和朋友“交换身体”如何改变自我意识

作者：writer 来源：爱科学

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/10867.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

和朋友“交换身体”如何改变自我意识。 我们对自己是谁的感觉被认为会受到一些事情的影响，比如童年经历、与他人的互动，现在，研究人员说，还有我们的身体。8月26日发表在Cell Press细胞出版社旗下期刊《交叉科学》（iScience）上的一项研究表明，当一对朋友在一种感知幻觉中交换身体时，他们对自己个性的看法与对朋友个性的看法变得更相似。研究结果表明，自我的心理和生理感觉之间的这种密切联系也与记忆等功能有关：当我们精神上的自我概念与身体上的自我不匹配时，记忆就会受损。

当我还是个孩子的时候，我喜欢想象有一天在别人的身体里醒来会是什么样子。论文第一作者、瑞典卡罗林斯卡学院博士后研究员Pawel Tacikowski说，很多孩子可能都有这样的幻想，我猜自己一直都没有摆脱它——我只是把它变成了我的工作。

由Henrik Ehrsson领导的大脑、身体和自我实验室团队给两对朋友配备了护目镜，他们可以从第一人称的角度看到对方身体的实时图像。为了进一步加深这种幻觉，研究人员对两名参与者相应的身体部位同时进行了触摸，这样他们也能感受到自己在眼镜中看到的东西。过了一会儿，这种幻觉大体上起作用了；为了证明这一点，研究人员用一把道具刀威胁了朋友的身体，结果发现参与者耶突然冒起了一身汗，就好像他们就是被威胁的人一样。身体交换已经不再是科幻电影的专有领域了。Tacikowski说。

实验只让参与者感觉自己在别人的身体里醒来了很短的一段时间，但这段时间足以显著地改变他们的自我感知。在交换身体之前，参与者给他们的朋友打分，比如健谈、快乐、独立和自信。与这个基线相比，在交换期间，他们倾向于认为自己与曾经进入对方身体的那个朋友更类似了。

这种错觉也影响了记忆。一个公认的发现是，人们更善于记住与自己有关的事情。所以我们认为，如果我们在幻觉中干扰了一个人的自我表现，通常应该会降低他们的记忆表现。Tacikowski说。

事实确实如此：在记忆测试中，幻觉中的参与者的表现普遍较差。然而，更重要的是，那些能更充分地接受朋友身体的参与者，并显著地调整自己的性格等级以与对朋友的评价相匹配的参与者，比那些感觉与自己身体分离的参与者表现得更好。研究人员说，这可能是因为他们的自我不连贯较少，也就是说他们的心理和身体的自我表现仍然一致。

这些发现在研究自我感丧失和其他精神疾病（如抑郁症）时可能很重要。自我感丧失症是指人们感觉自己的精神状态和身体不一致。我们证明了自我概念有可能很快改变，这给我们带来了一些潜在的有趣的实际影响。Tacikowski说，患有抑郁症的人通常对自己有非常顽固和消极的想法，

这可能会对他们的日常生活造成毁灭性的影响。如果你稍微改变这种错觉，就有可能让这些想法不那么刻板，不那么消极。

不过现在，他想要构建一个更一般的框架，来解释自我感是如何在身体和心理层面上构建起来的。现在，我一直在思考这个行为效应是如何起作用的——大脑的机制是什么。Tacikowski说，然后，我们可以将这个模型用于更具体的临床应用，可能开发出更好的治疗方法。（来源：科学网 唐凤）

相关论文信息：http://dx.doi.org/10.1016/j.isci.2020.101429

作者：Pawel Tacikowski 来源：《交叉科学》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发