

少年时期的 心灵

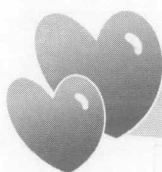
通过心理疗法透视阴影

山中康裕 著
穆旭明 译
张新凯 审



人民卫生出版社

少年时期的心灵



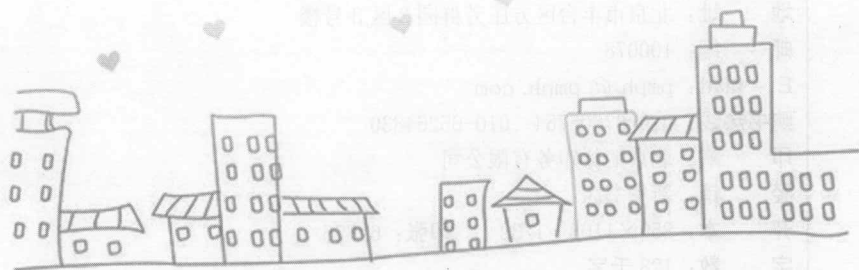
通过心理疗法透视阴影

日本京都大学名誉教授

山中康裕 著

穆旭明 译

张新凯 审



人民卫生出版社

少年时期的心灵

1978年 初版

2007年 第23版

SHONENKI NO KOKORO-SEISHIN RYOHO O TOSHITE MITA KAGE

by Yasuhiro Yamanaka

Copyright© Yasuhiro Yamanaka, 1978

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Chuokoron Shin-sha, Inc., Tokyo

This Simplified Chinese language edition is published by arrangement with Chuokoron Shin-sha, Inc., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo.

图书在版编目 (CIP) 数据

少年时期的心灵 通过心理疗法透视阴影 / 穆旭明译. —北京: 人民卫生出版社, 2009. 7

ISBN 978-7-117-11488-2

I. 少… II. 穆… III. 少年儿童—心理卫生—健康教育 IV. G479

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第107766号

门户网: www.pmph.com

出版物查询、网上书店

卫人网: www.hrhexam.com

执业护士、执业医师、

卫生资格考试培训

少年时期的心灵

通过心理疗法透视阴影

译者: 穆旭明

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地址: 北京市丰台区方庄芳群园3区3号楼

邮编: 100078

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印刷: 北京汇林印务有限公司

经销: 新华书店

开本: 850×1168 1/32 印张: 6.875

字数: 128千字

版次: 2009年7月第1版 2009年7月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11488-2/R·11489

定价: 21.00元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

作者简介

山中康裕 (YAMANAKA・YASUHIRO)

1941年 日本名古屋市出生

1966年 名古屋市立大学医学部毕业

1971年 名古屋市立大学大学院 医学博士

1969年～1972年 接受京都大学河合隼雄教授荣格派
教育分析

1975年、1985年～1986年、1997年曾经三次赴瑞士留学接受
荣格研究所所长 Barz 博士 多拉·卡尔夫(Dora-
Maria Kallf) 女士分析

历任 京都大学教育学部部长 同大学院教育学研究科科长
2005年退职

现任 京都大学名誉教授 京都赫尔墨斯研究所所长 日本
游戏疗法学会会长 国际表现病理 艺术疗法学
会(SIPE)副会长等要职

专业领域 临床心理学 精神医学 表达性心理治疗

- 
- 1995 年 美国表现病理学会 Ernest Klis 奖
1997 年 法国表现病理艺术疗法学会特别 (Basque) 奖
2000 年 加拿大箱庭疗法学会功劳 (Father Raven) 奖
2002 年 WPA 世界精神医学会 (Gold Medal) 金奖

主要作品

- 《山中康裕著作集》(岩崎学术出版社)
《心理临床学的核心》(京都大学学术出版会)
《儿童传递的信息》(BASILICO 出版)
《儿童的心灵与自然》(东方出版)等著作多数

翻译作品

- 多拉·卡尔夫著《卡尔夫箱庭疗法》(监译 诚信书房)

译者简介

穆旭明 (MU XU MING)

