

· 评述 ·

DOI: 10.3969/j.issn.1672-1993.2016.11.051

性成瘾研究的再考察

刘中一

中国人口与发展研究中心, 北京 100081

【摘要】 生理学、心理学和社会学等不同学科从各自学科立场出发,对“性成瘾”给出自己的判断。我们试图从多学科的视角,对性成瘾问题进行多维度的透视,以期最大限度科学认识“性成瘾”问题。

【关键词】 性成瘾;生理学;社会学;心理学

Exploration on sex addiction LIU Zhongyi. China Population and Development Research Center, Beijing 100081, China

【Abstract】 Physiology, psychology and sociology give their judgment on "sex addiction" from their own perspective. This paper tried to carry out a multi-dimensional study from a multidisciplinary perspective on the issue of sexual addiction in order to maximize the scientific understanding of "sexual addiction" problem.

【Key words】 Sex addiction; Physiology; Sociology; Psychology

【中图分类号】 R167

【文献标志码】 A

2014年第3期和第5期的《中国性科学》杂志接连发表了两篇以“性成瘾”问题为主题的研究综述^[1,2]。严格意义上,这是我国性学界第一次系统全面地引介西方发达国家对“性成瘾”问题的研究成果和研究路径。这些努力和尝试不仅是对我国性学研究起到了某种“借鉴和启示”的作用,也在一定程度上鼓舞了本土性学及其他学科的研究者对此问题继续展开探索。

1 什么是“性成瘾”

按照惯常的说法,性成瘾的概念起源于20世纪70年代。当时的一名酒瘾者在治疗酒瘾的过程中,突发奇想地认为如果某人长期沉溺于性爱,就如同沉溺于酒精一样,也应该被看作是一种需要治疗和纠正的成瘾行为。他进而呼吁建立性爱成瘾匿名协会来帮助这部分人进行治疗。虽然“性瘾”的概念由此开始慢慢传播开来,但是,让人意想不到的,在“性成瘾”的概念被社会接纳之后产生了双重效应:一方面在性经常被污名化的文化中,一些人可能会无辜地被贴上标签,放到社会道德的“照妖镜”下受到批判和伤害;另一方面,也有一些人可能把“性成瘾”作为自己罪责的“挡箭牌”,把自己的行为说成“身不由己”,从而减轻甚至免遭应有的惩罚。

自从性成瘾的概念被提出以来,学界关于性成瘾的研究和争论就一直没有中断过。按照是不是承认性成瘾是一种确然“存在”的划分,可以分为性成瘾支持派和性成瘾反对派两大阵营。性成瘾支持派认为,性成瘾是指个体出现强烈的、被迫的连续或周期性的性冲动行为,如果这些性冲动得不到满足,就会产生焦虑不安和痛苦。性成瘾的一个突出表现就是对性活动缺少控制,性成瘾者为了寻求性高潮或性行为可以牺牲任何其他事物,如家庭、朋友、金钱、事业、安全和健康,因而最终可能导致自己或他人在生理、心理、社会等各层面受到严重损害^[1]。更有研究者坚信性成瘾虽然可能没有对特定化学结构

物质的依赖,但是却与物质成瘾一样会发生大脑的变化。性成瘾支持派反对把性成瘾简单地解释成为性欲亢进。因为,单纯的性欲亢进要么是自然体质的差异使然,要么是其他疾病(如脑额叶肿瘤等)诱导^[3]。而很多时候,性成瘾中“过度的”性行为只是逃避情感或身体疼痛,或者是处理生活压力的一种方式,性成瘾是一种确实的“存在”。

性成瘾反对派认为,在不能正确地定义什么是正常的性行为频率之前,不能将某些行为标记为性成瘾,也不能把某些人标记为性成瘾者。美国精神病协会编写的《心理障碍诊断和统计手册》第五版(DSM-V)以及世界卫生组织编写的《疾病和有关健康问题的国际统计分类》精神疾病部分都没有将“性成瘾”加以收录^[3]。此外,美国科学家最近对一些自称性成瘾者(包括男性和女性)的脑电图测试中,发现所有受试者和正常人的反应一样,没有发现所谓的“异常”和性成瘾存在的生理依据。如果仅仅依照自我认定这一条标准判断,性成瘾很大程度上只是社会文化对“性行为”和“性欲望”认识的折射。性成瘾本身并不是一种先天的确然“存在”。也就是说,如果一个人在他或她的生活中没有明显的不良身心后果,那么性成瘾可能不存在。

