

“你知道我的人生目标是什么吗？告诉你，诺贝尔奖！”魔鬼心理实验室的一个研究生对另一个研究生说道。“你就做梦吧！诺贝尔奖根本就没有心理学奖。”“你听我说完嘛，不是瑞典的那个诺贝尔奖，是美国哈佛的诺贝尔奖——‘搞笑诺贝尔奖’。”“你自己也知道那是搞笑？你就搞笑吧！”“我就知道许多人不了解搞笑诺贝尔奖，以为它只是搞笑。实际上它的评选标准是‘乍看令人发笑，再看令人深思’，所以能获得搞笑诺贝尔奖的研究也都是非常优秀的研究。”所以，魔鬼心理实验室今天就特地给您介绍2013年搞笑诺贝尔奖心理学奖的研究成果——人喝醉了，会觉得自己更漂亮。



魔鬼心理实验室 主持人

张结海 实验心理学家，在国际、国内权威心理学专业杂志上发表多篇有影响的论文，提出了多个心理学的理论模型。

曲玉萍 大学实验心理学专业讲师，法国政府青年社会学精英学者，CNRS 国家科研中心客座研究员。

2013年『搞笑诺贝尔奖』的心理学奖

图 慧欣

人喝醉了，为什么可能会觉得自己更漂亮？

全世界都有一个广为流传的说法，酒后乱性。但是科学研究表明，酒其实并不能让人乱性，真正乱性的是心理作用，用心理学的术语来说叫“安慰剂效应”；同样的道理，当人们以为自己喝了酒，他们就会表现出攻击性。所以，喝了酒的人可能会觉得自己更迷人是因为大众媒体通常把喝酒当作一种正面形象进行呈现。为了验证这种可能性，作者进行了以下两个研究：

酒吧里的检验

作者在法国的一家酒吧找到了19位顾客（其中63%为男性）参与该调查，调查内容很简单，请他们分别对自己在吸引力、聪明、创造性和风趣四个方面进行打分（最低1分、最高7分）。打完分以后让他们吹气测量血液中的酒精含量。

结果表明，血液中的酒精含量和对自己吸引力的评价之间呈显著正相关关系，也就是说，酒喝得越多，越会认为自己有吸引力。不过，这个检验有两个问题无法回答：第一，到底是喝酒使人感觉更有吸引力，还是刚好相反，长得漂亮的人喝酒更多？第二，到底是酒精的作用，还是前面提到的只是纯粹的心理作用？作者用实验室的实验来回答这两个问题。

实验室的检验

参加实验的是94位法国男性，他们被告知参加的是一家饮料公司的口味测试，所有参与者都先禁食3小时（除了喝水）。所有参与者被分为4组：

第一组：喝的是真酒，并且告诉他们这是酒。

第二组：喝的是真酒，但是告诉他们这是有酒味的饮料。

第三组：喝的是有酒味的饮料，但是告诉他们这是真酒。

第四组：喝的是有酒味的饮料，并且告诉他们这只是有酒味的饮料。

全部被试喝完酒（或者带酒味的饮料之后），请他们为这家饮料公司写一段广告词，然后对刚刚喝的酒（或者带酒味的饮料之后）的口味进行打分（实际上是利用这个机会让酒精消化吸收）。之后，请所有的人依次到一个舞台上将自己写的广告词念出来，一位女性实验人员进行录像。录完以后，将录像播放给被试自己观看，看完请他们对自己在吸引力、聪明、创造性和风趣四个方面进行打分（最低1分、最高7分）。

为了获得客观的评价，研究人员再请22位没有喝过酒的、清醒的大学生观看所有录像，并对录像上的人在吸引力、聪明、创造性和风趣四个方面进行打分（最低1分、最高7分）。

结果表明：第一，是否真的喝酒并不会导致被试认为自己更帅。第二，也是更关键的发现，那些以为自己喝了酒的人（其实一半人喝的只是有酒味的饮料）会觉得自己更帅。第三，22位大学生的客观评价表明，喝不喝酒，是否以为自己喝酒都不会影响他们的吸引力（能影响那才奇怪了）！

总结

别借口喝了酒耍酒疯

许多人喝了酒就像换了一个人，其实众多研究表明，大部分情况下那不过是喝酒的人借着酒劲耍酒疯罢了。所以，请各位酒君子们记住，喝酒不是借口；尤其要记住的是，喝酒就更不是推脱法律责任的借口了！

爱的教育

老实孩子为何屡屡闯祸



欢欢又闯祸了！在学校体育活动课上推搡同学，结果造成同学摔倒并不慎手臂骨折。欢欢妈妈对着老师和同学家长再三赔礼道歉，又是上同学家慰问，又是主动赔钱加送礼的，一番奔波忙碌，终于获得了同学家长的原谅，也说动学校免去了对欢欢的处分。

