

精神分析講台

自體心理學(之一)

許豪冲 劉時寧 劉慧卿 林明雄 張凱理 著

王麗斐 主編

 學富文化事業有限公司



學富文化事業有限公司

地址：台北市新生南路3段60巷9號

電話：(02)2362-0918 傳真：(02)2362-2701

ISBN 986-7840-40-2



9 789867 840400

精神分析講台


— 自體心理學

(之一)

許豪沖 劉時寧 劉慧卿

林明雄 張凱理 著

王麗斐 主編

 學富文化事業有限公司

國家圖書館出版品預行編目資料

精神分析講台—自體心理學(之一)/ 許豪沖等著.

--初版 -- 臺北市：學富文化, 2003 [民 92]

面： 公分

ISBN 986-7840-40-2 (平裝)

1.心理治療 2.自我(心理學)

178.8

92020027

初版一刷 2003 年 12 月

精神分析講台—自體心理學(之一)

主 編 王麗斐
作 者 許豪沖 劉時寧 劉慧卿 林明雄 張凱理
發行人 于雪祥
出版者 學富文化事業有限公司
地 址 台北市大安區 106 新生南路三段 60 巷 9 號
電 話 02-23620918
傳 真 02-23622701
E-MAIL proedp@ms34.hinet.net
法律顧問 承天國際法律事務所 廖正多律師
印 刷 健琪印刷有限公司
定 價 350 元(不含運費)

ISBN:986-7840-40-2

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回更換

版權所有◎翻印必究

主編序

去年夏天，林明雄醫師告訴我，他們幾位翻譯寇哈特 (Heinz Kohut)「自體心理學 (self psychology)」的譯書作者們，有意於譯書出版後，仍持續深入研究自體心理學，並於每年年底辦理學術研討會分享研究心得。他們期待透過這樣的作為，一則督促個人對自體心理學的持續研習，再則也想藉研討會分享的機會，拉近國人對自體心理學理解的距離。我深深被他們這一份用心與執著所吸引，因此當林醫師邀請我擔任他們研討會的主持人，陪同他們把夢想實踐時，我毫無猶豫地答應了。國內第一屆「自體心理學研討會」，於是就在這樣的心情下，在去年十二月七日於台灣師大舉行，參與的人數以及與會者的熱烈迴響，遠超過我們原先的預期。

今年春天，林明雄醫師告訴我，幾經思索，他們打算把去年研討會的論文加以彙編成論文集，一則是對自己的所言負責，再則也希望藉由出版的做法，紀錄他們的研究心得，以作為他日探究台灣自體心理學發展軌跡的一份參考資料。我為他們的勇於負責以及唐吉珂德式的遠見感到敬佩，再次欣然同意他們的邀約，擔任此次論文集的主編。於是在林明雄醫師的幕後努力以及學富出版社于雪祥先生的大力支持下，這本「精神分析講台—自體心理學〔之一〕」的論文集於焉誕生。

此本論文集共收錄五篇論文，所有論文皆為 2002 年第一屆「自體心理學」研討會所發表之論文。第一篇論文為許豪沖醫師所著，題目為「神入與自體的發展 — 關於寇哈特的自體心理學之簡介」。此篇論文可視為自體心理學的基礎導讀文章。在論文中，許醫師嘗試以寇哈特私塾弟子的身分，整合其多年累積的臨床實務以及閱讀討論的經驗，深入探討「神入(empathy)」與「自體 (self)」概念，在精神分析取向心理治療工作的意涵與應用。

iv 精神分析講台—自體心理學(之一)

第二篇論文為「自戀障礙的精神分析治癒——初探」，為劉時寧醫師所著。該篇論文主要以寇哈特「精神分析治癒之道」一書為主要依據，陳述自體心理學對「精神分析如何治癒」這個核心問題的背景概念，內容涵蓋寇哈特對「何謂治癒」、「何謂健康」以及「如何治癒」等觀點的界定與探討。第三篇論文則為劉慧卿醫師所寫，題目為「攻擊本能」。內容主要針對「攻擊」此一精神分析核心概念提出說明。為有助於讀者理解自體心理學對攻擊觀點的特殊意涵，文中除探討寇哈特的觀點，並探討佛洛伊德以及克萊恩 (Melanie Klein) 兩位對本能與攻擊的想法以為對照。

