

魔鬼心理实验室为您揭示

# 网恋的误解与真相(二)

大约有三分之一到四分之三的单身网民尝试过通过网络交友,但是过去的一段时间我们听到有关网恋的故事以及它的成功概率相互矛盾。网络婚介公司把网恋说成一朵花,给人感觉只要一进入婚介公司,结婚奏鸣曲就在远处为你响起。相反,媒体上尽是一些吓人的故事,网恋是骗财、骗色的代名词。真相到底如何?今天魔鬼心理实验室为您介绍心理学对网恋的最新研究成果,为您揭示网恋的真相与误解。(现在继续上一期的话题)

## 第六,网恋确实提高了差异性

为了了解网恋的差异性,有人对2670对来自英国、澳大利亚和西班牙的夫妻进行调查,将其中因为网络认识的夫妻和传统方式认识的夫妻进行比较,结果发现通过网络认识的夫妻之间在年龄、教育背景等方面的差异远远大于传统方式认识的夫妻。

尽管恋爱的基本法则依然是“物以类聚,人以群分”,但是互联网的特性本身就是鼓励差异性。该调查的作者们解释说,网恋之所以正在改变“相似性”的恋爱法则,主要原因是互联网能够把以前不同相遇的人带到一起。

## 第七,第一个信息最好短一些

怎样的信息才能获得较高的回复率呢?一个婚介网站对500000成员之间发出的信息进行分析,结果发现接受者只回复了30%的男人发给



女人的信息和45%的女人发给男人的信息。最终引发一个对话的比例更低,只有20%的男人发给女人的信息引起了对话,30%的女人发给男人的信息引发了对话。

三分之一的反馈率也得到了学术研究的支持,不过部分原因是许多网恋账户是被遗弃不再被人使用。有人发现长信息对提高男人的反应率有一点点帮助,而对女人完全没有帮助。所以,不要浪费你的时间写一篇论文,打个招呼然后让他们去看你的自我描述。

## 第八,感情更够增加吸引力

一项关于网恋的研究发现,使用充满感情的词汇——如太激动了、太棒了等——会给男性和女性留下好的印象。这项研究也检验了自我暴露的作用,结果显示总体而言人们更喜欢相对低调的自我暴露。

## 第九,网络对话后,51%的人会见面

尽管不是所有的人,但是大部分人对网络对话的目的是见面。一项对759位网恋者进行调查发现,51%在网络对话后的一个星期或者一个月后会寻求面对面的约会。实际上,许多人把见面看成是网络交流的最终阶段,见了面以后要确定的是这个人是不是真的像他(她)说的那样?如果是,两个人之间能不能发生化学反应?只有这个阶段完成两人之间的相互了解才开始。

## 第十,挑花了眼

尽管许多研究都谈到了网恋的优点和好处,但是不可否认的是网恋也有不尽如人意之处。一项针对132位网恋者的调查表明他们花在筛选个人介绍、发送邮件上的时间7倍于传统的网下了解对象的时间。一部分原因是网络挑选对象类似于网络购物,网络购物由于其庞大的商店“空间”使部分网购者花费比传统购物方式更多的时间挑选,总感觉下一个页面有更好、更便宜的商品在等待。网恋者也是如此,看看这个人的自我介绍,掂量掂量,总觉得不想错过后面更好的。这些问题可能需要更新的技术手段来解决,比如真正高质量的虚拟约会系统。

## 网恋到底管不管用?

这方面的数据依然不多,比如有调查发现,29%的调查对象通过网络找到了他们的长期的严肃的关系;一项跨国调查发现英国6%的已婚对象是通过网络认识的,这个比例在澳大利亚是9%,西班牙5%。但是,如果只看年轻人群就会发现这个比例高得多:

在美国,26岁到35岁的夫妻是通过网络相识的。

在英国,19岁至25岁的已婚人群21%第一次相识是在网上。

如果你追求的是长期的、稳定的关系,网络当然对你有帮助,尽管对许多人而言,网恋依然充满了欺骗、不诚实、和怪异。也有些人的热情被如此的回复率所扼杀。但是我们依然想告诉你大多数网恋者是相对诚实的,而且最关键的是,它是能成功的。

## 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

我看人生

## 孩子磨蹭的背后

最近的家长课堂中,有好几位家长提到为孩子的磨蹭行为烦恼不已,纷纷询问有何办法可以改变孩子。

明是四岁孩子的妈妈,说孩子越来越调皮,每天晚上临睡前都不肯刷牙,磨磨蹭蹭非得要家长发火才勉强就范。

林是七岁男孩的爸爸,说儿子自从上了小学,就每天作业拖拉,总是玩这玩那的,不能集中注意力,一定要家长在旁边不断督促,才勉强做完作业。

华的女儿读初二,说女儿以前做作业挺快的,上了初中就变得越来越慢了,每天都要做到半夜才能做完。

有意思的是,虽然孩子年龄不同,行为表现也不一致,这三位家长却都异口同声地指责自己的孩子在偷懒、拖时间,目的是为了逃避做作业或刷牙。

心理学研究表明,孩子出现不良行为是种信号,它其实是在提醒家长,他的孩子遇到了困难,需要得到家长的帮助。这时候家长要花费时间去了解、倾听孩子内心的需求,给孩子提供他所需要的支持,帮助孩子度过困难时期。一旦孩子的困难得到解决,孩子的心理需求得到满足,孩子的不良行为就会消退。而家长不问青红皂白地一味指责,不仅不能改变孩子的不良行为,还有可能因为孩子的无所适从或逆反而强化,甚至成为延续一生的坏习惯。

