

心理咨询与治疗系列

# 精神分析导论

A Short Introduction to Psychoanalysis

Jane Milton

【英】 Caroline Polmear 著

Julia Fabricius

施琪嘉 曾奇峰 主译

65

 中国轻工业出版社

心理咨询与治疗系列

A Short Introduction to Psychoanalysis

# 精神分析导论

【英】Jane Milton, Caroline Polmear, Julia Fabricius 著

施琪嘉 曾奇峰 主译

 中国轻工业出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

精神分析导论 / (英) 米尔顿 (Milton, J.) 等著,  
施琪嘉等译. —北京: 中国轻工业出版社, 2005.2

(心理咨询与治疗系列)

ISBN 7-5019-4681-7

I . 精 ... II . ①米 ... ②施 ... III . 精神分析  
IV . B841

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第 131882 号

## 版权声明

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

总策划: 石 铁

策划编辑: 李 峰

责任编辑: 张乃东 张金颖 责任终审: 孟寿萱

版式设计: 史春雨 责任监印: 刘智颖

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2005 年 2 月第 1 版 2005 年 2 月第 1 次印刷

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 9 00

字 数: 150 千字

书 号: ISBN 7-5019-4681-7/B · 038 定价: 16.00 元

著作权合同登记 图字: 01-2004-5525

咨询电话: 010-65595090, 65262933

发行电话: 010-65141375, 85119845

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: [club@chlip.com.cn](mailto:club@chlip.com.cn)

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换

## 推 荐 序

关于精神分析的论著很难翻译。一则，内容深奥，门外人很难读懂。再则，圈内人即使读懂了，常是只能意会不能言传，要再创作成读者也能看懂而且读得下去的文字，更是难上加难。要译这样的著作，至少得具备两个基本条件，一是对精神分析有较深的认识，二是要有较好的中文和外文的理解和表达能力，最好还能加上一点“天赋”和对精神分析的几分“热情”。施琪嘉和曾奇峰领衔的翻译工作组，恰恰是具备了这样条件的一组人，所以，他们奉献的是一部佳作，一部可以看，应该看，还会感到读得很有滋味很有帮助的书。

对精神分析的理论和实践的评价，众说纷纭。因为我对之知之不多，不敢妄自评论。据我所知，在许多国家，精神分析治疗是一门具有相当市场的行业。以美国为例，有近万名心理师，赖以从事精神分析谋生；数万名精神科医师，接受过精神分析的训练；数十万美国人接受过或正在接受精神分析治疗。这一行业，在那里已经生存了六七十年。我们常说：实践是检验真理的唯一标准。那么，精神分析的实践证明，必定有它的合理性和有效性，这是经过市场检验的。在许多国家，精神分析并未列入医疗保险支付目录，还是有那么多人愿意掏腰包，自己付费接受这类交谈治疗；其中有些人还月以继

年，持之以恒。我不相信，他们都是低能或者是冤大头。

从施琪嘉先生写的译序中得知，我国目前至少已有 200 名经过培训的精神分析工作者。恕我浅陋寡闻，我原先还不知道已有如此之众，已经有了一支不小的队伍。这一数字，已经是 1949 年我国在精神科工作的医师总数的两倍，而且是在 1997 年以来的 7 年中发展起来的。发展势头之猛，令人咋舌！过若干年，再做一次统计，队伍壮大的比例，将在某种程度上反映精神分析事业的发展。当然，除了数量之外，还得考虑质量。用精神分析圈内的行话说，就是精神分析师们自身的“成长”。

我是一名长期从事精神科工作的医生。一向以为，我国的精神科服务，重生物轻心理，这也是大多数发展中国家的通病。近年，有幸看到医学心理学、心理咨询、心理治疗正在健康发展，精神分析及其他心理治疗的同道们，以极大的热情投入他/她们所从事的专业，包括在已非洛阳纸贵的今天，本书的译者们愿意以极小的投入/经济产出比；耗心血花时间译成本书。深感中国的心理治疗大有希望，衷心祝愿，有志于精神分析的同道们一路走好。

张明园

上海市精神卫生中心教授

中华医学会精神科分会主任委员

中华精神科学会名誉主任委员

2004 年 11 月

## 序 言

我们很高兴中文版将成为本书的第一个外文译本。感谢我们的译者施琪嘉、曾奇峰、李晓驷、吴和鸣、李孟潮及其小组卓有成效的翻译工作。

2003年，作为本书的作者之一，我来到中国进行教学访问，对精神分析领域感兴趣的心理治疗师们进行督导。当时，在北京举行的为期一周的培训班上有应邀来自其他国家的精神分析师，这是北京安定医院的杨蕴萍教授近年来组织、领导的连续性精神分析培训项目的一个缩影。在培训班上，许多来自中国各城市精神卫生中心、投身于心理治疗行业的医生及心理学家们显示出他们对精神分析的极大兴趣，通过培训，我们展示了动力性心理治疗是如何减轻临床病人痛苦的技巧。

