



BLIND SPOTS

你为什么 想不到

打造不可替代的自己

[美] 玛德莲·赫克◎著

蔺秀云 徐守森◎译



全国百佳图书出版单位

APCTIME

时代出版传媒股份有限公司

安徽人民出版社

你为什么想不到

打造不可替代的自己

[美] 玛德莲·赫克◎著
蔺秀云 徐守森◎译

★★★ 成功的人生没有盲点 ★★★

全国百佳图书出版单位
 时代出版传媒股份有限公司
安徽人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

你为什么想不到：成功的人生没有盲点 / (美) 赫克著；蔺秀云，徐守森译．—合肥：安徽人民出版社，2012.3

ISBN 978-7-212-04756-6

I. ①你… II. ①赫… ②蔺… ③徐… III. ①思维方法—通俗读物
IV. ①B804-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 039236 号

书名：你为什么想不到

作者：(美) 玛德莲·赫克

出版人：胡正义

选题策划：曾丽

责任编辑：武学 鲁雪楠

责任校对：鲁雪楠

责任印制：刘银

装帧设计：视界创意 祝志霞

出版：时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽人民出版社 <http://www.ahpeople.com>

(合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场 8 楼

邮编：230071)

发行：北京时代华文书局有限公司

(北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编：100011)

电话：010-64266769，010-64264185 转 8067 (传真)

印刷：北京鹏润伟业印刷有限公司 电话：(010) 80261198

(如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换)

开本：620×889 1/16 印张：15 字数：175 千字

版次：2012 年 6 月第 1 版 2012 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-212-04756-6

定价：29.80 元

版权所有，侵权必究

序

祖母帮她3岁的孙子本杰明拉拉链，她一边教他一边说：“拉拉链的秘诀就是在你往上拉的时候，确保你已经将拉链头推到了最下面。”本杰明一脸疑惑地问道：“为什么这是个秘诀呢？”

我们应该都经历过类似的情况，即突然意识到别人看待世界的眼光和我们极其不同。我一直对人们的思维方式很感兴趣，尤其是当我们彼此理解世界的角度存在巨大差异以至于他人的观点会让我们觉得奇怪或因此觉得自己的想法很“愚蠢”时。心理学史上，大部分的时间人们都在研究“智力”，但是直到近期才将一部分注意力转移到“愚蠢”上来。正如罗伯特·斯腾伯格所说，我们花费巨资来研究测验，试图测量人类的聪明程度，从而预测那些聪明人所能取得的成就，却很少关注到底是什么浪费了这些最聪明的人的天赋，而使他们表现出“令人瞠目结舌的愚蠢”。

在这本书中，我将尽可能地促使人们真正思考“为什么聪明人也犯傻”这一问题，同时，也希望能够超越理论给那些希望克服自身盲点的人提供一些实际的建议。此外，和其他提升自我修养类书籍不同的是，本书更多地强调了盲点对公共氛围所造成的

你为什么**想**不到

影响，它影响了人与人之间的相互理解，造成误解，从而影响我们解决紧迫的政治和社会问题的能力。我希望这本书不仅能帮助人们提升个人生活质量，也能让我们共同生活的社会更和谐。

