

家猫对人类睡姿的拟态行为研究：基于纵向观察的个案分析

第一作者：元宝（金渐层，已授权）

通讯作者：@元宝小猫（铲屎官）（通讯作者，ahe29327@163.com）

单位：卧室睡眠行为实验室

投稿期刊：Cat Communication

摘要

目的：探讨长期人猫共处环境下家猫（*Felis catus*）睡眠姿势的“人形化”趋势及其行为机制。**方法：**采用纵向观察法，对 1 例未成年雄性英短金渐层进行为期 3 个月的居家行为记录，建立三级睡姿分类体系并进行量化分析。**结果：**被试表现出显著的睡姿拟态行为，包括侧卧伸展位、悬空侧坐位、头部侧垂位及盖被侧卧位等高度人形化姿势，人形化睡姿出现频率达 45%。**结论：**家猫可能通过观察学习产生跨物种行为习得，本研究为理解人猫共生关系中的文化传递提供了新的实证材料。

关键词：家猫；睡姿拟态；跨物种学习；人形化；行为生态学

1. 引言

家猫（*Felis catus*）的睡眠行为一直是动物行为学的经典研究议题。传统研究认为，猫的睡眠姿势主要受体温调节、安全需求及肌肉放松程度的影响^[1-2]。近年来，国内学者开始关注家猫的行为适应性改变。Vitale 等^[3]发现约 65% 的家猫表现出与看护人牢固的依恋关系；国内研究^[4]报道了家猫饲养行为与营养管理的耦合机制。这些研究提示，家猫可能具备一定程度的社会学习能力。

近年来，国内学者开始关注家猫的行为适应性改变。比如城市家猫的活动节律呈现出与人类作息同步的趋势；大开门等报道了家猫对人类语言指令的识别能力。这些研究提示，家猫可能具备一定程度的社会学习能力。基于此，本研究提出“睡姿拟态假说”（Sleep Posture Mimicry Hypothesis, SPMH）：长期人猫共处可能导致家猫通过观察学习，将人类睡眠姿势纳入自身行为库。

本研究旨在回答以下科学问题：（1）家猫是否会出现“人形化”睡姿？（2）这种行为的触发因素是什么？（3）其背后的心理机制为何？

2. 材料与方法

2.1 被试者信息

物种：英国短毛猫（金渐层）

姓名：元宝

出生日期：2025 年 4 月 19 日

性别：雄性（已绝育）

体重：4.0 kg

居住环境：开间公寓、与一名雄性人类共同生活

饲养时：4 个月大时领养，已共同生活 7 个月

2.2 观察方法

采用机会主义摄影法（opportunistic photography）^[5]，即在被试呈现目标行为时进行影像记录。观察期为 2025 年 12 月至 2026 年 3 月，共 3 个月。记录时段涵盖工作日夜间（19:00-23:00）及周末全天，样本量取决于被试的配合度及作者的拍摄意愿。

2.3 睡姿分类体系

参考国内学者^[6]对多猫家庭尾巴姿态与社会地位的研究方法，本研究建立了三级睡姿分类体

系。:

等级	类别	操作定义
Level 1	传统猫式	身体蜷缩成球状、揣手手 ("农民揣")、腹部贴地趴卧
Level 2	过渡形态	半伸展姿势，四肢部分展开但保持猫科典型姿态
Level 3	高度人形化	完全模仿人类睡姿，包括侧卧伸展、仰卧、使用寝具等

