存 在 心 理 学

杨韶刚 著

南京师范大学出版社

需要全本请访问 www.ertongbook

图书在版编目(CIP)数据

存在心理学 / 杨韶刚著. —南京：南京师范大学出版社，2000.3

（**南京师范大学青年学者文丛**）

ISBN 7－81047－465－0/B·8

Ⅰ. **存…** Ⅱ. **杨…** Ⅲ. **存在主义－心理学学派－研究** Ⅳ. B84－066

中国版本图书馆 CIP **数据核字**(1999)**第** 04172 **号**

南京师范大学出版社出版发行

（**江苏省南京市宁海路** 122 **号** **邮编** 210097）

江苏省新华书店经销 **南京玉河印刷厂印刷**

*

开本 850×1168 1/32 **印张** 7.25 **字数** 182 **千**

2000 **年** 3 **月第** 1 **版** 2000 **年** 3 **月第** 1 **次印刷**

印数 1－1000

定价：12.00 **元**

（**南京师大版图书若有印、装错误可向承印厂退换**）

总　序

公元 1998 年。21 世纪的钟声，已经在人们的心头敲响。

踩在新世纪的门坎上，我校领导立足于建设教学科研型的新型一流师范大学的高度，经多次研究决定，汇集本校历史上以及当今知名教授的学术著作，编辑出版《随园文库》；选择颇见功力的青年教学研究人员的力作，编辑出版《青年学者文丛》；资助出版若干本校教师编写的优秀教材。这项举措，受到了全校广大师生的欢迎。为保证这三个系列图书的出版，由学校和校出版社共同出资，设立了“南京师范大学出版资助金”，成立了以校长为主任委员的“南京师范大学出版资助金管理委员会”，其职能机构为“南京师范大学出版资助金管理办公室”。同时，还专门成立了由数十位高水平专家学者组成的《随园文库》编辑委员会，以保证《随园文库》、《青年学者文丛》这两套丛书的学术质量。教材资助项目，则直接由出版资助金管理委员会把关。

《随园文库》所收学术著作，须是南京师范大学著名教授的代表性作品。南京师范大学的历史，可上溯至 1902 年由清末名臣张之洞奏请创办的“三江师范学堂”。百年沧桑，几度分合，时序交替，迭经变迁，这所学校终成南京乃至全国高等教育的重要发祥地之一，成为许多名校之宗。各校取其所取，彰其所彰。唯师范主脉，绵延而下，为今南京师范大学所承继。近百年间，多少学界巨

子，讲坛精英，举师范薪火，耀群星而璀璨，传万姓以燎原。尤其是中华人民共和国成立以来，大江南北，教育事业空前发达起来。处在江苏省师范教育龙头地位、在全国颇有影响的南京师范大学，越来越显示她巨大的作用和夺目的光彩。历史表明，要振兴教育，尤其是振兴高等教育，绝对要凭借一代又一代的名师硕儒，学术巨擘。否则，即使学校规模再大，也难免空头学府之讥。代表性学者的创造精神和他们的名家风范，对于文化的传播，对于科学的发展，对于学风的垂范，实在有无可估量的价值。出版他们的著作，虽然是求其学识品行于万一，但对于后学诸子，仍然弥足珍贵。

文库取名“随园”，盖因南京师范大学之老校区，是在原金陵女子文理学院的院址上扩而大之，其地在南京城内清凉山东，小仓山下，据考证乃清代文学家袁枚“随园”之故地。“随园”早湮灭难考，袁枚在此所著《随园诗话》却久传不衰。青年大学生们常喜以“随园学子”自称。昔日“随园”，亭台楼阁，堪称海内名园之最；今日校舍，雕梁画栋，享有“东方最美丽的校园”之誉。可见，“随园”二字，内含多少文化信息！以“随园”来命名这套文库，既发思古之幽情，又达传世之美意，更挟后学之襟怀，岂不善哉！

《青年学者文丛》所收著作，多为本校 40 岁以下之青年学者的扛鼎之作。他们正负重登山，不上则下。为他们出书，无疑是提供一点促进的助力。他们的著作，也许不如《随园文库》那样圆润周至，精辟老辣，但是他们敢立一家之言，敢树独家之帜，在知识创新的呼声日甚一日的今天，正顺应着时代的方向，代表着学术昌盛的未来。他们是学校学术发展的希望之所在。新一代的学界巨子，将从他们中间走出来。如果说，南京师范大学在过去一个世纪里，曾经风光过，靠的是《随园文库》作者那一批精英；那末，要风光未来的一个世纪，靠的将是这一代青年和他们的承继者！

