

## 睡眠剝奪對情緒記憶與情緒反應之影響

<sup>1</sup>高雄醫學大學附設醫院精神科、<sup>2</sup>高雄醫學大學心理學系

蔣馨怡<sup>1\*</sup>、蔡宇哲<sup>2</sup>

**研究目的：**睡眠不足會影響情緒記憶與情緒反應，但對情緒刺激的記憶與評估可能會受先前或當下的感受所影響，即：情境效果(context effect)。過去相關研究常以隨機順序的方法來呈現情緒圖片，但此可能無法排除情境效果產生的混淆變項。本研究透過控制前張情緒圖片，以探討睡眠剝奪對情緒記憶與反應之影響。

**研究方法：**本研究採混合設計，將 37 位健康成年人隨機分派至睡眠正常組(n=18)或睡眠剝奪組(n=19)。正式實驗前，參與者先維持約一週正常作息，分別在一晚睡眠正常或剝奪後，於隔天早上進行情緒圖片評估與記憶再認作業。本研究從國際情緒圖片系統(International Affective Picture System, IAPS)中，挑選各 48 張的負向、中性和正向圖片，分別做為目標前(pre-target)圖片或目標(target)圖片，共產生 9 種配對。以目標前圖片為情緒情境，並以自我評量人偶(Self-Assessment Manikin, SAM)，對目標圖片進行正負向性和激發程度評估，後再進行情緒圖片再認作業(各 72 張真、假圖片)。

**研究結果：**相較於睡眠正常組，睡眠剝奪組對正向目標圖片的再認記憶正確率較低，中性與負向圖片則沒影響。對正向目標圖片感到較愉悅、對負向和中性目標圖片則感到較不愉悅。睡眠剝奪與正常組受情境效果的影響無顯著差異。

**結論：**綜合以上結果顯示，睡眠剝奪對正向情緒記憶有負向影響，會使人較不記得愉悅的事件，對負向、中性及正向情緒刺激的主觀評估則有放大反應。

中文題目：睡眠剝奪對情緒記憶與情緒反應之影響

作者：蔣馨怡<sup>1\*</sup> 蔡宇哲<sup>2</sup>

服務單位：<sup>1</sup>高雄醫學大學附設醫院精神科 <sup>2</sup>高雄醫學大學心理學系