

香港文匯報訊（記者 袁楚雙）情人節總是「街裡愛人一對對」，難免令單身者倍感惆悵。近月網上流傳，只要一對陌生人互問36條問題，再加上對視數分鐘，緣分便會悄悄降臨。這36條問題，被分成三組，逐步深入揭示個人生活與想法。有香港專家指出，問題本身的用意是希望增加人與人之間的親密程度，如巧妙運用的確有機會拉近兩個人的關係。不過要一對完全不認識的陌生人認真回答36問確有難度，且部分問題涉及私人情感，難以驗證答案真偽，提醒參與者要小心，不要向陌生人透露過多個人資料。

互相答36題 陌生變情人 緣來要問

36條問題源自一名美國心理學家 Arthur Aron 於1997年進行的實驗，他找來多對不相識的大學同學進行36問實驗，實驗後半年，其中一對陌生男女結成夫婦。《紐約時報》上月報道，一名女博客找來男性友人進行實驗後共墮愛河，旋即引起網民一番熱烈討論。曾在港大及嶺大教授兩性通識的心理學家陳頌恩指出，該個實驗的原意是探討兩個陌生人產生親密感的可能性，部分實驗雙方皆是同性，並無刻意點出互動後產生愛情的研究。

「自揭」添親密感 催化愛情

她分析指出，形式上如果兩個人專注地對話，均會令雙方感到受重視，有助促進兩人關係，「他們就像在同一陣線上，任務是完成36個問答，雙方球來球往可減低兩人交談時的空白時間（dead air），也可增加兩人的凝聚力。」她續指，問題中不乏人與人加深認識時會觸及的話題，如家庭、回憶等，隨着問題越

深入，兩人的親密性也逐漸增加。

「這個實驗很鼓勵『自我揭露』，從心理學解釋，『自我揭露』是一些令人親密的步驟，人會傾向對自己喜歡的人多點揭露自我，這些步驟是戀愛的經過，而36條問題就彷彿變成愛情催化劑。」

陳頌恩點出部分問題有其價值，「例如問到雙方的共同點，兩人有相同特質是其中一個吸引對方的元素，即使只是外表上的共通點都會增加親密感。」她解釋，除了愛情，友情亦可沿用同一理論，「例如大家有相同嗜好都會加深兩人友誼。」

但陳頌恩認為，最好兩人均對題目有興趣，才會見效，「有時男與女的反應又會有分別，女士習慣假設性問題，但男士或覺得很難答，需要多點幻想。」

潮興分享「連食飯都上載fb」

另外，文化背景差異也可能有影響，「香港居住環境密集，個人的私隱度已經很低，如果是保守的人被問到家人就未必想回答，中國人是比較集體主義的民族，

重視和諧，未必向外人透露一些負面的事。」惟近年社交網站的出現，亦改變了人對「自我揭露」的行為，陳指社交網絡年代的人「連食飯都上載facebook（fb），可能覺得這些問題不是一回事。」

說謊難驗證 初相識宜「留一手」

她提醒，陌生人初次見面玩36問，有很多事情都不能驗證，有些人不想與別人分享很私人的回憶，或想表現一個較好的自我形象，不去揭露私事，「屆時即使對方說謊，你也不可能驗證得到。」她建議對對方的答案最好有點保留，「兩人初相識，也不一定一定要將私人情感全盤托出，這只是個互相了解的形式，如果互動不俗，日後有很多機會再深入了解。」

「第一印象」成王敗寇

專家有鑒

極速配對公司Speed Dating Fever總監黃新發（Frankie）看過問題後直指，當兩人互不相識，不論男女首次見面，「外表一定會行先！」其次語調、聲線等，都會給對方留下「第一印象」（First Impression），感覺是歡迎或抗拒，已決定了對方是否「界心機」回答36條問題的關鍵。

Frankie表示，「先不談問題內容，舉一個較極端的例子：如果一個衣着好『核突』的人，問問題又好『倔』，對方或者已經隨便地回答。換一個『靚仔』，有禮貌又誠懇地問問題，結果可能完全相反。」他認為，與對象約會成功的因素，很大比例取決於「第一印象」，「這是身體語言的一部分，肢體動作、聲調、眼神、手勢，對新相識的人都會烙下一個印象。」

「若邋遢，幾高學歷都好難發展」

對於流傳愛上陌生人的36問，他坦言「都有質疑」，問題太深入令人未必認真回答，部分問題與極速約會相似，例如兩人的共通點、對方有何優點等。至於36問的化學作用不能說沒有，但因人而異。「可能有人25年人

