





郭本禹◎主编  
心理学大师传记丛书

# 温尼科特

——儿童精神分析实践者

郝浩丽 著

 广东省出版集团

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位  广东教育出版社



郭本禹◎主编  
心理学大师传记丛书

教育部普通高等学校人文社会科学重点研究基地  
南京师范大学道德教育研究所研究成果  
江苏省重点学科心理学一级学科点研究成果

# ——儿童精神分析实践者

鄯浩丽 著

 广东省出版集团

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位  广东教育出版社

·广州·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

温尼科特：儿童精神分析实践者 / 郗浩丽著. —广州：  
广东教育出版社，2012. 3

(心理学大师传记丛书 / 郭本禹主编)

ISBN 978-7-5406-9006-9

I. ①温… II. ①郗… III. ①温尼科特, D. W.  
(1896~1971) -传记 IV. ①K835.615.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 038443 号

策划编辑：邓祥俊

责任编辑：邓祥俊 黎雷

责任技编：涂晓东

装帧设计：黎国泰

广东教育出版社出版发行

(广州市环市东路 472 号 12-15 楼)

邮政编码：510075

网址：<http://www.gjs.cn>

广东新华发行集团股份有限公司经销

佛山市浩文彩色印刷有限公司印刷

(佛山市南海区狮山科技工业园 A 区)

889 毫米×1194 毫米 32 开本 7.125 印张 180 000 字

2012 年 3 月第 1 版 2012 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5406-9006-9

定价：14.00 元

质量监督电话：020-87613102 购书咨询电话：020-87621848

# 温尼科特

唐纳德·伍兹·温尼科特  
(Donald Woods Winnicott,  
1896—1971)



在精神分析界有这样一个独特而有趣的老头儿， he可以和儿童一起在地上打滚，在纸上涂鸦，玩游戏，过家家，由此轻而易举地进入儿童的内心世界，洞察儿童无法表达的烦恼与恐惧。他就是英国著名的儿童精神分析大师——唐纳德·伍兹·温尼科特 (Donald Woods Winnicott, 1896—1971)。他一生致力于引导人们用新的眼光看待儿童与环境，用新的态度与方法对待儿童。他虽然没有儿女，却把一生奉献给了儿童与母亲，是一位杰出的儿童精神分析实践者。

美国康奈尔大学教授亚伦·埃斯曼 (Aaron H. Esman) 博士指出：因为温尼科特独特的文字风格，不知疲倦地努力与普通人、非精神病专业的



读者、听众交流，以及他的某些发展性概念引起的强烈反响与情感共鸣，所以他在普通公众的意识中占据了一个重要的地位。诸如“够好的母亲”、“真实自体与虚假自体”、“过渡客体”等术语已经成为讲英语的国家受过教育之人精神储备的一部分，并将继续扩展到更多国家。

一篇登载于《纽约时报书评》的文章指出：“我不能想象有人读了这些（温尼科特的著述）却没有对孩子、父母以及自己有更丰富的了解。”

# 总序

Preface

## 阅读大师 走近大师

德国著名心理学家艾宾浩斯曾说过，“心理学虽有一长期的过去，但仅有一短期的历史”。心理学的长期过去可以上溯到古希腊罗马时代，在漫长的历史长河中，心理学曾一度是灵魂的奴仆、神学的婢女、哲学的附庸。直到1879年，冯特在德国莱比锡大学创建了世界上第一个真正意义上的心理学实验室，心理学才正式成为一门独立的学科，开始其相对短期的历史。从那时至今，科学心理学走过了一百三十多年的历程。其间，心理学产生了大量研究，积累了丰硕成果，名家不断辈出，论著不断涌现，理论不断更迭，方法不断更新。经过历史长河的大浪淘沙，一些在当时产生过巨大影响的人物、著作、理论和方法在时间面前已变得沉静无闻。而另一些心理学家至今仍是备受人们推崇之大家，一些经典名著



至今仍是大众必读之作品，一些经典理论至今仍是业界必学之内容，一些经典方法至今仍是人们必用之工具。如果将整个心理学学科比喻成一顶精巧的皇冠，那么心理学大师无疑就是这个皇冠上最璀璨的明珠。

