

“青春心理疏导”丛书

思 奎 主编

勇于矫正**扭曲** 的**个性**

16位性格障碍者心态实录

 湖南科学技术出版社

“青春心理疏导”丛书

思 奎 主编

勇于矫正**扭曲** 的**个性**

16位性格障碍者心态实录

 湖南科学技术出版社

青春心理疏导丛书

勇于矫正扭曲的个性

主 编：思 奎

责任编辑：郑 英

出版发行：湖南科学技术出版社

社 址：长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系：本社直销科 0731-4375808

印 刷：益阳三邦印务有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址：益阳市资阳区疗养路 6 号

邮 编：413000

出版日期：2005 年 6 月第 1 版第 1 次

开 本：700mm×1020mm 1/16

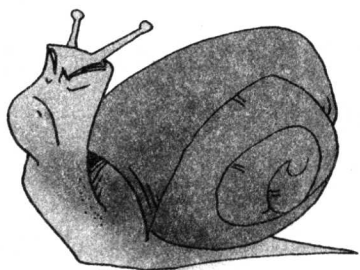
印 张：12

字 数：140000

书 号：ISBN 7-5357-4294-7/G·583

定 价：18.00 元

(版权所有·翻印必究)



编者的话

在日常生活中，我们常常会看到，有的人活泼开朗，有的人孤僻寡言；有的人勇敢坚强，有的人胆小软弱；有的人谦虚谨慎，有的人骄傲自大；有的人自信十足，有的人自卑懦弱。这些都表明了人们在个性上的千差万别。那么，人与人之间为什么会有这种心理上的差异？这些心理上的差异又是如何产生的？这些问题属于个性心理的范围，也正是本书要回答的问题。要回答这些问题，我们首先要知道什么是个性，什么是扭曲的个性。

个性是在一定的社会环境和教育模式下形成的相对稳定的个人品格，是一个人区别于他人的独特

之处。良好的个性意识和个性特征强烈地影响个人创造力的发展，是人才成功的关键素质之一。人与人由于成长环境和生活经历的不同，在体质、气质、性格和个人爱好等方面会有一定差异，这些差异造就了人们的不同个性，也使人们对事物的理解和处理问题的方法有所不同。

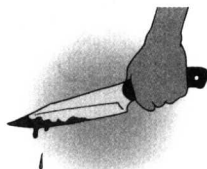
扭曲的个性即人格缺陷，是指人格偏离正常，与周围人格格格不入。他们既不是精神病，也没有智能上的缺陷，但是他们的行为却往往不能被社会所接受，因而，不能很好地适应社会生活。在正常人的眼光中他们被当作“怪人”看待。人格缺陷的形成与遗传因素有一定关系，但后天环境的不良因素在人格缺陷的形成中占有重要的地位，尤其是童年的精神创作和不合理的教养方式会给人一生的性格的形成带来极大的负面影响。

因此，我们应该格外关注未成年人成长过程中正常个性的养成。为了帮助家长们了解个性养成过程中应该避免的负面刺激，从而规避产生冷漠、孤僻、傲慢、自私、固执等较为常见的个性缺陷，我们编撰了此书。本书主要针对这些常见的个性缺陷，从16位个性障碍者真实的心态实录个案入手，分析各种个性缺陷的成因与病态表现，并提出科学的自我心理调适方法，让人们科学的认识个性缺陷，拨开迷雾，重见青天，健康快乐地生存于这个美好的世界！

CONTENTS

目 录

- 为什么持刀向父母 1
☐ 透视漠视人情个性 8
- 何处是我容身之地 13
☐ 孤僻者的悲哀 20
- “公主”高傲为哪般 23
☐ 解读骄傲的心态 29
- “最能干”的人是我 33
☐ 评析傲慢心理 44



- 没有永远能打胜的仗 47
☐ 暴躁个性解析 55
- 狭隘心理使感情变窄了 59
☐ 剖析狭隘心理 67
- 多疑毁灭了两条生命 69
☐ 多疑的个性要不得 80
- 我是弱者吗 85
☐ 让懦弱成为泡影 94

