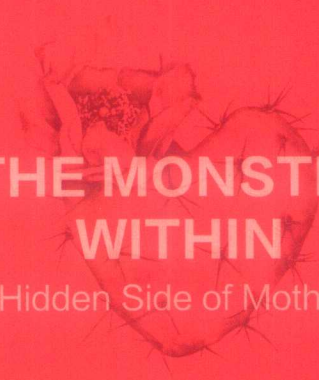


母爱向左， 焦虑向右

母性矛盾心理解析

[美] 芭芭拉·阿蒙德 (Barbara Almond) 著

何莹 译



THE MONSTER
WITHIN

The Hidden Side of Motherhood



亲密关系与
家庭治疗系列

母爱向左, 焦虑向右

母性矛盾心理解析

[美] 芭芭拉·阿蒙德 (Barbara Almond) 著
何莹 译

**THE MONSTER
WITHIN**

The Hidden
Side of Motherhood

中国人民大学出版社
• 北京 •

图书在版编目 (CIP) 数据

母爱向左, 焦虑向右: 母性矛盾心理解析 / (美) 芭芭拉·阿蒙德 (Barbara Almond) 著; 何莹译. -- 北京: 中国人民大学出版社, 2019.4

书名原文: The Monster Within: The Hidden Side of Motherhood

ISBN 978-7-300-26754-8

I . ①母… II . ①芭… ②何… III . ①女性心理学IV . ① B844.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 028582 号

母爱向左, 焦虑向右: 母性矛盾心理解析

[美] 芭芭拉·阿蒙德 (Barbara Almond) 著

何莹 译

Muai Xiangzuo, Jiaolü Xiangyou: Muxing Maodun Xinli Jiexi

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 170mm×230mm 16 开本

版 次 2019 年 4 月第 1 版

印 张 16 插页 1

印 次 2019 年 4 月第 1 次印刷

字 数 195 000

定 价 75.00 元

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

母亲与孩子的关系是每个人生命里最为重要的关系，因为我们都是由母亲的子宫孕育而来，并在出生后又与母亲形成了最早的关系。在我们生命的第一个年头，母亲通常是我们生命里最为核心、最为重要的人物。没有母亲的精心照料，我们通常很难活下来。因此，母亲生存状态的好坏会直接影响孩子的生存状态。

社会对母亲通常会有角色要求和期待，这种期待一般会通过母亲的母亲传递给她们。因此，每个母亲心中都有来自社会对母亲要求的理想母亲的形象，而她们通常会按照这个标准来规范自己的角色和行为。当一些母亲发现自己的所作所为没有达到这个理想标准时，她们可能就会否定自己，从而对社会、自己和孩子产生内疚和羞愧，这种自我否定可能会带来母亲的焦虑和抑郁，而这种焦虑和抑郁又可能会通过母亲传递给孩子。母亲由于这种内疚和自责转反而会攻击孩子，而这些表现都会给孩子带来不利的影响。

《母爱向左，焦虑向右：母性矛盾心理解析》的作者探讨了具有此类情结的母亲们所处的困境，并试图找到解决的办法。

母性矛盾心理通常聚焦在三个方面：母亲自身、母亲和孩子的关系以及孩子。这三个方面的矛盾表现在每个方面都有好坏之分：好母亲和坏母亲、好关系与坏关系、好孩子与坏孩子。这其中的“好”与“坏”就构成了一对矛盾。母亲希望自己是“好”母亲，自己的亲子关系是“好”关系，自己的孩子是“好”孩子；而通常母亲会感受到自己是“坏”母亲、自己的亲子关系是“坏”关系、自己的孩子是“坏”孩子。如果母亲努力去改进了，但仍然没有得到自己想要的“好”母亲、“好”关系和“好”孩子的话，她通常会自责、内疚、羞愧、焦虑或抑郁。

作者重点处理了母亲觉得自己是“坏”母亲、自己的亲子关系是“坏”关系和自己的孩子是“坏”孩子的情况。她扮演着母亲和精神分析师的双重角色，致力于帮助具有这种状态的母亲们走出自己的困境。

