

# NEUROSIS AND HUMAN GROWTH

KAREN HORNEY

L O F T

[美]卡伦·霍尼 著  
李明滨 译

**神经症与人的成长**

上海译文出版社

# NEUROSIS AND HUMAN GROWTH

KAREN HORNEY



## 神经症与人的成长

[美]卡伦·霍尼 著  
李明滨 译

上海译文出版社

图书在版编目(CIP)数据

神经症与人的成长/(美)霍尼(Horney, K.)著;

李明滨译. —上海:上海译文出版社, 2016. 5

(Loft)

书名原文: Neurosis and Human Growth

ISBN 978-7-5327-7083-0

I. ①神… II. ①霍… ②李… III. 精神分析—研究

IV. ①B84-065

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第244808号

Karen Horney

**Neurosis and Human Growth**

Simplified Chinese Copyright © 2016 Shanghai Translation Publishing House

ALL RIGHT RESERVED.

神经症与人的成长

[美]卡伦·霍尼/著 李明滨 译

责任编辑/李洁 封面设计/未氓设计工作室

上海世纪出版股份有限公司

译文出版社出版

网址: [www.yiwen.com.cn](http://www.yiwen.com.cn)

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路193号 [www.ewen.com](http://www.ewen.com)

山东鸿杰印务集团有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 17.25 插页 5 字数 268,000

2016年5月第1版 2016年5月第1次印刷

印数: 0,001—4,000册

ISBN 978-7-5327-7083-0/B·409

定价: 55.00元

本书中文简体字专有出版权归本社独家所有,非经本社同意不得转载、摘编或复制  
如有质量问题,请与承印厂质量科联系。T: 0533-8510898

## 代 序

对于传统的性心理分析的介绍，即弗洛伊德及卡尔·门宁格<sup>①</sup>等学者之著作，已有不少的中译本出现。但关于“新弗洛伊德学派”的普及则尚需时日。李明滨医师年轻有为，在实习医师时期即已完成卡伦·霍尼 1950 年出版的《神经症与人的成长》一书的翻译，现在即将出版，本人觉得非常高兴。

我在 1954 年留美时，与“新弗洛伊德学派”开始接触。那时霍尼已逝世一年多，因此没有机会认识她。但她在 1930 年代以后陆续发行的 5 本有名的著作中，最后一本遗作就是本书，系她在去世前两年发表的，可以说是她的理论系统的结晶。

霍尼继阿德勒及荣格之后，与弗朗茨·亚历山大<sup>②</sup>、沙利文<sup>③</sup>及弗洛姆等其他学者并称为“新弗洛伊德学派”的主要

理由，是他们搁置弗洛伊德的“性”和“攻击本能”（libido，又作原欲）的观念，而重视社会文化因素对人格发展的重要性。在现代社会中，有许多矛盾现象，譬如：一方面强调自由的可贵，但另一方面自由在社会生活中却必须受到适当的限制；有时强调竞争及成功，但有时还要表现谦虚及友爱。所以正常人在这种具威胁性的世界中，难免会产生心理冲突。霍尼列举人的十种需要，再将它们分成三大类别。虽然正常人也有心理冲突，但较能有弹性地视情况来运用这三大需要，交叉使用亲近（moving toward people）、逃避（moving away from people）或反抗（moving against people）的态度而行动。而神经症患者若遭遇到心理冲突时，绝望、恐惧、爱的需求及罪恶感等都将导致敌对感的压抑并进而产生基本焦虑，于是就固执地、不适合地且过度地执著其中某种心理需要。此基本需要的表现形成神经症的各种类型，通过阅读此书将能对此有所了解。

---

① Karl Menninger, 1899 ~ 1966, 美国精神病医生。——译者

② Franz Alexander, 1891 ~ 1964, 匈牙利裔美国精神病及心理医生, 1932 年在美国首创心身性疾病的系统性研究。——译者

③ Harry Stack Sullivan, 1892 ~ 1949, 美国精神病学家, 新弗洛伊德主义代表人物之一。——译者

霍尼亦排除弗洛伊德的本我、自我和超我的人格构造组织的想法，而提倡“真我”、“实我”和“理想化自我”等组合的人格发展。依她的看法，对神经症患者的治疗而言，应瓦解对其人格发展有阻碍的“理想化自我”的形象，在“实我”里找出“真我”并抒发其个性成长的能力，这才是精神分析的精髓。换言之，心理治疗的目标不在于发掘儿童早期被压抑的欲望，而在于让患者看到他自己的冲突性性格特征及认识其内在冲突，动用建设性希求以培养适当的人格及人际关系。虽然她也注重患者过去的社会经验，但较之弗洛伊德，更重视现实问题。心理治疗上，她利用甚多弗洛伊德所提及的原则及技术，但一般说来，治疗者需扮演较直接及主动的角色。此种方法比传统的精神分析法更适用于中国的社会文化背景。

