

Monica Bredefeldt Öhman
Östergatan 4
272 31 Simrishamn
0414-411987
Högskolan Kristianstad
291 88 Kristianstad
044-203230
monica.bredefeldt@bet.hkr.se

EPISODISKT MINNE – finns det något sådant?

The distinction between semantic and episodic memory is discussed on the basis of an empirical study focusing on mental representations and autobiographical memory. The notion of episodic memory is called in question. An alternative model is proposed which is grounded in whether the memory is referring to the self or not, and if a phenomenal reliving experience is activated or not. In the proposed model autobiographical memory and semantic memory are partly overlapping but the recollective memory is regarded to be a "natural kind" and consequently secluded. Everything a person knows and remembers has its origin in experiences. If the experiences are emotionally significant for the self they will fill a different function for the individual than they will if they are emotionally neutral. This is the crucial point for whether the memory of an experience will become a semantic memory or an autobiographical memory.

Mitt ärende i denna artikel är, att med utgångspunkt i ett avhandlingsprojekt där inre mentala representationer och självbiografiskt minne fokuseras, diskutera den väletablerade uppdelningen av det deklarativa långtidsminnet i semantiskt och episodiskt minne. Det utmärkande för episodiska minnen är att de har en personlig referens; de hänför sig till episoder som vi varit med om och som är förknippade med särskild tid och plats, medan det semantiska minnet är vår begreppskunskap och ordkunskap samt våra kunskaper om hur världen är beskaffad på olika sätt.

I anslutning härtill kommer jag att argumentera för värdet av en något annorlunda indelning som grundar sig på om minnet är självrefererande eller ej samt om det har eller inte har en komponent av fenomenologisk återupplevelsekaraktär. Termen *självbiografiskt minne* eller *självreferensminne* skulle kunna ersätta *episodiskt minne* eftersom alla olika typer av minneserfarenheter bättre låter sig kategoriseras på detta sätt.

Inledningsvis kommer jag att göra vissa historiska återblickar inom minnesforskningen samt redogöra för några huvuddrag i de teorier som rör långtidsminnets uppdelning.

Eftersom begreppen inom minnesforskningen inte alltid används entydigt (Brewer, 1996; Gardiner & Java, 1993; Tulving, 2000) samt att de svenska termerna inte alltid fångar det som åsyftas, kommer jag också att diskutera detta och även föreslå några nya svenska termer som bättre speglar åtminstone några aspekter av minnet som ett komplext fenomen.

Filosofer om olika minnessystem

Filosofer kom tidigt att föreslå en uppdelning av minnet i olika system. Redan 1804 hade Maine de Biran, fransk filosof, hävdade att minnet inte var en enhetligt fungerande enhet. Det intressanta med Maine de Birans teori är att han särskiljer känslominnet från övriga minnen, och att han inte gör en distinktion mellan minnen för fakta och händelse. Emotionernas betydelse för minnet har lyfts fram av många psykologiska forskare under senare år (Conway & Pleydell-Pearce, 2000; Christianson & Safer, 1996; Williams, 1996). Singer och Salovey (1993) säger till och med att "the mechanism that prioritizes memory is emotion."

Bergson (1896/1911/1988) ansåg att det finns två typer av minnen 'habit memory' - vanan - och 'memory par excellence' - genuint minne. Detta senare, det genuina minnet, har en komponent av fenomenologisk återupplevelse som visar sig i mentala föreställningar (imagination). Russell (1921) följer Bergsons tankegång men använder termen "true memory" och pekar förutom på den fenomenologiska upplevelsen också på betydelsen av att individen är övertygad om att detta verkligen "har hänt". Denna övertygelse är, skulle man kunna säga, kännetecknet för "a true memory" enligt Russell och det som gör skillnaden mellan ett minne och en fantasi, vilka båda kännetecknas av att de följs av rika föreställningar.

Olika filosofer gjorde således tidigt en uppdelning av minnet där det gemensamma varit att proceduralminne skiljts ut från något som uppfattats som ett mer genuint minne. Det genuina minnet är definierat som ett personligt återupplevelseminne där förekomst av subjektiva (fenomenologiska) upplevelser är det centrala och detta tar sig uttryck i olika former av föreställningar (imagination).

Precisering av termen 'minnessystem'

Schacter och Tulving (1994) har angett tre kriterier som ska vara uppfyllda för att man ska kunna tala om olika minnessystem.

Ett minnessystem identifieras genom att det, för det första, innefattar särskilda domäner det vill säga olika sorts *information*. Episodiskt minne innehåller *specifika* personliga upplevelser. Semantiskt minne innehåller *generella* kunskaper som inte är kopplade till specifika personliga upplevelser. För det andra identifieras minnessystemen genom sin *funktion*; ett system kan beskrivas genom sina egenskaper och genom de principer som styr dess funktion. För det tredje skall de olika systemen ta olika *neurala strukturer* i anspråk. Olika minnessystem kan således särskiljas experimentellt genom att lesioner på vissa neurala områden leder till sämre resultat på minnestest för episodiskt minne men inte på minnestest för semantiskt minne, och vice versa. Denna typ av undersökningar där personer som drabbats av amnesi på grund av hjärnskador och uppvisar olika mönster av minnesstörningar (dissociationer) har använts som argument för distinktionen mellan episodiskt och semantiskt minne (Nyberg och Tulving, 1996). Minnesstörningar i det episodiska minnet kan finnas samtidigt som det semantiska minnet kan vara helt intakt. Det har emellertid också visats att flera områden i hjärnan är samtidigt involverade i processande av information från olika minnessystem. Det föreligger alltså inte något ett till ett förhållande mellan minnessystem och områden i hjärnan. Under senare år har neurofysiologisk forskning dock funnit flera bevis på att frontalloberna samt hippocampus är involverade vid processandet av episodiska minnen. (Cabeza & Nyberg, 2000; Squire & Knowlton, 2000; Wheeler, Stuss & Tulving, 1997).