《随园文库》和《青年学者文丛》要通过多年才能臻于完成。现在采用的是逐年申报，逐步实施的办法。每年申报的选题，经《随

园文库》编辑委员会认真评选、投票表决而确定。出版费用由南京师范大学出版资助金全额资助或部分资助。从筛选书稿，到编辑校对、装帧设计，直至印刷包装，均严格按照出版精品的要求来对待，务求使其成为精品。这些书稿凝结着我校几代学者的心血汗水、聪明才智。《随园文库》的作者有的已经作古。为了确保这两套图书得以精品的面貌问世，我们对书稿本身的要求是比较高的。为此，作者或者其亲友传人，在出版图书的过程中，付出了辛勤的劳动。在出版活动的各个环节，都有许多同志不辞辛劳、精益求精。谨此，我们一并表示衷心的感谢！

编辑出版这两套大规模的系列图书，我们尚缺乏经验。选题时间跨度较长，又涉及多种学科，有些书稿又需后人整理，客观上存在许多困难。我们一定通过自己不懈的努力，尽可能高质量地完成任务。但是，在编辑出版的过程中，肯定还会存在一些不足之处，祈请作者及读者海涵，并不吝赐教。

《随园文库》编辑委员会

一九九八年十二月

需要全本请访问 www.ertongbook

《随园文库》编委会

主 任 委 员：公丕祥

副主任委员：王臻中　屠国华　陈凌孚
　　朱小蔓　张留芳（常务）

委　　员　（按姓氏笔划排序）：
　　王政红　王臻中　公丕祥　刘一平　刘泽纯
　　朱小蔓　宋永忠　何永康　陆天虹　张纯一
　　张留芳　杨启亮　杨鑫辉　吴康宁　吴　锦
　　陈怀惠　陈美林　陈凌孚　李晏墅　周开亚
　　周志华　范保文　郁贤皓　郁炳隆　俞子正
　　闾国年　施和金　施国新　钟振振　郝振益
　　班　华　倪绍祥　尉天池　黄克谅　笪佐领
　　龚廷泰　屠国华　屠美茹　鲁　洁　蒋伏心
　　潘百齐　樊文彬

执行编委：王政红

目　录

总序……（1）

一　导言……（1）
（一）人类存在及其心理困境……（2）
（二）存在心理学及其历史演变……（4）

二　存在心理学的理论界定与内涵……（7）
（一）存在心理学的理论界定……（7）
（二）存在心理学的理论内涵 ……（10）
1. 存在概念评析 ……（10）
2. 理论前提阐释 ……（12）
3. 心理治疗实践 ……（20）

三　欧洲的存在心理学 …… (25)
(一)欧洲存在心理学的历史诠释 …… (25)
1.存在心理学与现象学和存在主义哲学 …… (26)
2.存在心理学与精神病学 …… (37)
(二)欧洲存在心理学主要代表人物的理论及特点 …… (43)
1.宾斯万格的存在分析 …… (43)
2.鲍斯的存在精神分析 …… (47)
3.莱因的现象学精神病学 …… (51)
4.弗兰克尔的意义治疗学 …… (56)
5.拉康的结构主义精神分析 …… (61)

四　美国的存在心理学 …… (70)
(一)从欧洲到美国,存在心理学中心的转移…… (71)
1.美国存在心理学的哲学先声 …… (71)
2.美国社会与人的精神现状 …… (75)
3.对行为主义的批判 …… (78)
4.对精神分析的扬弃 …… (80)
5.与人本主义的认同 …… (84)
(二)从理论到实践,存在心理学地位的确立…… (90)
1.欧美存在心理学的异同分析 …… (90)
2.美国存在心理学的主要特点 …… (94)
3.美国存在心理学历史地位的确立 …… (98)

五　美国存在心理学主要代表人物的理论剖析…… (101)
(一)罗洛·梅的存在心理学…… (101)
1.寻找存在的真谛…… (103)
2.发现存在的形态…… (118)
3.解除存在的困惑…… (134)

4. 建立存在的科学…… (137)
(二)布根塔尔的存在分析心理学…… (143)
1. 被给予的存在:存在之基石 …… (146)
2. 焦虑的存在:存在之困境 …… (149)
3. 觉知的存在:存在之过程 …… (153)
4. 本真的存在:存在之理想 …… (158)
5. 非本真的存在:人生之探险 …… (163)
(三)存在心理学的当代趋向…… (167)
1. 强调对话的普遍重要性…… (167)
2. 重视主体经验的心理学研究…… (172)
3. 展开人格理论的研究和争论…… (178)

