OUR INNER CONFLICTS



我们内心的冲突

了解内心冲突
重建人生自信

[美]卡伦·霍妮——著　　杨柳桦樱——译

海峡出版发行集团 | 海峡文艺出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

我们内心的冲突

[美]卡伦·霍妮 / 著　杨柳桦樱 / 译

海峡出版发行集团
海峡文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

我们内心的冲突/(美)卡伦·霍妮著;杨柳桦樱译. —福州:海峡文艺出版社,2018.11
ISBN 978-7-5550-1540-6

Ⅰ.①我… Ⅱ.①卡…②杨… Ⅲ.①精神分析 Ⅳ.①B84—065

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 118167 号

我们内心的冲突

[美]卡伦·霍妮 著 杨柳桦樱 译
责任编辑 朱墨山
编辑助理 杨 鑫
出版发行 海峡文艺出版社
经 销 福建新华发行(集团)有限责任公司
社 址 福州市东水路 76 号 14 层
发 行 部 0591—87536797
印 刷 天津文林印务有限公司
厂 址 天津市宝坻区新开口镇产业功能区天通路南侧 21 号
开 本 889 毫米×1194 毫米 1/32
字 数 135 千字
印 张 6.5
版 次 2018 年 11 月第 1 版
印 次 2018 年 11 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5550-1540-6
定 价 35.00 元

如发现印装质量问题,请寄承印厂调换

目录

作者序 / 1
引　言 / 4

第一部分　神经症冲突与解决途径

第一章　神经症冲突的辛酸 / 15
第二章　基本冲突 / 24
第三章　亲近他人 / 36
第四章　对抗他人 / 49
第五章　远离他人 / 58
第六章　理想化意象 / 76
第七章　外化作用 / 91
第八章　虚假和谐的辅助手段 / 104

第二部分　未解决冲突的后果

第九章　恐惧 / 115

第十章　人格的贫乏 / 125

第十一章　绝望 / 146

第十二章　施虐倾向 / 156

总　结　神经症冲突的消除 / 178

译后记 / 200

需要全本请访问 www.ertongbook.com

作者序

这本书致力推动精神分析的发展。它来自我在精神分析工作中的经验，而这些经验来源于我对病人与自己的分析。然而，这个理论孕育了很长一段时间，一直到我在美国精神分析研究所的支持下着手准备一系列演讲时，我的这些观点才最终成型。第一个演讲题目是“精神分析技术问题”（1943），主要是关于这个主题下的技术方面。第二个演讲题目是“人格的整合”（1944），其中涵盖了这本书所写的内容。还有一些选题——“精神分析治疗中的人格整合”“离群心理”和“施虐倾向的含义”，在医学学会和精神分析促进协会上报告过。

我希望这本书对那些致力推动我们的理论与疗法的精神分析学家有所帮助。同时也希望，他们不仅将本书中的这些观点

运用于他们的病人，还能运用于自身。由于我们自己与自身的困境也囊括在内，因而在促进精神分析学发展的这条道路上只得披荆斩棘。如果我们一成不变，墨守成规，那我们那些理论也势必空洞、教条。

然而我相信，只要一本书不是只探讨技术问题或抽象的心理学理论，就一定有益于那些想要了解自己的人，以及那些为自己成长而不曾放弃努力的人。生活在这个困难重重的人文环境中，大多数人都被这本书中描述的冲突所困扰，他们需要一切我们所能给予的帮助。尽管严重的神经症是由专家来负责解决，但我仍然相信，只要不懈努力，在解决自己的冲突这条道路上，我们也能走得很远。

我最感谢的是我的病人们，他们与我共同工作，使我得以更好地理解神经症。我还要感谢我的同事们，是他们的兴趣与共鸣鼓舞了我。不仅是那些学术背景资深的同事，也包括那些在我们研究所接受训练的年轻同事，他们批判性的讨论发人深省、卓有成效。

