



恐惧症：
心头的溃疡
强迫症：
无法消化内心秘密的人
癔症：
玫瑰的苦闷象征
疑病症：
潜入梦中的“黑客”
焦虑症：
文明时代的“牛仔”
抑郁症：
伤感的百合花

色情狂——癫狂的淫邪之梦

异常人格

分析与自诊

西 隐 ○ 编著

窥淫癖：瞳孔里的一滴死亡之水

异装癖：一朵前卫的“恶之花”

回避型人格障碍：
哭泣的鸵鸟
表演型人格障碍：
水塘中的倒影
偏执型人格障碍：
妄想者的天堂
反社会型人格障碍：
驶向黑暗隧道的道德列车
攻击型人格障碍：
心灵午夜的“爵士乐”

大众文艺出版社

Psychology

Morbid

窥淫癖：瞳孔里的一滴死亡之水

异常人格 分析与自诊

西 隐◎编著

异装癖：一朵前卫的“恶之花”

同性恋人格障碍：
哭泣的鸵鸟
表演型人格障碍：
水塘中的倒影
偏执型人格障碍：
妄想者的天堂
反社会型人格障碍：
驶向黑暗隧道的道德列车
攻击型人格障碍：
心灵午夜的“爵士乐”

Psychology

Morbid

大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

异常人格分析与自诊/西隐编著.

—北京:大众文艺出版社,2001.9

ISBN 7-80171-010-x

I. 异…

II. 西…

III. ①异常人格—分析

②异常人格—诊断

IV. R749.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 049934 号

大众文艺出版社出版发行

(北京朝阳区潘家园东里 21 号 邮编:100021)

保定市印刷厂印刷 新华书店经销

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 10.25 字数 237 千字 插页 2

2001 年 9 月北京第 1 版 2001 年 9 月河北第 1 次印刷

印数:1—10000 册

定价:19.00 元

版权所有,翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话:84040746

北京东城区张自忠路 3 号 邮编:100007 1136 信箱

目 录

开 卷(代序)

从“狗肉和尚”和一个“健康少女”说起/1

卷 I

影响心理健康的四大因素/7

自我:若隐若现的三角形/8

情绪:一种音乐心情/15

(附篇:令人困惑的情商)/27

意志:蹒跚路上的巨人或侏儒/34

人格:美丽的编织与蜘蛛网/42

卷 II

神 经 症/63

恐惧症:心头的溃疡/67

强迫症:无法消化内心秘密的人/77

癔症：玫瑰的苦闷象征/83
疑病症：潜入梦中的“黑客”/94
焦虑症：文明时代的“牛仔”/99
抑郁症：伤感的百合花/114

卷 III

人格障碍/129

回避型人格障碍：哭泣的鸵鸟/131
表演型人格障碍：水塘中的倒影/142
偏执型人格障碍：妄想者的天堂/151
反社会型人格障碍：驶向黑暗隧道的道德列车/161
攻击型人格障碍：心灵午夜的“爵士乐”/168

卷 IV

性变态/179

恋物癖：一只空虚的口袋/191
露阴癖：来自肉体的呻吟/197
窥淫癖：瞳孔里的一滴死亡之水/201
异装癖：一朵前卫的“恶之花”/207
性厌恶：失火的天堂/210
施虐狂和受虐狂：爱的回光返照/217
易性癖：泣血的灵魂/221
性缢死：走失的记忆/228

色情狂:癡狂的淫邪之夢/230

同性戀:情欲的涅槃或衰滅(附篇)/244

卷

V

心理治疗的五种方法/261

合理情绪疗法/263

个人中心疗法/270

精神分析疗法/276

森田疗法/284

行为疗法/290

卷

VI

附录:心理自测/295

心理症状自测/297

贝克抑郁量自测/304

焦虑自评量表自测/310

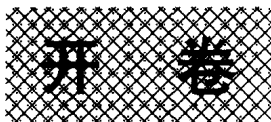
心理适应能力自测/312

拇指理论性格自测/315

爱情度自测/317

性觉悟自测/319

参考书目/322



(代序)

从“狗肉和尚”和一个“健康少女”说起

联合国专家在 20 世纪 70 年代就断言：“从现在到 21 世纪中叶，没有任何一种灾难能像心理冲突一样，带给人持久而深刻的痛苦。”随着文明程度的提高，更多的人逐渐认识到“心理健康是健康的一半”这条法则。

