

# 《重寻客体与重建自体》

## 图书基本信息

书名：《重寻客体与重建自体》

13位ISBN编号：9787501983100

10位ISBN编号：7501983100

出版时间：2011-9-1

出版社：中国轻工业出版社

作者：David E. Scharff

页数：315

译者：张荣华,武春艳,许桦,梁凌燕

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](http://www.tushu000.com)

# 《重寻客体与重建自体》

## 内容概要

作者大卫·沙夫在本书中，通过丰富而生动的案例呈现了他在与来访者心理治疗互动过程中产生的共鸣，以及他如何以自己的方式运用这些共鸣，从而形成了其对心理治疗独特的观点：在心理治疗的过程中，心理治疗师在帮助来访者重寻客体和重建自体的同时，自身也在经历着同样的过程，而来访者的成长恰恰见证了治疗师自身的成长，反之亦然。可以说，心理治疗师和来访者都是在关系中重寻客体与重建自体，成为自己的人。能成为自己的心理治疗师，才可以帮助来访者成为自己；而一位可以找到自己的潜能从而发展自体的人，最终将不再需要心理治疗。

# 《重寻客体与重建自体》

## 作者简介

大卫·沙夫是美国华盛顿精神病学学院的主任和该学院客体关系培训项目的主席。他是美国乔治敦大学和美国健康科学统一服务大学的精神病科临床教授。沙夫硕士毕业于美国哈佛大学，具有成人和儿童精神病学认证资格及美国精神分析协会认证的精神分析师资格。他还是经认证的性治疗师和美国性教育者、咨询者和治疗师协会的前任主席。他与妻子吉尔·沙夫有关客体关系治疗的专著多达26部。

# 《重寻客体与重建自体》

## 书籍目录

### 第一部分 心理治疗中的自体和客体

#### 第一章 亚当

作为移情的梦

关于分析师的梦的交流

#### 第二章 自体和客体相互作用

纠缠的自体和客体

客体中的自体

自体和客体

自体内的客体

自体和客体互相抱持

#### 第三章 情境和焦点移情及反移情

费尔贝恩对人格客体关系理论的贡献

梅兰妮—克莱因的贡献

温尼科特的母亲和婴儿

温尼科特的真假自体

调和温尼科特的过渡现象和比昂的容器与被容纳之物

治疗过程

移情和反移情

当前关于移情和反移情的一种观点

情境和焦点移情

患者和治疗师的关系

联合治疗中的移情和反移情

亚当的治疗进展

### 第二部分 在与客体的关系中治疗自体

#### 第四章 运用移情与反移情理解夫妻间的

投射性和内射性认同

初始的反移情

再现共同治疗的反移情

修通反移情

澄清这对伴侣的嫉妒和性关系

共同治疗与反移情

#### 第五章 青少年心理治疗中内部客体关系的改变

塔米幼年的治疗

青春期治疗的经过

塔米重新“找到了”她父亲

新的自体和与母亲的新的关系

结束治疗

#### 第六章 屏蔽记忆的治疗性转变

最早的记忆

童年后期的记忆

青春期记忆

成人记忆的歪曲

#### 第七章 治疗中自体的出现

表达自体：费尔南多冈萨雷斯的例子

建立可恢复的自体

重新找到治疗师的自体

### 第三部分 梦的客体关系

# 《重寻客体与重建自体》

## 第八章 作为自体和客体间交流的梦

费尔贝恩发现梦描绘了自体和客体的结构

梦作为人际交流的方式

家庭的客体关系

投射性认同和潜意识交流

梦的移情含义

梦作为个体治疗中的人际交流方式

夫妻评估中的梦

团体和机构环境下的梦

社会和文化交流中的梦

## 第九章 婚姻治疗中的梦

克莱夫和莉拉：拉近距离

雪莉和山姆：分析关联的梦

唐和玛姬：一对准备结束治疗的夫妻所做的关联之梦

## 第十章 青少年家庭治疗中的梦

不情愿的带入

“我成长时父母没有注意到”

