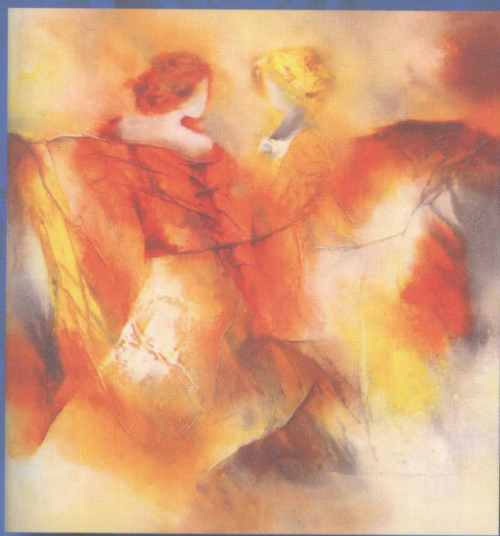


A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders

一种系统化处理自恋人格
障碍的精神分析治疗

The Analysis
Of the Self
自体的分析



[美]海因茨·科胡特(Heinz Kohut)著
刘慧卿 林明雄 译 吴和鸣 曾银川 审校

世界图书出版公司

自体的分析

The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the
Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders

一种系统化处理自恋人格障碍的
精神分析治疗

海因茨·科胡特 著
林明雄 策划主编
刘慧卿 林明雄 译
吴和鸣 曾银川 审校
徐 钧 推荐

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目(CIP)数据

自体的分析:一种系统化处理自恋人格障碍的精神分析治疗/ (美)科胡特 (Kohut,H.)
著;刘慧卿,林明雄译. —北京:世界图书出版公司北京公司,2012.9

书名原文: The Analysis of the Self

ISBN 978-7-5100-5038-1

I. ①自… II. ①科… ②刘… ③林… III. ①精神分析—研究 IV. ①B841

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第186254号

自体的分析:一种系统化处理自恋人格障碍的精神分析治疗

著 者: [美]海因茨·科胡特

译 者: 刘慧卿 林明雄

审校者: 吴和鸣 曾银川

责任编辑: 张瑶瑶

装帧设计: 大 铭

出 版: 世界图书出版公司北京公司

出 版 人: 张跃明

发 行: 世界图书出版公司北京公司

(地址: 北京朝内大街137号 邮编: 100010 电话: 010-64077922)

销 售: 各地新华书店

印 刷: 北京博图彩色印刷有限公司

开 本: 787 mm×1092 mm 1/16

印 张: 19

字 数: 246千

版 次: 2012年9月第1版 2012年9月第1次印刷

版权登记: 01-2011-5401

ISBN 978-7-5100-5038-1

定价: 52.00元

版权所有 翻印必究

系列策划主编序

作为一个心理治疗的临床工作者,我总希望能了解在治疗室中会遭遇到的情况,并进而给个案传递这样的了解,以增进彼此生命的福祉。而在治疗的迷雾森林里,是多么期待识途向导的引领;即或不可得,至少有张明晰正确的地图,也是再幸运不过的事。就如个案自我伤害的冲动或甚至行为,深度视之,究竟是因为严厉的超我借由各种机会转而对自我的攻击,还是个案借由对自我的攻击而攻击客体,或攻击自己分裂投射出来的坏部分,又或者是痛苦的正自我正尝试处理免于自体的解体等等。而这样的症状行为尚只能说是歧路汇集而成的几条不一样的大道而已,正待完整的地图标示出它们的前后相接之路。完整的学派犹如一张完整正确的地图,在这一点上,由科胡特(Heinz Kohut)而创的自体心理学算是当之无愧了。尤其在自恋型人格的了解与治疗上,按着科胡特所画的图前进,感觉到的是对所行之路的领会,以及对未来之路的无尽深度之敬佩。这是一张由既聪明又努力且长期专注于同一焦点的人所画的宝贵地图。

在到处都可借由各种方式吐露发泄的现代,过去因禁抑过多或过

强造成冲突 (conflict) 的歇斯底里症在个案中所占的比率降低了。主要问题为防御之墙更加薄弱易碎裂的前语言期问题的个案则增加了。就如性的行为过去是外连于甚至可形成症状的神圣承诺,现在也被大量的作为关系融合或刺激自我存在感的手段。无法了解这类前语言期问题,就无法在治疗室里带着正确的了解或至少是无害地回应个案。也会有双方意识或未意识到的必然挫折。

科胡特的原文文字的书写风格冗长迂回,在其三本原典的翻译中已做了许多这样的保留。他也不错为一派宗师,代言了一群特殊的个案,对这些个案独特排他的病理特征做了深度完整的详密描述。

