

愤怒、暴躁、焦虑、不安、生闷气、爆粗口……
妙趣横生的开车心理学，助所有驾驶者消除负情绪，提升正能量

开车 心理学

The title '开车心理学' is rendered in a large, bold, stylized font. '开车' is yellow with a black outline, while '心理学' is white with a black outline. The text is set against a background of red and black diagonal stripes radiating from the center. Small illustrations of cars in various colors (red, green, purple, yellow) are scattered around the title, and a black arrow points upwards from the top right of the '开' character.

石孟磊 著

开车 心理学

石孟磊◎著

重庆出版集团  重庆出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

开车心理学 / 石孟磊 著. — 重庆: 重庆出版社, 2013.1

ISBN 978-7-229-06139-5

I. ①开… II. ①石… III. ①心理学—通俗读物

IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第003377号

开车心理学

KAICHE XINLIXUE

石孟磊 著

出版人: 罗小卫

策 划: 廖华章同人

出版监制: 陈建军

责任编辑: 徐宪江

特约编辑: 张丽婕

营销编辑: 张 颖

责任印制: 杨 宁

封面设计: 7拾3号



重庆出版集团 出版
重庆出版社

(重庆长江二路205号)

投稿邮箱: bjhztr@vip.163.com

三河市宏达印刷有限公司 印刷

重庆出版集团图书发行有限公司 发行

邮购电话: 010-85869375/76/77转810



重庆出版社天猫旗舰店
cqcbstmall.com 直销

全国新华书店经销

开本: 880mm × 1230mm 1/32 印张: 7.75 字数: 150千

2013年2月第1版 2013年2月第1次印刷

定价: 29.80元

如有印装质量问题, 请致电023-68706683

版权所有, 侵权必究

目录

开车心理学

序 弗洛伊德也塞车 / 001

第 1 章 蜗牛时速：我们的车速都像爬

1. “嘿！我总能找到近路！” / 002
2. 为什么你的车紧贴着我的“车屁股” / 008
3. 插队没什么大不了 / 017
4. 这些新手快把我弄疯了 / 027
5. 老老实实排队吧 / 034

Tips：时速只有60迈的跑车 / 040

第 2 章 公路愤怒：淑女也疯狂

1. 开得慢不是我的错 / 044
2. 喂！别朝我按喇叭 / 052

3. 你尝尝我的拳头 / 061
 4. 你为什么会超速行驶 / 069
 5. 汽车不是想停就能停的 / 075
- Tips: 混乱的街道从何而来? / 081

第 3 章 交通拥堵：你要内心强大

1. 是什么卡住了车轮子? / 084
 2. 道路越堵，越多人买车…… / 092
 3. 蚂蚁觅食：为什么它们不会“塞车”？ / 098
 4. 道路摄像头：你会小心翼翼吗? / 105
 5. 两难抉择：你会掉头行驶，还是排队等待? / 111
- Tips: 老司机才是“道路杀手”！ / 116

第 4 章 突发事件：危险总是无处不在

1. 天！谁移过来一个垃圾桶? / 120
2. 平坦道路VS盘山公路 / 126
3. 路牌，看却没看见 / 132

4. 都是手机惹的祸！ / 137
 5. 无意识驾驶：为什么专心开车那么难？ / 144
- Tips：让人恐惧的重型卡车 / 149

第 5 章 司机与行人：为什么你看不到危险？

1. “司机飙车！” “行人乱穿马路！” / 152
 2. 绿灯了，第一个冲出去！ / 159
 3. 等他走过去，还是我先冲出去？ / 165
 4. 下意识的反应：油门，还是刹车？ / 171
 5. “我没有看到你！” / 178
- Tips：别让你的狗牵着你！ / 181

