

OUR INNER CONFLICTS

Karen Horney



L O F T

[美]卡伦·霍尼 著

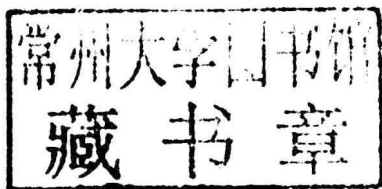
温华 译

我们内心的冲突

上海译文出版社

OUR INNER CONFLICTS

Karen Horney



我们内心的冲突

[美] 卡伦·霍尼 著
温华 译

上海译文出版社

图书在版编目(CIP)数据

我们内心的冲突/(美)霍尼(Karen Horney)著;

温华译.—上海:上海译文出版社,2018.3

(Loft)

书名原文:Our Inner Conflicts

ISBN 978-7-5327-7652-8

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第281352号

Karen Horney

Our Inner Conflicts

Routledge 2007

copyright © 1946 karen Horney

Simplified Chinese Copyright © 2018 Shanghai Translation Publishing House

All RIGHT RESERVED.

我们内心的冲突

[美]卡伦·霍尼/著 温华/译

责任编辑/钟瑾 装帧设计/未氓设计工作室

上海译文出版社有限公司出版、发行

网址:www.yiwen.com.cn

200001 上海福建中路193号 www.ewen.co

苏州市越洋印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/32 印张 7.75 插页 5 字数 112,000

2018年3月第1版 2018年3月第1次印刷

印数:0,001—6,000册

ISBN 978-7-5327-7652-8/B·442

定价:45.00元

本书中文简体字专有出版权归本社独家所有,非经本社同意不得连载、摘编或复制
如有质量问题,请与承印厂质量科联系。T:0512-68180628

前 言

本书旨在推动精神分析领域的发展，它是一本基于我对病人和自己进行分析的经验之作。尽管本书中提到的理论已发展数年，但直到我着手准备美国精神分析研究所主办的系列讲座时，有些想法才最终成形。第一个讲座聚焦于这一课题的技术层面，题为“精神分析技术的若干问题”（1943）。第二个讲座囊括了本书涉及的问题，1944年宣讲时以“人格的整合”为题。其中的“精神分析疗法中的人格整合”“孤僻心理学”（The Psychology of Detachment）和“施虐倾向的意涵”等部分，已在医学科学院和精神分析促进协会做过报告。

我希望本书能对那些认真致力于提升理论水平和治疗效果的精神分析学家有所帮助，希望他们不仅能将这些想法运用于他们的病人，其自身亦能从中获益。唯有全心投入、披荆斩

棘，才能使精神分析研究获得发展。如果我们安于现状、不思进取，我们的理论将不可避免地走向贫瘠和僵化。

不过，我也相信，一部超越纯技术问题或纯抽象心理学理论的著作应当令所有想认识自己、想不断提升自我的人受益。大多数生活在现代文明中的人都深陷于本书所述的种种内心冲突，需要获得尽可能多的帮助。虽然严重的神经症需要请专家治疗，但我仍然认为，经过不懈努力，假以时日我们终将能够化解自己内心的冲突。

在此，我首先要感谢我的病人，是他们与我一起努力才使我更深入地了解了神经症。还要感谢我的同事，包括年长的同事以及研究所培养的年轻人，他们既热忱，又富有同情心，始终理解和支持着我的工作，尤其是年轻人和我进行的批判性讨论，既有启发性，又卓有成效。

我还要提到三个人，他们来自精神分析领域之外，却以自己特有的方式为我的工作提供了帮助。阿尔文·约翰逊博士，使我有机会把自己的观点提交给社会研究新学院，而在当时正统的弗洛伊德分析学是唯一被承认的精神分析理论与实践的学派。尤其要感谢克拉拉·梅耶，她是社会研究新学院哲学与文学系主任，几年来一直对我的工作表示出兴趣并不断鼓励我，要我将研究工作的点滴体会拿出来讨论。还有我的出版商

