ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

ПРИНЦИП СТИМУЛЬНОЙ ДЕТЕРМИНАЦИИ ВОСПОМИНАНИЙ И МНЕМИЧЕСКАЯ СВОБОДА ЛИЧНОСТИ

© Нуркова В.В.

доктор психологических наук,
главный научный сотрудник лаборатории психологии личности,
Институт психологии РАН, Москва, Россия,
nourkovavv@ipran.ru; ORCID: 0000-0002-3117-3081

Работа выполнена в рамках государственного задания Министерства науки и высшего образования РФ (тема № 0138–2025–0015).

В статье сформулирован принцип стимульной детерминации воспоминаний, который обусловлен фундаментальным противоречием между огромным объемом долговременной памяти и жестким лимитом возможности включения следов прошлого опыта в текущую деятельность. История филогенеза мнемических систем рассмотрена в перспективе последовательного обособления систем памяти (процедурной-семантической-эпизодической-автобиографической) для решения новых классов видовых задач. Обосновывается, несовместимость универсального принципа стимульной детерминации воспоминаний с антропологической целью автобиографической памяти как когнитивной функциональной системы обеспечения автономии личности. Положение культурно-исторического подхода об освобождении от ситуативной реактивности за счет саморегуляции мысленными орудиями проиллюстрировано результатами эксплораторного исследования «самоопределяющих металлических фотографий» — воспоминаний о фотографиях, максимально выражающих суть личности человека.

Ключевые слова: эволюция памяти, рабочая память, процедурная память, семантическая память, эпизодическая память, автобиографическая память, личность, самоопределяющие автобиографические воспоминания, культурно-исторический подход.

Введение

Для того, чтобы быть собой, действовать от своего имени и проживать свою подлинную жизнь, человеку необходимо удерживать самоидентичность вопреки меняющимся обстоятельствам. Иными словами, полноценное функционирование личности человека опирается на способность «помнить себя», то есть соотносить свои сегодняшние выборы и поступки со сделанными ранее и прогнозируемыми в будущем. Когнитивным ответом на цивилизационный запрос обеспечения развития автономной личности современного типа стала автобиографическая память. Обычно доступ к автобиографическим воспоминаниям опирается на культурную инфраструктуру личностно значимых материальных эвокативных объектов.

Означает ли это, что при отсутствии возможности использовать средовые напоминания человек утрачивает личностную самобытность? Каковы специфические для автобиографической памяти мысленные орудия, при помощи которых реализуется уникально человеческая стратегия преодоления ситуативной детерминации поведения и переход к фундаментальному самоуправлению личности?

Принцип стимульной детерминации воспоминаний

Потенциальный объем памяти человека немислимо велик. Расчеты показывают, что мозг, как биологический субстрат хранения следов пережитого опыта в распределенных нейронных

ансамблях способен архивировать миллионы гигабайт информации, что условно соответствует сотням лет непрерывной цифровой аудио-видео хроники (Bartol et al., 2015; Wang et al., 2003). При этом если уже вычисления на основе коннектома (connectome), т.е. количества непосредственных анатомических контактов между клетками нервной системы приводят к выводу об астрономическом потенциальном объеме базы данных памяти, то гиперсетевые модели типа когнитивного порядка увеличивают степень её сложности, вариативности и, соответственно, емкости (Анохин, 2012; Сеунг, 2018; Sporns, 2011).

Оставим за скобками вопрос о том, каким образом эволюция создала, а главное, если допустить не слишком правдоподобную гипотезу о случайной мутации, сохранила такой неприменимый в реальной практике «девайс». На первый взгляд парадоксальная, но логично следующая из фантастического потенциала мозга, идея о тотальной фиксации всех перцептивных событий в постоянном хранилище памяти разделяется многими представителями современной когнитивной науки (Dudai, 2011). Данную позицию можно суммировать парафразом известного Шереметьевского девиза «*deus conservat omnia*» — «*cerebrum conservat omnia*» («мозг сохраняет всё»). Более того, однажды закодированная в мозге информация не пребывает в покое, пассивно дожидаясь удобного случая для реактивации пережитого в прошлом состояния организма, а перманентно преобразуется, генерируя новые, не присутствовавшие в опыте репрезентации (Versace, 2014). В результате, биологическая долговременная память непрерывно пополняется как за счет внешних источников, так и за счет внутренней активности самой мнемической системы.

Однако практически безграничный объем долговременной памяти находится в напряженном противоречии с жесткими лимитами возможности его проявления в актуальной деятельности в течение конечного времени жизненного пути человека. Проблема телесной обусловленности когнитивных процессов дискутируется в рамках концепций т.н. «воплощенного познания» (*embodied cognition*) (Лекторский, 2023; Wilson, 2002). Суть данной проблемы в том, что взаимодействие субъекта с миром осуществляется в постоянном цейтноте по каналам с крайне низкой пропускной способностью и плохой изоляцией от помех. Со стороны физического тела мы ограничены разрешительной способностью сенсорных систем, мускульной силой и зоной досягаемости

конечностей. В то же время, каждая решаемая организмом задача требует весьма конкретного информационного обеспечения. Вероятно, именно с такими внутренними и внешними средовыми давлениями связана зеркальная скудность «рабочего пространства» психики, обозначаемого в психологической литературе термином «рабочая память» (Cowan, 2010).

