

# Epizodikus, önéletrajzi emlékezet

Emberi emlékezet 2019

# Hányféle emlék(ezet) ???



# Hányféle emlék(ezet) ???



készség



tudás

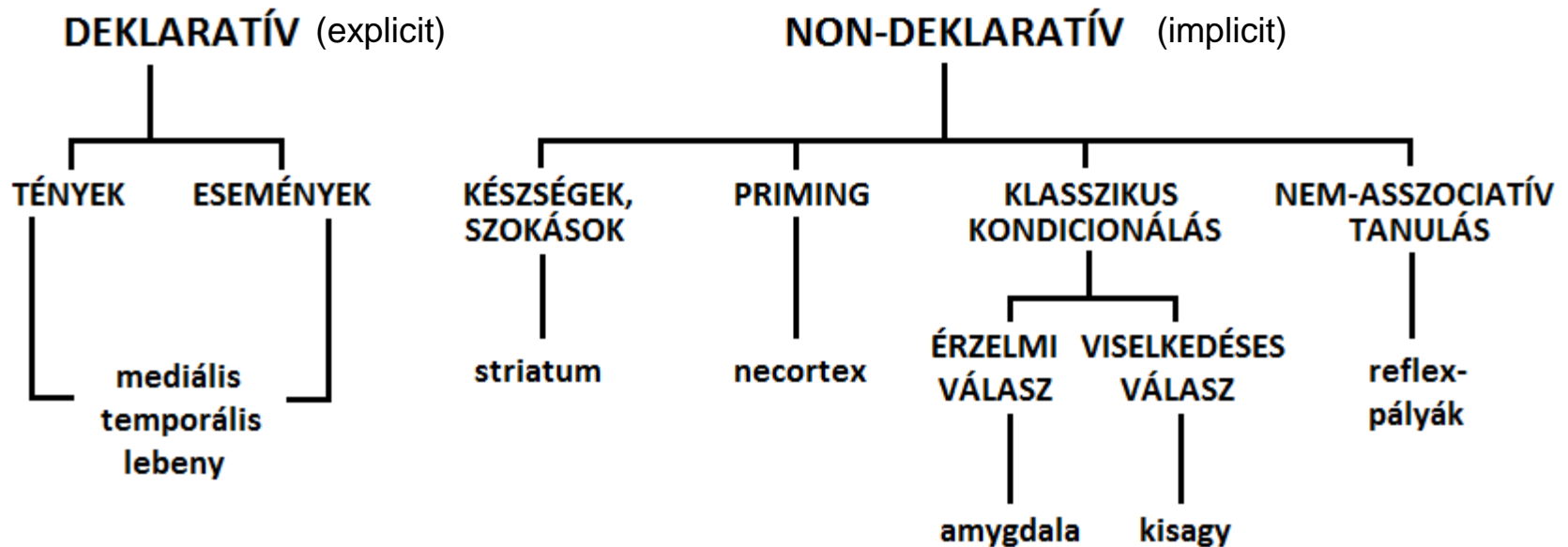
STB.

klasszikus  
kondicionálás



esemény

# A hosszú távú emlékezet rendszerszintű megközelítése



(ld. pl. Squire, 2004)

# A hosszú távú emlékezet rendszerszintű megközelítése

## **DEKLARATÍV (EXPLICIT) EMLÉKEZET:**

szándékos előhívás, tudatos hozzáférés

„Mondd el, milyen szavakat tanultál az előbb!”

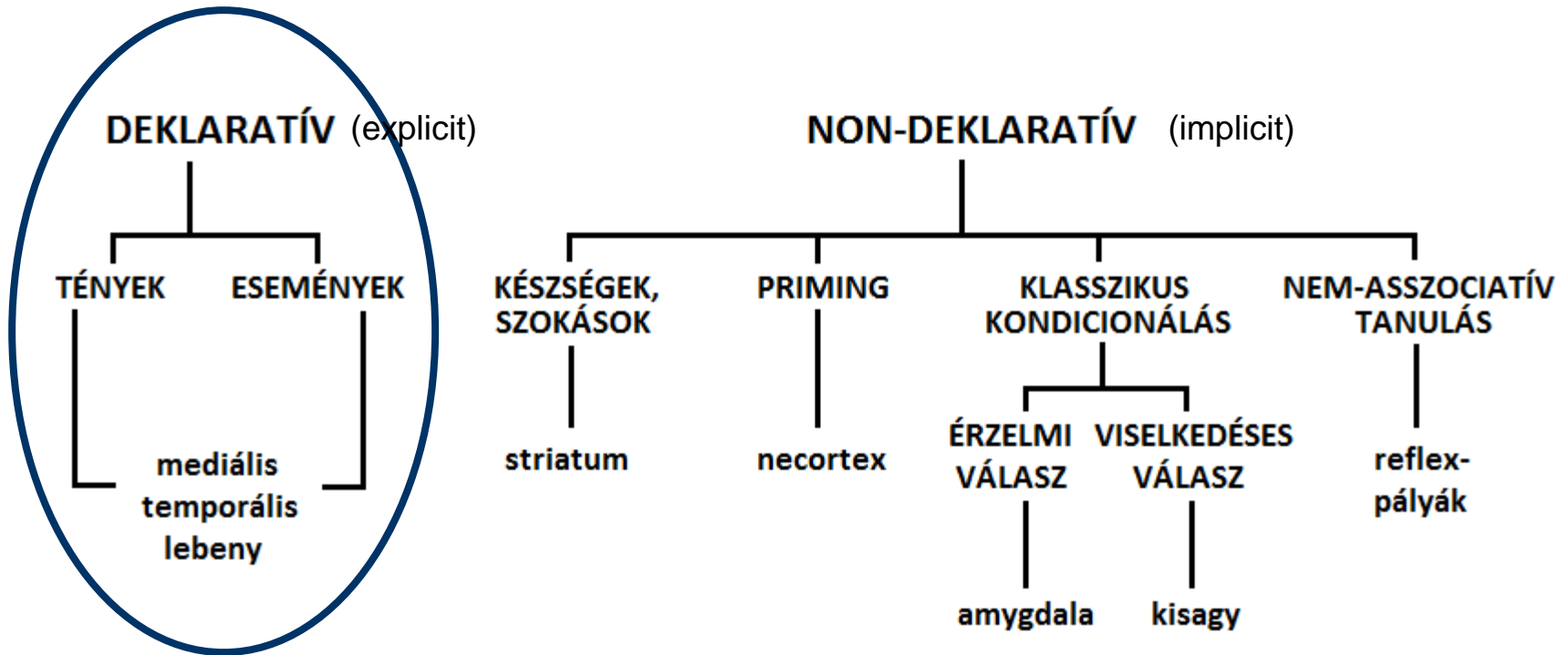
## **NON-DEKLARATÍV (IMPLICIT) EMLÉKEZET:**

az előhívás nem tudatos,

az előhívott információ a teljesítményben mutatkozik meg

„Mondd el, hogyan kell biciklizni!”

# A hosszú távú emlékezet rendszerszintű megközelítése



(Id. pl. Squire, 2004)

# Deklaratív emlékezet két alrendszere: EPIZODIKUS ÉS SZEMANTIKUS EMLÉKEZET

## Szemantikus emlékezet

a világról és önmagunkról való tudás

Párizs Franciaország fővárosa; mi az a szappan?; általános iskolai osztálytársak nevei...

## Epizodikus emlékezet

esemény-emlékezet

www: mi (what?); mikor (when?); hol (where?)