我还想提到三位精神分析领域之外的人，他们以自己特定的方式支持了我工作的开展。艾尔文·约翰逊，他使我有幸在社会研究新学院报告我的观点，而那时古典弗洛伊德分析才是唯一得到认可的精神分析理论与实践的流派。我尤其要感谢的是克莱拉·迈耶，她是社会研究新学院哲学与人文系的主任。多年来，一直鼓励我讨论我在精神分析工作中得到的各种新发现并对此饶有兴趣。然后是我的出版商，诺顿出版社，他们的宝贵建议给我的书带来诸多改进。最后且同样重要的，我想向

米勒·库恩致谢，感谢他帮助我更好地组织材料，使我能够更清晰地表述自己的观点。

卡伦·霍妮

引 言

不管出发点是什么，不管有多迂回曲折，我们最终必须得出——人格紊乱是精神疾病的源头。同样，几乎对于其他所有心理学发现，我们都可以这么说：这其实是一项再发现。各个时代下的诗人和哲学家都知道，沦为精神紊乱受害者的人，绝不是内心平静、头脑清醒的人，而是那些被内心冲突所折磨的人。用现代的话说，每一种神经症，不管症状表现是什么，都是一种人格性神经症。因此，我们在理论与实践上的努力必须针对神经症人格结构。

实际上，弗洛伊德的开拓性工作也日益聚焦在神经症上，尽管他的遗传学取向使他无法把这个问题阐释得清楚明确。但有些学者一直致力发展弗洛伊德的研究工作，尤其是弗朗

茨·亚历山大、奥托·兰克、威尔海姆·赖希和哈罗德·舒兹汉克，他们更清晰明确地界定了这个概念。然而，他们都不赞成有关这种人格结构的确切性质与动力。

我的出发点本来就有所不同。弗洛伊德对于女性心理的假设使我开始思考文化因素的作用。文化因素明显影响了我们关于男子气或女子气的观念，对于弗洛伊德亦是如此，正是因为他没有考虑到这些因素，才得出了某些错误的结论。我对这一主题研究了15年有余。在某种程度上，这得益于与埃里希·弗洛姆的交往，他在社会学与精神分析学方面知识渊博，由此我愈加注意到，社会因素的意义远远不只停留在女性心理学上。1932年，我来到美国，这些看法便得到了证实。那时我发现，这个国家的人，在态度和神经症的诸多方面，都与欧洲国家的人不同，而只有文化差异能解释这一点。最后，我在《我们时代的神经症人格》中阐述了我的观点。其主要论点是神经症产生于文化因素，更具体说就是，神经症产生于人类人际关系的紊乱。

在完成《我们时代的神经症人格》的前些年，我走的是另一条研究路径，这条路径在逻辑上是沿着早期理论假设的，它围绕的问题是神经症的驱动力。弗洛伊德第一个指出，这些驱动力是一种强迫性动力。他认为这些动力在本质上是一种本能，目的在于满足，无法忍受挫折。因而他相信，它们并不限于神经症本身，而是作用于所有人类。然而，如果神经症是失调的人际关系的产物，弗洛伊德的这个假设就不可能站得住脚。简单说，我在这一点上的观点是这样的：强迫性的动力是

神经症所特有的动力；它们产生于孤立感、无助感、恐惧和敌意，还反映了在这些感受下应对世界的方式；它们的主要目的不是满足，而是安全；它们之所以具有强迫性这个特征，是因为背后暗藏着焦虑。其中有两种动力——对爱和权力的神经症追求，在减缓焦虑方面最为突出，我在《我们时代的神经症人格》中详细探讨过。

尽管弗洛伊德所教导的基本原理我仍铭记于心，但那时我却意识到，自己在这方面的探索已经使我与弗洛伊德背道而驰。如果被弗洛伊德视为本能的诸多动机都是文化决定因素，如果弗洛伊德所说的力比多在很大程度上是一种对爱的神经症需要，这种需要产生于焦虑，其目的是与他人在一起时感到安全，那么力比多理论就再也站不住脚了。童年经历依然重要，但它们对于我们生活的影响便会表现为另一番景象，理论上的其他差异也就难免接踵而来。因此，我必须在自己心中弄清楚，对于弗洛伊德，我的立场究竟是什么。由此澄清的结果便是《精神分析的新方向》。

