

生活中的心理小实验

150个心理小实验

帮你了解自己, 洞悉他人

• [法] 塞尔日·西科迪 著 洪昊玥 译

Serge Ciccotti

上海社会科学院出版社

DUNOD

150 个心理小实验

帮你了解自己, 洞悉他人

• [法] 塞尔日·西科迪 著 洪昊玥 译
Serge Ciccotti



上海社会科学院出版社

图书在版编目(CIP)数据

150 个心理小实验:帮你了解自己,洞悉他人/(法)
西科迪著;洪昊玥译. —上海:上海社会科学院出版社,
2009

(生活中的心理小实验)
ISBN 978-7-80745-492-2

I. 1… II. ①西…②洪… III. 人间交往-心理测验-
通俗读物 IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 028054 号

Serge Ciccotti

**150 petites expériences de psychologie: pour
mieux comprendre nos semblables**

© Dunod, 2004, 1^{re} édition, Paris.

ISBN: 2-10-048458-3

本书经巴黎 Garance SUN 代理

上海市版权局著作权合同登记号:图字 09-2006-872 号

150 个心理小实验:帮你了解自己,洞悉他人

作 者:[法]塞尔日·西科迪

译 者:洪昊玥

责任编辑:言 孙

封面设计:王斯佳

出版发行:上海社会科学院出版社

上海淮海中路622弄7号 电话 63875741 邮编 200020

http://www.sassp.com E-mail:sassp@sass.org.cn

经 销:新华书店

刷:上海敬民实业有限公司长阳印刷厂

开 本:850×1168 毫米 1/32 开

印 张:10.5

插 页:2

字 数:217 千字

版 次:2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80745-492-2/C·025

定价:28.00 元

版权所有 翻印必究

前 言

几十年来,心理学的进展给我们日常生活中的行为方式带来了新的启示。以这些科学进展为依托,本书将为大家展示最新科技文献中述及的五花八门的研究和实验,这些实验的结果有时与我们的直觉相背,却反而更加引人入胜。不管你是学生、是心理学家、还是个对心理学小有兴趣的普通读者,这本书都能帮助你更加了解自己,也更加了解他人。也许你已经察觉到你的同类身上的某些行为举止,在这本书里你就会找到隐藏在这些行为背后的秘密。

阅读中,也许你会惊奇地发现我们并不能总是沿着科学家一般的理性道路来行为处事,但你渐渐会感觉到我们的行为有着自己特有的合理性,而通常情况下,支配这些行为的动机在一开始并不容易被发觉。

诚然,书中所说的无非是对心理学领域的研究很简单的概述。研究人员就像极具创造力的发明家,倚靠他们精心设计的各种实验,我尝试着对一些简单的问题作出解答。

关于研究方法

心理学让无数人兴致盎然甚至着迷，但面对这个领域中已经呈现在世人面前的种种，初学者很难做到去伪存真，去芜存精。

这也就是为什么本书所有的组成部分都源于科学期刊中已经发表而且有牢固依据的事实，并由独立评审委员会审议通过。尽管其中有些研究结论看似滑稽，甚至语出惊人，但所有这些研究都是依照严肃科学的方法进行的，并针对同样严肃的问题作出回应。

科学的方法是区分真理和迷信的唯一保证。它能够在事实间建立可靠的联系，有力地验证猜想和假设。只有这样，我们才能明辨究竟是不是原先怀疑的原因造成了观察到的现象。

书中述及的心理学实验，大部分时间里都在实验室框架下进行，然而你会发现其实这些试验在“自然”场景中同样能很好地开展（办公室，超市等等）。还有一些建立在长期系统性观察基础上的研究，使我们对某些现象的认识不断更新。

我之所以如此强调方法的严格性，是因为这是避免实验初期原则性错误的必要手段，比如，仅凭一两次观察就妄图提炼出理论。这些使整个实验进程发生偏差的错误在心理学研究中并不少见。如果要颁发一枚勋章给因方法性错误而造成最大灾难的人，得主一定是精神分析学家

Bruno Bettelheim^①。他试图以三个个案为基础,构建他的自闭症概念,并将患病儿童的问题归罪于母亲的疏离和冷淡(“冰箱母亲”理论)。这一说法在医学界广为传播并被奉为真理,直到另一些致力于研究自闭症的科学家进行了一系列严肃的研究后,我们才发现自闭症儿童的家长事实上与其他家长一样温和亲切。其他的研究随后揭示了自闭症的真正病因:神经和免疫机能障碍^②,事实证明母子关系导致自闭症的说法完全是无中生有。然而在这期间,有多少父母为此背上了莫须有的罪名?