W. W. 诺顿，是他的建议帮我完善了这本书。最后(但并非最不重要的是)，我想表达对米内特·库恩的感激，他给了我极大的帮助，使我能够更好地组织素材，更清晰地表述我的思想。

卡伦·霍尼

目录

1 前 言

1 导 论

第一部分 神经症冲突和解决的尝试

13 第一章 神经症冲突的尖锐性

24 第二章 基本的冲突

38 第三章 亲近人

53 第四章 对抗人

64 第五章 逃避人

87 第六章 理想化形象

106 第七章 外化

122 第八章 制造假和谐的辅助手段

第二部分 未解决的冲突之后果

135 第九章 恐惧

146 第十章 人格尽失

172 第十一章 无望

184 第十二章 施虐倾向

210 结论 神经症冲突的解决

导 论

无论从哪里开始，也不管前路有多曲折，我们终会达成一个共识：人格障碍是精神疾病的根源所在。这一点，几乎囊括了所有心理学发现，因此它其实是一个再发现。各个时代的诗人和哲学家都知道，陷入精神错乱的绝不会是平静和谐的人，而是那些饱受内心冲突撕扯的人。用现代术语来说，每一种神经症，不管其表现为何种症状，都是性格神经症。因此，我们在理论和治疗实践中必须更深入地理解神经症的人格结构。

事实上，弗洛伊德创立的伟大理论不断在向这一认识靠拢——尽管他的发生学路径不允许他形成如此清晰的表述，但其他学者继承并发展了弗洛伊德的研究，尤其是弗朗茨·亚历山大^①、奥托·兰克^②、威廉·赖希^③、哈勒德·舒尔茨-亨克^④，他们已经更清晰地界定了神经症性格结构，但对于这种

性格结构的确切性质和反应方式还没有达成共识。

我的出发点与他们不同。弗洛伊德关于女性心理特征的假设，促使我思考文化因素的作用。文化因素对于我们理解男性气质和女性气质有着显著的影响，在我看来还有一点也很明显，即弗洛伊德之所以得出了错误的结论，是因为他没能将文化因素考虑进去。我持续研究这一课题十五年，与埃里希·弗罗姆^⑤的合作某种程度上促进了我的研究，他以其渊博的社会学及精神分析学知识，使我更清楚地认识到社会因素的意义绝非仅限于女性心理学研究。当我于1932年来到美国时，这一想法得到了证实。我发现，这个国家的人的心态和神经症在许多方面都与我在欧洲观察到的不一样，只有文化差异能够解释这种差异。我的结论最终写进了《我们时代的神经症人格》一书

- ① 弗朗茨·亚历山大(Franz Alexander, 1891—1964)，美国内科及精神分析学家，曾任芝加哥精神分析研究所所长。1932年，卡伦·霍尼受其邀请，离德赴美担任该所副所长，任期两年。——译者
- ② 奥托·兰克(Otto Rank, 1884—1939)，犹太人，奥地利精神分析学家，精神分析学派最早和最有影响的信徒之一。——译者
- ③ 威廉·赖希(Wilhelm Reich, 1897—1957)，生于奥地利的美国精神分析学家。——译者
- ④ 哈勒德·舒尔茨-亨克(Harald Schultz-Hencke, 1892—1953)，德国精神分析学家和精神分析治疗师。——译者
- ⑤ 埃里希·弗罗姆(Erich Fromm, 1900—1980)，生于德国的美国精神分析学家。——译者

中，其中的主要观点是：神经症是由文化因素引起的——更确切地说，神经症是人际关系紊乱造成的。

在写《我们时代的神经症人格》之前的几年里，我遵循的是从早期假说发展出的另一研究路径。它围绕着一个问题展开，即神经症的内驱力是什么。弗洛伊德最先指出那是一种强迫性力量，类似本能，追求满足，拒绝挫折。因此，他认为这种力量并非神经症专有，而是在所有人身上都起作用。但是，如果神经症是人际关系紊乱的产物，这种假设就不可能成立。对此，我的观点可以简述为：强迫性驱力为神经症所特有，它们因孤独、无助、恐惧、敌意之类的情感而生，表现为患者与生活的相处之道；尽管如此，它们着重追求的并不是满足，而是安全感；它们的强迫性来自潜藏在表面之下的焦虑。其中两种强迫性驱力——对温情与权力的病态渴求——我在《我们时代的神经症人格》一书中做了重点论述，并提供了大量细节。

虽然我那时还牢记着弗洛伊德学说中的最基本原则，但已经意识到为了更好地理解神经症，我的研究已经不知不觉踏上了与弗洛伊德完全不同的方向。如果那么多被弗洛伊德认为是本能的因素其实都是由文化决定的，如果那么多被弗洛伊德确定为“力比多”的表现事实上都是对温情的病态渴望，是由焦虑引发，旨在追求安全感；那么，“力比多”理论就再也站不住