因为霍尼是一位女性精神医学专家，因而认为原来的精神分析学中有相当的男性化偏见，所以她觉得女性心理学尚未被充分地了解。她的自我实现的愿望使她成为女权运动的先驱者。本书不只介绍关于神经症的知识，还探讨正常人的的人性发展过程。因此，对于探究人性有兴趣的一般读者，这的确是一本值得阅读的好书。

最后，对霍尼在自我实现的奋斗方面所付出的努力，我在

此表达最大的敬意，而李明滨医师为精神医学界积极介绍新弗洛伊德学派，并完成此精湛译本，我对于其一贯性的真挚精神深表感佩。

陈珠璋

1976年8月于台大医院神经精神科

## 译者序

### 作者生平

卡伦·霍尼(Karen Horney, 1885 ~ 1952)是20世纪最杰出的女精神分析学家,她对于人性及神经症的研究颇为精湛,为精神医学界风云一时的人物,堪称“新弗洛伊德学派”的代表。

霍尼于1885年9月16日诞生于德国汉堡。父亲为挪威卑尔根人,身任船长,因长期在外,对她影响甚微。母亲比父亲小17岁,丹麦人,秀外慧中,思想豪放不拘,对她影响颇深。她母亲与前夫生有四个小孩,再婚后又生哥哥伯恩特与霍尼。幼时哥哥曾是她的好玩伴,但年龄愈长后,哥哥常出外找女伴玩,遂使她有被拒绝及失落的感觉,因此往后对她的生活影响也就不大。



霍尼身材适中，浅棕色的双眼，聪慧而有神，眉间宽敞，两颊突出，构成鲜明的脸庞。晚年白发晶莹，前额高而圆。生性活泼幽默，态度耿直，言语流利但稍带德语腔调。她的学生曾这样地描绘她：“她笑时，脸部的每块肌肉都跟着笑。”这正可勾画出她的坦诚与迷人。

站在讲台上，她显得是那么和蔼可亲，不拘形式；她的热切态度正反映出她那相当均衡而健全的人格。

她的童年的岁月就如同其他的德国小孩一样，在玩耍嬉戏中度过。幼时即喜好交友，8岁时曾与好友图蒂歃血为盟，表示友谊不朽。

19世纪末，女权运动虽已推翻了许多旧有的传统，女性得以外出工作，但女性从医仍属罕见。她受母亲鼓励而在早期即许下学医的宏愿。

霍尼自幼聪颖非凡，成绩总是独占鳌头，深受同学及师长之赞许。21岁时(1906年)她考入柏林大学，在学期间正式开始对精神分析发生兴趣，26岁大学毕业。经考试合格后于柏林“兰克维兹疗养院”学习3年，钻研精神医学。第3年则追随德国最著名的神经学家赫尔曼·奥本海默(Herman Oppenheimer)，30岁时(1915年)被柏林大学授予医学学士学位。

霍尼在结束实习医师生涯后，转任柏林精神医院住院医

生，历任4年(1915~1918)，接着在市神经科门诊行医，除了当精神分析临床医生外，35岁到47岁间(1920~1932)她还在柏林精神分析学院任教。

47岁那年的某日，当她正埋首办公时，电话突然响了起来，原来是芝加哥精神分析学院院长弗朗茨·亚历山大打来的越洋电话，欲聘请她当该院的副院长。她欣然接受并离开柏林赴美就职。任职两年后，转赴纽约，在社会研究新学校(New School for Social Research)任教，一面训练分析师，一面潜心著述，并以分析师身份行医。

56岁那年，纽约精神分析学院经开会决定，毫无理由地将她解聘，当时与会人士有半数以上拒绝表决。于是以霍尼为首，1941年他们成立了历史性的一个新组织——美国精神分析促进协会，并设立美国精神分析学院，霍尼荣选为院长。协会的组织甚为严密，因而非其他个人或团体的理论所能左右。

协会宣言之主旨为：“对弗洛伊德所创设的理论基础抱着自由质疑、容忍及虚心不偏激的态度，以促进精神分析的发展。……我们相信人类天生是具有建设性的，必能创造出一个环境，在此环境下个人的潜力都能受到鼓舞而抒发出来。”此后几年间社会研究新学校所举办的一连串讲演及讨论，协会的会员莫不积极参与。

霍尼 24 岁时，在柏林与律师奥斯卡·霍尼结婚，婚后生有三个女儿；长女布里吉特 1911 年出生，长大后成为演员，霍尼从她身上发掘到她母亲的性格因素。次女玛丽安娜比长女小两岁，沉默寡言且性格内向，喜好学术研究，后来在纽约任精神分析师。幼女雷内特，在霍尼看来是三个女儿中最活泼、最擅长社交的。年轻时顽皮淘气，早婚，婚后迁往墨西哥。

