

投稿類別：健康與護理類

篇名：

解離性失憶普遍性的初步探討

作者：

羅安齊。市立大園國際高中。二年 四班

陳怡安。市立大園國際高中。二年十四班

劉郁玟。市立大園國際高中。二年十四班

指導老師：

張逸翔老師

壹●前言

一、研究動機

有一次看到了以多重人格為主軸的小說《24個比利》，讓我們不禁感到好奇，為什麼明明是一個人卻可以有著各式各樣的不同人格，因此讓我們對這個領域感到濃厚的興趣。透過搜尋多重人格的資料查詢而了解「解離症」這個名詞，在翻閱書籍的過程，我們發現解離症的症狀中的失憶狀況與在一般的遺忘不同，但是在生活中有些人也常常會無意識地失去一段記憶，連身為高中生的我們也不例外。透過對這個現象的好奇讓我們想藉由小論文更深度地討論，是否這個心理疾病—解離症中的失憶部分是人人身上都會發生的嗎？那又是甚麼原因會造成人們有空白記憶呢？

二、文章結構



三、研究目的及方式

我們在眾多書籍中尋找相關議題，看了各個不同的真實案件所編成的書籍，以及一些網路上真實案例去了解解離症是如何形成？我們也好奇是否有人會將部分記憶分裂，而形成了多重人格？

我們好奇究竟失去的記憶去那裡了？在要回答這些問題下，我們想要先知道是否有許多曾失去某段記憶的人？他們對失去某段記憶的想法？因此我們從鏡子裡的陌生人《the strange in the mirror》中設計問卷中摘錄部份問題，做成一份問卷調查，了解是否大家也都曾經發生過類似的事情？藉此一窺此心理症狀的神秘面紗。

貳●正文

一、解離症

〈一〉什麼是解離症？

解離症是一種精神疾病，醫學上給它的定義是：當遭遇壓力或創傷時的一種防衛機制，一般會出現失去記憶或感覺，嚴重一點可能會使自身或周遭的環境無法連接。解離症是滿普遍的一個疾病，這個疾病的產生不單單只發生在遇到創傷或壓力時的人身上，事實上，每個人都擁有該疾病只是分為輕度、中度、重度。解離症的症狀包含像是看書時看得太入迷而忘記時間或者做完簡報後不記得自己是怎麼完成或該說些什麼。然而，我們也不需要覺得這個疾病很可怕，因為有時反而因為這個現象，讓我們在生死關頭逃過一劫呢！

依症狀的不同分成輕微、中度、重度，最嚴重的是「解離症患者」，我們常聽到的多重人格〈DID〉也是解離症中的其中一種疾病。

〈二〉解離症的產生

早在 17 世紀時候，它的根源行為在早期就已經有了，因為生活時代風氣的限制，讓人們總是一直壓抑著自己讓心裡承受了無數的壓力，而在後期更因為過量的壓力而爆發出來。爆發出來就形成了現在這個疾病—解離症。解離症會使人體產生一種特殊的力量「潛抑作用」，這是一種主動的心靈作用，為了保護患者，不讓他們憶起那些無法接受的事件。不管外在或內在的衝擊，可以肯定的是，這些患者承受的壓力已經遠遠超出了他們的負荷，這時透過潛抑作用的幫助，成功的把原先崩潰邊緣的患者，解離成另一個不帶有原先痛苦壓力的人。

