

探索自我

08-28

假設每次當你看到有人碰觸另一人時，你也可以感覺到那種觸覺。我們都知道背脊被戳刺的感覺，可是如果是別人被戳刺，你也想要感同身受嗎？對有些人來說，光用眼睛看到動作，就會「身」有同感而跟著有所反應。為什麼會有這種事情發生呢？科學家們開始摸清了這種現象。這背後就是有關神經科學和心理學最想一窺究竟的「自我意識」。

當我們看著自己的身體或是檢視自己的思緒心情，我們知道那就是我們的身體及想法。即使這看來極為理所當然，其實卻是非常了不起的成就！

到底是什麼讓我們知道我們究竟是什麼人物呢？在大腦中有「內側前額皮質區」和「前腦島」專門負責此項任務的兩大區塊。後者似乎就是幫我們辨別他人與自我差別的所在。如果前腦島過於活躍，我們就無法辨視人我之間的差異。少了這層「自我」的概念，世界將會變成我們所無法想像的瘋狂混亂。

內側前額皮質區並不會像大腦中其他部分一般，於思考時變得活躍。它只在我們休息時上線運作。可能的原因之一是，腦筋休息時，我們才能做白日夢、自我反省和在大腦中進行自編、自導、自演的戲碼。

08-29

為了要研究「自我概念」，有兩組人綁了儀器來測量腦中的變化。有一組是足球員，另一組則是演員。這兩組似乎不搭嘎的人員測試中面部表情有所變化時，運算功能強大的電腦發出聲響，產生出一些具有啟發性的結果。

這兩組分別給了一些字句。有一組字是關於足球界中有關力道與熱中運動的用語。另一組則是跟演員相關的表演與戲劇術語。跟足球相關的字眼刺激了足球員中的內側前額皮質區。跟表演相關的字則刺激了演員腦中相同的部位。簡而言之，聽到與自身無關的字眼時，不會刺激內側前額皮質區。他們認為那些字句與「本身」無關。

目前有另一個正在進行的研究，是調查人員追蹤小孩的狀況來瞭解腦中如何形成「自我概念」。當小孩們被問到他們是誰時，原先於大人腦中會進行線上運作的區塊並沒有被啟動。然而，如果問小孩們有關哈利波特時，那個部位就活躍起來。在孩提時代，對某類事物所投入的感情可能比自我意識的形成概念要強大許多。然而，這並非意味著小孩認定他們自己是哈利波特。相反的，這顯示出小孩雖已有建構「自我」的概念，但卻還未完全發展成熟。

科學家已經開始瞭解是什麼讓人有了自我意識。當他們在比對出人們攬鏡自照時所啟動的幾十億種管道時，已經逐漸發現了形成自我意識的因素。