

心藏筆露：社交認知的解讀

「點解佢木無表情？佢梗係唔滿意我，發緊我脾氣！我只係向佢交代一啲工作上嘅嘢，做乜要咁對我？」阿儀越想越不开心，更擔心這個同事會向其他人說她不是。對此，她一直耿耿於懷，並對同事的說話十分敏感，相處時亦會有避忌。

其實類似這個社交情境或許我們也曾經遇過，但正常的社交認知功能會讓我們較準確地估計他人的情緒及想法。若留意到對方嘴巴的肌肉是放鬆，便不似是憤怒。我們亦會考慮到同事可能是睡眠不足，以致較少面部表情，而不會一口咬定他是對自己不滿，並會先觀察一下才作判斷。

「社交認知」是指人們在社交情境中對自己及他人的理解，包括對情緒、想法、動機或事情起因的詮釋。在這方面有障礙的人士，會難以從面部表情對他人的情緒作出正確的判斷，及理解對方說話背後的意思，亦傾向將負面的事情歸咎於他人和過早下定論。

誤判他人情緒礙工作

不少思覺失調的患者會因病患的影響，有不同程度的社交認知功能障礙。他們不太懂得看別人的「眉頭眼額」，要對方「畫公仔畫出腸」，因而大大影響了工作和日常生活。

近年發展的社交認知訓練，能有助改善思覺失調患者的社交認知功能。職業治療師會透過訓練，讓他們了解到自己的問題，學習觀察別人的面部表情及作多角度的思考，更會以日常生活的例子作練習，在改善社交認知功能的同時，也協助他們重投生活上不同的角色，活出燦爛人生。

撰文：青山醫院精神健康學院一級職業治療師盧敏婷

(轉載自蘋果日報 | 心藏筆露 2017-01-17)



社交認知的解讀

隔周二刊出

「點解佢木無表情？佢梗係唔滿意我，發緊我脾氣！我只係向佢交代一啲工作上嘅嘢，做乜要咁對我？」阿儀越想越不开心，更擔心這個同事會向其他人說她不是。對此，她一直耿耿於懷，並對同事的說話十分敏感，相處時亦會有避忌。

其實類似這個社交情境或許我們也曾經遇過，但正常的社交認知功能會讓我們較準確地估計他人的情緒及想法。若留意到對方嘴巴的肌肉是放鬆，便不似是憤怒。我們亦會考慮到同事可能是睡眠不足，以致較少面部表情，而不會一口

咬定他是對自己不滿，並會先觀察一下才作判斷。

「社交認知」是指人們在社交情境中對自己及他人的理解，包括對情緒、想法、動機或事情起因的詮釋。在這方面有障礙的人士，會難以從面部表情對他人的情緒作出正確的判斷，及理解對方說話背後的意思，亦傾向將負面的事情歸咎於他人和過早下定論。

誤判他人情緒礙工作

不少思覺失調的患者會因病患的影響，有不同程度的社交認知功能障礙。他們不太懂得看別

人的「眉頭眼額」，要對方「畫公仔畫出腸」，因而大大影響了工作和日常生活。

近年發展的社交認知訓練，能有助改善思覺失調患者的社交認知功能。職業治療師會透過訓練，讓他們了解到自己的問題，學習觀察別人的面部表情及作多角度的思考，更會以日常生活的例子作練習，在改善社交認知功能的同時，也協助他們重投生活上不同的角色，活出燦爛人生。

撰文：青山醫院精神健康學院
一級職業治療師盧敏婷