

目錄

Chapter 01 案例分析

- 01 少女嫉妒殺人案**
她為甚麼要把朋友砍死後毀屍滅跡？ / p11
- 02 龐大少女賣淫案**
為甚麼中學女生會自願輟學賣淫？ / p16
- 03 十多年跟蹤案**
被變態跟蹤過的女人，後來都怎樣了？ / p20
- 04 留學生失蹤案**
海外升學，怎樣留意哪幾種危險訊號？ / p25
- 05 英國魔童殺人案**
甚麼讓年僅 10 歲的孩子變成殺人魔？ / p31
- 06 小學生弑母案**
為甚麼有孩子發怒起來，連父母都敢殺？ / p35

Chapter 02 犯罪潛規則

- 01 初犯、累犯、慣犯**
犯罪領域也有「二八法則」嗎？ / p41
- 02 模仿效應**
為甚麼連環殺手也會有人模仿？ / p45
- 03 危險心結**
解不開的心結裏，暗藏了哪些兇險？ / p48

- 04 挫折經歷**
為甚麼有受害人長大後卻成了犯罪加害者？ / p52
- 05 創傷後遺症**
得了 PTSD 的人在甚麼情況下會出現犯罪行為？ / p58

Chapter 03 病態癖好 & 人格障礙

- 01 戀童癖**
真實的戀童癖是怎樣的？ / p63
- 02 縱火癖**
故意放火的人，心裏究竟在想甚麼？ / p68
- 03 盜竊癖**
知識分子也會忍不住去偷東西？ / p73
- 04 邊緣型人格障礙**
因為喜歡你，所以我要毀滅你？ / p77
- 05 病理性賭博**
輸到傾家蕩產，賭徒為甚麼依舊執迷不悟？ / p82
- 06 表演型人格障礙**
表演型人格障礙會給犯罪帶來哪些影響？ / p86

