

一样米养百样人

—— 自序

现今社会 交际频繁 与人相处 一言一行 尽皆心理应对。我们会由对方的表现 揣测对方的心思 对方也会从我们的反应 设想我们的心理。

前不久 参加一个婚礼 婚礼的男女主角是内科医师与小学老师。婚宴上 就看见同桌三位男客在对宾客品头论足 推测哪桌宾客是男方的 哪桌宾客是女方的 那几个客人“应该”是医师 那几个客人“肯定”是老师 说的头头是道 好像一切全是真的。

之后几天 聆听一场演讲 讲的是《人际关系的重要》。演讲前、中、后 主讲教授都请台下听众提问题。有人问：“不是都说礼多人不怪嘛 可是我经常在对人家有礼时 遭到无礼的对待 好像我是多此一举 为什么？”

“你的‘经常’，应该是经常接触的对象中的几个吧？”教授问。“对！”这就对了！也就是说除了他们，你的礼数还是被其他人接受的，这就牵涉到——施礼者与受礼者的性格与心理，所谓‘见人说人话，见鬼说鬼话！’人跟人相处是没有模式的，该在乎的是彼此的感受。”

又有人问：“人心隔肚皮，怎么能看穿对方的心理啊？”教授答：“你不用把他‘看穿’，这样太残忍了，只要从他的言行举止观察就行了，八九不离十，其实，世界上的人虽多，但心理型态却没有那么多，只要有人事经验、社会体验，就能知道对方大概是个什么样的人。”

不容置疑，人情的交往，本来就是一场细腻而有趣的心理应对！

孩子会由父母的言行，探知父母的情绪；父母会从孩子的表现，掌握孩子的身心状况；属下会由上司的态度，推敲上司的好恶；上司

会从属下的奉承 拟想属下的意图 恋爱中的男女更会从对方的一颦一笑 算计对方对自己的爱意。

看过一部法国影片《情人的礼物》。一对假期里邂逅的情人 为了能让这段短暂的恋情成为彼此美好的回忆 分开前各自按对方的表现、喜好等等 选购礼物 想赠给对方 作为永久的留念，而演出了一幕幕浪漫感人的剧情。

还看过一部类似知名影片《后窗》的日本剧 男主角为了追求住处后那栋女子出租公寓里的一位女子 而买来望远镜等器材观察她的作息、习性、工作、交友等等，并加以记录，作为追求依据 进而他观察、记录了所有房客种种 并推敲他们的性格、心理。不想 他因此协助警方侦破一起情杀疑案 最终掳获美人的芳心。

总而言之，心理探测是本能的，是生活的，是有所需要的！

噢 你是我的名牌巧克力 喜欢昵称别人小名的人

朋友阿拉丁成长于单亲家庭，个性贤慧，很有妈妈的味道。她有个相差十一岁的妹妹，姐妹俩手足情深。一天拜访 想看她最近在忙些什么“事情”正撞见她妹妹噘着嘴从自家门口跑出来 招呼也不打一声。原来是朋友健忘，忘了约定，又唤了妹妹的小名——“屁仙”（据说“屁仙”三岁前很会放屁 三岁时说话很臭屁）惹来一场不愉快。

在朋友的眼光看来 就读大一的妹妹根本还是个大小孩 完全忽略了妹妹早已经长大的事实 难怪惹来妹妹的愤慨。

而相反的情形也有。也就是 有些人很喜欢听别人昵称自己。观察发现 喜欢被人昵呼小名的人 他们的心理大都尚未成熟 小孩子

意识无时无刻不在心底作怪。

在办公室里 也经常发现男同事称呼女同事小名的情况。由于习惯使然 女同事多已不以为意。但是，碰到女同事昵称男同事的情况 就引人注目了。

也许，当事人所表现的，是出于平等意识。但是 上班所在毕竟是正式场合 彼此昵称 实在不适合 容易被认为公私不分。

之所以会有如此不适当的表现 表示他们欠缺社会意识。

这样的人不自觉地就会将私人的感情带进工作当中 对公司的归属感极为强烈。这样虽不坏 却是容易在正式场合情绪紧张的性格类型。例如 某公司要举办圣诞舞会 其中他们负责什么 该邀请谁 服装如何打扮等等 早在心底盘算过一遍又一遍了 却还是拿不定主意 上司交待事情下来 明明能力足以轻松胜任 却总害怕自己做不好 平添压力。

如此长久累积 在害怕紧张情绪泄露的潜

意识作祟下 便以亲昵的称呼予以掩饰 以阻扰别人对自己的审视。

其实 只要多充实自己内心 并在日常生活中多训练自己待人处事的能力，久而久之，自信与自在就会在不自觉中取代了原来的畏怯与紧张。如此 小女子也能成为女强人 小男人也会变成大丈夫。

