

弗洛伊德心理学入门

〔美〕 C.S.霍尔 著

陈维正 译

吴福临 陈维纲 校

商 务 印 书 馆

1994年·北京

Calvin S. Hall
**A PRIMER OF FREUDIAN
PSYCHOLOGY**

Published by The World Publishing
Company, New York, 1954.

据纽约世界出版公司1954年版译出

2 R08/33 05

FÚLUÒYÍDÉ XÍNLIXUÉ RÙMÉN

弗洛伊德心理学入门

(美) C. S. 霍尔 著

陈维正 译

吴福临·陈维纲 校

商务印书馆出版

(北京王府井大街36号)

新华书店北京发行所发行

三河县艺苑印刷厂印装

ISBN 7-100-00934-0/B·126

1985年10月第1版 开本850×1168¹/₃₂

1990年4月北京第3次印刷 字数94千

印数3,100册 印张4¹/₈

定价: 1.60元

译者前言

在现代心理学史上，最重要的人物莫过于冯特和弗洛伊德。冯特因为把科学研究方法引入心理学研究而使心理学从哲学的形而上学思辨中脱离出来，成为一门独立的科学；弗洛伊德则因为把心理学的研究带进了人的深层精神世界，为现代心理学展现出一个全新的领域。就影响而言，弗洛伊德超过了其他任何心理学家，他开创的心理分析学冲击了现代西方社会意识和社会生活的几乎每一个侧面。

与前人相比，弗洛伊德心理学具有下述几个特点。首先，他的心理学是人格心理学。他将人的整个精神状态视为一个系统，即人格，由伊特（即本我）、自我和超我三个部分构成。伊特是人先天具有的心理过程，其唯一目的是消除或减轻机体的紧张以获得满足和快乐；超我是内化了的社会价值和道德理想，竭力约束伊特的盲目冲动；自我介乎二者之间，负责理智地调节伊特、超我和外界三者的关系。一个人的精神状态便是人格的三个部分相互矛盾、相互冲突的结果。当自我能很好地平衡三者关系时，人格便处于正常状态。当自我失去对伊特和超我的控制时，就会产生各种焦虑。为了防止焦虑，自我便发展出种种无意识防御机制，如压抑、投射、反向作用、固定、倒退等等。

其次，弗洛伊德心理学是动力心理学。他第一个将现代物理学的动力理论引入心理学，提出人的一切精神活动都是心理能在人格系统中的作用所致。人的全部心理能都源于伊特中的各种本能，随着人格的发展，心理能通过求同机制逐渐从伊特转移到自

我和超我。心理能的作用分两类：以消除紧张为目的的发泄作用和以阻止消除紧张为目的的反发泄作用。人的一切精神异常和心理病变都是因为这两种相互对立的作用失去了平衡。

再次，弗洛伊德心理学是无意识心理学。在弗洛伊德看来，意识仅仅是人的整个精神活动中位于表层的一个很小的部分；无意识才是人的精神主体，处于心理深层。无意识包括各种各样的先天本能和那些从意识中被压抑到无意识中的心理活动。无意识对人的精神和行为有重大影响，但由于处于心理深层而无法直接为人了解。不过，弗洛伊德独辟蹊径，他通过分析无意识作用所产生的后果和梦，首次对人的无意识心理现象和规律作了系统全面的研究。

因此，弗洛伊德心理学也是梦心理学。人类对梦的解释具有悠久的历史，但前人的解释大多是支离破碎的和科学的，多属迷信和巫术。弗洛伊德是第一个力图在科学的基础上对梦进行系统分析和解释的人。他认为梦是那些存在于或被压抑于无意识中的本能欲望和情感念头在人入睡时的显现。通过分析梦，我们可以认识人们在觉醒时不曾知晓的心理活动。不过，梦并不直接如实地显现人的这些无意识心理，梦往往以伪装的方式出现。这就需要我们掌握一套释梦的方法，以探明隐藏在梦后面的真实含义。