六 存在心理学理论评析…… (185)
(一)存在心理学研究的历史意义…… (186)
1. 开拓了心理学的研究视野…… (187)
2. 促进了人格理论的发展…… (190)
3. 推动了心理治疗实践…… (194)
(二)存在心理学的理论局限…… (198)
1. 有待完善的理论体系…… (199)
2. 必须克服的理论偏见…… (201)
3. 尚未结束的理论争执…… (205)

结语…… (208)

主要参考文献…… (211)

后记…… (218)

一 导 言

一个人，如果想在天国的幻想的现实性中寻找一种超人的存在物，而他找到的却只是自己本身的反映，他就再也不想在他正在寻找和应当寻找自己的真正现实性的地方，只去寻找自身的假象，寻找非人了。

——马克思

什么是存在？人存在于世界上的价值是什么？人生的意义何在？芸芸众生之中你扮演什么角色？在人生的征途上你发掘了多大的智慧和潜能？当你的生命即将终结时，在你的人生史册中你会填写什么样的人生答案？这些问题看似简单，却困扰着无数先哲们。几千年来，人类一直在寻求对这些问题作出正确的解答。

毋庸讳言，对这些问题，哲学家探讨过，社会学家探讨过，人类学家探讨过，心理学家也探讨过。然而，回首心理学独立后百余年的历史发展过程，我们发现，心理学的科学研究手段日渐精密，它的理论分支越分越细。但是，关于人的存在价值的研究却越来越少。人在心理学研究中究竟应处于什么地位？怎样研究现实社会中的人及其存在？这些问题引起许多有识之士的关注，并已成为许多心理学家试图解决的重要问题之一。

(一)人类存在及其心理困境

在当今这个剧变的时代，“知识爆炸”、“信息革命”的浪潮此起彼伏。在这样一个社会剧烈变革、到处充满竞争的时代，人类脆弱的心灵一次又一次地受到了猛烈的冲击。饥饿、贫困、失业、下岗，使现代人的心理倍感恐慌，人们不得不为生存而终日奔忙。社会转型时期，人心浮躁，一些人商海弄潮，成为所谓大款、大腕、腰缠万贯的富豪。然而，解决了温饱问题，甚至富甲一方、事业有成的人，是否处处都能坦然自若、笑对人生呢？答案却往往是那么无情。在现代社会中，心理疾病这条毒龙仍在到处肆虐。无论在中国还是在外国，心理疾病的发病率呈持续上升之势，而且生活越是富有，问题越加严重：城市高于农村，大城市高于小城市，发达国家高于发展中国家，这似乎已成为不争的事实。

人到底怎么了？现代社会为何使人充满了心理困惑？如何使人从心理疾病的困境中摆脱出来，过上健康的心理生活？心理学家们为此付出了积极的努力，心理咨询和心理治疗正是这种努力的结果。

心理咨询，顾名思义，就是对有心理问题的人，采取心理商谈的方法，使其对自己和周围环境有一个正确的认识，以改变其态度和行为，并对社会生活产生良好的适应。心理治疗则是运用心理

需要全本请访问 www.ertongbook

学方法(有时需辅以药物)使人的情绪、人格和行为发生改变的治疗。百余年来,心理咨询和治疗为解除现代人的心理困惑做出了巨大的贡献。其理论观点和研究方法层出不穷,目前已发展成为具有 250 多种方法的庞大体系。而按照它们的理论基础的不同,我们又可以把心理咨询和心理治疗基本上划分为以下几大类:一类是 19 世纪末以来盛行的以弗洛伊德为代表的精神分析理论,它以人的性本能和潜意识为研究对象,试图通过本能释放和精神宣泄达到解除心理疾病的目的。第二类是 20 世纪初以来流行的行为主义治疗,它以人的外部行为为研究对象,试图通过改变人的行为习惯来增强患者适应社会的能力。第三类是 20 世纪初提出、五六十年代以来流行的认知疗法,它以人的认知活动为研究对象,主张通过认知结构的重建,适应技能的训练和形成问题解决的技巧,使病人减少和摆脱焦虑,达到心理治疗的目的。第四类是 20 世纪中叶以来兴起的人本主义—存在主义心理治疗,它以人的现实存在和内在自我为研究对象,试图通过增强对自我认识的领悟,发掘人的内在潜能,重建各种人际关系,达到摆脱心理困境、实现健康人生的目的。

