

**Pólya Tibor**

## *Múltbéli érzelmek újraélése és a történetek idői szerveződése*

*Közönetnyilvánítás*

A tanulmányban bemutatott kutatásokat az OTKA 67914 számú pályázata támogatta. A tanulmány megírását a Bolyai Kutatási Ösztöndíj támogatta.

### **Bevezetés**

A történeteket széles körben alkalmazzák az érzelmek pszichológiai kutatásában. Narratív terminusokban fogalmazva a történeteket felhasználó pszichológiai vizsgálatok elsősorban a történetekben szereplőként megjelenő személy érzelmek (például STEIN–HERNANDEZ 2007), illetve a történet hallgatójában vagy olvasójában megjelenő érzelmek (például OATLEY 1999) tanulmányozására vállalkoznak. A történetet elbeszélő személy érzelmek, amelyek a történet elbeszélése során jelennek meg azonban viszonylag kevés figyelmet kaptak ezekben a vizsgálatokban. Ebben a tanulmányban amellett érvelek, hogy a történetek az elbeszélő személy érzelmi folyamatainak, illetve érzelmi állapotának kutatásában is felhasználhatók. Álláspontom kifejtéséhez először megvizsgálom a történetek és az érzelmek idői szerveződésének kapcsolatát, majd pedig áttekintem azon empirikus pszichológiai vizsgálatok eredményeit, amelyek a történetek idői szerveződése és az elbeszélő érzelmi állapota közötti kapcsolatra vonatkoznak.

LABOV ÉS WALETZKY (1967; LABOV 1972) közel ötven évvel ezelőtt jelentet írásban a történet elbeszélését a múltbéli személyes élmények újraélésének eszközeként tekintették. A történetmesélést kísérő érzelmek, illetve az önletrajzi emlékezet modern kutatása megerősíti Labov és Walezky elképzelését a múltbéli élmények újraéléséről. Bár nem szükségyszerű, hogy emlékeink felidézésekor történet formában is beszámoljunk azokról, de abban az esetben, amikor történetet mondunk, nagyrészt múltbéli eseményekről beszélünk, a történet mesélés során ezért aktívak az emlékezeti előhívási folyamatok, ami lehetőséget ad a múltbéli élmények újraélésére.

### **A történet és az érzelmek idői szerveződésének kapcsolata**

A történet időben és kauzálisan összekapcsolt események sorát beszél el (például LASZLÓ 2008; RIMMON-KENAN 1983). A történetbe foglalt eseménysor időben lehatárolt: a történet az eseménysor első és utolsó eseménye közötti időszakot tekintti át. Az időbeli lehatároltság mellett a történet idői szerveződésének másik

176

fontos eleme, hogy a történet megőrizi a történet tartalmát adó narratív elemek (események, szereplők és körülmények) idői viszonyait. Az idői viszonyok megőrzése különbözteti meg a történet beszédműfaját más beszédműfajaktól, mint például az érveléstől vagy a leírástól (például SMITH 2003). Az idői viszonyok megőrzéséből következően a történetbe foglalt események között időbeli kapcsolat is van. Ez azt jelenti, hogy egy történet bármely két eseményéről el tudjuk dönteni azt, hogy melyik történt előbb, vagy pedig nagyjából egy időben történtek. A történet meghatározásának vannak olyan szigorúbb meghatározásai, amelyek azt is tartalmazzák, hogy a történetben csak egyedi események szerepelhetnek és ezeknek az eseményeknek ugyanolyan sorrendben kell megjelenniük a történetben, ahogy a valóságban megtörténtek (például LABOV–WALETZKY 1967). A későbbiekben látni fogjuk majd, hogy ezek a további megkötések nem minden esetben teljesülnek, azonban az események idői viszonyainak megőrzéséből, illetve a szigorúbb megkötések akár részleges teljesüléséből következően a történetnek gazdag idői szerkezete van.

Az érzelmekre rendszerint állapotokként gondolunk, az érzelem pszichológiai kutatásában azonban több összetevőt tartalmazó dinamikus folyamatként határozzák meg az érzelmeket (például SCHERER 2009). Az érzelmi folyamat leggyakrabban említett összetevői a következők: kiváltó esemény, kiértékelési folyamatok, fiziológiai változások, kifejező viselkedés, szubjektív élmény és cselekvéskészlet. Az érzelmek esetén kevésbé tűnik lényegesnek az idői szerveződés, pedig az érzelmeknek vannak időbeli jellemzőik (AVERILL 1994). Az érzelmek átmeneti mentális jelenségek (BAUMEISTER 2005). Amennyiben az érzelmi folyamat összetevőinek megjelenését és eltűnését is figyelembe vesszük, akkor könnyen beláthatjuk, hogy az érzelmek változó folyamatok összessége, így az érzelmeknek is bonyolult idői szerkezete van. Újból narratív terminusokban fogalmazva azt mondhatjuk, hogy ezek a megállapítások a történetben szereplőként megjelenő személy érzelmeire vonatkoznak. Azonban úgy gondoljuk, hogy a megállapítások az elbeszélő személy érzelmi állapotára is érvényesek. Az elbeszélő személy érzelmi állapota is lehatárolt időben, hiszen vélhetően az elbeszélő személy, akkor kerül érzelmi állapotba, amikor belekezd a történet elmesélésébe, és feltehetően a történetmesélés befejezése után megszűnik az elbeszélő személy érzelmi állapota. Az elbeszélő személy érzelmi állapotában is megjelenhetnek az érzelmi folyamatok összetevői. Egyrészt az elbeszélő előhívhatja a múltbéli összetevők reprezentációit az önletrajzi emlékezet rendszeréből. Másrészt az elbeszélőnek arra is lehetősége van, hogy újra elvégezze a múltbéli események érzelmi kiértékelését (LEVINE–PROHASKA–BURGESS–RICE–LAULHERE 2001). Az érzelmi kiértékelési folyamatok eredményétől függően is érzelmi állapotba kerülhet az elbeszélő, amely állapotnak megvannak a saját összetevői. Mivel az elbeszélő személy érzelmi állapota is lehatárolt időben, illetve számos, nem egyszerre megjelenő összetevőt tartalmaz, feltételezhetjük, hogy az elbeszélő személy érzelmi állapotának is gazdag idői szerveződése van. Az időbeli szerveződés gazdagsága önmagában nem igazolja azt, hogy valóban van kapcsolat a történetek és az elbeszélő személy érzelmi állapotának idői szerveződése

177

között, viszont megteremti annak lehetőségét, hogy megvizsgáljuk e kapcsolatot fennállását.