生以來最大的成就是家人，可能對對方是個觸動位。」

他提醒單身者，迎接愛情前，裝備自己有三點需留意，一是個人護理，「衣着打扮及個人護理都很重要，如果你邋遢，任憑你幾高學歷都好難同你發展。」其次是與人的溝通技巧，「例如在Dead air（空白時段）時懂得『執生』，會顯得為人活潑，有什麼說話應說或須避諱等。」最後是否有平台去認識新朋友，「圈子小的話，要想辦法如何拓展，接觸多些人。」

先自我了解 試探喜好易「加分」

心理學家陳頌恩亦指，戀愛過程中自我了解亦很重要，關於36問「其實可以先問自己」，她解釋兩個人相處，涉及很多個人感受和個人意識，一個人若無法了解自己，亦很難與別人良好地溝通。

「例如情人節女孩子想男朋友『叻』自己，但自己卻無頭緒怎麼才是開心，亦很難要求對方為你炮製一個完美的情人節。」她建議有心儀對象的人，可以記下部分問題，例如「完美的一天包含什麼元素」，從中試探對方的喜好，為自己製造「加分位」。

■記者 袁楚雙

愛情36問詳情

第一組：

1. 如果可以任意選擇世界上任何一個人，你想邀請誰共晉晚餐？
2. 你想成名嗎？想以什麼方式成名？
3. 致電給別人前，你會否先演習一次？為什麼？
4. 你心目中「完美的一天」是什麼模樣的？
5. 上一次你對自己及對別人唱歌，分別是什麼時候？
6. 如果你現時30歲，已知能活到90歲，那麼人生餘下的60年，只能選擇把頭腦或身體保持在30歲的狀態，你選哪一樣？
7. 你是否對自己的死法有某種莫名的預感？
8. 說出3個你和伴侶之間的共同處？
9. 你對生命中的什麼東西最心懷感激？
10. 如果你能改變影響自己成長的任何一件事情，你會改變什麼？
11. 花4分鐘時間，盡可能詳細地將你過去生活中的故事講給伴侶聽。
12. 如果你明早醒來可以擁有某種特質或能力，你最希望得到哪一種？

第二組：

13. 如果你有個水晶球能告訴關於你自己、人生、未來或其他任何一件事情的答案，你想知道什麼？
14. 有沒有一件事情是你早就夢想著要做，卻一直未做？為什麼不做？
15. 你人生中最大的成就是什麼？
16. 朋友之間你看最重哪一點？
17. 你最珍視的回憶是什麼？
18. 你最糟糕的回憶是什麼？
19. 如果你知道1年後會突然死去，你會改變現在生活中的什麼東西？為什麼？
20. 對你來說，友誼意味什麼？
21. 在你的生活中，愛情和情感分別扮演著怎樣的角色？
22. 輪流說出你認為伴侶所具備的優點，一共說五個。
23. 你與家人的關係有多緊密和溫馨？你是否覺得自己的童年比大多數人更幸福？
24. 你如何看待自己與母親的關係？

第三組：

25. 各自用「我們」正確地造三個陳述句，例如「我們都在這個房間裡，感覺……」
26. 將這個句子補充完整：「我希望有個人能與我分享……」
27. 如果你跟伴侶將成為密友，對方最需要知道的是什麼？
28. 告訴對方，你喜歡他或她身上的什麼地方，請誠實地說出你通常不會對剛遇見的人說的話。
29. 跟對方分享你曾遇過的尷尬經歷。
30. 你上一次在別人面前哭是什麼時候？自己獨自一人哭又是什麼時候？
31. 告訴對方，你已經喜歡上他（她）的哪一點？
32. 什麼事情（如果有這樣的事的話）是嚴肅得容不得開玩笑的？
33. 如果你今晚就要死，再沒機會與別人交流，你最後悔沒說出什麼話？為什麼還沒說出口？
34. 眼看著你所擁有一切，及你的房子都將在火災中付諸一炬，你已救出了摯愛的人和寵物。現在你還有時間最後衝進去搶救一件東西，你會搶救什麼？為什麼？
35. 你家族所有人裡面，誰的死會最讓你輾轉難眠？為什麼？
36. 跟對方分享一件私事，詢問其建議，聆聽對方如何處理這個問題；並請對方告訴你，從他（她）的角度來看，你選擇這個問題反映出你的什麼感受？