CONTENTS



生日礼物成了送葬品 97

☐ 透析脆弱个性者的心态 104

依赖心太重的大学生 107

☐ 依赖心理化爱成灰 113

乖乖女是怎样变成“哑女”的 117

☐ 走出腼腆的心理阴影 125

沐浴在金钱里的“幸福” 129

☐ 透视虚荣个性者的心态 138

虚伪至极是残酷 141

☐ 虚伪个性解析 148

婚姻是怎样造就自卑的 151

☐ 透视自卑心理 158

珍惜生命的雨季 163

☐ 走出强迫个性的误区 170

心里有头拉不回的“牛” 173

☐ 透视固执者的心理状态 182

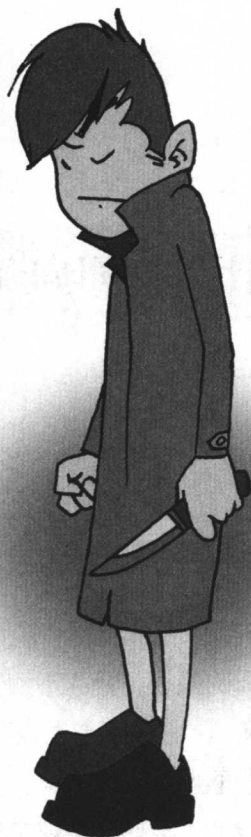


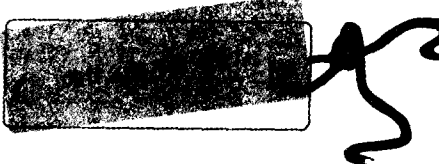
为什么持刀向父母

在监狱里初见到陈旭，我确实被吓倒了——我想如果大家见到他，亦都会讶异于他的斯文与有礼貌。所以，谁都不愿相信这就是一个杀害了自己亲生父母的孩子，我亦不例外。陈旭看着我略带疑惑的眼光，不自然地笑了笑：“很多人都说我不像会杀死父母的人。”说完，点了一根烟，在我对面坐了下来……

我把准备好的饮料给他，待他慢慢镇定下来后，就开始了我们的谈话……

Remedy distorted ego
勇于矫正扭曲的个性





当我真的把我亲生父母杀了，而且是用那种最残酷的方法之后，我内心剩下的只有不知所措的慌乱及害怕，脑子里呈现的是一直以来父母对我的迁就和爱护，躲不过良心的谴责，最后我终于选择了向警方承认自己所犯下的罪恶……

在犯罪之前，谁都不愿承认自己有错。我也是一样的，我从没意识过自己这样做也是犯错，当时，我只是想摆脱这种生活方式而已，没想到，当我真的面对自己所有的罪行、当我面对父母那被我搞得惨不忍睹的尸体时，我才发觉到，我所犯下的是不可饶恕的错误，我所犯下的错误，已无可挽回，父母不可能再因为我受到良心谴责而重新回到我的身边了。想想，以后再也没有人为我的生活担忧，再也没有人会会在我的生活里啰嗦了，这种滋味，将会是怎么样呢……

我是一个独生子，从小父母对我是“唯命是从”，我从没有过不满足的时候，想要什么就会有什么，有时我甚至想，如果我想要的是天上的星星，他们可能也会想办法给我弄来吧。但他们不明白，有些东西，并不是得到了就能满足的，他们忘了一些东西，他们不知道，爱，不是行动上的放任。

我常常在想，如果不是父母这么“听”我的话，我又会是一种什么样的生活方式呢？所以我经常抱怨他们，是他们使我比其他同龄人缺少了一种叫做“珍惜”的感觉，因为生活中我要得到的东西，都是太容易了，也就使我没有要去珍惜的那种心理。我从没想过我也会有得不到的东西，我从不管旁人的感受，自己想怎么样就怎么样，每年学校里的老师给我的评语都是“该生个性冷漠”……现实是残酷的，在我认为父母对于我的一切迁就都是理所当然的时候，他们却在我选择前程的时候对我进行了阻拦……

或许是父母溺爱的关系，我从初中开始就不喜欢一切按部就班的



Remedy distorted ego

勇于矫正扭曲的个性

东西。所以在高中报考的时候，我不顾父母的反对（其实到了最后他们也在我的坚持下同意了）毅然报考了一所三流艺术学院。天知道我会选择那所学校，其实，我的爱好并不在于艺术啊！在那里，我并不是真的在学习，说实话，那时，我已完全没有心情学习了，我只是试着在找寻一种更好的生活方式，我终于体会到了生活的枯燥——我身边一个朋友也没有……

