



*Attachment Theory
and Psychoanalysis*

依恋理论与 精神分析

[英]彼得·福纳吉 (Peter Fonagy) 著

石孟磊 译



世界图书出版公司

*Attachment Theory
and Psychoanalysis*

依恋理论与 精神分析

[英]彼得·福纳吉 (Peter Fonagy) 著

石孟磊 译

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目 (CIP) 数据

依恋理论与精神分析 / (英) 彼得·福纳吉 (Peter Fonagy) 著; 石孟磊译. —北京: 世界图书出版有限公司北京分公司, 2017.12

书名原文: Attachment Theory and Psychoanalysis

ISBN 978-7-5192-3996-1

I . ①依… II . ①彼… ②石… III . ①精神分析—研究 IV . ① B84-065

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 284393 号

Attachment Theory and Psychoanalysis by Peter Fonagy

Copyright © 2001 by Peter Fonagy.

Rights arranged by Peony Literary Agency Limited.

First published by Peony Literary Agency Limited.

Simplified Chinese translation copyright © 2017 by Beijing World Publishing Corporation.

ALL RIGHTS RESERVED.

书 名 依恋理论与精神分析
YILIAN LILUN YU JINGSHEN FENXI

著 者 [英] 彼得·福纳吉 (Peter Fonagy)

译 者 石孟磊

策划编辑 于 彬

责任编辑 李晓庆

装帧设计 刘 岩

出版发行 世界图书出版有限公司北京分公司

地 址 北京市东城区朝内大街 137 号

邮 编 100010

电 话 010-64038355 (发行) 64037380 (客服) 64033507 (总编室)

网 址 <http://www.wpcbj.com.cn>

邮 箱 wpcbjst@vip.163.com

销 售 新华书店

印 刷 三河市国英印务有限公司

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 18.5

字 数 248 千字

版 次 2018 年 1 月第 1 版

印 次 2018 年 1 月第 1 次印刷

版权登记 01-2014-8267

国际书号 ISBN 978-7-5192-3996-1

定 价 59.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请与本公司联系调换)

学派与人格

不考虑生物遗传因素，那么一个人的人格，是被他早年的关系塑造的。这个塑造包含两个方面：他的某些禀赋被保留和拓展，另外一些禀赋被压抑和限定。双管齐下之后，他成年时就变成了出现在我们面前的样子。

人格是一个相对封闭的系统。它在与外部世界的关系中，既能感受外部世界的真相，也会改变这些真相，使其符合自己的幻想。这就是为什么同一个外部世界，在不同人的眼中可以很不一样。在研究人的心理的时候，研究者的人格决定了他愿意看到什么样的结果，以及对这个结果做出何种解释。

有所谓天赋异禀者，如弗洛伊德，能最大限度地突破时代限定，增加人类对自身精神领域的了解。这种了解具有鲜明的特点，所以形成了一个学派。在后继者中，那些天赋不如弗洛伊德的人，无力开创新的领域，便跟“父亲弗洛伊德”达成妥协，声称自己是

弗洛伊德主义者或精神分析学派治疗师。

把自己归于某个学派至少意味着：我天赋不如人，不能开创一个学派；拒绝其他学问对我的影响，并且捍卫本学派的基本理念，永不背叛，是我的投名状；我明明知道学派归属对自己是巨大的限定，但我可以享受同门之间的温情脉脉，以及肆无忌惮地把敌意投射给其他学派的快感。综合一算，皈依一派确实是笔不错的买卖。

个人智力和人格缺陷向外投射，产生了学派之争。从防御的角度来说，学派之争是对人际冲突的掩饰。自我内部和人际关系都相当和谐的人，并不需要利用学派差异向外投射冲突，来缓解自己的焦虑。

幸好这个世界上有另外一种人，他们选择不被限定。他们觉得“在自由的土地上自由地劳作”（浮士德语），并且得出自己关于心灵的答案，是最有价值的事情。鲍尔比就是这样的人。福纳吉在本书中详尽地描述了鲍尔比的实验和解释。我们看到，由此诞生的依恋理论，填补了心理学研究和临床实践之间的断层线，实现了数代心理学家的梦想：知行合一。

从心理地质学的角度看，“知”更多属于意识层面，而“行”更多属于潜意识的见诸行动，意即我们并不知道我们为什么这样做。无论是知难行易，还是懂得很多道理却仍然过不好这一生，都是意识和潜意识之间的巨大隔离造成的。解决这一问题，就是扩大意识范围，把潜意识意识化。意识化之后的“行”，变成了“知”的一部分，知行分离的问题便迎刃而解。

