

温尼科特心理治疗经典译丛

婴儿与母亲

BABIES AND THEIR MOTHERS

D. W. Winnicott 原著

卢林 张宜宏 译



北京大学医学出版社

温尼科特心理治疗经典译丛

婴儿与母亲

BABIES AND THEIR MOTHERS

D. W. Winnicott 原著

卢林 张宜宏 译

北京大学医学出版社

YINGER YU MUQIN

图书在版编目 (CIP) 数据

婴儿与母亲 / (英) 温尼科特原著: 卢林, 张宜宏译.

—北京: 北京大学医学出版社, 2016. 4

书名原文: Babies and Their Mothers

ISBN 978-7-5659-1242-9

I. ①婴… II. ①温… ②卢… ③张… III. ①婴儿心理学 - 研究 IV. ①B844.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 229622 号

北京市版权局著作权合同登记号: 图字: 01-2014-4680

BABIES AND THEIR MOTHERS by D. W. WINNICOTT

Copyright: © The Winnicott Trust 1987

This edition arranged with THE MARSH AGENCY LTD

Through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2015 Peking University Medical Press

All rights reserved.

婴儿与母亲

译者: 卢林 张宜宏

出版发行: 北京大学医学出版社

地址: (100191) 北京市海淀区学院路 38 号 北京大学医学部院内

电话: 发行部 010-82802230; 图书邮购 010-82802495

网址: <http://www.pumpress.com.cn>

E-mail: booksale@bjmu.edu.cn

印刷: 中煤 (北京) 印务有限公司

经销: 新华书店

责任编辑: 董采萱 责任校对: 金彤文 责任印制: 李 喏

开本: 889mm × 1194mm 1/32 印张: 3.625 字数: 71 千字

版次: 2016 年 4 月第 1 版 2016 年 4 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5659-1242-9

定价: 20.00 元

版权所有, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

中文版序

最温柔的男人

温尼科特（D. W. Winnicott）让我想起精神分析中的一个解释：为什么世界顶级大厨鲜有女性？因为厨房和食物是乳房的象征，而早期的男女都是需要母亲的乳房的，后来女性自己有了乳房，而没有乳房的男性怅然若失，特别是那些早年缺乏母爱的孩子，更是心神往之，一个解决之道就是立志到米其林星级餐馆当大厨去，为各路饕餮提供鲜美食物，厨房本身就是个硕大的乳房的意象。

温尼科特对母婴关系的观察细致入微，有如上面男性大厨与乳房的关系，在我看来也是有着类似象征意义的。他本人先是当了多年的儿科医生，然后开始了精神分析的训练，接受弗洛伊德弟子斯特拉齐（John Strachey）及里维埃（Joan Riviere）的分析。所有这些训练并没有让他停留在经典的弗洛伊德理论中，也没有使他陷在当时自我心理学的包

围之中，他根据自己的临床实践提出很多有实际意义的见解，发展出客体关系理论中极富特点的理论。比如，被视为病理性的“退行”在他看来却是治疗的契机，他打破传统精神分析的“节制”，对儿童治疗时可以根据治疗的需要，接触儿童（拥抱）或者延长治疗时间。他还制造出许多我们现在经常挂在口头上的名词，比如“刚刚好的母亲”（good enough mother；曾奇峰的翻译，我极同意）、“过渡性客体”等。

温尼科特跟父亲在一起的时间并不多，正如他自己说的：“他绝大部分时间把我扔给了我的妈妈们。”温尼科特与母亲和两个姐姐的感情甚好。除了母亲和姐姐，他还有一位保姆、一位女教师和一位经常住在他家的姑姑。他也认为自己是“一个有多位‘母亲’的独生子”。可以说，温尼科特是精神分析界的“贾宝玉”，他9岁照镜子看见自己的脸说：“它太友善啦！”

温尼科特著述甚丰，有人曾描述温尼科特是在出版（published）和未出版（unsaid）之间完成著作的。

本次出版的四本书——《婴儿与母亲》《游戏与现实》《家庭与个体发展》《人类本性》，对于大众而言，既可以是专业书籍，也可作为“育儿圣经”。里面的文字平实无华，但阅读时常有“感时花溅泪，恨别鸟惊心”的感觉。

在《婴儿与母亲》一书中，温尼科特描述了对一个4岁的精神分裂症男孩的观察：“在我的治疗室里，他玩着再次出生的游戏，他坐在母亲的膝部，将母亲的腿向外拉直，并沿着她的腿一直往下滑到地上。这个游戏，他做了一遍又一遍，

这是源于与母亲特殊关系的一种很特别的游戏……这个游戏涉及象征手法，它将所有普通正常人喜欢做的事情结合了起来，它还结合了梦里出现的出生方式。这是这个男孩对出生的直接记忆吗？实际上不是，因为他是剖宫产出生的……”

