

精神分析经典译丛

神经症与人的成长

[美] 卡伦·荷妮 著

KAREN HORNEY



◎ 国际文化出版公司

00121168

B84-065

精神分析经典译丛



主 编：孙名之

副主编：陈 收 李肇翔 金 锋



[美] 卡伦·荷妮 著

神经症与人的成长



北航 C0539149

国际文化出版公司

图书在版编目(CIP)数据

神经症与人的成长/[美]卡伦·荷妮著;陈收等译.

-北京:国际文化出版公司.2000.10

(精神分析经典译丛/孙名之主编)

ISBN 7-80105-835-6

I. 神… II. ①荷…②陈… III. 精神分析 IV. B841

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 67093 号

神经症与人的成长

著 者 [美]卡伦·荷妮
译 者 陈 收 等 译
策划编辑 江 红 陈杰平
出 版 国际文化出版公司
发 行 国际文化出版公司
经 销 全国新华书店
排 版 博瑞激光照排厂
印 刷 公大印刷厂
开 本 850×1168 32 开
12. 25 印张 250 千字
版 次 2001 年 1 月第 1 版
2001 年 1 月第 1 次印刷
印 数 1—5000 册
书 号 ISBN 7-80105 -835-6/B·27
定 价 22.00 元
国际文化出版公司地址
北京安定门内大街 40 号 邮编 100009
电话 64010831 64010840

《精神分析经典译丛》

出版说明

精神分析学说是奥地利精神病医生、心理学家弗洛伊德在 20 世纪初创立的。弗洛伊德最初是作为神经病学家和精神科医生来从事研究的。其研究对象主要是歇斯底里症患者。他发现歇斯底里症的根源主要不是由于生理的原因,而是在于深刻内在的心理因素。他将这种内在的心理因素归结为儿童期被压抑的性意识,并由此创立了“无意识性本能学说”,认为神经症的发作就是性意识的长期压抑最后总爆发的结果。弗洛伊德将他的发现加以总结,形成了一种全新的、最富创见的心理学说,并将这一学说全面推广到哲学、社会、宗教、文化领域,形成了一个庞大的思想体系。

但是弗洛伊德的思想体系有一个致命的缺点,即他的全部学说贯穿着生物学观点,否认人性的历史性,否认社会、文化因素对人格发展的影响。随着精神分析运动的发展,一些精神分析学家们不断批判性地发展弗洛伊德的思想,日益强调社会文化因素的作用,逐渐与弗洛伊德的学说分裂和分离。1911 年阿德勒就开始反对弗洛伊德的本能学说,强调社会条件和人际关系对人格发展的影响,建立了精神分析的个体心理学。此后荣格也独树一帜地建立了精神分析的原型理论。尤其是 40 年代在美国兴起的新精神分析学派即精神分析社会文化学派,因强调社会文化的作用而

与弗洛伊德的精神分析形成鲜明的对立,其主要代表人物有荷妮和弗罗姆等人。其中弗罗姆将他的精神分析理论应用在资本主义的社会批判上,形成了独特的精神分析的人本主义思想。

在精神分析运动中,尽管出现了不同的思想,形成了不同的流派,但是精神分析学派总的还是有一些共同的东西,即强调儿童期的影响,强调压抑的作用,用病态的观点来看待现代的人性等。精神分析在第二次世界大战以后蓬勃发展,深入到西方社会、生活、思想、文化各个领域,融合到了整个西方社会之中,成了西方社会不可分离的一部分。究其原因,乃是因为两次世界大战对西方人性造成的戕害,以及后工业社会给人的精神造成的强大压力之故。

