

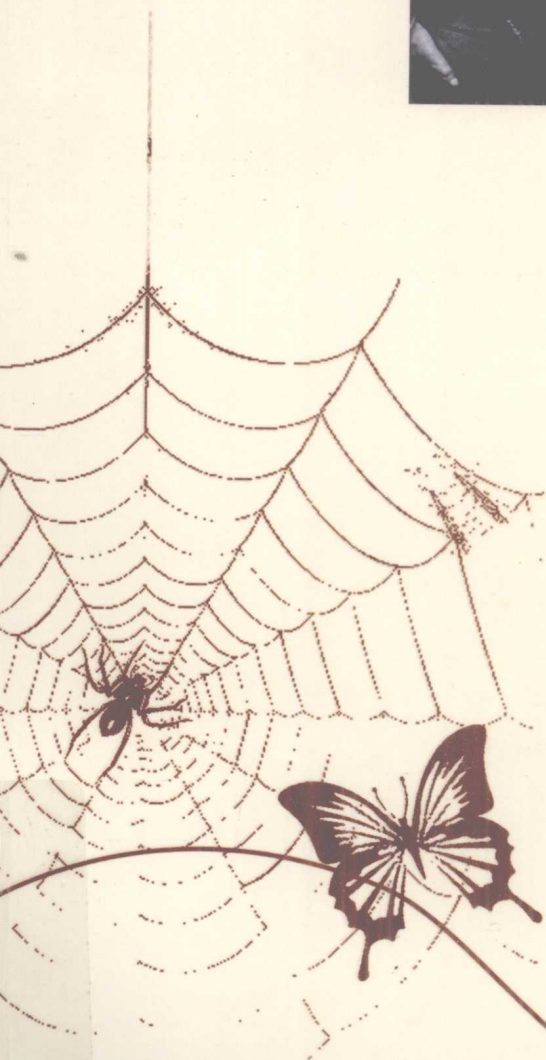


人生是一个没有硝烟的战场，心理学既是保护你的“盾牌”，又是助你“出招”的“剑戟”。

生活中心理学的应用无处不在，掌握好心理学，你会发现就像是拿到了一把能打开所有大门的“万能钥匙”。

无处不在的 弗洛伊德

魏辉霞◎编著



 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

UBIQUITOUS FLOYD

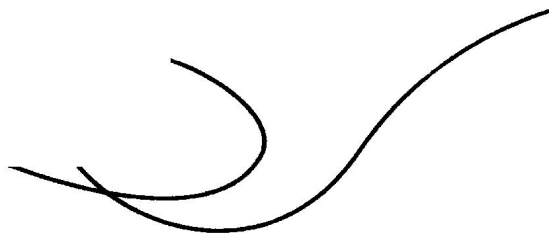
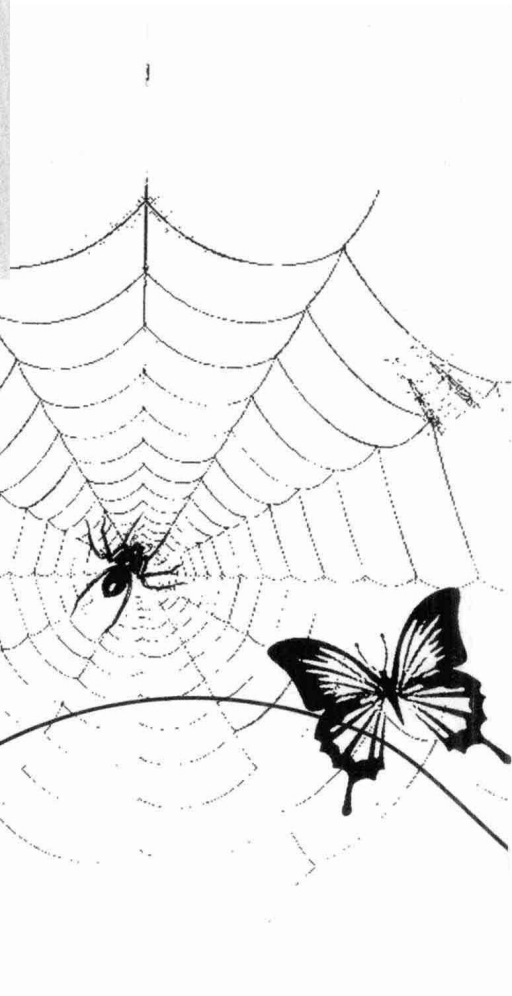
魏辉霞◎编著



