

象征视角下的

# 幼儿心理建设

张海燕 著




中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

# 象征视角下的幼儿心理建设

张海燕 ◎ 著

 中国纺织出版社有限公司

## 图书在版编目 (CIP) 数据

象征视角下的幼儿心理建设 / 张海燕著. -- 北京:  
中国纺织出版社有限公司, 2022.1  
ISBN 978-7-5180-8649-8

I. ①象… II. ①张… III. ①学前儿童—心理健康—  
健康教育 IV. ①B844.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2021) 第 262796 号

---

责任编辑: 邢雅鑫 责任校对: 高 涵 责任印制: 储志伟

---

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址: 北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码: 100124

销售电话: 010-67004422 传真: 010-87155801

<http://www.c-textilep.com>

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

三河市宏盛印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2022 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 11.75

字数: 189 千字 定价: 68.00 元

---

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换



# 前言

这是一本关于幼儿心理建设的书，它探索如何以象征视角来观察幼儿的心理建设过程。

您一定会问：什么是幼儿心理建设？在心理层面上幼儿要建设什么？幼儿需要建设一个“我”，或者说幼儿需要建设一个以自我觉察为核心的稳定的人格基础。

您一定会接着问：什么是象征视角？一个词语或画面，当它的含义不仅仅是当下具体所指时就是象征，当它有一种永远不能被准确定义，或充分解释的层面时就是象征。象征视角就是用象征的方式去观察。

刚刚提到幼儿要建设一个“我”，什么是“我”呢？作为人称代词，每个人都可以用“我”来指代自己，也可以用它来指代自己当下的每个部分。可是它具体指什么？却谁也说不出来。

“我”作为部分，难以被指认；作为整体，却能被感受到。“我”具有不能被准确定义和充分解释的层面，它是一种象征性表达。幼儿能够使用“我”这个词，不仅标志着他们拥有了对自我的觉察，也标志着他们拥有了象征功能。幼儿已经具备象征功能，如果我们不具备象征视角，他们内在人格的建设过程，我们一定是看不懂的。

这里的人格，并不是通常所指的“人品”，它并不带有道德评价的色彩。人格包括两部分，一部分是先天神经系统的反应速度与强度，比如有的孩子快一些、有的孩子慢一些。另一部分是在后天养育互动中形成的关系模式，比如有的孩子黏人一些、有的孩子疏离一些。人格作为先天与后天的集合体，让个体在待

人接物中、在与“他人”的关系中，呈现出“我”的特色。

本书作者是一位心理学教师，也是一位心理咨询师。这本书最初的写作缘由，来自作者多年来一直进行的校园欺凌干预研究。在校园欺凌现象中，被关注最多的是欺凌者和被欺凌者，他们往往有着同样的困境：性格的不完善、家庭背景中的暴力因素、人际关系角色的固化……欺凌者往往有较高的虚假自尊、行为冲动易激惹，而被欺凌者往往有自卑退缩的特点。家庭中成人暴力者对儿童的欺凌，使得孩子可能去模仿因而成为施暴者，也可能处于被欺凌的位置难以反抗。欺凌者与被欺凌者，都难以建立健康平等的人际关系。

欺凌者与被欺凌者同样需要帮助，帮助他们建构健康的人格，改善他们的内在困境才是长久之计。欺凌行为在小学阶段就可以看到，进入中学后，欺凌行为所导致的危害，会因为欺凌者力量的加强而增强，欺凌者与被欺凌者的行为模式也会更加难以改变。对此，作者有一种深深的无力感，它使作者不得不将关注的目光，放在个体人格形成的早期阶段，放在影响人格形成的早期人际关系互动中。

中国古语有云：“三岁看大、七岁看老”，七岁之前是人格形成的重要阶段。民俗中通常使用虚岁计算年龄，将胎儿在母腹中的时间也计算进来的话，这里的七岁也可以理解为六周岁。在目前的教育体系中，这个时段包含三岁之前的家庭养育阶段，以及三至六岁的幼儿园教育阶段。应该说，这两个阶段的幼儿养育者和教育者，是幼儿主要的人际互动对象，肩负着培养幼儿良好人格基础的重任。

