

神經病的探討

艾登・麥樂 著
陳 驪 力 譯

香港世界出版社印行

目 錄

序	一
譯者序言	三
第一篇 神經病	
第一章 神經病的性質	六
第二章 焦慮性反應	二八
第三章 強迫觀念性反應	五七
第四章 抑鬱性反應	七四
第五章 歇斯的里症與心身症	八八
第六章 神經病與治療	一一五
第二篇 人格的障礙	
第七章 人 格	一三〇
第八章 社會病態人格的紊亂	一四〇
第九章 性慾的變態	一六五
第十章 成 癮	一九九

序

人類變態行爲的歷史，是跟人類的歷史一樣久遠的。從地球上有人類存在以來，變態行爲便伴隨而生了。有時候，我們在看患有變態行爲者——即是平常所謂的「瘋子」——的行爲，我們會覺得他們彷彿是存在於另一個世界裏，他們的所作所爲，都是如此的異常，如此的不可思議，甚至我們還會懷疑他們是否非我族類？然而，當我們自己面臨某些困境，受到某種挫折，情緒受到嚴重困擾，而瀕臨崩潰邊緣時，我們又會體會到：健全和瘋狂其實祇不過是相隔一綫而已！近代主張學習理論的心理學者更以爲：變態行爲和正當的行爲都是經由同樣的學習原則學來的，某些行爲之所以被目爲「變態」，祇不過是這些學來的行爲不合時宜，不符社會的標準罷了！

換句話說，我們每個人都有失常的傾向，我們每個人的行爲都有變成變態的可能！那麼，我們應該如何防止自己的行爲趨向變態呢？保持自己身心健全的方法固然有許多種，然而最簡捷有效的方法莫過於了解變態行爲的成因、症狀、以及防範等等。

本書原名「神經病與人格障礙」(Neurosis and Personality Disorder)，是「障礙的生命」(Lives in Disorder)一套叢書中的一本。原作者麥克奈爾博士(Dr. Mc

(Zell)是密西根大學心理學教授，同時也是該套叢書的編纂人。本書對於各種異常行為的分類及現象，有極為詳盡的描述，對於人類行為有研究興趣的人，這是一本極具參考價值的書。當然這篇短短的文章是無法說明詳盡的。主要，在以這篇序言，讓讀者約略知道本書的真實性質，並且表達個人對於譯者，也是摯友，「欣然從命」的意思。

黃光國

我們對於「神經病」一詞可能並不覺得陌生，通常只要看到誰做錯了什麼、敏感、狐疑或神經兮兮的，那麼很可能就嘲弄他是「神經病」；可是，大部份的時候我們都清楚，事實不一定是如此。

神經病是一種情緒上的紊亂，患者可能爲了消除內心嚴重的焦慮，不知不覺中採取逃避性的自衛方法，因此在心理造成對真相發生錯誤而扭曲的印象。當然，一個人在遭遇到困難或衝突時，最好是面對現實，考慮問題的所有癥結，然後想出一套具體有效的辦法。可惜，神經病似乎使得一個人無法正確了解他自身衝突的全部真相，因此不能設想出針對解決問題的方法，或所應用的方法並不合宜。

可以瞭解，神經病的患者一旦精神遭受壓力時，便可能將他大部份的精力與時間消耗到許多無謂，甚至毀滅性的歧途之上。譬如在本書所舉的一個例子裡，提到了一位權威性的人物，他是我們可能看得見的那種頤指氣使、冷酷而沒有人情味的上司。一個人一旦必須與這種人物朝夕生活在一起，那麼最好表現相安無事的態度，掩飾內心的激動，以合作的精神完成所交待的可憎的命令，或雖然欠缺光明正大，仍然伺機表示適當的恭維，這些都是解決問

題的實際方法。然而神經病者就不然了，他的反應過火，往往與他的上級爭吵、挑戰，又煽動其他的員工，或公開毀謗上級。結果，這種反應可能使得情勢更緊張，而不是真正解決了困難。

事實上，許多人可能由於幼時便已經埋伏下不健全的心理因素，或由於身體上的疾病（例如梅毒是腦損傷的主要原因，可以導致癡呆和誇大的紊亂思想），再加社會不斷增長的嚴酷壓力，而致罹患神經病或引起人格方面的障礙。那麼怎樣才是亡羊補牢的辦法呢？我們知道，精神分析療法必須使病人了解他深藏的癥結，方能發生治療的效果。因此無論事實健全與否，這方面的知識對於每一個人的助益都是良深的，因為它可以將無形的非建設性或毀滅性的力量轉變為建設性的力量。