人生是一个没有硝烟的战场，心理学既是保护你的“盾牌”，又是助你“出招”的“剑戟”。

生活中心理学的应用无处不在，掌握好心理学，你会发现就像是拿到了一把能打开所有大门的“万能钥匙”。

无处不在的 弗洛伊德



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

无处不在的弗洛伊德 / 魏辉霞编著. —北京: 新世界出版社, 2010. 8

ISBN 978-7-5104-1150-2

I. ①无… II. ①魏… III. ①弗洛伊德,
S. (1856 ~ 1939) —心理学—研究 IV. ①B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 146362 号

无处不在的弗洛伊德

作 者: 魏辉霞 编著

责任编辑: 董晶晶

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968

总 编 室: (010) 6899 5464

http: //www. nwp. cn

http: //www. newworld - press. com

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 三河市祥达印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710 × 1010 1/16

字 数: 130 千字 印 张: 14

版 次: 2010 年 8 月第 1 版 2010 年 8 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-1150-2

定 价: 26.00 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

前言



日出日落，并无新事。我们每个人每天都重复着昨日的生活，重复着并不陌生的欢欣或烦恼。已有的事，后必再有；已行的事，后必再行。弗洛伊德说，潜意识指导着人们的行动，所以重要的是行为后的动机。这日子看似重复而单调，其实背后的心理却玄机涌动、耐人寻思。

你是否觉得心理学是门晦涩复杂的学问？你是否认为弗洛伊德是个与你的生活毫不相干的人物？如果你的答案是肯定的，那你就错了。

第一，心理学是一门研究人的心理现象发生、发展规律的科学。华中师范大学心理系主任刘华山教授说，有人的地方就有心理学，比如人际交往、恋爱结婚、做梦解梦、求职博弈、家庭情感等。世界上没有两片完全相同的树叶，也没有两个心理特征完全相同的人。希腊哲人说过：“人啊，你首先要了解自己，才能爱别人。”心理学不仅普遍存在，而且意义深远，庆幸的是它“有迹可循”。掌握好心理学可以帮助人们处理好生活、工作、情感等方面的各种问题。

第二，心理学可为人们的日常生活服务。奥地利心理分析鼻祖弗洛伊德毕生研究成果，诸如《梦的解析》、《性学三论》、《团体心理和自我分析》等，都有这样的作用。俄国心理学家巴甫洛夫说过：“当我思考弗洛伊德和我自己时，我觉得仿佛有两支矿工队伍，他们都从山麓开始挖掘隧道——人的心理。”弗洛伊德影响最大的学说主要有以下几点：梦的解释、意识和潜意识、压抑说、性爱说、生与死的内驱力等。他在心理学上所做出的贡献举世瞩目，以致西方“许多初学者认为弗洛伊德就是心理学”。

在生活节奏日益加快、工作竞争日益紧张的今天，一个人难免会碰到种种心理难题和困惑，倘若不能很好、及时地进行自我分析和调节，不仅会陷入心

理泥潭中无法自拔，还有可能导致心理障碍，最终引发身体上的疾病，给生活和工作造成不便。但若是掌握了一些心理学知识，不仅有助于你了解自己、加强自身修养，生活中碰到的诸多棘手问题也会迎刃而解。因为所有的问题不是来自于别人，就是来自于你自己，而不管是两者中的谁，你真正面对和需要解决的其实主要还是人的心理。

生活的方方面面，心理问题和疑惑无处不在。各种心理病症及变态和犯罪心理是如何形成的？昨夜的梦有什么特殊的含义？怎样才能使友情、亲情和爱情（包括性爱）顺利发展？如何更快地走向成功？如何轻松游走于职场和社交场合？为了解答这些困惑，特编写了这本通俗易懂、操作性强的心理学著作。我们的眼睛无法穿透身体看到骨骼，却可以洞穿人心。阅读本书后你会发现，原来生活中那么多棘手的问题，都可以很简单地迎刃而解。

