

汉译经典

OUR INNER CONFLICTS

我们内心的冲突

〔美国〕卡伦·霍尼 著 王作虹 译 陈维正 校

 译林出版社

汉译经典

〔美国〕卡伦·霍尼 著
王作虹 译 陈维正 校

我们内心的冲突

 译林出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我们内心的冲突 / (美) 霍尼 (Horney, K.) 著; 王作虹译;
陈维正校. —南京: 译林出版社, 2014.7

(汉译经典)

书名原文: Our inner conflicts

ISBN 978-7-5447-4754-7

I. ①我… II. ①霍… ②王… ③陈… III. ①精神分析—研究
IV. ①B84-065

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第109421号

- 书 名 我们内心的冲突
作 者 [美国] 卡伦·霍尼
译 者 王作虹
校 正 陈维正
责任编辑 韩继坤
特约编辑 郭挚英
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
译林出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
电子信箱 yilin@yilin.com
出版社网址 <http://www.yilin.com>
印 刷 三河市祥达印刷包装有限公司
开 本 640×960毫米 1/16
印 张 12.5
字 数 151千字
版 次 2014年7月第1版 2014年7月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5447-4754-7
定 价 35.00元

译林版图书若有印装错误可向承印厂调换

译者序

美国心理学专家卡伦·霍尼的这本论著，在现代人格心理学的发展史以及精神分析的理论与实践上，都具有划时代的意义。卡伦·霍尼（1885—1952）生于德国汉堡，就读于柏林，于1913年获医学博士学位。从1914年到1918年，她在柏林-朗克维兹研究精神病学，并在1918—1932年期间任教于柏林精神分析研究院。为逃避纳粹迫害，霍尼于1932年赴美并在其后两年中担任了芝加哥市精神分析研究所副所长。1934年她来到纽约，在纽约精神分析研究院任教，一直到1941年。该年，在她的发起下，精神分析促进会和全美精神分析研究院成立，她担任院长直至逝世。除了积极从事教学与精神治疗的研究和实践以外，她还是美国最权威的精神分析杂志的编辑、全美精神病学学会的成员；她经常为该学会撰写论文。霍尼的著述甚丰，主要有《我们时代的神经症人格》、《精神分析的新途径》、《自我分析》、《我们内心的冲突》等。

由弗洛伊德创始的精神分析，在近代和现代西方思想中具有突出的、独特的重要地位。但自从这一思想运动深入发展之时起，便产生了许多杰出的、持不同见解的代表性人物，他们对弗氏的正统精神分析学或偏离，或背叛，这样，不仅开拓了精神分析的

新领域，也从不同的、全新的角度揭示了弗洛伊德思想固有的矛盾和缺陷。其中，卡伦·霍尼作为新弗洛伊德学派的代言人，从社会文化的角度出发，对弗氏的学说作了重大的修正和批判。这主要表现在她以文化决定论取代了弗氏的生物决定论。比如，人的内心冲突以及由此而产生的一系列神经症状一直是心理学的主要课题，但在霍尼之前却没有得到足够的重视，更少有人以科学的态度对之进行严密、细致的分析。有的心理学家即使触及到这一类问题，也未能作出较为中肯的、较有说服力的解释。比如弗洛伊德就认为人的内心冲突是压抑与被压抑这两种力量之争，而强迫性内驱力则具有本能的性质，追求的是满足。总之，冲突的根源来自生物的、生理的因素。而本书作者认为，冲突发源于困扰人的内心的相互矛盾的神经症倾向，这些倾向的产生不仅可以归因于偶然的个人体验，更主要应归咎于我们生活于其中的特定的文化环境，后者归根结底决定着前者的特殊形式。这些冲突的出现表明一个人与自己、与他人的关系发生了紊乱和失调，也就是说，冲突的根源在于人所处的社会文化状态，与他的社会性——而不是生物性或动物性——生活密切相关。这样，作者使人重新回到他本来就生存于其中的社会这个背景之中，而不是把人孤立出他所属的社会文化环境，无视人与人之间错综复杂的社会关系，只把人局限在像弗洛伊德的本能说那样一个极带片面性的狭小范围内。又比如，与弗氏的带有严重主观色彩的“里比多”理论不同，作者认为被弗氏看做“里比多”的那种东西实际上只是处于神经症冲突中对温情与友爱的渴求，其诱因是焦虑而不是性欲，其目的是在与人相处时得到安全感而不是性欲的满足。诚然，作者并不否认个人以往的体验所具有的意义，但她认为精神分析