最后，弗洛伊德心理学是性心理学。他认为性欲是人的所有本能中持续时间最长、冲动力最强、对人的精神活动影响最大的本能性欲求。不对人的性本能进行充分的研究，就不可能全面地把握人的心理变化过程。这里应注意，弗洛伊德的性欲概念是广义的，不同于人们通常使用时的含义。它泛指人所追求的一切感官快乐，我们平常说的性欲只是其中一部分，仅相当于弗洛伊德所说的生殖欲。在弗洛伊德看来，性本能的发展大致分三个阶段：前生殖期、潜伏期和生殖期。前生殖期又分口唇期、肛门期

和性器官期。在性本能的整个发展过程中，人由爱自己（自恋情结）到爱父母（恋母情结和恋父情结），最后到生殖期的异性相爱。

上面简单介绍了弗洛伊德心理学的几个特点，但远远不足以概括其学说的全貌。今天，弗洛伊德开辟的这几个心理学研究领域已发展成为现代心理学的重要组成部分和分支。当然，弗洛伊德心理学中除了有价值的研究成果外，也有违背科学的错误观点，甚至还有不少近乎荒唐的唯心主义谬论。因此，我们在研究其学说的过程中一定要注意对其错误观点进行批判。

C. S. 霍尔编写的这本《弗洛伊德心理学入门》是对弗洛伊德学说进行系统介绍的通俗读物。他的叙述深入浅出、引人入胜，并力求忠实于弗洛伊德的原意，不加任何评论褒贬。他主要着眼于弗洛伊德思想成熟的后期学说，因而对其早期有关释梦和无意识的学说介绍得略嫌不够。霍尔是美国知名心理学家，曾任西部里惹弗大学心理学系主任，叙拉古大学研究生院的心理学教授，现在加利福尼亚大学执教。霍尔的其他著述有：《荣格心理学入门》、《梦的意义》、《梦的内容分析》、《人格理论》等等。

本书译稿承蒙吴福临、陈维纲二位同志校订，使之增色不少。在翻译过程中，其他许多同志和朋友也提供了热情的帮助，特别是林方、张粹然、张绍英、马渝根等同志对译稿提出过许多宝贵意见，在此一并向他们表示诚挚的谢意！

本书一定还有翻译不当之处，若读者能不吝赐教，不胜感激！

1985年3月18日于成都

目 录

前 言	1
第一章 西格蒙德·弗洛伊德 (1856—1939年)	4
一、 弗洛伊德继承的科学遗产	4
二、 弗洛伊德开创动力心理学	7
三、 弗洛伊德是什么人?	11
第二章 人格的组织结构	15
一、 伊特	15
二、 自我	20
三、 超我	23
第三章 人格的动力状态	28
一、 心理能	28
二、 本能	28
三、 心理能量的分布和配置	30
1、 伊特	30
2、 自我	32
3、 超我	37
四、 能量发泄和反能量发泄	40
五、 意识和无意识	44
六、 本能的种类	48
七、 焦虑	51
1、 现实性焦虑	53
2、 神经性焦虑	54
3、 道德性焦虑	57
八、 小结	59
第四章 人格的发展	62
一、 求同作用	64

二、	移置和升华	69
三、	自我的防御机制	75
	1、压抑	75
	2、投射	79
	3、反向作用	81
	4、固定	83
	5、倒退	85
	6、防御机制的一般特征	86
四、	本能的转换	87
五、	性本能的发展	92
	1、口唇区	92
	2、肛门区	96
	3、性器官区	98
	(1) 男性生殖器阶段	98
	(2) 女性生殖器阶段	100
	4、生殖欲	101
六、	小结	102
第五章	人格的稳定	106
推荐读物	113
索引	116

前 言

我写这本入门小册子的目的是，尽可能清楚扼要、完整系统地阐明弗洛伊德提出的心理学理论。

弗洛伊德在变态心理学、心理病理学、心理治疗法和精神病学等方面的著述已经分别为作家们所概述。但是，我至今还未看到他作为心理学理论家在普通心理学这一领域里的著述被人系统全面地介绍过。

我相信越来越多的心理学同行会赞同我的这种意见，我认为弗洛伊德在文化科学史上最为显著的作用是他作为心理学理论家的贡献。弗洛伊德自己就把心理分析学视为一种心理学体系，而不仅仅是变态心理学或精神病学的一个分支。弗洛伊德希望在人们的印象中首先被看成是一位心理学家。

