

心理学大师心理健康经典论著通识丛书

XINLIXUE DASHI XINLI JIANKANG JINGDIAN LUNZHU TONGSHI CONGSHU

丛书主编 俞国良 副主编 雷 雳 周 俊 罗晓路

安娜·弗洛伊德心理健康 思想解析

ANNA · FULUOYIDE XINLI JIANKANG
SIXIANG JIEXI

马晓辉 著



浙江出版联合集团
浙江教育出版社

心理学大师心理健康经典论著通识丛书

XINLIXUE DASHI XINLI JIANKANG JINGDIAN LUNZHU TONGSHI CONGSHU

丛书主编 俞国良 副主编 雷 雳 周 俊 罗晓路

安娜·弗洛伊德心理健康 思想解析

ANNA · FULUOYIDE XINLI JIANKANG
SIXIANG JIEXI

马晓辉 著



图书在版编目 (C I P) 数据

安娜·弗洛伊德心理健康思想解析 / 马晓辉著. —
杭州: 浙江教育出版社, 2013. 1
(心理学大师心理健康经典论著通识丛书)
ISBN 978-7-5536-0295-0

I. ①安… II. ①马… III. ①弗洛伊德,
A. (1895~1982) — 精神分析 — 思想评论 IV. ①B84-065

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第311613号

责任编辑 徐 岩
封面设计 韩 波

责任校对 池 清
责任印务 温劲风

安娜·弗洛伊德心理健康思想解析

马晓辉 著

出版发行 浙江教育出版社
(杭州市天目山路40号 邮编:310013)
图文制作 杭州兴邦电子印务有限公司
印 刷 杭州富春印务有限公司
开 本 710×1000 1/16
印 张 13.5
插 页 1
字 数 194 000
版 次 2013年1月第1版
印 次 2013年1月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5536-0295-0
定 价 28.80 元
联系电话: 0571-85170300-80928
e-mail: zjjy@zjcb.com 网址: www.zjeph.com

总 序

常念是“经”，常数是“典”，此即为经典。

我们极力主张多读一些经典，尤其是大师们的经典，因为经典与大师有着千丝万缕的联系。对每一个心理健康教育与研究工作者而言，我认为都应该多读一点心理学大师的心理健康经典论著，认真领会其理论要旨与思想实质。

何谓大师？大师，或曰科技领域的先师，或称艺术领域的灵魂，或为管理领域的典范。心理学大师，意指在心理学领域有突出贡献，被大家公认且德高望重的思想家、科学家。他们是心理学发展历程中的标杆，是心理学作为一门独立学科煌煌百年来，在理论探索与实践应用领域取得重大成就，突破空间限制并经受时间考验的一代宗师。然而，究竟谁有资格荣膺“心理学大师”的称号？仁者见仁、智者见智。为此，国际心理学界久负盛名的《普通心理学评论》杂志 2002 年第 2 期刊发了一项调查研究成果，题为“20 世纪最杰出的 100 名心理学家”。研究者通过三个量化指标与三个质性指标，对 20 世纪全世界最著名的心理学家进行了排名，提供了位列前 99 位的心理学大师的名单（其中有 4 名诺贝尔奖获得者），留下一个空额让人们展开丰富的想象。

这 99 位心理学大师中，许多人的研究领域和重大成就都涉及心理健康，其中一些人毕生的学术专长就是试图破解人类的心理健康问题。例如，大名鼎鼎的弗洛伊德（排名第 3 位）作为 20 世纪最重要的思想家和心理学家，曾以《梦的解析》一书和“精神分析理论”著称于世；罗杰斯（排名第 6 位）的“以当事人为中心的心理治疗方法”，更是被现代心理健康工作者奉为经典。另外一些心理学家的学术研究涉猎较广，但他们在心理健康领域作出的贡献同样有口皆