A cselekvés kategóriájának elemzése azonban arra mutat rá, hogy szoros kapcsolat van a történet és az elbeszélő személy érzelmi állapotának idői szerveződése között. Az érzelme pszichológiai kutatása feltárta azt, hogy az érzelme többféle módon is kapcsolódnak a cselekvésekhez. Az érzelme például cselekvési készlettel kapcsolódnak együtt (FRUDA 1986). Az egyes érzelmekekhez kapcsolódó cselekvések azonban nemcsak belső készlettel eredhetnek, hanem az érzelme megfelelő kifejezéséhez is hozzájárulhatnak jellemzően társas helyzetekben (BODOR 2004, 2014, SARBIN 1989). Az érzelmekek emellett az adott érzelmi kategóriához nem kapcsolódó cselekvések modulációjában is megjelenhetnek, például abban, hogy gyorsabbá vagy lassabbá tesznek egy cselekvést (LAMBIE–MARCEL 2002). Az érzelmekek továbbá irányít is adhatnak a cselekvésnek: van, hogy az érzelme bizonyos érzelmekek átélése érdekében alakítják cselekvésüket (BAUMEISTER 2005). A történetek így valójában olyan cselekvéssort mutatnak be, amelyekből akkor is következtethetünk a múltbeli érzelmekre, ha azok nem kerülnek explicit megnevezésre a történetben (PÉREZ 2007). Narratív terminusokban fogalmazva az itt említett elképzelések a szereplő cselekvései és a szereplő érzelmei közötti kapcsolatra vonatkoznak. Ugyanakkor a történet elbeszélése is tekinthető cselekvésnek, és a cselekvés és az érzelmekek szoros kapcsolatát látva feltehető, hogy a történetmesélés, mint cselekvés szintén szoros szálakkal kapcsolódik az elbeszélő személy érzelmeihez. Könnyen elképzelhető, hogy az elbeszélő érzelmi állapotához is kapcsolódnak cselekvési készlettel, illetve az elbeszélő érzelmi állapot kifejezhető vagy modulálhatja is a cselekvésként értelmezett történetmesélést. A történetmesélés cselekvését továbbá valamely átélni kívánt érzelme is befolyásolhatja. Habár nem az idői szerveződésre vonatkozóan, de vannak olyan empirikus vizsgálati eredmények, amelyek azt mutatják, hogy nem független egymástól az elbeszélő személy érzelmi állapota és az elbeszélő történet szerkezete. GOBBO–RACCANELLO (2007) például pozitív és negatív érzelmi állapotban lévő gyermekek által elmesélt történetek szerkezetét hasonlította össze. Azt találták, hogy az érzelmi állapot valenciája összefüggést mutat a történet komplexitásával, illetve a szereplőnek tulajdonított ágencia mértékével. WENNERSTORM (2001) az elbeszélő személy érzelmi állapotának intenzitása és az értékelések előfordulása között állapított meg összefüggést. Ezen vizsgálati eredmények alapján azt várhatjuk, hogy a történet szerkezet más összetevői esetén is, így az idői szerkezet esetében is találhatóunk összefüggést az elbeszélő személy érzelmi állapota és az elbeszélő történet szerkezete között.

Korábban, a történetek idői szerkezetének tárgyalásakor szó volt arról, hogy a történetbe foglalt események, és így a cselekvések is megőrzik idői viszonyait. A cselekvéseknek ez a jellemzője azonban nemcsak azt teszi lehetővé, hogy a történeteknek gazdag idői szerkezete legyen, hanem azt is, hogy az elbeszélő érzelmeinek is bonyolult idői szerveződése legyen. A cselekvés kategóriájának elemzése így azt tárja fel, hogy van kapcsolat a történetek idői szerveződése és az elbeszélő személy érzelmi állapotának idői szerveződése között.

### Az idői szerveződés összetevői

Az eddigiek során két megállapítást fogalmaztunk meg. Egyrészt a gazdag idői szerkezet megteremti annak lehetőségét, hogy kapcsolatot keressünk a történetek és az elbeszélő személy érzelmi állapotának idői szerkezete között. Másrészt a cselekvés kategóriájának elemzése alapján azt láthatjuk, hogy szoros kapcsolat van a történetek és az elbeszélő személy érzelmi állapotának idői szerveződése között. A gondolatmenet folytatásként ebben a részben olyan pszichológiai vizsgálatok eredményeit tekintem át röviden, amelyek empirikus módszerek alkalmazásával igazolják azt, hogy a történet idői szerveződése összefügg az elbeszélő érzelmi állapotának minőségével. Az érzelmekek kutatásban két jellemzőt használnak elterjedten az érzelmi állapot minőségének jellemzésére, az intenzitást és a valenciát. Elsősorban olyan vizsgálatok eredményeiről lesz szó, amelyek az elbeszélő személy érzelmeit vizsgálták, de megemlítek olyan eredményeket is, amelyek a szereplő vagy a hallgató érzelmeire vonatkoznak, abban az esetben, ha fontos megállapítást tesznek a történetek idői szerveződéséről. Az érzelme kutatása mellett szó lesz olyan vizsgálatokról is, amelyek az önéletrajzi emlékezet területére esnek. Ennek az az oka, hogy az önéletrajzi emlékezet kutatásában is fontos kérdés az, hogy hogyan őrznek meg és idéznek fel érzelmeteli emlékeket az emberek (például BERTENSEN–RUBIN 2006; KÖNYA 2005; PAPP–MARNÓ–KÖNYA 2004; RUBIN–FELDMAN–BECKHAM 2004; SZÖLLÖSI–FAZEKAS–KÖNYA 2013). Az önéletrajzi emlékezeti rendszer hierarchikus szerkezetbe szervezve tartalmazza az életünk eseményeire vonatkozó tudásunkat (például CONWAY 1996). A hierarchia legfelső szintjén az életperiódusok helyezkednek el (például egyetemi évek), ez alatt találjuk az általános vagy kiterjedt események szintjét (például gólyatábor). Végül pedig a hierarchia legalsó szintjén találjuk az egyedi események reprezentációit (például amikor beléptem a gólyatábor kapuján). Az önéletrajzi emlékezetben tárolt eseményekhez kapcsolódó érzelmi összetevő az egyedi reprezentációk szintjén helyezkedik el. Ebből következően a múltbeli élmények újraélésének lehetősége az egyedi emlékezeti reprezentációk előhívásához kapcsolódik. Amikor a személy a hierarchia magasabb szintjeiről hív elő információt az érzelmi összetevő kevésbé aktívulódik.

