

日常談話

Deep Listening Hidden meanings in everyday conversation

深度傾聽

羅伯·哈斯凱爾 Robert Haskell, Ph. D. ◆著

楊淑智 ◆譯

黑幼龍 (卡內基訓練®大中華地區負責人)

錢玉芬 (政大心理學系助理教授)

【聯合推薦】

國家圖書館出版品預行編目資料

日常談話 深度傾聽／羅伯·哈斯凱爾 (Robert Haskell) 作；楊淑智譯。

— 初版。— 臺北市：張老師，2002〔民91〕

面；公分。(心靈拓展系列：91)

譯自：Deep listening : hidden meanings in
everyday conversation

ISBN 957-693-523-7 (平裝)

1. 溝通 2. 人際關係

177.1

91010650



◎心靈拓展系列◎ D91

日常談話 深度傾聽

作者→羅伯·哈斯凱爾 (Robert Haskell)

譯者→楊淑智

責任編輯→黃哲生

美術設計→莊士展

發行人→李鍾桂

總經理→張春居

出版者→張老師文化事業股份有限公司 Living Psychology Publishers

郵撥帳號：18395080

106 台北市大安區羅斯福路三段 325 號地下一樓

電話：(02)2369-7959 傳真：(02)2363-7110

E-mail：service@lppc.com.tw

業務部：231 台北縣新店中正路 538 巷 5 號 2 樓

電話：(02)2218-8811 傳真：(02)2218-0805

E-mail：sales@lppc.com.tw

網址：http://www.lppc.com.tw (讀家心間)

登記證→局版台業字第 1514 號

初版 1 刷→2002 年 7 月

ISBN→957-693-523-7

定價→290 元

法律顧問→林廷隆律師

排版→帛格有限公司

製版→長皓彩色製版有限公司

印刷→鴻展彩色印製股份有限公司

國際中文授權／博達著作權代理有限公司

DEEP LISTENING: Hidden Meanings In Everyday Conversation

Copyright © 2001 by Robert Haskell

Chinese translation copyright © 2002 Living Psychology Publishers

Published by arrangement with Perseus Books, a subsidiary of Perseus Books L.L.C. through Bardou-Chinese Media Agency

ALL RIGHTS RESERVED

* 如有缺頁、破損、倒裝，請寄回更換 * 版權所有，翻印必究 Printed in Taiwan

目錄

〈序〉寫此書的原由	005
〈前言〉何謂深度傾聽	007
第一章 閒聊中有話	022
第二章 說溜嘴或洩了心裡的底？	052
第三章 學習深度傾聽的榜樣	082
第四章 聽聽他們的內心話	110
第五章 佛洛伊德幾乎知道的事	135
第六章 警惕、倫理和法律	162
第七章 看數字在說話	180
第八章 性與性別	199

第九章	潛意識裡的種族偏見：.....	222
第十章	深度行動：孤注一擲？.....	256

日常談話

Deep Listening *Hidden meanings in everyday conversation*

深度傾聽

羅伯·哈斯凱爾 Robert Haskell, Ph. D. ◆著

楊淑智 ◆譯



目錄

〈序〉寫此書的原由	005
〈前言〉何謂深度傾聽	007
第一章 閒聊中有話	022
第二章 說溜嘴或洩了心裡的底？	052
第三章 學習深度傾聽的榜樣	082
第四章 聽聽他們的內心話	110
第五章 佛洛伊德幾乎知道的事	135
第六章 警惕、倫理和法律	162
第七章 看數字在說話	180
第八章 性與性別	199

第九章	潛意識裡的種族偏見	222
第十章	深度行動：孤注一擲？	256

〈序〉

寫此書的原由

這本書是我多年來在科學刊物發表研究論文的結果。無論如何，時候已到，該是我將研究成果與更多讀者分享的時候了。

一個人很可能因為受某些書籍和某些人的影響，而引發他個人的嗜好與專業的興趣。我虧欠中學同學戴爾（Dave Dyer）一份人情，因為他可能不知不覺中引發我探索潛意識心靈的興趣。戴爾和我中學畢業以後，曾經在我們土生土長的緬因州巴茲小鎮一家報社工作。當我們在數報紙、清理印刷機的油墨及掃地時，我心裡總是對「意義」和心靈的問題充滿哲思。有一天，戴爾送給我一本談催眠的書，這種書在當時是相當神秘、很少人閱讀的。這是第一本讓我從頭讀到尾的書。更重要的是，這本書使我更訓練有素地考究「意義」的意義。

值此探索途中，我在鎮上的圖書館偶然發現一本書的作者，當時我只隱約聽過這個

作者的名字：佛洛伊德。而這本書正是他的代表作「夢的解析」，當然書中談的就是意義。但是，與大眾信念相反的是，佛洛伊德的書不只是談夢的意義罷了，它還談及語言的「意義」和人的心靈如何運作。姑且不談他這本書的心理學傾向，這本書顯然影響我至深。