作者非常希望妈妈、爸爸、爷爷奶奶、外公外婆，或者幼儿教师，或者对自己感兴趣的人，能读到这本书。因为在象征视角下，幼儿的内在世界既绚丽多彩又神秘莫测，成人与幼儿之间的互动情景也非常复杂。当成人面对幼儿时，他不仅是个大人，也可能是个“幼儿”，因为他自己的幼儿体验可能被激活，而他自己对此却没有察觉。当成人面对幼儿时，他甚至可能是“自己的爸爸或妈妈”，因为他可能直接启用父母曾经对待自己的方式，用这种方式来对待幼儿，不管他自己对这种方式是喜欢还是讨厌。

幼儿时期所建构的应对世界的心理模式，是个体童年、少年、青年、中年甚至老年生活的基础。个体正是依据这个早期框架，展开自己整个生命历程。幼儿如何建设一个“我”？在心理世界中“我”与“他人”如何共存？书中对此既有理论探讨，也有案例分析。案例中的故事，有的源于作者的生活，有的源于作者的工作，为保护隐私，涉及个体的故事都做了必要的信息隐匿处理。此外，故事

及图片的使用均获得了授权。

本书分为两部分。第一部分阐述了幼儿心理活动的发生发展过程，其中包括三个主题，分别为心理活动及其象征性，旨在理解个体早期心理活动发生的整体过程，及其象征性表达方式；心理活动的发展阶段，旨在理解个体心理活动，在不同阶段面临的核心冲突及发展任务；生命早期的重要议题，旨在理解个体在早期人际互动中，感受到的重要内在体验，及其对个体未来生活的影响。第二部分呈现了四个创伤疗愈的案例分析，帮助我们理解在象征层面上，对成人创伤所进行的疗愈工作，以及对困境幼儿所实施的帮助。在以上两部分内容之后，附加了一份预防欺凌行为的研究报告，这份报告对校园欺凌行为的发生原因，以及如何预防性的干预做了讨论。

虽然写作此书的念头源于对欺凌者与被欺凌者早期人际关系的关注，但最终的落点却是幼儿的心理健康，当然此书的读者不会是那些可爱的幼儿，而是肩负重任的幼儿养育者和教育者。德国著名哲学家雅斯贝尔斯在《什么是教育》中写道：“教育的本质意味着，一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”希望幼儿教养者能够借由此书回望自己的早期生命画卷，也希望幼儿养育者和教育者，能够成为影响幼儿的那棵树、那朵云和那个灵魂。

本书内容是山西省哲学社会科学规划课题“校园欺凌现象预防与文明校园建设研究”（2018B117）的研究成果。谨以此书献给所有幼儿，献给所有幼儿养育者与教育者。

作者

2021年10月



<b>第一章</b>	<b>早期心理活动及其象征性</b> .....	<b>001</b>
	身体·心理·灵魂.....	002
	意识与无意识.....	003
	婴儿的主体性感受.....	005
	以不同模式觉察“自我”.....	010
	象征性表达方式.....	015
	觉察的不同切入点.....	018
	本章内容简要回顾.....	022
<b>第二章</b>	<b>心理活动发展的核心内容</b> .....	<b>024</b>
	人格发展阶段.....	025
	认知发展阶段.....	035
	情感与思维.....	040
	本章内容简要回顾.....	041
<b>第三章</b>	<b>个体生命早期的重要议题</b> .....	<b>042</b>
	分离·一生三.....	043
	母性功能·父性功能.....	045
	女性传承·男性传承.....	051
	个体·男性成长.....	054
	个体·女性成长.....	059
	生死合一·雌雄同体.....	062
	我与他人·人与自然.....	065
	本章内容简要回顾.....	067

第四章 象征性功能的疗愈作用·····	068
七个梦·····	070
“我出来了”·····	082
长出来的小岛·····	114
生日聚会·····	129
画出一条“路”·····	145
参考文献·····	160
附 校园欺凌现象预防与文明校园建设研究·····	164
致谢·····	178

## 第一章

# 早期心理活动及其象征性

幼儿怎么建构自己的心理世界？这似乎是一个秘密。因为没有幼儿能告知我们这一切，而成人对于自己的幼儿生活，一方面很难意识到它的重要性，另一方面在记忆中它已然变得模糊不清。