碑，举足轻重。例如，新精神分析学派的代表人物荣格（排名第 23 位）、阿德勒（排名第 67 位）和安娜·弗洛伊德（排名第 99 位），积极心理学的首倡者塞利格曼（排名第 31 位），需要层次论提出者、人本主义心理学家马斯洛（排名第 10 位），应激理论的提出者和研究者拉扎鲁斯（排名第 80 位），人格心理学家奥尔波特（排名第 11 位）、艾森克（排名第 13 位）和卡特尔（排名第 16 位），以上瘾和情绪研究闻名于世的沙赫特（排名第 7 位），因攻击行为和愤怒情绪研究而横空出世的博克维茨（排名第 76 位），以对个体心理压力及其应对、压力情境下的决策行为和社会支持对决策的影响等方面研究享誉学术界的詹尼斯（排名第 79 位），以及行为治疗心理学家沃尔普（排名第 53 位）、儿童精神病学家鲍尔比（排名第 49 位）和发展变态心理学家路特（排名第 68 位）等。他们的名字、经典实验、咨询案例、重要著作和心理健康思想都已盖棺论定，彪炳史册。

本丛书精心选择以上 17 位在心理健康研究领域具有巨大影响的心理学大师，对他们的心理健康思想、具体应用以及对社会发展、人类进步的贡献进行了详细解析。首先对大师们生活的时代背景、社会文化环境进行了交代，对他们的家庭背景、童年经历、求学历程、职业发展、学术生涯等生平事迹进行了介绍；其次选译了大师们有关心理健康的经典实验、论文或重要著作的重要章节，进行了详细解读；接着对大师们的心理健康思想或理论形成与发展的社会文化背景和有关心理健康的主要观点进行了论述，对他们系统的心理健康思想或理论进行了评价，并论及他们对心理健康相关研究领域的独特贡献以及研究进展与展望；然后阐述了应用他们的心理健康思想、理论的中外相关心理咨询经典案例，特别是学校教育和青少年教育中的心理咨询案例；最后从整体上讨论了心理学大师的心理学思想与理论，即该心理学流派对我们从事心理健康教育与研究的启示和实践应用前景，冀望能“窥一斑而知全豹”。

本丛书可作为高等院校心理学和教育学专业专、本科生的教学参考书，也可作为心理学以及心理健康教育与研究工作者的参考书。特别建议学校心理健康教育工作者和德育工作者学习、使用本丛书，并作为各级各类学校心理咨询室、心理辅导室和图书馆馆藏的参考

图书。

本丛书由俞国良任主编，雷雳教授、周俊编审和罗晓路博士担任副主编。我们共同商量确定了丛书的编写原则、结构、内容、体例和样章，以及最后的定稿。丛书各册作者由复旦大学、武汉大学、中国人民大学、北京师范大学、东北师范大学、陕西师范大学、首都师范大学、山东师范大学、苏州大学、中国矿业大学、首都医科大学等高校具有博士学位或副教授以上职称的心理健康专业工作者组成。他们本着对心理健康教育事业的挚爱，怀揣把专业知识奉献给社会和大众的梦想，全心全意，殚精竭虑，力求使丛书融知识性、可读性和学术性于一体。从他们身上，我们不仅看到了我国心理健康事业发展的希望，而且真正体会到了经世致用、后生可畏的古训。对诸多青年才俊的信任、支持和卓有成效的工作，我们心存感激！同时，我们真诚感谢浙江教育出版社汪忠社长、张宝珍总编的支持和鞭策，以及丛书各册图书责任编辑的辛勤付出，在此一并向他们表示诚挚的谢意。

作为丛书主编，我始终诚惶诚恐，不敢有丝毫懈怠，全力以赴，力求精益求精。由于时间仓促和水平有限，我们未能及时联系上部分经典论著的译者，祈请他们原谅并与我们或出版社联系；书中的不足、纰漏和错误之处，恳请专家学者和读者朋友批评指正。

俞国良

2012年12月于北京西海探微斋

目 录

引 言	1
-----------	---

第一章 安娜·弗洛伊德生平

第一节 父亲西格蒙德·弗洛伊德	7
第二节 童年阶段	8
一 计划外的出生	8
二 跟保姆的依恋关系	10
三 跟姐姐索菲的竞争关系	11
四 跟父亲的亲密关系	12
第三节 枯燥的学业生活	13
一 成绩好但讨厌上学	13
二 初探精神分析世界	14
第四节 忧郁的少女阶段	15
一 毕业后陷入忧郁	15
二 姐姐索菲结婚	15
第五节 涉世未深的青年阶段	16
一 第一次被异性追求	16
二 短暂的教师生涯	18
三 接受父亲的精神分析	19
四 姐姐索菲去世	20
五 第二次恋爱的机会	21
第六节 初有成就的而立之年	22
一 正式踏上精神分析之路	22