Речь идет не обо всем накопленном в ходе жизни информационном багаже, а об актуально включенных в осуществляемую здесь и сейчас деятельность следах прошлого опыта. Процессы рабочей памяти позволяют оперировать одновременно не более чем шестью сгруппированными единицами материала, протекают крайне медленно, требуют поддержки истощимыми ресурсами внимания и уязвимы для негативного воздействия десятков разнообразных факторов (Нуркова, 2015; Blasiman, 2018). Сбалансированные с точки зрения возможности использования высших речевых когнитивных функций сравнительные эксперименты с участием людей и приматов подтвердили, что структурные и скоростные характеристики рабочей памяти практически не изменялись на протяжении тысячелетий антропогенеза (Inoue, Matsuzawa, 2007). В связи с этим, развивается идея о том, что именно технические характеристики рабочей памяти в настоящее время выступают основным сдерживающим фактором когнитивного прогресса человека «изнутри» (Blasiman, 2018). Приходится констатировать, что хотя физические возможности организма последовательно наращиваются научно-техническим прогрессом (Крушиновская, 2020), психический аппарат человека по-прежнему ориентирован на функционирование в данном нам при рождении теле примата.

Таким образом, установленные эволюцией границы рабочей памяти вынуждают долговременную память к строго дозированной интервенции прошлого опыта в русло текущей деятельности. В каждый момент времени акт воспоминания должен быть сфокусирован лишь на удовлетворении наиболее насущной потребности. В связи с этим, память обречена обнаруживать себя исключительно в ответ на запрос ситуации. Иными словами, нельзя вспомнить «вообще». Воспроизведению поддается только то содержание, которое соответствует согласованной «подсказке» среды и организма. Описанный выше дисбаланс между потенциалом мнемического кодирования/хранения и актуалгенезом памяти можно назвать *принципом стимульной обусловленности воспоминаний*.

Краткая история памяти

Эволюционное обретение живыми организмами способности учитывать прижизненный опыт в текущем поведении — эмпирическая точка отсчета появления психики в неодушевленном до этого мире природы (Леонтьев, 1981). Память в психологическом смысле — это не просто следы, оставленные произошедшими событиями в нервной системе организма, а фундаментальный когнитивный инструмент обеспечения модуляции поведения релевантным текущей ситуации прошлым опытом, который совершенствовался на всем протяжении филогенеза и продолжает свое развитие в рамках культурного антропогенеза.

Наиболее древние формы долговременной памяти функционируют автоматически, досознательно и универсально. ИмPLICITная (процедурная) память сохраняет программы двигательных и когнитивных навыков, автоматически стартующие при совпадении потребностного состояния организма и адекватного внешнего стимула, релевантного удовлетворению соответствующей потребности в прошлом (Squire, 2015). Носитель имPLICITной памяти представляет собой стимульно-реактивное существо, которое полностью зависит от ситуативного поля. Даже человек лишь изредка и частично осознает сам факт обращения к данному типу памяти, прежде всего, в случае ее сбоя, когда выученный алгоритм действий требует немедленной корректировки. Подобно гребцам на галерах, имPLICITная память обеспечивает работу психического аппарата ресурсами прошлого, будучи скрытой от капитана (сознания). При этом понимание истинного кода программ имPLICITной памяти принципиально невозможно, а роль сознания сводится к неспецифическому мониторингу ошибок.

Следующий этап эволюционного развития способности включать следствия прижизненного опыта в текущее поведение связан с появлением эксплицитной (декларативной) памяти. В отличие от имPLICITной памяти, содержанием которой являются программы действий, соответствующие определенным стимулам среды, эксплицитная память накапливает и систематизирует опыт существенных для адаптации организма ситуаций в форме их ментальных моделей. Для оперирования такими моделями оказалось технически необходимо дифференцировать реальность и ее описание, обособить «территорию» и отражающую ее «карту», что подразумевает, во-первых, изобретение кода описания моделей и, во-вторых, формирование интерфейса сличения информаци-

онного потока от органов чувств и релевантных ему моделей из памяти. Предположу, что ответом на первый вызов стал язык, а второй — «высек искру», необходимую для «пламени» феноменального сознания.

Эмансипация семантической декларативной памяти, т.е. обобщенной системы знаний о мире, подразумевает категоризацию поступающего материала на основе сложившейся в опыте системы категорий и генерализацию модельных схем и сценариев на релевантные ситуации. В эволюционной модели А.Н. Леонтьева семантическая память представлена как перцептивный и затем интеллектуальный этапы развития психики (Леонтьев, 1981).

Дискуссионным остается вопрос о видовых границах следующей ступени мнемического прогресса — эпизодической памяти. Эпизодическая память направлена на буферное удержание детальной полимодальной репрезентации конкретного локализованного во времени эпизода опыта для возможности кратковременной ориентации не только на основе стабильной модели мира отраженной в семантической памяти, но и с учетом уникальной ситуации недавнего прошлого без достаточных оснований для замены базовых обобщенных схем.

Усложнение семиотической системы языка и нюансировка описываемых им моделей совершенствовались от минимальных сенсорных квази-ощущений низших животных до абстрактно-логического интеллекта человека. Большую часть антропогенеза человеческая цивилизация прошла, располагая ресурсами процедурной, семантической и эпизодической систем памяти. Однако ключевое, на мой взгляд, событие антропогенеза произошло позже. Это событие — рождение человека современного личностного типа, создающего и реализующего свой жизненный проект на основе рефлексии уникального жизненного опыта и автономной морали. Если прав был немецкий философ-энциклопедист XVIII века (кстати, внедривший в научный оборот термин «психология») Х. фон Вольф, утверждавший: «Личность — то, что сохраняет воспоминания о самом себе и воспринимает себя, как одного и того же и раньше, и теперь», то когнитивным субстратом этого судьбоносного для цивилизации события является прогресс памяти.