萨莉个体治疗中的梦

## 第四部分 自体和客体

### 第十一章 俄狄浦斯重返家庭

婴儿在家庭中的发现

内在父母客体

俄狄浦斯家庭

维勒一家

### 第十二章 孩子和成人在家庭中的角色关系

此刻的情感拍档

孩子是个还不完善的主体

父母是引导者

孩子和成人：相同点和不同点

孩子成为容器

辛普森一家

赎罪引导着成长和分化

分化的要素

孩子和成人的内部家庭是不同的

治疗师的角色和情感的位置

### 第十三章 生命发展中自体与客体的交织

法国女孩奥维莉特

霍姆斯一家

父母发展障碍在青少年身上的重复

## 第五部分 通过重寻客体找到自体

### 第十四 治疗师的客体关系

米尔斯太太和史密斯家庭

治疗师独特经历的作用

脆弱性和学习

### 第十五章 客体重寻及自体重建

桑德拉

治疗目标

夏娃面临治疗结束

### 第十六章 结语：通过我们的患者重寻我们的自体

# 《重寻客体与重建自体》

译后感言  
参考文献  
索引

## 《重寻客体与重建自体》

### 章节摘录

在梦里，我本应过一会儿再进行手术，但现在马上就要进行了。我对医生说，“等我写信给我的孩子们后我才会让你们动手术。”我给他们每个人都写了信，包括我的婴儿，告诉他们他们是多么的特别，回忆我与他们共同度过的特殊时刻。米尔斯太太以前说过与这个家庭工作非常困难，因为她总想起她自己健康、年幼的孩子，而且这个家庭会让她想到那些她想忘记的事情。现在，她记起来那时她参加了史密斯家婴儿的葬礼。米尔斯太太那时并没有给这个家庭做治疗，但玛丽在其婴儿生病期间一直跟米尔斯太太有联系。看着棺材时，米尔斯太太产生了幻想，她似乎能看到棺材里的婴儿以及他那张因肿瘤而变得扭曲的脸。米尔斯太太的心被一种悲伤感占据着，悲伤的程度就个人而言似乎甚至超过了史密斯家悲剧场景本身所带来的悲伤。我说我们都看到她与史密斯太太产生了认同，成为那恐惧的青少年以及年幼孩子的父母。米尔斯太太同时还与她自己的母亲产生了认同，这在史密斯太太作为死去婴儿母亲的身上可以看到。我说：“你自己在青少年时期因患肿瘤而和死亡仅有咫尺之遥。”米尔斯太太拭去眼角的几滴泪水。过了一会儿，我说：“我觉得这个梦意味着你对死去的婴儿产生了认同，也许你之前无法去面对那些东西”。她说：“我觉得自己从来都不曾理解我是多么害怕死亡。我只是对我的父母感到十分愤怒，因为他们非常沮丧，以至于我觉得他们将我抛弃在医院里了。我无法理解他们对于我将会死去的担心。”接着，米尔斯太太抽泣了几分钟。回过神来，米尔斯太太继续谈论抛弃的话题，这种感觉在意识层面上一直占据着她对自己青少年时期手术的体验。她说玛丽，史密斯的妈妈在玛丽4岁时离开了她们，留下了7个孩子。史密斯太太一生中一直有种强烈的被抛弃感，并且青少年时被父亲和继母逐出家门再次演绎了这种感觉。我们可以这样认为，死去的婴代表的是史密斯太太幻想中的希望，即能够给她的女儿以她自己以前缺失的爱和关怀。由于它是玛丽的第一个女儿，因此这个女婴比其儿子更多地承载了玛丽的这些希望。通过与这个女婴的关系，患者希望能够补偿她自己在母亲那里从未得到或者未能给予母亲的东西。我说事情似乎比我们原先所理解的还要复杂些。米尔斯太太与玛丽产生认同，而玛丽自己则与她死去的婴儿产生认同，同时玛丽还对婴儿的死亡感到内疚，似乎她自己就是那个在她16岁时抛弃她的母亲。米尔斯太太对此表示同意，认为这可以解释为何玛丽在其婴儿死后会出现自杀的想法，并且在婴儿死亡一周年时再次出现自杀念头。我们现在可以追溯患者与其抛弃性母亲的矛盾性认同所造成的影响了。婴儿的死对她而言一定是再次激活了这种绝望性困境。……

