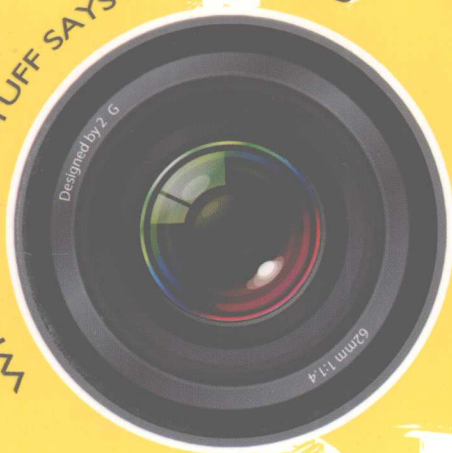


WHAT YOUR STUFF SAYS ABOUT YOU



《纽约时报》、《今日心理》、《早安美国》、美国国家公共电台
知名作者的窥探学力作
全球畅销书《异类》、《引爆点》作者马尔科姆·格拉德威尔
盛赞的心理学发现

揭秘侦探心理学真相
像福尔摩斯一样睹物识人

[美] 萨姆·高斯林 (Sam Gosling) 著 李玮 译

窥探术

他在别人的房间逡巡，打开衣橱，钻入床底，搜查储藏室，偷窥办公桌……
播放器歌单、MSN签名、办公室里的零食、收藏的电影票、地板上的高跟鞋、纹身的部位、通话的记录……都会说话



中国人民大学出版社
China Renmin University Press

窥探术

谁泄露了我的秘密

【美】萨姆·高斯林 (Sam Gosling) 著 李玮 译

WHAT YOUR STUFF SAYS ABOUT YOU



oop

中国人民大学出版社
·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

窥探术 / (美) 高斯林著; 李玮译.

北京: 中国人民大学出版社, 2009

ISBN 978-7-300-11245-9

I. 窥…

II. ①高…②李…

III. 人生哲学—通俗读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 172806 号

窥 探 术

[美] 萨姆·高斯林 著

李 玮 译

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京京北印刷有限公司

规 格 170 mm × 250 mm 16 开本

版 次 2009 年 9 月第 1 版

印 张 13.25 插页 1

印 次 2009 年 9 月第 1 次印刷

字 数 185 000

定 价 36.00 元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换



湛庐文化·出品

Cheers Publishing

编辑
手记

爱窥探，爱生活

办公桌上的物品会泄露你的想法？

这绝不是危言耸听！

英国《金融时报》专栏作家露西·凯拉韦(Lucy Kellaway)如是说：

“时任英国石油公司(BP)老板的罗伯特·霍顿(Robert Horton)……那间巨大办公室的天花板特别降低了一些。然而，书架上的主要展品是他的皮面日记本，那些日记可以追溯到10年或更多年以前。

“我对他的结论：傲慢，脱离现实。几个月后，他就因为傲慢和脱离现实被英国石油解雇。”

你千万不要以为凯拉韦有偷窥癖和妄想症，他的行为可以用很高级的词汇来描述——窥探学(snoology)——这的确确是一门科学！

如果说凯拉韦是窥探学的实践者，那么本书的作者可以称得上是窥探学的研究者了。

在过去的十年，心理学家萨姆·高斯林一直在研究我们是如何表达（和保护）内在自我。作为该领域极具创新性的研究者之一，他派遣了几组专业的窥探者去窥探他人的卧室和办公室。

这支队伍去检查 iPod 的歌单，去偷看个人网页，调出浏览网页的记录，观察书架上的摆放，以及书架后面藏了什么。要知道，我们的物品以及我们布置它们的方式甚至比我们最亲密的交谈还能展现我们的个性。

毫无疑问，这是一本刺激而又充满智慧的书。高斯林一伙窥探者与读者分享了他的发现，并将成为窥探者的训练技巧统统教给你。比如，如果你知道寻找什么线索，你便能通过检查男友的药柜，了解他的可信度；或者通过分析合作者的寝室，了解其对工作的投入度。

当然，窥探不会那么简单。正如书中所述：首先，窥探——了解他人是我们的一种基本需求，我们可以据此估量此人是否可以作为未来伴侣，他是否适合一份特殊的工作，判断哪种类型的居住环境更适合他；其次，我们可以了解自己，了解到究竟希望成为怎样的人，究竟想要生活在什么样的空间。

