

遊戲中的孩子，忘我到幾乎脫離現實。
他們佔據一個無法輕易離開，也不容他人入侵的領域。
這領域不是內在的心理現實，是在個人之外，卻不是外面
遊戲是個體驗，有創意的體驗，而且還是將時空連續一體的體驗，
也就是生存的一種基本形式。

遊戲與 現實

Playing and Reality

Donald W.
Winnicott



· 溫尼考特 — 著

— 譯 王浩威 — 策劃、審閱、序 財團法人華人心理治療研究發展基金會 — 共同出版



TIP



遊戲與現實

Playing and Reality

作者—唐諾·溫尼考特 (Donald W. Winnicott)

譯者—朱恩伶

審閱者—王浩威

出版者—心靈工坊文化事業股份有限公司

發行人—王浩威 諮詢顧問召集人—余德慧

總編輯—王桂花 執行編輯—朱玉立

內文排版—辰皓出版製作股份有限公司

通訊地址—10684 台北市大安區信義路四段53巷8號2樓

郵政劃撥—119546215 戶名—心靈工坊文化事業股份有限公司

電話—02) 2702-9186 傳真—02) 2702-9286

Email—service@psygarden.com.tw 網址—www.psygarden.com.tw

製版·印刷—彩峰造藝印像股份有限公司

總經銷—大和書報圖書股份有限公司

電話—02) 8990-2588 傳真—02) 2990-1658

通訊地址—248 台北縣五股工業區五工五路二號

初版一刷—2009年3月

ISBN—978-986-6782-49-7 定價—320元

Playing and Reality by Donald W. Winnicott

Copyright © 1971 by Donald W. Winnicott

Published by arrangement with Paterson Marsh Ltd. and The Winnicott Trust

Complex Chinese translation copyright © 2009 by PsyGarden Publishing Company

ALL RIGHTS RESERVED

版權所有·翻印必究。如有缺頁、破損或裝訂錯誤，請寄回更換。

國家圖書館出版品預行編目資料

遊戲與現實／唐諾·溫尼考特 (Donald W. Winnicott) 作；朱恩伶譯。-- 初版。-- 台北市：心靈工坊文化，2009.3

面：公分。-- (Psychotherapy ; 25)

譯自：譯自：Playing and Reality

ISBN 978-986-6782-49-7 (平裝)

1. 精神分析學 2. 遊戲治療 3. 兒童發展 4. 個案研究

175.7

97023258

Psychotherapy

探訪幽微的心靈，如同潛越曲折逶迤的河流
面對無法預期的彎道或風景，時而煙波浩渺，時而萬壑爭流
留下無數廓清、洗滌或抉擇的痕跡
只為尋獲真實自我的洞天福地

Playing and Reality

Donald W.
Winnicott

遊戲與 現實

唐諾·溫尼考特——著

朱恩伶——譯 王浩威——策劃、審閱、序

財團法人華人心理治療研究發展基金會 共同出版

獻給我的病人
感謝他們付費來教我

目次

中文版序 溫尼考特，一位「夠好的」精神分析大師／王浩威	9
譯序 向溫老伯借一盞回憶的神燈／朱恩伶	15
中文版編譯事項說明	27
謝辭	28
前言	29
第一章 過渡客體與過渡現象	33
第二章 做夢、幻想、與生活——一樁初期解離案例	65
第三章 玩遊戲——理論的陳述	79
第四章 玩遊戲——創造性活動與自我追尋	99
第五章 創造力及其起源	117
第六章 客體的使用以及透過認同產生的關係	145
第七章 文化體驗的所在	157
第八章 我們生活的處所	169
第九章 在孩童成長中母親與家人所扮演的鏡子角色	179
第十章 來自跨性別認同而非本能驅力的相互關係	189
第十一章 當代的青少年發展觀念及其對高等教育的啟示	215
後記	232
附錄一 參考書目	233
附錄二 英文索引	239