也许有人会问，什么样的人才配称得上心理学大师呢？这似乎是一个简单的问题，却又是一个不容易回答的问题。一般来说，在心理学某个领域具有一定造诣的专家就可以称之为心理学家，但只有那些具有开风气之先而影响深远的心理学家才配称心理学大师。心理学大师要有大的创造、大的主张、大的思想乃至大的情怀，同时，作为卓越的大家，他们的成就和命运通常都与时代相互激荡。

首先，心理学大师是“心理世界”的立法者。心理学大师之所以成为大师，在于他们对心理现象背后规律的系统思考与科学论证。诚然，人类是理性的存在，是具有思维能力的高等动物，千百年来，无论是面对习以为常的简单生理心理现象，抑或诡谲多变的复杂社会心理现象，都会引发一般大众的思考。但是，与一般人不同，心理学大师的思考关涉到心理现象背后深层次的、普遍性的与高度抽象的规律，这些思考成果或试图揭示出寓于自然与社会情境中的心理现象的本质内涵与发生方式；或企图诠释某一心理现象对人类自身发展与未来命运的意义和影响；抑或旨在剥离出心理现象背后的特殊运作机制，并将其有意识地推广应用到日常生活的方方面面。他们把普通人对心理现象的认识与反思进行提炼和升华，形成高度凝练且具有内在逻辑联系的思想体系。因此，他们的真知灼见和理论观点，不仅深深地影响了心理学学科发展的命运，而且影响到人类对自身的认识。当然，心理学大师的思考又是具有独特性与创造性的。大师在面对心理现象时，他的脑海里肯定存在“某种东西”。他显然不能在心智“白板”状态下去观察或发现心理现象背后蕴藏的规



律！我们不得不承认，所谓的心理学规律其实就是心理学大师作为观察主体而“建构”的结果。比如，对于同一个心理现象，心理学大师们往往会做出不同的甚至截然相反的解释与论证。这绝不是纯粹认识论与方法论的分歧，而是对心灵本体论的承诺与信仰的不同，是他们所理解的心理世界本质的不同。我们在此借用康德的名言“人的理性为自然立法”，同样，心理学大师是用理性为心理世界立法。

其次，心理学大师是“在世之在”的思想家。在许多人看来，心理学大师可能是孤傲、怪癖、神秘、不合流俗、远离尘世的代名词，他们仿佛背负着真理的十字架，与现实格格不入，不食人间烟火。的确，大师们志趣不俗，能够在一定程度上超脱日常柴米油盐的束缚，远离世俗功名利禄的诱惑，在以宏伟博大的人文情怀与永不枯竭的精神力量投身于实现古希腊达尔斐神庙上“认识你自己”之伟大箴言的同时，也凸显出其不拘一格的真性情、真风骨与真人格。大凡心理学大师，其身心往往有过独特的经历和感受，使之处于一种特别的精神状态之中，由此而产生的灵感和顿悟，往往成为其心理学理论与实践的源头活水。然而，心理学大师毕竟不是超人，也不是神。他们无不成长于特定历史的社会与文化背景之下，生活在人群之中，并感受着平常人的喜怒哀乐，体验着人间的世态炎凉。他们中的大多数人或许就像牛顿描绘的那般，“我不知道世上的人对我怎样评价。我却这样认为：我好像是在海上玩耍，时而发现了一个光滑的石子儿，时而发现一个美丽的贝壳而为之高兴的孩子。尽管如此，那真理的海洋还神秘地展现在我们面前”。因此，心理学大师虽然是一群在日常生活中特立独行的思想家，但套用哲学家海德格尔的话，他们依旧都是“活生生”的“在世之在”。

