

ABNORMAL



Psychology

变态心理学

刘毅 / 编著



暨南大学出版社
Jinan University Press

ABNORMAL



Psychology

变态心理学

刘毅 / 编著



暨南大学出版社

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

变态心理学/刘毅编著. —广州:暨南大学出版社, 2005. 7
ISBN 7-81079-602-X

I. 变… II. 刘… III. 变态心理学—高等学校:技术学校—教材
IV. B846

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 079599 号

出版发行:暨南大学出版社

地 址:中国广州暨南大学

电 话:编辑部 (8620) 85226561 85226593 85221601

营销部 (8620) 85225284 85228291 85220602 (邮购)

传 真:(8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

邮 编:510630

网 址:<http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版:暨南大学出版社照排中心

印 刷:佛山市浩文彩色印刷有限公司

开 本:787mm×960mm 1/16

印 张:25.25

字 数:492 千

版 次:2005 年 7 月第 1 版

印 次:2005 年 7 月第 1 次

印 数:1—5000 册

定 价:36.00 元

(暨大版图书如有印装质量问题,请与出版社营销部联系调换)

前 言

自从有了人类社会，就有了人类对自身健康的关心，包括对心理异常的研究与思考。从公元前4世纪希波克拉底关于歇斯底里的“体液说”，到20世纪末有关心理障碍的认知理论，从远古被称为最早的脑外科手术的“环锯术”，到现代社会的行为治疗，从20世纪中叶抗精神病药物的应用，到今天生物、医学治疗与心理治疗的结合，人类对自身心理健康的认识不断丰富，对心理障碍的了解不断深入，治疗方法不断多样化，而变态心理学这一学科也随之获得了长足发展。

20世纪80年代后，心理障碍以及由此引起的行为异常与心身健康问题在我国越来越受到重视。心理障碍既看不见又摸不着，但却给患者及其亲友带来了深深的痛苦。此外，随着社会的发展，人们工作、学习及生活的节奏不断加快，紧张程度越来越高，人群中的心理社会问题、心理障碍也日趋增多。据有关方面的估计，目前心理障碍患病人数众多，有数据显示，精神病性障碍的患病率约为1%，其中主要为精神分裂症；心境障碍为6.5%~9%，其中主要为抑郁障碍；焦虑障碍为15%~18%，其中主要为恐怖障碍、广泛性焦虑障碍和强迫症。以躯体形式的症状为主要表现而又不属于躯体疾病的躯体形式障碍也不少见，与睡眠、进食和性有关的心理障碍更为常见。人格障碍的患病率达14%~16%，其中不少与刑事犯罪有关，而与青少年儿童心理发育有关的障碍高达30%~50%。尽管医学科学的发展已经能够为心理障碍患者提供更多的治疗，但一个不能否认的事实是，这种治疗的有效性还有待进一步提高。这至少是基于这样三种原因：其一，我国的心理卫生防治体系尚不健全，特别在广大农村或贫困地区，缺医少药，患者不能得到及时有效的医治。其二，即使在医疗体系比较健全的城市，许多患者也可能未必获得医学的有效帮助。这种情况在中国特别具有典型性，即患者及其家属对心理障碍缺乏科学认识，并不将之视为疾病，因而不知道也不愿意去医院接受治疗。其三，在治疗方法上，尤其在我国大多数医院里仍然采用的是单一的医学模式，忽略或者由于某些原因而未能将心理学的理论与方法应用于临床治疗中，而这恰恰是当前我国心理障碍治疗中的一大缺憾。被称为“医学之父”的古希腊医生希波克拉底早就强调了环境对健康的影响，强调了心理因素对疾病的作用。他指出，医生有两种治病的手段，一种是药物，另一种是语言。这里所说的“语言”指的就是用谈话的方法来治疗疾病，也就是我们所说的心理