1976年 中国上海市出生

1999年 日语能力试验 1 级合格

2000年 赴日留学

2002年 日本酒店旅游管理专业学校毕业

2006年 日本近畿大学文艺学部毕业 文学学士

2008年 日本近畿大学大学院文艺学研究科毕业 文化学硕士

现在 日本关西大学大学院社会学研究科 博士研究生
专业领域 社会学

社会活动 日本社会学会 日本社会心理学会 关西社会学会 会员

主要论文

「現代の若者の価値観に関する実証的研究－比較文化的視点から考える－」2008年（硕士学位论文）

「若者に関する言説における日中間の差異－文化比較の視点から考える－」近畿大学大学院文芸学研究科『文芸研究』第5号 2008年

翻译作品

山中康裕 <表现疗法的本质> 中国首届表达性心理治疗和心理剧国际学术研讨会论文集 2007年



中文版序言

能够在此为我的个人作品《少年时期的心灵》写中文版序言，心底充满了无比的喜悦。这本书在日本已经出版三十多年了。然而，至今出版社每年都还在不断地增印。它受到了众多临床心理工作者以及心理学专业研究生的青睐。虽说是一本专业书，但是也已经悄悄地成为了畅销书籍。对于作者的我来说，那无疑是件非常高兴的事。现在，本书又能够出现在值得我们敬爱的广大中国读者的面前，更是让我感到万分喜悦。

我曾经应邀访问过两次中国。第一次是参加2003年在北京召开的世界心理学会，负责绘画疗法工作坊。随后，又在2007年出席了在苏州大学举行的中国首届表达性心理治疗和心理剧国际研讨会，作了题为《表现疗法的本质》的主题报告。也是本书的译者穆旭明先生为我翻译了演讲稿。无论是哪一次，我都遇到了中国的莘莘学子纷纷质疑的情景。他们也非常热情地接受了我。两次中国之行都是值得本人纪念回味的深切体验。

此外，2003年我还去了桂林与西安，寻访了个人敬爱的鉴真和尚、日本僧侣空海大师、阿倍仲麻吕的足



迹，也参观了兵马俑和万里长城。2007 年当来到苏州同里、上海，高中以来憧憬以久、长诗中的寒山寺就在眼前，顿时间回忆起日中两国持续交往的历史。从敬爱的圣德太子与隋炀帝的信件交往以来，两国间拥有了长达 1400 年之久的交往史。因此，每当访问贵国，我心中时常怀着无比尊敬与感激之情。

对于现代中国来说，《少年时期的心灵》也许是一本很时尚的书籍。书中包含了众多治疗儿童心理的最新知识，为解决今日中国儿童内心出现的诸多问题，相信它会发挥很好的作用。无论是哪一个国家，开拓美好未来的是可爱的孩子。我认为，只有深信那种力量才是大人最重要的职责。祝愿本书能够被广大的中国读者所接受，并且能给大家有所帮助。

最后，忠心感谢协助本书出版的上海交通大学医学院张新凯教授以及译者穆旭明先生。

就此搁笔。

2008 年 9 月

山中康裕



前言

作为一名精神科医生，这近十年来遇到了不少男少女。现在回想起来，通过“心理疗法”（也称精神疗法）这份治疗心理的工作，在与少男少女们紧密地交往过程中确实学到了许多东西。与其说从书籍论文等刊物中学到的，还不如说是直接从内心痛苦烦恼、“活生生的”孩子们那里所学到的。对于临床医生来说最大的教科书正是我们面前的患者。至今，我才真正地领会到那种说法的含义。

执笔《少年时期的心灵》一书，是把至今为止的临床经验用文字的形式表达出来的一个过程。原本主要采用绘画、沙盘作品等与患者交流的我，通常处于抽象的意象（image）世界中。然而，现在要用语言来表达那些过程，对我来说却是一件极为困难的事。由于本人也决心迈出那艰难的第一步，于是便大胆地开始了写作尝试。

书中想让几位少男少女直接登场。当然，如果那样的话，就必须考虑到个人的隐私问题。在不有损精神病理学以及临床心理学含义的前提下，我作了适当地更改。特别强调，书中所有少男少女的名字都是假名，是本人设想出的一个办法。那些名字不仅只是一种记号，而且



