

增订本

变态心理学

ABNORMAL PSYCHOLOGY

隋岩 (知名心理作家) 著

京师心智 (专业心理培训机构) 组编

拿什么证明你不是变态

萝莉控 恋物癖 贪食症 幽闭恐惧症 强迫症 抑郁症 密集恐惧症
自杀行为 瘾症 药物依赖 精神分裂 偏执狂 焦虑症 社交恐惧症

中国法制出版社
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE



变态心理学

ABNORMAL PSYCHOLOGY

隋岩 (知名心理作家) 著

京师心智 (心理学领域名师) 组编

中国法制出版社
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

变态心理学 / 隋岩著. —增订本.

—北京: 中国法制出版社, 2015. 1

(心理学世界)

ISBN 978 - 7 - 5093 - 5781 - 1

I. ①变… II. ①隋… III. ①变态心理学 - 通俗读物

IV. ①B846 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 246718 号

策划编辑: 刘峰 (52jm.cn@163.com)

责任编辑: 郭会娟 王 玥

封面设计: 周黎明

变态心理学

BIAN TAI XIN LI XUE

著者/隋岩

经销/新华书店

印刷/河北省三河市汇鑫印务有限公司

开本/710 × 1000 毫米 16

版次/2015 年 1 月第 2 版

印张/15.5 字数/210 千

2015 年 1 月第 1 次印刷

中国法制出版社出版

书号 ISBN 978 - 7 - 5093 - 5781 - 1

定价: 36.00 元

北京西单横二条 2 号

邮政编码 100031

网址: <http://www.zgfzs.com>

市场营销部电话: 010 - 66033393

值班电话: 010 - 66026508

传真: 010 - 66031119

编辑部电话: 010 - 66038703

邮购部电话: 010 - 66033288

(如有印装质量问题, 请与本社编务印务管理部联系调换。电话: 010 - 66032926)

前 言 原来“变态”如此简单

第一章 大脑的画外音——认知障碍

- 一个圆环和一根轴——不识症 / 10
- 假作真时真亦假——头脑中的幻觉 / 13
- 张公帽掇在李公头上——记忆错构 / 18
- 韩国美女都长一个样——我们都有脸盲症 / 24
- 当反射弧上了高速路——思维奔逸 / 29
- 多走一万里，进化一大步——进入诡辩的时空 / 34
- 一心是一佛国——痴心妄想 / 37
- 拓展视野：当你怀疑自己异常时 / 42