的重心不应该是处处沿用过去的经验来解释现在的困扰，而应该是立足于当前在人的内心相互作用的各种因素，帮助受困扰的人认识并改善与自己、与他人的关系。这就给我们提出了建设性指导而不是像弗洛伊德的那种悲观主义的决定论。

所以，这本论著不仅比它以前和同时代其他更带主观唯心主义局限的精神分析文献更明显地表现出客观的、唯物主义的倾向，而且，较之于作者更早时期的论著（如《我们时代的神经症人格》）也更具实践的意义，更明晰，更系统，更有说服力。如果说，在作者的第一本宣讲自己理论的专著《我们时代的神经症人格》一书中，作者的观察还是笼统的、散在的，她的观念还带有模糊性，她的分析还缺少深度和条理，她的理论还只具雏型的话，那么，数年之后的《我们内心的冲突》则可被称做具有高度说服力和系统的理论性结构的成熟之作。较之于早期的著作，作者成熟期的论著不仅在理论的条理性 and 深度上已经取得重大的进步，更可喜的是，在论证的语言运用方式和分析的清晰度上，作者抛弃了早期为了渲染自己的学说而不得不搬用的大字眼和更适宜于专门家领悟的术语，用更朴实无华、通俗晓畅的语言，更平易近人的态度，娓娓道出她的观点。所以，《我们内心的冲突》较之于《我们时代的神经症人格》，不仅在理论上有着重大的发展，而且更能广大的“外行”所理解。更主要的是，作者现在达到了早期著作中鲜有的哲学的高度，指出了人异化的表现和根源。所谓异化，在她看来乃是个人与他真正的自我相离异，在社会文化的作用下成为了与自己的本来面目相异的陌生人。在《我们内心的冲突》这一专著中，作者以初期少有的透视力精辟而深刻地洞察了人的各种内心活动，更详尽、具体地举出了各种特定的矛盾现象。作

者在自己的研究中，在与其他精神分析专家（特别是弗洛姆）的合作中，已经掌握了更丰富的材料，在此基础上，她通过本书讨论了在人的内心中发现到的主要的冲突类型和它们的各种表现形式，分析并归纳了各种相互矛盾的态度和倾向，指出了被这些冲突所扰之人旨在解决冲突的努力结果怎样导致失败并陷入恶性循环。这样，读者会发现，作者不仅为你周围的人画了像，也为你描出一幅活脱脱的肖像。在作者分析和探讨的那些冲突中，你能看到自己的影子。可贵的是，作者不仅透视了冲突的根源及其诸种表现形式，在书中最后的章节中还提出了切实可行的解决这些冲突的建议和设想。因此，即使读者已经从作者早期论著如《我们时代的神经症人格》中初步接触了她的理论，但要真正认识、全面了解作者及其代表的学说，则只有在进一步细读她后期的成熟之作——《我们内心的冲突》之后才能实现。

尤其值得提出的是，作者不仅准确地刻画了人在现代社会文化中所产生的各种内心冲突，还系统地讨论了人有意识和无意识地为解决冲突所进行的四种主要试图——亲近人、对抗或回避人、心目中树立理想化形象以及处处从外部寻找原因的外在化倾向。这些试图往往不仅加剧了冲突，反而再次产生出新的冲突，结果造成一种恶性循环，最后也是最严重的产物便是虐待狂。

弗洛伊德对人的神经症冲突及其治疗持悲观的态度，因为他不相信人性的善良一面和人的成长的潜力。他认为人注定要受苦、要毁灭，驱迫人行动的本能只能加以控制或至多得到“升华”。但本书作者的信念是：“人既有能力，也有要求去发展他的潜在可能性，使自己变得更优秀……”“人只要生活着，就能改变自己并不断改变自己。”这一点差别，正是作者对弗洛伊德的超越，