在此，我们看到，温尼科特的治疗是游戏和观察式的，他将孩子的所有表现（即便是诊断为精神分裂症）都视为有意义、有联系的行为，并尝试去理解它。

在《游戏与现实》一书中，温尼科特描述了一个“无定型区域”的概念，那是来自对一个中年妇女的梦进行分析的内容。温尼科特指出，以未定型布料在成型、被裁剪和塑造以及组合之前的形态出现在梦中，使这位妇女回忆起童年的经历，在她童年时没有一个人可以理解她，这使她不得不从无定型的状态开始。

在《家庭与个体发展》中，温尼科特描述道：“读者可能会说，很多母亲自己就很糟糕，她们通过易激惹或其他更直接的方式将自己的性挫折传递给婴儿……我要说当照料婴儿或儿童的人是神经质或近精神病的（很多人是这样的），他们就不可能被教导，我们的希望在那些或多或少仍正常的人身上……”温尼科特在此对母亲的神经质是包容和理解的，他指出了——一个残酷的现实，那就是医护人员和保姆等照料者往往成为母婴创伤的一个重要来源。在网络时代，我们有机会看到那些不称职的照料者——保姆——甚至是残酷地对幼小的婴儿进行虐待。

在《人类本性》一书中，温尼科特描述道，婴儿在子宫

内意识到母亲的呼吸，然后在子宫外意识到母亲的呼吸，最后是意识到自己的呼吸。温尼科特关注心身的观点，认为出生时的躯体感受会持续终身。

虽然，温尼科特作为精神分析师写出了大量理论性的书稿，但从他的字里行间中可以看出他对婴儿、儿童与他们母亲之间互动的仔细观察以及对其中现象的理解。这是基于温尼科特对人性的兴趣和一种回到母婴关系的动力所促成的，也是一种对理想母婴状态期待的结果。

如果弗洛伊德是母亲的儿子，他一辈子都在向父亲致敬，难以逾越；温尼科特则作为象征性父亲，理解了母亲，看到了孩子，代言了婴儿，呈现出父亲角色的核心——温和有力、宽厚包容，他可以说是最温柔的男人！

施琪嘉

2016年3月1日于西安

译者前言

与温尼科特相遇

2003年，施琪嘉老师递给我一本英文原版的《游戏与现实》，说“把第3章翻译出来，我讲课要用”。我花了1周时间把第3章翻译出来，并趁机偷偷翻看了全书。我深深地被这本书吸引，感觉到很大的触动。1周后，我把译文与书一同交还给施教授，一点都没有觉得日后自己会成为这本书的译者。与其他心理学大师一样，温尼科特被我放在心中的神坛上供奉着、祭拜着。许多年后，当师弟汤海鹏和我谈到他希望翻译这本书，但担心找不到出版社，问我有没有这样的关系时，我出于助人的目的，帮他联系了北京大学医学出版社的冯智勇老师。冯老师慧眼识书，认为这是极有价值的书，温尼科特也是非常有学术地位的分析师。他和他的同事董采萱老师、药蓉老师赋予本书极大的热情，鼓励我们翻译一套书，哪怕是从温尼科特的诸多著作中选择几本也可以。就这

样，我们不知天高地厚地开始了这四本书的翻译，甚至忽视了自己的英文和中文水平有限，从此开始了感动与痛苦的几年！

很多施老师的研究生都曾经参与过这几本书的翻译，但最初的译文简直没法看。我们曾经有一段时间每周二晚上在武汉中德心理医院的会议室聚会，讨论我们觉得有争议的句子，这种形式后来也没有坚持下去。温尼科特书中的很多独创词汇，或虽常用但被他改变了意义的词汇，以及他发散性的思维和不聚焦的写作方式，都让我们非常有挫败感。翻译组的人几经更迭，译稿也反复重写，我们仍总是担心会不会搞错了温尼科特的原意，弄得老爷子半夜从坟墓里爬出来朝我们怒吼“你们瞎译”。我们也渐渐发现自己的中文也学得不够好，因为有时候理解了温尼科特的意思，却很难用合适的中文写出来。我们几次想要放弃，但出版社的几位编辑却在百忙之中一直鼓励我们坚持，这使我们能够在各种挫败中最终完成了翻译工作。真的，此刻我最想感谢的就是这几位编辑——冯智勇、董采萱和药蓉老师，尤其是董老师，她一直持续地鼓励着我们，并多次通过邮件和视频与我讨论各种困难及具体细节。我想我欠董老师一碗热干面和一份豆皮！当然，还要感谢出现在我们译者名单中的各位老师，以及曾经参加翻译的李航老师、刘文婷老师等。