人要认识自己，一般都从生理和心理两方面入手的。用米尺量身高，用量压器量血压，以体温表测体温等等；但另一方面，人们又总是力图从多个方面来了解自己的心理和性格。心理测验依据一定的心理规律，利用科学的方法，测量人的心理素质。我们通过心理测验发现了什么呢？似乎大部分的人都会很失望，因为他们无意中发现了自己一直认为健康的心理出现了偏差。

心理因素导致的性格异常似乎是社会文明发展的必然产



物。据美国相当资料显示，今日社会赴医院就诊的病人中，估计有 60% 的人并无特殊疾病，只不过感到痛苦而已。据美国心理健康资料中心统计，近几年美国产业界有关人员在竞争中受到心理压力，导致生产力下降，由此美国每年平均遭受 170 亿美元之巨的损失。现在激烈快速的生活节奏，既锻炼了人们的进取心、耐力和韧性，同时也使人们付出了高昂的心理代价。在中国，人们发现，流行病的发病率在逐渐降低，而心理疾病的发病率却呈上升之势。总之，随着生活节奏的加快，工作压力的增加，人们出现了不同程度的心理和性格异常。

说一个流传在民间的故事——

从前，有个“狗肉和尚”因犯了罪而被发配到沙门岛。这里不但山水险恶，还伴有顽童的奚落。小孩们在和尚背后这样唱道：

落发还犯法，
出家还戴枷，
两块无情木，
夹住个大西瓜！

和尚听到孩子们的唱词，心里直犯嘀咕，便暗下决心一定要伺机逃跑。那些“老差役”们早就伺机溜了号，而新来的差役惟恐和尚跑了，一路上便不停念道：“一、二、三、四、五，和尚、雨伞、公文、枷锁、我……”差役尽管知道这样根本无济于事，可是还是念个不停，似乎不这样做，心里就不踏实。

和尚看到差役这般神经兮兮的，暗自高兴，认为逃跑的机会来了。于是便在一个小酒店歇宿的时候有意灌醉了差役，偷出钥匙，脱下枷锁反锁到差役脖子上，并给他剃了光头，然后逃之夭夭。

第二天，差役醒来，老毛病又犯了，又反反复复念道：“一、二、三、四、五，和尚、雨伞、公文、枷锁……”但他突然发现不对劲，少了什么，他摸摸自己的脑袋，自言自语道：“和尚还在，怎么单单少了‘我’？”

差役的可笑举动，在精神医学上称为强迫症——强迫自己去做一些毫无意义的动作，明明无此必要，但也无法克服。

再有，在广西省某市一个21岁的少女郝某，从小体健貌美，性格随和。初中一年级的時候，她放学路过一家人门口时，被突然冲出来的一条大黄狗袭击，在地上打了几个滚，鞋被狗咬掉了（幸好未伤及脚）。这时狗的主人出来看到这情节，竟哈哈大笑，还说了一句说：“活该！”郝某被狗袭击，又遭人戏弄，又气又恨，竟一下子昏了过去。醒来后，她的精神出现混乱和恐惧。服药一个月无明显疗效。每当不顺心或听到狗叫声、关门声，看到家中陌生人来访时，即出现上肢不规则的抽搐。经过医生长达两年的精心治疗，郝某的病情明显好转。后来她完成了初中学业，还考上了一个职业中专，毕业后在一家制版公司工作，薪水高，福利好。可是她的性格跟以前已大相径庭，变得忧郁和恐惧。就在公司准备提升她的职务的时候，她自杀了。

从以上两个故事中，我们可以得知：一个看上去身体状态好的人，在心理上会呈现出意想不到的病态。

1946年第三届国际心理卫生大会指出，心理健康包括四个方面：一是身体、智力、情绪十分调和；二是适应环境，人际关系中彼此能谦让；三是要有幸福感；四是在工作和职业中能充分发挥自己的能力，过有效的生活。

1989年联合国世界卫生组织对健康下的新的定义，即：

“健康不仅是没有疾病，而且包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康”。“心理健康是健康的一半”已被人们逐渐接受。健康心理和人格已成为 21 世纪人才的重要标志。

