

The Restoration  
Of the Self  
自体的重建



[美]海因茨·科胡特 (Heinz Kohut) 著  
许豪冲 译

世界图书出版公司

# 自体的重建

The Restoration of the Self

[美]海因茨·科胡特 著  
林明雄 策划主编  
许豪冲 译

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**

自体的重建/ (美)科胡特 (Kohut, H.) 著; 许豪冲译. —北京: 世界图书出版公司北京公司, 2013. 3

书名原文: **The Restoration of the Self**

ISBN 978-7-5100-5847-9

I. ①自… II. ①科… ②许… III. ①精神分析—研究 IV. ①B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 037520 号

---

**自体的重建**

---

**著 者:** [美]海因茨·科胡特

**译 者:** 许豪冲

**责任编辑:** 张瑶瑶 于 彬

---

**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: 010-64038355)

**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:** 17

**字 数:** 228 千

**版 次:** 2013 年 4 月第 1 版 2013 年 4 月第 1 次印刷

**版权登记:** 01-2011-5400

---

ISBN 978-7-5100-5847-9

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,又或者是痛苦自我正尝试处理免于自体的解体等等。而这样的症状或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的地图,在这一点上,由科胡特(Heinz Kohut)所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,按照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。他也不愧为一派宗师,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,树立了自体心理学之所是,也精炼区别出不同的所在。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,而致力于清楚明晰地陈述自体心理学本身,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,却是治疗边缘型人格时的重要指引的客体关系理论,而为科胡特所较少提及,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

自体心理学经过这三十年来的努力(从科胡特 1971 年《自体的分析》出版算起),逐渐在精神分析的知识圈中占有一席之地;而神入、自体客体与转变内化作用等术语,也逐渐在分析界的文献讨论中,常被提及或比对。然而,关于这些术语的起源、演变,以及在自体心理学治疗实务中的运用,最好还是透过科胡特本人的文章,才能避免一些常见的窄化或曲解。再者,中文的心理世界到目前为止,尚未出现对科胡特理论的完整介绍。所以本书及另外两本科胡特著作(《自体的分析》《精神分析治愈之道》)的出现,应该可以稍解其中的缺憾。

科胡特眼中的自体病理,在今天这种价值多变的、自恋的与边缘的时代中,确实充斥于整个社会环境中。举例而言,他对各种自体病理状态的描述,包括性变态、空虚匮乏抑郁的情绪、各种表面上性欲化而实际上是自体刺激的冒险活动、疑病的倾向,都有他独到的理论论述。而更重要的是,透过这些理解与掌握,让处于杂乱的、碎裂的、分歧的自体客体环境中的我们,可以逐渐促进治疗室之内与外自体的整合。或者,以自体的角度来看,可以有一个比较明确的方向,有一个比

较长期的发展观点,用来观察一个人的人格成熟与整合度。这种从自体着眼的观点,确实可以作为治疗者内省与神入之时的指引。

而自体心理学理论相较于客体关系理论,虽然比较明晰与概略化(此处不拟多加说明);但要真正深度地了解、运用,以及内化于治疗者的心智之中,却需要颇长时间的精练。自体心理学所强调的神入,使它着重于治疗师与来访者间关系的建立,也让它的理论始终保持一种较容易亲近的“神入感”;这是它的长处,但同时也是它的短处;神入与同理心、同情、爱等概念容易混淆,也同样容易发生于自体心理学的初学者。而且,因为这样的长处所招致的诸多误解批评,认为它缺乏了深度心理学所必需的深度与广度,也轻忽了潜意识的领域与诠释的重要性。不管这些争论有无最终的答案,我以为,深度心理学的精神,必然包含了对神入的理解与掌握;而要真正掌握自体心理学的微言大义,就还是回避不了对科胡特原典的阅读。如此不管是为了汲取科胡特的体验智慧,抑或是更清楚地辨明理论观点间的差异,都可以是一种阅读的方式。

“自体客体的需求,是一个人从出生到死亡的生命过程中都必定需要的。”这是科胡特著名的一段论述。如今这本书中文版的出版,如果也能成为本地治疗师可得的、易于接近的、可提供某些功能的自体客体,那么本书的目的就达成了。

许豪冲 谨识



## 推荐者序

《自体的重建》是自体心理学创始人科胡特确立自体心理学思想的著作,也是公开宣布自体心理学派成立的著作。

1971年,科胡特的《自体的分析》出版,以及同年他被查出患上淋巴瘤后,就开始过着近似隐居的生活。但隐居的生活并非是无所事事的休养,他除了接受治疗还继续临床精神分析工作,同时建立了自己的自体心理学研究团队,并一起研讨自体障碍治疗模型的发展。这些临床和研讨经验最后成就了《自体的重建》的出版。

《自体的重建》,除了展示科胡特试图所描述的自体心理学如何进行精神分析与心理治疗,同时也在某种程度上反映了科胡特本人思想的成熟。

经常有人询问,自体心理学的自体究竟是什么?

