

你的大脑在纠正自己的错误……

“似曾相识”可能是一种病！



本版图片来自网络

你是否有过这样“似曾相识”的奇妙感觉？旅行去到一个陌生地方，却产生了故地重游的感觉；与人相遇相识时会像贾宝玉那样感到“这个妹妹我曾见过的”，却又无法回忆起具体场景；梦中的场景在现实中上演了……这是怎么回事呢？

年轻人更容易出现 既视感现象

《今日心理学》的调查显示，第一次经历既视感现象大多发生在6-10岁，在15-25岁出现得最为频繁，随着年龄增大，出现频率会逐渐下降。阿基拉·罗伯特·奥康纳解释说，年轻的大脑更容易兴奋，更容易更快地被激发，这可能与青春期的内分泌改变有关。

法国格勒诺布尔阿尔卑斯大学的神经学家克里斯·穆林的研究证明，对于老人，当“错误的熟悉感”出现时，他们的记忆核实系统可能会“罢工”，难以匹配记忆，因而使大脑将错误的记忆当成现实。不过，老年人仍然能够产生既视感，只是他们不再敢确信虚假的经历是虚假的。

许多研究人员将既视感现象与压力或疲劳联系起来。在某些情况下，既视感现象还可能是潜在的神经或精神问题的征兆。患有颞叶癫痫、精神分裂症、血管性痴呆以及相关疾病的人可能会更频繁地经历既视感现象。在一些罕见的病例中，患者会反复出现既视感，产生生动的“记忆”，患者常常将其描述为“前世的回忆”。

那么，当我们经历既视感现象时，我们应该对此感到担心吗？总的来说，经历既视感现象没什么好担心的，正如前文所说，大多数人都会经历这种“似曾相识”，这只是记忆或感知的问题。事实上，经历既视感现象表明我们大脑的事实检查区功能良好，正在不断运转，以防止我们记错事件。

全世界有许多科学家正在持续研究既视感现象，以期能够让我们一窥记忆系统在有轻微“故障”时是如何工作的。随着神经科学和医学的继续发展，终有一天我们会揭开既视感现象的神秘面纱，也为相关疾病的患者带去福音。综合科普中国报道



“似曾相识”的感觉不只你有！

事实上，大多数人在生活中的某个时刻都会经历这种“似曾相识”的现象。早在1600多年前，北非的古代哲学家圣奥古斯汀就已经对这种现象做了最早的记录。

在心理学中，这种“似曾相识”的感觉被

称为既视感现象，克罗地亚萨格勒布大学医学中心神经内科医生玛丽亚·博什尼亚克·帕希奇的研究表明，超过97%的人都产生过既视感现象，其中超过三分之二的人有一定的规律性，这种现象在年轻人中发生频率最高。

“既视感”到底是怎么回事？

那么，既视感现象是如何发生的呢？

既视感现象往往是自然产生的，在实验室里人为重现它充满了困难与挑战。事实上，目前还没有一个明确的机制来解释既视感现象的产生，但是学界已经做出了一些探索。

虽然既视感现象也被称为海马效应，但是鉴于其复杂性和独特性，经过100多年的研究后，学界普遍承认海马效应不可能仅仅与大脑中单一的海马结构有关。

苏格兰圣安德鲁斯大学的认知心理学家阿

基拉·罗伯特·奥康纳最新的研究发现，既视感现象可能是大脑在纠正自己的错误。

既视感现象是大脑中识别熟悉情况的部分（位于太阳穴后面的颞叶）过度兴奋时出现的现象。接着，大脑的另一个区域（位于前额后面的额叶皮层）会将这种熟悉感与你过去的经历进行匹配。当额叶皮层发现匹配不到结果时，大脑的决策区会更努力地找回记忆，如果找不到，大脑（可能是杏仁核）就会产生沮丧的感觉，这时你就会意识到“错误的熟悉感”。

真是大脑发生了“故障”？

研究认为环境中的某些东西，引发那些已被遗忘的长期记忆，可能是既视感现象产生的诱因。

最近，美国科罗拉多州立大学的认知心理学家安妮·克利里和她的同事们通过实验为此推测提供了可能的证据。

安妮向受试者展示了一些有些微相似之处的虚拟场景，发现受试者在观看这些隐约相似的场景时会产生熟悉感，这表明这些环境可能触发了颞叶，大脑识别出当前经历和过去经历之间的相似之处，让大脑发生了“故障”，产生了我们无法确定的熟悉感。不过，这种熟悉

感和既视感之间的具体联系仍有待研究。研究者们还通过类似实验证明了既视感现象并不能预言未来。

除了这个解释之外，还有几十种理论试图解释为什么我们的大脑会以这种方式出现“故障”。

有研究表明，这就像我们大脑中长期记忆和短期记忆的电路发生短路一样，新传入的信息直接进入长期记忆，而不是停留在短期记忆库中。另一些研究则将其归咎于鼻腔皮层（大脑中发出熟悉感信号的区域），在没有记忆支持的情况下被触发。