第二章 与躁狂、抑郁相伴——心境障碍

- 花儿不香、草儿不绿、鸟儿也不唱——抑郁人生 / 46
- 笑嘻嘻地哭泣——微笑型抑郁症 / 52
- 如打了鸡血一般——躁狂来袭 / 57



是疯子，还是沉思者——躁郁双相 / 62

活着就是为了死吗——自杀行为 / 66

梦旅人也有美丽心灵——精神分裂 / 72

拓展视野：躁狂、抑郁创造的天才 / 78

第三章 给浮躁的心洗个澡——焦虑障碍

不仅仅是少女的羞怯——社交恐惧 / 82

从来不乘电梯——幽闭恐惧症 / 88

谁是藤壶控——密集恐惧症的死穴 / 93

一颗惴惴不安的心脏——焦虑无处不在 / 96

对文字产生“洁癖”——每个人都有强迫症 / 101

噩梦一再重演——PTSD 患者的内心世界 / 106

“鬼神附体”的心意病——癔症 / 111

拓展视野：患有强迫症的飞行者 / 117

第四章 如果吃饭成了问题——进食障碍

卡伦·卡朋特的悲剧——神经性厌食症 / 122

肚子里住着一只贪吃鬼——神经性贪食症 / 128

拓展视野：肥胖是会呼吸的痛 / 134

第五章 嗜药者和瘾君子——药物依赖

来自新石器时代的圣物——大麻 / 138

有毒的罂粟花——鸦片 / 143

让人欲罢不能的兴奋剂——安非他命 / 148

美酒虽好，不宜贪杯——酒精依赖 / 153

是药三分毒——药物滥用或成“瘾君子” / 158

迷恋那一抹淡淡烟草味——烟草依赖 / 163

拓展视野：酒精与暴力 / 167

第六章 ▶ 活在套子里的人——人格障碍

令人头疼的神经过敏——遇到偏执狂 / 172

天生杀人狂——反社会型的人格 / 178

如果人生变成一出戏剧——表演型人格 / 182

超然乎，逃避乎——自卑的人 / 187

变了味的完美主义者——强迫型人格 / 191

拓展视野：分裂样人格、分裂型人格与人格分裂 / 196

第七章 ▶ 心灵工画师——性与性别

心理上的“阳痿”——并不纯美的爱恋 / 200

丝袜的致命诱惑——恋物一旦成癖 / 205

踩着高跟鞋的大汉——雌雄莫辨 / 210

一树梨花压海棠——大叔都是萝莉控 / 214

心中的那座断背山——同性之爱 / 219

维多利亚时代的英国恶习——虐恋 / 225



拓展视野：大卫的悲剧 / 229

第九章 彩虹天堂的方向——黑白童年

蹦蹦跳跳的小朋友——多动的儿童 / 234

你是造物者的恩宠——孤独的孩子 / 236

花花世界花家姐——智障儿童 / 240

拓展视野：孤单是一个人的狂欢——有关孤独症的电影 / 244

原来“变态”如此简单

为什么一个人会冷酷无情、麻木不仁？

为什么那些怪叔叔总是喜欢小萝莉？

为什么女孩总是幻想被帅哥推到墙上强吻？

自残者到底是勇敢还是懦弱？

打算收集各种怪异的梦境，然后拍成短片，为什么被各种人骂“神经病”？

如果一个人总是喜欢看重口味的电影，比如僵尸、变态杀人狂之类的，他是变态吗？

如果你也有类似的这些想法，你觉得自己是神经病、死变态，还是一个再普通不过的路人甲？当人们习惯性地“你神经病啊”、“×××是个变态”当作骂人的话，似乎从来没有考虑过，这些词汇在作为专业术语时到底是什么含义。一个人有病与否、变态与否，真的可以凭借一段令人厌烦的黄色笑话，或者一个招人嫌的举动轻易判定吗？还是说，我们要慎重使用这些词汇，因为它们代表的含义常常和想当然的解释相差十万八千里。



作为心理学的一个分支学科，变态心理学的定义尚不确切。心理学家习惯用“Abnormal Psychology”来定义这门科学，称之为变态心理学或异常心理学。当然，这个变态（abnormal）就是相对于常态（normal）来说的。心理学家在用心理学原理和方法来研究病人的异常心理或病态行为时，变态心理学又变成医学心理学的一个分支，称为精神病理学（Psychopathology）。

因此，变态心理学的研究对象有了两种分法。按照心理过程来分，变态心理学研究的是感觉障碍、知觉障碍、注意障碍、记忆障碍、思维障碍、情感障碍、意志障碍、行为障碍、意识障碍、智力障碍、人格障碍等；按照临床疾病的症状来分，变态心理学研究的是神经症、精神病、人格障碍、药物和酒精依赖、性心理障碍、儿童行为障碍、智力落后等。在本书中，笔者综合了这两种分法，旨在让读者更全面地了解变态心理学的对象范围。

说起来，大多数人都曾有过“变态”的心理体验，如抑郁、强迫、攻击性、表演型人格、神经性厌食。但是，很少有人被确诊为心理疾病，住进医院，接受药物和心理上的治疗。这是因为人们平常感受到的变态，和临床标准上的变态并不一致，那些看似变态的心理体验，还没有达到需要药物治疗、心理治疗的严重程度，都属于“正常”的心理表现。

按照严格的标准，人们能够区分出“正常”与“变态”的行为，但是，基于标准和经验来判断一个人是否变态却并不容易。即使是一位心理工作者，也很难通过一般的观察和交往来判断变态和正常人。或许可以这样说，变态和常态的界限原本就不是那么泾渭分明的。就像天才和疯子一样，变态和常态就像住在隔壁的邻居，稍不留神，走错了门，就陷入了迥然不同的境地。

在本书中，笔者介绍了认知障碍、心境障碍、进食障碍、药物依赖、人格障碍等众多变态心理和行为。在判断标准上，都是采用世界卫生组织出版的

《国际疾病分类标准》和美国精神病联合会制定的《心理障碍诊断和统计手册》（DSM-IV），标准归标准，在遇到实际问题时才会发现，所有的标准都没有真实的症状来得生动。

除了每一章节对心理障碍类型的介绍，在章末还有延伸阅读的“拓展视野”栏目。旨在帮助读者捋清思路，不至于迷失在众多的怪癖和疾病中；并希望在严肃的患者经历、治疗方法之后，提供一些轻松的名人故事或心得感悟。

读完这本书，你会看到那些被称为“变态”的人，尽管有时歇斯底里，有时冷漠残忍，实际上，他们也是弱者，是被命运困住的人。重新认识“变态”这个词汇，是笔者希望大家留下的读书心得。



前言 原来“变态”如此简单

第一章 大脑的画外音——认知障碍

- 一个圆环和一根轴——不识症 / 10
- 假作真时真亦假——头脑中的幻觉 / 13
- 张公帽掇在李公头上——记忆错构 / 18
- 韩国美女都长一个样——我们都有脸盲症 / 24
- 当反射弧上了高速路——思维奔逸 / 29
- 多走一万里，进化一大步——进入诡辩的时空 / 34
- 一心是一佛国——痴心妄想 / 37
- 拓展视野：当你怀疑自己异常时 / 42