На фундаменте биологически и культурно эволюционировавших систем семантической и эпизодической памяти постепенно обособилась уникально человеческая подсистема декларативной

памяти, состоящая в способности трансформировать пережитый (или воображаемый) опыт в личную историю («судьбу»), представляющую собой систему доступных осознанию образных репрезентаций событий («воспоминаний»), объединенных индивидуальным смыслом жизни в целом. Крайне короткая в масштабах биологической эволюции история автобиографической памяти указывает на правомерность ее рассмотрения как вариативной относительно нейрофизиологического и когнитивного обеспечения функциональной системы, где системообразующим фактором выступает самореализация личности в жизненном проекте, а формообразующим фактором — совокупность разработанных конкретной культурой аутоэмоциональных практик. Обладание автобиографической памятью выступает необходимой предпосылкой развития автономной Я-концепции, самооценки и переживания себя как протяженного во времени тождественного самому себе субъекта жизни. Представитель аналитической философии второй пол. века XX Пол Грайс выразил эту необходимость следующим образом: «Я — это логическая конструкция, и ее следует определять в терминах памяти» («the self is a logical construction and is to be defined in terms of memory») (Grice, 1941).

Функциональный тупик внешней эвокативной детерминации автобиографической памяти

Описанный выше принцип стимульной обусловленности воспоминаний универсален и распространяется не только на относительно личностно нейтральные подсистемы памяти (процедурную, семантическую и эпизодическую), но и на автобиографическую.

Для обозначения класса естественных и искусственных предметов, устойчиво провоцирующих определенные автобиографические воспоминания, психоаналитик Кристофер Боллас в конце 80-х гг. прошлого века ввел термин «эвокативные объекты» (Bollas, 1987). Он связывает действие эвокативных объектов с механизмом создания иллюзии «воскрешения прошлого Я», которое в ходе терапевтического сеанса позволяет проработать конфликты и травмы прошлого (Bollas, 1987, с.21). К. Боллас настаивает на критической важности присутствия символических эвокативных объектов и в обыденной жизни: «Невозможно на самом деле вспомнить кого-то или о чем-то, если нет реального объекта, позволяющего сделать это» (Bollas, 2008, с.56).

Однако, важно подчеркнуть, что принятие те-

зиса о безальтернативной зависимости процесса воспоминания от стимулов среды в приложении к автобиографической памяти выходит за рамки технической проблемы и приобретает экзистенциальную остроту. Принцип ситуационной детерминации ставит под сомнение фундаментальное положение об автономности личности, во всяком случае, в той мере, в которой личность может отождествляться с ее осознанной автобиографией (Сарбин, 2004; McAdams, 2018; Nourkova, Gofman, 2024; Polkinghorne, 1988) или принципиально зависеть от нее. Данный тезис четко сформулировал П. Иакин: «Мы — это истории, которые рассказываем о себе» (Eakin. 2008, с. ix).

В более сильном модусе высказывания данная мысль «Я — есть то, что я помню» предполагает, что человек является личностью в полном смысле лишь в периоды осознания своей истории или использования инерционного потенциала завершившегося эпизода такого осознания. Только находясь в смысловом поле порожденного им самим автобиографического самоописания — «помня себя», человек способен на ценностно-ориентированное аутентичное поведение, т.е. действует как личность. Поскольку автобиографическая память архивирует описания индивидуально пережитых личностно значимых событий, являясь «базой данных» для ответа на вопросы: «Кто я?», «Какой я?», «Что для меня важно?», способность произвольно обращаться к ее содержанию является неотъемлемым атрибутом полноценного функционирования личности (Нуркова, 2024).

При этом доступ к автобиографическим (как и к любым другим) воспоминаниям прерывен и, согласно принципу стимульной обусловленности воспоминаний, требует погружения в адекватную инфраструктуру эвокативных объектов. Это значит, что без средовых напоминаний о своей идентичности субъект погружается в личностное забвение, буквально превращаясь в «человека без свойств». Вернее, его личностные свойства деградируют к свойствам доличного уровня. Философ Р. Хиирсминк пишет об этом следующим образом: «...наше Я конституируется сетью эвокативных объектов нашего жизненного мира... эти артефакты обеспечивают возможность (afford) протяженности нашей личной идентичности за счет стабильной экологии мнемических ключей в окружающей среде. Кем мы являемся как личности, следовательно, зависит от распределенной сети внешних структур» (Heersmink, 2018, с. 1830). Таким образом, с одной стороны, личность представляет собой «мерцающий» и зависи-

мый от внешних напоминаний психологический феномен, а, с другой стороны, автобиографическая память имеет статус онтологического основания и источника специфически человеческого модуса существования (Нуркова, 2010, 2016).

Своего апогея идея равноправного распределения Я между локализованной внутри субъекта автобиографической памятью и локализованными вовне его эвокативными объектами достигает в концепциях радикального энактивизма (Nutto, 2018). Согласно положениям энактивизма, феномены памяти совершаются между полюсами субъекта и объекта и принципиально несводимы ни к одному из них. В совокупности подобная аргументация обосновывает каузальную связь между физическим присутствием автобиографически значимых эвокативных объектов и самим фактом существования личности.