不行啦 我真的不行啦
总是推托事情的人

朋友的堂姐在一家外商公司做事 担任秘书一职。由于亮丽其外 精明其内 深得洋老板的器重 返美半个月期间 就将公司事务全权交给她了。

她为了不负老板所托 仔细地将老板的职务分派给小陈及小王。话多爱表现的小陈一口

就答应了 还抢着要扛下所有的事 想立功加薪；总是默默做事的小王却现出了一脸为难。她不想强人所难 于是将这一半的事务再分为二 由自己与小王分别扛了下来。

几天后 纰漏出现了。好说大话的小陈把一件业务谈砸了 丢了几十万的生意 回到公司不反省补救 还大骂对方公司的不可理喻。

她因为分身乏术 于是请小王紧急赴该公司挽救 岂料小王竟以“份内事 都做不完了……”为由拒绝，令她好不生气。她情急大骂：“你们两个真是笨呀！”把公司气氛搞得很僵。

事后 看洋老板沉垮垮的脸色 她的工作情绪也低潮了好一阵子，还考虑过请辞谢罪呢。

有些人很好表现，即使自己没多大能耐，也爱推销自己 扛下任务 相反地 也有人缺乏勇气，即使表现的机会降临，也会推托逃避。

后者的情况，若程度太过分，不仅会使对方心烦气躁，也会使自己惹人讨厌。

有时上司或同事甚至明说：“这件事情你一定可以办好的！”却仍不被接纳，真是令人气恼。

其实，他们并不是对任何事都推托，只要确定能够胜任的事，甚至也会毛遂自荐。也就是说，他们并非天性如此，而是因为自我要求过高又缺乏自信所致。

由于缺乏自信，就安于现状，以避免和既定的人、事、组织发生摩擦。

他们并非思想行为懒散，而是思虑过周，才会造成推托退怯的表象。

思虑过周，还形成他们犹豫不决、三心二意的心理行为。例如，和朋友约了上酒家，临到酒家门口，却会因为顾虑万一要给熟人撞个正着，岂不名誉扫地，而偷偷逃跑。类似的情形一多，人际关系自然就不好了。

而除了顾虑外在的因素，这样的人亦容易

受到心中原始观念的强烈支配 害怕置身新环境 避免接触新事物 总是在传统与潮流之间左顾右盼 举棋不定。

他们乍看谦虚 也往往如此自诩 实则更接近于懦弱。这样的人 或许是好好先生、和气同事 却绝对不是能担当重任的人。

应付这样的伴侣或同事 最好以强制的口气及行动规范他们，让他们习惯于承担一些事 且都得达到标准 并以称赞及鼓励替代责骂及唾弃 提高他们的自信。如此 多少能改善他们的习性。

扩大生活圈子 多结交形形色色的人 也有助于他们看清自己的优缺点 为了使自己不受排斥 而努力改变自己。

原则上，事情就是这样
过于一板一眼的人

几年前到县里洽办事务 原本预计几分钟就能解决的事情 没想竟拖延了十几天 还专程跑了七趟 令人火气上升 气得冒泡。

问题出在办事人员的墨守成规，不谙变通。

第一趟 他说少了身份证复印件 眼看复印机就在他身后 于是请求代劳补齐 他竟说“复印机是内部用的 不对外。”

第二趟，他说有个章盖得不清晰，要补；不想因此耽搁 就说：“每个章都一样，一个章不清晰没关系吧？”他不耐烦了：“哪能没关系 上面规定就是这样！”

第三趟 他瞧姑娘眼熟了 于是露出了似笑非笑的微笑：“忘了告诉你 这所有资料都

得复印三份。(天啊！)

之后四趟 又受了多少“公家气”，可想而知。知道后来事情怎么办成的吗？——是一位洽办同样事务的先生 看一个小女子呆不楞登地立在柜台前 恭候办事员驾临 模样令人垂怜 于是情不自禁地代办 顺利盖了章 领着上楼交钱了事。

有点滑稽 却一点也不好笑。像这样循规蹈矩的人 做事通常较为缓慢 但由于不会马虎 也较令人放心。不过要是规矩过分 就不敢领教了。

这种一板一眼的人 他的办公桌大多收拾得干净整齐 有条不紊。桌上的摆置 往往与周边同事有着强烈的对比 用品、摆饰多半有固定的位置 不会乱放。

要是有人在他们离座时 动用了他们桌上的物品 再物归原位 他们回座时 必定会察觉，并会急急追问：“谁动了我桌上的东西？”