脚了。童年经历固然非常重要，但其对个人生活的影响应当换个角度去观察。推而广之，其他理论上的差异也就不可避免了。因此，有必要表明我在思想上与弗洛伊德的异同，澄清这点的结果就是《精神分析的新方法》一书的诞生。

与此同时，我对神经症内驱力的研究还在继续。我把强迫性内驱力称为神经症倾向，并在我的下一本书中描述了其中的十种表征。这使我再次认识到，神经症的人格结构是问题的核心。当时，我认为它是由诸多相互作用的小宇宙构成的一个整体，每个小宇宙的核心就是一种神经症倾向。这一神经症理论颇具实际效用。如果精神分析不再着重于将我们目前的困扰与过去的经验联系起来，而是去理解我们目前个性中各种力量的相互作用，那么只需借助很少的帮助，甚至不需要专家就能认识并改变我们自己将变得完全可行。鉴于心理治疗有着的广泛需求而大家能得到的帮助又极少，自我分析似乎有望满足这种需要。因为那本书主要讨论的是自我分析的可能性、局限性及操作方法，我将其命名为《自我分析》。

然而，我并不满足于对个体倾向的呈现。尽管我对这些倾向本身进行了精确的描述，但总觉得简单的罗列令它们显得太过孤立。我看得出对温情的病态渴望、强迫性的谦卑、对“伙伴”的需要其实是一体的。我没有看到的是，它们都

代表了一种看待自己和他人的基本态度，一种独特的人生哲学。我所界定的“亲近人”（moving toward people）型，其核心就是这些倾向。我也看到，对权力和威望难以抑制的渴望与神经症的妄想颇为相似，它们大致构成了我称为“对抗人”（moving against people）型的要素。不过，对赞美的需要与对完美的追求虽然都有神经症的特点，并且影响着患者与他人的关系，但似乎主要还是与他和自身的关系有关。而且，对利用他人的需要似乎并不像对温情和权力的需要那样基本，也不像后者那样无所不包，就好像来自某个更大的整体，而不是一个独立的个体。

我的质疑已经得到了证实。随后几年里，我的兴趣点转向了神经症冲突的作用。我在《我们时代的神经症人格》中提到，神经症因不同神经症倾向之间的冲突而产生。在《自我分析》中我也指出，各种神经症倾向不但能互相强化，还会制造冲突。然而，冲突一直被当成次要问题。弗洛伊德早已意识到了内心冲突的重要性，但视之为受压制者与压制力之间的斗争。我所认识的冲突则是另外的类型，它们来自矛盾的神经症倾向之间，虽然最初与患者对他人的矛盾态度有关，最终却会包含患者对自己的矛盾态度，以及对立的性质和对立的价值观。

逐渐深入的观察使我视野大开，明白了这些冲突的意义。最令我震惊的是，患者对他们内心如此明显的矛盾竟然视而不见。当我向他们指出时，他们变得难以捉摸，似乎对此不感兴趣。如此反复几次之后，我意识到这种逃避表明患者对于解决矛盾有一种深深的厌恶。最终，他们在突然认识到冲突时表现出的那种恐慌让我明白我是在玩火。患者有很好的理由逃避这些冲突：他们害怕冲突的威力会让自己崩溃。

然后，我开始认识到，他们居然耗费了如此多的精力与智力，不顾一切地努力去“解决”那些冲突，或者更确切地说，去否认冲突的存在，以制造虚假的和谐。这些试图解决冲突的努力主要有四种，本书将根据它们出现的顺序依次展开讨论。最初的努力是遮蔽部分冲突，让对立面占上风。第二种是“避开”他人。如今我们对神经症自我孤立功能已经有了新的认识，它是基本冲突的一部分，一种对待他人的矛盾态度，也代表了一种解决冲突的努力，因为在自己与他人之间保持情感上的距离会阻断冲突的发生。第三种努力则截然不同——患者不是逃避他人，而是逃避自己。对他来说，他的真实自我变得不再真实，他创造了一个理想的自我形象取而代之，冲突的各部分在这个“我”身上不再表现为冲突，而是被美化成一个丰满的人格等诸多层面。这一观点有助于阐明我们迄今仍未能理解