二 跟病人的母亲建立关系	23
三 在精神分析的战场上征战	24
四 照料家庭并支持父亲工作	27
第七节 危机重重的中年阶段	28
一 被迫流亡英格兰	28
二 亲友陆续去世	29
三 跟克莱因的论战	30
四 在汉普斯蒂德的工作	34
第八节 功成名就的晚年阶段	35
一 投入应用领域的工作	35
二 个人成就受到赞扬	36
三 生命的最后阶段	36
附录1 安娜·弗洛伊德生平年表	38
附录2 安娜·弗洛伊德著作列表	39

第二章 心理健康经典名篇选译

第一节 经典名篇选译之一:《发展路线的概念》	41
一 发展路线范例一:从完全依赖到情绪独立和成熟客体关系	42
二 朝向身体独立的发展路线	45
三 更多发展路线的例子	50
四 不同发展路线之间的一致性	54
第二节 经典名篇选译之二:《青少年》	55
一 从精神分析角度看青少年	55
二 临床方面的应用	62
三 正常的青少年	70
四 总结	71

第三章 心理健康经典名著解读

第一节 解读《自我与防御机制》	72
一 基本情况介绍	72
二 主要内容介绍	73

三 评价和启示	79
第二节 解读《儿童精神分析的主要任务》	82
一 基本情况介绍	82
二 主要内容介绍	82
三 评价和启示	92

第四章 心理健康思想述评

第一节 儿童精神分析思想	93
一 儿童精神分析学科的确立	93
二 儿童精神分析的研究方法	94
三 儿童精神分析观点	96
四 儿童精神分析的技术与手段	104
第二节 自我心理学思想	109
一 重视自我的功能	109
二 自我防御机制	110
第三节 儿童精神分析思想的应用	116
一 儿童精神分析在教育领域的应用	117
二 儿童精神分析在法律领域的应用	117
三 儿童精神分析在儿科学领域的应用	118
第四节 小 结	119

第五章 心理咨询案例分析

第一节 儿童游戏治疗案例分析	121
一 游戏治疗概述	121
二 对一例焦虑症儿童的游戏治疗	127
三 对一例注意力缺陷综合症儿童的治疗	135
第二节 自我防御机制案例分析	144
一 自我防御机制分析技术概述	144
二 对一例躯体化障碍女性的咨询案例分析	146
三 对一例灾后心理障碍老年女性的危机干预	154

第六章 心理学理论流派

第一节 西格蒙德·弗洛伊德的精神分析理论体系	164
一 西格蒙德·弗洛伊德的主要理论观点	165
二 西格蒙德·弗洛伊德使用的精神分析技术和方法	171
三 对西格蒙德·弗洛伊德的评价	177
第二节 自我心理学理论体系	179
一 哈特曼的自我心理学思想	180
二 斯皮茨的自我心理学思想	183
三 埃里克森的自我心理学思想	187
第三节 安娜·弗洛伊德精神分析思想的评价	192
一 安娜·弗洛伊德的主要贡献	193
二 安娜·弗洛伊德思想的局限	194
结 语	196
参考文献	200
后 记	205

引 言

安娜·弗洛伊德（Anna Freud, 1895—1982）是奥地利精神分析学家、儿童精神分析创始人之一、新精神分析学派的重要人物，她重视“自我”在人格发展中的功能，被后人认为是自我心理学的先驱。作为精神分析创始人西格蒙德·弗洛伊德（Sigmund Freud, 1856—1939）最小的女儿，安娜在继承、发展父亲心理学事业的基础上，将精神分析对象扩展到儿童身上，发展出具有独创性的儿童精神分析理论和方法。她在工作中强调自我在人格发展中的重要作用，补充并发展了父亲提出的自我防御机制体系，影响了后来的众多自我心理学家。

一 介绍和研究安娜·弗洛伊德思想的意义

（一）安娜·弗洛伊德的工作被长期忽视

作为 20 世纪最重要的社会思潮和学术流派之一，精神分析学派对心理学、教育学、哲学、人类学、文学艺术、伦理学等领域都产生了重大影响。作为精神分析学派的创始人，西格蒙德·弗洛伊德在人类思想史上的贡献是毋庸置疑的，这导致现在大多数心理学史文献提起安娜·弗洛伊德时，都会首先强调她是西格蒙德·弗洛伊德的女儿，而并不将其作为独立的精神分析工作者进行单独介绍。

