

内 化

原著：Kenneth C. Wallis ▪ James L. Poulton

翻译：王丽颖

审校：贾晓明

北京大学医学出版社
北 京 大 学 出 版 社

心理治疗核心概念系列丛书

内 化

——内部现实的起源与构建

INTERNALIZATION

——The origins and construction of internal reality

原著 Kenneth C. Wallis
James L. Poulton

翻译 王丽颖

审校 贾晓明

北京大学医学出版社
北京大学出版社

Kenneth C. Wallis, James L. Poulton

Internalization

ISBN: 0 335 20305 1

Copyright © Kenneth C. Wallis & James L. Poulton

Original language published by The McGraw-Hill Companies, Inc. All Rights reserved.
No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a
database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.
Simplified Chinese translation edition jointly published by McGraw-Hill Education
(Asia) Co. and Peking University Medical Press.

本书中文简体字翻译版由北京大学医学出版社和美国麦格劳-希尔教育(亚洲)出版
公司合作出版。未经出版者预先书面许可,不得以任何方式复制或抄袭本书的
任何部分。

本书封面贴有 McGraw-Hill 公司防伪标签,无标签者不得销售。

北京市版权局著作权合同登记号: 01-2006-0463

图书在版编目(CIP)数据

内化/(美)柯纳斯,(美)詹姆斯著;王丽颖译. —
北京:北京大学医学出版社,2007.8
(心理治疗核心概念系列丛书)
ISBN 978-7-81116-176-2

I. 内… II. ①柯…②詹…③王… III. 内化(心理学) —
精神疗法 IV. R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 051812 号

内 化

翻 译:王丽颖

出版发行:北京大学医学出版社(电话:010-82802230)

地 址:(100083)北京市海淀区学院路38号北京大学医学部院内

网 址: <http://www.pumpress.com.cn>

E-mail: booksale@bjmu.edu.cn

印 刷:北京瑞达方舟印务有限责任公司

经 销:新华书店

责任编辑:冯智勇 责任校对:金彤文 责任印制:张京生

开 本:889mm×1194mm 1/32 印张:7 字数:167千字

版 次:2008年1月第1版 2008年1月第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-81116-176-2

定 价:18.00元

版权所有,违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

中文版序

去年在北京大学医学部参加一个有关心理治疗的学术活动时，北京大学医学出版社的编辑冯智勇将一套外文丛书放到了我的面前。书有十几本，每本不厚，但看起来却精致、有韵味。一拿起便再没有放下，由此就有了今天的这套“心理治疗核心概念系列丛书”的翻译出版。

作为此套丛书翻译的负责人，我审校了全部书稿，这使我有先睹为快的机会。在翻译和审阅过程中，我常禁不住为书中的精彩话语拍案叫绝，感叹丛书作者对人性的反思，佩服丛书作者拥有的心理治疗的渊博知识和深邃的智慧，也常常产生强烈的共鸣感，引起许多的思考，甚至有一种想与作者进行交流的冲动。由此翻译和审校也就不觉得辛苦，反而是一种愉悦之事。

那么究竟这套丛书具有哪些特点呢？

首先，这是一套强调理论而不是实践的丛书，但是它的精妙之处在于不是空泛地讨论理论，而是特别阐述理论在临床实践中的涵义，看到概念或者理论怎样影响治疗，而治疗又如何影响理论的形成，使理论好似有了生长的沃土，与实践有了很好的结合。

二是，丛书的每一本书籍是以某一心理治疗的核心概念入手，如心理治疗的环境、移情、阻抗等等，从核心概念出发，介绍这一概念的发展脉络。丛书打破学派之间的隔阂，清晰地

介绍不同学派对某一核心概念的理解。因此书的重点是不同理论关于这些名词实质性的观点和差异，而不是某一个理论对这些概念的分类或详细解释。或者丛书所展现的是不同学派理论使用的术语不同，但是可能所指的内涵相同；或者使用的术语相同，但其中的涵义却有差异。丛书很好地阐明了各个学派在治疗患者方面的接近，如人格障碍，表明了各学派是怎样相互的理解与融合的，让人不仅知其然而且知其所以然。

