

《自体的重建》

图书基本信息

书名：《自体的重建》

13位ISBN编号：9787510058479

10位ISBN编号：7510058473

出版时间：2013-4

出版社：世界图书出版公司

作者：海因茨·科胡特

页数：241

译者：许豪冲

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《自体的重建》

前言

在几个方向上，这本书超越了我之前关于自恋的作品。在以前的书中，我主要以古典驱力理论的语言来提出自体心理学的发现。本书所引入的关键理论概念就是“自体-客体”（self-object）；而在治疗领域中与自体-客体概念相关联之最重要的实证发现，就是我描述的自体-客体移情的现象。最后，当联结理论与临床观察，以及重建发展与治疗的理论，先前的作品引入转变内化作用（transmuting internalization）的概念，与自体领域的结构形成相关联的理论。和我以前的著作相比较，这本书更清楚地表达了我对于神入-内省作为立足点的信赖，而这一立足点已经从1959年以来定义了我概念上与治疗上的看法。这个步骤——对以下事实结果的充分接受：心理领域的定义，是借着观察者对于内省-神入取向的投入——造成一些概念的精练，也显示在术语的改变上，就像我用“自体-客体移情”的术语取代之前的“自恋移情”。我不认为术语的改变是本书最首要的贡献；而是迈向更清楚定义的自体心理学的表达——或者稍后我会更清晰地陈述，是迈向两种彼此互补的自体心理学。

《自体的重建》

内容概要

自体心理学最后终将证明不仅是有价值的，且是不可或缺的，即使是关于如今的驱力与防御心理学所适用的领域。

——科胡特

在《自体的重建》这本书中，科胡特对于他在《自体的分析》这本先驱之作中所提出的理论，不仅加以扩展，同时也加以澄清。在古典的精神分析传统中，专业地耕耘了一辈子之后，科胡特已经认知到古典分析理论的某些限制。如今他无畏地增加一个新次元，以补古典理论的不足。

自恋，在科胡特的用语中，不是贬抑的字眼。健康的自恋相对於自恋型人格障碍来说，好比一个可以提升我们的生命享受与能力的发挥，而另一个则反之。自恋在发展上来说，不只是为了通往客体爱而必须克服的暂时阶段；它有朝向成熟的单独发展，与客体爱的发展并肩前进且彼此纠缠。如今科胡特勾勒出自体心理学的大纲。他以这个新的心理学来解释症状与症候群。他把自体摆在人格的最中心，检视它在健康与疾病中的起源、成分与发展；并引以为跳板，来讨论自恋型人格疾患的精神分析的治愈与结案阶段的概念。

科胡特以丰富的临床资料细心地支撑其综合论述，因而对于传统既定的理论所无法充分含括的临床观察，他不惜与传统决裂。《自体的重建》这本书中，包含了很多具挑战性的想法。自体心理学与冲突理论的关系究竟如何？与自我心理学呢？与俄狄浦斯情结呢？精确地说，什么才是心理健康？分析师如何知道，何时他的病人已经被“治愈”了？这些只是作者所回应的问题中之一部分。

这本书是为了那些不满意其临床治疗结果的人而写的。这样一本书证明了，自体心理学观点的应用如何让分析师在与其病人的沟通中，发现新的与常常想不到的意义，因而提供其诠释全新的治疗支点。