当一个人对自己母亲的角色、对自己的亲子关系和对自己的孩子越是不满、越是否定，就越会为自己带来攻击和伤害、越会让自己不满意的部分变得更加糟糕。

因此作者主张，女性先要从自己的原生家庭的角度去理解自己的母亲，去理解自己当初在母亲那里作为孩子的自己，去理解当初自己在母亲那里和母亲的亲子关系，去理解自己的母亲对她的母亲角色的要求，以及母亲在现实中做到的母亲的样子和对她做母亲的态度，然后再去理解自己对做母亲的内心愿望、期待和感受。当一个母亲对上述内容理解之后，也就对后面的接纳做好了准备。

作者认为，一个人越是充分地理解自己母亲的身份和状态，就越能接受自己的局限和限制，接纳自己的不足和缺陷，而不会苛刻或过高要求自己，从而成为一名让自己和孩子都满意的母亲。

没有标准的母亲，也没有理想化的母亲，只要能够根据自己的特质和孩子的特质来调整自己和孩子之间的关系，就能成为一位称职的、有利于自己和孩子成长的母亲。

在本书中，作者首先通过自己作为一位母亲的经历来示范如何理解母亲自己，以及如何做到自我接纳。其次，作者运用自己身为精神分析师的专业优势，通过自己和同事的一些临床案例以及一些文学作品里的案例来剖析具有母性矛盾心理的母亲的特点，并通过精神分析的视角来解读这些矛盾心理背后的心理动力。最后，作者为以上矛盾心理提出了一些解决的办法。

本书是一本剖析母亲心理成长经历的书，又是一本为那些在成为母亲的过程中遇到困难、挫折、内疚、自责、羞愧、焦虑等情绪的女性提供有效帮助和支持的书。通过本书的大量案例，你可能会找到自己的影子，也会通过作者的剖析更加理解自己，同时，你也可以从书中找到解决自己问题的方案。

本书作者具有深厚的精神分析的功底，本书不仅适合那些具有母性矛盾心理的母亲们阅读，也适合想帮助这类母亲们走出困境的咨询师或治疗师阅读。

沈家宏

中国心理学会临床与咨询心理学专业注册系统督导师

广州白云心理健康研究院院长

这本书的写作内容从两个主要的来源发展而来：一是身为一个母亲，我自身的经历、挣扎和焦虑；二是作为一名心理治疗师和精神分析师，我过去长达 37 年跟病人打交道的临床工作实践。我在医学院学习的时候，以为自己会成为一名儿科医生，但没想到在那之前我先成了一名母亲。在我做了母亲后，我发现照顾生病的孩子（甚至有时是即将死去的孩子）简直太让人忧心了。于是，我决定进一步接受成人精神病学的培训，在精神病学领域，我的兴趣转向了心理疗法的实践，最终转向了精神分析学。尽管在过去的 30 多年里，精神病理学取得了很多瞩目的发展，但我最感兴趣的始终还是和人的心智相关的领域，其中包括意识和潜意识两方面，以及这两方面是如何与那些让人不安的感觉和行为联系在一起的。

无论是心理疗法还是精神分析，我对我的病人所做的工作都是基于一个前提，即我们不知道的东西能够伤害我们。我们的性格与早年的经历有非常紧密的联系，虽然我们早年大部分的经历都已经被淡忘，然而这些经历和关系在我们潜意识的心智里继续存在。在医生和患者的“谈话疗法”中，这些经历得以释放，再次鲜活，从而被患者和医生所理解。在治疗这类疾病时，药物可以发

挥重要的作用，因为它们能调节不稳定的情绪，使患者能够忍受痛苦的想法和感觉，控制破坏性的行为，从而有更多的可能性获得良好的治疗结果。

在工作中，我主要治疗门诊病人。这些病人患有神经症和人格障碍，或者通常两者兼而有之，但不需要住院。神经症是指在工作、感情和创造性的行为中出现的与潜意识冲动、幻想、想法和记忆有关的症状（尤其是焦虑和抑郁）或抑制现象。神经症患者遭受的很多痛苦都来自内在，他们往往会把自己的痛苦发泄到自己身上。人格障碍则更为严重，人格障碍患者会表现出不适应的行为，导致在人际交往方面出现不适应和痛苦。患有人格障碍的病人可能会感觉情绪痛苦、难以达成目标、关系出现问题等，但他们会把这些痛苦通过行为表现出来，不会默默地忍受痛苦的折磨。