2002 年，美国一项调查研究对 20 世纪的心理学家的知名度进行了评比，评比结果发表在 2002 年第 2 期的《普通心理学评论》上，题为《20 世纪最杰出的 100 名心理学家》。评比的定量指标有三个：在专业期刊中被引用的频率、在普通心理学课本中被引述的频率和问卷反馈的结果。定性指标也有三个：该学者的姓氏是否曾被用来命名某一心理学术语、是否是国家科学院院士和是否曾被授予美国

心理学会颁发的杰出科学贡献奖或当选为美国心理学会主席。该调查结果显示，安娜·弗洛伊德进入了 20 世纪最著名的 100 名心理学家名单。这足以说明，安娜·弗洛伊德作为精神分析工作者，在心理健康领域的贡献和影响是不容忽视的。

（二）安娜·弗洛伊德在心理健康领域贡献很大

作为儿童精神分析的两大创始人之一 [另一位是英国客体关系学派代表人梅兰妮·克莱因 (Melanie Klein)]，安娜·弗洛伊德创立了具有独立性的儿童精神分析理论，并应用于儿童治疗，当代西方许多儿童精神分析学家的研究和临床工作仍然是在她的理论和实践基础上进行的。同时，安娜通过自己丰富的临床经验总结整理的自我防御机制理论和分析技术，具有重要价值。安娜将自我心理学与儿童发展的研究建立在父亲工作的基础上，她不迷信父亲的理论，强调自我在人格发展中的重要作用，成为自我心理学领域的先驱，推动了自我心理学及后继的精神分析临床研究和理论研究的发展。

安娜·弗洛伊德在其近 60 年的职业生涯中，将自己的大部分精力投入儿童和青少年的精神分析工作中，特别是致力于儿童精神分析的研究、治疗与培训，致力于将儿童精神分析从精神分析的附属分支中独立出来，使儿童精神分析成为一个与精神分析既相关又独立的领域。当今儿童精神分析在英、美等国的蓬勃发展是与她的努力分不开的。

（三）安娜·弗洛伊德提出的儿童分析治疗技术具有独创性和实用性

安娜·弗洛伊德在全世界作精神分析研究、从事教学工作、开办学术讲座近 60 年，她还为战争中以及战后的儿童创立了托儿所、诊疗所，为工作人员建立了儿童精神分析训练中心。她在临床工作中重视游戏在儿童分析治疗中的作用，专门关注青少年的特殊行为表现，提出了青春期特殊自我防御机制的概念并作了相关研究。这些精神分析观点和技术在当今的心理咨询和治疗领域仍然被广泛应用。

二 精神分析思想产生的时代背景

1895 年，安娜·弗洛伊德出生，那正是她父亲西格蒙德·弗洛

伊德形成并正式提出自己的无意识理论之时。安娜一直认为自己是跟“精神分析”一起出生的双胞胎，她的前半生一直在跟这个“同胞”争夺父亲的注意力，直到她青年时期正式踏入精神分析的王国从事精神分析的实践工作之后，才终于与精神分析合为了一体。

安娜后来提出的自我心理学思想、儿童精神分析观点和技术均是建立在经典精神分析基础之上的，所以下文对精神分析产生的背景作简单的介绍。

（一）精神分析学派产生的社会背景

19 世纪末，欧洲处于从自由竞争资本主义开始向垄断资本主义过渡的阶段，资本主义社会的两极分化严重，阶级矛盾凸显，社会竞争也渐趋激烈。人们普遍精神沮丧，神经症和精神病的发病率日渐上升。弗洛伊德一家所在的奥地利，仍受到维多利亚时代个性压抑的影响。西格蒙德·弗洛伊德身处的犹太社会的宗教观念更为强烈，性的禁忌更为严厉，人们正常的性欲也得不到满足。在这样的社会文化环境中成长起来的弗洛伊德，开始特别重视与强调性的压抑在神经症和精神病形成中的作用，并从自己对精神病人的临床治疗中发现及提出了无意识理论，还在此基础之上发展出自己的一套精神分析观点和技术。

