



第二季

ABNORMAL PSYCHOLOGY



制出版社
PUBLISHING HOUSE

不那么学术的变态心理学解析

纪如景◎著

认知模型
解剖与生理学
行为主义
智力障碍
精神运动性兴奋
犯罪心理学
性侵犯
意志行为障碍
被精神病
施虐与受虐
更年期偏执症

变态心理学



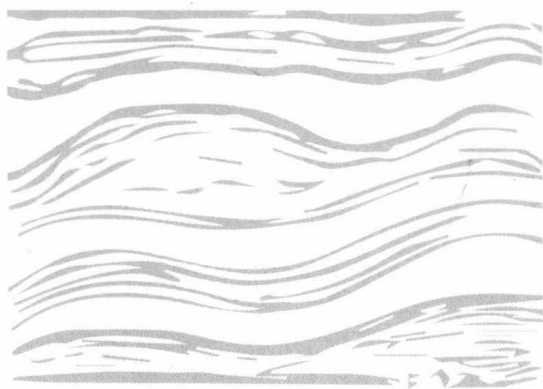
变态心理学

不那么学术的变态心理学解析

纪如景◎著

第二季

ABNORMAL PSYCHOLOGY



中国法制出版社
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

变态心理学. 第二季 / 纪如景著. —2 版. —北京: 中国法制出版社, 2018.8

(心理学世界)

ISBN 978-7-5093-9350-5

I. ①变… II. ①纪… 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 (2018) 第 051403 号

责任编辑: 郭会娟 (gina0214@126.com)

封面设计: 汪要军

变态心理学. 第二季

BIANTAI XINLIXUE. DI-ER JI

著者 / 纪如景

经销 / 新华书店

印刷 / 北京海纳百川印刷有限公司

开本 / 710 毫米 × 1000 毫米 16 开

版次 / 2018 年 8 月第 2 版

印张 / 14.5 字数 / 208 千

2018 年 8 月第 1 次印刷

中国法制出版社出版

书号 ISBN 978-7-5093-9350-5

定价: 39.80 元

值班电话: 010-66026508

北京西单横二条 2 号 邮政编码 100031

传真: 010-66031119

网址: <http://www.zgfs.com>

编辑部电话: 010-66054911

市场营销部电话: 010-66033393

邮购部电话: 010-66033288

(如有印装质量问题, 请与本社印务部联系调换。电话: 010-66032926)

不知不觉间，我们的“变态之旅”越发引人深思，不知道这一路过来，亲爱的读者是否和笔者一样，收获颇丰呢？

笔者是个非常讨厌重复的家伙，因此，这一本又是一个全新的世界。如果说，第一季尚停留在心理障碍的阶段，这一部已经升级到精神障碍的等级。从解读大家对“变态心理”的理解开始，逐步走入躁郁症、精神分裂症的世界，涉及病因、发作症状、治疗及康复护理这一完整的过程，和之前单单介绍症状相比，读者能够更全面地看到一种疾病从发生到治愈的过程。

精神分裂症是最严重的精神疾病，心理咨询师并没有能力处理这类病症，但是需要能够鉴别，以便及时转诊。通常意义上的“精神病人”指的多是精神分裂症，由于病症复杂，精神分裂症又可分为偏执型、青春型、紧张型等几个亚型。笔者分别介绍这些亚型，目的并非让读者能够区分而是仅作参考，因此介绍得浅显易懂。读者只需形成一个观念：所谓精神病人，并非全都是开口便骂人，抬手就打人的“武疯子”，如同人有不同的个性，每一个精神病人都是一个独特的存在。

此外，笔者分别设立了意志行为障碍、智力障碍、老年期障碍三个章节，并对犯罪心理作了简单的介绍，包括因反社会人格障碍而犯罪的杀人犯，因大脑受损犯罪的枪击犯，因内心

快感而偷东西的盗贼——任何以伤害他人为目的的犯罪都是不可饶恕的，但是，如果你知道有些罪犯身兼暴徒和病人两个身份，会不会对其命运投以更大的怜悯之心呢？

最后两个章节包含了笔者部分的社会关怀，涉及了变态心理的研究现状、精神病人的处境、医疗系统对病人隐私的漠视，还有因为各种原因“被精神病”的受害者。当我们从网络、报纸上看到新闻时，更多人是骂两句娘然后继续围观，而鲜有人采取行动，为这些不平事做点什么。要知道，当类似事件发生在你身上时，你将承受相同的待遇。一个人的生活环境以及所生活的社会是许多人共同努力创造出来的，坐等它越变越好只会事与愿违。

