

瞬间**读懂**生活细节隐藏的心理密码
超强**阅人术**，让你轻松成为**读心神探**

你其实不懂 行为心理学

柯茂林◎著

Behavioristic Psychology 破译行为背后的心理玄机

超越FBI的中国本土派身体语言解读术

本书涉及心理学、医学、神经生物学、社会学、历史学、人性学、哲学……
适用于：读心·攻心·职场交际·公关谈判·家庭教育·情感对话



 羊城晚报出版社



你其实不懂 行为心理学

柯茂林◎著

Behavioristic Psychology
破译行为背后的心理玄机

羊城晚报出版社
· 广州 ·

图书在版编目(CIP)数据

你其实不懂行为心理学 / 柯茂林著. —广州: 羊城晚报出版社,

2013. 10

ISBN 978-7-5543-0058-9

I. ①你… II. ①柯… III. ①行为—心理学—通俗读物

IV. ①B84-063

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第197698号



你其实不懂行为心理学

Ni Qishi Budong Xingwei Xinlixue



选题策划 方敏

责任编辑 方敏

责任校对 胡艺超

绘 画 刘翠婷

责任技编 张广生

装帧设计 友间文化

出版发行 羊城晚报出版社(广州市东风东路733号 邮编: 510085)

网址: www.ycwb-press.com

发行部电话: (020) 87133824

出 版 人 吴 江

经 销 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷 佛山市浩文彩色印刷有限公司(南海区狮山科技工业园A区)

规 格 880毫米×1230毫米 1/32 印张9.375 字数200千

版 次 2013年10月第1版 2013年10月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5543-0058-9/B·38

定 价 28.00元

版权所有 违者必究 (如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

Preface

人人都能成为读心神探

人为什么会笑？为什么要哭？这似乎是一个再简单不过的问题，很多人会不假思索：高兴的时候笑，不高兴的时候哭。然而，事情真是这样吗？

蒙娜丽莎的微笑曾让无数人百思不得其解：她笑得如此神秘，让人难以捉摸，内中到底隐藏着怎样的秘密？很多人为此纠结，并做出种种猜测，直至精神分析大师弗洛伊德揭开了她神秘面纱：原来，在蒙娜丽莎谜一般的微笑里，隐藏着画家达·芬奇的恋母情结，即对生母的眷念之情。

不仅是笑，哭也隐藏着众多的心理奥秘，如长歌当哭、鬼哭狼嚎、猫哭老鼠、牛衣夜哭、街号巷哭、鬼哭天愁……显然，不一样的哭法隐藏着不一样的心理密语。

可见，平凡的生活现象往往隐藏着不平凡的心理含义。这就需要我们拥有犀利的眼神和读心神探一般的思维，透过现象看本质，读懂生活内中的奥妙。

在纷繁复杂的生活行为里，心理活动就像一双幕后推手在操控着“台前表演”。每一个司空见惯的日常行为，每一个习以为常的生活习惯，都隐藏着不易发现的心理秘密。这需要我们借助一定的工具将生活行为还原为心理特征，甚至在此基础上衍变出读心和攻心的技能。

一旦掌握了这个工具，每个人都可以成为读心神探。

只是，这个工具是什么呢？

随着医学的发展，越来越多的科学家发现：人的心理活动，通过人体的植物神经系统，作用于生理功能，从而表现出生活行为。譬如，在人的面部，有12对与表情有关的肌肉即表情肌。不同心情之下的笑和哭，会影响到不同的表情肌——借助对这些表情肌的分析，就可以反向推导出一个人的真实情绪。

所以，成为读心神探的前提条件是掌握这些科学道理，而不是凭空臆测，更不是算命先生的阴阳八卦。

当然，透过生活行为来分析其背后所隐藏的动机，不仅仅需要借助医学知识，还需要借助人性学、历史学、社会心理学等多学科知识。

比如，男人往往有摸下巴的习惯，这种习惯的心理特点就是为了显示男人的自信。之所以得出这样的结论，需要从历史学里寻找答案——远古时代，人类尤其是男人的下巴是凸突的，这种结构往往方便男人与动物撕咬搏斗，显然，在缺乏武器的时代，撕咬不啻为最好的防身武器，而凸突的下巴更方便攻击。值得注意的是，远古时代的女人往往待在山洞里，而不像男人一样四处狩猎。因此，下巴的撕咬功能曾经是男人最好的攻击武器。如今的男人虽然不再需要借助下巴来攻击，但是潜意识里依然摆脱不了借助摸下巴来显示自信的习惯。