我会有这种不合群、冷漠的个性，完全是父母的溺爱与过分的呵护造成的，他们从来都不管我的任性，对我是有求必应。尽管这样，在无形中我还是觉得有一股压力在我身上，怕自己会做得不好，令他们失望什么的……我从来没想过自己能替他们争回一点什么，我知道自己是块什么料，也知道自己永远达不到他们想要的那么优秀。同时，我又拼命想能够不令父母失望，至少，能有点什么成就。在这种情况下，我变得越来越孤僻，对于周围的人也越来越不想去接近，不想去探讨，甚至，变得有点冷酷无情，常常对着父母大声叫骂，其实这也是他们自找的，如果不是太疼我的话，我也不至于这么放肆……

在学校里，我是个怪人，我不和同学一起玩，总是独来独往。并不是我不喜欢和他们在一起，只是，我总觉得和他们玩不到一块，他们是有父母管的小孩，而我，犹如无人管束，很多人都说我像个没有父母的孩子……于是内心的孤寂，没有一个人能陪我品尝，而意识里，连父母都认为我是快乐的……

杀父母，并不是我的一时冲动，而是我考虑了很久、准备了很久的。在准备的过程中，我一直觉得自己下不了手，但有时想起自己之所以会变成现在这样连一个朋友都没有，都是他们害的，我就非常痛恨他们。如果不是他们，我想自己也可以和同龄人一样活得开开心心、洒洒脱脱，而不是像现在这样对社会人情充满逆反心理。有时想想真



的很生气，他们并不是真的完全没有管我，也不是真的很疼我——至少我自己觉得他们是为了他们自己才这样对我的。毕竟，管一个孩子是需要精力和时间的，但这些我的父母都没有，他们有的也只是无日无夜的工作，要不就是至爱的麻将台……而孩子，在我的父母看来，只要给他一定的时间与金钱就好了。

虽然痛恨他们，但我们一家人还是“和和睦睦”地过了23年。我心里对他们虽有恨意、虽有杀意，可是到底是生我养我的父母，我又怎能狠心下得了手——如果不是遇到小艾，我想杀机不会暗长在我24岁的生辰里。

小艾并不是我大学里的同学，但她却是我的同类——酒吧里的常客，我几乎每次去都会看到她。当然，经常出入这种地方的女孩子不会是什么好女孩，但我却不可思议地为她着迷了……唉，怎么说呢？小艾是那种很会打扮、很开放的女孩子，人本来也长得挺漂亮的，而且热情的性格中其实也透着一股和我一样的冷漠——我连续跟她搭讪了两个多星期，刚开始她总是冷冷地看着我，对我不理也不睬，可正是她的这种态度引起了我的挑战心理，我从那时起就决定抓住她不放。后来，她当然是“上钩”了，可这样一个女孩子，又怎能叫自己的父母喜欢她呢？不知道是出于一种故意气父母的心理，还是真的就是喜欢小艾，我居然带着她回家，宣布要和她结婚。真的如我所料，父母对我的决定表示了反对，那时候我没有生气，也没有反驳，只是丢下一句话“你们同意我也娶，不同意我也照样娶……”就走了。

后来回到小艾的住处，我高兴地和她猜着我父母此刻的那种气愤心情，我甚至残酷地对小艾说，能气死他们是最好的事，免得弄脏了我的手。小艾愣愣地看着我，她也许在思考我这句话的真实成分到底有多少。但我想，那时候的她应该也知道我痛恨父母已到了不可救药



Remedy distorted ego

勇于矫正扭曲的个性

的程度，所以她冷笑着，对我说：“他们可是你的亲父母呀。”说完便蒙着脸睡了。而我，则在计划着自己也知道那是没有人性的杀人计划……说实话，那时的我真的是没有人性了，我所想到的不是他们生我养我的事，我想的是，我之所以会这样子，也是他们自作自受，怨不得别人。我总觉得如果不是他们，我现在也许会是个大好青年，而不是个连自己都养活不了，并且流连于酒吧、赌馆的败家子……