目录

Chapter 1 走进心理咨询室

身体上的疾病使人们不适,所以很容易被发现,但心理疾病却因其隐性常被我们忽略。其实心理疾病是很普遍的,只不过存在着程度区别而已。但不管什么样的症状,倘若一直得不到患者的重视,并任其发展下去,终会贻害无穷。心理治疗是一个系统工程,需要多种治疗方法的配合运用。但几乎所有的精神病、神经症、心理缺陷和不良心理习惯都可以通过心理治疗得到明显改善,直至治愈成功。

当夜晚遭遇“极昼”——失眠症 /2

当本能被胁迫——强迫症 /4

当意识“天马行空”——妄想症 /6

当平静不再——躁狂症 /8

当心情陷入低潮——抑郁症 /10

当内心的大门关闭——自闭症 /13

总是优柔寡断怎么办? /15

活在当下的生存智慧 /17

Chapter 2 变态及犯罪心理学分析

这个世界,犯罪每天都在发生,而罪犯离我们并不远,有可能就是我



目

录

们身边的某一个人,甚至在某一天会成为我们自己。不管什么性质的犯罪行为,背后皆有意义非凡的心理研究价值。通过心理学找出这些心理诱因,或许能帮助我们发现隐藏在心中的危险因子。人人都需要“心灵鸡汤”,从蠢蠢欲动到丧心病狂,你能够明白地知晓其中严格的分界线在哪里吗?

解读人类的“俄狄浦斯情结”	/22
偏执狂的偏执世界	/24
性变态之心理研究	/26
分裂型人格的黑白人生	/28
从经济犯罪看贪婪本色	/31
从报复伤害看人际危机	/33
百万英镑不如健康身心	/35
健康的心理要疏导	/37



Chapter 3 梦与现实



目

录

1899年,弗洛伊德发表了轰动一时的《梦的解析》,本书成为精神分析史上的里程碑。他认为“心理界和动物界一样,无所谓机会”,所以梦绝对不是偶然形成的联想,而是潜意识欲望的变相达成。他把梦境分为“显梦”和“隐义”。做梦好比制作谜语,“显梦”是谜面,“隐义”是谜底。梦是通往潜意识的一条迂回之道,通过对梦境的解释,不仅能触摸到人们内心的真实,对现实生活也起着指导作用。

“周公解梦”——梦境与现实,究竟哪个更真实?	/42
“周公解梦”——再现与见识	/44
“周公解梦”——“失忆”与记忆	/46
“周公解梦”——潜意识与压抑	/48
“周公解梦”——噩梦与阴影	/50
“周公解梦”——梦与梦想	/52
“周公解梦”——“白日梦”	/54
“周公解梦”——还君好梦	/56

Chapter 4 心理学奏响“友情交响曲”



心理学研究表明,每个人都害怕孤独和寂寞,希望自己归属于某一个或多个群体,如希望加入某个协会、某个团体,这样可以从中得到温暖、帮助和爱,从而消除或减少孤独和寂寞,获得安全感。而友情是获得安全感的最快最直接的方式之一。友情是高级的人际交往形式,人们相识容易相处难,挚友更是牵涉到一辈子的联系。友情的巩固和维护,需采用一些心理学技巧。

人为什么无法忍受孤独?	/60
嫉妒和友情形影不离?	/62
同化与坚持	/64
亲密与空间	/66
互惠原则——友情跷跷板	/68
信任原则——友情恒温器	/71
男女之间是否有真正友情	/73
益友、诤友和损友	/75



目

录

Chapter 5 亲情博弈



弗洛伊德说,人类真正依恋的也许应该是一个类似洞穴的地方。这个洞穴无外乎家庭及其所代表的亲情意义。亲情留存在人类意识的下层,像摇篮,抚慰着人们疲惫的心灵。虽然亲情是人们心理发展的原动力,但有些时候,亲情也会给我们带来烦恼。因为管制与反管制、代沟等种种矛盾,亲情中出现剑拔弩张的情形也为数不少。其实对亲情的愤怒是一种情绪的磨练,而学习识别、体验、释放与管理这些情绪,人才能变得成熟。