Однако тут ясно обнаруживается противоречие. Если осознание содержания автобиографической памяти детерминировано окружающими человека эвокативными стимулами, а личность укоренена в автобиографической памяти и функционирует лишь при поддержке корпуса значимых автобиографических воспоминаний, то в какой мере вообще можно говорить об устойчивой, интегрированной во времени и в пределе — свободной личности? Личность, бытие которой управляется пусть крайне высокоуровневой, комплексной, символической, но всё же существующей независимо от нее знаковой системой, неизбежно вторична и не может выступать инстанцией истинно активного действия. А автобиографическая память получает статус своеобразного «серого кардинала» личности, который, будучи сам связан жесткими ограничениями принципа стимульной детерминации, скрыто диктует ей рамки возможного.

По нашему мнению, такое понимание работы автобиографической памяти не может быть признано удовлетворительным, так как противоречит её центральной антропогенетической задаче. В функциональной перспективе данная система памяти была изобретена человечеством как предпосылка возможности становления автономной личности с индивидуальной Я-концепцией и самооценкой. Именно с этой целью, в ходе культурной эволюции была выработана способность конструировать субъективно достоверную событийно-концептуальную историю своей жизни, осознавать себя субъектом протяженной во времени жизненной истории, продуцировать воспоминания о личном прошлом, совершать мысленные

путешествия во времени, оставаясь (по крайней мере, для себя самого) тождественным самому себе субъектом проживаемого жизненного пути. Обладающий развитой автобиографической памятью человек располагает уникальным инструментом контроля ситуационных триггеров поведения, поступая тем или иным образом «ради памяти», надситуационно. Воспоминание об отдельных ценностно насыщенных событиях прошлого и общее переживание обладания глубоко индивидуальным жизненным опытом дают человеку силы для преодоления препятствий на пути к целям и сохранения целостности своей личности в самых тяжелых условиях. Например, анализ результатов графической методики «Линия жизни» добровольцев «красных зон» во время двух волн пандемии COVID-19 в сопоставлении с демографически и психометрически эквивалентной группой сравнения, выявил, что практика экстремального медицинского добровольчества базируется на сквозных сюжетных паттернах личной ответственности, готовности к помощи нуждающимся, ранней личностной зрелости и толерантности к негативному опыту при тенденции рассматривать его как материал для извлечения «жизненных уроков» (Nourkova, Gofman, 2023). Аналогичные сюжеты наблюдались у всех участниц исследования как при создании схематических моделей протяженных во времени жизненных периодов (детство, взрослость, недавнее прошлое, будущее), так и при конденсированном выражении сути своего Я за счет единичных воспоминаний.

Тот факт, что автобиографическая память является психологическим инструментом смещения мотивационного «центра тяжести» личности с побуждений, обусловленных ситуацией «здесь и теперь», к перспективе «там и тогда» (причинами из прошлого и целями в будущем) ставит перед носителем этой психической способности серьезный когнитивный вызов. Как уже обсуждалось выше, зависимость функционирования автобиографической памяти от эвокативной инфраструктуры обнуляет главный персоногенетический пафос этого антропологического достижения. В связи с этим, для того, чтобы проживать свою жизнь в масштабе больших интервалов прошлого и будущего, нужно, с одной стороны, научиться игнорировать провокации актуальных внешних триггеров памяти и, с другой стороны, намеренно вызывать необходимые личности воспоминания (Nourkova, Gofman, 2024).

Культурные стратегии преодоления ситуативной детерминации памяти

Универсальный характер принципа стимульной обусловленности воспоминаний рисует пессимистический образ человека из фантазий радикального бихевиориста, т.е. реактивного существа, чья жизненная траектория — это пассивный дрейф в поле стимулов-аффордансов (от англ. affordance — возможность действия), провоцирующих импульсивные формы поведения. К счастью, в ходе уникального пути развития, homo sapiens совершил ряд изобретений, существенно смягчающих конфликт между долговременной и рабочей памятью. Таким антропологическим изобретением в первую очередь стало создание «расширенной памяти» — кодирование информации вне организма, что сняло проблему замкнутости памяти в субъекте и открыло ее для многих пользователей, даже не переживших соответствующий опыт (Michaelian, Sutton, 2013; Sutton, 2010). Действительно, для продуктивной деятельности не имеет принципиального значения источник ввода информации в рабочую память: в своей жизненной практике современный человек чаще всего комбинирует материал, декодированный из долговременной памяти и с внешних носителей.

Потенциал преодоления ситуативной детерминации памяти заключается также в том, что человек способен, планировать специфическое мнемическое напряжение в определенных обстоятельствах будущего. Для этого используются как традиционные, так и авторские мнемотехнические приемы создания регулирующей воспоминания среды. Социальную среду регуляции «коллективной автобиографической памяти» членов сообщества (музеи, памятники, кладбища и т.п.) Пьер Нора объединил удачным метафорическим термином «места памяти». Нора, занимая позицию борца с забвением, озабочен сохранением мест памяти: «Места памяти рождаются и живут благодаря чувству, что спонтанной памяти нет, а значит — нужно создавать архивы, нужно отмечать годовщины, организовывать празднования, произносить надгробные речи, нотариально заверять акты, потому что такие операции не являются естественными. ... Это и есть главные бастионы мест памяти» (Нора, 1999, с. 27).