【中文版序】溫尼考特，一位「夠好的」 精神分析大師

關於溫尼考特，我們應該怎麼看待他的重要性？不論對於精神分析或心理治療的理論是否熟稔，我們究竟受到溫尼考特的影響有多少？

1938年，佛洛伊德父女在恩尼斯特·瓊斯（Ernest Jones）協助下，透過大國之間的外交斡旋，好不容易才離開了納粹佔領下的維也納，直奔倫敦。1939年，隨著佛洛伊德的去世，所謂「兩位女士的戰爭」也開始搬上檯面。一方面，1926年先到英國的克萊恩是溫尼考特的督導，而溫尼考特也是克萊恩兒子的分析師；可是，另一方面，根據安娜·佛洛伊德的說法，他們父女抵英期間，溫尼考特是「英國學會中，唯一到他們在梅爾斯菲花園街住家問候的會員。」（F. R. Rodman, 1987）這個說法也許有待保留，但安娜·佛洛伊德為何特別提及溫尼考特，恐怕是有意義的。

溫尼考特晚年描述自己童年時，曾經自稱「我太常被丟給母親們照顧，幸虧十三歲時被送去（寄宿學校）唸書。」也許是有太多與「母親們」互動的經驗，他和兩位女士一直都維持相當程度的正面關係。因此，在克萊恩派和安娜·佛洛伊德派之間，開始出現中間派（middle school）或獨立派（independent school）。屬於這一派的還包括下列人士：巴林特（Michael Balint）、費爾貝恩（W. R. D. Fairbairn）、米爾納（M. Milner），以及更年輕的萊克勞福（Charles Rycroft）、瑪殊·汗（Masud Khan）和洛瑪斯（Peter Lomas）。

溫尼考特不只是獨立派的，他甚至是這沒有組織的獨立派系中被私下公認的領袖。他沒有進行任何領導工作，但卻被公認為領袖，關於這一點，不是單以童年有「許多媽媽」可以解釋的，而是來自他表現出來的獨立思想，以及一生發表許多獨到的創見，因此所獲得的尊敬。

在兩位女士衝突最嚴重的那些年，他曾經負責戰火最密集的英國精神分析學會的兒童部門長達廿五年，甚至兩度擔任主席（1956-9、1965-8）。他讓人感覺到安全，但不是討好。有許多信件顯示，他熱衷寫信給每週一次在學會中發表論文的會中大老級人物，而且經常是不假顏色的批評，這是在公開討論時較少出現的。譬如，1952年，溫尼考特寫信給漢娜·西格爾（Hanna Segal），她是克萊恩公認的大弟子，信中他寫到：「有些時候你太自信了……。」

他包容但嚴謹的態度，其實還有更多迄今仍不為人注意的非凡見解。譬如，他對榮格（Carl Jung）和拉岡（Jacques Lacan）的態度。榮格和佛洛伊德的決裂已經是許久以前發生而成為歷史記錄的一部分了。但溫尼考特在他擔任英國任何與心理治療或其他相關的職位時，卻毫不介意地不斷開放英國的榮格學派（以邁可·福德罕〔Michael Fordham〕為首），不在乎佛洛伊德派基本教義份子的抱怨。同樣的，1953年，國際精神分析學會要開除法國拉岡及其弟子時，溫尼考特是拉岡唯一積極爭取支持的對象。而且，即便這事已無法挽回了，溫尼考特還是繼續和拉岡維持一定的情誼，甚至在1960年他還邀請拉岡赴倫敦講學。可惜拉岡當時在巴黎太忙了，根本無法撥出時間赴英。

這些年來，在巴黎也好，倫敦也好，甚至是最受安娜·佛洛

伊德影響的美國也好（例如西雅圖），都開始出現佛洛伊德派、榮格派、克萊恩派、拉岡派等等，逐漸匯聚一堂，重新回來「精神分析」（或稱心理分析）這一塊共同立足地，打破藩籬，開始討論和對話。似乎，溫尼考特在這一方面的主張，在歷史上的發展來說，是頗有先見之明的。

那麼，溫尼考特在學術方面的貢獻又是如何呢？

在精神分析的理論發展歷史上，佛洛伊德、榮格、拉岡和克萊恩四位，他們的理論不只皆可以成為完整的思想系統，甚至影響力是不限於臨床，而是在幾乎所有人文科學都曾激起不等的波瀾。溫尼考特的影響，相對而言，是侷限多了。他的影響是在精神醫學、心理治療、心理學、教育、社會工作等學門的兒童部分。雖然，他對大眾文化在教養方面的影響層面，也許不及上述佛洛伊德等四人廣泛，卻極為深厚。畢竟，在精神分析或心理治療的發展歷史中，能夠有溫尼考特這樣影響力的，其實並不多。

