

# 誰都可以，就是想殺人



[誰都可以，就是想殺人 下载链接1](#)

著者:碓井真史

出版者:時報出版

出版时间:2017-6-20

装帧:平装

isbn:9789571370453

「誰都可以，就是想殺人」，無差別殺人、隨機殺人的加害者犯案後大都說了這句話，令人莫名憤怒又莫名害怕。

本書以2008年秋葉原無差別殺人事件加害人為首章，由加害人曾經講過的話及親弟弟敘述家庭的狀況為基礎，點出各種看似普通，卻可能潛藏的家庭問題。

「無意的舉動或者一句話可能就會傷人」，這句話大家一定都同意，但是到底具體來說是哪句話是哪個動作影響了對方，我們卻很難說個明白。一個人會走到想要「無差別殺人」這樣的地步，到底歷經哪些事情？

第一章，以作者的敘述為底，用心理學的角度來分析，並建議我們適當的應對方式。第二章，從「誰都可以就是想殺人」的這句話分析，其實背後隱藏著欠缺他人關愛的原因，希望有人來關心。這種自立性的不足從何而來？由父母應有的角色及個人主義社會中你我應有的角色來分析及建議。第三章，談現代社會普遍的網路依存症可能的威脅。第四章，談大量殺人的心理，及可能有的各種精神問題或精神障礙。第五章，分析發現大多加害者的轉變，從與父母、朋友的關係不好開始，而其根源在於負面意識過強，容易陷入自暴自棄的情境。第六章、終章，介紹如何對應這樣容易陷入負面偏激心理的人。除了身為父母的人應該學習如何應對，社會應該有什麼樣的組織去架構人與人之間的羈絆，支援在十字路口徘徊的青少年們。

作者雖為心理學者，但內容卻不艱澀，以許多發生在你我身邊的簡單小事為例，詳細的分析，使讀者瞭解精神疾病不是什麼特殊的事情，有時只是想法偏激，而這樣的事情就發生在我們自己身上或周遭，所以沒有必要標籤化。

遇到情緒低落或者看起來有些不一樣的人，要試圖溝通，改變他們偏激的想法，幫助他們克服可能是一時的極端妄想、臆測，重新回到這個社會。

看似豐饒的社會，潛藏許多讓青少年迷失及沮喪的黑洞。傳達生命的寶貴、每個人都是特別的存在，才是解決及瞭解無差別殺人的第一步，也是本書的主旨所在。

作者介紹:

碓井真史

心理學博士，現任新潟大學臨床心理學研究所教授。日本文部科學省心理輔導師(SC, School Psychologist)。專長為社會心理學，特別是犯罪心理學、自殺預防等。

目錄: 序章

第一章 秋葉原無差別殺傷事件

為了殺人而來秋葉原

青年的成長過程與家庭

過度保護，奪其意志

過剩的親情，奪其自立

迫其服從，造成強烈的不安

體罰的可怕副作用

破壞自由及創造力，父母的自我中心意識

不適當的撒嬌表現

過度的家教，奪去孩子的心

關於「青春期挫折症候群」

溝通不足導致的憎惡感

無法放手的父母

孤獨與絕望感，加速前進

接著，又失去職場裡的連結

被「手機依存症」逼到牆角，充滿閉塞感

非黑即白，大逆轉的心理

秋葉原無差別殺傷事件的現在與將來  
第二章「誰都可以」的心理  
「誰都可以、誰都沒差」的連鎖  
JR荒川沖站殺傷事件  
JR岡山站月臺推人落軌死亡事件  
誰都可以，拜託來愛我  
有誰聽到我的聲音  
好帶的孩子更需要注意  
父親的職責、母親的職責  
面對青春期的孩子，父親應有的態度  
過於優秀的家庭也會出問題  
四種「機能不全家族」的類型  
追求愛，少年犯罪者的心  
對家人下手，對社會下手  
停不下來的無差別殺傷事件  
八王子路上無差別殺傷事件  
從疏離感而生的，負的連鎖  
第三章「網路社會」把人心逼入絕境  
佐賀縣劫持巴士殺人事件  
「網路依存」而生的心理困境  
網路交流的心理  
第四章 大規模殺人的心理  
大阪兒童殺傷事件  
妄想型人格障礙症  
無法給予滿足感及安心感的環境  
下關路上無差別殺人事件  
畏避型人格障礙症  
欲求不滿手段假說  
第五章 無法順利建立人際關係  
從與他人的關係中孤立  
因人際關係淡薄而產生的殺傷事件  
斜邊交流的不足  
述情障礙  
包容孩子的情感及表現  
「找尋自己」而逃亡的年輕人  
「自我認同」的重要性  
羞恥心與罪惡感的不同  
撒嬌—攻擊型犯罪  
陷入自暴自棄的心理  
輕度發展障礙  
注意力缺陷過動症  
精神官能症帶來的障礙  
人格障礙?正在增加  
邊緣型人格障礙症  
無法抓好與他人的距離  
自戀型人格障礙症  
各式各樣的人格障礙  
反社會型人格障礙症  
好孩子的犯罪?壞孩子的犯罪  
第六章 為了不製造犯罪者  
不安的環境中  
懲罰與道德心  
關於享樂原則與現實原則  
首先，瞭解孩子的心情