所以，融合独创性研究和大量精彩故事的《窥探术》定能增加你对自己的了解和对他人的认识。它是一本令人着迷的指南，指引着我们进入到那些看似神秘的自我空间，找到那些我们内心深处最挚爱的生活空间。



湛庐文化·出品

Cheers Publishing

一切为了您的阅读价值

常常阅读我们图书的读者一定都记忆犹新，2008年前出版的图书中，都放置了一篇题为“一切为了您的阅读体验”的文章，文中所谈，如今都得到了读者的广泛认同，也得到了出版业内同行的追随。

在我们2008年以后的新书以及重印书中，读者会看到这篇“一切为了您的阅读价值”；而对于我们图书的新读者，我们特别在整本书的最后几页，放置了“一切为了您的阅读体验”的精编版。今后，我们将在每年推出崭新的针对读者阅读生活的不同设计和思考。

★ 您知道自己为阅读付出的最大成本是什么吗？

★ 您是否常常在阅读过一本书籍后，才发现不是自己要看的那一本？

★ 您是否常常发现书架上很多书籍都是一时冲动买下，直到现在一字未读？

★ 您是否常常感慨书籍的价格太贵，两百多页的书，值三十多元钱吗？

老 阅读的最大成本

读者在选购图书的时候，往往把成本支出的焦点放在书价上，其实不然。**时间才是读者付出的最大阅读成本。**

阅读的时间成本=选择图书所花费的时间+阅读图书所花费的时间+误读图书所浪费的时间

老 选择合适的图书类别

目前市场上的**图书来源**可以分为**两大类，五小类**：

1. 引进图书：引进图书来源于国外的出版公司，多为从其他语种翻译成中文而出版，反映国际发展现状，但与中国实际结合较弱，这其中包括三小类：

a) 教科书：这类书理论性较强，体系完整，但多为学科的基础知识，适合初入门的、需要系统了解一门学问的读者。



b) 专业书：这类书理论性、专业性均较强，需要读者拥有比较深厚的专业背景，阅读的目的是加深对一门学问的理解和认识。



c) 大众书：这类书理论性、专业性均不强，但普及性较强，贴近现实，实用可操作，适合一门学问的普通爱好者或实际操作者。

2. 本土图书：本土图书来源于中国的作者，反映中国的发展现状，与中国的实际结合较强，但国际视野和领先性与引进版相比较弱，这其中包括两小类，可通过封面的作者署名来辨别：



a) “著”作：这类图书大多为作者亲笔写就，请读者认真阅读“作者简介”，并上网查询、验证其真实程度，一旦发现优秀的适合自己的作者，可以在今后的阅读生活中，多加留意。系统地了解几位优秀作者的作品，是非常有益的。

b) “编著”图书：这类图书汇编了大量图书中的内容，拼凑的痕迹较明显，建议读者仔细分辨，谨慎购买。

老 阅读的收益

阅读图书最大的收益，来自于获取知识后，**应用于自己的工作**和**生活**，获得品质的**改善和提升**，由此，油然而生一种无限的**满足感**。

业绩的增长



一张电影票

职位的晋升



收益



花费



一顿麦当劳

工资的晋级



一本书



一次打车费

更好的生活条件



两公斤肉



神秘盒子的出现

联邦快递将我的包裹送到收发室。这个盒子跟其他盒子没什么区别，标准规格、棕色，鞋盒那么大的一个正方体。让这件包裹与众不同的是附在上面那个不寻常的说明：除非得到许可，否则不准开启。为了避免我的怀疑，“不准开启”四个字用黑墨水显眼地写在盒盖之上。根据语音信箱里的留言，我需要在预定的时间拍摄下开启包裹的整个过程。因此，在第二天下午的3点钟，我拿着摄像机把这个盒子带进了一间小房间。进去后，我将摄像机镜头对准我将开启盒子的地方，然后走进镜头范围，从口袋里抽出一张小纸条，那上面写着一个电话号码，我拿起电话按下了这个号码。

“我是高斯林博士，请让加里听电话。”

“这就帮您转接。”