虽然本书主要从英国人的视角来写，不过，绝大部分内容都适用于任何国家那些想阅读精神分析介绍性内容的人们。虽然，目前在中国，精神分析的临床应用只吸引了少数人的兴趣，但正是他们在努力地建立动力性治疗的培训体系。我们相信——正如来参加北京研讨会心理治疗师们所坚信的——强调“理解”的精神分析性心理治疗能够服务于更多的人群。因此，培训的资源不仅属于现有的中国同道们，也将属于如他们一样想进一步进修和学习的人们。

我们谨将本书的中文文献献给杨蕴萍博士以及参加北京研讨会  
的心理治疗师们。我们希望心理治疗师、精神科医师及从事心  
理学、教育学及有关领域的人们均能分享它，同时，也希望  
那些能够影响到政策和公共传播的人士能够读到本书。我们希  
望，本书能够引起人们对阐明人类功能许多方面的兴趣及好奇  
心，并希望通过精神分析的思维方法能促进人类潜能的进一步  
开发。

朱莉娅·法布里乌斯 (Julia Fabricius)

2004年4月 英国伦敦

## 译 序 1

人类精神发达的最显著标志，也许是人类可以自己探索自己的精神世界。在这样的探索中，由于探索者和被探索者是一体，主体和客体、主观和客观之间永远都没有明确的界限，所以其难度是可想而知的。数千年来，探索的结果从数量上来说已经是非常巨大了，但是，也许其中的一大部分只不过是主观的臆断而已，离被探索者的实况相距甚远。说那些结论是“主观臆断”这一判断本身就有问题。首先是因为这个判断本身就有臆断的嫌疑，因为我们到现在为止还不知道到底什么判断不是臆断；我们甚至可以说一切判断都是臆断。其次，这些探索的结果本来就是人的精神世界的产物，是应该被探索的客体，谁在探索和谁被探索在这里又混杂在一起了，成为似乎永远都无法解开的死结。虽然探索之路扑朔迷离，但人类从来都没有停止过探索的努力。在解决探索的主体和客体的临界不清楚这一难题上，人类发明了无数的探索的工具，以切开主客体之间的粘连和重叠。只有切开了、分离了主客体，探索才会成为可能。

从探索的工具及其使用来说，东西方有着巨大的差异，这一差异曾经被看成是一个巨大的障碍和问题，但现在看来，它简直是命运之神赐给人类的巨大的礼物：如果没有这种差异，



探索的全面性就会大打折扣，而且探索过程本身也会丧失百花齐放的壮观和趣味。如果要分别在东西方文化中各选一个具有代表性的探索人类精神世界的工具，那我的选择是：东方的佛学和西方的精神分析。它们完全是从不同的角度、以不同的方式呈现，但却指向完全一样的目标：人类的心灵。

工具的产生极大地促进了探索，但是工具也制造了额外的障碍。这一障碍来自工具本身。也就是说，在探索的过程中，由于工具的发展甚至膨胀，导致了探索者只对工具感兴趣；工具成了探索的目标，替代了人的心灵。佛教的创立者释迦牟尼死前意识到了这一危险，所以他说：我没有传法，谁说我传了法，就是诽谤我。他这样说是试图毁灭他制造的工具，让其弟子迷途知返。遗憾的是佛教发展到今天已经是臃肿不堪了，任何人即使用上一生的时间，也不可能读完佛教的典籍。笨重的工具，绝不是好的工具。我见过很多智慧超群的人，遗憾的是，他们对佛学的兴趣，胜过了他们对人的心灵的兴趣。不过话说回来，佛学本身也许是简洁的，只是在那些没有真正觉悟的人的心里才变得繁复和杂乱。精神分析的历史虽仅百年，但由于社会的发展，相关的资料也算得上是浩如烟海了，它自己也就成了一种需要探索的对象。所以一直有很多人只对它感兴趣，而忽略了它只是探索心灵的工具这一事实。本末倒置，让人唏嘘不已。佛教的禅宗是一种试图完全取消工具的努力，但境界太高，高得有点看不见、摸不到、抓不着。

折衷的方式是，我们可以把工具弄得简洁一点。简洁的力量就在于，它不会让你过多地分散精力，又不会让你感到虚无缥缈；既能使用探索的工具，又不会为工具所累。在表达上，

简洁是一种非凡的能力。把复杂问题简化的能力本身，就是一个巨大的心灵之谜。这本《精神分析导论》就向我们展示，复杂如精神分析者，也可以用那么通俗和那么少的文字说清楚。正文已经很简洁，序言更不应啰嗦。作为结语，只有一句话：这虽然是一本介绍精神分析的书，但它却可以使你离精神分析更远一点，而离心灵更近一点。