在这里，我们通过这套“世界心理学大师传记丛书”向广大读者朋友展示心理学大师们的人生风采。为了便于读者





朋友阅读大师，走近大师，这套传记丛书的编写力求体现如下三个原则。

1. 雅俗共赏。这套传记丛书不打算写成过于学术化的作品，而是希望将其打磨成雅俗共赏的大众读物。我们相信，诚如美学家苏珊·朗格所言，“欣赏音乐者不一定要通晓音乐的形式规则，只要具有与之相通的生命经历便可”。通过让读者与心理学大师进行亲密接触和直接对话，体验大师的心路历程，领略大师的创造成果，与大师的个人成长同行，最终实现读者与大师之间的沟通与交流，在近距离感悟大师的学术风范与生活点滴的同时，来感同身受地丰富并启迪读者自己的人生。

2. 简明扼要。这套传记丛书不打算写成研究某位心理学大师思想的理论专著，而是编撰成心理学大师的人物传记。在写作方式上，我们贯彻了人物传记的特殊要求，以时间为经，以空间为纬；以叙述为主，以点评为辅。具体而言，就是以心理学大师的生平为主线，将其理论创立过程和理论成就穿插其中，尽量发掘心理学大师的生平事迹和趣闻逸事，特别是影响心理学大师学术成长和创造活动中的一些偶发事件，展示一个个血肉丰盈的、“在世之在”的大师形象。正如著名精神分析学家奥托·兰克指出，“在许多人的生命中偶尔会有对其发展具有决定性、方向性影响的事件，而且，展现生命历程中的这些里程碑正是传记所关切之事。所以，传记作者应该挖掘出他所要描绘的生命中所发生的那些典型的、独特的以及有影响的事件，其他的就留给读者的经验去扩充”。我们相信，心理学大师也不例外。在内容选择上，我们注意阐述大师思想的理论内容，但不刻意追求系统化和体系化，而是抓住核心主题，进行简明扼要、深入浅出的描述，尤其重视大师在为心理世界“立法”过程中所提出的原创性观点和思想体系的创生源头与建构过程，并通过典型的例证



或案例加以说明。在内容编排上，我们注重一定的连贯性与故事性，同时希冀把心理学大师放在特定的学术背景下进行合理的评价，指出他在心理学界内外的影响。

3. 生动活泼。在语言表述上尽量避免一般心理学教科书或专著的枯燥与单调，力求文风洗练、生动活泼，做到集通俗性和可读性于一身。在形式上重视图文并茂，通过插入一些精美的照片和图片，让读者在理性理解之余更多一层感性和直观的认识，从而提高读者的理解性和接受性。当然，我们也不唯“图”是图，而是严格筛选插入的照片和图片，使其符合具体的语境，使它们所包含的信息与文字信息互为补益、相得益彰。

诚然，就像伟大诗人泰戈尔所说的那样，“源自伟大心灵体验的生命语言，其意义永远不会被某种逻辑体系加以详尽无遗的阐释，只能通过个性生活的具体经历来获得亲验和寓身显示，并在各自的新发现中增添更丰富的价值内容”。因此，亲爱的读者，你们的每一次思考都是对心理学大师们最完美的诠释，你们的每一番领悟都是对心理学大师们最崇高的致敬！现在就让我们怀揣着这种崇敬而又期待的心情去走近这些心理学大师吧！

郭本禹

2011年11月

于南京郑和宝船遗址·海德卫城



# 目录

## Contents

### 第一章 早年生活：成长与脱离 >>> 1

一、多个“母亲”的独生子 >>> 2

二、自由的寄宿学校生活 >>> 5

三、医学院的学生生涯 >>> 7

四、与精神分析的亲密接触 >>> 8

### 第二章 人生起点：事业与婚姻 >>> 11

一、特殊的儿科医生 >>> 12

二、过劳的第一次婚姻 >>> 15

三、接受精神分析 >>> 16

四、开展儿童精神分析 >>> 18

五、与克莱因的早期交往 >>> 20

### 第三章 战争年代：发出独立的声音 >>> 23

一、战时疏散项目与三“组”鼎立 >>> 24

二、“从来没有婴儿这回事儿” >>> 28

三、反社会倾向是求救信号和希望 >>> 45

四、“只有体验到了被恨才相信被爱” >>> 56

五、“治疗在根本上意味着照料” >>> 60



**第四章 走向成熟：创造的高峰** 》 》 》 66

- 一、工作与生活的高峰体验 》 》 》 67
- 二、“只有完美的客体才值得破坏” 》 》 》 76
- 三、“第一个非我之物”与“我们生活的地方” 》 》 》 84
- 四、“虚假自体障碍是环境缺陷障碍” 》 》 》 99
- 五、儿童的成熟过程与发展成就 》 》 》 109
- 六、“退行是治疗过程的要素” 》 》 》 121