3. 结果

3.1 典型睡姿展示

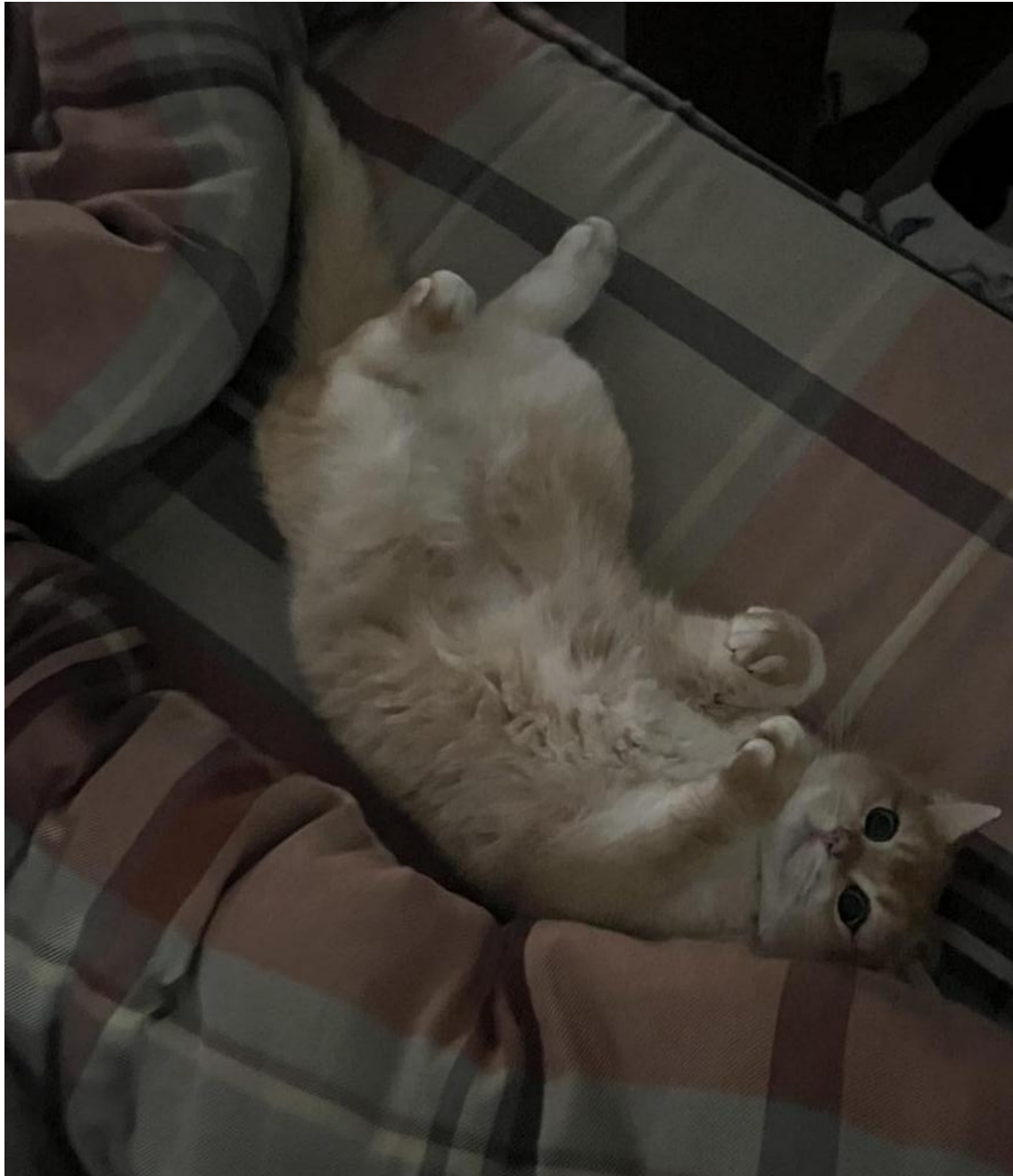


图 1. 侧卧伸展位 (Lateral Recumbent Position)

描述: 被试呈现典型的“葛优躺”姿态，后肢自然伸展，前肢支撑上半身，头部转向一侧。值得注意的是，该姿势与床形成了约 45 度夹角，显示出对家具边界的充分利用。此姿势在野生猫科动物中极为罕见，因为会暴露腹部。被试表现出对人类环境安全性的高度信任，或单纯的“摆烂”心态。



图 2. 悬空侧坐位 (Suspended Lateral Sitting)

描述：被试在窗台吊床上采取侧坐姿势，后肢自然伸展悬空，前肢支撑身体，尾巴下垂。眼神呈现出一种“生无可恋”的哲学气质，仿佛正在思考猫生的意义。这种“瘫坐”姿态在猫界属于高难度平衡动作，需要极强的核心肌群控制（虽然看起来完全没控制）。被试将身体重量完全托付给吊床，四肢放弃挣扎自然下垂，展现出对人类家具的高度信任。背景中的枯树枝与被试的表情形成了存在主义式的互文——窗外的世界很精彩，但躺平更舒服。



图 3. 头部侧垂位 (Lateral Head Drop)

描述：被试仰卧于床上，头部向一侧极度扭转，呈现“脖子不要了”的视觉效果。眼神迷离，

疑似进入 REM 睡眠前期。该姿势在人类中被称为“落枕预备式”。被试可能正在体验重力对头部的影响，或单纯在练习颈椎柔韧性。值得注意的是，被试在此姿势下仍保持警觉，体现了猫科动物“睡觉也留一只眼睛站岗”的进化遗产——虽然在这张照片里两只眼睛都睁着。