A történet idői szerveződésének hét jellemzőjét tekintem át. Az események idői lokalizációja a történet idői szerveződésének alapvető jellemzője. Az idői lokalizációhoz tartoznak mindazok az információk, amelyek arra a kérdésre adnak választ, hogy mikor történt az esemény. A válasz megadáshoz az szükséges, hogy az elbeszélő expliciten elhelyezze a történetbe foglalt eseményeket a kronológikus idő skáláján (például EHMANN–GARANI–NASZÓDI–KIS–LÁSZLÓ 2007). Az idői lokalizáció kötelezően megjelenik a történet orientációs részében, de később is előfordulhat a történetben (LABOV 1972). Egy vizsgálatunk (PÓLYA–KOVÁCS 2011) azt állapította meg, hogy az idői lokalizáció előfordulásának gyakorisága egyedi és kiterjedt emlékekben összefügg a narrátor érzelmi állapotának intenzitásával: minél gyakrabban fordul elő idői lokalizáció a történetben, annál alacsonyabb az elbeszélő személy érzelmi állapotának intenzitása. Ezt az összefüggést azzal

magyarázzuk, hogy az idői lokalizáció gyakorisága összefügg a felidézett emlék időbeli kiterjedtségének mértékével. Az egyedi emléket elmesélő történetben kevesebb az idői lokalizáció: mivel az egyedi emlék esetében a történetbe foglalt események időben közel vannak egymáshoz, kevés idői lokalizáció is elegendő. Kiterjedt emléket elbeszélő történetben az események időben távolabb vannak egymástól, így több idői lokalizáció szükséges. Az idői lokalizáció gyakorisága tehát azért mutat összefüggést az elbeszélő érzelmi állapotának intenzitásával, mert az idői lokalizáció gyakorisága azt jelzi, hogy a hierarchikusan szervezett önéletrajzi tudás mely szintjéről hív elő információt az elbeszélő személy. Ahogy korábban már említettük, az érzelmi összetevő az egyedi önéletrajzi emlék szintjén reprezentálódik, így egyedi emlék előhívásakor magas az átélt érzelmi intenzitás.

A történet idői szerveződésének legrégebb óta vizsgált jellemzője az események történetbeli előfordulásának *sorrendje*, amely megegyezhet, de el is térhet a múltbeli események megtörténtének sorrendjétől. Az orosz formalisták a fabula és a szűzsé fogalompárjával írták le a történetek idői szerkezetének ezt a jellemzőjét. A pszichológiai vizsgálatok az eseményszerkezet és diszkurzus szerkezet fogalompárját használják. A diszkurzus szerkezet és az érzelmek közötti társítást vizsgálta BREWER és LICHTENSTEIN (1981; 1982) vizsgálati tarták fel az olvasó érzelmeivel kapcsolatban. A szerzők által kidolgozott strukturális affektus elmélet szerint (BREWER-LICHTENSTEIN 1982) a kíváncsiság, a feszültség és a meglepődés affektusai eltérő típusú diszkurzus szerkezettel váltható ki a történet olvasójában. Feszültséget akkor élmek át a történet olvasói, ha a történet szempontjából kritikus információról már a történet elején értesülnek, a kifejelet bemutatása előtt azonban sok közbülső esemény bemutatására is sor kerül a történetben. A kíváncsiság és a meglepődés esetében közös az, hogy az olvasó a történet későbbi pontján értesül a kritikus információról, a kíváncsiság esetében azonban tudja az olvasó, hogy nem ismeri a kritikus információt, míg a meglepődés esetén a kritikus információ elhallgatásáról nincs tudomása az olvasónak. Habár a strukturális affektus elmélet a történetet olvasó személy érzelmi reakciójára vonatkozik, gondolatmenetünk szempontjából azért fontos ez az elmélet, mert azt fogalmazza meg, hogy a történet idői szerveződése meghatározza a történet által kiváltott érzelmi állapot minőségét.

A történet idői szerveződésének leírását GENETTE (1980) további két jellemzővel egészítette ki. Az egyik jellemző az események *tartama*, ami azt jelenti, hogy milyen hosszan beszél az elbeszélő valamely eseményről. A tartam azáltal kapcsolható az elbeszélő személy érzelmeihez, hogy egyértelmű viszonyban van az elmesélt események/cselekvések részletezettségével. Az az esemény vagy cselekvés, amelynek leírására az elbeszélő személy sok időt szentel, azaz hosszú a tartama, részletezetten jelenik meg a történetben. Pszichológiai vizsgálatokból (például SEIDLITZ-DIENER 1998) tudjuk, hogy a felidézés részletezettsége összefügg a felidézést kísérő érzelmek intenzitásával: minél részletesebb a felidézés, annál magasabb az emlékezést kísérő érzelmi intenzitás. Mindezek alapján azt állapíthatjuk meg, hogy az események / cselekvések történetbeli megjeleníté-

sének tartama összefüggésben van az elbeszélő személy érzelmi állapotának intenzitásával.