第四篇探討「自體心理學與伊底帕斯情節」，為林明雄醫師所著。林醫師從伊底帕斯的最早典故談起，並一路詳細探討佛洛伊德、克萊恩、拉岡 (Jacques Lacan) 等人對「伊底帕斯情節」的觀點，最後再細說寇哈特早期與晚期對「伊底帕斯情節」的觀點與演變。最後一篇文章則為張凱理醫師的「自體心理學的過去、現在、與未來」，論文整理自研討會張醫師之演講內容。這是 2002 年自體心理學研討會唯一一場受邀之演講。張醫師自 1984 年即開始接觸自體心理學，長期投入國內心理治療工作的耕耘，此次演講內容即為張醫師個人對自體心理學一些重要概念的體會以及觀點分享，十分值得從事心理治療工作者細細品味與思索。

整體而言，這五篇論文皆為這五位作者花費相當時日閱讀、思索、反省、並與他們臨床實務工作相互驗證後的作品，十分難得也十分精采！這群作者主動、有規劃地辦理研討會以及出版論文集的努力，並不僅僅是國內研讀「自體心理學」的成果展現，更是國內有系統從事「自體心理學」研究的開端。期待這些努力能為台灣心理治療工作的紮根與深耕發揮有意義的影響力！

王麗斐 寫於台灣師大
2003 年 12 月 7 日

目次

1 神入與自體的發展/許豪沖.....	1
2 自戀障礙的精神分析治癒—初探/劉時寧.....	39
3 攻擊本能/劉慧卿.....	59
4 伊底帕斯情結與自體心理學/林明雄.....	111
5 自體心理學的過去、現在、與未來/張凱理.....	223
6 張凱理醫師演講綱要/張凱理.....	255

1

**神入與自體的發展—
關於寇哈特的
自體心理學之簡介**

許豪沖

前言

神入 (Empathy) 與自體 (Self)，可以說是自體心理學最基本的概念。我們今天所談的自體心理學，其緣起之功當然首推寇哈特 (Kohut)。因著他持續不斷的努力，神入的概念被不斷地深化、延展，並且成為界定精神分析領域的方法學。(Kohut, 1957) 時至今日，在精神分析學界中，每個學派的治療師或許都各自擁有一套探索精神現實 (psychic reality) 的方法學；而且也擁有各自的理論架構定義其發現。但在這些紛雜的術語叢林之中，筆者以為，如果能夠掌握自體心理學中神入的概念，並經由對病人的精神現實之神入參與，對於理解當今眾多的自體疾患 (Self disorders) 病人應該是不錯的參考架構。這是今天想要討論這主題的緣由之一。另外，根據寇哈特傳記的作者 (C. B. Strozier, 2001)，寇哈特的最後十年不再閱讀其他分析界的著作。他或許因為要完成自體心理學的使命感、或許因為感覺自己時日無多(1971年被發現有白血病)、或許因為要避免與其他學派作無謂的交鋒等等，他選擇了用他自己的語言說出他的理論，而把自體心理學的發展以及與其他學派的對照任務留待給後人 (Kohut, 1977)。而經過這許多年來後人的努力，自體心理學也逐漸在分析界佔有一席之地，但也遭受到不少的質疑與批判。筆者今天以寇哈特的私淑弟子的身分，試著以幾年來的累積的心理治療、督導與被督導、及閱讀討論的經驗，努力以寇哈特的神入與自體概念為中心，討論其在精神分析取向的心理治療之應用，也試著與一些相關的理論概念作比較。筆者希望這樣一篇介紹性的文字，可以作為有志於自體心理學之學者的導覽；也期待自己在未來能夠對神入有更深入的認識，也可以有比較成熟的論述。

寇哈特之前的神入論述

在探索神入（empathy）這個字之前，有一個相近且更古老的字會浮現在我們心中，那就是就是同情心（sympathy）。根據 G. Pigman（1995）的整理研究，同情心這個字在 400 年前的英文中就有了，而且出現在 Burke、Adam Smith 的文章中，而且其意義與我們現今所使用的同情心類似，都是泛指設身處地去感受他人的狀態，是一種我們去理解他人所感覺的能力。中國也有“人同此心，心同此理”、“人飢己飢、人溺己溺”等的說法，都是在強調同情心是人類所共有的特質能力，人類彼此間要透過同情心的運用才能有所了解；甚至會把同情心的有無當作是一個人人格發展成熟度的指標，缺乏同情心會被當作是不成熟或卑劣的證明。只是因為這字的歷史淵遠流長，到後來被誤用或濫用的情形就越來越多見，就像是神入這個字的歷史一般。以致於如今我們要作一個比較清楚的指涉，並想要減少被誤解的機會，就常常需要引入一個新的用語；或是把舊用語的種種誤解或歧義作一番比對釐清，希望能夠促進更多被理解的機會。