A 15. születésnapom; a ballagásom; az első Emberi emlékezet óra...

# Epizodikus és szemantikus emlékezet összehasonlítása (Tulving & Markovitsch, 1998)

<b>Epizodikus</b>	<b>Szemantikus</b>
Emlékezés	Tudás
Múltra irányul	Jelenre irányul
Autonoetikus tudatosság	Noetikus tudatosság
Tartalmaz szemantikus tudást	Nem tartalmaz emlékezést
Fejlődésileg később	Fejlődésileg hamarabb
Sebezhetőbb (sérülések, kor)	Kevésbé sebezhető
Nagy mértékben függ a frontális lebeny működésétől	Kisebb mértékben függ a frontális lebeny működésétől
Humánspecifikus	Nem csak az emberre jellemző



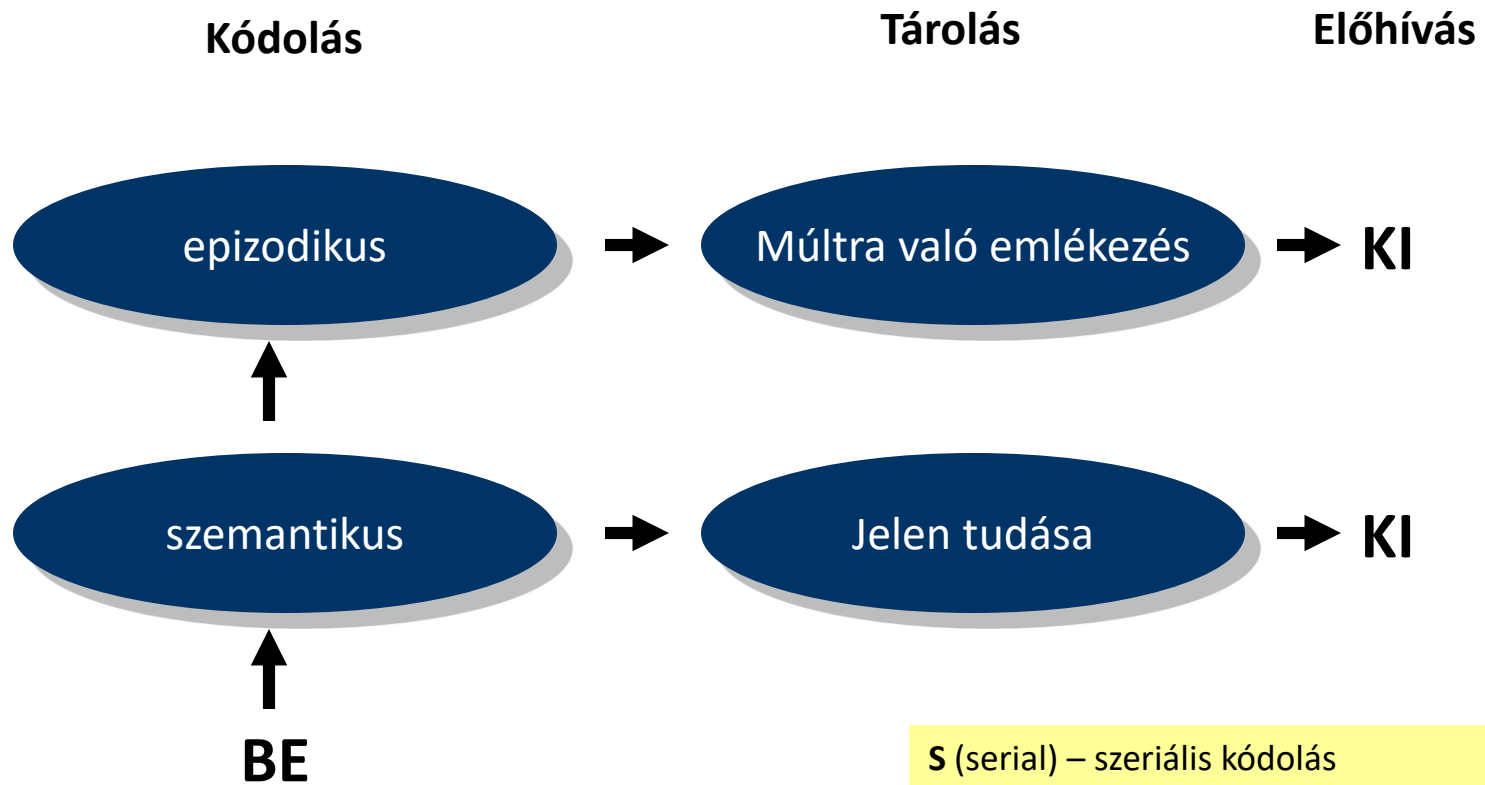
# Hogyan történik az emlékezeti kódolás?



Szemantikus → Epizodikus (Tulving & Markovitch, 1998)

Epizodikus → Szemantikus (Squire & Zola, 1998)

# SPI-modell (ld pl Tulving & Markovitch, 1998)



**S** (serial) – szeriális kódolás

**P** (parallel) – párhuzamos tárolás

**I** (independent) – független előhívás

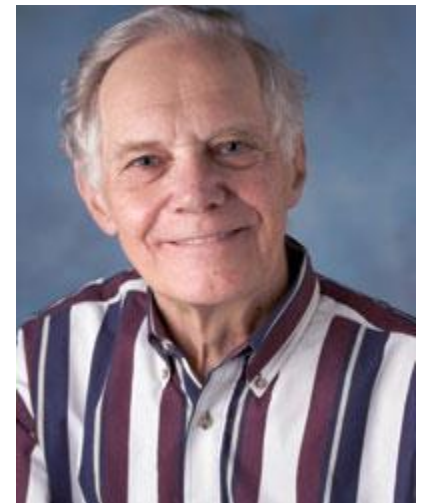
# Egy ellentétes álláspont: Id pl. Squire & Zola (1998)

Az új információ kezdetben mindig az epizodikus emlékezetben kódolódik.

Az egyedi események az ismételt felidézések során azonban függetlenednek az eredeti kontextustól, így az információ a szemantikus emlékezetbe kerül.

# Az epizodikus emlékezet vizsgálata

- Tanulási kísérletek (valóban? Kritika: Endel Tulving 2002)
- A laboratóriumi vizsgálódás korlátai  
(Neisser 1978, 1979; Id továbbá Roediger 1991; Tulving 2002)
- A mindennapi egyedi emlékek vizsgálata
- Önéletrajzi emlékezet: Híd az ökológiaailag valid(abb) vizsgálódás felé  
(Neisser 1978, 1979)
- Híd a gyakorlati alkalmazhatóság kiterjesztése felé  
(Cohen 2008; Gathercole & Collins 1992)



# Laboratóriumi vs. önéletrajzi emlékek

(Cabeza & St. Jacques, 2007; Cohen, 2008; Conway, 1991; St. Jacques, 2010)

- **Önéletrajzi emlékek:** komplexebb előhívási folyamatok (pl. funkcionális képalkotóval nyert eredmények)
- **Önéletrajzi emlékek:** több szenzoros és érzelmi részlet
- **Laboratóriumi emlék:** általában intencionális a tanulás (szándék szerepe)
- **Laboratóriumi emlékek:** régi (több éves) emlékek vizsgálata – hogyan?

# ÖNÉLETRAJZI EMLÉKEZET

Saját életünk eseményeire való visszaemlékezés

# Önéletrajzi (autobiografikus) emlékezet

Önéletrajzi emlékezet  $\neq$  epizodikus emlékezet !