給孩子信賴與安全感  
小心「空轉的愛」  
無法擁抱孩子父母  
需要療癒的空間、活躍的舞臺  
無條件的愛  
因為特別，所以努力  
創造支援青少年的社會  
為了讓青少年改變  
管理與自由的並存  
走向新生活的方法  
解決問題的短期療法  
社會鍵（社會的羈絆）  
愛你的孩子，成為被愛的父母  
非論理性的信念「必須要……」  
錯誤的行動化  
學習打招呼  
偶然力：追尋幸福的方法  
接受，奮鬥  
終章 89  
• • • • • ([收起](#))

[誰都可以，就是想殺人\\_下载链接1](#)

## 标签

社會學

心理学

青少年犯罪心理

日本

心理學

心理

社会

无差别杀人

## 评论

嗯～看完《我们与恶的距离》，想到了好多本之前读的书，这是其中极其相近的一本，差不多我看这个剧的时候就觉得，编剧本人是不可能没读过这本书的。这部剧由于非常深刻，因此可以评论的面向实在是太多了，媒体伦理是其中的一部分，但是这里的伦理如果只理解为媒体抢不抢新闻就太狭隘且失焦了。如果要概括的话，应该是媒体的专业能力如何报道这种“无差别杀人”事件？而这部剧里的医学和司法心理学部分也非常深入，因此想到了这本书。非常值得再细细研读一遍。嗯，我一定要根据这个剧写一个系列短文，重启我的公众号。

---

40出，9成新，邮费自理

---

书名抢眼，从青少年无差别杀人案延伸剖析原生家庭，解释了一些普及性较强的心理学名词。整体流于表面，作者观点偏多，不属于科普性强的书。

“真正影响孩子的不是客观上的家庭，而是孩子感受到的，心里所呈现的家庭。”

---

作者從數件日本無差別殺人事件中，剖析犯罪者家庭背景、職業與犯案動機，且追本溯源，讓讀者了解到罪犯兒時教育狀況，進而說明青少年罪犯脆弱心理狀態，讓讀者思考孩童心理教育重要。非常不錯的一本書，值得推薦。

---

当父母不像是当厨师、当会计、当公务员一样，需要相应的学习和考试。大家都是凭直觉在教导自己的孩子，多多少少就会有直觉有所偏差的家长。孩子也因此学习了具有偏差的感受。真正解决青少年犯罪的方法，是定期让家长孩子都去心理健身房吗？还是父母需要不断的、每天警惕反省自己有没有做错什么？还是所有要当父母的爹妈，在怀孕的一年里，国家给定一定要学习的“父母教育学”呢？修课不过的话，很抱歉你家孩子生出来只能充公了？是一个不知道答案的问题呢。（给四星是因为吹毛求疵的性格吧哈哈哈哈哈！作为不深入的阅读是很不错的选择。少给一星是因为里面引用了很多事例、想法、观点，但有些没有参考书目可以深入阅读，总觉得有点可惜。因为是翻译书的缘故，又没办法通过翻译前的内容去搜索它里面写的观点出处或者参考书目。）

---

他們為什麼想殺人？哪些因素讓他們成為現在的他們？本書對無差別殺人案做了深度的心理剖析，分析了家庭關係、校園與職場經歷，以及社會整體對他們心理造成的影響，讓他們陷入孤獨與絕望。

-----  
可以打四星半的著作。对于无差别杀人的青少年罪犯的心里脉络有了相当清楚和全面的了解。阅读过程中也知晓了许多相关的心理学理论，联想到自己和身边人的日常心理，确实有相当程度的启发。一些以往深信不疑正确的做法，其实只是缺乏知识和深藏惶恐的表现。很需要进一步重新整理和摘录，再写长评。PS：竖版确实需要有点耐心和毅力阅读完毕了拖了快一学期才结束的阅读

-----  
[誰都可以，就是想殺人 下载链接1](#)

书评

-----  
[誰都可以，就是想殺人 下载链接1](#)