（二）精神分析理论所受到的哲学影响

无意识思想是欧洲 19 世纪 80 年代最重要的时代思想之一。叔本华和尼采的关于无意识的思想对西格蒙德·弗洛伊德产生了很大的影响。叔本华认为生存意识是万物的本原。尼采不仅承认无意识的存在，而且认为最伟大、最基本的活动是无意识。莱布尼兹在 18 世纪提出的单子论后来被赫尔巴特和费希纳继承并发展为意识阈限的思想，认为心理就像冰山一样，它相当大的一部分藏于水下，有一些观察不到的力量对它发生着作用。弗洛伊德自己也承认费希纳对他产生了很大的影响。西格蒙德·弗洛伊德的动机学说受到功利主义哲学的唯乐主义影响。他认为本我遵循快乐原则，自我遵循现实原则，快乐原则与现实原则既统一又冲突。这种思想就是以当时流行的未来的唯乐主义学说为基础的。

西格蒙德·弗洛伊德认为人是非理性的，也是受了叔本华和尼

采非理性主义哲学的影响。叔本华认为意志是自在之物，万物之所以成为我们的表象是由于意志的作用，是意志的不断外化。而意志是阴暗、邪恶的，是一种不可遏止的盲目冲动。尼采将叔本华的生命意志改造为权力意志，认为生命的本质是权力意志。在尼采看来，权力意志也是非理性的。西格蒙德·弗洛伊德的无意识学说和泛性论都表现出强烈的非理性主义倾向，这显然是受了叔本华和尼采非理性哲学的影响。

（三）精神分析学派产生的科学背景

西格蒙德·弗洛伊德深受达尔文进化论的影响，他用生物学的观点看人，认为人的本能与动物的本能没有本质区别。弗洛伊德还受到了物理主义和能量守恒观念的影响。他认为力比多（libido）这种心理能是守恒的，它也能从一种形式转化到另一种形式，不会有所损益。

另外，由于精神分析是在神经症和精神病的治疗实践中发展起来的，因此心理病理学的理论和方法对弗洛伊德有直接的影响。关于神经病成因的理论主要有心理病因说和生理病因说，这两种学说在西格蒙德·弗洛伊德的理论中都有所体现。精神分析理论的产生有其深刻的历史人文背景，其观点与方法在近一个世纪以来在众多心理学家的努力下得到不断发展，形成了众多派别，不仅在西方心理学中占有重要地位，而且成为一种影响当代西方文化的重要社会思潮。

（四）安娜·弗洛伊德在精神分析学派中的地位

精神分析在西格蒙德·弗洛伊德以后，又有了许多新的发展，它们都是基于弗洛伊德理论的某种局限性，从一个新的视角提出的更为深入细致的研究。与其他心理学流派和其他文化领域有密切的关系，其中自我心理学就是一个很重要的方向。其实，在弗洛伊德的理论体系中早已蕴涵自我心理学的思想，后经他的女儿安娜·弗洛伊德的过渡，最终由哈特曼建立，并经埃里克森等人发展，逐渐形成自我心理学体系。安娜在这个发展过程中，起到了承上启下的作用，被后人看作是自我心理学的奠基人之一。

除了突破本我决定论、重视自我的功能，安娜还发展了丰富的

阻碍健康成长与发展的儿童精神病理的概念，创立了儿童精神分析的研究；她在应用领域的工作影响了全世界儿童的生活，她的学生以及被她所激励的人众多，不仅仅包括哈特曼、埃里克森、汉普斯蒂德和耶鲁团体，还有很多分析师、精神病医生、心理学家和社会工作者以及几乎所有的 20 世纪中后期的儿童分析师和儿童精神病专家。

三 本书的主要内容

本书的主体部分共包含以下 6 章内容：

第一章为安娜·弗洛伊德的生平，介绍了安娜出生和成长的经历、求学经历和走上精神分析之路的历程。安娜作为弗洛伊德家里唯一没有成家的孩子，承担了父亲西格蒙德·弗洛伊德晚年的大部分秘书和保姆工作。在照顾父亲的同时，她继承了父亲的衣钵，并在此基础之上开创了儿童精神分析领域的工作。希望读者从这一部分内容体会安娜如何在父亲的光环笼罩下，从“精神分析公主”成长为“儿童精神分析之母”的。