每一章后都设置了心理学公开课、推荐书籍和相关影片资料。有兴趣的读者可自行搜索关键词，寻找你自己的偏好——撇开先入为主的眼光，所见便是自己的独立思考。若是某一本书、某一个课程、某一部电影引你进入另一个心理学世界，笔者会暗自窃喜的。

目 录

Contents



第一章

何为变态心理——诸家之言

心灵的面具——从防御机制说起	003
S-R 解释一切——行为主义	007
评估出的好恶——认知模型	012
“第三势力”来袭——来访者中心	016
活在人际网络中——人际关系理论	020
一切关系的总和——社会文化理论	024

第二章

身体指向心理——生物学基础

DNA 的神秘世界——遗传学	031
剖开大脑看神经——解剖与生理学	035
信号邮递员——神奇的递质	039

第三章

挣扎于两极之间——躁狂抑郁症

躁郁从何而来——致病因素	045
自以为是天才——躁狂发作	049
冬天里的黑狗——抑郁发作	053
在暗夜找寻光明——治疗之路	056
一扇希望的窗口——自我管理	060
乌云背后的幸福线——告别躁郁	064

第四章

疯狂的旅程——精神分裂症

窥探内在世界——精神分裂症起因	071
我有特异功能——偏执型	075
脆弱的年轻人——青春型	078
我们都是木头人——紧张型	081
冷漠无情的少年——单纯型	085
心灵无处安放——未分化型	089
精神上的残疾——残留型	092

第五章

大脑丢掉指挥权——意志行为障碍

意志时强时弱——增强、减弱、衰退	099
不协调中的协调——精神运动性兴奋	103
沉默是金也是病——精神运动性抑制	107

把灵魂卖给魔鬼——冲动行为	110
在幻觉的支配下——自伤与自杀	114

第六章

折断翅膀的天使——智力障碍

出生定终生——缘何智力障碍	121
智商 70 分以下——测验筛查	125
养出好孩智——康复训练	129
作为人而存在——社会适应力	133
最佳保洁员——社会支持	136
隐形伤害最伤人——歧视	139

第七章

几度夕阳红——老年期心理障碍

失落的时光——遗忘症	147
是病不是病——谵妄综合征	150
身体、心理都病了——心身反应	154
时值多事之秋——更年期偏执症	157

第八章

论罪恶的真相——犯罪心理

生而犯罪的人——反社会行为	165
偷东西是一种病——盗窃成瘾	169
另类成就感——高智商犯罪	173

我的大脑杀了人——基因主导犯罪.....	176
施虐与受虐——家庭暴力	180
性是一种权力——性侵犯	185
伪装精神病——区分变态与否	188

第九章

敬畏生命——变态者的世界

锁链背后——精神病人的生活	195
谁来负责——病人也有隐私权	199
正常 or 不正常——被精神病	203
大脑作为实验台——研究现状	208

第十章

心理咨询师之职——评估与诊断

坐下来谈一谈——收集信息	215
测出来的不正常——评估工具	219
CCMD-3——精神障碍诊断标准.....	222

■ 第一章

何为变态心理
——诸家之言

心灵的面具——从防御机制说起

心理动力学模式强调动机的重要性。人的行为，正常也好，异常也好，皆是动机是否获得满足的结果。最早的心理动力学理论即弗洛伊德的精神分析学，之后阿德勒的个体心理学、荣格的分析心理学、霍尼的社会文化精神分析等也属于心理动力学理论。

弗洛伊德的精神分析来自他多年的临床实践总结。他的理论包括意识的三个层面、人格理论结构学说、性心理的发展阶段、焦虑和自我防御机制等。弗洛伊德追溯病人发病的原因，结果发现，大多数人的病症和他们的童年早期经验有关，在童年经验的基础上，病人形成了一个独特的应对环境的方式——自我防御机制。

防御机制是自我受到超我、本我压抑时发展出的一种机能，它能调节、缓和环境冲突对自身的威胁，使得现实允许，超我能够接受，同时使得本我获得一定满足。压抑是精神分析理论的基石。个人用压抑的方式，把那些可能会给自己造成危险的事情压抑到潜意识里，做梦、口误、笔误都是压抑的结果，最极端的压抑便是失忆。比如，小孩子亲眼看见玩伴儿被歹徒杀死，自己躲在角落里不敢出气，事后，这个小孩失忆了，无法回忆起关于凶杀案的一切，这种压抑一方面为了逃避痛苦，另一方面为了逃避自我的道德谴责。被压抑的记忆可能在十年、二十年或更久后，在一个意外的刺激下显现出来。

