

你知道吗，你身边的现象其实都潜藏着心理学的小秘密！
看似平凡的世界其实奥妙万千！

潜伏在你身边的 心理学

瞬间破译行为背后的动机

心理学一点也不晦涩难懂！

只需要一本书，你就请到了心理学的大师，何乐而不为？
斯坎特、阿伦森等著名心理学家带给你常人无法匹及的智慧！

广西人民出版社

潜伏在你身边的 心理学

瞬间破译行为背后的动机

QIANFU ZAI NI SHENBIAN DE
XINLIXUE

王平辉◎编著

广西人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

潜伏在你身边的心理学 / 王平辉编著. — 南宁:
广西人民出版社, 2013. 4
ISBN 978-7-219-08191-4

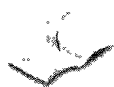
I. ①潜… II. ①王… III. ①心理学—通俗读物
IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第 275819 号

监 制 白竹林
策划编辑 梁凤华
责任编辑 覃结玲
责任校对 周娜娜
印前制作 麦林书装

出版发行 广西人民出版社
社 址 广西南宁市桂春路 6 号
邮 编 530028
网 址 <http://www.gxp-ph.cn>
印 刷 广西大一迪美印刷有限公司
开 本 770mm×990mm 1/16
印 张 16
字 数 230 千字
版 次 2013 年 4 月 第 1 版
印 次 2013 年 4 月 第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-219-08191-4/B·175
定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究



密钥 I . 遇见真正的自己

1. 星座分析的真相 /001
2. 分裂的自我 /004
3. 不可靠的记忆 /007
4. 感觉剥夺的后果 /010
5. 为何喜欢靠边的位置 /013
6. 我忘了你的名字 /015
7. 手中的决策权 /018
8. 与生俱来的特征 /021
9. 免费的代价 /024
10. 得失之间的错觉 /026
11. “八卦”的产生 /029

密钥 II . 破译性格的密码

12. 五大性格之谜 /032
13. 会有个性相同的人吗 /035
14. 外在与性格的关系 /038
15. 血型能决定性格吗 /041
16. 出生顺序对性格的影响 /045
17. 手指长度的秘密 /048



- 18. 房间传递出的信息 /052
- 19. 笔迹能够看出性格吗 /055
- 20. 暗示性格的标签 /057
- 21. 适合你的色彩 /060
- 22. 你会选择怎样的朋友 /064

密钥Ⅲ. 赶走邪恶的迷思

- 23. 心中的小鬼 /067
- 24. 傲慢与偏见 /070
- 25. 内心的辩护律师 /072
- 26. 你离恶魔有多远 /075
- 27. 头脑中的框框 /078
- 28. 未完成情结 /081
- 29. 为什么要撒谎 /084
- 30. 沉溺赌局的原因 /087
- 31. 败给“无能为力” /090
- 32. 患得患失的后果 /093
- 33. 烦恼出自哪里 /095

密钥Ⅳ. 揭开一些社会现象的本来面目

- 34. 从众的魔力 /099
- 35. 可怕的权威 /102
- 36. 道德的准则 /105
- 37. 插播广告为何让人欲罢不能 /108
- 38. 人以群分 /110
- 39. 三个和尚没水喝 /113
- 40. 无动于衷的旁观者 /116
- 41. 天才都是疯子吗 /119
- 42. 男人为何都爱细腰丰臀 /121