Chapter 04 心理與犯罪關係

- 01 忍耐心理**
別人都動手傷害你了，你怎麼還不好意思反抗？ / p93
- 02 虛榮心理**
是甚麼讓女大學生甘願選擇裸貸？ / p97

03 恐懼心理

明明有機會求救，卻任由歹徒擺佈，是怎麼回事？/ p102

04 暗示心理

平時看來精明，遇事總是被騙，怎樣破解？/ p107

05 憤怒心理

命都在對方手裏，為甚麼還要激怒歹徒？/ p112

06 善意心理

遇到陌生人問路，該怎樣幫？/ p117

07 羞恥心理

為甚麼有被害人寧願吃虧也不報警？/ p121

Chapter 05 自我保護

01 親密關係暴力

怎樣選擇對的人，不在戀情中受到暴力傷害？/ p128

02 追女騙術

如何識別「渣男」的典型套路，不上當？/ p134

03 色狼

公共場所遇上「鹹豬手」，如何有效反擊？/ p140

04 職場性騷擾

學好職場自衛語言，不動聲色拒絕性暗示。/ p144

05 跟蹤

下班路上遇上跟蹤狂，做好防範，幫你安全回家！/ p149

06 盜竊

遭遇失竊，怎樣可以有效減少財產損失？/ p155

07 搶劫

突遇持刀搶劫，怎樣做最能保命？/ p160

08 網絡詐騙

面對五花八門的網絡騙局，如何以不變應萬變？/ p164

09 洗腦

如何識別及抵擋別人的洗腦侵襲，不中招？/ p169

10 網絡暴力

當鍵盤俠在「伸張正義」的時候，會傷害了誰？/ p174

附錄：電影角色犯罪心理分析

01 連環殺人

水牛比爾為何要殺人剝皮？/ p179

02 犯罪生涯曲線

《完美的世界》：犯罪人的一生，是從甚麼時候開始？/ p182

03 職業型犯罪

《漢尼拔》：高智商的人就能製造出「完美犯罪」嗎？/ p186

04 變態型犯罪

《七宗罪》：替上帝行刑的人，真的能免除懲罰嗎？/ p190

05 審訊心理

《一級恐懼》：警察是如何判斷出兇手在說謊？/ p194

06 警察心理

《魔警》：警察也會變壞嗎？/ p197

07 兒童安全

《素媛》：面對兒童性侵，我們該如何保護孩子？/ p201

Chapter 02

犯罪 潛規則

在犯罪的領域確實有其解不透的法則，
好像，80% 的犯罪行為是由 20% 的人所做。
這些「犯罪潛規則」，你相信嗎？

01 初犯、累犯、慣犯

犯罪領域也有「二八法則」嗎？

為甚麼有些人容易重複犯罪？我們要講解犯罪心理學中的「二八法則」，意思是再犯情況的嚴峻性——80% 的犯罪是由 20% 的人做的。初犯、累犯或是慣犯的心理有甚麼不同？為甚麼有些犯罪人只會犯一次罪，而有些則會再犯？

首先，要知道初犯、累犯和慣犯這三個詞的意思：「初犯」指的是，第一次犯罪；「累犯」指的是根據刑法被判刑後在規定的幾年內再次犯罪；「慣犯」是對犯罪當事人的一種描述，即反覆作同類犯罪行為，已經形成了習慣，很難改掉，而三者在心理上的分別是很大的。

初犯的心理特徵

初犯的心理容易理解，總結為三個詞：矛盾、膚淺、僥倖。矛盾指的就是當事人在初次犯罪前，會在行動手法和犯罪方法之間反覆考慮，比如，他犯罪的需求很強烈，但是手法很有限，這時他會猶豫要不要通過犯罪手法來滿足自己的需求。

這就引起初犯的第二個特點——膚淺。初犯對於很多事物的理解是膚淺或者說是粗淺的。如涉及法律規定，做出某一行為，會受到怎樣的刑罰、會有怎樣的後果，他們並不太清楚。

而許多初犯被捕後都會表示自己並不知道其行為會得到的刑罰居然這麼重，表示很後悔。此外，初犯者對金錢的定位有偏差，對誘惑的抵抗力亦很差等。

既然初犯在犯罪前已經考慮很多，為甚麼還會去犯罪呢？這就涉及初犯的第三個心理特點——僥倖，就是賭「你捉不到我」。其實，犯罪後漏網的機率非常小，但是因為對犯罪人來說，犯罪帶來的經濟利益太大，加上膚淺，他們就想賭一把。事實上，他們絕大多數都會賭輸，被警察逮捕。

累犯的心理特徵

「賭」輸了就被判刑，改造之後再出來；出來還沒安定多久，就又犯罪。這是為了甚麼？累犯的心理特點也可以用幾個詞來概括：貪婪、報復、交往、謹慎、合理化。

累犯的貪婪，指的是監獄改造都未能讓他們物慾回到正常水平，或者因被關起來一段時間，憋得太久，一出獄就脫韁。對於累犯來說，他們的報復心理其實是對社會的報復，主要是源於對權力的不滿、對自己遭遇的錯誤認知，以及對環境的抵觸。至於交往，指的是累犯在改造之後，就被貼上「你有前科」的標籤，而這正促使他們在出獄後，難以交到好朋友，反而容易融入同樣「有前科」的人群，交往不良的可能性自然會變大。

累犯很謹慎，原因是他們被捕過一次，有過切身的經歷，比較清楚被捕的後果，所以他們在作案時會比初犯謹慎很多。合理化方面，指的是他們覺得既然自己已經被捕起來，懲罰完了，也體會過了，可能很多人還覺得自己被虧待了，其心理狀態已經產生扭曲，覺得再犯法也是合理的。

慣犯的心理特徵

慣犯是犯罪人的一種狀態，指的是控制不住自己，就是想犯罪的心理狀態。聽來好像無藥可救？慣犯的治療難度確實很大。那慣犯在心理上有甚麼特別不一樣的地方嗎？有！主要是性格和心態方面的不同。

慣犯的問題是，犯罪已經成為他們的生活狀態。他們的心態是平和、穩定，對於犯罪，多數沒有緊張，甚至還有點期待；當犯罪了後，他們還可以若無其事地離開。他們犯罪之前，不用甚麼思想考量，因為已經習慣。