唯有观察，才得真实。我们常说了解一个人要“听其言、观其行”。观察一个人的言行，或者观察其言行的一致性，就可以判断出这个人的基本特点。西方心理学多出了一个情感观察视角，把人的心理活动分为认知、情感和意志，分别对应于我们的观念系统（言）、情感体验和外部行为（行）。

对婴幼儿的观察与成人有很大不同。一方面婴幼儿难以形成固定成熟的观念体系、情绪模式及行为方式；另一方面婴幼儿阶段时间跨度不大，但他们感知能力和探索领域的变化却称得上“日新月异”，所以观察更容易集中在这些外在变化上，对其内在心理感受的关注往往不足；此外婴幼儿感知能力的变化，遵循着人类遗传密码的发展顺序，有着不可动摇的节奏与趋势，会在特定的阶段勃然而出，所以观察更容易集中在所有个体都遵循的发展规律上，对个体发展的特殊性也会关注不足。

婴幼儿心理世界的构建、自我意识的形成、完善人格的建设，其根基主要在于母婴之间的互动。如果婴儿是由其他重要养育者抚养，“母亲”也指代其他重要养育者。无法获得婴幼儿关于这些话题的表述，我们只能先将接下来的讨论作为一种假设。但这些假设并非单纯的主观臆想，它们是在观察的基础上建立起来的。并且基于这些假设所展开的对个体困境的理解，以及所实施的帮助，也将在后面的章节中呈现。

## 身体·心理·灵魂

个体的婴幼儿生活，与其成人生活有着千丝万缕的联系。婴幼儿与成人原本就是一个身体的两个不同生理阶段，此外生命早期心理模式是成年生活的基础，而且从出生直至迟暮，个体始终面临着同样宏大的关于生命意义的叩问。基于此，我首先把心理放在一个更大的背景下去讨论，我想先谈谈身体、心理与灵魂。

前文曾引用雅斯贝尔斯的观点：“教育的本质意味着，一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”人作为一个独立生命，存在的基础是拥有一个独立的身体。所有心理现象和灵魂体验，都发生在身体这一物质基础之上。身体是稳定的、可视的、物质化的载体，如同稳稳地扎根于土壤之中的大树。关于心理活动，那些纷繁念头和情绪变化，飘忽不定、起起伏伏，来来往往，恰似天空中到处游弋的云彩。对于灵魂这个话题，我们很难明确界定它的含义，但它具有独特性和普世性的特点，人人可以提及却又人人体验不同。我想用风来比喻灵魂，一阵风吹过，我们能够感受它的存在，却难于捕捉它的形体。只有被风拂动过的人，可以向另一个被风拂动过的人去谈论它，但谈论的却不是风本身，而是自己被风儿拂动的感受。

另一个话题也与心理密切相关，那就是物质与精神。人类心理现象具有主观性，但离不开人类大脑这一物质基础，也离不开环境中人或物的刺激信息。心理活动的起点是感官的“感觉”，这个概念既属于心理学，也属于生理学。毫无疑问，心理与身体联系密切，心理需要身体提供物质层面的支持。人类心理现象具有主观性，但它不是对内外刺激的简单反应。几乎每个人在某一时刻，都会思考“我是谁”。这样的发问跨越时空，是一个考验人类逻辑思考和价值判断的灵魂之问，因此心理活动必然涉及精神层面的探索。就身体、心理、灵魂发生发展的顺序而言，我更倾向于认为三者是同步的。在物质和精神之间，或者说在身体和灵魂之间，心理架构了一个空间，让三者有了彼此交融的机会。

外部世界的刺激，无论是具体实物带来的物理刺激，还是人际关系带来的互动刺激，都会作用于个体的身体感官，产生对刺激物的感知，促使个体产生相应的心理活动。面对外界刺激，动物也会出现感官反应和心理活动。但与动物不同，人类个体可以将“自己”作为观察对象来感知，追寻个体生命的意义，这种追寻是人类个体特有的关于灵魂的追寻。人类心理在身体和灵魂之间架构了交融