Den första uppdelningen av långtidsminnet var distinktionen mellan deklarativt minne och proceduralminne. Tulving (1972, 1983) var den förste inom psykologin som därefter formulerade teorier om det deklarativa minnets uppdelning och namngav dem: *episodiskt minne* - till den egna personen relaterade minnen av händelser som vi varit med om - och *semantiska minnen* - de allmänskunskaper vi har om världen i stort. Under de två följande decennierna har en debatt kring denna distinktion pågått och gör så fortfarande. Striden har också kommit att gälla vilka undersökningsmetoder som bäst lämpar sig för att studera minnet; informationsprocessansatsen vars undersökningar sker i laboratoriet eller mer naturalistiska/ekologiska metoder. (McKoon, Ratcliff & Dell, 1986; Banaji & Crowder, 1989; American Psychologist, 1991). Enligt Brewer (1996) är det tack vare Tulving som fenomenologiska beskrivningar av subjektiva upplevelser åter fått en plats i psykologisk forskning, efter att ha ignorerats under ett halvt sekel på grund av det behavioristiska paradigmets hegemoni. Distinktionen mellan semantiskt och episodiskt hänför sig just till att uppmärksamma de fenomenologiska, subjektiva upplevelser som

följer av att något har hänt just mig som person och som jag kan ange tidsligt och rumsligt.

Två aspekter av detta är alltså av intresse i sammanhanget; dels att det episodiska minnet är *självrefererande*, vilket inte det semantiska minnet är, dels att det har en emotionellt färgad *återupplevelse-komponent* som också saknas hos det semantiska minnet. Problemet har dock uppstått menar Brewer (1986) i och med att Tulving applicerat sin term 'episodiskt minne' också på den typ av minne som Ebbinghaus' experiment fokuserade, nämligen utantill inläring av listor med betydelselösa stavelser (rote linguistic skill). Tulving har visserligen senare (1983, 2002) tagit avstånd från att inkludera denna typ av minnen i det episodiska, med hänvisning till distinktionen implicit/explicit minne (Schacter, 1987), men fortfarande används termen så som han först definierade det. Episodiskt minne inkorporerar helt enkelt för mycket för att ha gott förklaringsvärde för något entydigt minnesfenomen.

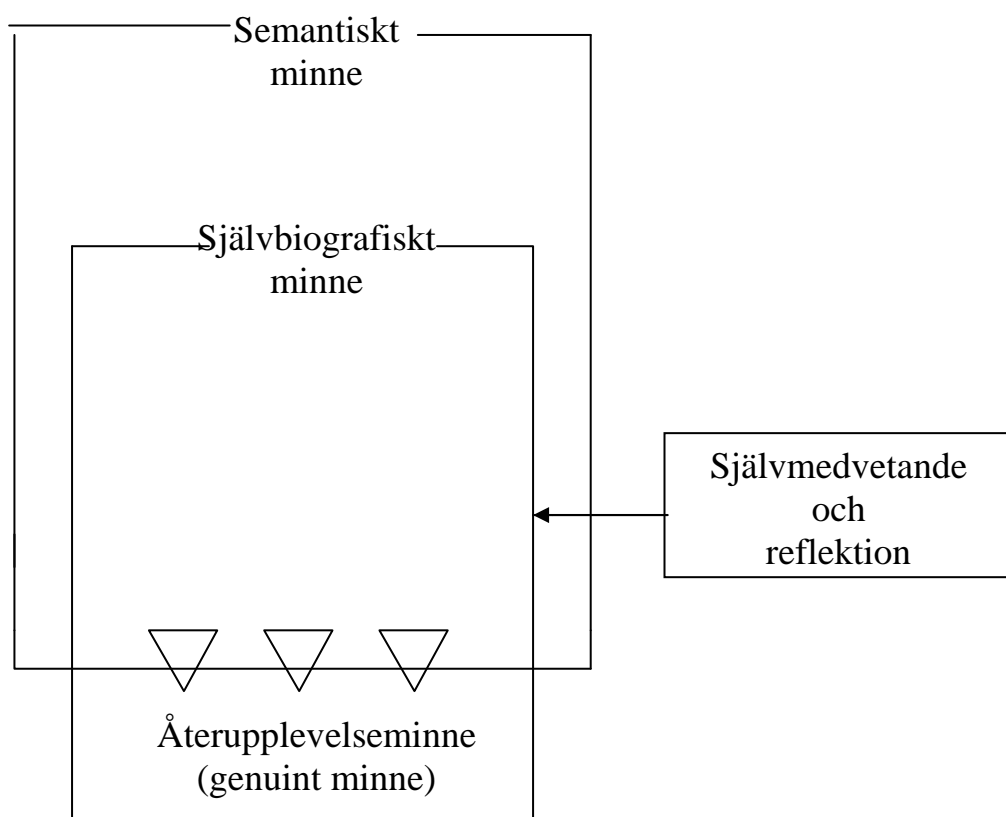
Tulving säger senare (1983) att även om det finns många skillnader mellan episodiskt och semantiskt minne "there is one attribute that best discriminates between them: the conscious awareness that occurs during retrieval. Only episodic retrieval involves auto-noetic awareness and the mental reexperience of a previous moment in the past." (s. 28)

Det som gör termen episodiskt minne så problematisk är att den både refererar till ett specifikt minnessystem skilt från andra minnessystem och till den unikt mänskliga medvetandeform som Tulving kallar auto-noetiskt medvetande, självmedvetande, vilket kännetecknas av reflektion och förmåga till återupplevelse. Detta utgör också källan till min kritik och orsaken till att jag vill föreslå en annan terminologi vad beträffar minnessystem.

För det första: Om episodiskt minne och semantiskt minne avser olika minnessystem, innebär det att en minneserfarenhet antingen tillhör den ena eller den andra kategorin. Detta leder till problem då den typ av minnen ska klassificeras som är schematiseringar eller fakta knutna till självet.

För det andra: Att frontalloberna är aktiverade vid processandet av episodiskt minne tar Tulving som argument för att det existerar olika minnessystem. Troligare är, menar jag, att självmedvetandet och reflektionen, det Tulving kallar auto-noetiskt medvetande, har sin neurala lokalisering där. De minneserfarenheter som kommer till *användning* vid självmedvetande och reflektion – det vill säga emotionellt betydelsefulla *och* självrefererande minnen – kommer också att få sin neurala hemvist i frontalloberna. Alternativt kan det vara så att dessa minnen endast är åtkomliga via reflektion och självmedvetande – alltså genom att frontalloberna aktiveras.

