

## 第一印象決定愛情的命運

撰文/林萃芬

在研究「兩性聯誼現象」的過程中，我觀察到，常吃「約會閉門羹」的人，大部份給別人的「第一印象」都不好，起初我推論，這是因為相處時間太短的關係，如果可以拉長互動的時間，「第一印象」多少會有些不同吧！

但實際印證後，我不得不投降承認，「第一印象」真的非常重要，倘若沒有把握「認識的前五分鐘」建立良好印象，將來可能要花很大的力氣扭轉印象，效果還未必盡如人意。

有位國外的心理學家做過一個研究，結果發現，人們在剛開始互動的四分鐘內，就決定要不要繼續維持這段關係。究竟哪些因素會影響「第一印象」？這位心理學家分析，在接觸階段，「身體外觀」散發出來的感覺最重要，其次是「個性氣質」的訊息，包括友善、溫暖、開朗、活力等等。

千萬別不信邪，我看過很多癡情種子都栽在「第一印象」上。像有個女性朋友拒絕男方追求的原因就是：「對方手指甲太髒，讓人看了吃不下飯」，聽到之後，這個男生馬上剪掉指甲，並且刷洗乾淨，可惜為時已晚。另一個喜歡打扮的女性朋友則是給人「很愛花錢」的印象，導致男生都不敢追求她，擔心會「養不起」，還有人害怕自己會「為愛情變成卡奴」，乾脆放棄算了。由此可知「第一印象」的威力有多大。

### ◆準備一份漂亮的「愛情履歷表」

應徵工作的時候，絕大多數的人會準備一份精美又吸引別人目光的履歷表，其實，談戀愛也需要設計一張「愛情履歷表」，讓對方能在最短的時間內留下深刻美好的印象。

特別是再「自我介紹」時，如何「展現優點」，又不會使人覺得「誇大不實」，真是考驗智慧。有位心理學家做過一個知名的實驗，他列了一連串的形容詞來描述人格特質，接著請兩個人分別使用這些形容詞來自我介紹，其中一人的介紹詞是「聰明、勤奮、任性、吹毛求疵、固執，還有忌妒心強烈」；另一個人的介紹

詞則是「忌妒心強烈、固執、吹毛求疵、任性、勤奮、聰明」，然後邀請一群人來評估對這兩個人的印象，猜猜看，誰得到的評價比較高？猜對了嗎？是「前面那位」。基本上，這兩個人的「介紹詞」全部一模一樣，只是「順序」完全相反，但居然會形成兩個不同的「第一印象」。

所以囉，下次「自我介紹」時，記得要把「正向的形容詞」放前面，「負向的形容詞」往後擺，也就是說，先講「優點」再說「缺點」，才不會破壞印象喔。

### ◆別被「月暈效果」蒙蔽

從上面這個實驗可以得知，我們很容易被「第一印象」牽著鼻子走，而忽略後面出現的重要訊息，這樣很容易形成「月暈效果」，舉例來說，長得清純漂亮的女生，我們的眼前就彷彿蒙上月光，看對方什麼都覺得很美，連帶也會「美化」對方的性，認為對方一定是個體貼溫柔的人，結果上當受騙後才知道，對方原來是「詐騙集團成員」或「超級大騙子」。

還有開朗的陽光男孩，或是誠懇的老實男人，都容易產生「月暈效果」，做出讓人跌破眼鏡的事情。因此，看人還是要「長期觀察」，印證各種線索，才能真正了解一個人。