空间，也架构了桥梁，在特定的情况下三者之间可以借助彼此进行表达。

1954年，加拿大麦吉尔大学心理学家贝克斯腾等三位学者，以每天20美元的报酬（当时时薪50美分），招募大学生进行“感觉剥夺”实验。实验中被试被单独安置于一个特殊的、隔离了所有刺激的实验环境中。除了吃饭和排便外被试只能躺在床上，眼睛戴上护目镜，手臂带上袖套和手套，腿脚用夹板固定，调节器发出单调声音，温度恒温。一开始被试还觉得非常有趣，没过多久就感到情绪紧张，很难坚持下去。有的被试待了几个小时，坚持最久的被试待了两天多。事后被试报告说，他们的记忆力、判断力均有所下降，有的甚至出现幻觉，几天后仍有难以集中注意力和难以流畅思维的表现。

这个实验中，被试失去外界物理刺激、失去正常身体感觉后，其正常心理活动受到了影响，记忆力和判断力都有所下降。但身体感觉如果被长时间剥夺的话，被试的心理并不会继续下降以至于停止工作，而是出现了幻觉以保持心理功能的运作。在这里我们可以看到物质刺激与精神活动在人类个体心理中的衔接与转换。

因为不存在与之相对应的真实感知对象，幻觉通常被我们认为是异常精神现象。灵魂有着与幻觉相似的不真实性，我们也找不到灵魂的感知实体，但没有人会认为谈论灵魂是异常的，因为灵魂的感知对象正是我们自己生命的意义。

幻觉通常出现在外界人或物的刺激过于匮乏，或者过于充斥以至于超出个体承载能力的情况下，它是心理活动为了维持正常运转所做出的被动应对。而灵魂关于个体生命意义的追寻，恰恰是个体在心理平衡协调基础上的主动探索。

那么心理如何维持自身的正常运转？如何维持自身的平衡与协调？

## 意识与无意识

心理活动的核心功能是觉察，觉察也被称为意识。依据观察对象是否被清晰觉察，可以判断其处于意识水平还是无意识水平。可以觉察到的内容处在意识水平，这些内容通常可以用语言表述出来。那些始终不能觉察的内容，或者当下不能觉察、过后可以觉察到的内容，或者当下有隐约的觉察，但难以用语言表述的内容，都处于无意识水平。

事物在我们的心理世界中，处于意识水平还是无意识水平，并不是一个绝对的划分。就像大海中的冰山，露出海平面的冰山一角，是我们意识到的部分，巨大的冰山实体隐没于海平面之下，那是我们意识不到的部分。海水荡漾，

海平面起伏，冰山的某些部分随之时隐时现，如果海上起了巨大的风浪，冰山将呈现出更多不为人知的样貌。

身体似乎是最为意识化的，因为身体看得见摸得着，自己和他人的体貌动作都可以描述，但身体的内部运作恰恰是我们最不熟悉的，内脏、腺体与神经系统的活动几乎都处于无法觉察的状态。心理活动虽不可直接目睹，但我们能觉察与内外信息互动过程中，自己所产生的思绪和情感，当然也有大量自动化的核心信念与隐秘的情绪体验，藏匿在无意识之中。灵魂是对生命意义的审视与接纳，它既需要借助身心功能完成体验，又能够进一步完善身心功能。灵魂似乎处于每个人无意识之中，需要个体艰难地求索，才能使之在意识中浮现。

个体是一个整合状态，既是无意识内容与意识内容，也是身体、心理与灵魂的整合状态。觉察作为心理的核心功能，不但觉察着个体身心灵内部的无意识内容，而且觉察着同样处于无意识水平的三者之间发生的转换。被觉察的对象从无意识水平，通过象征性表达上升至意识水平，因此觉察过程是解读象征性表达的过程，也是无意识内容意识化的过程。

我们觉察着由身体、心理与灵魂构建的自己，也觉察着自己之外的整个世界。人类心理的意识觉察功能，可以通过象征性的方式，将外部世界与内在世界连接在一起。著名瑞士心理学家荣格说：“世界悬于一线，那根线就是人的心灵。”拥有三千年历史的希腊圣城德尔菲神殿石柱上，刻着的箴言“认识你自己”，也在表示人类意识的终极目标正是“自己”。

