

MiaoWu

十一种心碎

最近，我看了一本书叫《十一种心碎》，书名听上去很浪漫，其实原标题叫《同理心测试》。

作者叫莱斯莉·贾米森，她曾经当过一阵“医学演员”，按小时收费。所谓“医学演员”，正式称呼是“标准病人”，按照给定的病例标准来表演所患的疾病，比如哮喘、阑尾炎等等，给定的剧本有10页左右，指导你按照什么样的方式来表演病痛，剧本很细致，深入到角色的生活细节：孩子的年龄、父母的病史、你爱人的工作状况、你自己喝多少酒等等。表演是给医学院的学生做测试用的，学生到考试的时候，要诊断三四个演员演的各种病例。15分钟的“诊断”结束，学生离开诊室，“医学演员”会给学生的表现打分，首先是客观地核对清单，“医生”得到了哪些关键信息？漏掉了哪些？其次是主观感受，很重要的一项是“他/她的境遇或者问题，是否怀有同理心？”，学生要想拿到这个分数，不能只是出于礼貌的同情，他必须表现出一定的“同理心”。

和莱斯莉·贾米森一起工作的人，有退休老者，有戏剧专业的学生，他们演出人间百态——韧带撕裂的运动员、染上了毒瘾的职业经理人、患有性病的老太太等等。学生跟他们接触时，总是要建立“目光接触”，看着病人，才能表现出“我们在关心病人”，他们会提问，问出来的关键信息越多，得分就越多。在“同理心”这部分，学生要做到的：一是在多大程度上能想象病人的过往经历；二是提出恰当的问题，揭示暗藏的困顿之处。就同理心而言，询问和想象一样重要。同理心要求你始终意识到你能了解的东西永远只是一个人的经历中的一小部分，这是一个无止境的探索。

同理心，这个词也可以翻译成“共情能力”。医生显然需要有一定的同理心，那么还有哪些专

业人士应该具备较高的共情能力呢？保险推销员？广告销售？记者和作家？律师？有些职业肯定需要更强的共情能力，但同理心人人皆有。我们有时候聊八卦，讨论明星离婚时的财产分割，有时议论某一起凶杀案，揣度犯罪者的心理，这都是在进行自己的“同理心测试”。贾米森把自己做“医学演员”的经历写下来，就成了这本书中的第一篇文章“同理心测试”。

书中其他文章，也都围绕着同理心展开。莱斯莉·贾米森曾经在南美旅行，旅行途中遇到抢劫，面部被打了一拳，这一拳让她做了整形手术，为什么南美人不喜欢美国游客？把这个问题放大一点儿，当地人喜欢游客吗？游客能感受到当地人的态度吗？再比如，我们有时会看一些表现真实痛苦的电视节目，这就涉及一个哲学概念叫“负痛苦”——如果一个人能在安全的环境下，与恐惧保持距离的情况下感受到恐惧，那么这种感受会产生愉悦。

有时候，我们的窥探欲是为了获得“负痛苦”。再比如说，为什么有些人会多愁善感呢？多愁善感可能是一种自我扰乱，是一种“对纯真的虚构”，你在幻想纯真的同时，也幻想与之相对的邪恶，这些幻想能抑制你本能中的厌世感。多愁善感还可能是一种自省。贾米森这11篇文章，有采访，有偏理论的讨论，主题都是同理心。

其中有篇文章谈论诗歌和文学中的一些女性形象，但读者肯定会想到：男性是不是很难理解女性特有的痛苦表达方式？男性是不是缺乏针对女人的“同理心”？受折磨的女人是在扮演受害者？是她们选择了软弱？“受伤的女人”成为一种刻板印象之后，我们就可以不去倾听了？在这个自恋者越来越多的世界上，同理心恐怕会成为一种稀有的品质。☞



苗 炜

专栏作家

Columnist

读书, 写字, 旅游, 锻炼

作者叫莱斯莉·贾米森，她曾经当过一阵“医学演员”，按小时收费。