I stället för den dikotomisering av deklarativa långtidsminnet som distinktionen semantisk/episodiska utgör och som Tulving m fl förespråkar vill jag föreslå en modell där semantiskt och självbiografiskt minne delvis ingår i varandra och där återupplevelseminne, som är en viktig del av det självbiografiska minnet, kommer att avskiljas från övriga minnen. De små triangelarna i modellen illustrerar den typ av minnen som är generiska personliga minnen men som också har en förankring i ett specifikt återupplevelseminne. Jag kommer senare att ge exempel på detta från mitt empiriska material.



Figur 1.

Självbiografiskt minne är kopplat till självmedvetande och reflektion och överlappar delvis med semantiskt minne. Den del av självbiografiskt minne som är återupplevelseminne utgör en särskild kategori. Att generiska personliga minnen kan ha en återupplevelsekomponent illustreras av de små triangelarna.

Min tes är att episodiskt och semantiskt minne inte utgör olika system vare sig vad innehåll, funktion eller kortikal lokalisation beträffar.

Avgörande är istället självmedvetandet och reflektionsförmågan, vilka båda förutsätter varandra och har sitt neurala säte i frontalloberna. Att det ser ut som två minnessystem beror på att de minnen som har känslomässig anknytning för individen kommer att *användas* på ett annat sätt än de minnen som inte har det (Martin, 2001). De minnen som har känslolänkning kommer att utgöra reflektionsmaterial för det arbetande självet. Självmedvetande, den medvetandeform som anses vara specifikt mänsklig, har sitt säte i frontalloberna.

Självbiografiskt minne

Så tidigt som 1882 formulerade Ribot en teori om minnet där han också tog upp det som vi kallar självbiografiskt minne. Genom att göra en analogi med visuell perception lät han sin teori utgå från frågan ”Hur placerar vi oss i rummet?” och gav svaret att det sker genom att vi refererar till en punkt som vi känner avstånd och orientering till. På liknande sätt fungerar det självbiografiska minnet.

1. Det självbiografiska minnet är organiserat utifrån ett antal referenspunkter.
2. Dessa referenspunktsminnen repeteras och omorganiserar ofta, är i hög grad levande och har många kopplingar till andra minnen.
3. Händelser som blir referenspunktsminnen kan specificeras genom att de har särskild personlig betydelse och/eller svarar mot en grups eller ett helt samhälles värderingar.
4. Andra självbiografiska minnen som inte är referenspunkter är placerade i tid med hjälp av referenspunkterna men blir inte lika välorganiserade i minnet (Ribot, 1882, från Conway, 1990).

Neisser (1981) är en av de minnesforskare som under 1980-talet återupptagit den självbiografiska forskningstraditionen efter att den legat i träda i nästan 100 år. Neissers (1986) teori om det självbiografiska minnessystemets organisation liknar Ribots i viktiga avseenden. Neisser utgår från Gibsons perceptionsteori. I korthet säger Gibson (1950, 1979) att vi inte varseblir tingen som enstaka och oberoende av varandra utan som ting som ”bor” eller är inbäddade i andra ting som i sin tur är inbäddat i ytterligare ett annat ting och detta fortplantar sig till allt högre abstraktare plan. Från atomer till galaxer är tingen boende i varandra och vi kan gå in på olika nivåer i vår perception. Likaså är händelser lokaliserade genom att de inkluderas i större händelser just såsom platser lokaliserar genom att man refererar dem till större platser. Mindre enheter är alltså inbäddade i större enheter genom något Gibson kallade ”nesting”. Ytterligare ett exempel är språkets uppbyggnad; stavelser, ord, fraser, satser,

meningar och hela diskurser är relaterade till varandra på detta ”nästlade”, inbäddade sätt. Enligt Neisser har den självbiografiska minnesstrukturen denna i varandra inbäddade organisation.

Redan 1899 genomförde Colegrove en storskalig undersökning av självbiografiskt minne och dess funktion. En av hans observationer var att minnena som återkallades var i harmoni med “det psykiska livet” i den period som individen befann sig i. Detta är i överensstämmelse med Bartletts (1932) uppfattning om minnets rekonstruktiva karaktär. Conway och Pleydell-Pearce (2000) intar en extremt konstruktivistisk ståndpunkt då de anser att minnen inte är lagrade och framplöckningsbara utan nyskapas i den situation där de framträder, om än med grund i tidigare lagrad information. Även Glenberg (1997) intar en starkt konstruktivistisk position.

Sammanfattningsvis kan man konstatera att två viktiga aspekter av självbiografiskt minne som i hög grad har stöd av många av dagens minnesforskare, redan tidigt formulerades:

För det första de teorier om det självbiografiska minnets inbäddade organisation som förklarar hur det är möjligt att behålla minnet av sig själv som en koherent helhet över en så lång tidsperiod, som ett liv utgör.

För det andra att minnet troligtvis är konstruktivt till sin karaktär. Det vill säga ett minne är inte en enhetlig entitet, likartad från tillfälle till tillfälle, likt en film som spelas upp, utan uppträder mer i form av kortvariga flyktiga mentala konstruktioner som nyskapas vid varje nytt erinringstillfälle.

Hur definieras termen självbiografiskt minne?

Som nämndes i förra avsnittet var Neisser en av de som återupptog studiet av självbiografiskt minne under 1980-talet. En analys av John Dean´s vittnesmål i Watergaterättegången var startpunkten (Neisser, 1981). Sedan dess har minnesforskning med inriktning mot självbiografiskt minne blivit allt oftare förekommande.

Brewer (1996) avser med termen självbiografiskt minne det minne som innehåller information som är relaterade till självet. Nelson (1993) föredrar att begränsa termen självbiografiskt minne till att gälla återkallandet av speciellt signifikanta minnen. Andra har också poängterat vissa minnens särskilda betydelse för individen; Bruner (1994) talar om ´vändpunkter´ medan McAdams (1985) använder beteckningen ´kärnepisoder,´ och menar med dem de mest signifikanta enskilda scenerna i en persons livshistoria. Singer och Salovey (1993) menar att vissa minnen är så betydelsefulla för individen att de kan betraktas som ”självedfinierande”. Baddeley

(1992) definierade självbiografiskt minne genom att säga att det är det som är ”concerned with the capacity of people to recollect their lives.”