治疗。出于关心并从事这方面教学与研究的心理学工作者的职业责任感，我们感到心理学应该以该学科领域的最新理论与方法为解除心理障碍患者的痛苦，进而为提高人们的心理健康水平，增进人类生活的福祉做出应有的贡献，而这也成为促使我们提笔写作的最主要动因。

各种各样的变态行为，实际反映的是异常复杂的病态心理现象。对于它们出现的原因，目前普遍的看法是，它们涉及到生物、心理及社会文化等诸多因素。因此当代变态心理学在对心理障碍的生物学因素进行深入了解的同时，也对心理社会因素以及不良生活方式对健康的影响和对疾病所起的作用进行了多方位、多层面的探讨，并由此建立了许多富有见地的理论模型，创用了许多卓有成效的治疗方法，取得了一系列具有启迪意义的研究成果。因而，本书格外强调变态心理学的科学研究定向，最新研究结果与数据贯穿于全书，其中许多研究成果反映了该领域中的新发现、新的研究取向以及新的研究方法。

由于心理障碍的临床表现、症状结构错综复杂，因此对其做出准确、有效的诊断与评估，对制订正确的治疗方案，抓住最佳治疗机会，提供及时准确的辅导与治疗尤为重要。为此，本书力求做到在对各种心理障碍进行讨论时，尽可能提供一些较为典型的个案，以帮助读者对特定的心理障碍有更好的理解。此外，本书采用了当代美国有关心理障碍的分类方法，与此同时，也考虑到中国的国情，对一些特殊问题，如神经衰弱、同性恋问题做了适当讨论。就诊断标准而言，主要参考了2000年颁布的DSM-IV-TR。

当代变态心理学研究中的一个突出倾向是注重心理障碍的社会文化因素，以及由此而出现对多元文化的探讨。这种研究倾向不仅表现在对导致变态行为的社会文化因素的追寻上，也反映在对心理障碍的诊断与评估上。在本书的写作过程中，我们力求反映这一研究倾向，尽可能地对人类变态行为的文化变量做深入讨论。

本书可以作为大学心理学专业或医学专业的学生、研究生的心理学教材，可以作为临床心理学工作者及精神病学临床医师的参考读物，也可以成为普通大众了解心理障碍、获得有关自身及周围亲友、同事、同学心理健康知识的窗口。本书的目的在于：①向读者展现变态心理学学科的基本知识体系与理论架构，使读者从中获取关于变态心理与行为的一般性知识。普通读者还可以从本书所提供的知识与理论中对自己或周围人的心理状况作出判断，知道什么是正常的，什么是异常的，知道当心理出现异常时应该怎么办。②向正在或将要从事心理健康咨询与辅导工作的人士提供专业性理论与方法，使他们能够掌握诊断、评估与治疗心理障碍的知识与方法，并卓有成效地运用于临床实践中。③当代变态心理学的研究从理论到方法不断更新、变化，研究的重点也在不断发生转移。我们力图体现

这种变化，尽量涵盖该学科最新的研究和最近的理论发展，以使专业读者能够敏锐地捕捉到当前变态心理学新的研究动态，能够把握本学科最新的发展脉络，进而使他们不仅成为一个临床工作者，还能成为一个科学研究工作者。

在为本书画上最后一个句号时，我必须要说的是，尽管几个月来，在写作过程中感受到了极大的紧张与疲惫，但同时感受到了来自各方面的关心与支持。本书的写作与出版得到了广州大学教材出版基金的资助，得到了广州大学教育学院院长蔡笑岳教授的关心与帮助，得到了暨南大学出版社的鼎力支持。没有这些关心与支持，这项工作难以圆满完成，为此我真诚地向他们表示谢意。

本书是集体智慧与劳动的结果，尽管全书由我本人编写提纲并负责统稿，但我的许多同事也为本书提供了大量的真知灼见，一些同志承担了部分章节的撰写工作。他们分别是：王圣玉（第五章），李琨（第六章），路红（第十章），应湘、李琨、龚田波（第十三章），龚田波（第十四章），其余各章均由我本人撰写。