三是，这是一套百科全书式的丛书，每本书关于某一核心概念所涉及的领域极为广泛，从经典弗洛伊德精神分析，到近十几年来最新发展的、前沿的心理治疗理论，甚至包括从古至今的民间习俗、东方文化中的宗教传统。

另外，每本书涉及的学者众多。丛书中所出现的人名曾让我们觉得眼花缭乱，虽然有许多我们耳熟能详的名字，但同时也出现了大量未知的相关学者。这使人不得不佩服作者们渊博的知识以及广博的胸怀，看到他们对其他学者包括对不同领域的努力的尊重。

此套丛书让本人由衷的敬佩，不仅是作者们精深的专业水平，而且是他们对待心理治疗的反思及豁然的态度。本人认为这对刚处于心理治疗与咨询发展初期的中国同行来讲，显得尤为珍贵。

丛书以精神分析学派的学者为多，但在介绍其他学派时，内容极为中肯，介绍自己遵从的学派时客观而平实，显示出一种大家风范。有的书是由两个学派完全不同、观点非常对立，甚至来自不同国家的学者共同完成。其写作方式是针对该书的核心概念某人写作一章，另一人对其写作的内容进行点评，并阐述自己的观点。里面没有相互的攻击、贬低，有的是彼此的尊重，以及相互撞击出的智慧的火花。

丛书由此展现的，也许早已超出了其所传递的知识，更传

达出一种需我们牢记在心的精神和理念，即心理治疗最重要的是让来访者真正受益，而不是表明哪个学派更正确，哪个治疗师更聪明。治疗师和来访者一起对人类本身，对人性进行的有益探索，每位治疗师和来访者为此都做出了重要的贡献。

另一让人尊敬的，是丛书作者的自我反思能力。作者结合所写的内容，不断进行自我反思。这实为心理治疗师的一种境界。目前关于边缘人格障碍（BPD）的讨论很多，即使在中国，培训中个案病例报告也多呈现的是被认为 BPD 的患者，在生活中圈中人不乏给某些人戴上 BPD 的帽子。丛书对这一现象也做了反思，文中写到 BPD 的诊断也许是一种职业上的防御，是专业人员感到压力而戴在来访者头上的一顶帽子，由于我们有话语权，当遇到我们觉得无法理解和面对的个案时，给其戴上一顶诊断的帽子无疑是一种很好的自我保护方法，因为我们的专业能力和信誉受到了挑战，而也许委屈的是来访者。

作者的反思也许给予我们这样的警示，即当一个人的内心是真正比较安全的，对自己有着充分的自信时，会更坦然面对来访者的各种问题，以及所遇到的各种挫折。这远比心理治疗的技术要重要得多。

最后，谈一点翻译的问题。

此套丛书的翻译队伍，是由一个年轻的翻译群体组成，成员均是近几年毕业的心理治疗与咨询方向的博士、硕士。他们不但有着年轻的热诚，而且也有着良好的专业基础以及一定的心理治疗与咨询的实践。为了保证翻译的一致性和准确性，翻译团队几次聚会讨论，对丛书中的人名进行统一翻译，同时对于一些疑难词汇进行反复讨论，对每本书的翻译难点进行集体攻坚，也征询其他同行的意见。由于出版时间的原因，真正翻译此书的时间并不长，每位作者都做了极大的努力，但是由于

经验上、时间上等主客观原因，使本套丛书的翻译难免有疏漏之处，也希望得到读者们的指正。

写作是一个成长的过程，翻译也是一个成长的过程。在共享人类智慧时，愿此书为中国心理治疗与咨询的专业发展贡献微薄之力。

贾晓明

2007 年 8 月

丛书序

20 世纪知识和文化生活的一个主要领域是对心理学的研究，当然，无论在东方还是在西方，心理学以实践的形式及具体的人类智慧和见识出现在各种精神世界的创造、文学创作、戏剧，以及治疗艺术和指南中，已经有若干个世纪了。与 19 世纪的小说和戏剧对角色的内心世界和人物关系的浓厚兴趣相一致，精神病学也重新建构了它对人类精神世界的理解，并以足够的勇气挑战精神疾病之谜，鼓励用新的方法来探索心理过程。

