

谁更开心? 奥运会银牌得主和铜牌得主, 魔鬼心理实验室为您揭示



该研究共包含三个实验:第一个实验分析 1992 年西班牙巴塞罗那奥运会铜牌和银牌得主的情绪反应。第二个实验请被试评估奖牌得主事后接受的电视采访,看看银牌得主的假设思维是否真的集中于差一点获得金牌,而铜牌得主是否仅仅因为获得了奖牌而开心。第三个实验直接访问银牌和铜牌得主看看他们的假设思维的性质。

研究一采用 NBC 对 1992 年巴塞罗那夏季奥运会的采访录像,录像包括两部分:第一部分是直播或录播中银牌得主和铜牌得主得知自己成绩一瞬间的表情;第二部分是颁奖仪式上银牌和铜牌获得者的表情。第一部分的录像共包括 23 位银牌得主和 18 位铜牌得主,由于是立即的反应,镜头都比较短(平均时间为 14.4 秒),也就不需要多少编辑工作。第二部分颁奖仪式的镜头比较复杂,通过一位对研究假设不了解的人的编辑后包括了 20 位银牌得主和 15 位铜牌得主的镜头(平均时间为 14.7 秒)。

20 位大学生充当被试者,请他们对录像上的运动员的表情打分,0 分为痛苦,10 分

你可能从来没有想过这个问题,银牌得主和铜牌得主谁更开心? 根据常识,银牌得主应该更开心,因为它是第二名,铜牌是第三名。可是美国学者研究发现,总体而言,铜牌得主要比银牌得主更开心。这是真的吗?又是为什么呢?今天,魔鬼心理实验室特为您介绍这项研究。

为开心。实验结果果然表明总体而言,铜牌得主要比银牌得主更开心:对第一部分录像、也就是比赛结束的立即反应中,铜牌得主开心的得分平均值为 7.1,而银牌得主的开心的得分平均值为 4.8。对于第二部分录像、也就是颁奖仪式上的表情,铜牌得主开心的得分平均值为 5.7 而银牌得主的开心的得分平均值为 4.3。

第二个研究进一步对运动员事后接受采访的内容进行分析,使用材料依然来自于 NBC 对 1992 年巴塞罗那夏季奥运会。NBC 赛后共采访了 13 位银牌得主和 9 位铜牌得主,采访平均长度为 27 秒。被试同样为大学生,同样要求对体育不感兴趣,以便排除熟悉所带来的偏差。测试为团体施测,被试来到实验室后被告知将要观看 1992 年奥运会的录像,他们被要求仔细观看和聆听采访录像,并完成以下任务:

第一,在一个 10 点量表对运动员的回答进行打分,该量表从“至少我……”(1)到“我差点……”(10)。为了让被试熟悉量表的含义,一开始告诉被试一个他们经常遇到的例子:一位学生考试得了 B,他可能有不同的想法,从“至少我没有得 C”到“我差一点

能得 A”。第二,被试对采访内容的主要部分进行分类:(a)“运动员强调他或她可能表现得更糟,与一个或多个比他或她更差的运动员进行比较”;(b)“运动员强调他或她可能表现得更好,与一个或多个比他或她更好的运动员进行比较”;(c)“运动员只是强调他或她的表现,没有与竞争对手进行比较。”被试被要求将运动员接受采访的内容在上述 3 个分类中进行分配,他们可以将 0 到 100%中的任何一个数字分配给上述的分类,但是三个百分比相加必须等于 100%。

正如预测的那样,相比铜牌获得者,银牌得主的想法被评为更强调“我差一点”。在从“至少我”到“我差一点”的 10 点量表上,银牌得主的得分为 5.7 而铜牌得主的得分为 4.4。第二类测量的结果没有这么清晰。首先,采访内容被认为是向下比较的比例很低,平均比例为 7.5%,而且铜牌与银牌之间的差异不显著。不过剩下的两类数据就比较接近假设了,银牌得主的想法被评为向上比较的比例(平均为 38%),高于铜牌得主(平均为 20%);而铜牌得主的想法被判断为更强调表现本身(平均为 73%),高于银牌得主(平均为 54%)。

研究三直接调查运动员赛后的想法,调查对象为 1994 年纽约州立运动会游泳和田径比赛的银牌(60 名)和铜牌(55 名)得主。比赛结束后运动员被单独接近并要求他们在研究二类似的 10 点量表上进行打分,也就是说他们的想法是更强调“至少我……”(1)还是“我差点……”(10)。为了让运动员准确了解调查的要求,一开始同样告诉他们一个例子:比赛之后运动员们经常会想“我差点能表现更好”至“至少我取得了现在这样的成绩”。

结果再次证实了前面的发现,银牌得主的想法要比铜牌得主更强调“我差点”,银牌得主评分的平均值为 6.8,而铜牌得主的平均值为 5.7。

总之总体而言,该研究证实了铜牌得主要比银牌得主更开心,其中的原因是,银牌得主往往会想“我差一点就能得金牌”,而铜牌得主的想法是“我差一点连奖牌都没有。”

爱的教育

心灵实践

越位的外婆

“妈妈,我求求你啦,我不嘛!不嘛!呜呜,……”