为力求反映变态心理学的研究新进展，介绍该领域中的新成果，以使本书的知识体系更为全面，观点更为多样化，本书在写作过程中引用了大量的国内外文献与研究资料，对此我向有关方面深表谢意，不周之处敬请原谅。

最后，由于作者能力有限，书中难免出现疏漏或观点不当之处，恳请同行专家及广大读者提出批评与建议。

编者 刘毅

2005年5月于广州市桂花岗

目 录

前 言	(1)
第一章 变态心理学概论	(1)
第一节 变态行为与变态心理学	(1)
第二节 变态心理学的应用	(8)
第三节 变态行为研究简史	(14)
第二章 变态心理学的研究方法	(29)
第一节 科学方法的特征与目的	(29)
第二节 相关研究	(34)
第三节 其他研究方法	(37)
第三章 心理异常的理论模式	(45)
第一节 生物学模式	(45)
第二节 精神分析学模式	(50)
第三节 人本主义与存在主义模式	(59)
第四节 学习模式	(66)
第五节 认知模式	(74)
第六节 社会文化模式	(78)
第四章 心理障碍的分类、诊断与评估	(84)
第一节 心理障碍分类的基本概念及其发展	(84)
第二节 心理障碍分类诊断系统简介	(88)
第三节 心理障碍的心理学评估	(94)
第四节 心理障碍评估中存在的问题	(112)
第五章 心理生理障碍与健康心理学	(117)
第一节 应激与健康	(117)



第二节	关于应激性疾病的理论·····	(127)
第三节	心身障碍·····	(130)
第六章	焦虑障碍·····	(136)
第一节	焦虑障碍概述·····	(136)
第二节	焦虑障碍综合征·····	(138)
第三节	焦虑障碍的病因学及其治疗·····	(149)
第七章	躯体形式障碍与解离性障碍·····	(158)
第一节	躯体形式障碍·····	(158)
第二节	躯体形式障碍的病因学及其治疗·····	(167)
第三节	解离性障碍·····	(173)
第四节	解离性障碍的病因学及其治疗·····	(182)
第八章	心境障碍·····	(187)
第一节	抑郁与躁狂发作的特点·····	(187)
第二节	心境障碍综合征·····	(193)
第三节	心境障碍的维度·····	(199)
第四节	心境障碍发生的原因及其治疗·····	(202)
第五节	自杀·····	(215)
第九章	人格障碍与性心理障碍·····	(221)
第一节	人格与人格障碍·····	(221)
第二节	常见的人格障碍及其临床表现·····	(225)
第三节	反社会人格障碍·····	(239)
第四节	性心理障碍·····	(246)
第十章	进食障碍·····	(264)
第一节	进食障碍的临床表现·····	(264)
第二节	进食障碍的病因学分析·····	(273)
第三节	进食障碍的治疗·····	(283)
第十一章	精神分裂症·····	(289)
第一节	精神分裂症的特征·····	(289)



第二节	精神分裂症的症状	(293)
第三节	精神分裂症的次级类型	(302)
第四节	精神分裂症的维度	(305)
第五节	精神分裂症的病因学	(309)
第六节	精神分裂症的治疗	(316)
第十二章	精神活性物质使用障碍	(321)
第一节	物质使用障碍	(321)
第二节	酒依赖	(325)
第三节	其他精神活性药物	(330)
第四节	物质滥用与依赖的病因学及其治疗	(339)
第十三章	儿童与青少年期的心理障碍	(349)
第一节	儿童期心理病理学问题	(349)
第二节	破坏性行为障碍	(353)
第三节	情绪障碍	(358)
第四节	饮食与排泄障碍	(363)
第五节	儿童孤独症与学习无能	(366)
第十四章	与心理健康相关的法律、伦理问题	(373)
第一节	精神疾病患者的法定能力评定	(373)
第二节	刑事安置	(378)
第三节	民事安置	(380)
第四节	病人的权利	(382)
第五节	伦理问题	(384)
参考文献		(389)