一个人的人格，是他最隐秘、最基本的学派。让我们再次回味一下“拈花一笑”那一幕。释迦牟尼拈花示众人，是在把自己宏大

的意识弥散开来，寻求他人的迎接。众人大多意识范围狭窄，并且有融合焦虑，于是防御心起，表现得茫然不知所措。唯有迦叶尊者开放了自己的人格，不带任何防御地回应释迦牟尼的邀请，所以释迦拈花而迦叶微笑，两人合而为一，形成了为后世赞叹不已的人际风景。

不久前在一堂心智化课程上，我问福纳吉博士：“在刚才的技术演示中，你几乎积极回应了来访者的每一句话，这是否违背了节制这一精神分析的基本原则？”他笑了笑说：“我不知道还有这个原则，但我自认为还是精神分析学派的治疗师。”一个做了10年国际精神分析协会主席的人，说自己不知道“弗洛伊德三原则”之一，这在意识层面是说不通的。所以我猜想他可能在表达这样的意思：原则是用来防御的，弗洛伊德当年需要，而我们现在强大到不需要了。

弗洛伊德当年创建精神分析的目标，是要让“此理论之后再无理论”。这种一统天下的雄心令人神往。但事实恰好相反。精神分析之后，反对精神分析的理论层出不穷，即便精神分析内部，也派系林立。到目前为止，一个整合全部心理学学派的理论出现的可能性非常渺茫。

但是，如果我们抛弃传统的一统天下的思想，转向另外一个思路，整合的目标也许容易实现一些。这个思路是：每个人都形成自己的个人风格，每个人都属于自己的人格学派。这一情形看起来使学派的数量极大地增加了，但本质上却只有一个学派存在，所以应该算是真正的整合了。

群体无法对这个学派命名。治疗师各自对这个学派命名的过

程，是他开宗立派的一部分。待到千万个“学派宗主”相聚，世尊再次拈花之时，相信回应以微笑的就不仅仅是迦叶一人了。

曾奇峰

国内著名心理学者

武汉中德心理医院中方创始人

中国心理卫生协会精神分析专业委员会副主任委员

2017年11月24日

于东湖纯水岸

序 言

精神分析与依恋理论互相敌视。如同许多家族世仇一样，你很难分辨问题从何而来。

20世纪60年代初期，当鲍尔比（Bowlby，1960）在《儿童精神分析研究》上发表了一篇文章后，许多精神分析的重要人物斥责他。鲍尔比受到了误解，依恋理论被认为是僵化的、静态的以及解释性的（A. Freud，1960；Schur，1960；Spitz，1960）。这些反对意见为安娜·弗洛伊德和克莱茵的追随者提供了共同的认识基础（Grosskruth，1986）。在接下来的几十年里，鲍尔比是精神分析领域中相对受到孤立的人物。诸如恩格尔（Engel，1971）、罗克林（Rochlin，1971）、罗伊夫（Roiphe，1976）、汉利（Hanley，1978）等重要人物每隔一段时间就会写一些评论性的文章。这些文章引发各种争议，但最终成为较简单的反对意见。他们认为，鲍尔比不相信驱力、“俄狄浦斯”、无意识过程，特别是无意识幻想、复杂的内化动机与冲突解决系统。他们还认为，鲍尔比无视一系列丰富的人类情感。这些情感会被自我体验到，涉及以婴儿身体为基

础的社会化或快乐来源。依恋理论只关注那些源于照顾者行为的生物脆弱性，缺乏对单一变量“身体分离”的成因分析。此外，鲍尔比不考虑自我发展状态对儿童形成依恋与应对丧失的能力所产生的影响。他忽视了除分离之外的创伤以及消极依恋。他只强调进化因素，却没有认识到复杂的符号功能，因此是一位还原论者。这些便是鲍尔比在公共场合受到的批评。私下的批评更加严苛，“鲍尔比就像对待动物一样对待人”（Grosskruth, 1987）。精神分析学家不仅轻蔑地评论他的著作，认为没有必要去阅读它们（Ellingen, 1997, 引自Marrone, 1998）。虽然鲍尔比无疑是位列前十的英国精神分析学家之一，他的著作在国际上被引用的频率也相当高，但他的著作仍然不是英国学院的必读书目。弗洛伊德的思想并未显现出任何颓势。1992年，莱里斯科夫（Lilleskov, 1992）写道：“鲍尔比漠视驱力理论的做法，使行为观察更容易进行，但削弱了这些观察结果的解释力。”