43. 一白遮百丑 / 124

44. 美丽的错误 / 127

密钥 V. 习得心灵的窥探术

45. 不要跟我对干 / 131

46. 囚徒的困境 / 133

47. 告诉我我有多好 / 136

48. 竞争，还是合作呢 / 138

49. 归还钱包背后的心理动机 / 141

50. 小要求与大要求 / 144

51. 我们喜欢被关注 / 147

52. 囤积旧物的偏好 / 149

53. 讨厌的星期一 / 152

54. 偷走时间的“软瘾” / 155

55. 人人都爱做白日梦 / 158

密钥 VI. 未来在行为的彼岸

56. 逆境真能带来成长? / 162

57. 期待带来的改变 / 165

58. 音乐是另一种语言 / 168

59. 赞扬的坏处 / 171

60. 心态形成肥胖 / 174

61. 笑容的魅力 / 177

62. “无效”的奖励 / 180

63. 美丽是封介绍信 / 183

64. 越接触越有好感 / 186

65. 自己决定为什么 / 188

66. 榜样的力量 / 191



密钥Ⅶ. 睡眠中的神秘世界

- 67. 揭开梦的面纱 / 195
- 68. 潜意识的欲望 / 198
- 69. 我们会梦到什么 / 200
- 70. 梦的解析 / 203
- 71. 梦中的警戒点 / 208
- 72. 梦易遗忘的原因 / 210
- 73. 梦并非百害无一利 / 213
- 74. 梦谶成真的奥秘 / 216
- 75. 睡前萦绕的声音 / 218
- 76. 梦中犯下的罪行 / 220
- 77. 梦游症的背后 / 222

密钥Ⅷ. 解读精神控制的奥秘

- 78. 催眠术的奥秘 / 226
- 79. 催眠表演背后的真相 / 229
- 80. 灵疗师治疗中的心理暗示 / 232
- 81. 不惧疼痛流血中的自我催眠 / 235
- 82. 催眠中回忆出的“前世” / 237
- 83. 催眠下被伪装的记忆 / 239
- 84. “催眠大盗”的手段 / 242
- 85. 催眠挑战的极限 / 245

密钥 I . 遇见真正的自己

1. 星座分析的真相

热情活力的白羊座、稳健固执的金牛座、花心多变的双子座……看到这些关于星座特质的经典分析，你是不是在心里暗叹一声：好准啊！没准在每天出门之前，我们还会看看星座运程呢！那么，星座分析真的那么准吗？

思想家告诉我们，这个世界上最难的事情就是认识自己。从数千年前的古希腊开始，聪明的人们就不断地寻找这些问题的答案：“我是谁？我生从何来，死往何去？”虽然至今人们都没有得出满意的答案，但是我们却从来没有停止过对自我的追寻。当我们面对一些能够阐释自我的语言之时，则会感觉到喜出望外，因为这些语言那么准确地揭示出我们的内心，让我们有种遇到知己的兴奋。那么，这些星座分析或者一些我们觉得很准的“算命”真的就那么靠谱吗？

心理学家告诉我们的是，我们很容易相信一个笼统的、一般性的人格描述，并且认为这些描述特别适合自己。即使这种描述十分空洞，我们仍然认为它能够反映自己的人格面貌。这是因为我们会在急切寻找“自我”的过程中迷失“自我”，并且很容易受到周围信息的暗示。

下面让我们来看一段关于人格特质的分析：

- 你很需要别人喜欢并尊重你。
- 你有些抱负往往很不现实。



- 你有自我批判的倾向。
- 你有时怀疑自己所做的决定或所做的事是否正确。
- 你喜欢生活有些变化，厌恶被人限制。
- 你认为在别人面前过于坦率地表露自己是不明智的。
- 你有时外向、亲切、好交际，而有时则内向、谨慎、沉默。
- 你与异性交往有些困难，尽管外表上显得很从容，其实你内心焦虑不安。
- 你以自己能独立思考而自豪，别人的建议如果没有充分的理由你不会接受。
- 你有许多可以成为优势的能力没有发挥出来，同时你也有一些缺点，不过你一般可以克服它们。

看起来怎么样，有没有感觉适合你的部分？其实，这是心理学家在做实验的时候使用的材料。他用这段笼统的、一般性的描述让人们判断是否适合自己，结果绝大多数人认为这段话将自己刻画得细致入微、准确至极。但是，其实这只是一顶套在谁头上都合适的帽子。

心理学上将认识自己叫作“自我知觉”，在认识自己的过程中，个体十分容易受到来自外界信息的暗示，从而出现自我知觉的偏差。没有人是完美的圣人，我们不可能每时每刻去反省自己，也不可能一直将自己放在局外人的位置来观察自己。正因为如此，在借助外界信息来认识自己的过程中，我们很容易受到外界信息的暗示。正所谓“不识庐山真面目，只缘身在此山中”。

其实，我们在生活中无时无刻不受到他人的影响和暗示。比如，当我们犯困打了个哈欠的时候，周围的人也会忍不住打起哈欠。我们会时常将他人的言行作为自己行动的参照，“从众”行为便是典型的证明。但是我们会发现，在之前的“打哈欠”现象中，有些人并不会打哈欠，那是因为他们受暗示的影响不强。那么，怎样才能知道自己受暗示的影响如何呢？下面是一个简单的小测试。