曾奇峰

2004年8月27日

于北京邮电疗养院

## 译序 2

《精神分析导论》是一本高度浓缩后的关于精神分析概况和进展的介绍，由英国伦敦精神分析协会的三个女性精神分析师所写。

女性精神分析师从事精神分析工作和编写精神分析书籍在精神分析发展史上，特别在英国有着特别的传统，有一本名叫《女性精神分析师》的书，其中就有对精神分析发展产生过重要影响的英籍女性精神分析师如安娜·弗洛伊德（Anna Freud）、玛格丽特·玛勒尔（Margaret Mahler）和梅朗丽·克莱因（Melanie Klein）等人的介绍。弗洛伊德的小女儿安娜·弗洛伊德终身致力于精神分析的工作，对自我心理学的发展起到了重要的作用；玛格丽特·玛勒尔和梅朗丽·克莱因则从女性细腻的角度出发，对婴儿、儿童进行了仔细的观察，从而极大地促进了客体关系理论的发展。在英国，克莱因学派成为独立的精神分析培训系统，如在伦敦，就设有克莱因学院。没有这些杰出的女性，一些耳熟能详的概念如“发展线”、“三月的微笑、八月的焦虑”、“偏执分裂状态”、“抑郁状态”等概念就无从产生，而这些概念构成了我们不仅理解成人，进而理解婴儿、儿童的基础，也拓宽了我们对正常人的精神结构从发展的眼光来考虑的视角，成为现代精神分析治疗的要素。

在笔者与作者朱莉娅·法布里丘斯女士接触的印象中，她属于温和的女性的一类，文雅而充满同情心，特长之一为儿童心理治疗，但她们在学术考证的态度上却非常严肃、犀利，切中要害。面对精神分析在近百年来遭到的批评和近二十年来所遭受的冷遇，她们有着自己的思路和辩解：

（批评者们）……对精神分析师从精神上的不信任感。这特别涉及到面对无助的病人时分析师的力量，是否会陷入到暗示性洗脑分析的危险中去。克鲁斯暗示到：分析治疗是招募和控制的一种形式。病人被制造得依赖，批评性的判断被解除，最终被允许进入一充满精华的、完全对精神分析热情而忠诚的圈子。克鲁斯很奇怪，精神分析师是如何知道“一个特定的表情是否应该引起注意，或是视其为抵御一种欲望或幻想的防御所形成的妥协(1998: xxv)”。这似乎在表达一种绝望，即作为人类究竟能不能通过直觉去理解对方。按照克鲁斯的观点，多重决定论的概念是特别危险的，它给了精神分析的解释者们更加武断的资格，将病人的材料放入自己的绞肉机中研磨，“用随意选择的音调来演奏爵士乐”(出处同上)，自由联想是一张分析师在任何适于他们理论的场合所玩的“疯狂的牌”。

精神分析师应该能注意到许多病人在接受精神分析前所关注的这些事项。毕竟，他们被要求进入一个在力量和责任方面有着本质上高度不对称性的关系，然而经历了不精确或不准确解释的无效僵局后，分析师和病人在很大程度上会明白，理论上的建议多过真实的危险。若将这些批评中所涉及的害怕引申出去，我们想问，当力量和知识不对称时，一些良性的、可供工作的人际关系还是否允许存在？！如此的悲观主义不仅仅否认

了父母与孩子之间的最基本的关系，也会抹煞其他许多专业关系，如护理、医学，以及许多非专业关系。茵斯伍德（Hinshelwood, 1997）最终解决了这一主题，他证明了精神分析是如何促使将开始就存在的“不平等性”嬗变的，当他或她纠正了对自体否认的、被错误归属的部分时，病人最终会获得新的独立性。

我们当然相信，这本《精神分析导论》也能够向我们展现英国女性精神分析师的睿智和独特性。它那带有文学色彩的描述传承了弗洛伊德的风格，但又带有女性特有的细腻；如在描述幼儿必须认识自己不能独占父亲或母亲的俄狄浦斯情结时，书中写到：“当我凝视着生我养我的那两个人，看着他们能够各自独立、无需相互依赖地存在时，我也不得不面对这样的想法：即自己被自己无法控制的其他心灵所打量和思考（Britton, 1989），在这个世界上，过去有、现在也有某些地方，我永远都无法占领。这些地方不仅仅存在于时空，而且也存在于其他人的私人精神空间，在这里我不可能成为其中一部分。完全承认这点，以及对全能的丧失的哀痛，有助于形成我自己内在的优势，从中我能反思我自己。我需要这个空间，才能够观察和反思自己和他人的现实，但如果我缺少这个空间，将极大地阻碍我思考和了解真实的世界。”这种描述方式不仅使我们加深了对分离的理解，同时也以第一人称走近了幼儿的内心，成为他们当中的一员。