拒绝是拒绝承认某一事实，最典型的拒绝出现在失去配偶的人身上。深

爱的丈夫或妻子去世后，活着的一方用拒绝的方式对待这一悲剧，保留对方的衣物，在饭桌前摆放对方的碗筷。反向生成即按照与意识相反的方向做事情，以回避可怕的念头或欲望。比如说，作为后母的女人非常讨厌前任妻子留下的孩子，却出于某种原因对孩子特别殷勤，以溺爱、放纵的方式对待之。

合理化则采用人为的解释，去掩盖真实的原因。合理化的情况在相亲中最为常见。某男和某女相亲，事后，某男说：“个子太矮，长得一般。”某女说：“从来没见过这么粗鲁的男人，再也不想见到他了。”就像《罗生门》中的角色一样，每个人都在说对自己有利的理由，此所谓合理化。

心理投射即无意识冲动归位别人。你看到《蒙娜丽莎的微笑》那幅画，画中的女子在微笑，她可能非常高兴，也可能勉强地挤出来微笑，对于蒙娜丽莎的解读，往往是你的心情投射。你开心，便觉得蒙娜丽莎的微笑是会心一笑；你不开心，就会觉得蒙娜丽莎也不开心，笑容不过是勉强挤出来的。

并非所有心理防御机制都有利于身体健康，有的防御机制对身心健康是有害的。以上提到的防御机制都是不健康的防御机制，除了以上这些，还有健康的防御机制，如升华、幽默、补偿、抵消。升华是一种非常具有建设性的防御机制，比如把生活中的挫败经历变成艺术品，把无法发泄的性欲转化为对健康有益的运动，把攻击冲动转化到拳击场上，转化为橄榄球比赛中的横冲直撞。

补偿与升华有些相似，补偿是将冲动转移到没有威胁的目标上。比如，上司搞错对象，把无辜下属狠狠地批评了一通，出于现实的考虑，下属不能为图心里痛快而把上司骂个狗血淋头，只好回到家里，把怒气出在家人身上。幽默很容易缩短与周围人的距离，尤其在遇到尴尬局面时，适当的幽默能够帮助自己寻求到社会支持，在心理上给不良刺激一个缓冲。

精神分析理论认为，人的行为由潜意识支配，潜意识的驱动力冲突则来自人的早年经历。因此，心理动力学比较重视日常生活的心理分析，分析来访者

的梦境及自我防御机制，从早年冲突中认知现实行为。治疗的目的即在不改变人格的情况下，增强自我适应环境的能力，培养积极的应对环境的方式。

程浩今年25岁，未婚，身体健康，无精神病史，因为拿刀劫持女友，扬言杀了女友后自杀，后被民警制伏，关进了看守所，等待他的是涉嫌劫持人质的法律诉讼。羁押期间，程浩冷静下来，觉得自己是一时冲动，控制不住自己的行为才会犯下大错，但是他想不明白自己为什么会做这件事。他夜里失眠，注意力不集中，运动困难，遂要求接受心理干预。

根据程浩本人的介绍，咨询师大概了解了他的家庭情况。程浩是父母唯一的孩子，从小得到父母、长辈的关爱，性格自私，任性，胆大妄为，到看守所看望儿子的程浩妈妈说：“这孩子，越大越不听话了，这下算是闯了大祸了。”

程浩和女友菲菲从高中时相识，相处两年后，菲菲到外地念书，程浩毕业后成了无业游民，不是待在家里，就是到菲菲的学校找她。于是菲菲的家人就开始反对他们的来往，出事前不久，程浩再次到菲菲学校看她，被她哥哥见到，两人言语不和，动起手来，程浩被打伤。

在此之后，程浩近两个月没去找菲菲，但是，他一直都咽不下这口气。他打电话约菲菲见面，要求把他们之间的事说清楚。菲菲不情愿地答应见面，没说两句话，菲菲准备离开，情急之下，程浩拿出匕首，要求菲菲留下。菲菲受到了惊吓，在咖啡馆里大喊大叫，程浩拿刀相逼，咖啡店老板见势不妙，赶紧报警，程浩则挟持菲菲躲到二楼露台，与民警对峙起来。

在接下来的咨询中，程浩透露了他成长阶段的一些经历。他三岁才断奶，在上中学前，一直和妈妈睡在一起。他几乎每天晚上都做梦，有时醒来，不记得梦的是什么，有时则像看电影一样，清晰地映射在眼前。他经常梦见自己会飞，飞得很高很高，飞到了摩天大楼的顶端，可是他又担心自己会掉下去。他还做过从楼梯上掉下来的梦。