Enligt Brewer (1986) finns det fyra grundläggande typer av självbiografiska minnen:

1. personliga minnen – återupplevelseminne
2. självbiografiska fakta
3. generiska personliga minnen
4. självschema

I en senare text diskuterar Brewer (1996) den begreppsförvirring som råder inom området. En lång rad termer, däribland självbiografiskt minne, används som beteckning på det som han ovan kallat personligt minne och som han i denna senare text kallar återupplevelseminne. Hans tes är att återupplevelseminnet är en ”natural kind” och bör särskiljas från andra typer av minnen.

Med termen *självbiografiska fakta* avses olika sorters kunskaper om den egna personen som exempelvis födelseort, utbildning, födelsetid, föräldrarnas yrken, deras namn och liknande.

Generiska personliga minnen skapas då likartade händelser ofta inträffar - exempelvis att man under tonårstiden ofta går på fotbollsmatcher. Dessa händelser blir svåra att särskilja och smälter därför samman. *Självschema*, slutligen, syftar på beständiga kunskapsstrukturer om hurdana vi själva är som personer. Dessa tre typer av självbiografiska minnen – självbiografiska fakta, generiska personliga minnen och självschema – utgör alltså den del av självbiografiska minnet som överlappar med semantiskt minne i min modell. Återupplevelseminne utgör däremot en egen kategori skild ifrån det semantiska.

”The essence of episodic memory lies in the conjunction of three concepts – *self*, *autonoetic awareness*, and *subjectively sensed time*.” (s. 5) (Kursiveringen är min.)

Om man betraktar ovanstående citat från Tulving (2002) kan man komma till den slutsatsen att han med episodiskt minne åsyftar det jag kallar återupplevelseminne i min modell ovan och som jag i likhet med Brewer (1996) anser vara ”a natural kind”. Definitionen han ger är också i överensstämmelse med definitionen av självbiografiskt minne så som flertalet forskare definierar det. Tulving (1983) själv ansåg också att episodiskt minne denotativt är synonymt med självbiografiskt minne, men av konnotativa skäl föredrog han den mer neutrala termen episodiskt minne.

Ett viktigt skäl till att jag vill ersätta termen episodiskt med självbiografiskt, alternativt självreferensminne, är önskan om teoretisk

enkelhet (parsimony). Den kliniska nytta som information om olika dissociationer ger, då patienter med hjärnskador testas med semantiska respektive episodiska minnesuppgifter kommer inte, som jag ser det, att påverkas. Tvärtom skulle särskiljandet av det jag kallar återupplevelseminne kunna leda till att tolkningar av olika dissociationer blir mer precisa.

Jag ska nu övergå till att belysa problemet som står i fokus – dikotomiseringen av det deklarativa långtidsminnet i semantiskt och episodiskt minne – med hjälp av några exempel från mitt empiriska material.

Den empiriska undersökningen

Hur är det möjligt för en människa att bära med sig minnet och upplevelsen av sig själv som något enhetligt genom ett helt liv? Detta är den övergripande frågan för min undersökning av det så kallade självbiografiska minnets innehåll och struktur (Bredefeldt Öhman, 2003).

I denna artikel fokuseras i första hand det självbiografiska minnets innehåll. Linton (1986) vill att minnesforskaren ska ta lärdom av hur biologer arbetar. Hon gör jämförelser med hur Darwin, när han kom till Galapagosöarna, började med att undersöka vilka arter som befolkade öarna. Kognitionsforskare har, menade hon, i alltför liten utsträckning arbetat utifrån frågan:

”Vad befolkar medvetandet / minnet?”

I min forskning har jag försökt spåra vilka inre mentala representationer människor hyser om sig själva och sina liv samt hur dessa representationer organiseras till narrativa strukturer i det självbiografiska minnet.

Informanterna

Informanterna är högskolestuderande med minst sex månaders studier. De kommer från olika institutioner inom högskolan och av de 15 som kontaktades var alla utom två villiga att delta. Slutligen kom fem män och fem kvinnor födda mellan 1947 och 1959 att delta. Syftet med urvalsförfarandet var, att informanterna skulle ha kommit så långt i livet att de hunnit forma en livsberättelse samt att också människor med olika intressen och erfarenheter skulle komma att ingå i studien, även om någon representativitet i egentlig bemärkelse inte har eftersträvats. Kriteriet om akademisk bakgrund förklaras av vikten av att få informanter med förmåga att uttrycka sig.

Genomförande

Informanterna ombads att berätta sin livshistoria och göra det på det sätt de själva ville (jmf Barclay & Hodge, 1990). Den intervjuguide som jag använde hade endast syftet att vara ett stöd för intervjun. Det vill säga, att jag med hjälp av den skulle kunna få informanten att gå vidare i sin berättelse om någon form av störning uppstod. En typ av minnen som jag i samtliga fall bad informanterna försöka erinra sig gällde *självddefinierande minne*. I samtalen med informanterna användes inte denna teoretiska term utan innebörden klargjordes i lite varierande ordalag beroende på situation. Något av följande var dock representerat: ”Ett minne som du skulle välja att berätta för någon som du ville skulle lära känna dig på djupet, ett minne som fortfarande är levande för dig.” Syftet var att få informanterna att avge så mycket som möjligt av olika typer av minnen – särskilt genuina minnen – återupplevelseminnen. I mina samtal med informanterna har jag försökt förhålla mig inte bara ”villigt lyssnande” (Barclay & Hodge, 1990), utan också ”nyfiket borrhande” såsom Linton (1986) förespråkar.

Intervjuerna varierade mellan 1,5 till 2,5 timmar då stor följsamhet till informanterna eftersträvades. För att redan i transkriberingsfasen kunna påbörja analysen och för att få överblick och känsla för materialet, utförde jag ensam all överföringen från ljud till skriven text av samtliga intervjuer. De svårigheter som är förbundna med transkriberingens reliabilitet och validitet är betydande. Vid överföring från tal till text kan aldrig det personliga avtrycket utplånas av den som utför transkriberingen. Olikheter uppstår även om samma transkriberingsregler används (Kvale, 1997).