接著，是與我交往了二十多年的知心老友葛瑞森（Aaron Gresson），他和我分享他的著作、卓越的洞見，以及人們在互動和談話中經常可見的敏銳感受「實際上」意味著什麼。他對我書中所使用的研究方法的支持及批評，也使我更多反省我這些年來的言詞，尤其是我對人們在談話中不知不覺涉及種族意識的解釋。也許這本書有助於引起某些人的志趣，如同戴爾、佛洛伊德和葛瑞森引起我的研究志趣一樣。

〈前言〉

何謂深度傾聽

這本書和我前一本書《弦外之音：日常生活中的潛意識意義》（Between the Lines: Unconscious Meaning in Everyday Life），都是以新穎的方式，來探討一般人的心理如何利用隱藏的潛意識情緒在每天的談話中締造隱藏的意義，我稱這種對話是深度傾聽深度談話（deep listening to deep talk）。深度傾聽同時也是辨識潛意識意義的實際、具體方法，只要閱讀這本書，讀者馬上就可以學會這個深度傾聽的技巧。

例如，在一場宴會或商務會議之後，一位朋友或老闆開始談到一個有關過動兒的事情，這個話題似乎沒頭沒腦的，且與先前大夥兒聊天的內容一點兒也搭不上，這代表什麼？他所說的事情又可能含有什麼意義呢？我的意思是指，這個話題的潛意識意義是什麼？你怎麼確認、明瞭這話題具有一些較深的意義？我們都很喜歡一味地猜測，在這種情境之下，那個說話者真正的意思和想法是什麼？這本書可以幫助你做這樣的猜測。此

外，這本書從頭直到末了，列舉許多很有趣的相關例子。

現在，假設我們都知道，前述的那些參加宴會的客人或商務會議的與會者，會後只是隨便談笑，無所不聊，沒有（或不願意有）固定的話題，這情況該做何解釋呢？瞭解這背後的因素，有助於你譯解他們對話的意義或過動兒故事的意義嗎？那當然。過動兒的故事很可能是說話者對這場宴會或商務會議的潛意識評論：他覺得與會者像是一群過動兒似的。

這本書將帶領你走過有趣、前所未有的心靈之旅和對話旅程，看看我們在每天的對話中怎樣創意十足地利用語言，表達我們隱藏的思想和情緒。這是意義的網絡，構成這個網絡的成分包括雙關語、諧音字、其他日常隱喻用語及佛洛伊德式的說溜嘴。

就極其真實的意義而言，科學等於是人類在譯解大自然，最卓越的例子就是譯解去氧核糖核酸（DNA）。同樣地，瞭解人每天說的話，事實上也等於是在做譯解的工作。有一位雜誌編輯打電話告訴我，我的前一本书《弦外之音：日常生活中的潛意識意義》是譯解「聊天意義」的解碼器，這本書也是。誠如在本書第五章所說的，我在美國軍方情報單位譯解「敵人」訊息的經驗，有助於我培養出「譯解」潛意識意義的能力。

當然，唯有深度談論有關潛意識的意義，才可能讓人展開深度傾聽。深度談話和深度傾聽是一體的兩面。這本書將提供你語言、觀念和其他簡單的工具，幫助你聽出你以前從來沒有聽出來的話中之話。你聽出來的弦外之音很可能讓你大吃一惊。相信我，自

從我發現深度談話之妙，至今已有一二十年的歷史了，深度傾聽深度談話的結果至今依舊令我感到好奇、著迷。

我爲了瞭解有關語言與心靈如何共事所做的研究，是一場躊躇、張惶失措之戰——我一點兒也不誇張。從這些研究中發掘出的故事，可以說是心理學史上非常有趣的事例之一（參見第五章）。書中有一些深度談話的例子本質上很幽默，也有一些例子是我刻意改寫得風趣的。但是，不要被這些主題的幽默愚弄了，你應該從中讀出尚未被察覺的人類心靈最深奧的運作模式。

另外，這趟心靈之旅也將是令你似曾相識的旅程，尤其如果你已經歷到雙關語和說溜嘴之事的話。深度傾聽好比領悟雙關語和說溜嘴的含意。這不只是領悟到一個字或詞的雙重意思，而且是認出整個句子和故事的雙重含意。這趟旅程也將令你感到熟悉，因爲我們所有人都曾經有過那樣的深度談話。

當你閱讀這本書時，你先前並未察覺的弦外之音便會進入你的意識中。就此而言，希臘先哲柏拉圖曾說，天底下沒有新鮮事；我們只不過是更深記得或認得我們先前已經知道的舊事罷了。因此，這本書主要是在探討人類情緒，人談話時如何利用日常用語的字詞和聲音表達意念，而不在於探討人如何驚訝地領悟奇怪的新事物（雖然書中所談的確實可以說是奇妙的新事）。