孟子曰：“尽其心者，知其性也；知其性，则知天也。”庄子曰：“天地与我并生，而万物与我为一。”他们的言辞中，也包含着中国传统文化中的“天人合一”思想，我们对自己的觉察和对外部世界的觉察最终将合二为一。

小欣现在就读大一，她认为自己没有心理和睡眠问题，只是身体不舒服，自己什么也不能干，连走路、吃饭、说话都难受。具体而言，背疼、头疼、双耳持续性耳鸣、掉头发、眼干涩……六年间父母带小欣在医院做了各项检查，都没有发现生理指标的异常和器质性病变。这些情况最早在小欣中考结束后出现，当时小欣很开心自己考上了当地最好的高中，但上高中后就开始出现各种身体反应。小欣不认为自己有什么心理上的困扰，但同时感觉自己快崩溃了。

小欣的身体不适已经持续六年时间，她没有考虑过心理层面的紊乱，只是认为自己身体健康出现问题，小欣父母也是这样认为的。小欣和父母都没有意识到，小欣在学业上一直承受了很大的心理压力，这些压力没有得到心理层面的疏解，进入高中阶段后，压力开始以身体症状表达出来。

李佳和丈夫的感情很好，丈夫工作中出差的情况并不多，但丈夫每次出差时他们总会吵一架。吵架的起因都是些琐碎小事，每次都是李佳率先发难，表现出

对丈夫的极大不满。事后李佳很奇怪，自己怎么会有那么大的脾气？

直到有一天，李佳突然想起往事，瞬间明白了自己。李佳在家排行最小，也是唯一的女孩，她和父亲感情深厚。父亲是位乡村教师，工作时住在学校，休息那天才能回来。父亲返校时李佳都会去村口送父亲，离别的忧伤是她幼时非常熟悉的气息，那时她很懂事，从不哭闹。长大之后，多年在外读书工作，李佳已经习惯了离别，那些忧伤似乎也已经逝去。

丈夫出差所带来的分离，唤醒了童年的感受，但这些感受还没有被清晰地觉察到，于是只有一种莫名的焦躁在蔓延……

生活中这样的情况非常多，在心理活动中，同一时期的不同内容之间，或者不同时期的相关内容之间，丧失了必要的联系，因此某些内容或者某些联系就隐匿在无意识之中了。

在中国古代农村，一个地方遇到严重干旱，于是派人请来“求雨者”。求雨者发现整个村子混乱不堪，牲畜濒临渴死，农作物枯萎，人们个个浮躁不安。

求雨者说，请在村头给我一间茅屋，还有三天时间，任何人都不要打搅我。求雨者进了小屋，村民们只能等待。第四天早晨，天果然开始下雨。求雨者从茅屋出来，村民们不约而同地问：“你是如何办到的？”他说：“我什么也没有做。”

村民们说：“这怎么可能呢！”求雨者说：“我本来已习惯于风调雨顺、自然和谐的生活。当我来到这里，感到混乱与不安，而我也受到影响，心神不定。我又能做什么呢？我需要一个安静处所来调整身心，恢复和谐。当我恢复自然与和谐时，雨也就回来了。”

干旱需要自然的雨水来滋养，人心及生活的混乱无序也需要顺应自然的和谐。这个中国古代的小故事，讲述了外在物质世界与内在心灵世界之间的感应，用隐喻的方式表达了中国文化所蕴含的“天人合一”的境界。

## 婴儿的主体性感受

人类意识的终极目标是人类“自己”，个体人格的核心是对个体自我的觉察。初生的婴儿，身心浑然一体，全部沉浸在无意识之中。意识的觉察之光在什么时刻开启？婴儿又是怎样觉察到“自己”的存在？

自己的行为能够引起物体移动或者他人反应，当个体能够预测这些的时候，个体与物体或他人之间就有了区分，个体的自我意识就产生了。一般情况下，我们会认为，每个人身上都存在一个稳定的“我”，是这个“我”在对外界事物进