作者概述弗洛伊德心理学的目的，就是为了恢复他在正常心理学领域中的合法地位，不让他的学说被局限在精神紊乱的范围里。我这样说我的写作目的，并非有意贬低弗洛伊德在精神病学方面的卓越贡献。这些贡献本身就能确保他在历史上的稳固地位。然而，我觉得如果听凭医学的一个分科独自垄断弗洛伊德的话，不仅他的基本理论会被贬低到从属的地位，而且心理学也会因为忽视最有创造性的人之一而蒙受损失。

这本入门概要纯粹是阐述性的。我不打算对弗洛伊德的理论作何褒贬，也不利用其他理论作比较考察，因为我感到要想对任何东西作出有价值的评论，首先得彻底了解它。那种广为流行的，以片面理解为依据的批评，使人目瞪口呆。在这方面，弗洛伊德吃过的苦头远远超过我们时代的任何大思想家。他的理论被大量地歪曲和误解，使轻信的读者几乎不可能分辨出真假。

要阐明弗洛伊德的心理学远非易事。他的学说分散在他从十九世纪九十年代初到二十世纪三十年代末的全部著述中。要想保证不遗漏任何一个基本观点，就必须读完他写下的每一个字。另外，在一系列理论问题上，涉及到判断弗洛伊德的最后观点是什么时，我还得作出决定，因为一本入门概要不必追述弗洛伊德观点的演变过程。弗洛伊德不断地改变、修正和扩展他的理论，他改写甚至摈弃了不少早期观点。在决定取舍时，我尽量运用所获得的全部证据和自己的判断能力。毫无疑问，判断上的差错在所难免。很有可能，书中对弗洛伊德的某些理解并不一定符合他的本意，可能是我一厢情愿加在他头上的，我竭力避免这样的错误，并且始终将此铭记在心，当我觉得自己有可能是在注入某种原著中所没有的东西时，就返回到他的书中，求得证实。我希望这样做的结果使我能忠实于弗洛伊德的原意，而不是牵强附会地将个人之见强加于他。

编写这本入门书的过程中，我只利用第一手资料，即已经出版的弗洛伊德著作。我认为最好遵循他自己说的话，而不依赖第二手资料。每章末都附有参考书目，任何读者都可以通过阅读参考书而涉猎到差不多相同的内容，而全部参考书则可以在新出版的英文标准版的弗洛伊德全集中找到。

本书是为一般读者编写的，同时也适用于心理学专业的学生。我的学生曾读过本书的初稿，他们经过深思熟虑，提出不少切实可行的建议，使我受益不浅。他们帮助我用比较易于理解的方式表达自己的意思，以适应心理学知识有限的一般读者。我将本书献给我的学生们，以表谢意。

卡尔文·S. 霍尔

西部里惹弗大学心理学系，俄亥俄州，克利夫兰

一九五四年四月

……像我这种人，活着就离不了兴趣爱好和激情奔放——用席勒的话说，离不了主宰我的“君主”。我终于找到了自己的君主，甘心为他效劳，鞠躬尽瘁。我的君主就是心理学。

弗洛伊德 1895年

——摘自给威廉·弗里斯的信

第一章 西格蒙德·弗洛伊德

(1856—1939年)

一、弗洛伊德继承的科学遗产

虽然西格蒙德·弗洛伊德 (Sigmund Freud) 生于莫拉维亚的弗莱堡^①，死于英国伦敦，但是他属于维也纳，在那里他居住了近八十年。假如纳粹没有于1937年占领奥地利从而迫使弗洛伊德逃往英国的话，除了出生后的头三年以外，他的一生就可能全部在奥地利首都度过。

弗洛伊德漫长的一生，从1856年至1939年，正是科学史上最富有创造成果的时期。弗洛伊德三岁时，随家迁居维也纳，就在这一年，达尔文发表了《物种起源》。这本书注定要在关于人的观念上掀起一场革命。在达尔文之前，人被认为具有灵魂而与动物界截然分开。进化论使人成为自然界的一部分，成为所有动物中的一种。承认这一激进的观点，就意味着可以遵照生物学的途径来研究人。人成了科学研究的对象，与其他生命形式相比，人除了更为复杂些外，毫无区别。