第一章 变态心理学概论

第一节 变态行为与变态心理学

一、什么是变态心理学

(一) 变态心理学的概念

变态心理学 (abnormal psychology) 亦称心理病理学 (psychopathology), 是应用心理学的理论与方法研究人类心理障碍与异常行为的科学。它研究心理障碍与异常行为的表现形式、发生原因和机制及其发展规律, 探讨鉴别评定的方法及矫治与预防的措施。

变态心理学是心理学的一个分支学科。心理学研究人的心理现象的发生和发展规律, 其中许多分支学科如普通心理学、发展心理学、人格心理学和社会心理学等, 主要探讨的是人的正常心理与行为, 而对心理障碍与异常行为的探讨则主要是变态心理学的任务。研究人的正常心理与行为不仅可以掌握人的心理现象的发生、发展、变化规律, 而且也可以为科学地理解人的异常心理与行为提供理论基础与研究手段; 而弄清异常心理的病理机制不仅可以为遭受心理疾患痛苦的人提供有效的矫治方法与手段, 更重要的是可以为更多的心理健康的人提供科学的预防措施与咨询服务。可见, 变态心理学不仅有重要的理论价值, 而且具有重要的应用价值, 它在心理学学科群中有着重要的地位和作用。

(二) 变态心理学的研究内容

就变态心理学的研究内容而言, 国内有学者认为, 它主要有以下几个方面:

(1) 心理异常的实质即异常心理的原因、机制和心理结构问题。一般认为, 心理异常是大脑的结构或机能失调, 以及人对客观现实反映的紊乱和歪曲。它既反映了个人自我概念和某些能力的异常, 也表现为社会人际关系和个人生活上的适应障碍。

(2) 正常和异常的区别以及判断标准。目前已有很多判断正常和异常的标



准，但许多都不是绝对的，几乎没有一种标准在单独使用时是完全适用的。对于严重的行为异常来说，较多的标准都可能有用，但是某些标准似乎只能适用于特定的心理异常。

(3) 心理异常的分类和表现特点。变态心理学除了研究精神病、焦虑症以及身心障碍等各大类别的心理困扰、结构以及心理治疗的原则外，也研究行为偏离（包括性格异常、酗酒、药物成瘾、性变态等）、调节障碍（包括因紧张情境和身心变化而产生的调节失常，如亲人亡故、社会压力等造成的心理创伤）以及特殊意识状态（如催眠、梦境、感觉剥夺、气功入静等状态下的心理变化）。对于特殊意识状态，既有心理学的解释，又有具有特殊文化背景的假设。

(4) 解释心理异常的心理理论都以各种学派有关正常人格的观点为基础。心理学家对人格理论的看法有着很大分歧，因此对心理异常的解释和观点也有很大差异。

二、什么是变态行为

长久以来，人类一直在关注着对变态行为的研究与治疗。早在17世纪，莎士比亚就在其戏剧中创造了一些令人难忘的人物，这些人物的某些行为类似于我们今天所见到的一些心理障碍。诸如，马克白斯夫人所表现出来的强迫—冲动型人格，李耳王所表现出来的偏执型人格，奥菲莉娅所表现出来的抑郁症，奥赛罗所表现出来的强迫妄想性嫉妒。19世纪，在欧洲歌剧家们编写的歌剧中，就有女主角为表达她们的心愿而表现出的“疯狂的场面”。在现代社会里，电影和电视节目经常描写诸如多重人格、妄想狂以及抑郁之类的心理障碍。众所周知，今天，变态行为如此普通而常见，以至于心理学的专门用语也流行于社会。“虐待狂”、“神经过敏”、“自恋人格”、“偏执人格”、“冲动人格”、“恐怖症”等专业术语对于许多人来说不仅耳熟能详，而且常被用来指称某些行为怪异的人或者被认为是行为不正常的人。那么到底什么是变态行为呢？