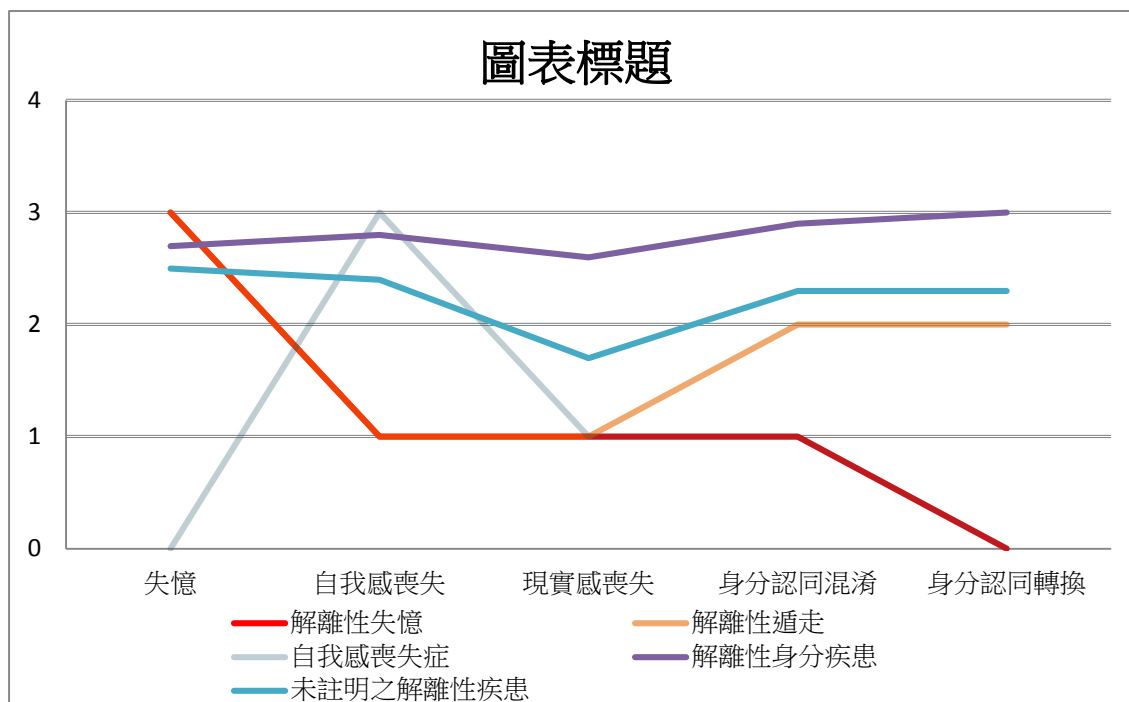
〈三〉解離症的症狀

解離症的症狀其實非常多，大概分為五種主要症狀。

- ◎失憶〈*amnesia*〉：可能因為創傷或壓力，導致某一刻時間的記憶消失，就像記憶出現了斷層，完全不記得自己發生什麼事。
- ◎自我感喪失〈*depersonalization*〉：自身被抽離出來，就像個旁觀者一樣在讓想像出來的人在做事，對自己感到陌生。
- ◎現實感喪失〈*derealization*〉：感覺與周遭世界疏離，原本熟悉的事物都變得很陌生、不真實。
- ◎身份認同混淆〈*identity confusion*〉：對自己感到不認同，覺得不了解自己因而常常困惑我是誰，內心對自我的肯定產生疑惑。

◎身分認同轉變〈identity alteration〉：就是出現身分轉換，行為判若兩人以應付外在需要的性格。

根據五種症狀的嚴重程度來判斷罹患哪種解離症，以下用圖表來呈現



出自於鏡子裡的陌生人《the strange in the mirror》

〈四〉解離性身分障礙症(DID)

正常情況下，人們擁有足夠的精神內涵能量來控制自己的意識，一旦神經系統發生變質，那些功能已不再被意識所知覺，此時一個健全的人格就解離成另一個不被原先人格所察覺的「另一個人」。所產生的另一個人，會擁有與原先不同的人格、記憶、姓名、性格、行為模式.....當產生的人格越多，腦裡的聲音也會跟著人格數量增加而增加，當另一個人格出現時，身體的主人也會因為無意識而失去那時的片段記憶，有時甚至一天身體的主人都會被其他人格所佔據，但是不一定只有壞處，當危急狀況發生時還會被另一個人格所救。