在此期间，我继续探索了神经症的驱动力。我把强迫性动力称为神经症倾向，并在我下一本书中描述了其中10种。那个时候，我还认识到神经症人格结构具有核心意义。我把它当作一种由许多彼此相互作用的微观世界所形成的宏观世界，每个微观世界的中心就是一种神经症倾向。这个神经症理论具有实际用途。如果精神分析主要不在于将我们现有的困难与我们过去的经历联系在一起，而在于解读我们既有人格中种种动力的相互作用，那么只需要一点点或甚至不需要专家的帮助，我

需要全本请访问 www.ertongbook.com

们也完全可能认识和改变自己。面对精神分析师供不应求的现状，自我分析似乎给我们带来希望，让我们能够满足这个至关重要的需求。由于大部分是在处理可能性和局限性以及自我分析的方法，所以我把那本书命名为“自我分析”。

然而，我并不完全满意自己对于个体倾向的阐释。我对这些倾向本身已有准确的描述，但令我烦恼不已的是，我觉得自己只是简单罗列了它们的独立形态。我可以看到的是，爱的神经症需要强迫性谦卑以及一个形影不离的“同伴”。而我没有看到的是，它们对他人与自我共同呈现出一种基本态度，以及一套特定的生活哲学。这些倾向就是我现在描述为“亲近他人”的核心。我还看到，强迫性追求权力和威望与神经症野心之间具有共同之处，它们大致上构成了某些因素，这些因素涉及我所称的“对抗他人”。但是，虽然赞美需要和完美主义动力都具有所有神经症倾向的特征，也影响了神经症与他人的关系，但似乎主要影响的是他与自己的关系。同样，剥削需要看起来也不如爱或权力需要那么基本必需，它的表现没有那么全面广泛，好像它不是一个单独的实体，而出自一个更大的整体。

后来，我的疑问得到了证实。之后那几年，我把关注的焦点转向了冲突在神经症中的作用。我在《我们时代的神经症人格》中说过，神经症是通过矛盾神经症倾向的冲撞而出现的；在《自我分析》中我说过，神经症倾向不仅彼此加剧，还会制造冲突。然而，冲突一直是个枝节问题。弗洛伊德逐渐意识到了内心冲突的意义，但他把它们视为被压抑和正在压抑的动力

之间的较量。我开始注意的冲突是另一种不同的冲突。它们作用于两组矛盾的神经症倾向之间，尽管它们起初是关于对于他人的种种矛盾态度，但经过一段时间后，它们还包含了对于自我的矛盾态度、矛盾品质和矛盾价值观。

越来越多的观察结果使我对这些冲突的意义另眼相看。第一个给我留下深刻印象的是，病人对于自身明显的矛盾熟视无睹。当我指出这些矛盾时，他们感到莫名其妙，似乎失去了兴趣。反复经历这种情况之后我意识到，这种莫名其妙所传达的是对于处理这些矛盾的一种深切反感。最后，他们在突然意识到冲突后惊慌失措，这就告诉我，我正在跟炸药包共事。病人们有很好的理由逃避这些冲突：它们竭尽全力要把他们撕成碎片。

于是，我开始意识到，他们投入了惊人的精力与智力资源，多少令人绝望地尝试“解决”冲突，更确切地说，是努力否认它们的存在并创建一种伪和谐状态。我看到了四种主要的解决途径，在本书中会有详细讨论。第一种尝试的解决途径是遮蔽部分冲突，然后将这部分冲突的对立面提升到主导地位。第二种是“远离”他人。神经症离群现在也有新的功能表现。离群是基本冲突的一部分，也即是，原本对于他人的冲突态度之一；但它也是一种解决途径，因为它使得自我与他人之间保持一段情感距离，从而冲突便无法运作。第三种途径极为不同。它不是远离他人，而是神经症患者自己远离自己。他的整个现实自我对他来说多少有点不真实，于是他建立了一个自我的理想化意象来取代现实自我，从而极大地美化了冲突部