这本书尤其是为了那些有这样理解的人所写的：科学如果要保持其活力，就必须维持其开放的心态。

《自体的重建》

作者简介

《自体的重建》

书籍目录

系列策划主编序

译者序

推荐者序

致谢

前言第一章自恋型人格分析的结案

第二章精神分析需要自体心理学吗？

第三章对于分析中证据本质的省思

第四章双极的自体

第五章俄狄浦斯情结与自体心理学

第六章自体心理学与精神分析情境

第七章后记

案例索引

参考文献

《自体的重建》

章节摘录

版权页：当然，弗洛伊德确信以下的事实：精神分析对被分析者具有有益的（wholesome）效应；分析所构成的过程的动量应该被维持；而且分析的进行应该尽可能地深入。然而，虽然他提供我们这个原则大纲，而其简洁的定义就是，以认知言，要让潜意识的成为意识的；或以结构言，要扩展自我的领域。但他从未以主张的形式来详细阐明——至少不是以科学的严谨，也就是以理论的术语——他对分析的有益效应的确信；而这个主张就是精神分析可以治愈心理疾病、可以奠立心理健康。弗洛伊德主要重视的价值并非健康。他相信尽可能求知的本身就有价值；在那时代的主流世界观与他个人的偏好（毋庸置疑地被早年的生活体验所决定），二者的汇集与相互增强，把科学的世界观转化成他个人的无上律令，他个人的宗教——他绝不妥协地投身于真理的求知任务中，面对真理，更清楚地理解现实。关于弗洛伊德的生活的感人故事中，其中一则与他人格中这个深植的面向相关联。当他获悉对于是否应该被告知得癌症的事，其他人有一些怀疑时，他的反应是极度的生气。“任何人有什么权力不让我知道？”他问道。对于他是否应该被告知这个噩耗的事实，完全不顾及他人短暂的怀疑背后，可能有的善意与关心，而非家长式的傲慢（参考Jones, 1957, p.93）。弗洛伊德的文集提供很丰富的证据（1927b;1933, Chapter 25），可以说明他的最高价值是勇敢的现实主义以及勇敢地面对真理。对于一件重要真理甚至曾经考虑不让他知道，弗洛伊德对此事实的生气，当然可以用很多的方式加以诠释。我相信，很多具有分析师训练背景的观察家，会倾向于怀疑弗洛伊德所表达的生气是一种替代；他真正生气的是对于他罹患癌症、面对死亡的事实——他如今能表达这样的生气，是因为他把生气的反应合理化为真理可能被隐瞒的可能性。我强烈地倾向不同的解释。我相信弗洛伊德的自体核心，比较关联于感知、思考与求知的功能，而非关联于身体的存活；他核心自体的威胁主要来自知识被隔绝的危险，而非身体破坏的危险。

《自体的重建》

编辑推荐

《自体的重建》是为了那些不满意其临床治疗结果的人而写的。它这样一本书证明了，自体心理学观点的应用如何让分析师在与其病人的沟通中，发现新的与常常想不到的意义，因而提供其诠释全新的治疗支点。这本书尤其是为了那些有这样理解的人所写的：科学如果要保持其活力，就必须维持其开放的心态。

《自体的重建》

精彩短评

- 1、精分自体派，科胡特当然必读
- 2、读了两遍，还是不行，好像隔着一堵墙，打不进去。但是又特别喜欢自体的观点，先看着其他的自体书再回来读吧！
- 3、比科胡特的其它两本易读些，值得看。
- 4、我特喜欢，希望大家也喜欢！
- 5、点点点
- 6、非常非常的独到！深受启发！！
- 7、科胡特的神入概念类似与共情，但与共情又有很大区别，共情是感性无规则的，神入是有指向性和结构性的，了解这点这本书会好懂一些。
- 8、很多老师推荐这本经典书，读起来感觉受益颇多啊
- 9、书内容很好，翻译不理想，建议比较专业的人才看。或者去读原版
- 10、略读读的过程中，越发觉得自己有问题，然后看谁都有问题，不过一些毛病确实要改掉，不然发展成精神病可怎么办？但就像科胡特所说，每个人多多少少都有一些轻微症状吧，只不过那些成功人士毛病更大？或者它既可以让你陷入地狱潦倒一生痛苦一世又可让你成为最成功的人？原谅我会误解科胡特的书，主要是我不是专业人士，但是他帮助我看清了自己 谢谢
- 11、发货速度与实际时间不大符合，慢一点啊~~~书有毛边
- 12、翻译得稍微有点晦涩。
- 13、是一本较专业的书，如果是想奔着解析自我的话 要解决实际问题的话，先看点具体的书，这本书的理论有点干，如果你自己本身没点专业理论什么的，看了就比较枯燥，除了心理学，更多的是从实验，神经构造去讲，个人感觉，
- 14、需要反复阅读
- 15、还没开始看，感觉应该会不错~
- 16、非常好的书！看到武志红老师在微博上推荐此书，我就在该书上架的第一时间买来了。作者对于自恋的剖析非常精辟，我认识到了：正常的自恋不应该被压制，它是从对自体的爱转到对客体的爱的一个必经的过渡过程！力荐！
- 17、翻译的太晦涩了 很难懂 无法了解大师的精髓 这么好的书能有新的翻译版本吗
- 18、翻译晦涩，瞄一眼啥信息都没获取。。
- 19、我买了科胡特在中国几乎所有的书。。。
- 20、自体心理学必看的书，以前是复印的台湾版，现在有大陆版出了，就买来收藏。
- 21、即使有第三极的发展，自体模型大概还是应该理解为一条直线——不妨说孪生子的拓展就像一个人在清点人数的时候忘记计算自己，那么正是那个道理：如果人不存在的话，宇宙本身并不需要时间。人的悲剧朝向的是无可企及的时间起源和时间尽头。
- 22、这个版本翻译的真的不好，内容不错，建议可以找原版来读
- 23、没怎么看懂
- 24、未
- 25、专业书籍，只能评论下质量，印刷啥的都很好，至于内容，这么专业一般人不会买吧。
- 26、相比前一本容易读得多，还是我习惯了这文风了？正式将自体心理学作为一个独立学说提出，声称狭义的自体心理是与经典精神分析互补、对等的，广义的自体心理则比驱力心理更深更高，驱力其实是自体破碎后的产物等等“叛逆”的思想，但其实又总是想将自己置于精神分析之中的。
- 27、有从【长长的隧道里钻出来了】的感觉
- 28、都是好书
- 29、通俗易懂，物美价廉，喜欢！
- 30、买的书太多，还没顾上看

