

西方心理学大师经典译丛

主编 郭本禹

# 实现自我

## 神经症与人的成长

*Neurosis and Human Growth:  
The Struggle Toward Self-Realization*

[美] 卡伦·霍妮 著  
Karen Horney

方红 译



 中国人民大学出版社

西方心理学大师经典译丛

主编 郭本禹

# 实现自我

## 神经症与人的成长

*Neurosis and Human Growth:  
The Struggle Toward Self-Realization*

[美] 卡伦·霍妮 著  
Karen Horney

方红 译



中国人民大学出版社

· 北京 ·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

实现自我：神经症与人的成长 / (美) 卡伦·霍妮著；方红译. —北京：中国人民大学出版社，2018.10

(西方心理学大师经典译丛/郭本禹主编)

ISBN 978-7-300-26034-1

I. ①实… II. ①卡… ②方… III. ①精神分析-研究 IV. ①B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 168416 号

西方心理学大师经典译丛

主编 郭本禹

**实现自我：神经症与人的成长**

[美] 卡伦·霍妮 (Karen Horney) 著

方红译

Shixian Ziwo

---

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511770 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 天津中印联印务有限公司

规 格 155 mm×230 mm 16 开本

版 次 2018 年 10 月第 1 版

印 张 20.75 插页 3

印 次 2018 年 10 月第 1 次印刷

字 数 357 000

定 价 65.00 元

---

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换

## 总译序

### 感悟大师无穷魅力 品味经典隽永意蕴

美国心理学家查普林与克拉威克在其名著《心理学的体系和理论》中开宗明义地写道：“科学的历史是男女科学家及其思想、贡献的故事和留给后世的记录。”这句话明确地指出了推动科学发展的两大动力源头：大师与经典。

何谓“大师”？大师乃是“有巨大成就而为人所宗仰的学者”<sup>①</sup>。大师能够担当大师范、大导师的角色，大师总是导时代之潮流、开风气之先河、奠学科之始基、创一派之学说，大师必须具有伟大的创造、伟大的主张、伟大的思想乃至伟大的情怀。同时，作为卓越的大家，他们的成就和命运通常都与其时代相互激荡。

作为心理学大师还须具备两个特质。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，千百年来无论是习以为常的简单生理心理现象，还是诡谲多变的复杂社会心理现象，都会引发一般大众的思考。但心理学大师与一般人不同，他们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科学发展的命

<sup>①</sup> 辞海·缩印本·上海：上海辞书出版社，2002：275。

运，而且更是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。大师在面对各种复杂心理现象时，他们的脑海里肯定存在“某种东西”。他们显然不能在心智“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，对于同一种心理现象，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，心理学大师可能是冷傲、孤僻、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，远离俗世功名利禄的诱惑，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德尔菲神庙上“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，也不是神人。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”。

## 二

那么，又何谓“经典”呢？经典乃指古今中外各个知识领域中“最重要的、有指导作用的权威著作”<sup>①</sup>。经典是具有原创性和典范性的经久不衰的传世之作，是经过历史筛选出来的最有价值性、最具代表性和最富完美性的作品。经典通常经历了时间的考验，超越了时代的界限，具有永恒的

① 辞海·缩印本·上海：上海辞书出版社，2002：852。

魅力，其价值历久而弥新。对经典的传承，是一个民族、一种文化、一门学科长盛不衰、继往开来之根本，是其推陈出新、开拓创新之源头。只有在经典的引领下，一个民族、一种文化、一门学科才能焕发出无限活力，不断发展壮大。

心理学经典在学术性与思想性上还应具有如下三个特征。首先，从本体特征上看，心理学经典是原创性文本与独特性阐释的结合。经典通过个人独特的世界观和不可重复的创造，凸显出深厚的文化积淀和理论内涵，提出一些心理与行为的根本性问题。它们与特定历史时期鲜活的时代感以及当下意识交融在一起，富有原创性和持久的震撼力，从而形成重要的思想文化传统。同时，心理学经典是心理学大师与他们所阐释的文本之间互动的产物。其次，从存在形态上看，心理学经典具有开放性、超越性和多元性的特征。经典作为心理学大师的精神个体和学术原创世界的结晶，诉诸心理学大师主体性的发挥，是公众话语与个人言说、理性与感性、意识与无意识相结合的产物。最后，从价值定位上看，心理学经典一定是某个心理学流派、分支学科或研究取向的象征符号。诸如冯特之于实验心理学，布伦塔诺之于意动心理学，弗洛伊德之于精神分析，杜威之于机能主义，华生之于行为主义，苛勒之于格式塔心理学，马斯洛之于人本主义，桑代克之于教育心理学，乔姆斯基之于语言心理学，奥尔波特之于人格心理学，吉布森之于生态心理学，等等，他们的经典作品都远远超越了其个人意义，上升成为一个学派、分支或取向，甚至是整个心理科学的共同经典。