变态行为（abnormal behavior）是一类具有诊断意义的心理方面的问题，特征为情绪、认知、行为等方面的改变，伴有痛苦的体验和（或）功能的损害。例如，阿尔茨海默病有典型的认知（特别是记忆）方面的损害；抑郁症有明显病态的抑郁体验；而儿童注意缺陷障碍的主要特征是多动。这些认知、情绪、行为的改变使得病人感到痛苦，其功能受到损害，或增加了患者的残疾、死亡等的危险性。



三、如何判别变态行为

许多人认为当他们遇到变态行为的时候，完全可以认识它。真是这样吗？事实上，这并不是是一件容易的事情。请对以下几个例子加以判断：

- (1) 一个因车祸而失去丈夫的妇女，情绪变得十分沮丧，难以入睡并丧失食欲；
- (2) 一个小伙子不论去哪里旅行，都坚持不坐飞机，只坐汽车或火车；
- (3) 一个处在青春期正在节食的少女偶然饱餐一顿，而后立即强行让自己把食物呕吐出来；
- (4) 一个中年妇女尽管也非常适合穿其他颜色的衣服，但她只穿蓝色的。

在第一个例子中那位妇女所表现出来的是心理障碍，抑或只是一种正常的悲伤呢？在第二个例子中，显然那个小伙子的行为是不同寻常的，并涉及了个人的困难，我们因此就要称之为变态吗？在第三个例子中，那个处于青春期的女孩是患有心理失调，抑或只是顺应了社会对女性体象不合理的看法呢？而那位只穿蓝衣服的女士所表现出来的是变态，抑或只是她的一种特质呢？或者她只是非常喜欢蓝色？她需要辅导吗？显而易见，上述问题都是围绕着变态行为的范畴提出来的。

人的心理活动无论正常还是异常，都是非常复杂的，并不像躯体生理活动如体温、脉搏、肝功能等那样简单。变态行为的表现要受许多因素的影响，包括客观环境条件、主观经验、当时的心理状态以及不同的社会文化背景等，因此很难找出一个统一的、被人们公认的判别标准。当然，心理异常并非根本无法认识和把握，找到一些确定心理异常的原则和方法是完全可以做到的。

通常人们总是使用各种各样的标准去判断行为（我们自己的以及他人的）是否正常，是否健康，是否病态；许多学者也从不同的角度来探索心理（行为）正常与异常的指标。

（一）偏离社会规范与标准

人类的每一个社会群体都具有一整套行为的规范或准则，这些规范或准则告诉我们怎样做是“对”的，怎样做是“错”的；某一行为在什么时间、什么地点和谁一起可以做，和谁一起不能做。这些规范或准则规定了我们在社会生活中行为的界限，并且对我们的行为方式与活动内容，包括我们作出一个长远的决定到我们最普通的日常事务都给予了一定限制。

人的行为或心理是否健康、正常，在不同的社会文化群体中有不同的规范与标准。例如，同性恋在有的社会文化中被看作是一种病态的性行为，而在另一种



社会文化中则可能被视为正常的性行为。即使人际间的距离也受社会文化标准的制约。有研究表明，当我们站着或是坐着与人交谈时，距离应该有多近，不同的社会存在很大的不同。在北美，当两个不熟悉的人在一起交谈时，两人之间的距离一般在3英尺左右；但是在南美洲，当两个不很熟悉的人在一起交谈时，他们会站得更近些；在亚洲，他们则会站得更远些。

根据这样的个体空间的社会文化规范，在某一社会群体中，人们若是站得太近了会被认为是莽撞的，而站得太远了又会被认为是冷漠的。可见，每个个体所生活的社会文化背景，对其心理、行为、社会角色都有约定俗成的要求。如果一个人能够很好地扮演他的社会角色，社会适应能力比较强，且社会化程度比较高，达到了该社会文化对他的要求，他就会被认为是心理健康的，否则就会被看作有心理障碍。此外，即使是心理障碍患者的亲属、同事、朋友也会使用这种标准，并以此建议患者到医院就诊。