Analysmetod

Den analysmetod jag använt är en modifierad variant av den fenomenologiska metod Birgerstam (1999, 2000) utvecklat. Hon beskriver hur det fenomenologiska urskiljandet, särskiljandet och klargörandet av den studerade företeelsen sker i åtta olikartade men i varandra sammanflätade faser, där både intuitivt och rationellt sätt att förhålla sig till materialet växelvis ingår.

Min metod har också ett hermeneutiskt inslag i så måtto, att jag först bryter ner materialet i mindre enheter, betydelseenheter, och därefter betraktar dessa i ljuset av hela berättelsen. Analysen fortskrider sedan i ett växelvis skärskådande av helheten och delarna, både hos varje informant var för sig, men också av alla informanter sammantaget.

Resultat

Några konkreta exempel från mitt material kommer jag att ge i det följande för att illustrera några av de frågor som berörts i den teoretiska genomgången ovan – men först några övergripande synpunkter på resultatet.

Det mesta i livsberättelserna kan hänföras till allmänna kunskaper om det egna självet och fakta med anknytning till händelser i det levda livet. Detta gäller för samtliga berättelser även om det förekommer i olika omfattning. Vissa livsberättelser framstår mer som ett återberättande av en välstrukturerad berättelse än av en berättelse grundad på eller åtminstone i viss mån bestående av återupplevelseminnen. En av livsberättelserna i mitt material är utpräglad av denna karaktär. Detta talar för att en stor del av kategorin självbiografiskt minne är inkluderad i kategorin semantiskt minne, så som jag föreslog i min modell.

En av informanterna berättar om ett barndomsminne och gör i anslutning därtill reflektioner som på ett mycket tydligt sätt visar på kärnan i den problematik som jag diskuterar i denna artikel, nämligen att minnen med en återupplevelsekomponent – genuina minnen – utgör en speciell form av minnen och att detta förhållande inte uppmärksammas tillräckligt då det deklarativa minnet dikotomiseras i episodiskt och semantiskt minnessystem.

Jag hade ett minne som jag inte har längre. (skratt)
 Som jag hade under många många år. Jag kommer ihåg att jag hade det minnet från långt tillbaks. Det är svårt det där. /...../ Vad menar du med att du hade ett minne?
 (skratt) Jag vet att jag har berättat för min mor. Det var när vi bodde... Jag kan väl ha varit en tre år. Vi bodde i ett höghus här i stan. Jag hade ett minne av att... Vi bodde på 7:e våningen och det började regna och åska och så ropade jag på min mamma att hon skulle komma ner och hämta mig. Jag var rädd för åskan. Jag hade ett klart minne av detta i många många år. Men nu kan jag inte komma ihåg att det hände. Men jag kommer ihåg det för jag har berättat det för min mor. Jag hade det nog till jag var 20 år gammal i alla fall. Och jag kunde känna det hur jag kände då. Jag var rädd för åskan. Men jag har inte det minnet längre.

Är detta ett episodiskt eller ett semantiskt minne? Det spontana svaret måste vara att det är ett episodiskt minne, det vill säga en händelse som är kopplad till personen och som kan knytas till tid och rum. Men kontentan av hans berättelse är ”Jag *vet* att det var så men jag *minns*

det inte.” Tulving (1989) anser att utmärkande för det semantiska minnet är att det ger upphov till ”veta-responser”, medan episodiskt minne hör samman med ”minnas-responser”. Det återgivna minnet från min undersökning borde alltså vara ett semantiskt minne. Och samtidigt finns alla drag som definierar ett episodiskt minne där. Det är ett minne kopplat till informanten som person och som han kan lokalisera i tid och rum. Därav följer att det är ett episodiskt minne. Distinktionen mellan episodiskt och semantiskt minne innebär en dikotomisering av det deklarativa minnet som skapar fler problem än det löser. Att det är ett självbiografiskt minne är uppenbart. Av något skäl har dock den fenomenologiska upplevelse kvaliteten gått förlorad i detta minne. Från att ha varit ett återupplevelseminne har det blivit ett självbiografiskt faktaminne.

Följande citat som är hämtade från mina informanters livsberättelser pekar på andra definitionsproblem. Av Brewers (1996) fyra grundtyper, utgör dessa tre, exempel på självschema.

- Jag är inte en sådan som kan bo på korridor.
- En stor bit av mig är att ställa upp och ta hand om.
- Jag är en typisk stadsmänniska.

Hur ska dessa utsagor klassificeras – det vill säga i vilket minnessystem behandlas denna typ av information? Samtliga har det gemensamt att de är självrefererande men saknar fenomenologisk återupplevelsekomponent. De uttrycker allmänna kunskaper om det egna självet. De är en form av semantiskt minne som skiljer ut sig från övriga semantiska minnen genom att vara kopplade till den egna personen. Återigen, i den dikotomisering som distinktionen semantisk eller episodisk innebär hamnar denna typ av ”minne” utanför. Om däremot semantiskt minne och självbiografiskt minne tillsammans med återupplevelseminne är de tre kategorierna som det deklarativa minnet består av och om deras inbördes relationer är sådana som framgår av figur 1, är klassificeringen entydig. I analysen av mitt material har jag bland annat fått användning för Brewers (1996) fyra grundläggande typer av självbiografiska minnen: återupplevelseminne, självbiografiska fakta, självschema och generiska personliga minnen.

Ytterligare några illustrationer från mitt material – denna gång av den grundtyp av minnen som Brewer benämner generiskt personligt minne.

Jag kommer ihåg... Jag vet inte om jag hade börjat skolan, men det var till 1:a maj. Då hade min mormor alltid sytt nya klänningar till min syster och mig. Och så

fick man gå i knästrumpor. Det var första gången på året man fick ha knästrumpor. Men jag vet i alla fall att ...

Jag kommer ihåg *just den klänningen för den var röd med vita prickar* och min syster hade en likadan.

Mormor sydde alltid likadant även när vi blev äldre. Men då sydde hon olika färger. Jag vet att jag har haft en röd klänning med vita prickar, men om det är den gången när man fick ha vita knästrumpor på sig, det har jag inte riktigt klart.

I en rad av minnen, som i detta fall då vår läggs till vår och till slut inte kan särskiljas från varandra, skapas det som Brewer benämner *generiska personliga minnen*. I en av dessa vårar lyser den röda klänningen men i vilken går inte att säga. Denna typ av minne som förekommer i flera varianter hos alla mina informanter illustreras med de små trianglarna i modellen på sidan 5.