二、人人都存有解離症嗎？為何會失去某段記憶？

失去某段的記憶有幾種可能，有來自外部刺激造成部分失憶、腦傷，有些則是因為心理疾病，或者生活壓力造成解離症疾病使得部分記憶失去，在此我們想要探討非腦傷造成或一般遺忘的失去記憶。

每個人多多少少都會失去一些片段記憶。研究報告指出，並不是每一個承受外在惱人事件或著內在心理壓力的人都「能」造成意識解離，此現象或許與體質有關。最常造成解離症的原因是在七歲前的孩童時代遭受虐待，心理有了創傷而無法適當紓壓時，受害者透過解離把自己受害的片段封閉，放空了意識，使得片段失憶，讓自己不會因為這事件而受到衝擊。

解離症多半來自心理的壓力、焦慮、躁鬱或者是童年的創傷，當解離症狀出現時，患者不論是情感、意識與記憶，甚至行為都會受到干擾，使人們正常的整合系統運作產生突發而暫時性的改變，一個人的認知可能忽然從原先的時空轉移一個不熟悉的時空，其中有一個案例，有個男孩在七歲時因為被母親性暴力而身體受到極大的創傷，身體因而自我防衛解離出新的人格，把原本的所受的創傷給遺忘，漸漸地長大卻不知道自己身體裡面存在著另一個人格，當所存的人格越來越多，也就形成了現在大家常說的多重人格，那是解離症最嚴重的情形，當不屬於原來的人格佔據了身體時會失去意識以及忘記當時所做的任何事，眾多的人格也會相互的出現。更使得腦內出現一大堆不知從哪來的聲音。

現在跟著時代的進步醫療也跟著進步，常常很多人接受醫療的治療，從二十幾個人格，受到藥物控制以及心理諮詢，慢慢的體內人格數就減少了。

三、問卷調查

想更深入了解人們是否也有無意識的部分失憶，因此我們從鏡子裡的陌生人《the strange in the mirror》中設計問卷中摘錄部份問題，做成一份問卷調查，以問卷分析來配合論證，總共發出 100 份有效問卷給高中生(男生 34 人、女生 66 人數)，從問卷結果加以探討此症狀之普遍性。