精神分析学说早在 30 年代就传入我国,近年来出版界也陆续翻译出版了一些精神分析学家的重要著作,尤其是弗洛伊德的重要著作,但是都较为零散,未见系统。在我国,随着高科技的发展,市场经济的深入,生活节奏日益加快,社会竞争日益增强,人们的心理压力越来越大,由此造成的精神苦闷越来越多。尤其是儿童,从小就面临着各种各样的压力,这些压力和苦闷如果得不到及时的缓解和宽慰,天长日久就会形成心理畸形和性格变态,导致病态人格或神经症。如何缓解精神压力,如何消除不良影响,如何避免病态人格,如何营造融洽的家庭氛围、和谐的社会环境,健康地生活和成长,这是我国学界面临的重要课题之一。基于此,我们组织翻译了这套《精神分析经典译丛》,希望能够给我国学界和广大读者提供一些参考。本译丛共 18 种,精心选取精神分析大师弗洛伊德、阿德勒、荣格、荷妮和弗罗姆的经典之作,分别从性欲、社会、生活环境、文化传统等方面对人的病态心理——大至精神疾患,小至日常笔误、舌误等过失进行了深入的精神分析。读书界完全懂得

要用正确的分析态度去研读这些著作,汲取其精华,剔除其糟粕,为我所用,这一点无需我们多说。这套丛书是我们精心组织人力翻译完成。尽管如此,其错误和不足之处在所难免,希望方家不吝赐教。

国际文化出版公司编辑部

1999年12月

导论 进化的道德

神经症的过程是人类发展的一种特殊的形式,并且——由于浪费了人类发展所包括的建设性的能量——是一种特别不幸的形式。这种病态的过程不仅本质上不同于健康人的成长,而且在很多方面与正常人的成长完全相反,其强度超乎我们的认识。在有利的条件下,人的能量被用来实现自己的潜能,其发展形式多种多样。因其特殊脾性、能力、嗜好以及早期和后期生活的环境,他可能会变得柔肠百结,也可能变得铁石心肠;可能会变得极为谨慎,也可能会变得极为轻信;可能会变得极为自信,也可能会变得不那么自信;可能会变得好沉思默想,也可能会变得更为外向。他可以发展他的特殊的天赋。但是,无论其发展道路通向何方,都是他的既定的潜能的发展。

然而,在内心的压力下,一个人可能会脱离真实的自我。然后,他可能会将其大部分的精力转向塑造自我这样一种任务,通过内心的严格指令系统,成为一个绝对完美的人。因为,除了像上帝一样完美之外,再无任何东西能够实现他自己的理想的形象,能够满足他对(像他所感到的那样)他所具有的,所能有的,或者他应该有的那些高尚的品质的自豪。

本书中详细描述的神症发展的倾向,使我们的注意力远远超出了对病理学现象的临床的或理论上的兴趣。因为它涉及一些

基本的道德问题——它包括人的欲望、驱力,或臻于至善的宗教义务。如果自豪成了达到目的的动力,任何一位认真研究人的发展的学者,都不会怀疑自豪或自吹的讨厌和追求完美的可恶。但是,为了确保道德行为而在内心确立严格的控制体系,对它的合理性和必要性,一直存在着广泛的争论。假使这种内心的指令对人的自发行为人具有限制的效用,难道我们就不能够——按照基督教的禁令(“汝必完美……”),为完美而奋斗吗?要是摆脱这些指令,难道人类的道德和社会生活就会面临危险甚至是面临毁灭吗?

本书不讨论提出和回答人类历史中这一问题的各种方式,我也不打算这么做。我只是想指出,答案取决于这样的一个基本因素:我们对人性的信念的本质有何不同。

广而言之,根据对基本人性的各种不同的解释,道德的目标具有三种主要的概念。对于那些相信人天生就是有罪的,或者是受原始本能控制的(如弗洛伊德)人来说,无论从哪种意义上讲,附加(在内心的)检查和控制都是无法放弃的。因而道德的目标必然是驯化和克服自然状态,而不是发展自然状态。

对于那些相信人生而固有某些本质上是“善”的东西,又具有某些“恶”的、有罪的、破坏性的东西的人而言,道德的目的必定与上述目的完全不同。其中思想在于通过信仰、理性、意志或慈悲等各种因素来加工、指导或加强,确信天生的美德获得最后的胜利——这一点与特殊的占主导作用的宗教或伦理观念相一致。在这里,所强调的不是专门打击和压制邪恶,因为还有更积极的一些程序。然而这种积极的程序既依赖于某些超自然的帮助,又依赖于严格的理性或意志的理想,其本身就意味着在使用禁止和检查内心的指令。