**第五章 游戏治疗：自发的姿势** 》 》 》 128

- 一、游戏理论 》 》 》 129
- 二、压舌板游戏 》 》 》 138
- 三、涂鸦游戏 》 》 》 140
- 四、涂鸦游戏治疗：患并指症的利罗 》 》 》 143
- 五、涂鸦游戏治疗：口吃的阿尔弗雷德 》 》 》 156

**第六章 最后时光：“愿我死时是生机勃勃的”** 》 》 》 167

- 一、“健康地使用不交流以建立真实感” 》 》 》 168
- 二、皮格儿案例 》 》 》 171
- 三、纽约之行 》 》 》 176
- 四、甘当后辈的促进性环境 》 》 》 178
- 五、结束是开始的地方 》 》 》 180

**第七章 历史评说：真实而个性的儿童精神分析大师** 》 》 》 183

- 一、独特的贡献 》 》 》 184
- 二、批评的声音 》 》 》 195
- 三、冲破领域的樊篱 》 》 》 199

**温尼科特大事年表** 》 》 》 213

**参考文献** 》 》 》 215



温尼科特

# 第一章

**早年生活：  
成长与脱离**



从精神分析运动的发展史可以看到，任何理论都不可避免地建立在创立者的经验之上。经验不仅反映在临床工作上，也反映在生活经历中呈现出来的人格力量及弱点上。唐纳德·伍兹·温尼科特 (Donald Woods Winnicott, 1896—1971) 独特的儿童精神分析思想不仅是时代的产物，还与其个人特质性的生活与学术道路有关，与其独特的家庭环境、独特的性格特征与兴趣爱好以及独特的生活经历有关。

## 一、多个“母亲”的独生子

温尼科特于 1896 年 4 月 7 日出生在英国丹佛普利茅斯的一个富裕的中产阶层家庭，他是家中最小的孩子和唯一的儿



温尼科特家族 1900 年在普利茅斯拍摄的全家照

(温尼科特的爸爸、妈妈站在最左端，左边第五位是他的姐姐维奥莱特，前排最左边的女孩是他的另一位姐姐凯瑟琳。照片正中间的宝宝就是温尼科特)



子，这一般是手足排行中比较受宠的地位。在他幼年时拍摄过的一张全家福中能够清楚地看出他在整个家庭中的地位：中心的和受宠的。可以推断，他从小就不需要以顺从来博得接纳，这也可以解释其人格魅力的来源。长大后的温尼科特不愿被束缚于单一的思考方式，喜欢独立自主和自我实现。

他的父亲是一个成功的商人，担任了两届普利茅斯的市长，并被授以爵位。他具有一种老式的沉着威仪和风趣感。认识他的人谈起他，都说他有智慧，判断精准。温尼科特跟父亲在一起的时间并不多，正如温尼科特指出：“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。可以说，他是在一个女人的环境中长大的，他也认为自己是“一个有多个‘母亲’的独生子”。他在理论工作中撇开父亲、着迷于母婴关系可能有此根源。小温尼科特毫不怀疑自己是被爱的，让他产生了一种深厚的安全感。他的妻子克莱尔曾说：“由此，温尼科特得以随意探索屋子里、花园里所有可用的空间，让这些空间充满他的身影，从而逐渐建立起自己的世界。”

温尼科特的母亲经常抑郁，他像很多敏感的孩子一样，学会放下自己的需要去照顾母亲，把让母亲快乐起来当做自己的任务。他曾写过一首名为《那棵树》的诗，回忆了自己的早年经历，母亲总是很抑郁，无力包容、保护他，部分内容为：

