

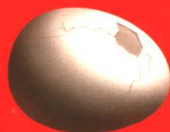
心理在线

郭峰志（台湾）著



四十则心理治疗实例

解开 现代人的心结



华文出版社
Sinoculture Press

解开 现代人的心结

7
则
心
理
治
疗
实
例

郭峰志 著



华文出版社
Sinoculture Press

图书在版编目 (CIP) 数据

解开现代人的心结:四十则心理治疗实例/郭峰志著.
—北京: 华文出版社, 2000.10
(心理在线)
ISBN 7-5075-1051-4

I. 解… II. 郭… III. IV.

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 50253 号

本书由台湾健行文化出版公司及其作者授权
独家出版发行
著作权合同登记号: 图备字 01-2000-130 号

华 文 出 版 社 出 版

(邮编 100800 北京西城区府右街 135 号)

网址: <http://www.hwcbs.com>

电子信箱: webmaster@hwcbs.com

电话 (010) 83086853 (010) 83086663

新华书店经销

中国农业出版社印刷厂印刷

850×1168 1/32 开本 7.25 印张 120 千字

2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷

*

印数: 0001—6000 册

定价: 13.80 元

一本用心良苦的好书

胡海国

精神疾病大约可以分成两大类别。其一是具有精神病症（psychotic）症状的精神症性疾病，也就是本书所谈的“精神病”。另一类，就是非精神病性精神疾病，如焦虑症、心身症与烟瘾等。所谓精神病性症状就是妄想、幻觉、语无伦次与异常行为等症状。在精神病性症状的影响下，患者的现实判断能力往往有严重障碍，使患者很难正常地过日子，需要休息治疗。

很遗憾的是，一般民众对“什么是精神”、“什么是精神病”大都不了解。因此当一个人有精神障碍时，大都不能及时察觉，未能及早接受治疗，延误医治时机，造成不可收拾之残局。而一般人也只是徒然地恐惧、排斥精神病患，不能及时给予病人帮助。

本书作者郭峰志医师誓志服务乡里，在辛劳的忙碌服务生涯中，深深体会到“有病不求医，有病求错医”之患者所受到的悲剧性伤害，遂发而为文，整理成册，书名《解开现代人的心结》，目的在于让大众对精神病有完整的了



解，希望借此书之出版，来调整一般大众对精神病病患之恐惧感与偏颇态度。

郭峰志医师以实际案例，陈述精神病患治疗之点滴细节，引人入胜，展露了医师的现代神经精神科学素养与慈悲为怀的心胸。我相信读者在阅读本书后，不只对“精神病”有理性与科学性之了解，更对“精神科医师与现代精神医疗”有正确的掌握。读过本书的读者，一定会感受到自己不再对精神病患者有偏见，也不再感到恐惧。因为他知道精神病是脑的病，有现代化之精神病药物可以治疗，有现代化的心理治疗可以协助患者进行良好的精神复健。

郭医师的用心良苦，文笔通畅，文思简洁，不只是在繁忙业务中服务患者，更能累积经验，为大众教育费心，其仁心仁术值得肯定，谨此推介。

（编者按）本文作者为：

台湾大学医学院医学系教授

台湾大学理学院心理学系教授

台湾大学公共卫生学院流行病学研究
所教授

谨以此书，献给曾罹患精神
病的朋友、他们的家人，还有辛
苦照顾过他们的精神科医疗人员，
以及关心他们的社会大众。

目

录

第一部 躁郁症	1
---------	---

谨慎的小雨——躁症	3
秋香的坎坷人生——重度忧郁症	9
桃花舞春风——病识感	14
失控的捍卫战警——精神科医疗人员可能 面临的危险	22
雕塑家阿宽的悲歌——躁郁症与艺术家气质	29

第二部 妄想症	37
---------	----

玫瑰战争——嫉妒妄想症	39
发明终极理论——夸大妄想症	44
草木皆兵——被害妄想症	48
暗恋大人物——多情妄想症	52
浑身是病——虑病妄想症	57
遇见有大袋鼠的男人——关系妄想症	61
鬼魂缠身一族——诱发性妄想症	66
虫虫危机——寄生虫妄想症	70