1、非常好的书！看到武志红老师在微博上推荐此书，我就在该书上架的第一时间买来了。作者对于自恋的剖析非常精辟，我认识到了：正常的自恋不应该被压制，它是从对自体的爱转到对客体的爱的一个必经的过渡过程！力荐！作者果然是这方面的泰山鼻祖。非常好的书，值得收藏。

2、海天线 孤单的落日燃烧后 会不会有重生精神分析作为人类理解自我、认识自己无可争议的领导力量经历过几波浪潮，Kohut以人本主义的理念重塑了精神分析的面貌，像爱因斯坦解救了经典力学一样，拯救了传统的精神分析。Kohut对精神分析的本质作了高度概括：借由观察者对人类内在生活进行持续的“神入-内省”的浸润，收集资料并加以解释。在这个本质之上可以附着特殊的技术手段如自由联想、梦的解析等等，以使神经症患者能够获得“工作与爱的能力”。在工作上高效率，而在情感上享受充分的愉悦。Kohut将神经症病人分为两种，一种是“内疚人”，一种是“悲剧人”。内疚人与传统精神分析驱力理论相对应，驱力理论认为潜意识中的各种本能冲突制衡构成神经症的基础，为了减小来自自我享乐原则（特别是性欲区）与超我代表的现实原则之间冲突的压力，内疚人会以各种隐晦扭曲的方式满足潜意识中的欲望。但是在这个过程中，虚无的欲望对象根本带不来真是彻底的享乐，从而称其为内疚人。Kohut称自体破碎的神经症患者为悲剧人，悲剧人最典型的特征为广泛弥漫的孤独空虚感与不确定感存在于精神的各个部门。悲剧人究其一生都在追求自体的实现，可是往往以失败而收场，从而称之为悲剧人。驱力心理学认为“俄狄浦斯情节”为神经症患者的原罪，认为对神经症患者的治疗在于让他走出俄狄浦斯情节。Kohut认为自体为较俄狄浦斯情节更原始的心理概念，从自体的角度诠释了俄狄浦斯情节。可以说Kohut认为自体理论与驱力心理学理论是相容的，并提出内疚人与悲剧人的概念。Kohut认为双亲过度亲近而产生的过度刺激是结构型障碍的起源，而双亲远离而产生的过少刺激，是自体疾患的致病因素。传统社会被体验为威胁的亲近环境，越来越被体验为威胁的远离环境。所以Kohut认为现代社会产生更多的各种各样不能实现自我的悲剧人。Kohut的理论中自体为核心概念，可是在本书中Kohut从来没有对自体下过任何定义。对自己性质的描述可以在本书的精华章节“双极自体”中找到。精神发展的过程中，涉及到原始心理内容的选择性包含和排除过程，曾被体验为古老的心理内容逐渐遗弃或消失，而与外界接触过程中建立起来的某些部分被纳入自体之内。而在这个过程中会建立两个基本的心理功能：镜像自体客体的自体-肯定与理想化的自体-客体的钦佩。婴儿认为自己是完美无缺的，对自己的能力和自尊具有夸大的想象。但是婴儿最初并不能区分自己和母亲，倾向于从母亲的眼中看到完美的自己。若母亲对自己表示肯定，婴儿会从一面镜子中看到自己的完美。在母亲持续健康的镜像-肯定过程中，婴儿逐渐发展起来核心的企图心，建立起健康的表现癖，体验为宽阔的心理构造，它为一个人未来成就的源泉。当孩子自体-肯定的存在不被镜像自体-客体回应时，夸大的、孤立的、性欲化的暴露表现癖将会主宰孩子的企图心。当孩子自己的完美性被不肯定的镜像所打破，会本能的寻找理想化的、全能的自体-客体并想要与它融合。镜像的自体-客体想说的是“我很完美”，而理想化双亲想说的是“你很完美，而我想与你融合”。健康的理想化双亲会让孩子获得一个钦佩的对象，并不断突出自己的优秀特点从而获得自己的核心理想目标结构。若理想化双亲过程没有成功，则孩子健康快乐的钦佩将会终止，宽阔的心理结构将会崩溃，从而沉溺于成人力量的孤立且性欲化的偷窥癖。镜像的自体-客体为一极，构成孩子核心的企图心，理想化双亲为另一极，构成孩子的理想。企图心和理想关联为一组相关的天分与技能，这些天分与技能吸引它自身或对应核心企图心与理想的要求发展起来。核心企图心与核心理想之间，存在活动-促进的张力斜率，推动心理活动永恒流动，推动其企图心并导向核心理想。我们可以看到，自体的双极之间，外部包含着特殊的天分和技能，而内部为持续的张力弧。个人人格中的持续不变感或者说“存在感”，并不是因为核心企图心与核心理想的内容不变，而是由于自体表现的、创造的、指向未来张力的不变的独特性，也就是中国古老哲学中所说的“乾”。Kohut所说的重建，就是要重建双极之间的统整性，重建人格中的“存在感”，消除悲剧人心中广泛弥漫的孤独空虚感与不确定感。在自体的建立过程中，对应核心自体的两极存在两次机会。一方面关联孩子统整的、夸大-表现的自体建立，另一方面是孩子统整的理想化双亲。发展的过程中，前者处于更早的阶段，而后者处于较晚的阶段，从自体的夸大被镜像开始，转到自体与理想的主动融合。最终奠定的核心自体，两个成分可以相互补偿：一个成分的巩固通常可以抵消另一个成分的缺陷。Kohut发现，通过对悲剧人神入-内省的分析，可以为病人提供一个更好的自体-客体，为病人提供支持性的环境，激活其自体中双极，重建破碎的自体。Kohut对理想化双亲给予足够的赞誉，认为绝大多数情况下，理想化双亲的一极的活化，为自体统