这种判定方法的优点是比较好理解和掌握，能够发现精神障碍中的大部分。但是，它主要是根据人的外部表现进行判定，对于社会功能相对保持较好，但对内心极度痛苦的神经症病人来说，就可能会被误认为没有心理障碍而延误诊断和治疗。同时，由于规范或标准是可变的，因而以它们作为心理健康评估的基础，看来不够坚实。

（二）统计学的指标

正常、健康的心理与行为一般和一个社会中大多数人的心理与行为是一致的，所以，判别一个人的心理是否正常，最普通的办法是把他的心理活动与群体中大多数人的心理活动进行比较与对照，以考查其是否与众不同。如果不一致，则可能是心理变态。这样，我们就可以用统计学上的常态分布曲线来判断常态与变态。从统计学的观点来看，变态是任何实质上对来自统计学的平均数的偏离，这种辨别方法的基本假设是，多数人的心理是健康的，他们在常态分布曲线上的位置居中，即接近平均数；只有少数人偏离两个极端。次数分配居中者（即接近平均数）为常态，居于两端者为变态。

这个判断标准常常被用于智力的诊断，那些智力测试低于平均水平的人被认为是“智力有缺陷者”。

统计学方法致使对变态行为的界定成了一件简单的工作。只需测量个人的表现并与平均表现进行比较就足够了。如果测量的结果落到了平均范围以外，它就是异常的。统计学方法的主要不足在于它没有价值取向，缺乏任何一种系统来区分令人满意的和不受欢迎的行为。由于缺乏这样的系统，一般的行为都会被认为是理想的。这种倾向有时可能是非常危险的，因为它无视那些即使是有价值的偏离。举例来说，不仅仅是有智力缺陷的人，还有某些天才——特别是那些有新思



想、新观念的天才，很可能被看作是心理辅导与治疗的候选人。

(三) 个人的经验与感受

每个人都能自觉地意识到自身的心理活动，同时也能体察到别人的心理活动。因此，对于人的心理究竟什么是正常的，又怎样才算是异常的，在每个人的心目中实际上都有一种主观标准。人们把自己对于正常心理的体验和经验作为出发点或参照物，来判别种种心理活动是属于正常还是异常，这都是以个人经验为标准的。本来人的心理活动的各个方面，如认知、情感和意志行为都应该是统一、完整和协调的，如果这三者不能协调一致，就可以凭借个人的经验判定其心理活动是否正常。

个人经验实际包括两个方面。一方面是个体自己的经验与感受，如果人们对他们的生活感到满足，那么他们的生活便与心理健康的确定没有多大的关系。另一方面，如果他们在生活中，因为自己的思想和行为而感到困惑或哀伤，那么他们就存在心理健康问题。

与我们刚刚讨论的两个方式相比，这是一个较自由的方式。它让人们对自己的心理与行为作出判断，而不是受他人的判断或心理医生诊断的影响。当然，这或许是在心理障碍不太严重的情况下最广泛使用的一种方式。大部分人并非因为他们认为其行为失常，而是因为他们在自己生活的某些方面感到不快乐才去接受心理治疗的。然而，“个人的经验与感受”这一标准也有一个明显的弱点，即它缺少一个评估行为本身的标准。在行为引起严重伤害的情况下，或者在出现社会性破坏行为的情况下，会因缺乏客观标准而出现更多的疑问。是否仅仅因为青少年对其药物成瘾感到不愉快，就将青少年的药物成瘾归类为变态呢？此外，即使一个行为模式并非必然有害，但该行为模式仍然值得给予心理学的关注。那些相信他们的大脑正在接收来自外太空信息的人，他们可能并没有给其他人造成痛苦，但多数人都认为这些人需要接受心理治疗。

