

篇名：

淺談多重人格

作者：

古庭瑜。私立曉明女中。高二戊班

壹●前言

先前閱讀過一些有關多重人格的報導與書籍，也聽說過一些實際的案例，因此對這項疾病產生許多的懷疑與好奇。如同一般人第一次聽到多重人格的反應：「是否在裝病？他是個極好的演員？」亦或者平時我們在做決定前，腦中也會浮現出許多個想法，這些想法可能是相似的，也可能是對立的，此時不禁懷疑自己是否也是多重人格患者？抱著這些疑問，更進一步對多重人格的探索。首先，了解解離症與多重人格的關係和定義。其次，探討多重人格可能好發的原因和年齡。接著，說明多重人格障礙的病人常有的特點。再來，介紹多重人格常伴隨的精神疾病。最後，提出現今醫界較常用的預防措施和治療方式。

貳●正文

一、何謂「解離症」與「多重人格」

『簡單的說解離症主要是意識、記憶、身份、或對環境的正常整合功能遭到破壞，因而對生活造成困擾，而這些症狀卻又無法以生理的因素來說明。這一類的個案通常無法維持一個完整且一致的自我，常常不知道自己是誰，或經驗到有很多的『我』。目前認為『解離』是對『創傷』的一種自我防衛機制，可以幫助患者『離開』所受的創傷，也可以『減緩』該創傷進入他們的生命中。』（註一）然而美國精神醫學會的診斷手冊第四版，將解離症分為四大類，其中「多重人格違常」便屬裡面的解離性人格疾患（Dissociative Identity Disorder，簡稱 DID）。

『每個人都有人格。人格，是人對於外在人事物的刺激所做出來的反應。透過人格特質，才能讓別人理解自己，也同時自我人格認定。一個人並非只有一種「人格」。他可能由各占不同比例的「討好型人格」、「憂鬱型人格」、「情緒化人格」或其他組合而成。然而這不是所謂的「多重人格」。多重人格，是每一種人格特徵百分之百都很強烈很明顯：在某些時候，是完全某一種人格，在其他時候，又轉變成百分之百另外一種人格。一般人的「人格」會在不同時間、場合與心情出現不同的人格表現。不同的人格比重對應著不同的人格特質。很多人錯誤地以為自己是「多重人格」。而「多重人格」是不同的百分之百人格所表現出來的不同的年齡、性別、生理現象、思考模式及行為等，但不會有幻聽（幻視）或妄想症。就像許多不同的人存在於一個身體裏面，而且擁有各自百分之百不同的人格。』（註二）

二、「多重人格」好發原因

『精神醫學界主要有兩套理論對俗稱「多重人格」的解離性身分疾患提出說明』

(註三)

1、長期積壓的情緒

『童年期所受的身心創傷導致患者會逃避到另一個心智狀態中，形成意識區隔的心理現象 (mental compartment)，因此是種防衛機轉的心理表現形式。』(註四)
此種『多重人格障礙症九成以上為女性，常見於青春期末期及成年早期，約八成的病人在孩童時期曾有被身體虐待或性虐待的經驗，或在幼年期經歷至親好友的死亡。』(註五)

2、社會情境的誘發

『由於這類疾病的發現及報導引起愈來愈多的關注，臨床上出現的機率也愈來愈高，然而在歐美各國臨床案例數飆高的同時，其他各國的統計數字卻並未出現相當程度的增減；因此，「多重人格」案例的層出不窮，其實是受到社會情境誘發催化的現象。』(註六)

三、多重人格障礙的病人常有的特點

- 『1.不同的國外研究顯示，全人口中約有 1.3 至 3.8%的人罹患多重人格障礙，其中又以女性病人較多，男女比例在 1：5 至 1：9 之間。
- 2.病人出現的不同的人格可以是不同年齡層或不同性別的，而且每一種人格都可以獨立地與他人相處、或有自己的思考模式。
- 3.這些人格中，有一些人格知道其他人格的存在，有些則否；此外，至少有一、二個人格能夠出面統合整個人的行為。
- 4.不同人格之間的變換過程通常是突然且戲劇化的，再好的演員恐怕也難模仿得唯妙唯肖，也因此病人常被誤以為是在裝病。
- 5.病人常有失憶症的現象，或者是感到時間過得很快，或是不記得曾經做過的事。
- 6.病人受暗示傾向很高，很容易被催眠，因此在臨床上，常利用這個特質來召喚其他不同的人格。
- 7.初步檢查時，幾乎找不到什麼異樣的地方，包括前面提到的失憶現象；單次的檢查通常是無法找出病人的異狀，必須透過長時間的觀察才能察覺病人精神上的病症。
- 8.國外的文獻研究指出，有高達 80%的病人在孩童期曾有過被虐待的經驗，包括身體虐待和性虐待。
- 9.多重人格障礙通常會是漫長或一輩子的病程。
- 10.最理想的治療方式是重整病人的整個人格結構，比如讓他們擺脫孩童期被虐

待經驗的陰影，讓他們學會用成熟的方式去面對壓力，不要遁入較不成熟的人格特質或行爲模式中。這樣的治療過程，通常是充滿艱辛、挫折，需要無止境的包容、關懷與耐心，以及高度的心理治療技巧。』（註七）