但也正是在这一点上，又暴露出作者理论的薄弱处和所提出的解决人的内心冲突的办法的局限性。因为，作为所有这些冲突的根源的社会文化状况早已大大超出个人的控制，神经症实际上已成为一种普遍的生活方式；而作者在理论分析之后却轻描淡写地简单提出，个人要解决冲突以求得精神的健康和人格的完整，只需通过紧张的自我分析或精神心理医生的帮助便可达到目的，却丝毫没有提及社会改造的必要。试问，不变革作为冲突根源的社会文化条件，只要求个人自我改善，又怎么能真正解决和彻底消除我们内心的冲突呢？尽管作者大胆地反对了正统精神分析的保守和局限，可最后仍然接受了心理治疗的传统应用，这不能不说是——

一大缺陷。

尽管这部学术论著有其不足之处，但它仍不失为本世纪精神分析运动中最杰出的代表作品之一。这本书不仅对我国专业心理学工作者——他们是思想现代化运动的主力——有极大的参考和研究价值，更对广大一般非专业的读者——尤其是青年读者有巨大的帮助和指导意义，使每一个读者都能更深一层地认识自己的思想和感情，从而进一步认识自己心灵中隐而不露的各种问题的实质。无疑，本书是指导我们自我改善、与人和谐相处的良师益友。作者观点明确，说理清晰，晓畅自然而毫无含糊或故弄玄虚，译者也竭力想传达出原文字句的流畅和行文的通俗，所以，即便只有中等文化水平的普通读者也能一读便懂。专业研究人员从本书则能得到一个观察和分析人的内心活动的更准确、更全面的视角，使自己在对复杂但并非不可理解的心灵王国的探索中找到宝贵的参照。

前 言

本书是为了促进精神分析的发展而奉献给大家的，它是我对病人和对自己进行分析之后的经验产物。虽然本书提出的理论是经过多年时间才发展起来的，我的观点却是在自己承担了一系列讲座的准备工作之后才变得清晰明了的。这些讲座是由美国精神分析研究院主办的。我的第一个讲座围绕着有关问题的技术方面展开讨论，题目是：《精神分析技术问题》（1943）。系列讲座的第二讲包含了本书讨论的问题，那是在1944年举行的，该讲的题目是：《人格的整合》。从该讲中挑选出的一些题材，比如“精神分析疗法中的人格整合”、“孤独的人格”和“虐待狂趋势的意义”，已在医学院以及精神分析促进会上宣讲过。

我希望本书有益于那些有志于改进我们的理论和治疗法的精神分析工作者。我还希望他们不仅将这些观点运用于他们的病人，也运用于他们自己。只有以强硬的手段——把我们自身和种种困难都包括进来——才能取得精神分析的进展。如果我们安于现状，不思进取，我们的理论注定要变得贫瘠、僵死。

不过我深信，任何著述，只要是不仅仅谈到技术问题或抽象的心理学理论，都应该有益于那些想认识自身而且并未放弃为自身的成长而奋斗的人们。生活在这问题成堆的文明中的我们，大

多数都有本书描述的内心冲突，都需要极大的帮助。尽管严重的神经症应该是专家的事，我仍然相信，只要坚持不懈地努力，我们也能极大地解决自己的内心冲突。

我首先要感谢我的病人们，是他们与我一同合作并使我更好地理解神经症。我也要向我的同事们表示谢意，是他们的热情和理解鼓舞了我的工作。我指的不仅是我的年长的同事们，还有在我们研究院接受培训的年轻的工作者，他们锐利的观点富于启发性，他们的讨论也卓有成效。

我还想提到三个人的名字，他们不是精神分析工作者，却以自己特有的方式支持了我的工作。阿尔文·约翰逊博士，是他使我有机会把自己的看法提交新社会研究院，而当时正统的弗洛伊德分析学是唯一受到承认的分析理论与实践的学派。我更不能忘记克拉拉·麦耶尔，她是新社会研究院哲学和文艺系的主任，几年来一直对我的工作表示出兴趣，鼓励我将分析工作的点滴体会提交讨论。第三个人是我的出版者，W·诺顿先生，他是我的助手和参谋，本书的质量由于他的协助而大大提高。最后，我还要向密勒·库恩深表谢意，他在很大程度上帮助我更好地组织了材料，更清晰地陈述了我的观点。