〈一〉調查結果

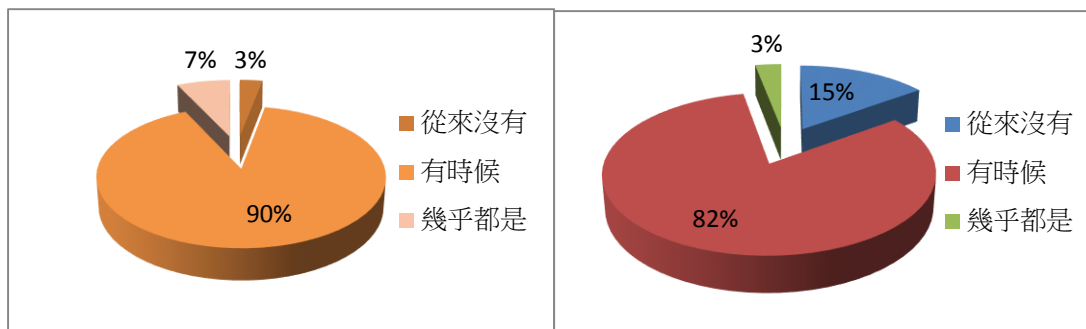
一、我會忘記曾經發生的某些事

將問卷分成男生女生來分析，如附圖所示，女生從來沒有占 3% 有時候占 90% 幾乎都是占 7%，男生從來沒有占 15% 有時候占 82% 幾乎都是占 3%。

女生

男生

解離性失憶普遍性的初步探討

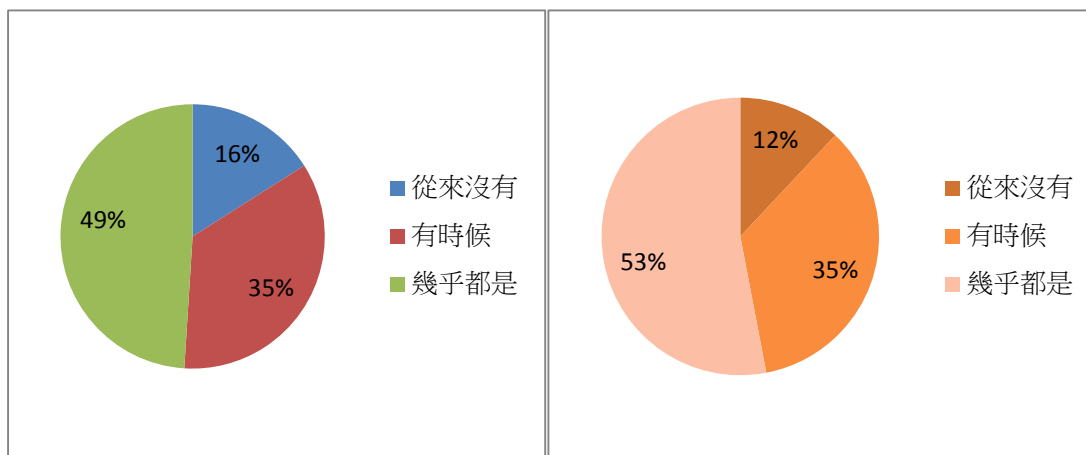


二、我不記得四歲以前的事

將問卷分成男生女生來分析，如附圖所示，女生從來沒有占 16% 有時候占 35% 幾乎都是占 49%，男生從來沒有占 12% 有時候占 35% 幾乎都是占 53%。