第三部 精神分裂症	77
-----------	----

DNA 出错——治疗预后良好类型	79
等待黎明的小萍——恒久性听幻觉类型	84
全中国的“真命天子”——长住疗养院类型	89
飞越杜鹃窝——从疗养院成功回归社区类型	92
精神病续集——儿童期精神分裂症	96
流氓魔——老年期精神分裂症	101

第四部 潜伏性精神病	107
------------	-----

少女小如之歌——精神病前兆	109
街头游龙——准精神分裂症性人格违常	113
倩女忧魂——妄想性人格违常	118
致命的吸引力——边缘性人格违常	125

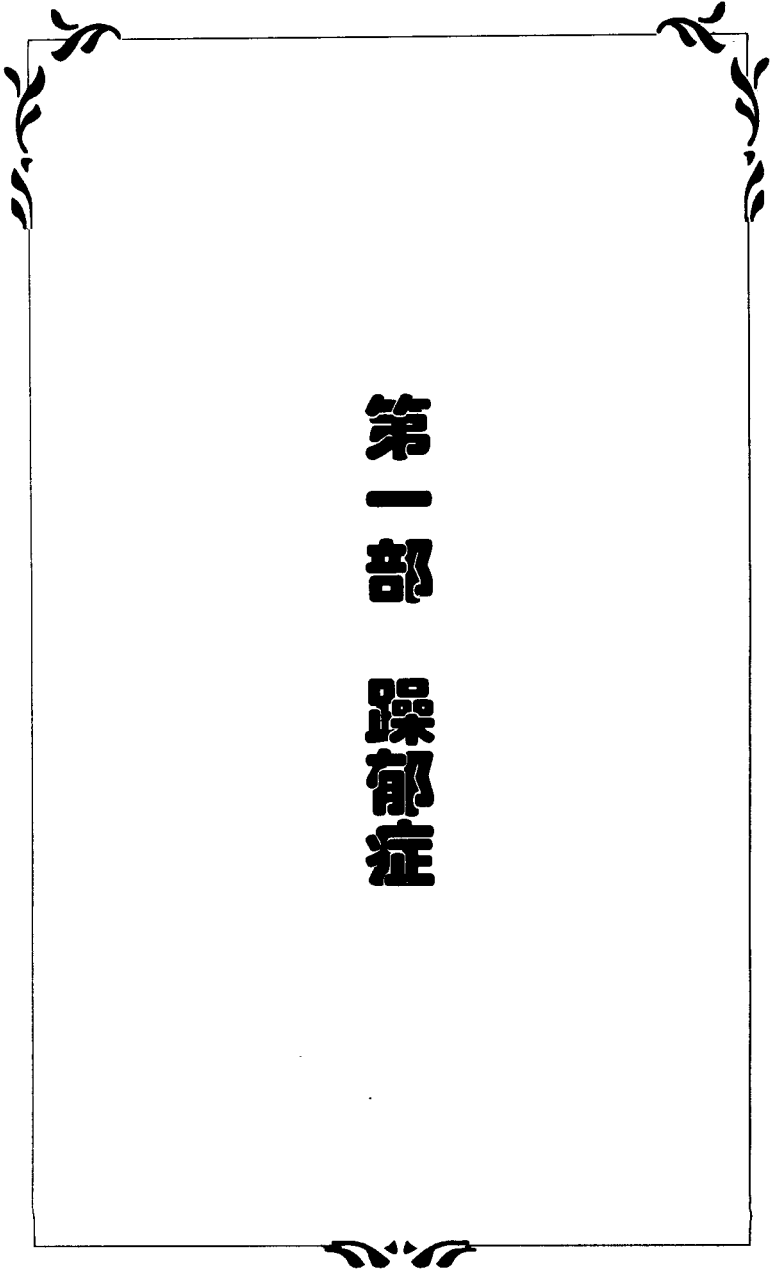
第五部 反应性精神病	131
------------	-----

无法控制的淫秽怪念头——强迫症引发妄想	133
同性恋禁忌——因同性恋困扰引发妄想	137
夜越深越害怕——恶梦连连引发精神病	143

第六部 器质性精神病	151
------------	-----

“女鬼附身”——癌症末期并发精神病	153
落难小天使——脑炎后遗症	158
癫覆人生——癫痫症并发精神病	162
追风少年兄——脑伤并发精神病	166

夕阳无限好,只是近黄昏——痴呆症并发精神病	170
一二三,木头人——帕金森氏症并发精神病	174
酒鬼阿龙——酒精戒断症候群	178
灵魂出窍——安眠药戒断症候群	186
有人要杀我——安非他命精神病	191
第七部 非典型精神病	197
巧合预见未来——视幻觉内容成真	199
无意识游走,失踪十九天——解离性精神病	203
年年春最好——自闭症合并精神病	208
落井下石,悲惨家庭——智能不足合并精神病	213
飞越杜鹃窝 (后记)	219

A decorative rectangular border with stylized floral motifs at the corners and bottom center.

第一部 躁郁症

躁郁症，又称为情感性精神病，或双极性精神疾病，俗称桃花疯。情绪过于高昂的表现称为躁症，或称处于躁期，情绪过于低落的称为忧郁症，或称处于忧郁期。两者在病患的发病过程中通常会混合交替出现，但有时在患病过程中只会单独出现其中的一种。

