

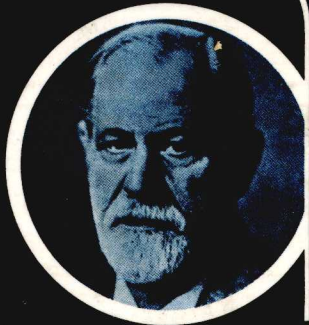
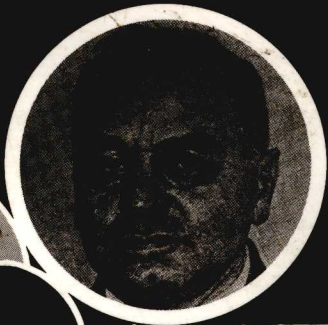
# All About Psychoanalysis

·五〇個問題的解說與釋疑

# 精神分析入門

約瑟夫·洛斯奈 著

鄭泰安 譯



PSYCH

All About Psychoanalysis

# 精神分析入門





新潮文庫 53

約瑟夫·洛斯奈著  
鄭泰安譯

# 精神分析入門

志文出版社印行

---

新潮文庫53

## 精神分析入門

原著者 約瑟夫·洛斯奈

譯者 鄭泰安

初版 60年6月

再版 75年11月

**定價80元**

---

發行人 張清吉

出版者 志文出版社

地址 台北市中山北路7段82巷10弄2號

郵政劃撥 0006163-8號

電話 8719141 · 8719151

法律顧問 林金發律師

行政院新聞局登記證局版臺業字第0950號

印刷所 大誠印刷廠

地址 台北市萬大路71巷9號

---

缺頁或裝訂錯誤隨時可調換

# 目 錄

會 序	一三
譯者序	一九
前 言	二三
第一章 楔 子	
1. 精神分析是什麼？	二九
2. 西格蒙特·佛洛伊德是怎樣的一個人？	三一
3. 精神分析的觀念是怎樣發現的？	三〇
4. 那些是佛洛伊德派精神分析的基本原理？	三四
5. 精神分析如何進行？	三五
6. 精神分析只與性有關嗎？	三五
7. 分析自己可能嗎？	三七

8. 精神分析只是一個奇想嗎？.....三八
9. 懺悔 (confession) 與分析的功能相同嗎？.....三九
- 10 精神分析是一種逃避方式嗎？.....三九
- 11 每個人都應該被分析嗎？.....四〇
- 12 童年經驗爲什麼是重要的？.....四一

## 第二章 精神分析的語言——它有什麼意義

1. 什麼是正常人？.....四四
2. 什麼是「心理症」(neurosis)？.....四四
3. 什麼是「精神病」(psychosis)？.....四五
4. 引起心理症的是什麼？.....四六
5. 「不安」(insecurity) 是什麼？.....四七
6. 「焦慮」(anxiety) 是什麼？.....四九
7. 「心理」(the mind) 是什麼？.....五一
8. 「意識」(the conscious) 是什麼？.....五三

9. 「潛意識」 (the unconscious) 是什麼	五三
10 「享樂原則」 (the pleasure principle) 是什麼	五六
11 「現實原則」 (the reality principle) 是什麼	五六
12 什麼是「原我」 (id)	五七
13 什麼是「自我」 (ego)	五八
14 什麼是「超我」 (superego)	六一
15 「原慾」 (libido) 是什麼	六一
16 「情意癥結」 (complex) 是什麼	六二
17 什麼是「伊底帕斯癥結」 (the Oedipus complex)	六四
18 什麼是「閹割癥結」 (castration complex)	六七
19 「生命本能」 (life instinct) 是什麼	六九
20 「死亡本能」 (death instinct) 是什麼	七〇
21 什麼是「轉移關係」 (transference)	七三
22 什麼是「自由聯想」 (free association)	七七

- 23 什麼是「症狀」(symptom) ？..... 七八
- 24 「自戀慾」(narcissism) 是什麼 ？..... 七九
- 25 什麼是「自衛機轉」(defense mechanism) ？..... 八〇
- 26 「潛抑」(repression) 是什麼 ？..... 八二
- 27 「昇華」(sublimation) 是什麼 ？..... 八三
- 28 「外射」(projection) 是什麼 ？..... 八五
- 29 什麼是「內射」(introjection) ？..... 八六
- 30 什麼叫做「反向作用」(reaction formation) ？..... 八七
- 31 什麼是「合理化」(rationalization) ？..... 八八
- 32 「仿同」(identification) 的意義為何 ？..... 八九
- 33 「情感矛盾」(ambivalence) 有什麼意義 ？..... 九〇
- 34 「轉位」(conversion) 是什麼 ？..... 九二
- 35 什麼是「被潛抑事物的重復出現」(the return of the repressed) ？..... 九三
- 36 「壓抑」(suppression) 是什麼 ？..... 九三