56 岁以后的霍尼，变成精神医学界的显赫人物。她工作量惊人，身兼数职；除任学院院长外，还参加“美国精神医学协会”，并负责与其他新协会联系的工作，协会会员与日俱增。

每逢周末，她就到乡下去舒畅身心，驱车前往哈得逊的住所，借绘画及散步来宽心解闷。

然而好景不长，67 岁那年（1952 年 11 月下旬），她开始感到全身倦怠乏力，并出现继发高烧、胸痛及胸腔积水，不幸在两个星期后即与世长辞。她罹患的是肝内胆管癌并发全身性转移，该病在当时很难在生前诊断出来。她离世的噩耗带给协会及学院莫大的惊吓与感伤，使组织几乎濒临瓦解，学院从此失去巨擘。

霍尼毕生致力于精神分析研究，对精神医学界贡献卓著。早期师从于弗洛伊德最有名的弟子卡尔·亚伯拉罕（Karl Abraham），受益匪浅。她常自称：“若无弗氏，我将无法迈开

第一步。”然而，她虽自认为自己的解析系依弗氏的理论基础发展而来，但她对于他的一切学说或教条，都不会盲目地苟同。她在《精神分析新法》(*New ways in Psychoanalysis*)中强调：“我之所以对当代的精神分析理论，亟欲加以批判且重新予以评价，乃因其理论之疗效无法令我称心如意。”早在1920年左右，她就开始反对弗氏的理论，尤其是女性心理学方面，在《精神分析新法》一书中即有专章讨论。其中，她强调她的疗法与弗氏之不同，同时也强调文化背景对人格结构的影响。

霍尼的态度不像弗氏之悲观，在她的著述中始终强调人类生来即是具建设性的，因此我们渴求幸福，冀望能发挥并展露我们的潜能。她严厉反对弗氏“自毁”驱力(死欲)之说法，而认为各种神经症，主要都是由于“性格的障碍”所致。

1917年，即弗氏发表《自我与本我》(*The Ego and the Id*)6年前，霍尼即发表《精神分析治疗技巧》，她说“精神分析可以助人解去被束缚的手脚，但却无法增添新手脚，”她同时强调“由精神分析可显示出：所有性格的问题，只不过是代表在人格成长的过程中所遭受的阻碍而已，但此种阻碍是可除去的；性格并非固定于婴幼儿期而终生不变的，相反，它是一种动力变化的过程，会与环境相互作用并有所改变。”

霍尼著述繁多，主要有《我们时代的神经症人格》(*The*

*Neurotic Personality of Our Time*)、《精神分析新法》、《我们内心的冲突》(*Our Inner Conflicts*)、《自我分析》(*Self Analysis*)及《神经症与人的成长》(*Neurosis and Human Growth*)；第一本书主要在于阐述神经症患者处于困难的“内在情势”下，如何去解决他的问题。伯纳德·罗宾斯(Bernard S Robins)赞许该书为研究人际关系者所必读。第二本书主旨在于阐明精神分析学理方面各种不同的观念，并解释她自己的态度，其中论及她与别人理论的不同之处。此书乃是精神分析进展的推动力。本书——《神经症与人的成长》，为作者毕生学说之精华，熔历年著述于一炉。熟读此书，对于霍尼的思想必能获得全盘了解。

霍尼是个道道地地的“人”，富有有活力的一面，也有软弱的一面；有长处亦有短处，有天分亦有缺陷。但她秉持积极乐观的胸怀，而带给精神医学界及人类深具意义的贡献。保罗·蒂利希(Paul Tillich)在霍尼的追悼演说中，言简意赅地说道：“如果要我说出霍尼最重要的成就是什么，我一定会说——是她自己，是她的秉性与她的存在，是她的影响力以及一连串的‘奋斗’与‘治疗的可能性’之间所具有的有充分根据的平衡。”

总之，就如同奥本多夫(Oberndorf)所言的：“霍尼之死，

使精神分析界从此丧失了一位杰出、有力而自主的角色……时间最后将会证明霍尼的学说在精神分析治疗上所具有的价值。她那种负责而柔和的性格，将永远铭刻在她的学生、同事及友人的心中。”

## 关于本书——生命的斗士

### 1. 冲突、冲突、冲突

在没有冲突(不管是有益的或有害的)的真空中，人是无法成长的；成长蕴含了生理的发育与心理的发展，成长是一种过程，是演进的而不是一成不变的。人类生来就需为求满足自己的生理需要而奋斗，为求达成自己的心理需要而挣扎。因此，无论就哪方面来说，人类不啻是个生命的斗士，且必须在现实与理想的冲击下建立起自我的价值，寻求自己人格的统一。

