

魔鬼心理实验室为您揭秘

在任何团体中都会起作用 群体身份认同

“央视这么多次改版,大概没有哪次像这次这么受欢迎。”魔鬼心理实验室的一位男研究生议论道。

“你主要是指它晚上 10:30 档的纪录片吧?”一位女生问他。

“对啊!你知道吗?上次《舌尖上的中国》不但在中国广受欢迎,很多老外也很喜欢。这两天正在播的反映二战的片子《天启》看得也很过瘾。”

“《天启》我也看了,不过我可不像你们男生,我一点也不觉得过瘾。我看得很难过,战争中死了那么多无辜百姓,集中营里的犹太人,死的时候饿得只剩骨头,该千刀万剐的希特勒。还有我一直在想,那时的德国人怎么这么狂热、残酷,都像被洗脑似的。如果说一个希特勒发疯了可以理解,难道所有德国人都中邪了?”

“你这个问题问得很好”,张结海走了过来,“那我们今天就来温习一下塔菲尔的社会身份理论。”



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。

爱的教育

大卫喜欢打人

大卫读小学一年级,是个令老师头疼、同学讨厌、家长烦恼的孩子。其实大卫长得挺漂亮的,白白的皮肤,大大的眼睛,还有圆圆的脑袋,一副聪明可爱的模样,应该是人见人爱的呀。可惜大卫有一个坏习惯,就是喜欢打人,而且下手没轻没重的,谁也接受不了他的行为。

大卫出生在上海,一岁多跟父母去了国外,三岁后又被工作紧张的父母送回国内,交给爷爷奶奶抚养。要是有人问起大卫的爸爸妈妈,大卫就会动手打人,谁也不清楚大卫究竟还是否记得自己的父母。

爷爷奶奶非常宠爱这个小孙子,对孙子的要求百依百顺。大卫上幼儿园时,园长是奶奶的老同学,对大卫特别照顾,所以大卫表现还算可以。自从进了小学,大卫的脾气就越来越暴躁,打人的次数也越来越多。有时一天会打好几个同学,弄得同学家长纷纷向学校提意见,学校也觉得无法处理,就婉转劝大卫的奶奶让大卫转学。可是大卫到了新学校,不仅打人的坏习惯没改,还更加变本加厉了,眼看新学校也容不下大卫了,爷爷奶奶只好向咨询师求助。

咨询师发现,大卫是个敏感的孩子,他对周围发生的事情反应很快,特别在意别人对自己的态度。在行为表现上,大卫明显地缺乏安全感,对外界的人和事物采取过分防御的行为。由于缺乏安全感,大卫内心是恐惧和自卑的,他对别人缺乏信任,害怕自己被别人伤害,所以总是以主动攻击别人(打人)来保护自己。

另外,大卫的语言能力不足,由于三

岁前生活在国外,三岁后才回到汉语生活环境,他的汉语说话能力明显落后于同龄孩子。语言能力不足造成大卫与人的沟通障碍,沟通不畅更加剧了大卫的不安全感和沮丧、愤怒的情绪,不知道如何排解的他,就选择了以打人来发泄情绪,吓退别人,保护自己。小小年纪的大卫就经历了与父母分离,抚养人改变的痛苦,再加上从国外到国内,从受到关注的幼儿园到陌生的小学的生活环境变异,年幼的他没有能力适应这一系列巨大的变化,就发展出“打人”这一不良行为来引起家长关注,寻求帮助。

由于大卫认知能力和语言能力都不足,咨询师采用了游戏治疗的方式,通过绘画、做玩具游戏等,帮助大卫重新建立安全感,同时通过对话、讲故事,训练提高大卫的语言表现能力,教会他与人沟通、交往的技巧和规则。渐渐地,大卫的语言能力有了明显提高,当他学会如何与人打交道后,不良行为也消失了。

对大卫的父母来说,这也是一个教训,既然生了孩子,无论在何种情况下,父母都需要承担起自己的责任。

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/wwwuj>



社会身份理论的经典实验

有时候一个个体一旦融入到群体就像变了一个人似的,他的行为会变得异常兴奋或令人不安。当人类集群在一起之后,他们就开始做一些奇怪的事情了:模仿对方的言行、喜欢本群体成员而讨厌其他群体成员、寻找一个领导来崇拜、与其他群体发生争斗。想想那个著名的夏令营实验,一群完全陌生的孩子来到夏令营,被随机分成两组,几个简单的步骤就能让他们发生冲突。

但是,想想你属于的群体类型,你就会意识到不同的群体差异会有多大。有些群体更像同一个单位的兵营,或是由从穿开裆裤就相互认识的朋友组成的,这种群体持久、团结、互助,这种群体中成员志同道合、气味相投、惺惺相惜。对此,你大概不会觉得奇怪吧?另一类群体则要松散得多,某个大型体育俱乐部的支持者、为了临时项目只在一起工作几个月的同事。

或者,在一个画廊里欣赏同一幅画的人?你也许觉得仅仅站在一幅画前面欣赏 30 秒就能形成一个群体是绝对不可能的,因为时间太短了,太稍纵即逝了。但是这恰恰是塔菲尔和同事当年做的心理实验所需要的时间。