第 6 章 任性驾驶：宽容，还是纵容？

1. 女人开车，男人有话说 / 186
2. 高温，烧坏司机的脑壳 / 192
3. 酒杯一撞，交规全忘 / 197
4. 为什么不系安全带？ / 204

Tips: 你是“事后诸葛亮”吗? / 210

第3章 畅行天下：科学的交通需要设计

1. “道路设计者可真够愚蠢的” / 214

2. 立交桥：为什么越建越堵? / 220

3. 标识影响着司机的判断 / 223

4. 拥堵与文化：难道是文化出了错? / 227

5. 拥堵是全世界城市的通病 / 233

Tips: 有趣的交通标识 / 237

第1章

蜗牛时速：我们的车速都像爬

你赶着参加一场重要的会议。眼看时间就要到了，但你被堵在路上，不停地按喇叭，却也无可奈何。

客户急着要图纸。正值交通高峰期，本来只需30分钟的车程拖成1小时。你挨了顿骂，心情沮丧得只想撞墙。

在红绿灯密集的主干道上，有一辆车插到你的车前，你心想让他一下好了，结果插进来五六辆车。

相信很多人都被上述问题困扰过。对策在哪里？

1. “嘿！我总能找到近路！”

现在的交通路况简直是一场充满硝烟的马路战争，类似的交通问题几乎天天上演。中国几乎所有的大城市开始出现交通拥堵，其中北京、上海、广州等重要城市的拥堵情况更为严重。据国家统计局在2009年底进行的一次调查显示，北京市区部分主要干道高峰期的车速已降至12公里左右/小时，成都市区主干道高峰期的平均车速仅24公里/小时，上海主干道早晚高峰时段的平均车速为20公里/小时。

然而，这可能还是个比较保守的数据。在早晚的交通高峰时期，一次绿灯的时间只能缓缓通过十几辆汽车，抢道插队的行为屡见不鲜，焦急的喇叭声此起彼伏。人们只能窝在车里苦等，戏称自己是“蜗牛时速”。

领导突然派你去B处接人。你的公司位于A处，你思索怎样才能最快地从A处到达B处。你有两个选择：

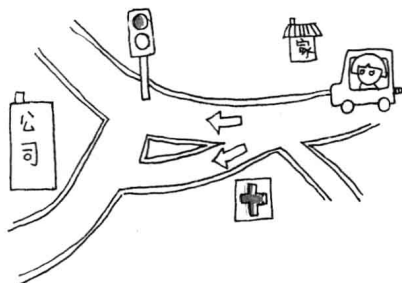
- a. 从A到B的直通道路；
- b. 从A到C、然后从C到B的迂回道路。

你会做出什么选择？

从物理距离来讲，两点之间的线段最短。一般人自然会选择方案a，即从A到B的直通道路。事实上，这种选择多数也是奏效的。

许多驾驶者在驱车的过程中总想选择这样的近路。当然，

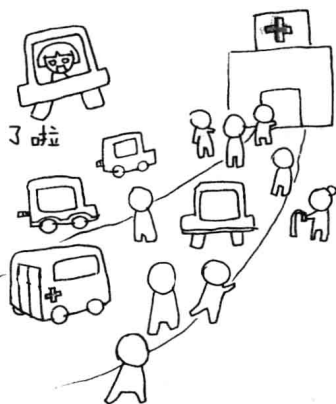
经常早上都是
匆匆忙忙出门




今天试走一下
那条没有红绿灯的
小路好了

为什么早
上有这么多人
去医院?!

车过不去了啦



早知道就不走那
条没走过的路了……

工资 ¥-200 

在拥堵的城市街区中，近路具有极大的诱惑力，这意味着你能减少枯坐在驾驶位上的时间，避免与其他司机抢路的麻烦。但是，某些时候你确定自己找到的是近路吗？

找到的路真的近么？

每天早晨我都得把孩子从城东的家送到城西的学校，每天晚上再把孩子从学校接回来。要横穿整个城区，早晨的时间太紧张了。

今天早晨孩子还赖床，眼见着就要迟到了。我只能把车开得飞快，抄一条小道，希望能送完孩子上学，还赶得及公司打卡。

那条小道太窄了。错车的时候，我差点擦到另一辆车的视后视镜上。好险！把我惊出一身冷汗。还好，还好，送完孩子，还赶上打卡。不然这个月的全勤奖又没了。

——一位疲惫的驾驶者自述

看完这个事例，你可能说：“是啊，我每天早晨也跟打仗似的。”或者说：“这还算好的，我经常抄近路，结果绕进了死胡同。”谈到近路，我们首先介绍一个心理概念——心理预期。