Поскольку основой регуляции индивидуальной автобиографической памяти являются культурные изобретения для аутомеморации, а способность путешествовать в личное прошлое зависит от подобных артефактов, закономерен вопрос: а существовала ли автобиографическая память

вообще до того, как человеческая цивилизация вступила на путь достраивания своей памяти многомерной системой мемориальных (от лат. memoria — памятный) гаджетов? Причем таких, которые не просто пассивно хранят информацию о жизни человека, а преобразуют память, наделяя её новыми, немислимыми ранее возможностями. Даже если не все исследователи готовы дать однозначно положительный ответ на поставленный выше вопрос, согласимся, что автобиографическая память современного человека имеет ярко выраженный «гибридный» характер, т.е. принципиально опирается на конфигурацию внешних устройств, и без них не функционирует. Отсюда, история автобиографической памяти неразрывно связана с историей изобретения, распространения и развития технологий сохранения и избирательного использования автобиографического материала. На трехсотлетнем пути технологического обеспечения автобиографической памяти в европейской культуре поставим три основные исторические вехи, каждая из которых достойна быть названной ее своеобразным «днем рождения»: появление интимных мемуаров в конце 18 века, распространение фотографии (с 1840 гг.) и развитие автобиографического сегмента Интернета (с 2000 гг.).

В контексте нашего размышления особенно важна третья линия снятия принудительности фактического присутствия средовых триггеров памяти, позволяющая перейти к фундаментальному самоуправлению психическими процессами. Согласно культурно-исторической теории развития сознания Л.С. Выготского, прогресс сознания разворачивается на пути перехода от совершения психологических действий с опорой на материальные орудия к внутреннему опосредствованию мысленными орудиями. Крайне важно подчеркнуть, что интериоризацию (процесс преобразования внешне опосредствованной символической деятельности во внутренне опосредствованную) Л.С. Выготский мыслил практическим механизмом реализации свободы душевной жизни человека и его поведения: «Именно включение символических операций делает возможным возникновение совершенно нового по составу психологического поля, не опирающегося на наличное в настоящем, но набрасывающего эскиз будущего и таким образом создающего свободное действие, *независимое от непосредственной ситуации*» (Выготский, 1984, с. 36, курсив мой, ВН). В общем виде, оснащение психики системой идеальных средств позволяет

человеку в его деятельности не только свободно выходить за пределы «здесь и сейчас», но и творчески трансформировать реальность. Разумным кажется утверждать, что именно формирование внутренней сети идеальных эвокативных объектов решает проблему ситуативной замкнутости автобиографической памяти и, тем самым, дает человеку способность по собственной воле «телепортироваться» в нужные для поддержания и развития идентичности локации пространства и времени. И вследствие этого, пусть лишь эпизодически, освобождаться от уз принципа стимульной детерминации воспоминаний.

Подробное обсуждение номенклатуры идеальных эвокативных объектов регуляции автобиографической памяти не входит в задачу данной статьи. Кратко остановимся лишь на одном примере — процессе идеализации самоопределяющей материальной фотографии в форму самоопределяющей ментальной фотографии. Эвокативный потенциал материальной фотографии относительно различных систем памяти уже достаточно широко обсуждался в литературе, в т. ч. в монографиях автора данной статьи (Нуркова, 2019).

Идея самоопределяющей фотографии возникла у нас как визуальный аналог активно обсуждаемого психологами феномена «самоопределяющих воспоминаний» (синонимично используются термины «Я-определяющих», «персонопределяющих»). Предполагается, что человек способен создавать совокупность автобиографических воспоминаний, которая является своеобразным экзистенциальным «автографом» личности, представляя собой метафорическое выражение ее ядерной мотивации, устойчивых черт и ведущих целей (Singer et al., 2013; Нуркова, 2022). Важно подчеркнуть, что анализ литературы подтверждает потенциал самоопределяющих воспоминаний как средств активного воздействия на протекание разноплановых психических процессов и поведение. Самоопределяющие воспоминания, очевидно, представляют собой исключительно редкие продукты эмоционально-когнитивного преобразования опыта. В качестве материальных эвокативных референтов самоопределяющих воспоминаний мы предложили рассматривать самоопределяющие фотографии, т. е. такие фотографии, которые выступают триггерами самоопределяющих воспоминаний. Материальные самоопределяющие фотографии должны отбираться из корпуса реально существующих снимков, но затем могут эмансипироваться от материального носителя, интериоризироваться в статусе идеального сред-

ства. Интериоризованные личностью фотографии были обозначены термином «самоопределяющей ментальной фотографии». О таком исключительном классе фотографий писала Ханна Белофф: «Есть фотографии, которые каждый из нас хранит в своей душе всегда. Их можно назвать личными образами (icons), и они играют крайне важную роль в нашей психической жизни» (Beloff, 1985, с. 20). Поскольку ментальные фотографии нематериальны, исчезает необходимость средового провокатора автобиографических воспоминаний. Таким образом, ментальные фотографии, становятся действенной силой, которая обеспечивает человека способностью свободно оперировать автобиографическими воспоминаниями, т. е. селективно воспроизводить те из них, что соответствуют, с одной стороны, текущим целям, а с другой, адресуются к устойчивым личностным диспозициям. Ментальная фотография, согласно нашему предположению, может опосредствовать также и самый высокий уровень иерархии психических феноменов, а именно — целостное переживание самоидентичности ядра личности, манифестацию ее сущности.

