

<<我们都是虐待狂>>

图书基本信息

书名：<<我们都是虐待狂>>

13位ISBN编号：9787545204155

10位ISBN编号：7545204158

出版时间：2009-8

出版时间：上海锦绣文章

作者：关雪莹

页数：141

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<我们都是虐待狂>>

### 内容概要

《我们都是虐待狂：你所不知道的心理秘密》向我们开启心理的门户。探索外部世界重要，发现内心世界也许更重要。我们要打造美好纯净的心灵，要维持和谐安宁的心态，但这不是光有一个善良心愿就可以轻易达成的。

心灵深处的运行机制，远比我们想象的要复杂，也远比我们想象的要更难驾驭。我们的心理有哪些弱点？有暗黑乃至残酷的一面吗？能够克服吗？怎么克服？

无论如何，人类从来不是完美的，如果我们有缺陷，最好的办法不是回避，而是发现和正视。如果能够承认自己可能会受到负面力量的毒害，我们就更有能力去避免和制约。

<<我们都是虐待狂>>

书籍目录

谁在摆布我们你在哪颗星下出生我害羞，我怕谁睡不醒的生物钟吻的秘密梦幻学校怪诞的天才访问梦境恐惧保平安我们都是虐待狂宇航员也疯狂心灵感应新篇章我们是没有主见的羔羊吗？

## &lt;&lt;我们都是虐待狂&gt;&gt;

## 章节摘录

谁在摆布我们 你，先生……对，就是你，救救我！

被人侵犯时，目击者越多，获得援救的概率就越低……心理学家能解释这种现象，并教你如何迫使陌生人对你伸出援手。

如何迫使一个陌生人救你？

确实，本不该提出这样的问题。

然而，我们都注意到，即便在一群好人中间，我们也不安全。

或许你也曾在马路上当街受辱、受威胁，却没有人来帮你……好在最后除了虚惊一场，安然无事。

但是，其他人，比如凯迪·日诺维斯（Kitty Genovese）可就没那么幸运了。

1964年3月的一个晚上，凯迪·日诺维斯被谋杀了，而且凶案就发生在邻居们的眼皮底下！

据事后调查，听到这名年轻纽约姑娘呼救声的应该不下40人，其中至少有3人目睹了部分施暴行为！

可是，谁都没有打电话报警。

其实他们有充分的时间：歹徒行凶时间超过了35分钟。

当警察最后赶到现场的时候，为时已晚。

受害人被刺17刀，已经奄奄一息了。

一个人的时候，我们都是英雄…… 为什么凯迪的邻居不采取任何行动？

按理说，他们和我们一样都是勇敢而正直的人……这究竟是怎么回事？

难道是城市生活将我们全都变成了自私而冷漠的魔鬼？

假设某一天凯迪的遭遇也发生在我们身上呢，会有人来救我们吗？

要激起路人的见义勇为之心，最好的办法就是将责任感集中在一个人身上。

或许不会有人自发前来……不不不，请放心，路人没有那么坏……那些对这种不予援助的现象感兴趣的心理学家认为，一些简单的办法就可以立刻唤醒沉睡在每个人内心深处的超级英雄。

事实上，就个人而言，面对别人的痛苦，我们既不自私，也不冷漠。

研究人员曾进行过这样的实验，在单独一个受试对象面前佯装不适、引起一场假火灾或假事故，这个人立刻会求救或直接给予帮助。

几乎100%的受试者都会如此反应。

问题出在这些心地善良的人聚在一起的时候。

结群带来的并不是相互激励，而是相互麻痹。

20世纪60年代末，心理学家比博·拉塔纳（Bibb Latane）和约翰·达利（John Darley）的实验证明了这一点。

将参加实验的学生隔离在2~6个房间中（房间数量取决于学生人数），这两位心理学家要求这些学生通过内线电话讨论大学生活中的问题。

每个人轮流发言2分钟。

为了避免发言人的说话被打断，其他参与讨论的学生的麦克风此时是关闭的。

好几个人在一起，坏事了！

实验开始了。

当辩论正进行得如火如荼的时候，突然，那个正在发言的学生（实际上是心理学家们的一个同伙）“癫痫发作”。

由于其他学生的麦克风处于关闭状态，他们既不能和病人交流，也无法讨论救护方案。

按逻辑，他们应该会立刻冲出房间，向主持实验的人求援。

当只有1名受试者时，85%的人的确是这么做的。

但随着参与实验的学生人数增加，似乎每个人的责任感倒反而减弱了。

受试者变成2名时，求援的比例就降到了62%；而当他们增加至5名时，这一比例更是降至31%。

为什么会如此不同？

比博·拉塔纳和约翰·达利认为，当我们独自一人目击别人行凶或身体不适的时候，我们别无选择，受害者或病人的命运掌握在我们手中，所以我们自然会采取行动。

## <<我们都是虐待狂>>

相反，知情者越多，每个人的责任感就越弱。

我们会想有人已经或马上就会行动，并会对自己漠然处之的态度更为宽容…… 如何有效求救？

那么为了预防万一，我们应当从这些研究中吸取哪些教训呢？

要激起路人的见义勇为之心，我们就必须不惜一切代价避免这种责任感的稀释。

最理想的情况就是将这一责任感集中在一个人身上，确定一个援助者。

我们可以用手指着他，盯着他的双眼大声说：“你，先生……对，就是你，救救我！”

”这很重要，因为某些场合尤其不利于自发救援行动的产生，特别是当人们对危险的真实性有所怀疑的时候。

躺在马路当中的流浪者，他是奄奄一息了，或者只是烂醉街头？

一对男女在吵架，是可能会导致可怕结局的陌生人之间的争执，抑或只是两口子拌嘴？

为了确定这里真没有问题，最好向当事人双方了解一下情况。

但通常情况下，我们不会这么做，我们生怕误解了表象而自讨没趣…… 因此我们迟疑不决，我们假装漠然，但用眼角余光观察其他路人的态度，为自己的疑问寻找答案。

糟糕的是，通常其他人恰好和我们一样，抱有同样的心态！

他们也在犹豫，也不表现出来。

结果每个人都被他人的行为所迷惑，错误地认为情况并不紧急。

比博·拉塔纳和约翰·达利的研究显示，如果受试者独自一人看到浓烟从门下冒出，那么他在75%的情况下会报警；3个目击者在场，那么只有在38%的情况下会报警；而假如3个目击者中2人是“托”，装出什么事也没发生的样子，那么报警的概率就只有10%了。

请开门见山！

因此，当你万一遇上麻烦时，要避免让路人长时间犹豫不决，就必须迅速消除困扰着所有人的疑问。

明白地告诉他们，是的，你处于危险中！

是的，他们可以救你！

为了指出你的危险处境，没有什么比这句经典的“救命啊”更直白了。

事实上，很多实验证明，当情况明摆着危急时，行人不管是1个、2个还是1000个，都会跑来救助受害者。

为了加快救援行动，如有需要，请明确求救的原因，并告诉别人怎么做才能帮到你。

“我癫痫发作了，快，叫救护车！”

”这时候就不要再扭扭捏捏了，相反，夸张点倒不要紧！

切记，别人的嘲笑是不会要你命的！

## <<我们都是虐待狂>>

### 编辑推荐

这是一本货真价实的迷你青少年科普书籍，但它又不死气沉沉，单调刻板。它有活泼的卡通漫画风格，有奇幻科幻的想象力，也有童话神话的神奇魔力。

心理学家将通过本书带领我们走入一个心理的世界，对我们的行为和心理进行一次近距离的观察

<<我们都是虐待狂>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>