本書實際上包括神經病與人格障礙（*neurosis & personality disorders*）兩篇。在前一篇的神經病中，作者一面淺釋各種心理學的名詞，一面從各種類型的神經病，例如抑鬱症、心身症、歇斯的里症、恐懼反應、自殺問題等等，討論它們的性質、成因、症狀和療法等，並且舉出各種生動的病例，增加讀者的了解。

在另一篇人格障礙中，除了討論孩童期的人格障礙、精神變態、種種性變態……外，並且討論了最新的酗酒、毒癮等美國的現代問題，這些都能夠深入淺出，解釋它們的成因、性

質、症狀以及最近嘗試的各種治療方法。

最後，要感激我的好友黃光國先生，他給予我許多可貴的指教，並且在出國匆忙的臨行之前，特意爲我寫了另一篇序言，以他在心理學方面的造詣，必然使書生色不少。

譯者 陳重光

第一篇 神經病

第一章 神經病的性質

是什麼問題或困難使得有些人去求治於心理學家或精神病學家呢？

第一節 異常的行爲舉例

——一位二十七歲的女人，外表活潑而動人，她對於自己與其他男人亂交的行爲，心裏開始越來越擔心了，她對於自己無法拒絕男人而感到罪惡與不潔，但是在她清醒的時候，老是想到了性方面的事情。

——一位年青的主婦總是被死亡的念頭糾纏住，即使檢查許多次的身體以後，還是不能使她放心。當每位檢查過她的醫生告訴她，她的身體健康的時候，她就幻想「某些人走出醫生的辦公室，而臥倒在街上死去」。

——一位退役的軍人固執地在他的生活中，躲避與細菌接觸的機會。他不敢去碰門柄，而且在經過醫院的時候，急急忙忙的屏住呼吸。

——在最需要全副精神來處理業務的時候，一位中年的事業家發現他常常昏昏欲睡，無法集中自己的精神。

——一位生活非常有規律的會計師離開了他的家庭，在另外一個城市中改名換姓生活。幾個月以後被找到了，他卻不能記起他離開家庭以前的生活來。

——在父親去逝後不久，一位年青女人的眼睛變瞎了，耳朵也聾了，而且她的四肢喪失了一切的感覺。醫生找不出什麼生理上的疾病來解釋這些症狀，然而她卻對自己這樣悲慘的遭遇不感到一點悲傷。

所有以上人類所表現的這種行爲，我們最常稱呼爲精神性神經病 (psychoneuroses) 或神經病反應 (neurotic reactions)。精神性神經病是一種情緒上的紊亂，它的特徵是有嚴重的焦慮或對於躲避焦慮採取過份的防護。罹患神經病的人，他的個性並沒有被破壞，因此通常不需要住院治療。神經病是種相對和過度反應的障害：例如患有恐懼症的人不敢接觸門柄，而卻有些人在轉動門柄以前，再三的摸觸它。有些人不能離開他們的房間，而有些人卻受不了被關在裏面的感覺。在醫學上，這些人都不算生病，因為找不到疾病來解釋他們的障害。

障害與適應

要實際的解決以上所說的困難與衝突，最好的辦法是，先研究問題的主要徵結，再計劃出合理的醫療方針。不幸地，那些罹患神經病的人似乎沒有能力正確了解他們內心衝突的所有徵結，而且本身也沒有足夠的能力替自己設想出解決的方法，或者他們解決問題的辦法都不是妥切適中的。例如，大多數人都有一種問題牽涉到權威性的人物，這些人物是專制的、過份指使的、或者缺乏同情心。假如一個人被迫與這樣的權威人物一起工作或生活的話，那麼一面保持和諧的態度，而且以合作的精神完成不愉快的交待，一面又隱忍掩飾他自己的不滿或激動，或甚至內心雖然不值而仍然相機奉承，這些都是解決問題的實際辦法。但是，神經病者卻小題大作，發生爭執、激怒、不服、敵視，或公開誹謗對方。他的行為反應，可能使問題越尖銳化，而不是解決了問題。

「適應 (adjustment)」是解決人與人之間所發生問題的可行方法，即一個人如無法改變別人對他的要求，那麼就要改變他自己內心的感覺與思想，或者改變他外表的反應，使問題看起來不再對他的生活有任何的重要性。要了解神經病與個性的紊亂 (personality disorders)，首先了解「適應的過程」是十分重要的。