《自体的重建》

整性的建立与巩固提供更多的资源。总结起来，精神结构不断向上发展的过程中，选择性排除的包含过程构建起核心企图心与核心理想，这两极之间，外部关联一组特殊的天分与技能，而内部为活动-促进的张力弧，我理解为“乾”。持续不变又永恒流动的张力弧构成了人区别于外界持续不变的存在感，为自体的核心与人之为人的根本。若统整的核心自体不能建立，则夸大、孤立、性欲化的破碎自体出现，广泛弥漫的孤独空虚感持续笼罩在精神的各个部门。对自体重建的希望在于，通过重新活化自体中的两极，建立统整的张力弧。Kohut的理论可以用一个字高度概括——《易经》中所说的“乾”。何为乾，天行健君子以自强不息。这种蓬勃向上、永恒流动、生生不息的境界即为人生之大智慧，成长的不二法门。可是在人成长过程中要经过多少磨砺？你不会知道灵魂可以破碎到何种程度，孤立、夸大、性欲化的自体碎片拥有多么偏执的力量，而孤寂的原野上踽踽独行的人是有多么渴望……我想，这就是“一个男人的成长”。海天线 孤单的落日燃烧后 必然会有重生

3、写在前面的话：首先，这本书是由台湾人翻译的，从翻译的效果来看，翻译者的水平不是很高，再加上台湾与大陆在书面语言表述上的差别，所以这本书让我感觉读起来真的生涩难懂。但最终还是耐着性子读完了，并引发了自己的一些思考，以读书笔记的方式展现出来。-----分割线-----关联母亲为镜像的自体-客体功能的失败，关联父亲作为有理想化影像的自体-客体功能，的失败这是否意味着母爱缺失一般为镜像移情，父爱缺失一般为理想化移情呢？（同性为理想化，异性为镜像）。患者不仅可以通过回忆自己的童年来寻找自己的创伤，而且可以通过观察自己的父母如何对待自己的孙子来发现自己曾经的创伤，比如父母因缺乏共情而形成的自己原发性缺陷。也就是说子女可能通过父母如何照顾自己的孩子而发现自己受伤有原因。人们为什么喜欢回顾自己的创伤，就像我们牙疼时喜欢去用舌头舔一样，我们是在检查内心的伤口是否还疼，结果发现还是疼...母亲的回应不足，或孩子总是被拒绝的状态，他可能会形成故意在母亲面前暴露自己受惩罚的行为，因为这样一方面对伤害有掌控感，另一方面也算引起了母亲的关注。当母亲回应不足时，孩子的得到的回应不够，他未来可能会形成一种表现癖来直充曾经的缺失。然而这种表现癖很难满足，所以会很容易发展为两个极端，一个是会压抑这种表现癖而伤害自己（自我否定应该也算一种吧），还有就是转化为狂热的活动和性欲化的幻想（幻想甚至真成去拥有一个满足自己所有欲望和念头的性奴）。原发结构--镜像自体-客体，代偿结构--理想化自体-客体写作的文风和结构决定于人的心理结构，文学可能是本能欲望的升华。人在成长过程中不断寻找内心的缺失和代偿，这就为自己的成长和治疗打下了基础。移情官能症结案：成功放弃或永远放一边自己的古老要求。当原发过程（如原以的表现癖，与母性的自体-客体结合）与次发过程（他的文字，语言，写作）中隔着结构缺陷，导致他表现癖-夸大-创造的挣扎，不能全然灌注于良好的、稳定内化的目标。没有把夸大-表现癖力比多更好地为理想服务，还导致了执行结构（自我）无法发展的情况。过久的分析会导致人分析上瘾，（这好像是一种理智化的防御）。前语言期的语言创伤甚至在分析时也不能用语言表达出来，更可能像通过生理反应而表现释放。强烈的贪婪，广泛的暴怒，无限的抑郁，甚至永远摆荡的体验（古老的自体好像本我的状态。）发生在成功分析的转变，并非因为领悟的结果，也就是说仅仅因为知道了症状就消失了并不完全，所以自体心理学更关注微结构，比精神分析更细化的内容。（这是否意识着王阳明的知行合一的重要性，心学更需要实践才得成长。）自体心理学把分析的过程当作一个能动的过程，而非简单的分析过程，认为这是通过分析，所调动出来的古老挣扎的不断冲击，使得新的结构在自我中形成，并成为旧模式的补充部分，这个过程中有（释放延迟，中和化，目标抑制，替代满足，通过幻想形成而达到一心一意。）需要注意的是许多看是发自内心的兴趣或许也有着其背后的深层原因，比如幻想拉小提琴来赢得观众的喝彩和羡慕，这或许是为了儿童后期母亲移情的修通，以现实但满足的方式学习其表现癖的挣扎。这会为修通目标做出贡献，可以建立暂时可用的结构，但这种活动并不是来自于自己天生的优势智能，不是自己天分所在，注定不能取得优秀的成绩。当自己的心理达到高的层次，不用这种方式来作为其夸大欲与表现癖的载体，则寻找一个适合自己天分和优势智能，自己又所热爱的活动就非常有必要，所以我自己也要反思清楚自己所做是否是自己所想要的，还同仅仅满足了自己的某种表现癖的需要或其它内心需求，看能否有一个更为好的选择。只所以没有一开始就选择一个适合自己的活动是因为采用当前的活动更容易达到表现癖的作用，而且新的活动必须要完成某个心理障碍才能承载和运用。通过分析寻找一个真正快乐的自我实现之路。原我：对母亲的性欲爱，超我：对敌对父亲的理想化个案缺乏安全感，觉得周围都是敌人，虽然不利于人际交往但对个案起到了你保护作用，所以在没有教会他更好的方式前，最好不要改变个案的感知。当内心已经建立一个表现癖与夸大企图心中心模式，完美的理想，天分与技能的部门，那个案就可以自己走去，自己是否建立类似

