangażowani w mało obciążające poznawczo aktywności, takie jak, na przykład, zmywanie naczyń, czy prasowanie ubrań. Mimo że nie próbujemy przywołać sobie pewnych wydarzeń, pojawiają się one w naszych myślach samoistnie prowokowane przez znajdujące się wokół nas różnorodne wskazówki (np. słyszane zdania, widziane obiekty). Najczęściej wspomnienia mimowolne nie są szkodliwe i dotyczą raczej pozytywnych wydarzeń. Czasami jednak stają się one również obciążeniem, szczególnie gdy przybierają postać wspomnień dotyczących wydarzeń, których nie chcemy pamiętać. Dzieje się tak na przykład w syndromie stresu pourazowego (PTSD), którego jednym z charakterystycznych elementów jest wielokrotne, ponowne doświadczanie i przeżywanie zdarzenia traumatycznego.

W ramach projektu OPUS będziemy odpowiadać na pytanie, jak mimowolne wspomnienia autobiograficzne powstają oraz od czego zależy to, że niektóre osoby doświadczają ich częściej niż inni. W tym celu przyjrzymy się zdolności zwanej pamięcią roboczą. Dzięki niej wykonując ważne dla nas zadania potrafimy, z jednej strony, skupiać się na danym zadaniu, ignorując jednocześnie różne docierające do nas bodźce, które z perspektywy wykonywanego zadania są zbędne. Zdolność ta pozwala nam również na tymczasowe przechowywanie w myślach pewnych informacji i dowolne nimi manipulowanie. Jest to dobrze widoczne, gdy jadąc tramwajem potrafimy skupić się na czytanej przez nas książce pomimo tego, iż w naszym bezpośrednim otoczeniu znajdują się inne osoby i bodźce. Dzięki pamięci roboczej pamiętamy również, co przed chwilą czytaliśmy, gdy przerwiemy czytanie, aby pokazać bilet do kontroli. Tym samym, można oczekiwać, że im lepszą pamięcią roboczą się charakteryzujemy, tym lepiej skupiamy się na danym zadaniu i tym samym, tym mniej podatni jesteśmy na doświadczenie wspomnień mimowolnych. Z drugiej strony możliwe jest, że im lepsza pamięć robocza, tym więcej operacji, myśli możemy przetwarzać w jednostce czasu. Oczekiwać można więc, że osoby charakteryzujące się lepszą pamięcią roboczą, doświadczają będą większej liczby wspomnień mimowolnych. W naszym projekcie będziemy właśnie badać rolę i znaczenie pamięci roboczej w powstawaniu mimowolnych wspomnień autobiograficznych. Można oczekiwać, że choć wszyscy różnią się w zakresie pamięci roboczej, to nie będzie to miało znaczenia dla powstawania mimowolnych wspomnień autobiograficznych w sytuacji, gdy wykonywane jest łatwe i mało obciążające zadanie. Tymczasem, trudne i obciążające zadanie powinno ujawnić różnice pomiędzy osobami posiadającymi słabszą lub lepszą pamięć roboczą w zakresie doświadczania mimowolnych wspomnień autobiograficznych. W celu zweryfikowania tego typu oczekiwań, w ramach projektu zaplanowano serię badań laboratoryjno-eksperymentalnych ukierunkowanych na określenie roli i wzajemnych powiązań pamięci roboczej w procesie powstawania wspomnień mimowolnych. Dzięki temu możliwe będzie uzyskanie całościowego wglądu w mechanizmy warunkujące mimowolne przypominanie się przeszłości.

Warto podkreślić, że odpowiadanie na pytanie, jak mimowolne wspomnienia autobiograficzne powstają, ma ważne znaczenie dla zrozumienia wspomnień intruzywnych w zespole stresu pourazowego (PTSD) i powiązanych zaburzeń. Z tego też powodu można uznać, że badania realizowane w ramach projektu OPUS mają także wymiar społeczny i praktyczny, ponieważ stanowią istotny krok w kierunku opracowania strategii umożliwiających radzenie sobie z takimi wspomnieniami intruzywnymi.

Poza istotnym znaczeniem społecznym i praktycznym prowadzonych badań, dodatkowo poszerzają one istniejącą wiedzę. Problematyka wspomnień mimowolnych uzupełnia w istotny sposób wiedzę o konstruowaniu wspomnień autobiograficznych. Badania nad wspomnieniami mimowolnymi weryfikują przyjmowane przez badaczy założenie, iż początkiem wspomnienia może być bardzo szczegółowy element, a jego konstrukcja może odbywać się poza świadomością. Wreszcie wspomnienia mimowolne to próbki i jednocześnie wskaźniki ciągłej i nieuświadomionej aktywności umysłu, która może mieć istotny wpływ na nasz nastrój i samopoczucie.