当您听到后立刻就能知道是哪个具体案例。对于那些命名，希望读者完全不要误解为恶作剧。正是对于少男少女的留恋之情才有此创意。除此以外，完全没有别的意思。

比如“犬咬道太”吧。那是一个八岁的男孩，由于平时行为粗暴、无论什么东西都咬的缘故被领到医院。首次见到男孩，我就发现他有明显的攻击性言行举止，而且重复幼年时期行为的倾向严重，有时居然会咬狗，不是被狗咬而是他咬狗，于是给他起了“犬咬”的姓。名字“道太”是游戏治疗过程中的核心部分“制作道路”得来的。关于犬咬道太个人走过的道路，书中第一章中有具体描述。

此外，“小红帽庭子”“地狱鬼太郎”“塞得过满诚”等少男少女也都是运用同样的方法起了各自的名字。书中的名字都是我的创作。但是，其中所有的内容并不是创作。一切都来自于我这十几年的临床经验。那也正是和少男少女们互相紧密交流的结果。

书中所描述的对象都是七岁至十五岁的少男少女。笼统地把那个年龄段称为“少年时期”也许读者有疑问。在本书的最后一章中会作有关说明。

书中登场的少男少女一般看来都是被称为患有神经症的不正常儿童。他们往往是众人嘲笑鄙视的对象，有时还被看作危险困惑人物，在团体中甚至随时受到周围的歧视与冷落。



然而，我并没有那样看待这些孩子，相反，我觉得他们很可爱，有时甚至会以一种难以用语言表达的敬畏之情去看待他们。那些孩子不仅独自忍受痛苦，而且又似乎面对周围的大人在诉说，可是他们个人却处于一种无意识的状态。我们也许能够从孩子们专心致志的姿势中察觉到那一点吧。如果那样考虑，可以说那些少男少女是家庭、社会的“镜子”，说到底，是象征了时代的一面“镜子”。他们的存在“反映了时代”。但愿本书是如实展现少男少女内心的一面镜子。而我本人也想把他们向我诉说的众多事实和“真实景象”回馈于整个社会及时代。我应该有那个职责。

神经症儿童出现的症状及表现出的行为，通常与成人不同。与其说儿童本人，还不如说是他们的行为往往会给周围的人带来许多麻烦。在神经症儿童的家庭、他们所在学校等一个个小社会中，所有的“秩序”都将受到破坏。乍一看安定的“日常生活”也会有所动摇。即使个人的力量再强大，也比不过一个个小社会的力量吧。因此，个人的举止行为往往被看作“异常的、脱轨的”，甚至会被排除远远之外。来我们这里就诊的儿童正是处于那种危机之前的状态。“我的孩子会有什么变化吗？”家长们都寄托于心理治疗师一丝希望。如果我们可以耐心仔细地接受并且取得成功，那么孩子们就依然可以重返到各自所属的小社会团体中。

不过谈到这一点，也许会让读者产生疑问。即如果考虑原先让儿童出现“异常”行为、让他们“脱轨”的因素不是儿童本人而是所属小社会团体的话，即使让他们回到小社会中去，问题的本质也得不到解决啊。也就是说，只是为了“适应”团体而进行的“治疗”，难道不是一种错误的思维方式吗？在此强调，对于神经症患者及精神疾病患者的病症来源，过去往往是考虑患者个人的遗传基因、性格等等因素。然而现在，观点却有所改变，认为患病的大部分因素是由个人所处的“环境”所决定。因此，上述的疑问也就自然产生了。

即使以本人狭隘的经历来分析，也赞同上述的观点。通过精神疗法与少男少女们紧密交流的我，也难以把社会看作是一个具有普遍真理、不变的群体。从另一个角度考虑，那些少男少女在某种意义上是“牺牲的羔羊”，他们的存在可以让我们好好思考今后的社会及时代，我们也不得不把他们看作是宝贵的、活生生的“时代证人”。

阅读本书的读者一般都是健康的“常人”，或许是普通儿童的父母，也可能是他们的老师。大家往往会认为患有神经症的儿童与自己或自己的孩子没有任何的关系。但是如果冷静地去思考一下，其实那些“异常要素”作为一种“阴影”早已包含在各位的内心之中。或许部分读者也已经察觉到那一点。“阴影”一词，是瑞士精



神疗法家卡尔·古斯塔夫·荣格^{译注①}提出的概念。它指个人人格中未经开发或者未得到发展的部分。即照不到光亮、没有发挥出作用的黑暗部分。一旦黑暗部分投射到周围的旁人，对于当事人来说，对方即是厌恶恐怖的存在，或者会毫不犹豫地疏远对方。那也是通常无缘无故歧视精神疾病患者的因素之一吧……