我们做了一件力所不能及的事，译文中难免尚存诸多遗憾，如果有机会再版，当全力修改。但能勉为其难地第一次把温尼科特的著作作用中文简体版呈现给喜欢温尼科特的各位

读者，我们在羞愧中也感到自豪，因为这可以帮助中国的读者与温尼科特在过渡性空间里相遇。

最后我要感谢在修稿令我感到无比痛苦、烦躁甚至愤怒的夜晚无限包容我的家人！

在结束这篇前言之前，董老师告诉我她查的这四本书的出版顺序是：《家庭与个体发展》（1965年）、《游戏与现实》（1971年）、《婴儿与母亲》（1987年）、《人类本性》（1988年）。作为中文简体版的译者之一，我建议大家阅读的顺序是《婴儿与母亲》《游戏与现实》《家庭与个体发展》《人类本性》，这样的顺序也许能帮助大家更容易进入到一个“过渡性空间”和温尼科特相遇。

卢 林

2016年3月12日于伦敦

原著编者按

在 1971 年唐纳德·温尼科特去世后的这些年里，我们决定把他从未发表过的，以及只在期刊上及选集中发表的文章收集在一起，以他的名义结集出版。

这本书中的文章都是关于婴儿出生时及出生后很短的一段时间里所产生的心理过程的专业文章。人类的这一阶段，“在婴儿的萌芽意识中，婴儿和母亲尚未分离”。他们研究了婴儿护理者及婴儿母亲在这一过程中受到的影响。

我们尤其希望这个领域的专业人士能够认同本书的价值并享受其中的内容，也希望新时代的读者能通过温尼科特的能力看见瞬间的永恒。

Ray Shepherd

Madeleine Davis

1986 年于伦敦

目 录

1. 平凡而奉献的母亲	1
2. 了解与学习	13
3. 作为交流的母乳喂养	20
4. 新生儿和他的母亲	30
5. 个体的开始	45
6. 婴儿期的环境健康	52
7. 精神分析对助产术的贡献	62
8. 儿童照料中的依赖	74
9. 比较与对照“婴 - 母交流”和“母 - 婴交流”	80
每一章的原始资料	96
温尼科特的著作	101

1

平凡而奉献的母亲

对于一个老生常谈的题目，要怎样讲才可能有些新意呢？我的名字已经同这个题目联系在了一起，也许，我应该首先对此做点解释。

1949年夏天，我和BBC制作人 Isa Benzie 小姐（她现在已经退休了，我很乐于记住她的名字）边喝东西边散步，她对我说，我可以就我所感兴趣的任何主题进行一个分九次举办的系列演讲。她想找一个恰当的主题，但我当时并无头绪。我对她说：“对于告诉人们该如何做，我毫无兴趣，因为我都不知道该从何说起。但我倒是很愿意和母亲们谈谈她

注：每一章的信息来源于以前的出版物或演讲，可以在本书“每一章的原始资料”中找到。

们做得非常不错的事情，她们的出色只是因为她们对此全情投入，无论是照料一个婴儿还是双胞胎。这种事既寻常又不寻常，寻常之处是这事天天发生；而不寻常之处在于孩子将不得不一开始就由一位‘业余选手’来照料。”Isa Benzie向前踱了约二十米，忽然理出了思路，对我说道：“好极了！题目就叫‘平凡而奉献的母亲’。”

这就是事情的由来。

可以想象，我多少会因为这个主题而被人取笑。有许多人推测我对母亲们婆婆妈妈、感情用事，把她们理想化而忽略了父亲们，对于某些母亲的不称职视而不见。我消化掉了这些小小的抱怨，因为我对这些批评背后隐藏的含义问心无愧。

还有另外一种批评，来自于听过我演讲的一些人，因为我曾讲过：“平凡而奉献的母亲”的失败是孤独症病因学中的一个因素。当一个人真的从逻辑学上继续深入探索，涉及“平凡而奉献的母亲”失败后所产生的影响时，这种批评的声音更像是指责。如果所谓的“奉献”真的很重要，那么在这个领域里相对的失败或缺失，一定会产生麻烦的、不祥的结果。但是这不是自然而然的吗？在我后面讨论“责备”（blame）这个词的含义时，还会回到这个主题。

我知道我将不可避免地谈到这些显而易见的东西。我说的“奉献”，就是简单地指“奉献”，这是老生常谈。打个比方，你有份工作，需要每个周末为教堂准备祭坛上的鲜花。你承担了这个任务，却只是很简单地不会忘记这件事而已。到了星期五，你肯定已经把花准备好了。如果你患了流

