

怎样成功抵御诱惑？大脑特定区域发挥作用

当你决定节省开支不去商场“血拼”时，或是选择去健身房锻炼而非躺在沙发上消磨时间时，你是否为自己成功抵御诱惑而充满成就感？

美国研究人员在3月28日出版的英国《自然—神经科学》(*Nature Neuroscience*)上发表论文说，人在面临选择时，大脑特定区域发挥作用，促使人们抵御诱惑，着眼长远利益。

激大脑

哥伦比亚大学研究人员征集52名20岁左右男性为研究对象，进行大脑刺激试验，旨在了解大脑如何决定抵御诱惑。

研究人员将研究对象分为3组，通过“经颅磁刺激术”(TMS)分别对第一、第二组研究对象大脑左侧或右侧前额叶皮质进行短磁脉冲刺激，对第三组则进行“假刺激”，并未发出真正磁脉冲。

试验中，磁脉冲并非直接接触大脑，而是通过研究对象头戴的线圈装置发出，且只具暂时效果，因此不会对大脑造成伤害。

试验后，研究对象需回答一些涉及选择的问题，譬如“你愿意今天得到20美元还是两周后得到30美元”等。

结果显示，比起其他两组研究对象，大脑左侧前额叶皮质受到刺激的一组研究对象往往选择即时利益。然而，若选项均设定在未来，如“你愿意在两周后得到20美元还是4周后得到30美元”，则各组研究对象的选择无明显差别。

析结果

研究人员认为，大脑左侧前额叶皮质遭到伤害的人往往选择眼前有限利益，而非日后收获更多利益。研究结果解释了为何儿童、少年及部分青年人往往行事冲动，易受诱惑。

美国趣味科学网站28日援引研究人员之一贝恩德·菲格纳的话报道：“大脑侧面的前额叶皮质是大脑中最晚发育成熟的部分，一般在青春期后期成熟，有的甚至在成年初期才发育完全。”

菲格纳说，研究也有助于解释为何青少年延迟满足能力较差。

“延迟满足”这一概念由美国斯坦福大学心理学家沃尔特·米舍尔通过著名的“果汁软糖实验”提出，即能够坚持等待就是能够延迟满足。具有延迟满足能力的孩子成年后更易获得成功。

助理性

美国西北大学先前研究显示，人们比自己想象中更难抗拒诱惑。

这项新研究结果或有助研究人员进一步了解滥用药物、赌博成瘾等精神疾病的成因。先前研究发现，酗酒和赌博成瘾的患者在治疗时往往存在抗药性。

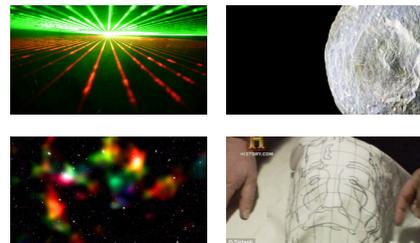
菲格纳说，一旦研究人员了解大脑在自我控制方面的工作原理，或可开发新方法，对大脑实施干预，帮助人们考虑长远利益，作出理性选择。

相关新闻

相关论文

- 1 引进海外高层次人才：百万安家费诱惑有多大
- 2 《心理学》：人类在诱惑面前很脆弱
- 3 北京中高级人才招聘会举行 40万高薪诱惑求职者
- 4 杨振宁朱经武首度交锋 对谈“物理学的诱惑”
- 5 杨振宁向中科院学子讲授“物理学的诱惑”
- 6 杨涛：诱惑村民猎杀熊猫 警方线人界在何处
- 7 熊丙奇：中国大学校长任期为何短 利益权力与诱惑

图片新闻


[>>更多](#)

一周新闻排行

一周新闻评论排行

- 1 史上最牛连环抄袭门：一篇论文遭16个单位25人6轮抄袭
- 2 俄罗斯天才数学家佩雷尔曼拒领百万千禧年数学大奖
- 3 清华大学教授论文被指多处抄袭 希望学术界澄清
- 4 一位研究生父亲的疑虑：是谁绞杀了青年学子心头的崇高
- 5 井冈山大学再成撤稿风波主角 丑闻波及生科院院长
- 6 中青报：是什么让揭开地沟油“盖子”的教授改口
- 7 中国学生论文研究瘫痪美国电网 引发美国警觉
- 8 中国政法大学教师萧瀚“被停课”引发学术自由讨论风波
- 9 800余名校博士硕士争抢9个学生辅导员岗位
- 10 评论：中国需要什么样的大学

[更多>>](#)

编辑部推荐博文

- 欢迎参加CN域名杯第二届全国青年科学博客大赛
- 学术期刊有权不接收已经在网上发表的投稿吗？
- 生物技术最怕什么？
- 信息安全技术要讲究有效性（100331）
- 好莱坞强大的原因之一
- 人才如水滴

[更多>>](#)

不过菲格纳补充说，还有必要对其他年龄段对象进行进一步研究。

[更多阅读](#)

[美国趣味科学网站相关报道（英文）](#)

[无法抗拒美食并非借口 垃圾食品成瘾症或确实存在](#)

特别声明：本文转载仅仅是出于传播信息的需要，并不意味着代表本网站观点或证实其内容的真实性；如其他媒体、网站或个人从本网站转载使用，须保留本网站注明的“来源”，并自负版权等法律责任；作者如果不希望被转载或者联系转载稿费等事宜，请与我们接洽。

论坛推荐

- [第二届CN域名杯全国青年科学博客大赛开始报名](#)
- [国家自然科学基金标书（NSFC）写作全攻略](#)
- [博士毕业后从事科研工作的个人体会（科研思路和发表文章）](#)
- [宇宙的起源 布赖顿](#)
- [分享高效人士的7个好习惯](#)
- [硕博学位论文手到擒来](#)

[更多>>](#)

[打印](#) [发E-mail给:](#)



以下评论只代表网友个人观点，不代表科学网观点。

2010-3-31 10:25:18 匿名 IP:218.21.242.*

贪官污吏，社会垃圾，都是天生的

[\[回复\]](#)

2010-3-30 20:42:09 匿名 IP:202.117.14.*

有点意思，和去年中科院蒋田仔老师他们做的差不多……

[\[回复\]](#)

[查看所有评论](#)

读后感言:

验证码: