

潜伏在你生活中的精神变态者有可能是
你的爱人，你的孩子，你的同事，你的朋友，
或者你刚刚在网上认识的性感火辣的约会对象。
你敢不读这本书吗？

当心你身边的 精神变态者

（美）凯莉·戴恩斯 杰西卡·费洛斯◎著 钱峰◎译



当心你身边的精神变态者

[美] 凯莉·戴恩斯

杰西卡·费洛斯

钱峰 / 译



中国出版集团



现代出版社

版权登记号 : 01-2011-8092

图书在版编目 (C I P) 数据

当心你身边的精神变态者 / (美) 戴恩斯, (美) 费
洛斯著; 钱峰译. — 北京: 现代出版社, 2013. 1
ISBN 978-7-5143-0756-6

I. ①当… II. ①戴… ②费… ③钱… III. ①变态心
理学—通俗读物 IV. ①B846-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第283537号

Copyright © 2011 by Nicola Ibrson

Translation copyright © 2012 by Modern Press Co., Ltd.

当心你身边的精神变态者

作 者	[美] 凯莉·戴恩斯 [美] 杰西卡·费洛斯
译 者	钱 峰
责任编辑	陈世忠
出版发行	现代出版社
地 址	北京市安定门外安华里 504 号
邮政编码	100011
电 话	010-64267325 010-64245264 (兼传真)
网 址	www.xdcbs.com
电子信箱	xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷	北京嘉业印刷厂
开 本	645×925 1/16
印 张	14.25
版 次	2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5143-0756-6
定 价	26.00 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

凯莉·戴恩斯（Kerry Daynes）是一名犯罪心理学家。她独立进行自己的心理学工作，同时也和她的心理学家及精神治疗医生团队共同为各种机构工作，包括为警方重大调查做出重要贡献。普普通通的一周内可能会与不堪重负的父母和连环杀手之类形形色色的人打交道。她还在刑事和家庭法律诉讼中担任鉴定人。她处理过英国一些最复杂的狱中罪犯和社区罪犯。凯莉经常在电视台和电台作为专家进行评论，她在英国天空广播公司系列节目“杀死老爸老妈（Killing Mum and Dad）”和4频道“癫狂（Mania）”中出过镜。她出席了2008年犯罪与调查频道的“怪物是怎样形成的（The Making of a Monster）”系列节目，仔细谈论了一些臭名昭著的杀人者的背景。

杰西卡·费洛斯（Jessica Fellowes）是自由撰稿人和新闻记者，为《星期日邮报》（*Mail on Sunday*）、《每日电讯报》（*Daily Telegraph*）、《星期日泰晤士报》（*Sunday Times Style*）、《心理月刊》（*Psychologies*）等媒体撰稿。她曾是《乡村生活》（*Country Life*）副主编。

本书例子丰富，取自真实生活中的事件，两位作者在这些事件中发现了一些特点，这些特点在某种程度上属于精神病行为的范畴（在某种程度上我们大部分人具有这一范畴内的某些特征）。本书将这些例子呈现给读者作为案例研究，让读者在每一章中实践他们已习得的，看看能否发现那些特征，正是这些特征吸引了作者，从而成为例子进入本书。

读者如果认为个人仅仅是因为他们出现在这些案例的某一个中，或者本书中提及的就是精神病人的话，那就大错特错了。

每章的开端是性格研究，详述普通精神病人的典型行为——它们并不是基于现实中的人，如与现实中的人有相似之处（不管是生者还是逝者），纯属巧合。我引用媒体报道、逸事趣闻和公开报道的例子时，即使有人被称为精神病人，在大量的评估之前我自己也不能下定论。个体得到专业的评估，确认为精神病人，其影响是严重而深远的。本书仅为提供信息，不作为任何类型的诊断工具。

感谢詹姆斯·格兰特机构（James Grant）的妮古拉·艾比森（Nicola Ibison），感谢她在去往 PFD 的威廉·莫瑞斯经纪人公司（William Morris）的地铁上给我的启发；感谢威廉·莫瑞斯经纪人公司的尤金妮娅·弗尼斯（Eugenie Furniss）；感谢霍德与斯托顿出版社（Hodder & Stoughton）的夏洛特·赫考克（Charlotte Haycock），感谢她的耐心；特别感谢乔治（George）宝贝，感谢他的高效工作。

前 言

蝎子和青蛙——寓言

溪岸上，蝎子和青蛙相遇了。蝎子想去溪对岸，于是让青蛙背它过去。

“我怎么知道你会不会蜇我呢？”青蛙小心地问。

“当然不会了，”蝎子回答，“如果我蜇了你，我也活不了。”

青蛙欣然同意了，蝎子跳到它背上。半路上，蝎子蜇了青蛙，两者都濒临死亡。

“你为什么要这么做？”青蛙临死前大声问。

“我的本性就是这样，改不了。”蝎子回答。

目 录

前言

- 1 你生活中的精神变态者 001
- 2 你的同事是精神变态者吗? 020
- 3 你的老板是精神变态者吗? 040
- 4 你最好的朋友是精神变态者吗? 060
- 5 你约会的对象是精神变态者吗? 079
- 6 你的孩子是精神变态者吗? 102
- 7 你的父母是精神变态者吗? 139
- 8 你的伴侣是精神变态者吗? 158
- 9 你迷恋的名人是精神变态者吗? 185
- 10 你是精神变态者吗? 204

1

你生活中的精神变态者

“我打算和约会对象在咖啡馆见面。这是个网友，我们一直在网上聊天。到了咖啡馆，我发现有4个女孩分别坐在4张桌边等他。他出现了，带了5束花，给了我们每人一束。”

“今天早上我打开冰箱，发现室友又把我的奶酪扫光了。我知道昨晚她又和人吵架了，因为她又一次问都没问就借走了我的另一条裙子，还给我的时候裙子上还残留着烟味，镶边脏兮兮的。更别提我催她交她那部分煤气费催了4个月。”

“最近我被同事伤害了。几周前我们俩开始熟络起来，一拍即合，几乎天天一起吃午饭。可最近他不回我的邮件，下午我还没走，他就和副经理一起有说有笑下班了。我想不通——尤其是上周他做的那次重要报告，是我花了好多时间为他写的。”

“上周我的小孩和汤米在沙坑玩，我把孩子从汤米身边拉开了。我听到他在尖叫，而汤米正平静地用他的玩具箱对着一只老

鼠猛击，然后看它的腿会不会一条条掉下来。我告诫小汤米，他抬起头面无表情地看着我。‘对不起！’他的嘴里说出这三个字，但我清清楚楚地看到他在得意地笑。后来，他母亲让他解释，他无辜地否认。‘一定是他。’他说，指着我还在抽泣的孩子。”

听起来有些熟悉？我敢打赌你也遇到过这类情景。有时候你会遇到有人表现出精神变态者的主要特征。事实上，科学家估计1%~3%的人是精神变态者。因此，如果你的脸谱（Facebook）上有100名好友，可能至少有一个人符合条件（除非你的好友天生就是罪犯，如果这样，符合条件的就占一半了）。

这听起来让人害怕——事实也的确如此。不过心理学家开始认识到有“持续性精神变态”这一现象。最极端的有病态连环杀手，最轻微的有普通的“天使”，中庸的人可能不违法，但对周围的人具有极大的伤害性和破坏性。

你可能不会意识到，事实上，很可能你意识不到。精神变态者不会总是一手举着血淋淋的刀，一手提着割断的人头四处晃悠。他们比这种情况微妙得多得多。生活中的精神变态者可能是你的上司、十几岁的孩子、相亲对象、亲戚、医生、爱人。

生活中的精神变态者可能穿着名牌西装，可能穿着运动服。生活中的精神变态者可能是男人，也可能是女人，可能是满腔雄心壮志的高薪人士，也可能是一个5岁孩子的母亲，依靠救济度日。生活中的精神变态者可能美艳动人，也可能满脸粉刺。生活中的精神变态者可能15岁就辍学了，也可能在大学毕业后成为高素质的专业人士。

事实上，精神变态者唯一的共同点就是一系列异常情绪和反社会行为，这些情绪和行为可以对家庭、机构甚至整个社会造成

严重破坏。这种状态能够抵御治疗。他们完全不关心他人，只想得到自己想要的，不在乎谁阻碍了他们的行为。他们会想尽办法，蛊惑、操纵、欺骗你，得到你的钱财，妨碍你的家庭，甚至让你爱上他们。

知道这些后，令人不解的是人们怎么会爱精神变态者。想想《闪灵》(*The Shining*)中杰克·尼科尔森(Jack Nicholson)一改以往定位，演绎了令人毛骨悚然的角色；《致命诱惑》(*Fatal Attraction*)中，格伦·克洛斯(Glenn Close)演绎了偏执而又危险的女性角色；《沉默的羔羊》(*Silence of the Lambs*)里，安东尼·霍普金斯(Anthony Hopkins)扮演食人狂魔莱达·汉尼拔博士；还有电影《猜火车》(*Trainspotting*)中罗伯特·卡莱尔(Robert Carlyle)演绎的暴力狂贝格比。所有这些电影都轰动一时，吸引大批大批的观众前来买票观看，为的就是享受背脊起冷战的特殊效果。使我们害怕到无力翻页的恐怖小说以及那些上演着连环杀手在曼彻斯特某一条鹅卵石铺就的后街上鬼鬼祟祟行走的肥皂剧都备受欢迎。就连报纸也很敏捷，能够迅速捕捉真实犯罪案例，然后拟定一个耸人听闻的标题，撰写一篇冗长乏味的分析来夺人眼球。

在你生活中的某一刻，或许你会提到你的“疯子前任”(“psycho ex”)——很可能因为他看了太多的《英国疯狂汽车秀》(*Top Gear*)，或者是他把你甩掉，让你和更丑的人交往——但是我们并不真正知道这个词的含义，也不会想到可能我们正在与一个真正的精神变态者接触。

这本书就将告诉你有关精神变态者的几个方面：什么使他们生病；他们的心理和大脑在想些什么；他们为什么会那样表现以及我们能做些什么。读完这本书，你将能够觉察出一些潜在精神

变态者身上所发出的警报信号，比如他们如何在不同的环境扮演不同的角色；同时，你也能够找到防卫自己的最好方法。

评定一个人是否是精神变态者，心理学家会参照严格精细的诊断标准，而外行人可以根据一些危险信号来判断生活中是否有这样的人存在。虽然这本书不能作为任何类型的诊断工具来判断某人是否是精神变态者，但它根据一些心理学原理可以给你一定的警示。你可千万不要犯错：如果你生活中有精神变态者，就尽快躲避他们。

不管你是否仍在约会，或正尝试着做一名家长，或在工作中受到欺负，抑或被你那所谓的好朋友弄得手足无措，这本书将会帮助你鉴定你所知道的魔鬼。

我是一个犯罪心理学家，有着自己经营的诊所，和我的心理学家和精神治疗医生团队一起，为各种社会机构、健康机构和刑事审判机构工作，鉴定那些可能对自己和他人造成一定威胁的人。这些机构对我们的鉴定工作很信任。我曾经在一定的安全保障下医治过精神失常的罪犯，也在高度设防的监狱里和囚犯待过，还和社区里有着高风险的人接触过，有过在刑事法庭和民事法庭的个案工作经历。从商店窃贼到连环施暴者，他们都是我工作的对象。在我的工作生涯中，我碰到过国内最臭名昭著的精神变态者罪犯，我也认识到他们中有些人是多么的老于世故，却又富有魅力、机灵聪明。

曾经在一间高度设防的监狱里，我访问过一个我最早评定的

精神变态者。在我到达他那里之前，我得走过好几扇厚实的铁门。为了确保我的安全，采访的房间里面安置有几个应急按钮，外面还守着一个狱警。我对他的评定将成为他申请假释所要参考的一部分。他因为5英镑和祖母发生争吵，结果将他的祖母捅死，因此被判了无期徒刑。但由于这是我第一次采访精神变态者，所以如果有人觉得是那个罪犯在采访我而不是我在采访他，我可以原谅。他让其他罪犯给我端茶送水，也重新布置了陈设简陋的房间，使之看上去更舒服。他还随身携带着一本笔记本，里面记载着他认为有用的讨论话题。这是第一个危险信号，警告我他的精神变态者倾向：对于被采访的精神变态者，很典型的一点就是他们在采访中想要给你留下深刻印象，并且采访一开始就会虚伪地关心你是否感到舒服。更不必说他们有着天生的优越感，他们试着去支配采访的进程，因此采访在他们看来就好比是一场记者招待会或者类似的场合。

我看过他的文件档案，对于他所犯的罪行，我不抱任何幻想。但是，鉴于他在回答我最初几个问题时所表现出来的从容，以及他“伶牙俐齿的天赋”，我觉得他还是能取悦人，并且富有魅力的。

第一天，他向我讲述了他的故事，从某种程度上说，这只是他自己的版本。他把自己塑造成一个悲剧英雄。他告诉我他的妈妈是如何殴打他，他每晚是如何哭喊着在他成长中缺席的父亲；作为一个安静、害羞的男孩，他又是如何与自己的自尊做斗争。他的故事很有说服力，我差点和他一起声泪俱下。然而，他的情绪表现转换得很快（这就是另一个危险信号）。他一会儿还在引人注意地咬嘴唇，双眼噙泪，抓着头发，一会儿又开始讲起古怪的笑话，问我是否需要抽支烟休息一会儿，甚至还表扬我的牙齿很美！

当我问起他的犯罪行为时，他告诉我他一直和73岁的祖母居

住在一起，由于发脾气，就用厨刀“不锋利的那一端”捅了自己的祖母（不少于17下）。而他认为很有可能是祖母受到他反常脾气的惊吓，加上她本来就很虚弱的身体导致了她的死亡，和他对其造成的身体伤害无关（这是第三个危险信号）。

他说，自从进了监狱，他就开始反躬自省，深感内疚。但当我要求他详细说明这种悔恨的感觉时，他却突然说不出话来了（第四个危险信号）。被监禁的时候，他没有机会接受任何治疗，但他却发现在他攻击祖母的时候，她的喊叫声勾起了他的一些创伤经历。他从此“原谅”他妈妈对儿时自己的施暴，也“原谅”他祖母无意地勾起他被虐待的记忆。这让我觉得现在的进展很好。

在第二天的采访中，我指出了他对生活的描述和档案中记载的信息存在着明显的不一致。然而他一点儿也不惊慌，并称他的记忆中存在一些意识缺失和断层（第五个危险信号）。他继续轻而易举地“回忆起”他曾有过严重的盗窃行为，多次骗取过他人钱财，闹过“顽童的恶作剧”——比如抓住邻居的猫并折磨它们（信号！信号！）。他咧着嘴，告诉我他有一次用钉子把小鸟的翅膀钉在树上，好像这只是青少年开的一个玩笑。直到最后他注意到我脸上恐怖的表情（作为一个资历较浅的心理学家，我帮不了他，只能对他的所作所为做出一点反应），他才改变策略，对他自己的行为评论一番，说无法相信自己竟然做了这么一件坏事。我问他为什么觉得这是一件坏事。你猜猜他的回答——他因此事被定了罪，结果被罚掉了50英镑。

第三天，他告诉我释放后的计划，这其中有很多的方案，包括受训成为一名心理学家或者儿童咨询师。关于这一点，他充分利用了提供给囚犯的教育机会——他成功地使一名监狱女助教相信他知道她的家庭住址，并且恐吓她，让她偷偷带来许多明令禁

止的东西。最终，这名女助教被调到另一个监狱去了。“这只是个玩笑。”他说道，“这么胆小，她活该。”

他偶然也会泄漏一点秘密，说他已经仔细研读了关于自己的评估。事实上，他是研读了其他囚犯被拒绝的假释报告，希望自己能做得更好一点而已。他还读了一本关于精神分析学的书。最后，他把手放在我的膝盖上，问道：“我干得如何？”

经过3天对他的访问，他逐渐在我的“寒毛直竖”排行榜上不断攀升，当然这是一个很主观也不太科学的排行榜。但是，在更有根据、更传统的精神变态者测评中，他的得分也相当高。

那么，到底什么样的人的精神变态者呢？

精神变态者，顾名思义，指的是“心理病态”。虽然他们可能跟其他人一样产生暂时性的精神疾病状态，但精神变态者并不愚蠢。他们对自己的行为有着完全的意识，也能够合理地控制自己的行为。