目 录

序 /1

第1章 为什么聪明人也犯傻 /1

大多数人都做过蠢事 /2

三个最常见的盲点 /10

小 结 /21

导 引 /22

第2章 听从你的心 /23

盲点 1：身体总比脑子快 /24

策略：情绪是最好的信号 /29

视野拓展：别以为过度思考很深沉 /34

干扰：去思考，去行动 /35

小 结 /37

导 引 /38

第3章 看清自己缺什么 /39

盲点2：电视里的人看起来都很蠢 /40

策略：有缺陷才是正常人 /43

视野拓展：人人都是全能，世界会怎样 /53

小 结 /59

导 引 /59

第4章 习惯使大脑变钝 /61

盲点3：忽视身边事 /62

策略：给你的生活上点色 /70

视野拓展：习惯和麻木只差一步 /74

小 结 /75

导 引 /75

第5章 给自己一个真实的拥抱 /77

盲点4：对自己的双重标准 /78

策略：他人的意见比你想的更有益 /81

视野拓展：心理优势并不总是好的 /92

干扰：允许经验改变你 /95

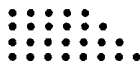
小 结 /97

导 引 /97

第6章 你总从自我的角度看问题吗 /99

盲点5：产生偏见的重灾区 /100

策略：多听、多读、多看 /103



视野拓展：发生误解意味着双方都有问题 /109

干扰：怎么对待截然相反的观点 /111

小 结 /118

导 引 /118

第 7 章 落入“分类”的陷阱 /121

盲点 6：认为“物以类聚，人以群分”是捷径 /122

策略：分类标准不是单一的 /125

视野拓展：“人以群分”的坏处 /129

干扰：别姑息心怀恶意的人 /136

小 结 /138

导 引 /138

第 8 章 迅速下结论省时省力 /139

盲点 7：仓促下结论的心理期待 /140

策略：让思考过程显现出来 /149

视野拓展：政治运动的荒谬之处 /156

干扰：逻辑不是冷漠的理由 /158

小 结 /163

导 引 /164

第 9 章 我相信他看到了怪物 /165

盲点 8：人们情愿相信诡异的事情 /166

策略：沉住气，证据不足时别开口 /175

视野拓展：错了又怎样 /181

干扰：对科学的狂热崇拜 /183

小 结 /184

导 引 /185

第 10 章 大部分原因来自想象 /187

盲点 9：简化一切 /188

策略：列出并分析各个原因 /194

干扰：原因成为恐惧与期待的反映 /202

小 结 /204

导 引 /204

第 11 章 沉溺在细节里的人 /205

盲点 10：看不到全景 /206

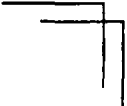
策略：适当抽象思考 /211

视野拓展：系统观在个人生活中的作用 /222

小 结 /225

结 语 /225

后 记 盲点和希望 /226



第 1 章

为什么聪明人也犯傻

聪明人也犯傻 / 儿童的非凡能力 / 愚蠢的行为
超凡的理解能力 / 不去责备 / 别人是愚蠢的
愤怒掩盖了一切 / 意识到才能改善 / 改善的最佳方式

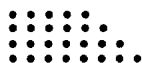


我的女婿萨尔瓦多是西班牙人，他第一次来美国时我曾开车带他领略美国中部小镇的风情。车开到银行附近时，我去取些现金，所以就停靠在便于从 ATM（自动取款机）取款的车道上。在等待交易进行的时候，我用手指着显示屏对萨尔瓦多说：“美国现在更加人性化了，考虑到了残障人士的需要。看这上面，都有盲文。”说完，等着女儿卡莉恩给他翻译，暗自得意于美国银行的这种人性化考虑。萨尔瓦多用西班牙语咕哝了几句后，他和卡莉恩同时爆发出一阵大笑。我有些莫名其妙，卡莉恩给我翻译说：“萨尔瓦多刚才觉得奇怪的是，这个小地方到底有多少盲人司机。”

听完卡莉恩的话，我顿时觉得刚才还引以为豪的盲文指示语的确显得很白痴。虽然我可以辩解说是一个视力正常的司机开车载着一个盲人到这儿取钱，但是事实上，我仍然无法否认，在车道旁边的便利取款机上设置盲文指示语真的是一点意义都没有！同时，我感觉自己也很愚蠢，不但没看出来盲文的存在有多么荒唐，同时还拿它当做文化优越性来炫耀。萨尔瓦多真是一针见血，我怎么就忽略了这个情况？

大多数人都做过蠢事

当我们认为某人行为或思维愚蠢时，我们判断的核心就是：他连最常见的东西都看不到。如果不理解爱因斯坦的相对论或约翰·纳什的经济学理论，我们都不会认为自己愚蠢。因为我们知



道这些专家提出来的理论是非常深奥的，尤其对于缺乏专业知识的人来说。另一方面，我们一般也不会耻笑那些智力水平低下的人，因为大家都很清楚常人很容易理解的观点，如果让因中风而脑损伤或患唐氏综合征的病人去理解，那必然有困难。但是，如果是智力正常的人忽视了一些显而易见的事实，我们就会觉得他们很愚蠢。

事实上，大多数人都不可避免地做过蠢事。不过，正如我的一名学生曾经所说，这些愚蠢的行为也有“强烈的喜剧价值”。达尔文奖也是一个例证，这个奖项颁给那些因自己的愚蠢行为而死亡的人，因为他们“增加了人类的基因种类”，例如获得这个奖项的人曾经用链锯锯开手榴弹，由此引发爆炸而点燃新年爆竹同时将自己炸死。

此外，也有竞赛收集一些愚蠢的故事，呆伯特语录竞赛就是其中之一。一个获胜者语录是这样的：“从明天开始，所有员工只有使用安全卡才能进入办公大楼。下周三将会为每名员工拍照，两周内发放安全卡。”我们都觉得不可思议：“这个人脑子里到底在想些什么？！”

