



变态心理学

案例、成因、诊断、治疗

隋岩（知名心理作家）◎著

京师心智（专业心理教育机构）◎组编

Abnormal Psychology

台海出版社

Abnormal Psychology

变态心理学

案例、成因、诊断、治疗

隋岩（知名心理作家）◎著
京师心智（专业心理教育机构）◎组编

台海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

变态心理学：案例、成因、诊断、治疗 / 隋岩著. --
北京：台海出版社，2018.1

ISBN 978-7-5168-1720-9

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 (2017) 第 317994 号

变态心理学：案例、成因、诊断、治疗

著 者：隋 岩

责任编辑：高惠娟 贾风华

责任印制：蔡 旭

出版发行：台海出版社

地 址：北京市东城区景山东街 20 号 邮政编码：100009

电 话：010 - 64041652 (发行，邮购)

传 真：010 - 84045799 (总编室)

网 址：www.taimeng.org.cn/thcbs/default.htm

E - mail：thcbs@126.com

印 刷：北京凯达印务有限公司

开 本：710 毫米 × 1000 毫米 1/16

字 数：177 千字

印 张：14

版 次：2018 年 4 月第 1 版

印 次：2018 年 4 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5168-1720-9

定 价：39.80 元

版权所有 侵权必究



前言

读者诸君，这是一本有关变态心理学基本内容及治疗建议的心理学科普书籍。这也是我出版的第六部《变态心理学》专著。本书的特点是以变态心理学基本内容为基础，挑选出与大家的日常生活息息相关的异常心理重点介绍，结合当下社会上发生的各类异常现象，以贴近生活的方式介绍变态心理学及其治疗。

本书一共有十一个章节，从内容上可以分为三个主要部分：

第一部分是第一章、第二章，算是整本书的“绪论”，从历史与现实介绍变态心理学的发展以及心理学对变态心理的评估、诊断与研究。第一章包括如何定义“变态”、人们对变态心理学的早期认识，变态心理学一路走来的流派发展和研究等。第二章则具体介绍临床面谈、行为观察等评估诊断方法。

第二部分包括从第三章到第十章，分别从焦虑障碍、应激障碍、心境障碍、人格障碍、进食障碍、药物依赖、童年期障碍、老年期障碍等方面具体地介绍异常心理的表现、诊断与治疗。

第三部分即最后一章，从心身疾病的角度讨论生理因素与心理因素的交互作用。对一切心理异常的认知都是为了获得更健康的生活，想要获得健康的心理状态，则需要从性格因素、处理问题的方式、应对压力的方式等多方

面努力。这一章的基本观点来自健康心理学，希望能起到抛砖引玉的作用，引起读者朋友对身体疾病中的心理因素的重视。

总之，希望大家从这本书中获益，在生活中保持身心健康。

隋岩

目 录

| | |
|----------------------------|--------------|
| 第一章 谁人来识病与变——初知变态 | / 001 |
| 此变态与彼变态——何以定义变态 | / 002 |
| 变态者在中世纪——对变态的早期认识 | / 006 |
| 异常者一路走来——变态心理学发展 | / 009 |
| 心理学家这样想——经典的心理学流派 | / 013 |
| 第二章 术业有专攻——评估、诊断与研究 | / 017 |
| 谁是变态谁不是？——评估三要素 | / 018 |
| 唠十块钱心理嗑儿——临床面谈 | / 022 |
| 言谈举止深探——行为观察 | / 026 |
| 异常与否测出来——心理测验 | / 030 |
| 破译神经细胞密码——脑功能成像技术 | / 036 |
| 第三章 惶惶不可终日——焦虑障碍 | / 041 |
| 日复一日的紧张——广泛性焦虑 | / 042 |
| 怕这怕那惊到死——特定恐怖症 | / 046 |
| 一句话逼死强迫症——强迫的真相 | / 050 |