A GENETTE (1980) által tárgyalt másik új idői jellemző a *gyakoriság*. Genette a gyakoriságot két összetevőre bontva tárgyalja. Beszél egyrészt az esemény múltbeli előfordulásának gyakoriságáról, vagyis arról, hogy a múltbeli esemény egyszer vagy többször történt meg, másrészt pedig arról, hogy az elbeszélő milyen gyakorisággal tesz említést valamely eseményről, vagyis arról, hogy az esemény egyszer vagy többször kerül említésre a történetben. A gyakoriság mindkét részét figyelembe véve Genette négy esetet tárgyal. A pszichológiai vizsgálatok számára azonban az első rész – az események múltbeli előfordulásának gyakorisága – a fontosabb, mivel ez az a jellemző, amely értelmezhető a hierarchikusan szerveződő önéletrajzi emlékezeti tudás szerveződéséhez kapcsolódóan. Az egyszer, illetve többször előforduló esemény az önéletrajzi emlékezet kutatásának fogalmait használva az egyedi versus általános eseményreprezentációknak feleltethető meg. Az emlékező személy által átélt érzelmek intenzitása olyan szoros kapcsolatban áll az eseményreprezentáció szintjéhez, hogy ezen a területen végzett pszichológiai kutatások érdelemszabályozási stratégiaként értelmezik azt, hogy a személy az önéletrajzi emlékezet rendszer melyik szintjéről hívja elő az eseményreprezentációját (NELSON-HOROWITZ 2001; WILLIAMS 1996): az általános emlékek előhívása, illetve az egyedi emlékek előhívásának elkerülése segíti a felidéző személyt az aktuális érzelmi intenzitásának alacsony tartásában.

Az események történetbeli szerveződésének legfontosabb összetevője a cél kategóriája: a történet szereplői mindig valamely cél elérése érdekében cselekednek (például RUMELHART 1975). A cél kategóriája létre hozza a történet *belső idői szerkezetét*. A cél kategóriája alapján a következő egységekre bonthatjuk a történetbe foglalt cselekvéssort. A történet rendszerint az egyensúlyi helyzet felborító eseménnyel kezdődik, amelyre reagálva a történet szereplője kijelöli az elérendő célt (kezdet). Ezután a cél elérése érdekében cselekvésbe kezd a történet szereplője, amelyet rendszerint nem ér el egyből, különböző akadályok merülnek fel, amelyek leküzdésére újabb cselekvéseket hajt végre a szereplő, hogy eredeti célját elérje (kibomlás). Végül a szereplő eléri vagy feladja a történet elején kijelölt célját (befejezés). Belső idői szerveződés révén a cselekvések már nemcsak a kronologikus időben lokalizálhatók, hanem aszerint is, hogy a belső idői szerveződés mely egységében jelennek meg, a történet kezdetében, kibomlásában vagy befejezésében. Az érzelmek szempontjából azért releváns jellemző a történet belső idői szerveződése, mert a cél kategóriája köré épített történetre jellemző intenzitásgörbe megegyezik az érzelmi állapot általános intenzitásgörbéjével (STERN 1995). A történet és az érzelmi állapot is az egyensúlyi állapotot kibillentő eseménnyel kezdődik, ennek megfelelően ebben a szakaszban az intenzitás emelkedni kezd. Az intenzitás tovább növekszik vagy egy bizonyos intenzitátszint felett stagnál a szereplő próbálkozásai során, illetve az érzelmi állapot fennállása során. Végül, amikor a szereplő eléri célját, illetve véget ér az érzelmi állapot lecsökken az érzelmi intenzitás. Szintén BREWER (1996) vizsgálataiból tudjuk, hogy az intenzitásváltozásnak ez a mintázata fontos része

a történet meghatározásának. Brewer különböző történetváltásokat elolvasást kérte vizsgálati személyeitől, majd pedig arról kérdezte őket, hogy milyen mértékben tartják történetnek az általuk olvasott változatot. Az olvasók nem tekintették történetnek azokat a változatokat, amelyekben nőtt az intenzitás, de a szöveg végén nem csökkent az intenzitás. Empirikus pszichológiai vizsgálatokból tudjuk azt, hogy az egyes érzelmi kategóriák intenzitásgörbéje eltérő (VERDUYN-VAN MECHELEN-TUERLINCX-MEERS-VAN COILLIE 2009). Az egyes érzelmi állapotokról történetet mesélő személyek érzelmi állapotának intenzitásáról nem rendelünk hasonló adatokkal. Azt viszont tudjuk, hogy a különböző érzelmi állapotokról beszámoló történetek szerkezetében nincsenek eltérések (HABERMAS-MEIER-MUKHTAR 2009). E két vizsgálat eredményei alapján azt állapíthatjuk meg, hogy az elbeszélő érzelmi intenzitásának változása nem ismétli meg a múltban átélt érzelmi állapot intenzitás változásait. Azonban továbbra is várhatjuk azt, hogy a történet idői szerveződése összefüggést mutat az elbeszélő személy aktuális érzelmi állapotának intenzitásváltozásával.