第二章为心理健康经典名篇选译，选择安娜·弗洛伊德于 1965 年出版的《儿童的正常与病理：对发展的诊断》（*Normality and Pathology in Childhood: Assessments of Development*）第三章中关于“发展线索的概念”部分内容，以及 1958 年发表在《儿童精神分析研究》第 13 期上的《青少年》（*Adolescence*）一文进行了翻译。

第三章为心理健康经典名著解读，选择安娜论著中被专业论文引用率比较高的《自我与防御机制》（*The Ego and the Mechanisms of Defence*）和《儿童精神分析的主要任务》（*The Principal Task of Child Analysis*）两本著作进行介绍并点评。《自我与防御机制》是安娜送给父亲八十大寿的生日礼物，主要总结和整理了西格蒙德·弗洛伊德之前提出的防御机制，并在自己的临床经验基础上提出了几种新的自我防御机制类型，这本书中安娜第一次提出在精神分析中应该关注自我的功能。安娜通过《儿童精神分析的主要任务》指出了儿童精神分析所面临的挑战和主要任务，让我们了解到儿童精神分析的发展方向和应用前景。

第四章为心理健康思想述评，首先介绍安娜·弗洛伊德在心理健康领域的主要观点——关于儿童精神分析的主要观点、儿童发展的概念，以及她在儿童精神分析和治疗中所使用的方法与理念；其次介绍了她的自我心理学思想，她提出和完善的自我防御系统，以及她对儿童自我功能的分析；接着介绍了安娜在其人生的后几十年中为儿童治疗、教育、法律等应用领域所付出的心血和努力；最后对安娜在心理健康领域的工作进行了评价。

第五章为心理咨询案例分析，结合安娜·弗洛伊德提出的儿童精神分析与自我防御机制的观点和分析技术，选择两个使用游戏疗法的儿童心理咨询案例和两个成年人自我防御机制分析案例进行介绍与点评，进一步通过具体应用实例来加深读者对安娜·弗洛伊德的心理健康思想和精神分析技术的理解。

第六章为心理学流派，介绍了安娜·弗洛伊德所处的心理学体系，重点介绍了经典精神分析流派和自我心理学理论体系的代表人物及其思想。

我们希望读者通过本书，能够了解安娜·弗洛伊德的个人成长经历和思想发展历程；体会和了解安娜·弗洛伊德的心理健康思想和精神分析技术；合理看待安娜·弗洛伊德作为独立的精神分析工作者所作出的贡献。

第一章 安娜·弗洛伊德生平

安娜·弗洛伊德是奥地利精神分析学家、儿童精神分析创始人之一、新精神分析学派的重要人物，她重视“自我”在人格发展中的功能，被后人认为是自我心理学的先驱。安娜·弗洛伊德是著名精神分析学家西格蒙德·弗洛伊德最小的女儿，也是日后唯一与父亲的事业有着紧密联系的孩子。

第一节 父亲西格蒙德·弗洛伊德

安娜的父亲西格蒙德·弗洛伊德是奥地利精神病医生及精神分析学家，是精神分析学派的创始人。西格蒙德·弗洛伊德1856年出生于奥地利摩拉维亚省（Moravia，现属捷克）的一个犹太家庭，4岁时随全家迁居维也纳。

西格蒙德17岁时考入维也纳大学医学院，26岁获得医学博士学位，之后他在恩斯特·布吕克（Ernst Wilhelm Ritter von Brücke，1819—1892）教授的生理研究室从事理论研究工作，在那里与约瑟夫·布罗伊尔（Josef Breuer，1842—1925）相识并成为密友。1882年7月，他进入维也纳全科医院工作。1885年，他前往巴黎，在沙可（Jean-Martin Charcot）门下学习催眠，并在沙尔彼得里哀尔医院实习，于1886年2月返回维也纳。

1882年，西格蒙德与玛莎·柏内斯（Martha Bernays，1861—

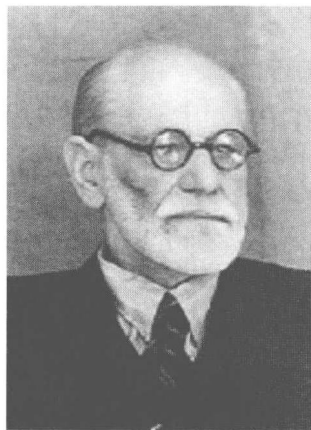


图1-1 西格蒙德·弗洛伊德