


SELVBIOGRAFISKE ERINDRINGER

”Minderne har jeg da lov at ha’ ...”, lyder refrænet i en gammel dansk slager. I denne lille bog håber jeg imidlertid at overbevise læseren om, at erindringer ikke kun er til for nostalgis skyld. Tværtimod er dette kun en perifer funktion ved erindringer. Erindringsevnen er en helt grundlæggende egenskab, som er nødvendig for vores evne til at indgå i sociale fællesskaber og for oplevelsen af at være den samme person over tid.



At erindre er ikke bare noget, som vi sætter os til at gøre i sofaen en sen eftermiddag med ild i pejsen. **Erindringer er med os hele tiden, uanset om vi er unge eller gamle.** De regulerer vores adfærd, farver vores humør, gør os i stand til at relatere til andre og er vigtige byggestene til vores identitet. Uden evnen til at huske hændelser fra fortiden ville vi ikke kunne vide, hvad vi har sagt og gjort og føle ansvar for vore handlinger. De genstande, der står omkring os i vores hjem, ville være uden historie. Det ville være ukendt, hvorfra de kom, hvornår de var anskaffet og hvorfor. Det samme med vore nærmeste. De ville blot være tilfældige mennesker omkring os, ikke mennesker, som vi kender og deler en fælles fortid med. Dagen i dag ville være uden forbindelse til dagen i går.



Erindringsevnen er lige så fundamental for vores eksistens som vore fysiske sanser og kan næsten betragtes som en sans for fortiden. Uden erindring indskrænkes virkeligheden til nuet, til det umiddelbart nærværende, og man bliver ude af stand til at orientere sig i tid og rum og socialt.

HVAD ER ERINDRING?

Erindring er ikke blot hukommelse. Erindring er en bestemt form for hukommelse, som omfatter evnen til at huske og genopleve vore personlige oplevelser og sætte dem ind i en livshistorisk sammenhæng. Derfor bruger vi betegnelsen selvbiografisk hukommelse om erindring, mens hukommelsen som helhed rummer meget andet end selvbiografiske erindringer.

Et særtræk ved erindringer er genoplevelsen. Når vi erindrer en hændelse, genoplever vi i bevidstheden, hvad der skete engang. En sådan genoplevelse er ikke til stede, når vi husker faktuel viden, såsom hvilket nummer vi bruger i sko, eller at hovedstaden i Frankrig hedder Paris. Vi kan sagtens huske vores fødselsdag, uden at dette involverer en genoplevelse af vores fødsel. Vi husker datoen som faktuel viden. Man kan derfor sige, at erindringer sammenlignet med andre hukommelsesformer involverer en følelse af at rejse i tid. En kendt canadisk hukommelsesforsker, Endel Tulving, har beskrevet det som en særlig bevidsthedstilstand, hvor vi mentalt set overvinder loven om tidens uafvendelige fremadskridende løb. Efter Tulvings og en del andres (men ikke alles) opfattelse er

denne evne til bevidst at genopleve hændelser i fortiden er en særlig menneskelig egenskab.

Mange filosoffer har ligeledes fremhævet netop genoplevelsen og de sanselige forestillingsbilleder som erindringens særkende. Søren Kierkegaard er en af dem. Han skelnede skarpt mellem hukommelse og erindring og mente, at man godt kan huske en begivenhed ”til punkt og prikke uden derfor at erindre den”. [Erindring kræver indlevelse, genoplevelse og skaber identitet.](#) Genoplevelsen betyder imidlertid ikke, at vi husker de fortidige situationer præcist, som de udspillede sig. På trods af genoplevelseskvaliteten er erindringer i vid udstrækning rekonstruktioner, som er farvede af vor nuværende situation og de fortolkninger, som vi i dag lægger ned over fortiden. Det skal vi se flere eksempler på senere i denne bog.

ERINDRINGER OG HJERNEN

Nogle forskere mener, at hukommelsen kan inddeles i en række undersystemer, hvoraf erindringsevnen udgør et selvstændigt system. Det betyder blandt andet, at man ved en hjerneskade kan miste erindringsevnen, uden at andre dele af hukommelsen nødvendigvis også går tabt. Et berømt tilfælde er den canadiske hjerneskadepatient KC, som i forbindelse med en motorcykelulykke pådrog sig svære skader i hjernen, herunder i hjernedelen hippocampus, som er vigtig for evnen til at danne bevidste erindringer. Efter ulykken var KC stadig i stand til at huske faktuel viden og færdigheder, som han havde

indlært før ulykken, for eksempel var hans evne til at huske ordenes betydninger intakt. Han var imidlertid ikke i stand til at huske de personlige oplevelser, som han havde haft i sit liv før ulykken, for eksempel omstændighederne omkring hans brors død.