存在心理治疗(existential psychotherapy)的理论基础是存在心理学(existential psychology)。存在心理学,尤其美国存在心理学,是在罗洛·梅(Rollo Reese May,1909—1994)等人的领导下,同美国人本主义心理学相结合而形成的一种西方当代心理学思潮。它以五六十年代以来美国社会中人的心理困境为研究突破口,细致分析了造成现代人的存在危机的社会原因和个人心理原因,阐发了他们对人的存在价值、焦虑、自由与责任、命运、创造力、勇气等现实心理问题的看法,逐渐形成了一种具有美国本土特色的存在心理学理论和存在心理治疗方法。

在长期从事西方心理学史的研究中,尤其是在对精神分析和人本主义心理学的长期研究中,我对以罗洛·梅为代表的美国存

在心理学有了较多的了解，并对他的学术观点产生了浓厚的兴趣。罗洛·梅等存在心理学家对现代人的心理困境所作的分析给了我不少有益的启示。正是在对这些存在心理学思想的研究中，我产生了研究存在心理学的强烈愿望。本书就是这种愿望的付诸实施。

本书旨在通过对存在心理学理论内涵和前提的分析，通过对其历史起源的考察，对欧洲存在心理学代表人物和理论观点的剖析，尤其是对存在心理学在美国的形成和发展，以及对罗洛·梅的存在心理学思想、布根塔尔的存在分析心理学及存在心理学当前趋向的研究，澄清我们对存在心理学的历史演变、理论思想、学术地位等的认识。另外，存在心理学的许多思想尽管是在不同的历史时代和社会背景中提出来的，有其社会和个人的局限性，但其中亦含有许多合理的因素。这些思想和理论观点为我们完整、准确地理解现代人及其心态提供了某种借鉴。近年来，存在心理学无论在西方还是在我国都受到人们的普遍关注，这是与它对现代人的存在状态和心理困境的某些深邃洞察分不开的。发掘它的合理因素，吸取其中对我们有益的成分，这也是作者选取这一主题进行研究的一个基本动因。

(二)存在心理学及其历史演变

美国存在心理学的兴起是和现代西方社会人的心理现实密切相关，和社会的历史发展同步进行的。它是在第二次世界大战之后不久，同马斯洛、罗杰斯等人本主义心理学家的思想相融合，在心理治疗领域中发展起来的一种心理学思潮或研究取向。

在过去的四十多年里，存在心理学在美国的主要代表是罗洛·梅。他是美国具有存在主义哲学倾向的心理治疗学家，也是美国人本主义心理学的主要领导者之一。由于他早期深受精神

分析学家，尤其是新精神分析学家（如阿德勒、沙利文、弗洛姆、霍妮等人）思想的影响，他的理论又被称为存在精神分析或存在分析。20 世纪中叶以来，正是在他的积极倡导和努力下，才形成了具有美国本土特色的存在心理学。

从历史背景来看，存在心理学并非起源于美国。早在 20 世纪二三十年代，就在欧洲产生了存在心理学，它是在欧洲的现象学和存在主义哲学的直接影响下形成和发展起来的，是第一次世界大战后欧洲社会现实在心理治疗和心理学研究中的反映。瑞士精神病学家宾斯万格和鲍斯批评了弗洛伊德精神分析理论的错误，针对当时欧洲社会的现状，阐发了他们的存在心理学主张。英国精神病学家莱因更是针对欧洲社会精神病患者的心理现实，猛烈地抨击了社会对人类心灵的摧残，提出了所谓反精神病学的观点。奥地利的心理医生弗兰克尔则针对现代社会人的意义感丧失，人生价值和存在受到威胁的现状，阐发了意义治疗（logotherapy）的存在心理学观点。法国的拉康则秉承法国的存在哲学传统，结合精神分析心理学的思想，阐释了他的存在精神分析学说。这些理论和观点都是当时欧洲社会中人的心理现实的反映。

20 世纪中叶以后，存在心理学的中心由欧洲转向美国，这也是美国社会现实和人的心理状况在心理学研究和心理治疗中的反映。在五六十年代，现象学和存在主义哲学在美国的许多大学里，甚至在普通民众中都开始流行。一些产生于美国本土的存在哲学家和流亡美国的欧洲哲学家，针对当时美国人的心理现实阐发了他们的存在哲学观点。一些对行为主义心理学和精神分析不满的心理学家，便以这种美国本土的存在哲学为理论基础，竖起了“人本主义心理学”的大旗。奥尔波特、马斯洛、罗杰斯、罗洛·梅和布根塔尔成为这一运动的主要领导者。由于某些具体观点的分歧，在人本主义心理学内部逐渐形成了两种重要的思想倾向：一种是以马斯洛、罗杰斯为代表的自我实现心理学，另一种是以罗洛·

梅、布根塔尔为代表的主张自由选择的存在心理学。罗洛·梅和布根塔尔把他们所理解的存在主义和精神分析(主要是新精神分析)相结合,并在其心理治疗实践中,提出了其独特的存在心理学理论。

美国本土存在心理学之所以不同于欧洲的存在心理学,主要表现为受存在哲学的影响不同,与精神分析的关系不同,社会历史背景不同以及与行为主义和人本主义的独特联系。罗洛·梅在长期的心理治疗实践过程中进行了大量的理论研究,从而阐释了他的以存在为主题的心理学观点。他为寻找存在的真谛、发现存在的形态、解除存在的困惑、建立存在的科学而付出了毕生的努力。他的许多理论观点至今仍在心理学研究领域和普通民众中广为流传,为我们理解现代社会中人的存在提供了不少有益的启示。在他的影响下,存在心理学已成为当代美国一种很有影响的心理治疗理论。布根塔尔、凡·卡姆等人就是在他的理论影响下成为存在心理治疗学家的。当然,由于他们的理论观点主要立足于西方,尤其是美国的社会现实,加上其立场、观点和理论前提的不同,其中也有许多思想糟粕。这也是我们在研究存在心理学时所必须剔除的。

本书力求通过对存在心理学的历史演变和理论观点进行认真而客观的评价,实事求是地阐明这一思潮的历史发展过程,并就其中的某些理论观点展开讨论,力求科学、公正地评价它在现代西方心理学历史发展中的地位、价值和意义,为我们深入地了解人本主义心理学和存在心理学的历史发展,探索现代社会人的心理现实提供某些有价值的参考。

二　存在心理学的理论界定与内涵

此生就是它……尚不是的东西。……只因为此之在就是它所成为的或所不成为的东西，所以，它才能够有所领会地对它自己说："成为你所是的。"

——海德格尔

(一)存在心理学的理论界定

存在心理学又称存在主义心理学(psychology of existentialism)或存在分析心理学(existential analysis psychology)，是把存在哲学的观点运用于精神病学后而产生的一种心理学观点，是以存在主义哲学为理论基础、以精神分析为技术前提、以心理治疗为

手段，主张人能通过自我意识和自我反思来增强和超越自我，通过自由选择来实现自我价值的一种心理学研究和治疗方法。正如罗洛·梅所说："在心理学和精神病学中，该术语区分了一种态度，一种人类的取向，而不是一个特殊的学派或团体。它不是一套……新的技术，而是对理解那种必定潜在于所有技术之中的人类结构及其经验的一种关注。"(May，1961，pp. 18—19)因此，存在心理学主要出现在临床心理治疗和研究中，代表一种与弗洛伊德精神分析有所不同的观点，反映的是现代人的情绪或精神方面较深层次的问题，探讨的是人们在现代社会生活各个领域中所遇到的人的存在困境和心理问题。

从 20 世纪初到五六十年代，在西方主流心理学中占统治地位的是学院派的行为主义心理学。它反对研究人的心理和意识，主张对环境控制与人和动物行为变化之间的关系进行客观研究；认为只要弄清了外部环境与行为反应之间的规律性联系，就能根据刺激来预测反应，或者根据反应来推知由何种刺激所引起，以达到预测和控制人的行为的目的。尽管行为主义的观点在社会生活的许多领域得到了广泛的应用，但由于它忽视人的内部心理机制，不重视研究人在现实生活中遇到的许多实际心理问题，因此逐渐受到来自各方面的强烈批评。存在心理学自创立之初就把矛头直指行为主义。到 20 世纪中叶，随着美国人本主义心理学的崛起，许多存在心理学家便很自然地加入到人本主义心理学的思想阵营中来，共同组成了与行为主义和精神分析相抗衡的心理学的第三势力(the third force of psychology)。

存在心理学起源于欧洲。由于第一次世界大战的爆发，人类非理性的残暴性暴露无遗。欧洲人对西方传统的精神支柱，即理性主义产生了怀疑，并开始从人的内心世界寻找答案。20 年代在德国产生的存在主义哲学，便是这种社会心态在哲学上的反映。它已成为当代西方人本主义思潮的重要代表，对哲学、社会科学和

需要全本请访问 www.ertongbook