《物种起源》发表的第二年，弗洛伊德刚四岁，费希纳^②创立了作为一门科学的心理学。这位十九世纪伟大的德国科学家和哲学家在1860年证明，对人的精神也可以进行科学研究和定量测度。心理学从此跻身于其他自然科学的行列中。

① 德国西南一城市。(以下除标明原注外，均为译注。)

② 费希纳 (Gustav Fechner, 1801~1887年)，德国心理学家和哲学家。

达尔文和费希纳对弗洛伊德的智力发展产生了很大的影响，正如他们对那一时期的许多年青人产生了影响一样。十九世纪后半叶，人们对生物学和心理学的热情空前高涨，巴斯德^①和柯赫^②运用他们在细菌致病方面的基础研究，创立了细菌学；孟德尔^③通过对豌豆的观察，建立了现代遗传学。各生命科学呈现出一派群芳争艳的景象。

来自其他方面的影响，对弗洛伊德的震动更深刻。这些影响来自物理学。十九世纪中叶，德国伟大的物理学家赫尔姆霍茨^④提出了能量守恒原理。这个原理表明，“能”(energy)实际上是一个量，就如“质”(mass)是一个量一样。能可以转换形式，但不能被消灭。当能在一个系统的某部分里消失时，它就一定会在该系统的其他地方出现。例如，随着一个物体的温度降低，与它相连的物体的温度则会升高。

研究能在一个物理系统里的变化，引起了动力学领域内一个又一个的重大发现。从赫尔姆霍茨提出能量守恒到爱因斯坦提出相对论的五十年里，是能的黄金时代。热力学、电磁场、放射性、电子、量子理论——这一切都是在这至关重要的半个世纪内所取得的成就。麦克斯韦^⑤、赫兹^⑥、普朗克^⑦、汤姆逊^⑧、居里夫人和皮

① 巴斯德 (Louis Pasteur, 1822~1895年)，法国化学家和生物学家。

② 柯赫 (Robert Koch, 1843~1910年)，德国生物学家。

③ 孟德尔 (Gregor Mendel, 1822~1884年)，奥地利生物学家。

④ 赫尔姆霍茨 (Hermann von Helmholtz, 1821~1894年)，德国生理学家、物理学家。

⑤ 麦克斯韦 (James Maxwell, 1831~1879年)，英国苏格兰物理学家，他提出电磁理论。

⑥ 赫兹 (Heinrich Hertz, 1857~1894年)，德国物理学家，他用实验证实了电磁波的存在。

⑦ 普朗克 (Max Planck, 1858~1947年)，德国物理学家，提出量子假说。

⑧ 汤姆逊 (Sir Joseph Thomson, 1856~1940年)，英国物理学家，电子发现者。

埃尔·居里、焦耳^①、克尔文勋爵^②、吉布斯^③、克劳胥斯^④、门德列也夫等，这里仅仅列举了少数几位现代物理学中的巨人，他们对能的秘密的发现，可以毫不夸大地说，改变了整个世界。使人从繁重的体力劳动中解脱出来的大多数机器，都是十九世纪物理学的丰硕成果，这些机器极大地改善了我们今天的生活。这一黄金时代使我们至今还获得好处，刚刚莅临的原子时代就是明证。

动力学和能量的时代不仅为我们提供了电器设备、电视、汽车、飞机、原子弹和氢弹，而且为我们提供了一个关于人的全新的观念。达尔文认为人是动物。费希纳证明人的精神并不超然于科学之外，相反，人的精神可以被带进实验室进行精确地测验。然而，正是由于新兴的物理学，一个关于人的更为激进的观点才可能形成。这种观点认为人是一个能量系统，跟肥皂泡和行星一样，服从同样的物理规律。

在十九世纪的最后二十五年里，弗洛伊德作为一个青年科学工作者，专门从事生物学研究，他不可能不受新兴物理学的影响。能量和动力论已潜入到每个实验室，渗透进每个科学家的思想意识中。弗洛伊德是个医科学生，他非常有幸受到布吕克（Ernst Brücke, 1819—1892年）的教诲和影响。布吕克是维也纳大学生理实验室的主任，十九世纪最杰出的生理学家之一。他的《生理学讲演集》（Lectures on Physiology）于1874年发表，正是弗洛伊德进入维也纳大学医学院的第二年。布吕克在书中提出相当激进的