我在临床经历中发现了一个非常关键的现象，并在撰写本书的整个过程中一直把这个现象铭记在心。在治疗实践中，我遇到过各种各样的病人，但是，就病人的成长条件和经济状况而言，他们大多数来自中、上阶层。有两种原因可以解释这个现象：第一，我是私人执业医生，就诊的费用不能通过保险公司报销；第二，在中产阶级和中产以上阶层，关于心理治疗的教育更为普及，而且中、上阶层的人普遍把心理治疗看作治疗精神和情感问题的手段，他们对心理治疗的接受程度更高。

在职业生涯中，我治疗过的女性多于男性。女性患者来找我是因为她们对工作和亲密关系感到不满、压抑和焦虑。随着我年龄的增长，病人群体的年龄也在增长。我看到越来越多的女人有了孩子，但也有女人没有孩子——她们中有的选择不生孩子，有的没有办法怀上孩子。我开始更多地关注女性的生育（比如怀孕、分娩）恐惧，以及最重要的为人母亲和养育子女。随着我的年龄越来越大，孩子也逐渐成长，我对这些问题也越来越敏感。自己做母亲时的

矛盾心理和缺点，我不需要再否认。此外，我还越来越清楚地意识到，作为一个年轻的母亲，矛盾心理带来的羞耻感和罪恶感使我很难接受自己的局限。而且，我发现大多数母亲都有类似的问题。

就我而言，我对照顾孩子和从事职业分别要投入多少时间感到非常纠结。我 25 岁的时候生了孩子，那时我还没有完成精神病学的培训。我担心照顾孩子会耽误很多时间，如果我很久之后才回到职场，我会对自己的职业角色失去信心。但那时还有一个更难以面对的事实：尽管我很爱我的孩子们，但照顾孩子是一件很困难的事，让我筋疲力尽；工作虽然也很难，让我疲累，但却能让我获得喘息的机会。我做了一个非常关键的妥协：打算利用照顾孩子之外的时间来完成住院医生的实习工作，用五年的时间来完成原计划三年的培训项目。

在我开始私人执业后的很多年里，我根据孩子上学的时间表来调整自己执业工作的时间。尽管如此，我在工作的时候，还是会不停地想孩子。我在精神科住院实习的第一天，也是我那个两岁半的儿子上幼儿园的第一天。我把他送到幼儿园后离开的时候，他哭了，我到了车上也哭了。我没有办法专注工作，那天上午，我给儿子的班主任至少打了三次电话。最后，班主任只好机智地建议我，以后让我的丈夫来送孩子上学。虽然这个建议很快让儿子不再哭鼻子，但还是没能缓解我对孩子的内疚和自身长期的焦虑。

20 世纪 90 年代中期，在我治疗的女性病人中，有几个人不确定自己是不是想要孩子。我自己是想生孩子的，而且比她们年轻很多，于是我对这个问题没有过多的思考。我以为所有的女人都想生孩子，如果她们没有生孩子的意识，心理治疗和分析就会让她们意识到这点，而且如果时间还不算太晚，她们就会成为母亲。

但事实证明，我的这种假设是错的。有些女性对做母亲的恐惧和矛盾心理

是如此地强烈，以至于心理治疗也无法让她们认同生孩子。于是，我开始意识到，我所有的女性病人（不论是过去的还是现在的）都曾经担心过自己不是一个好母亲，或者正在担心自己不是一个好母亲或回避成为母亲，并为此而感到内疚和羞耻。哪怕她们已经是非常尽职尽责的母亲，她们还是会有这样的想法。我逐渐明白，女性怀疑自己是否具有足够的母性能力，她们这种担心在时间上有很大的跨度：最开始时难以决定是否要孩子；到后来，她们既为人母又为人女。这些恐惧心理在临床上通常以变相的形式表现出来，比如合理地推迟怀孕（一般都会因等到太晚而错过了最佳生育时间），或者对堕胎了解不足，或者直接表现为难以顺利地做母亲，或者对母性感到不舒服。

