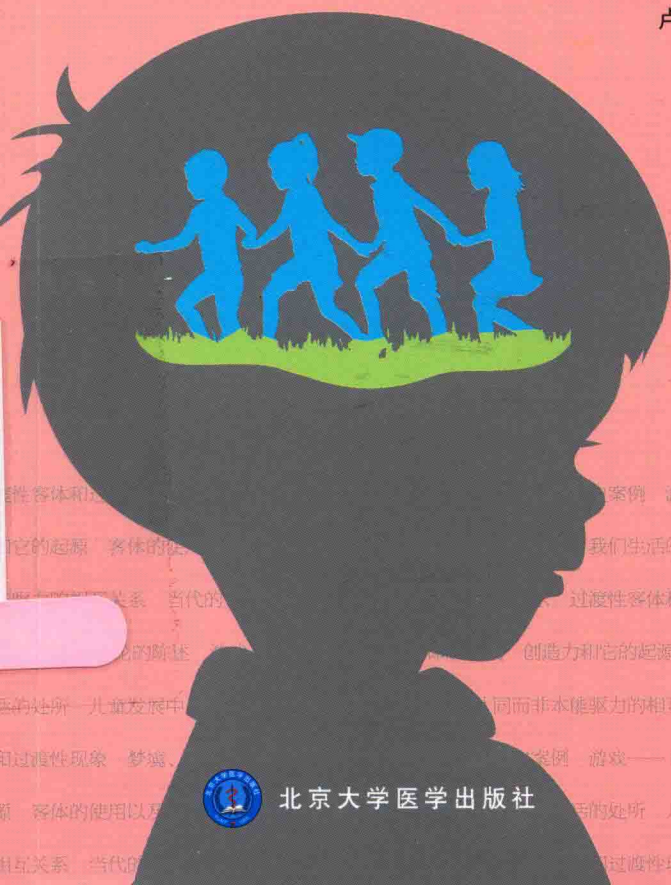


温尼科特心理治疗经典译丛

游戏与现实

PLAYING AND REALITY

D. W. Winnicott 原著
卢林 汤海鹏 译



北京大学医学出版社

温尼科特心理治疗经典译丛

游戏与现实

PLAYING AND REALITY

D. W. Winnicott 原著

卢林 汤海鹏 译

北京大学医学出版社

YOUXI YU XIANSHI

图书在版编目 (CIP) 数据

游戏与现实 / (英) 温尼科特原著; 卢林, 汤海鹏译.
—北京: 北京大学医学出版社, 2016. 9

书名原文: Playing and Reality

ISBN 978-7-5659-1159-0

I. ①游… II. ①温… ②卢… ③汤… III. ①精神分析
IV. ① B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 159190 号

北京市版权局著作权合同登记号: 图字: 01-2014-4681

PLAYING AND REALITY by D. W. WINNICOTT

Copyright: ©1971 D. W. Winnicott

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.

游戏与现实

译者: 卢林 汤海鹏

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

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: 6.875 字数: 166 千字

版次: 2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5659-1159-0

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

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了起来，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——一个残酷的现实，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，他可以说是最温柔的男人！

施琪嘉

2016年3月1日于西安

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

原著致谢

我要感谢 Joyce Coles 夫人在原稿准备过程中提供的帮助。

感谢 Masud Khan 对我写作方面的建设性指导，每当我需要建议的时候，他总是能够帮到我。

同样，我也要向我的病人表达感激。

已经发表的这些材料能够再版，我还要感谢以下诸位：《儿童心理学与精神病学》（*Child Psychology and Psychiatry*）的编辑、《论坛》（*Forum*）的编辑、《精神分析国际期刊》（*International Journal of Psycho-Analysis*）的编辑、《儿科医学》（*Pediatrics*）的编辑、Peter Lomas 博士和伦敦 Hogarth 出版公司。

原著前言

本书是对我的论文《过渡性客体和过渡性现象》(1951)的一个延展。尽管有些重复，但我还是坚持首先重述这一基本假设，然后再介绍我的个人思考以及对临床材料评估的一些进展。回顾近十年，我深深地感到，在分析师有关精神分析的谈话和文献中，概念化这一领域被忽略掉了。个体的心理发展和成长经历这一领域似乎也被忽视了。研究者更加关注个体和个体内在的心理现实，以及内部与外部或者共有现实的联系上。在分析者的作品和思考中，我们找不到文化体验的真实位置。

显然，在哲学家的作品中，我们可能看到这些中间领域已经得到了重视。譬如，神学中关于“变体问题”的不断争论就是一种特殊的形式，在被称作玄学派诗人（Donne 等）的作品中也呈现出了完整的势态。在对婴儿和儿童的研究中，我逐渐也发展出了自己的方式——在思考一些现象在孩子生活中的位置时，我认为我们必须认识到小熊维尼的中心地位。我非常高兴能为 Schulz

的动画“豌豆”提供参考，不过就如同这本书中所涉及的普遍现象一样，我想这些或许也只能适用于那些关心想象和创造生活魔力的人。

也许，我注定了就是一个精神分析学家，而且可能由于我最早是位儿科专家，所以我特别信仰“我们一直在发展”的理论。我希望把这种普遍现象放在婴儿和孩童的生活中，并融入我自己的观察中。