一阵滴答声后，然后暂时没有声音。

“我是加里。”

“我是萨姆。我已经准备好了。”

“动手吧，打开它。”

终于可以自由地放纵我潘多拉似的欲望了。我撕开了盒子。“在里面，你可以看到一些物品，他属于某个人。”加里说，“这些是从那人浴室里拿出来的。”（我注意到他很小心，没有透露那人的性别。）“把这些物品一样一样地拿出来。”他继续说道：“然后告诉我，从它们上面你能获得关于它们主人的什么信息。”

我移动着这些物品，并一个个地拿在手里翻看着。一小管乳液、一张舞蹈音乐的CD，上面有细微的刮痕，一把棕色的塑料梳子和一张拍摄盥洗池周围的宝丽来相片。检查每一件物品寻找线索时，我会向摄像机叙述理由。“梳子很大，可能属于一个男人。”我的推理得到了宝丽来相片的再次印证。照片上，盥洗池周围没有任何带香味的物品，上面还有层污垢，那种凌乱更像与男人有关。我还注意到梳子上留着的头发是短的、直的、而且是黑色的。这人可能是亚洲人或西班牙人。照片上，浴柜的门没有关好，吹风机的线挂在外面；那管乳液是从中间开始挤的，没有从底端，一些变硬的残留物还粘在盖子上。那张CD是家庭音乐的合辑，照常理来看，与一些同性恋俱乐部有关。再加上这人很在意自己的外表（我现在可以确信这人是男性。），一副连贯的画面开始呈现出来。

几分钟后，加里问道：“你能跟我说说关于这些物品的主人，你都 know 些什么呢？”据我观察，我认为这人是一位亚洲裔男子，二十多，快三十岁的样子，而且他很有可能是同性恋。我低估了他的年龄——他已经三十出头了——但其他的推测都是正确的。加里显得很高兴。

这里究竟发生了什么事？在如此奇怪的情况下，与一位素未谋面的人交谈，我这是在做什么？这么多人中，为什么会是我？我有什么有用的信息可以告诉他吗？

这个打来电话的神秘人物是一位电视制片人。他正在策划一系列新的真人秀节目，讨论人们那种熟悉而且几乎不可抵抗的窥探欲望。如果你跟我一样，那么当你第一次进入某人的居住空间时，你不会满足于仅仅只是被动地看看周围。如果不四处看看，不收集、筛选和处理一些房间主人的信息，我是无法办到的。当主人去卫生间时，她会介意我的举

动吗？当然不会！她进去了，好的。冲向书柜，仔细检查这些书本，一本马达加斯加自助游指南、一本微型礼品版的弗吉尼亚·伍尔夫（Virginia Woolf）的《一间自己的房间》（*A Room of One's Own*），很有意思。现在轮到那些照片了，除了一张照片外，其余所有都是与很多朋友一起拍的，每张照片都有一种醉醺醺的兴奋。没有时间逗留，我刚听见了厕所的冲水声，还有 CD、垃圾桶和窗台上那一堆垃圾没有看呢。所有这些举动都是在我找到机会去窥探她的药品柜之前。我的意思是她不介意我使用她的卫生间。（药品柜是窥探的典型目标。我时常在想，里面会有本让窥探者吃惊的“拜访者的书”，这一定很有趣。）

这位电视制片人将这种平常的窥探冲动深入到逻辑内因：关于一些素未谋面的人，一个物质空间可以告诉你什么？这个节目的愿景——与 MTV 的流行秀“房间侵入者”（Room Raiders）不同——它包含了专家进行深入窥探的整个过程。

制片人为什么要跟我交谈呢？我是得克萨斯大学的心理学教授，专门研究个性差异和人们怎样在日常生活中形成对他人的印象。我在研究中关注的问题正是驱动这个电视节目的核心问题：人们的物品甚至比面谈或来自好朋友的评价更能展现他们的个性。这是怎么一回事？事实上，在科学层面上，我针对这个课题的第一次研究就与这些制片人对节目的策划相同。那时我还是伯克利加州大学（UC Berkeley）的一名研究生。这项研究是调查对于未曾谋面的男士和女士们，观察者仅通过窥探他们的卧室，可以了解到什么。