A történet *idői kibomlásának* jellemzője arra vonatkozik, hogy hogyan halad az idő a történetben. A legtöbb történetnek van plotja. A plot révén a cselekvések sora egy szálla felüve jelenik meg a történetben, így ezekben a történetekben az idő folyamatként halad előre. A plot nélküli történetben az események egy állapot részeként jelennek meg, ennek megfelelően ezekben a történetekben az idő áll. A történet idői kibomlását az eseményeket leíró igék valósítják meg, amelyek állapotként vagy folyamatként is leírhatják a cselekvéseket illetve eseményeket (például *vártam* és *megvártam*) (például HERMAN 2002; KIEFER 2006). Empirikus pszichológiai vizsgálatok feltárták, hogy a történet idői kibomlása összefüggésben van a történet szereplőjének érzelmi intenzitásával (HABERMAS-OTT-SCHUBERT-SCHNEIDER-PATE 2008) és valenciájával is (HUDSON-GEBELT-HAVILAND-BENTIVEGNA 1992). Habermas és munkatársai (HABERMAS-OTT-SCHUBERT-SCHNEIDER-PATE 2008) depressziós és normál személyek élettörténeti epizódokat elmesélő történeteinek elemzésében azt találta, hogy a depressziós személyek rendszerint olyan történeteket mondanak, amelyben áll az idő. Ez megfelel annak, hogy a depressziós személyek esetében az érzelmi állapotok intenzitása rendszerint alacsonyabb (például NELSON-HOROWITZ 2001). Az állapotként elmesélt történethez kapcsolódó alacsonyabb érzelmi intenzitást saját vizsgálati (PÓLYA-KOVÁCS 2011) eredményeink is megerősítik, amelyben normál fiatal felnőttek érzelmeteli élettörténeti epizódokat idéztek fel. Eredményeink azt mutatják, hogy minél több állapot ígét használtak az elbeszélők, annál alacsonyabb volt az érzelmi állapotok intenzitása. Hudson és munkatársai (HUDSON-GEBELT-HAVILAND-BENTIVEGNA 1992) gyermekek élettörténeti epizódokat elmesélő történeteit elemezve azt találta, hogy a pozitív epizódokat állapot történetként mesélték el, a negatív epizódokat pedig jellemzően plottal látták el. Ezt az összefüggést szintén megerősítik az imént említett vizsgálatunk eredményei (PÓLYA-KOVÁCS 2011). Az egybecsengő eredmények magyarázata az lehet, hogy negatív valenciájú cselekvéssor bemutatása esetén az elbeszélő személy motivált abban, hogy keresse a megoldást a történetben megjelenő problémára. Ez a keresés újabb és újabb cselekvések megemlékezéséhez vezet, amelyek

részt vesznek a történet plotjának kialakításában. Pozitív valenciájú cselekvéssor bemutatása esetén az elbeszélő nem motivált a cselekvéssorban való folyamatos továbbhaladásra, ezért a történet állapotot ír le.

Végül a *téridői perspektíva* jellemzője az elbeszélő pozíció és a narratív elemek (események, szereplők és körülmények) közötti viszonyra vonatkozik. Az elbeszélő mindig valamely meghatározott pozícióból tekint a múltbéli eseményekre. Az elbeszélő pozíció és a narratív elemek közötti viszony több dimenzió mentén is megragadható (BERÁN-UNOKA 2012). A téridői perspektíva esetében az elbeszélő pozíció és a narratív elemek közötti viszonyt az időbeli kapcsolatuk alapján írjuk le. Érzelmileg megterhelő élethelyzetben lévő egészséges felnőttek élettörténeti elbeszélést elemezve azt találtuk, hogy az elbeszélő által átélt érzelmi intenzitás összefügg a történet téridői perspektívájával (PÓLYA 2007). Azok az elbeszélők, akiknek az elbeszélés alatti érzelmi állapota intenzív volt, többször közelítették egymáshoz az elbeszélő pozíció a narratív elemek idői lokalizációját, mint az alacsonyabb érzelmi intenzitású elbeszélők. Ez az eredmény összhangban van PILLEMER-DESROCHERS-EBANKS (1998) vizsgálati eredményével. A szerzők egy II. világháborús veterán katona élettörténeti elbeszélésének elemzése alapján a mellett érvelnek, hogy a jelen idő használata múltbéli eseményekre (historikus jelen idő) az elbeszélő személy érzelmi állapotának intenzitását mutatja. Mivel a historikus jelen idő használata részt vesz az elbeszélő pozíció és a narratív elemek idői lokalizációjának közelítésében, a két vizsgálat megállapításai azonosnak tekinthetők.

### Következtetések

Az áttekintett pszichológiai vizsgálatok eredményei azt mutatják, hogy a történetek idői szerveződése és az elbeszélő személy aktuális érzelmi állapotának minősége nem függetlenek egymástól. Álláspontunk szerint ezt az összefüggést az magyarázza, hogy a történet idői szerveződése és az elbeszélő személy érzelmi állapotának idői szerveződése kapcsolatban van egymással. Az elbeszélő személy érzelmi állapotát két tényező befolyásolja. Egyrészt a felidézett múltbéli érzelmi folyamatok összetevőinek előhívása az önéletrajzi emlékezeti rendszerből (például LAMBIE-MARCEL 2002). Az áttekintett vizsgálatok eredményei azt mutatják, hogy szoros kapcsolat van az elbeszélő személy érzelmi állapotának intenzitása és aközött, hogy a hierarchikusan szervezett önéletrajzi emlékezeti rendszer melyik szintjéről hívja elő a személy a történetbe foglalt események vagy cselekvések reprezentációit. Láthattuk, hogy az idői szerveződés jellemzői közül az idői lokalizáció, a tartam, a gyakoriságnak az a része, amely arra vonatkozik, hogy hányszor történet meg az esemény, illetve az idői kibomlás az előhívási folyamatokhoz kapcsolódik. Másrészt az elbeszélő személy nemcsak felidézi a múltbéli érzelmi állapotát; hanem a múltbéli események vagy cselekvések érzelmi újra kiértékelése révén következtében is érzelmi állapotba kerülhet (például LEVINE-PROHASKA-BURGESS-RICE-LAULHERE 2001). Úgy tűnik, hogy az idői szerveződés jellemzői közül

a sorrend, a történet belső idői szerveződése és a téridői perspektíva jellemzői közvetlenül az elbeszélő személy érzelmi állapotának minőségéhez kapcsolódnak.