《自体的重建》

的结构？能够将完美理想与企图心和表现欲的关系恰当处理，就是一个比较理想的成长状态。恋物癖的行为（对女性丝袜和内衣）构成了对母性美好的精髓，是一种代偿或代为满足。如果个人成长之后，发现了更为重要，或更合理，更能满足内心需要的行不，恋物的行为变得不那么重要，也就可能不再成瘾。当孩子认为自己不能被满足自尊接纳和提升的需要，除非要达到父母的要求时，他对成功的渴望和对自我的否定就会更加强烈，最终也会失去自我。性变态等扭曲的性行为很多时候是在维持一个即将破碎的自体，情感控制能力弱的人性欲应该比情感控制能力强的人高。肛门期性格是吝啬，粪便是一种创造的快乐，如果母亲不能与孩子形成良好的互动，不利于孩子良好自体建立。孩子需要恰当的挫折，如果母亲一直给孩子完美的共情，则孩子长大后，也会患上精神分裂。母亲的溺爱和完美的共情，可能让孩子产生恋物癖，因为他们不固着于母亲所给予的体验，而不肯向现实妥协。恋物癖可以满足孩子对母亲体验的完美延续，这是以损害现实和成熟模式所得到的愉悦。口欲期的伤害，使得孩子在长大后寻找口腔刺激来寻找安慰（性欲期）。自体心理学把体验的自体客体与真实的客体区分开来，来解释我们所审视的对象。当病人对理想化的自体客体健康的融合，没有得到回应之后，理想化影像就破裂成碎片，这是融合的需求被性欲化且指向这些碎片，透过与全能的双亲影像的拒绝特征（处罚、贬抑、轻视）作性欲化的融合，来提供他强化的理想，这时性虐待的需求和行为就可能出现了。制度化的运动，竟然也可以承载理想化双亲的功能，减少贫困地区青少年的攻击性。任何事物都是相对的，冲突和矛盾的，比如分析师的父母越对孩子关注和移情，孩子的内心会变得越复杂和神秘，这个过程更像是一种对抗而非养育的配合，人就是这么复杂吧。病人在其碎片化后会描述自己的躯体的病症反应。当病人自体不被威胁时，不会注意身体的小缺陷，当自体分裂时许多症状及不适就可能被放大。当一些病人面临严重的自体破碎时，借着暂时且狂热地参加各种活动来防止自体的全面崩溃。说明人在内心健康的情况下才能做到更理智和理性。当病人开始自体破碎时，他会更关注身体的变化，甚至会幻想身体内的旅行来维持自体的同一感。同理可得追逐肉体的性爱，是在为枯萎的心理埋单，也或许在转移自己的焦虑和不安，人为什么会如此，或许是需要肌肤的安慰吧，最起码自己可能存在这种情况。性欲的刺激可以让人感受到身体-自体的存在，并重获控制感，让人感觉自己活着，使自己寂寞的被威胁的自体再活化起来。每个人或许都有处于创伤状态的反应，书中的案例是易怒，自己好像也有类似的反应，特别是青春期时更是如此，但现在发现，受伤时的那种突然麻木，茫然，恐惧型，无力感，好像也是自己的受伤状态。结构型官能症与自恋型人格障碍的不同在于前者是乱伦欲望的能以克制与害怕超我惩罚之间的冲突，而后者在于对避免再暴露于童年的自恋伤害与羞辱之中畏惧。对于自恋型人格障碍而言，只要被分析者的自体开始变得稳固，当自体-客体的丧失，不再以碎裂、严重的脆弱，或不可控制的暴怒作反应，那么分析就达到结案阶段。