

岳晓东 著

红楼心理诊所



岳博士心理诊所
—历史人物系列—

江苏人民出版社



岳晓东 著



岳博士心理诊所
历史人物系列

红楼心理诊所

江苏人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

红楼心理诊所 / 岳晓东著. --南京: 江苏人民出版社, 2011.11

(岳博士心理诊所. 历史系列)

ISBN 978-7-214-07651-9

I. ①红 II. ①岳 III. ①《红楼梦》人物—人物研究 IV. ①I207.411

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第243845号

- | | |
|-------|--|
| 书 名 | 红楼心理诊所 |
| 著 者 | 岳晓东 |
| 责任编辑 | 戴亦梁 |
| 责任校对 | 陈蕴敏 |
| 装帧设计 | 刘葶葶 |
| 出版发行 | 凤凰出版传媒集团
凤凰出版传媒股份有限公司
江苏人民出版社 |
| 集团地址 | 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009 |
| 集团网址 | http://www.ppm.cn |
| 出版社地址 | 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009 |
| 出版社网址 | http://www.book-wind.com
http://jsrmcbs.tmall.com |
| 经 销 | 凤凰出版传媒股份有限公司 |
| 照 排 | 江苏凤凰制版有限公司 |
| 印 刷 | 南通印刷总厂有限公司 |
| 开 本 | 1000毫米×1400毫米 1/32 |
| 印 张 | 9.125 插页2 |
| 字 数 | 258千字 |
| 版 次 | 2012年2月第1版 2012年2月第1次印刷 |
| 标准书号 | ISBN 978-7-214-07651-9 |
| 定 价 | 28.00 元 |

(江苏人民出版社图书凡印装错误可向承印厂调换)

序

《红楼梦》作为一部古典名著，其栩栩如生的人物刻画和美妙绝伦的故事叙述，深受大众的喜爱。本书试图以《红楼梦》中的主要人物为依托，借助心理学知识，勾勒出他们的人格特点或心理征兆。本书涉及人格心理、认知心理、沟通心理及情感心理四大篇章，试图从不同的角度来剖析不同的人物特点，而四大篇章各自包含有积极及消极的典型人物分析，例如，黛玉的敏感型自卑使得她在大观园内拘谨而无助，而湘云的乐观却使得她与人相处甚欢，这种人格的对比，使得读者们能够学习红楼中人的长处，避免其短处。每篇文章的后面亦有相对应的心理小贴士，留给读者以思考和自省的空间。

心理学是一门大众科学，但人们常以为心理学概念抽象难懂而却步不前，其实心理学也是一门生活的科学。尽管《红楼梦》是一部文学著作，但里面的很多典型事件却源于生活，例如李纨的寡妇生活、贾政的棍棒教育、尤二姐的“二奶”现象、贾琏的偷情心理，如此种种，都不难在日常生活中发现。笔者希望，此书能帮助读者以古看今，将心理学的概念具体化、生活化、鲜明化，使得读者能够了解到这些现象背后的心理根源和人物的心理变化，而不仅仅停留在对事件表象的道德评判上。

由此，笔者谨以本书献给广大的心理学学习者和工作者，希望本书能够提高诸位对心理学的领悟，并把这种领悟巧妙地运用于心理学教学、研究与辅导实践中。同时，也以本书献给广大的心理学爱好者，希望本书会提高你们对心理学的兴趣，并增长心理学见识。

在本书出版之际，我深深地感谢我的助手孙珠蓉，她为本书的整理、编辑和资料收集投入了大量的心血。同时，我也十分感谢本书的责任编辑陈蕴敏和戴亦梁两位女士，她们对此书严格把关，避免了许多文字上、资料上乃至观点上的错误。

最后，我想强调，本书的观点乃一家之言，或是一得之见。充其量，它们只是起到了抛砖引玉的作用，希望借此引起人们的关注和评论。所以，我衷心欢迎大家对本书提出批评建议，以在日后的写作中加以调整、修改。

谢谢各位读者的赏识！也谢谢各位读者的批评！

是为序。

岳晓东

2011年10月于香港寓所

目录

第一章 人格心理篇	001
林黛玉——敏感型自卑	003
贾探春——孤傲型自卑	013
贾迎春——懦弱型自卑	023
贾元春——微笑型抑郁	033
秦可卿——抑郁型人格	043
史湘云——乐观型自信	052
尤三姐——刚烈型人格	063
第二章 认知心理篇	073
贾宝玉——性别反认同	075
王熙凤——自我防御机制	085
妙玉——消极心理暗示	095
李纨——主观幸福感	105
晴雯——自负型认知误区	115
赵姨娘——妄想型认知误区	126
邢夫人——自欺型认知误区	135