女生

男生



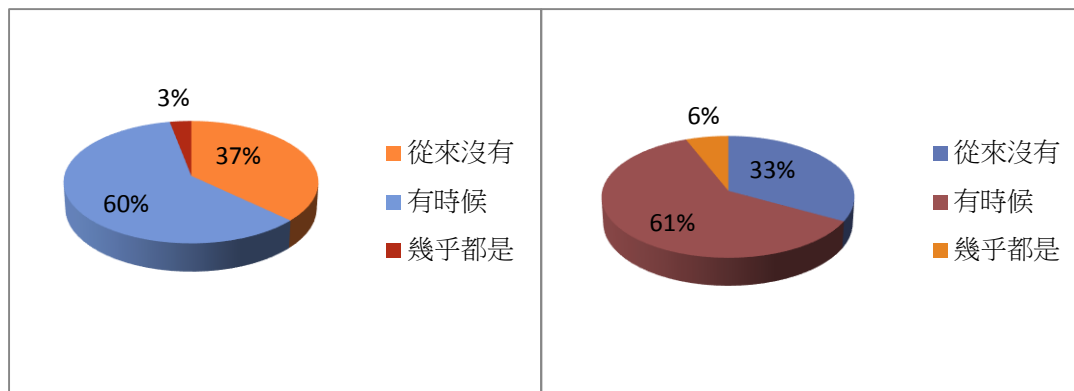
三、感覺失去了幾個小時或幾天的記憶

將問卷分成男生女生來分析，如附圖所示，女生從來沒有占 37% 有時候占 60% 幾乎都是占 3% 男生從來沒有占 33% 有時候占 61% 幾乎都是占 6%。

女生

男生

解離性失憶普遍性的初步探討

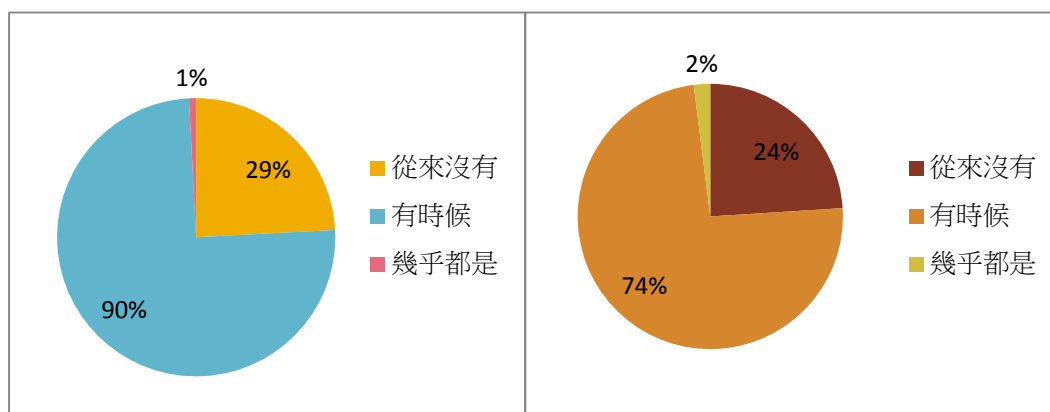


四、我感覺有某些空白記憶

將問卷分成男生女生來分析，如附圖所示，女生從來沒有占 29% 有時候占 90% 幾乎都是占 1% 男生從來沒有占 24% 有時候占 74% 幾乎都是占 2%。

女生

男生



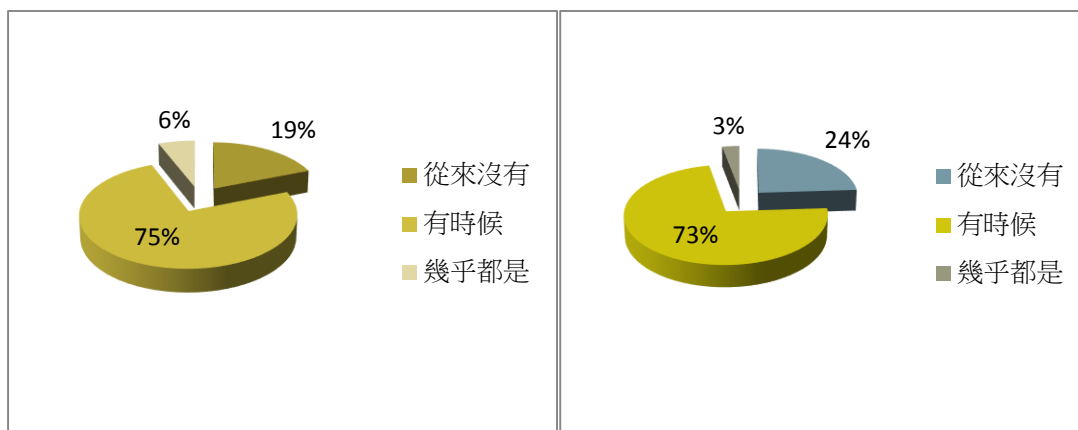
五、我會忘記某些物品如何取得

將問卷分成男生女生來分析，如附圖所示，女生從來沒有占 19% 有時候占 75% 幾乎都是占 6%，男生從來沒有占 24% 有時候占 73% 幾乎都是占 3%。

女生

男生

解離性失憶普遍性的初步探討

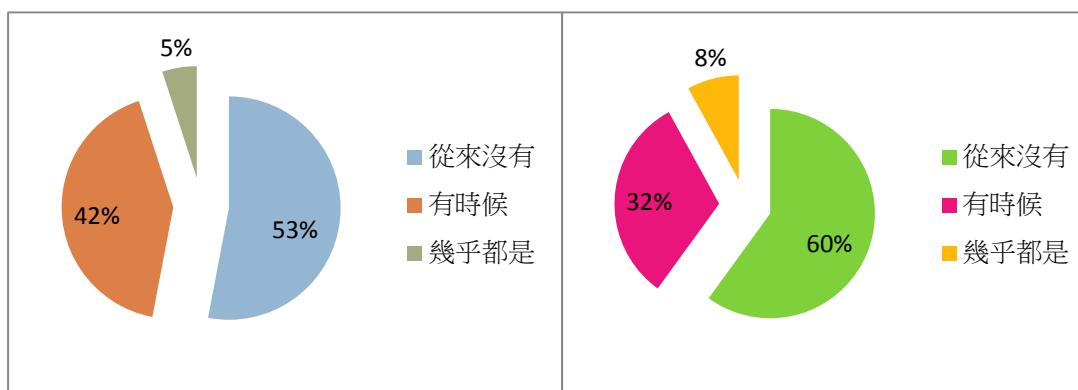


六、我曾身處意想不到的地方或不記得自己如何或為何到達那裡。