在生活中，我们总是在选择，小到一顿早餐、一件衣服，大到婚姻大事、职业规划。心理预期就是人们在做出选择之前对所得结果的预期。

通常，人们都会有一个“心理预期”。比如，你决定走A到B的直通道路，在开车之前也会有“心理预期”——预计将花费一个小时。当你在两个行驶方案中经过比较，最终选择自己认为对的一条近路。

有句英文谚语说得好：“抄近路反而绕远路。”（The farthest way is the nearest way home）现实情况是，你在这条直通道路上开了一个半小时仍未到达目的地。这时，你对自己的选择产生了怀疑：原来这条路并非是近路。

在选择近路的时候，人们通常会陷入一个误区——只考虑物理距离，忽视影响车速的其他因素：出行时间，红绿灯的数量，是否是车流不息的主干道，路况（是否有施工或者交通管制），等等。比如，你非要在交通早高峰的时候出行，那么，无论选择哪条路，都得蜗速行驶。再如，道路A比道路B短3公里，但是，道路A的红绿灯比道路B多一倍。那么，你肯定会选择道路B。因此，在评估道路远近的时候，综合各种因素，才能找到真正的近路。

你确定存在近路？！

我们现在有两个选择：直通道路与迂回道路。在做出选择时，会遇到以下三种情形：

第一种是趋近—趋近型的冲突（approach—approach conflict），即这两个选择都是你想要的。直通道路与迂回道路到达目的地的时间是一致的。在这种情况下，你选择走哪一条

路都可以，这一选择并不困难。

第二种是趋近—回避型的冲突（approach-avoidance conflict），即其中一个选择是你想要的，而另一个是你不想要的。比如，直通道路的行驶时间比迂回道路的行驶时间缩短一倍，那么你会选择直通道路；或者直通道路上的红绿灯足足是迂回道路上的一倍，那么，你会选择迂回道路。两者选其一，只要趋利避害即可，这一选择也不困难。

第三种是回避—回避型的冲突（avoidance-avoidance conflict），即这两个选择都不是你想要的，但是你又必须选择一个。比如，直通道路上的红绿灯太多，迂回道路的路程又太长。

这都不是你想要的选择，但是，你只知道这两条路能通往目的地。你陷入两难境地（dilemma）：究竟是走直通道路，还是绕迂回道路呢？这两种选择都不尽如人意，但是为了到达目的地，你必须选择一种。

我们总希望在生活中是遇到第一种情况与第二种情况，遗憾的是，我们通常面临的道路选择是第三种情况，找不到所谓的近路。

你真的无能为力了吗？

一只苍蝇努力地扇动翅膀，不断地飞向有光亮的地方——窗户。它一遍一遍地向窗户上的玻璃撞去。嗡嗡的声音不绝于耳。

它撞了若干次后，好像明白了什么，在房间里另寻出

路。终于，它经过努力，从大门飞了出去。

也许你看过这段文字后会哈哈大笑：“我难道会比苍蝇笨么？”

你可能花一个小时的时间查地图寻找近路，而在路上等待20分钟就会暴跳如雷；可能提前走半个小时就会避免拥堵，但是，你选择掐点出门，结果堵在路上；执着于所谓的近路，结果遇上了交通管制……