第三章 沟通心理篇	145
薛宝钗——同感共情	147
平 儿——多样沟通	158
袭 人——危机应对	168
紫 鹃——友情支援	178
鸳 鸯——果敢表达	188
王夫人——移情作用	199
刘姥姥——幽默自得	209
第四章 情感心理篇	219
贾 母——情感反哺	221
贾 政——压制型父亲	230
贾 琏——偷情心理	239
贾惜春——冷漠型情感障碍	249
尤二姐——侥幸心理	259
薛 蟠——强化作用	268
贾 瑞——钟情妄想	277
参考目录	286

第一章 人格心理篇

人格 (Personality) 是个人独有的，而在一定时期内呈现稳定状态的情感、思想及言行等的总和。它包括许多成分，其中主要有气质、性格、认知风格、自我调控能力等，可谓包罗万象。而一部《红楼梦》，洋洋洒洒描绘了数百个人物，其形象栩栩如生，跃然纸上。无论贵贱尊卑，每个人都独具人格魅力，或敏感，或孤傲，或乐观，或刚烈，不一而足。

林黛玉

敏感型自卑

L in Deyu

林黛玉，林如海与贾敏之女，贾母之外孙女。她天生丽质，两弯冒烟眉，一双含露目，更兼具动静交融的柔弱气息，袅袅婷婷。她才华横溢，心较比干多一窍，琴棋诗画样样俱佳，冠绝群芳。脂砚斋¹赞其“以兰为心，以玉为骨，以莲为舌，以冰为神，真真绝倒天下之裙钗矣”²。这样世间少有的人物，却时常泪流不断，感伤春花秋月，诗作也充满了悲叹与愤慨。而且在与宝玉的爱情中，黛玉也一直闹别扭耍性子，活脱脱一个古代版的“野蛮女友”。黛玉无理取闹的根源，即是她的敏感型自卑。

敏感型自卑：纠结于细节而自觉惭愧

自卑一般指自我评价偏低，自愧无能而丧失自信，并伴有自怨自艾、悲观失望等情绪体验的消极心理倾向。长期的自卑会导致自卑情结，即一个人对自我价值、能力和成就等各方面的负面评估倾向，是个体的一种软弱、无能、低劣或自感不如别人的复合心态。

相比其他自卑类型，敏感型自卑的显著特点在于敏感和对于细节的纠结，具体表现为：

① 脂砚斋，《红楼梦》早期抄本批语作者，其批语在红学界称为“脂评”或“脂批”，有脂砚斋批语的抄本被称为“脂本”。

② 【清】脂砚斋：《红楼梦脂评校录》，第八回甲戌夹，朱一玄编著，齐鲁书社1986年版，第147页。



- ❶ 心思细腻，观察细致，也因此常常纠结于细节不放，往往对小事猜疑过度。
- ❷ 总爱拿自己的短处比别人的长处，常常情不自禁地过分夸大自己的缺陷，甚至毫无根据地臆造出许多弱点。
- ❸ 不能冷静地分析自己所受的挫折，不能正确地对待自己的过失，有时候甚至觉得别人故意迫害自己。
- ❹ 对别人的做法经常疑心忧虑，不能客观地理解别人对自己的评价。

黛玉敏感型自卑的表现

黛玉因为有敏感型自卑，所以对宝玉常常是处处苛刻，容不得一丝玩笑之言。她的野蛮女友行径可用以下八个字概括：无理取闹、胡搅蛮缠。

❶ 黛玉对宝玉的言行异常敏感，习惯于闹别扭，耍性子

《红楼梦》第十八回写道，黛玉怀疑宝玉把自己赠送的香袋给了别人，实则宝玉珍藏衣内。黛玉自悔莽撞，就剪了香袋，低头一言不发。宝玉道：“你也不用剪，我知道你是懒待给我东西。我连这荷包奉还，何如？”说着，掷向她怀中便走。黛玉见如此，越发气起来，声咽气堵，又汪汪的滚下泪来，拿起荷包来又剪。宝玉见她如此，忙回身抢住，笑道：“好妹妹，饶了他罢！”不想黛玉将剪子一摔，拭泪说道：“你不用同我好一阵歹一阵的，要恼，就撂开手。这当了