Här är ett annat exempel på generiskt personligt minne med förankring i återupplevelseminne med flera sinnesmodaliteter representerade - både syn- och hörselintryck, upplevelse av värme, av dofter - dessutom stark emotionell laddning. Men också en osäkerhet huruvida det längre är fråga om genuina minnen eller kanske minnen som blandas ihop och/eller håller på att förlora sin autenticitet.

Jag kommer ihåg alla dessa kakor och alla julbord. Jag menar det är jättestarka minnen ifrån det. Faktiskt.

Mycket mat (skratt) och *mycket dofter*.

Och det kan jag känna vemod över, att den tiden är över.

/.../ Då var man kanske 15 20 25 stycken och det var *stimmigt och det var varmt* och det var liksom... *Ja det var härligt*. Och när man ser.... Pappa filmade väldigt mycket sen när jag var riktigt liten med den här svart-vita, superåtta, vad det hette? Han har ju fört över det på videoband och det är ju så roligt att titta på. Det är ju fantastiskt att ha detta kvar. Även om det bara är åtta vita prickar som kommer och sen så ser man våra händer och kakor och så är det en unge som tittar ut och skrattar och så är filmen slut och så kommer det ett nytt kalas.

(skratt) Det är roligt. *Mycket av dom minnena jag har, vet jag ju inte om jag minns* eller om jag har sett på kort. Man blandar ihop det?

Upplevelser och föreställningar

Bergson (1896/1988) skilde som tidigare nämnts mellan vanan och det genuina minnet. Han menar att vanan (proceduralminnet), "act our

past experience but does not call up its image” (s. 51). Det genuina minnet kännetecknas däremot av att det ger upphov till mentala bilder. Ett exempel från min undersökning på ett genuint minne – återupplevelseminne - som aktiveras genom att informanten ser fotografier från en för honom betydelsefull tid i livet.

Ja, jag kan ju titta i vårt fotoalbum från den tiden och när jag ser dom här fotona *så känner jag starkt av hur fruktansvärt dåligt jag mådde då. Det var framförallt en sommar – det måste ha varit sommarn 86 – mina föräldrar kom över till USA då och hälsade på och det var så...*

Och att titta på dom här bilderna är än idag... Det är väldigt svårt. Jag kan se.. Jag tittar på mig själv på dom här fotona *och riktigt känner hur fruktansvärt dåligt jag mådde. Jag kan se tillbaka på det, men det väcker starka känslor* när jag ser dom där bilderna från den tiden.

Det som här framförallt är uppenbart är att berättaren ger uttryck för en upplevelse som innehåller emotioner. Han är åter berörd vid stunden för berättandet. Hans föreställningar innefattar inte bara mentala visuella bilder utan måste ses i en vidare betydelse.

De föreställningar som följer vid återupplevelse av ett minne har inte oväntat stora likheter med perception (Barsalou, 1999). Gärdenfors (2000) framhåller betydelsen av en allt rikare inre värld för att tänkandet och minnet skall utvecklas. Den inre världen – våra mentala strukturer – benämner han ”föreställningar”. Gärdenfors gör en distinktion mellan sensationer, perceptioner och föreställningar.

Termen *föreställning* syftar på den inre mentala representation som har skapats och som står för det som inte längre är närvarande i den yttre miljön. När vi använder begreppet *mental bild* avses med det inte nödvändigtvis visuell bild utan det innefattar också andra bilder, doftbild, ljudbild, musikbild och så vidare.

Nånstans vid 10 på kvällen så hör vi hur dom sjunger utanför, en bit bort, det är ju en buffertzona. Vi går ut och det är ljus och grejer däruppe. Där står över halva byn - ungar och allt. Då står dom och sjunger för oss. För det vi gjort. Det var så *tårarna rann på oss allihop*. Och så fick vi frukt och blommor och kramar. Ja, *den här rysningen nästan som i klass med att få barn*. (skratt) Ja en höjdare. Nej, det är svårt att säga något annat.

Russell (1921) ansåg, som jag tidigare påtalat, att övertygelsen om att något verkligen ”har hänt” gör skillnaden mellan ett minne och en fantasi – båda kännetecknas av rika föreställningar (imagination). James (1890) poängterar också att: ”Minnet kräver mer än bara en

datering av en händelse i det förflutna. Den måste dateras i *mitt* förflutna. Med andra ord måste jag känna att jag har direkt erfarenhet av det inträffade.” (s. 650)

Här två exempel från mitt material som illustrerar detta:

Och jag bara kände att jag försvann. Det var liksom ljust och varmt och skönt och tyst. Det var rent och tyst. Och det var så ljuvligt, så ljuvligt. Jag ville bara vara kvar där. Jag tyckte det var så skönt. Sen var det Fredrik som skrek. Jag blev nyfiken. Jag visste att jag hade fått en pojke och jag ville se hur han såg ut. Det kändes som om jag kastade av mig det ena duntäcket efter det andra. Och sen när jag då kom upp när jag såg rummet. Så skrek dom – ”vi klarar henne” och det var först då som mannen och jag överhuvudtaget förstod vad som hade hänt.

När dom sen skilde sig, så har jag klart minne av att min mor gärna ville hålla honom kvar. Kvinnor gör ju så tydliga. (skratt) Jag vet inte. Jag kommer så väl ihåg att hon stod i hallen och drog - att han inte skulle åka sin väg.

Självmedvetande och reflektion

Självvet och reflektionen hör oupplösligen samman. Att människan har ett självmedvetande innebär också att hon kan reflektera över sig själv. Reflektionen i sin tur kräver ett subjekt, ett själv, som kan ha fenomenologiska upplevelser att reflektera över. När reflektionen har det pågående upplevandet som föremål är reflektionen liktydig med introspektion. Reflektion över ett framtida scenario är antingen avsiktligt planerande eller föreställda farhågor för oönskade händelseförlopp. När vi reflekterar över händelser i det förflutna är det liktydigt med att minnas.

