



那些 怪诞又实用的 日常心理学

发现暗藏在工作和生活中的机遇

[英]理查德·怀斯曼 (Richard Wiseman) 著

谢宝霞 译



DID YOU
SPOT
THE GORILLA?

CBS

湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



博集天卷
CS-BOOKY



那些 怪诞又实用的 日常心理学

发现暗藏在工作和生活中的机遇

[英] 理查德·怀斯曼 (Richard Wiseman) 著

谢宝霞 译

CIS
CHINA INTERNATIONAL
PUBLISHING & MEDIA

湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



博集天卷
CS-BOOKY

图书在版编目 (CIP) 数据

那些怪诞又实用的日常心理学 / (英) 理查德·怀斯曼 (Richard Wiseman) 著;
谢宝霞译. — 长沙: 湖南文艺出版社, 2016.10
书名原文: DID YOU SPOT THE GORILLA?
ISBN 978-7-5404-7804-9

I . ①那… II . ①理… ②谢… III . ①心理学—通俗读物 IV . ① B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 236439 号

著作权合同登记号: 图字 18-2016-183

Copyright © Richard Wiseman 2004
This edition arranged with Conville & Walsh Limited
through Andrew Nurnberg Associates International Limited

© 中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

上架建议: 心理学

NAXIE GU Aidan YOU SHIYONG DE RICHANG XINLIXUE
那些怪诞又实用的日常心理学

作 者: [英] 理查德·怀斯曼

译 者: 谢宝霞

出 版 人: 曾赛丰

责任编辑: 薛 健 刘诗哲

监 制: 蔡明菲 潘 良

特约策划: 李 娜

特约编辑: 尹 晶

封面设计: 主语设计

版权支持: 辛 艳

版式设计: 张丽娜

营销推广: 李 群 张锦涵

内文排版: 百朗文化

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net

印 刷: 北京鹏润伟业印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1270mm 1/32

字 数: 200 千字

印 张: 4.5

版 次: 2016 年 10 月第 1 版

印 次: 2016 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-7804-9

定 价: 35.00 元

质量监督电话: 010-59096394

团购电话: 010-59320018



致谢 Thank

感谢我的经纪人帕特里克·沃尔什（Patrick Walsh）和编辑们——安娜·夏丽特（Anna Cherrett）、林赛·戴维斯（Lindsay Davies）和尼古拉·斯科特（Nikola Scott），因为他们的帮助，这本书才得以正式出版。感谢赫特福德大学（University of Hertfordshire）对本书的大力支持，感谢埃玛·格里宁（Emma Greening）为调研工作提供的帮助，感谢丹·西蒙斯（Dan Simons）制作的“大猩猩”短片。

最后，我还要特别感谢卡罗琳·瓦特（Caroline Watt），她目光敏锐，心思细腻，帮忙修改语法问题和审校文稿并全力协助本书的创作。如果没有卡罗琳的帮助，本书就不可能以现在的面貌呈现给读者。



前言

发现大猩猩的奇幻之旅



发现大猩猩的奇幻之旅

世间最难的事情莫过于看清楚眼前的事物。

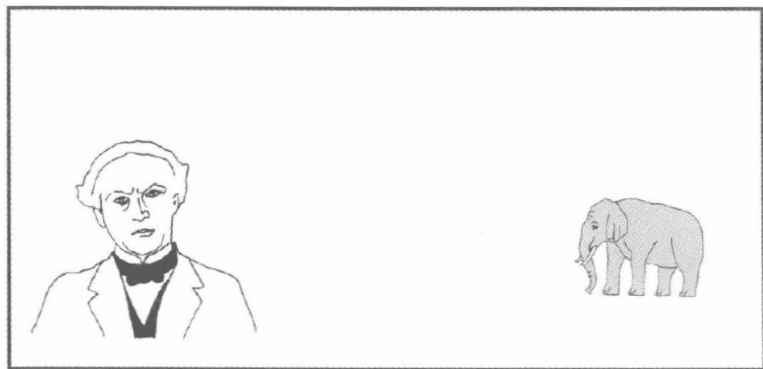
——歌德（Johann Wolfgang von Goethe）

德国诗人和小说家

让大象消失的幻觉游戏

魔术大师哈里·霍迪尼（Harry Houdini，1874—1926）让大象活生生地从众人眼前消失的魔术，曾一度让全世界为之震惊。此时此地，你也可以重现这神奇的现象。让我们现在就开始吧！