关于形式

为了使读者不需看完全书就可按某一问题或某一主题进行查找,本书一个小问题独立为一节,以手册的形式编写。

虽然我竭尽所能试图忠实于原作者,但要保存其复杂性,又对这些浩繁的研究进行概述,实在是一件难事。因此,我诚挚地邀请各位查阅“拓展阅读”中列出的参考文献,也就是实验的原始出处。

希望能凭借这本引人入胜的书让各位读者体会到,尽管研究方法不容半点马虎,但科学并不枯燥无味。为此,我特意在书中安排了不少有趣的问题、测试和事例。

祝大家阅读愉快!

① Bruno Bettelheim:《空荡荡的城堡》,巴黎:Gallimard 出版社,1967。

② Jacqueline Nadel 和 Bernadette Rogé:《自闭症:生物选择. 1. 研究》,《法国心理学》第 43 卷,第 2 期,格勒诺布:格勒诺布大学出版社,1998。

以下几点请不了解心理学研究的读者们注意:

● 实验的参与者^①在实验过程中“任人摆布”,也就是说他们对正在进行的实验的真实目的一无所知。有时,他们甚至不知道身边有好多双眼睛正注视着他们。但在实验结束时,研究者都会告知这些“被害人”实验的真实目的(“实验报告”)。

● 当在本书中读到“某种条件下,参与者必须……另一种条件下,他们又必须……”时,指的是不同条件中不同的两组人,通常是分别进行实验。

● 为了使最真实的原因浮出水面,研究者会尽可能地控制^②各种“干扰”,因为根据实验性质不同,某些干扰因素也可能成为结果的部分诱因(如社会地位、年龄、性别、噪声等等)。我们所观察到的差异,是在“无差别环境”中的不同实验条件下产生的(当然,作为实验目的的真实原因不包含在无差别环境中)。

① 也被称为“主角”。

② 研究人员借助多种策略以避免某中介因素对假设原因及现象的介入干扰,如在实验条件下对参与者的随机分组(随机化)、在统计分析中以协方差形式引入可变干扰、使用目击组、持续监控和配对监控等。

目 录

前言	1
第一章 感知,注意力,记忆和智力	1
1 你比你的父母更聪明吗?	
弗林效应	5
2 金榜题名那天你是不是觉得自己长高了一些?	
社会重要性	8
3 为什么女孩子总希望自己最要好的女伴相貌平平?	
对比效应	11
4 谁能在黑夜里看到 48 公里外的一支烛火?	
绝对阈限	15
5 为什么口干舌燥时你总觉得自己的裙子比以往更加透明?	
需求对感知的影响	17
6 人人都爱撒谎吗?	
错觉	21

7	为什么爸爸看报的时候总发出“嗯,嗯”的声音? 鸡尾酒效应.....	26
8	为什么新建的广告牌上有一个垃圾袋? 变化盲视和注意瞬脱.....	31
9	为什么大包小包上楼的时候楼梯显得格外陡峭? 动作对感知的影响.....	36
10	我们能轻松地记住物体旋转的方向吗? 旋转方向的记忆	38
11	为什么你有时会把盐当成糖用? 心不在焉	41
12	话在嘴边时,什么能帮助你记起那个词? 话在嘴边	45
13	为什么放射科医生都戒烟了? “活”榜样	47
14	我们为什么会跟自己的手说话? 手势与思维的联系	50
15	为什么会这一切你都早就知道了? 事后认识偏向	53
第二章 判断,归因和解释.....		59
16	为什么红灯总是在你心急火燎的时候出现? 假想性关联	63
17	为什么芭比娃娃在你眼中是那么漂亮?	

	外貌吸引力和进化论	71
18	为什么即使牙医并不在为你治疗,但只要他手里的“小钻头”一有停止的迹象你就浑身放松?	
	假想控制	74
19	为什么朋友们总是不听你的劝告情愿错上加错?	
	确认假设	78
20	为什么你的预言总能实现?	
	能自我实现的预言	82
21	我们为什么认为遭到性侵犯的女性多多少少是“自找的”?	
	基本归因错误	87
22	为什么动手术前我们总是出奇地慷慨?	
	对公平世界的信仰	91
23	流行杂志上的性格测试是怎么回事,为什么这些测试常常很准?	
	Barnum 效应	95
24	要不要相信那些宣称同性恋者有害的人?	
	反同性恋和性冲动	100
25	为什么你的妹妹爱自家寒舍胜过你家豪宅?	
	LAP 效应和捐赠效应	103
26	你非得放声大笑吗?	
	笑的诱惑	107
27	为什么过去总是更美好?	