將問卷分成男生女生來分析，如附圖所示，女生從來沒有占 53% 有時候占 42% 幾乎都是占 5%，男生從來沒有占 60% 有時候占 32% 幾乎都是占 8%。

女生

男生

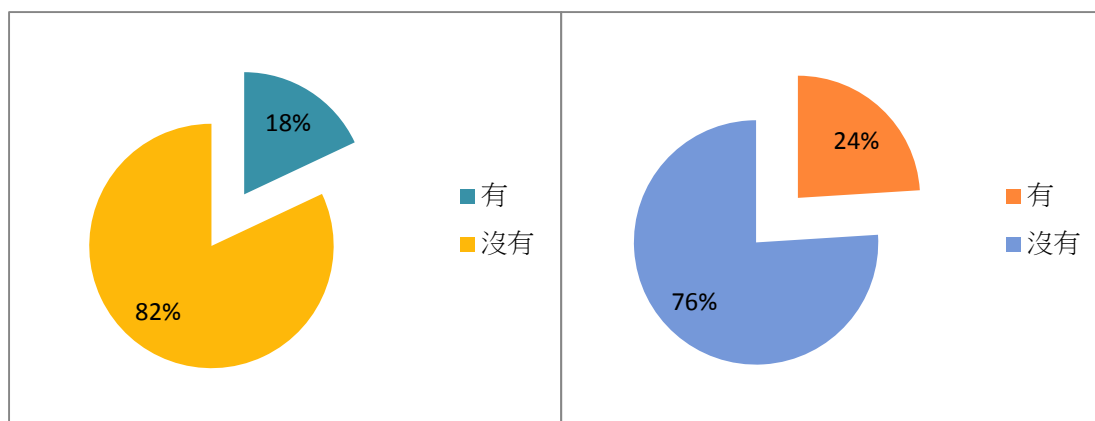


七、是否在遺失的記憶裡頭，前面發生了讓你感到心靈受創的事件？

可能在發生以上遺失的記憶前面可能發生讓人心靈受創的事件，如附圖所示，女生曾經有過占 18% 沒有占 82%，男生曾經有 24% 沒有占 76%。而男生在發生一些解離性失憶的症狀前，曾經發生心靈受創的比例比大部分的女生高達 6%。

女生

男生



參●結論

〈一〉每個人都或多或少有某段記憶喪失的症狀

由以上所調查的問卷結果，人都會有一些記憶片段會喪失，不只有被診斷出有解離症的人才會失去片段記憶，藉由以上的問卷調查，會忘記某些物品怎麼取得，女生有時候占 75%，男有時候占 73%。不記得四歲以前的記憶，女生幾乎都是占 49%，男生幾乎都是占 53%。或是感覺有某段空白記憶，我感覺有某些空白記憶，女生有時候占 90% 男生有時候占 74%。有時候、幾乎都是皆占了一半以上，由此論證了每個人都有潛存一些解離症的症狀，而解離症就像感冒一樣盛行，只是分為輕、中、重度，並且還沒到恰好時機被激發出來。