因为我们中文是鲜有使用“自体”(self)这个词汇的。联系到实处,即我们当下时刻的自身,“自体”(self)的概念,即我们当下感受到的主体感受。它可能因为已经清晰了这个概念而成为坚实自信的,也可能是因为还无法理解这个概念而感受到一丝虚弱,这些都是很明白

的自体感。所以自体,更直接地说,即我们当下所感受到的自己主体感受的种种,以及在过去到现在时间连续感中的自我感。

科胡特对“self”的定义是很宽广的,包括英语有关 self 的所有内涵,即自我、自身、自己、自我意识、本质、自性、我们的、自花授粉(植物学词汇)、自我繁殖等等意思。所以“self”在科胡特的语境中是很广义的,而不是特指某物。科胡特所定义的自体结构中,自恋是作为能量充溢其中。迈克·巴史克将此解释成自体胜任感,这也十分类似心理学中的自我价值感。

相对于自体概念,科胡特进一步描述了自体客体移情的概念,以取代之前他所谓的自恋移情概念,自体客体是相对自体与客体间的融合的经验,是一种主体被客体以一种全然方式所共情和理解的精神经验。

而自体客体移情,科胡特在本书中将之分为两极自体相关的自体客体,即与理想化父母影像相关的理想化自体客体移情、与夸大自体相关的镜映移情及三种分支:镜映、密友、融合自体客体移情。

同时围绕自体客体移情,科胡特继续重申自体心理学中最容易被忽视的恰好的挫折和转变性内化的部分,即无论何种自体客体移情,分析师与来访者工作关系中,其相关的一端是与同频共情相关的自体客体移情的自体美好经验,但在另一端则隐藏着恰好的挫折可能随时激活的来访者过去的创伤点,当这些点被渐渐激活之后,来访者可能表现出对分析师不理解自己等等的愤怒,而分析师经由与来访者回溯的过程来修复来访者的自体客体移情中,因恰好的挫折所产生的愤怒,并重新恢复到良好的自体客体关系。这样的来回摆荡过程,使得转变的内化作用得以产生,来访者的自体渐渐获得对外的社会适应结构,但同时也能够適切地保持与生命活力相关的自恋,而成熟的自恋即得以发展。

科胡特在本书中,还发展了传统的经典精神分析十分敏感的俄狄

浦斯的问题,他勇敢地重新解释,俄狄浦斯的困扰是来自父母对孩子的自体的共情失败的次发结果,而不是原发的。这一新的视角极大地扩大了自体心理学的治疗疆域,但也撼动了那个时代的经典精神分析和自我心理学的根基。而这部作品中,最重要的观点是科胡特站在传统经典精神分析的立场之外,阐述了自体心理学与经典精神分析并存的目标。这一系列观点极大触碰了令许多当时的经典精神分析师敏感且不快的地方。所以当《自体的重建》出版之后,当时的芝加哥精神分析学会吊销了科胡特督导及训练分析师的资格,仅保留了他作为一般精神分析师的资格,不少非学术性探讨的攻击和传言也随之而来。但当时,以科胡特为首的自体心理学家和对自体心理学工作有好感的精神分析师等,已经开始召开全球性的自体心理学年会,以便更广泛的研究交流。科胡特在《自体的重建》中提出的“自恋现在合法了”这一重视人类主体的人文主义理念,也被当时社会所接受,在 *People Magazine*、*New York Times Sunday Magazine* 等杂志都介绍和刊登了科胡特的相关介绍,使他获得了很高的社会认同。在那个时期,罗杰斯团队的人本心理治疗也在蓬勃发展。这也反映出那个时代正在发生的对人性理念的变革。

延续《自体的重建》的思考,科胡特在 1979 年又发表了《Z 先生的两次分析》的著名自传记性论文,以及在 1984 年他去世后出版的《精神分析治愈之道》(科胡特逝世于 1981 年)。这奠定了当代自体心理学的深厚基础。科胡特在《自体的重建》最后一页所提出的愿望,即未来的精神分析师可以扩展、修正、接受甚至拒绝他的观点,而就共情这一基石继续发展精神分析的学术和临床领域,一反传统精神分析保守和排他的状态,凸显了科胡特的豁达、开明和科胡特之后自体心理学的健康发展。如今,自体心理学已经有自己区别于世界精神分析学会(IPA)之外的全球自体心理学会,并且有每年的年会。而自体心理学家也在科胡特逝世后,如科胡特所希望的发展出各自独立的观点,如

