

# 精神分析導論

A Short Introduction to Psychoanalysis

Jane Milton, Caroline Polmear, Julia Fabricius 著

施琪嘉 曾奇峰 主譯

2008

# 精神分析導論

A Short Introduction to Psychoanalysis

Jane Milton, Caroline Polmear, Julia Fabricius 著

施琪嘉 曾奇峰 主譯



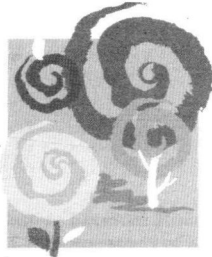
五南圖書出版公司 印行

精神分析導論 / Jane Milton, Caroline Polmear, Julia Fabricius 著；施琪嘉、曾奇峰主譯。—初版。—臺北市：五南，2007[民95] 面：公分  
參考書目：面  
譯自：A short introduction to psychoanalysis  
ISBN 978-957-11-4669-0(平裝)

1. 精神分析學

175.7

96002009



1BYN

## 精神分析導論

作者 — Jane Milton、Caroline Polmear、Julia Fabricius

主譯 — 施琪嘉 曾奇峰

發行人 — 楊榮川

總編輯 — 王秀珍

主編 — 陳念祖

責任編輯 — 李敏華

封面設計 — 童安安

發行者 — 五南圖書出版股份有限公司

地址：106台北市大安區和平東路二段339號4樓

電話：(02)2705-5066 傳真：(02)2706-6100

網址：<http://www.wunan.com.tw>

電子郵件：[wunan@wunan.com.tw](mailto:wunan@wunan.com.tw)

劃撥帳號：01068953

戶名：五南圖書出版股份有限公司

台中市駐區辦公室/台中市區中山路6號

電話：(04)2223-0891 傳真：(04)2223-3549

高雄市駐區辦公室/高雄市新興區中山一路290號

電話：(07)2358-702 傳真：(07)2350-236

法律顧問 得力商務律師事務所 張澤平律師

出版日期 2007年2月初版一刷

定價 新臺幣420元

※經授權，本書譯文使用自中國輕工業出版社  
之簡體中文版《精神分析導論》

※版權所有，欲利用本書內容，必須徵求本公司同意※

# **A Short Introduction to Psychoanalysis**

Jane Milton  
Caroline Polmear  
Julia Fabricius

A Short Introduction to Psychoanalysis, 2004 by Jane Milton, Caroline Polmear & Julia Fabricius  
English language edition published by Sage Publications of London, Thousand Oaks and New Delhi, © Jane Milton, Caroline Polmear & Julia Fabricius, 2004.

Complex Chinese translation rights © 2007 by Wu-Nan Book Inc.  
All Rights Reserved.

# 前言

什麼是精神分析？這個問題沒有一個簡單的答案，因為它涉及到一個複雜的、多層面的學科領域。精神分析除了令人感到好奇之外，也為許多不安、誤解、偏見甚至神秘感所圍繞。本書言簡意賅地介紹了精神分析的理論、實踐、歷史和應用，描述了當今精神分析職業現況。

心理學、精神病學、心理治療、精神分析等等，如何區分這幾個概念？詞根「psych」來源於希臘語，它的意思是靈魂或精神，以區分與之相對的軀體。現在常指精神。心理學（Psychology）指的是包括對精神以及其功能所有方面的研究，如包括對感知、記憶、思維及對像開車、操作機器等這樣複雜的心理軀體技能的研究。幾乎每一個人對自己的或其他人的精神領域感興趣，但較正規地講，心理學是一門具有研究性質的學科，是科學的一個分支，對之的研究可達到或超過某一種程度。研究性的心理學原則上包括對精神分析的研究，雖然實際上這僅僅是學校許多課程中很少的一部分。臨床心理學（Clinical psychology）是心理學的一個分支，與幫助有心理障礙的人有關。臨床心理學家在取得心理