С целью получения данных о распространенности, содержании, феноменологических характеристиках и самоотчетных функциях воспоминаний о фотографиях, которые люди оценивают, как выражающие их личность было проведено эксплораторное исследование, в рамках которого 185 добровольцев просили вспомнить такие фотографии, описать и оценить по ряду шкал (Нуркова, Сулим, 2023). Поскольку большинство участников успешно справились с заданием, был сделан вывод о том, что феномен самоопределяющей ментальной фотографии действительно включен в актуальную психическую жизнь респондентов. Максимальная привлекательность воспроизведенных ментальных фотографий выступила свидетельством психологической комфортности данного инструмента аутокоммуникации личности, отбор которого мог осуществляться как интуитивно, так и рефлексивно. Номенклатура личностных качеств, выявляемых ментальными самоопределяющими фотографиями, насчитывала более ста преимущественно позитивных характеристик, которые были тематически сгруппированы в категории: жизненные силы, позитивная ориентация на других людей, свойства эмоциональной сферы, стремление к самоидентичности и бытийной подлинности, самоконтроль, активность, любовь, счастье, свойства познавательной сферы и обобщенные качества внешности. Среди причин

обращения к самоопределяющим ментальным фотографиям в обыденной жизни участники указывали: саморегуляцию эмоциональных состояний и поведения, ситуацию, выстраивание истории изменения и развития Я, переживание аутентичности Я, самопрезентацию, поддержание реальных и виртуальных социальных связей. Визуальное содержание самоопределяющей ментальной фотографии преимущественно фокусировалось на образе самого вспоминающего или на значимой для него группе. Смысловым центром часто выступал взгляд вспоминающего, который, в том числе, отражал связь с людьми и объектами, находившимися вне поля фиксации снимка.

Применение факторного анализа к самоотчетным оценкам выявило три фактора, названных «Фокус на событии», «Детальность образа Я» и «Целостное Я». Ментальные фотографии с высокими показателями по фактору «Фокус на со-

бытии» были проинтерпретированы как психологические инструменты доступа к конкретным ценностно насыщенным эпизодам личного прошлого. Ментальные фотографии с фокусом на изображении себя, характеризующиеся высокими показателями по фактору «Детальность образа Я», по нашему мнению, обосновано рассматривать как идеальное средство поддержания диалога с самим собой в различных временных ипостасях. И наконец, воспоминания ментальных фотографий с выраженным фактором «Целостное Я» направлены на совокупное переживание единства своей личности и судьбы, манифестация осознания своего бытия, вневременное — «Это — Я!». Таким образом, в проведенном эмпирическом исследовании нам удалось впервые зафиксировать и систематически описать идеальное орудие автобиографической эвокации как функциональный орган личностной регуляции.

Литература:

1. Анохин К.В. Когнитом: в поисках фундаментальной нейронаучной теории сознания // Журнал высшей нервной деятельности им. ИП Павлова. 2021. Т. 71. №. 1. С. 39-71.
2. Выготский Л.С. Кризис семи лет // Собр. соч.: в 6 т. М. 1984. Т.4. С. 376-386.
3. Крушиновская Е.Г. Технизация тела человека как практика снятия биологических ограничений // Человек и культура. 2020. № 4. С. 65-76.
4. Лекторский В. А. Психологическая теория деятельности А.Н. Леонтьева и современные когнитивные исследования // Вестник Московского Университета. Серия 14. Психология. 2023. № 2. С.67-83.
5. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. 4-е изд. Москва : Изд-во МГУ, 1981.
6. Нора П. Между памятью и историей. Проблематика мест памяти // Франция-память / П. Нора, М. Озуф, Ж. де Пюимеж, М. Винок. СПб.: Издательство Санкт-Петербургского университета, 1999. С. 17–50.
7. Нуркова В.В. Человек есть существо далекого: обратная временная перспектива в автобиографической памяти // Образовательная политика. 2024. Т. 97. № 1. С. 26–37.
8. Нуркова В.В., Сулим О.С. Эвокация Я: самоопределяющие ментальные фотографии // Этнографическое обозрение. 2023. № 6. С. 61–76.
9. Нуркова В.В. Самоопределяющие автобиографические воспоминания в системе личностно-мнемических межфункциональных связей // Культурно-историческая психология. 2022. Т. 18. № 1. С. 79–89.
10. Нуркова В.В. Психология фотографии. Культурно-исторический анализ. М.: Юрайт, 2019.
11. Нуркова В.В. Автобиографический нарратив как действие целенаправленного самосозидания личности // Психология деятельности в XXI веке: к 50-летию факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова: сборник научных трудов (Ученые записки кафедры общей психологии. Вып. 3). Москва: МГУ. 2016. С. 311–329.
12. Нуркова В.В. Проблема неточности воспоминаний в перспективе многокомпонентной модели памяти // Мир психологии. 2015. №. 2. С. 35-49.
13. Нуркова В.В. Рассказывать о себе, рассказывать себя, рассказывать собой: автобиографический нарратив с позиций культурно-деятельностного подхода // Развитие личности. 2010. № 1. С. 74–92.
14. Сарбин Т.Р. Нарратив как базовая метафора для психологии // Постнеклассическая психология. 2004. Т. 1. С. 6-28.
15. Сеунг С. Коннектом. Как мозг делает нас тем, что мы есть. М.: Лаборатория знаний, 2018.
16. Bartol Jr T.M. et al. Nanconnectomic upper bound on the variability of synaptic plasticity // eLife. 2015. Vol. 4. P. e10778.

