

中銀綜合酒店員工出糧戶 獎賞 逾億 MOP 3,000 尊享優惠

當前報紙日期：2018年4月14日 星期六

◀ 上一篇 下一篇 ▶

放大 縮小 默认

“因為……”

德蘭



“因為……”

陳先生與高采烈的買了一個新的冰箱，跟店家約好晚上八點送貨，但才六點半送貨員便打電話告訴他半小時後就到，陳先生氣急敗壞從公司趕回家，他問送貨員怎麼早了這麼多？送貨員說因為今天沒有塞車。蘇老師在大學教書多年，原定某個學生今天要介紹自己的研究案，但上課前他告訴蘇老師，因為不夠時間所以沒準備好，蘇老師請他下星期再介紹。各位讀者，你是否覺得上述故事，送貨員或學生對自己沒有按原定的好好完成任務所提出的理由很不合理，甚至只是藉口呢？現實生活中，你是否發生過類似的情況？

心理學家曾做過一個有趣的實驗，實驗人員到大排長龍的影印機前，問排在最前面的人，“對不起，我有五頁要印，您可以讓我先印嗎？”結果只有少數人同意。接着，他重覆進行相同的實驗，這次說“對不起，我有五頁要印，您可以讓我先印嗎，因為我趕時間”，這次同意讓他插隊的人多了很多，看來趕時間是一個好的理由。相同的實驗他又進行了一次，這次他說，“對不起，我有五頁要印，您可以讓我先印嗎？因為我想影印。”出乎意料的是，幾乎每個人都讓他先印了，或許你覺得自己如果排在第一個一定不接受“因為我想影印”這個理由，但這個實驗的結論顯示，人們着迷於“因為”，透過“因為”往往能獲得更多的諒解與協助，但實驗還有一個重要的警世，原來理由是否有意義或是否正確，經常不是最重要的，甚至不影響對方接受這個事實。上述故事中，陳先生及蘇老師聽到“因為……”後，情緒上已舒緩了一大半，也提供了解決辦法。

其實，上述的情境可能只是一些無傷大雅的生活瑣事，但當人們面對一些難以置信的事件時，內心也渴望能有一個原因，這樣才能讓自己感到安心。看看每天的社會新聞，尤其是一些家庭悲劇或人倫慘案，通常會指出一些背景條件，例如犯罪者或受害家庭是否患有精神疾病、長期病患、單親家庭、獨居老人或經濟問題等等。事實上，任何悲劇故事的背後絕非單一理由，但這些背景資料卻不小心，也無意識地扮演了“因為”的角色，某程度舒緩了人們焦躁不安的情緒。儘管“因為”確實能讓不少人感到心安，但也可能讓我們失去好好理解問題的機會，甚至加深社會對精神疾病康復者、長期病患者、單親家庭成員、獨居老人或申請經濟援助者的偏見。聰明的讀者，再次閱讀各類新聞時，你可以更理性的分析事件的前因後果，避免讓一些純粹扮演“因為”角色，但不合理或沒有關係的訊息影響你的判斷。

澳門心理學會 德蘭

◀ 上一篇 下一篇 ▶

生活祝君健康 高血壓新定義，你準備好了嗎？ 吸煙的危害——男性篇 吃核桃補腦有依據嗎？

第D07版：祝君健康 上一版 ▶ 下一版 ▶

- 本版標題導航
● 高血壓新定義，你準備好了嗎？
● “因為……”
● 吸煙的危害
● 吃核桃補腦有依據嗎？