完成翻译科胡特的三本书,历经了半年的酝酿、三年的读书会与个案讨论和最后的翻译工作。参与者都有从事长期心理治疗的临床体验,并各自带着自己所熟悉的理论背景与个人偏向,每周沉浸在自体心理学的独特情境中,或赞同或反对,或之后的再反对与再赞同,从而由字到词再到句地吐出自体心理学的语言,竖立了自体心理学之所是,也精炼区辨出不同的所在。确定的一件事是,科胡特不只讲清楚,而且也做到了——以现实自我实现了来自夸大自体的企图心和来自理想化的双亲影像的理想。一个值得尊敬的理论开拓者!

科胡特在第一本著作《自体的分析》(*The Analysis of the Self*)里仍努力尝试要与古典理论及自我心理学做对话联结。到了第二本书《自体的重建》(*The Restoration of the Self*),他已不再与无关于自体心理学的部分缠斗,而致力于清楚明晰的陈述自体心理学的本身,再到其最后一本著作《精神分析治愈之道》(*How Does Analysis Cure?*),他则针对别人对其理论的质疑处再加以说明回答。这样总合成为对同一主题的完整脉络。另外对于同属长于处理前语言期问题而为科胡特所较少提及,却是治疗边缘型人格时的重要指引的客体关系理论,以及处理移情神经官能症时所必然使用的古典精神分析理论,在深度了解与

处理个案的精神内在问题时,是值得与科胡特的自体心理学比较参考的。在其中分别调动到的移情类型,将会决定何者得以正当地宣称所面对的是何种领域的问题。

林明雄

2002年6月

译者序

想记录这一路翻译的过程,觉得又走了一段路了……

一开始,翻译这几本书的工作交到我手上的时候,其实并不敢承诺什么,只是抱着看看的心态。因为这几本书是我从事翻译以来深度最深、难度最大、分量最多的几本。加上自体心理学并非是当时涉猎书籍的重点,并无深入接触,一下子实在不确定是否能胜任这样的任务。

而事情总是从意外开始。

我原本只是寻求合作的翻译对象,但科胡特读书会却因为大家的需要先成立了。我们决定从阅读讨论开始,翻译的工作先暂时搁置。翻译在当时既然是困难的,就尊重这样的现实吧!

就这样读书会开始了,每周一次、固定时间、固定地点、固定结构。回想起来,读书会的这几年,应该是翻译整件事里面最丰富的一段。对自体心理学的语言从生疏到熟稔、对科胡特这个人从陌生到敬佩。在这一过程里,理论与各自的临床实务不断验证。觉得浸润在自体心理学的氛围中,真是一种绝佳的幸运。渐渐地,大家都感觉这三本书

的翻译,不再是遥不可及的任务,而是一种自然的承诺,一种心安和必然的结果。于是,翻译的工作可以真正开始了。

真正翻译的过程中,辛苦还是难以避免的。例如,科胡特英文书写的特质是绵长的长句子,翻译成中文,往往要断成好几句才有利于理解;翻译时,每每为了究竟要保留作者的风格,或以读者的理解为先,而难以取舍。翻译期间,更是需要每日每日的灌注(力比多)……

想想,这套书的翻译和出版能够完成,实在并非偶然,自己和这套书的其他三位译者都默默地灌注了大量的心力。翻译之路能够走到这里,并且预期能够走完,和其他三位译者的合作是很重要的因素。其中明雄的稳定认真和协助重要出版的策划、时宁的哲学家思考风格和豪冲的聪明光彩,都是一路过程中令人印象深刻的。另外,三四年下来,也着实体会到原书作者写作的用心和所谓一步一脚印的呕心沥血吧!

翻译的路有终点,精神分析的路却似乎无止境。走着走着,精神分析也走了这么多年。路愈走愈远,以为已经走得很远了,却发现路是更远的;或者,路愈走愈远,愈是赞叹前人竟然可以走得比自己现在走得更远,自己走得还算近的;一路走下去,翻译也好、治疗也好、理论也好、临床也好;一路走下去,一路收拾自己的骄傲和习性,真的希望能代之以某些远见和使命感,也算不负一路行来的风景和人情了。

刘慧卿

2002年6月

推荐者序

《自体的分析》，是精神分析的自体心理学派创始人科胡特（Kohut）在1971年第一次系统地对自体心理学做出最初描述的作品，同时他也为当时已经过度理性的精神分析拾回了共情的人性能力。这部作品也是自体心理学发展旅程的开始。