以后几天妈妈总是不断地打电话给我，跟我说小艾怎么样怎么样。其实小艾的丑事，我又哪里会不知道的，只是，跟父母作对，使我有了一种快意。然而他们不知是出于一种反悔心理还是为了断绝我跟小艾的关系，居然开始要求我回家里住，居然限制了我的行踪，老是叮嘱我要早点回家，而且又经常在我出门的时候追出来问有没有带齐东西……可是晚了，我已是个24岁成熟的男子了，我又怎能受得了让别人管着我呢？我只是觉得她很烦。由于心中那股不可消除的恨，我终于下定决心要把父母“解决”掉，而且要用一种最残忍的方法……

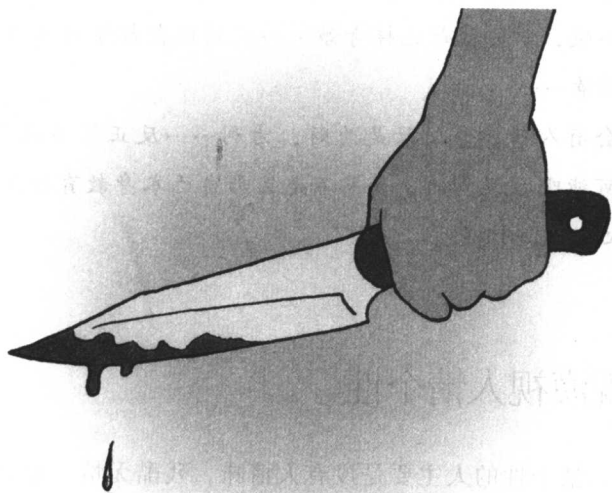
2月19日那天早上，天刚亮我才回家，开门的时候吵醒了妈妈，她逼问我是不是去了小艾那里，还说我不是个男子汉，明知女朋友在外面不三不四地乱来还总是上门找人家。我一火，便和她吵了起来，后来爸爸也起床了。他们一起骂我，妈妈拼命哭，说她辛辛苦苦生了我这么个儿子，谁知等于没生一样，有点撕心裂肺的感觉……爸爸也开始有一句没一句地骂起来，我听着很烦，很累，杀意便在此刻出现了，我想，杀了他们，一了百了，反正他们也是我人生的一个阻碍……于是，我把早已准备好的一切杀害父母的方案在脑子里过滤了一下……但觉得现在还不是时候。嗯，虽然这件事我是从一年前就预谋好了，但还是需要一些动手前的准备，于是我出去了，先到商店买了榔头和刀。

那天夜里我又回来了，装作和平时没有什么区别——看电视、玩

游戏机，一直等到第二天凌晨 5:30 左右，趁着父母都睡熟了才下手。

我一早就想过要用最残忍的方法来杀死我的父母，所以事先做了很多准备。我首先杀的是父亲，但在做这一切的时候，我其实是下不了手的，可已经走到这一步了，没有办法……把妈妈也解决完后，我把他们都装进箱子里……这时，我想邻居都已经听到我们家有吵闹声，因为妈妈在最后一刻发出来的声音是凄厉而可怕的。我想肯定会有人拨 110 报警，于是便翻出家里的钱，藏在饼干盒里，洗完澡，点上烟，镇静了一会儿，然后带着全部杀人工具逃了出去。我把凶器扔在立交桥下，烧了血衣，准备去朋友家住一晚……但我不会苟活，我并不真是个完全没有人性的人。

朋友对于我的“拜访”并没有感到奇怪，只是有点不耐烦，因为这时候已经是年三十了。我不顾他的烦，一爬上床就睡了。第二天夜





Remedy distorted ego 勇于矫正扭曲的个性

里10点多，也就是正月初一，我还镇定地打了110报警：“我的爸妈被人杀了。”

十几分钟后，好几辆警车，数十名民警赶到了现场。我静静地在一旁听着邻居们的嘀咕声：“陈家父母只穿着内衣，身上有刀伤，这么残忍的手段，实在是可怕呀……到底是谁与他们家有这么深的仇恨……”只见现场的地上、墙上、窗帘上都有大片已干的血迹，周围有明显被翻过的痕迹，但找不到凶器，门窗也完好无损。“你叫什么？”民警们终于注意到被安置在邻居家的我脸色惨白，浑身哆嗦，坐在一边呜呜地哭个不停。“说话呀，把你知道的都说出来，我们才能破案。”但是，也许由于害怕，也许由于不忍，我一直支支吾吾说不出话来，直到凌晨3点多，等民警们取证、勘察完毕，就把我带走了。