水平向前伸出双手，掌心向上，闭上双眼。在心里想象自己的左手上系了一个氢气球，并且气球在不断向上升起。而在自己的右手上则坠着一



块石头，并且石头在向下沉。三分钟之后，睁开双眼看自己双手之间的差距，差距越大就表明自己受暗示的影响越大。

有一位名叫肖曼·巴纳姆的著名杂技师称自己能够使“每一分钟都有人上当受骗”，因为他的节目中包含了每个人都喜欢的成分，所以十分受观众欢迎。心理学上便将这种倾向称为“巴纳姆效应”。人们将那些笼统的、一般性的人格描述当作“知己”，认为它们十分准确地揭示了自己的特点。心理学家对此也做过相关的实验：在对一群人做完明尼苏达多项人格测试（MMPI）之后，心理学家对每个受访者呈现两份测试结果，并让受访者判断哪一份才是对自己的描述。实际上，这两份测试结果中有一份是多数人的测试结果平均起来所得到的描述。但是，多数受访者都认为那份“平均结果”更准确地表达了自己的人格特征。

其实，巴纳姆效应在我们的生活中十分普遍。很多人在请教过算命先生后，都认为算命先生说得“很准”。因为会向算命先生求助的人本身就很容易受到暗示的影响。当我们的情绪处于低落、失意状态的时候，就会对生活失去控制感，觉得生存没有安全感。当人们缺乏安全感的时候，心理的依赖性也大大增强，这样受暗示的影响则会更强。如果算命先生善于揣摩人的内心感受，理解求助者的感受，求助者就会感到一种精神安慰，并且向自己理解的方向去推敲，从而产生“对方是知己”的错觉。这样，算命先生只要说出那些笼统的，一般性却又无关痛痒的话，就会使求助的人们深信不疑。现在，使用搜索引擎到网络上去搜索“吃软不吃硬，经常口是心非”这句话，你会知道我想要告诉你什么。

现象揭秘

当人们的心理依赖性增强的时候，受暗示的影响也会增强。此时，人们就会很容易相信那些笼统的、一般性的人格描述，并且认为这些描述特别适合自己。即使这种描述十分空洞，我们仍然认为它能够反映自己的人格面貌。正是因为人们会在急切寻找“自我”的过程中迷失“自我”，才会很容易受到周围信息的暗示。



2. 分裂的自我

当我们第一次骑马的时候，心中会害怕马儿失控向前狂奔，但是又期待那种在马背上驰骋的感觉；当我们感到恐惧的时候，会不由自主地心跳加速，张口结舌或者两腿发软，好像身体不属于自己一样；当我们为了一件事情（比如戒烟）而下定决心时，并不能完全控制自己的行为，自己的感觉与欲望都无法节制……这些情况都让我们感觉到，身体里面有两个自己。

古希腊哲学家柏拉图曾经将自我的“心灵”比喻成一辆马车，而驾驭马车的则是理智、冷静的“心理”。柏拉图认为，人类的情绪分为有害和有益两个方面，而帮助“心理”来驯服“心灵”便是柏拉图式的教育目标。弗洛伊德也认为，他的精神分析的目的就是通过强化自我，让自我能够更好地控制本我，并摆脱超我的束缚。在这里，本我指的是各种享乐的欲望，自我就是有意识、有理性的自我，超我是有时候会拘束于社会规范的道德良心。

在现代，社会科学家一致认为，人类是理性的个体。我们可以利用手边的信息与资源，为自己设置恰当的目标并且努力去达成。但是实际上我们非常了解，有时候我们也会控制不住自己，总是做出对自己不利的事情。比如自己决定明天要6点起床，但是闹钟一响再响也打动不了自己沉睡的身体；比如自己决定从此拒绝甜品以免增胖，但是当看到手边的冰淇淋时总是控制不住想去吃一口；比如自己下定决心今晚一定要完成一项工作，但是总是一再为自己借故拖延，最后告诉自己还是明天完成好了……很多时候，我们都会觉得，明明知道自己应该怎么做，甚至也告诉别人我会这么做，但是心里却很明白我不会这么做。