欢欢妈妈想不明白，要是欢欢真是个野蛮粗暴、或者特别调皮的孩子也就罢了，可是欢欢从小是个老实听话的孩子，平时待人接物文质彬彬，说话也是慢条斯理的，亲戚朋友都夸这孩子有礼貌，幼儿园和小学老师也说孩子本质不错；但为何自从进了初中后就屡屡闯祸，不断发生伤害同学的事件呢？更让妈妈想不通的是，每次发生这样的事情，欢欢总是自己被吓得不轻，而且也总是说不明白自己为什么要这么做，脸上满是惊恐不安的神情，弄得妈妈打骂也不是，批评教育又无效，真不知道该拿这孩子怎么办？

咨询师见到的欢欢是个高大帅气的小伙子，虽然才刚上初一，但欢欢明显长得比其他同龄孩子要高大，而且非常英俊，举手投足有明星范儿，说话也很有礼貌，俨然是个有家教的孩子。光看这孩子的表现，要不是事先妈妈已经说过他在学校的事，一时之间还真不敢把这孩子跟屡屡闯祸的捣蛋鬼联系起来。等到咨询师看见了欢欢在“青春成长训练营”中表现，一下子就明白了欢欢出现问题的原因。

“青春成长训练营”是一项专门为青春期孩子而设计的，帮助他们认同自我、建立自信，提高同伴间交往、沟通能力，获得人生目标的课程，由于其游戏、活动、讨论、演练的形式，深受青少年欢迎。欢欢在训练营活动中，表现出明显的自我信心不足和缺乏与同伴交往的能力，而且心理幼稚，依赖性过强。在同伴游戏中，人高马大的他总是听从比他矮小、但更强势的同学，缺乏是非观念，跟昆虫似的瞎起哄。而一旦与同伴发生矛盾，他不会与同学理论，通过沟通解决问题；而是起先忍让，实在忍不住了就动手，因为长得高大，动起手来又没轻没重的，差点又要闯祸。

再看欢欢的家庭成长环境，欢欢妈妈虽然表面上是个温和、耐心的妈妈，其实内心控制欲很强。她时时关注儿子，处处为儿子打点，要求儿子一切听从自己，始终以母亲的温情、自我牺牲来造成儿子的负疚感，并以孝顺和感恩的枷锁牢牢地控制孩子。虽然妈妈的这种行为本身也是无意识、不自觉的；但在客观上剥夺了孩子成长的权力，造成儿子心理发育滞后，交往能力不足。欢欢在进入青春期后，由于其自身心理与能力发展的不足，与追求自我独立、自我价值的内心需求发生冲突，最终酿成孩子的行为问题。

我们通过认知疗法帮助欢欢更正确认识自我，获得心理成长；又通过训练营，在同伴团体的环境中，帮助他提高人际沟通交流能力。同时也帮助欢欢妈妈认识到自身教育孩子存在的问题，通过父母与孩子的成长，终于使欢欢有了明显的进步。

吴亦君 亦君工作室主任，上海市心理康复协会理事，国家二级心理咨询师。亲子博客：<http://blog.sina.com.cn/wwuyj>

气温骤降

中老年人谨防心律失常

心律失常是指心脏的正常节律发生了异常改变，其临床以心悸、心慌、胸闷、乏力、头晕、目眩等为主要表现。严重者可出现胸痛、呼吸困难、肢冷汗出、意识丧失、抽搐等表现。心律失常患者除了应该要及时到医院诊断治疗之外，同时还要对自身的日常饮食引起重视。

常见的心律失常的保健方法

1. 预防诱发因素 一旦确诊后病人往往高度紧张、焦虑、忧郁，严重关注，频频求医，迫切要求用药控制心律失常。而完全忽略病因、诱因的防治，常造成喧宾夺主，本末倒置。

2. 稳定的情绪 保持平和稳定的情绪，精神放松，不过度紧张。精神因素中尤其紧张的情绪易诱发心律失常。所以病人要以平和的

心态去对待，避免过喜、过悲、过怒，不计较小事，遇事自己能宽慰自己。

3. 自我监测在心律失常不易被抓到时，病人自己最能发现问题。有些心律失常常有先兆症状，若能及时发现及时采取措施，可减少甚至避免再发心律失常。

4. 合理用药心律失常治疗中强调用药个体化，而有些病人往往愿意接收病友的建议而自行改药、改量。这样做是危险的。病人必须按要求服药，并注意观察用药后的反应。

5. 定期检查身体定期复查心电图，电解质、肝功、甲功等，因为抗心律失常药可影响电解质及脏器功能。用药后应定期复诊及观察用药效果和调整用药剂量。

6. 生活要规律养成按时作息的习惯，保证睡眠。

早搏防治专题讲座

早搏是常见的心律失常疾病，可引起心率过快、过慢、头晕、疲乏、气短、胸闷、心悸、气短、憋气、惊慌、心前区不适、忧虑不安、活动后心室率明显增快等症状。

那么到底什么是早搏？如何预防早搏？本次讲座特邀心血管医生讲解早搏的预防与治疗。经预约参加活动的会员通过抽奖可获得精美礼品，欢迎踊跃报名。

讲座时间：2013年10月25日 星期五 13:30

报名热线：64759591 54591026

讲座地址：上海远大心胸医院2楼 龙漕路218号（轨交3号线龙漕路站旁）