



超有效 交朋友妙招

撰文◎蔡宇哲·潘怡格 繪圖◎桃子



人們常有機會透過聊天、吃飯來認識新朋友，除了留下美好的第一印象之外，能否迅速增加彼此間的好感，重點不在於飯好不好吃，而是在這情境中兩人的互動。那有沒有什麼簡單的辦法，可以讓對方對你產生好感，甚至增加友好度呢？其實要做到這一點並不太難，只要讓對方覺得「熟悉」就可以了。

怎樣才能提升好感度？

心理學有交朋友妙招！



吃對食物交朋友

但你可能會問：「我不認識他啊，怎麼知道什麼事物是他熟悉的呢？」

關於這點也不太難，因為只要在某些方面，能夠表現出跟對方類似甚至是一樣的行為，就可能讓對方產生熟悉感，進而提升友好度。其中一項容易表現友好度的行為就是「食物」——這可不是指好吃的食物，而是表現出跟對方有相同的食物偏好。

芝加哥大學商學院教授阿耶萊·費斯巴赫與他的研究團隊，想研究食物在人際關係中到底有多大的影響力，而進行了一系列實驗，以了解品嚐類似的食物是否有利於成年人之間增進親密感和信任感。