Reflektion betyder ´åter böja´ och syftar på en ljusstråles återspeglning då den träffar något blankt. I överförd bemärkelse används det om ”tankens krökning tillbaka mot sig själv” (Filosoflexikonet, 1993). Man skulle kunna uttrycka det så att reflektera innebär att ta ett steg åt sidan och betrakta något på avstånd. Endast ett medvetande som tillåter självmedvetande är förmöget att inta ett annat perspektiv än det som är inifrån den egna organismen med sitt ”här och nu”. Reflektion är en nödvändig förutsättning för det medvetna återkallandet av upplevelser och, det är som jag ser det, också det kitt som förenar självet med upplevelsena och emotionerna. Men det är något annat än minnet. Russell (1921) pekar på vikten av att särskilja reflektionen från minnesprocessandet.

The judgment that what is familiar has been experienced before is a product of *reflection*, and is no part of the feeling of familiarity, such as a horse may be supposed to have when he returns to his stable. Thus no knowledge as to the past is to be derived from the feeling of familiarity alone. (s. 169)

Att minnas är för den som minns en mental resa i tiden, ett slags återlevande av någonting som hänt i det förgångna eller en projektion av självet till en framtida händelse samt en förmåga att reflektera över dessa personliga – fenomenologiska – upplevelser.

Nedanstående citat inleder en artikel av Wheeler, Stuss & Tulving (1997) med syfte att lägga fram en teori om det episodiska minnet. Det centrala är hur reflektionsförmågan och självmedvetandet möjliggör en mental resa i tiden.

One of the most fascinating achievements of the human mind is the ability to *mentally travel through time*. It is somehow possible for a person to *relive experiences* by thinking back to previous situations and happenings in the past and to *mentally project oneself* into the anticipated future through imagination, daydreams and fantasies. In the everyday world, the most common manifestations of this ability can be referred to as ‘remembering past happenings’. Everyone knows what this phrase means and what it is like to *reflect on personal experiences*, past or future, that are not part of the present. (s. 331)

(Kursiveringarna är mina.)

Följande fragment från en kvinna i mitt material kan just karaktäriseras som en mental resa i tiden. Först går hon tillbaka några år i tiden - hon minns omständigheterna i samband med moderns död – därifrån minns hon, hur hon då projicerade sig själv in i ett framtida skeende, där hon oroades av att bli tvungen att ta hand om pappan.

Ja, precis när hon dog så var det bara lättnad. Hon var sjuk i många år. Det var jättejobbigt på slutet. Man skulle köra in på sjukhuset. Åhhh Hon blev mindre och mindre och smalare och smalare och hade ondare och ondare. Och allt det här... Det var ju det... *Jag kunde ju riktigt se framför mig hur pappa skulle komma hem till oss och sen skulle jag ta hand om honom.* Det var jag inte så jätte... Han får faktiskt ta hand om sig själv tänkte jag. Och det sa jag till honom. Det skulle jag väl inte ha sagt för då blev han lite så där.... Ja Jag ville inte att han skulle... Jag sa att jag förväntar mig att du ska fixa det här själv hemma då.

I återupplevelser är det centrala draget, att upplevelsen är kopplad till en form av självmedvetande (autonoetiskt medvetande) - självet här och nu, som skeendeform, blir medvetet om sig själv i det förflutna, som strukturform - och detta följs ofta av ett rikt flöde av mentala bilder. Minnet är som en kontinuerligt pågående omorganisation av det som varit. I återupplevelsen är individen nära fenomenen som om objekten var där - vi kan spåra dess ursprung i perceptionen. Reflektionen omformar minnesupplevelserna genom att göra dem till språk – och låser därmed fast dem i mentala strukturer. Minnets konstruktiva karaktär gör att omformning följer på omformning i en aldrig sinande ström.

Sammanfattande och avslutande kommentar

Den empiriska undersökningen om självbiografiskt minne som ligger till grund för mitt avhandlingsarbete har visat på de svårigheter som uppstår då deklarativt (explicit) minne dikotomiseras i semantiskt och episodiskt minne. Det förefaller inte finnas någon fundamental skillnad mellan episodiskt och semantiskt minne. Det handlar mer om att samma sorts minnen *användas* på olika sätt av individen och att de delvis ingår i varandra. Däremot är det, menar jag, en fundamental skillnad mellan de minnen som har en emotionell upplevelsekomponent aktiverad och de som inte har det. Vissa minnen kan under lång tid bevara denna upplevelsekomponent medan andra minnen har tappat den ”värme och intimitet” som William James (1890) menade var typiskt för människan då hon tänkte tillbaka på sitt liv.

All kunskap som finns i minnet har sitt ursprung i sinneserfarenheter. Det är självet som upplever dessa sinnesförnimmelser. Sinnesförnimmelser kan, om de uppmärksammas, bli perceptioner som i sin tur kan ge upphov till mentala föreställningar som är frikopplade från sitt empiriska ursprung. Allt människan vet, vet hon genom upplevelser. Om inte självet är involverat känslomässigt i betydelsen och ger mening åt dessa mentala föreställningar kan vi kalla den lagrade kunskapen ”semantisk”. Om däremot självet är känslomässigt engagerat i upplevelserna, kan kunskapen betraktas som ”episodisk” eller som jag argumenterat för i denna artikel, ”självbiografisk”. Människan har en unik förmåga att kunna reflektera över pågående upplevelser, förmodade upplevelser i en kommande framtid, likväl som återupplevelser av händelser ur det förflutna.