这是我首先谈论的主题，因为同一时期我所治疗的几个女性患者都出现了类似的问题，她们担心自己会生出或者养出一个怪兽般的孩子。我从心理学的角度来思考她们的这种担心，开始思考怪兽所代表的意义以及文学和流行文化为何对怪兽如此着迷。每年的万圣节，我的门前总会出现扮演“科学怪人”弗兰肯斯坦和吸血鬼德古拉的孩子，还有扮演鬼魂、女巫、蝙蝠、黑猫、海盗和其他恐怖形象的孩子。当然，也有人扮演公主、蝴蝶和其他温顺的动物形象，但在敲门索要糖果的小孩中，绝大多数人都扮演着恶魔的形象。为什么人们更喜欢弗兰肯斯坦和吸血鬼这些恐怖的形象？为什么描写怪物和吸血鬼的恐怖小说在 100 多年的时间里仍然畅销呢？它们肯定说明了某种人类最基本的心理问题。我们之所以阅读，原因之一是为了更加了解别人是如何处理这些在意识或者潜意识里困扰我们的问题的、去了解他们的故事是如何发展的，以及他们是如何处理这些亲密和疏远、爱与恨、诅咒和救赎的。

在我思考“畸形后代”这一话题时，我的思绪逐渐转向了一个更为普遍的问题：女性在养育子女的所有阶段中，都有来自母性矛盾心理中消极面的问题，我把这个叫作“母性的阴暗面”，这也是本书的主题。矛盾冲突是人类心

理的基石，总是表现为某种形式的矛盾心理，我们用“矛盾心理”这个词来表达对生活中的同一个人、目标或者欲望既爱又恨的心理。这是一种完全正常的现象。我们所爱的东西会给我们带来失望，我们热爱的东西也会失去，我们失去的东西会为我们带来痛苦。对所有人来说，母亲对自己的孩子怀有复杂矛盾的情感应该是很自然的一件事，但令人惊讶的是，尤其是在当今这个世界，母亲的矛盾心理中的消极面竟然在我们的文化中是一个禁忌。我认为当今社会对好母亲的期待已经变得如此难以容忍，对好母亲的标准也已经如此严苛，因此母亲的矛盾心理越来越严重，同时也越来越难以被整个社会接受。

我深深认为，母性矛盾心理让女性感到内疚和焦虑，加上外界的不理解，使女性遭受了太多的痛苦。我们需要理解矛盾心理是一种现象，它既可以具有建设意义，也可能是具有破坏性的。当矛盾母性引导女性对自己的问题进行创造性思考，并思考解决办法时，它就是具有建设性的；但当它使女性产生绝望和深深的内疚，以及对自己产生厌恨和惩罚性行为时，它就是具有破坏性的。

不论是作为一个概念还是一种经历，做母亲本身都是一个高度投入的概念。社会科学家（尤其是社会学家和人类学家）已经探索了性别行为的很多方面，其中包括养育子女。一些优秀的作品已经探讨了母性的不同方面，包括女性既想工作又想照顾孩子的心理、母性是如何从母亲传给下一代的女儿的、母爱为何是成长和自我发展的源泉等。像贝蒂·弗里丹（Betty Friedan）写的《女性的奥秘》（*The Feminine Mystique*）、南茜·乔多罗（Nancy Chodorow）写的《母性的再造》（*The Reproduction of Mothering*），以及达芙妮·德马内弗（Daphne DeMarneffe）写的《母性欲望》（*Maternal Desire*），这些作品都多次或直接或含蓄地提到矛盾母性。