一个人处于痛苦的内在不确定与无目标感，弥漫于他生活的各个部门，这就是广泛的自体障碍的特征。更特定的抱怨是反复发生的不安感与神经质，可视为自体统整脆弱有阵发性恶化。如反复的易怒、疑病与混乱的就症侯群。易怒是典型的创伤状态的表现。对于一个自体易破碎的人而言，避免与周围环境过多的介入和纠缠是保持自体完整的方法，这就可以理解为什么很多有逃离人际关系复杂的环境，甚至逃离世俗去寻找世外桃源，事实上通过简单的物理隔绝同样难达到避免自体被干涉的效果，比如耳塞，眼罩。但最终保持与外界界限和防御之墙的还是有一个强大的心理。但物理和行动的隔绝会使内心的能量消耗少很多。为什么人会害怕到陌生的环境去，或对于即将离开的特别是投注于情感的环境难以离去，就是因为害怕陌生环境带给自己自体破碎的感觉，同时对一个熟悉的能让自体感觉完整和安全的环境的留恋。面对镜像的自体客体的健康的自体-肯定，面对理想化自体客体的健康的软佩，这两种功能在自身的形成和存在标志着自体开始从镜像与理想化的自体客体中形成。移情官能症与自恋人格障碍的区别：移情官能症：内心乱伦欲望与害怕惩戒的冲突；自恋人格障碍：缺陷自体需要与避免再暴露于童年自恋伤害与羞辱（自己的需求没有被回应）人格障碍病理：自体没有被稳固建立，心理结构的缺失，依赖于自体-客体的存在，害怕这种失去。当自体客体以及与他们功能已经充分转化为心理结构，能独立发挥功能则可以结案。如果母亲不能完成孩子的建立稳固统整的核心自体的需要，父亲也可以承担这个功能，但如果父亲也失败了，就需要孩子以前能遇上一个理想化双亲的人，比如咨询师或者一个爱人。自体病患的五类精神病理：1、精神病；2、边缘型状态；3、分裂样与妄想人格；4、自恋人格障碍（对嘲笑，凝病，或抑郁的过分敏感）；5、自恋型行为障碍。（自体暂时的崩溃，脆弱或严重扭曲，如性变态，行为偏差或药物成瘾）性虐待是一种强迫镜像的自体-客体对自己回应的行为，这是一种自恋暴怒的变异表现，根本上是想要增加自尊的期望。但这种成瘾的行为是种望梅止渴，没有真正的效能的。当病人被共情，自己自恋剥夺的感觉被理解和回应，他们的性变态行为就会很快消失

《自体的重建》

。是否出现行为与其健康程度有关，行为越明显说明自体结构损坏越严重，或者发展越不完善。

章节试读

1、《自体的重建》的笔记-第125页

……我们可以这样说，健康的个人从两个来源得到他在时间轴上的个体感与同一感：……表面的是属于一种能力——人类一种重要而卓越的智能——使人能够采取历史的立足点：在他回忆的过去中认出自己，并投射自己于想象的未来。但这样并不足够。……不论我们如何改变，只有稳固统整的核心自体体验，可以让我们确信我们有能力来维持我们持续的认同感。……最终，不是核心自体的内容，而是自体表现的、创造的、指向未来的张力的不变独特性——告诉我们说，我们短暂的个别性也具有超越我们生命疆界的意义。……我主张的观点是，顺着时间轴的持续不变感——健康自体的显著特征——是核心自体的两个主要成分间持续的、行动-促进的张力斜率在早年奠定的结果。