简单暴露效应·····	109
28 你会把钱包交给谁保管,与你有几分相像的人还是其他人?	
信任与相似度·····	112
29 “电脑马屁”能打动你吗?	
电脑马屁对我们判断的影响·····	115
 第三章 自我形象管理·····	 119
30 考砸了为什么要怪老师?	
自我提升偏向·····	121
31 随便一次十分钟的对话里,你能撒几次谎?	
谎言和自我展示·····	125
32 手握凯撒奖奖杯的人是不是真心诚意地说“没有你们,就没有我的今天”?	
战略性自我展示·····	128
33 为什么人们都喜欢跟街边的乞丐比,不愿与国家总统比?	
社会比较·····	136
34 如果握手时软弱无力,这会不会损害你的形象?	
握手和印象形成·····	141
35 为什么有的人觉得你爱吃巧克力酒香兔肉?	
虚假唯一偏差和虚假一致偏差·····	144

第四章 思维定势(成见、试探)对判断和行为的影响 … 147

- 36 吉普赛人都弹吉他吗?
成见对判断的影响…………… 149
- 37 为什么女人就玩不得幽默?
幽默与成见…………… 155
- 38 你为什么看完《驱魔人》就往自己床底下看?
经验判断法…………… 157
- 39 你为什么觉得中国人长得都一个样儿?
种族偏见对“种族效应”的影响…………… 164
- 40 为什么爷爷不让你跟 Rachid 一起玩?
老年人的抑制困难…………… 167
- 41 负面看待衰老会不会缩短寿命?
成见对行为的影响…………… 170
- 42 为什么在我们脑海中有些念头总是挥之不去?
反弹效应…………… 175
- 43 人们说不要歧视残疾人的时候,我们应当相信
他们吗?
偏见的份量…………… 180
- 44 为什么奉劝种族主义者不要听说唱音乐?
关于音乐的种族间推论…………… 183

第五章 社会影响、权力和操纵 …… 187

- 45 怎么做才能多拿小费?

	互利规则和巧克力·····	191
46	出去购物为什么不用穿得太好?	
	客户吸引力现象和售货员行为·····	195
47	怎样才能让孩子乖乖地吃下花菜,而不需要 你以电击为恐吓?	
	权力和服从·····	197
48	为什么游手好闲的总是同一拨人?	
	社会角色差异·····	205
49	为什么厨师越差劲,你却觉得昆虫的味道越好?	
	认知不和谐·····	210
50	就算你意志坚定,在 50 000 人的强大压力下,你会 妥协吗?	
	观众呐喊声对裁判决定的影响·····	215
51	我们为什么喜欢在电视竞猜里随大流?	
	从众心理·····	217
52	当朋友的意见与你完全相反时,你能不能说服 他们?	
	少数人的影响·····	222
53	为什么“一个和尚挑水喝,两个和尚抬水喝,三个 和尚没水喝”?	
	社会惰性·····	225
54	为什么一无是处的人就只能孤身奋斗?	
	社会助长·····	228

55	为什么不能让别人碰自己? 身体接触与消费行为.....	233
56	为什么你的朋友跟你笑起来一样? 变色龙效应.....	238
57	穿拖鞋上街为什么就这么难? 探照灯效应.....	242
58	为什么应该无视那些过分的要求? “留面子”技巧.....	245
59	你为什么不该在街上告诉陌生人时间? “登门槛”技巧.....	248
60	一位老奶奶被偷了钱包,为什么大家都无动于衷? 援助行为.....	252
61	为什么我们极少与两小无猜的伙伴共结连理? Westermarck 效应.....	257
62	为什么餐厅里最后的位子就是最差的位子? 公共场合对座位的挑选.....	260
63	面试的时候,你的目光应该正视对方还是低 头躲闪? 目光的影响.....	262
第六章 动机、情绪与个性		265
64	20 岁时热情外向的人到了 40 岁会变得暴躁又 充满敌意吗?	

个性发展·····	267
65 为什么上班前不能看《没用的圣诞老人》? 心情对行动的影响·····	271
66 为什么最好在埃菲尔铁塔上求婚,而别去战神 校场? 情感归因·····	275
67 为什么做自己喜欢的事最好别拿报酬? 内在动机·····	278
68 为什么孩子们喜欢玩火柴? 心理抗拒·····	281
69 打哈欠真的会传染吗? 哈欠与情感同化·····	285
70 为什么别人会看上你的老公? 依恋风格与劈腿·····	290
71 为什么你把手放在托盘下面并把汤碗向上托 就会觉得汤的滋味更好? 具身化效应·····	296
 第七章 两性差异·····	 303
72 为什么人们都说女孩比较八卦? 性别与诽谤·····	305
73 为什么做班级第一名男生的朋友就这么难? 课业表现与社交行为·····	309

74	为什么男生理科成绩好? 两性在科学的魅力面前的差异.....	311
75	看着一盆鲜花,女孩会比男孩更自律吗? 绿地与自律.....	313
76	女孩真的比男孩更喜欢微笑吗? 微笑:两性差异与印象生成	316

第一章

感知,注意力,记忆和智力