第二章 与躁狂、抑郁相伴——心境障碍

- 花儿不香、草儿不绿、鸟儿也不唱——抑郁人生 / 46
- 笑嘻嘻地哭泣——微笑型抑郁症 / 52
- 如打了鸡血一般——躁狂来袭 / 57



是疯子，还是沉思者——躁郁双相 / 62

活着就是为了死吗——自杀行为 / 66

梦旅人也有美丽心灵——精神分裂 / 72

拓展视野：躁狂、抑郁创造的天才 / 78

第三章 给浮躁的心洗个澡——焦虑障碍

不仅仅是少女的羞怯——社交恐惧 / 82

从来不乘电梯——幽闭恐惧症 / 88

谁是藤壶控——密集恐惧症的死穴 / 93

一颗惴惴不安的心脏——焦虑无处不在 / 96

对文字产生“洁癖”——每个人都有强迫症 / 101

噩梦一再重演——PTSD 患者的内心世界 / 106

“鬼神附体”的心意病——癔症 / 111

拓展视野：患有强迫症的飞行者 / 117

第四章 如果吃饭成了问题——进食障碍

卡伦·卡朋特的悲剧——神经性厌食症 / 122

肚子里住着一只贪吃鬼——神经性贪食症 / 128

拓展视野：肥胖是会呼吸的痛 / 134

第五章 嗜药者和瘾君子——药物依赖

来自新石器时代的圣物——大麻 / 138

有毒的罂粟花——鸦片 / 143
让人欲罢不能的兴奋剂——安非他命 / 148
美酒虽好，不宜贪杯——酒精依赖 / 153
是药三分毒——药物滥用或成“瘾君子” / 158
迷恋那一抹淡淡烟草味——烟草依赖 / 163
拓展视野：酒精与暴力 / 167

第六章 活在套子里的人——人格障碍

令人头疼的神经过敏——遇到偏执狂 / 172
天生杀人狂——反社会型的人格 / 178
如果人生变成一出戏剧——表演型人格 / 182
超然乎，逃避乎——自卑的人 / 187
变了味的完美主义者——强迫型人格 / 191
拓展视野：分裂样人格、分裂型人格与人格分裂 / 196

第七章 心灵工画师——性与性别

心理上的“阳痿”——并不纯美的爱恋 / 200
丝袜的致命诱惑——恋物一旦成癖 / 205
踩着高跟鞋的大汉——雌雄莫辨 / 210
一树梨花压海棠——大叔都是萝莉控 / 214
心中的那座断背山——同性之爱 / 219
维多利亚时代的英国恶习——虐恋 / 225



拓展视野：大卫的悲剧 / 229

第九章 彩虹天堂的方向——黑白童年

蹦蹦跳跳的小朋友——多动的儿童 / 234

你是造物者的恩宠——孤独的孩子 / 236

花花世界花家姐——智障儿童 / 240

拓展视野：孤单是一个人的狂欢——有关孤独症的电影 / 244

大脑的画外音 ——认知障碍



如果大脑是由互联网构成的错综复杂的网络，感觉、知觉、思维、记忆就变成了其中的电路和光缆，一旦电路、光缆出了错，难免会出现信息混乱、记忆缺失、思维停滞。于是，勺子不是勺子，变成了铁棍；张三不是张三，变成了李四。反射弧上了高速公路，整个世界都进入了诡异时空。



一个圆环和一根轴——不识症

在这个丰富多彩的世界里，人们根据眼、耳、口、鼻的功能，来感受每时每刻的外界刺激。刺激作用于感官的结果，便是人们的感受，比如，我们会看到天边一抹刺眼的红，或者山林间一处娇嫩的黄。如果只是单纯地凭某一种感觉了解世界，那么，周围环境只能充斥着各种各样的形状，方的、圆的、扁的；各种各样的颜色，红的、黄的、绿的，而不会有任何丰富立体的意义。

所幸，生活中从来都没有孤立的感觉，在我们感觉到某一事物的属性——形状、颜色、大小、质感时，同时也知觉出了它们的本质，而将这些关联的属性组合起来的心理功能便是知觉。当我们看到一个红红的、圆圆的，摸起来很光滑，咬一口清脆香甜的水果时，知觉告诉我们说：它是一只苹果。

可以说，当事物的某一个属性，或者多个属性在头脑中得到反映时，便成了感觉；当事物的所有属性综合起来，统一在头脑中反映时，便成了知觉。理论上说，感觉让我们的眼睛看到颜色、鼻子嗅到气味儿，手指触摸到温度；知觉则告诉我们，眼睛看到的是美丽的彩虹，鼻子嗅到的是芳香的草莓，手指摸到的是寒冷的冰块。看起来，这两者是有先有后，分开来的，实际上，由于神经传递非常迅速，感觉和知觉在时间上并没有特别大的差距。或者说，