最后,如果我们相信进化着的建设性的力量是人所固有的,正是这种力量促使人们实现其固有的潜力,那么道德问题又与前面二者迥然有别,这种信念并不意味着人之初性本善——这样这种信念就可能事先设置了一个什么是善什么是恶这样的一种固定的知识,而是意味着,人生来并自愿地为实现自我而奋斗,并从这种奋斗中发展出一系列的价值。举例言之,很明显,除非他充满自信,除非他积极进取,富有创造精神,除非他团结协作地与他人相处,否则他不能充分发挥他的潜能,如果他只是沉溺于“无知的自我崇拜”(雪莱语),并不断地将自己的过错归咎于他人的缺点,那么,很明显,他就难以成长。真正说来,只有他替自己负责,他才能够成长。

因此,我们达到了**进化的道德**,其中,我们进行自我教化和弃绝的标准在于这样的问题:一种特殊的态度或驱动力对我们人类的成长是具有促进作用还是具有阻碍作用?正如神经症通常所表明的那样,各种压力都易于将我们的创造力转向非创造的或者说破坏的渠道。但是,只要我们具有自发地为实现自我而奋斗的信念,那么,我们就既不需要用“内心的紧身衣”来束缚我们的自发性,也不用鞭打我们内心的指令,让它驱使我们实现完美。毫无疑问,这种严格的方法能够成功地压抑不良的因素,但是,同样毫无疑问的是,它们会伤害我们的成长。我们不需要这些方法,因为在处理我们自身的破坏力量时,我们看到了更好的可能性:那就是实实在在地**革除**它们。实现这一目标的方法就是不断地增强自我意识,加强对自我的理解。然而,自我认识并不是目的本身,而是解放自发成长力量的工具。

在这种意义上来讲,研究自我不仅是首要的道德义务,与此同

时,就其真正的意义来讲,也是首要的道德权利。我们应该认真地对待我们的成长,就这个历程上来讲,我也会认真地对待我们的成长,因为我们自己就愿意这么做。当我们不去病态地纠缠自我时,当我们自由地成长时,我们也会自由地去爱,自由地去关心他人。对于那些年轻人,我们就会给予他们无忧无虑的成长的机会,当他们在前进的道路上遇到障碍时,我们就能以各种各样的方式帮助他们尽可能地找到自我,实现自我。无论如何,不论是对我们还是对他人,其理想在于解放和培养那些实现自我的力量。

我希望我的这本书,藉以清楚地阐释那些障碍因素,以其自己的方式,帮助读者实现这一解放。

卡伦·荷妮

《精神分析经典译丛》

责任编辑

(按姓氏笔划排列)

韦尔立	王逸明	江红	孙进军
陈杰平	李乃庄	李正堂	李海燕
李荣贵	李璞	张贵来	杨华
崔曙光	曾林	傅芝发	

目 录

第一章	探究荣誉	陈 收译(1)
第二章	病态要求	陈 收译(27)
第三章	应该之暴行	陈 收译(54)
第四章	病态自负	甘 霞译(78)
第五章	自恨与自卑	郝雪琴·孙志娟译(103)
第六章	脱离自我	姜丽蓉译(149)
第七章	解除紧张之法	郭亚玲译(172)
第八章	夸张型解决法——主宰一切	周 朗译(184)
第九章	自谦型解决法——爱的吸引力	周 朗译(212)
第十章	病态依赖	周 朗译(237)
第十一章	放弃:自由的吸引力	周 朗译(258)
第十二章	人际关系中的神经症不安	周 朗译(290)
第十三章	工作中的神经症障碍	周 朗译(308)
第十四章	精神分析治疗之路	周 朗译(331)
第十五章	理论上的思考	周 朗译(364)