(az önéletrajzi emlékezet nem emlékezeti rendszer, hanem több rendszer „összeolvadása”)

Az önéletrajzi emlékezet egyaránt támaszkodik  
az epizodikus és a szemantikus memóriára is

# Epizodikus és szemantikus tartalmak

## Példa egy önéletrajzi emlékre

„A 31. születésnapom volt, tehát ... 1985-ben történt. A nagyobbik fiam akkor 8 éves volt, és óriási meglepetést szerzett nekem. Kitalálta, hogy ő veszi meg nekem a tortát, de én erről semmit nem tudtam. Akkoriban olyan 150 Ft lehetett egy torta, és ő összegyűjtötte rá a pénzt. Volt nagy meglepetés! Otthon ünnepeltünk, és ő behozta a kis kezében azt a nagy tortát egy nagy fehér gyertyával a közepén. Az egyik legszebb születésnapom volt.”



# Epizodikus és szemantikus tartalmak

Példa egy önéletrajzi emlékre

„A 31. születésnapom volt, tehát . 1985-ben történt. A nagyobbik fiam akkor 8 éves volt, és óriási meglepetést szerzett nekem. Kitalálta, hogy ő veszi meg nekem a tortát, de én erről semmit nem tudtam. Akkoriban olyan 150 Ft lehetett egy torta, és ő összegyűjtötte rá a pénzt. Volt nagy meglepetés! Otthon ünnepeltünk, és ő behozta a kis kezében azt a nagy tortát egy nagy fehér gyertyával a közepén. Az egyik legszebb születésnapom volt.”

# Epizodikus és szemantikus tartalmak

Példa egy önéletrajzi emlékre

„A 31. születésnapom volt, tehát **1985-ben** történt. A nagyobbik fiam akkor 8 éves volt, és óriási meglepetést szerzett nekem. Kitalálta, hogy ~~ő veszi meg nekem a tortát, de én erről semmit nem tudtam.~~ Akkoriban olyan 150 Ft lehetett egy torta, és ő összegyűjtötte rá a pénzt. Volt nagy meglepetés! **Otthon** ünnepeltünk, és ő behozta a kis kezében azt a nagy tortát egy nagy fehér gyertyával a közepén. Az egyik legszebb születésnapom volt.”