2、《自体的重建》的笔记-第222页

什么是精神分析的本质

让我在这里特别指出本书的一项特征，而这对一些人来说似乎是一个严重的缺陷。我对自体心理学的探究包含了数百页的文字，然而却尚未赋予自体这术语一个不变的意义，也从未解释自体的本质应该如何定义。无论在狭义的自体心理学架构下所构想的自体，作为一种心理装置的特定结构；或者在广义的自体心理学架构下所构想的，作为个人的心理世界的中心；自体就像所有的现实——物理现实（我们借感官所感知的世界的资料）或心理现实（我们透过内省与神入所感知的世界的资料）——在本质上都是不可知的。我们不能借着内省与神入穿透自体本身；自体只有借着被内省地与神入地感知而得的心理展现才对我们开放。要求对自体的本质作精确的定义，这是忽略了“自体”并非抽象科学的一种概念，而是得自实证资料的一种普遍化。要求把“自体”与“自体表征”（或类似的说法“自体”与“自体感”）作区分，这种要求是基于一种误解。但是，我们可以收集资料，关于一系列内省与神入地感知的内在体验，被逐渐建立而成的我们后来称之为“我”的方式；而且我们可以观察这种体验的若干有特色的变迁。我们可以描述自体所呈现的不同的整合形式，可以说明自体组成的各种成分——它的两极（企图与理想）以及处于两极之间区域的天分与技巧——并解释其起源与功能。最后，我们还可以区别不同的自体类型，并可以基于它们某一成分的优势而解释它们之间的区别特征。这些我们都可以做，但是我们仍然无法知道自体的本质，当它与其展现被区别开来。

3、《自体的重建》的笔记-第128页

自恋性障碍的个案分析中，回忆的目的不是让结构冲突的潜意识部分进入意识，让这些冲突可以在意识中得到解决——从潜意识系统移动到前意识系统，从原发过程进到次发过程，从享乐原则进到现实原则，从原我进到自我——而是要强化自体的统整。

4、《自体的重建》的笔记-第103页

分析师的孩子

在我近几年的临床经验里，遇到了好几位病人是分析师的孩子（包括其他在精神分析方面有教养的双亲的小孩，例如心理师、社工员、精神科医师等）。他们找我再分析，因为他们觉得之前的分析是失败的。他们苦恼于一种不真实存在的模糊感（他们时常不能体验到情绪），而且他们体验到一种强烈的（然而冲突的）需要去依恋于身边的有力人物，来让他们感觉生命是有意义的，是真的活着的。我逐渐了解到，他们的障碍是起源地关联于这样的事实：他们的双亲从很早期就经常并巨细靡遗地，把对孩子的思考、渴望与感觉的神入的领域跟孩子沟通。就我所能判断——其中一些例子里，我有足够的理由相信这样的结论——这些双亲一般都不是冷漠或拒绝的。换句话说，他们并未借着本质上敌意的诠释，来遮掩对孩子的潜在拒绝。这些重复的诠释并未让孩子感到被拒绝。他们也没有给孩子被过度回应的感觉。双亲行为的致病原因在于他们参与了孩子的生命；他们声称（多半是正确的），关于

《自体的重建》

孩子的思想、渴望与感觉，他们比孩子自己本身知道得更多。这样就干扰了孩子的自体的巩固；而且孩子变得神秘而防御，不让自己被父母的领域所穿透。……

……事实上，在很长一段时间里，这些个案并未对我抱怨前任分析师，反而倾向于把他的处理视为理所当然——就像他们从不质疑双亲介入的适当性。当他们还是孩子的时候，这些已经成为一种生活模式；而分析师的压力与/或诠释，就他们所能认知，同样被接受为适当的。事实上，病人是在可观的阻抗下开始了解——没有任何来自我的建议：甚至起初让我惊讶——正是因为对自体溶解的深层恐惧，促使他们防御和对抗被理解的危险。

……然后个案只能透过有意识的努力，尝试对抗若干既存病理倾向（像是倾向于相信别人知道他的想法），借着相对的力量辛苦活化（借着强调自己意识上的知识，认为别人不知道他的想法）。

……自体病理的概念在这些案例里，让我们认识到病人对于被分析穿透的阻抗，是健康的力量；它保存了刚开始萌芽的核心自体，虽然有双亲扭曲的神入。它也让我们认知核心自体逐渐地再活化，也就是说，分析师目睹被分析者的古老确信复苏——他自体的伟大。这确信在早年一直没有得到回应，以致不能得到逐渐的修正而整合入其他的人格。而最后，它让我们认知被动员的修通过程，其中某种（或数种）自体-客体移情，关联于再活化的核心自体的主张。……