性格方面，他們通常比較內向、孤僻、憂鬱，不愛與人溝通；沒有甚麼同情心，比較冷漠。還要強調一點，就是慣犯的犯罪技能很嫻熟。因為經常犯罪，作案技法已經熟練，對社會的危害性亦相對大。

出現再犯的根本原因

為甚麼有些人只犯一次罪，被釋放後還不重新生活，還要再一次犯罪呢？要知道，未成年人的再犯率比成年人高，所以要多關注未成年人的教育和行為問題，因為第一次違法犯罪年齡愈小，再犯的可能性就會愈大，矯治難度也就愈大。

出獄後得不到足夠社會支援

對有犯過罪的人來說，他們在回歸社會之後，需要很多支持，無論是家人、朋友，還是社會層面，都應該給他們提供充足的重新生活和心理建設上的支持。但是現實往往是，家人可能不聯繫了；以前的朋友變成陌路，他們只能和自己一樣被標籤的人交往，沒有實際有效的支

持。這樣「有前科」的人很容易就會覺得「反正我都這樣了，也沒辦法正常生活下去，爛命一條，那不如我照着做老本行好了」。

被貼上負面標籤

有人會覺得「有前科」是一個負面並足以完全否定一個人的標籤。確實，這個標籤對很小部分的出獄者來說，可能是貼得對，但是大多數的初犯實際上是由各種非故意的原因而去犯罪。若任意給他們貼上負面標籤，反而會讓部分出獄者失去改過自新的機會和信心。

監獄改造不足帶來問題

如果一個人太早開始犯罪生涯，那改造的難度就很大。在沒有充分接受改造的情況下，刑期到了，也必須出獄。這樣一來，出獄後，再犯的可能性也會較大。

應對方法

在知道但是沒有必要接觸的情況下，不去主動接觸他們；如果是親戚、朋友、鄰居等，建議以平常心對待，避免因為「有前科」這標籤而表現出不同態度，他們是很敏感的。當然，如果你有能力給他們一些支持，那麼不論是對你自己，還是對出獄者都是有用的。

反思

關於減少再犯機率的措施，對於整個社會來說，都是非常重要的。社會不可能完全消除罪案，但是我們確實有可能改變「二八法則」。

02 模仿效應

為甚麼連環殺手也會有人模仿？

說到模仿，你會想起甚麼？2013 年，一個孩子模仿某動畫片內的片段燒傷兩個兄弟；2016 年，一個孩子因為模仿超人飛行而從 18 樓墜落……這些都源自模仿效應，無論是成年人還是孩子，無論模仿的是好還是壞，對「榜樣」的模仿在人類社會一直存在，並且模仿會在生活的方方面面影響我們，而模仿的對象當然也包括犯罪。

社會學習理論

著名心理學家阿爾伯特·班杜拉提出的社會學習理論指出，人類的學習是個人與所處的社會環境持續交互作用的結果。也就是說，人類的行為大都經由學習而來，一個人從出生開始，就在不知不覺地模仿他人的行為。

這個理論的核心，就是人類的很大部分行為來源於模仿。在社會情境中，個體的行為會受到別人的行為影響然後發生改變，而這種影響，就是你在別人面前展現出來的那個行為。

到底甚麼是模仿？舉例說，你隨手亂拋垃圾，且在孩子面前沒有避諱，那孩子在看到你拋垃圾時，就覺得亂拋垃圾這事你都做了，那他也可以照做。孩子認為你就是權威，你是他可以模仿的對象，當中包含兩個過程，一個是孩子看到你隨手拋垃圾，這是學習的過程；另一個是孩子自己也亂拋垃圾，這個是學習，然後轉化出來的過程。學習、轉化，這兩個過程合起來就是模仿。此外，每個人在模仿前都會先選擇對象。常見的模仿對象包括父母、教師、朋友中自己覺得值得