尽管心理治疗和分析的学派有所不同，但他们通常都是根据人的心理过程和个性特征是否符合多数人的常态来衡量的。

个性特征具体表现为以下六个方面：

智力正常。具有中等水平以上的智商，有正常的感知、记忆和思维能力。

情绪正常。具有积极、乐观、稳定的情绪。情绪健康的人有悲伤、忧愁和烦恼，但他们能发泄有度并能及时调节和控制。

意志健全。对行动目标有清楚的意识，并能有意识地支配和控制自己的行为，以及不断调节自己的行为去适应环境。

良好的自我意识。能客观地评价自己，不狂妄自大，不自暴自弃。

有协调关系的能力。人际关系的实质是一种情感互动，他能从各种人际关系中得到温暖、友情和爱，从而对生活充满信心。

有效的生活。懂得热爱生活，勇于进取，乐于助人，富有同情心。

以上六条是健康心理的基本特征，不论是哪一条不正常，都会给人心理和人格造成异常。

进入 21 世纪，专家还提出了“精神免疫”的新的健康观（参照心理专家阎勤民先生的说法）：

1. “精神免疫学”的价值是自我康复。

所谓“精神免疫学”，指健康要注重精神的力量，精神能

引起病情好转或逆转。这是一种全新的健康观。这种健康观认为，精神是医手，也是杀手，精神压力是致病的主因。心理调整也是治病的主药。疾病心理引发身心疾病，康复是一种戏剧性精神调整艺术。精神免疫学证明：只有心理知动激动神经，免疫系统才能发挥作用。

2. “心象决定论”的价值是开发潜力。

“心象”是自我认定和自我评价。心理学认为个人的一切行为都与心象有关。心理学就是心象学。改变心象即能改变心理，改变生理。注重控制、改变心象是治疗心理病的基本方法。心象分自卑的、负面的、消极的心象和自信的、正面的、积极的心象两种。正面的心象可以打开潜能的大门；负面的心象能闭锁和耗散心力。放弃负面的想法，恢复内心的自信，便进入治疗和成功的道路。

3. “成就”的价值是自我肯定。

“‘成就’的价值”观认为，成就决定健康。健康是以生命的成就、成果来衡量的。你活得有成就感，有价值，你才能生活得健康。那些濒临死亡的人之所以能在死亡线上挣扎，之所以能起死回生，则因为他们有未竟的愿望和事业。

4. “信念”的价值是潜能开发

“‘信念’的价值”告诉我们，无论你的工作、学习、健康、成就，都赖于建立信念，都赖于精神的支持与鼓动来开发潜能。信念创造奇迹，信念可以鼓舞生命。信念产生心灵的巨大力量。

5. “观念”的价值是新思想萌芽。

人有两种食谱：精神食谱和物质食谱。食谱的性质的质量决定健康。各种反人性、反人道、反自然的文化、禁律、想法

和做法就是有毒的食谱，它使人为偏离。

心理患者总是抓住某种消极的观念不放，诸如：什么事让我陷入痛苦？我为什么老想着它？等等。为何抓住它不放，就是因为观念在作怪。而观念思想的改变能促进患者痊愈。改变观念来自改善精神食谱。

6. “认知”的价值是辩证思维。

中国哲学把事物分为正负、阴阳、善恶对立两面的相互转化。要看到事物总是正负结构：挫折就是成长，损失就是回报。每个事物都有 360 个角度。人们可以用不同的角度看每个事物。如果你在其中领悟到生活更高深的另一种意义，内在的潜能就开始活动；如果你在其中能发现全新的生活角度，你就会有突然的飞跃；如果你在其中能学会思考，你就会投入较高的精神层次。

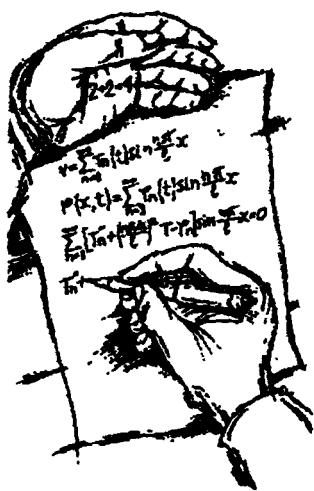
7. “平静”的价值是消除恐惧。

专家认为，“健康”的定义是“平静”，“治疗”的定义是“平衡”。心理患者由惊恐到平静，由失衡到平衡，心态改变引致身体改变。患者如果找回平静，他将发现对自己生命的责任。生命康复的潜能是无限的，心理平衡意味着提供希望，希望是宽心药、安慰剂。