这被称为“卧室学问”。它能给你带来令人惊讶的发现（稍后详谈）。令我吃惊的是“卧室学问”里蕴含的研究和想法在学术范围外也引起了极大的反响。虽然其他一些心理学家已经根据录像剪辑或短暂接触等少量信息来观察个性，但此前从未有人检查过房间，也从未有人收集到如此丰富的信息。媒体欢欣雀跃地报道我们的研究。他们把“物体课程”、“敌人阵地后方”、“线索房间”作为故事的标题。

我在研究所里继续我的研究，并在 1999 年任职于得克萨斯大学时将其深入发展。我和我的研究生们做了许多日常生活中的个性研究：我

们查看床底、壁橱；迅速翻看音乐收藏；细察影集。我们还查看了大量的卧室（准确数量是83间）和银行、房地产公司、商业学校、广告公司以及艺术工作室的近百间办公室。我们观察人们是怎样通过网页、书籍、口头语和居住环境，这些日常生活内容来显示他们的个性的。

从事这项研究的时候，我和我的团队被称为超级窥探者。我们训练自己的双眼，使其能够发现那些能告诉我们某人真实情况的线索。弗吉尼亚·吴尔夫的书说明我的朋友是极端的女权主义者？或者这书仅只是她英国文学研究任务中的一个课题。充满醉醺醺的兴奋的照片就能表示她用酒精来寻找解脱吗？也许她只是一个交际花？我们投入了大概十年的时间来从事这项研究，而且已经收集到了大量的信息，其中很多都是出人意料的，但所有的信息都是有价值的。它们展示了人们是怎样描述和泄露他们的个性的。

所以，这些电视人也许找对人了。关于这个话题，可能我会有一些比较有价值的见解。

收到盒子两个星期后，我去了洛杉矶。我们打算在第二天拍摄试播片断。我站在中国戏院前面的好莱坞大道上，看着脚下名人留下的足印，思考着自己能为这个节目贡献些什么。我希望可以解释人们在其居住空间留下行为足迹的不同方式；我希望可以指导参与者避免判断错误，比如仅凭一条线索而草率地下结论或被试图分散你注意力的事情所误导；我希望在做这些的时候，不会把科学的复杂性降低为不切实际的占星术或宴会释梦。

在脑海中仔细思考这些问题时，我开始意识到没有任何简单的方式可以囊括所有不同类型的窥探研究。因此，从洛杉矶返回得克萨斯后，我继续从事这项研究。之后不久，我开始打算写这本书。

我在研究中的任务——因此也是《窥探术》一书的任务——与我们尝试了解自己生活中的社交界时所面对的工作没有太大的区别。我们从物品中发掘意义。当然，我们通常不会意识到自己在做这些，因为我们做起来并不难，而且毫无意识。当你第一次遇到某人时，你没有注意到自己是通过整合信息来形成对这人的印象的——从他剃过的头或是客

厅墙上的地图，从他开口说的第一句话或是与你握手的力度。我们描绘这些画像时表现出一种显而易见的轻松，其实在这之下是一套复杂的脑力处理过程。当然，这也是最近经过系统的研究才总结出来的。

有时这些过程是会出错的。比如说，我们的宿舍窥探者通过查看学生的居住空间能很好地判断他们的政治价值观，但他们并非完美的“判官”。他们很正确地使用了明显的线索，如明显的政治化装饰物——保险杠贴纸以及诸如马尔科姆·艾克斯（Malcolm X）、切·格瓦拉（Che Guevara）或罗纳德·里根（Ronald Reagan）这些政坛名人的海报。但有些线索是他们不该使用却使用了，而有些线索则是他们本该使用却没有用到的。在我们的研究中，“判官们”把有艺术品或谈论艺术的书籍解读为左倾。虽然你可能也会这样认为，但这些事物与政治倾向一点关系都没有。然而真正表明保守党倾向的运动类装饰品却被我们的“判官们”完全忽略了。这让我们明白虽然常识在通常情况下是对的，但它们也能将我们带向错误的方向。不了解这些研究，我们永远不会知道自己依靠的常识是有用的还是误导人的。