法国哲学家蒙田告诉我们，其实我们身体的每个部位都有自己的情绪



和主张，我们的脸部表情也会泄露我们不想为别人所知的秘密。比如当我们紧张或者害怕时，我们的毛发竖起，心跳加速，两腿发软，舌头打结。当我们知道某些生理反应是由自主神经系统控制的时候，我们就应该知道哪些器官和腺体是完全自主，不受我们意志控制的。比如人类的肠就包括了一个巨大的神经网络。你以为肠道运作时接收到了大脑的指令了吗？不。即使连接肠和大脑之间的迷走神经断裂，肠仍旧可以照常运作。

其实，不光是人们的各项器官和腺体，就连人们的大脑也是由独立运作的部分联合组成的，甚至有些时候这些部分会产生意见相左各行其是的情况。20 世纪 60 年代，外科医生为了治疗癫痫病人而将他们大脑中的胼胝体切断。胼胝体是连接左右两个大脑半球的神经纤维，切掉这部分组织就相当于断掉连接左右大脑的桥梁，以此阻止癫痫的发作。手术成功了，病人癫痫发作的次数明显减少了很多。但是，医生很快就发现了更重要的问题。

我们都知道，脊椎动物的信息接收是左右交叉传递的。也就是说，我们大脑的左半球接收来自人体右半部分的信息，比如右手、右脚、右耳等；而大脑的右半球接收的是人体左半部分的信息，比如左手、左脚、左耳等。左半球善于语言处理与分析，右半球善于图形处理与分析。这也就是为什么科学家属于“左脑发达者”，艺术家属于“右脑发达者”。如果我们将连接大脑左右半球的神经纤维切除，会出现什么样的情况呢？一位心理学家针对我们所提到的经过治疗的癫痫病人进行了实验研究。

研究人员让病人注视着屏幕上的某个部位，接着让某物体的图片快速出现在这个部位的左边或者右边，并且闪现的速度之快不允许病人有时间进行视线转移。比如在注视点的右边快速闪过一个外套的图片，这个图像就会落在视网膜的左半边，并且将这一信息传达到左半球的视觉处理区。因为左半球拥有语言处理能力，所以当研究人员问病人看到什么的时候，他们会回答：“一件外套。”问题在于，如果图像出现在注视点的左边，这一信息会被传达到没有语言处理能力的右半球，病人就会表示自己什么都没有看到。研究人员进一步向病人的大脑左右半球展示不同的图片之时，更为怪异的事情发生了。



研究人员向病人的大脑左半球展示一张鸡爪的图片，而对右半球展示一张车子埋在雪堆里的图片。接着，研究人员拿出一堆图片让病人指出，哪一张图片跟他刚才看到的图片搭配。病人的右手指着一张鸡的图片，因为他的大脑左半球接收到了鸡爪的图像信息；而他的左手指着一把铲子，因为他大脑的右半球接收到了雪堆的图像信息。研究人员针对病人的左右手指着不同图片的情况进行询问，病人并不是感到诧异而回答：“我不知道为什么我的左手会指着铲子。”他会说：“鸡爪跟鸡相配，而你需要一把铲子去清理鸡窝。”

这种为自己的行为杜撰各种理由的病症被称为“虚构症”。因为左脑的语言中枢具有“为自己所做的一切做出解释”的功能，但是它并不知道行为背后所包含的真正原因。比如我们对病人的右半球闪现“走”这个字，病人会立即站起来走掉。而当你问他为什么要走的时候，他会为自己解释说：“我要去拿一杯咖啡。”

后来，心理学家发现，一些动过裂脑手术或者切除胼胝体的病人会形成一种“异手症”的症状。也就是病人两只手中的一只（通常是左手），会按照自己的意志反应，好像有自己的主张。比如一只手可能拿起咖啡，但是另一只手会抓住这只手来阻止它想要做的事情；比如一只手从衣柜中取出衣服，另一只手会接过衣服并把衣服重新放入衣柜。甚至，这只有自己独立主张的手还会掐住主人的脖子，想要把主人弄死。

当然，这一切都是发生在我们左右半球无法沟通信息的基础之上的。而对于普通人来说，最大的分裂应该是自己的理智与情感的斗争。在生活中，我们会遇到很多需要解决的问题。这时我们的大脑会自动评估各种不同的方案以做出符合自己价值诉求的最佳选择。也许我们会认为，理智要比情感更可靠。但是心理学家的研究发现，一些丧失情绪功能的病人在面对外界的选择时会一筹莫展，因为他们内心没有喜恶，每项选择都必须用理性——去分析对错。但是由于内心没有任何感觉，所以他们连选择的理由都找不到。其实，人类的理性十分依赖复杂的情感，因为只有充满情绪的大脑运作之时，理性才能够更好地发挥作用，人们才能够充分地展现自己的智慧。