我们不应该采纳著名的精神分析家粗浅的批评意见以及他们对依恋理论的深刻误解，与他们一起反对鲍尔比，而应该简要地了解一下鲍尔比对精神分析理论的阐述。在他的《依恋三部曲：分离》第22章（Bowbly, 1973）中，鲍尔比把两种可选的理论模型比作两类铁路系统。人格发展的精神分析模型被视作一条允许出现停留的单行道。成人的病理状态被视为固着或退行到正常发展的早期阶段。另一种理论模型——源于生物学家沃丁顿（Waddington, 1966）——包括一系列可选的发展路径，即一条有许多岔道的主干道路。他非常了解安娜·弗洛伊德、埃里克森以及其他提出类似“多通道”发展网络模型的学者的研究。鲍尔比似乎犯了攻击精神

分析假想敌的过错。同样，在1958年的文章中，鲍尔比尽力阐释精神分析学家妄图摆脱他所谓的“继发驱力理论”（secondary drive theory），基于口唇和其他身体需要的原发驱力产生了联结的继发驱力。1944年，弗洛伊德与伯林厄姆已经意识到儿童对母亲依恋的本能需求。在更早以前，匈牙利精神分析学家赫尔曼（Hermann, 1923）基于对灵长类动物的观察——与鲍尔比借用的哈洛研究^①并无二致——提出了“依附”照顾者的基本本能。

鲍尔比（Bowlby, 1980c）坚持这种狭隘的观点。在他为帕克斯与史蒂文森-欣德（Parkes & Stevenson-Hinde）主编的论文集所写的后记中，他重申了对精神分析的失望：“精神分析重视人类心灵的内部机制，识别人类亲密关系的特殊状态，但其所推崇的心理玄学（metapsychology）已经过时，并且它执着于回溯性研究方法，这对解决观点的分歧没有任何帮助。”（p.310）这里，鲍尔比似乎不想详细地分析这些观点，不考虑推理基础与精神分析观察之间的相关性。在同一章中，他评论道，不同的调查法有其固有的优势与劣势，结合使用不同方法可在一定程度上实现优劣势互补：“一种方法的优势至少能弥补另一种方法的一些劣势。”（p.312）但是，从此，精神分析从他的认识视野中消失。1988年，他描述了基本精神分析观点的特征：“强调儿童真实体验（real experience）的人可能……被认为十分幼稚。有人认为对外部世界感兴趣的人不会对内部世界感兴趣，事实上他会逃离内部世界。”

有趣的是，与同时代大多数富有创造性的精神分析学家不同的

① 哈洛研究是指哈洛对恒河猴所做的研究。——译者注

是，鲍尔比的观点似乎没有形成一个新的精神分析学派。倘若他创立了新学派，那么我就不需要写这本书了。不过，鲍尔比的观点引发一系列实证研究，这使依恋理论与精神分析渐行渐远，其分歧不仅在于理解临床个案的新取向，而且在于不兼容的认识论。鲍尔比对观察、研究以及真实世界表征（the representation of the real）的兴趣，促使他在后半生成为最不寻常的精神分析学家。正如霍姆斯（Holmes, 1995）尖刻的评述：“几十年来，鲍尔比的理论及其对临床工作的巨大影响，事实上在精神分析资料中遭到抹杀，就像斯大林时代的政见异议者受到的对待一样。”

因此，正如精神分析学家对依恋理论总有一定的误解，并努力寻找它在丰富性与解释力上的不足一样，鲍尔比一直聚焦于精神分析文献中最薄弱的内容，似乎想防止精神分析与依恋理论形成彼此调整的关系。鲍尔比的追随者大多来自实证科学与实验室观察领域。当然也有例外。布雷瑟顿（Bretherton, 1987）对依恋理论、分离-个人化理论以及斯特恩（Stern）提出的母婴关系理论进行了充分的比较研究。另外还有一些试图整合精神分析与依恋理论的优秀实例，比如艾伦（Allen, 1995, 2000）、伊格（Eagle, 1995, 1997）、霍姆斯（Holmes, 1993b, 1997）、曼罗恩（Marrone, 1988）的研究。在分析依恋理论与经典精神分析观点之间的潜在共同点之后，我们将简要地评述一些作者的观点。

这本书将尝试一项整合工作，目的是阐明依恋理论与精神分析之间的关系比任何一派的支持者所认为的都更加复杂。事实上，两者之间具有许多联系点，有的是显而易见的，有的是不易察觉的，还有的是十分脆弱的。两者也存在明显的分歧点。由于精神分析发