而且，常识还会愚弄我们，让我们认为研究的结果只是证实我们已经知道的事情。近期的一次演讲让我被这种《20/20》^①的事后偏见所震惊。在开始演讲前，我通常会让观众猜测卧室研究会得到什么结果。但事实证明这是很难的。在这种特殊场合，我犯了个错误，没有让听众先猜就直接揭开了谜底。没有得到惊讶地欢呼声，出席者对于这样的结果一点也不惊讶。因此，我再次明白了某些事情在事后言之有理并不表示它一直都是如此。在后面的章节中，我将要呈现给你的是窥探是如何以一种崭新的方式来阐明这些“明显”结论的。

我的装饰品解密研究和研究个性本质的科学家们的目标一样，都是根据人们留下的线索描绘他们——就像夏洛克·福尔摩斯和美国联邦调

^① 20/20 是一档美国电视新闻杂志节目，自 1978 年 6 月 6 日起在美国广播公司（ABC）播出。其创办者为 ABC 新闻执行主管鲁伊·阿里奇（Roone Arledge）。《20/20》在节目样式上按照美国哥伦比亚广播公司（CBS）的《60 分钟》（60 Minutes）设计，但节目内容较政治及国际题材更为关注人们感兴趣的话题。节目名称源于测试视力的“20/20”。

查局（FBI）的特工们通过有策略地收集看似无关的信息来形成某人的完整肖像。除了鉴别那些基础信息，如性别、年龄和民族以外——就像我鉴别那个神秘盒子一样——我将告诉你，我们是怎样了解到某人的特征和个性、价值观和习惯以及希望和梦想，而这一切只需要通过仔细查看他们的房间或办公室来获取。

我写这本书的目的之一是想与你分享我从一种特殊的窥探癖者——我称它为窥探学——中了解到了什么，并告诉你如何成为一位窥探专家。所以，下次你去某人的办公室拜访或者面试一位应聘者或者观察约会对象的临时居所时，你会知道问自己一些这样的问题：电脑显示器上那些漂亮的小装饰品能告诉你些什么关于它们主人的信息？为什么它们都是面向拜访者的座位？贴在化妆镜上那些激励人的信息背后又有怎样的故事？你将知道如何利用这些事物——无论它们是办公室里微不足道的东西，还是卧室里的书信——来判断某人是外向还是内向，是友好还是多疑，是认真还是懦弱。

你同样会知道要谨防错误信息，还知道怎样窥探到那些“烟雾弹”背后的真实信息。人们竭尽全力掩藏个性，但是在一间房间里，那些逐渐形成的线索是很难作假的。许多人甚至不知道桌下那一堆鞋子、角落里枯萎的植物或是灯上悬挂着的橡胶小鸡会泄露他们什么信息。人们能掌控他人对自己的印象吗？如果他们可以，那多少时间掌控一次呢？你可以用什么线索来判断某人是否试图蒙蔽你的双眼？这些问题的答案可能会让你感到吃惊。

你会惊讶地发现，就像我一样，线索和它们蕴含的意思之间没有确切的联系。正如我们将看到的，一张杂乱的办公桌并不总是反映凌乱的思维（你需要用更多的线索来得出那样的结论），壁炉上的一个十字架也不总是表示你的同伴是位圣徒。

窥探者可以从各种事物中提取出线索——邮件用户名、运动器械、CD 集和小汽车——但并非所有领域都是相同的。如果你想了解约会对象的可靠性，他的音乐集可能帮不上太大的忙，但那会是一个了解他的兴趣和价值观的好地方。但如果你关心的是他的政治立场，进入他的公

寓两分钟内便能知晓——可你有必要了解那么多吗？

知道在什么地方、怎样寻找他人的个性线索是掌握窥探艺术的关键。而其他入又是怎样利用你留下的线索的呢？你的工作空间让你老板明白你应该得到提升还是它成了禁锢你的立体地狱？你汽车广播的预置是否泄露了你除音乐品味之外的更多信息？为何约会对象匆匆一瞥你的住所后便立即寻找借口离开？成为一个成功的窥探者同时意味着学会做一个机智的被窥探者。

当然，窥探学包含的远远不止是关注墙上的或是床下的事物。它同样要求整合过去十几年来心理学家的发现和现在最前沿的关于人类行为的研究。在这本书中我将带你体验这项研究。我们一起探究从窥探背后的科学中涌现出来的令人兴奋的新想法。