就此而言，我要闡明什麼不是深度傾聽和深度談話。有些情況，談話者故意間接、

有意識地利用隱喻式的語言或影射的方式說話，這些都不是深度談話。我要說明，這類對話不是我想在這本書中探討的內容。我也不準備討論所謂的「密碼之語」(code speech)——亦即類似這樣的話：「你們知道他們就是這樣。」聽到這話的每一個人都知道「他們」指誰，以及話中意指他們「真正」做了什麼事。不，在這本書中，我要探討的不只人們說話故意拐彎抹角或說得委婉動聽而已，我更要探討甚至連說話者都未察覺的隱藏之意。我這裡所談的就是深度的意義。我是在談很深沈的製碼(encryption)。

研究人們每天的對話是極其重要之事。如果人類沒有其他任何事情是足以確定的，至少有一件事情非常清楚：就是人類說了不少的話。但是，我們都知道我們所談的話背後的全部意義嗎？從各種領域所做的研究顯示，其實我們並不瞭解其中的意義。我們太將談話視為理所當然，彷彿我們對日常談話所隱藏的意義只一知半解；這簡直彷彿我們是在睡夢中說話似的。這聽起來也許令人感到氣餒，但卻是事實，我們大部分時間都不知道自己或其他人話中真正的意義是什麼。

當我們從事每天的活動時，大部分的人都是與家人、朋友和同事做應酬似的談話。我們並不瞭解這些談話中所隱藏的意義。就此而言，我要說，日常談話和其他口語的表述，聽起來很可能是相當瑣碎的事，但卻足以陳明我們內心深處的意念，這些表述可不是瑣碎的事。固然談話是人類的天賦，但是話語的意義卻未被適度瞭解。

喝咖啡休息時間及會議結束後，「自由交談」是不成文的規矩，許多話題都可能被

拿出來談論。有些話題會引發眾人的興趣，我們可能抓住這話題繼續再聊一陣子——另一些話題則三言兩語就停住了。爲什麼？大部分的研究學者都將這類「隨便聊聊」歸爲漫天磨蹭，目的在讓與會者彼此認識。但事實上，這種跳換話題難道只是隨意之舉嗎？乍看之下，答案是否定的。深思熟慮之後的答案，則是本書準備回答的。

如果我們用訓練有素的耳朵傾聽別人說話時所使用的特殊字彙、詞語和聲音，我們就能深度聽出他所隱藏的情緒和思想——這些情緒和思想甚至是說話者並未察覺的。深度傾聽不只適用於成年人的談話，也適合兒童。因此，本書旨在訓練耳朵傾聽個人談話與社交對話中所隱藏的潛意識意義。這便是我所謂的深度傾聽。

我們每天總會試著在某個程度上，瞭解自己和別人說話的真正含意及人類心靈運作的方式。社會和生活的需求使我們不得不這麼做；這是人生在世最基本的活動。爲了求生存及達成人生目標，我們都得仰賴這方面的技巧。在哲學上，經年累月試圖評估人類情感與憂慮的研究，就是研究所謂「他人心靈的問題」(Problem of Other Minds)。

我是在我的小團體動力實驗室中開始領悟到潛意識意義的，且發現一些有趣的——事實上是奇怪的——研究結果。過去二十五年來，在我利用T團體(T指訓練，譯注：國內心理學界習慣稱爲「成長」團體)所進行的研究中，我發現許多被說話者和聽話者認爲只是照實說的(literal)平凡語句和對話，其實是一種「隱喻的」潛意識溝通，連說話者都不明究理。例如，我發現表面上毫不誇張地談論有關同卵雙胞胎(通常都長得非

常像）的話題，其實是一種隱喻，暗指對話的兩個人。但是，誠然並非每次有人談起雙胞胎，就是指對話的兩個人某些特質酷似雙胞胎一樣。眾所周知的，甚至連佛洛伊德都曾說過：「有時雪茄只是雪茄罷了。」（也就是說，雪茄不是陰莖的象徵）

隱藏的意義不只在實驗室的研究中被發覺；也發現隱藏在人們日常的對話中。一般而言，通常在不正式的聊天中，最容易聽出潛意識的意義。高度組織過的對話，諸如商務會議中的對話，可能就很難辨認出潛意識的東西，但是在召開這類會議之前、開會之初幾分鐘，大家習慣性的閒瞎扯和交頭接耳，或會議結束後隨意的聊天，經常有許多潛意識的意義會被談出來。

我所謂的深度傾聽和深度談話，先前並未有學者專家做有系統的觀察，或賦予心理學的解釋。當然，世面上有一些書籍旨在解釋潛意識的意義，但是這些書所使用的研究方法使我們幾乎必須被訓練成精神分析學家，才能找出隱藏在人內心深處的意義。本書是以非常具體、自然的語法，確認及分析人們日常對話中的潛意識意義。佛洛伊德並未解釋所有這些潛意識的談話——但是，他幾乎要解釋出來了，且實際上也應該要解釋出來（參見本書第五章）。

在技術上，我稱這些潛意識談話的例子是次字面的對話（sub-literal conversations）。簡單地說，我稱它們是深度談話，而揭露其中的深度意義便是深度傾聽。「次字面」這個詞意指說話者不知不覺中將他話語的意義，連結到他意識裡所接納