就人類使用同情心這字的歷史，我們就可以了解：人類對人與人之間的溝通互動的特質，其實是早有理解的；同情心必然包括兩人之間的情緒流動影響，而且我們會根據自身過去的經驗來感受對方的情緒、經過意識的思索或潛意識的情感反射，而後對另一個人的心理世界有所了解，或是有所回應。只是在目前的用語中，常常會聽到的一個說法是：“我不需要你的同情”，而且這種抗議聲中通常伴隨著自戀受傷的情緒。我們或許可以試著推

4 精神分析講台—自體心理學(之一)

想（其實也是一種神入的嘗試¹），或許說話者是因為對方的言語讓他感覺到某種並非真正同情的感覺，亦即對方的回應本身就帶有其他意義傳達，像是貶抑、批評、怪罪等語言或非語言的訊息，透過像是皺眉、語調變化等等微變化；也有可能是因為說話者本身過去不愉快之被同情的經驗，也就是曾經經驗過混雜了同情與非同情成分的表達，而在過程中或後被記憶為一段不愉快的經驗，於是他從此對被同情這件事就有了負向的感受，而在往後再度面臨類似的情景時，創傷的記憶就可能被喚醒。當然還有第三種可能性存在，而這也是最常見的情形，那就是混合著前兩種原因，說話者本身就存在著過往創傷經驗而顯得自戀脆弱，而對方的回應本身也並非純粹的同情心。舉這個例子或可幫助我們理解，同情心已經是一個“貶值化的”字辭，當初被指涉的意義已經存在不多，或是遭到誤用或混淆，就像是“愛”、“愛情”、“倫理”等字眼的相同命運。或許我們可以這樣理解：同情心的諸多意義中包括了神入的成分，但不僅僅是神入而已。神入或許可以說是同情心中最有價值與最合乎人性的成分。

但神入究竟是什麼？在牛津英文字典（Oxford English Dictionary）中，神入（empathy）的解釋是：“把一個人的人格投射進入並充分理解所審思的客體之能力”。追溯西方歷史，神入這字的衍生，與美學研究的出現有很大的關係。因為要描述人如何欣賞一件藝術作品，如何在欣賞一件作品的過程中獲得情感上的共鳴、融合、或抒發，其中的欣賞者心中必然發生了某種過

¹筆者這裡有個困難，就是我無法避免使用神入的概念來討論神入概念的緣起。神入與同情心都是一種很基本、很原始的心理運作，其根源可以追溯到初生嬰兒最早與母親的互動，就像是寇哈特或溫尼科特所說，缺乏母親的神入或全神灌注，嬰兒的自體無法形成、且嬰兒心理化的過程也無從開始；相互神入是嬰兒與母親最早的互動與溝通模式。

程，能夠藉由感官的感知而牽動一連串的情感或情緒回憶，能夠在一瞬間中產生人與物的某種共鳴。所以，在美學中所概念的神入，一開始指涉的對象是無生命的物體，也可以是有生命的人。而後 Theodor Lipps 這位美學家與心理學家²，才把這個概念延伸至人對另一個人之心理的感知。他曾經這麼說（1903）：“我對他人活生生表達的理解，一方面係基於模仿的本能驅力，而另一方面係基於以一特定方式表達我自身精神經驗的本能驅力。”而後佛洛伊德所應用的神入概念，基本上不出 Lipps 所概念的範圍。

佛洛伊德關於神入最常被引用的兩句話是：“有一條路從認同出發，經過模仿而通向神入；這也就是通向對心理機轉的理解，而藉此我們對另一個人的心理生活才總算能夠採取某種態度。”（Freud, 1921）而不管就寇哈特的理解、一般非自體心理學分析界對此概念的逐漸忽略、或是其傳記作者 C. B. Strozier（2001）的理解，似乎都以為佛洛伊德對神入這概念只是點到為止，並未在其後來的文章中有過多少強調與闡釋。相反地，反而是寇哈特為了想要解決精神分析之科學性的問題，而清楚地堅持神入作為精神分析的方法學與定義。關於寇哈特的理論，筆者會在稍後加以探索；但神入這概念在歷史上的起源為何？真的是精神分析特有的概念嗎？

根據 G. W. Pigman（1995）對神入的研究，他指出佛洛伊德對神

²根據 Pigman 的研究，神入概念源自美學的研究，而後擴展至心理學的探討。其起源已經有了一百多年的歷史。這個字是出自 1873 年的 Robert Vischer，他用這字指涉美學上投射人的感覺到自然世界。而後來的 Theodor Lipps 才把這字引用在心理學上，解釋我們如何發現其他人有自體（selves）。而佛洛伊德對 Lipps 則是多所推崇，在他的“玩笑”一書中，他尊敬地提到 Lipps 的著作。佛洛伊德在這本書的第一個註解說，因為有 Lipps 1898 年這本書，才讓他有勇氣且有機會寫作這本書。