很多心理健康专家也为我们更好地理解矛盾母性提供了他们的见解。有两个人让我尤其感到印象深刻。其中之一是英国心理分析师罗西卡·帕克

(Roszika Parker)，她在1995年出版的《母亲的爱/母亲的恨：矛盾母性的力量》(*Mother Love/ Mother Hate: The Power of Maternal Ambivalence*)一书中，从克莱因学派心理分析的角度探讨了这一主题。她提出了一个大胆而深思熟虑的理由，说明在整个人类生命周期中，矛盾情绪是不可避免的，也是很正常的。她重点指出，母亲的矛盾心理源于母亲和孩子的需要产生了分歧，并通过讨论阐述了自己的观点。她认为，矛盾心理让女性有更多的空间思考自己的孩子，并且用更加个性化和原始的方式来解决母亲和孩子间的紧张关系：“爱和恨之间的冲突实际上会刺激母亲去努力理解和了解自己的孩子。换句话说，矛盾心理带来的痛苦可以促进母亲思考，而母亲对婴幼儿的思考能力可以说是母性中最重要的一个方面。”罗西卡·帕克认为，公共普遍谴责矛盾情绪中消极的一面，因此引发的内疚和焦虑心理才是母亲们真正的问题，真正的问题不是矛盾情绪，因为矛盾情绪本身是正常的。达芙妮·德马内弗在她最近的新作《母性欲望》中强调了母亲的这种强烈和积极的愿望，以及做母亲能带来的成长和发展。尽管如此，她也提到，即使是最投入、最慈爱的母亲们，也普遍存在矛盾心理，这种矛盾心理既是有用的，也是无法避免的。

我对矛盾母性的理解是由这些富有洞察力的作家所启发的，但却包括我自己的经历：既来自临床实践，也来自文学作品；既有我自己作为医生、精神病学家和精神分析学家的经历，也源于我一生对阅读的热爱。母亲和孩子的话题在我心中已经酝酿了很长一段时间。我在本书第2章中提到了我在读医学院时写的论文，内容是第一次做母亲的女性学习婴儿护理知识时表现出来的社会阶层情况。我之所以选择这个话题，是因为我对儿科很感兴趣，它让我有机会观察母亲和婴儿。我在儿科的实习经历让我有更多的机会去观察母亲和婴儿的关系。我接受的精神病学培训更是复杂，并因此有机会接触到人们的多种经历。在治疗住院病人和门诊病人的时候，我第一次被置于多种学派的思想中，这些

学派都是研究人类心智和大脑如何工作的，其思想主张让我疑惑重重。直到现在，这些学派的思想仍然时不时地让我感到迷惑不解，但这些基于精神分析思想的共同之处在于，它们都强调了潜意识心智的作用，以及早期儿童时代的经历对整个生命周期的重要性。总的来说，自从弗洛伊德提出他的突破性发现以来，精神分析思维的趋势已经从强调俄狄浦斯情结的首要地位转变为以早期母子关系为中心了，并认为早期母子关系是未来成长的基础，这也是我进行精神分析研究的思想基础。

我在做精神病学住院医师实习期间，有过一次不同寻常的经历。我一直都记得这个事件，但直到最近才把这个事件跟矛盾母性联系起来。当时我在华盛顿特区退伍军人管理医院的咨询服务中心工作，我被叫去诊治一个女人，她生完孩子后双眼突然看不见了。她的视力检查完全正常，但就是看不见。我们了解了她对婴儿出生的情绪反应，也没有起到任何作用。这件事情本身就很有趣。我意识到这是一起癔症性失明的案例，这种例子在 20 世纪是很少见的，但在 19 世纪弗洛伊德心理学流行的维也纳却很常见。许多早期的癔症患者都表现出对病症漠不关心或泰然处之的态度，癔症性失明患者似乎对自己的突然失明不太在乎，并不像人们预期的那样担心。

当时，我不知道自己还能做什么，于是把病人转到精神科。当我第二天上班时，病人已经恢复了视力。于是，医务人员都明白了，病人只是不想让精神科医生诊治，不想被人知道她的想法和秘密，为了离开精神科病房，她的视力很快就恢复了。我们还知道，她其实并不想生下孩子，但她完全不承认这一点。弗洛伊德在其早期的作品中指出，癔症是患者无法接受的愿望的凝结，以及对这些愿望的防御式抵抗。现在我认为，这个女人的突然失明是她想离开孩子的原始反应：她不想看到孩子。如果一个人看不见自己的孩子，她就无法照顾孩子，也就无法伤害孩子。

我继续接受心理治疗师的培训，并在后来接受了精神分析师的培训，培训越是深入，我就越是发现母婴关系和母子关系的重要性。我得说明一点，我没有研究过父亲，不是因为他们不重要，而是因为父亲的矛盾心理值得我另写一本书。此外，由于我不是父亲，父亲的矛盾心理对我个人的影响不如母亲的矛盾心理影响那么大。

