

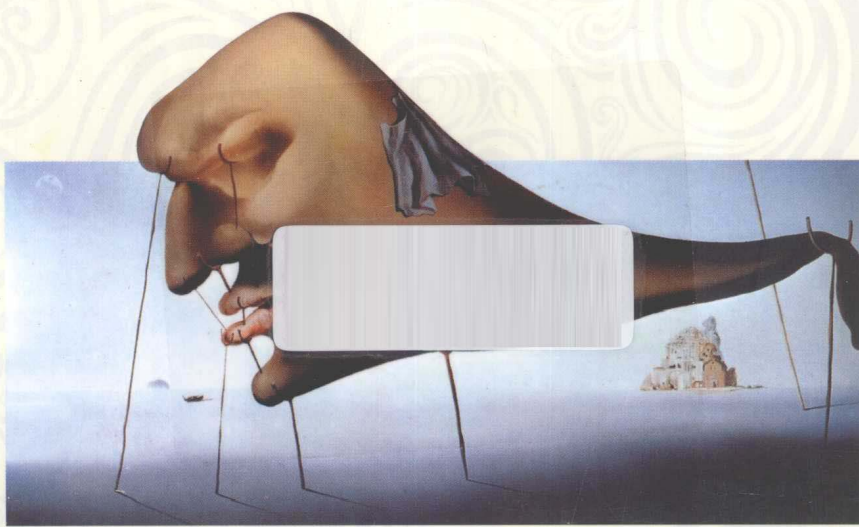
一部开启另类思维、重新认识自己和他人的心理学读本

为什么有时假装快乐就能真的快乐起来？为什么人在夜晚的时候感情最丰富？为什么酒吧里更容易产生暧昧气氛？为什么红色电风扇越吹越热？为什么双胞胎会有“心灵感应”……本书分析了生活中上百个典型的不可思议的日常现象，为读者揭示了这些怪诞现象背后隐藏的心理秘密，从而让我们重新认识自己 and 他人，更好地掌控生活。

每天学点 怪诞心理学 大全集

透视人类心理的非理性误区和非常态背后的真相

白雯婷 编著



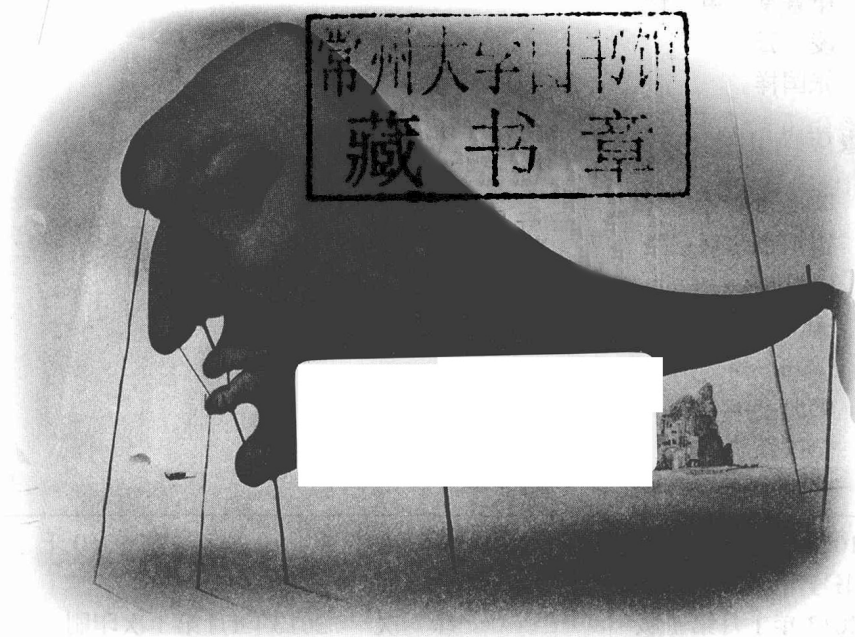
黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

每天学点怪诞心理学

大全集

透视人类心理的非理性误区和非常态背后的真相

白雯婷 编著



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

每天学点怪诞心理学大全集：透视人类心理的非理性误区和非常态背后的真相 / 白雯婷编著. — 银川：宁夏人民出版社，2012.11
ISBN 978-7-227-05317-0

I. ①每… II. ①白… 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 (2012) 第 279545 号

每天学点怪诞心理学大全集：

透视人类心理的非理性误区和非常态背后的真相

白雯婷 编著

责任编辑 康景堂 申 佳

封面设计 凌 云

责任印制 张国祥

黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

出版发行

地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦 (750001)

网 址 <http://www.yrpubm.com>

网上书店 <http://www.hh-book.com>

电子信箱 renminshe@yrpubm.com

邮购电话 0951-5044614

经 销 全国新华书店

印刷装订 北京中创彩色印刷有限公司

开 本 1020mm × 1200mm 1/10 印 张 50 字 数 760 千

印刷委托书号 (宁) 0010063

版 次 2013 年 1 月第 1 版

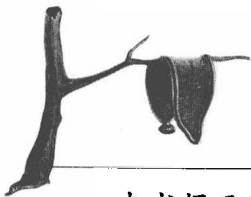
印 次 2013 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-227-05317-0/B · 165

定 价 29.80 元

如果发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

版权所有 侵权必究



本书揭示了生活中各领域的异面，剖析了那些我们不易察觉的怪诞现象背后隐藏的心理秘密，诠释了生活和生命的本质和真相，帮助读者做到“见怪不怪”，从而“以怪制怪”，化生活的“非常态”为“常态”，提高生活的幸福指数。



注意观察生活的人，一定会发现生活中存在许许多多不可思议的日常现象：为什么有些事情看似合理实则不合理，看似理性实则不理性？为什么有些事情表面看平淡无奇，实际却充满了玄妙？为什么有些人能从一个人的笔迹中看出他的品性？为什么我们会在超市里疯抢自己不需要的东西？你以为商品物美价廉就一定会占到便宜吗？有些是我们司空见惯却无法合理解释的；有些是我们认为理所应当，但深究起来却又觉得有奇异之处的；还有一些则是从发生伊始就让我们充满疑惑的。

我们可以尝试一下这样的场景：你闭上双眼，伸出两手呈平行状，掌心向上摊平。然后，你被告知，你的左手放了一个铁球，右手牵着一个气球，铁球越来越重，气球越来越轻……在这样的语言引导下，睁开眼睛后，你会惊奇地发现本来持平的双手已经发生了变化：左手明显比右手低。

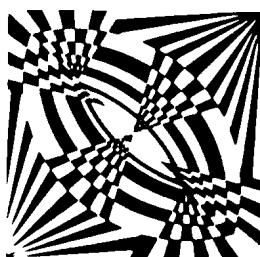
原来，我们在不知不觉中已经被“沉重的铁球”和“轻盈的气球”所影响了。那么，这是为什么呢？因为当我们被语言告知左右手承受不同重量物件的时候，就已经被别人做了心理暗示。我们的大脑是有记忆的，它回忆起我们的身体承受“铁球”和“气球”的不同质感，并向其发送了相应的信息：铁球重，我们的手会被压下沉；气球轻飘，手应该向上浮。这样，我们就在别人的“诱导”下，成为了“被操纵的对象”。

当然，这种“被操纵”的心理暗示只是心理学的一个现象，其实，在我们的日常生活中还有更多匪夷所思的事情发生，只是我们都缺乏探测和发现的雷达，以至于忽略了自身和生活的许多有趣之处。我们的生活似乎处处充满谜团，而我们的一生似乎也总是伴随着这些光怪陆离的怪诞现象。

为什么人多不一定力量就大？为什么我们会疯抢根本不需要的东西？为什么别人的选择会影响我们的偏好？为什么商品卖得越贵越有人买？……其实，这些行为的背后隐藏着让我们大吃一惊的真相。为了让人们更好地了解这些怪诞现象背后隐藏的心理秘密，了解人是如何思考、如何表达、如何行动、如何感受的，从而对人性有更深刻的洞察，更加清楚地认识自我，发现潜藏在内心深处的自己，发现自身某些不理性、不正确的行为，且学会自我调节、改正，塑造积极形象，避免不当的行为引起他人的反感和误解，从而让自己更受欢迎，让人生更加顺利，为此我们编写了这本《每天学点怪诞心理学大全集：透视人类心理的非理性误区和非常态背后的真相》。



本书通过大量案例、现场实验解读日常生活中存在的种种怪诞现象背后的心理秘密，剖析了那些不易察觉的非理性行为，诠释了生活的本质与真相，并为读者提供了相应的应对措施，从而帮助你更好地了解自己、读懂他人、透视社会，做到“见怪不怪”，“以怪制怪”，化生活的“非常态”为“常态”，更好地驾驭学习、工作、生活。借助本书你将会发现：只有了解人类的天性，才能够用更合理的方式对待别人；懂得合理对待别人的人，才能取得更大的成功。通过阅读本书，你能够挖掘出那些我们不易察觉的怪诞心理背后所隐藏的秘密，从而更好地掌控自己的人生。





