

讲真话的人不一定老实

我们经常受到“不要撒谎”的教育，但在任何情况下永远讲真话的人是极少的。

爱讲真话的人坚持对诚实的执著，不管对社会产生什么后果。他们认为：“讲真话令我良心过得去，晚上睡觉也安稳些。”然而，一些社会学家认为，说谎并非总是不道德的，而是取决于具体的场合。加州大学圣巴巴拉分校的心理学家贝拉·德保罗说，说谎的人非常懂得考虑别人的想法。例如，舅母送了一套黄绿色的衫裤给你过节，你说“很喜欢”——这个谎言并不意味着你人品有问题，反而说明你照顾了舅母的感受。

很多讲真话的人选择了诚实，原因是撒谎对他们而言太过复杂或者使他们太焦虑。

但并非所有讲真话的人都是老实人或者缺乏社会经验。有人把讲真话作为一种巧妙的攻击手段。德保罗说，这些真话使他们处于道德的制高点，却以诚实为借口来伤害别人——他们说了一些恶心的话，然后说：“我只是实话实说而已。”少数情况下，讲真话与大脑的生理构造有关。阿斯伯格综合征（一种以社会交往困难和行为异常为特征的神经系统发育障碍）的患者就是极端直白的，因为

他们难以理解自己的诚实对别人产生的影响。例如，一位患有阿斯伯格综合征的母亲在丈夫去世之后，回答女儿“你想念爸爸吗”的问题时一脸平静，毫无恶意地说：“不，他死了我很高兴。”

直率的处世态度能够改善你的生活和人际关系，前提是要遵循讲真话的三个原则：

1.先问问自己，讲了真话是否有利于改善局面。例如，你发现某人自我摧残的行为，说出你的意见可能对他日后有帮助；但你讨厌一起共事的同事，又不太可能让上头换人，这时你最好什么也别讲。

2.善于发现别人的动机并说出来。一个熟人突然问你：“我是不是你最好的朋友？”这时你不要轻易说谎敷衍过去，而要引出对方真实的动机：“你最近是不是很寂寞啊？我们要不要多见见面？”

3.通过讲真话建立和睦的关系。你不必把自己很隐私的东西曝出去，例如自己做过整形之类，而可以把自己一些无足轻重的糗事、囧事拿出来分享，这样可以大大拉近你与别人的距离。

(伍君仪)



绘图 仁伟

心理诊室

有房有车，为何盗抢？

□ 记者 朱娜

盗窃和抢劫都是因为物质匮乏造成的吗？答案是否定的。有这样一类人，他们盗抢是因为特殊的心理欲求。

近日，刊登在《洛阳晚报》上的一则新闻引起人们的关注：新安男子韩某，不仅有房、有车、有幸福的家庭，而且还有一份令人羡慕的工作，平均月工资近3000元。令人意想不到的，2010年12月1日凌晨，他驾车从洛阳市区返回新安县途经磁涧镇尤彰村时，为了寻求刺激与新鲜，把轿车停在路边，偷偷进入村子连续盗抢偷窃5起，财物价值2000余元。

有房、有车、有幸福家庭，有令人羡慕的工作的成功人士，怎会做出盗抢之事？实在令人匪夷所思。对此，洛阳市心理咨询师

协会国家二级心理咨询师崔宝文说，韩某的盗抢行为，是为了满足他的一种心理需要。心理学认为，人有两种动力，一种是正向动力，一种是负向动力。前者是积极向上、努力奋斗的动力。后者则是消极向下的负向动力，如认为生活单调没有意思等。对于正常人来说，他们是渴望正向动力的。存在负向动力的人，他们的潜意识里有毁灭冲动，他们渴望被惩罚。这种潜意识往往是自己无法控制的。

韩某的行为属于负向动力，在别人看来，他人到中年，有房、有车、家庭幸福，现在没有什么事情让他费心费神了。或许这一切得来全不费功夫，所以韩某毫不珍惜。韩某声称，他平常除了上班还

是上班，生活太单调、太无聊、没劲儿。为了打破这种固有的生活模式，他通过盗抢来获取一种内心的平衡。

崔宝文表示，现在人们工作压力较大，生活节奏也较快，很多人都会对工作感到枯燥，认为日复一日干同一份工作，无意义。当人们出现这种负面情绪时，先不要紧张，要接受自己的这些负面情绪。同时，要多问自己几个问题：自己的压力来自哪里？静下心来想想，压力能否扛得住？面对压力怎么缓解？……通过一系列的问题看清自己的内心，才不至于迷茫。通则不痛，不通则痛。看清楚负面情绪后，要及时释放，运动、外出旅游、找朋友聊天等都可以达到宣泄情绪的效果。