Chapter 04

心理與 犯罪關係

忍耐、善意是好東西嗎？

別以為某些心理質素是絕對的可貴。

在犯罪現場，受害人某些心理特質卻讓人無法理解！

01 忍耐心理

別人都動手傷害你了，你怎麼還不好意思反抗？

我們會聽到老一輩經常說，忍耐是一種可貴的品質。在生活的某方面，這是無可否認的，但是對遭受到犯罪行為傷害的一些受害人來說，他們的忍耐心理卻顯得讓人無法理解。

現象分析

在現實生活中，我們經常會面對很多涉及公平的問題。很多受害人選擇忍耐，其實是因為擔心事情得不到公正的處理，而這種顧慮並不是沒有道理的。

注意！ 忍耐心理一般出現在具有相對隱秘性的犯罪行為中，如入屋盜竊、親密關係暴力犯罪、性騷擾，甚至是性犯罪。這種類型相對隱秘的犯罪行為又分為有社會關係基礎的隱秘性犯罪和沒有社會關係基礎的隱秘性犯罪兩種。

調查：日本職場女性如何看待「職權騷擾」

某一年 5 月，《日本經濟新聞》做了一個針對日本職場性暗示和性騷擾的應對方式的調查，只圍繞一個普遍應對心理展開，就是忍耐。為甚麼受害人會產生忍耐心理呢？

先來看看這個社會調查的數據：日本厚生勞動省針對 1,000 名日本職業女性進行的一項「職權騷擾」調查顯示，有超過 60% 的日本女白領，在職場上遭受到性騷擾或者是性暗示時選擇了忍耐，只有 18.4%

的人會當場向當事人提出抗議或明確表示不喜歡這樣的方式。此外，大多數選擇忍耐的人的理由是擔心工作會受到影響。有 42.5% 的女性在職場上有被性騷擾或性暗示的經驗，在對方是公司內部人員的情形下，有 61.3% 的人選擇忍耐；對方是公司外部有業務聯繫的人員時，有 67.7% 的人選擇忍耐。

產生忍耐心理的原因

- 在有社會關係基礎存在的前提下，選擇忍耐的原因是擔心說出來後社會關係會受到影響，如工作難以做下去，或是沒有辦法繼續做朋友。
- 在有社會關係基礎存在的情況下，犯罪人和受害人一般都在利益上的牽連，所以受害人擔心說出來後，自己反而沒有辦法控制事情的發展。
- 受害人認為自己即使說出來，問題也不會得到很好的解決。

說出來也沒有改變

這項在日本的社會調查裏，只有 17.6% 選擇說出來的受害人表示，說出來之後，問題確實得到有效的解決；有 28.6% 的人表示，說出來沒有用，因為情況並沒有任何的改善；另外還有超過一半的人認為，說出來之後情況是有改變的，但是改變真的不大。既然說出來沒有甚麼正面的結果，或會有很大的機會破壞現有的一些利益，那不如選擇忍耐好了。

大家可能會覺得，這也許和日本的社會形態有關，換個地方就會不一樣嗎？正如前文提及的親密關係暴力的問題，現實的情況大多是，**你和別人說了，問題不一定能夠得到解決。其實這個問題報警也不一定能夠得到有效解決，而且基於這種社會關係基礎，很多人會覺得說出來，解決得了最好，若解決不了，那問題會更加惡劣。**

對於不具有社會關係基礎的隱秘性犯罪，如入屋盜竊和一些性犯罪，受害人很多時都會表現出忍耐心理，身邊人也不太能理解他們的一些表現。其實，當你真正經歷過那樣的情境，也許就會明白為甚麼會有忍耐心理的產生。

趨利避害的選擇

在相對隱秘的犯罪行為中，受害人和公開犯罪行為的受害人的分別是，公開犯罪行為的受害人會選擇逃跑、大叫、反擊等方法來反抗，而大多數的相對隱秘的犯罪行為的受害人，在受害當下都不會選擇這些行為，而是選擇忍耐，也就是基於犯罪人和自己實力的一種預測判斷帶來的忍耐。

忍耐心理中包含一種預測判斷，就是相對隱秘犯罪行為的受害人在受害當下會預測犯罪人的行為並思考雙方實力的差距，由於是隱秘性的犯罪行為，如入屋盜竊或是性暗示和騷擾，它是有一個過程，所以不會像公開犯罪行為那樣突然發生，讓你來不及思考或判斷的過程較短。受害人在預測之後，如果覺得和對方的實力差距太大，自己反抗成功的可能性不大，那就會選擇忍耐，後續再報警處理的模式。