### 三

这套“西方心理学大师经典译丛”遵循如下选书原则：第一，选择每位心理学大师的原创之作；第二，选择每位心理学大师的奠基、成熟或最具代表性之作；第三，选择在心理学史上产生过重要影响的一派、一说、一家之作；第四，兼顾选择心理学大师的理论研究和应用研究之作。我们策划这套“西方心理学大师经典译丛”，旨在推动学科自身发展和促进个人成长。

1879年，冯特在德国莱比锡大学创立了世界上第一个心理学实验室，标志着心理学成为一门独立的学科。在此后的130多年中，心理学得到迅速发展和广泛传播。我国心理学从西方移植而来，这种移植过程延续已达百年之久<sup>①</sup>，至今仍未结束。尽管我国心理学近年取得了长足发展，但一

<sup>①</sup> 在20世纪五六十年代，我国心理学曾一度移植苏联心理学。

个不争的事实是，我国心理学在总体上还是西方取向的，尚未取得突破性的创新成果，还不能解决社会发展中遇到的重大问题，还未形成系统化的中国本土心理学体系。我国心理学在这个方面远没有赶上苏联心理学，苏联心理学家曾创建了不同于西方国家的心理学体系，至今仍有一定的影响。我国心理学的发展究竟何去何从？如何结合中国文化推进心理学本土化的进程？又该如何进行具体研究？当然，这些问题的解决绝非一朝一夕能够做到。但我们可以重读西方心理学大师们的经典作品，以强化我国心理学研究的理论自觉。“他山之石，可以攻玉。”大师们的经典作品都是对一个时代学科成果的系统总结，是创立思想学派或提出理论学说的扛鼎之作，我们可以从中汲取大师们的学术智慧和创新精神，做到冯友兰先生所说的，在“照着讲”的基础上“接着讲”。

心理学是研究人自身的科学，可以提供帮助人们合理调节身心的科学知识。在日常生活中，即使最坚强的人也会遇到难以解决的心理问题。用存在主义的话来说，我们每个人都存在本体论焦虑。“我是谁，我从哪里来，我将向何处去？”这一哈姆雷特式的命题无时无刻不在困扰着人们。特别是在社会飞速发展的今天，生活节奏日益加快，新的人生观与价值观不断涌现，各种压力和冲突持续而严重地撞击着人们脆弱的心灵，人们比以往任何时候都更迫切地需要心理学知识。可幸的是，心理学大师们在其经典著作中直接或间接地给出了对这些生存困境的回答。古人云：“读万卷书，行万里路。”通过对话大师与解读经典，我们可以参悟大师们的人生智慧，激扬自己的思绪，逐步找寻到自我的人生价值。这套“西方心理学大师经典译丛”可以让我们获得两方面的心理成长：一是调适性成长，即学会如何正确看待周围世界，悦纳自己，化解情绪冲突，减轻沉重的心理负荷，实现内心世界的和谐；二是发展性成长，即能够客观认识自己的能力和特长，确立明确的生活目标，发挥主动性和创造性，快乐而有效地学习、工作和生活。

我们相信，通过阅读大师经典，广大读者能够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，领会大师的创新精神，与大师的成长并肩同行！

郭本禹

2013年7月30日

于南京师范大学

献给我在美国精神分析研究所的同事和学生。



## 致 谢

我要向海勒姆·海登 (Hiram Haydn) 表示最诚挚的感谢，感谢他在本书材料组织方面提供的周到帮助，感谢他对于澄清书中某些问题的建设性批评，还要感谢他所做的其他一切费时的积极努力。