展到后期出现了很多分支，因此我们只能通过逐一分析精神分析的主要学派与依恋理论之间的关系来找到精神分析与依恋理论的共同之处。一开始我们将简要回顾依恋理论与一些关键的研究结果。我们对精神分析取向的研究从弗洛伊德开始，以丹尼尔·斯坦恩结束。由于篇幅限制与笔者自身认识的局限性，本书必然会忽略许多相关著作。

C 目 录 CONTENTS

第一章	对依恋理论的介绍	001
第二章	依恋研究的主要成果	017
第三章	弗洛伊德的模型与依恋理论	051
第四章	结构学说：北美结构学说	059
第五章	结构模型的修正理论	073
第六章	克莱茵-比昂模型	091
第七章	英国精神分析独立学派及其与依恋理论的关系	107
第八章	北美客体关系理论家与依恋理论	121
第九章	现代儿童精神分析治疗：丹尼尔·斯特恩的工作	137
第十章	人际关系取向：从沙利文到米切尔	145
第十一章	精神分析依恋理论家	159
第十二章	精神分析理论与依恋理论有哪些共同点？	183
第十三章	依恋理论如何吸收精神分析的思想？	215
第十四章	总 结	221
	参考文献	225

—— 第一章 ——

对依恋理论的介绍

依恋理论的独特之处在于，它架起了普通心理学与临床心理动力学理论之间的桥梁。许多学者都会关注迄今仍然存在的心智理论与临床理论之间的分歧。心智理论强调实证科学研究（多数为心理学研究），而临床理论强调个人经验的重要意义。最近保罗·惠特尔认为理论的不连续性是整个心理学学科的断层线^①。事实上，你很容易识别出精神分析的板块与实验心理学的相邻板块之间的断层线。在精神分析中，“给经验赋予意义”被看作行为的首要原因，以及产生精神分析治疗变化的捷径。实验心理学强调简约性，坚决主张真实可信的观察，厌恶充满华丽辞藻与猜测性的理论建构。不过，依恋理论在这一断层线的两端都有基础。这是如何做到的呢？

当21岁的鲍尔比在一家为适应不良的儿童开设的福利院工作时，他关于依恋理论的研究就开始了。鲍尔比关于两个与母亲关系严重破裂的男孩的临床研究经历对他产生了深刻的影响。十年后，他做了一项追溯性研究，考察了44名少年盗窃犯（Bowlby，

① 断层线（fault line）：地质学上断层线是指地球表面断裂的地方，地壳板块在此接触或者冲撞。——译者注

1944），并形成了他的观点，即“早期母婴关系的破裂应该被视为心理障碍的重要先兆”。20世纪40年代后期，在回顾“收容制度对幼童的影响”的研究结果后，鲍尔比拓宽了他对母婴关系研究的兴趣（Bowlby, 1951）。他曾在“冷漠无情”的少年盗窃犯身上所发现的症状，往往会出现在母爱被剥夺的儿童身上。鲍尔比1951年出版的专著从整体上探讨了父母教养以及母婴关系，却没有分析“母爱剥夺产生严重后果”的机制。有关母爱剥夺的研究可采纳其他解释，尤其是那些弱化母婴联结的解释（Rutter, 1971）。几乎与此同时，在鲍尔比的鼓励下，詹姆斯·罗宾逊花了四年的时间，用摄像机记录了孩子在住院或进入寄宿式幼儿园后，亲子分离对18—48个月大的婴儿所产生的影响（Robertson, 1962）。后来，克里斯托弗·海尼克搜集了更系统的行为观察与描述资料，充分证实了罗宾逊的研究结果（Heinicke & Westheimer, 1966）。

鲍尔比对20世纪上半叶盛行的有关情感联结根源的观点感到不满。精神分析理论与赫尔学习理论（Hullian learning theory）均强调，对主要看护者的情感联结是继发驱力，基于口唇需要的满足。不过，已有证据显示，至少在动物界中，处于幼年的动物可能与没有喂养它们的成年动物变得亲密（Lorenz, 1935）。鲍尔比（Bowlby, 1958）是意识到“婴儿一出生就有参与社会交往的倾向”的先驱者之一。发展心理学已经使这一发现成为不言自明的真理（Meltzoff, 1955; Watson, 1994）。尽管如此，上世纪中叶，鲍尔比着重强调婴儿具有“和看护者形成依恋，开始、保持以及终止自己与看护者之间的互动，并把这位看护者看作探索与提升自我的‘安全基地’”的生物倾向，这公然反抗了另一种（伪）生物决定