行觉察，同时觉察也会指向“我”的内部。因此个体知道自己在当下的所思所想和所作所为，也知道如何对外界产生影响，或者外界在怎样影响着自己。

通常研究者所认为的自我意识建立标志，是能够用人称代词“我”来称呼自己，但幼儿至少在两岁以后才可以做到这一点。在学会使用代词“我”之前，婴幼儿已经作为一个“主体”而存在。在婴幼儿自我意识形成过程中，“我”的建构是一个“主体”性感受逐渐聚集并整合的过程。

标题中使用“主体性感受”，是为了对生命最早期的婴儿“主体”展开讨论。婴儿是指一岁之内的幼儿，他们还不能使用语言。更早一些的话，六个月之前的婴儿，他们还不能保持稳定独立的坐姿，他们又是怎样感受“自己”的？

“主体”在这里可以理解为主人，主人可以行使控制身体、评价感受以及发起行动的权力。对于婴儿而言，他们的“主体性感受”是怎样的呢？

基于这一问题的观察主要来自两个方面，一方面心理学研究者进行了大量的婴儿观察，观察婴儿与母亲之间的真实互动，借以推测婴儿自我意识的发展。另一方面，心理临床工作者也在成年人身上观察到了大量退行行为，这些行为有的退行至幼儿阶段，有的甚至退行至婴儿阶段。此时的成年人可以用语言来描述自己的感受，使得研究者有机会对类似婴幼儿阶段的主体性感受有所推测。

我们先来看看关于自我意识萌芽与建立的研究：研究者向三个月的婴儿播放录像，录像中婴儿与其他小朋友在一起，观察发现婴儿对同伴注视时间更长，似乎3个月大的婴儿，就能够将自己与他人区分开来。还有一个著名的“点红”实验，实验者在88名3至24个月大的婴幼儿鼻子上点一个红点，然后观察他们照镜子时的反应。研究者发现，年龄小的婴儿会不理睬镜子或直接去摸镜子，好像这个红点和他一点关系都没有，但15个月大的幼儿会去摸自己的鼻子，说明这个年龄的幼儿已经有了对自己独特形象的意识。

通过观察婴幼儿外部行为来了解其自我意识的发展，并不能了解其产生与发展的内在推动力，以及丰富的体验性内容。这些与自我意识有关的丰富体验即主体性感受，它们是形成早期人格的极为重要的基础内容。人格作为个体先天神经系统反应模式与后天人际关系互动模式的集合体，从婴儿一出生便开始逐步形成，“主体”性感受作为“我”的前身，是形成人格的基础内核。

感受离不开感觉的发展，成年人主要通过视觉和听觉来感受外界信息，其中视觉信息占到信息来源的百分之八十左右。但新生儿和婴儿的视觉系统，包括眼睛和视神经系统，还没有完全发育和成熟。他们能看到东西，但由于晶状体不能变形，他们所看到的東西比成人模糊，视神经和其他皮层细胞传递信息的通路，需要几年才能发育到成人水平。胎儿出生前就有了听觉能力，新生儿已能对某些声音做出反应，但明显的集中性听觉在三个月时才能表现出来。

味觉、触觉和嗅觉在胎儿时期已经得到很好的发育，它们对于维持婴儿的生命具有直接的生物学意义。新生儿出生两小时就能够辨别甜、咸、苦、酸等不同的味道，并且对甜的喜爱胜过咸。吮吸甜的流体能使婴儿从哭泣中平静，这时他们的吮吸速度和吮吸量都比平静时大。婴儿对物品的探索，最早通过口腔触觉完成，口腔触觉作为探索手段早于手的触觉。成人与婴儿进行触觉互动，可以对婴儿进行有效的安抚，把手放在婴儿胸部轻轻抚摸，就可以让他们的哭泣平息下来。嗅觉对婴儿也相当重要，他们靠气味同母亲产生联系，通过气味来辨认母亲。

当然，最为重要的还是腹中饥饿感的满足。母亲的哺乳行为是婴儿存活的基础，也给婴儿内脏器官、触觉、味觉与嗅觉带来了丰富的刺激体验。和母亲的互动中，婴儿的“主体”性感受是怎样的？或者说婴儿怎么区分哪些感受是自己的？哪些感受是别人的？