# Epizodikus és szemantikus tartalmak arányát befolyásoló tényezők (Cabeza & St. Jacques, 2007)

- **Emlék kora**

MINÉL RÉGEBBI AZ EMLÉK, ANNÁL TÖBB TUDÁS-ALAPÚ (SZEMANTIKUS) INFORMÁCIÓT TARTALMAZ

- **Felidéző kora**

MINÉL IDŐSEBB A SZEMÉLY, ANNÁL INKÁBB SZEMANTIKUS INFORMÁCIÓRA TÁMASZKODIK A FELIDÉZÉS SORÁN

- **Felidezés gyakorisága**

MINÉL GYAKRABBAN IDÉZÜNK FEL EGY EMLÉKET, ANNÁL TÖBB A SZEMANTIKUS INFORMÁCIÓ

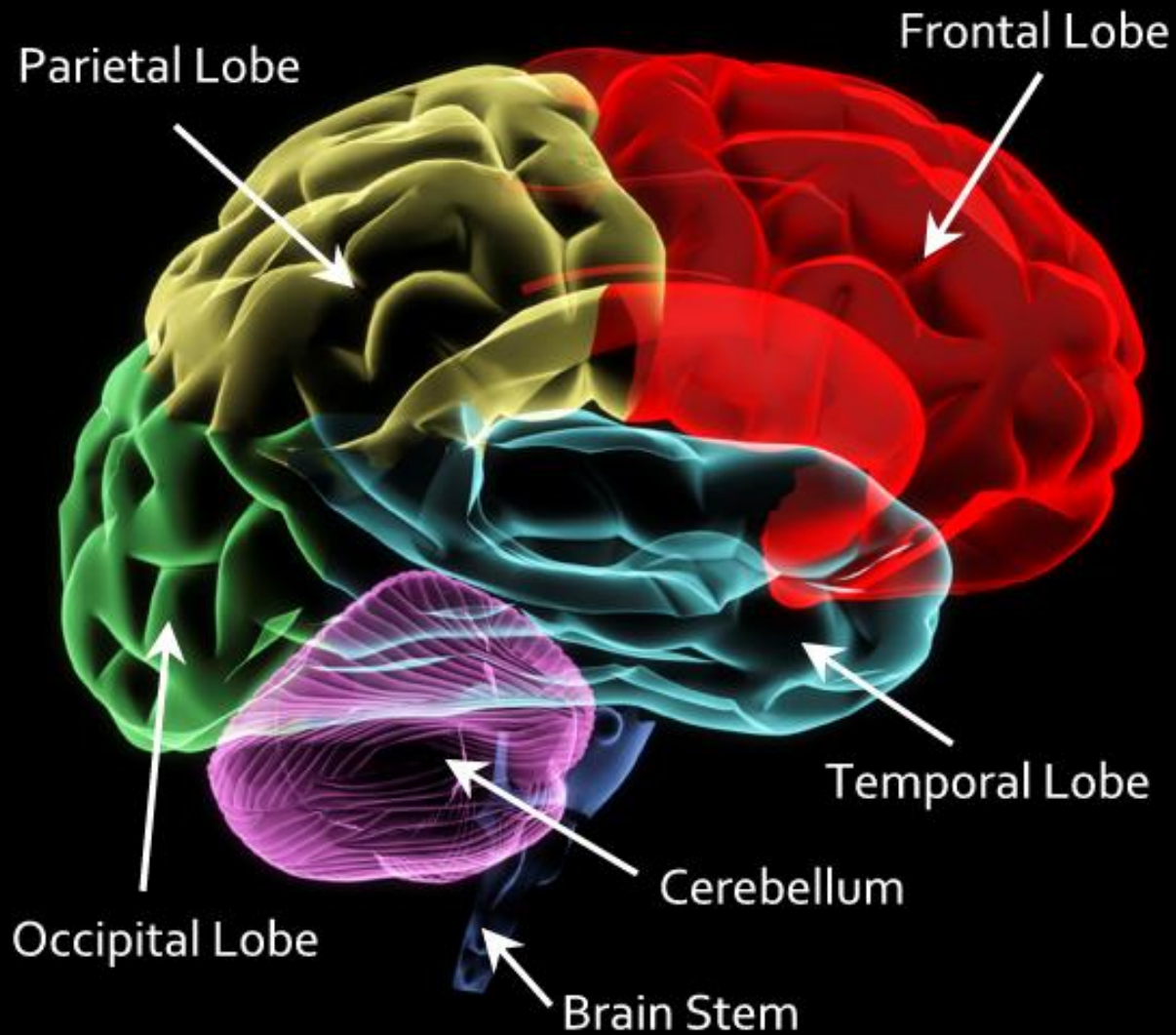
- **Esemény átélésének gyakorisága**

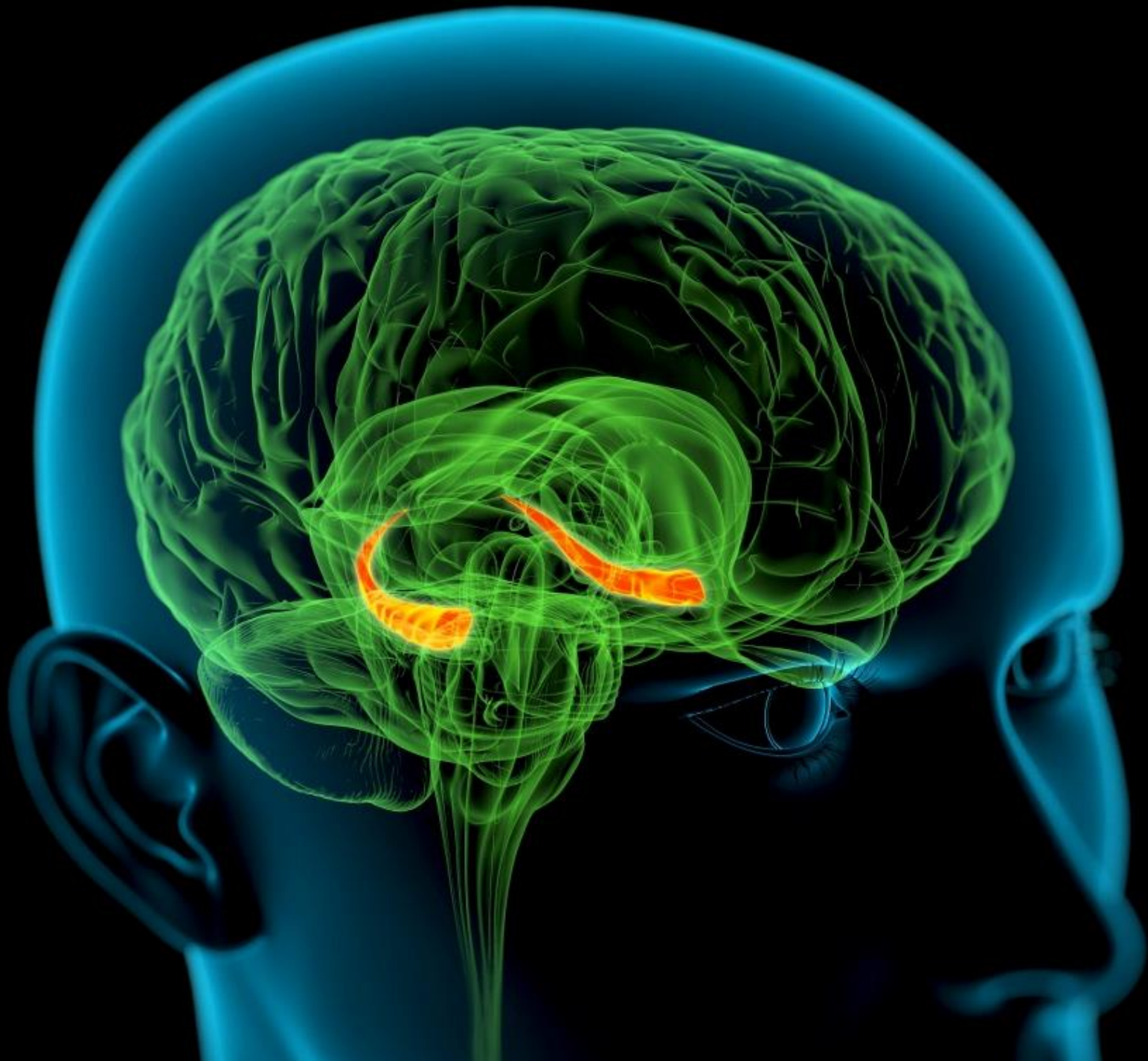
MINÉL GYAKRABBAN ÉLÜNK ÁT EGY ESEMÉNYT (VAGY NAGYON HASONLÓ ESEMÉNYEKET), ANNÁL TÖBB A SZEMANTIKUS INFORMÁCIÓ

# Önéletrajzi emlékek – információ típusai (Johnson et al., 1992)

- Kontextuális részletek:
  - mikor és hol történt az esemény (tér-időíi kontextus)
- Szenzoros-perceptuális részletek:
  - vizuális részletek, hangok stb.
- Érzelmek
- Gondolatok
- Szemantikus információ (tudás-alapú részletek)

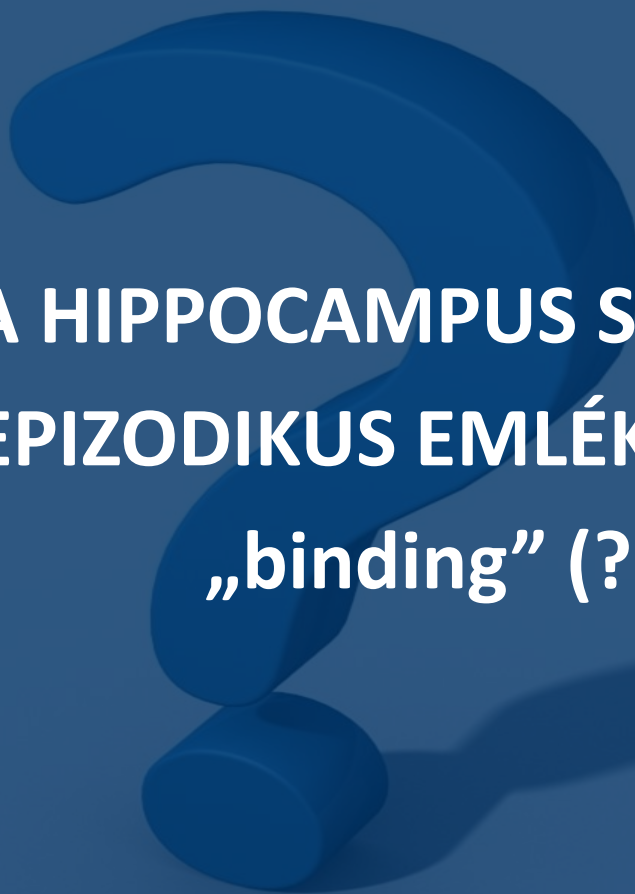
# Epizodikus emlékezés és az agy











**A HIPPOCAMPUS SZEREPE  
AZ EPIZODIKUS EMLÉKEZÉSBEN?  
„binding” (?)**



# Az önéletrajzi emlékezet hierarchikus szerveződése

(ld pl. Barsalou, 1988; Conway és Pleydell-Pearce, 2000)

## Életperiódusok

Pl. „az egyetemista éveim alatt”

# Az önéletrajzi emlékezet hierarchikus szerveződése

(ld pl. Barsalou, 1988; Conway és Pleydell-Pearce, 2000)

## Életperiódusok

Pl. „az egyetemista éveim alatt”

## Általános emlékek

Pl. „családi nyaralások a Balatonnál”

# Az önéletrajzi emlékezet hierarchikus szerveződése

(ld pl. Barsalou, 1988; Conway és Pleydell-Pearce, 2000)

## Életperiódusok

Pl. „az egyetemista éveim alatt”

## Általános emlékek

Pl. „családi nyaralások a Balatonnál”