四、常伴隨的精神疾病

『多重人格障礙症常與一些精神疾病共存，包含：焦慮性疾患、情感性疾患、擬身體障礙症、性功能障礙、物質關聯疾患、飲食或睡眠疾患、創傷後壓力症候群等，不同的人格亦可能罹患不同精神疾病。約 2/3 的個案於其病程中曾嘗試自殺。』（註八）

五、預防、治療、復健與追蹤

1、預防

『前面提到，許多多重人格障礙的病人在孩童期有相當嚴重的創傷性經驗，而近來台灣地區受虐兒童的案例也似乎愈來愈多，為預防多重人格障礙或其他深受家庭因素影響的精神疾病，推行一套妥善規劃的親職教育，甚至兩性關係教育是刻不容緩的。』（註九）

2、治療

A、『首先要安排病人接受全套的臨床檢查，以確定病人的病狀，若確定是多重人格障礙，除了一些治標性的治療，如給予些精神作用藥物，以緩和其情緒外，還要安排病人接受以重建人格為目標的心理治療，並確定病人能夠依既定計劃接受治療。除此之外，還要對病人的家庭進行評估，倘若也有一些問題式病態，就需要安排適當的治療，如家族治療等，一起矯正問題的根源，免得家庭問題干擾病人的治療而功虧一簣。』（註十）

B、『對大多數臨床工作人員來說，多重人格障礙的治療最常採用是三階段模式：

a、第一階段

目標在穩定症狀 (symptom stabilization)，主要的治療焦點在維護安全、保持穩定，與對核心或其他並存症狀的對症治療。

b、第二階段

目標在喚起創傷性記憶 (attention to traumatic memory)，讓病人能夠逐漸瞭解自己罹病的原因，將被潛抑的記憶逐漸找回來。

c、第三階段

目標則在整合 (integration) 或重整 (reintegration) 病人的生命歷程，讓病人能夠不再依附於過去的創傷與受害 (traumatization and victimization) 模式，而學得新的適應人生的方式。』(註十一)

C、『對於任何一位多重人格病患的治療，主治醫師必須是心理健康方面的專家，而且最好是能符合下述各項條件的精神科醫生：

- 第一：他（或她）必須接受病患有此病症的事實，絕不可由不相信的人來負責。
- 第二：如果精神科醫師本人並無經驗，但只要願意的話，可以在另一位有經驗的醫師襄助下治療病患。
- 第三：他必須有催眠技巧，作為治療方法的一種輔助，雖然不是必要的，但最好能夠具備。
- 第四：他必須讀過許多有關此項病症主題的文獻書籍，同時還必須不斷進修。
- 第五：他必須要有幾乎無休止的耐心，忍耐以及執著，治療此類病患需花很長的時間、耗費體力而且困難度極高。』(註十二)

3、復健與追蹤

『當病人的人格重整後，還要持續輔導病人重新學習成年期的人際應對、社交技巧與謀生方式，讓病人能有足夠的技能去面對自己的人生。最後，還要安排定期或不定期的追蹤，以期當病人面臨過度的壓力或挫折時，能夠適時伸出援手，避免病人又重陷舊疾。』(註十三)

參●結論

經過這次的淺層探討，使我對「多重人格」這項疾病有更進一步的了解，同時也替一直以來存在的錯誤觀念做了修正。以前對多重人格患者多少抱著一些懷疑的眼光，認為他們是「蓄意」逃避痛苦和責任而衍伸出的裝病行為，但資料告訴我們，就算是在好的演員也難洋裝出多個具有一定的完整性，有獨特記憶、行為模式與社會關係的人格。所以當我們面對多重人格患者時，必須了解他們是痛苦的，盡量不帶過度「懷疑」的眼光來質疑，「信任」對他們來說或許是療程中最需要的一環。話說預防勝於治療，所以多關心週遭的人，傾聽他們心中的話，避免陰霾長期累積、滋長最後吞噬靈魂而成為下一個多重人格受害者。

肆●引註資料

註一、美麗境界。http://www.nu-vista.com/tbm/faq03_dissoicative.htm。(檢索日期 2008/08/29)

註二、陳長書。「多重人格」的另一面。新紀元周刊。第 66 期。頁 43。

註三、鍾國軒。變臉探針多重人格—別說我裝病。張老師月刊。第 352 期。頁 97。

註四、同註三。

註五、春暉醫星球。
http://www.doctors.com.tw/top/theme.asp?f_kind=pres&idno=940609001。(檢索日期 2008/08/29)

註六、鍾國軒。變臉探針多重人格—別說我裝病。張老師月刊。第 352 期。頁 98。

註七、周勵志。變臉探針多重人格—「神奇城堡」中多變的魔術方塊。張老師月刊。第 350 期。頁 100。

註八、同註五。

註九、周勵志。變臉探針多重人格—「神奇城堡」中多變的魔術方塊。張老師月刊。第 350 期。頁 101。

註十、同註九。

註十一、周勵志。變臉探針多重人格—「神奇城堡」中多變的魔術方塊。張老師月刊。第 350 期。頁 100-101。

註十二、丹尼爾·凱斯。24 個比利。(台北市：小知堂，民 83)。頁 535-536。

註十三、周勵志。變臉探針多重人格—「神奇城堡」中多變的魔術方塊。張老師月刊。第 350 期。頁 102。