听见这个不断发嗲祈求妈妈的声音,大多数人一定以为这是一个小女孩在跟妈妈对话,却不料这个“小女孩”已经三十八岁,自己也已经是个十三岁女孩的妈妈。

说起这个长不大的女儿,年近七旬的绢禁不住老泪纵横。她从小经历坎坷,三十多岁才有了这个宝贝女儿,从此“捧在手里怕掉了,含在嘴里怕化了”,对女儿万般宠爱只怕不够。不仅女儿的生活照顾得无微不至,连女儿上学、工作,甚至找对象结婚,都一手包办。等到外孙女出生,对这外孙女更是全部包办。用绢自己的话说,“外孙女从出生到现在长到十三岁,女儿没有尽过一天妈妈的责任。”

承担了抚养两代人重任的绢,现在已经不堪重负,一年前一场重病夺去了她的健康,她自知来日无多,盼望女儿能真正长大,承担起自己的人生责任,结果却陷入深深的失望。

那个被妈妈无限宠爱的女儿,其实生活得并不幸福。她习惯了什么事情都听妈妈的,对自己的人生没有任何主动权。连婚姻都是妈妈安排的,稀里糊涂结了婚,又懵懵懂懂生了女儿,把自己人生的一切都交给妈妈打理,这是她最安心的。结果

老公出轨与她离婚,女儿叛逆对她拳打脚踢,她感觉无奈又无能,只好继续依赖妈妈,希望像以往一样,妈妈出面帮她摆平一切。可是,妈妈不再如以前那



么强壮,妈妈老了又得了重病,妈妈希望女儿如成年人般接过家庭的担子。面对这一切,女儿非常恐慌,她不想长大,她希望自己永远做那个在妈妈羽翼下的三岁小女孩。于是,就出现了文章开头的那一幕。家庭关系理论告诉我们,在一个家庭中,每个家庭成员都有自己的位置,都应该承担自己的责任。在这个案例中,是绢的越位造成了这一切。妈妈包办女儿的一切,阻碍了女儿的成长,又代替女儿抚养外孙女,承担了女儿母亲的角色。在这样的家庭环境中,女儿成了永远长不大的小孩,而外孙女则在外婆代母的扭曲关系中,以不负责任和叛逆来报复。

帮助这样的家庭需要有个长期缓慢的过程,而对于其他的家庭来说,家庭中占主导地位的家长应该学会放手,给孩子尝试的空间,犯错的空间,成长的空间,避免这样的悲剧再度重演。

吴亦君 亦君工作室主任,国家二级心理咨询师。互动博客:<http://blog.sina.com.cn/wwwuyj>

喜欢炫耀者缺乏自信

◎ 梅承鼎

内人的表弟阿毛,28 岁那年跳出“农门”,进城承接了一些诸如建个仓库、修个厕所之类的小业务,掘到了第一桶金之后,阿毛开始鸟枪换炮了:穿了西服,换了座驾,从上到下色色新,逢人便说:“我这西服某某牌的,3000 元一套;这皮鞋是某某牌的,1500 元;这皮带是进口真皮的,500 元一根……”他的炫耀有了效果:有人表示惊讶、羡慕,有人则不屑一顾。

有一次,他又当众炫耀新买的一块手表,引起大家的围观。事后,我悄悄对他说:“阿毛,你没有必要到处显摆。”阿毛听到批评,不好意思地说:“我是一个农民,又没读什么书,总感到处处不如别人。这两年赚了点钱,就觉得非要显摆一下,心里才舒服。”他一句话道破天机:他显摆是因为不自信。

心理学认为,炫耀的目的,是希望赚取旁人廉价的仰慕和赞美,从而得到自我满足,以为自己高人一头,比他人更强势。因此,有钱的人摆钱脸,有权的摆权脸,长相俊美的红男男女女则直接把自己的靓照贴到网上去。然而,恰恰是这种炫耀,暴露出炫耀者内心的空虚和不自信,只不过是想要以显摆的方式给自己增加筹码,以此来达到“不居人后”的目的。然而,阿毛能不能通过展示那身昂贵的行头来增加自身在众人心目中的份量和威望呢?据笔者所知,不但

难以如愿,而且越发显得浅薄。

其实,真正有所建树的人,自信的人是沉默的,内敛的,低调的,他好比一株熟透了稻谷,低垂着沉甸甸的果实,从不炫耀。但是,他们即便再怎么低调,识货的明眼人依然知道他们的分量,会自然而然向他投以敬佩的目光。

行文至此,想起一个古代小故事:据《史记》记载,齐国的矮个子宰相晏婴外出时,他的车夫坐在大车盖下,鞭打着四匹马,大声吆喝,引起广大市民的围观,他非常得意。这情景正巧被车夫的妻子看见了。车夫回家后,妻子要和他分手。车夫惊讶:我没有做错什么啊?妻子说:“晏婴身高不满六尺(战国时的一尺相当于现在的 22.5 厘米,晏婴实际上不足 1.35 米),身为齐国的宰相,名声显赫,可人家神态深沉,表现谦虚。你身高八尺(约合 1.8 米),给人家当车夫,竟然这样趾高气扬地炫耀自己,你不觉得丢人吗?”马夫听了,感到羞愧,从此不再张扬,变得谦虚谨慎起来。

如今,时间过去了几千年,类似晏婴车夫式的人依然大有人在,他们前赴后继,步其后尘,是不是有点悲哀?不过,奉劝那些患有“炫耀癖”的诸君,学一学晏婴的车夫“知错即改”的勇气,从此低调做人,恐怕不会很难吧?