在 20 世纪下半叶，心理学对探索人格、心理发展、认知和行为理论产生了浓厚兴趣，同时对治疗实践，更精确地讲，对治疗方法也进行了深入的探索。我们也看到了不同理论和不同流派的治疗师之间的争论，比如，精神分析和行为主义之间的争论，它们与人本主义和超个人心理学之间的争论，以及主要流派内部各分支流派之间的冲突。这些争论在其他学科领域也并不鲜见。这种争论并不令人吃惊，实际上，客观地说这种现象是健康的。它可以使研究更加精确，可以探索更多的治疗疑难心理问题的不同方案，并加深对人类思想、情感和行为根源的理解。虽然如此，几十年来治疗师之间存在的隔阂和鸿沟，阻碍了治疗师们更仔细地观察自己的职责以及观察其他对立的流派，这是令人困惑的。就好比外交官们忽视自己的知识和技巧，而用枪炮来解决彼此之间的争执一样。

心理治疗事业同样也是国际性的。即使在心理治疗的初创阶段，世界上就有多个创新的中心：巴黎、莫斯科、维也纳、

柏林、苏黎世、伦敦和波士顿。很快，在爱丁堡、罗马、纽约、芝加哥和加利福尼亚，各种不同的理论和治疗实践也发展起来了。地理位置的多样性丰富了这一学科，特别是界定了文化和社会的差异，并在某种程度上把心理学的争辩扩大到包括社会和政治这两个维度。

由于地域、研究兴趣的不同，个人差异以及流派之间传统的相互隔阂，心理治疗的发展是互相分隔的。在这种情况下，我们必须提出的问题是，是否我们在某些时候称之为“心理治疗语言”的东西，实际上只不过是运用特定“行话”来描述相同心理现象、并对各个心理治疗流派进行理论概括的不同语言的混乱组合。或者说，不同流派之间存在真实的差别，因此，在某些时候可以得出结论说，某个流派是正确的，而另一个流派是错误的；还是，“不同的治疗流派适合不同的人或问题，适合某个问题的流派不一定适合其他问题”；还是根据“有效的就是好的”原则，“所有治疗流派都应该获得奖赏”？

20 世纪下半叶不同的心理治疗（及咨询）理论和方法之间出现了一些和解的趋势。这主要是由于来自外部的压力：社会公众和政府的卫生保健计划要求更加负责任地组织这个行业，并达到他们所要求的高标准。正是这种各流派和解的萌芽，激发了创作本系列丛书的动机。在本丛书中，处于心理治疗核心位置的许多重要的理论和概念可以进行跨流派的比较和对比。在不同传统流派中使用的某些概念可能被证实其表达的是相同的概念；其他一些概念可能看上去很相似，但事实上却强调了不同的内容，这些概念对于其他流派来说，也可能有用也可能没什么用处。还有一些术语，表面上看来完全一样，但在两个或多个不同的治疗流派来说，可能有着完全不同的意义。

为了完成本系列丛书的创作，邀请到代表尽可能多的心理

治疗传统流派的作者是十分关键的。要做到这一点，同时激发不同流派之间的对话精神，比较理想的做法是从书中的每一本书邀请两位作者。每位作者，如果可能的话，代表不同的治疗取向。同样重要的是，本丛书要在方法上做到真正的国际化，因此，作者队伍应当是国际化的。20 世纪后期科技发展的奇迹——互联网，既是寻找作者的一个非常有效的手段，也是极为有效的相互沟通的途径，特别是在一本书的两位作者居住在地球两端的情况下。