我们并不是真的关注那个人在想些什么，我们的语气是轻蔑的。这种语气在日常生活中也能经常听到，兄弟姐妹、伙伴和朋友、师长和领导、爱人和同事、父母和成年的孩子都曾经对我们使用过。他们嘲讽地说：“你连这个都相信！”或者询问：“你到底在想什么？”“为什么你会做这样的事？”

如果批评的人以另外一种语气提出这些问题会出现什么情况？如果同样的问题是出于真正的兴趣和好奇心而提出会怎么样？如果人们诚恳地提出这些问题：他为什么会相信那种事，他们为什么会那么做，他们想了什么，那结果又会是什么？然而，

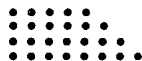
很少有人会真正好奇地去询问到底是什么导致了愚蠢的行为，也很少有人会将这种不可思议的“愚蠢”当做一个亟待解决的谜团。

◎愚蠢：亟待解决的谜团

愚蠢的行为的确是一个谜团。研究人类思维的心理学家说：在一系列推理问题的测试过程中，即使是再聪明的成年人也可能思维混乱缺乏逻辑。三段论演绎推理是这一研究中的一种逻辑测验题，它通过提供信息、要求人们根据信息回答问题的方式来测查人的推理能力。如先给出信息：“约翰一直在星期三打篮球，今天是星期三。”然后提出问题：“约翰今天有没有打篮球？”这个例子是一个特殊类型的三段论推理题，比较容易解决。事实上，问题的答案看上去也很明显：“是的，约翰今天一定练习打球了。”

三段论推理有不同的形式，大量研究表明：即使是受过良好教育的成年人也会在解决某些特定类型的三段论推理问题时出现错误，尤其是当题目的情境信息和问题从表面上看很简单时，出错的概率更大，下面将描述一些这方面的研究。

有一项研究是这样的：研究者坐在被试者面前，膝盖上放一个盒子，告诉被试者说：“如果这个盒子里有一只猫，那么盒子里也会有一个苹果。”然后，他从盒子里拿出一只猫告诉被试者：“盒子里有一只猫！”接下来，他提问被试者：“盒子里是否有一个橘子？”开始的时候，一半的被试者都回答说没有。然而事实上，基于提供的信息，根本就无法作出盒子里没有橘子的判断。在完成更多同样的推理测试题后，这些成年被试者才慢慢地发现了正确答案：仅仅基于提供的信息，是没办法判断盒子里是否有橘子的。而这需要他们做过5遍类似的推理题才能知道。



另一方面，对儿童思维的研究显示，学龄前儿童就已经拥有了令人惊叹的推理能力。4 岁儿童在完成简单的三段论推理时，就能和成人一样得出符合逻辑的答案。在一项研究中，研究者给学前儿童讲述有关虚构动物的故事：“当 Merds（虚构的动物名）高兴时它们会笑，笑的动物不喜欢蘑菇。”然后研究者问他们：“Merds 喜欢蘑菇吗？”学龄前儿童不仅能正确回答问题，而且能说出正确的理由，这同样是标准的三段论推理问题。

在日常生活中，小孩子的聪明程度也能令你目瞪口呆。姑姑开玩笑地轻咬 3 岁小侄女的脚指头，对她说：“我要把你吃掉！”小姑娘回答：“不，不，你吃不了我，因为我会把你先吃掉！”“我不信，”姑姑摇摇头说，“我比你大，我会先把你吃掉。”“不！”小姑娘大声宣称，眼睛里闪过一丝狡黠，“因为我会先吃掉你的嘴。”

从儿童之非凡能力和成人的限制对照来看，我们不禁会觉得疑惑：为什么成人的思维有时会如此拙劣甚至是莫名其妙。倘若你将揭露成人不称职表现的研究和展现儿童能力的研究放在一起，会得出什么结论？一位心理学家曾经有点讽刺地提出，这些研究证明了一个有违直觉的结论，即“理性的顶峰在 5 岁的时候就达到了，此后，随着年龄的增长而快速下降”。当然，没人会相信这一结论，即使是最骄傲的父母也不会承认他们的孩子已经达到了智力成就的顶峰。我们都期望伴随着孩子的成长，他们能发展更强的推理能力。同时我们也肯定，即使是再早熟的 4 岁孩子，他解决问题的能力 and 推理的能力绝对比不过成人。但是，学龄前儿童都能有这样的表现，为什么成人有时反而会表现得如此愚蠢呢？

