

教育硕士心理学辅导：述情障碍教育硕士考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/644/2021_2022__E6_95_99_E8_82_B2_E7_A1_95_E5_c76_644057.htm 童年让他们变成"木头人" 他们不知道什么是快乐，感受不到悲伤，而且也很少发怒。这种奇怪的现象越来越困扰心理学家们。按照最近估计，大约每七个人之中就会有一个遭此不幸。"让我怎么形容呢？我就感觉，好像我的胃里面有一块石头。头又一直很疼。"当彼得回忆起一次和父亲的激烈冲突时，这样解释自己的感受。"你想想看，他是不是故意想要伤害你呢？你是不是对他很生气？"一个心理治疗师这样问他。彼得皱着眉头说："我不知道。你又是怎样理解'生气'的呢？"他说不出自己的感觉。最近几周来，彼得一直在接受这样的心理治疗。他必须学会对别人来说理所当然的事：知道自己的感觉。当彼得谈起自己早逝的母亲时，听不见他说出诸如"悲伤"之类的词语。可是彼得在尴尬的时候也会表现出常人的特征：脸红、口吃、冒冷汗。但是当别人问他有何感觉时，他自己也解释不清。他就是不能用语言表达自己的感情。据最近的估计，每七个人中就有一个符合这种被称为"述情障碍"的心理疾病标准。男性患这种疾病的可能高于人群中的平均水平。他们显得无动于衷、封闭或者无情。同时，很多患者还担心自己的健康：当他们的内心突然剧烈怦怦乱跳，胃又开始疼，他们会问自己，到底是哪里不对劲。毫不奇怪，因为他们对自己身体上这些反应的起因--感受--毫不知其然。只会有眼泪而不是话语。让彼得最痛苦的是：他和其他人的关系永远是黯淡的。对他来说，和别人建立友谊是可望不可即的事。只要他和别

人的对话一涉及到爱好、热情或者不信任，他就不知所措。只有在很少的时候，当他再也承受不了内心的紧张时，他会突然泪流不止，要么就是怒不可遏了。此时，别人才明白，原来在彼得的内心早已有有什么积蓄已久。研究人脑的科学家前几年才开始从事对这个现象的研究：我们的情感来自于大脑深处的额叶部位。为了感知感觉，大脑的前皮层必须先分析一下从额叶部位传送过来的信息。法国巴黎Mutualiste Montsouris研究所的一个科研小组发现，在"述情障碍"患者身上，上述两个区域互相交流信息很不充分。他们猜测，可能就是因为这个原因，他们不能说出自己的感觉。至于引起"述情障碍"的因素，则可能早在患者的童年时期就进城埋下了祸根。婴儿还不能把自己的情感和例如"害怕"或者"高兴"这些概念联系起来，他们首先只能从身体上感觉到这些。为感觉起一个名字在婴儿的这个学习过程中，相关的人会起到决定性的作用。妈妈会问孩子："你高兴么？"也会安慰说："不要难过……"或者责骂："不要这么恼怒！"这样妈妈就为情感各起了一个名字，孩子以后也会更容易地区分情感。对巴黎Mutualiste Montsouris研究所的心理医生Maurice Corcos而言，母亲和孩子间的早期交流对"情感数据库"的建立有举足轻重的作用。在"情感数据库"里，每一个感受都会和相应的感觉描述存放在一起。如果孩子的父母也患有"述情障碍"、抑郁症或者性格反复无常，就会有一种危险：父母为孩子情感做的解释少得可怜。然后孩子就缺乏必要的词汇描述自己的感受。直到他们成年以后，他们还会像小孩那样，只会依靠身体感受，却不能够亲口说出自己的感受。学习情感重塑大脑 小孩的大脑里有很多剩余的神经键。神经键使得神经细胞

之间互相传递信息。我们从小时候学会建立一个情感的"抽屉"，把情感概念和身体感受联系起来，大脑脑回扣带回部位里的神经键就会加强。而没有用到的神经键就逐渐被消除。最后留下的只有不断被激活的神经键。脑回扣带回部位起到了在额叶部位和前大脑皮层之间的"桥梁"作用。通过"玩情感"治疗除此以外，"述情障碍"患者比一般人更容易染上毒瘾。一些如可卡因那样的毒品能引起强烈的感觉--也许是因为它把大脑额叶部位和前皮层的联系加强得太极端了，所以就连"述情障碍"患者也能感受到情感的充足。怎么帮助这些患者呢？寻常心理治疗手段对此无能为力，因为它们正需要治疗师和患者之间用语言交流思想和情感。如果患者本人都不能理解自己的感受，心理治疗师能做什么呢？长期以来"述情障碍"是不治之症。如今，各种不同形式的小组治疗成为了最有效的治疗方法之一。举例来说，患者可以练习用手势表演自己的情感。开始时，患者甚至要用某些夸张得引人侧目的动作。当他们生气时，紧缩脸上的肌肉，把两手捏紧成拳头。通过一段时间的练习，患者能够把越来越多的感受和相应的手势固定在一起。如果把健康的人和"述情障碍"患者组合在一起，让健康人在典型情况下描述自己的感觉，也是有效的一种疗法。从健康人身上，患者能学到一些身体感受背后的东西。如果把感受和颜色或者风景联系在一起，也能帮助患者学会表达自己的感觉。过程就像认葡萄对"述情障碍"的研究表明，在一个人小时候，它必须学会会有意识地体验感觉。我们可以用如何学会辨别葡萄来说明这个过程。对一个门外汉来说，用来形容葡萄的专业词汇是完全没有任何意义的。但是只要他慢慢学，把一个个描述葡萄不同特征的专业词汇

和对应的图片联系在一起，谁都能发现其中的奥妙了。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

www.100test.com