學學位後必須接受進一步的培訓。他們沒有處方權，但他們可以對病人進行評估，並可以運用各式各樣的心理治療方法。

精神病學（Psychiatry）是醫學的一個分支。所有的精神病學家都是醫生，他們受過進一步的專業培訓，治療有精神病的病人。精神病學家可以用藥，也可用交談式的心理治療，或者兩者兼而用之。心理治療（Psychotherapy）是對交談治療的一個專用術語，臨床心理學家、精神病學家以及其他非以上背景的受過專業培訓的心理治療師均可以做心理治療。例如，護士、社工或其他可能接受過心理治療專業培訓的人。在第八章，我們將會介紹許多種類型的心理治療，每一種心理治療都需要特別的培訓。精神分析（Psychoanalysis）是心理治療的起源之一，也是心理治療中最常用及高頻率的形式之一。在它的各種形式中，精神分析曾經是心理治療中的經典和以高頻率為特點的形式之一，如今它已經讓位於較低頻率的各種形式的精神分析性心理治療實踐（Psychoanalysis psychotherapy）。在第二章，我們會深入地描述，精神分析不僅僅是心理治療的形式之一，它更是關於精神領域的一整套理論體系和觀察探究精神過程的一種手段。

以下將列出九章內容簡介。第一章我們從精神分析發生的場所開始，病人和其治療師正處於精神分析的一個療程的中間階段。由此，我們將逐步擴展到其他的病人，我們將對臨床上精神分析中發生了什麼，以及為什麼會發生作一個更

綜合性的概述。第二章我們將對精神分析理論作一個概述。第三章講述精神分析的歷史淵源。第四章介紹精神分析在不同文化背景下播種、發芽以及擴展的情況。第五章轉向有關精神分析評論中一些嚴肅的問題並就此予以討論。第六章把目光轉向精神分析研究中的一些複雜的領域。第七章講述精神分析在諮商室以外應用的一些方式。第八章從精神分析和其他的心理治療方式出發，試著展現精神分析處在各種心理治療方式中的地位。最後，在第九章，我們介紹了英國精神分析的培訓、職業體系以及涉及到的國內和國際框架。

我們已經意識到，精神分析是一種奇特的、吸引人的、令人注目的、對個人有幫助的、困難的、有回報的領域。我們每一個人都非常感謝領我們進門的老師，同時也感謝那些在這條不斷學習的漫漫長路中幫助過我們的老師和病人們。在此我希望和大家分享這份感激。真誠地希望這本書能夠回答一些大家感到困惑的問題，並引起繼續閱讀下去的興趣。如果本書能夠對那些以前沒有接觸到類似知識的人有所幫助，並引起一部分人的興趣，那麼我們的目的就達到了。

# 【目 錄】

前言	i
<b>第一章 什麼是精神分析</b>	1
誰是病人	4
什麼是精神分析	8
精神分析過程	11
<b>第二章 精神分析理論的基礎</b>	27
用精神分析觀點看「內在世界」	28
佛洛伊德的精神模式	29
症狀形成	30
心理防禦機制	32
行為倒錯和玩笑	35
夢	36
幻想	37
精神表象（或表徵）和內在客體	40
精神分析關於發展的展望	41
哀傷的重要性	42
佛洛伊德的發展理論	44
發展線：安娜·佛洛伊德	49
幻想和現實的鬥爭：梅蘭妮·克萊恩	52



促進性環境：唐納德·溫尼科特	56
弄清理論差異	60
<b>第三章 精神分析簡史</b>	<b>63</b>
佛洛伊德從「大腦」到「心靈」的轉換	64
精神分析的誕生	69
誘惑假設	71
兒童期性欲	72
夢和自我分析	73
早期學術圈	75
衝突和異議	77
佛洛伊德正在發展的觀點	79
一些關鍵歷史人物	83
桑道爾·費倫齊	83
卡爾·亞伯拉罕	83
歐內斯特·瓊斯	84
梅蘭妮·克萊恩	84
安娜·佛洛伊德	84
詹姆斯·斯特雷奇	85
羅納德·費爾貝恩	86
海因茨·哈特曼	86
唐納德·溫尼科特	87
邁可·巴林特	87
奧托·費尼切爾	88

威爾弗雷德·比昂	88
瑪麗思·米爾納	89
約翰·鮑爾比	89
赫伯特·羅森費爾德	90
貝蒂·約瑟夫	90
漢納·西格爾	91
海因茨·科胡特	91
哈羅德·斯圖爾特	92
約瑟夫·桑德勒	92
<b>第四章 不同文化背景下的精神分析</b>	<b>95</b>
熱情的擁抱：精神分析在美國	96
避免分裂：精神分析在英國	101
個人主義和獨裁主義：精神分析在法國	105
雅各·拉岡	107
法國心身醫學和其他相關學派	109
安德勒·格林	111
專制及其以後：極權主義政體下的精神分析	112
精神分析與妥協：納粹德國	113
精神分析在反抗：阿根廷	117
地下的精神分析：捷克	119
結論	121