注意！ 如果預測反抗成功的可能性不大之後，還在受害當下貿然做出一些行為，可能會刺激到犯罪人，受害人有可能陷入更大的危險之中。

應對方法

如果遇到危險，受害人已經有忍耐心理，該怎樣辦？首先，在有社會關係基礎的前提下，要清楚認識到，這段關係對你實際的意義和價值所在，你要有一個很清楚的權衡，它帶給你的好處多還是困擾多。一旦一個社會關係出現了問題，這種社會關係就成為垃圾社會關係。它還有用嗎？你需要認真考慮。在這個問題得到明確的答案之後，忍耐的心理可能就會從你的意識層面減弱一點。

其次，如果你選擇繼續忍耐，就需要認識到另一個問題：自己因為忍耐而產生的負面情緒一定要找到一個發洩的渠道。每個人找到的發洩渠道都不同，可能有些人會找專業人士去訴說，尋求專業的幫助；有些人會跟親戚朋友訴說，尋求他們的安慰，渠道各有不同。

謹記，一旦遇到危險，盡量不要去忍耐，在做好準備的情況下，你可以站在不耐忍的前線。

02 虛榮心理

是甚麼讓女大學生甘願選擇裸貸？

現象分析

有說，「酒足飯飽的虛榮是善意的，饑腸轆轆的虛榮是惡意的。」說起虛榮心理，你最容易聯想到甚麼？為了滿足自己的虛榮心理，想方設法得到錢從而進行高消費？你會否想起一度造成很大影響的裸貸事件，或者是很多年前的脅迫少女賣淫的事件呢？可能有人會提出言論：這些受害人都是因為虛榮，所以活該成為犯罪受害人，他們不值得同情。其實這種「受害人責任論」真的要不得！

需要強調，無論受害人是否因為虛榮成為受害人，我們都不應該指責這種心理狀態，甚至是譴責受害人，把責任推到受害人身上，而是應該更多地關注他們的狀態，看他們是否需要某種形式的幫助，同時給犯罪人相應的懲處。

起初動機並非滿足虛榮

我們先來看看這些受害人是否真的都是因為虛榮心理而甘願把自己出賣。比如，在之前發生過的裸貸資料洩露事件中，洩露的 10G 大小的資料裏，涉及的受害人大概有 160 人。根據調查，大部分的受害人都是被騙之後才拍下自己的隱私照片。多數受害人分佈在三、四線城市，鄉鎮與農村地區佔了大部分。

這班女大學生初始貸款的原因並不是滿足虛榮的高消費需求，有些僅僅是滿足日常生活的需要而已。但是這些貸款人，都忽略了這個騙案的利息有多瘋狂，所以出現了借了還不起的情況，也不敢和家人說借

附錄

電影角色 犯罪心理 分析

與犯罪相關的電影，你或許會想到有《七宗罪》、《魔警》等，雖然電影的情節和真實案件未必完全一樣，但角色細膩的演出，多少反映了罪犯的心路歷程。

01 連環殺人

水牛比爾為何要殺人剥皮？

說起連環殺人，有一部電影不得不提，就是《沉默的羔羊》（*The Silence of the Lambs*, 1991）。但是我們不談食人魔湯漢斯，反而來談一下「水牛比爾」。

電影中的野牛比爾行為的恐怖是有目共睹的，他犯下了多宗命案，死者全部是女性；更恐怖的是，所有被他殺害的女性，都慘遭剥皮。為了逮捕他，聯邦調查局（FBI）探員不得不去監獄找到精神病學專家同時也是食人魔的湯漢斯做心理分析。但是，很多人可能不知道，「水牛比爾」是一個根據真實案件改編的角色，而且還原度挺高，這個原型就是艾德·蓋恩。

真實案例分析

1906年8月的一天，艾德出生在美國的威斯康星州，他的媽媽奧古絲塔在很多事上有着極端的思維；比如，只允許兒子去學校上學，而不允許他交任何朋友，以及絕對禁止婚前性行為等等。