定心安神的困境——神经衰弱 / 054

当情绪进入肉体——躯体形式障碍 / 058

第四章 或战斗或逃跑——应激障碍与癔症 / 063

葬礼上的灵异事件——看不见的创伤 / 064

比利·林恩的焦虑——创伤后应激障碍 / 068

初来乍到不知情——适应障碍 / 072

回想昨日与今天——癔症的研究历史 / 075

最完美的装神弄鬼——癔症不是神经症 / 079

第五章 让我欢喜让我忧——心境障碍 / 083

把悲伤留给自己——抑郁症 / 084

冰与火之痛——躁狂抑郁双相 / 087

抑郁之所以抑郁——可能的原因 / 090

抑郁作为流行语——社会认知 / 093

第六章 透视心灵面具——人格障碍 / 097

是天才，也是狂徒——偏执型人格障碍 / 098

养出来的疯子——反社会型人格障碍 / 102

走在幸福边上——边缘型人格障碍 / 107

躲进小楼成一统——回避型人格障碍 / 111

第七章 吃货终结者——进食障碍 / 115

且愿残年饱吃饭——神经性厌食症 / 116

红烧牛肉加俩蛋——神经性暴食症 / 120

吃或不吃只是表象——进食障碍的原因 / 124

舌尖上的隐痛——预防和治疗 / 128

纸片人横行的年代——胖子无罪 / 132

第八章 几多唏嘘难自控——药物依赖 / 137

随一口烟跳升——骨灰级烟民的我执 / 138

一人我饮酒醉——喝的是酒还是寂寞 / 141

酒里人生知多少——酒精与抑郁症 / 145

罂粟花的美与毒——大烟鬼修炼记 / 149

罪恶“金三角”——被毒品毁掉的人生 / 153

第九章 别无选择地长大——童年期障碍 / 157

起跑线上慢半拍——精神发育迟滞 / 158

主动孤独和被动孤独——孤独症 / 162

与众不同的大脑——学习障碍儿童 / 166

谁家孩子动太多——注意力缺陷和多动症 / 170

三岁看八十——人生早期多关键 / 174

第十章 近黄昏的夕阳——老年期障碍 / 177

老而无趣——你有退休综合征吗 / 178

| | |
|-----------------|-------|
| 老人身心不舒服——抑郁症惹的祸 | / 182 |
| 记不分明有忘时——阿尔茨海默病 | / 186 |
| 为药疯狂——老年人药物滥用 | / 189 |
| 最后的孤独——空巢老人的焦虑 | / 193 |

第十一章 人与道合——心身相互作用 / 197

| | |
|------------------|-------|
| 性格决定疾病——A型性格与冠心病 | / 198 |
| 不良情绪——癌细胞的活化剂 | / 202 |
| 痛在身病在心——慢性疼痛 | / 206 |
| 久治不愈有心因——溃疡的真相 | / 209 |
| 如何是好——心身疾病之来去 | / 212 |



第一章

谁人来识病与变——初知变态

此变态与彼变态——何以定义变态

变态者在中世纪——对变态的早期认识

异常者一路走来——变态心理学发展

心理学家这样想——经典的心理学流派

此变态与彼变态——何以定义变态

套用村上春树的句式，当我们讨论变态时，我们在谈论什么？

日常生活中，人们习惯将“变态”作为表达强烈情绪的词语使用。当“变态”被用到生活中各个方面，用到滥时，只要与自己既定观念不符合的事情，就会被冠以“变态”之名。酒蒙子在大街上撒泼，网友一阵评论说他“喝酒喝到变态”，古代男子嗜臭成癖，喜欢把玩、欣赏女子的“三寸金莲”，在现代人的眼光下，这种病态审美无疑是心理大大的变态。当“变态”一词充斥生活，它成了发泄程度弱于粗口的粗口，更成为一切“异常”的代名词。