由于过于有原则，常使身边的人受不了，而他们也往往相当烦恼。

他们也深切了解自己的某些行为不合常理，却是一再为之。有人会问：既然有自知之明，干嘛不改？他们也想，但往往无法按照自己的想法，随心所欲改正自己的行为。

他们是有苦衷的。一旦改正那些行为，就会坐立难安，有再为之的强烈冲动。这就是困扰他们的症结所在。在心理学上称为“强迫行为”。其实，任何人或多或少都有这种倾向。例如，明明记得已经关了瓦斯开关，可是，如果不再检查一遍的话，就不能安心。明明已经将信件投入邮筒，又非得伸手到邮筒口探一探，确定一下，等等。

这种不断呈现强迫行为的人，在我们周围必定会有一两个存在。他们会给予我们神经质的印象。殊不知，那些反复的行为，对他们而言，实是一种仪式。

经常看到有人在工作开始之前，会把桌面

上的物品排列整齐 或者就座之前 会先把座垫翻起拍弄一下 再摆回原状。

这样的“仪式”，是他们日常生活的序曲，让他们得以正常活动。别人怎么看怎么想，他们很少理会，并不会因为别人的不喜欢 就改变行为。

事实上 这样的习性 算不得缺点 这样的人 也不致令人反感至极。相反地 某些工作还特别需要这样的人怀着这样的习性去从事 生产线作业、样板文书等等工作。所以要否改变 就看个人。

若想改变，建议采取“三心二意”的方法 即同时操作多项事务 别让心思专注在一两件早已做得烂熟的事务上。在一心多用、手忙脚乱的情况下 想要一板一眼也难。

报告主任，我先走了 准时上下班的人

高中刚毕业时 曾在眼科诊所打工。由于是打工性质，所以做得挺开心，偶尔迟到了，嘻皮笑脸带过；事情搞错了，也嘻皮笑脸带过。一笑虽不见百媚生 但一笑除尽了所有障碍。一笑搞定。

相对于笔者的爱搞笑 陈小姐的态度就显得严谨了。总是安分做事 准时上下班 偶而有医师下班请吃“好料”，她一概谢绝不参加 就好像上班是为了达成下班这个使命 使命外的时间 她一分钟也待不下。

有同事问她：“是不是还在外兼差？”她懒懒地笑着摇头。工作对于她 好像是个挺无奈的负担 全无乐趣、抱负在里头。

有一回 何小姐因途中汽车故障 来电请

她暂代两个小时的班。她支吾着没有答应 时间一到 竟然如常赶搭公车去了 笔者迫不得已 只好穿起白袍 当个无照护士 明知故犯 违法了两个小时。

其实 多数领薪水过活的人 都具有责任感 工作未完 即使已经到了下班时间 也会不惜加班 让工作告一段落。当然 有些人是为了赚取加班费而自动要求加班的。相反地，却也有人只要下班时间一到 无论工作是否告一段落 皮包一提 就走人了。

这种安于工作的人 也安于生活 对于份内的工作 大都能规规矩矩地完成 称得上是老实的员工。可是如果上司或老板给予额外的任务，他们便会摆出一副老大不愿意的态度，低调地反驳。

这样急于踏上归途的人，只要时间一到，就会迫不及待地想离开工作场所 即使同事正需要帮忙 也不会有体贴的心。

他们或许会说得好听 这是在争取自己的

权利。实际上 不过是想使自己行为正当化的强词夺理。

这种人缺乏对公司的归属感 就有如自己是公司的客户一样 态度冷淡 敬业精神差。

他们少有挫折感 生活悠哉游哉。由于仅有小部分时间、心思放在工作上 所以对工作的价值无法认同，与公司及工作场所中的人、事总隔着一定距离。

在一个公司里面 若是存在着这种迫不及待老想下班回家的员工，必定会有问题产生：不是业绩难以突破 就是气氛难得融洽。

这种情况 若是阶段性的 可能是对目前的工作没兴趣 抱着骑驴找马的心态 若是长时期的 则是对生命欠缺活力 人生的过程 就好像捱着等死一样。

想改变这种习性，不妨培养一两样兴趣，享受兴趣为生活带来的乐趣 并尽可能将工作和兴趣结合，乐在其中。例如，嗜好旅行的人 就可选择导游或领队工作 喜欢爬山或游

泳的人 就可从事相关教练工作 等等。

怎又不见他人哩
习惯迟到早退的人

经常在早晨七点一刻左右 听见孩童的哭叫声。那划破清静的哭叫声，听来悲恸异常，如丧至亲至爱 引人动容。每每喝着牛奶 听着哭叫声 胃液一阵一阵翻搅 吃下去的东西 没几分钟就急着出来了，压根没有便秘的困扰。

好一段时日后 终于知道 那害人患上轻微胃疾的惨绝哭叫声 竟是由于厌恶学校 拒绝上学之故 枉费做了一堆联想 还几度想打虐待儿童热线呢。不知读者见识过这样子的 小孩没有。临床发现 这不仅是心理问题 也与教育立场有关。