37 「衝突」(conflict) 是什麼? ..... 九四

### 第三章 夢

1. 我們的祖先把夢看成什麼? ..... 九七

2. 爲什麼要分析夢? ..... 九九

3. 夢有什麼意義? ..... 一〇一

4. 所有的夢都有意義嗎? ..... 一〇二

5. 爲什麼我們以象徵的事物做夢? ..... 一〇三

6. 每個夢都建立在某一個願望上嗎? ..... 一〇五

7. 「幻想」(daydreams) 有意義嗎? ..... 一〇六

8. 夢可以讓非專業的人分析嗎? ..... 一〇七

### 第四章 治療病人的人

1. 美國有多少精神分析家? (psychoanalyst) ..... 一〇九

2. 所有的分析家本身都被分析過嗎? ..... 一一〇

3. 所有的分析家皆能勝任工作嗎? ..... 一一一

4. 精神科醫師 (psychiatrist) 和精神分析家有什麼區別? ..... 一一一
5. 什麼是非正式的分析家 (layanalyst) ? ..... 一一一
6. 什麼是「心理學家」 (psychologist) ? ..... 一一四
7. 精神分析家接受慈善病例嗎? ..... 一一五
8. 有自稱為精神分析家的庸醫嗎? ..... 一一五
9. 怎樣知道那位精神分析家是個庸醫? ..... 一一六

## 第五章 病人與分析

1. 心理治療 (psychotherapy) 是什麼? ..... 一一七
2. 精神分析和其他的心理治療方式有何不同? ..... 一一八
3. 在那個年紀接受精神分析最好? ..... 一一九
4. 年齡在分析上是個重要因素嗎? ..... 一一九
5. 病人如何選擇他的分析醫師? ..... 一二〇
6. 病人應該選擇和自己同性的分析醫師嗎? ..... 一二一
7. 精神分析的基本步驟是怎樣的? ..... 一二二

8. 一次分析會談 (analytic session) 像什麼?	一一三
9. 爲什麼病人要躺在牀上?	一二五
10 一次分析會談需要多少時間?	一二六
11 每週需要多少次會談?	一二六
12 分析醫師能預測治療的期間要多久嗎?	一二七
13 個別分析 (individual analysis) 需要多久?	一二七
14 分析爲什麼要如此長的時間?	一二八
15 抗拒 (resistance) 怎樣發揮作用?	一三〇
16 精神分析爲什麼那樣昂貴?	一三三
17 有些病人可透過被引導的慾望 (desire to be led) 而進入分析嗎?	一三五
18 分析醫師替病人做決定嗎?	一三六
19 接受分析的女人比男人多嗎?	一三七
20 分析使用過催眠 (hypnosis) 嗎?	一三八
21 「內省」 (insight) 是什麼?	一三九

- 22 有夫妻倆選擇同一個分析醫師的例子嗎？……………一三九
- 23 必需將每件事情都告訴分析醫師嗎？……………一四一
- 24 分析醫師對病人泄露的私事予以保密嗎？……………一四二
- 25 兩個分析家比一個的治療來得更好嗎？……………一四三
- 26 當病人知悉本身的事實以後，他已痊癒了？……………一四四
- 27 憑什麼決定病人的分析可以結束了？……………一四四
- 28 團體治療 (group therapy) 是什麼？……………一四五
- 29 在一個團體治療的會談裏做些什麼？……………一四七
- 30 團體治療怎樣發揮作用？……………一四八
- 31 誰主持團體治療？……………一四九
- 32 團體治療的費用如何？……………一四九
- 33 團體治療可以替代精神分析嗎？……………一五〇
- 34 心身醫學 (psycho-somatic medicine) 是什麼？……………一五〇
- 35 一個人的身體狀況常受情緒影響嗎？……………一五二

第六章 精神分析能做什麼？不能做什麼？

1. 什麼是分析的目標？..... 五四
2. 精神分析是一個「繼續的倚靠」嗎？..... 五五
3. 精神分析使個人人格變成柔和而沒有特色嗎？..... 五六
4. 精神分析教導病人連最壞的情況都要適應嗎？..... 五七
5. 精神分析使一個人成爲「普通人」嗎？..... 五七
6. 成功的分析會增加個人意志力嗎？..... 五八
7. 精神分析使一個人變得更好嗎？..... 五九
8. 精神分析使一個人變得更聰明嗎？..... 六〇
9. 成功的分析能產生奇蹟嗎？..... 六一
10. 被分析過的人還會有問題嗎？..... 六三
11. 分析會增進個人的謀生能力嗎？..... 六四
12. 分析曾經被做爲一種扶持嗎？..... 六五
13. 分析會威脅一個具有創造力的人嗎？..... 六六