卡伦·霍尼

序 言

在研究精神症的时候，无论我们的出发点是什么，无论经过怎样曲折的途径，我们最终会认识到，人格的紊乱是患病的原因。其实，几乎任何其他心理学发现也包括这一内容。所以，这只是一个重新发现。各个时代的诗人和哲学家都知道，精神失调者从来也不会是性格沉着从容、思维有着良好平衡的人，而是饱受内心冲突折磨的人。用现代术语来说，每一种神经症，无论其症状如何，都是性格神经症。由此，我们在理论上和治疗中必须致力于更好地理解神经症性格结构。

事实上，弗洛伊德的伟大的开拓性理论越来越与本观点趋于一致，尽管他的发生论不允许他最终作出明确系统的阐述。但其他很多人继续并发展了弗氏的研究，其中较著名的有弗朗兹·亚历山大、奥托·兰克、威尔姆·莱克以及哈罗德·舒尔兹-亨克等人，他们已对神经症性格结构作出了更严密的界定。然而，关于这种性格结构的确切性质和能量，还没有一致的看法。

我本人的出发点完全不同。弗洛伊德关于女性心理学的假定促使我去思考文化因素的作用。我们对男性气质或女性气质的成因所持的看法，明显地受制于那些文化因素。我认为，同样明显的是，弗洛伊德的结论之所以有错误，正是因为他没有把那些因

素置于考虑之中。我对这个问题的兴趣已持续 15 年之久。这在一定程度上是由于我与埃利克·弗洛姆合作而得以进展的。弗洛姆以其社会学与精神分析学的广博知识，使我更清楚地认识到，社会因素的意义远不只局限于女性心理的研究。我于 1932 年来到美国后，这种感受便得到了证实。我那时看到，这儿的人们在气质和神经症诸方面都不同于我在欧洲国家中所观察到的，而只有文明的差异才能解释这些区别。我终于在《我们时代的神经症人格》一书中作出了总结。这儿强调的一个论点是，神经症是由文化因素引起的。这就确切说明了，神经症产生于人际关系的紊乱失调。

在我写《神经症人格》一书之前的时间里，我还在另一研究路线上摸索，它发端于早些时候的假说。我研究的课题是：神经症中的内驱力是什么？弗洛伊德最先曾指出，这是些强迫性内驱力。他认为这类驱力具有本能的性质，它们渴求满足、不甘挫折。因而他相信，这些驱力并不仅局限于神经症本身的范围，而是存在于所有的人身上。但是，如果神经症是人际关系紊乱的产物，则这种假设不能成立。对这个问题我的看法可简述如下：强迫性驱力是神经症特有的，这一类驱力产生于孤独、无助、恐惧等感觉，产生于与他人的敌对情绪。尽管如此，它们还是代表了患者用来应付生活的一些手段，它们追求的主要是安全感而不是满足，它们的强迫性起因于潜伏在它们之后的焦虑不安。这些驱力中的两种——对温情和对权力的病态渴求——在《神经症人格》一书中得到了清楚、细致的描述。

尽管我保留着自以为是弗氏教诲中最基本的东西，我当时还是认识到，由于自己一心想找到一个更好的解释，结果走上一条

与弗氏不同的研究路线。假如弗氏认为是本能的如此众多的因素都取决于文化，假如他看做是“里比多”的东西只是对温情的病态渴求，其诱因是焦虑，其目的是与他人相处时得到安全感，那么，里比多理论就站不住脚了。诚然，儿童时代的经历仍然很重要，但应该用与弗氏不同的解释来重新看待它对我们生活的影响。自然，还有随之而来的其他与弗氏理论相异的东西。因此，有必要在我自己思想中弄清楚我与弗氏的异同之处，清理的结果便是《精神分析的新途径》一书的问世。