梦也有情绪吗	31
第四章 禁果效应：为什么越是得不到，就越想得到	33
为什么越得不到的东西，就越想得到	33
购物动机来自内心满足感的获得	34
占便宜心理和无功不受禄心理	35
为什么会出现哄抢事件	36
“杀人游戏”背后的心理动机	37
巧用“从众心理”，扩大影响范围	38
为什么我们“欲得寸”，就需要“先进尺”	39

第二篇 遇见未知的自己

第一章 思路迷失：为什么我们能找到去月球的路，却迷失在大卖场	42
为什么目标细化后更易实现	42
“没吃过猪肉总见过猪跑”说明了什么	43
少数服从多数是必须的吗	44
一块隔热板毁了“哥伦比亚”号	45
一番好意为何导致分手	45
“猪”可能不是骂人的话	46
青春期为什么更依恋同性朋友	47
为何女性到了更年期容易失眠	48
活在当下才能不迷失	49
第二章 两极分化：为什么心态让双胞胎“命运”迥异	51
同样的钱为什么感觉不同	51
人们为什么热衷冒险	52
人们更偏爱有曲线的物体吗	53
不同颜色容易让人产生错觉	53
揭秘养宠物的人的几种常见心理	55
“如愿以偿”的少年因何抑郁	56
心态让双胞胎“命运”迥异	57
大家喜欢流行事物的心态其实各不一样	58
选择平庸还是完美呢	59
逆向选择：美女总嫁丑夫	59
幸福与不幸福只是你的一念之差	60
第三章 恐慌危机：为什么我们会感到恐惧	62
公车上如何选座位反映了什么	62
乘电梯的时候，人们为什么总是盯着电梯显示屏上跳动的数字看	63
从众行为与害怕偏离群体的心理有关	64
什么环境让你感到恐惧	64

“虚假的自己”和“真实的自己”	65
第四章 久等是病：为什么我们因拖延而焦虑，却又在焦虑中拖延	67
你是不是已经走进了拖延怪圈	67
为什么大学生会拖沓学业	68
如何纠正隋性的生活方式，不再拖沓	68
为什么多作计划能让我们少花时间	69
第五章 观察艺术：我们有时为什么会觉得自己很陌生	71
你怎样对别人，别人就会怎样对你	71
外表看上去很健康的女性也会患抑郁症	71
他人渴望被认可的想法，你读懂了吗	72
夸大自身的不幸是出于什么心理	73
观察一下你的不满情绪	73
我们为什么工作	73
为什么我们常会后悔	74

第三篇 给自己上一个阀门

第一章 欲望难填：为什么我们管不住自己的欲求	76
为什么人的权力欲望会不断膨胀	76
为何因一件睡袍换了整套家居	77
女人为什么爱挽男人的手呢	78
为什么女人都喜欢穿高跟鞋	78
当出轨成癖	79
我就是要购物	80
女人也需要蓝颜知己	81
任性也是女人的一种心理需求	81
第二章 自信妄想狂：为什么我们总高估未来的收益	83
彩票到底有何魔力	83
宁可越跌越多，也要死抓跌股不放	84
为什么关键场合我们往往会发挥失常	85
别妄想商家的“免费午餐”	86
爱人要出轨	87
第三章 驱除不良情绪：他为什么总是战战兢兢	89
博客成为避风港——压抑	89
不肯远行的蜗牛——逃避	90
平衡与不平衡的差距——抱怨	91
塔里兰的阴谋——愤怒	92
方丈与青年——厌倦	93