现象揭秘

人们身体的每个部位都有自己的情绪和主张，脸部表情也会泄露我们不想为别人所知的秘密。就连人们的大脑也是由独立运作的部分联合组成的，甚至有些时候这些部分会产生意见相左各行其是的情况。正如每个人无时无刻不面临理性与感性的斗争一样，人们自身总是矛盾的统一体。

3. 不可靠的记忆

我们跟朋友聊天时，回忆起之前经历的某件事情，可能会发现朋友所讲的某些细节与自己记忆中的不一样。当然如果我们仅仅是将一顿丰盛的西式晚餐记成了火锅，没有人会介意这种无关紧要的记忆错觉。但是有的时候记忆的可信度可能是生死攸关的事情。20 世纪 70 年代，美国法庭曾经有个误判的案件。一个名叫杰克逊的年轻人因为与真正的强奸犯长得过于相似而被指证，百口莫辩。结果杰克逊被判入狱，直到 5 年后真正的罪犯服法，他才得以重见天日。

100 多年前，记忆已经成为心理学的研究主题之一。许多心理学家惊奇地发现，人们对之前所经历过的事情的记忆会在一定程度上被后来的事情不断修正。记忆并不像录音机那样能够忠实地记录下事情的过程，而是具有一定的重构性：也许记忆的某一方面精确的，但是当后来的事情进入到以前的记忆中去，就会改变之前的记忆内容。这就是我们之前提到的，为什么朋友在回忆往事的时候，我们会觉得我们的体会与他们的有所不同。

很多人曾经做过一个游戏：由一个人将一件事情或者一个动作表达给另一个人，再这样一个一个地传达给其他人，最后一个得到信息的人会发现自己所理解的与第一个人所想要表达的事情具有很大的差异。在 20 世纪



50年代，心理学家就已经做过类似的实验：让第一个实验参与者看一张图片，图片上描绘了相对而立的两个人，其中一个是一身正气的黑人，另外一个是一手持利刃的白人。实验参与者看完图片之后，要凭借自己的记忆，将图片内容传达给第二个实验参与者，而第二个实验参与者则需要将自己听到的一切告知第三个人，如此接力进行。实验结果显示，经过几轮转述之后，图片中的内容就被扭曲：一身正气的变成白人，而刀子则在黑人手中。

许多实验都清晰地证明了记忆具有重构性。我们看到事情的发生，但是在储存事情记忆的同时，完全可能将虚假的信息也纳进来。这些虚假的信息可能是由于我们人生经验产生的倾向性，也可能仅仅是由于事情发生时正巧获得了这些信息。我们觉得自己的记忆是如此清晰，以至于从未怀疑过记忆的客观性和真实性。当我们与朋友发生争执的时候，我们会斩钉截铁地说：“我绝不会记错！”但是心理学家们的研究却告诉我们，我们不应该如此自信。这么多的原材料进入我们记忆之中，完全可能成为真假信息的综合体。心理学家研究记忆在质和量上的变化，以及人们的知识经验如何影响对记忆的提取时，发现记忆的内容与事实是不符的，这就是记忆扭曲现象。

美国的心理学家洛夫托斯设计了一系列巧妙的实验研究，说明了记忆扭曲现象的存在。研究人员邀请两组学生观看一段车祸录像，然后分别回答10个问题。A组学生所需要回答的问题中有一个是这样表述的：那辆白色的跑车行驶时时速是多少？而B组学生所需要回答的问题中有一个是：那辆白色的跑车行驶过农仓时时速是多少？一周之后，两组学生一起回答另外的问题，其中一个是在这段录像中你有没有看到一个农仓？A组学生中有2.7%的人表示看到了，而B组学生中有17.3%的人回答看到农仓。事实上，这段录像中根本就没有农仓。这表明，研究者误导式的提问使实验参与者的记忆发生了重构。

心理学家认为，造成记忆扭曲的原因可能来自记忆过程发生本身。当人们接受事情时，只看到了事情的某一方面，而没有将事情的固有特征完全照实收录进大脑，在记忆接受阶段就造成收录误差；在人们储存记忆时，