A történet és az elbeszélő személy érzelmi állapotának idői szerveződése közötti kapcsolat révén a történet elbeszélése lehetőségét kínálja arra, hogy a történet elbeszélője érzelmi állapotba kerüljön és így újraélje múltbeli élményeit. Az áttekintett vizsgálati eredményekből tudjuk például azt, hogy az egyedi esemény felidézése esetén nagyobb az emlékező személy által átélt érzelmi intenzitás, mint amikor általános (WILLIAMS 1996) vagy kiterjedt eseményt (NELSON-HOROWITZ 2001) idéz fel. Mivel a történetek alkalmasak arra, hogy egyedi eseményeket összekapcsoljanak egymással (BRUNER 2001), az önéletrajzi emlékek történetbe foglalása vélhetően kedvez az egyedi eseményreprezentációk előhívásának, aminek következtében várhatóan magas lesz az elbeszélő személy érzelmi állapotának intenzitása, összehasonlítva azzal az esettel, amikor a személy csak felidézi az emléket, de nem foglalja történetbe azt. A felidézett emlékek történetbe foglalása így hatékonyan segítheti a múltbeli élmények újraélését.

Annak alapján, hogy az elbeszélő személy érzelmi állapotának is van idői szerveződése, azt a megállapítást tehetjük, hogy a történetet elbeszélő személy az elbeszélés során megismételheti a múltbeli élményeit. A megismétlés azt jelenti, hogy az elbeszélő úgy tekintheti át a múltbeli események vagy cselekvések sorát, mintha nem ismerné a rákövetkező eseményeket, így a történet végki-fejletét sem. Természetesen a történet elbeszélőjének tudomása van a rákövetkező eseményekről, de a történetre építő felidézés lehetőségét ad ezen tudás látszólagos felfüggesztésére. A múltbeli élmények megismétlése hozzájárulhat ahhoz, hogy az elbeszélő személy érzelmi állapotának intenzitása magasabb, valenciája pedig szélsőségesebb legyen. A történetolvasás folyamatának vizsgálataiból tudjuk például, hogy ezt a felfüggesztést könnyen meg tudják tenni az emberek, és így érzelmi bevonódást tapasztalhatnak meg egy olyan történet olvasása során is, amelyet korábban már ismernek (HOEKEN-VAN VLIET 2000).

Az elbeszélő személy által átélt érzelmi állapot természetesen nem azonos a szereplőként átélt múltbeli érzelmi állapottal. Elképzelhető, hogy az önéletrajzi rendszerbe nem került be minden az eseményre vagy a cselekvésre vonatkozó információ, vagy az elbeszélő jelenlegi tudása indokolttá teszi a múltbeli események vagy cselekvések újbóli érzelmi kiértékelését (például LEVINE-PROHASKA-BURGESS-RICE-LAULHERE 2001). Nagyon korlátozott az az empirikus ismeret, amely rendelkezésünkre áll az elbeszélő és a szereplő érzelmi állapotának hasonlóságáról. WOOD-CONWAY (2006) például vizsgálatukban magas korrelációs értékeket kapott a múltbeli és jelenbeli intenzitás és valencia között; ugyanakkor ebben a vizsgálatban a múltbeli érzelmi állapot intenzitásának és valenciájának megítélése retrospektív módon történt; így a válaszolók ítéleteit számos tényező befolyásolhatta. Ilyen befolyásoló tényező lehet az aktuális érzelmi állapot jellemzői vagy az, hogy milyen mértékű konzisztenciát várnak el az emberek a múltbeli és az ehhez kapcsolódó jelenbeli érzelmi állapotuk között.

A történetnek a múltbeli élmények újraélésében játszott szerepéről itt képviselt elképzelés jelentősen eltér attól, ahogyan az önéletrajzi emlékezet kutatói

gondolkodnak a történet szerepéről. Az önéletrajzi emlékezet kettős kódolás elmélete szerint (például PILLEMER 1998) emlékeink összetevői szenzoros modalitásokat megőrizve (látványként, hangként, szagként, testi érzésekként stb.) és történetformában is reprezentálódnak. Az elmélet azt tartja, hogy az érzelmek a szenzoros reprezentációk részei. A történet formájú reprezentáció nyelvi formában tartalmazza az emlékeket. A kettős kódolás elmélete szerint az érzelmi összetevő az élmények nyelvi fordítása révén jelenik meg a történetekben (RUBIN 2006). A gazdag érzelmi összetevőt magába foglaló önéletrajzi emlékekről beszél a számló történetekben az elbeszélő részletesen leírja szenzoros élményeit (PILLEMER 1988). Az általunk képviselt elképzelés szerint az élmény érzelmi összetevője közvetlenül is megjelenhet a történetben, hiszen az idői szerveződést illetően nem szükséges fordítás ahhoz, hogy a történet és az érzelmi állapot idői szerveződése egymáshoz illeszkedjen. Az elbeszélő érzelmi állapotának idői szerveződésében bekövetkező változások így közvetlenül megjelenhetnek a történet idői szerveződésében. Ugyanakkor az is elképzelhető, hogy a történet idői szerveződése valamilyen mértékben strukturálja az érzelmi állapot idői szerveződését. Valószínűleg mindkét irányban érvényesülhet az összefüggés a történet és az elbeszélő érzelmi állapotának idői szerveződése között (SZÖLLŐSI-FAZEKAS-KÖNYA 2013).