当亲情成为一把“双刃剑”	/80
逆反心理如何“脱毒”?	/82
溺爱、严爱=爱?	/84

言传身教的力量	/86
学会鼓励和赞美	/88
为何自古婆媳难相处?	/90
体会老人的价值	/92
孝顺不能等待	/94

Chapter 6 岂止谈情说爱



爱情是人际吸引最强烈的形式,也是心理成熟到一定程度的个体对异性个体产生的带有浪漫色彩的高级情感。有人形容,恋爱像失重,婚姻是平衡,其实不管两性关系中双方的地位如何,爱情都不仅仅限于谈情说爱,它更像是一场心理经营学,正迷惑其中的你一刻也不许掉以轻心。它既需要彼此双方的配合,也需要单人的内在修炼。心理学能让你知己知彼,在爱情和婚姻中百战不殆。



目

录

一见钟情是天方夜谭吗?	/98
爱情需要“势均力敌”	/100
我们为什么想要承诺?	/102
丘比特是近视眼?	/104
爱情需要表达	/106
爱情中的“刺猬效应”	/109
危险关系	/111
围城内的三人世界	/113

Chapter 7 性爱心理大学堂



中国自古就有“食,色,性也”一说,弗洛伊德学说的中心思想就是情欲说。中外无不承认性爱是爱情以至生命的基础。没有性欲就不可能有爱情,即使在最崇高的爱情中也有肉体关系的基础。爱可以分解为情爱和性爱,无性的爱是柏拉图式的精神恋爱,也是畸形的爱;无爱的性,是野蛮、欺凌地占有,只是兽性。只有情爱和性爱融合在一起,才会幸福。学好心理学,性爱的美妙才会持久。

你的“性商”高吗?	/118
挑逗——性爱的“润滑剂”	/120
性“趣”在于变化	/122
“迷雾”后的性高潮	/124
性爱的“专属”频率	/126
请不要在床上沉默	/128
枕边禁忌	/130
性爱的自立——自慰	/133

Chapter 8 拼搏有讲究——让成功不再遥远

不管人们的人生观、价值观有多迥异,成功都是人们毕生的追求。然而这个世界上成功的人相对比较少,大多数人都是平庸一族,这是因为大多数人都不懂得成功除了努力,还要讲究技巧和心理策略,一味地拼搏只会误入歧途。弗洛伊德说过,对于成功的坚信不疑时常会导致真正的成功。让我们从当下做起,研究成功人士的思维和心理,不屈服于命运,最终迈向自己的成功之路。

信念造就成功	/136
停在你的兴趣“所在地”	/138
学会专注	/140
聪明人懂得扬长避短	/142
用自信照亮人生	/144
笑看挫折	/146
成功者的谦虚之道	/148
成功需要“解压阀”	/151

Chapter 9 职场“变形记”——让工作得心应手

刘索拉的小说《你别无选择》中,挚爱音乐的孟野有个疯疯癫癫的妻子,成天逼迫他放弃音乐,可他却认为这个世界不能没有音乐。其实他



目

录

的观点用到心理学上也对,当你戴上心理学的眼镜去看职场,同样会发现不存在没有心理学的地方。有人的地方,就有心理学,与人共事、共处,管人或者被管,桩桩需要你的匠心独具。掌握运用好心理学,工作才能得心应手。

是金子就要及时发光——漫漫求职路 /156

“菜鸟”的“快捷键” /158

个性对于规矩的“屈服” /160

办公室的人际风云 /162

解读“星期一症候群” /165

“张扬”与“低调” /167

管理有“术” /169

当工作迎来“七年之痒” /172



Chapter 10 关系金字塔——让社交左右逢源

没有别人,你即是一座孤岛。人类是群体社会,所以人脱离不了人群,与人交往无法避免。人际关系是指人与人在相互交往过程中所形成的心理关系,所以与人交往也是一场心理的博弈。如果懂得人际交往之道,生活中碰到的那些陌生人也会成为朋友,成为享用一生的财富。如何经营好你自己的小世界,拥有一流的人脉资源,心理学可以给出一些答案。