继续阅读下去，我会告诉你，你的哪些品味和习惯为了解你的个性提供了特别有用的入门信息，而窥探学又是怎样揭示的。我将会探究什么意味着确切了解某人——怎样使一个相识之人变成朋友。我们会看到奇怪的储藏癖好，令人困惑的私人网页以及为何传统观念有如此差的名声。最后，我会与你分享我了解到的一家令人惊讶的新商业公司，它建造为满足人们个性而设计的房子。但我们首先得回到最基础的部分——我们需要知道怎样窥探。



第1章：窥探陌生人

1

踏进陌生人的房间

身份标签：海报、照片、饰品

情感调节器：录像、CD和书

行为痕迹：桌上、床上和地上

私人空间里的线索

第2章：测试你的性格类型

22

古代的性格分类

大五人格

达·芬奇——开放性

机器战警——责任感

比佛利山超级警探特征——外向性

罗杰斯——宜人性

伍迪·艾伦——神经质

第3章：如何开始认识一个人

41

了解个性的长期过程

身份：自我的内在故事

个性之谜

第4章：所有物测试：评估

59

卧室里的物品

比利时方法：整合各种线索

为什么在房间里留下痕迹

是侦探，也是心理学家

超越直觉的窥探

69

第5章：日常行为背后的个性

跳跃方式、墨迹测试和开幕致辞
从肢体语言看透你
网络照片会暴露你
刹车痕迹与握手力度
电邮是写着个性的名片

92

第6章：私人空间的诊断

熟悉度测试：你认识多少人
卧室能提供可靠信息
一条毛巾的正确位置
看似很好VS看似真实
个人网页是一种欺骗吗
你如何隐藏自己的个性
看穿自恋者的伪装

112

第7章：关于常识的争论

我们依靠常识做判断
地域对人格的影响
人格地图
判断房主的神经质程度
传统观念的雷区
歌单前10首歌
慎用常识的4个要点

138

第8章：当好的判断引发错的结论

卧室实地窥探指南
窥探储藏狂
办公室实地窥探指南
区块分析：窥探不同的地方

155

第9章：做一名特级窥探者

- 障眼法1：轻易被不寻常的信息影响
- 障眼法2：看法多于零散信息的总和
- 障眼法3：忽视看似与目标无关的线索
- 障眼法4：遗忘线索之间的差异
- 障眼法5：窥探者的专业素养

169

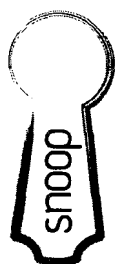
第10章：窥探ABC主持人的办公室

- 走进吉布森和巴兹的办公室
- “有想法，没行动”的现象
- 吉布森：挂画中的内心世界
- 巴兹：照片里的情感世界

182

第11章：设计“心仪的家”

- 令你心仪的房屋设计方案
- 迷盒——我的旧时情怀
- 建造满足我们个性的空间



第 1 章

窥探陌生人

1960 年 9 月，一个明媚的早晨，约翰·斯坦贝克（John Steinbeck）和他的法国卷毛狗查理（Charley）开始了他们的美国游学之旅。在后来的三个月中，他同爱犬一道坐着为此次旅行而特别装饰的卡车遍游美国，一起找寻真正的美国。《斯坦贝克携犬横越美国》（*Travels with Charley*）一书中记录了这次旅行。

旅行中途，斯坦贝克打算短暂停留，与赶来芝加哥的妻子小聚。他到旅馆有些早，房间还没有准备好，但是旅馆愿意调整出一个地方给他休息和洗浴。因为另一位房客提早退房，所以旅馆让这位著名的作家在这间刚空出来但还没收拾的房间稍作休整。斯坦贝克脱衣时，被前一位房客留下的痕迹所吸引，他把这人称为“寂寞哈利”：

一只动物休憩或经过某地时，会留下压扁了的草、脚印，可能还有粪便。但人留宿一夜后，房间就会印下他的个性、传记、最近的历史，有时候还会留下这个人未来的计划与希望。我相信人的性格也会渗进墙里，然后慢慢释放出来。当我坐在