最直接的感受源自身体的内在需求。婴儿在自己非常长的睡眠时间里，与外界互动很少，但身体感觉饿了、冷了、热了、湿了、被束缚了……的时候，婴儿会醒过来或者发出哭声。身体需求具有自发的节律，婴儿对身体需求是否被满足的主观体验，也具有自发性。需求得到满足婴儿会体验到舒适，需求不被满足婴儿会体验到不适。婴儿的舒适与不适体验，也意味着躯体的放松与紧张，直接导致了是否愉悦的情绪体验，以及好坏与否的主观评价。身体需求有节律地持续存在，身体需求能否被满足带给婴儿的主观体验也在不断清晰与加强。可以说，婴儿最早从躯体反应中感受到了情绪。

婴儿因为身体饿了、冷了、热了、湿了、被束缚了等感觉而醒过来或者发出哭声，随即这些不适都及时得到了缓解，口腔吮吸就有奶水，体感冷热变得适宜，湿的感觉变成了干爽，紧的束缚被松开……似乎一切需求在被感受到之后就可以得到满足，似乎自己的需求本身就可以实施控制，控制那些可以满足需求的东西来到身边。需求与满足之间的关系可以被预测，意味着拥有了控制感，只不过这时候婴儿的控制感，是一种全能控制，好像他控制着一切，可以做到“心想事成”。

母亲无论怎样周到，也难以随时随地恰如其分地满足婴儿的需求。需求不能被满足，身体就会一直处于紧张状态。饿了如果一直没有奶水，饿的感受就会一直存在并紧紧占据首要位置。对婴儿来说，这是一种难以承受的极端不良体验，因为饥饿通常意味着生命存续受到了威胁。饥饿被满足或不被满足，使得婴儿体验到关乎生死的极端感受，也使得婴儿对感受的主观评价出现两极分化的好坏与爱憎，呈现出非黑即白的“分裂”性。

婴儿与母亲的互动最为频繁，母亲提供食物也提供爱抚。在婴儿的全能控制

感之中，母亲与食物、爱抚融为一体，都处于婴儿控制之下，甚至他们就好像是隶属于婴儿的一部分。食物可以及时送达时，婴儿得到满足产生“好”的体验，食物处于婴儿的“控制”之中。食物没有及时送达时，婴儿处于需求不满的紧张状态产生“坏”的体验，同时也产生了“不能控制”的体验。

“坏”的体验与“不能控制”的体验交织在一起，让婴儿难以承受，幻想它们如果不属于自己就好了，接下来它们似乎真的就不再属于自己了，它们属于那些被期待却不能控制的事物。于是在幻想中“坏”被投放在不能控制的外在事物上，“好”被留在内部的满足体验和全能控制体验上。婴儿的体验中出现了异于自己，且不被控制的“坏”事物，这无疑是一个非常大的进步，“异己”使得“自己”有了边界，也使得边界之内的内容可以得到进一步整合。

婴儿的全能控制感、非黑即白的分裂感、“坏”体验的向外投放，这些感受也许是我们对于婴儿的猜想，但母亲与之相对应的感受却非常真实。在哺育婴儿的过程中，母亲不得不投入巨大的精力。虽然大多数母亲对此已有心理准备，但她依然会感觉到：在婴儿出生后，事情变得应接不暇，生活变得手忙脚乱；婴儿展露的笑容让自己极其喜悦，但难以安抚的哭声又让自己极其烦躁；作为母亲，很难接受自己对孩子心生抱怨，但身心俱疲之下也会对婴儿暗自怨恨。

如果母亲有很好的容纳能力，婴儿将会比较顺利地成为体验主体。母亲容纳婴儿对自己原有生活的全面侵入，就是在容纳婴儿需求对自己的全面控制；母亲容纳婴儿的笑容并不是有意冲着自己展露，就是在容纳婴儿处于本能中舒适的“好”状态；母亲容纳婴儿难以安抚的哭声、对乳头的啃咬……就是在容纳婴儿投放出来的对“坏”事物的愤怒。母亲的容纳，使“主体”所需要具备的控制感、评价感与行动力，在婴儿身上可以共存并得到整合，婴儿因此也可以作为“主体”来拥有这些感受。