Mindezek alapján megállapíthatjuk, hogy a történetek idői szerkezetének vizsgálata nemcsak a szereplők érzelmeinek megismeréséhez (például STEIN-HERNADEZ 2007), illetve az olvasók érzelmeinek vizsgálatához járulhat hozzá (például OATLEY 1999), hanem az elbeszélő személy érzelmeinek megismeréséhez is. A történetek kétségkívül fontos információ források a történetet elbeszélő személyek múltban átélt érzelmeiről. Azonban korlátozott források, mivel a múltbeli érzelmekről csak az emberek gyakran torzított beszámolóí révén kaphatunk információt. Az elbeszélő személy érzelmi állapotának vizsgálata esetén viszont közvetlenül is hozzáférhető a vizsgált érzelmi állapot, a beszámoló lett megfigyelhető az elbeszélő személy érzelmi viselkedése, és akár fiziológiai vagy agyi képalkotási eljárásokkal nyert adatok is felhasználhatók az elemzésben. Az elbeszélő személy érzelmeinek vizsgálata így hozzásegíthet bennünket ahhoz, hogy empirikus eredményekre támaszkodva jobban megértsük az érzelmek narratív természetét.

## Hivatkozások

- AVERILL, J.R. (1994): I feel, therefore I am – I think. In: EKMAN, P. – DAVIDSON, R.J. (eds) (1994): *The nature of emotion. Fundamental questions*. Cambridge University Press, New York. 379–385.
- BAUMEISTER, R.F. (2005): *The Cultural Animal: Human Nature, Meaning, and Social Life*. Oxford University Press, Oxford.
- BERTENSEN, D. – RUBIN, D.C. (2006): Emotion and vantage point in autobiographical memory. *Cognition and Emotion*, 20(8), 1193–1215.