科胡特在本书中延续了弗洛伊德对自恋障碍的探索，以及提出了发展的治疗新模型。科胡特所提及的自恋障碍，并不是仅仅指美国精神障碍诊断标准（DSM-IV）所定义的自恋型人格障碍，而是自恋神经症下属的各种心理障碍。在弗洛伊德看来，自恋神经症是相对移情神经症而建立的一系列症状群。因此作为发展者的科胡特所定义的自恋障碍，是以弗洛伊德所定义的自恋神经症为蓝本的，具体分成自恋行为障碍和自恋人格障碍，包括多种性倒错、一些中轻度的人格障碍、各类自恋人格障碍、抑郁类疾病、暂发的精神病性妄想、工作生活动力缺乏等等系列心理症状群，但并不包括弗洛伊德早期曾将之归类到自恋神经症的精神妄想型精神分裂。所以，《自体的分析》不仅仅是一本介绍治疗自恋人格障碍的作品，而是一本有关如何治疗各种与自恋相

关的心理障碍的作品。重申这个问题,最主要的原因是因为我近十年来在中国各地所进行的自体心理学教学中,发现有的老师,甚至某些国外精神分析家在教学时,会把科胡特定义的自恋障碍误解成自恋人格障碍。这引起了对自体心理学的严重误读。

在有关自体障碍的治疗模型中,《自体的分析》发展两种自恋移情的模型,即基于理想化父母双亲影像的理想化移情与基于夸大自体的镜映移情。这是共情的理念再次在精神分析中得到舒张。科胡特在基于理想化父母双亲影像的理想化移情临床现象中指出,来访者在分析过程中会下意识地将因理想化受挫对父母双亲理想化影像投射到分析师身上,将分析家投射为一位或高学位、或具有优秀智力、或极富人格魅力的人物等等现象,过去的分析家有可能将之理解为一种阻抗而给予面质或分析解释,但这种情况往往会导致分析的失败。科胡特强调,在此时,分析师如果能够放弃容纳这种投射,并且尝试共情这种现象,那在此后的分析,经由恰好的挫折,来访者会渐渐认识到分析师的非理想性,然后经由此过程,来访者将能内化这一理想化的影像为自体的部分,获得生活理想的目标。

而在基于夸大自体的镜映移情,科胡特描述了三种移情的分类,即狭义的镜映移情、密友移情(也译作另我移情、孪生移情等)、融合移情。镜映移情是临床中来访者希求分析师对来访者自我的理解;密友移情则是表现为来访者将分析师当成另一个自己的伙伴,与分享共同的喜爱或技能;融合移情则是来访者要求分析师随时能深度地理解共情自我的情感或需要。科胡特鼓励在这些临床现象中治疗不应该过度节制,而应该理解来访者诸如此类的现象乃是出于过去受损而停滞发展的夸大自体在分析过程中被重新启动的标注,分析师如果能够包容且理解这些过程,并对来访者做出共情的、同频的回应,那来访者这些停滞的自体将能够渐渐恢复活力,而在之后的临床分析过程中由分析师那些无意的、非创伤性的恰好的挫折和转变的内化作用,渐渐矫

正来访者的自体适应性,获得自我安抚的心理结构。

科胡特在临床上强调,分析师在分析过程中,由对来访者的主体的深度共情(神入),而成为来访者自体客体经验的提供者,但在对来访者提供温暖容纳的环境的同时,又有恰好的挫折及转变的内化作用,提供了来访者自体发展和适应社会的良机,最后获得人格的痊愈和成熟发展。这构成了经典自体心理学治疗的辩证模型,共情与恰好的挫折的并用。这也回应了一些对自体心理学只有共情而不敢于处理来访者愤怒的错误理解。其实对自恋和情感的矫正性过程,也是自体心理学的治疗核心之一。这正如科胡特在论文中所强调的养育的辩证性,“没有敌意的坚决,没有诱惑的深情。”

《自体的分析》是科胡特在精神分析的学术生涯广受赞誉的一本书,包括安娜·弗洛伊德等这样的经典精神分析的权威学者。它立足于经典精神分析的自我心理学的大地,将自体心理学的雏形形式作为一种补充技术装置到经典精神分析传统中。此书出版后,科胡特就被查出淋巴瘤,而他的母亲也几乎差不多在同时去世。这无疑对他来说是一系列的重大打击。他之后放弃了几乎所有学术组织的工作,但并没有垮掉,而是除了自己接受正常的淋巴瘤治疗外,还同时更加专心致志地接待精神分析来访者以及思考自体心理学的重要命题。自体心理学故事其实远远没有结束,在1971年,这个让科胡特高兴而又悲伤的年份,自体心理学才刚刚开始成形,一直积累到1978年时,科胡特出版了革命性的著作《自体的重建》,确立了自体心理学独立的发展,作为一个独立的心理学学派——自体心理学创立了。