(四) 适应不良行为

一个心理正常的人和其他人是能够相互理解和交往的。他能够理解别人，别人也能理解他；他能为他人和集体所接纳，也能正确处理人际关系。这些都是一个人社会适应性正常的表现。如果某人内心世界所具有的价值观念体系、伦理道德标准以及行为表现与社会环境的客观需要和要求格格不入，甚至相互抵触，那就不可能协调一致。这时应该考虑其心理（行为）是否属于异常了。

事实上，这一标准与社会规范和标准的偏离有某些重叠。毕竟，许多规范和标准都是让我们的行为符合自己和社会所要求的规范与准则。例如，工作时间喝酒是违反行为标准的。同时也要看到，当用“不良适应”标准来衡量日常生活与工作中的实际问题时，该标准具有其独到之处。如果一个人害怕乘飞机，但他



所从事的工作却要求他经常出差，那么他将会感到非常麻烦，而且他的行为也可能被认为是适当的。

不过，人对社会的适应及其评价往往受到不同社会文化背景和不同社会历史条件的影响，因而这样的判别标准也不是绝对的。例如，我国在民国以前，妇女的裹脚被称为三寸金莲，被认为是美的表现，但如果今天还有妇女裹脚，那就是地地道道的变态行为了。此外，“适应不良”标准因其具有一定弹性而受到专业人士的偏爱。因为它把焦点集中在与生活环境有关联的行为上，它能适合许多不同的生活方式。与“个人的经验与感受”标准一样，它也是一个较自由的评定方式。然而这种自由是以价值为代价换来的。难道就不存在一些人们不应该适应的情境吗？举例来说，如果一个经常在晚上被父母独自留在家中的孩子，因睡眠问题而被带去看治疗师，那么，治疗师可能直接治疗的是其父母而不是孩子。此外“适应不良”标准就像“偏离社会规范”标准一样，在对“适宜”的偏爱中，确实提高了偏见的可能性。

（五）应当注意的问题

我们使用上述不同标准去判断我们自己或他人的行为是正常还是异常，是健康还是病态。例如，在压力、灾难或者疾病情况下，我们可能会产生忧虑，以至于我们的行为也会变得不同寻常或者异常，进而我们需要的不仅仅是简单的来自自我的关注，或是来自朋友的安慰，而是专业咨询与辅导。或许，我们在一个朋友或者一个家庭成员的行为当中观察到了令人不安的变化，如自杀的感受、酗酒或者某些其他问题，我们往往不知道我们是否应该催促他们去寻求帮助。

这些判断常常是复杂难懂的，因为在我们这样一个复杂的社会中，人们用于判断行为恰当性或适当与否的标准通常从一个次级群体到另一个次级群体有着极大的不同。甚至这些标准因时代、气候或地理位置的不同而有着更广泛的变化。例如，今天我们会把曾经动辄强加给儿童的体罚视为对儿童的虐待，同样，几代人以前，离婚被当作极不正当的越轨行为。由此可见，我们发现把某人的行为称为变态是如此的困难就不足为怪了。

那么是否具有一些确定某一行为为变态行为的严格准则或标准呢？例如，假如某一行为仅仅是罕见的或是不同寻常的，我们能够依据统计学标准将该行为认定为变态行为吗？由于这种方法使用了数量分析，并且有研究证据的支持，因而用它来解释变态行为就具有了一定的吸引力。它较少受我们的偏见的影响，因而具有客观性。但是，行为并非轻易地就可以变为数量——某些变态行为（包括某些由流行病学的调查所显示的行为）常常既具有一般性，又具有异常性——例如，抑郁和焦虑就是如此。

此外，在确定某一行为是正常或异常之前，我们应当首先去理解该行为的环



境因素或社会文化背景吗？应该说，这种观点是非常有价值的。在一些社会中被认为是完全正常的行为在另一些社会中则被明确地看作是变态行为。例如，在我们的社会中追求成功被认为不仅是正常的，而且是一种有价值的品质。但在另一些社会中，这种品质则既被看作是过于卑鄙的标志，同时也是情绪障碍的一种象征；而另一些行为，包括躁狂症、抑郁症，不管它们发生在什么时候、什么地方，都会被视为变态行为。