“战斗”正是人性发展的写照。人类需要不停地与自我、与别人战斗，在此种长久的斗争情势下，他们无非是在于解决一连串的冲突——“理想自我”与“真我”间的冲突，及单一自我与周遭人群间的冲突。发展自我——“真我”，乃是战斗的真谛，“真我”是活跃的，是具有无限潜力的，它需要培养、开发，它需要不断的磨炼才能茁壮。虽然冲突就像是发展自我所必须面临、所必须经过的道路，但是不良的人格发展(因不顺的

环境或不正常的人际关系)所产生的种种内在冲突,却反而成为“战斗人生”的绊脚石。人格发展的真义在于抒发潜能、扩展自我,以求内心的安宁与人际关系的和谐。然而,不利的环境却可能带来不幸的后果,而使人陷于无限的冲突中无法自拔,于是为平息内心的激荡,遂造成许多不正常的发展过程与需要。

总之,成长乃是在于解决冲突并平衡冲突;然而个人解决方法的不同,产生了不同的心理倾向,导致了不同的人格发展过程。

## 2. 自我的挣扎

不管冲突的性质为何,必根植于自我。

一个人的自我可归纳而区分为“理想自我”、“真我”与“实我”。“理想自我”,乃是经由理想以及为满足内心需要而建立的一种理想化的形象,因此对个人而言,它是绝对完美的,必是生活的最高标准。“真我”乃是个人所具有的天赋潜能中的一部分,是活生生的,是一个人真正的生命中心。而“实我”则为“真我”受环境的熏陶历练,所表现出的状况之综合,它是实际的,是现实的。简言之,“理想自我”只存于意念中,是想象中的标准,而“实我”则是一切实际行为的表现。

就婴幼儿时期而言,行为表现的決定因素中,生理需要的

满足远比心理需要来得重要，那时“真我”还只在萌发状态中。他们行为的表现主要是依据“快乐原则”（Principle of pleasure），亦即主要由本能的冲动而决定，然而经由“现实”的感受或体验之后，“现实原则”（Principle of reality）乃与快乐原则相应而生。于是随着年龄的增长、经验的累积，现实原则开始取代快乐原则而支配了“真我”。譬如，幼儿看到火可能会觉得新奇兴奋，因而（依着本能的冲动）伸手去摸它，但却被烫伤了。因烫导致“痛”这种不舒服的感觉，就是事实带给他的一个警告（以后行事的原则）——火是不能摸的。

当真我开始表现和作用后，环境所加给他的影响，会改变真我抒发的方向与形式。父母的过度管辖或过分溺爱、家庭的温暖或凄寒……都会改变真我的发挥状态，它可能会被压制，也可能被疏导。如果真我被压制了，小孩子会因此而产生“基本焦虑”——一种被敌对的世人所孤立的无助感——觉得惶恐不安，无归依感与同在感。基本焦虑更阻碍了真我的顺利发展，而让小孩表现出亲近、反抗或逃避的态度，于是这三种态度势必构成“基本冲突”（与别人的冲突），为解决此种冲突，他们可能会固守住其中的一种态度以待他人。随着选择的态度的不同而发展出不同的心理倾向；亲近——造成病态的依赖性与自卑的倾向，反抗——导致夸张、征服的倾向，逃避——形



成退却的倾向；在这些倾向的作用下，无形中遂使他们在意念中创造了自己理想化的形象——理想自我。从此，理想自我与真我必定会发生激战，当此种激战力引发他们内心的混乱并造成了生活上的障碍时，他们就成了战乱下的牺牲者（详细的演进过程请看本书）。

本书主要在于阐述个人在“认识自我”与“实现自我”的过程中，所引发的或所遭遇的一切冲突及障碍，并详述其解决方法；亦即在于描述整个人格发展的过程。由以上说明，我们可以清楚地发觉，人格的发展即是“自我实现”的过程，亦即理想自我、真我与实我彼此之间的平衡与解决，因此，本书英文副标题为求“自我实现”之挣扎。

### 3. 神经症的进化观

何谓神经症，精神医学界一度将此症译为精神官能症。译者一来因为“心理”两字较为平易近人，且更能充分表现 *neurosis* 的意义（它是一种心理障碍）；二来因为本书常使用“神经症的……”（*neurotic*），后加名词，譬如，神经症的应该（*neurotic should*）、神经症的需要，为了便于翻译，故采用徐静医生之译法——“神经症”。

此症是指一种人在情感上的适应不良，且足以酿成生活障碍的现象。其特色主要为源自某些尚未被解决的潜意识冲突所