- BERÁN E. – UNOKA Zs. (2012): A narratív perspektívaváltás figyelemmel szabályozó szerepe a terápiai diskurzusban: Két pszichoterápiás ülés részleteinek elemzése. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(3), 467–490. doi: 10.1556/MPSz.67.2012.3.4. (A letöltés ideje: 2012. március 4.)
- BODOR P. (2004): *On emotions. A developmental social constructionist account*. L'Harmattan, Budapest; lásd továbbá kötetünkben megjelent írását is.
- BODOR P. (2014): *Az érzelmek társas konstruktivisták értelmezése és az érzelmek aktív versus passzív paradoxona*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.
- BREWER, W.F. – LICHTENSTEIN, E.H. (1981): Events schemas, story schemas, and story grammars. In: LONG, J. – BADDELEY, A. (eds): *Attention and Performance*. IX. Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale, N.J. 363–379.
- BREWER, W.F. – LICHTENSTEIN, E.H. (1982): Stories are to entertain: A structural affect theory of stories. *Journal of Pragmatics*, 6, 473–486.
- BREWER, W.F. (1996): Good and bad story endings and story completeness. In: KREUZ, R. J. – MACNEALY, M.S. (eds): *Empirical approaches to literature and aesthetics*. Ablex, Norwood, N.J. 261–274.
- BRUNER, J.S. (2001): A gondolkodás két formája. In: LASZLÓ J. – THOMKA B. (szerk.): *Narratívák 5. Narratív pszichológia*. Kijárt, Pécs. 27–57.
- CONWAY, M.A. (1996): Autobiographical knowledge and autobiographical memories. In: D. C. RUBIN (ed.), *Remembering our past. Studies in autobiographical memory*. Cambridge University Press, Cambridge. 67–93.
- EHMANN, B. – GARAMI, V. – NASZÓDI, M. – KIS, B. – LASZLÓ, J. (2007): Subjective Time Experience: Identifying Psychological Correlates by Narrative Psychological Content Analysis. *Empirical Text and Culture Research*, 3, 14–25.
- FRUJDA, N. (1986): *The Emotions*. Cambridge University Press, Cambridge.
- GENETTE, G. (1980): *Narrative Discourse. An essay in method*. Cornell University Press, Ithaca.
- GOBBO, C. – RACCANELLO, D. (2007): How Children Narrate Happy and Sad Events: Does Affective State Count? *Applied Cognitive Psychology*, 21, 1173–1190. doi: 10.1002/acp.1324; (A letöltés ideje: 2014. július 10.)
- HABERMAS, T. – OTT, L.M. – SCHUBERT, M. – SCHNEIDER, B. – PATE, A. (2008): Stuck in the Past: Negative Bias, Explanatory Style, Temporal Order, and Evaluative Perspective in Life Narratives of Clinically Depressed Individuals. *Depression and Anxiety*, 25 (11), 1091–1099. doi: 10.1002/da.20389. (A letöltés ideje: 2014. július 10.)
- HABERMAS, T. – MEIER, M. – MUKHTAR, B. (2009): Are specific emotions narrated differently? *Emotion*, 9 (6), 751–762. doi: 10.1037/a0018002. (A letöltés ideje: 2014. július 10.)
- HERMANN, D. (2002): *Story logic: Problems and possibilities of narrative*. University of Nebraska Press, Lincoln.
- HOEKEN, H. – VAN VLIET, M. (2000): Suspense, Curiosity, and Surprise: How Discourse Structure Influences the Affective and Cognitive Processing of a Story. *Poetics*, 27 (4), 277–286. doi: 10.1016/S0304-422X(94)00007-5
- HUDSON, J.A. – GEBELT, J. – HAVILAND, J. – BENTIVEGNA, C. (1992): Emotion and Narrative Structure in Young Children's Personal Accounts. *Journal of Narrative and Life History*, 2 (2), 129–150.
- KIEFER F. (2006): *Aspektus és akcióminőség, különös tekintettel a magyar nyelvre*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- KÓNYA A. (2005): Tapasztalati élmény és emlékezeti tudatosság: Az önéletrajzi emlékezet intrinszeptív adatai. In: GERVAN J. – KOVÁCS K. – LUKÁCS Á. – RACSMÁNY M. (szerk.): *Az ezercél elme. Tanulmányok Pléh Csaba 60. születésnapjára*. Akadémiai Kiadó, Budapest. 262–274.
- LABOV, W. – WALETZKY, J. (1967): *Narrative Analysis: Oral Versions of Personal Experience*. In: J. Helms (ed.), *Essays on the Verbal and Visual Arts*. University of Washington Press, Seattle. 4–44.
- LABOV, W. (1972): The transformation of experience in narrative syntax. In: *Language in the inner city*. Blackwell, Oxford. 354–396.
- LAMBIE, J.A. – MARCEL, A.J. (2002): Consciousness and the Varieties of Emotion Experience: A Theoretical Framework. *Psychological Review*, 109 (2), 219–259. doi: 10.1037/0033-295X.109.2.219
- LASZLÓ, J. (2008): *The science of stories*. Routledge, London.
- LEVINE, L.J. – PROHASKA, V. – BURGESS, S.L. – RICE, J.A. – LAULHERE, T.M. (2001): Remembering Past Emotions: The Role of Current Appraisals. *Cognition and Emotion*, 15 (4), 393–417.
- NELSON, K.L. – HOROWITZ, L.M. (2001): Narrative Structure in Recounted Sad Memories. *Discourse Processes*, 31(3), 307–324. doi: 10.1207/S15326950dp31-3-5. (A letöltés ideje: 2014. július 10.)
- OATLEY, K. (1999): Why fiction may be twice as true as fact: Fiction as cognitive and emotional simulation. *Review of General Psychology*, 3 (2), 101–117.
- PAPP O. – MARNO H. – KÓNYA A. (2004): A narratív self emlékezeti tükörében. A reminiscencia hatás elméletének kiterjesztése a narratív koherencia irányában. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 3, 321–344.
- PÉREZ, R.P. (2007): Employing Emotions to Drive Plot Generation in a Computer-Based Storyteller. *Cognitive Systems Research*, 8, 89–109. doi:10.1016/j.cogsys.2006.10.001. (A letöltés ideje: 2014. július 10.)
- PILLEMER, D.B. (1998): *Momentous Events. Vivid Memories*. Harvard University Press, Cambridge.
- PILLEMER, D. – DESROCHERS, A. – EBANKS, C. (1998): Remembering the Past in the Present: Verb Tense Shifts in Autobiographical Memory Narratives. In: THOMPSON, C.P. – HERRMANN, D.J. – BRUCE, D. – READ, J.D. – PAYNE, D.G. – TOGLIA, M.P. (eds): *Autobiographical Memory: Theoretical and Applied Perspectives*. Lawrence Erlbaum, Mahwah, NJ. 148–162.
- PÓLYA, T. (2007): *Identitás az elbeszélésben. Szociális identitás és narratív perspektíva*. Új Mandátum Kiadó, Budapest.
- PÓLYA T. – KOVÁCS I. (2011): Történet szerkezet és érzelmi intenzitás. *Pszichológia*, 31 (3), 273–294.
- RIMMON-KENAN, S. (1983). *Narrative fiction*. Routledge, London.
- RUBIN D.C. – FELDMAN, M.E. – BECKHAM J.C. (2004): Reliving, Emotions, and Fragmentation in the Autobiographical Memories of Veterans Diagnosed with PTSD. *Applied Cognitive Psychology*, 18, 17–35.
- RUBIN, D.C. (2006): The Basic-Systems Model of Episodic Memory. *Perspectives on Psychological Science*, 1 (4), 277–311.
- RUMELHART, D.E. (1975): Notes on schema for stories. In: D. BOBROW, D. – COLLINS, A. (eds): *Representation and understanding: Studies in cognitive science*. Academic Press, New York.
- SARBIN, T.R. (1989): Emotions as situated actions. In: CIRILLO, L. – KAPLAN, B. – WAPNER, S. (eds): *Emotions in ideal human development*. Lawrence Erlbaum, Hillsdale. 77–99.
- SCHERER, K.R. (2009): The dynamic architecture of emotion: Evidence for the component process model. *Cognition and Emotion*, 23 (7), 1307–1351.
- SEIDLITZ, L. – DIENER, E. (1998): Sex differences in the recall of affective experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (1), 262–271. doi: 10.1037/0022-3514.74.1.262. (A letöltés ideje: 2014. július 10.)
- SMITH, C.S. (2003): *Modes of discourse. The local structure of texts*. Cambridge University Press, Cambridge, MA.
- STEIN, N.L. – HERNANDEZ, M.V. (2007): Assessing Understanding and Appraisals During Emotional Experience. In: COAN, J.A. – ALLEN, J.J.B. (eds), *Handbook of Emotion Elicitation and Assessment*. Oxford University Press, Oxford. 298–317.
- STERN, D.N. (1995): *The Motherhood Constellation. A Unified View of Parent-impact Psychotherapy*. Basic Books, New York, NY.
- SZÖLLÖSI Á. – FAZEKAS K. – KÓNYA A. (2013): Önéletrajzi emlékezet: élmény és elbeszélés. *Pszichológia*, 33(3), 205–222.
- VERDUYN, P. – VAN MECHELEN, I. – TUERLINCKX, F. – MEERS, K. – VAN COILLIE, H. (2009): Intensity Profiles of Emotional Experience over Time. *Cognition and Emotion*, 23 (7), 1427–1443. doi: 10.1080/02699930902949031. (A letöltés ideje: 2014. július 10.)
- WENNERSTROM, A. (2001): Intonation and Evaluation in Oral Narratives. *Journal of Pragmatics*, 33, 1183–1206. doi: 10.1016/S0378-2166(00)00061-8. (A letöltés ideje: 2014. július 10.)
- WILLIAMS, J.M.G. (1996): Depression and the Specificity of Autobiographical Memory. In: RUBIN, D.C. (ed.): *Remembering our Past. Studies in Autobiographical Memory*. Cambridge University Press, Cambridge. 244–267.
- WOOD, W.J. – CONWAY, M. (2006): Subjective impact, meaning making, and current and recalled emotions for self-defining memories. *Journal of Personality*, 74 (3), 811–845.