

Autobiographisches Gedächtnis und Emotionen: Ich erinnere, also fühle ich?

Autobiographical Memory and Emotions: I Remember, Therefore I Have Emotions?

Reinhard Drobetz, Birgit Derntl & Ilse Kryspin-Exner

Themenschwerpunkt Psychologie der Emotionen

Zusammenfassung

Das autobiographische Gedächtnis (AG) ermöglicht den Abruf von Erinnerungen aus der persönlichen Vergangenheit und ist daher sehr eng mit Emotionen verbunden. In diesem Artikel werden nach einer theoretischen Einleitung gängige Methoden zur Erfassung des AG vorgestellt. Anschließend richtet sich der Fokus auf reziproke Einflüsse zwischen AG und Emotionen. Es werden Erinnerungen emotionaler Ereignisse, darunter Flashbulbmemories, erörtert. Schließlich wird auf die Abgrenzung des emotional-autobiographischen vom neutral-kognitiven Gedächtnis eingegangen, wobei auch neurale Substrate beider Systeme präsentiert werden. Weiters wird das Phänomen der Unspezifität autobiographischer Erinnerungen anhand der Affektregulationshypothese thematisiert. In einer abschließenden Diskussion wird der Frage nachgegangen, inwieweit der Abruf autobiographischer Erinnerungen überhaupt von Emotionen isoliert zu sehen ist sowie ein Ausblick für mögliche zukünftige Studien geboten.

Abstract

The autobiographical memory (AM) enables retrieval of personal past experiences and is characterized by strong relations with emotions. After the introduction, an overview of techniques and instruments that measure autobiographical memories (AMs) is provided in this article. Moreover, we focus on the interactions between AM and emotions: First, the relevance of emotional AMs and flashbulb memories is illustrated. Second, the separation between emotional AMs and rather cognitive memories is discussed. Here, we also present neural substrates of both systems. Further, the phenomenon of over-general AM is described and the affect-regulation hypothesis is presented as one possible explanation. Finally, the question whether all AMs are emotionally laden is being discussed and possible implementations for future research are given.

1. Einleitung und Hintergrund

Das autobiographische Gedächtnis (AG) wird unter die Langzeitgedächtnissysteme subsumiert und beschreibt die Fähigkeit, Erlebnisse aus der persönlichen Vergangenheit aktiv und bewusst abzurufen (Tulving, 2005; Weber, 2001). Somit kann das AG als mentale Repräsentation der individuellen Biographie bezeichnet werden (Strube & Weinert, 1987). Verschiedene Disziplinen wie die Entwicklungs-, Neuro-, Kognitive oder Klinische Psychologie erforschen das AG, wobei die Schnittstelle der Neurowissenschaften neurale Substrate des AG mit bildgebenden Verfahren, v. a. mit funktioneller Magnetresonanztomographie, beleuchtet (Conway & Pleydell-Pearce, 2000).

Das AG ist eines jener Systeme, das den Menschen zum Menschen macht. Es liefert aus evolutionärer Perspektive einen entscheidenden Adaptationsvorteil, da einerseits die eigene Existenz in einem Raum-Zeit-Kontinuum Platz findet, und andererseits das persönliche vergangene Leben ausgehend vom Hier und Jetzt betrachtet werden kann. In diesem Zusammenhang wird von der Möglichkeit gesprochen, mentale Zeitreisen vorzunehmen. Darüber hinaus fungiert das AG als Vergleichsanker und gestattet Individuen die Reflexion, wie und wodurch sie sich im Laufe der Zeit verändert haben. Dies wird vom sozialen Umfeld unterstützt, das Personen einschätzt (Markowitsch & Welzer, 2005).

Die enorme Relevanz dieses Gedächtnissystems für den Menschen spiegelt sich in folgenden Aspekten wider: Viele Menschen führen ein Tagebuch, das ihnen ermöglicht, Eindrücke und Emotionen von Erlebtem zu einem späteren Zeitpunkt nachzulesen. Daher sind diese persönlichen Eintragungen als schriftliche Versionen von AG-Ausschnitten anzusehen und haben oftmals eine Entlastungsfunktion von sowohl positiven als auch negativen Ereignissen. Weiters verfassen vorwiegend berühmte und bekannte Personen zu Lebzeiten eine Au-