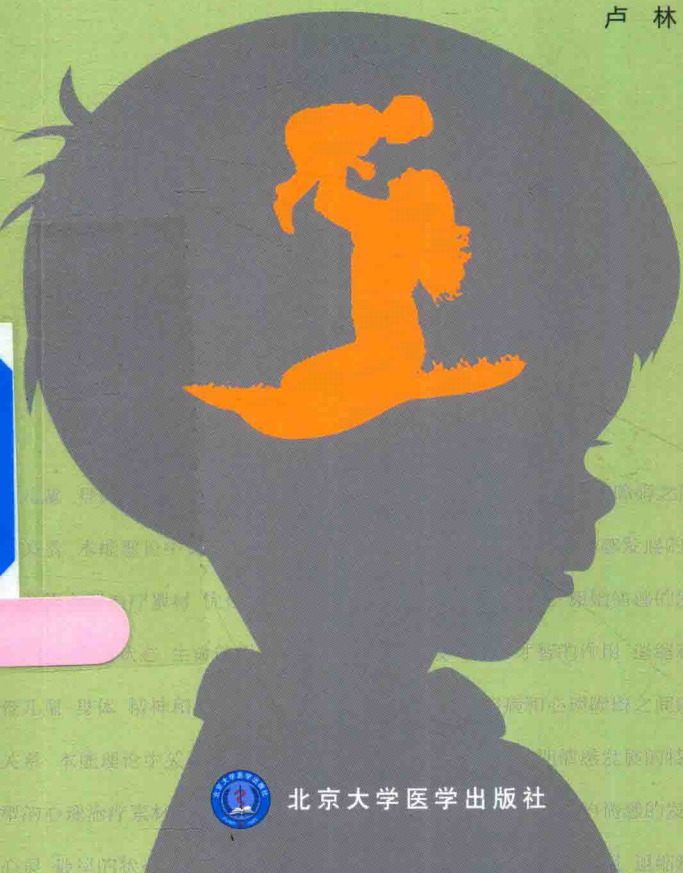


温尼科特心理治疗经典译丛

# 人类本性

# HUMAN NATURE

D. W. Winnicott 原著  
卢林 王晓彦 张沛超 译



北京大学医学出版社

温尼科特心理治疗经典译丛

# 人类本性

HUMAN NATURE

D.W. Winnicott 原著

卢林 王晓彦 张沛超 译

北京大学医学出版社

RENLEI BENXING

图书在版编目 ( CIP ) 数据

人类本性 / (英) 温尼科特原著; 卢林, 王晓彦, 张沛超译  
—北京: 北京大学医学出版社, 2016. 10

书名原文: Human Nature

ISBN 978-7-5659-1241-2

I. ①儿… II. ①温… ②卢… ③王… ④张… III.  
①人性论 IV. ① B82-061

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 076202 号

北京市版权局著作权合同登记号: 图字: 01-2014-4679

HUMAN NATURE by D. W. WINNICOTT

Copyright: © The Winnicott Trust 1988

This edition arranged with THE MARSH AGENCY LTD

Through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2015 Peking University Medical Press

All rights reserved.

## 人类本性

---

译者: 卢林 王晓彦 张沛超

出版发行: 北京大学医学出版社

地址: (100191) 北京市海淀区学院路 38 号 北京大学医学部院内

电话: 发行部 010-82802230; 图书邮购 010-82802495

网址: <http://www.pumpress.com.cn>

E-mail: [booksale@bjmu.edu.cn](mailto:booksale@bjmu.edu.cn)

印刷: 中煤 (北京) 印务有限公司

经销: 新华书店

责任编辑: 董采萱 责任校对: 金彤文 责任印制: 李 啸

开本: 889mm×1194mm 1/32 印张: 7 字数: 144 千字

版次: 2016 年 10 月第 1 版 2016 年 10 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5659-1241-2

定价: 35.00 元

版权所有, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

# 中文版序一

---

## 最温柔的男人

温尼科特 (D. W. Winnicott) 让我想起精神分析中的一个解释：为什么世界顶级大厨鲜有女性？因为厨房和食物是乳房的象征，而早期的男女都是需要母亲的乳房的，后来女性自己有了乳房，而没有乳房的男性怅然若失，特别是那些早年缺乏母爱的孩子，更是心神往之，一个解决之道就是立志到米其林星级餐馆当大厨去，为各路饕餮提供鲜美食物，厨房本身就是个硕大的乳房的意象。

