



童年的记忆被谁偷走了？

每个大人心中都有一个孩童梦，但是越发仔细的回想，就会觉得我们对于童年的回忆是很模糊的，甚至一点记忆、一点印象都没有，那么这是为什么呢？难道是有人偷走了我们的时间？

出生伊始，大脑就具备独特的记忆能力，在与周围环境相互作用的同时，也随着个人经历而不断改变。想想看，平均而言，人的一生能有58个假期，交往1700个朋友和熟人，阅读2100本书，观看5800部电影，但是储存在大脑里面的远不只是事实和数据的集合，而是构成人生的所有阅历，这完全归功于一个看上去不可思议的过程。

通过建立各种连接，大脑细胞不仅会对环境做出反应，还能将其记录下来，形成人的长久记忆。记忆的重要功能在于它不仅能让我们拥有过去，还能让我们掌握未来，同时也帮助我们排忧解难。我们有理由相信，记忆让我们创造了语言，这些都是记忆最伟大的地方。仅仅记住购物清单并不重要，我们可以通过文字记录来协助记忆。

虽然记住过去，类似我们的第二本能，但是这种能力并不是与生俱来的，童年失忆症是指成年人不能记起五岁以前发生的事情，有些人可以记住三岁以后发生的事情，有些人能记住更早的事情。当然，还有人声称可以记住两岁前发生的事情。还有甚者说能够记起自己在输卵管内的情况，这真的有些令人啼笑皆非。因为，那时候神经还没有发育呢！

01 童年失忆症，几乎所有人都有

记不得三四岁之前的事情，这种症状叫做童年失忆症，几乎所有人都患有。

20世纪初奥地利精神分析学派创始人西格蒙德·佛洛伊德提出，是指人们长大后几乎不能回忆起三岁前的经历，童年失忆症在7岁时开始出现，婴幼儿时期的记忆会逐渐消失。而现在科学的认知认为是新旧细胞更替导致的这一现象。不过也有部分观点认为童年失忆症是前额叶皮质没有发育完全的结果。

如果问你昨天去了哪？见了谁？干了啥？你肯定都记得清清楚楚，但如果问你小时候说过的第一句话、认识的第一个朋友，肯定就答不上来了。为什么我们都不记得4岁前的事儿呢？这种现象在心理学上叫童年失忆症。

02 小孩子婴幼儿时期就有了记忆

那么为什么会出现童年失忆症，是因为小孩子婴儿时期没有记忆吗？

其实不是，研究发现小孩子从1岁开始就有记忆了，记忆持续的时间也比较长，他们会记得谁对自己特别好，自己最喜欢谁抱，或者玩要时爱玩什么玩具，只是随着年岁增长，这些记忆就都消失了。

为了确定“童年失忆症”出现的具体时间段，科学家做了一项实验，向一些三岁的孩子询问其生活中的某些事件，而后不间断重复询问

续性。

(2) 新旧细胞更替说

科学研究发现，一个人在成年之前，他的脑神经细胞是不断在增加的，特别是在三四岁之前，脑神经细胞增加的速度特别快，新增加的脑细胞覆盖了原来的细胞，就导致童年记忆的丧失。因此，童年时期的那些美好记忆，特别是三四岁之前的记忆，长大之后很多都不记得。

(3) 语言记忆说

有一种理论认为，人类对于情景的记忆取决于语言，语言能帮助我们梳理经历，形成记忆，缺乏语言这个工具，记忆就很难被编码，也很难被提取。当我们想起某一事物，会自然而然地用各种语言词汇来描述。婴幼儿没有语言能力，也缺乏自我意识，既不知道这个东西是什么，也不能用语言来描述，而当他开始学会说话之后，他对周围世界的记忆换了一套编码，于是之前的记忆被逐渐遗忘。

(4) 前额叶皮质未发育完全说

有种观点认为童年失忆症是前额叶皮质没

有发育完全的结果。人脑中的前额叶皮质负责整合所有输入大脑的信息，无论重要还是不重要的。而刚出生的婴幼儿，大脑的前额叶皮质尚未发育完全，对于一些信息无法做出处理，大脑无法完成一个完整的回忆，导致童年的记忆不完整。

以上的说法，不管哪一个确切，都无法改变幼儿时期的记忆遗忘的事实，但尽管忘记了，感觉依然存在，那些牙牙学语的岁月一直陪伴在我们的成长路上，影响着我们。

04 童年失忆症出现的主要原因

实际上，人在6个月大时，已经可以记住一天前发生的事，2岁时可以记住一年前发生的事，但成年人却无法提取2到4岁的记忆。这是因为在我们的大脑颞叶中有一个神秘的地方海马体，专门负责收集神经元传递的信息，并把信息储存为长期记忆。

但海马体的容量有限，小孩子的神经元长得又快，婴儿时期每秒产生的新神经元多达700个，新神经元霸道地挤走旧神经元，甚至直接取代了它，原本串好的长期记忆回路也就不复存在了，所以人们一般很难想起4岁以前的事情。不过某些印象特别深刻的事情，比如爸妈揍你揍得最凶的那次，却被记得清清楚楚，这是因为事情太深刻时，自我意识会与周边的事物，如拖鞋、皮带、棍子等发生记忆联想。多个神经元与海马体串联成网，形成了坚固的长期记忆，所以，那些善于联想记忆的人，往往能记住更多小时候的事情。

另外一些我们认为真实存在的童年记忆，其实是大脑对我们的欺骗。1995年，伊丽莎白·洛塔斯教授组织了一批志愿者，将从他们亲戚那获得的童年故事念给他们听，其中有些是故意杜撰的，但有四分之一的志愿者，认为故事真的发生过。有一部分志愿者在知道真相后仍然对此深信不疑。

小时候的事儿记不住没关系，到7岁左右，海马体的神经元生长变得缓慢，人们就开始拥有稳定的长期记忆了。不过，在这个过程中，有些神经元突触逐渐萎缩，甚至暂时失活，大脑读取不了记忆信息，很多事情也会被遗忘。尤其在25岁以后，细胞活性减弱，能明显感觉到记忆没以前好。经常喝酒、抽烟、熬夜等不健康的生活方式，也会加速神经元衰老，导致记忆力恶化。

不过话说回来，现代人健忘主要是平时的生活过于单调，疲惫的大脑压根儿不屑于记住那些程序化的、无聊的琐碎的事儿。所以说，想留下更多美好的记忆每天都要过得不一样才行啊。