- 14 分析會拆散婚姻嗎？..... 一六八
- 15 精神分析能使人快樂嗎？..... 一六九
- 16 精神分析視人性本善或本惡？..... 一七一
- 17 精神分析會威脅信仰宗教的人嗎？..... 一七三
- 18 分析使病人脫離所有的道德阻礙嗎？..... 一七五
- 19 精神分析鼓勵性混亂嗎？..... 一七七
- 20 精神分析失敗過嗎？..... 一七七
- 21 精神分析只是對付心理不健全的人嗎？..... 一七九
- 22 病人的財富能夠減除接受分析的需要嗎？..... 一八一
- 23 孩童可以接受精神分析嗎？..... 一八二
- 24 精神分析主張應該允許孩童做任何事？..... 一八四
- 25 爲了得到助益，病人應該完全相信精神分析嗎？..... 一八四
- 26 如果病人熟知精神分析，他會更容易得到幫助嗎？..... 一八五
- 27 美國有多少人曾經接受過分析？..... 一八六

## 第七章 從佛洛伊德伸展出來的各派

1. 所有的精神分析家在原理上的看法都一致嗎？……………一八七
2. 那些是主要的非佛洛伊德學派？……………一八八
3. 阿弗烈得·阿德勒 (A. Adler) 學派的主張是什麼？……………一八八
4. 卡爾·楊格 (C. Jung) 學派的主張是什麼？……………一九〇
5. 奧圖·蘭克 (O. Rank) 學派的主張是什麼？……………一九二
6. 卡倫·杭妮 (K. Horney) 學派的主張是什麼？……………一九三
7. 哈雷·史塔克·蘇利文 (H. S. Sullivan) 學派的主張是什麼？……………一九四
8. 尚有其他不同於佛洛伊德的學派嗎？……………一九五

## 第八章 普通人的情緒問題

1. 正常人和心理症患者有顯然的區別嗎？……………一九七
2. 一個人有心理困擾，常常自己知道嗎？……………一九八
3. 心理症患者會影響別人嗎？……………一九九
4. 有了心理症是不好的嗎？……………一九九

5. 情緒問題有多廣泛？..... 二〇〇
6. 我們的祖先怎樣處理情緒問題？..... 二〇二
7. 意志力能够克服心理症嗎？..... 二〇三
8. 個人若無知於他的情緒問題是否較有好處？..... 二〇三
9. 藏著自己的情緒問題不說出來是聰明的嗎？..... 二〇四
10. 情緒問題會遺傳嗎？..... 二〇五
11. 什麼叫做「精神崩潰」(nervous breakdown)？..... 二〇六
12. 不幸的人能在什麼地方解決情緒問題？..... 二〇七
13. 心理疾病很普遍嗎？..... 二〇八
14. 能够防止心理疾病嗎？..... 二〇八
15. 一個人怎樣才能知道他什麼時候需要幫助？..... 二〇九
16. 業餘的協助可以除去情緒壓力嗎？..... 二一〇
17. 業餘的協助可以治好個人的情緒問題嗎？..... 二一一
18. 有沒有反對精神分析的偏見？..... 二一一
19. 反對精神分析的偏見是如何產生的？..... 二一二



## 曾 序

二十世紀初，佛洛伊德 (S. Freud, 1856~1939) 創立精神分析以來，為瞭解人之心理與行為開創了一個大道。這是大家所公認的事實。可是到底精神分析是什麼？恐怕沒有多少人能正確的瞭解。有些人把它當作是過份強調「性」的謬論，拒絕接受；也有些人把它當作是神秘的巫術，過份的崇拜。近年來，國內學者對於人之心理與行為研究的興趣日趨濃厚，許多人都想學習，瞭解有關精神分析的知識與理論。所以在這個時候能把這本「精神分析入門」翻譯出來，幫助大家解答疑難，獲得正確觀念，可以說是一件很有意義的事情。

「精神分析」(psychoanalysis) 這個名詞通常包涵兩個意思。狹義的說來，是指一種特殊的心理治療 (psychotherapy) 方法。主要在運用「自由聯想」、「夢的解析」等特殊方法，並透過「轉移關係」等現象，來瞭解病人的潛意識問題。一方面克服、處理「阻抗現象」，一方面經由「解析」的方式讓病人「領悟」癥結所在，尋找減除症狀，改善行為的途徑，以期達到較成熟的人格。