也无法治疗的许多神经症难题，并且正确地定位先前抗拒整合的两种神经症倾向。现在看来，追逐完美就相当于塑造理想化的自我形象的一种努力，渴求赞赏可以看作患者对外界认可的迫切需要，即认为这一理想化形象就是真实的他。这个理想化形象离真实越远，这种需要就越贪婪。在解决冲突的所有努力当中，理想化形象很可能是最重要的，因为它对整个人格影响深远。但是反过来它也导致内心出现新的分裂，因此需要更多的修补。第四种解决冲突的努力主要是设法消除这种分裂，当然它也会偷偷抹去其他所有冲突的痕迹，通过这种我称之为外化的行为，患者的内心活动诉诸外部体验。如果理想化形象意味着从真实自我向外迈出一步，那么外化就代表与自我更激进地分离。它再次制造了新的冲突，或者严重放大了原有的冲突，即自我与外部世界的冲突。

我之所以称上述四种尝试为解决冲突的主要手段，部分是因为它们似乎在所有神经症中极为常见，尽管程度不同；部分是因为它们导致了人格的深刻变化。但它们绝非解决冲突的仅有途径，其他不那么普遍的策略还包括：武断的自以为是，其主要功能是消除内心所有的疑惑；严格的自我控制，可凭借绝对意志将分裂的自我捏合在一起；还有玩世不恭，贬低一切价值，以此消弭理想和现实之间的冲突。

与此同时，所有未解决的冲突造成的后果在我眼前逐渐清晰起来。我看到了由此产生的种种恐惧，被浪费的精力，不可避免的德行受损，因感到无法自拔而生出的深深绝望。

只有在我了解了神经症无望感的意义之后，才最终领悟了施虐倾向的意涵。如今我知道这些行为代表了一种尝试，由于一个人无力保持自我，便企图通过替代性生活方式求得补偿。当这个人贪得无厌地渴求报复性胜利时，我们常常可以从中观察到这种毁灭一切的激情，即所谓的施虐式追求。由此我明白，沉迷于这种破坏性自利行为实际上并非一种孤立的神经症，而是更复杂的整体病症在不懈地表现自己，因为没有更好的名词来指称这个整体，我们便称之为施虐狂。

一种神经症理论就此形成。神经症的动力核心在于“亲近他人”“对抗他人”“逃避他人”这三种态度之间的基本冲突。神经症患者一方面害怕自我分裂，另一方面又必须作为一个统一的整体来行动，所以就不顾一切地企图解决这种冲突。即便患者能成功地制造出某种虚假的均衡，新的冲突还是会层出不穷，源源不断地需要进一步的补救措施来平息。在这场追求人格统一的斗争中，每一步都会使神经症患者变得更有敌意，更无助，更恐惧，更加疏远自己和他人。其结果是，引发冲突的那些问题日益加剧，而真正的解决之道变得越来越遥不可及。

最终，患者会走向绝望，就算试图通过施虐行为寻求补偿，得到的也只是更多的绝望和新的冲突。

显然，这些关于神经症发展及其产生的性格结构的论述听起来有些凄凉。那么，为什么我仍然认为我的理论充满建设性呢？首先，它消除了那种不现实的乐观看法，即以为我们能用最简单的方式“治愈”神经症，而又不会因此陷入同样不现实的悲观主义情绪。我说它有建设性，是因为它第一次引发了我们去思考并解决神经症的无望感问题，最重要的是，尽管它认识到了神经症的严重程度，却依然提出了积极的看法，不但有助于患者缓和潜在的冲突，还能够真正地解决冲突，从而有助于我们帮助患者建立真正统一的人格。神经症冲突不可能单凭理性解决，神经症患者为解决冲突付出的努力不仅徒劳，而且有害。但是，通过改变个性形成的条件，这些冲突是能够解决的。到位的分析工作其每一步都会改变这些条件，使患者感到不那么无助、恐惧，不那么疏远自己及他人。

弗洛伊德对治疗神经症持悲观看法，因为他极度怀疑人性有善的一面，怀疑人能够成长。他认为，人注定不是受害就是去害人，这种本能只能被控制或者至多“被升华”。而在我看来，人类既有能力也有愿望发展自己的潜能，成为体面的人。但是，如果一个人与自己及他人的关系不断受到干扰，这种能