

“魔鬼心理实验室”为您揭示—— 漂亮的五大优点与五大缺点

多年前的一幕我至今还记忆犹新：那是一个庭审纪实类的节目，被告是一位美女，不得不承认她确实很美。审判长宣布刑期结果之后，特地走到美女被告身边和她交谈，有两句话我印象非常深刻：你这么漂亮，怎么会干这样的事情？这次我尽量给你照顾，你一定要好好改造，争取减刑释放。大家看看，这话是怎么说的？难道只有歪瓜裂枣才配得上“犯罪分子”的称号？后来一想，这也是人之常情，以前的电影不都是好人浓眉大眼、坏人贼眉鼠眼吗？不过，任何事都有另一面，漂亮有好的一面，也有不好的一面。今天，魔鬼心理实验室特为您总结美丽的5大优点和5大缺点。



漂亮的优点

谢霆锋在一次采访中坦率地承认，他的成功沾了长得帅的光。想一想我们人类会长途跋涉花路费和门票去欣赏一处美景，同样我们也在不知不觉中为美人付出了“代价”，让她（他）们占了“便宜”。

第一 漂亮会赢得好感
很多情况下，我们会自动地把漂亮和许多正面的品格联系在一起。比如，我们会倾向于认为漂亮的人更风趣、更友好、更聪明、更热情、拥有更强的社交技能、更强的性吸引力、更强的能力、更独立等等。这种倾向性已经得到了心理学实验的反复证实，众所周知，晕轮效应就是一个典型的例子，当我们感觉一个人长得漂亮，我们不自觉地把他（她）这一特点扩展到其他方面，以为他（她）方方面面都很漂亮。

第二 漂亮会赢得渴求
《非诚勿扰》节目中，男嘉宾第一轮获得的亮灯数量基本上由他的长相决定——当然是他越帅，获得女嘉宾的亮灯就越多。这说明女人和男人一样，也喜欢漂亮的人儿。实际上，大量的心理学实验表明人类在配偶的选择上，长相是一个非常重要的因素，对女性而言更是如此。许多人可能听说过这样一则笑话：一个男人为了测试 A、B、C 三位女人的性格，分别交给她们 5000 元钱，结果 A 女把它全部花掉了，B 女花了一半、存了一半，C 一分钱没有花，全部存起来了。请你猜一猜，该男最后选了谁？
答案是：最漂亮的那位。
第三 漂亮人的话别人更听得进去
你家的信箱可能每天都能收到大量的直邮广告，一般人拆开后看一眼就直接扔掉。有研究表明，只要在上面加一张美女的照片，阅读率都能得到极大的提升。实际上，心理学上很早就有研究表明，长得漂亮的人沟通力更强，这可能是因为漂亮的人擅长沟通从而获得了自信，不过更可能的是我们相信漂亮。不管怎么说，漂亮能让我们改变主意。
第四 漂亮人的挣得更多
全世界许多调查都表明，职场上漂亮

的人挣得更多，有国外学者在上海进行过类似的调查，得到了同样的结论。漂亮的人起薪更高、也更有机会获得提升，更重要的是，他（她）们获得工作的机会也更大。有趣的是，一个男性人事经理招进一个美女，他一般不会承认是因为她长得漂亮才招她，他招她是因为她能力强。

其中的原因是两方面的：第一，我们喜欢漂亮；第二，前面说的晕轮效应让我们认为漂亮的人能力更强。

第五 漂亮的人更自信
漂亮的孩子从小受到的关注更多，更少挨父母的骂和打；长大了如果还漂亮就会获得上述的种种好处，这就自然而然地使得漂亮的人有更高的自我评价、更强的自信心。所以，美人不光能获得物质上的好处，还能获得精神上的。你说自信有什么好处？想象一下，你今天穿了一身名牌、开了一辆名车，你是什么感觉。漂亮的人可能天天有这样的感觉。

漂亮的缺点

月亮有太阳照不到的阴暗面，漂亮也一样有不足（谢天谢地，否则我们长相一般的人心理也太不平衡了），以下是漂亮的五个不足：

第一 漂亮的人有时候更难获得工作
漂亮在工作上并不总是优点，有时候是缺点、甚至是很大的缺点，如果漂亮的人在招聘的时候碰到决策者是同性，他（她）们很可能出于嫉妒心理，拒绝漂亮的求职者。最近一项研究证实了这一点，同性别的决策者会把同性别的美人看成是一种威胁加以拒绝。
第二 漂亮的人更受刻板印象的影响
在我们的大脑中有很多的刻板印象，比如女人一般该干什么工作、男人该干什么工作，而漂亮的人往往会被贴上刻板印象的标签。比如，通常工程师是男性的工作，现在有两位女性来申请

工程师的活，一个长相一般、一个长得很漂亮，我们往往会认为长相一般的还勉强能胜任，而长得漂亮的肯定不适合工程师。

男人也有类似的问题，在中国文化背景下，长得太帅的男人我们通常觉得他不适合担任领导工作。

第三 漂亮的人往往被认为不聪明
“胸大无脑”，在美国金发碧眼的美女几乎就是智商一般的代名词。尽管通常我们会被异性的美丽吸引，因为晕轮效应的影响还会以为他（她）们更聪明，但是对于同性情况就变了，有研究表明，同性别的人往往会认为长相漂亮的人不如长相平常的聪明。