Wolf、Stolorow 和 Atwood,他们中有倾向于科胡特经典观点但又有发展的经典自体心理学,有以科胡特思想为启发而发展的主体间精神分析,以及与罗杰斯等人本主义阵营靠近的自体心理学家,出现了一个百花齐发的自体心理学的新局面。科胡特提出生命的弧度,即以自我抱负为动力,发挥才智与技能,以理想为目标的发展,正在和继续鼓舞着他的学生和我们这些后辈对生命和学术发展的自信和能力。

《自体的重建》从1978年出版第一版以来,至今已经有34年,可以看到这本书的魅力过了三十多年没有丝毫减少,它所构成的思想冲击继续从美国波及中国精神分析界和心理咨询、心理治疗界。中国大陆许多读者对科胡特著作简体中文版的出版已翘首以待多年。当我在中国各地进行关于自体心理学的教学时,经常有学员询问这本书是否在中国大陆出版了。而如今,正值中国的龙年,此书终于出版,这是十分吉祥且影响深远的事儿。

徐钧

2012年,龙年正月初一

## 致 谢

在本书形成的不同阶段,曾经慷慨地给予回应的同事与朋友,其数目是如此之多,以至于我必须请求他们接受我的感谢却无法一一列举其名。但是,我还是要提到一些对我特别有价值的帮助——一方面是因为在每位作者都会对于自己努力的价值产生怀疑的时刻,他们所提供的积极支持;另一方面是因为他们对本书的内容与形式所给予的广泛意见。所以,我怀抱着温暖与感谢提到以下诸位:迈克尔·巴斯克(Michael F. Basch)医师、阿诺德·高德堡(Arnold Goldberg)医师、卡夫卡(Jerome Kavka)医师、隆普纳(George H. Klumpner)医师、马奎尔(J. Gordon Maguire)医师、马克斯(David Marcus)医师、保罗·奥恩斯坦(Paul H. Ornstein)医师、波洛克(George H. Pollock)医师、保罗·托尔平(Paul H. Tolpin)医师与帕隆博(Joseph Palombo)先生,还有一些人我也要一并致谢。对沃尔夫(Ernest S. Wolf)医师的付出,我要表达由衷的感谢;他因友谊的慷慨举动而承担本书索引编列的艰巨任务。

我还要感谢一些同事,因为他们允许我引用他们被我督导时分析

个案的材料。不幸的是,广泛使用我自己的个案是不明智的,因为要保护他们的匿名性非常困难。所以同事的个案之举用,对我来说非常重要。这些个案被引用的同事中,有一些要求自己名字不要被提及,以作为特别的保护;尽管有小心的伪装,他们病人的身份还是可能被认出来。无论如何,有三位个案的资料可以确保安全,所以我要表达对这三位分析师的感谢。安尼塔·艾克斯代德(Anita Eckstaedt)医师允许我使用一些很有价值的资料,而这些资料是她从有体验进行的分析中所挑选出来的。安娜·奥恩斯坦(Anna Ornstein)医师让我使用的临床材料,为我的理论提供了可靠的支持。而玛丽安·托尔平(Marian Tolpin)让我使用一些具启发性的材料,而这是来自她为了别的目的所准备的杰出个案研究。

一般作者对他秘书的感谢,通常被例行公事地放在前言的评论之中。然而,我对杰奎琳·米勒(Jacqueline Miller)女士所要表示的诚挚谢意,绝非例行公事而是真实的感受。对于我加诸于她的负担,如果没有她冷静的回应,没有她对任务的投入,没有她执行过程中的才智,这本书的完成将会更遥遥无期。

支持我要提出的这些研究结果,其所有阶段中间的财务帮助是来自芝加哥精神分析机构的安·波洛克·列德勒研究基金(Anne Pollock Lederer Research Fund of the Chicago Institute for Psychoanalysis),以及来自一般的研究基金。我要对这些支持致谢。

对于来自国际大学出版社的娜塔莉·奥尔特曼(Natalie Altman)女士的帮忙,我也要表达我的深挚谢意。将近一年的时间,我的草稿书页往返旅行于芝加哥到纽约,而后又回到芝加哥。回来的书页中点缀着有感受力的问题与有价值的建议,督促我更清晰地表达自己,以充分的证据支持我提出的看法,以及放弃过多的材料。我感谢她温暖的热诚,因为这确实超过了职责所需,而且我希望她能够像我一样享受我们的互动。我知道,我的书从我们的合作中受益匪浅。

## 前 言

在几个方向上,这本书超越了我之前关于自恋的作品。在以前的书中,我主要以古典驱力理论的语言来提出自体心理学的发现。本书所引入的关键理论概念就是“自体—客体”(self-object);而在治疗领域中与自体—客体概念相关联之最重要的实证发现,就是我描述的自体—客体移情的现象。最后,当联结理论与临床观察,以及重建发展与治疗的理论,先前的作品引入转变内化作用(transmuting internalization)的概念,与自体领域的结构形成相关联的理论。