17. Beloff H. Camera culture. Oxford; New York: B. Blackwell, 1985.
18. Blasiman R.N., Was C.A. Why is working memory performance unstable? A review of 21 factors // *Europe's journal of psychology*. 2018. Vol. 14. №. 1. P. 188-231.
19. Bollas C. The evocative object world. Routledge, 2008.
20. Bollas C. The shadow of the object: Psychoanalysis of the unthought known. Columbia University Press, 1987.
21. Cowan N. The magical mystery four: How is working memory capacity limited, and why? // *Current directions in psychological science*. 2010. Vol. 19. №. 1. P. 51-57.
22. Dudai Y. How big is human memory? // *Learning & Memory*. 2011. №3. P. 341-365.
23. Eakin P.J. Living Autobiographically: How We Create Identity in Narrative. Cornell University Press, 2008.
24. Grice H.P. Personal Identity // *Mind*. Vol. L. 1941. P.340-347
25. Heersmink R. The narrative self, distributed memory, and evocative objects // *Philosophical Studies*. 2018. Vol. 175. P. 1829-1849.
26. Hutto D.D., Peeters A. The roots of remembering: Radically enactive recollecting // *New directions in the philosophy of memory*. Routledge. 2018. P. 97-118.
27. Inoue S., Matsuzawa T. Working memory of numerals in chimpanzees // *Current Biology*. 2007. Vol. 17. №. 23. P. R1004-R1005.
28. McAdams, D.P. Narrative identity: What is it? What does it do? How do you measure it? // *Imagination, cognition and personality*. 2018. Vol. 37. № 3. P. 359-372.
29. Michaelian K., Sutton J. Distributed cognition and memory research: History and current directions // *Review of philosophy and psychology*. 2013. Vol. 4. P. 1-24.
30. Nourkova V.V., Gofman A. Everyday heroes: Graphical life stories and self-defining memories in Covid-19 medical volunteers // *Journal of Personality*. 2023. Vol. 91. № 1. P. 85–104.
31. Nourkova V. V., Gofman A. A. The 'sites of oblivion': How not to remember in a world of reminders // *Memory Studies*. 2024. V.17(6). P.1483-1500.
32. Polkinghorne D.P. Narrative knowing and the human science. Albany: State University of New York Press, 1988.
33. Singer J.A., Blagov P., Berry M., Oost K.M. Self-defining memories, scripts, and the life story: Narrative identity in personality and psychotherapy // *Journal of personality*. 2013. Vol. 81. № 6. P. 569-582.
34. Sporns O. The human connectome: a complex network // *Annals of the New-York Academy of Sciences*. 2011. Vol. 1224. №. 1. P. 109-125.
35. Squire L.R. Conscious and Unconscious Memory Systems // *Cold Spring Harbor Perspectives in Biology*. 2015. Vol. 7. № 3. <https://cshperspectives.cshlp.org/content/7/3/a021667>
36. Sutton J. Exograms and interdisciplinarity: History, the extended mind, and the civilizing process. // *The Extended Mind* / edited by Richard Menary. Cambridge, Mass.: MIT press, 2010. P. 189-225.
37. Versace R. et al. Act-In: An integrated view of memory mechanisms // *Journal of Cognitive Psychology*. 2014. Vol. 26. № 3. P. 280-306.
38. Wang Y., Liu D., Wang Y. Discovering the capacity of human memory // *Brain and Mind*. 2003. Vol. 4. P. 189-198.
39. Wilson M. Six views of embodied cognition // *Psychonomic bulletin & review*. 2002. Vol. 9. P. 625-636.

THE PRINCIPLE OF STIMULUS-DETERMINED RETRIEVAL AND MNEMONIC FREEDOM OF PERSONALITY

©Veronika V. Nourkova

Sc.D. (psychology), SeniorResearcher, laboratory of psychology of personality,
Institute of psychology, Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia,
nourkovavv@ipran.ru; ORCID: 0000-0002-3117-3081

The study was run within the framework of the state assignment of the Ministry of Science and Higher
Education of the Russian Federation. № 0138–2025–0015

The paper states the principle of stimulus-determined retrieval, which arises from the fundamental contradiction between the vast capacity for long-term memory storage and the limited capacity to incorporate traces of past experience into ongoing activities. The history of the phylogenetic and anthropogenic development of memory systems is considered in terms of sequential development of procedural, semantic, episodic and autobiographical memory systems in order to solve specific life tasks. The paper substantiates the incompatibility of the principle of stimulus-determined retrieval with the anthropological purpose of autobiographical memory as a cognitive functional system for scaffolding personal autonomy. The cultural-historical approach posits that liberation from situational reactivity is possible through self-regulation using mental tools. This point is illustrated by the results of an exploratory study of “self-defining mental photographs”, which are memories of photographs that most fully express the essence of one’s personality.

Key words: memory evolution, working memory, procedural memory, semantic memory, episodic memory, autobiographical memory, personality, self-defining autobiographical memories, cultural-historical approach.