让我们记住这样的话，90% 的死亡不等于你会死亡，90% 的失败不等你会失败。

卷 I

影响心理健康的四大因素



原书空白

自我：若隐若现的三角形

先让我们来做一個测验：

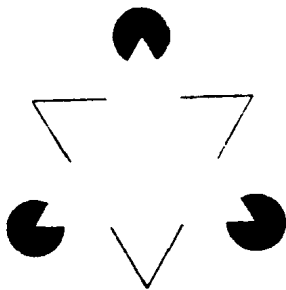
右图中隐藏着好几个正三角形。那么，到底有多少个三角形？你能知道吗？

这是利用图形的心理测验，诊断你是否具备注意力与观察力，是否能看穿实际上无法辨别的景物。

如果专注地观察这个图面，必会在图的中央出现一个三角形吧。但是，你会发觉构成这个三角形轮廓的三边其实看不见。一般若要看见没有标示的轮廓线，其颜色或亮度必须有所差别。但是，这个图形却可以根据知觉而得知其形状。像这种没有任何物理根据而能看出线条的，称为主题性的轮廓。

把视线集中在黑色的部分时，白色的部分会浮现一个三角形来。而把注意力集中在所看到的图形上时，又会看到另一个图形。这时可以看见几个三角形就因人而异了。具有观察力、注意力的人最多能看到8个三角形，普通的人至少也会看见两个。

“自我”就好比上图中若隐若现的三角形，它有时呈现给我们的是看不见的三角形。



自我意识的形成和发展是人类区别于动物的一个重要标志。无脊椎动物因为它们没有产生自我意识的物质基础——脑，所以是不可能产生自我意识的。脊椎动物开始有了自我意识的萌芽，它们可以分清自己的身体与周围环境的不同；某些灵长类动物，甚至可以看到社会自我意识的萌芽。从个体发展史中我们可以看到：自我意识的形成和发展是从生理自我经过社会自我发展到心理自我。这一过程也是人类进化和演变的过程。

自我意识的形成，可分为以下三个阶段：

第一阶段：对自我的确认。一般儿童在3个月时能辨认自身以外的世界，5个月略知别人的存在，8个月后了解自我的存在，听到自己的名字会做出反应。1岁后随着语言的发展，他们能从自己的安全、生理等需要出发，掌握了第一人称代词“我”的使用，产生了“自我概念”。

第二阶段：对自我的评价。3岁左右的儿童便有了自尊感、羞耻感。喜欢自己独立完成自己能做的事，对集体性游戏也产生了兴趣，在生活中开始对别人或自己的特征、行为进行评价。儿童的自我表现感觉、自我意识得到了发展，心理学上把此时称为生理自我时期。

第三阶段：对自我的理解。15岁左右进入青少年期，身心日渐成熟，他们常常会思考这样的问题：“我究竟是什么人？”“我会成为什么样的人？”由于更多的接触社会，他们心中开始有了偶像出现，甚至有了个人追求的目标。青年后期，则面临着更复杂的自我选择，如学校、职业、交友、婚姻等，自我意识水平有了较大发展，对自己的认识和评价也不再完全依赖于他人，在看法和行为上带有浓厚的主观色彩。从青春

到青年后期，心理学上被称为“心理自我”阶段，也称为“心理断奶期”。

自我意识的形成和发展过程，正是一个人人格成长的过程，忽视了每一阶段的健康成长，都会给一个人终生带来困惑。

奥地利著名心理学家弗洛伊德，根据性心理的发展分为五个阶段：

口腔期（0-1岁）。通过口腔活动满足吸吮快乐。

肛门期（2-3岁）。通过排便，形成“本我”发泄的主要途径。

性蕾期（3-6岁）。关注自己的性器官，是道德观形成的关键期。

潜伏期（7-12岁）。即“我”冲动的潜伏期。

生殖期（13岁以后）。儿童心理发生了根本转折，从“自恋”转变为“异性恋”。

弗洛伊德认为，人的心理疾病，大部分是六岁前自我意识没得到健康发展而留下的隐患。

美国著名心理学家艾里克森还把自我意识的形成和发展划分为八个阶段，他认为，人生的每个阶段其人格都在发展，都有健康和不健康的趋势，因此，每个阶段都很重要。这八个阶段是这样的：

婴儿期（0-1.5岁）。信任感-怀疑感的形成。

儿童早期（1.5-3岁）。自主感-羞怯感的形成。

学步期（3-5岁）。主动感-内疚感的形成。

学龄初期（6-12岁）。勤奋感-自卑感的形成。

青春期（12-18岁）。自我-自我混乱期。