由于任务的复杂性，大多数现代社会依靠心理健康专业人员从反常性、文化异常或者生活方式的变化去区分变态行为或者心理病理学现象。依据其临床判断确定某人是否应该接受心理学或精神病学的治疗，确定该变态行为发生在哪里，它由哪些因素组成。

此外，由这些关于变态行为的不同标准所引起的诸多问题可以被概括为：我们的标准应该是事实吗？诸如在统计学上的罕见行为，或者一个明显的功能失调行为（例如进食障碍）。或者说，我们的标准应该以价值判断为准吗？诸如是否坚持某个适应标准或者坚持某种规范。许多专业人士感到这个问题不能从一个方面来确定，对心理障碍的解释必须既依据事实，也要依据价值判断。

举例来说，被诊断为精神分裂症的人，经常不能思考或者有条理地说话，用韦克菲尔德（Jerome Wakefield）的话说，他们的内部机制无法执行“他们天生的职责”。这些缺陷依次侵害着其由“社会价值所定义的健康”——如侵害着其拥有一份工作的能力或者抚养孩子的能力。正如我们将看到的，目前各国心理障碍的诊断标准依据的都是一个把事实和社会价值或规范结合起来的标准。

尽管许多专业人士围绕变态行为的定义而在争论着，但是应谨记，在对心理障碍的辨别上，大部分社会都能确认一些相同类型的行为，并把它们看作是心理障碍的标志。W. B. Maher (1985) 指出，大多数社会共同确认的基本变态行为类型有四种：

(1) 伤害自身的行为或做出伤害别人而又不符合自己利益的行为。

(2) 缺乏现实接触。例如，大多数人不具有的信念或者大多数都没有觉察到的对事物的感知觉。

(3) 对人与情境的情绪反应不适当。

(4) 古怪而反复无常的行为——即行为不断变化，无法预知。

那些不属于这些类型的行为就要依靠社会来确定什么是正常与适当的，但是那些与大多数人相偏离的行为类型，在全世界任何国家、任何地区都可能被视为是心理障碍的标志。



第二节 变态心理学的应用

一、研究变态行为的意义

至此，我们已经讨论了变态心理学家们所指称的变态心理学。但是无论你是否打算从事这个职业，你可能都会问：变态心理学对我有何用处？我为何要学变态心理学？我怎样才能运用它？它对我有何价值？

随着社会经济迅速发展，人们的工作、学习及生活节奏不断加快，紧张程度愈来愈高，人群中心理障碍、行为异常日益增多。国内外心理疾病流行病学的资料显示，心理障碍的总患病率有不断上升的趋势。在美国，每 10 个人中就有 1 个人将在其一生中住进精神病院，约 1/3 ~ 1/4 的人群将因为心理健康问题而寻求专业人员的帮助。据统计，心理障碍占整个疾病的 15% 以上，超过各种癌症的所占比例。根据世界卫生组织（WHO）的统计，非传染性疾病占全球疾病的比重日益增加，其中，心理障碍占全球疾病的 10.5%（中低收入国家）和 23.5%（高收入国家）。表 1-1 表明了主要心理障碍所占全球疾病的排位。

表 1-1 主要心理障碍所占全球疾病的排位

	全球	高收入国家	低收入国家
单相重症抑郁症	4	2	4
酒依赖	17	4	20
双相心境障碍	18	14	19
精神分裂症及相关障碍	22	12	24
强迫症	28	18	27
痴呆症	33	9	41
药物依赖	41	17	45
惊恐障碍	44	29	48

（资料来源：The World Health Report (1999): Making a Difference, WHO.）

上述资料表明，对日益增多的心理障碍或异常行为的认识、诊断、治疗已经成为增进人类健康的一个重要方面。变态心理学的基本任务就是揭示心理异常现象发生、发展和变化的原因及规律，提供划分心理异常的标准和有效方法，并为