① 焦耳（James Joule, 1818~1889年），英国物理学家，测定热功当量，发现电的热效应。

② 克尔文（William Kelvin, 1824~1907年），英国数学家和物理学家。

③ 吉布斯（Josiah Gibbs, 1839~1903年），美国数学物理学家，提出经典统计力学的系统理论。

④ 克劳胥斯（Rodolf Clausius, 1822~1888年），德国物理学家，提出热力学第二定律。

见解,认为生命机体是一个动力系统,同样服从化学和物理学的规律。弗洛伊德十分钦佩布吕克,很快就接受了这种崭新的“动力生理学”(dynamic physiology)理论。

由于弗洛伊德的独特天赋能力,他注定要在二十年后发现动力学规律不仅适用于人的躯体,同样也适用于他的人格。发现这点之后,他就立即着手创建动力心理学(dynamic psychology),研究人格中能量的转换和改变。这是弗洛伊德的最大功绩,是现代科学的最伟大的成就之一,可以肯定,这也是心理学史上的一个重大事件。

二、弗洛伊德开创动力心理学

尽管弗洛伊德受过医学训练,并于1881年在维也纳大学获得医学学位,但他并不愿意开业行医。他希望成为一名科学家。

为实现宿愿,弗洛伊德于1873年进了维也纳大学的医学院,他当时17岁。1876年,他开始进行自己的第一个研究项目。他想在这首次考察中找出鳗鱼的睾丸。结果,他成功了。在以后的十五年中,弗洛伊德一直从事神经系统的研究。当然,并不完全如此,因为他发现科研工作的报酬远远不能供养他的妻子和六个孩子,还有亲戚。加之,维也纳当时处于反犹太主义气氛的笼罩中,弗洛伊德无法从学校获得任何财政支持。因此,他不得不违背意愿,采纳布吕克的建议,开业行医。即便在行医期间,他也挤出时间来从事神经学的研究。最后,他终于赢得了作为一位前途远大的青年科学家的声誉。

从某种意义上说,弗洛伊德被迫从医是件幸事。假如他一直是位医学研究人员,就不可能创立动力心理学。跟病人的接触,促使他不断地从心理学的观点考虑问题。

如果考查一番当时的知识背景，就不会感到奇怪为什么弗洛伊德一开始行医，就专门在医疗精神疾病上狠下功夫。这个部门在那时非常落后，人们对于精神失常几乎是无计可施。法国医生夏尔科（Jean Charcot, 1825—1893年）依靠“催眠术”（hypnosis）取得一些成功，特别是在歇斯底里症上。弗洛伊德在巴黎用了一年时间（1885—1886年）学习夏尔科的治疗法。然而弗洛伊德对催眠术并不满意，他觉得这种方法的效果是暂时的，不能触及病根。在另一位维也纳医生布劳伊尔（Joseph Breuer）那里，他了解到“导泄疗法”^①（cathartic form of therapy）的优点，这种方法也称为“谈出问题法”（talking-out-your-problems），即病人讲，医生听。

虽然弗洛伊德是在后来才大大发展和改进了医疗技术，但是“谈出法”（talking-out）或“自由联想法”（free-association method）的确为他提供了有关异常行为的内在原因的丰富知识。他以真正科学的好奇心和热忱，开始越来越深入地探索病人的精神状态。他的探索揭示，正是机能动力的作用产生了那些需要他治疗的异常症状。弗洛伊德在心中渐渐形成这样一个想法，即大多数这样的力都是无意识的。

这是弗洛伊德科学生涯中的转折点。他把生理学和神经学放在一边，变成一个心理学研究者。治疗病人的房间成了他的实验室，躺椅是他唯一的设备，病人的胡言乱语则是他的科研资料。除这些外，再加上弗洛伊德不知疲倦的敏锐头脑，这一切就是使他能最终创立动力心理学的全部东西。

十九世纪九十年代，弗洛伊德以他特有的彻底精神开始精确

^① cathartic, 是catharsis的形容词性, 源于希腊文katharos, 本意为“清除”。在心理学中, catharsis的意思是诱导病人意识到或吐露出被压抑的思想情感, 从而消除它们的致病作用。这一术语也常译为“宣泄法”, “疏导法”, 等。