<b>第五章 對精神分析的批評</b> .....	123
對精神分析有關真理和知識主張的批評：	
波普爾、斯歐弗飛、格林鮑姆等人 .....	125
對佛洛伊德的氣度和創造力質疑的批評—	
全面研究佛洛伊德的學者：羅雅曾、	
艾倫伯格、蘇諾威 .....	134
對精神分析政治和意識形態的批評：	
米勒特、廷帕納羅、薩斯、里科羅夫特 .....	139
來自病人的批評：薩瑟蘭、桑茲和其他人 .....	143
總體的批評：理查·韋伯斯特、	
弗里德里克·克魯斯、傑佛瑞·瑪森與其他人 .....	145
結論 .....	153
<b>第六章 精神分析與研究</b> .....	155
作為臨床研究的精神分析 .....	156
概念研究 .....	158
精神分析概念的臨床外的驗證 .....	159
交叉學科的研究 .....	162
在親子關係上的觀點：動物行為學和發展心理學 ..	163
來自神經生物學的觀點 .....	167
關於治療結果的研究 .....	169
隨機對照試驗 .....	170
短程精神分析心理治療結果 .....	173
中程精神分析心理治療結果 .....	174

心理治療研究的結果測量 .....	177
精神分析本身效果的研究 .....	178
最近的三個精神分析結果的研究 .....	180
結論 .....	182
<b>第七章 諮商室外的精神分析 .....</b>	<b>183</b>
精神分析諮商 .....	183
對組織的諮商 .....	184
對助人職業者的諮商 .....	186
對家庭醫師的諮商 .....	190
對護理專業和護士的諮商 .....	194
對幼兒工作專家的諮商 .....	196
學院中的精神分析 .....	198
精神分析研究 .....	200
精神分析和哲學 .....	201
精神分析、文學和藝術 .....	203
精神分析和電影 .....	207
精神分析和社會問題 .....	208
<b>第八章 精神分析和心理治療 .....</b>	<b>213</b>
談話治療的多樣性 .....	213
精神分析和心理治療 .....	217
精神分析和個人精神分析心理治療的關係 .....	217
心理動力性諮商 .....	219
兒童和青少年心理治療 .....	220

小組（集體）分析性心理治療 .....	221
NHS中的動力取向的心理治療 .....	222
分析性心理學（榮格分析） .....	224
非動力性心理治療方法 .....	225
精神分析立場的特別性 .....	226
以人為中心的治療方法 .....	227
完形治療 .....	228
系統心理治療方法 .....	229
認知行為治療 .....	232
認知分析治療 .....	235
「對稱」取向：輔助諮商和自助 .....	235
再養育方法：羅納得·萊恩 .....	236
權力的狂熱崇拜 .....	237
<b>第九章 職業化</b> .....	239
主要組織 .....	239
英國精神分析協會 .....	239
國際精神分析聯盟 .....	240
精神分析學院 .....	241
國際精神分析雜誌 .....	241
倫敦精神分析醫院 .....	242
精神分析和醫學工作 .....	242
職業的發展 .....	244
早期的成員 .....	245

組建培訓	246
當今的職業化	246
培訓	246
BPAS的成員	250
精神分析師每天的工作	250
臨床管理	251
倫理	252
倫理規範措施及方針	253
倫理委員會	254
人人平等	254
心理治療職業的外部調節	256
精神分析和廣闊的世界	257
精神分析和精神分析性心理治療組織之間的關係	258
精神分析和其他的學派	259
對公眾公開教授和討論事件	259
參考文獻	263

# 1

## 什麼是精神分析

此刻，你是治療室牆上的一隻特許停留的蒼蠅。阿藍，55歲的男性，在一次與分析師已經進行了15分鐘的訪談中正在報告他的一個夢。以蒼蠅的方式，你注意到了這種氣氛，靜謐而平和。儘管對你而言似乎什麼也沒發生，但他們兩人似乎都深深地沉浸在一些情境當中。阿藍看上去正和他自己交談，而他的分析師正專注地聽著。他努力地搜尋昨天晚上那個夢的細節，把它們從掩蓋物下拉回來。