富商也有苦恼——紧张	94
他为什么总是战战兢兢——自卑	95
活在昨天的年轻人——怀旧	97
第四章 气场：为什么有些人就是能够影响别人	99
多说“你”真能促进交流吗	99
多换位思考：如果我是他	100
尽量多让对方说“是”	101
情绪也能传染给他人吗	102
“高帽”要量身定做	103
指责和抱怨他人，于事无补	104
说话技巧为什么重要	105
语言中的人情债轻易赖不掉	106
如何提高说服力	106
为什么第一句话非常重要	107
如何能在群体中影响别人	107
用“权威成分”征服你的对手	108
学会察言观色才能知其心理	109
为什么事先坦露自己的缺点反而让自己变得容易亲近	110
第五章 自救：为什么死神也怕咬紧牙关的人	112
鉴真做名僧的愿望——战胜挫折	112
睡觉时胡子放在哪儿——简单生活	113
小和尚买油——转移注意力	114
死神也怕咬紧牙关的人——珍惜生命	115
让妻子变得更加美丽——接受缺陷	115
偷懒的马会把你拉进失败——克服懒惰	116
最重要的就在我们的身边——把握现在	117
请先看完所有题目——归零心态	118
大鱼的故事——承受风险	118
推销《圣经》的神父——挑战自我	119
拗不过骆驼的人——合理期望	120
城里老鼠和乡下老鼠——安心自在	121
第六章 善变：作好了决定为什么会被别人牵着鼻子走	122
为什么我们会因打折而改变购买决定	122
生活中为何有如此多的善变者	123
为什么明明不喜欢某些人，却总是无法拒绝他们的要求	124
为什么会有“鸟笼效应”	125
多动下脑筋就可以改变他人的决定	127
是什么让你在作决定时变得不那么理性	128

第四篇 人类一半是外星人，一半是地球人

第一章 进化论：为什么男人是勇士？	130
-------------------	-----

为什么男人是勇士？	130
为什么男人是勇士？	130
为什么男人是勇士？	130
为什么男人是勇士？	130
为什么男人是勇士？	130

第二章 为什么男人是勇士？	130
为什么男人是勇士？	130

第三章 为什么男人是勇士？	138
---------------	-----

第四章 为什么男人是勇士？	138
---------------	-----

第五章 为什么男人是勇士？	142
---------------	-----

为什么观众看演出会“一呼百应”	142
“两情相悦”是怎么来的	143
为什么总有一些掌声先响起来	144
糟糕的第一印象有多严重	146
为什么越赞美越好	147
为什么“名片效应”可以拉近心理距离	148
他人的关注可以让我们变得更积极主动	149
交谈中，要跟随着别人的步调	150
“羊群效应”——追随者的从众心理	151
别做“职场秀客”的追随者	152
让员工心甘情愿地成为追随者	153

第四章 大话王：为什么我们愿意说假话并听信谣言	155
-------------------------	-----

说谎是人的天性吗	155
不说“我”的人多在说谎	156
为什么我们喜欢听信谣言	157
是不是说谎，看表情就可以知道	158
揭穿骗局的铁匠——洞察谎言	159
御史巧计救李靖——以谎试谎	160
为什么恋爱中的男女都爱说谎	161
为什么我们不介意谎言的存在	162

第五章 心体合一：“无聊死了”，真的会死人	164
-----------------------	-----

为什么“装”出来的快乐也能真快乐	164
------------------	-----



“无聊死了”，真的会死人.....	165
为什么喝水能调节心情.....	166
说话时轻声细语能让你和他人变得快乐.....	167
人为什么会笑.....	169
脾气来得快，伤口好得慢.....	170
小心细微动作“出卖”你.....	171
成人磨牙多是心理受挫.....	171
人为什么喜欢接吻.....	172
健康是身心健康的统一.....	173
衡量身体健康的“五快”标准.....	173
身体健康与心理健康密切相关.....	174
心理因素影响人体健康.....	175
你会赞美你自己吗.....	176
为什么换个发型就能换个好心情.....	178
为什么人类会有瞬间呆住的反应.....	179

第五篇 拯救伪快乐

第一章 幸福指数：为什么越来越有钱，却感到不幸福..... 182

乞丐为何特别喜欢第一双鞋子.....	182
财富与幸福是什么关系.....	183
成功能带给你幸福吗.....	183
为什么懂得放弃的人活得更幸福.....	184
为什么信任让我们更快乐轻松.....	185
为什么越来越有钱，却感到不幸福.....	185
让父母快乐其实并没有想象中的那么难.....	186
为什么结婚之后的幸福指数不升反降.....	187
为什么太聪明的人反而很难感受到幸福.....	188
幸福可以经营，因为它更接近一种主观感受.....	189
为什么许多人都喜欢“晒”幸福.....	190
幸福不是拥有得多，而是计较得少.....	192

第二章 快乐有方法：为什么生活越简单反而越快乐..... 194

从 1414 到“都发都发”.....	194
每天做“快乐练习”让你心情更愉悦.....	195
买回短吻鳄的海因茨——快乐管理.....	195
为什么生活越简单反而越快乐.....	196
谈话时，请把身体微向前倾.....	197
助人为乐者更快乐.....	198
远离嫉妒才能变得快乐.....	199
无私者更快乐.....	200