# 《重寻客体与重建自体》

## 精彩短评

- 1、精分的读物难懂，外国的尤其如此，专业性太强，也可能和翻译有关。买了好几本都是如此，希望这次不要失望。
- 2、还没看。
- 3、专业的书籍可以增长知识
- 4、很专业的一本心理方面的书。，值得一读。
- 5、学习和专研客体关系和自体心理学的过程，要比练习其他治疗技术艰难地多。但却真正让我获得了一种进入到心理学研究更高领域的体验——走入人类心理的核心部分。
- 6、非常不错的一本书！非常专业！
- 7、适合学习心理咨询的朋友多看看。
- 8、心理学同学，老师推荐的，都说不错。
- 我们近期还要集体活动学习这本书哦~~
- 9、自己兴趣所需加上专业所需的书籍！
- 10、对于有一定精神分析基础的学生很有帮助~~
- 11、同事介绍的，对于学习客体和自体很有帮助！
- 12、很经典的一本书，希望有所收获
- 13、专业性强，可以学到很多知识。
- 14、朋友推荐，粗看一点，好书，需要细细读来
- 15、非常好的一本心理学专著 看过之后 受益非浅啊
- 16、书到手随意翻看了一下还没细看觉得不错！
- 17、：
- R749.055/3158-3
- 18、书有些难理解，但这也是他的魅力
- 19、精神分析的好书，值得好好看看
- 20、还没有读完，因为没有基础所以有点难懂。
- 21、重寻客体与重建自体推荐购买
- 22、需要读三遍的书
- 23、只看了目录,需要自己内在成长的朋友可以看一看。
- 24、那本经典教材没货了，拿这本看看。
- 25、看到了很多人的影子，是我的认同性投射？这是一本需要反复阅读的书，相比《心灵的面具》，它更加晦涩。需要安静的环境，极强的专注力才能读下去。也许它不是一味心灵的良药，但至少是自己人格缺陷的一壶慰安茶。
- 26、李氏推荐，学习了。
- 27、万千心理这套书依然很棒，可惜纸张不够好。
- 28、精分好书
- 29、每个人都生活在自己的主观世界里。
- 30、发货及时，书很好
- 31、很喜欢 精神分析专业书籍
- 32、应该说是一本很专业的书，但并不意味着一定要写得这么通俗易懂，也许是翻译的问题，知道了。
- 33、建议有基础的童鞋看
- 34、译者很好，内容很好。书送达时包装很好。
- 35、讲客体关系的，读起来很晦涩，想起来很美妙。
- 36、自体和客体，现代精分的两个主要方面，介绍很详细
- 37、很经典的书，客观具体，有用。
- 38、这个作者的书买了好几本了，不容易懂。留着慢慢研究吧，书包装好，干净整洁，唯一的一点是书还没收到就降价了，郁闷

## 《重寻客体与重建自体》

39、心理学学习的好书

40、这是我买的大卫·沙夫的第四本书，此书翻译还不错，浅显易懂。

41、非常棒，值得拥有！

42、这本书是需要有定基础的人看的，若是没有基础看起来可能有些吃力，但是给我的感觉就是很适合有些心理学基础的人来看很受益。举例非常丰富详实，完全贴近生活。用生动的案例来阐述艰涩的理论。读来一点都不枯燥又受益匪浅。