说到“异常”，还真的和心理学上提到的“变态”有了一点关系。心理学所讲此变态与日常生活中的彼变态并不一致，从范围上说，它没有日常口语中“变态”一词涵盖的范围广阔。英语中“变态”即“Abnormal”，与“Normal”相对，其实就是“正常”与“不正常”，如果把“变态心理”翻译为“不正常心理”，今日也不会有如此之多变态与非变态歧义，不过论骂人的话，“你不正常呀”远远没有“你个死变态”有节奏感和快感。

日常生活中变态之人到处有，变态之事随处可见，举个例子，2017年2月26日，河北大学的学生曝光了在河大校园里游走的变态。爆料人是一个女孩子，下午时分，她在教学楼里上自习，当她去卫生间方便时，看到一位黑衣男子在厕所附近徘徊，等这位女孩子从厕所里出来，看见那名黑衣男子裤子拉链没拉，生殖器暴露在外，见到女孩之后，还一直叫她过来。女孩没

见过此等场面，一下子被吓到，匆匆跑回自习室。她叮嘱其他同学不要走到“危险区域”去，之后，她便把这一经历曝光在网上，提醒学校里的其他同学。

如何定义变态？简单来说，极大地偏离了“正常”就可以说成是变态。全面地看，判别一个行为或一个人是否变态，可以从七个方面进行，包括痛苦、适应不良、不合理、不可预知性、少见的和非传统性、观察者不适和违背标准。在心理学上，那位黑衣男子的行为即变态行为、异常行为，属于性心理障碍中的“暴露癖”。

所谓暴露癖就是指在公众场合故意裸露自己隐私部位以达到性快感的行为，比如暴露内衣、乳房，尤其指露出性器官。暴露癖中，男性居多，也有女性。暴露癖往往不具备攻击性，在看到观望者的惊慌失措后，他们会有一种强烈的性满足，这正是他们的兴趣所在。暴露是其一，被人看到才是关键，而且，仅仅止于被看到就可以，暴露癖通常没有实质性的伤害行为，比如强奸。

针对这类变态行为，“看热闹不怕事儿大”的网友们各有对待举措，有人说，既然他喜欢被人看，不妨走到近处瞧一瞧，成全他的心理期待，或者拿出手机拍下他的脸再好不过；当然，也有彪悍的女汉子建议，应该凑到他跟前讽刺几句。这些对策里有多少意淫的成分不可知，听起来痛快，有多少实用价值呢？毕竟现实中，许多被辣到眼睛的女孩子都是“小白兔”，普遍反应是吓得要死，之后便脚下加速，溜得比兔子还快。其实可以有更理智的解决方法，比如见到暴露癖，对着人群喊“你神经啊，这么恶心”，或者直接威胁：“我打110，让警察来抓你。”暴露狂做贼心虚，通常都会马上逃走。

换个角度说，心理变态者给人带来麻烦、不快或身心不适，他们自身也是痛苦的承受者，毕竟变态行为本身就是不合理、非传统性和违背标准的。2013年，山东胶州出了一个专门对女士内衣下手的小偷。他把偷回家里的女士内衣内裤当作“战利品”，自己穿，还抚摸、嗅闻，穿着女士内衣内裤，

站在镜子前自我欣赏，好不陶醉。在他的衣柜里，藏着近千件女人红色的胸罩和内裤，足以办一场“维密秀”了。

在偷女士内衣的“同行”里，还有比这位胶州小伙更甚的。江苏高邮一位已婚男子因为喜欢穿女士内衣内裤，常常潜入别人家里，偷走性感的内衣，他还会顺手牵羊，拿走别人家里比较值钱的化妆品、金器，化妆品他回家送给老婆，女士内衣裤则留给自己，他躲在车库里自己穿，并拍照片发到网上跟人炫耀。为了顺利入室盗窃，他还自学了开锁技术，随着手艺成熟，他开始在高邮市内的辖区流窜作案，直到落入法网。