第三章 压力释放：为什么说脏话让人心里觉得舒畅	201
说脏话竟让我们更痛快	201
为什么人在夜晚感情最丰富	201
为什么有些人总爱插话	202
为什么说懂得宣泄愤怒的人更健康	203
另类偷窃，只为了寻找快感	203
冥想可以控制忧虑	204
心理垃圾要随时清理	204
你知道撒娇也能释放压力吗	206
为什么有些人容易出轨	207
为什么有时候人要“看小”一下自己	208
国王与大臣——乐观	209
只需一根柱子——自信	210
丘吉尔的幽默——幽默	211
不食嗟来之食——自尊	212
跌跤的福特总统——豁达	213
法师与小沙弥——平常心	214
“先生，你掉了钱”——善良	214
感谢别人给予的一切——感恩	215
国王与三个儿子——宽容	216

第六篇 日常生活原来是这么的不可思议

第一章 视觉：为什么酒吧的光线都很昏暗	218
为什么酒吧的光线都很昏暗	218
为什么保险柜多为黑色	218
为什么红色电风扇越吹越热	220
为什么公路上蓝色汽车少	221
日本料理喜欢用黑盘子的秘密	221
为什么办公室颜色会影响工作效率	222
为什么体育场的跑道是红绿色相间	223
为什么罪犯多喜欢红色	224
第二章 九型人格：我们天生就是内向或外向的人吗	225
青蛙和蝎子——人格稳定性	225
截然不同的双胞胎兄弟——气质	226
同处一室的不同性格者——性格	228
马斯洛需求层次理论——需求	229
奥尔波特的人格特质论——特质	230
扼住命运的咽喉——自励	231
伯乐王旦——贝尔效应	233



“石引”治病——意志品质	234
苏章判案——道德感	234
他到底是谁——多重人格	235
从声音中听出你是什么人	236
胎教真的能影响胎儿性格吗	237
从口头禅看人	237
为什么爱出风头的人更脆弱	238
第三章 永不放手：为什么人会有过度执著和疯狂的时候	239
为何有那么多人迷失在网络里	239
迷恋名牌、崇尚权力有错吗	240
超级追星族到底有多疯狂	241
婚外恋中谁更奋不顾身	241
都是划痕惹的祸——偏执型人格障碍	242
疯狂的赌徒——病理性赌博障碍	243
为什么有人认为结婚最好要有房	244
为何年轻人总执著于“哥们儿义气”	245
千军万马哄抢“铁饭碗”	246
选秀成风，为何那么多人争当明星	247
第四章 异度空间：为什么有人会相信超能力存在	249
真的有前世吗	249
阿基米德和纯金的皇冠——灵感	249
弗洛伊德与埃米夫人——自由联想法	251
求神拜佛能求来什么	252
风水的真面目	252
为什么人会越老越迷信	253
第五章 飞跃疯人院：为什么人们会出现各种心理疾病	254
为什么有人连半个馒头都吃不完	254
为什么老觉得证书没考完	255
为什么总觉得有人在跟踪他	256
希特勒的变态心理——本我和超我冲突	256
天才儿童的自闭症——自闭症	257
甘受皮肉之苦的贝蒂——性虐待症	258
从佼佼者到名落孙山的女孩——忧郁症	259
约翰的可怕念头——强迫症	260
无病乱投医——疑病症	261
出走带来的后患——癔症	262
他们的问题在哪里——神经衰弱症	263

第七篇 外在的非理性也是可以预测的

第一章 偶然的力量：为什么人们喜欢从巧合中寻找因果	266
自我暗示如何杀死一个人	266
为什么越不想发生的事情却发生了	266
祈祷真的有用吗	267
墙上挂的画会影响你的一生	267
缘分到底是什么东西	268
奇妙的“心灵感应”	268
“幸福来得太突然了”是真的吗	270
为何有人总是觉得自己看到过超自然现象	271
第二章 背道而驰：为什么就爱有人对着干	272
人们为什么总是喜欢对着干	272
为什么逆耳的话要先说	273
为什么销售员很专业，顾客却不买账	273
青春期的孩子怎么变叛逆了	274
表扬孩子未必都是好事	275
他们为何对名人穷追不舍	276
为什么有人喜欢偷吃“禁肉”	277
为什么会对领导决断有抵触心理	278
婆媳之间为何经常硝烟弥漫	278
为什么有些女人 30 岁了还单身	279
真的是“无仇不成父子”吗	280
第三章 都市通病：现代人为什么毛病多	282
如果我们生气，吃亏的究竟是谁	282
博士的“旷世杰作”——自恋	283
人生为何如此黑暗——空虚	284
嫉妒是人生的毒药——嫉妒	285
丈夫离去的日子里——孤独	286
幸福靠自己争取——怨恨	287
生死边缘的徘徊——抑郁	288
把工作留到明天——拖延	289
他为什么会脸红——羞怯	290
地上的泥土与天上的星星——挫折	291
特殊的寻找者——完美主义	292
见义勇为不是错——定式错位	294
楚汉之争，谁主沉浮——优柔寡断	295
第四章 行为规范：为什么白干活高兴，干活赚钱反而不高兴	297
为什么愿意免费做义工，给补贴却不愿意做了	297