同时，我继续探寻神经症的内驱力。我把强迫性内驱力称作神经症趋势或倾向，并在随后出版的论著中描述了10种这样的趋势。那时，我认识到了神经症性格结构有着关键的意义。我当时把这种结构看成由许多相互作用的小世界形成的大宇宙，每个小世界的核心就是一种神经症趋势。这一神经症理论有实践的意义。假如精神分析主要不是将我们目前的麻烦与过去的经验联系起来，而是理解我们现在人格中各种因素的相互作用，那么，不需要或只需要行家的一点帮助就可以认识并改变自己。现在的情形是：一方面，对精神分析疗法有广泛的需求。而另一方面，能够得到的帮助又少得可怜。所以，自我分析似乎正好提供了一线希望，能满足一种重大的需求。由于那本书主要讨论的是自我分析的可能性、局限性和方式，故定名为《自我分析》。

但是，我并不完全满足于对个体倾向的描述。虽然我精确地描述了这些倾向，但我总觉得，简单地罗列出来只会使它们有相互孤立之嫌。我看到，对温情的病态渴求、强迫性的谦卑，对“伙伴”的需要，都属于同一类。但我没有看到的是，这些个体倾向结合起来则代表一种对人和对己的基本态度，一种特

别的人生哲学。我现在划归一类称之为“亲近人”的那种类型，其核心正是这些倾向。我也明白，一种对权力与威望的强迫性渴望，在某些方面类似神经症的奢望。这些趋势大致构成我称之为“对抗人”的那种类型的组成因素。但对赞美的需要、对完美的追求，虽然都带有神经症趋向，都影响患者与他人的关系，却似乎主要涉及他与自身的关系。还有，自私利己的需要，似乎并不如对温情的需要或对权力的渴求那样具有根本的性质，也没有那样广泛，好像它不是一个独立的实体，而是从更大的整体中分割出的一小块。

我的疑团已被证明是有道理的。在后来的研究中，我的兴趣焦点转向神经症中冲突的作用。在《神经症人格》中我就说过，神经症之所以会发生，是由于诸种不同的倾向相互冲撞的结果。在《自我分析》一书中我又说过，神经症的倾向不仅互相增强，也同时产生冲突。然而冲突一直被人们看作次要问题。弗洛伊德也逐渐认识到内心冲突的意义，但他把这类冲突看成压抑与被压抑两种力量之争。在我终于看清了冲突时，我发觉不是那么回事。它们出现于相互矛盾的神经症倾向之间。而且，尽管它们最早只涉及患者对他人的矛盾态度，最终还是包含患者对自己的矛盾态度，包含他的矛盾的品质和矛盾的价值观。

随着我观察的深入，我明白了这类冲突的意义。首先，最令我吃惊的是病人对他内心显然存在的矛盾竟一无所知。当我向他们指出这一点时，他们露出想回避的神态，而且似乎对此毫无兴趣。有过多次这样的经验，我认识到，他们的回避正表现了他们对分析者试图解决他们的矛盾持反感的态度。最后，他们在突然认识到冲突后又显得惊惶不安。这种反应使我明白自己是在玩弄

炸药。病人想避而不谈内心的冲突，那是自有其道理的：他们怕自己的力量把自己撕成碎片。

然后，我开始认识到，病人不惜费尽心机去“解决”冲突，或者确切地说，去否认它们的存在并制造一种和谐的假象。我观察到患者用以解决冲突的四种主要尝试，并根据它们出现的先后顺序在本书里作了充分讨论。患者最初的试图是掩盖一部分冲突，让其对立面占上风。第二个试图是“回避他人”，对神经症的自我孤立的功能我们已经有了新的认识。孤独就是基本冲突的一个部分，即一种最初对待他人的矛盾态度，但孤独也代表一种解决矛盾的试图。因为在自我与他人之间维持一种感情上的距离便好像使冲突不能发生作用。第三个试图与上面两个很不相同，患者不是回避他人，而是回避自己，他的整个实际的自我对他反而显得不真实，于是他心中创造出一个理想的自我形象来取代真实形象，在这人为的自我中，冲突的各部分改头换面，不再像是冲突，倒像是一个丰富的人格的不同方面。我这一观点能澄清许多神经症问题，而那些问题迄今还不为我们所理解，我们的治疗法也一直软弱无力。这一观点也确定了两种神经症倾向在整体中的位置，而这两种倾向一直是抗拒整合作用的。这样一来，对完美的需要就正是力图符合理想化的自我意象，对赞美的渴求就可以看做是要求他人证实自己就是那个理想化意象。这种意象与实际差距越大，对赞美的需求自然也就越难以满足。在所有这些解决冲突的试图中，这种理想化意象也许是最重要的，因为它对整个人格有深远的影响。但是反过来它又制造出一条新的内心裂隙，因此又需要再一次的缝合弥补。第四种试图主要是为了消除这种裂隙，同时也偷偷抹去其他的冲突。这就是我称为“外化作用”