6 精神分析講台—自體心理學(之一)

入（德文為 *Einführung*）概念的重視，其實是英文讀者所不知悉的。這中間的原因有二：首先，其全集中神入（*Einführung*）出現共 20 次，而“玩笑及其與潛意識的關係（1905）”（*Jokes and their Relation to the Unconscious*）中提及神入一字有八次，但這篇文章經常為臨床家所忽略；第二，其他的 12 次“神入”只有三次被翻譯為“*empathy*”，而其他多只有意譯，以至於神入這概念經常被忽略。Pigman 並舉了幾段文字，用以說明而佛洛伊德對“神入”的重視。佛洛伊德在“玩笑”那篇文章中，把神入看作是讓我們理解他人的過程，藉著把自己放在他人的位置，用以分辨玩笑或是直率的談論：“於是我們把開玩笑的人之精神狀態列入考慮，把我們自己放在他的位置，並藉著他與我們自己狀態的比較來試著了解。正是這些神入與比較的過程，造成我們藉著大笑來釋放此精神支出。”（Freud, 1905, p. 186）而在“*On beginning the treatment*”（Freud, 1913c）中，佛洛伊德建議分析師不應該太快詮釋，直到有了神入之後。他是這麼寫的：

“假如有人對他顯現了認真的興趣，小心地清除了一開始累積的阻抗並避免了若干錯誤；他將能夠靠他自己形成這樣的一種依附，把醫生與他過去習慣於被深情對待之人物影像之一結合起來。而這種剛開始的成功當然可能會喪失，如果一開始所採取的立足點不是一種神入（英譯為 *sympathetic understanding*，而原文就是 *Einführung*），而是道德的立足點；或行事像是爭論的黨派之代表或倡導者”（1913c, pp.139-40）

另外，費倫奇與佛洛伊德的通信中，也再度肯定了佛洛伊德對神入的重視。而費倫奇在“精神分析技術的彈性（*The elasticity of psycho-analytic technique*）”（1928）中，清楚地論述到神入：

“我已經達到這樣的結論，亦即下列尤其是心理技術的問題：關於何時與如何應該告知病人某些特定的事；何時所獲得的材料應該被視為充分到作成結論；這些材料應該以何種形式提供給病人；一個人對於來自病人這邊之未預期或困惑的反應，應該如何反應；何時一個人應該保持沉默並等待更多的聯想；以及繼續維持沉默到什麼時候，將只是導致病人無用的受苦等等。如你所知，使用“技術（tact）”這個字，只是使我能夠簡化不確定為一簡單且適當的公式。但“技術”是什麼？這答案並不是非常困難。這就是神入的能力”（費倫奇，1928）

而佛洛伊德對這段話的肯定回應，清楚地顯示於他的回信：

“這是篇優秀的著作，值得被更重視 — 因為我對那段時間技術的建議，根本上是負面的。我認為最重要的是強調分析師不應該做的、並指出與分析抵觸的誘惑。而幾乎每一件分析師應該做的事，我把它留給你所提出的“技術”。”

雖然，我們知道佛洛伊德對費倫奇的主動治療（active therapy）技術的探索，並非總是完全放心與同意。甚至在兩人的晚年，彼此間對技術的看法甚至有越來越大的差距³。但是，以佛洛伊德論述的嚴謹，他也提醒說，雖然認為神入是進入他人心理

³根據彼得蓋伊（Peter Gay）的佛洛伊德傳中文版第三冊，369-384 頁。以及 Andre Haynal 的 *The Technique at issue – Controversies in Psychoanalysis from Freud and Ferenczi to Michael Balint* (1988)。費倫奇對於“困難個案”的關注，以及試圖幫助某些當時似乎不適合的個案進入分析情境，所使用的各種包括詮釋在內的技術，而不單單把治療師的功能限定於詮釋，在當時激起很多的爭議。持平而論，費倫奇對神入作為分析技術的專注，應該是首開分析師風氣之先。

世界的重要過程，但他認為要小心地面對神入的情緒面、或是來自分析師自身未處理完的反轉移關係影響、或是把自身的投射當作神入 (Pigman, 1995)。這些都的確是神入作為技術上的應用時，所必須注意到的限制與障礙。因此，神入在佛洛伊德的理論架構中，或許不是基本概念之一。但它在分析進行的初期扮演了重要的角色，它在開始與維持治療關係上佔了關鍵的地位，它在將分析師這邊的干擾減到最少的情形下，維繫著個案與分析師的基本治療關係，維持著一種“中立”；而且，在理解另一人的心理世界之過程中，神入是前意識進行的心理運作，它使我們藉著把自己放在他人的位置來了解他人。