因此，本丛书代表了在新千年特别激动人心的发展趋势。作为本系列丛书的编辑，当我悄悄阅读在作者之间来回传递的草稿时，发现这种和解的趋势越来越迷人。在本丛书中，读者将会第一次发现，所有主要的心理治疗和心理咨询流派（而不是一部分的分支流派）的主要理论和概念被放到了一起，这样，它们可以被比较、对比并最终得到运用，运用于不同治疗取向之间的争鸣。然而，更重要的仍然是，运用于来访者或患者并使他们获得益处。让来访者不再感兴趣于像打游击一样到处寻求治疗，而是感兴趣于寻求有效的帮助，或者说去寻求能带给他们开启治愈和自我了解的光芒。

迈克尔·雅各布斯

目 录

第 1 章 内化的核心概念.....	(1)
引言：历史背景和哲学背景.....	(1)
术语讨论.....	(3)
内部的概念.....	(3)
内化.....	(6)
合并.....	(9)
内射	(11)
认同	(13)
学派分类	(17)
注释	(18)
第 2 章 精神分析学派中的内化	(19)
经典精神分析	(19)
西格蒙德·弗洛伊德	(19)
桑道尔·费伦齐	(28)
卡尔·亚伯拉罕	(29)
奥托·费尼切爾	(31)
自我心理学	(32)
安娜·弗洛伊德	(32)
海因茨·哈特曼	(34)
桑德勒，斯皮茨，雅各布森和马勒	(35)
客体关系学派	(40)
客体关系和驱力理论	(41)

发展和结构化	(44)
内部客体的类型学	(49)
内化和精神病理学	(50)
心理治疗过程中的内化	(52)
非传统性精神分析	(54)
海因兹·科胡特	(54)
卡尔·荣格	(58)
罗伯特·兰斯	(63)
雅克·拉康	(65)
总结	(70)
注释	(72)
第 3 章 行为主义与认知-行为学派中的内化概念	(75)
引言	(75)
经典行为主义	(75)
社会学习理论	(79)
认知-行为理论	(84)
艾利斯和贝克	(87)
乔治·凯利	(88)
迈辛鲍姆	(89)
库伦贝格和特赛	(90)
古伊达诺和李欧提	(91)
总结	(92)
注释	(93)
第 4 章 家庭、系统和团体学派中的内化	(95)
引言	(95)
家庭治疗	(96)
策略性家庭治疗	(98)

结构性模型：萨尔瓦多·米纽琴	(99)
鲍恩学派家庭治疗	(103)
团体心理治疗：心理剧	(106)
总结	(109)
注释	(112)
第 5 章 人本主义/存在主义学派中的内化	(116)
引言	(116)
人本主义和存在主义方法	(116)
现象学和自我觉察	(117)
整体论和抛弃二分论	(118)
成长和自我超越	(122)
会心小组——与其他人在一起	(125)
自由选择和反决定论	(127)
焦虑和内疚感的存在论	(130)
真实性、反服从性和否定内化的结构	(132)
小结	(135)
超个人心理治疗	(135)
萨满教治疗	(136)
心理整合	(139)
维尔伯的超个人心理治疗	(141)
小结	(142)
东方取向	(143)
东方的影响	(144)
东方取向心理治疗	(149)
总结	(152)
注释	(153)

第 6 章	内化理论的有效性：主题与反题·····	(158)
	基本命题·····	(158)
	理论含意：辩证分析和主体间性·····	(160)
	临床意义：共情、治疗联盟和“分析性第三方” 的出现·····	(170)
	结论·····	(178)
	注释·····	(179)
参考文献	·····	(185)
索 引	·····	(201)

第 1 章

内化的核心概念

人类是一件多么了不得的杰作！多么高贵的理性！多么伟大的力量！多么优美的仪表！多么文雅的举动！在行为上多么像一个天使！在智慧上多么像一个天神！宇宙的精华！万物的灵长！可是在我看来，这一个泥土塑成的生命算得了什么？

（哈姆雷特·第二幕，第二场）

引言：历史背景和哲学背景

在个体发展中评论最多但理解最少的方面就是内部现实呈现的过程。已经提出了无数理论来解释外部事件是如何塑造我们的内部体验，内在素质是如何制约外部世界被感知和被整合的方式。“内部对外部”的概念包含了广泛的研究范围，从哲学和精神分析理论到认知科学和艺术表达。