……在前语言阶段，双亲对婴孩的心智内容（婴孩的需要与渴望）具有接近完美的同调，确实是婴孩初生的自体形成所不可或缺的。但这些病人的双亲在后来的语言发展阶段，仍持续借着选择性的神入感知来介入孩子的心智。以上无疑证明，这些双亲对孩子成熟的需要（也就是孩子整个自体的需求）不能同调，即使他们对孩子的某些心理细节的神入了解经常是精确的。孩子的自体发展——其清楚的轮廓——就这样被中断。孩子所需要的，不是关于其心智的特定意念或情感内容且会导向分裂的诠释，而是需要这样的诠释：对于能提升其整个自体统整回应的持续需求，促成更多的觉察。这就是儿童期对这类回应的需求（在儿童期因为被挫折而加强）重新在自体-客体移情中活化；这就是需要被诠释的需求。分析师不应该为了治疗的进展（就如个案开始在回顾中了解，为了提升父母和分析师的自尊）而拒绝这种不想自我坦露的阻抗，且视为不佳的态度而要尽快地加以克服；而该不带责备地把它诠释为一种重要的保护层，以防御诠释所带来的穿透——这保护层被病人用来保护他自体中一个小而统整的部门。正是这个勉强维持的、秘密保护的、自体中相对完整的部门，而非乱伦禁忌的驱力-欲望，其存在被分析师的诠释所指明，而在自体-客体移情中重新活化。缓慢地且在强大的阻抗下，它的展示让分析师看到：想要被赞美与被肯定来获得实在的感觉，然后，次发地，渴望完成受挫的发展阶段，并让自己进入修通的过程（恰到好处的挫折），以整合入病人的成熟人格。

5、《自体的重建》的笔记-第95页

在自恋型人格障碍的案例里，分析过程所产生的治愈，是借着自体-客体移情与转变内化作用，来填补自体结构中的缺陷。通常治愈的达成不是借着完全填补其原发缺陷，而是透过代偿结构的复健。

……

6、《自体的重建》的笔记-第103页

在我近几年的临床经验里，遇到了好几位病人是分析师的孩子。……他们觉得之前的分析师失败的。他们苦恼于一种不真实存在的模糊感（他们时常不能体验到情绪），而且体验到一种强烈的（然而冲突的）需要去依恋于身边的有力人物，来让他们感觉生命是有意义的，是真的活着的。我逐渐了解到，他们的障碍是起源地关联于这样的事实：他们的双亲从很早期就经常并且巨细靡遗地，把对孩子的思考、渴望与感觉的神入的领悟与孩子沟通。……这些重复的诠释并未让孩子感到被拒绝。他们也没有给孩子被过度回应的感觉。双亲行为的致病原因在于他们参与了孩子的生命；他们声称（多半是正确的），关于孩子的思想、渴望与感觉，他们比孩子本身知道得更多。这样就干扰了孩子的自体的巩固；而且孩子变得神秘而防御，不让自己被父母的领悟所穿透。

……

事实上，在很长一段时间里，这些个案并未对我抱怨前任分析师，反而倾向于把他的处理视为理所当

《自体的重建》

然——就像他们从不质疑双亲介入的适当性。

……
我认为这些分析师大部分倾向于把这些病人展现的阻抗视为一种自我缺陷的反应……缺陷的自我的概念促使分析师采取谨慎的态度，接着采用教育的取向。

……
……病人对于被分析穿透的阻抗，是健康的力量；它保存了刚开始萌芽的核心自体，虽然有双亲扭曲的神入。

7、《自体的重建》的笔记-第7页

关于他的第一个记忆，一个普遍且复杂的问题等待着确定的回答——也就是为什么孩子要重复而主动地去尝试触发他所惧怕的那个认知（或许，有一些类似于我们重复触碰疼痛的牙齿，来测试它是否还是疼痛——只发现它当然还是疼痛）。这些记忆的心理滋味（孩子的情绪状态是焦虑而期待的渴望）似乎排除了这种解释：孩子渴望把自己暴露于母亲对他的拒绝，来满足被虐待的欲望。我也不相信他注视母亲的脸色——化被动为主动——主要是为了在潜在的创伤情境里保留某种控制（当他还处于易受伤害的高峰，例如，当他正期待着来自母亲的正向镜像，借着主动地确定母亲的漠不关心，来防范因为母亲的冷淡而被动地、无预期地被淹没的伤害效应）。我们对他的行为所可能获致的最有意义的结论是，他对母亲与他的同调（intuneness）尚未放弃所有的希望——这个结论与病人的精神病理的诊断类型一致（也就是自恋型人格障碍，而非边缘型人格障碍）。我们可以假定，母亲的神入并非完全缺乏——其神入是错误的而非平淡的；当他伤害他自己，她终究有了回应。如此就偶尔肯定了孩子的价值感，以及其自体的现实存在。
错误的回应也好过没有回应。

8、《自体的重建》的笔记-第127页

注释 ……我们有时会说，在一特殊的案例中，明智的做法是不要尝试促进未修饰的古老驱力-欲望，更进一步的移情再活化——再活化可能造成危险的付诸行动，或其他自我-不足的状态——如果分析进行到个案的防御可以可靠地运作，以及达到在非冲突的领域有足够的自我-自律。那我们在这些案例中结束分析的决定，就在现实态度的基础上，“让睡着的狗继续睡”（Freud,1937），得到充分的证明。我们绝不需要承认分析原则上是不完全的。

《自体的重建》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com