神入作為精神分析的觀察研究工具

寇哈特對神入的強調，應該是眾所週知的。而他一開始對神入的思考，其實還未涉及後來的自體發展與自體心理學。可是，憑藉著他自己的人格特質、發展過程、以及接受分析的經驗，他越來越有信心地應用神入的概念於深度心理學的建構。之後，又累積多年對自戀型人格疾患的治療經驗，他終於逐漸建構出他自己關於自體的后設心理學。而神入與內省，就是被他標舉出來的方法學。有關神入作為精神分析定義工具的起源：在 1957 年“內省、神入與精神分析 (Introspection, Empathy, and Psychoanalysis – An Examination of the Relationship Between Mode of Observation and Theory)” 這篇文章中，寇哈特第一次清楚地標舉出神入與內省在精神分析研究中所佔有的關鍵地位。他引用現代物理學的概念，把對心理世界的觀察方法界定為內省與神入（代理的內省），相對應於物理學研究所應用的觀察方法。他還強調觀察對象

所需的自我意識 (self-awareness)，是不同於物理學界或植物學界所觀察之無意識能力的對象。而佛洛伊德所提出的自由聯想與阻抗分析，

“作為精神分析的主要技術，解放了內省觀察免於過去未認知的扭曲。而毫無疑問的是，自由聯想與阻抗分析的引入……特定地決定了精神分析觀察的價值。然而，這價值的認知與下列認知並不相抵觸：自由聯想與阻抗分析被認為是輔助工具，被應用於服務觀察之內省與神入的方法。”（寇哈特，內省、神入與精神分析，1957）

在這段文字中，我們就隱隱然地發現寇哈特的偉大企圖：他想要把精神分析說的更清楚；想要用一套更統整、更系統化的語言概念，來作更明白的陳述。而這背後應該牽涉到寇哈特自身的治療與臨床經驗，無法為既有的概念所精確掌握；而他個人的天份，又讓他掌握了足夠的精神分析的深度理解，所以他可以勇敢地逐步凝結出他自己的語言。寇哈特在 1971 年“自體的分析”中，也再度提到神入在精神分析的運用。他說：

“神入是一種認知的模式 (mode of cognition)，是特定地適用於複雜心理構造的感知。在恰到好處的情境下，自我將應用神入的觀察以收集心理的資料，並應用非神入的感知模式於非關人類內在生活區域的資料。”（寇哈特，自體的分析）

而在 1977 年“自體的重建”一書中，寇哈特又仔細地定義了神入：

“神入不是這種意義下的工具，如同病人的躺臥姿勢、自由聯

想的使用、結構模式的運用、或是驅力與防衛的概念等作為工具的意義。神入確實在本質上定義了我們的觀察領域。神入不只是一種有用的方式，透過它我們得以接近人類的內在生活——如果我們沒有透過代理的內省（vicarious introspection）而得知的能力，那麼人類的內在生活之意念本身、以及複雜心理狀態的心理學之想法都是無法想像的——這就是我對神入的定義（參考寇哈特，1959，pp. 459-465）——什麼是人類的內在生活，就是我們本身與其他人所思與所感。”（寇哈特，自體的重建）

寇哈特對神入與內省的強調，正是他對精神分析特有的貢獻。很多現今分析界的其他學派，常常都以為寇哈特所強調的、花了很多力氣描述的，其實他們於臨床工作中就已經默默地實踐了。有些分析師甚至以為，神入只是一種認知的過程。（A. Bateman and J. Holmes, 1995）⁴可是，他們卻忽略了寇哈特對神入的意涵之專注與演化；寇哈特眼中的神入，從一種認知的模式，慢慢深化為對另外一個人的心理世界之所有感知、理解與解釋的總合；神入成爲人與人之間關係的要素。對於治療師與個案間關係的開展與促進、對於神入作為方法學的操作定義、對於自戀型疾患這群病人的分類、症狀的描述、以及可以用一套統整的假說加以解釋其症狀的起因與治療的策略、並且用多年的臨床經驗來證明其假說的可靠性。從而意圖使精神分析確立於科學研究的社群之一。不管他這種使精神分析科學化的努力有無成功，誠如寇哈特說：

⁴這本書的書名是“當代精神分析導論——理論與實務”，中文本由林玉華、樊雪梅翻譯。書中對神入的翻譯為“同理心”，這是另一個將神入概念窄化並強調其認知面的例子。