下面的妈妈总在哭泣，哭泣，于是我知道了她  
有一次，躺在她的腿上，就像躺在死去的树上一样  
我学会了使她微笑，抑制她的眼泪，免去她的罪过，治  
愈她内部的死亡

我的生活就是为了激活她的生活

抑郁的母亲对孩子的影响也成为温尼科特日后重点阐述



的论题之一。但是即便如此，小温尼科特还是逐渐发展出独立的品质。曾有这样一件事，一次他问父亲关于宗教的问题，他父亲说：“听我说，孩子，你去读《圣经》，体会《圣经》上说了什么，然后自己决定你要什么。信仰是自由的，你不必相信我的想法。自己做决定，只管读《圣经》就行了。”后来温尼科特描述自己“始终庆幸我成长期的教养是允许长大脱离的 (growing up out of)。”

据说，温尼科特9岁时，一次在照镜子时看到镜子中的自己，他说自己“太友善 (too nice)”了，从此决定表现出自己的另一面，随后他出现了一阵子不好的行为和较差的成绩。因为觉得自己太好，太受大家喜爱，他必须找出自己讨人厌的一面。

但是他父亲也有遵守传统，希望培养儿子良好教养的一面。当12岁的温尼科特说了一句粗话“该死”时，父亲脸色沉痛，怪母亲没有盯着儿子结交正派朋友。从那一刻起，父亲就做好心理准备要把他送走。

据后来温尼科特的妻子克莱尔描述，温尼科特的童年给人一种几近理想化的感觉：一个完整的家庭、健康正常的外表，充满温情和良好的家庭关系。克莱尔解释道：

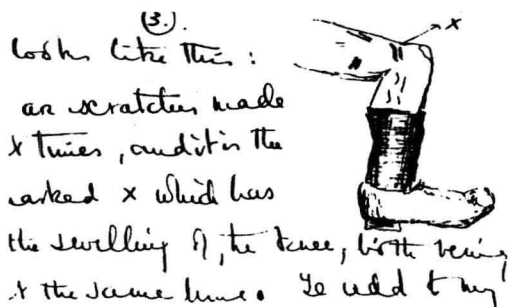
这段有关温尼科特的早年和家庭关系的简略记述，有些人读了或许会认为太完美，不可能属实，但是事实上它的确很完美，我就算再怎么努力也无法以别的面貌来呈现它。关键在于他是个非常快乐的人，他那种享受事物的能力，始终能战胜他所遭遇到的挫折和失望。而且，从某种意义上来说，他早年生活的品质以及他对其产生的感念，的确给他带来一个大难题，即要脱离家庭，建立他自己的独立生活和自我认同，却很难不牺牲早年生活的丰饶。他花了很长时间才办到。（雅各布斯，2003，pp.9~10）





## 二、自由的寄宿学校生活

1910年，在温尼科特14岁的时候被送到了一所寄宿学校——剑桥的莱斯（Leys）学校学习。在那里，他如鱼得水，能够以全新的方式展示自己。没课的下午，他跑步、骑车、游泳、玩橄榄球、参加学校的童子军、交朋友、在唱诗班唱歌。每天晚上，他都大声给寝室的男孩们朗诵一则故事。他常常写信回家，每一封信都流露出他的活力和兴趣，并且向家中每一个人致上他的爱，包括女仆甚至猫。下图就是这个时期他曾写给父母的一封信，图文并茂地呈现了他在活动中所受的伤（Rodman, 2003, p.29）。



(3).  
looks like this:  
an scratcher made  
x times, and it is the  
caked x which has  
the swelling of the knee, both being  
x the same time. So add to my

温尼科特的一封信

家人给了他充分的安全感，让他能自由地探索新的经验。“游戏”的概念与经验从小就有了，在他后来的理论与实践强调游戏的重要性成为很自然的事情。有一次玩橄榄球的时候，他跌断了锁骨，被送进学校的疗养院。他想，如果身体出了问题，除非他自己成为一名医生，否则他必须依赖医生的帮助。从那时起，他就立志成为一名医生。

正是在学校读书期间，他发现了达尔文的《物种起源》，