在变态心理中，这两位男士的行为是恋物癖，属于性心理障碍的一种。恋物癖中男性居多，患者通过接触异性穿戴和使用的服装、饰品来唤起性的兴奋，获得性的满足。由于恋物癖会引发患者不惜用偷窃、抢劫等方法去获取异性的物品，比如内衣、丝袜、手帕等，对社会治安有一定影响。

以上说过，定义变态通常有七个方面的因素，那些因素出现越多，表现得越清晰，越能确定一个人是否变态，或者说距离变态有多远。当然，所有因素中，没有哪一个是必需的，因为现实中的患者可能只是在某一个因素上表现突出，并不一定存在能够包含所有元素的案例。

一个心理变态的人，或者说存在心理障碍的人，伴随着痛苦和功能性的损害，个体内部的心理功能紊乱，行为表现上出现不被社会文化期待的行为，比如造成他人恐惧不适的器官暴露。心理上的异常包括认知、情感和行为三个方面，生物学原因也可以作为辅助条件，当然，在正常与不正常、变态与非变态之间，并没有一条泾渭分明的界限。很多心理学研究者认为，心理变态者有其内在的行为逻辑，心理学研究和心理治疗的目的之一便是找到那个看似不合理的行为逻辑。

曾几何时，网络上流传过一套“变态心理学最经典的问题”，号称“如

果你的答案和标准答案超过五题一致，那么请直接前往医院就诊，事态紧急，不能耽搁”，都是些什么奇怪的问题呢？举一两个例子说明。

其一，一个男科学家回忆说：他和他的朋友去南极考察，但是他中途得了雪盲症，什么都看不到。所以他们在南极游荡，最后只能生吃企鹅来维持生命。但是他朋友还是没有挺住，最后死了。他一个人继续走了一天，被救了回去。第二天他特意去企鹅店吃企鹅，但是回来后竟然自杀了。为什么？

其二，有母女三人，母亲死了，姐妹俩去参加葬礼。妹妹在葬礼上遇见了一个很有型的男子，并对他一见倾心。回到家后，妹妹把姐姐杀了。为什么？

其三，有一个人在沙漠中，头朝下死了，身边散落着几个行李箱，而这个人手里紧抓着半根火柴。推理这个人是怎么死的？

答案分别是，第一，他吃的是朋友的肉；第二，妹妹想要再见一次那位帅哥；第三，这个人是由于和朋友乘坐热气球旅行经过沙漠，由于燃料不够要求必须减重，扔了行李箱之类的还不够，还要减重，于是就拿火柴抽签，有整根的和半根的，谁抽到半根的就跳下去，主人公十分不幸中标了。

问题与答案的权威性有待进一步证实，但是足以说明定义变态心理的重要元素：不合理、少见的和非传统性。

变态者在中世纪——对变态的早期认识

可以说，人们对正常与不正常的定义随着时代在发生变化。古代被看作理所当然的事情，今日观念之下可能变成了异常；今日被认为是理所当然的事情，在古代可能是奇闻异事或者大逆不道。话说，古希腊时期不乏自称“先知”的人，在现代社会，一切自称具有预见未来能力的人都被看成是精神病人。

史前社会，万物有灵的信仰盘踞人们心头，风水雷电都是神灵的化身，有神灵自然有神灵的对立面——邪恶之神。人们对发疯的人最普遍的解释是，人被邪恶的灵魂侵占肉体，控制行为。中世纪时期，人们对生理疾病的理解尚存在许多误解，可以说，在现代医学出现之前，人类长时间处在蒙昧无知的状态里。从中世纪流传下来的世界名画中，我们可以看到当时的人们是如何对待“异常人群”的。

荷兰怪才画家耶罗尼米斯·博斯在1475年画了一幅油画，名为《愚蠢的治疗》，画风诡异，非常讽刺，画中戴着漏斗形帽子的男子正在一名患者头上挖洞，好像要从大脑里取出来什么，另外有一男一女旁观。那个年代，戴漏斗形帽子是江湖骗子的象征，头上顶着书本的妇人则是讽刺她的愚蠢，读书并不能令她摆脱愚昧。这幅画恰好表现了当时社会的一种普遍看法：精神疾病是脑子里长了石头。