虽然我要感谢的学者在书中都已提及，但我还想感谢哈罗德·凯尔曼 (Harold Kelman) 博士与我就本书主题展开的令人兴奋的讨论，也要感谢我的同事伊西多尔·波特诺伊 (Isidore Portnoy) 博士和弗雷德里克·A. 韦斯 (Frederick A. Weiss) 博士给我的宝贵建议。最后，我想感谢我的秘书格特鲁德·莱德勒 (Gertrud Lederer) 夫人，感谢她对本书手稿和索引的兴趣以及为此做出的不懈努力。

卡伦·霍妮

# 目 录

---

|      |                  |       |
|------|------------------|-------|
| 导 论  | 进化的道德            | / 1   |
| 第一章  | 追求荣誉             | / 4   |
| 第二章  | 神经症要求            | / 23  |
| 第三章  | “应该”之暴行          | / 43  |
| 第四章  | 神经症自负            | / 61  |
| 第五章  | 自我憎恨与自我轻视        | / 81  |
| 第六章  | 与自我的疏离           | / 119 |
| 第七章  | 缓解紧张的一般方法        | / 136 |
| 第八章  | 扩张型解决方法:掌控一切的吸引力 | / 145 |
| 第九章  | 自谦型解决方法:爱的吸引力    | / 167 |
| 第十章  | 病态依赖             | / 187 |
| 第十一章 | 放弃:自由的吸引力        | / 203 |
| 第十二章 | 人际关系中的神经症障碍      | / 228 |
| 第十三章 | 工作中的神经症障碍        | / 242 |
| 第十四章 | 精神分析治疗的道路        | / 260 |
| 第十五章 | 理论上的思考           | / 285 |
| 参考读物 |                  | / 295 |
| 索 引  |                  | / 297 |

## 进化的道德

神经症过程是人类发展的一种特殊形式，而且是一种特别不幸的形式——因为它会浪费人类发展的建设性能量。这个神经症过程不仅本质上不同于健康人的成长，而且在很多方面与健康人的成长完全相反，这一点在很大程度上超出了我们的认识。在有利的条件下，人的能量往往会被用来实现自身的潜能。这样一种发展的形式并不统一。依据他特殊的气质、能力、习性以及早期和晚期的生活环境，他可能会变得更为温柔或更为冷酷，更为谨慎或更易轻信他人，更为自立或更依赖于他人，更为深思熟虑或更为外向开朗；而且，他也可能会发展他的特殊天赋。但是，无论他走上哪一条道路，都将是他的既定潜能的发展。

不过，在内心的压力之下，一个人可能会疏离于他的真实自我。然后，他会通过严格的内心指令系统，将他的大部分能量转向于塑造自己，使自己成为一个绝对完美的人。除了上帝之外，再无任何完美的东西能够实现他理想化的自我意象，能够让他对（自认为）自己所具有的、所能具有的或者应该具有的高尚品质而感到满足和自豪。

（本书将详细阐释的）这种神经症发展倾向使得我们的注意力远远超出了对病理学现象的临床关注或理论关注。因为它涉及一个基本的道德问题——关于人的欲望、驱力或臻于至善之宗教义务的问题。当自负（pride）成了一种驱动力量，任何一位认真研究人类发展的学者都不会怀疑自豪、自负或追求完美的不良影响。但对于为了确保道德行为而建立一个严格的内心控制系统的合理性和必要性，则一直存在很大的意见分歧。假定这些内心指令对人的自发行为具有抑制作用，那么，根据基督教的禁令（“你的完美的……”），难道我们不应该为追求完美而奋斗吗？要是没有这些指令，难道人类的道德生活和社会生活就会面临危险，或者甚至是面临毁灭吗？

此处不是讨论整个人类历史中提出和回答这个问题的多种方式的地方，而且我也不打算这么做。我只想指出，答案取决于一个基本的因素，那就是：我们所怀有的对人性之信念的本质。

从广义上讲，根据对基本人性的各种不同解释，道德目标有三个主要的概念。对于那些——无论从哪个方面——相信人生来有罪或人会受原始本能驱使的人（弗洛伊德，Freud）来说，附加的检查和控制在无法放弃的。因此，道德的目标必然是驯化或克服自然状态，而不是发展自然状态。

对于那些相信人性中生来既有本质上是“善的”东西，也有“恶的”、有罪的、破坏性的东西的人来说，道德的目标必定与上述目标不同。它所强调的重点是通过信仰、理性、意志或慈悲等因素来精炼、指导或加强内在美德以确保其获得最终的胜利——这与特殊的占主导地位的宗教或伦理概念相一致。打击和压制邪恶并非这里所强调的唯一重点，因为人性还有其积极的一面。然而，这积极的一面要么依赖于某种类型的超自然帮助，要么依赖于一种严格的理想化理性或意志，而这本身就表明了对禁止性或检查性内心指令的使用。