的那种手段，病人认为内心的活动是自我之外的事件。如果理想化意象意味着与实际的自我有几步之差，外化作用则使真实面貌面目全非。外化作用再次产生了新的冲突，或者大大加剧了原有的冲突，尤其是自我与外界之间的冲突。

我把上面列举的四种趋势称为患者为解决冲突而作的主要尝试，这部分是由于它们似乎经常在各种神经症里发生作用（尽管程度各异），部分又是由于它们导致人格的猛烈的改变。这几种尝试绝非患者仅有的倾向，他另外还有办法，只是不具有这几种的普遍意义。比如，患者武断地自认正确，这种自以为是的态度的主要功能是压制内心的疑虑；僵硬死板的自我控制，其功能是企图凭借意志力量把已经分裂的内心世界强凑在一块儿；犬儒主义表现，通过对一切价值观的蔑视，自然取消了与理想有关的冲突。

与此同时，我也越来越清楚地看到了所有悬而未决的冲突所造成的后果。我看到了由此产生的各种各样的恐惧，精力的浪费，道德的损害，由于复杂的感情纠葛而产生的绝望感。

只是在我理解了希望完全丧失的那种状态以后，才最终看到了虐待狂倾向的意义。我懂得了，这些倾向代表了一种试图，由于病人对他自己感到失望，便企图用代偿性生活求得补偿。他在虐待行为中表现出的横蛮态度，正是由于他嗜求报复的胜利。所以，道理很清楚，对有破坏性的自利行为的偏爱，本身不是一种独立的神经症趋势，而只是更广泛的整体在顽强地表现它自己，我们暂时没有更好的术语来指称这个整体，便定名为虐待狂。

一种神经症理论就这样演化了出来。它的动力中心是三种态度之间的基本冲突，这三种态度就是：亲近人、对抗人和回避人。

患者一方面害怕人格被分裂，一方面又需要维持统一体的功能，所以便不顾一切地试图解决矛盾。尽管他这样也能够造成一种人为的平衡，但同时又制造了新的冲突，所以需要继续寻找进一步的补救措施来抹掉这些新冲突。这种逃避分裂、追求统一的努力，每走一步只会使患者变得更加敌视他人，更加一筹莫展，更加心有畏惧，更加疏远自己和疏远他人，结果，冲突的病因更加严重，冲突的真正解决更遥遥无期。病人最后丧失了希望，就企图在虐待行为中寻找补偿，而这样又反过来加剧他的无望感，产生新的冲突。

这就是神经症的发展及其产生的性格结构的一幅令人战栗的图画。那么，我为什么还要把自己的理论称为建设性的呢？首先，这个理论结束了那种不合实际的乐观主义，那种观点认为我们使用非常简单的手段就能够治愈神经症。当然，悲观主义也同样不合实际，但这一理论不是悲观的。我称之为建设性的，是因为它首次使我们能探讨并解决神经症这个难题。建设性最主要体现在：尽管本理论认识到了神经症的复杂性与严重性，它仍然提出了积极的、乐观的见解。它不仅有助于调节潜在的冲突，还能在实际解决这些冲突，从而使我们有可能获得真正的人格整合。仅凭理性是不能解决神经症冲突的，而患者的解决办法不仅无用反而有害。但是，通过改变人格中促成冲突的诸种状态，却能够解决这些冲突。每一件分析工作，只要恰到好处，都会改变那些状态，因为这种分析能减轻一个人的无助、恐惧、敌视等感觉，减少与他人、与自身的疏离程度。

弗洛伊德对神经症及其治疗持悲观态度，原因是他不相信人性的善良和人的发展。他认为人注定要受苦、要毁灭。驱使人行