谨慎的小雨

——躁症

临床上躁症患者常表现出过度的愉快、兴奋、得意自大、意念飞跃、思想澎湃、联想力增快，甚至有夸大妄想。其妄想内容大多自以为异于常人，具有超强能力、财富或地位，有时自认为是上帝、神的化身或传人，可以拯救世人。

病患也常有过分慷慨、浪费金钱、喜好争论、爱干涉他人的表现，经常滔滔不绝，即使嗓子哑了也不罢休。也因精力充沛，常常计划过多、不眠不休。但因欠缺组织能力及现实感差，而显得行事草率，常有不当花大钱、不当投资、性泛滥及驾车超速等行为。有时病患会表现得幽默风趣、甚受欢迎，是为快乐型躁症。

但有时则会变得躁动不安、有敌意、易怒，甚至有暴力及攻击行为，是为烦躁型躁症。更有甚者，会出现精神混乱、夸大妄想和产生听幻觉等较严重的精神病症状。

躁症发作初期，或复发前期，也常会出现所谓轻躁期，会表现出躁症部分的症状，如情绪高昂、精力旺盛、思考及说话速度增快，有时也会出现些微的烦躁不安，但都还不会严重到影响学业、工作或人际关系的程度。几乎所有的躁症病患都会怀念这段时期的表现，甚至会故意停止服药，希望能自动来到轻躁期。因为轻躁期可能给当事人带来比平时更充足的能量，更清晰而敏锐的思考能力，更好的社交应对胆识，甚至更多的创造和计划能力。一旦轻躁期持续的时间够长，病患通常也可能取得某些学业或工作上的特殊成就。但是处在轻躁期，就像坐云霄飞车一般，随时可能冲上躁症的疯狂阶段，或是跌落忧郁的谷底，付出沉重的代价。

小雨的案例是典型的躁症案例。

今年 33 岁的小雨日前刚度过躁症侵袭期，现在正顺利地延续其研究所的课程。幸亏有其家人和朋友持续不断的关心和照顾，以及亲切的医师给予的最专业的情绪支持和治疗，才能

使她再度回到平静的日子里。

八年前，大学二年级第一次躁症发作时，一向文静、内向的她，突然变得很爱说话，上课当中会不断地评断老师上课的内容，也积极地进入系学生会担任起重要的干部职务。自己觉得好像突然间开窍一样，思考变得迅速且清晰，成绩突飞猛进，期末竟然第一次拿了书卷奖。于是自信满满，开始雄心勃勃地计划起竞选下一任院代表及学生会会长。