43、学习或爱好心理动力学的读者，强烈推荐阅读，本人已看完此书

44、非常好的一本书，适合有心理学基础的人阅读！

45、正在学心理学，这本书不错

46、挺好的，容易看懂。翻译的还可以了

47、这次是帮别人买

48、很喜欢，各方面都很好。

49、读来无甚感觉 某师表示不建议读沙夫的书。

50、看过这位作者的好几本书，觉得都很不错。

这本也是一样，将一些深奥的概念，讲的浅显易懂。插入不少的案例，非常生动。

最让人受益的一部份是，从二个不同的视来讲述自体 and 客体的概念，让我在一本书中对自体心理学和客体关系，有了不一样的了解。

51、动力方向的必看书籍之一

52、不太理解的到

53、精神分析必读之书！

54、买了很久了，一直没时间看，这两位作者的一系列书都很不错的

55、以前排斥这种书，现在看了之后改变了原来的看法

56、这本书是需要有定基础的人看的 若是没有基础看起来可能有些吃力 但是给我的感觉就是很适合有些分裂的人来看 很受益

57、关心课题关系学的朋友，这本书值得一读，理论和实践都恰到好处。

58、老师推荐的，觉得蛮好。

59、果然可能期望太高了点，整合温尼科特的过度空间和比昂的容器这个部分感觉还是学到很多

60、这本书看完过后，第一个感觉就是没有感觉，没有感觉的原因是，因为接近临床，真正的临床工作就像看这本书的感觉，有很多的干预点，有很多的理论支持，但是，并不像小说吸引人，也不像一些曾经看过的案例故事有峰回路转，跌宕起伏的精彩。仅仅是一种平淡，平淡的让人没有感觉。第二没有感觉的原因是可能是因为该书作者有丰富的培训背景，不仅有精神分析培训，还有家庭治疗师培训及性心理治疗师的培训经历，所以其书中有精神分析在家庭中的应用，一方面开拓了视野，另一方面却可能带给读者一定的困难，稀释了其理论体系。因为，一些读者个案方面都没能很好的理解该理论，又把把这个理论放在一个更大的理论体系家庭中考量，所以会让初学者感到力不从心。

第二感觉就是似乎找到的督导，也是因为接近临床，读作者案例，似乎重这些案例中看到了自己的案例，看到了案例中相同的地方。当然，本书作者展现反移情中，似乎个读者做了一次督导。

所以，本书是一本提供给临床工作者的一本好书。但阅读本书，要有一定的临床经验和较扎实的理论基础，否则对初学者来说，可能会一头雾水。

61、在亚历山大的现今社会，值得一看

62、刚读完这本书，对客体关系更加的喜欢了。这本书可以说是对上一本《投射性认同和内摄性认同》的相互补充，书中有很多案例，详细的展示了咨询师是如何运用自体来帮助来访者修正内部客体关系，重建自体的。作为另一个“补充”，我想推荐kehut的《自体的重建》，以自体心理学的角度来审视咨询师自己的自体，或者投情式的感受来访者的自体，更从自体的完整性的角度来看待精神分裂、边缘人格障碍、自恋人格障碍和神经症。

63、好好好哈哈好

64、客体关系

65、挺好，只是非爱好者不容易理解。

66、书是我选的，很合心意，质量不错。

67、客体关系的，有一定难度，我看得有些吃力，但是看懂一些就很受益。为啥下架了呢？

## 《重寻客体与重建自体》

- 68、还没来得及看，期待！
- 69、书没问题，内容怎么样，不好说，毕竟我没看
- 70、举例非常丰富详实，完全贴近生活。用生动的案例来阐述艰涩的理论。读来一点都不枯燥又受益匪浅。
- 71、别人推荐的，学习中
- 72、这本书理论结合案例，非常的喜欢，而且还让萨夫老师签字了的。定好细细阅读！
- 73、看开始看，没看完，也没看懂多少，慢慢来吧。
- 74、很多有启发的案例，值得推荐
- 75、一本精神分析的好书，讲解十分到位，我喜欢。
- 76、书本很好印刷很好，书本很好喜欢的可以看看
- 77、客体与自体，永恒的话题，值得探究研读
- 78、看得半懂不懂的。
- 79、终于有自体心理学的书了！
- 80、理论的东西较少。也就是提了一下。还是很多的实例和应用
- 81、从不同的视角讲述自体和客体的概念，不错。
- 82、价格合理，送货及时，内容很好！我会向大家推荐的！
- 83、这是本很好的书，只是有些地方目前还看不懂，留着慢慢看
- 84、在精神分析中成长自我
- 85、梦寐以求的好书啊 精神食粮。
- 86、专业学习和参考用书