温尼科特对母婴关系的观察细致入微，有如上面男性大厨与乳房的关系，在我看来也是有着类似象征意义的。他本人先是当了多年的儿科医生，然后开始了精神分析的训练，接受弗洛伊德弟子斯特拉齐 (John Strachey) 及里维埃 (Joan Riviere) 的分析。所有这些训练并没有让他停留在经典的弗洛伊德理论中，也没有使他陷在当时自我心理学的包

围之中，他根据自己的临床实践提出很多有实际意义的见解，发展出客体关系理论中极富特点的理论。比如，被视为病理性的“退行”在他看来却是治疗的契机，他打破传统精神分析的“节制”，对儿童治疗时可以根据治疗的需要，接触儿童（拥抱）或者延长治疗时间。他还制造出许多我们现在经常挂在口头上的名词，比如“刚刚好的母亲”（good enough mother；曾奇峰的翻译，我极同意）、“过渡性客体”等。

温尼科特跟父亲在一起的时间并不多，正如他自己说的：“他绝大部分时间把我扔给了我的妈妈们。”温尼科特与母亲和两个姐姐的感情甚好。除了母亲和姐姐，他还有一位保姆、一位女教师和一位经常住在他家的姑姑。他也认为自己是“一个有多位‘母亲’的独生子”。可以说，温尼科特是精神分析界的“贾宝玉”，他9岁照镜子看见自己的脸说：“它太友善啦！”

温尼科特著述甚丰，有人曾描述温尼科特是在出版（published）和未出版（unsaid）之间完成著作的。

本次出版的四本书——《婴儿与母亲》《游戏与现实》《家庭与个体发展》《人类本性》，对于大众而言，既可以是专业书籍，也可作为“育儿圣经”。里面的文字平实无华，但阅读时常有“感时花溅泪，恨别鸟惊心”的感觉。

在《婴儿与母亲》一书中，温尼科特描述了对一个4岁的精神分裂症男孩的观察：“在我的治疗室里，他玩着再次出生的游戏，他坐在母亲的膝部，将母亲的腿向外拉直，并沿着她的腿一直往下滑到地上。这个游戏，他做了一遍又一遍，

这是源于与母亲特殊关系的一种很特别的的游戏……这个游戏涉及象征手法，它将所有普通正常人喜欢做的事情结合起来，它还结合了梦里出现的出生方式。这是这个男孩对出生的直接记忆吗？实际上不是，因为他是剖宫产出生的……”

在此，我们看到，温尼科特的治疗是游戏和观察式的，他将孩子的所有表现（即便是诊断为精神分裂症）都视为有意义、有联系的行为，并尝试去理解它。

在《游戏与现实》一书中，温尼科特描述了一个“无定型区域”的概念，那是来自对一个中年妇女的梦进行分析的内容。温尼科特指出，以未定型布料在成型、被裁剪和塑造以及组合之前的形态出现在梦中，使这位妇女回忆起童年的经历，在她童年时没有一个人可以理解她，这使她不得不从无定型的状态开始。

在《家庭与个体发展》中，温尼科特描述道：“读者可能会说，很多母亲自己就很糟糕，她们通过易激惹或其他更直接的方式将自己的性挫折传递给婴儿……我要说当照料婴儿或儿童的人是神经质或近精神病的（很多人是这样的），他们就不可能被教导，我们的希望在那些或多或少仍正常的人身上……”温尼科特在此对母亲的神经质是包容和理解的，他指出了残酷的现实，那就是医护人员和保姆等照料者往往成为母婴创伤的一个重要来源。在网络时代，我们会看到那些不称职的照料者——保姆——甚至是残酷地对幼小的婴儿进行虐待。

在《人类本性》一书中，温尼科特描述道，婴儿在子宫

内意识到母亲的呼吸，然后在子宫外意识到母亲的呼吸，最后是意识到自己的呼吸。温尼科特关注心身的观点，认为出生时的躯体感受会持续终身。

虽然，温尼科特作为精神分析师写出了大量理论性的书稿，但从他的字里行间中可以看出他对婴儿、儿童与他们母亲之间互动的仔细观察以及对其中现象的理解。这是基于温尼科特对人性的兴趣和一种回到母婴关系的动力所促成的，也是一种对理想母婴状态期待的结果。

如果弗洛伊德是母亲的儿子，他一辈子都在向父亲致敬，难以逾越；温尼科特则作为象征性父亲，理解了母亲，看到了孩子，代言了婴儿，呈现出父亲角色的核心——温和有力、宽厚包容，他可以是最温柔的男人！