在课堂上,我们鼓励家长停止对孩子的指责,学会通过耐心倾听去了解孩子磨蹭行为背后的真正原



因,结果有了很大的不同。

那个四岁的孩子天生有着好斗的个性,企图通过磨蹭行为与家长夺权,如果家长用权力去压制,结果会让他更加好斗。明白了孩子的行为目的后,家长停止了权力压制,最后通过刷牙游戏比赛让孩子爱上刷牙,养成了每晚刷牙的习惯。

而七岁的小学生之所以做作业拖拉,是因为缺乏时间概念,而且希望通过依赖父母帮助得到关注和爱护。家长帮助孩子认识钟表,培养时间概念,同时,更多地对孩子独立完成作业的正向行为及时鼓励,忽略孩子无理取闹的不良行为,最终培养了孩子良好的学习习惯。

有意思的是,初二的女孩原来是故意磨蹭到半夜,目的是为了反抗妈妈不断增加家庭作业的做法。当女孩妈妈弄明白孩子的真实想法,表示尊重孩子的意愿,完成学校作业后就可以看会儿电视后,女孩从此每晚在九点前就完成了以前要做到半夜的作业。

用心倾听孩子内心,是我们家长了解孩子需求,培养孩子良好行为习惯的前提。

**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/wuyuj>

## 无人可诉,或者不想倾诉

很多时候,感觉无人倾诉。

打开电脑,上QQ,看着长长的好友名单发呆,不知道可以将心事说给谁听。去博客,逛论坛,看着别人发帖回帖不亦乐乎,却愈加感觉到自己的寂寞孤单。

每一个人,都想要找到一个可以敞开心灵的挚友。希望,有那么一个人,能放心将自己的心交付,不必遮掩自己,不必戴着面具说话,在他面前,可以展现真实的自己。

可是世界那么大,寻找了那么久,却始终找不到一个可以倾诉心灵的人。想要倾诉,却无人可诉,是一种悲哀。

或许,是不想倾诉。

和朋友谈天说地聊得畅快,却从不触及各自的心灵深处。老友的电话打来,也只是打着哈哈说话,偶尔贴近现实,你好吗,却不是含糊带过,我很好,如此而已。

◎ 张珂



QQ里,和好友有一搭无一搭地聊天,说着无关痛痒的话,打发着无聊的时光。博客里,有文友的留言给你,你也礼节性地去他的博客留言,满目的赞美,与真心无关。

也不是没有人的陪伴,好像随时可以找到许多人,可以打发时间。只是,不是那样的人,不想去倾诉。

倾诉,也是要棋逢对手的。如果倾诉错了人,如同对人表错了情,会给你带来无奈与尴尬。不合意的倾诉,不如不去倾诉。

无人可诉,或者不想倾诉,也许,都是现代人的一种病。渴望与人交流,又害怕与人交流,于是,便彻底封闭了自己。

心灵实践

## 幸福之源在于比下有余

◎ 李忠东

克里斯·博伊斯和西蒙·穆尔是美国著名的心理学家,分别来自华盛顿大学和卡迪夫大学。不久前,《时代》杂志发表了他们的最新研究成果。

长期以来,人们总是对更加富裕的社会却没有实现集体幸福感的增强这一现象迷惑不解。毕竟,收入和财富的增加当然会在一定程度上让一个人更幸福。这两位科学家试图揭开其中之谜,弄清这是为什么。

“相对收入假定”是说明财富相对论的一种假想方式,研究人员在对其进行进一步的挖掘和探讨之后,发现个人之所以在整个国家变得更富裕时,并不一定会感到更富有,是因为他们在社会中的相对地位并未发生改变。事实上,大多数人不会把自己和抽象的全国平均水平相比,而常常是将自己和

左邻右舍、工作中的同事或大学时的朋友进行比较。如果看到自己排名越前,地位越高,幸福感和自我价值意识也可能越强。穆尔指出:“人们可能在意的,是他们的薪水在进行比较的所有人中究竟是排在第2位,还是排在第8位。”

“如果绝对收入与幸福有关,那么当收入增加时,全国每一个人都应该更幸福,但看来并非如此。”博伊斯说,“与自己的绝对财富相比,人们在与他人比较中的排名更能预示自己的幸福程度。”

博伊斯和穆尔由此得出结论说,金钱或许买不到幸福,但能买到地位,而身份地位的确能让人们更幸福一些。排名比绝对财富更能预示一个人的生活满意度,比下有余才是幸福之源。