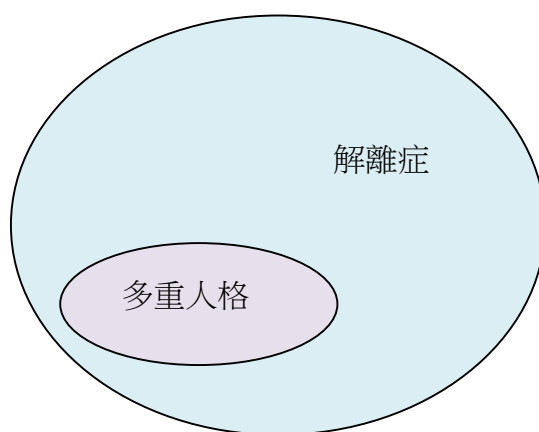
〈二〉如果不是心理壓力造成，人們也會失去某段記憶

人的失憶不僅僅只有心理壓力所造成的，有的時候會因為大腦受到外力的重擊而造成的部分失憶，也就是所謂的「腦傷」，然而心理的壓力也會造成心理的選擇性失憶，而本研究所探討的解離症失憶也是心理壓力造成人們選擇部分性失憶的原因之一。本研究所探討的就屬於此方面。從問卷上出來的數據可見男生有八成的人有時候會忘記曾發生的事而女生更是高達九成，以及像是感覺失去了幾個小時或幾天的記憶，男女也都各自占了六成的比例，在遺失的記憶裡之前曾經歷心靈創傷的男女也都各占一兩成，可能因為心靈的創傷而使得心理壓力太大承受不住所以才壓抑至潛意識，所以連壓力事件本身都遺忘。可能其中還是有一般性遺忘。可能也真的非壓力事件失去記憶，不過記憶到那去了？未來或許可以從這部分再延伸討論。

〈三〉原來多重人格是解離症中的一部分

在沒有了解「解離症」這個名詞之前，大家都幾乎視多重人格這個疾病為一

個包含人格分裂以及人們部分失去記憶的主因，但並不是如此，多重人格在醫學名稱為解離性身分障礙症，是一個精神疾病為解離症的其中一個診斷(如下圖)，也是至近代廣泛被外界關注的疾病，其中也包含解離性失憶症、失自我感障礙症/失現實感障礙症與其他特定的解離症，而多重人格(解離性身分障礙症)是因為心理壓力的壓抑，當人們面對心理的創傷，為了避而不見，透過解離作用而產生出另一個新的人格，但是當解離症為重度的患者則會出現多種人格的人格分裂，就是常常從人們口中所講的「多重人格」。這是我們透過文獻整理的新發現。



肆●引註資料

相關網站

http://www.softmind.com.tw/e_news.php?id=26

書籍

瑪琳·史坦柏格博士(Marlene Steinberg, M.D.), & 瑪辛·史諾(Maxine Schnall) 《鏡子裡的陌生人》張老師文化事業股份有限公司

康麥倫·魏斯特 《第一人稱複數》高寶出版社

康麥倫·魏斯特 《人格的變裂演出》高寶出版社

王溢嘉 《變態心理檔案》野鵝出版社

伍●附錄問卷

您好：

首先非常感謝您參與本問卷的調查，本次的問卷是要調查「解離性失憶」。

「解離是面對壓力或創傷的一種調適機制，特徵是失去記憶、感覺，與自身或周遭環境無法連結。」下面的問題請仔細回答，以方便分辨你的失憶症狀屬於輕微、中度或重度。感謝您的配合。

2015 年 11 月

204 羅安齊 214 陳怡安 214 劉郁玟

性別： 男 女 年齡： _____

	從來沒有	有時候	幾乎都是
1 我會忘記曾經發生的某些事	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 我不記得四歲以前的事	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 感覺失去了幾個小時或幾天的記憶	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 我感覺有某些空白記憶	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 我會忘記某些物品如何取得	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 我曾身處意想不到的地方或不記得自己如何或為何到達那裡	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7 是否在遺失的記憶裡頭，前面發生了讓你感到心靈受創的事件？是 否

出自於鏡子裡的陌生人《the strange in the mirror》p.82