施琪嘉

2016年3月1日于西安

# 中文版序二

---

## 温尼科特，刚刚好

2009年，在武汉中德心理医院的会议室里，我们初识温尼科特，到今天一晃7年过去了。温尼科特这四本书来得刚好，就像温尼科特这个人和他的理论一样。

弗洛伊德的书当然大家都在读，无论是真感兴趣，还是要获得一种认同。但不是每一个精神分析理论家的书都能获得“必读”的地位。一些精神分析理论家曾经产生过巨大的影响，例如卡尔·亚伯拉罕，但是今天读他所著书籍的人已经不多。另一些精神分析理论家的影响局限在某一个文化共同体内，如自我心理学（Ego Psychology）主要在北美产生影响，而拉康的影响则局限于法国和南美。但是，温尼科特提出的概念、理论和思想似乎在全世界范围内都是“免签证”的：盎格鲁-撒克逊精神分析圈的人在读，拉丁系精神分析圈的人也在读，现在在东亚圈里也炙手可热。尤其是今



年中国的“二胎”政策开放以来，微信朋友圈里满是温尼科特的文章翻译和导论性质的微课，我也凑热闹讲过一次，听众居然接近 2500 人！不知道当年温尼科特在英国广播公司（BBC）的公开讲座会有多少人同时聆听。

温尼科特为人处世的方式刚刚好。他没有特别强的执念，也并非没有自己的原则，没有像克莱恩一样的圈子，但是也没有由于要搞好各种关系而失去自己的个性，到头来其实他的“圈子”并不小。法国的 Andre Green，美国的 Thomas Ogden、Michael Eigen 和 Christopher Bollas（后移居英国）等都挺“粉”温尼科特的。他的性格也刚刚好，没有明显的人格问题，也没有高尚到要上神坛，比较符合“中庸之道”。顺便提一下，我当时试译温尼科特时，对他的生平没有很多了解。2013 年我在香港住的时候，从港大图书馆借出 F. Robert Rodman 所著的 *Winnicott: life and work* 一书，看后对他的生平有了更多了解。我当时在想，把温尼科特的著作译成中文该多好！后来没过多久，就在诚品书店里看到了台湾学者译出的繁体版。之后我又想，早点推出大陆简体版该多好。没想到现在这个简体版也要上市了！真是越来越“温热”啊！

温尼科特的理论也来得刚好。他既重视母婴之间的互动，也重视主体内在的精神结构；既重视分析双方的实际关系，也重视诠释的深度。所以他的理论不仅能跟很多精神分析家的理论“无缝对接”，也能跟很多文化有“预先的和谐关系”。我想这就是他在中国越来越受欢迎的原因吧。此外，

温尼科特表述理论的方式也是刚刚好的，平易近人又不失深刻隽永，大部分著作整理自演讲，读起来也如师在侧、如友在临。

来，我们一起读温尼科特。

张沛超

2016年3月24日于深圳



# 译者前言

---

## 与温尼科特相遇

2003年，施琪嘉老师递给我一本英文原版的《游戏与现实》，说“把第3章翻译出来，我讲课要用”。我花了1周时间把第3章翻译出来，并趁机偷偷翻看了全书。我深深地被这本书吸引，感觉到很大的触动。1周后，我把译文与书一同交还给施教授，一点都没有觉得日后自己会成为这本书的译者。与其他心理学大师一样，温尼科特被我放在心中的神坛上供奉着、祭拜着。许多年后，当师弟汤海鹏和我谈到他希望翻译这本书，但担心找不到出版社，问我有没有这样的关系时，我出于助人的目的，帮他联系了北京大学医学出版社的冯智勇老师。冯老师慧眼识书，认为这是极有价值的书，温尼科特也是非常有学术地位的分析师。他和他的同事董采萱老师、药蓉老师赋予本书极大的热情，鼓励我们翻译一套书，哪怕是从温尼科特的诸多著作中选择几本也可以。就这