自体心理学,现在已经是北美和澳洲精神分析很重要的主角之一。从开始许多精神分析家的不接纳到之后的认同和赞赏,这有一个演变的过程。中国自体心理学的发展,大约是在2000年左右开始有人渐渐阅读接触,近年来随着精神分析在中国的发展,自体心理学的爱好者正在快速增多。正逢龙年此时,《自体的分析》这本精神分析里

程碑式的著作在中国大陆顺利出版,具有重要的专业发展意义,也是一件吉祥的事。

徐钧

2012年,龙年正月初一

审校者序

镜子与开光

一个治疗片断

在写《自体的分析》的推荐序时,想先摘录 2012 年 6 月 12 日治疗中的一个片断。

J,男,23 岁,大学生,共进行每周一次的访谈五年。

(以下“W”代表我。)

J:看了拉康,他提到弗洛伊德的 Fort-da,那是典型的自欺欺人,像幻觉,我把妈妈推开,我拉妈妈回来。母亲抽离之后留下的坑洞,用游戏填充。

这周还是有强迫症状,学校又让填一个表,填完发送后仍然在嘀咕:确定完成了? 是否有遗漏? 是否有不妥之处? 先设定存在,然后否认,先确定,然后质疑,不断地在重复的质疑中体验强迫的快感、分离的焦虑感,也同时由此获得主动性、掌控感。

症状真是一个通道。打通,找到对应,原来我们以为是性,后来发现并不尽然。因此就有许多错位。

· W:症状确实是一个金矿。

J:你很重要,你的引导很有帮助。

W:我只是“引”与“跟”一下下。

J:你能有空间,给我留空间,我就走过来,否则,你妄动,我就被牵连了,贴着你。没有空间,粘在一起,没有回旋余地,窒息。

W:有点温尼柯特“过渡空间”的意思。

J:嗯。说的话都是骗人的,你觉得呢?治疗师只需要开启。你如果不动,我就能成功地分离。

W:刚才我想到镜子。镜子做到位,玄览,心居玄冥之处,览知万物。你说的开启,就像老子说的涤除玄览,把镜子擦拭干净。

J:自己内心有镜子,才投射到你身上,内心的镜子是经验生成的,取材于经验,之后是确认、印证。

W:我又想到照镜子,很有意思,如庄子的用心若镜,不将不迎。

J:有时照出性,有时照出分离。碎片变成完整的镜子。

W:我在想,在强迫时,不确认事实,如填表之后的纠结,往往发生在你一个人的时候吗?你一个人在那里反复地想。

J:有人在,可以说出来,就像一种积累,就像往银行存钱。也并不完全是没人在,是没有心理上亲近的人。我突然明白了:犯了一个错误,我自己已经承认了是事实,比如与母亲分离,被她抛弃,我已经承认了,但母亲不承认,如果母亲和我都承认了,就合起来了,事情就过去了。

W:说出来,是在要求承担。亲近的人,是了解的人,愿意承担的人。

J:症状就是呐喊。

W:症状就是证词。

J:保留强迫症状,就是保留证据,否则就会有人逍遥法外。母亲认罪之后,该找个什么样的母亲?寻找母亲时,有强大的能量。

W:找不到时,会有挫败感。

J:不,现在不一样了,找不到时,回归到自己,非常平静。

W:或者,此时,处处是母亲,我曾写过一句话,“赤脚走在一地碎片上……每个碎片都闪耀着太阳的光芒。”

J:那些碎片一直在等待着一面镜子。

W:我想到了“开光”,开光之后,那些物品就有所不同了,感觉好像那些内在的碎片在某个瞬间开光了。

J:保留强迫症状的意图,是想去改变历史、想去扭转局面,就是不肯承认历史。所以,创伤不等于事实,发生了的是事实,当在把事实当创伤时,就是不肯接受事实……

这是真实的治疗情景,所以无法准确、系统地套用自体心理学理论去解读,然而又自觉其中渗透了浓厚的自体心理学的气息,必须搁置在此,好像才是一篇完整的序,作为我理解的自体心理学才有了一块立足的基石。

几个自体心理学的概念

在科胡特最重要的三部著作中,《自体的分析》被认为是过渡性的,也因而比较晦涩难读。阅读时让人迷失在概念的丛林,一边是古典精神分析的驱力,一边是通向即将到来的未来的自体客体。然而,在此丛林中,闪烁的阳光在丛林之外,穿透层层叠叠的枝叶,传递着时间的消息,照亮遍地的概念化石。

在整个精神分析思想史上,概念不断地从异己走向本己,从负性变成中性、正性,借助概念的变迁,我们愈来愈多地、更深入地认得自身,亲近自我。如对阻抗、移情不再如临大敌,反而欣喜于这心灵智慧了不起的努力,迎接、聆听并接受心灵在曲曲折折表达中隐含的无限启示。而在这样的精神分析运动中,科胡特最具解放思想、实事求是的精神魅力。我们可以在科胡特温暖的镜映中,点石成金,把冰凉的概

念化石变为闪耀的金矿。

首先是现象的概念。本书中,科胡特在与诸多病理现象,如精神病(psychosis)、边缘状态(boderline state)及移情神经症(transference neuroses)的比较之中,明晰自恋疾患(narcissistic disorders)的特点。

在较严重退行的情况下,自恋疾患会出现类似精神病或边缘性人格障碍的症状,鉴别的要点在于科胡特所说的心理资产(psychological assets),即尽管自体不稳定,但自恋疾患者有相对稳定的内在客体,并能够被动员、活化(mobilization),以自恋移情的形式表现出来。而相对于自恋疾患来说,移情神经症的客体是分化良好的。这里出现了一对概念,退行与活化,它们在一定程度上表示了心灵运动的方向,是并存的后退与前行。同时在以上的比较中,可以看到在本书中重要的分析维度:内在与外在,由这两个维度,可以串联起一系列自体心理学的概念。

其一,内在决定和影响着重外在。在科胡特,内在的型构(configuration)或结构(structure)是自恋,包括夸大自体与理想化的双亲影像,两者是古老的自恋型构(archaic narcissistic configurations),夸大自体说“我是完美的”,表现为全知全能的夸大幻想(grandiose fantasy),渴望无限的能力及自己的存在被看见、被赞美的表现癖自恋(exhibitionistic narcissism)。理想化的双亲影像则说“你是完美的,而我是你的一部分”,因此致力于与全知全能者的结合,从而获得完美的感受。

其二,内在来源于外在。科胡特假设自恋的经验来自婴儿的极乐状态(blissful state),在遭遇现实的局限使之进入失乐园之后,儿童便以上述夸大自体及理想化双亲影像弥补丧失,重返伊甸园。又经由恰当的挫折,将之一点一点逐渐内化,心灵就如此在得而复失和失而复得中愈益丰富、稳定。

在更早期的论著中,科胡特曾写道:“孩子需要母亲眼中反映的光

辉来维持自恋力比多(narcissistic libidinal)的充满……”(Kohut, 1966),相反,如果目光暗淡必然神伤,母亲疏离、冰凉的目光,将一个孩子遗弃在空寥的宇宙之中,永远找不到回家的归途。

由父母之神入(empathy)、由儿童之转变内化作用(transmuting internalization),有了,是真有。有了,就有了过滤刺激的屏障,调节张力、安抚情绪的缓冲器。如果没有,就没有。内在的缺失,必然“晒”之于外在。所以就有物质依赖,各种成瘾行为,只能以此饮鸩止渴;或者性欲化,靠娱乐且虐待身体以安顿一颗破碎的心;或者无休无止地追寻强势外在客体的认可与奴役……

最后,是有关治疗的概念。自体心理学的理论是复杂的,而治疗却是相对简单,只是做到这种简单却非常困难。科胡特说,治疗师并不需要多做什么,正是有所不为,不妄动,不去干扰个案,疾病特有的退行会自然发生。当自恋移情已经建立,通过与理想化自体客体结合(union)而获得自恋平衡,而又由于分析师与个案之间自然发生的诸多干扰事件,如度假、更改预约时间等,结合破裂了,此时修通(working through)才会开始启动。这些可被处理的破裂在言说和描述之后,接着就是对理想化自体客体自恋投注(cathexes)的撤回,啐啄同时,经由转变内化作用而形成内在心理结构。

三个朋友

科胡特说,一个人是由理想所前导,而为雄心所推动。这有两个清晰的位置,一前一后。在后期,科胡特实际上添加了第三个位置,或左或右,同行、陪伴的位置,即与技能相关的第三极。

每个位置上有一人。当1978年科胡特去掉“自体—客体”(self-objects)中的连字符,变成“自体客体”(selfobject)时,更加明确了在个体内在,存在于自体与客体之间的一个区域或实在。它是所有