

中国心理治疗与心理咨询专业委员会

秘书长 **姬雪松**

隆重写序推荐

你离

绘著 □ 赵敏彤

变态 有多远?

变态心理学 * 绘本书

可以当心理学教材看的绘本书，可以让不学翻的专业书！



Wuhan University Press
武汉大学出版社

原来变态是
这样啊！

你离变态有多远？

变态心理学绘本书

绘 著 ● 赵敏彤



Wuhan University Press
武汉大学出版社

序

生活 · 变态 · 这本书

这简直不是一本书，而是一本好书！但是“好人”很难读懂它。序作者郑重提示：如果你不了解周星驰、日式 A 片、美式情色杂志和网络流行语，请慎购此书，因为内力不足者看完本书后，变态的几率会增高^^！

一定意义上说，我们都“变态过、变态着或即将变态”。因为“变态”本身就是一种常态，它是生活的变音和组成部分，而恰是这些部分让生活变得跌宕和生动。当然，变态是痛苦的，痛苦又呈现着不同的面貌，有的变态自己痛苦，有的变态周围人痛苦，所以趋乐避苦的天性让变态而后归复常态成了人生的永恒主题。

在人生的动态过程中，我们不断地偏离轨道又不断地回归。快乐与痛苦、不幸与幸福如同日月轮值天空。其实很多时候，苦与乐间仅一步之遥，智与愚的重要差异在于智者更多的时候清楚“自己是谁、身在何处”。每当偏离轨道时，智者能及时发现并调整方向回归正道，这就是自知之智。“自知者亦善知人”，他们不仅了解自己还了解别人，所以智者的人际中同样左右逢源。

《你离变态有多远》以一种极其生动和别致的方式告诉你：变态是何面目、如何测定自己和变态间的距离，以及如何改变这个距离。作为一名职业心理医生，在读到这本书时，我竟有一种感动，感动于作者那种隐藏在幽默中笑傲人生的超然姿态！如果你能领略到这种姿态，在一定意义上，这本“奇书”本身就具有治疗价值。

瑞士的著名心理学家卡尔·荣格曾说：“心理治疗并不是使人因为它便从此走向幸福美满的工具，它只能让人在面对人生的不幸和痛苦时，有一种哲学式的坚定和忍耐”。《你离变态有多远》严格地说并不是一本专业读物，它也没有“大庇天下变态之士尽欢颜”的野心，它只是想告诉你，变态也是一种人生，也许你无法消灭它，但是你需要了解它，学会调节它。

开卷有益，现在就开始吧 ^_^。

姬雪松 2010.1

序言作者——姬雪松

中国心理治疗与心理咨询专业委员会 秘书长

中科院心理研究所 客座教授

北京心航线文化发展中心 指导专家

百度心理健康 特约专家

北京大学第六医院 心理医生

《心理月刊》 专栏作者

中国青年报青春热线 点评作者

华夏心理网 专栏作者





戏说

变态到底是啥样?!

我们究竟离变态有多远?

1、应用祖宗的智慧结晶——勾股定理进行精确计算;

2、问楼下大妈：“您知道附近哪儿有变态吗？”;



3、打个出租车  告诉师傅：“去变态那。”;

4、拨通114：“喂，您好，帮我查下变态的号码。”;

5、看“实话实说”，让主持人告诉你;

6、用梵高的《向日葵》做电脑桌面，音响里循环播放张国荣的歌，久而久之也许会培养出些变态的气质吧;

7、或者尼采知道，因为他说过人人皆平等，谁有不同的感觉，就自愿进疯人院;

8、多吃变态烤翅；

9、用能把 1.6 万公里以外的一只萤火虫看得清清楚楚的哈勃望远镜观察变态的样子；



10、在街头逢人就问：“您好，您看见一个变态打这儿经过吗？”；

11、让多啦 A 梦从口袋里掏个变态出来看看；

13、在百度里谷歌一下“什么是变态”；

14、看《沉默的羔羊》、《午夜凶铃》、《异形》……；

15、点上三支香，献上供品，跪下诚心祈祷，也许能得到些神谕；

16、背起行囊，有多远走多远，驴行着去找那个传说中神秘的变态；

17、实在不行，就找找俄文 Комитет Государственной Безопасности，简称 КГБ，“克格勃”是此三个俄文字母的音译；英文：The Committee of State Security。或者 Federal Bureau of Investigation，英文缩写 FBI。这两家侦探事务所在寻人寻物，打假维权，跟踪暗访，财产纠纷，初恋情人，家庭婚姻等调查方面口碑还是不错滴；

18、请弗洛伊德、荣格、卢梭、拜伦喝个下午茶，话题可以是对病态心灵的探讨；



19、对着远山高喊：“你是变态！”然后凝耳细听回声；

20、在纸上写上“变态”这两个字仔细端详，如果坐姿正确，此时你离变态 30 厘米远；

21、写完这本书，基本离变态也不远了；



22、看完这本书，也就明白与变态的实际距离了……



Contents 目录

Preface

序言

Chapter 1 / 002

一份神秘的档案

Chapter 2 / 008

变态心理学简史

Chapter 3 / 018

变态心理学概况

Chapter 4 / 026

变态心理的种类

Chapter 5 / 042

焦虑症

Chapter 6 / 054

抑郁症

Chapter 7 / 069

强迫症

Chapter 8 / 081

性心理障碍

Chapter 9 / 091

恐怖症

Chapter 10 / 100

人格障碍

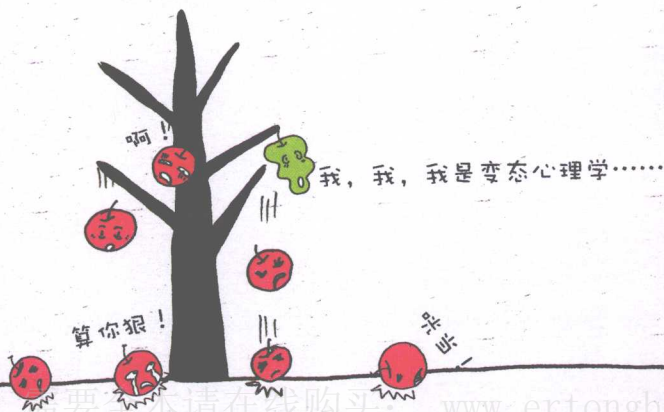
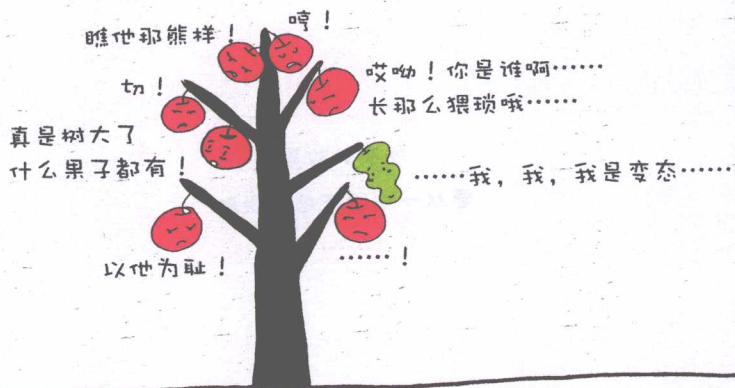
Chapter 11 / 116

癔症

Reference / 125

参考书目







Chapter 1 一份神秘的档案

所有的故事

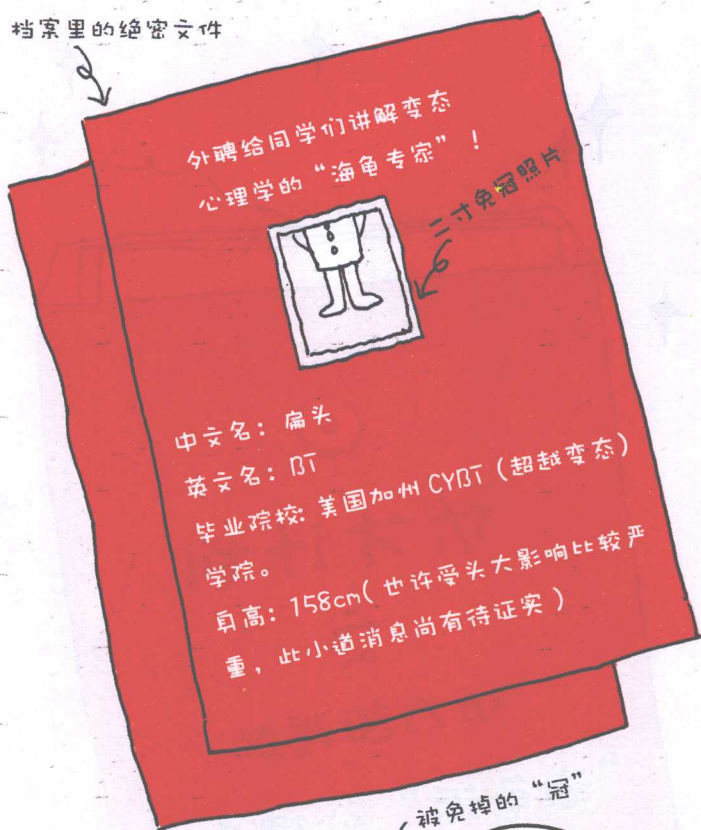
要从一份绝密档案说起

.....





档案里的绝密文件



被免掉的“冠”



我光辉高大的
形象啊……

中文名：扁头

英文名：BT

毕业院校：美国加州CYBT（超越李杰）

学院。

身高：158cm（也许受头大影响比较严重，此小道消息尚有待证实）

个人爱好：

读书（狗仔爆料）

《playboy》、《阁楼》……

看电影（狗仔爆料）

尤喜日本小电影（最好是无码）……



“赤果果”地污蔑!!!

单纯的偶压根就不晓

得《阁楼》是啥?!



为了系统地学习变态心理学，我可是花了四年的时间啊！不负责任极度可恶的狗仔队真是一帮最可怕的“变态”！



没想到我扁头的一世英名竟然就这样被毁于一旦……下次行动一定要注意身边有没有狗仔队跟踪……当名人真是苦恼啊！