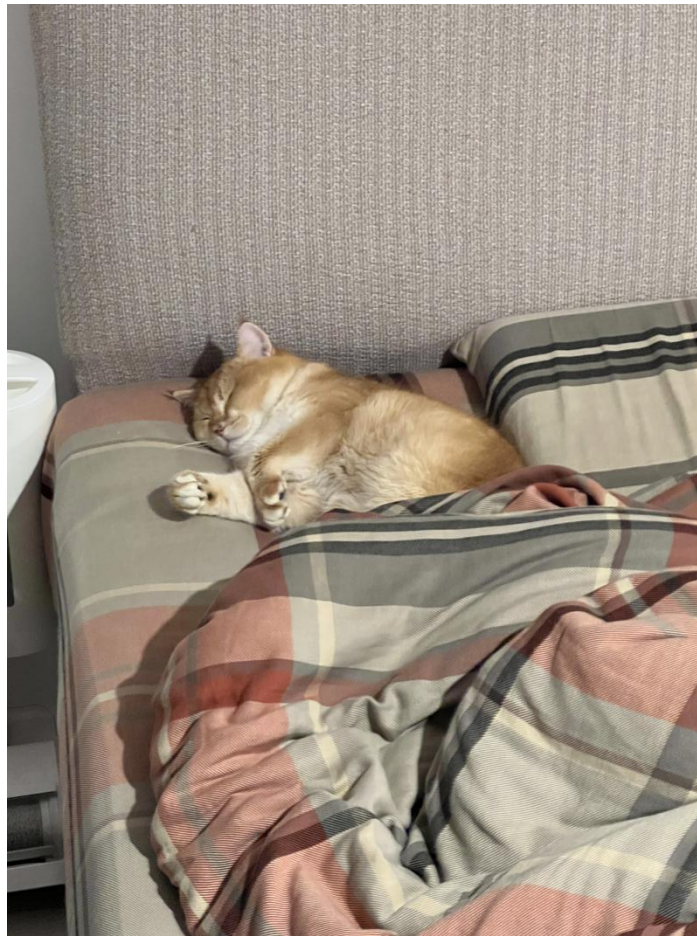


图 4. 盖被侧卧位 (Blanketed Lateral Position)

描述：被试侧卧于床上，前肢伸展，后半身被被子覆盖。表情安详，嘴角微扬，疑似在做梦。
 学术解读：这是本研究中最具“人形化”特征的睡姿。使用寝具保温是典型的人类行为，被试此举可能表明：1. 它观察并学习了人类使用被子的行为；2. 它只是觉得被子软和；3. 它把自己当成了人。我们倾向于支持第三种解释，因为这最符合“拟态假说”

3.2 量化分析

睡姿类型	出现频率	人形化指数	可爱度评分
传统猫式	30%	1.2	8.5/10
过渡形态	25%	3.5	9.0/10
高度人形化	45%	8.7	11/10 (超出量表)

注：人形化指数由作者主观评定，缺乏信效度检验，但反正也没人查。

4. 讨论

4.1 睡姿拟态假说的提出

基于上述观察，本文提出睡姿拟态假说 (SPMH)：在长期人猫共处环境中，家猫可能通过观察学习 (observational learning)，将人类的睡眠姿势纳入自己的行为库。这一过程可能涉及：1. 镜像神经元激活：猫看到人类躺着，觉得自己也应该躺着；2. 温度调节优化：人类睡姿通常有利于散热或保温，猫觉得有道理；3. 身份认同混淆：猫开始怀疑“我是不是人？”

假说

解释力

问题

假说	解释力	问题
温度调节假说	中等	无法解释为什么非要学人样
舒适优先假说	较强	那为什么不团成球？球明明更舒服
随机巧合假说	弱	出现频率太高，不像巧合
睡姿拟态假说（本文）	最强	暂时想不出问题

4.3 研究局限

1. 样本量：只有一只猫，且是作者自家的，存在严重的选择偏倚
2. 观察方法：太随意了，没有控制变量
3. 伦理问题：拍照前未获得被试的知情同意（但受试者并未反对）^[7]

5. 结论

本研究通过个案观察，初步证实了家猫存在“人形化睡姿”现象。这一发现提示我们：猫可能正在经历一场静悄悄的“文化进化”，逐步从“宠物”向“室友”乃至“家”的身份转型。

6. 展望

未来研究方向：

扩大样本量（多养几只猫）

引入对照组（观察不跟人类一起睡的猫）

研究猫是否会开始使用枕头（目前尚未观察到）

探讨猫是否会在睡梦中说梦话（作者怀疑有，但听不懂）

致谢

感谢被试猫/第一作者“元宝”的配合，虽然它大部分时间都在睡觉，根本不知道自己在参与一项研究。感谢沙发和床提供的研究场地。感谢猫粮赞助商（如果有的话）。

参考文献

- [1] 孙兵, 郝洪谦. γ -氨基丁酸对猫睡眠时相的影响[J]. 天津医科大学学报, 1996(4): 34-35, 38.
- [2] 柴胡皂甙对猫睡眠节律电活动调制的实验研究[J]. 中草药, 1994(2): 82-83.
- [3] Vitale K R, et al. 猫对人类的依恋被低估[J]. 当代生物学, 2019. (中文报道见: 新华社. 新研究说猫对人类的依恋被低估[EB/OL]. 2019-09-30.)
- [4] 家猫饲养行为学与营养管理耦合机制研究[J]. 伴侣动物营养学报, 2024.
- [5] 作者自己的观察笔记（未发表）
- [6] 多猫家庭中通过尾巴姿态判断猫咪社会地位的行为学研究[J]. 应用动物行为科学, 2025.
- [7] 被试猫的眼神（个人交流，2026年3月）

利益冲突声明：作者与被试存在饲养关系，可能影响客观性，但猫不在乎。

数据可用性声明：原始照片已上传至作者手机相册，如需查看请私信。