看到了吧？有时人确实会比苍蝇笨。

如果你真想找近路，我们有如下建议：

（1）当你对道路不太熟悉的时候，请老实地走一条最稳妥的路。

每一位驾驶者都有自己的开车心得，有几条不赖的近路：比如ABCD四个驾驶者分别要开车从甲地到乙地，A觉得走高架桥最浪费时间，B认为绕高速到城郊更为便捷，C觉得走环线才是最佳选择，D认为穿过购物街最快捷。作为驾驶者，如果你想抄近路，前提是你对近路的路况了如指掌，如此即使有塞车，你也总会顺利地到达目的地。

（2）在赶时间的时候，不要走从未走过的近路。刚找到的近路可能是美丽的“陷阱”。比如，你好不容易从百度地图上查到一条近路，但是，到了地方，才发现那条小路一直在施工，维修工人正在通阴井盖，或者路边突然停着重型卡车，小街旁的饭馆正在装修。

(3) 迂回道路有时比直接道路更有效，我们要驾驭规则，而非墨守成规。路程最短，不意味着通行速度最快。

在早高峰时，你可以尽量避开闹市区的主干道，改走车流量较小或红绿灯较少的路线，虽然路程看似更远，但实际上耗时会更短，因为它节约了排队等候的时间。

(4) 最重要的一点是，你要记住：抄近路不是解决问题的根本方法。任何近路都不如你早出门半个小时更有效。当你总是抱怨上班来不及吃早餐、一出门就碰上塞车，就要考虑是不是自己的时间管理出了问题。也许，你早行动半个小时，任何问题都不再是问题。

2. 为什么你的车紧贴着我的“车屁股”

在车友论坛上，你经常会看到一些抱怨贴：

今天真倒霉，前面的傻X突然刹车，我一不小心亲他车屁股上，得，追尾了！

或者

前面那个女的会不会开车，在快车道上磨磨叽叽的，还犹豫着变不变道，我想超车还没法超，跟在车屁股后面闹尾气。急死我了，真郁闷。

又或

碰上个缺心眼的，贴着我也就是了，就那技术还想超车！差点把我别到沟里去……

抑或

我后面那个司机真不是东西，一直贴着我的车，我一开慢点，他就冲我按喇叭。我开得慢怎么了，就讨厌别人跟我贴得太近。

你开车会贴得很紧么？这是有关开车习惯的问题。开车时，驾驶者都会盯着前面车辆的车尾，一些司机会紧紧贴着前车，而一些司机会稍微留出点空间。问题是——贴得近，真的那么讨人嫌么？

“车屁股”不是那么好亲的……

事发南北高架共江路至联谊路路段，事故车辆中还包含一辆绿色大型土方车。据多名目击者介绍，受损严重的事故车辆均系连环追尾所致。据介绍，事发时南北高架联谊路出口附近发生了多辆小汽车与一辆卡车的相撞事故，所幸，事故中只有一名女子腿部受轻微伤。该路段的三条通道事发后

都严重拥堵。

——《东方早报》，2011年11月27日

如果你注意各地的新闻，经常会看到汽车追尾的报道。汽车追尾是一种极为常见的交通事故。在追尾事件中，90%以上都是由于前后两车的距离太近造成的。

当你与前面的车距离太近，精神不集中或遇到突发情况（前面的车抛锚、急刹车或者变道）时，就很可能出现问题——你的刹车速度没有那么快，再加上刹车还需要一定距离，结果就是与前车进行亲密接触，轻则出现剐蹭等状况，重则威胁生命安全。

更可怕的是，在大雾或大雨的恶劣天气里，由于路况不好，能见度差，来不及刹车，两辆车的追尾事件很有可能演变成多辆车的连环追尾。

从更深层的角度来看，这是因为沟通渠道不畅所致。开车时，驾驶者会关注前车的行驶走向，这时的“沟通”是一种单向行为：“你盯着前面的驾驶者，他却看不到你”，他的状况无法第一时间把遭遇的状况（前面的车辆塞车、出现事故或骤停）告知你，你也就无法及时做出判断。

有距离，才美丽！

我们先来看看一位心理学家曾经做过的实验。这个实验非常有趣：