

中國心理分析

认识领悟

心理疗法



钟友彬 著
辽宁人民出版社

1305-1
33
3

E
月
二

中国心理分析

——认识领悟心理疗法

钟友彬 著

辽宁人民出版社

1988年·沈阳

中国心理分析
——认识领悟心理疗法
Zhongguo Xinli Fenxi
钟友彬 著

辽宁人民出版社出版 辽宁省新华书店发行
(沈阳市南京街6段1里2号) 朝阳新华印刷厂印刷

字数：233,000 开本：850×1168 1/32 印张：11 1/2 插页：2
印数：1—40,000

1988年2月第1版

1988年2月第1次印刷

责任编辑：王大路
封面设计：赵多良

责任校对：陈文本
姚喜荣

ISBN 7-205-00416-0 / B·58

定 价：3.20 元

序 言

弗洛伊德在中国“热”了一阵以后，究竟留下些什么？中国到底有没有心理分析？它究竟有多大的实用价值？作为一名编辑，我在出版了弗洛伊德的代表作《梦的释义》之后，不能不经常思索这些问题。

凑巧，钟友彬先生将他对精神分析理论研究的书稿寄给我。他是我国享有盛名的心理分析专家，从我们编辑出版的一系列心理学丛书中获得信息，也愿加入我们的著译队伍。看到他的书稿，我突然萌生一个念头：目前我国出版界对精神分析理论介绍得多，评论得少；翻译得多，著述得少。钟先生对心理分析不仅有自己的观点，而且有多年的临床实践，可否让他充分发挥自己的优势，总结自己进行心理分析的经验呢？这或许能形成一套具有中国特色的心理分析理论。于是，我们结识了，进行了一番长谈。我们从心理分析的缘起，谈到弗洛伊德未完成的历程；从他个人搞心理分析的遭遇，谈到这门学科在中国的发展。他对弗洛伊德心理分析理论的透彻理解和深入浅出的解说给我留下了相当深刻的印象。他在医疗实践中对于弗氏理论的灵活运用和所收到的效果，使我兴奋，大开眼界。想不到那些读起来甚是玄奥的精神分析理论竟被如此现实而具体地运用着。而尤其使我耳目一新的是，钟先生对于心理分析理论的独到探索，他从丰富的治

疗实践中，总结了我国患者发生心理疾病所特有的历史与社会原因，探寻了更适合于我国患者的心理治疗方法。这使我强烈地意识到：在面向世界的今天，不懂得弗洛伊德的理论，就难以理解现今的整个西方社会，而认识西方社会的一个主要目的，在于促进我们民族意识深沉的反思和对自身认识的渐趋深刻，特别是要建立起我们自己的心理分析理论。于是我们商定：重写他原来旨在分析介绍弗洛伊德学说的书稿，从构筑中国心理分析学科体系的宏观意识出发，结合他开展认识领悟疗法的临床实践，从精神分析理论的发展写到在我国的实际运用。这本书就取名为：《中国心理分析》。

从最初接到他的书稿，到朦胧地产生要搞中国的心理分析理论的想法，再到这一想法的逐步清晰而成为现实，这一切，似乎都太有偶然性了。是的，卓识的理论家早已注意到了这种偶然性，亚里斯多德就曾从哲学的角度指出过：事物的一系列因果关系往往被另外一系列的因果关系交错过来，而成为偶然。普列汉诺夫则更精炼地指出：“偶然性是一种相对的东西。它只会在诸必然过程交叉点上出现。”^①这里说的“交叉点”和亚里斯多德所说的“交错”，都讲的是巧合。在历史的长河中，最能揭示事物本质的，恰恰就是某些意外的浪花，偶然的事件。对作者，选准写好这个点，常有卓见涌出；对编辑，看准抓住这个点，才能适时地推出好书。

目前在我国用心理分析方法从事心理治疗的人甚少，而

^① 普列汉诺夫：《论个人在历史上的作用》，《普列汉诺夫哲学著作选集》第三卷，第361页。

在治疗中又时时进行心理分析理论探索的人就更少了。钟先生就是这“更少”中的佼佼者。他的这部书也正是在这方面显出了特有的价值。作者从一个临床医生角度出发，在我国第一次从理论与实践的结合上通俗、系统、全面、科学地阐述了精神分析理论，揭示了它发展演变的历程，卓有见识地提出了认识领悟心理疗法这一具有中国特色的心理分析，并结合大量临床病例，讲述了对心理疾病中的强迫症、对人恐怖症以及性变态等治疗要点和若干治疗技巧，不仅回答了心理分析是否适用于中国这一尖锐问题，而且努力构筑中国心理分析体系的框架。

具体地说，这部学术专著的几个特点是显而易见的。

对精神分析理论作出公允的评价，吸收其合理内核，提出了中国心理分析的理论基础，可谓本书的第一个特点。

中国心理分析，顾名思义，必须具备两个条件：一是确属心理分析，二是要有中国特点。后者要以前者的理论为实践的依据，前者要在后者中具体化，并且显出中国式的独特性。到目前为止，这样的著述还没有，所以称此书为处女地上的拓荒之作并不过份。

心理分析（psychoanalysis）也有人译为精神分析，它是研究人心理的一种途径，也是研究人格理论和心理治疗的一种重要方法。它是由弗洛伊德从其临床实践和自我分析的内省材料中总结出来的。精神分析从医治人的心理障碍出发，重视探索人的动机、行为的动力和根源问题，把人的心理分为意识和潜意识，认为意识的起源和动力都存在于潜意识之中。人格结构的三个部分本我、自我和超我依循意识和

潜意识的机制并在力比多(libido)即性力的发动下彼此动态地关联与制约着。精神分析的目的在于从潜意识中揭示意识的依据,从不正常中寻找正常的渊源,从而弥补了传统心理学的不足,把心理学尤其是变态心理学引向一个新的境地,使心理学和精神病学从研究过程本身转向研究病象的动力、根源和内容。心理分析理论引导着人们把视野投向了精神世界的深层。

中国心理分析,作为一种医治心理疾病的方法依据于经典的精神分析理论。正因为这样,作者从心理分析的产生谈起,详尽地阐述了弗洛伊德心理分析理论的科学性与实践意义,明确指出:“心理分析的基本理论和临床治疗实践有关的主要有三个部分:(1)无意识理论;(2)性心理的理论;(3)精神结构理论。认为这些理论的重大价值在于它可用来解释梦的意义、心理疾病和日常失误的病理学,并指导对神经症病人的心理治疗。”

数年来,作者根据心理分析的若干原理,治愈了不少强迫症、恐怖症和“屡教不改”的性变态病人。作者把这样成功的治愈效果归结为心理分析,一方面看出作者对弗洛伊德勇敢的辩护,同时也显出中国心理分析理论依据的功力。无怪乎西方记者惊叹:“弗洛伊德的理论在中国不再属禁忌。精神病学的研究在中国又东山再起了。中国一些大精神病院,现在已经采用先进的诊断手段。”^①

如果只是师承弗洛伊德的心理分析疗法,尽管是中国医

^①【美】《波士顿环球报》，1987年2月9日。

生治疗中国患者也不能称为中国心理分析。令人欣喜的是钟先生在弗洛伊德未竟的历程中,大胆地迈出了新的脚步,总结出一套自己的临床实践,提出了有别于弗洛伊德的认识领悟心理疗法,进而构筑了中国心理分析的框架——这是本书的第二个,也是最主要的特点。

1980年,美国出版了一本《心理治疗手册》,收录了当时在美国使用的心理疗法250种,这中间属于心理分析疗法变种的就有70多种,而钟先生的认识领悟心理疗法的提出,显然是丰富了世界心理分析的宝库。

二次大战前后,心理分析在美国有了很大的发展和普及。进入50年代后,虽然没有人再创立独立的理论系统,但各派交相渗透,互为补充,派生出许多大同小异的学说,并承认同属于一个大的系统,统称为心理分析学说。他们有着相同或相似的基本概念,在大的原则方面体现如下:①承认人有无意识的心理活动,承认在不同意识平面上可能产生心理冲突;②承认人格结构论,分为原我、自我和超我以及自我为了对付焦虑所采用的精神防御机制;③承认人在幼年期各种环境因素的影响,包括性心理的挫折,对人格的发展及以后的心理健康有极重要的意义;④鼓励病人自由地讲出内心的冲突,包括当前的和过去的、意识的和无意识的创伤经验,深入地认识自己,解决焦虑的早期根源是治疗的基础。凡是承认以上各点,并以此为理论中心的心理治疗方法,就被统称为现代心理动力学疗法。

如果说心理动力学疗法是世界现代心理分析的主流,那么,本书作者所致力于实践的认识领悟心理疗法,就可以说

是中国心理分析的框架和主要方式，它与经典的心理分析疗法和心理动力学疗法相比有什么特色？这是问题的关键。

心理分析疗法把一些心理疾病如强迫症、恐怖症等顽固病的心理根源追溯到幼年期，把这些被遗忘了的幼年创伤经验（“症结”）引到意识中来，病人得到领悟（insight），症状即消失。这是弗洛伊德的伟大贡献。但他把幼年期的症结只局限于幼儿的性心理，病人对于这样的解释往往难以相信和理解，因此需要长时间的频繁接触，用自由联想法反复谈心才能收到效果，这种方法费时费力。

心理动力学疗法改进了治疗技术，扩大了幼年症结的内容，促使病人回忆幼年的经历，找出与现在病象相联系的经历做证，使病人易于相信并领悟，可缩短治疗时间，但仍需会见多次，也比较费时。

而通过本书的介绍，我们看到，认识领悟心理疗法是从分析症状的幼稚性开始，结合中国人的生活经验，直接要病人用成年的态度来看待、分析自己的幼稚感情和行为，基本不追溯过去，但把“病根在过去甚至在幼年”这个道理作为病理心理学的公式要病人接受。这种疗法由于符合中国人的生活经验，病人较易相信并取得疗效，因而大大缩短了治疗时间，减少了会见次数。由于在医生指导下让病人自己对比成年行为模式和幼年行为模式的差异，使病人很快能领悟到自己病态行为的幼稚、愚蠢和可笑，因此对心理分析疗法无法治疗的性变态疗效更为显著，这可谓中国心理分析——认识领悟心理疗法的独到之处，

结合具体病例阐述学术思想，强调中国心理分析的实践

意义和应用价值，是本书的第三个显著特点。

心理分析是在治疗神经症的实践中总结出来的，必然具有重要的实践意义和应用价值。我们高兴地看到，作者较好地处理了这一点，在阐述学术思想时，紧紧结合具体病例，在对强迫症、恐怖症、歇斯底里和性变态的治疗中，都注意揭示了由于时代和文化背景不同，临床对象内容的区别和治疗过程中阻抗的差异。例如西方的强迫观念病人可能集中表现出亵渎神的观念，而我国病人则有对公认领袖的不敬观念；西方强迫症病人怕写出对上帝不敬的字迹或得罪雇主的词句，中国的病人则常常怕写出有政治错误的字迹而被打成反革命等等。在书中我们随处可见作者治疗的验例和对病例的分析，进而增加了读者对认识领悟心理疗法的信赖。又比如对性变态的治疗，从理论上说，力比多的退行和固结，如果不引起自我的干预和制止，就可以幼年的方式直接宣泄出来以达到非常态的性满足，形成各种变态性行为，临床叫做性倒错（inversion）和性变态（perversion），弗洛伊德认为这种直接赤裸裸的幼儿性欲表现，没有精神防御机制的化装，也就没有可以分析的内容，因此不宜进行心理分析治疗。而在本书的后部分，作者直接用自己的临床经验证明：用认识领悟疗法治疗性变态比治疗强迫症要容易得多，效果也好得多。几年来，他接诊了露阴症、擦擦症、窥阴症和恋物症病18例，其中13例经4—12次治疗性会见，异常的性冲突完全消失，其他5例，虽有的治疗不十分积极，仅来诊2—3次，其病态冲动也大为减轻，可以控制，仅有1例偶尔再犯。作者由此得出结论说：治疗各类性变态的要点有两

个：首先在于引导病人认识到他的行为是幼年儿童式的取乐行为，是用幼年的方式来宣泄他成年人的性欲；其次，要让病人相信他以为对方也愿意的想法同样是幼儿心理。这样，作者不仅提出他治疗性变态的学术思想在于以分析临床表现的幼稚性为中心，而且为读者提供了实践的验例和应用的办法，显示出学术研究较强的实用价值。

纵观本书，我为钟先生临床的成功和研究的突破而高兴，更为中国产生了认识领悟疗法而终于以令人瞩目的成就加入世界心理分析队伍而自豪。但与此同时，我又感到本书似有不足：书中对经典的心理分析阐述得较为详尽完备，而对中国心理分析——认识领悟疗法只依循经典心理分析的理论线索提供了事实的根据，没有上升到理论的高度重新编织，这不仅使本书有头重脚轻之感，更重要的在于模糊了中国心理分析理论体系的构架。当然，这是历史的遗憾，也有我国心理分析研究现状的局限，但无论如何，作为中国心理分析，这还是一个有待完成的历程。

心理分析是世界性的尖端项目，而我则完全是一个“门外汉”，但作为一个关心我国心理分析科学的编辑，我衷心希望钟先生及我国的心理分析专家们，能阔步地完成这一光辉的历程。我热切期待着有新的完善的中国心理分析学科体系的代表作产生，并深信这一天会很快地到来。

王 大 路

1988年元旦于沈阳

目 录

序言	王大路	1
绪论		1

第一编 心理分析法的产生

第一章 时代特点		11
第一节 生物医学的发展面临着新的突破		11
第二节 自然科学的迅速发展		15
第三节 社会禁欲思潮笼罩着欧洲		16
第二章 创始人西·弗洛伊德		18
第三章 神经病、神经症和精神病		27
第一节 神经病		27
第二节 神经症		28
第三节 精神病		35
第四章 从催眠暗示到自由联想		37
第一节 催眠术和安娜·欧		37
第二节 集中注意和自由联想		41

第二编 心理分析的理论与实践

第一章 心理分析理论的科学性		45
第二章 无意识理论		47
第一节 无意识的发现和“精神划区论”		47

第二节	潜抑作用·····	51
第三节	幼儿遗忘和遮蔽性记忆·····	53
第四节	无意识心理活动的内容及其特征·····	60
第三章	性心理学说·····	61
第一节	本能论·····	61
第二节	心理分析为什么着重研究性本能·····	65
第三节	神经症的性病因学说·····	67
第四节	幼儿性欲及性心理的发展·····	70
第五节	心理动力学原则和力比多学说·····	79
第六节	弗洛伊德是否主张放纵情欲·····	80
第七节	“性解放”问题·····	86
第四章	精神结构学说·····	88
第一节	由精神划区论到精神结构论·····	88
第二节	原我、自我和超自我·····	90
第三节	自我的精神防御机制·····	93
第五章	日常生活中失误的心理病理学说·····	101
第一节	精神决定论原则·····	101
第二节	遗忘·····	103
第三节	口误·····	108
第四节	读误和笔误·····	109
第五节	行动的失误·····	110
第六节	偶然想起的数字的意义·····	111
第六章	释梦学说·····	114
第一节	心理分析为什么研究梦·····	114
第二节	梦是愿望的满足·····	115