15 最后，如果我们相信人类生来就具有进化而来的建设性力量，而且，正是这种力量促使人类实现其既定的潜能，那么，道德问题又与前面有所不同。这种信念并不意味着人性本善——这种信念会预先假定一种关于什么是善、什么是恶的既定知识。相反，它意味着人生来就会主动地为实现其自我而奋斗，并从这种奋斗中发展出一套自己的价值观。例如，如果他不能真实地面对自己，不积极主动且不具有创造性，不能本着团结协作的精神与他人相处，那么显而易见，他就不能充分发挥自己的潜能。如果他只是一味地沉溺于“盲目的自我崇拜”（雪莱，Shelley），并总是把自己的缺点归咎于他人的过错，那么，他显然难以成长。从真正意义上说，只有为自己承担起责任的人，才能获得成长。

因此，我们就获得了一种进化的道德（morality of evolution），根据这种道德，我们选择进行自我教化或拒绝自己的标准在于这样一个问题：一种特定的态度或驱力对我们人类的成长是起促进作用还是阻碍作用？就像神经症患者经常表现出来的那样，各种各样的压力都很容易将我们的建设性能量转变成非建设性或破坏性的能量。但是，只要我们深信人会自发地为实现自我而奋斗，那么，我们就既不需要用“内心的紧身衣”来束缚自己的自发性，也不需要“内心指令的鞭子”来驱使着我们变得完美。毫无疑问，这些严厉的方法能够成功地抑制不良的因素，但同样毫无疑问

的是，它们也会对我们的成长造成伤害。我们不需要这些方法，因为我们看到了一种更好的可行方法来应对我们自身的破坏力量，那就是：真正地超越它们。实现这一目标的方法是不断增强我们的自我意识和自我理解。因此，自我认识本身并不是目标，而是解放自发成长力量的一种手段。

从这个意义上说，研究我们自己不仅是首要的道德义务，而且，就其真正的意义来讲，也是首要的道德权利。如果我们认真地对待自己的成长，那是因为我们自己想这么做。当我们不再像神经症患者一样痴迷于自我，当我们可以自由地成长，我们也会自由地去爱，自由地去关心他人。到那时，我们也希望给年轻人提供没有阻碍的成长机会，当他们在发展的道路上遇到障碍时，我们也会用各种各样的方式帮助他们找到并实现其自我。无论如何，不管是对我们自己还是对他人来说，理想都在于解放和培养那些能实现自我的力量。

16

本书清楚地阐述了那些起阻碍作用的因素。我希望本书能以它自己的方式帮助实现这一解放。

卡伦·霍妮

## 第一章 追求荣誉

一个孩子无论在什么环境中长大，只要没有智力上的缺陷，他都将学会以这种或那种方式与他人打交道，而且，他还很可能获得某些技能。不过，他身上也有一些力量不是通过学习就可以获得或发展的。你无须，事实上也不可能教一粒橡子长成一棵橡树，但是，只要给橡子一个机会，其内在的潜能就会得到发展。同样，只要给予人类个体一个机会，他就能发挥他所特有的人类潜能。这样一来，他也会发挥他的真实自我所具有的独特活力：他自身情感、思想、愿望和兴趣的澄清和深入；开发自身资源的能力，自身意志力的加强；他可能具有的特殊能力或天赋；表达自己的能力，以及自然而然地与他人交往的能力。所有这些迟早会让他发现自己的价值观和生活目的。简而言之，他会朝着自我实现的方向发展，而不会偏离太远。而这就是我现在以及在整本书中屡次说到真实自我（real self）是内在力量之核心的原因，这种内在的核心力量是人人所共有，但在每一个人身上的表现又各不相同，它是人类成长的深刻根源。<sup>①</sup>

18

只有个体自己才能发展他既定的潜能。但是，就像其他任何活着的有机体一样，人类个体也需要有利的环境才能“从橡子成长为橡树”。他需要一种温暖的氛围，这种氛围能给予他内心的安全感和自由感，使他能够拥有自己的情感和思想，并能够表达自己。他需要他人的善意，这种善意不仅有助于满足他的多方面需求，而且能指导和激励他成为一个成熟的、实现自我的人。他还需要与他人的愿望和意志进行健康的摩擦。如果他能因此而在爱和摩擦中与他人一起成长，那么，他也就能够按照自己的真实自我来成长。