第四 漂亮的人成功了，往往被认为是运气好

如果一个漂亮的人取得成功，人们往往会认为他（她）只是运气好，尤其是那些与长相相关的行业，比如演艺界、主持界等等。最近一项研究表明，尤其是同性别的人他（她）们更容易认为长相漂亮的人的成功是因为他（她）的漂亮，而不是他（她）的能力。

第五 漂亮的人往往容易遭到排斥
尽管总的说来，漂亮的人更受欢迎，但是有证据表明，漂亮的人有时候会受到同性的排斥。这里有两方面的原因，一是出于嫉妒；另一方面人类交往有一个重要的规律就是相似，比如个子矮的人很少有个子比他（她）高得多的朋友，穷人很少有富人朋友，同样的道理，长相一般的人会觉得长得漂亮的人不是我的同类。

异性也是如此，尽管帅哥我们会忍不住多看几眼，但是一般的女性会觉得太帅的帅哥不可靠，当她们考虑长久关系时，她们更少选择帅哥作为结婚对象。类似地，男人认为“自古红颜多祸水”，美女会带来很多问题。

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

贝贝是个两岁的小男孩，他最近经常哭喊肚子疼，奇怪的是只要医生的手一碰触他的小肚皮，疼痛马上就消失了。贝贝几个月时确实经常肚子疼，自从动过肠套手术后，就一切正常，再也没有疼过。可是现在的肚子疼经过医生各项检查，没有发现任何毛病，而且每次肚子疼只要一到医院，没经任何治疗就自动不疼了，这事可真是蹊跷。

更让贝贝妈妈不安的，是她刚开始上班才两个月，却已经因为贝贝突然肚疼请假回家八、九次，弄得老板脸色很难看，单位同事也议论纷纷的。眼看工作就要保不住了，而贝贝也不知道得了什么怪病，老是一再哭闹肚疼紧急送医院，每次却总是无病而返，这究竟算怎么回事呢？

贝贝爸爸的一位儿科大夫朋友提醒，说孩子这样的状况，可能是心理因素造成的，于是贝贝妈妈便急切地来工作室寻求帮助。

从心理学上分析，贝贝的肚子疼表面上看来蹊跷，其实是有发生的原因可寻的。贝贝几次突

蹊跷的肚子疼

发肚子疼都是在妈妈上班的时候，每次都是在外婆打电话给妈妈，妈妈紧急赶到医院，见到医生后消失；再联系贝贝的抚养环境，以前都是妈妈独自带，现在妈妈开始上班，妈妈上班后贝贝交外婆带才两个月，就发生了这一连串怪事，看来贝贝的肚子疼跟抚养人的改变有关系。贝贝以前有过肚子疼的经历，而现在肚子一疼就能把妈妈从工作单位叫回来陪伴在身边，这种情感“获利”让贝贝在心理上建立了“想妈妈——肚子疼——妈妈回家”的连接，所以贝贝以后一想妈妈就感到肚子疼，一见到妈妈就疼痛感消失，因为贝贝的肚子疼是情感失落引起的生理反应，所以一旦情感需求得到满足，生理上的不适就消退了。

虽然是心理因素造成的，然而生理上的反应却是真实的，所以贝贝的肚子疼是真疼，简单、粗暴地切断这种心理连接，不让妈妈回家，会对两岁的贝贝造成伤



害。于是，咨询师进行了一段循序渐进的治疗过程。

第一阶段，贝贝肚子疼了，妈妈还是回家，但不用带贝贝去医院，而是让妈妈用手抚摸贝贝的肚子，贝贝的肚子果然很快不疼了。第二阶段，贝贝肚子疼时由外婆抚摸贝贝肚子，妈妈在一边陪伴。第三阶段，妈妈不再回家，外婆为贝贝抚摸肚子。经过这样的一段治疗，贝贝奇怪的肚子疼终于消失了。他也渐渐习惯了外婆的抚养，与外婆感情逐渐深厚，贝贝妈妈也终于可以安心上班了。

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>

去公园散步 有助于改善抑郁症状

◎ 曹淑芬

一项新的研究显示，抑郁症患者去公园散散步，接触自然环境，有助于改善抑郁症状，对情绪、认知功能大有益处。

研究人员说，在大自然平静的环境中，大脑较不会受到外部混乱信息轰炸，其工作记忆、注意力系统也较不会受到干扰，大脑可以放松，进入沉思状态，进而有助于恢复或提升认知能力。

在 2008 年，有一项研究指出，成年健康人如果到公园散步一小时，其记忆力、注意力比在嘈杂环境提高近 20%；而该项研究发现，在大自然环境下散步对慢性抑郁症患者也有好处，不仅有助于患者改善情绪，还能提高认知功能。

加拿大罗特曼研究所的研究人员对 12 名女性和 8 名男性抑郁患者进行了试验，这些人的平均年龄为 26 岁。试验分两部分，包括在安静的自然环境下散步和在嘈杂环境下走路。

试验结果显示，抑郁患者者在大自然环境下散步后，其记忆力、注意力要比在嘈杂环境下提高了 16%。

尽管在大自然中散步有助于提高抑郁症治疗效果，但仍需要更多的研究，才能知道在大自然中散步为何能改善心理机能。

研究人员提醒道，散步并不能取代心理治疗、药物治疗等正规治疗疗程，抑郁患者还是应该接受正规的心理治疗 and 药物治疗。