和我以前的著作相比较,这本书更清楚地表达了我对于神入—内省作为立足点的信赖,而这一立足点已经从1959年以来定义了我概念上与治疗上的看法。这个步骤——对以下事实结果的充分接受:心理领域的定义,是借着观察者对于内省—神入取向的投入——造成一些概念的精练,也显示在术语的改变上,就像我用“自体—客体移情”的术语取代之前的“自恋移情”。我不认为术语的改变是本书最首要的贡献;而是迈向更清楚定义的自体心理学的表达——或者稍后我会更清晰地陈述,是迈向两种彼此互补的自体心理学。

本书的另一个特点,就如同我其他的著作,是由神入的资料搜集与理论化交织而成。在本书的一开始,先提出一组实证的临床资料与相关的“体验—贴近”(experience-near)的理论陈述。资料是关于特定的临床分析过程中之特殊时刻——关于有效的结案阶段可以说是已经开始的时刻;论述区分防御结构与代偿结构的适当性——这个概念的精炼让我们对于构成心理上治愈的定义有新的看法,而且与此定义相关的是,可以再评估精神分析的结案阶段的功能与意义。

在广泛地处理了分析过程里的一个关键时刻(结案)的章节末尾;读者可以假设他掌握了一篇技术性的专题论文及关于临床理论的论文,其中描绘了被分析者准备结束分析的决定因素,以及提出论证来支持新的心理健康的精神分析定义,与达到精神分析治愈的过程——尤其是关于自体的疾患。在一定的范围内,这些确实是本书的目标,这些目标将在整本书中的不同层次上与若干架构下被讨论。但为了要定义什么造成自体病理的治愈,需要再检视很多既定的理论概念。为了要描述自体的重建,必须建立自体心理学的大纲。

精神分析的理论架构要如何重塑,才能使它可以涵盖我们所观察的有关自体的现象的多元与歧异?令人惊奇的是,问题的答案在于——虽然回溯来看应该不会令人讶异——我们必须学习以不同的方式思考,或甚至同时以两种理论架构思考;我们必须依据心理学的互补原则,认知到我们临床工作所碰到的现象的掌握——与更多的情况——需要两种取向:一种心理学是自体被视为其心理世界的中心;而另一种则是自体被视为一种心理装置的内容。

本书提出的重点在于这两种取向的前者,也就是广义的自体心理学——换句话说,这样的一种心理学就是把自体当做中心,检视它在健康与疾病状态下的起源、发展与组成成分。而第二种取向——其组成只是传统后设心理学(Metapsychology)的稍微延伸——狭义的自体心理学,其中自体被视为一种心理装置的内容,当它应用的解释效力



適切的时候,也不会被忽略。如果本书的重点更多在于广义的自体心理学,而非狭义的自体心理学,其明显的原因不只是前者的贡献较新而需要较仔细的阐述;也因为本书的主要目标,是要说明我们面对的临床实证现象的意义,如果以广义的自体心理学来理解,可以有更充分的解释。

为了要更接近这样的目标:描述自体心理学<sup>①</sup>的大纲与建立自体心理学的理论基础,我必须再检视一些既有的精神分析概念:精神分析的驱力概念如何被我们对自体的强调所影响,以及驱力理论与自体心理学的关系为何? 俄狄浦斯期与前俄狄浦斯期表现的力比多驱力概念,当我们在自体心理学的情境脉络下重新评估,会有何影响? 攻击作为驱力的概念如何被自体心理学的引入而影响;而在自体心理学的架构下,攻击的位置又在哪里? 最后,从对动力概念的检视转向对结构理论的检视,我们会问,在自体心理学的架构下,认为是自体的成分而非心理装置的机构,是否在概念上适当;而这些心理装置乍看之下可能就是其对应物(counterparts)。

虽然我很欣赏无瑕疵逻辑的优美,以及术语、概念形成,与理论论述的简洁一致,但本书的首要目标却不在此。书中所建议的理论看法的改变,不单纯是为了理论上的理由是合理的——这些改变的根本理由,在于新的观点对于实证资料的适用性。换句话说,我不会主张新的理论比较优美、新的定义比较精炼,或新的论述比较经济且一致。我主张的是,新的理论尽管粗糙与有瑕疵,但它们扩展并深化了我们对心理领域的理解——不管在临床情境之内还是之外。不是概念与术语的精炼,而是扩展我们对人类心理本质的掌握,增加我们对人类动机与行为的解释能力,才能支撑我们的决心去承担这样的情绪痛苦:放弃熟悉概念架构的安抚帮助,而从自体心理学的观点观察若干

---

① 当我提到自体心理学时,指的是广义的自体心理学,除非我特别指明。