很难去识别内化概念的起源，内化的广义定义为外部变成内部的过程。现代西方哲学和心理学对自我的观点可追溯到意大利文艺复兴时期对个体的强调（Palmer and Colton 1995）或者追溯到16世纪和17世纪休闲和“加强社会纽带运动”的后果（皮特斯，Peters 1975）。有人提出莎士比亚“创造”了自我的内化（Bloom 1998）。然而在尼采（Nietzsche）（[1887] 1956：217）的“道德的家谱学”中

第一次明确将内化指作一种心理学过程：所有没有向外宣泄的本能都转向了内部。这就是我所说的人类的内化；随着内化过程的进展，之后所谓的人类“灵魂”也开始形成。

但是在精神分析和其后的心理学理论诞生之前，内在性（internality）的起源并没有得到详细说明。然而应该注意到 20 世纪东西方思想家已经质疑构成内化概念基础的二分法的效度——自我对他人（self/other）；主体对客体（subject/object）；内部对外部（internal/external）。维特根斯坦（Wittgenstein）、胡塞尔（Hussel）、海德格尔（Heidegger）、莱尔（Ryle）、梅洛-庞蒂（Merleau-Ponty）和德里达（Derrida）是少数提出这种锐利疑问的人。并且，海森伯格（Hersenberg）的不确定原则是指“客观的”真理被观察方法混淆了，这个原则质疑了所有科学中关于客体可以从主体中分离出来的假设。佛教和道教传统长时间以来认为自我/他人、主体/客体和内部/外部的极性是虚幻的。因此，尽管从中世纪消亡以来我们自己和世界的客观化进程取得了明显进步，但当发现尚未对内在性是否是个有效概念达成一致性意见时，我们也不必感到惊讶。

尽管对内在性的效度有所怀疑，对心理学内化理论的批判性分析仍要考虑理论内在的存在论（Ontology）（例如理论声称存在的实体）和认识论（Epistemology）（例如了解那些实体的方法）假设。即使对这些假设没有形成一致性意见，拥护内在性的理论经常不能公开地表达它们。假定这样做的时候存在很大困难，许多理论只是简单地选择忽视内在性的存在或与内在性的相关性。

通过清晰简述存在论立场，可以提高心理学理论家的可信性，在开始调查或形成新的构想之前他们依附于这个立场。心理治疗对个体的潜在影响非常大，它有利于学生、

实践者和理论家批判性地检查是什么样的总体方向影响了他们首选的内在性概念。这些假设和偏见将不可避免地决定任何范式的态度、概念和实践方面，如果这些假设和偏见未经检查，那么它们将会使下面的区分永存，这种区分已经为不同取向的心理治疗师创建了一座真实的通天塔。

尽管许多重要的因素必须从这个回顾中省略，¹ 我们希望至少部分上解决语义上的含糊不确定性，这种模糊性与我们讨论的术语有关，并通过分析它们出现的历史背景、临床背景和理论背景来说明核心概念功能上的实用性。我们认为关于这些概念在不同框架中是如何操作的比较研究本身将促进概念的形成和引进核心的意义。

文艺复兴激发的个人主义预见了现代的心理洞察力，在人文学科和自然科学之间辩证的张力导致临床努力去客观化和纠正既带来极大痛苦又带来狂喜的内部状态之前，已经历了5个世纪。人们只能想象在下个千年这个令人迷惑的但又关键的任务将会采取什么样的进程。

术语讨论

内部的概念

“内部的”从文字上说是说位于或者存在于内部或者在某物的里面，而“内在性”被解释为“是内部的这一特性或者事实”（《牛津英语字典》，第二版，“内部的”，“内在性”）。尽管最初它的心理学意义似乎是直观且显著的，对这个概念的批判性分析不能忽视下面这些问题：“内部的”指的是什么？对自己而言是内部的只能导致人们质疑如何定义自我，这样产生了循环论证。如果像一些传统所声称的，自我是普遍的或者甚至是永恒的，它如何成为内部的？