感，就算不愿意让别人来摆那些花，你也会到处打电话或通过送奶工给某人送个口信，让他帮你把花摆好。教众在星期天聚集时，圣餐桌空空如也，肮脏的花瓶中插着凋零的花，使体面的圣地颜面尽失——这种事情根本就不会发生。不过，这并不是说，你从星期一到星期四都在为此事忙碌或焦虑。这件事只是躺在你的脑海深处“睡觉”，到了星期五或者是星期六，它就会苏醒过来，同时也把你唤醒。

同理，妇女们并不是时刻都神经质般紧张兮兮地考虑她们必须照料一个婴儿这件事。她们打高尔夫球，专心工作，自然地做着男人们也在做的各种各样的事情，比如不负责任、天马行空或是赛车等。类比上一段的例子，这就是星期一到星期五的生活，换句话说，星期一到星期五，她们不会惦记祭坛上的花。

然后，有一天她们会发现自己已经成了一个即将降临的小人儿的女主人，她们决定要承担这个小宝宝的住宿和招待，就像 Rober Morley 在《猜猜谁来吃晚餐》(*The Man Who Came to Dinner*) 中所扮演的角色一样，练习适应对方逐渐增强的需求，直到遥远的某一天，和平与安宁重新降临；而她们这些女人，可能返回到一种可以更直接地自我表达的状态。在这种长期的“星期五一星期六一星期日”过程中，通过确认那个有幸成长成一个婴儿的小东西，并且这个小东西逐渐变得自主，且正咬着被他（她）作为食物的小手，她们进入了一个自我表达的阶段。

难得的是，这怀孕的九个月是有意义的。这九个月为妇

女们提供了一个渐变的时间，使她们能够从自私的状态变为无私的状态。同样的变化也可以在父亲的身上被观察到；在决定收养孩子的家庭中也能观察到，在那些开始有收养想法的人、想法逐渐实现的人以及收养已经成为现实的人身上都能观察到。如果直到此时，才发现自己并不确定是否真的想要一个婴儿，那真是令人失望，这太不幸了。

现在，我要强调一下这个准备期的重要性。当我还是个医学生时，常常和几个朋友在一起分享北 Kensington 贫民窟中的一些有趣的逸闻，其中有个诗人。

我的诗人朋友长得非常高，属于闷骚型，总是夹着一根烟。一天，他沿着一排房子往前走，突然一所看上去蛮不错的房子闯入他的视线，打动了。于是他按响了门铃。一位妇女来到门前，他感觉自己喜欢她的长相，于是就说：“我想在这里投宿。”她答道：“我有空房。你何时搬来？”他说：“我现在就住。”于是他走进房子，被领进卧室时，他说：“我突然觉得不太舒服，所以我想直接上床休息了。给我来杯茶吧。”然后他就上了床，在床上他呆了六个月。在之后的几天，我们也妥帖地住了下来，但诗人一直都是女主人最喜爱的。

但是自然法则，婴儿不能选择他们的母亲。他们就这样出现了，而母亲得花时间去重新定位，她们发现在这几个月里她们的东方并不在东边，而是在中间（或者中间又靠旁边点儿？）。

我想大家也会同意我的这个想法，那就是，女人怀孕后

通常（ordinarily）会进入一个特别的时期，并且通常在婴儿出生后数周或数月里逐渐恢复。在这个时期，很大程度上她就是婴儿，而婴儿也就是她。关于这些也没什么可奇怪的。毕竟，她一度也是婴儿，她有曾经身为婴儿的记忆，她有被照料的记忆，在她作为母亲的体验中，这些记忆如果不能帮助她，便会妨碍她。

我认为，如果在这个时候，她得到了爱人恰当的照顾，或被国家的福利制度照顾，或者两者皆有，曾经的婴儿就可能为成为母亲的这种体验做好准备，也就是说她不需要焦虑于她自己有没有保障，而能放心地聚焦于了解婴儿的需求是什么。你们清楚，我说的需求并不是单指婴儿饿了还是没饿，或是诸如此类的事情；我指的是数不清的那些非常微妙的事情，对于那些事，只有我的诗人朋友才有本事把它们变成恰当的文字。就我而言，我愿意用一个词来形容，那就是**勇敢（bold）**，并且我觉得还需要延伸它的意思才能涵盖所有这些内容，即在这一刻母亲是什么，她在做什么。我相信这是一个关键性的时刻，但是我几乎不敢说出真相，因为如果要让一个妇女自我意识到当下——她自然而然所做的当下，这无疑令人同情。我们现在聊的这些内容是母亲们无法从书本上学到的。就在那一刻，母亲不需要任何人的帮助，甚至是儿科医生的提示，她就能体会到婴儿是需要被抱起还是放下，是需要单独待着还是需要翻个身，她会知道最必要的东西恰恰是所有体验中最简单的部分，这些体验基于无活动的接触。就在那一刻，两个实际上不同的人有机会感