首先，请看下面这张图，霍迪尼和大象分别位于图片的左右两侧，你可以清晰地看到，大象的图像非常完整，而且周围也没



有什么可疑的陷阱或镜子。

然后，闭上你的左眼，把书放到离你一手臂远的距离，同时用右眼一直盯着霍迪尼的头部。现在，把书慢慢靠近你的脸，同时眼睛要盯住霍迪尼的头部不动，你会发现，随着书的移动，在某一个点，大概书和脸有三十厘米距离的时候，大象会突然消失不见。一秒之前它还在那里，一秒之后它就消失了。

就在刚才，你让一头大象凭空消失了。做得非常棒，鞠躬谢幕吧。当然，如果你是在书店里看这本书，就不必鞠躬了，你可以给旁边的人示范这个小游戏（如果那个人也照着做了，相信很快书店里的人都会学会的）。

如此简单的几个步骤就能产生这样的幻象，是因为我们的左右眼都有一个“盲点”，在这一小块区域是看不见的，但是大脑不会提示你有这个视觉盲区，不管你眼前是什么，它都会自动用周

世间有四种东西无法挽回：说出去的话、射出去的箭、流逝的时间，还有错过的机会。

——哈利夫（Omar Idn Al-Halif）

阿拉伯学者

边区域填补空白。

这个原理与我们看待世界的方式如出一辙。每个人的心理都有自己的“盲点”，正是这个盲点让我们对那些显而易见的解决方案视而不见，让我们深陷错综复杂的问题旋涡却看不到捷径所在，让我们与那些可能改变一生的良机失之交臂。本书旨在引导你如何去克服盲点、洞察眼前的机遇。

从中你可以感受到“所见即所察”是如何促进科学、工业和商业等领域的巨大发展的。它启发牛顿发现了地心引力，引导达尔文提出了进化论，激发古腾堡发明了印刷机，指引莱特兄弟建造了世界首架飞机，助力亨利·福特变身亿万富翁，更催生了世界上不计其数的畅销产品和服务。但这本小书并不是用来标榜这些惊天动地的大事。书中所描述的原理同样适用于日常的工作和生活，它可以帮助你改善人际关系、提升职业生涯、打造全新

故善战者，立于不败之地，而不失敌之败也。

——《孙子兵法》

事业、广结天下朋友，还可以帮助你实现突破与创新，改变看自己和看世界的方式。

本书的观点源于我此前从事的运气心理学研究。在长达十余年里，我研究了数以百计的个案，他们中有的人好运连连，有的人却厄运缠身。这一研究成果后来写进了 *The Luck Factor*（《运气因素》）一书中。通过研究发现，有些人真的是运气比别人好很多，机会也比别人多很多，这是为什么？因为他们能够在没有意识到的情况下克服心理盲点，而大部分人却做不到这一点。

积极地去创造并抓住那些触手可及的机会，这是人生

最大的艺术。

——塞缪尔·约翰逊（Samuel Johnson）

英国作家

对这项研究反响最强烈的当属商界人士了，他们人人摩拳擦掌期待抢占先机，而眼下变幻莫测、竞争日益激烈的商业环境更是加剧了这种情形。企业的好日子一去不复返，他们不能再分毫不差地预知未来，不能再想当然地为他们的产品和服务锁定市场。取而代之的是流动性更大、更难预测和更具挑战的市场环境。每天的机遇转瞬即逝，恰如霍迪尼的大象，随时闪现又瞬间消失。环境变化无常，商界人士人人自危就不足为奇了。要在竞争中获