我相信，现在人们已经普遍认识到，我的这部分作品中所涉及的并不只是婴儿使用了布片和泰迪熊——重要的不是婴儿使用了客体，而是婴儿如何使用客体。我想提醒大家注意的是，婴儿使用的这种被我们称为过渡性客体、看起来似乎有点“矛盾”（paradox）的东西。我致力于使这种“矛盾”能够被接受、被容纳和被尊重，同时不被排除。使用分裂的机制有可能解决这种“矛盾”，但代价可能是丧失了这种“矛盾”本身的价值。

这种“矛盾”一旦被接受和容纳，它对人类每个个体的价值是：对于生活在这个世界上的人来说，可以无限扩展把自己的过去和将来相互联系的能力。这也就是我在这本书中所关注的基本理论的扩展。

在本书的写作过程中，我发现不断地举出与之相关的例子来描述过渡性现象会让我觉得很为难。我在以前的文章中已经谈过原因，即样本量有限，同时我采用的是一个非自然和武断的分类过程，但是我所指出现象却是普遍和多样的。这就像我们在形容眼睛、鼻子、嘴巴和耳朵的样子时，会以为是在形容脸的样子

子，但实际上没有两张脸是完全相同、哪怕是相似的。在静止的时候，两张脸或许很相似，但一旦生动起来，其实会很不一样。不过，除开为难的这一部分，我认为我的发现还是有贡献的。

因为我所涉及的这个问题属于人类的早期发展阶段，这里有广阔的临床领域等待着我们去探索。譬如 Olive Stevenson (1954) 的研究，这个研究是 Stevenson 小姐作为儿童护理专业的学生在伦敦经济学院学习经济时完成的。Bastiaans 医生告诉我，在荷兰的医学教育中，了解孩子成长史时要向父母询问过渡性现象和过渡性客体，这已经纳入到他们的常规训练中。这些事实应该对我们有所启发。

很自然，所探索出的事实需要被解释，如果想要全面地运用所获得的信息以及对婴儿行为的直接观察资料，需要把这些与理论进行联系。这样，同样的事实在不同的婴儿行为观察者那里会有不同的意义。然而，不论是通过直接观察还是间接调查，这都是一个有前途的领域，学生时不时会被带到这块严肃的领域里，慢慢意识到早期的客体关系 (object-relating) 和象征形成 (symbol-formation) 中的复杂性及重要性。

我知道关于这些问题已经有一个正式的研究正在进行，我希望读者们都来期待这个领域研究成果的诞生。罗马的 Renata Gaddini 教授直接观察了三个社会组，进行了一项对过渡性现象的细致研究，在观察的基础上她也已经开始形成自己的观点。我也发现了一些 Gaddini 教授使用“初期形成”这个观点的价值，例如她列举了一些十分早期的例子，诸如“拳头、手指及拇指吸吮和舌头吸吮，以及所有与替代品和抚慰物有关的复杂现象”，

这些例子包括了全部早期使用的客体。她还提出了晃动的问题，这个晃动包括孩子躯体的节律性运动和他们在摇篮里及大人怀抱里的晃动。拔头发是另一个同类现象。

还有一位尝试研究过渡性客体的人是旧金山的 Joseph C. Solomen，他在论文《固定的想法是一个内化的过渡性客体》(Fixed Idea as an Internalized Transitional object, 1962) 中提出了一个全新的观点。我不能确定我和 Solomen 教授的观点有多大的一致性，但重要的是，当我们手边有了过渡性现象这样一个理论时，我们就可以用新的视角来看待许多老问题。

我的贡献需要与这样一个事实相联系，即我现在并没有对婴儿进行直接的临床观察，而对婴儿直接的临床观察是形成理论的主要基础。我仍然关注父母的描述，如果我们知道如何给父母机会用他们自己的时间和方式回忆，这些父母就能够描述出他们和孩子相处的体验。我也依然关注孩子们自己提及的对他们自己具有重要意义的客体和技能。

目 录

1 过渡性客体和过渡性现象	1
2 梦境、幻想和生活——一个描述原始分离的历史案例···	33
3 游戏——理论的陈述	47
4 游戏——创造性活动和自体的寻找	67
5 创造力和它的起源	84
6 客体的使用以及通过认同产生的关系	111
7 文化经历的位置	122
8 我们生活的处所	134
9 儿童发展中母亲和家庭的镜像角色	143
10 来自交互认同而非本能驱力的相互关系	154
11 当代的青少年发展观念及其对高等教育的启示	180
尾声.....	197
参考文献.....	199

1

过渡性客体和过渡性现象

在这一章里我将提到一个我在 1951 年形成的假设，以及我研究的两个临床案例。

I 原始假设^①

众所周知，婴儿一出生就会试图使用拳头、手指或者拇指刺激他们的口唇地带，来满足这个区域的本能感受，并且进入一个安静的合并状态。我们也知道在出生几个月之后，无论什么性别的婴儿，都会开始喜欢上玩具；同时，大多数母亲允许她们的孩子有一

^①发表于《精神分析国际期刊》(*International Journal of Psycho-Analysis*) 第 34 卷第 2 部分 (1953)，被收入温尼科特的《文集：从儿科学到精神分析》(*Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis*, 1958a) 中，伦敦 Tavistock 出版社。