曾经执笔《青年期》（中公新书）的笠原嘉先生通过分析上述精神上的“病理现象”考虑何为“正常状态”。他把那种方法称为“病理法”。是设法找出病态中被所谓的正常现象掩盖而以至于看不见的部分。其实，本人也是试着朝那个方向在努力。如果读者能够理解我的想法，当然很荣幸。

关于报告临床个案的形式，通常各不相同，例如，详细报告多个个案，或者只是仔细解释某个特殊个案等等。然而对于我来说，却是试从一个“特殊”的病态或者从整个治疗过程中设法寻找出真正含义上的一种“普遍性”，发现人原本应该具有的某种生存的形态。

也许部分读者会把本书看作是一本儿童精神治疗的图书。当然，它并不是一本郑重执笔的精神治疗指南，只是来自于个人十几年来临床经历中的部分内容。严格地说，本书在理论上缺乏严密性，但是，我依然竭尽全

译注① Carl Gustav Jung (1875~1961) 精神科医师，瑞士心理学家，分析心理学创始人



力向各位读者忠实地再现与少男少女紧密交往的过程，描述他们的言行，记录他们内心的焦虑与痛苦。书中展开独特的思维，融合了儿童精神病学与分析心理学两个领域的专业知识，对我来说，这也是一种全新探索。如果本书能够对从事儿童精神治疗的读者有所帮助，作为作者将感到无比荣幸。

翻阅本书后，您将会认识到本人的治疗方法大致有两个侧重点：虽说患者是少男少女，但是我依然认为他们同样具有“完整的人格”，也与治疗成人般似地对待爱护他们，这是理所当然的事；另一方面，是侧重于以少男少女“内心意象”为主要媒介的治疗方法。通常，内心的意象极其抽象而且捉摸不定，因此往往通过采用一些特殊的方法将患者内心深处的焦虑愤怒的情绪引导于外界，具体地说，比如用绘画、制作沙盘作品、解析梦境，或者采用摄影作品等视觉上的方式，也可以用诗歌、散文、书信等语言性交流的手法等等。其实，治疗可以采取任何形式，重要的是治疗过程中并不是我一味地逼压对方，而是在每一个患者儿童具有的独自的“窗口”^{译注②}中寻找答案。

译注② 英语 channel 的译语。在自闭症儿童的治疗过程中，作者强调密切关注每个患者儿童向外界传递出的不同信息。例如，有的儿童喜欢游戏拍照，有的则爱好音乐钓鱼等等。治疗者应当通过从患者儿童的“窗口”中传来的信息与他们进行紧密地交流。（参考 山中康裕《こころと精神のはざままで》金剛出版 2005 年）



自从著名儿童精神病治疗专家安娜·弗洛伊德 (Anna Freud)、梅兰妮·克莱恩 (Melanie Klein) 的杰出研究成果问世以来,通常认为采取绘画或游戏是儿童精神疾病最为恰当的“治疗法”。对于从事心理治疗的医师来说,那也已经被视为了常识,在此,给各位读者简单地介绍一下理由。

通常,在治疗成人的情况下,采用弗洛伊德“自由联想”和荣格“解析梦境”等方法,那些手法无疑是以语言为媒介。可是当患者是儿童,首先他们的语言表达能力还未分化,虽然治疗过程中儿童的语言能力会有所提高,但是,如果运用完全依靠语言的治疗方法,整个治疗过程也将会出现难以展开的局面。然而,通过玩耍或绘画,儿童往往会十分自然地将内心中的意象展现于外界。那些作为表面症状而深藏在内心深处的隔阂,也可以通过作品中的意象找到出口。在表达的过程中,孩子们内在的焦虑不安会随时发泄出来,我们也可以通过意象产生更多新的联想,那样,孩子们的内心渐渐得到统合,心中的问题也就迎刃而解了。

不知不觉文章变得生硬起来。还是让各位读者立即阅读书中的详细内容吧。与其在此费劲千言万语,还不如尽快让大家仔细地体验少男少女的一举一动所展开的意象世界,那必定会给你们带来极其深刻的印象。



少年时期的心灵



通过心理疗法透视阴影