大多数母亲都会以自然的状态养育孩子，满足婴儿需求的同时避免自己被完全耗竭。婴儿的自然状态也意味着：需求在大多数情形下会得到及时满足，但有时候也会被迫等待。自然状态下，母亲的自我意识是稳定的，婴儿不切实际的“主体”性感受，会遭遇各种挑战与冲突。挑战与冲突，来自婴儿与现实情景的互动，它们是婴儿主体性感受中不成熟的部分可以得到修正的机会。即使幼儿成长到可以使用人称代词“我”，由外界带来的挑战与冲突也在继续推动其自我意识趋向成熟。

如果母亲过度关注婴儿，或者情绪本来就容易焦虑，或者身心精力不济，就会感觉似乎丧失了控制感，自己似乎被婴儿的需求所吞没。这种状况如果长期持续，母亲可能将在某一刻，把自己所有的不适都归结于婴儿。这种情况恰恰类似于婴儿将“坏”体验向外投放。如果母亲过于忽视婴儿，或者无视婴儿自身节

律，就会认为自己主宰着婴儿的一切，难以觉察婴儿的需求。这种情况恰恰类似于婴儿所拥有的全能控制感。

无论母亲过度关注还是过度忽视，婴儿的处境都会比较困难，体验容易处于抑制或者混乱的状态，极端情况下也可能将自己的体验隔离起来，任凭自己跟随外部处境飘荡起伏。“主体”需要具备的控制感、评价感与行动力，难以得到整合，后期也很少能得到较好的进一步修正。在这两种环境中成长的婴幼儿，成年后也会呈现出更多的、类似婴幼儿的、不够成熟的主体性感受特点。

成年之后我们主要依赖视听觉进行信息采集，极为重要的触觉、味觉及嗅觉变得隐秘。与此相同，成年之后我们与外界进行交流时，大多不会表现出过分的控制行为，最初构建“主体”的全能控制、对立评价、“坏”的外投也会隐于幕后。因此，在对成人进行的观察中，我们很少能够深入其早期的主体性感受中，但这里才是个体心理发育的起点，具有巨大的探索价值。

这里有一个非常有趣的现象：婴儿在现实能力最为弱小的时候，自以为拥有最为强大的力量；伴随年龄的增长，成年个体拥有了强大的现实能力，却面临着对自我认知的不断修正。

小罗是个女孩子，现在就读大学一年级。小罗妈妈是一位特别善于交际的人，她与小罗小学、初中以及高中阶段的老师都很熟络。为了给女儿创造好的人际环境，妈妈费尽了心机。虽然妈妈刻意不将自己与老师的交往告诉小罗，小罗也没有感受到老师对自己有什么特殊之处，但妈妈言辞之间对小罗学校生活的笃定感与控制感，还是让小罗感觉到妈妈一定做了些什么。一直以来，小罗都觉得自己不如妈妈，什么事情自己也处理不了，连自己的学校和自己之间，都一直隔着一个妈妈……

故事里的妈妈有婴儿“主体”性感受的残留。养育孩子的过程中，妈妈做的事情看起来都是为了孩子，但这些事情恰恰是孩子应该去做的事。小罗一直生活在这样的亲子关系里，妈妈无处不在，她没有单纯属于自己的空间。小罗的学习成绩很好，但内在充满了无力感。妈妈支持着她，也操控着她，同时也在贬低着她。

美国心理学会前会长哈洛曾做过著名的“恒河猴实验”。哈洛和同事们把刚出生的婴猴放进笼子中养育，婴猴和两个代母猴持续待了165天。这两个代母猴分别是用铁丝和绒布做的，在“铁丝母猴”胸前有一个可以随时提供奶水的橡皮奶头。刚开始婴猴多围着“铁丝母猴”，但没过几天，婴猴只在饥饿时才到“铁丝母猴”那里喝几口奶水，其他更多时候都是与“绒布母猴”待在一起。

这些由“绒布母猴”抚养大的猴子，回到猴群后不能和其他猴子一起玩耍，性格极其孤僻，呈现出抑郁、自闭的行为，有些甚至绝食而死。它们被迫交配后