隔了一天，逃不过良心的谴责，我还是承认了是我把父母给杀了，怕他们不信，我把整个过程都说了……呵，情况就是这样，后来你都看到了……唉，命运就是这样奇妙……我到现在都还想不透那时怎么会有那个胆量……

也许会有人猜我杀父母是为财，为利……反正很多很多种说法，其实怎么可能呢？说真的，如果不是父母自己本身教育有问题，我又怎么能忍心做这一切呢？

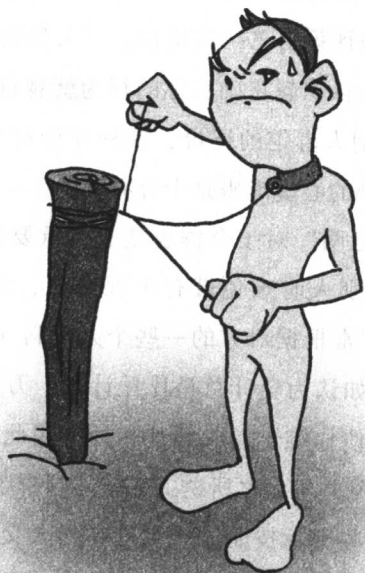
□ 透视漠视人情个性

漠视人情个性的人主要是没有人情味，残酷无情，也有冷漠的意思。冷漠的人主要是不想与人相处，也就是不合群，他们大多是漠视人情。不合群的人常常是没有什么人情味的，走到极端，他们甚至可

以狠下心来杀害亲生父母、毒害亲朋好友。

一般来说，合群作为一种性格特征，具有既能够接受别人，同时也能被人接受的社会适应性特点。合群的人乐于与人交往，他们不封闭自己，愿意向别人敞开自己的内心世界；同时，合群的人往往是善解人意的、热情友好的，他们在与人相处时，正面的态度（如尊敬、信任、友善等）多于反面的态度（如仇恨、嫉妒、残忍等）。因此，他们能建立和谐的人际关系，有较多知心的朋友。

但是，生活中常有些人过于自命清高，或个性冷漠，不好交往；有些人过于自卑，缺乏积极从事交往和参加活动的勇气，总以为别人瞧不起自己，因而孤僻内向，离群索居。如果这种不合群的情况过于突出，就会形成一种对人情的冷漠，这种性格冷漠的人，如稍不注意，





Remedy distorted ego 勇于矫正扭曲的个性

就会产生一种犯罪的变态心理。

具有这种性格主要是跟患者自身成长的环境有关，像案例中的主人公，从小父母过分的溺爱，是使他形成变态心理的一个重要原因。当然，个人成长中的自身修养对个性的形成更是决定的因素。

那么，究竟怎样才能改变这种漠视人情的个性呢？

第一，学会关心别人。如果你期望被人关心和喜爱，你首先得关心别人和喜爱别人。关心别人，帮助别人克服困难，不仅可以赢得别人的尊重和喜爱，而且，由于你的关心引起了别人的积极反应，也会给你带来满足感，并增强你与人交往的自信心。

除了关心别人以外，有了困难你要学会向别人求助，因为别人帮助你克服困难，你的心理当然就会从紧张转为轻松，这不仅使你懂得与人交往的重要性，而且由于你诚挚地致谢，别人也会感到愉快，这就沟通了人与人之间的情感交流。

第二，学会正确评价自己。古语说：“人贵有自知之明。”在人际交往中，你对自己的认识越正确，你的行为就越自然，表现也越得体，结果也就越能获得别人肯定的评价，这种评价对于帮助你克服自卑和自傲两种不利于合群的心理障碍是十分有利的。

此外，“知人之明”对于合群也是非常重要的。社会心理学的研究指出，人在评价别人时难免带有主观印象，结果常常因此而“失真”。比如，人们常常根据对方的一些个人资料（如籍贯、职业等）来推断此人的性格，如认为会计总是斤斤计较，万分小气的。这种错误的人际知觉，当然使你难于与人和睦相处。因此，只要你能认识到这些人际知觉中的偏见并不为之所诱，你就能合群了。

第三，学会一些交际技能。如果你在与人际交往时总是失败，则由此而引起的消极情绪会影响你的合群性格。如果你能多学习一点交往