样，我们不知天高地厚地开始了这四本书的翻译，甚至忽视了自己的英文和中文水平有限，从此开始了感动与痛苦的几年！

很多施老师的研究生都曾经参与过这几本书的翻译，但最初的译文简直没法看。我们曾经有一段时间每周二晚上在武汉中德心理医院的会议室聚会，讨论我们觉得有争议的句子，这种形式后来也没有坚持下去。温尼科特书中的很多独创词汇，或虽常用但被他改变了意义的词汇，以及他发散性的思维和不聚焦的写作方式，都让我们非常有挫败感。翻译组的人几经更迭，译稿也反复重写，我们仍总是担心会不会搞错了温尼科特的原意，弄得老爷子半夜从坟墓里爬出来朝我们怒吼“你们瞎译”。我们也渐渐发现自己的中文也学得不够好，因为有时候理解了温尼科特的意思，却很难用合适的中文写出来。我们几次想要放弃，但出版社的几位编辑却在百忙之中一直鼓励我们坚持，这使我们能够在各种挫败中最终完成了翻译工作。真的，此刻我最想感谢的就是这几位编辑——冯智勇、董采萱和药蓉老师，尤其是董老师，她一直持续地鼓励着我们，并多次通过邮件和视频与我讨论各种困难及具体细节。我想我欠董老师一碗热干面和一份豆皮！当然，还要感谢出现在我们译者名单中的各位老师，以及曾经参加翻译的李航老师、刘文婷老师等。

我们做了一件力所不能及的事，译文中难免尚存诸多遗憾，如果有机会再版，当全力修改。但能勉为其难地第一次把温尼科特的著作作用中文简体版呈现给喜欢温尼科特的各位

读者，我们在羞愧中也感到自豪，因为这可以帮助中国的读者与温尼科特在过渡性空间里相遇。

最后我要感谢在修稿令我感到无比痛苦、烦躁甚至愤怒的夜晚无限包容我的家人！

在结束这篇前言之前，董老师告诉我，她查的这四本书的出版顺序是：《家庭与个体发展》（1965年）、《游戏与现实》（1971年）、《婴儿与母亲》（1987年）、《人类本性》（1988年）。作为中文简体版的译者之一，我建议大家阅读的顺序是《婴儿与母亲》《游戏与现实》《家庭与个体发展》《人类本性》，这样的顺序也许能帮助大家更容易进入到一个“过渡性空间”和温尼科特相遇。

卢 林

2016年3月12日于伦敦

# 原著前言

---

1936年，Susan Isaacs 邀请唐纳德·温尼科特（Donald Winnicott）在伦敦大学高级课程班上为经验丰富的儿科医生讲授“人类的成长和发育”。从1947年起，唐纳德·温尼科特就常规性地给大学里社会工作系的学生授课，并于1954年开始写这本书。唐纳德·温尼科特于1971年去世，从1947年到1971年，他一直坚持给学生授课。他非常重视这项工作，并且认为授课也是一种自我发展的机会。通过讲课，他可以澄清自己的见解，并且根据与学生的交流和自身的体验来修正自己的观点。的确，授课已经成为唐纳德·温尼科特自我发展不可或缺的一部分。他非常感谢 Susan Isaacs，因为正是 Susan Isaacs 对他的信任，使他迈出了第一步。

唐纳德·温尼科特有一套独特的授课方法。年复一年，学生们逐渐放弃了他们原来的学习方式——努力地做笔记，逐渐参与到真实的成长和发展过程中。换句话说，学生们真

的是在学习，而不是简单地接受教学。他的课程基于整合的核心知识及人类发展模式，所以虽然看上去没有结构、很自由，但是学生们仍能够理解。唐纳德·温尼科特的交流方式的核心特征是在黑板上快速列出结构图表，使所有听课的人都能很容易地记住。

这本书最初的目的是为那些无法参加课程的学生提供一些笔记，希望所有学习“人类本性”课程的学生都能够获得这本书。虽然他在1954年的夏天用不太长的一段时间就完成了这本书最初的草稿，但这本书的修订却一直持续到他去世。

Clare Winnicott



# 原著编者按

---

## 这本书的计划

温尼科特曾为《人类本性》这本书准备了两份大纲。第一份（大纲 I）写于 1954 年 8 月，由克莱尔·温尼科特（Clare Winnicott）撰写，这份大纲写的是这本书的主要内容；第二份（大纲 II）则大约写于 1967 年。这两份大纲都会出现在本书结尾的附录中。

可以看到，本书的材料基本都紧密遵照大纲 I 的前三个部分，虽然写作的顺序有些不同。例如，关于“顺序的研究”，包括幻想、内在现实和梦，以及“过渡性客体和现象”，这些原来计划好的部分并没有按照原计划来写，最可能的原因是这些内容已经在之前的章节中被提到了。我们也可以从大纲 I 中看到温尼科特最初的计划包含两个更深入的部分，关于反社会倾向和从潜伏期到成熟期发育的各个阶段，虽然有证据表明他准备在后面标题为“关于失职的研