目 录

C o n t e n t s

个人篇

- 第一章 从虐猫事件看攻击本能 | 001
- 第一节 触目惊心的虐猫事件 /002
 - 第二节 虐猫事件背后的攻击本能 /006
 - 第三节 生活中的暴力闪念比比皆是 /011
 - 第四节 别为偶然出现的攻击冲动过于自责 /016
- 第二章 从九只狐狸的故事看心理防御 | 021
- 第一节 九只狐狸的故事 /022
 - 第二节 冥冥中的上帝之手 /027
 - 第三节 心理防御的是与非 /034
 - 第四节 用好心灵的保护伞 /041
- 第三章 从白痴天才看人格分型 | 047
- 第一节 天才和白痴只有一步之遥 /048
 - 第二节 白痴天才的奥秘 /053
 - 第三节 天赋异禀的背后 /059
 - 第四节 人格及人格分型 /064

生活篇

第四章 从福尔摩斯探案看细节心理分析 | 071

第一节 福尔摩斯的探案技巧 /072

第二节 鬼斧神工的逻辑推理 /076

第三节 生活里的读心术 /084

第五章 从曾国藩知人术看姿势性格分析 | 095

第一节 曾国藩的知人之明 /096

第二节 细节的蝴蝶效应 /101

第三节 姿势的性格分析 /109

第六章 从FBI破案技术看心理较量技巧 | 119

第一节 FBI的神奇破案技术 /120

第二节 心理“点穴”一招制敌 /125

第三节 生活里的心理较量 /132

家庭篇

第七章 从中美调研报告读懂孩子的心 | 141

第一节 一个伟大预言的破产 /142

第二节 天赋的递减原则 /149

第三节 听听孩子的心声 /157

第四节 小大人的心理秘密 /164

第八章 从琴瑟和鸣看夫妻相处行为技巧 | 173

第一节 琴瑟和鸣今安在 /174

第二节 爱无力，不是爱无能 /180

第三节 超越爱情的樊笼 /189

第九章 从氏族历史看家人相处行为规范 | 199

第一节 从氏族历史看一夫一妻制的形成 /200

第二节 本能释放的年代 /206

第三节 家人相处是门艺术 /214

社会篇

第十章 从战争后遗症看依恋本能 | 221

第一节 战争带给儿童的心理创伤 /222

第二节 儿童心理创伤之下的依恋本能 /229

第三节 依恋本能对生活的影响 /237

第十一章 从性别历史看男女行为特征 | 245

第一节 性别的历史 /246

第二节 大男子主义PK大女子主义 /251

第三节 阴阳失调的年代 /260

第十二章	从房中术看两性行为心理	269
	第一节	先知先觉的性文明 /270
	第二节	两性行为的心理特征 /277
	第三节	读出性爱动作的心理玄机 /284

你 其 实 不 懂 行 为 心 理 学

Chapter 01

第一章

从虐猫事件看攻击本能

第一节

触目惊心的虐猫事件

2012年3月29日,《重庆商报》以《猫咪遭虐苦撑7天等救援,双眼被烧瞎前肢折断》为题报道:

近日,重庆一小猫双眼被人烧瞎,前肢被人砍断,伤痕累累地独自在废报纸中苦撑7天,最终获救。3月29日,记者来到重庆九龙坡区某宠物医院看到,受虐的小猫打着点滴奄奄一息地躺在病床上,被纱布包裹着的身体不时地抽搐着。宠物医院的医生告诉记者,小猫刚做完截肢手术,目前生命特征非常微弱。

一石激起千层浪。人们在谴责这起虐猫事件的同时,不禁大声呐喊:是什么人干出如此丧尽天良的事情?更有人疾呼:虐猫事件何时了?

曾几何时,媒体透露了一系列虐猫事件,引起社会各界人士的极大愤慨。

2006年3月1日,《北京晨报》报道:

一组变态残忍杀猫的图片被各网站广泛转载,引起网民愤怒。从图片上看,杀猫者是一名时髦女郎,并且毫不在乎地面对镜头。



一些网民自发地将杀猫者照片制成通缉令，寻找杀猫凶手。

残忍杀猫场景由一组图片组成。大致顺序是，一名时髦中年妇女微笑着怀抱可爱的小猫，场面温馨，接着该妇女将小猫放到地上轻柔抚摩，然后她用尖尖的高跟凉鞋鞋跟踩进小猫的嘴巴和眼睛，小猫吃惊绝望地回头，最后是小猫脑袋被踩碎死去，而中年妇女若有所思地眺望远方。

2005年12月6日，《新闻晨报》报道：

复旦大学一名三年级研究生在半年时间内，从网友处领养了近20只小猫，对 these 小猫先残害再抛弃，其虐猫行为引起广大校友愤怒。事情发生后，当事人在网上发表了《自白书》，叙述了自己从养猫到打猫发泄并弃猫的经历。

事例不胜枚举，如此触目惊心的报道震撼了无数人的心灵！人们纷纷疾呼：这些人何以如此道德沦丧，竟做出如此残酷而无人性的虐猫行为！其实，相关的报道不在少数——在百度搜索输入“虐猫”，赫然可见约2570000个相关结果！

米兰·昆德拉在《生命中不能承受之轻》中说：“对于人性，道德上的真正考验，根本性的考验，在于如何对待那些需要他怜悯的动物。”如果以此来考量，那些虐猫的人都是缺乏人性的。