1490年，西班牙浪漫主义画派画家弗朗西斯科·戈雅画了一幅《愚人船》，

“愚人船”是流放贫民、罪犯和精神错乱者的工具，这是一种习俗，当时的人们认为，水可以带走病人，也可以净化病人的灵魂，当他们下了船，就是从另一个世界来的人。戈雅还有另外一幅画叫《疯人院》，疯人院里住着躁狂症病人、抑郁症病人，还有酗酒成瘾者、丧失记忆和理解力的疯子、轻佻呆傻的疯子，在十八世纪，他们通通被赶进医院，戴上锁链，穿上紧身衣，医生为他们放血，让他们服药，以便恢复正常。

囚禁和接受残酷的治疗方式之外，疯人院还把各类病患当作怪物展出，来人可以在窗户外面观察疯子的日常。通过收费展览，疯人院每年有大笔收益，发展到后期，“疯子”们成了演员，他们要在公开场合跳舞，耍杂技，供人娱乐。在法国，大革命发生之前，贵族把参观疯人院的节目表演当作周末消遣，一时成风。

可见，从中世纪到十八世纪末，医生和整个社会都不能分类异常心理，只是笼统地概括为“疯子”，“疯子”则毫无人权，俨然毫无生命的物品，可玩乐可戏谑可虐待。在人们消遣“疯子”的同时，艺术家则开始关注“疯子”们的生存困境。十九世纪，心理异常进入艺术创作范围，画家们开始关注“疯子”的悲伤，文森特·梵·高画出了《绑着绷带的自画像》，他本身便是一位深受精神疾病之苦的疯子。十九世纪末，爱德华·蒙克呐喊出了几个世纪以来不被看见的真相：这世上本不该有疯人院，因为整个世界就是个疯人院。

从中世纪到文艺复兴，精神病患者的处境无一不悲惨，遭到残酷对待不说，有的人还要被烧死、活埋。在教廷统治时期，精神病人被看作异教徒，遭到宗教裁判所的迫害，严刑拷打、烧死、勒死、砍头、活埋，不一而足。其中针对女巫的迫害时间最长，最臭名昭著。迫害女巫自然有教廷迫害异教徒倡导“宗教正义性”的目的，但是很多被诬为“女巫”的女子并不是异教徒，而是精神失常者。

十七世纪，美国发生了一起冤案，史称“塞勒姆女巫审判案”。大概情况是这样的：马萨诸塞州塞勒姆镇一个牧师的女儿伊丽莎白·帕里斯得了一种怪病，她开始放肆地尖叫，痉挛发作，进入精神恍惚的状态，随后，与她交好的七个女孩相继出现了类似的症状。当时的医生找不到病理原因，就认为孩子得怪病是因为那里的黑人女奴蒂图巴和另一个女乞丐，还有一个孤僻的从来不去教堂的老妇人。于是，这三个女子被严刑逼供，随着针对女巫的调查不断深入，更多人卷入其中，所有受到牵连者都是女性，而且她们的行为多多少少影响到当时的社会秩序和习俗。在接二连三的搜查、审判中，先后有二十多人去世，另有两百多人被逮捕或监禁。

“塞勒姆女巫审判案”后的许多年，美国没有再发生类似事件，到1992年，马萨诸塞州议会通过决议，宣布为300年前“塞勒姆女巫审判案”中的所有受害者恢复名誉。从现代医学的角度看，这是“跳舞病”的一种表现，病因是一种寄生于黑麦的真菌“麦角菌”。“塞勒姆女巫审判案”一度是美国的耻辱，也让人们质疑基督教的教义，300年来，美国的心理学家一直在研究这个案例。