第三节	监察作用和梦的化装	120
第四节	成梦的材料和来源	121
第五节	典型的梦	127
第六节	梦的工作	129
第七节	梦的退行性和原始性	137
第七章	心理疾病的心理病理学说	140
第一节	症状都有隐意	140
第二节	早期的神经症发病论	142
第三节	性变态的心理病理学	144
第四节	神经症的心理病理学	146
第五节	幼儿症结的重要性	150
第六节	两级获益	152
第七节	移情神经症和自恋神经症	154
第八章	心理分析治疗	160
第一节	分析治疗的原理	160
第二节	病人的选择和治疗前的准备	161
第三节	治疗场所和治疗规则	163
第四节	阻抗与移情	164
第五节	解释与扩通	167
第六节	释梦在心理分析中的作用	173
第七节	分析过程分期	179
第八节	对反对者意见的简单答复	180
第九节	野蛮分析家和外行分析家	181

第三编 心理分析的传播与修正

第一章	“心理分析运动”和学术组织的演变·····	187
第二章	理论修正的必然性·····	190
第三章	第一次重大理论修正及其代表人物·····	192
第一节	阿德勒的自卑症结论·····	192
第二节	荣格广义的力比多和神经症的病理学·····	195
第三节	荣克的出生焦虑论和意志疗法·····	197
第四节	费仑茨的改良分析疗法·····	198
第四章	社会文化学派和现代心理动力学疗法·····	201
第一节	新弗洛伊德主义·····	201
第二节	现代心理动力学疗法·····	204

第四编 认识领悟心理疗法——心理 分析在中国的应用和发展

第一章	心理分析能否适用于中国·····	209
第二章	初步实践·····	218
第三章	对心理分析治疗机制的再思考·····	225
第四章	认识领悟疗法的理论与实践·····	235
第一节	解释——认识——领悟·····	235
第二节	认识领悟疗法的理论和方法·····	239
第五章	强迫症的认识领悟治疗·····	245
第一节	临床特征和治疗要点·····	245
第二节	几个验例·····	247
第三节	病人在治疗过程中的阻抗·····	271

第四节 若干技巧问题·····	286
第六章 对人恐怖症的认识领悟治疗·····	290
第一节 临床特征和治疗要点·····	290
第二节 几个验例·····	292
第三节 病人在治疗过程中的阻抗·····	302
第七章 性变态的认识领悟疗法·····	304
第一节 临床特征和治疗要点·····	304
第二节 几个验例·····	306
第三节 病人在治疗过程中的阻抗·····	334
第四节 若干技巧问题·····	338
附录一：本书参考文献·····	343
附录二：本书中外人名译名对照表·····	348
后记·····	350

绪 论

认识领悟疗法是治疗心理疾病的方法，是根据心理动力学疗法的原理结合中国病人的具体情况设计的。而心理动力学疗法源出于心理分析。可以说认识领悟疗法是中国式的心理分析。因此，不了解心理分析，便不能了解心理动力学疗法，当然也就不能讲清楚认识领悟疗法了。

在某些发达国家，例如美国，经过多年的应用、普及和宣传，心理分析的一些基本概念如无意识、超我和自我、移情以及子女与异性父母之间的特殊感情关系等等，几乎尽人皆知，正如中国传统民族医学的基本知识“上火”、“受寒”、“虚则补之”等在中国人民中间已尽人皆知一样。然而，在我国直到现在，医生们对心理分析知之甚少，更不用说普通人了。因此，要想讲清楚什么是认识领悟疗法和心理动力学疗法，不得不用较大的篇幅来介绍、评价心理分析的理论和方法。

心理分析（psychoanalysis）产生于19世纪末，传播于20世纪初，在欧洲和美国盛行于本世纪30—50年代。直到现在，尽管出现了行为矫正和人本主义心理疗法，精神药物疗法也有了很大发展，但心理分析及其变种依然是一个重要的心理治疗系统，而且仍在不断地改进和发展。

19世纪，欧洲医学大发展。在病理解剖学的基础上又出