百忧笑解

专家本色

心闻播报

“被迫微笑”易患高血压

据一项新的研究表明，售货员、服务员在工作中经常“被迫微笑”，这种微笑多是在有违自己意愿的情况下做出的。如果长期习惯这种“假笑”，则对健康有害。

德国法兰克福大学一位教授认为，伪装对他人亲切友好会导致人们产生沮丧的情绪，压力倍增，从而使免疫系统受损。更为严重的是，如果这种压力长时间得不到释放，会使人患上高血压或心血管病的危险增加。这是研究人员经过两年研究，对售货员、空乘人员等在内的4000名志愿者的行为进行分析后得出的结论。

(蒲昭和)



李 玉 明 绘图

修理工到医生家修理电视机，发现他那台电视机用了十几年，已经破旧不堪。

医生用幽默的口吻说：“你给开个处方吧。”

修理工对着电视机看了一阵，然后说：“我看只能开验尸报告了。”

神奇苗药 治好了我的皮肤病！

39岁的王先生患顽癣15年了，已到静止期，患处呈斑块状，钱币大小，伴白色鳞屑，以往曾用脱敏、激素药品，副作用大效果不理想。使用“百癣康”喷剂后，一周止痒止屑，皮疹消退，两周后皮损处呈正常皮色。开始每天一次，两周后隔日一次，三周后五天一次，没有耐药性，维持得十分满意。他激动地说：感谢贵州黔西南苗药这么好的产品，还我健康皮肤！

百癣康有极强的附着渗透力，瞬间止痒不含激素，疗程短见效快，不忌口，轻者5~10天，重者2~4周，病变皮肤即可恢复如初，避免了口服药对身体的损伤。该药适用于皮肤顽癣、头癣、手足癣、花斑癣、湿疹、神经性皮炎等各种皮肤病，洛阳金谷园路百草大药房有售。

详询：61666371

打呼噜 慢性咽炎 告诉你一个祛除的偏方

深圳消息：深圳王女士因打呼噜猝发心脏病和脑溢血，经抢救无效死亡。

有关专家指出：打鼾=呼吸障碍=呼吸衰竭=猝死。

打呼噜是影响身体健康的重大睡眠疾病，不仅影响心、脑、肾等人体器官，导致呼吸不畅、暂停，心脑血管缺血，造成高血压、脑溢血、生理功能衰退、老年痴呆等疾病，严重者还导致脑中风，心肌梗死等恶性病变。

由中国中医药协会历经5年研制的国家保护品种“止鼾清咽茶”上市，我市金谷园路百草大药房已引入。大家可咨询65669448。

“止鼾清咽茶”中特有的活性因子“冬凌草甲素”，直接作用于咽喉，将软组织及黏膜的毒素彻底清除，疏通扩大鼻咽腔，快速清除咽喉水肿，纠正咽部狭窄，呼噜、咽炎随之消失。每天2~3袋，轻松告别打呼噜，家人不烦，并发症没有，血压不高，还等什么？3~6天：轻松入睡，气流顺畅，鼾声减弱，胸闷心悸减轻。1~2周期：鼾声消失，呼吸平稳，睡眠香甜，乏力倦怠感消失，生理功能提高，心律、心肌供血正常；白天嗜睡，晨起头痛、头晕、口干等症消失。

肝肾囊肿 脂肪瘤 息肉 上市名厂特效口服新药 让你一生不悔

临床上许多甲状腺瘤及各种肿块囊肿，有良性的、恶性的，也有良性发展成恶性的，很多患者因忽视治疗或误治造成恶果而后悔莫及……

肿瘤、囊肿并不能一切了之。专家指出：各类肿瘤、囊肿多由内分泌失调、代谢紊乱、津液淤结致病，推之可移，表面光滑，潜伏期长，有的长达一二十年，早期无症状，犹如隐形杀手易被忽视，不知不觉极易恶变或恶化，累及全身。此时，因临床无药可治医生会主张手术，但手术不能去根，易复发，且易损伤神经血管，术后疤痕影响美观；而如果误用草药偏方则会延误病情，因此，早期专药专治很关键。

哈药集团世一堂五海瘦瘤丸，不手术，吃药就好，大品牌，疗效好，诚信治疗，可做B超验证疗效。五海瘦瘤丸是哈药集团斥巨资研发的首个专治肿瘤囊肿的新药，独含R因子，快速切断供养通路，饿死瘤体，调节内分泌，平衡代谢，杜绝复发。该药经多家知名医院临床验证，疗效显著，被用作一线品牌专用药。上市3年来，数万康复患者普遍给予好评。患者表示，肿块囊肿不治怕恶变，手术切除易复发，草药吃了不少，根本不顶用，没想到用了哈药，10天瘤子就变软萎缩了，2个~4个疗程后，B超显示肿瘤囊肿全消了。买药就买大品牌，值得信赖，用着放心。

该药主治甲状腺瘤、淋巴结、乳房肿块、肝肾囊肿、卵巢囊肿、脂肪瘤、纤维瘤、生殖腺囊肿等各种肿瘤。

相关链接：五海瘦瘤丸在我市已上市3年，七里河开心人大药房为指定经销处。

详询：61723199