做个“圆滑老实人” /176

利用“首因效应”打好交往基础 /178

藏在体态和眼神中的心理学 /180

说话的艺术 /182

借亲和力“走红” /184

以点盖面,有损视线 /186

学会拒绝 /188

人际暗礁,需要“打圆场” /190

心理学与人们的生活、学习、工作都有着非常密切的关系。日常生活中,每个人的行为都受到自己心理的支配,不同的心理会促使人们采取不同的活动。把心理学应用到日常生活中去,“知”与“行”结合在一起,直接感知和理解心理学及其实践,不仅可以促进人们了解自身,还能消除对于日常行为和体验的误解。只要做个有心人,心理学并不神秘,它能为我们的生活服务。

生活细节中的心理暗示 /194

定势思维还是打破桎梏? /196

新解“精神胜利法” /198

“乐天派”才会享受生活 /200

难得糊涂 /202

“瘾瘾”作痛 /204

生活需要幽默 /207

你无法让所有人满意 /209



目

录

Chapter 1

走进心理咨询室



身体上的疾病使人们不适，所以很容易被发现，但心理疾病却因其隐性常被我们忽略。其实心理疾病是很普遍的，只不过存在着程度区别而已。但不管什么样的症状，倘若一直得不到患者的重视，并任其发展下去，终会贻害无穷。心理治疗是一个系统工程，需要多种治疗方法的配合运用。但几乎所有的精神病、神经症、心理缺陷和不良心理习惯都可以通过心理治疗得到明显改善，直至治愈成功。





当夜晚遭遇“极昼”——失眠症

弗洛伊德认为，梦是欲望的满足。虽然长期以来对这一观点的争论很多，但不可否认的是梦是连接思想与潜意识的纽带，而失眠时，人无法进入潜意识，也无法和内心深处的自己进行交流。有人说，如同每天洗澡能够洁净身体一样，睡眠洁净了我们的灵魂。人的一生至少有三分之一的时间是在睡眠中度过。能否保证良好的睡眠习惯，不仅影响着人们的生活和工作，还关系到人们的身心健康。

大学生张清已经被失眠折磨一个多月了。这一次他没有唉声叹气，干脆静静地躺在那里，睁着眼睛一动不动，心里却为明天是否能保持足够的精力暗暗焦急。他想，与其这样干耗着，还不如再看看书，反正一样睡不着。时间就这样缓慢地过去，因为精神不好所以看书的效率很低，但干躺在床上睡不着又让他觉得虚度时光。他记不清自己已经看了几次表，最后东方终于泛起鱼肚白，阳光又一次照亮了这个世界，他却丝毫没有“新一天”的感觉。成绩优异的张清懂得良好的作息才能保证学习的高质量这个道理，也明白失眠是近期的学习压力过大，他对自己抱有太大的期望所致，可对此却无能为力。夜晚的痛苦折磨所带来的负面效应很快投射到白天的学习中，连导师都觉得他萎靡不振了。失眠损害了他的身体健康，而且他失眠时总是“思绪翩翩”，该想的、不该想的一齐涌上心头，这种长期24小时的“极昼”生活使他饱受折磨。

随着社会生活节奏的日益加快，失眠的发生率呈不断上升趋势。或许有人会问，失眠是病吗？回答这个问题之前，首先要弄清什么是失眠症。失眠症患者都会有入睡困难，夜间多次醒来，而醒后再想入睡很困难等经历。这些症状相互关联，交替出现。但失眠症不仅仅指上述症状，它还包括非再生性睡眠，即醒来以后仍然觉得困乏，所以即使每天的睡眠时间正常也有可能患失眠症。简而言之，失眠症是一种使人觉得夜不能寐、睡眠严重不足或对睡眠质量很不满意的疾病。

弗洛伊德阐述健康人格模型时说过这么一句话：“我们知道，人们的禀赋各异，承受应付文化要求的能力，各有其不同的限度。苛求于己，超过其本性所能承担，则将为心理症所苦。如果人们多容忍些自己的‘不完美’，日子就会好过得多了。”归根究底，失眠是人对无法负荷的压力的一种无意识应激反应。人在自己尚未意识到的情况下承担了过重的压力或是压力无法宣泄时，失眠就会