媽媽是思想病態的瘋子

艾德的媽媽被認為是一個思想病態的瘋子，她認為除了自己之外的所有女人都是極度邪惡和危險，並從小就給兒子灌輸這樣的想法。她要求孩子發誓將一直保持處男之身，艾德深受其影響，所以他從來沒有和女性約會過，而且一直是處男。在艾德心中，母親擁有崇高的地位。

1945 年 12 月 29 日，奧古絲塔因癌症逝世，艾德生命中唯一的女人離開了他，當時已經 **39 歲的艾德在情緒上受到強烈的衝擊，最大的表現在於，他把母親的屍體留在她生前的睡房中，然後把睡房完全封死。**

1957 年 11 月 16 日，雜貨店的店主帕妮絲失蹤，她的兒子報了警，在警察詢問有甚麼可疑人士出現過的時候，店主的兒子說出艾德的名字，因為前一天艾德來過店裏，問了一些很奇怪的問題，於是警方進入艾德的房子。

接下來在這個農場木板房裏發生的事情，讓整個美國都震驚和恐懼。警察首先在廚房發現了店主的屍體，然後在睡房發現店主的頭，還發現了人皮做的燈罩和椅子、頭骨做的湯碗、被當作麵包來烤的人心、嘴唇做成的頸鏈、臉皮和乳房做成的背心、乳頭做成的皮帶，以及著名的木乃伊人皮面具。

對屍體的徹底「處理」

警方在艾德家中搜出了約 15 具已被肢解而不能確認身份的女性屍體，但艾德只承認其中的 8 具屍體，他辯稱這些屍體全部都是自己從墓地挖出來帶回家的。而案發前不久他剛剛挖出了一具中年女性的屍體並帶回家，砍掉腦袋、挖空內臟倒吊在架子上，並用她的皮來做工藝品。

在深入的詢問下，艾德終於承認自己在 1954 年 12 月 8 日謀殺了一名酒吧職員瑪麗。艾德在瑪麗的酒吧用槍把她打死，艾德說，他先把瑪麗吊起來，自己喝了點酒，然後閉上眼向瑪麗射擊，射中了她的前額和身軀，之後他將瑪麗的屍體拖到車上帶回農場。

除了這 10 具屍體，剩下的 5 具不能確認身份的女性屍體他並沒有交代清楚，但是外界普遍認為這些女性應該都是死於艾德之手。此外，

他除了把這些屍體做成工藝品之外，還會把人皮剝下來做成衣服，並在深夜穿着這些「衣服」在農場裏散步，假裝是自己的母親。

他以患有慢性精神障礙為抗辯理由，並沒有被處死或監禁。他被輾轉送到精神衛生研究院渡過他的餘生，並於 1984 年因癌症而死，死後被葬在其母親的旁邊。

心理特徵分析

首先，他們選擇被害人的時候有一定的**相似性**。這種相似性可能體現為外貌特徵、性別、年齡範圍和犯罪手法等。像艾德的案例中，所有被他殺害的人，以及他偷來的屍體，年齡都與他的母親去世時的年齡相若，這就是相似性。

其次，犯罪時採用的手法多呈現出**很殘忍**的特點。連環殺人的犯罪人可能是有一些精神問題的，行兇手法通常非常殘忍，自己更樂在其中。再次，犯罪者有很強的**計劃性**，犯罪人並不是隨機選擇目標，並不是臨時起念頭來犯罪。像艾德的案例中，在雜貨店店主受害的前一天，艾德專門去了店裏，去詢問第二天店主的兒子要做甚麼，去不去參加打獵，去多久等等。看上去是閒聊，實際上是在「取料」。這種計劃還表現在我們前面談到的選擇目標的標準上。

最後，**難以逮捕**。由於連環殺人者行事比較謹慎，有一定的反偵查能力，並且本身可能在與人交往溝通的過程中掩飾得非常好，不容易被人察覺有異樣。好像是艾德，他在殺人之後第二天又回店幫忙，因為他不太說話，看上去很老實，所以根本沒人懷疑他，要不是雜貨店店主的兒子想起了案發前一天艾德的不尋常，警察可能依舊不會把懷疑的目光投向他。