分，因此冲突不再表现为冲突，而是某种丰富个性的各个不同方面。这个观念有助于澄清许多神经症问题，而这些问题目前是我们的知识和治疗所鞭长莫及的。它还将两种之前无法整合的神经症倾向放到适当的范围内来考虑。对完美的需要，现在表现为要努力达到这个理想自我标准；追求赞美可以被看作患者需要外部肯定，使他确定自己真的是他那个理想化意象，而且这个意象距离真实越遥远，这些需要按照逻辑也就越贪得无厌。所有解决途径中的理想自我可能都极其重要，因为它对于整个人格具有深远的影响。但反过来，它又会产生新的内心冲突，因此需要进一步的补救。第四种解决途径主要就是力图消除这个新冲突，尽管它也有助于除去所有其他冲突。通过我所说的外化作用，这些内部过程似乎是在自我之外来进行。如果理想自我意味着远离现实自我，那外化仍然是一种更激进的分裂方式。它再次制造了新冲突，更确切地说，它放大了原来的冲突——自我与外部世界的冲突。

我之所以把它们称为四种主要解决途径，部分是因为它们似乎有规律地在所有神经症中起作用——尽管程度不同——还有部分是因为它们导致了人格深刻的变化。但它们绝不是唯一因素。其他不太具有普遍意义的因素还包括各种策略，如：武断的正确性，主要功能是消除所有内部疑虑；刻板地自我控制，通过纯粹的意志力量使破裂的个体连在一起；愤世嫉俗，通过诋毁所有价值观，消除有关种种理想的冲突。

同时，未消除的冲突的所有后果也逐渐明晰。我看到了各式各样的恐惧、精力的浪费、道德操守不可避免的损伤、繁杂

纠葛所导致的极度绝望等。

在领悟到神经症绝望的意义之后，我才注意到受虐倾向。现在我知道，它是一个对做自己感到绝望的人通过替代性生活来补偿的尝试手段。这样的人对于报复性胜利的欲望是无休止的，我们很容易观察到他全身心地投入在施虐倾向中。于是，我开始明白，破坏性剥削需要其实不是一种独立的神经症倾向，而绝对只是某个更全面广泛的整体的一种表达方式，由于没有更好的词语，所以我们称这个整体为受虐倾向。

因此，一种神经症理论便这样逐步发展起来，它的动力中心是“亲近”态度、“对抗”态度与“远离”态度各自间的基本冲突。因为一方面害怕被分裂，另一方面又需要作为一个统一体来发挥功能，所以神经症患者不顾一切地努力解决这个问题。一旦他通过制造一种伪平衡来成功解决掉这个问题，新的冲突又源源不断地产生，持续不断地需要进一步补救措施来消除它们。这种维系统一性的努力使得神经症患者更敌对、更无助、更恐惧、更疏远自己和他人，结果导致种种冲突的困境变得更尖锐，变得更不可能真正消除。他最终开始绝望，也许还试图在施虐中找到一种补偿，但施虐反过来又增加了他的绝望感，并制造了新冲突。

这就是神经症发展和神经症人格结构的悲惨景象。然而，我为何还要称我的理论是一种建设性理论？首先，它消除了不切实际的乐观，这种乐观让我们以为只需简单得可笑的手段就可以“治愈”神经症。但它并没有涉及同样不切实际的悲观。我之所以认为它具有建设性，是因为它使我们能够第一时间处

理并消除神经症绝望。我之所以认为它具有建设性，主要是因为尽管它承认神经症纠葛的严重性，但它不但使我们有可能调和这些潜在冲突，还使我们有可能真正消除它们，因而使我们能够致力于人格的真正整合。神经症冲突不能靠理性的决策来解决。神经症患者的那些解决方式不仅是掩目捕雀，还是有害无益的。但这些冲突能够通过改变人格内部的相关条件来消除。每一次分析工作都能很好地改变这些条件，因为它能使一个人不再那么无助、那么恐惧、那么敌意，也不再那么疏远自己与他人。

弗洛伊德对于神经症和神经症治疗方面的悲观之处在于，他极其不相信人性的善良和成长。他假设的是，人注定受苦或破坏。人的驱动本能只能被控制，最多是“升华”。我个人认为，人既能够也渴望发展自己的潜力，并成为一个体面正直的人，而且，如果他与别人以及与自己的关系是紊乱的，还持续紊乱下去，那他的潜力就会退化。我相信，人只要活着，就能够改变并不断改变。随着对神经症更深入的了解，我的这种想法也逐渐成熟。

需要全本请访问 www.ertongbook.com