



## Déjà vu真的能夠預測未來嗎？

記者 李育陞 報導

2020/05/10

大家應該都有過一種經驗，明明從來沒有到過一個地方，卻對那個地方的景象感到非常熟悉。或是眼前正在發生某種事件，而你卻覺得自己曾經經歷過相同的狀況。這種感覺或經歷我們稱之為既視感，又被稱為「Déjà vu」。

有些人在體驗到既視感時，甚至會認為自己在當下的情境中能夠預測未來。比如說有一個人走在路上，突然覺得眼前的景象非常熟悉，無論是眼前的其他行人或是路邊的擺設，都令他感到自己曾經經歷過這樣一段路程。這時他突然有個直覺（亦或是說既視感的印象），認為前方的行人會在下個路口右轉，而那個行人還真的這麼做了！

那在這個時候，他的既視感是否真正的是在預測未來呢？

### 科學上的既視感

Déjà vu一詞是由法國心理學家艾米利波拉克（Émile Boirac）於1876年所創造的，其法語的原意為「曾經來過」。而世界上對於Déjà vu的公認解釋則為美國的醫學博士維農內普（Vernon M. Neppe）於1983年在研究中提出，他將既視感定義為「因為不確定的以往經歷，導致對當前發生的經歷產生的主觀、不恰當的熟悉印象。」

根據哥倫比亞大學精神病學教授艾倫布朗（Alan Brown）於2004年出版的《既視感體驗》（The Déjà vu Experience）表示，經歷過既視感的人大約佔了30%到100%不等。會出現級距如此大的範圍，原因在於觀察者很難判定受測者是否真的曾發生過既視感，受測者很有可能下意識想幫助實驗進行而提取錯誤的回憶。

在20世紀初，佛洛伊德（Sigmund Freud）曾將既視感定義為純粹的心理問題，他認為既視感是被壓抑過後的幻想，雖然此一說法有一定的道理，但卻使既視感顯得更加的神祕以及難以捉摸。目前現代的科學上，對於既視感的研究多為探討其與記憶的關係，研究者多半認為此一狀況是源自於神經系統的錯誤反應而

導致。



產生既視感時總是會使人疑惑，明明從未到過的地方卻令人感到很熟悉。  
( 圖片來源 / [pexel](#) )

## 既視感所造成的預知未來？

科羅拉多州立大學的記憶研究員安妮克蕾理 ( Anne Cleary ) 在2019年7月發表的論文《既視感和預測性偏誤》 ( A postdictive bias associated with Déjà vu ) 中，探討了既視感跟預測性之間的關係。

他們在過去所做過的實驗結果中發現到，產生既視感的人會存在相當強烈的預測偏見，以白話文來說便是「這些人會極度自信的認為自己知道接下來會發生什麼事。」然而在實際的實驗中，他們並不完全真的能夠預知到未來所發生的事件，這個強烈的預知感終究只是一種感覺，甚至可以說是幻覺。

「然而，如果說這些預知僅僅只是一種感覺，為什麼它能夠帶給受試者如此大的信心去相信這件事呢？」安妮克蕾理與他的團隊對此產生好奇，並且試圖以認知偏誤的角度去解釋這樣的狀況。

## 實驗方式與結果

安妮克蕾理與他的團隊設計了一個實驗，他們利用《模擬市民》 ( The Sims ) 遊戲做為場景錄製了一系列的影片，影片內容為一連串遊戲中室內室外的虛擬導覽，試圖為受試者打造沉浸式的體驗環境。

他們先讓受測者觀賞第一部影片，該片為多個片段拼接而成的21分鐘《模擬市民》場景導覽。再來，他們讓受測者觀察第二部影片，此影片由62個與第一部影片毫無相關性不同的片段所組成，並且在內容中隨機平均分配需要右轉或是左轉的情況。



模擬市民遊戲畫面。(圖片來源 / EA)

在他們的實驗中，既視感的定義為「在確定面對的是全新狀況的情況下，感覺曾經到過某處或做過某件事，卻無法查明該感覺的來源。」為了使兩部影片之間有一定的相似性，影片中的場景皆於《模擬市民》中的引擎搭建。他們藉由前後兩部相似但不相同的場景影片，試圖創造受測者的既視感。

在實驗中，他們會在每個影片片段詢問受試者對於該場景的熟悉程度，並且詢問他們是否有感覺到自己有接下來會右轉還是左轉的預感。在轉彎後，他們會再請受試者以1~10分為場景的展開是否如同他們所預期進行評分。

實驗的結果顯示，他們發現當受測者對於某個場景的熟悉度越高，他們就會更具備預測的感覺。意思就是，當既視感的情況發生時，受測者就會容易出現「我知道接下來會發生什麼事」的感覺。然而這些預測都並非為現實，因為轉彎的方式是隨機產生的，實驗結果也證實了即使受測者的預感非常強烈，他們也沒辦法真正的做到預知未來。

另外，既視感帶給人的強烈熟悉感不只給予人強烈的預感，還給予受測者強烈的「後見之明」。也就是說，實驗中受試者獲得的那份預測正確感並不來自於真實，而是源自於所謂的「後見之明偏誤」，也是我們俗稱的「事後諸葛」。

最後安妮克蕾理與他的團隊於論文中做出結論，他們認為既視感所伴隨的高度熟悉也導致了預測偏見。安妮克蕾理說：「如果整個場景在發展過程中，讓受試者感到非常熟悉，那這種感覺可能會與我們的預期一致。受試者會因此感覺自己好像

感到非常熟悉，那這種感覺可能曾欺騙我們的八腦。安訊有曾因此感覺自己好像一直都知道它將如何進行，即使事實並非如此。」

## 其實既視感並沒有既視

由《既視感和預測性偏誤》中我們能得知，處於既視感狀態的我們即使感到能夠預知未來，那種感覺也並不是現實。現代的研究多認為我們所產生的既視感，是由於海馬迴中的神經傳遞發生錯誤而產生的現象。因此假如你在某天突然覺得周圍的場景既視感很重，突然有大樂透頭彩號碼的預感，還是建議不要抱持太大的希望，因為其實是大腦在欺騙你！

關鍵字：既視感、Déjà vu、預知未來、後見之明、預測偏誤

縮圖來源：[pexel](#)



記者 李育陞



編輯 王乃安