原书于2004年4月在伦敦出版，承蒙法布里丘斯女士的信任，本人在当月就拿到了这本书，并立即将本书交给我的研究生们，希望他们能用一个月的时间完成翻译，准备作为献给

2004年9月中国首届精神分析年会的礼物，同时，有法布里丘斯女士参加的北京安定医院持续了三年的精神分析培训也将告一段落，用此书作为一个注解具有意味深长的意义。待自己一看之下，才知道自己为“导论”一词所蒙蔽。本书对精神分析历史及现今发展作了精辟而简要的阐述，其内容涉及了精神分析理论的基础、精神分析简史、不同文化背景下的精神分析、对精神分析的批评、精神分析与研究、咨询室外的精神分析、精神分析和心理治疗和职业化八个方面关于精神分析的重要问题。如果没有精神分析的基本知识、缺乏对精神分析理论和实践的深入理解，即便是对本书内容的字面意思的理解都将发生问题，这就不奇怪为什么我和曾奇峰决定要推迟出版、重新来看过和本书迟迟到年底才能出版的原因了。根据我和曾奇峰对《病人和精神分析师》的翻译工作的体会（持续了4年），我们认为，本书可以作为前一本书的补充，是一本中高级学员的教材，但作为具有女性细腻描述特征的作品，它当然也可视为一本很好的心理学的科普读物。

2004年9月1~3日，首届中国精神分析年会（中国心理咨询/心理治疗专业委员会）在上海举办，此时，由德中心理研究院与上海精神卫生中心共同承办的中国精神分析第二期连续培训项目也接近尾声，该项目与持续了三年、于2004年8月结束的北京安定医院主持的精神分析连续培训项目一起，自1997年以来，共培养出200名左右来自全国各地的具有精神分析基础知识、接受过超过50小时督导和平均4个小时的自我体验的专业人士，他们是来自综合医院的全科医生、精神科医生和来自高校及社会的心理服务人员。至此，精神分析在中国可以说

真正走上了实践的道路，而非纸上谈兵，而后者正是所谓“精神分析”日薄西山的喧嚣的来源。200人与中国众多的精神问题和精神障碍者相比而言微不足道，50小时督导和4小时的自我体验比起国外动辄500个小时或1000小时的要求也相差甚远，但值得高兴的是我们已掌握了这一门“利器”，它的致用之时才是破除其迷信、神秘的面罩之时。

我们谨借此书献给对中国精神分析临床应用起了重要推动作用的北京安定医院、上海精神卫生中心、伦敦精神分析协会及德中心理研究院。

我们在此要感谢李晓驷、吴和鸣、徐沙贝、李孟潮、缪绍疆等同事耐心而专业的校对工作，感谢王海峰、李晓晴、周娟、熊亚敏、卢林、张宜宏、旃培艳、陈静等研究生卓有成效的原始翻译工作。

施琪嘉

2004年9月

于上海精神卫生中心

# 目 录

前言 .....	1
<b>第一章 什么是精神分析 .....</b>	<b>5</b>
谁是病人 .....	8
什么是精神分析 .....	11
精神分析过程 .....	14
<b>第二章 精神分析理论的基础 .....</b>	<b>29</b>
用精神分析观点看“内在世界” .....	30
弗洛伊德的精神模式 .....	30
症状形成 .....	31
心理防御机制 .....	33
行为倒错和玩笑 .....	36
梦 .....	37
幻想 .....	38
精神表象（或表征）和内在客体 .....	40
精神分析关于发展的展望 .....	42
哀伤的重要性 .....	43
弗洛伊德的发展理论 .....	45
发展线：安娜·弗洛伊德 .....	49
幻想和现实的斗争：梅朗丽·克莱因 .....	52



促进性环境:唐纳德·温尼科特 .....	56
弄清理论差异 .....	59
<b>第三章 精神分析简史 .....</b>	<b>61</b>
弗洛伊德从“大脑”到“心灵”的转换 .....	62
精神分析的诞生 .....	66
诱惑假设 .....	68
儿童期性欲 .....	69
梦和自我分析 .....	70
早期学术圈 .....	72
冲突和异议 .....	73
弗洛伊德正在发展的观点 .....	75
一些关键历史人物 .....	79
桑道尔·费伦齐 .....	79
卡尔·亚伯拉罕 .....	79
欧内斯特·琼斯 .....	79
梅朗丽·克莱因 .....	80
安娜·弗洛伊德 .....	80
詹姆斯·斯特雷奇 .....	81
罗纳德·费尔贝恩 .....	81
海因茨·哈特曼 .....	82
唐纳德·温尼科特 .....	82
迈克尔·巴林特 .....	83
奥托·费尼切爾 .....	83
威尔弗雷德·比昂 .....	84
玛丽恩·米尔纳 .....	84