分析他自己的无意识力，借以核对从病人身上获得的资料。通过分析自己的梦和自言自语地道出一切想法，他能够看到自己的内在动力的作用。根据来自病人和他自身的资料，他开始打下人格理论的基础。对这个理论的发展，占据了他以后生活中的大部分创造性工作。因此他后来写道，“我一生只有一个目标，就是推论出或猜测出精神装置究竟是怎样构造的，究竟是什么力量在其中相互作用和相互制约”。

他的《释梦》(*The Interpretation of Dreams*)一书在九十年代写成，但该书一直到十九世纪的最后几天才出版，而且书上印的出版时间是1900年。这是新世纪的吉祥开端，这本书被看成是现代最伟大的著作之一。它不只是关于梦，更主要的是关于人的精神动力。特别是最后一章，叙述了弗洛伊德的精神理论。

此书刚刚问世时，几乎没有外行读过，就在医学界和科学界也遭到轻视。第一次印刷的六百本书，用了整整八年时间才售完。但是，《释梦》的首次失败并没有使弗洛伊德丧气。他充满信心，毫不怀疑自己的道路是正确的，他继续运用“心理分析法”(method of psychoanalysis)探查人的心灵。他帮助病人战胜疾病，病人则帮助他扩大对无意识力的认识。

尽管《释梦》受到冷遇，弗洛伊德用他的笔在以后的十年里写出了一系列优秀的著作和文章。1904年，他出版了《日常生活的心理病理学》(*The Psychopathology of Everyday Life*)，它提出一个新论点，认为失言、差错、事故和误记等都是由无意识的动机造成。这之后的几年里，另外三部更重要的著作出现了。一是《一例歇斯底里症》(*A Case of Hysteria*)，它详细介绍了弗洛伊德追究导致精神紊乱的心理原因的方法。其次是《关于性欲的论文三篇》(*Three Essays on Sexuality*)，它陈述了弗洛伊德对性本能发展的见解。许多权威认为，除《释梦》之外，这本书是

弗洛伊德最重要的著作。不管人们对这一评价赞同与否，(笔者就不敢苟同)，《论文三篇》给弗洛伊德带来一个毫无根据的头衔：

“泛性欲论者”(pan-sexualist)。第三部著作是《谈笑与无意识的关系》(*Wit and Its Relation to Unconscious*)，它揭示出人们通常开的玩笑都是无意识机制的产物。

虽然在若干年里，弗洛伊德在科学界和医学界中处于与世隔绝的状态，但是他的著作以及用心理分析法治疗精神病人的成功，使他的名字引起了一小群人的注意。其中有荣格(Carl Jung)和阿德勒(Alfred Adler)，他们后来都放弃了对“心理分析学”(Psychoanalysis)的支持，并发展了各自平行的学派。但是在第一次世界大战以前的年月里，他们是弗洛伊德的主要追随者，并且帮助把心理分析学变成为一个世界性的潮流。

1909年，弗洛伊德第一次获得学术界的承认，马萨诸塞州乌斯特市的克拉克大学二十年校庆时，他应邀在会上作了讲演。克拉克大学校长斯坦莱·霍尔(Stanley Hall)是位杰出的心理学家，他意识到弗洛伊德对心理学贡献的重要意义，竭力将他的学说引入美国。

更多的赞誉接踵而至，第一次世界大战结束后，弗洛伊德已为世界各地数百万计的人所熟悉。心理分析学风靡一时，生活的每一侧面无不受其影响。文学、艺术、宗教、社会风尚、道德伦理、教育、社会科学——全都受到了弗洛伊德心理学的冲击。人们认为最时髦的就是使自己心理分析化，交谈中竞相使用潜意识、受压抑的冲动力、抑制、情结、固定作用之类的术语。人们如此广泛地对心理分析学感兴趣，就在于它跟性的问题密切相关。

弗洛伊德一生都在不停地写作，几乎没有一年他不发表至少是一本重要的著作或一篇重要的文章。现在出版的他的标准英文版全集，就有整整二十四大卷。弗洛伊德被认为是写作散文的巨