他们的行为之所以更加令人恐惧，是因为人们无法简单地将这些行为解释为一种暂时疾病后的结果，而是一种对别人的冷漠，而且这种冷漠是终生不会改变的。

精神变态者不是疯子，但他们可能会非常非常坏。

随着人类的进化，从我们褪掉多余的毛发，学会直立行走开始，就有人看起来不受常规约束，或者漠视周围人的感受——想想阿提拉、卡里古拉和希特勒便知。有人说，我们整个历史就是由一些极端的精神变态者造就的；但由于在20世纪40年代之前都没有精神变态者的诊断标准，这种观点很难自圆其说。在那之

前，社会仅仅是将他们谴责为“道德败坏”或是解释为恶魔。

美国精神变态者学家赫维·克莱克雷于1941年发表了他的第一部主要著作——《精神健全的面具》(*The Mask of Sanity*)，成为了第一个把这个术语带到大众文化视野中的人。

这本书的写作目的是为了帮助发现和诊断一些令人难以捉摸的精神变态者，该书将精神变态者与严重精神紊乱者（这些人似乎显得更加“不正常”）区分开来，非常具有开创性。（插句有趣的题外话，在审判美国连环杀人凶手特德·邦德的时候，法庭一直邀请赫维·克莱克雷从精神变态者学家角度为审判提供证据。该凶手于1978年被判定实施了超过30桩谋杀案。）克莱克雷访问过进行精神变态者治疗的病人，发现他们其中一些人不太会显露出缺陷的外在症状，而是反复地、不知羞耻地进行毁灭性的、制造麻烦的行为。他们对其他人和对世界的态度清清楚楚地透露出他们明显的缺陷，那就是他们恰恰缺乏我们作为人类区别于其他物种的整个情绪机制。克莱克雷总结说，精神变态者无法“理解我们作为普通人生活的意义”，这一点非常独特。

当今，评判和诊断精神变态者的国际黄金标准是由罗伯特·黑尔于1991年设计的“精神变态者检查表-修订版”（PCL-R）。PCL-R是经过精心研究而得，通过这种手段测量一个人的表现匹配精神变态者20项基本特征的程度。PCL-R评估方法很复杂，必须由一名受过特殊训练的合格心理学家来操作。

下述的参考分值是基于大量的访谈以及文档信息的调查得出的。在最高分值为40分的PCL-R测试中，如果得分超过30分，那足以给此人贴上“精神变态者”的标签了。如果得35分至40分，那么连汉尼拔·莱克特都得考虑再三要不要跟此人共进晚餐了。PCL-R测试对精神变态者的分值规定有所浮动，除了我们之

中品德最好的那些人，其余人都会位于此量表的某个位置。

一般人的平均犯罪得分介于 19 和 22 之间。虽然我是一个非常正直的良好公民，我的 PCL-R 得分是 4 分。

以下将使你了解该测试是如何得分的：

你的隔壁邻居将在精神变态者检查表中得分如何呢？

- 0 总是端着一盘自制纸杯蛋糕匆匆过来拜访一下
- 2 总是偷瞄你装饼干的锡罐
- 5 总是在你的车道前面停车
- 7 即使他们不在休假，你发现自己也总在替他们浇花
- 10 和你的伙伴有暧昧关系
- 12 在你家门阶上几乎找不到你的牛奶和星期日报纸
- 15 不管你在不在家，邻居都会自行进入你家看电视，从你冰箱里找东西吃或睡在你床上
- 17 朋友们拒绝再来你家了，因为上次他们的车胎上出现了割痕
- 20 他们劝你将你的终生积蓄投资于分时度假的计划破产
- 25 你发现你的狗死在人行道上
- 30 两周之后，你的猫也惨遭如此毒手
- 35 有人发现，你的伙伴在人行道上被刀捅伤
- 40 失踪的尸体在天井里找到

在实践中，PCL-R 将精神变态者最典型的特征分成两大主题：人格特征和不正常的生活方式。成为一个精神变态者，你必须显示出生活方式和人格两方面的特征，虽然不同的个体将会表现出