大脑中长期收录的大量信息可能会相互干扰，从而影响事情信息的准确性；而在人们输出记忆的时候，回忆往事可能会受到提问人的言语干扰，从而回忆出错误的信息。例如前面提到的“黑人与白人”的实验中，人们长期以来对黑人的误解，使得他们更相信刀子这种能够伤害他人的物体是在黑人手中而不是在白人手中。而在洛夫托斯的实验中，研究者使用“农仓”一词进行提问，就是将这个词的记忆植入实验参与者的脑海中，明显影响了他们所回忆出来的内容。

记忆扭曲是生活中常见的一种现象。即使人们经历了同样的事情，他们的回忆也会存在很大的个体差异。但是如果在法庭上，法官的提问与证人之间的交流都能造成记忆的扭曲，此时产生的后果则是十分严重的。这也就是为什么法庭要采用多个证人的多种证据，而且独立提问每个证人，以避免记忆扭曲造成不必要的冤假错案。心理学家丹尼尔曾经做过这样一个实验：他将 40 名实验参与者分为两组，让每个人都单独看完一本漫画，漫画内容是两个男人一起去打台球，有一个女人将其中一个人的钱包偷走了。丹尼尔告诉实验参与者他们看到的漫画是相同的，但是实际上有一点不同：A 组人看到的漫画是女人单独作案，而 B 组人看到的是女人在同伙的协助下偷走钱包。首先，研究人员就他们看到的漫画内容对每个实验参与者进行单独提问：“漫画中的女人是否有同伙？”这时只有一个人回答错误。然后，研究人员开始对实验参与者进行两人一组的提问，其中一人来自 A 组，另一人来自 B 组。问题与刚才的相同，但是在回答问题之前允许两人进行沟通，给出一个明确的答案。因为两个人看到的漫画内容并不相同，他们根本不可能给出一个统一的答案。但是研究结果却显示，20 个小组中只有 5 个小组的人无法达成一致意见，而其他的 15 个小组居然给出了统一的答案，其中 8 个小组报告说没有同伙，7 个小组认为有同伙。这意味着，有 15 个人被他们的同伙说服，放弃了自己的观点。

我们依赖于记忆提供给我们的信息，但是也依赖着那些看似真实却未必真实的信息，从而影响了我们对事情进行真实并且客观的评价。所以，没有记忆是不行的，但是完全依靠自己的记忆也是行不通的。当我们自信地与朋友争执的时候，是否可以冷静下来想一想，我们的记忆可靠吗？



现象揭秘

记忆并不像录音机那样能够忠实地记录下事情的过程，而是具有一定的重构性：也许记忆的某一方面精确的，但是当后来的事情进入到以前的记忆中去时，就有可能改变之前的记忆内容。也就是说，人们对之前所经历过的事情的记忆会在一定程度上被后来的事情不断修正，有可能会改变最初的样子。这就是我们的记忆出现差错的原因。

4. 感觉剥夺的后果

当我们喝水时被开水烫到手指，或者不小心被尖锐物品划破身体时，强烈的痛感会使我们不由得在心里咒骂，并且幻想着如果感觉不到痛该多好。虽然疼痛让人难以忍受，但是没有痛感的状况更加糟糕。如果我们感觉不到疼痛，那么碰到滚烫的物体时就不会自发地弹开躲避，从而导致更严重的烫伤。同样，如果没有阑尾炎所伴随的腹痛作为警告信号，那受伤的阑尾将可能破裂，然后感染到体内的其他器官。这时，你真的愿意过那种没有痛感的日子吗？

感觉是一种最简单的心理现象，但它无时无刻不发生在我们每个正常人的身上。在心理学的定义中，感觉指的是人脑对于当前直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映，包括视觉、嗅觉、听觉、触觉等。感觉是人们一些心理活动的基础，是人类认识世界的源泉，而且对机体生存具有重要作用。当我们不在意的时候，感官系统随时随地都在接受丰富多样的外界刺激。有时候也许我们会厌烦，想要身处与外界相对隔绝的环境中，但是一旦真正处于消失感觉的状态下，那滋味可并不是那么好受。

加拿大几位心理学家一起进行了一个关于感觉剥夺的实验，这是第一