同学起先虽然觉得有些奇怪，但是看她表现还不错，认为她也许真的变好了。不过家人发觉她每天只睡两三个小时，竟然可以精神奕奕，而且每天晚上不是打了两三个小时电话，就是整晚熬夜地看着她最近花了大笔钱买回来的堆积如山的课外书，有经济学、企业管理、宗教、政治、文学等等，各行各业的专书。不定时还会对着家人发表她的政治理念，看新闻和报纸也会大放厥词一番。这一切看在同是大学生的弟弟眼里，觉得很担心，偶尔对她所发表的内容说点不同意见，则会惹得她暴跳如雷。

父母发现平时不爱打扮的她，最近却花了不少钱买衣服及化妆品，出门就打点得非常漂亮。这种情形持续了一两个月，没多久发现她在 PUB 交了男朋友，而且竟然怀孕了，在父母陪伴下去堕了胎。没想到之后发现她说话的速

度越来越快，甚至听不太懂她的意思，在家脾气也更加暴躁，动不动就甩门、摔东西。到学校动不动就跟人吵架，并且开始说一些奇怪的话，说她是上帝的使者，要来拯救世人，她有超能力可看透别人的心思等等。到最后竟然连续几天整夜不睡，四处游荡，在路上大吵大闹，于是家人才确定她真的不对劲，就送她到精神科病房住院治疗。

两星期后，她的情绪及精神状态才逐渐平静下来，又回复她原本文静、内向的样子。母亲高兴地说：“这才是我真正的宝贝女儿。”经过医护人员的积极教育，他们才了解到原来这是一种体质性的疾病，是大脑某种神经传导物质过度分泌造成的。发病初期，会处于一种所谓轻度躁症的阶段，当事人会觉得自己变得更聪明，思路也会更清晰，脑中对未来的计划变多，精力特别旺盛。表面上还让人看不出明显的异样，当病情继续发展，现实感和判断能力就会越来越差，也会变得更冲动、易怒，到最后就完全地崩溃，整个呈现出明显的精神病状态。如果能较早发觉轻度躁期的症状，加以积极治疗，通常可以避免继续恶化到躁症阶段。当治疗使病情稳定后，除了需要持续服药约一年之外，还需要注意避免有过度压力，睡眠要充足，最好能维持较稳定规律的生活方式，不

要给自己设定太高的生活目标。

小雨总共住院一个月，出院后，真的就照医师的指示乖乖地定期到医院看诊及服药。之后回到学校，顺利地完成学业，药物治疗也在这段时间与医师讨论后逐渐停掉了。这期间她曾交了一位男朋友，由于不想欺骗对方，交往不久，小雨就把之前生病住院的事告诉他，没想到之后他就这样不见人影。失望之余，哭了两三天，仔细想想，也许只要自己能维持健康，好好照顾自己，一辈子不嫁人也无所谓。就这样把感情的事抛到一旁，之后决定跟一些同学一起到乡下的学校教书。由于同学都了解她的过去，因此也就特别地关照她，就这样平静地过了五年。

为了能提升自己的专业能力，小雨决定要进修，考了两次研究所，终于考上了。于是收拾行囊，回到母校继续求学生涯，虽然很久没这么用功，不过自己求好心切，在半工半读下，发现自己并不输年轻人，因此又更加自信。

在一次为期三天的学术研讨会上，为了准备发表自己的作品，连续熬夜三天。在发表会上也自认非常成功，觉得自己的论点是会场上最棒的一个。于是变得非常兴奋，话也变多了，打起电话来也是说个没完没了，还会边讲边唱歌，甚至还讲英语。行为也越来越幼稚，跟家

人像小孩一样开玩笑，晚上也不睡，吵得家人睡不着。

有了八年前的经验，家人很快就察觉她的状况不对，于是带她找上以前的医师。由于发病不到两星期，经过医师仔细的药物和心理治疗，她的情绪很快就平息下来了。当然这是第二次的教训，从此小雨对自己的情绪状态和生活作息就更加小心，也尽量避免熬夜，至于功课呢？就马虎一点吧！精神健康比什么都重要。