得优势，就要敏于观察、发现机遇，并充分为我所用。本书正是在这种情况下应运而生，其中涵盖了此前在运气心理学研究中获得最新成果，通过介绍四种简单有效的方法，帮助大家抓住瞬息万变的机会。

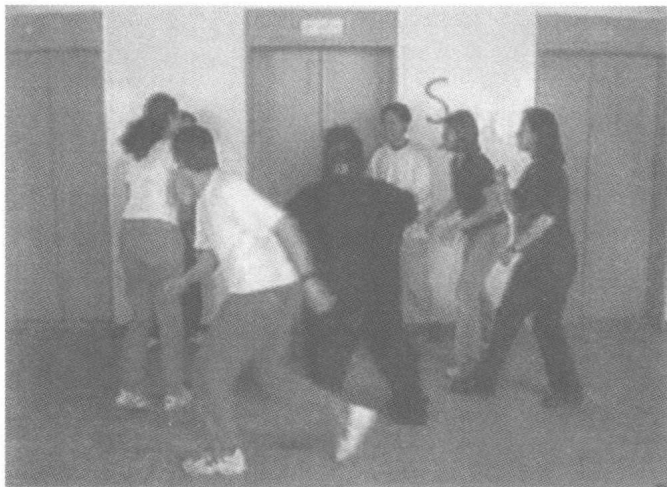
Conclusion
结论

大象的“消失”是因为眼睛的“盲点”造成的幻象，那么在我们的生活中，又有多少事物因为心理的“盲点”而消失呢？

大猩猩之谜

那么，我们研究的问题跟大猩猩又有什么关系呢？这个问题问得好。大猩猩是哈佛大学的心理学家丹尼尔·西蒙斯（Daniel Simons）和他的同事制作出来的一部短片的主角，这部短片只有三十秒，是他们用来研究视觉心理学的。

短片所展示的内容是：三个穿白色T恤和三个穿黑色T恤的人在玩篮球，但是球只在穿白色T恤的人中间传递。在他们传球过程中，会有一个装扮成大猩猩的人出现。他慢慢走近人群，然后对着镜头拍打胸口，最后从这六个人身边走过，然后离开。如下图所示：



研究人员要求实验的参与者，也就是短片的观众，在观看影片的同时统计穿白色 T 恤的一组人的传球次数。等短片放映结束后，询问他们有没有在观看过程中发现异常。令人大跌眼镜的是，极少有人察觉到大猩猩的存在。这个实验成为心理盲点的绝佳例证。

在过去的很多年里，我在商务演讲中多次播放这部短片，每次放映结束后，我都会问观众这样简单的问题：“你们看到大猩猩了吗？”然而，很多人都用奇怪的眼神看着我，一脸茫然。接下来，我会再放映一次，并在播放中提醒他们注意装扮成猩猩的人。大家的反应很有趣：多数人惊得目瞪口呆说不出话，少数人局促不安地讪笑起来，个别人不肯相信自己的眼睛，认为我偷换了短片。

就在几年前，我在皇家协会曾给很多科学家播放了这部大猩猩的短片。有一位在微生物领域非常著名的科学家在一次访谈中谈到了这部短片，他说，正是这部关于大猩猩的短片，让他意识到自己可能在实验室错失了很多重要的发现，从某种意义上来说，这部短片也改变了他的生活。

我曾在 BBC 电视台播放过这部短片，正如大家所猜想的那样，观众们对影片的谜底大为惊叹。

“太震撼了，我居然没有看到有大猩猩走过。”

“太难以想象了，我只能说非常不可思议。”

DID YOU SPOT THE
GORILLA?