Tilfælde som KC hører dog til sjældenhederne, da det mest almindelige er, at en hjerneskade, som beskadiger evnen til at erindre konkrete personlige oplevelser, også berører evnen til at huske faktuelle ting, sprog, navne, pinkoder og så videre. Men at hjerneskader som denne kan findes (omend de som sagt er sjældne), kan understøtte antagelsen om, at [evnen til at erindre konkrete personlige oplevelser udgør et særskilt hukommelsessystem.](#)

En del moderne forskning i erindringer gør brug af hjerneskanningsteknikker, hvor undersøgelsesdeltagerens hjerneaktivitet måles i form af blodgennemstrømning og giver et indtryk af, hvilke områder af hjernen der viser øget aktivitet, når vi erindrer en begivenhed, sammenlignet med en anden opgave. Ud fra blandt andet sådan forskning ved vi, at erindringer ikke ligger ikke lagret som 'hukommelsesspor' et bestemt sted i hjernen. De processer, som skal til, for at vi bevidst kan have en erindring, foregår i mange forskellige dele af hjernen og bliver knyttet sammen til en erindringsoplevelse i det øjeblik, hvor vi husker. Der indgår mange komponenter i dannelsen af en erindring, herunder følelser, synsindtryk, lydindtryk, viden om sted og tid, som hver involverer forskellige hjerneområder – områder, som

hver for sig bruges i mange andre sammenhænge end erindringsdannelse. Det er næsten klart, at der i denne sammenkædningsproces kan gå noget galt. Somme tider kan vi huske, *hvad* der skete, men ikke *hvor* det skete. Vi kan måske også huske, hvad der blev sagt eller fortalt, men ikke huske, *hvem* der sagde det.

Sådanne problemer med sammenbinding øges med alderen. Derfor kan ældre mennesker i højere grad end yngre have problemer med at huske kilden til deres information og oftere spørge sig selv: "Hvem søren var det nu lige, der fortalte mig det ...?" I den anden ende af livet skal små børn ofte have hjælp til at sætte løse indtryk sammen til en helstøbt erindring: "Hvornår var det, vi så elefanten? Det var, da vi var i zoologisk have. Hvad så vi mere? Var det sjovt? ..."

Heldigvis findes der forskellige skabeloner, såkaldte script, som vi kan støtte os til, når vi rekonstruerer vore erindringer. Script er indre tankemodeller over genkommende begivenheder, som fortæller os, hvad der typisk sker i bestemte situationer, for eksempel hvad der typisk sker, når man spiser på restaurant, rejser med fly, går til tandlæge osv. I rekonstruktionen af vore egne erindringer kan vi støtte os til sådanne script og behøver derfor ikke anstrenge os så meget for at huske, hvad der lige skete sidste gang, vi eksempelvis var til tandlæge. Men i det omfang det konkrete tandlægebesøg afviger fra scriptet, kan en rekonstruktion støttet af scriptet selvfølgelig betyde, at vi kommer til at huske forkert. Og så er vi tilbage ved det forhold, at erindring ikke blot er en

reproduktion af fortidige hændelser, men involverer en høj grad af konstruktion.

BARNDOMSGLEMSEL

Når vi som voksne tænker tilbage på livet, er nogle perioder rigere på erindringer end andre, nogle er markant fattigere. Interessant nok er det i det store og hele de samme perioder på tværs af personer, der er henholdsvis rige og fattige på erindringer. For det første husker vi selvfølgelig en del fra den seneste fortid. Det, der skete i går, huskes alt andet lige bedre end det, der skete for en uge eller en måned siden. Årsagen hertil er formentlig blot en almindelig glemselsproces, hvor tilgangen til hukommelsesmateriale reduceres systematisk over tid.

Mere interessant er det, at de færreste husker noget fra deres første cirka tre leveår, og mange af os har kun ganske få erindringer fra perioden, før vi blev syv, otte år. Dette fænomen betegnes som barndomsamnesi og blev først udpeget af psykoanalysens grundlægger, østrigeren Sigmund Freud. Hans forklaring var, at fortrængning af tidlige seksuelle fantasier medførte en manglende evne til at erindre noget fra disse første leveår, men den teori har ikke mange tilhængere blandt moderne forskere.

I lang tid troede moderne forskere derimod, at barndomsamnesien blot skyldtes, at hjernen i de første leveår ikke var tilstrækkeligt udviklet til at lagre erindringer. Denne forklaring blev imidlertid tilbagevist af forskning, som overraskende viste, at selv børn under to-tre år er i