作为科学研究,无论支持还是反对派都需要有更多的数据和资料来阐明自己的观点。遗憾的是目前双方似乎都还没有能力做得到。因此,可以预见的是,关于性成瘾认知的争论,必定还将继续争论下去。

那么,性成瘾到底是不是一种确然的存在? 什么的行为特征符合性成瘾的标定呢? 为了搞清楚这个问题,我们必须先从什么是成瘾说起。世界卫生组织将成瘾定义为一种时间上持续涉入的沉迷状态,因无法克制其诱惑,而不断的持续使用天然或人工合成的药品。同时,随着其对药品的戒断性,造成了其在生理及心理上的依赖状况。然而,心理学家则大都从心理层面来判定一种行为是否属于成瘾。在心理学看来,成瘾行为主要有以下六个方面的特征:第一是显著性,成瘾的事项或物质成为当事人生活中最为重要的部分;第二是心境改变,在从事该事项或使用该物质时,当事人会产生不同内心感受;第三

【作者简介】刘中一(1970-),男,研究员、博士,主要研究方向为性与性别的文化学研究。

是耐受性,需要增加次数或分量才能达到先前效果;第四是戒断性,停止使用后身心会产生影响;第五是冲突性,会与日常生活、工作、家庭等产生冲突;第六是再发性,以上的现象不断重复再现。如果具有上述六个方面的特征就可以初步判断成瘾倾向行为。简言之,“成瘾”就是人的心理达到一定的满足水平或状态之后,而不断重复进行某项行为、动作或者实践等。

根据研究者的划分,成瘾行为又可再细分为两种类型。其一是物质性成瘾,如烟、酒、药物等,对于人体以外的物质依赖及成瘾所引发不受其思维控制并且出现想一再使用的念头,相同也会产生想要增量其成瘾物的用量并且伴随着如耐受度、克制性、戒断性等生理现象。其二是行为性成瘾,如同赌博、运动、网络、手机等过度从事以上行为,也会形成成瘾现象。虽然行为性成瘾不像物质性成瘾会对于某些特定产品或物质产生依赖性,但其同样会造成成瘾者在身心灵上不同程度的依赖性,甚至是沉迷状态。显而易见,性成瘾是行为性成瘾的一种。不过,由于每个日常生活中人对性需求、性欲望、性行为的诠释都有所不同,性成瘾也缺乏一个明确的定义。不严格意义上,性成瘾是指个人对性过度痴迷或难以自拔,而产生冲动或强迫的性行为,从而导致自己或他人在生理、心理、社交、经济、工作、学业等各层面形成严重混乱或损害的现象。

2 多学科对性成瘾的研究

如前所述,性成瘾是人类活动中复杂而又令人费解的一种行为模式,对成瘾行为的研究是一个跨学科的新兴课题。不同的学科对性成瘾行为有着不同的解释路径和解释视角。

2.1 生理学视角下的性成瘾研究

从生理学的视角看,成瘾之所以令人无法自拔,其源头可谓来自大脑的奖励系统,藉由外部的大量刺激,影响了脑部报酬回路,首先会先活化中脑腹侧被盖区再传达至伏隔核的多巴胺神经回路,使多巴胺这种神经传导物质增加,而多巴胺又可谓控制运动、情绪、动机与愉悦感,也因此当多巴胺的量增加时,人体在情绪上也会产生愉悦的感受。而药瘾、酒瘾的摄入都会影响多巴胺的释放,当人们服用药物时,多巴胺会记住使用药物所产生的愉快感受,并且会指使成瘾者重复的使用,而当人们过度使用后脑部会适应多巴胺的过量感受,并且会开始减少多巴胺的释放量,也因此产生了耐受性的结果,导致成瘾者必须大量使用成瘾物质才可以达到相同的感受。

随着生命科学技术的不断发展,对性成瘾的生理学视角的研究越来越引起学术界的关注。从生理学上判断一种行为是否属于病态,一个简单的标准就是造成个人生活的痛苦和器质性功能损害。相对而言,如果某种行为只是导致心理满足,不造成心理痛苦或功能损伤,就不可以诊断为一种临床疾病^[4]。因此,在生理学上常常以几个指标表现来综合判定一个人是否属于性成瘾:是否出现成瘾症状,是否影响正常生活,是否产生依赖症状。而这几条都是与个人生活和器质性功能损害紧密相关。

生理学视角认为性成瘾是由于个人的身心系统平衡遭到破坏而导致的,这一点与吸毒相类似。有研究证据表明,可卡因和海洛因可以使脑内的神经递质分泌量达到平常的10倍以上,并且随着时间,大脑产生了耐受性,需要更多的神经递质分泌才能得到满足。因此,大脑开始依赖于这种外部的刺激物。神经递质对性成瘾作用主要集中在神经肽类,即5-羟色胺、多巴胺、内啡肽等方面^[5]。除了神经递质,性激素水平的高低也

是影响性成瘾的一个关键的生理学因素。一些研究表明:睾丸激素水平与性机能的强弱直接相关。但奇怪的是,临床证明睾丸激素水平不一定与性成瘾的发生率直接相关^[6]。

生理学视角支持这样一种观念:任何形式的内在生命的行为(性、饮食、睡觉等)在临床上都有可能成为潜在的病理。但是这种生理学视角也存在先天的缺陷,那就是目前还找不到性成瘾确实存在的生物学原因,也没有研究证明多次性交、滥交等会刺激多少种和多少数量的多巴胺、内啡肽等内源性成瘾物质出现。此外,由于目前没有完整的科学统计资料,过高或过低的性成瘾估计数字都可能使得问题复杂化。虽然国外有关专家估计,一般人群上一年或终生性成瘾患病率为3%~6%^[7]。不过,生理学视角把性成瘾看作一种疾病,一种器质性病变的结果,这对于从以道德角度来看待成瘾性问题而转入从医学角度看待病人,某种程度上是一个巨大的进步。因为,这将有助于对性成瘾的研究以及和正确对待性成瘾人群。

2.2 心理学视角下的性成瘾研究

长期以来,心理学长期主导着成瘾问题研究的科学话语权。撇除生理因素的话,将性成瘾行为的出现归因为个人的心理问题是现今最常见的解释。在心理学界看来,性成瘾从根本上来讲并不是生理学方面的问题,而是一个复杂的心理学问题。因为,心理活动是人们客观行为的一个准备过程,性成瘾作为一种偏离甚至违反社会认知和社会规范的行为,在它产生之前,性瘾者必定经历了一个心理准备的过程,更确切地说经历了一个心理危机的过程。

心理专家把性成瘾症当作心理问题来看待,认为患有性成瘾者的心理问题大于生理问题。很多研究者认为性成瘾是作为一种逃避和解脱来自生活的压力、情感的不适和潜在心理抑郁、焦虑或儿童期心理创伤的手段而存在。在他们看来,性成瘾作为一种本能欲求的替代,形成的真正原因不是个人意志薄弱,而是焦虑。有心理学者甚至通过一系列实验,证实了在“性成瘾者”的人群当中,焦虑和抑郁的压抑程度越高,越可能发生“失控”的性行为^[8]。还有一些心理学者习惯以“强迫性性行为”来指称“性成瘾”,认为性成瘾实际上是一种与心理痛苦相关的强迫症。据此,“一个人即使有过度的性行为,但是如果没个人的心理和道德不适感,就不能被视作病态”。在心理学看来,性成瘾更多在于与日俱增的性欲相联系的痛苦压力,而不仅仅是一个时期内性高潮的数量有关^[9]。对于性成瘾者而言,强迫性性行为虽然暂时地减轻痛苦,但接踵而至的是更进一步的心理沮丧和忧伤。换句话说,当性行为变成强迫性欲望的一部分时,性成瘾就成了受减轻焦虑的心理防御机制的支配工具,而与性欲渐行渐远。还有研究者认为,性成瘾和童年时期遭受的心理伤害有着密切的联系,有研究者称45%~60%的性瘾者在儿童期都遭受过性创伤或性虐待,并且绝大多数的性瘾者都在缺乏适当爱和亲密关系的家庭环境中长大^[10]。

相比生理学观点,心理学的视角对性成瘾多了一份人文关怀,但仍将性成瘾视为一种个人的问题。心理学视角更多地关注性瘾给性瘾者带来的消极影响,除了浪费时间、浪费金钱之外,更多是负面的心理感受,比如,感到羞愧、低自尊、想要自杀的念头等。同时,值得提出的是,由于没有形成一个统一的心理学视角下的性瘾诊断标准,不同于对毒瘾和酒瘾的认知,目前心理学关于性瘾的研究,无论是定量研究还是定性研究,所谓的性瘾者全部来自“自我认同为性瘾者”。换句话说,只有

一个人自己主观认定自己是性瘾者,才被视为性瘾者;如果一个人心理上不认同,哪怕表现出一些明显的行为特征,也不能贸然地认定其就一定是个性瘾者。

2.3 社会学视角下的性成瘾研究

在社会学看来,性瘾常更接近于是一种妖魔化的社会现象,是群体中某一些自认为正常的成员所刻意制造出来的产物,他们认为必须用一些手段来解释、控制与制裁违反社会规范的不受控制与越轨行为,原因在于他们与社会大众有着不同的行为和思考模式。性瘾即是在为了抑止那些与常人不同行为规范的群体所产生的一种污名和歧视。所以,相对于“正常”的性活动水平与功能,“性瘾”的论述本身就是一种标签与歧视。也就是说,性瘾者并不是因生理或心理异于常人,较正确的说法是这些人颠覆了社会既有价值观的生活模式。所以,“性瘾”是社会正常人为了理解此种生活方式所建构出来的专有名词。因此,性瘾不仅是因为生理上的失常产生的症状,而是与合理的社会行为期望相互违背的结果。在社会权力结构与媒体的特殊操弄之下,社会大众藉此合理化对这些所谓的行为偏差者进行合理化的控制。换句话说,“性成瘾者”在社会上是一群备受争议且敏感的族群,新闻媒体常报导性成瘾者引起的负面事件。从这个意义上,“性成瘾”与福柯所说的疯癫有着异曲同工之处。其次,专家学者凭借其专业知识和认识社会能力,在性成瘾的发现、阐述、论证等方面发挥着重要作用,他们在唤醒民众关注性成瘾问题方面也起先导的作用。比如,随着艾滋病的泛滥,许多专家学者开始在附加讨论性成瘾的后果方面。于是,“性成瘾”被渲染成比“毒瘾”更可怕。再者,性成瘾问题的建构需要唤醒相当数量的民众并需要得到他们的支撑。比如,一部分名人在性犯罪、违法或违反性道德之后主动承认自己“性成瘾”,并以此为借口,希望能避免或至少减轻对他们的道德惩罚和审判。还有一些人面对现代生活压力等因素产生的各种问题,也有可能藉由“性”这种特殊的载体加以宣泄或疏通,从而造成性的滥用。

社会学认为“性上瘾或强迫的诊断依赖于对什么是性冲动控制文化观念所致”^[11]。这样一来,性成瘾是一种病的观点就遭到彻底挑战。同时,性成瘾对应的也并不必然是一种不证自明的健康性行为。由此,社会学认为社会意识形态很大程度上影响了性成瘾的判定。在社会学看来,在当代社会,“性不停地被张贴、被展示。广告商们将想要推销的商品和性联系在一起,而媒体,从广播电视到各种杂志,他们绝不错过任何一个描绘性生活困难和性生活行为的机会”^[12]。在这个过程中,性不断地、广泛地以各种“疾病”形态活跃在话语层面和实践层面。在某种意义上,性成瘾很大程度上也可以看作是消费主义社会的副产品,而绝非一种简单的疾病。

3 结语

近些年来,随着互联网络的出现和普及,各种“偶遇性性行为”的发生成本大大地被降低。由此,各种各样的“性狂欢”在社会生活中呈现出几何级数的“狂飙”^[13]。按照国外一些性成瘾治疗机构的说法,由此被诊断为患有“性成瘾”的人数量也正以史无前例的速度与日俱增,“性成瘾”甚至已经成为一种新的社会流行性疾病。在互联网上,如用“性成瘾”或“性瘾”作为关

键词可以轻松得到475万多条相关查询结果,由此可见此词在民间和网络上的热度。不过,检索同期中国知网学术论文数据库,就会尴尬发现学术界对性成瘾问题的研究并不系统,相关研究文献十分有限。这种强烈反差一方面说明了我国学术界对“性成瘾”研究相对滞后;另一方面也预示在性成瘾的认知上存有误识的可能性。尤其是,性成瘾问题很多时候都已经被道德化、医疗化甚至政治化的背景下,对性成瘾问题的认知往往并不仅仅是一个“单纯客观全面”的科学探究,更是一个努力争取被“理解和包容”的社会运动。基于此,我们认为以上三个学科对性成瘾的认识各有特色,也各有有待深入之处。生物医学视角把性成瘾看成是一种疾病,其解释具体而详细,但忽视对人性和社会性的关怀。心理学视角则用心理学理论来解释性成瘾,尽管表明心理因素是致瘾的重要因素,但它不能解释与依赖、耐受及戒断症状有关的生理因素的影响。社会学视角下的性成瘾,具备比较比心理学更宽阔的视野和现实解释力,但失于过于宽泛。因此,如果要更客观科学地认识性成瘾问题,可能需要一个包括生理学、心理学和社会学等多学科在内的综合视角的考察。

参 考 文 献

- [1] 方刚,王卫媛.“性瘾”:西方的研究.中国性科学,2014,23(3):93-100.
- [2] 王卫媛,方刚.“性瘾”治疗的评述,中国性科学,2014,23(5):100-105.
- [3] Kafka MP,Prentky RA. Compulsive sexual behavior characteristics. Am J Psychiatry, 1997(154):16-32.
- [4] Coleman E, Raymond N, McBean A. Assessment and treatment of compulsive sexual behavior. Minn Med,2003(86):42-47.
- [5] Anonymous. Hypersexuality due to dopaminergic drugs. Prescribe Int, 2005(14):22-24.
- [6] Bradford JM. The neurobiology, neuropharmacology, and pharmacological treatment of the paraphilias and compulsive sexual behaviour. Can J Psychiatry,2001(46):26-34. 转引自方刚,王卫媛:“性瘾”:西方的研究,中国性科学,2014,23(3):93-100.
- [7] Black DW, Kehrberg LL, Flumerfelt DL, et al. Characteristics of 36 subjects reporting compulsive sexual behavior. Am J Psychiatry, 1997(154):243-249. 转引自方刚,王卫媛.“性瘾”:西方的研究,中国性科学,2014(3):93-100.
- [8] Black, DW. Compulsive sexual behavior: A review. Journal of Practical Psychology and Behavioral Health, 1998(4): 219-229.
- [9] Jenike MA. Obsessive and related disorders. New England Journal of Medicine,1989(321): 539-541.
- [10] McCarthy BW. Sexually compulsive men and inhabited sexual desire. Journal of Sex & Marital Therapy,1994,20(3):200-209.
- [11] Levine,MP,Troiden RR. The myth of sexual compulsivity. Journal of Sex Research,1988(25):347-363.
- [12] 阿纳特勒拉.被遗忘的性.刘伟,许钧译.桂林:广西师范大学出版社,2003:4.
- [13] 刘中一.镜面狂欢:一项关于网络性爱的质性研究.北京科技大学学报(社科版),2011(3):119-124.

(收稿日期:2015-12-30)