那些怪诞又实用的日常心理学

“我感觉，在以前的生活里我一定错过了很多东西。”

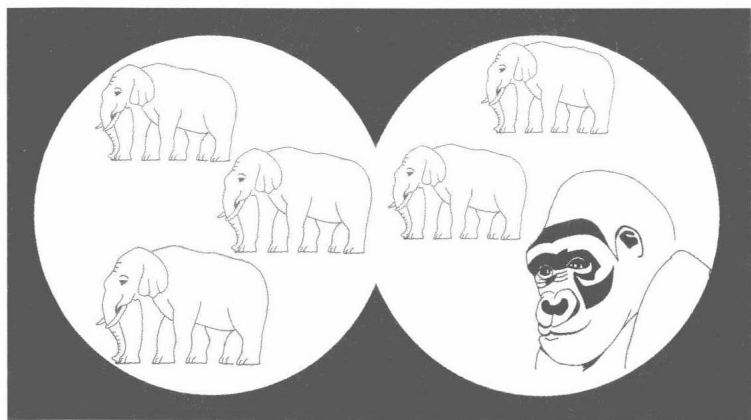
正是因为心理上有盲点，我们才错失了很多东西。而“大猩猩”作为心理盲点的代名词，既简单有趣又十分容易理解。这本书就是要告诉大家如何在生活和工作中发现“大猩猩”。

现在，请拿起你的望远镜，开始一场寻找“大猩猩”的趣味之旅吧，它将彻底颠覆你看世界的方式。

在起程之前，我要先说明两件事：

1. 为了更好地观看沿途的风景，请先测试一下你的望远镜。

在下面的图片中有一群大象，你是否能找到隐藏其中的大猩猩？



2. 在我们的旅程中，我还邀请了两三位朋友与我们同行，希望大家不要介意。

“你从哪儿弄来这本书的？”奥利弗问。

“一个朋友推荐给我的，”露西说，“他说这书让他重新思考了很多事情，我们也应该读一下，你觉得呢？”

“嗯，说实话，读完前言我就没耐心了，我一眼就看到象群里的大猩猩了，如果就这么简单的话，星期三我提出个新的进化论，星期天我就可以变身亿万富翁了！”

奥利弗把书还给露西：“我的意思是，发现机会是件好事，但就别指望我俩找到改变世界的‘大猩猩’了。”

“真有你的，奥利弗，这话一听就是你说的，还没去尝试就要放弃！”露西话里带刺，“但这本书可不是让你去改变世界的，它是教你怎样工作和生活。上周开会，你也知道公司正面临困难，市场部挖空心思搞宣传，但利润增长太慢，公司上下怨声载道。怎样才能让公司更有凝聚力，怎样才能让仓库的新技术正常运行？也许是该换换思路了。”

“嗯……我明白你的意思，但我实在不擅长所谓的突破创新、换位思考，更不会异想天开。”

“哈，你说到问题的关键了，书里的观点都是实验研究的

结果，只要你愿意，你就可以尝试。”

“好吧，听你的，那接下来我们该怎么做呢？”

“嗯，这本书里介绍了四种方法，其中最关键的一点就在于要积极地思考如何在生活和工作中应用这些原理。”说着，露西拿起纸笔，“我来画一只大猩猩，这样我们在看书的时候，它就能提醒我们保持警醒，不能懈怠。”

露西折起画纸，递给奥利弗，站起身来说：“好了，帮我固定到记事板上吧。我跟市场部的玛莎要开个会，早些时候我们再聊，再见。”

“书还没看，我不想显得太没信心，但重塑一个人可不是件简单的事。画一只大猩猩难吗？”

“不难，只是换一下你看事情的角度。”露西转身走出办公室。

奥利弗打开画纸，笑了笑，小心地将画纸固定到了记事板上。

然后，他拿起书读了起来。

目录

Contents

奇幻之旅
发现大猩猩的



让大象消失的幻觉游戏 _003

大猩猩之谜 _008

开启大脑，
时刻准备着

第一章

1. 搜罗生活中的颜色 _004

2. 大脑的神奇配对功能 _007

3. 时刻准备着的大脑 _009

4. 发散我们的思维 _011

5. 浴缸里的机遇 _018

6. 世界著名畅销产品的诞生源头 _020

本章小结 _023