阿藍說：「我站在一個樓梯平臺上，有很多扶手。」在描述扶手確切的形狀和細節之前，他停頓了一下。「那兒有一個瘦瘦的男人，我推他翻過扶手。他對我說：『當你的體重減輕了4英石（英重量單位，1英石=14磅=6.35千克。—譯者註）和14英石時，你可能翻倒。』這就是我所能記起的所有內容了。」阿藍深思了一會兒，然後談到「翻倒」。他認為「翻倒」的含義就是那個男人可能沒站穩跌倒了。他正在回憶在夢中他是否推倒了那個男人。他想那個男人正在暗示他，當他減輕4英石和14英石時，那他也可能跌倒，可能失去他的平衡。

當阿藍回憶夢中的不同部分時，他任思緒跟著那些他想到的念頭想像、回憶。他想到減肥計畫。他想不出他為什麼會夢到4英石和14英石，雖然不理解這部分夢，但並不感到困擾，以後可能會有什麼東西浮現出來。可能這是由於他下一個目標是18英石，他陷入了沉思中。他記得年輕時在學校很瘦。特別是在體育方面，他想到他和最激烈的一個競爭者競賽跑步時的情景。他記起，那時也發生了一些其他的事情。他驚訝地笑了，他說直到現在他已經有30年沒有想到這些事情了，但是現在他注意到，想到這些記憶使他感到焦慮。

正當阿藍敘述這件事時，治療師注意到當她開始想要對這個夢說點什麼時，她覺得自己必須非常小心地避免用很強的語氣說出來，以免引起爭鬥。氣氛微妙地變得幾乎令人察覺不到地緊張起來。阿藍記得，在競爭中的打鬥真如一場殊死搏鬥，他想如果當時這件奇怪的事不發生的話，他會完全失去控制殺死他。他感到自己如果凍般癱軟，站起來，慢慢地走開。

對他還是一個瘦弱的年輕人時，就承受由於失去控制和變得殘暴的恐懼，進一步思考之後，回想起當他還是一個小孩時，父親因心肌梗塞死亡猝然離世。就治療師所知，這一死亡導致了阿藍如此深的創傷，以至於可以預測他作為孩子會產生的障礙。他形成了強迫行為，包括反覆檢查他是否關掉了水龍頭、晚上是否關好了窗上的鎖，似乎他相信他應在某些方面為父親的去世受懲罰。

阿藍打斷自己的回憶說道：「順便說一句，我昨天去看



醫生討論停掉所有藥物的事情。」他提醒分析師他目前正在服用4種不同的藥物。並告訴治療師這些藥物分別的作用：一種抗精神病藥物、一種抗憂鬱劑、一種 $\beta$ -受體阻滯劑、一種降壓藥。他們談到了一些這次去看家庭醫師（GP, general practitioner）的事情。阿藍既強調了他想停服所有藥物的願望，因為他在分析師的幫助下情況有了很大的改善，也強調了他需要非常小心地做這件事的必要。他知道有些人因為突然停掉抗憂鬱劑而幾乎突然死掉，因為醫生不厭其煩地告誡突然停藥非常危險，他與醫生達成協定，以每兩週藥物減半的速度減藥。分析師說：「也許這有助於我們理解你夢中的4和14的含義。雖然你很想健康，而且在你的分析中做得也很好，每14天減更多量，不服用這4種藥你能維持的不錯，但是你也擔心沒有了這4種藥物以及發胖的體形，你可能會失去平衡，被驅使去爭鬥，使用暴力。也許你也害怕發生針對我——你的瘦弱的分析師——的暴力。扶手使我想到了諮商室外面的那些扶手，就是你進來時可以見到的那些扶手。」

阿藍說：「是的，我記得我以前在哪兒見過這些扶手！但是我怎麼知道我不會失去理智冒犯你？那時我剛好想到一些事情。」阿藍此時非常生氣。「當分析師在媒體上受到攻擊時，他們完全不保護自己的做法使我特別生氣，聽到一次又一次對佛洛伊德和精神分析的詆毀，你們這夥人都做了些什麼？什麼也沒做。」