REFERENCES

1. Anokhin K.V. (2021). Cognition: in search of a fundamental neuroscientific theory of consciousness // Journal of Higher Nervous Activity. IP Pavlova. Vol. 71. №. 1. Pp. 39-71.
2. Vygotsky L.S. (1984). The crisis of seven years // Collected works: in 6 volumes. Moscow. Vol. 4. Pp. 376-386.
3. Krushinovskaya E.G. (2020). Technization of the human body as a practice of removing biological restrictions // Man and culture. № 4. Pp. 65-76.
4. Lektorskiy V.A. (2023). Psychological theory of activity by A.N. Leontiev and modern cognitive research // Bulletin of the Moscow University. Episode 14. Psychology. № 2. Pp.67-83.
5. Leontiev A.N. (1981). Problems of mental development. 4th ed. Moscow : Publishing House of Moscow State University.
6. Nora P. (1999). Between memory and history. Problematics of places of memory // France-memory / P. Nora, M. Ozuf, J. de Puimezh, M. Vinok. St. Petersburg: St. Petersburg University Press. Pp. 17-50.
7. Nurkova V.V. (2024). Man is a being of the distant: a reverse temporal perspective in autobiographical memory // Educational policy. Vol. 97. № 1. Pp. 26-37.
8. Nurkova V.V., Sulim O.S. (2023). Evocation of the Self: self-defining mental photographs // Ethnographic review. № 6. Pp. 61-76.
9. Nurkova V.V. (2022). Self-determining autobiographical memories in the system of personality-mnemonic inter-functional connections // Cultural and historical psychology. Vol. 18. № 1. Pp. 79-89.
10. Nurkova V.V. (2019). Psychology of photography. Cultural and historical analysis. Moscow: Yurait.
11. Nurkova V.V. (2016). Autobiographical narrative as an action of purposeful self-creation of a personality // Psychology of activity in the 21st century: on the 50th anniversary of the Faculty of Psychology of Lomonosov Moscow State University: a collection of scientific papers (Scientific notes of the Department of General Psychology. Issue 3). Moscow: MGU. Pp. 311-329.
12. Nurkova V.V. (2015). The problem of memory inaccuracy in the perspective of a multicomponent memory model // The world of psychology. № 2. Pp. 35-49.
13. Nurkova V.V. (2010). To tell about oneself, to tell oneself, to tell oneself: an autobiographical narrative from the standpoint of a cultural-activity approach // Personality development. № 1. Pp. 74-92.
14. Sarbin T.R. (2004). Narrative as a basic metaphor for psychology // Postnonclassical psychology. Vol. 1. Pp. 6-28.
15. Seung S. (2018). Connectome. How the brain makes us what we are. Moscow: Laboratory of Knowledge.
16. Bartol Jr T.M. et al. (2015). Nanoconnectomic upper bound on the variability of synaptic plasticity // eLife. Vol. 4. P. e10778.
17. Beloff H. (1985). Camera culture. Oxford; New York: B. Blackwell.
18. Blasiman R.N., Was C.A. (2018). Why is working memory performance unstable? A review of 21 factors // Europe’s journal of psychology. Vol. 14. №. 1. P. 188-231.

19. Bollas C. (2008). *The evocative object world*. Routledge.
20. Bollas C. (1987). *The shadow of the object: Psychoanalysis of the unthought known*. Columbia University Press.
21. Cowan N. (2010). The magical mystery four: How is working memory capacity limited, and why? // *Current directions in psychological science*. Vol. 19. №. 1. P. 51-57.
22. Dudai Y. (2011). How big is human memory? // *Learning & Memory*. №3. P. 341-365.
23. Eakin P.J. (2008). *Living Autobiographically: How We Create Identity in Narrative*. Cornell University Press.
24. Grice H.P. (1941). *Personal Identity* // *Mind*. Vol. L. P.340-347
25. Heersmink R. (2018). The narrative self, distributed memory, and evocative objects // *Philosophical Studies*. Vol. 175. P. 1829-1849.
26. Hutto D.D., Peeters A. (2018). The roots of remembering: Radically enactive recollecting // *New directions in the philosophy of memory*. Routledge. P. 97-118.
27. Inoue S., Matsuzawa T. (2007). Working memory of numerals in chimpanzees // *Current Biology*. Vol. 17. №. 23. P. R1004-R1005.
28. McAdams D.P. (2018). Narrative identity: What is it? What does it do? How do you measure it? // *Imagination, cognition and personality*. Vol. 37. № 3. P. 359-372.
29. Michaelian K., Sutton J. (2013). Distributed cognition and memory research: History and current directions // *Review of philosophy and psychology*. Vol. 4. P. 1-24.
30. Nourkova V.V., Gofman A. (2023). Everyday heroes: Graphical life stories and self-defining memories in Covid-19 medical volunteers // *Journal of Personality*. Vol. 91. № 1. P. 85–104.
31. Nourkova V. V., Gofman A.A. (2024). The ‘sites of oblivion’: How not to remember in a world of reminders // *Memory Studies*. V.17(6). P.1483-1500.
32. Polkinghorne D.P. (1988). *Narrative knowing and the human science*. Albany: State University of New York Press.
33. Singer J.A., Blagov P., Berry M., Oost K.M. (2013). Self-defining memories, scripts, and the life story: Narrative identity in personality and psychotherapy // *Journal of personality*. Vol. 81. № 6. P. 569-582.
34. Sporns O. (2011). The human connectome: a complex network // *Annals of the New-York Academy of Sciences*. Vol. 1224. №. 1. P. 109-125.
35. Squire L.R. (2015). *Conscious and Unconscious Memory Systems* // *Cold Spring Harbor Perspectives in Biology*. Vol. 7. № 3. <https://cshperspectives.cshlp.org/content/7/3/a021667>
36. Sutton J. (2010). Exograms and interdisciplinarity: History, the extended mind, and the civilizing process. // *The Extended Mind* / edited by Richard Menary. Cambridge, Mass.: MIT press. P. 189-225.
37. Versace R. et al. (2014). Act-In: An integrated view of memory mechanisms // *Journal of Cognitive Psychology*. Vol. 26. № 3. P. 280-306.
38. Wang Y., Liu D., Wang Y. (2003). Discovering the capacity of human memory // *Brain and Mind*. Vol. 4. P. 189-198.
39. Wilson M. (2002). Six views of embodied cognition // *Psychonomic bulletin & review*. Vol. 9. P. 625-636.