所有生物都趨向於保持生理上與心理上的和諧與平衡。當這種內在的安寧狀態被身心的

不足或需要所破壞時，身體上的機能即發生作用，直到這種刺激消失為止。因此，適應包括了滿足的需要與緊張的消滅，也就是，克服社會上或身體上的障害，以建立與環境之間令人滿意的關係。在比人類低等的動物中，它們適應的行為只限於依賴本能的幫助。例如，螞蟻之建築居處，鳥類冬天之向南飛行，鮭魚之逆流而遊以產卵，都是它們不學而天生就會的例子，這些例子看來就是它們具有的天賦反應。

人類就缺乏這些天生的反應，然而他卻幸運地擁有許多的能力，能夠在學習的過程中，逐漸適應，也就是，對他自己的行為做適當的改變。其他的動物就不然，即使它們本能的行為會產生危害的後果，它們仍然不知道去適應環境中的變化。不過，人類行為之具有更大的伸縮性也是可能使他更容易失去和諧與產生衝突的來源。

充其量，適應是種複雜的活動過程，因此必須以比較而非絕對的方法來估計它的得失。假如（適應後的）反應的方式能夠減少內心常有的緊張，而不會過份的妨害其他動機的滿足，或妨害其他人的適應時，那麼這種反應就可以被認為是充分、有效或「良好」的。

因為內心的衝突（在自我內心中的動機發生了衝突）是神經病狀態中最顯著的特徵，因此神經病患者通常對於取捨同時發生好惡兩種矛盾的情感，而且對於人物與環境感覺既有趣又害怕。這些衝突可能使他坐立不安、不能滿足、心頭鬱悶、消沉、或煩躁。而且即使病人

自己調整衝突，結果並不理想，因為雖然應付了某些緊張，還有其他重要的無法處理。

第二節 動物的「神經病」

研究動物的神經病後，很有趣地說明了適應方面的某些重要事情。爲了更進一步了解人類罹患神經病的內幕，朱力斯·馬薩門（Jules H. Masserman）與其他學者利用實驗讓動物患上神經病。他們使用的方法簡單。開始，他們將一隻非常飢餓的貓關進一個玻璃籠裏，然後將食物擺在籠子內，且可以掀合的盒子中。每次餵食的時候一到，便有一道閃光及一聲鈴響作爲信號。當這隻貓同時感覺到閃光與鈴響的時候，它便跑到食盒的前面，掀起蓋子。偶然它在掀起蓋子的時候，會有壓縮空氣大聲爆響發生，貓就會被驚嚇而跑到籠子的另一端，在那裡緊張的蹲伏着。然而貓忍不住飢餓，每次都走回食盒，而且它慢慢從一連串捉摸不定的事件中知道，有時候食盒會引起意外，可怕的空氣爆炸，而其餘的時候則會供給食物，可以不必受到驚怕，自由食用。幾天以後，飢餓與恐懼之間的衝突使得這隻貓一感覺到餵食的信號便產生了焦慮不安（緊張、血壓與脈搏增加，突然排尿或排糞）。以前安靜的貓現在變得坐立不安，徐行而東張西望，有些貓則變得專心一意注意自己（不安地舌舐清潔自己的身體，而且不斷地盼望人家的撫摸），而有些貓則變得充滿敵意，動不動就攻擊。

只要強迫動物在兩種誘惑而互相排斥的慾望或滿足中選擇一種，便也可能誘發一樣嚴重

而持續性的失常行為。例如，讓一隻性慾與食慾同樣旺盛的雌貓只能在食物與雄貓之間挑選一種。像這種互相排斥而又實際的慾望或動機，會引起嚴重的焦慮不安、強迫的退縮、或麻痺性的沮喪。正常的動物一旦生活在這種矛盾的環境下，就會變得魂不守舍、優柔寡斷了；假如神經病的動物繼續暴露在這種衝突而有問題的情況下，那麼就會顯出來更嚴重的不正常行為。

當然，我們很想將「神經病」貓的行為與人類衝突反應作一比較。例如，將酒精加入「神經病」貓的牛乳中，它們的胆量靠酒精而壯大起來，帶着無所謂的樣子走向食盒，一點不擔心可能發生的危險後果。雖然這種行為會使我們連想到一位醉漢的樣子，但是兩者之間卻不是完全相同的。人類是更複雜的動物，因此我們必須直接去研究人類所具有的獨一無二的個性，才能真實了解神經病。