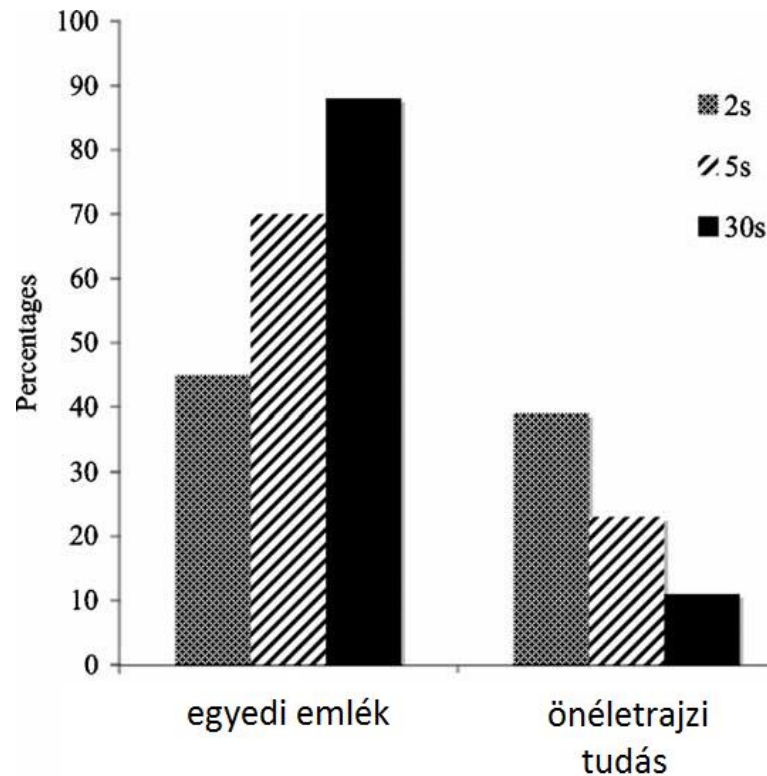
## Egyedi (specifikus) emlékek

Pl. "Tegnap munka után a legjobb barátommal egy párizsi kávézóban megittunk egy üveg bort, és a művészetről beszélgettünk., (Barsalou, 1988, 227. o.)

# Az önéletrajzi emlékek előhívásának két lehetséges útja

**1. Közvetlen (direkt)**

**2. Közvetett (indirekt, generatív, stratégia-vezérelt)**



# Williams, 1996

- **Terapeuta:** Amikor fiatal volt, milyen dolgok tették boldoggá?
- **Beteg:** Nos, akkor jobban mentek a dolgok; úgy értem, jobban, mint most, azt hiszem. Amikor az apám ott volt, akkor általában elmentünk sétálni vasárnaponként ebéd után.
- **Terapeuta:** El tud mondani egy ilyen alkalmat, amikor sétáltak?
- **Beteg:** Nos, általában ebéd után mentünk, néha vittünk labdát is, és játszottunk. (...)
- **Terapeuta:** Emlékszik egy konkrét ilyen alkalomra? Szeretném, ha megpróbálna felidézni egyetlen ilyen alkalmat. Nem kell különlegesnek vagy fontosnak lennie.
- **Beteg:** Emlékszem, hogy néha voltak ott más gyerekek is. Néha a barátaim is (...)
- **Terapeuta:** Emlékszik olyan konkrét esetre, amikor valamelyik barátjával találkozott?
- (...)

- Depressziós betegek több általános és kevesebb egyedi emléket idéznek fel, mint egészséges személyek (e.g. Williams et al., 2007).
- A túláltalánosítás elsősorban a pozitív emlékekre vonatkozólag mutatkozik meg.
- Ez az összefüggés akkor is fenn áll, amikor a beteg nincs depressziós epizódban.

# TÚLÁLTALÁNOSÍTOTT EMLÉKEK DEPRESSZIÓBAN

## Lehetséges okok

- Hangulatkongruencia (ld. pl. Bartlett et al. 1982; Bower et al. 1978; Clark et al. 1983)
- Negatív életesemények előhívásának elkerülése (Williams & Dritschel 1988)
- Kevés pozitív hívóinger (Williams 1996)

# Az emlékezet és a self

(Conway 2005, Id továbbá Conway & Pleydell-Pearce 2000)

- „(...) *cognition is driven by goals: memory is motivated*”  
(Conway 2005 pp. 594)

## Cél-hierarchia:

- Hosszú- és rövid-távú célok (LTM és recens emlékek)
- Egymás alá-/fölérendeltség
- Aktivációs szintek
- Lehetséges változások az aktivációs szintben: éppen aktuális célok



- **Koherenciára való törekvés:**
  - Célok
  - Self (az „én”)
  - Emlékek aktuális elérhetősége (!)
- Egészséges működés vs deficitek (inkoherencia: self-memória), pl szikzofréniában:
  - „híres zenész” Baddeley et al 1996
  - „híres orosz sakkjátékos” Downes & Mayes 1994
- „Egészséges” stratégiák a koherencia fenntartására

Az éppen aktív célok határozzák meg, hogy az adott időpillanatban mely emlékek hozzáférhetőek

Törekvés: koherens self, célok és emlékek kongruenciája

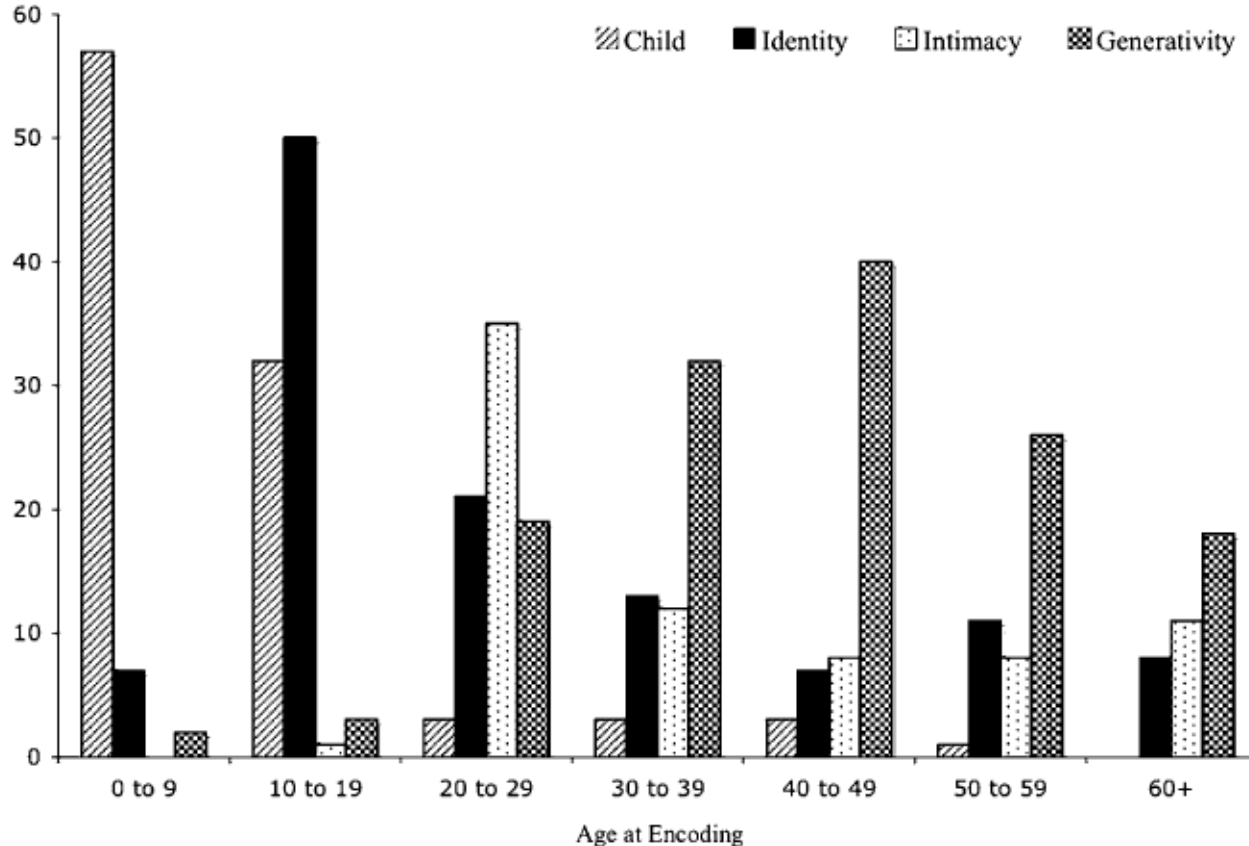
Inkongruencia esetén: negatív érzelmek

2 lehetőség:

(1) célok megváltoztatása

(2) emlék(ek) hozzáférhetőségének megváltoztatása

# Életkori szakaszok és az önéletrajzi emlékek tárgya



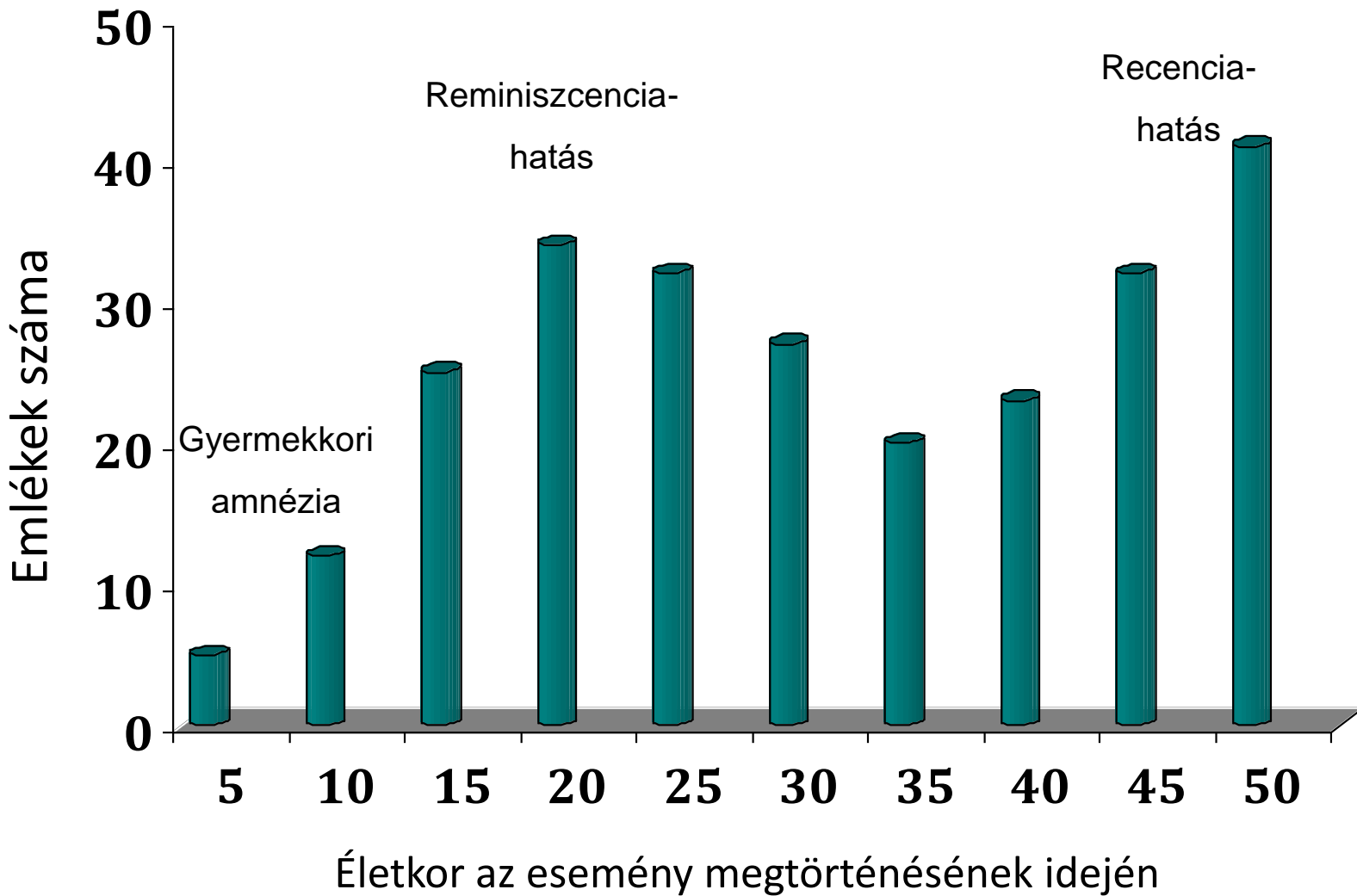
(Conway & Holmes, 2004)

Kamaszkor: identitás formálása

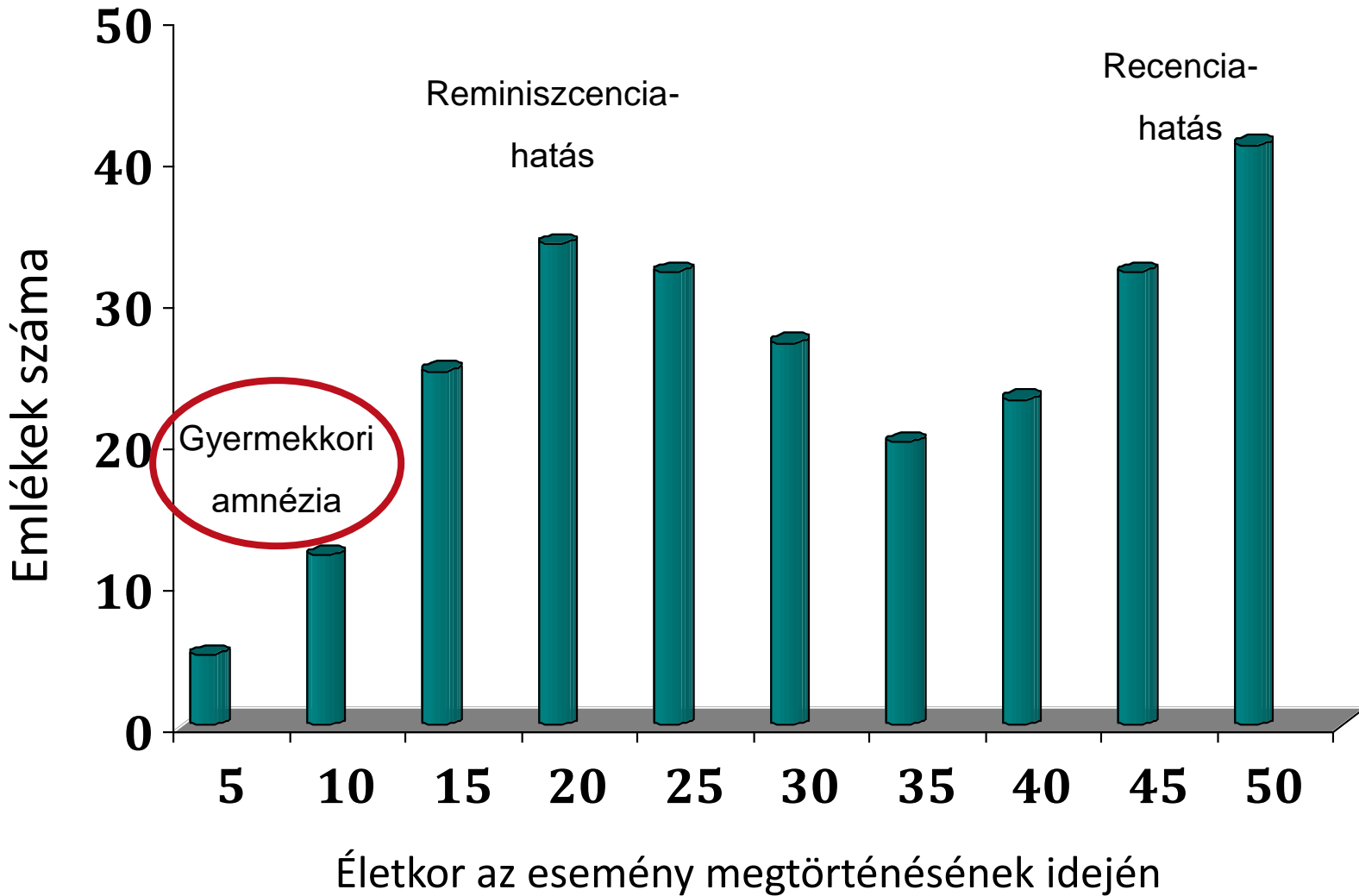
Fiatalfelnőttkor: intimitás (párkeresés)