在本书中，我用了两类案例资料来说明矛盾母性所导致的问题：一类是我和我同事们的实际临床案例；另一类是对高度相关的文学作品的讨论，我称之为“案例故事”。出于隐私和保密性的考虑，我需要对临床案例资料在一定程度上加以修饰和省略。为了让案例中的人物不被认出来，我只需要稍微进行修饰就行，而且这些案例中的内在动力学联系是不变的，改变人物的外表和职业，整个案例的匿名性就会大大增加。我还以匿名的方式引用了朋友和亲人的经历。这些临床和家庭的案例资料非常有用，因为它们都是真实的，可能就发生在我的办公室里或者外面的某个人身上。

另一方面，文学作品可以很好地阐明我想讨论的问题，而且不像临床案例那样有一定的局限性。文学作品属于公共领域的一部分，所有人都可以阅读，但它们的作用远不止于此。精神分析学家分析潜意识心智的时候，一直把文学作品当作例子。弗洛伊德写道，在他之前“诗人就已经发现了潜意识”。他引用文学和艺术作品来阐释精神分析的观点，并且用精神分析的观点来深入地理解文学和艺术作品。显然，弗洛伊德在看完索福克勒斯的戏剧《俄狄浦斯王》（*Oedipus Rex*）后能够把俄狄浦斯情结的动力学联系起来。弗洛伊德还用童话故事和民间传说的形式写过梦境，并且出版过对达·芬奇和米开朗琪罗的作品《摩西》进行精神分析的研究。他在论文中引用了很多文学作品，尤其是莎士比亚的戏剧。

其他分析师和治疗师也追随了弗洛伊德的脚步，例如，弗洛伊德早期的学生玛丽·波拿巴（Marie Bonaparte）对埃德加·爱伦·坡（Edgar Allan

Poe) 的作品进行了精神分析研究。美国备受推崇的专业杂志《心理分析季刊》(*Psychoanalytic Quarterly*) 的第 78 卷中, 整刊都是关于精神分析和文学的研究文章。北美、南美和欧洲发行的《国际心理分析杂志》(*International Journal of Psychoanalysis*) 会定期推出一个跨学科研究的栏目, 在这个栏目中, 跨文学领域的研究占据了主要地位。玛丽莲·雅罗姆 (Marilyn Yalom) 在《母性、道德和疯狂文学》(*Maternity, Morality and the Literature of Madness*) 一书中, 大量引用了女性作家的作品来说明对做母亲的恐惧心理会将女性逼疯, 这些作家有西尔维亚·普拉斯 (Sylvia Plath)、弗吉尼亚·伍尔夫 (Virginia Woolf) 和安妮·塞克斯顿 (Anne Sexton)。

然而, 分析师和治疗师在他们的专业写作中引用文学资料, 这不仅仅是对弗洛伊德的模仿。作家在写作中会利用自己的潜意识, 读者也会把自己潜意识的想法和焦虑带到阅读中。对于复杂的文学作品, 没有唯一的意义和解读, 每个读者都能找到跟自己的心智共鸣的理解。

布鲁诺·贝特尔海姆 (Bruno Bettelheim) 在其经典童话研究《童话的魅力》(*The Uses of Enchantment*) 一书中, 探讨了孩子们为什么喜欢童话故事, 以及他们为什么喜欢一遍又一遍地重复听童话故事。童话故事讲的是孩子们心里基本的焦虑, 例如分离、失去父母和兄弟姐妹、父母好不好、继父继母好不好、妒忌、羡慕, 以及离开家的危险等。虽然童话故事中说的解决办法都是带有魔法的, 但是一遍又一遍地重复听会让孩子感到安心, 让他们有可能处理好自己的焦虑。同样地, 成人小说讲的是成人面对的基本的焦虑和解决办法。

大约 20 年前, 我的丈夫理查德·阿蒙德 (Richard Almond) 写了一篇关于《傲慢与偏见》的论文, 主要研究主人公伊丽莎白·班纳特和达西先生的关系的治疗作用。在他的鼓励下, 我写了一篇类似的论文, 用玛格丽特·德拉布尔 (Margaret Drabble) 的现代小说《针眼》(*The Needle's Eye*) 来阐述另一