REFERENSER

- Banaji, M. R. & Crowder, R. G. (1989). The bankruptcy of everyday memory. *American Psychologist*, 44, 1185-1193.
- Baddeley, A. (1992). What is autobiographical memory? In A.M. Conway, D.C. Rubin, H. Spinnler, & W. A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory* (pp. 13-29). NATO ASI Series D: Behavioural and Social Sciences, Vol. 65. Dordrecht, The Netherlands: Kluwer Academic.
- Barsalou, L. W. (1999). Perceptual symbol systems. *Behavioral and Brain Sciences*, 22, 577-660
- Barclay, C. R., & Hodge, R. M. (1990). La Composition de soi dans les souvenirs autobiographiques. *Psychologie Francaise*, 35, 59-65.
- Bartlett, F. C. (1932). *Remembering*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bergson, H. (1896,1911/1988). *Matter and memory*. London: Allen & Unwin.
- Birgerstam, P. (1999). Ett Fenomenologiskt tillvägagångssätt, en parallell till visualisering som arbetsmetod. I J. Lindén, G. Westlander, & G. Karlsson, (red.). *Kvalitativa metoder i arbetslivsforskning*. Stockholm: Rådet för arbetslivsforskning.
- Birgerstam, P. (2000). *Skapande handling - om idéernas födelse*. Lund: Studentlitteratur.
- Bredfeldt Öhman, M. (2003). *Livet som figur. Om självbiografiskt minne*. Licentiatavhandling, Lunds University Cognitive Studies, LUCS 109.
- Brewer, W. F. (1986). What is autobiographical memory? In D. C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory* (pp. 25-49). Cambridge: Cambridge University Press.
- Brewer, W. F. (1996). What is recollective memory? In D. C. Rubin (Ed), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory* (pp. 19-66). Cambridge: Cambridge University Press.
- Bruner, J. (1994). The "remembered self". In U. Neisser & R. Fivush (Eds.), *The remembering self: Construction and accuracy in the self-narrative*. New York: Cambridge University Press.
- Cabeza, R., & Nyberg, L. (2000). Imaging cognition II: An empirical review of 275 PET and fMRI studies. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 12, 1-47
- Christiansson, S-Å. & Safer, M. A. (1996). Emotional events and emotions in autobiographical memories. In D. C. Rubin (Ed.) *Remembering our past: Studies in autobiographical memory* (pp. 200-217). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Colegrove, F. W. (1889). Individual memories. *American Journal of Psychology*, 10, 228-255.
- Conway, M. A. (1990). *Autobiographical memory - an introduction*. Milton Keynes: Open University Press.
- Conway, M. A. & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The Construction of Autobiographical Memories in the Self- Memory System. *Psychological Review*, 107, 261-288.
- Filosoflexikonet. (1993). *Filosofier och filosofiska begrepp från A till Ö*. Borås: Forum.
- Gardiner, J. M. & Java, R. I. (1993). Recognising and Remembering. In A. F. Collins, S. E. Gathercole, M. A. Conway, & P. E. Morris (Eds.), *Theories of Memory*. Hove: Lawrence Erlbaum Associates,

Publishers.

- Gibson, J. J., (1950). *The perception of the visual world*. Boston: Houghton Mifflin.
- Gibson, J. J. (1979). *The ecological approach to visual perception*. Boston: Houghton Mifflin.
- Glenberg, A. M. (1997). What memory is for. *Behavioral and Brain Sciences*, 20, 1-55.
- Gärdenfors, P. (2000). *Hur Homo blev sapiens. Om tänkandets evolution*. Falun: Nya Doxa.
- James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: Holt, Rinehart & Winstone.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Linton, M. (1986). Ways of searching and the contents of memory. In D. C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory* (pp. 50- 67). Cambridge: Cambridge University Press.
- Maine de Biran, (1929). *The influence of habit on the faculty of thinking*. Baltimore, MD: Williams & Wilkins.
- Martin, M. G. F. (2001). Out of the Past: Episodic Recall as Retained Acquaintance. In C. Hoerl and T. McCormack, (Eds.), *Consciousness and Self-Consciousness, Time and Memory, Issues in Philosophy and Psychology*. New York: Oxford University Press Inc.
- McKoon, G., Ratcliff, R. & Dell, G. S. (1986). A critical evaluation of the semantic-episodic distinction. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition* 12, 1173-90.
- McAdams, D. P. (1985). *Power, intimacy, and the life story: Personological inquiries into identity*. New York: The Guilford Press.
- Neisser, U. (1981). John Dean´s memory: A case study. *Cognition*, 9, 1-22.
- Neisser, U. (1986). Nested structure in autobiographical memory. In D. C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory* (pp. 71-81). Cambridge: Cambridge University Press.
- Neisser, U. & Winograd, E. (1988). *Ecological and traditional approaches to the study of Memory*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Nelson, K. (1993). The psychological and social origins of autobiographical memory. *Psychological Science*, 4, 7-14.
- Nelson, K. (1994). Explaining the Emergence of Autobiographical Memory in Early Childhood. In A. F. Collins, S. E. Gathercole, M. A. Conway, and P. E. Morris (Eds.) *Theories of Memory*. Hove: Lawrence Erlbaum Associates, Ltd.
- Nyberg, L., & Tulving, E. (1996). Classifying human long-term memory: Evidence from converging dissociations. *European Journal of Cognitive Psychology*, 8, 163-183.
- Ribot, T. (1882). *Diseases of Memory: An Essay in the Positive Psychology* (W.H. Smith, trans.). New York: Appleton.
- Russell, B. (1921). *The analysis of mind*. London: Allen & Unwin.
- Schacter, D. L. (1987). Implicit memory: history and current status. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition*, 13, 501-518.
- Schacter, D. L. & Tulving, E. (1994). *Memory systems*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Singer, A. J. & Saloway, P. (1993). *The Remembered Self. Emotion and*

- Memory in Personality*. New York: The Free Press.
- Squire, L. R., & Knowlton, B. J. (2000). Memory, hippocampus, and the brain systems. I M. S. Gazzaniga (red.), *The new cognitive neurosciences*, s. 825-837. Cambridge, MA: MIT Press.
- Tulving, E. (1972). Episodic and semantic memory. In E. Tulving & W. Donaldson (Eds.), *Organization of memory* (pp. 381-403). New York: Academic Press.
- Tulving, E. (1983). *Elements of episodic memory*. Oxford: Oxford University Press.
- Tulving, E. (1989). Memory: Performance knowledge, and experience. *European Journal of Cognitive Psychology*, 1, 3-26.
- Tulving, E. (2000). Concepts of Memory. In E. Tulving and F. I. M. Craik (Eds.), *The Oxford Handbook of Memory*. New York: Oxford University Press.
- Tulving, E. (2002). Episodic memory: from mind to brain. *Annual Review of Psychology*, 53, 1-25.
- Wheeler, M.A., Stuss, D. T., & Tulving, E. (1997). Toward a theory of episodic memory: The frontal lobes and autonoetic consciousness. *Psychological Bulletin*, 121, 331-354.
- Williams, J. M. G. (1996). Depression and the specificity of autobiographical memory. In D. C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory* (pp. 244-267). Cambridge: Cambridge University Press.