岳母准备的晚餐你能付费吗.....	298
社会规范和市场规范的博弈.....	298
礼品如何发挥平衡作用.....	299
1000 美元的礼物还是 1000 美元的现金.....	300
鱼与熊掌不可兼得.....	301
罚款对杜绝迟到有效吗.....	302
为何我们的请求常常事不过三.....	303
社会规范心理对行为的促进作用.....	303

第八篇 摇摆源于拒绝不了的诱惑

第一章 销售陷阱：为什么便宜的东西让我们花更多的钱..... 306

“免费”让我们买了不需要的东西.....	306
为什么越“限购”越好卖.....	306
借势胜过明势的生意经.....	308
美国黑人化妆品市场的黑马——捆绑销售.....	309
福特公司的抽奖活动——活动促销.....	309
商家为什么卖给我们一个“免费”人情.....	311
用户体验不是免费的午餐.....	311
销售过程中的尴尬与技巧——以诚动人.....	312
推销的失败与成功——洞察关注点.....	313
会听客户话外音的大卫——窥探心理动向.....	315
一件“减价”的貂皮大衣——把握价格策略.....	316
“您说的‘价值’，指的是什么”——捕捉客户下意识.....	317
等候的成效——右脑思维.....	319
客户的担心——安全感.....	319
电话销售人员的哀兵策略——利用同情心.....	321
销售员乔治的故事——对比效应.....	322
白手绢“擦”出的效果——剧场效应.....	323

第二章 安慰的魔力：为什么赞美与表扬能使白痴变天才..... 325

查尔斯·史考伯的经验之谈——赞美.....	325
子高求情——“高帽”策略.....	326
卡耐基与比西奇——夸奖教育.....	327
肯德基的特殊顾客——激发动力.....	328
苏步青和三位恩师——教师人格.....	329
给孩子贴上正面标签——标签效应.....	329
期望能产生奇迹——罗森塔尔效应.....	331
均衡发展最重要——木桶定律.....	332
“小笨蛋”爱因斯坦——永不放弃.....	333
赞美的力量——南风效应.....	334

第三章 万有引力：为什么爱美之心人皆有之	336
为什么男人看女人外貌，女人看男人能力	336
男人为什么喜欢漂亮女人	337
少儿期的孩子为什么“臭美”	338
为什么不完美的人更受欢迎	339
初恋的内心体验	339
恋爱中的审美错觉	341
恋爱中的心理差异	342
恋爱中的自感心理	344
恋爱中的嫉妒心理	344
驶出单相思的心理孤港	346
热恋的心理距离	347
失恋后的心理调节	348
第四章 心灵保卫：为什么相爱容易相处难	350
为什么暧昧让人欲罢不能	350
为什么职场恋情容易发生	351
“刺猬效应”	351
女人如何能不唠叨	352
克服“婚前恐惧症”	353
新婚心理调适	353
当心婚后“爱情沉默症”	355
婚姻的“头号杀手”——婚外恋	357
如何面对婚外恋	358

第九篇 生活为什么这么无奈

第一章 一切只因非常态：为什么他要动手打女友	362
动手打女友的原因——变态心理	362
另类的男孩——异装癖	363
对内衣有特殊爱好的男孩——恋物癖	364
露阴者的求救——露阴癖	365
偷窥的乐趣——窥阴癖	366
幻听者的疯狂——感知障碍	367
妄想导致的悲剧——思维障碍	367
那些抑郁自杀的人——情感障碍	368
第二章 家庭中的悲凉：为什么不要和陌生人说话	370
不要和陌生人说话——家庭暴力	370
婚后仍是处女——家庭冷暴力	371
恶母虐女——忽视、虐待儿童	372