第三次访谈时，程浩讲起他和父亲的关系。父亲为人耿直，说话、做事不太圆滑，为此常常得罪人。程浩每次出去打架，回家都会被父亲骂一顿，“打杀杀的，你以为自己是老大呢？比你狠的人多的是！”这时候，程浩就会想，“如果不是因为我死了，就没人照顾爸妈，我就出去弄死一个。”

以心理动力学分析，程浩劫持女友以及羁押期间的表现，属于急性应激障碍。程浩以自我为中心的性格非常强烈，断奶晚，口欲期固着形成了他过度依赖和自恋的人格。他做事以自我为中心，不能理解他人，不顾及他人的感受。两种截然不同的梦境则代表他内心中有两种起伏较大的情感体验。他习惯把自己的意志强加在别人身上，一旦遭遇挫折，就会用攻击的方式表达，这种方式表现在他想用杀人来报复父亲对他的轻蔑。当他拿刀劫持女友菲菲时，经历的是同样的心理过程。

S-R 解释一切——行为主义

行为主义心理学最初介入变态心理学的人物当属巴甫洛夫。巴甫洛夫是俄国的生理学家，他用实验的模型说明了心理冲突的神经机制，用高级神经活动学说说明人的异常心理。巴甫洛夫用动物做实验，进而判断神经系统的病例生理机制，接下来，他用类比的方法观察病人，解释人的异常心理。

对于神经症和精神病，巴甫洛夫认为那是兴奋和抑制这两个神经过程相互冲突造成的，此外，强有力的、异乎寻常的刺激也会造成精神障碍。但是，他未能细致地区分神经症和精神病，他认为，这两种状态只能在神经活动障碍的复杂性和精细特征上进行区分。

建立在经典条件反射上，巴甫洛夫认为，变态心理和行为的产生是因为条件刺激取代了无条件刺激。原本是无关的刺激由于总是和无条件刺激同时发生，使人形成了特定的条件反射。比如说，一个成年男子对大声关门特别敏感，听到巨大的关门声，他就心生恐惧，全身紧张，因为生活在父母家里时，用力摔门是父母表达愤怒的方式。

巴甫洛夫是一位生理学家，误打误撞地成了行为主义理论的代表人物。行为主义心理学另一个代表人物则是美国心理学家华生。华生——行为主义心理学的创始人，有意识地将条件反射纳入了心理学的范畴，他将心理学用“S-R”模式解释。S即刺激（stimulus），R即反应（reaction）。刺激引起人体行为内部和外部的变化，内部即腺体的分泌，外部即肌肉收缩。一定的刺

激必然引起某种反应，一定的反应必然来自某种刺激。由此，我们可以用刺激推知反应，也可以反过来，用反应来推知刺激。

斯金纳也是行为主义心理学家，他坚持华生的 S-R 模式，但是更看重行为反应，而不是刺激和反应之间的联结。斯金纳用他自己设计的“斯金纳箱”证明，一个行为如果造成了有利的结果，这个行为在将来会再次出现。如果造成了不利的结果，这个行为就不会再出现了。

用生活中的例子更容易说明这一点。现代人很乐意享用 ATM 机的方便，进门，插卡，输入密码，很方便地取钱、存钱。因为在 ATM 机上能方便地取出钱来（有利的结果），所以人们喜欢用 ATM 机取钱。如果你插卡，输入密码，取不出来钱或者磁卡被机器吞掉了（不利的结果），长此以往，你就不会用 ATM 机取钱了。

巴甫洛夫著名的条件反射实验（又称为经典条件反射实验）和斯金纳的操作性条件反射实验为行为主义理论奠定了基础。不同于经典条件反射，斯金纳认为，变态心理和行为来自控制不当或惩罚过度。一个人在接受控制或惩罚时，往往遇到各式各样的刺激，这些刺激会引发恐惧、焦虑、抑郁、愤怒等情绪。对此，要么以暴力的形式反击，要么以极度消极的方式逃避。条件反射使得个体在生活中遇到类似刺激时，引发最初的情绪反应，长期地控制不当或过度惩罚就会导致异常心理。

在操作性条件反射中，有一对非常经典的概念：强化和惩罚。强化即通过控制行为产生的后果，从而增加行为出现的可能性。比如孩子在一个小时内写完作业，可以获得延长使用电脑 15 分钟的机会，此后，孩子会更愿意在一个小时内完成作业，甚至时间更少。强化分为正强化和负强化。

惩罚即当个体做出某种行为后，呈现一个令人不愉快的刺激，从而消除这类行为的发生。惩罚也分为正惩罚和负惩罚。比如，感到头疼时吃了某种药，可是这种药的副作用非常大，出现了头晕、呕吐、嗜睡等反应，这便是