◎答案：盲点是你的一部分

针对上述问题，我的答案是：我们每个人都有盲点，就像是汽车后视镜的盲区一样，我们的盲点也已经融入了我们的思维，成为了思维的一部分。而这种心理上的盲点能解释我们经常被视作“愚蠢”的绝大多数行为。当我们犯傻时，总会遗憾，觉得自己应该了解、应该意识到或应该考虑到某种情况，有很明显的“马后炮”的感觉。然而，在事发当时，我们怎么会忽略这些情况呢？当看到他人犯傻时，我们会嘲笑：情况这么明显，根本就搞不懂他人怎么会忽略这些情况。这就是我用汽车后视镜来类比的原因，因为它极其完美地说明了人类心理盲点的表现。汽车可谓是庞然大物，极其明显，任何人都不可能忽略它。站在街角的人不可能看不到其他的汽车停在自己的汽车旁边。但是如果它在我们的盲点范围内，我们就会看不到它。

◎思维的背叛

本书的第一要旨就是提醒人们注意人类共有的盲点。思维在80%～90%的时间里对我们自己是有利的，它以一种良好的方式为人类工作。但是也有一些时候，虽然它仍然以相同的方式起作用，却会背叛我们。例如，可以考虑一下，下面这篇文章是如何用来测试人们的。最常见的方式就是你需要阅读这段文章，然后数出其中冠词“the”在文中出现了多少次。

怎样避免洗衣服时所犯的10个错误

你需要做的第一件事就是将衣物分类，将深色衣物和浅色衣

物分开堆放。接下来你要做的事是检查所有衣服的口袋，确保里面没有东西。如果你错过了一小块纸巾，那么这块纸巾就会被洗衣机搅得所有衣服上都沾有纸屑，要清除这些纸屑将会耗费大量的时间。随后你要做的就是正确设定洗衣机的功能，此外还有确保在烘干机停止后立即将衣物取出，这样你就可以在它们变得皱折前将衣物叠好或悬挂起来。

How to Avoid the Ten Mistakes People Make When Doing the Laundry

The first thing that you need to do is to sort the laundry. Put the darker-colored clothes in one pile and the whites or the lighter-colored clothes in another. The next thing you should do is to search ALL the pockets and empty them completely. The bits of tissue that you miss in this process can end up sticking all over the the clothes and it's very time-consuming and tedious to remove them at the point that you take the clothes out of the washer. The next challenge has to do with setting the dials correctly on your machines, and incidentals such as making sure you remove the clothes from the dryer soon after the cycle stops so you can fold or hang them before wrinkles set in.

在文中你找到了几个“the”？数错的大有人在。如果包含标题中的 the 那就有 20 个，不包含标题有 18 个，遗漏很容易发生。对于这样一个小测验的结果，测试者很多时候都会扬扬自得嘲笑一番，他们有一种“又抓到一个傻子”的感觉，好像这个测验说明了我们并不如自己想象的那么聪明。然而，这个测试根本就不是测我们的阅读能力，更谈不上智力。即使完全读不懂英文，甚至是完全不理解该段文章意义的人也可能完成这一任务。这个测

试更多的是对细节注意力和忽略无关信息、关注单一词语能力的调查。我们的本能是注意文字传达的意义，而忽视那些对我们理解意义不重要的信息。这种倾向确保我们成为高效的阅读者。正因为如此，我们能在阅读下面这样的文章中展现出非凡的能力。

I cdnuolt blveiee taht I cluod aulacity uesdnatnrd waht I was
rdgnieg. The phaonmneal pweor of the hmuan mnid. Aoccdrnig to a
rscheearch at Cmabrigde Uinevtisy, it deosn't mttar in waht oredr the
ltteers in a wrod are, the olny iprmoatnt tihng is taht the frist and lsat
ltteer be in the rghit pclae. The rset can be a taotl mses and you can
sitll raed it wouthit a porbelm. Tihs is bcuseae the huamn mnid deos
not raed ervey lteter by istlef, but the wrod as a wlohe. Amzanig, huh.

阅读此段文字就能显示出我们超凡的理解能力。我们不用特别去注意每个单词的字母顺序就能理解这一段落的整体意思，这说明段落整体的意义要高于词汇。英国剑桥认知和脑科学研究中心马特·戴维斯的一项研究表明，我们读懂此类混乱单词的难易程度取决于这类词语的种类，并且展现了我们加工复杂信息的惊人能力。与这种整合能力相对应的能力就是较强的区分细节差异的能力，倘若细节差异区分能力下降，我们则无法正确校对，但是，在理解整体意思过程中，忽略细节差异的能力则是必不可少的。

人类思维的其他方面也具有这种两面性的特点。例如，人类的思维倾向于不断搜寻、发现并最终形成模式。在古代，人们观察天空中的星星并将一些星星聚合起来看成一个星座，比如北斗七星。人们还观察每年的季节更替，然后确定了春夏秋冬四个季节。科学家孟德尔从观察自己种植的豌豆中提出了显性和隐性遗