不過話說回來，這種誘發動物產生神經病的早期研究卻也是相當有趣的，我們必須問，這些比較性的研究是如何幫忙我們了解人類的神經病。動物研究的優點是客觀、可靠，而且能夠以明白的詞句說明某些真相，不過它的缺點是它適用於人類的情形是有限的。就像渥爾曼 (Wolman) 說的，「一個人可能，或不會相信動物實驗所產生的情形是一種神經病」（見後）。大部份時候，那些作動物實驗的人，毫不遲疑的把他們觀察到的現象，思索整理成

有關精神失常方面的理論，縱然這些理論所根據的事實是絕對可靠的，然而他們結論的正確性卻有可疑的地方。當渥爾曼仔細檢查了動物實驗的工作以後，他懷疑，這種實驗是否能全部或部份適用到人類。因此他質問，「是否無論什麼時候一個人不能分辨一個圓圈與橢圓，他的精神就會崩潰呢？是否隨遇而安，平淡而沒有目標的人，就必然會遇到挫折呢？這些人是否毫無疑問會得到神經病呢？」（見後）

因此，從動物搬到人類的理論，很少經得起考驗的。雖然類推的方法不失為有用，且能激起思想的工具，但是卻容易使一個人導致許多的邏輯錯誤。即使最完善的動物研究也不能取代對人類作直接的研究。比較性的研究可用來當作參考，因此我們現在須要把注意力轉向關係更直接的研究——人類的異常。

第三節 個性的發展與神經病

假如不談到個性的結構、發展和功能，就無從了解神經病。我們將簡明扼要的解釋一些佛洛伊德（Freud）對於精神功能、個性的結構和自我發展的方式所持的觀點與前提，因為這些都密切關連到神經病的形成，而且可以提供部份觀念方面所需的資料，以解釋焦慮性神經病（anxiety neurosis）、抑鬱（depression）、強迫觀念性反應（obsessive and compulsive reactions）、歇斯的里症（hysteria）、和恐怖症（phobia）。

首先佛洛伊德主張，所有的行為都離不開動機，必然有引發的因素促成行為的發生，因此行為一般都是有目的（purposeful）。其次，他相信絕對的心理學決定論（psychological determinism），那就是，沒有一件行為，感覺或思想是偶然、無意或無因而起的。第三，他主張欲了解現在的行為，必須先明白以往的生活情形。第四，他利用潛意識的動機這一觀念，來解釋我們時常自己本身無法了解的行為。

意識的層次

意識的經驗（conscious experience）就是當時所知覺與注意到的那些思想與感覺。意識前的經驗（preconscious experience）就是存在於心裡的記憶等，雖然當時不為一個人所知覺，然而只要一個人願意，就能夠在心神集中以後知覺到。例如，假如有人問你，是誰寫湯姆歷險記這本書的話，你可能回答是「馬克吐溫」，但是在沒有發出這個問題以前，你的意識中並沒有知覺到這件事實。

不過，潛意識或無意識中的精神活動卻不能像這樣而知覺到。經過所謂的抑制（repression）活動，我們每一個人的精神器官（psychic apparatus）就會「設法」消除意識中痛苦或不喜歡的（情感上的）衝動、幻想、或動機。這種精神上靈巧的自衛方法，能夠使一個人解除意識中的焦慮所產生的壓力，但是這樣做，無疑代價是昂貴的。因此，最理想是

，我們每一個人應該直接面對事實來解決問題，而不需要依賴於自欺的方法。不過事實上，只有很少幾個非常成熟的人才做得到這一點。

潛意識中存在着一個人所無法直接知覺的需要、動機、想像和情感上的衝動，雖然如此，它們對於目前的行為與感覺卻具有支配性的影響力。這些潛意識只能從所說的話、作的夢、錯誤的行為，以及從神經病的機能障害所透露的線索，加以推理而知曉。像這樣，使潛意識的事物浮現於意識中，就是佛洛伊德治療病人神經病症狀的第一道處方。因為佛洛伊德認為，在病症後面、隱伏着一連串病人不自覺，且時常不願知道的情緒上的事件。

個性的結構

佛洛伊德贊同「個性 (personality)」是遺傳 (genetic) 或進化 (developmental) 的觀點，即欲透徹了解一個人，最好的方法是將他看成一個受到生理的驅策、唯命是從的組織，需要週期性的滿足與鬆懈，以減輕緊張。在胎兒的時期中，個體的需要全部由自動的生理系統去操心；即一旦發生需要，可以不必緊張而獲得滿足。在出生以後，孩子的需要不再是自動可以被滿足了，因此他必須依賴外界的環境來供給他自己需要的食物、飲水、溫暖、乾燥、適當的清潔和適度的刺激。不但如此，在他發生需要與得到滿足的間隔時間會延緩更長。