第一章 探究荣誉

儿童不管在什么条件下成长,只要他没有智力上的缺陷,他就必须以这样或那样的方式与他人打交道,他就有可能去获取某些技能。但是,也有一些力量不是他能够先天获得的,也不能通过后天的学习来发展,你无需——事实上也不能教会一粒橡籽长成橡树,但是,如果给橡籽一个机会,它内在的潜能就会长成一棵橡树。同样,只要给予人类个体一个机会,他就能发挥出其特殊的人类潜能来。然后,他就能发展出他的自我的独一无二的活力来;澄清和深入他自己的情感、思想、欲望和兴趣;开发自己资源的能力;加强自己意志力的能力;发掘他已有的特殊的能力或天赋;表达自己的能力,用自发的情感与他人打交道的能力。所有这些将使他迟早发现自己的价值和生活的目的。总而言之,他将从根本上不会误入歧途,而是**沿着自我实现的方向**成长。这就是我为什么要在现在以一整本书的篇幅来讲述真正的自我是我们的内在的中心力量的原因。这种内在的中心力量是人所共有的,然而在每个人那里又各不相同,它是成长的深刻根源。^①

只有个人本身才能发展他自己的天赋潜能。然而,正如其他

^① 以后提到“成长”时,指的都是在这种意义上的成长:按照个人的天性及天赋潜能,自由、健康地发展。

的生物一样,人类个体的成长需要有利的环境“从橡籽长成橡树”;他需要一种温暖的气氛既能给予他内在的安全感,又能给予他自由,使之能够拥有自己的情感、思想并将它们表达出来。他需要对他人的善良意志,不仅在很多需求方面帮助他,而且指导他、激励他成为一个成熟的、实现自我的人。他需要与他人的愿望和意志进行健康的磨擦。如果他因此能够在爱中、在磨擦中与他人一起成长,他也就能够按照他自己的真正的自我来成长。

但是,由于各种不利的影晌,有可能不允许儿童按照他自己的意志和能力来成长。这种不利的条件太多了,在这里举不胜举。但是,如果综合一下,它们可以归结为这样的一个事实:处在一定环境中的人,由于过于执着于自己的病态,因此不能热爱他的孩子,甚至不能将孩子想象成是一个独立自由的、特殊的个人;他对待孩子的态度,完全取决于他自己的病态需求和病态反应。^① 简言之,这些态度可能是:管制、过分保护、威胁、恼怒、过严、溺爱、怪癖、偏爱其他的孩子、矫情、冷漠等等。它决不只是一个因素的问题,而总是整个因素的集合,将这些不利的影晌加诸在儿童的成长之上。

结果,儿童不能形成一种归属感,不能形成“我们”这样的同在场,而代之以深深的不安全感和莫名其妙的恐惧感。对此,我称之为**基本焦虑**。由于处在一种被设想为具有一种潜在敌视的世界中,所以,他感到孤独和无助。其基本焦虑的限制性压力阻止儿童

^① 本书第十二章中所总结的所有人际关系中的病态困扰都会起作用。也可参见卡伦·荷妮的《我们的内心冲突》(Our Inner Conflicts)第二章、第六章。

以其自发的真正情感与他人打交道,并强迫使他们寻求方法对付他人。他必定(在潜意识中)以各种方法对付他人,这些方法不会产生和增强焦虑,而只会缓解其基本焦虑。这种特殊的态度产生于这种无意识的策略性需要,这些特殊态度取决于儿童先天的气质及后天环境的偶发事件。简言之,他可能会力图依附周围最有权势的人;他可能会力图反叛和战斗;他可能会将他人摒弃在自己的内心生活之外,在情感上逃避他人。总而言之,他可能会趋就他人,或反对他人,或逃避他人。

在健康的人际关系中,也不排除相互之间的趋就、反对或逃避这些态度,人都具有需求、关爱和放弃的能力,有斗争的能力,有保存自我的能力——这些能力都是搞好人际关系所充分必需的能力,但是,由于其基本焦虑,儿童感到自己处身于危险的环境之中,这些能力对他而言就走向了极端和严厉的境地。例如,关爱变成了依附,妥协变成了姑息。同样地,他被迫进行反叛,或者冷漠无情,不考虑他的真实情感,在特殊的环境中,不顾其不当的态度。其态度之盲目和固执的程度是与其内心的基本焦虑的强度成正比的。