關於溫尼考特理論上或臨床上的貢獻，任何治療師都可以朗朗上口的提出幾個，例如「過渡客體」、「遊戲」、「創造力」、「扶持」（holding）等等。麥可·雅各（Michael Jacobs）在一本關於溫尼考特的傳記裡，試著列出他的貢獻。這雖然不是最好的描述，但因為是最結構的，也就最容易轉述。

雅各將溫尼考特的理論貢獻分成幾個區塊（筆者稍有修改）：

- 一、成熟期的達成：身心合一、自我統合、我／非我、從依賴到獨立、適應現實、心智發展、罪惡感與關懷的能力、創造力和遊戲的能力、獨處的能力、青春期、大我

(the Self)。

二、母職的任務：原初母親的專注、促長環境、適應與疏於適應、鏡子理論、錯覺和察覺、過渡客體、容許不成熟、夠好的母親 (good enough mother)、存活、剝奪與偏差。

三、父親與家庭（這部分顯然有事後想補充，卻心有餘而力不足）。

四、障礙的分類（有關在發展過程中，如果有不順，可能產生的狀態等分類體系）。

《遊戲與現實》是他過世前（1971年元月）完成，但死後（同年）才出版的。在這之前溫尼考特也出版過幾本書，有的是論文結集，譬如《從小兒醫學邁向精神分析論文集》（*Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis*, 1935），更多是透過廣播對大眾演講的結集，譬如《孩子、家庭與外在世界》（*The Child, the Family and the Outside World*, 1964）。1965年出版的《成熟過程和促長環境》（*The Maturation Processes and the Facilitating Environment*）是他試圖藉著過去發表的相關文章，依理論發展的環節排列出來的一本理論書。這個努力到了《遊戲與現實》，才臻成功。

《遊戲與現實》不只是完整呈現了溫尼考特內心想要表達的理論系統之一（不是全部，譬如死後遺稿《人性本質》〔*Human Nature*, 1990〕或之前《成熟的過程與促長環境》都是處理不同切入點的不同理論系統），也是最成熟的寫作和整理。

在翻譯這一本書的過程中，更加體會到溫尼考特的特色：乍

看如此平實的睿智，卻是同時有好幾層的涵意。特別感謝朱恩伶的翻譯，每一次譯完，我們都有很艱鉅也很冗長的來回，她都不厭其煩地重譯、再譯。這一本幾乎可以說是譯了三次才出現的經典之作，製作過程前後歷經四年，若不是出版社和基金會強烈要求審閱期限，譯者和我恐怕是沒完沒了了，甚至也許是永遠沒有完成的一天。還是感謝朱恩伶。以及這一本書經歷的三位編輯：素霞、佳慧、玉立。

王浩威

精神科醫師

華人心理治療研究發展基金會執行長

2008年十二月

【譯序】向溫老伯借一盞回憶的神燈

朱恩伶

小王子與睡美人

很久很久以前，有個小男孩非常喜歡童話故事，也相信自己有魔法。他每天早上的第一個任務，就是親吻睡美人，將她從仙女的魔咒中拯救出來。有一天，他不小心發現，睡美人竟然自己醒了，原來她的沉睡是裝出來的。剎那間，他失望極了，幾乎快哭了。

「阿姨，你醒了？你是裝睡的？」

「哎呀，糟了，睡美人睡了一百年，張不開眼睛了。」為了撫慰並轉移他失望的心情，我急中生智。「睡了一百年，長了好多眼屎，黏住眼皮了。」

小王子聽了立刻破涕為笑，並舉一反三，哈哈大笑說：「還有口臭，一百年沒刷牙了，一定有口臭！」

小王子跟睡美人就這樣一起捧腹大笑，笑彎了腰。

這名小男孩是我娘家樓上的鄰居，因為父母白天要上班，打從滿月起就送到我家來，央請滿心期待抱孫子卻已無孫可抱的家母幫忙照顧。小男孩會走路以後，我恰好對工作環境的裝潢過敏，改行在家翻譯書籍，常常忙到三更半夜，日上三竿才起床，