但是从心理学上来说，我们不禁想起黑格尔的那句名言：存在即合理。推而广之，任何离奇事件的背后都隐藏着不易被觉察的心理规律。换一个角度来看，我们无须过多从道德层面看待虐猫事件，倘若能掌握其背后的心理规律，自然能对虐猫事件作出更理性的分析。只是，这里面到底隐藏着怎样的心理规律呢？

○ 海外趣闻

英国“虐猫大婶”遭起诉

2010年9月21日，中国新闻网报道，因被摄像头拍下把一只小猫丢进垃圾桶而遭到网友声讨的英国“虐猫大婶”本周一遭到起诉，罪名为虐待动物。

英国防止虐待动物协会的一位发言人表示，肇事者、45岁的银行职员玛丽·贝尔面临的另一项指控为未能为小猫提供舒适的环境。

贝尔将于10月19日在英格兰中部考文垂出庭，接受当地官员的质询。

每项罪名都足以把她送进监狱，并终身禁养动物。

这只名为萝拉的小猫据称被困在塑料移动垃圾桶里长达15个小时，直到它的主人达里和斯蒂芬妮·曼恩听到它的凄惨叫声才获救。

猫主人在自家安装的视频监控录像中发现了“虐猫大婶”的行径。由于爱车屡次被其他车辆刮蹭，他们安装了监控系统。

这段虐猫视频被上传至YouTube视频分享网站，并在Facebook网友中引起公愤，部分网友还威胁玛丽·贝尔的人身安全。

第二节

虐猫事件背后的攻击本能

从心理学角度解析虐猫事件，就不得不提到精神分析学派首创的一个专业名词——攻击本能。

据说，赫赫有名的西伯利亚魔鬼训练营有一项特殊训练技巧，那就是将学员置于渺无人烟的大森林中，用极其苛刻的魔鬼训练法让学员濒临精神崩溃，以此来激发学员最强的攻击欲望——在极度压抑之下，人的攻击本能得到最大的激发，正所谓“不在沉默中爆发，就在沉默中灭亡”。得益于此，被极度压抑感激怒的拳手一旦获得自由，几乎都成了冷酷无情的“杀人机器”，西伯利亚魔鬼训练营从此让人谈虎色变。

其实，弗洛伊德早就指出攻击本能是人类与生俱来的一种本能，他说：“人类不是希望被爱的友好的动物。相反，他们具有很强的攻击本能。”

现实生活中，攻击本能随处可见。特别是在情绪苦闷之下，攻击本能往往被放大并体现出来——越压抑，攻击本能表现得越明显，因为攻击能够使紧张情绪得到缓解，宣泄掉紧张情绪之后，人的攻击



本能就可得到一定的放松。司空见惯的例子是：当你连连遭遇挫折时，就会烦躁不安，你可能会选择言语攻击，如骂脏话或用刁钻刻薄的话挖苦别人；也可能选择非言语攻击，如打砸物品或打人。

由此可见，情绪压抑是导致攻击本能突出表现的一个非常重要的原因。

因此，我们不应简单地用道德标准来评价虐猫事件，而应透过现象看本质：仔细分析，抛开吸引眼球的因素，每个虐猫事件的背后几乎都隐藏着情绪压抑的影子。

以复旦大学研究生的虐猫事件为例。

时下，很多学生的精神世界非常缺乏阳光：学习压力、就业压力、社会适应不良……种种难以承受的压力常常让一些学生心理压抑苦闷，几至精神崩溃。因为心理郁闷，学生的攻击本能就被激发并放大，既可表现在内部攻击行为如自伤、自残、自杀等，也可表现在外部攻击行为，如顶撞老师、同父母吵架、斗殴、伤人等。

深究起来，虐猫行为很可能是学生发泄内心苦闷的一种外部攻击行为。一个浅显的道理是，当一个人无法对侵犯者还击时，往往会找一个替罪羊发泄一通。依此看来，学生的虐猫表现与西伯利亚拳手的冷酷杀招有异曲同工之妙。一言以蔽之，虐猫行为实质上是学生用攻击本能来发泄心中郁闷、缓解紧张情绪的一种方式，只不过是选择了极端的方式。

所以，从另一个角度看，我们应该感到庆幸，因为学生选择了攻击动物而不是人类。想想吧，如果他们选择了以伤害自己或他人的方式来发泄，就像多年前的马加爵事件，后果岂不更加不堪设想？

明白了这个道理，我们不应过多指责学生，相反，我们应该多多体谅他们内心的苦楚。反问一句：如果不是心理被过分“虐待”了，他们会选择这样极端的发泄方式吗？当他们干出如此粗暴残忍的事情而面不改色心不跳时，难道说他们的天性真的“泯灭”了？那么，到底是谁让他们“泯灭”了天性？

一个关键的答案就在于——压抑之下的不当攻击本能在作祟。