由于在这些条件下儿童不仅朝着这些不利的方向中的一个方向发展,而且是朝着所有的不利方向发展。所以,他从根本上就发展了与他人完全相反的态度。趋就、反对和逃避这三种行为因此就构成了一种冲突,即与他人的基本冲突。将来,他试图通过使其中的一种行为占主导地位来解决这种基本冲突——试图使妥协、进攻或冷漠这三种态度成为一种主要的态度。

解决这种病态冲突的初次努力无疑是肤浅的。相反,它对其病态发展所采取的途径具有决定性的影响。它不只与待人的态度

有关,而且它不可避免地包含着整个人格的某些改变。按照其主要的方向,儿童也会发展某些适当的需求、敏感、禁止和道德价值的雏形。例如,一个相当顺从的儿童,不仅易于使自己屈从他人,依赖他人,而且会力求不自私和善良。同样,一个具有进攻态度的儿童开始会把价值放在力量之上,放在耐力和战斗力上面。

然而,这第一种解决方法的综合效果并没有我们在下文将要讨论的解决病态的方法那样的稳定性和广泛性。例如,一个女孩,顺从的态度变得相当的突出。这些顺从倾向表现在盲目地崇拜权威人物上,表现在满足与快乐的倾向上,表现在怯于表达自己的愿望、很少作出自我牺牲上。在8岁的时候,她将她的一些玩具放到大街上,让那些更为贫困的儿童拿去玩,并且没将此事告诉任何人。在她11岁的时候,她在祈祷中以其孩子气的方式试图求取一种神秘的屈服。她幻想受到她一直迷恋的那位老师的惩罚。但是,到她19岁时,她也极容易陷入由他人设计的报复某些老师的那些计划之中。尽管大部分时候,她像是一个小绵羊,但是,偶尔她也在学校带头造反。由于对其教堂的牧师感到失望,她会由明显的宗教信仰转变为暂时的冷嘲热讽。

所取得的这种综合效果差的原因——上面所引的例证是一个典型的说明——部分是由于个体成长的成熟性,部分则是由于早先的这种解决目的在于与他人的关系的单一性。因此还有很大的余地,并且的确还有一种需求,来达到更为稳定的综合效果。

到目前为止,所描述的这种发展决不是单一的、不利的环境条件的特殊性,在每个人那里都不相同,因此,发展的过程与结果也不相同。但是它总是损害着个体的内在力量和一致性,同时总是产生某些急切的需求,以弥补由此产生的缺陷。尽管它们相互紧

密地交织在一起,但是我们也能作出以下几个方面的区分:

尽管他早年试图解决他与他人的冲突,个体依然是分离性的,仍然需要一种更为稳定的、广泛的完整性。

由于很多原因,他一直没有机会形成真正的自信;他内心的力量早已被他不得不进行的防御、被他的分离的人格、被他早年的解决方法所形成的片面的发展的方式所消耗殆尽了,从而使其人格的大部分领域不能发挥建设性的作用。因此,他急切地需求自信,或者一种自信的替代品。

在独处之际,他并不感到软弱,而是特别地感到比他人更不实在,对生活没有很好的充分的准备。如果他有归属感,那么他的自卑感就不会成为过于严重的障碍。但是由于生活在一个竞争的社会里,而且在根本上他感到——正如他所做的那样——孤独和敌视,因此,他只能形成一种凌驾于他人之上的急切需求。

比起上面这些因素来,其更为基本的因素是,他开始疏离自我。不仅他真正的自我阻止他一帆风顺地成长,除此之外,他还要发展一些人为的、战略性的方法来与他人打交道,这些需求迫使他无视他自己的真正的情感、愿望和思想。当安全变成了最重要的事情时,其最内在的情感和思想就退居末位了——事实上,这种最内在的情感和思想不得不沉寂下来,而变得不那么清楚了(只要处在安全状态,他不管所感到的是什么)。因此,他的情感和愿望不再是决定性的因素;也就是说,他不再是一个追求者,而是一个被迫者。他内心的分裂状态不仅使他感到软弱,而且由于增加了一种混淆的因素,加强了他与自我的疏离;他不再知道他身处何处,或者说,他不再知道他是“谁”。

这种开始的疏离自我之所以是更为基本的因素,因为,它将自