种治愈性的关系。我和丈夫对文学作品中描述的治愈关系有着共同的兴趣，于是我们合作写了一本名为《治疗性叙述：虚构的关系和心理变化的过程》（*The Therapeutic Narrative: Fictional Relationships and the Process of Psychological Change*）的书。我们在书中讨论了 19 世纪和 20 世纪的多部著名小说，在这些小说中，治愈性关系起到非常重要的作用，表明人们通常通过阅读和写作来解决自己内心的冲突。在《治疗性叙述：虚构的关系和心理变化的过程》这本书中，我们还引用了临床的经历。

我发现，在写作中结合临床案例和文学案例是非常适合的。当我开始写这本书的时候，我的写作方式并没有什么不同，但是对临床案例的引用更多了。本书的观点和案例主要来源于我的临床工作，但在任何必要的地方，我都会穿插临床案例和文学案例，用后者来加强论证。例如，在玛丽·雪莱（Mary Shelley）的小说《科学怪人：弗兰肯斯坦》（*Frankenstein*）中，包含了很多关于怪物后代和结局的有力资料。我很想把这部小说和阿曼达联系起来。阿曼达是我治疗过的一个病人，她直接地表达了自己对婴儿的恐惧，她把孩子叫作“怪物”。实际上，把玛丽·雪莱和她的小说同阿曼达的矛盾联系起来的想法促使我想写这本书，它引起了我对普遍存在的矛盾母性的关注，以及想要探究其对母亲和孩子的影响的兴趣。

我的目标是进一步加深人们对矛盾母性的理解，希望能够让人们接受矛盾母性是一种可以理解和管理正常现象，并且可以帮助女性处理她们各自的矛盾心理。在本书的第 1 章中，我对什么是母性矛盾心理给出了定义，并阐释了矛盾母性行为在心理上的表现形式，从通常意义上“足够好的母亲”——她们在日常生活中有着正常的矛盾情绪，最后到心理矛盾程度比较严重的母亲类型。书中其余的部分遵循了下面描述的轨迹。

我们应当在阅读之始就明白，尽管母亲们普遍担心自己的孩子会是怪兽，

但她们同样把孩子看作爱和希望的象征，能够带来新的成长和发展，并且可以修复过去的创伤和失望。在本书的第2章，我结合这些现象描述了一些临床经验，然后用玛格丽特·德拉布尔（Margaret Drabble）的小说《磨砺》（*The Millstone*）来做进一步阐述。《磨砺》描写了一个陷入困境的年轻母亲，她和孩子之间强烈的爱和联系促进了她的成长和发展。这种经历对母亲的影响有着相当积极的一面；与之相反的是，如果把孩子当作自恋的延续，或者过度参与孩子的生活、无法在自己和子女之间划清现实界线，这对母亲的影响则是负面的。针对后两种母性问题，我将在书中后续的章节中展开阐述，并在后面的章节中说明母性的矛盾心理有哪些行为和现象，以及它们可能的起源、表现和后果。

在第3章中，我讨论了隐藏矛盾的几种形式，因为母亲们对自己的矛盾心理视而不见或者拒绝承认自己存在矛盾心理，从而导致了非常严重的后果。如果一个母亲没有意识到自己的问题，她就不会尝试改变或者寻求治疗。出现这种情况的标志是，母亲觉得自己对孩子的养育非常完美，而周围的人则感到焦虑和不安。

在第4章和第5章中，为了解释导致女性对生育产生矛盾心理的潜在因素，我提出了一个假设并对这个假设进行了阐释。我列举了一个有三边关系的例子：玛丽·雪莱的生平，她的小说《科学怪人：弗兰肯斯坦》，以及我治疗的病人阿曼达，三者的主人公都担心自身或后代身上带有邪恶和怪兽的特性。我用实际临床工作中的案例来说明这个假设跟玛丽·雪莱的故事相辅相成。

书中第6章详细地谈到了瑞秋的案例史，瑞秋的矛盾情绪中不安较少，但充满了内疚的心理。我想本书的大部分读者将会从瑞秋的某些经历中找到共鸣。瑞秋的故事说明了一些常见的导致矛盾心理的原因，以及哪怕下一代的女儿有意识地回避这些矛盾心理，但由于潜意识的认同，母亲的矛盾心理还是传到了她身上。