“趁虚而入”。有句俗语说得好，人无压力轻飘飘。但前两年因为米兰·昆德拉又开始流行一句话：不能承受的生命之轻。其实人生在世，起起落落，生活在这个飞速发展、竞争激烈的社会里，有些事实我们无法改变，有些压力我们无法避免。但是可以通过一些心理辅导和行为习惯的改变使身心摆脱沉重的枷锁，还自己一个好梦。

想要甩掉失眠的“噩梦”，首先要改变意识，坚定信念，摒除四大睡眠恶习。

1. **“回笼觉”**。晨练以后，洗脸、刷牙、吃早点、听广播，是最好的休息方式。但若晨练以后因为疲惫回到家又睡觉，既影响晨练效果，也不利于保健。由于晨练以后心跳加速，精神亢奋，其实这时候很难入睡，而且睡回笼觉会使肌肉因晨练而产生的代谢物不易清除，人会感到精神恍惚，四肢松弛无力。

2. **过犹不及**。哲学上有个说法叫“过犹不及”，讲的是“过头了”其实和“没做足”一样不行。这个道理放在睡眠上也同样适用。有的老年人，睡眠时间超过10个小时，这样很容易引发疾病或使旧病复发。很多医学研究也早已证明，睡得多并不见得就是好事。

3. **睡眠储存**。当今很多研究都证明，人体不能储存睡眠。为了熬夜而先多睡几个小时，对人体是没有多大帮助的。人体每天只需要一段有质量的睡眠。

4. **睡眠预支**。有些人痴迷于打麻将，有时玩起来甚至通宵达旦。尽管第二天他们会补觉，但心理学研究证明，人体的生物钟很容易被扰乱，而一旦紊乱，很多不良后果就会接踵而至，白天困倦，精力难以集中，晚上失眠，无法入睡，再想调整回去只能经历一个更长的时期。

睡觉前需重视某些美妙的“仪式”。除了能够提高睡眠品质，对身心健康也有益。不妨参考以下做法。

1. 先整理床铺，把棉被、枕头打理到最舒适的状态。
2. 以自己最自然、最放松舒服的姿势躺好。
3. 躺平后，做几个深呼吸，让自己完全放松宁静下来。
4. 对自己进行心理暗示。

它对睡眠的意义类似于弗洛伊德提到的催眠术。睡觉前切忌不停地想着工作或感情问题，妄念纷飞，此时应让自己收摄心思。传统“数山羊”方法的效果现今已遭到很多失眠者的质疑，他们大多反映“越数越清醒，越睡不着觉”，所以摒弃这个方法，选择心理暗示是不错的做法。在身心完全放松之后，根据个人需要，对自己输入正面指令，例如“等一会儿我很快就会入睡，梦境会很美好”，“我的睡眠品质会很高，明天会全身舒畅，充满朝气”。一定不要想“等会儿又睡不着怎么办”、“睡不着真的很痛苦”之类的消极问题。





失眠症是心理健康缺失的外在表现。通常大脑的过度或不合理使用会先把疲惫反映到意识里，再投射到行动上，人们多因意识阶段的不明显而对之忽略，不采取措施，失眠会“顽固不化”。掌握一些有效的入睡方法，可以起到平衡“代谢”的催眠作用。让我们每个人都能轻松地进入甜美梦乡，早晨起来，头脑清爽心情如阳光普照。

当本能被胁迫——强迫症

弗洛伊德于1907年提出，强迫症是心理冲突的一种妥协形式，是一种过分固着于肛欲期的素质因素，不能面对和整合“俄狄浦斯情结”所产生的焦虑。它以习惯性行为常常与潜在的冲动发生冲突为表现形式。弗洛伊德解释，当前事件诱发导致持续威胁和诱惑，而本能对这些威胁和诱惑的防御无效，才会出现强迫行为和多种禁忌的倾向。

强迫症是以强迫观念和强迫动作为主要表现的一种神经症，以有意识的自我强迫与有意识的自我反强迫同时存在为特征。

所谓强迫观念，指的是某种联想、观念、回忆或疑虑等顽固性地反复出现，难以控制。如反复回忆一系列不幸事件会发生，虽明知不可能，却不能克制，并引起情绪紧张和恐惧。概括起来强迫观念的主要特征有两点。