《红楼梦》版本

《红楼梦》有十几个版本，分程高本、脂本两大系统，通行本为程甲本。《红楼梦》初期通过名为《石头记》的手抄本形式流传，自乾隆年间始各种续作纷纷出笼，程伟元和高鹗加以整理，于1791年在苏州萃文书屋用木活字排印《绣像红楼梦》，世称程高本，也称程甲本。70多天后又活字排印程乙本。程高本在《红楼梦》的传播过程中具有重要的意义，《红楼梦》由此得以广泛流传，由手写本进入刻印本阶段。脂本是20世纪新发现的古代抄本，通名《脂砚斋重评石头记》，其中最受关注的是甲戌本、乙卯本、庚辰本。本书所引用的版本为程高本。

什么。”说着，赌气上床，面向里倒下拭泪。禁不住宝玉上来“妹妹”长“妹妹”短赔不是。在香袋这件事上，黛玉对宝玉原本不信任，误会解除后又不肯认个错，反而因为宝玉的一时赌气话而更加来劲，如此纠结折腾，不仅苦了宝玉，也苦了自己。

第二十八回，黛玉恼怒宝玉又搬出了那套金玉良缘，说道：“我没这么大福禁受。比不得宝姑娘什么金什么玉的，我们不过是个草木之人。”宝玉听了，连连起誓：“我心里要有这个想头，天诛地灭，万世不得人身！”黛玉听他这话，便知他心里动了疑了，又略带抱怨地说：“我狠知道你心里有妹妹，但只是见了姐姐就把妹妹忘了。”黛玉的这些表现，表明她既对金玉良缘非常介意，又不能坦然地表现出来，因而不自觉地闹些小别扭，来刺探宝玉的真情，刺激其表白感情。

❁ 黛玉常故意曲解宝玉无关紧要的话，并借此取闹

《红楼梦》第二十回中，宝玉去了宝钗那里，黛玉冷笑说：“我说呢，亏在那里绊住，不然早就飞了来了。”宝玉笑道：“只许同你顽，替你解闷儿。不过偶然去他那里一趟，就说这话。”黛玉道：“好没意思的话！去不去管我什么事，我又没叫你替我解闷儿。可许你从此不理我呢！”说着，便赌气回房去了。宝玉忙跟了来，问道：“好好的又生气了？就是我说错了，你到底也还坐在那里，和别人说笑一会子。又来自己纳闷。”黛玉道：“你管我呢！”宝玉笑道：“我自然不敢管你，只没有个看着你自己作践了身子呢。”黛玉道：“我作践坏了身子，我死，与你何干！”宝玉道：“何苦来，大正月里，死了活了的。”黛玉道：“偏说死！我这会子就死！你怕死，你长命百岁的，如何？”宝玉笑道：“要象只管这样闹，我还怕死呢？倒不如死了干净。”黛玉忙道：“正是了，要是这样闹，不如死了干净。”黛玉的这些举止，完全是在胡搅蛮缠。本来宝玉与宝钗也是表亲关系，平时有些来往是很正常的事，黛玉却常常抓住不放，故意曲解宝玉的话，惹得大家都不痛快。而每每遇此，宝玉免不了“打叠起千百样的款语温言来劝慰”。



黛玉



黛玉甚至对宝玉苛刻异常，胡乱猜疑

《红楼梦》第二十二回中，众人看戏见到一位九岁的小旦，凤姐说：“这个孩子扮上活象一个人。”众人都猜到了，偏偏湘云不藏话，直接出口，“对象林妹妹的模样”。宝玉忙向湘云使眼色，但此事最终还是传到黛玉的耳中。宝玉去找黛玉，刚到门口，就被黛玉推了出来。宝玉大惑不解。黛玉说你们“拿我比戏子取笑”。宝玉说他并没有比，也没有笑。黛玉说：“你还要比？你还要笑？你不比不笑，比人比了笑了的还利害呢！”宝玉无话可说了。黛玉又道：“这一节还怨得。再你为什么又和云儿使眼色？这安的是什么心？莫不是他和我顽，他就自轻自贱了？他原是公侯的小姐，我原是贫民的丫头，他和我顽，设若我回了口，岂不他自惹人轻贱呢。是这主意不是？这却也是你的好心，只是那一个偏又不领你这好情，一般的也恼了。你又拿我作情，倒说我小性儿，行动肯恼人。你又怕他得罪了我，我恼他。我恼他，与你何干？他得罪了我，又与你何干？”黛玉此言未免太过不近情理，原本宝玉给湘云使眼色就是为了避免黛玉受到伤害，但做了之后反而惹来黛玉的更多猜疑，实在是落得两面不是人。

黛玉的如此种种言行，虽然过于小女儿心性，却着实为了一个“情”字。她渴望宝玉珍惜自己，盼望宝玉以平等自尊的方式对待她。但是由于自卑，她以消极片面的方式对待宝玉，反而引发了诸多的别扭，惹得两人的感情波澜不断，可悲可叹。

黛玉敏感型自卑的根源

黛玉在与宝玉相处中，经常无理取闹，蛮不讲理。表面上看，这是因为黛玉是一个小心眼的人，平时爱使小性子；但深层次看，这是因为她对爱情没有安全感，渴望占据宝玉的全部心思。因此，黛玉一旦感觉失去了宝玉的关注，就会焦虑不安，失去了平日的气度和理智，对宝玉斤斤计较，事事苛责。所以说，黛玉爱情焦虑的根源是自己内心深处无法克制的自卑感。

从黛玉的出身来看，她是姑苏才子林如海与贾敏的女儿。林如海是前科探花，升至兰台寺大夫，又被钦点为扬州巡盐御史，而贾敏是荣国府中贾母的女



儿，贾政的亲妹妹。因此，黛玉本是出身“钟鸣鼎食之家，诗书翰墨之族”的大家闺秀。可惜好景不长，母亲贾敏在黛玉幼年时就离世了，贾母念其孤苦，便接来荣国府抚养。可没多久父亲林如海也病故了，黛玉就长住荣国府。对于这个皇亲国戚的大家庭，黛玉是“步步留心，时时在意，不肯轻易多说一句话，多行一步路，惟恐被人耻笑了他去”（第三回）。总之，寄人篱下的日子不好过。

虽然林黛玉深得贾母的喜爱和贾宝玉的呵护，但毕竟是外孙女，身份上比不得作为孙女的“四春”。而在贾府的亲戚中，林黛玉又比不得拥有百万家资的薛宝钗，甚至比不上同是父母早亡的史湘云，尽管后者也只是贾母的侄孙女，却还有叔叔婶婶来抚养。对于林黛玉来说，除了荣国府，她举目无亲，万一出了岔子得不到荣国府的抚育，她将走投无路。凡此种种，都使得黛玉不得不谨小慎微，变得敏感而自卑。如《红楼梦》第二十六回中，黛玉想到“虽说是舅母家如同自己家一样，到底是客边。如今父母双亡，无依无靠，现在他家依栖。如今认真淘气，也觉没趣”。此外，黛玉早年是父母的掌上明珠，而后却是寄人篱下的孤儿，这一落差感也时刻伤害着黛玉的自尊，令她更加消极看待自己。黛玉的自卑情结使她常常表现得孤高疏离、多疑脆弱。

黛玉的自卑情结还使她对自己的言行极度敏感，生怕被别人看低。如在《红楼梦》第三回中，众人初见黛玉，见她有不足之症，便询问为何只服药却不疗治。黛玉道：“我自来是如此，从会吃饮食时便吃药，到今日未断……”从黛玉的答非所问不难窥见她怕被众人轻视的心态。在《红楼梦》第七回中，周瑞家的给黛玉带来了宫制堆纱新巧的假花儿，黛玉看了便问道：“还是单送我一人的，还是别的姑娘们都有呢？”周瑞家的道：“各位都有了，这两枝是姑娘的了。”黛玉冷笑道：“我就知道，别人不挑剩下的也不给我。”这话一出，黛玉的敏感可见一斑。她生怕自己受到别人的轻视而不断揣摩别人的言行，事实上，最轻视黛玉的恰恰是她自己。她的自卑使她深陷抑郁的泥潭，很难体会到生活的乐趣，也使得她与宝玉的爱情之路走得异常曲折。

黛玉是抑郁型人格障碍患者

自卑的人常常情不自禁地夸大自己的缺陷，总爱拿自己的短处与别人的长处相比，不能冷静地分析自己所受的挫折，不能正确地对待自己的过失，不能认真地思考别人对自己的期望，也不能客观地理解别人对自己的评价。久而久之，很容易形成抑郁型人格障碍，而林黛玉就是这类人格的典型代表。

