

实验二十一 情绪对时间知觉的影响

在中学里，每一节课的时间都是 45 分钟，但是对我们说来，常常会感觉到不是每一节课的时间都是同样长。如果一堂的内容丰富多彩，老师又上得风趣幽默，那么学生往往会对老师所讲授的知识很感兴趣，学生会觉得一节课的时间怎么过得特别快！反之，听一堂自己不感兴趣的或枯燥无味的说教课，大家都会觉得这 45 分钟简直长得没完没了，甚至会怀疑是否忘记打下课铃了。同样的 45 分钟，在学生的经历中，常常是长短不相同的。

究竟是什么影响了我们对时间的正确估计呢？生活中有许多心理因素，影响了人们对时间的知觉。除了一段时间内是否充满活动对时间知觉有影响之外，情绪对时间知觉也有很大的影响，这表现在两个方面：

1. 对有兴趣的、能激发情感的事件所经历的时间估计偏短；而对无兴趣的事件，估计时间往往偏长。这在生活中到处可见。有位球迷去观看一场世界排球比赛，最后比分总是打个平局，14：14，15：15，16：16……为比出胜负，球赛时间延长了许久，但对这位球迷来说，这仍是一瞬间而已。但球迷的妻子对这种球赛丝毫不感兴趣，她坐在一旁直打哈欠。对她来说，哪怕是一分钟的拖延，也好似过了一小时那样，长得令人难以忍受。

2. 对期待的事物估计时间偏长，反之则短。这个经验差不多每人都有过。在车站上或在电影院门口等人，时间过得特别慢。对方仅仅只是迟到了几分钟，但对等待着的人来说，似乎等待的时间远远超过了实际时间。

情绪影响了我们对时间的正确知觉。这种现象除了在生活中通过观察可以意识到以外，我们还可以通过一些小实验加以证实。

找一段枯燥无味的仪器使用说明书和一则很有趣味的故事，它们在文字上的长短是不一样的。并准备一只秒表。请四位朋友协助你完成这个实验。其中三位（甲、乙、丙）做你的实验被试者，另一位（丁）用秒表记时间。实验开始之前，你先向他们作一个说明：“我先读一段说明书，再读一则故事。在我读完以后请甲乙丙三位分别估计一下，读说明书和故事各用了多少时间(以秒为单位计算)。请丁用秒表准确地计算我读的时间。”接着你开始朗读，在读说明书时语调平平，让人听起来枯燥无味；朗读故事时，语调抑扬起伏，读得饶有趣味。读完以后把

甲乙丙估计的时间和丁记录的时间记入表 1，然后将读故事的时间减去读说明书的时间，即得出时差。

表 1 实验记录表

		说明书	故事	时差
真实时间	丁同学			
估计时间	甲同学			
	乙同学			
	丙同学			

从实验结果记录来看，甲乙丙三位同学估计时间的时差与真实时差是否有差距？你如何解释这一差距？

（采自杨治良等，1989）