他们相信,把帽子从头上拿下来的功夫就足够形成一个群体,并且形成随之而来的对其他群体的歧视。他们甚至相信一个群体可以在成员之间从来没有面对面接触过,甚至彼此都不认识,而且他们的群体行为并没有实际后果,也就是说,他们从这个几乎不存在的群体中无法得到什么或失去什么。

塔菲尔和他的同事用了一个非常漂亮的实验来回答了上面的问题,他们将 14 到 15 岁的少年带到实验室,然后给他们看两位抽象画大师的绘画作品,塔菲尔告诉这些少年,他们对这些抽象画的偏好将决定他们分在哪个组。

实际上,根本没有所谓的组,这么做

沉默在沟通中的意义

◎ 许亮生

在人们的习惯意识里,“沟通”几近等同于“语言交流”,人们总觉得“沟通”就是有声的对话。但美国加州大学的心理学教授古德曼对沟通却作出了一反常规的论断:“没有沉默就没有沟通”,他从心理学角度对沟通的内涵作了独到的补充,这句话,管理学上称之为“古德曼定理”。

也许人们会觉得古德曼定理有些离谱:如果大家都保持沉默,鸦雀无声,沟通还能进行吗?

中国有句成语是“沉默是金”,它与“古德曼定理”有着异曲同工之妙。在有些场合,学会沉默内敛,这其实是一种成熟的人生境界。此时无声胜有声,一些矛盾会因为沉默而得以缓解;一些不可言明只可意会的事情也因沉默得以传递,一些内涵复杂的意思同样因了沉默有了深刻领悟的可能……古人因此用金子来形容沉默的珍贵。沟通,毕竟不能简单地理解为有声的会话。七嘴八舌、先声夺人其实最容易使沟通陷入尴尬的困境。那些涉世未深刚走进公司的上班族,他们年轻、天真无邪,充满青春热情,一打开话匣子往往滔滔不绝,甚至不管大家有无聆听,只顾自说自话,其沟通效果是可想而知的。

古德曼定理所说的:“没有沉默就没有沟通”,并不意味着否定说话所具有的重要沟通效果,古德曼教授只是站在心理学独特的角度表述了自己的

的目的只是让被试者形成“我们”和“他们”的概念,之后他们被一个个带到一个小房间,每个人被要求分配一笔虚拟的钱给“我们”组和“他们”组的各个成员,所谓的“我们”组和“他们”组根本看不到,看到的只是每个成员的代码。

实验结果非常惊人,这些孩子的分配方案表现出严重地向“我们”组倾斜的趋势。请特别注意,在这个实验中,每个孩子都没有见过其他任何人,他们也不会从其他人那里获得什么实际好处,因为分配的是虚拟的钱。

因此,可以想见在现实生活中,人们会有何等强烈的理由偏爱自己的群体——因为通常这对你有利,你通过保护和你相似的人保护你自己。

社会身份理论的核心观点

塔菲尔提出“社会身份理论”来解释上述少年的行为。塔菲尔认为我们每个人是通过群体来形成我们自己的身份的。比如,你在工作、你在家庭、你在社会等各方面都属于一个群体。这些群体会部分地决定你如何回答“我是谁”这个问题。

既然我们所属的群体决定我们的身份,因此自然而然我们希望我们的群体比其他群体地位更高、形象更好,尤其重要的是,高低是比较出来的,所以人类有时候就会通过瞧不起其他群体来抬高自己的群体。上面实验中的少年正是通过向自己群体倾斜的分配方案来抬高自己的群体的地位。

二战时期的德国,他们通过清洗犹太人和吉普赛人达到认同日耳曼民族是最优秀的民族的目的,他们甚至嘲笑法国的海外兵团,因为海外兵团的士兵来自法国的非洲殖民地。德国人嘲笑说,法国竟然沦落到需要奴隶来保卫高尚文明的地步。而随着战争早期德国人在战场上一步步取得胜利,德国国内的狂热情绪达到了顶点。看,这是何等明显的证据证明德国人确实高人一等!

经典感悟

见解,给沟通的定义打了一个漂亮的补丁,辩证地认知沟通。

聆听,也可以看作是一种沉默,沟通在许多时候正需要沉默来完成聆听。你一语他一言,大家争先恐后地说话,谁来当听众呢。没有沉默的听讲者,发言再响也失去了意义。当开会时,领导在讲台上发言,会场越是鸦雀无声沟通效果往往也就越好,当会下一片嘈杂,会上的发言者就可能要浪费口水了,这也是对发言者的一种漠视、不尊。

思考,也需要沉默,沟通中聆听的一方若没有沉默的时间用以思考,就难以透彻理解发言者的意思。发言者并不能通过大声说话把思想复制给别人,只能通过沉默思考,提高说话的艺术感染力来打动听众,同样,给听众一定时间的沉默去琢磨,对参悟发言者的话语内涵肯定有帮助。

沟通的间歇也是一种沉默,当人们进行过一次满意的沟通之后,都会暂时停歇、沉默下来。吃饱饭之后要消化,听多了发言也需要领悟,沉默、静静地思索是消化别人话语的最好途径。

古德曼定理补充了沟通的外延意义,使之臻于完善,提示沉默在沟通中的重要性。其实,一个人的悟性,一半应该归功于沉默中的思考和感悟。有时候,沉默中的心灵神会,甚至可以胜过千言万语。