但是，由于各种不利因素的影响，一个孩子有可能不被允许按照他自

<sup>①</sup> 后面提到的“成长”，都是指此处所呈现的这种意义上的成长——与个人的一般潜能和特有潜能相一致的自由、健康的发展。

己的需要和潜能成长。这些不利因素太多了，不胜枚举。但概括起来，所有这些不利因素都可以归结为这样一个事实，即身处一定环境之中的人，由于过于沉溺于其自身的神经症，以至于没有能力爱自己的孩子，甚至不能把孩子看成一个独特的个体。他们对待孩子的态度完全取决于他们的神经症需要和反应。<sup>①</sup> 简单说来，这些态度可能是支配性的、过分保护的、威胁性的、易怒的、过于苛刻的、溺爱的、反复无常的、偏爱其他兄弟姐妹的、伪善的、漠不关心的等等。它绝不是某一个因素的问题，而是会对一个孩子的成长产生不利影响的所有因素的问题。

结果，这个孩子不能形成一种归属感，不能形成一种“我们”这样的同在感；相反，他会产生深深的不安全感和模糊的恐惧感，在这里，我称之为基本焦虑（basic anxiety）。这是他生活在一个觉得充满潜在敌意的世界里所产生的疏离感和无助感。这种基本焦虑引发的紧张压力使得这个孩子不能以其自发的真实情感与他人交往，并迫使他寻找其他方法与他人打交道。他必定（在无意识之中）以各种方法加以应对，这些方法不会唤起或增强焦虑，而是会缓解他的基本焦虑。这些特殊的态度产生于无意识的策略性需要，它们既取决于孩子先天的气质，也取决于后天环境中的相倚联系。简言之，他可能会试图依附于身边最强大的那个人；他可能会试图反抗和斗争；他还可能会试图将他人摒弃在自己的内心生活之外，在情感上与他们保持距离。总的来说，这意味着他可能会接近他人、反对他人或逃避他人。

在健康的人际关系中，也不排除彼此之间的接近、反对或逃避。索取和给予爱的能力、屈服的能力、斗争的能力、独处的能力——这些是搞好人际关系所必需的补偿性能力。但是，在那个由于其基本焦虑而感觉自己置身于危险环境之中的孩子身上，这些行为则往往会表现得非常极端和僵化。例如，爱往往会变成依附，顺从会变成姑息。同样，在一个特定的环境中，他会被迫进行反抗或表现得冷漠无情，不考虑他自己的真实情感，也不管其态度是否恰当。其态度之盲目和僵化的程度与他内心基本焦虑的强度成正比。

由于在这些条件之下，儿童不是仅仅朝着某一个方向发展，而是朝着所有方向发展，因此，他会从根本上形成对待他人的矛盾态度。于是，接近他人、反对他人和逃避他人这三种行为就构成了一种冲突（conflict），

<sup>①</sup> 本书第十二章所总结的人际关系中的所有神经症障碍都可能会起作用。也可参见 Karen Horney, *Our Inner Conflict*, Chapter 2, The Basic Conflict; Chapter 6, The Idealized Image.

这是他与他人之间的基本冲突。当然，他迟早会试图通过让其中一种行为始终占据主导地位来解决这种基本冲突——试图让顺从、攻击或冷漠这三种态度中的一种成为他的主要态度。

20 试图解决神经症冲突的最初尝试绝不是表面上的。相反，它会对个体神经症的进一步发展产生决定性的影响。它不只涉及对待他人的态度，它还不可避免地会牵涉到整个人格的某些改变。根据其主要的发展方向，儿童还会发展出某些恰当的需要、敏感性、抑制力以及道德价值观的雏形。例如，一个相当顺从的儿童，不仅倾向于让自己屈从于他人、依赖他人，而且还会力求善良和不自私。同样，一个具有攻击态度的儿童会开始重视力量、忍耐力和战斗力。