黛玉常年病恹恹的，如宝玉所说，“林妹妹是内症，先天生的弱，所以禁不住一点儿风寒”（第二十八回）。连黛玉自己也感慨，“况近日每觉神思恍惚，病已渐成，医者更云：‘气弱血亏，恐致劳怯之症。’我虽为你的知己，但恐不能久待；你纵为我的知己，奈我薄命何”（第三十二回），甚至直言“我知道我的病是不能好的了”（第四十五回）。这样的身体，使得她对自己与宝玉的将来感到更加悲观。

黛玉更是易为外物所动，多愁善感。例如，《红楼梦》第二十三回，黛玉在回房途中，只听唱道：“则为你如花美眷，似水流年……”林黛玉听了这两句，不觉心动神摇。又听到“你在幽闺自怜”等句，越发如醉如痴，站立不住，便一蹲身坐在一块山石上，细嚼“如花美眷，似水流年”八个字的滋味。忽又想起前日见古人诗中有“水流花谢两无情”之句，再有词中有“流水落花春去也，天上人间”之句，又兼方才所见《西厢记》中“花落水流红，闲愁万种”之句，都一时想起来，凑聚在一处，仔细忖度，不觉心痛神痴，眼中落泪。再如，在《红楼梦》第二十七回中，黛玉吟唱道，“侬今葬花人笑痴，他年葬侬知是谁”，“一朝春尽红颜老，花落人亡两不知”。在这里，黛玉不仅是在伤景，更是由

抑郁型人格障碍

抑郁型人格障碍症(Depressed personality disorder)属于情感型人格障碍(Affective personality disorder)的一种，也被称为情绪低落型人格障碍，多见于女性。其临床表现为精神不振，寡言少语，过分担忧，容易发怒，自感负担沉重，精力不济，对任何事情都感到困难重重、无能为力和难以预料结局，对生活充满悲观情绪，成天抱怨命运，林黛玉就是这类人格的典型代表。



景及人，想到了自己的悲苦身世和处境。

纵观《红楼梦》全局，黛玉对爱情的焦虑本是可以理解的。一方面，她并非宝玉婚姻的最佳人选。除了她之外，宝玉还可选择素有“金玉良缘”之称的薛宝钗，及有“金麒麟”之称的史湘云。她俩一个是有才有貌有家世，另一个也是才貌双全并性情乐观，两人都深得贾府长辈的喜爱，对黛玉构成了极大的威胁。另一方面，宝玉自小成长于女儿堆里，虽与黛玉最为亲近，却也有些心性未定，爱与其他人打打闹闹；而黛玉性格偏静，容易胡思乱想，却碍于女孩的矜持和自尊，不便与宝玉一再提起，因而更加焦虑不堪。

爱情是一种平衡结构，其核心成分是自信。可悲的是，黛玉带着满腹的自卑展开了与宝玉的爱情，看自己极端不自信，看宝玉极端不信任，这段爱情使她充满了焦虑，而黛玉表达焦虑的方式就是与宝玉闹别扭，耍性子，三日一小吵，五日一大闹，到头来把自己闹成了一个地地道道的抑郁症患者，而原本甜美的爱情则成了折腾彼此的怨情。

心理反射镜

刁蛮任性的小旦——龄官

龄官，贾家买来的十二官之一。龄官虽出场只五回，却是十二官中个性之人，娇俏可爱，却又痴情倔强。龄官与黛玉颇像，第二十二回，众人看戏，都觉得一个小旦像黛玉，却被湘云说破：“倒象林妹妹的模样。”宝玉听了，忙把湘云瞅了一眼，由此惹来了宝黛之间的一场小误会。这个像黛玉的小旦就是龄官。第三十回，宝玉看见龄官在蔷薇花架下用金簪在地上痴画“蔷”字，被骤雨淋湿尚不知觉，“这女孩子眉蹙春山，眼颦秋水，面薄腰纤，袅袅婷婷，大有黛玉之态”，宝玉不忍弃她而去，只管痴看。

与黛玉相像的不仅是其姿态，更是其刁蛮任性的个性。第十八回，元春省亲，十二官买来本就是为了省亲而设的热闹，贾蔷让十二官扮演起来，