搭「土炮實驗室」大專生「試愛」

香港文匯報訊（記者 袁楚雙）正在唸大四的學生陳欣愉及趙鶯燕，從網上看到關於用36條問題令陌生人相愛的文章，決定在市集舉行「Hello Stranger」活動，兩人獲知專設計學院的學生借出道具，搭建起「土炮36問實驗室」，邀請陌生人前來參加，認識新朋友。趙鶯燕稱，她自己一直有參加Speed Dating（極速約會）的念頭，不過費用高昂令她卻步，所以未有真正行動。「我們也想過搞什麼破冰活動，或類似真正的Dating環節，但後來想到現場環境可能會人較多，活動控制會有困難。」

科網「疏近」冀低頭族看清眼前人

陳欣愉則認為，「母親那一代人，屋企有事會同隔離屋求助，借鹽、借油、湊小孩等。但我們這一代，有事卻會到facebook求助。」她認為，科技的確令相熟朋友之間的地域距離收窄，但卻令地域上無距離的人變得疏離，「以前爸媽在徙置大廈同住而認識，一起玩一起變熟稔，慢慢相戀。但現在不會無故找鄰居玩耍談天，連對方貴姓也不知道，更遑論拍拖。」

她憶述以往去外國旅行時，不相識的大夥伴可以圍著火爐談天說地，但港人「飲茶搭枱」都不會聊天。兩位年輕人均認為，現今世代的溝通模式改變，令不少人過分集中於自己的世界，變相忽略近在眼前的人、事、物，更希望舉行是次活動，喚起低頭族抬起頭來認識社區裡的一事一物。

■唸大四的陳欣愉及趙鶯燕，搭建「土炮36問實驗室」，邀請陌生人參加，認識新朋友。袁楚雙 攝



■文員Connie（左）及作曲家Steve。袁楚雙 攝



■印尼旅客Dita（左）及Aditya。袁楚雙 攝



■學生鄭小姐（左）及Maris。袁楚雙 攝

「假如看不見，98%戀上陌生人」

*文員Connie：「問題引導我認識一個新朋友，如果遊戲可以由入場到完成都完全看不到對方樣子，我相信會更刺激更好玩！雙方亦可以以純粹地傾訴。不過在遊戲過程中，我選擇盡量不看對方眼神，如果兩人面對面、有眼神接觸的話，我相信會影響了答案。」

「我認為遊戲是有機會戀上陌生人的，假如看不到對方，連facebook都不看，只用文字去溝通和聯絡，我認為會有98%愛上這個人，因為看不到的話，可以排除一些顧慮。在香港的文化，一個人的外表和職業都可能影響到擇偶，可能外國對外條件沒有太多考慮，愛上陌生人的機會率也可能比香港人高。」Connie說。

首重真誠回答 坦誠溝通

作曲家Steve：「問題也不會太尷尬，比較難得的是，現在街上很少機會這樣同人對話，但我認為首要條件是你的回答，要讓對方感覺到真誠，你亦開放地分享自己的想法，對方才會相同的態度，這種坦誠的溝通是重要的。」

「現在人人都低頭玩手機，即使facebook朋友也只是給個『讚』，或者片面地說一兩句，比較少機會有效率地對話。如果沒有這些問題，兩個人坐下

就不知說什麼，所以這些問題是很好的工具，提供基礎讓人去傾談。」

愈問愈深入 促進友誼

*印尼旅客Aditya：「我們是各自來港旅遊，而在港碰面，所以相識不久。我認為活動意念非常好，有些問題愈問愈深入，但這是個好機會讓兩個陌生人了解對方更多，亦有助促進我們的友誼。」

印尼旅客Dita：「其實遊戲令我感到尷尬，不過我本身性格內向，這是個好機會讓我學習如何與別人溝通，從而令自己變得更健談。」

陌生交談 內向變無顧忌

*學生鄭小姐：「我是一個內向的人，有些話題對朋友反而『收收埋埋』，但與陌生人對談反而可以毫無顧忌地說想說的話，是個好機會去抒發心中情。由於對方是女孩子，所以沒有尷尬，男生可能就會比較尷尬。」

學生Maris：「平時對剛認識的朋友，也不會立刻談到很深入的問題，難得可以跟一個完全不認識的人放開懷抱地溝通，不過有些問題真的頗難答，例如說到家人，日常跟朋友也少談及家人，我認為認識朋友是可以的，但未必會令兩人戀愛。」