不过，这第一种解决方法的整合效果不如我们后面将要讨论的神经症解决方法那样稳定、全面。例如，有一个女孩，她的顺从态度已表现得相当突出。这种顺从态度表现为：盲目地崇拜某些权威人物，具有取悦和满足他人的倾向，怯于表达自己的愿望，经常做出牺牲。8岁的时候，她将自己的一些玩具放到大街上，让那些更为贫困的儿童拿去玩，而且她没有将此事告诉任何人。11岁的时候，她在祷告时以其孩子气的方式，试图寻求一种神秘的屈服。她幻想自己遭到了她所迷恋的那些老师们的惩罚。但到了19岁的时候，她还很容易接受他人设计的那些报复某些老师的计划；尽管大多数时候，她就像一只小绵羊，但偶尔她也会在学校里带头造反。而且，当她对所在教堂的牧师感到失望时，她也会从一个虔诚的宗教信仰者暂时转变为一个玩世不恭者。

整合效果差——上面所引的例证相当典型——的原因有一部分在于成长中的个体还不成熟，还有一部分在于这样一个事实，即早期的解决方法旨在取得与他人关系的一致性。因此，还存在一定的余地来获得更为稳定的整合。事实上，这是一种需要。

到目前为止所描述的发展，绝不是单一的。对每一个个体来说，发展的路线和结果都是不同的，同样，不利环境条件的特殊性在每一种情况下也各不相同。但是，它始终会削弱个体的内在力量和一致性，因此，它总会产生某些迫切的需要，以弥补由此产生的缺陷。尽管它们非常紧密地交织在一起，但我们还是可以区分以下这些方面：

- 尽管个体早期试图解决他与他人之间的冲突，但他依然是分离的，他需要一种更为稳定、更为全面的整合（integration）。

- 个体一直没有机会形成真正自信的原因有很多：由于不得不进行的防御，由于与他人的分离，由于早期的“解决方法”所导致的片面发展方



式，他内心的力量一直受到削弱，从而使得他大部分的人格不能发挥建设性的用途。因此，他迫切地需要自信，或者是自信的一种替代品。

在与世隔绝的环境里，他并不觉得软弱，只是觉得与他人相比，自己不是特别强大，而且也没有做好充分的生活准备。如果他有归属感，那么，他觉得自己不如他人的感觉就不会严重到成为一种障碍。但是，由于生活在一个充满竞争的社会里，而且从内心深处感到——正如他所感觉到的那样——孤立和敌意，他只能产生一种让自己凌驾于他人之上的迫切需要。

与上面这些因素相比，甚至更为基础的因素是：他开始疏离自我。不仅他的真实自我会阻止他顺利成长，而且除此之外，他还需要发展一些人为的策略性方法来与他人打交道，这种需要也会迫使他无视自己真实的情感、愿望和想法。从某种程度上说，当安全成了最为重要的事情，其内心最深处的情感和想法就变得不那么重要了——事实上，内心最深处的这些情感和想法会不得不沉寂下来，从而变得不那么清晰。（他感觉到的无论是什么都没有关系，只要安全就好。）这样一来，他的情感和愿望就不再是决定性的因素。可以说，他不再是一个主动的追求者，而是一个被驱使者。此外，他内心的分裂状态不仅会在整体上削弱他，而且由于增加了一种混淆的因素，他与自我的疏离得到了加强。他再也不知道自己身在何处，或者自己是“谁”。

这种“开始与自我的疏离”之所以更为基础，是因为这种伤害强度会导致其他方面受到损害。如果我们设想一下这种情况——要是一个人没有疏离自己活生生的自我之中心，那可能就会有其他过程出现——那么，我们就能更清楚地理解这一点。在这种情况下，个体可能会有内心的冲突，但他不会被这些冲突弄得辗转不安；他的自信（self-confidence，就像这个词所表明的，它需要有一个自我可以将信心置于其上）将会受损，但不会被连根拔起；他与他人的关系也会受到干扰，但其内心不会与他人脱离关系。因此，一个疏离了自我的个体，最为重要的是需要——若说是“替代”了他的自我，则未免荒唐，因为根本就没有这样的东西——某种东西能够给予他一种支持、一种认同感（a feeling of identity）。这会让他感到自己的意义，尽管他的人格结构仍有很多弱点，但还是会给他一种力量感和意义感。

如果他的内心状况没有（因为幸运的生活环境）改变，他因此而没有我在上文所列出的那些需要，那么，可以满足他的需要并且可以一下子满足他所有需要的方法似乎就只有一种了，那就是：想象（imagination）。 22