1. **与个人意愿相悖。**有一位高中生，为了提高学习效率，要求自己记住老师课堂上的每一个要点，但上课时却控制不住自己，去注意老师的鞋子是什么牌子、样式，鞋带的颜色等。明知这么做毫无意义却无法控制，一节课下来不但没记住课程要点，反而被这些联想搞得头昏脑胀。

2. **阻碍目标达成。**29岁的郭某说自己“想做的事总做不了”。这种心思源于10年前，那时候他就开始认为自己得了一种怪病，凡想做一件事总是做不成。听到好听的音乐感觉很愉快，但想学会它却怎么也听不进去，长期都学不会；随便打打字速度还可以，一旦要求自己达到一定的打字速度却反而怎么也做不到了。

34的男士赵某是国内一所名校的硕士。几个月前他在报纸上看到了关于玻

璃突然碎裂、划伤行人的报道，从此以后就有了一种莫名其妙的担心，害怕自己也会遇到同样的情况。每当他看到玻璃时，就会难以控制地想着玻璃会不会突然碎裂。尽管他本人也知道这几乎不可能，但就是不由自主地会去想。他的办公桌旁就是窗户，他每天上班就是在与自己头脑中关于玻璃碎裂的想法做斗争，根本无法安心工作，身心饱受折磨。

我们每个人的身体都有某些地方是敏感带，其实心理也一样。我们都知道，只有那些令自己担忧的事物才会让自己敏感。所以针对这一原理，克服强迫症可以采用心理脱敏法，即按照容易发生强迫观念的不同情景进行等级划分，进入每一个等级以后，通过紧张——松弛的放松训练降低对强迫观念的敏感性；或使用心理阻断法，即用自我暗示的方法对抗强迫观念，比如赵某可以反复告诉自己“玻璃掉落的概率只是极少数，我旁边的窗户很安全，担心是多余的”，以让自己停止强迫性思考。强迫观念因何而起？“解铃还须系铃人”，所以需要“追根溯源”，从根本下手。比如例子中当赵某调查到报纸上报道的那块玻璃其实之前遭到过破坏，或是早就摇摇欲坠，才会发生“突然碎裂”的情况，也就不会再担忧身边那块完好无损的玻璃会突然发生意外了，强迫观念也就不治而愈。

强迫动作与强迫观念没有本质上的区别，但因具有具体的行为性，结果只会使患者身心更加疲惫和痛苦。强迫动作有很多表现形式，比如反复多次洗手或洗物件，但心中总摆脱不了“感到脏”，明知已洗干净，却不能自制而非再洗一遍不可；又如不可控制地数台阶、电线杆，默记从身边驰骋而过的汽车牌号等，否则就会感到不安；或强迫眨眼、强迫摇头、强迫咬指甲等等。

洁癖是强迫行为的一种表现方式。你身边或许就存在着这样一种人：手每天要洗几十遍，接触完一件东西没洗手会痛苦万分；一回家就要大洗一番；不仅对个人卫生过分“苛责”，也无法忍受自己认为不讲卫生的人。洁癖者通常整天都活得特别紧张，主观上感到有某种不可抗拒的意识在下命令，他们甚至知道这些命令是不应该出现或毫无意义的，但是又从内心涌现出强烈的焦虑和恐惧，非要采取某些行为来“安慰”自己。其实，卫生是为了健康，健康是为了生活，洁癖的做法好像是很讲卫生，但除了造成紧张和痛苦，丝毫感觉不到幸福。真的是越清洁就越不容易生病吗？医学早已证明，人适度地接触病菌，反而会产生抵抗力。这个道理就像如果人从生下来就只喝不含任何杂质的蒸馏水，反而会连一些微小的疾病都抵抗不了。洁癖者往往对疾病没有任何防御能力，病菌可以长驱直入。当洁癖者从内心真正接受这个说法，就能将过分讲究卫生的习惯改掉。

按弗洛伊德的说法推理，不管是强迫观念还是强迫行为，这种强迫倾向其