30 éves kor felett: megnő a generativitás jelentősége (gyerekek, unokák)

# „életgörbe”



# „életgörbe”



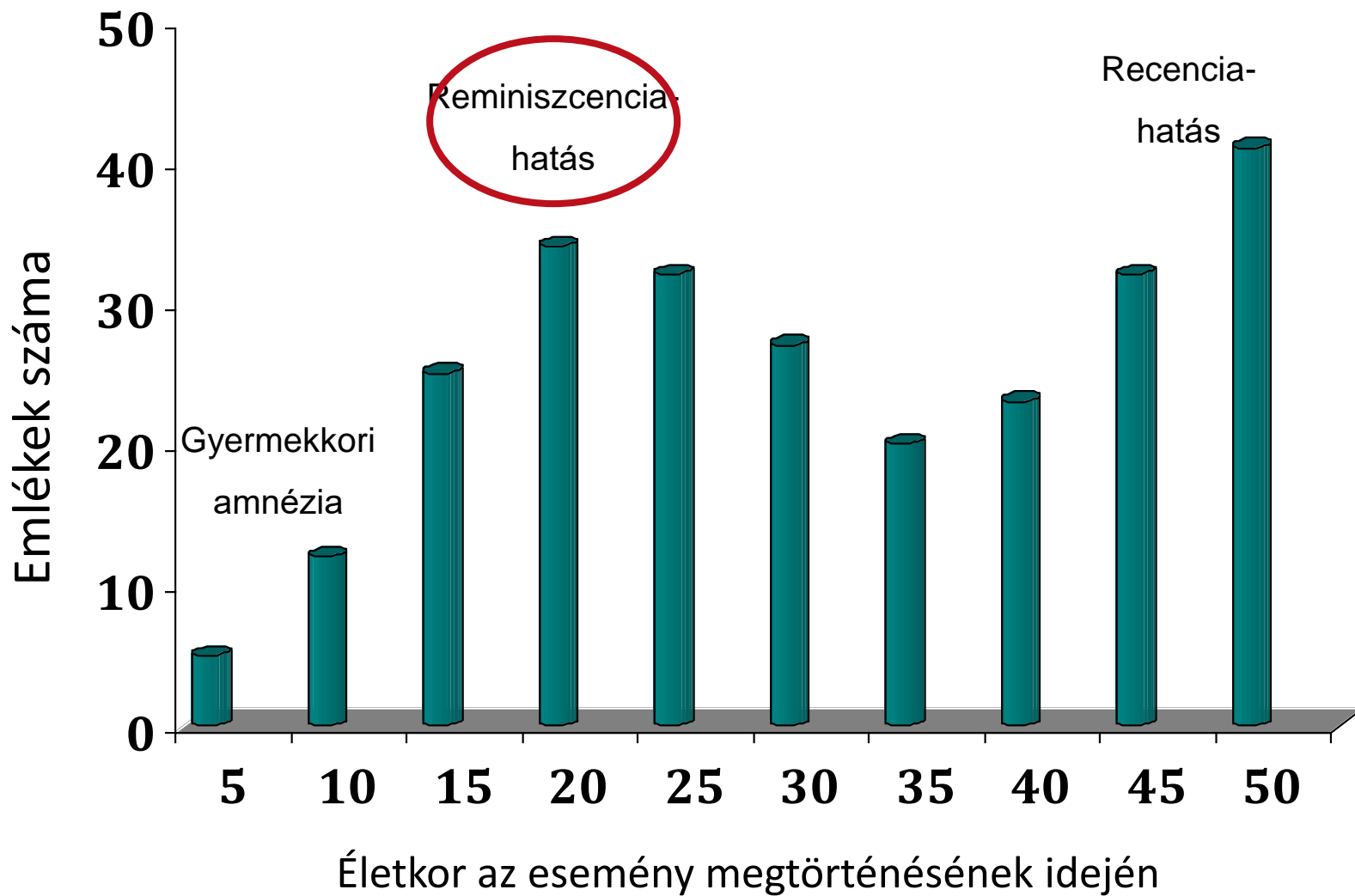
**GYERMEKKORI AMNÉZIA:** a legkorábbi emlékek a 3 és 5 éves kor közötti időszakból származnak

**Lehetséges okok:**

- analitikus megközelítés,
- nyelv szerepe,
- neuroanatómiai háttér:

hippocampus és prefrontális területek késői érése

# „életgörbe”



## **REMINISZCENCIA-HATÁS** (vagy emlékezeti dudor):

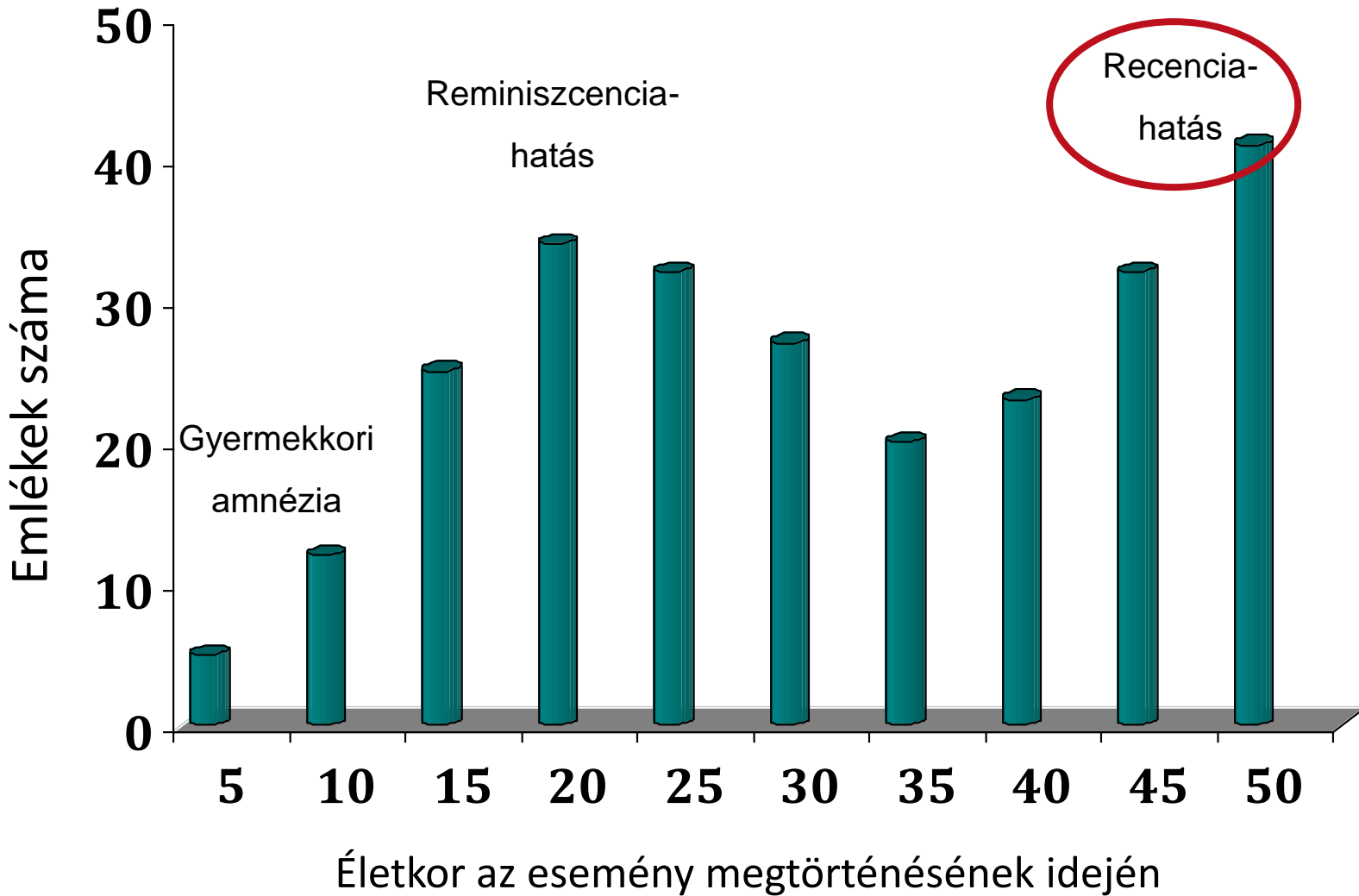
Idős személyek legtöbb emléke a kb. 20 és 30 éves koruk közötti időszakból származik (robosztusság!)

### **Lehetséges okok:**

- újdonság,
- identitás-keresés,
- neuroanatómiai háttér



# „életgörbe”



**RECENCIA-HATÁS:** az elmúlt fél-egy évből származik a legtöbb emlékün

Konszolidáció szerepe?

# KULTURÁLIS KÜLÖNBSÉGEK

Individualizmus vs. kollektívizmus



# KULTURÁLIS KÜLÖNBSÉGEK

## Individualizmus vs. kollektívizmus

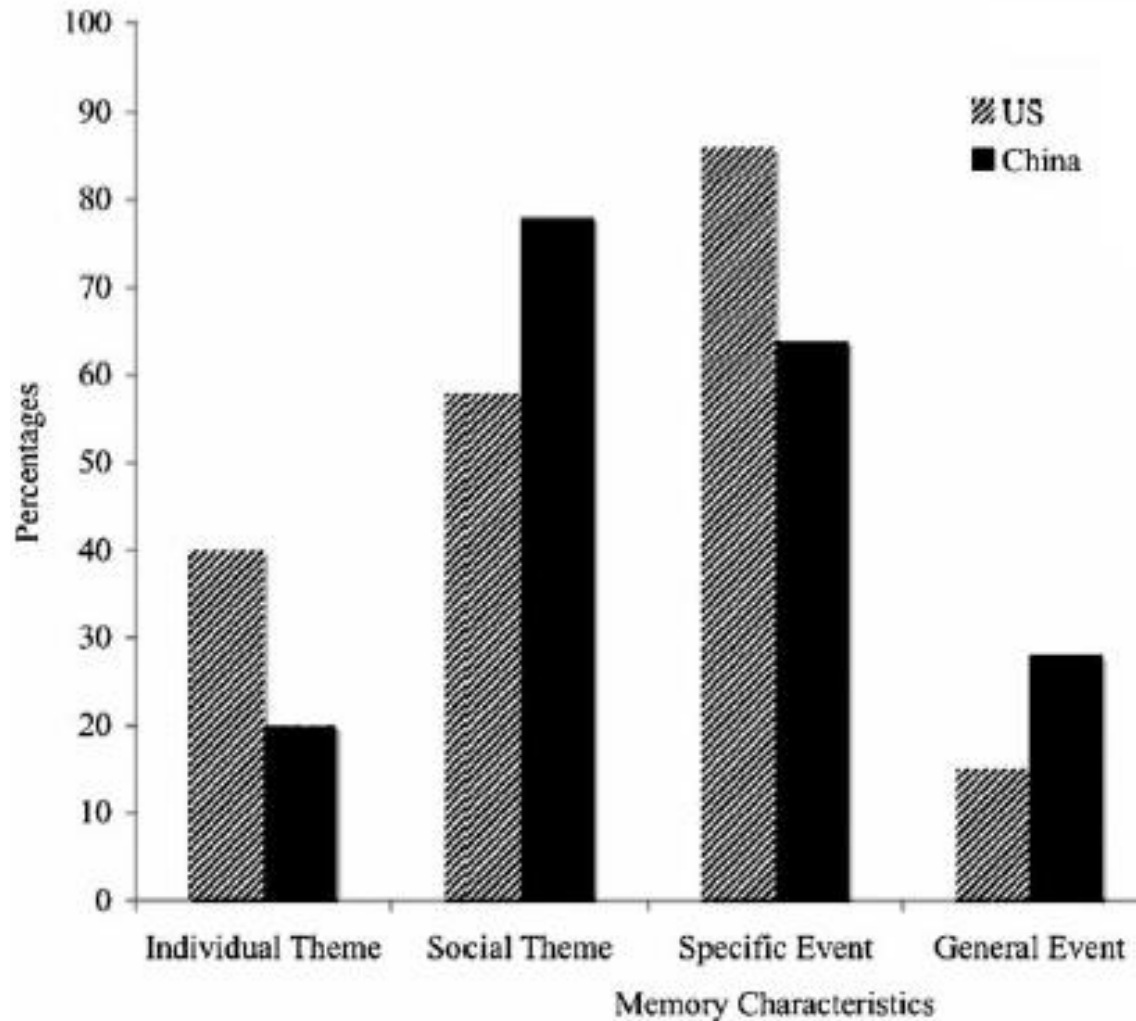
- **Individualista társadalmak:**

középpontban az egyén,  
egyéni érdekek és célok (pl. US)

- **Kollektivistista társadalmak:**

középpontban a csoport (társadalom, család ...),  
az egyéni célok alárendelődnek a csoport céljainak (pl. Kína)

# Kulturális különbségek és önéletrajzi emlékezet



- Individualista kultúrákban a reminiscencia korszaka korábbra tehető, mint a kollektivista társadalmakban (Conway et al., 2006). **OK??**

- **USA:** az emlék középpontjában az egyén
- **Kína:** az emlék középpontjában a csoport
  
- **USA:** több egyedi emlék
- **Kína:** több általános emlék

(Wang, 2001)

**Köszönöm a figyelmet!**