1、整理摘自书中的译者序和温尼科特关于真假自体的精华内容【在关系中成为自己】每个人天生具有其独一无二的基因，每一种基因都具有其独特的表达方式，因此，我们每个人都具有自我实现和做自己的基本需求。温尼科特认为，我们每一个人都有一个内在核心---“真实自体”。在健康状态下，“假性自体”是自体的照顾者部分，它保护着“真实自体”，真实自体和假性自体整合在一起，使我们在与他人妥协的同时保持住了我们的自我。可是，很多人在成长过程中逐渐形成了为了迎合他人的需要而牺牲自体的方式，假性自体变得虚假，无法保护真实地自体，使人处于病理状态。在病理状态下，真实自体被牺牲之后，自体将丧失其固有的适应性，协调性，整合性，完整性，使自体各部分的交流受损，导致自体无法按照其本来的方式发展，其自我发展受到限制，无法成为自己。每个人总是处于健康状态和病理状态的动态平衡之中，所谓相对健康的人则具有一定的自体功能，可以使自体各部分处于相对协调，稳定的状态下。因此，心理治疗师需要给来访者提供一种治疗关系，可以在此关系中允许自己与来访者有足够深得卷入，使其在与来访者共鸣的过程中投射性认同来访者在关系中牺牲真实自体的体验，真正理解阻碍来访者自体表达和发展的因素，重新找到来访者自体成长的足够好的客体，并将其自体重建为此客体，以帮助来访者重启自体发展之路，使来访者成为自己。心理治疗师需要在与来访者互动过程中建立一部分自体以满足来访者自体成长的需求，同时还需要保持他作为心理治疗师的自己。心理治疗师需要向来访者呈现在关系中重寻客体和再建自体最终成为自己的过程，这样才能帮助来访者以其特有的方式内化治疗师的自体协调功能，使其重建健康自体，找回真实自体，回到他本来的自体发展轨迹上。来访者的自体逐渐从与治疗师的依赖关系中独立成长起来，才能成为自己的样子。为此，不少心理专家认为，当来访者结束心理治疗的时候，正是他再次走在自己人生路上的开始，也是他开始再次成为自己，做自己的时候。【关于温尼科特的真假自体】温尼科特描述了两部分的自体体验，他称之为“真自体”和“假自体”，真自体是一种核心自体的体验。在不得不顺从于原始客体需要而又违背自身真自体需要的情况下，婴儿形成了一种假自体，这个假自体看起来似乎代表了婴儿的需要，但事实上却是在牺牲真自体需要的代价下对客体需要的顺从。温尼科特很仔细地观察到假自体并非仅仅是随机形成的或是道德意义上的虚假，而是代表了照料者的自体，其在婴儿的内部需要和外在世界的需求中进行协调。从这个意义上说，假自体保护了真自体免于灭亡，尽其可能地呵护自体的内在健康，同时维持生存必需的关系。这里重要的是看到，真假自体的概念代表的是通常忠于自身内在需要和表达的自体的普遍部分（真自体），以及从自体中分离出的，同样普遍地需要与原始客体进行互动的自体部分（假自体）。在健康的情况下，自体这两部分的斗争是非常富于创造性和成长性的，同时又不会感到与自体的内在本质和潜力相左。如果健康不佳时，忠于自体 and 忠于客体这两方面的分歧可能导致过度紧张，以至于临床上可以观察到这两部分的自体互相疏远，导致所谓的“假自体人格”

## 章节试读

### 1、《重寻客体与重建自体》的笔记-第28页

最后，费尔贝恩有关理想客体、中心自体的客体概念是他在关于癔症的临床论文（1954）中构建的。他使得正常的理想化客体看起来就起来就如同是他在描述那些具癔症结构患者时所提及的客体一般，完全丧失了兴奋性和攻击性，极度乏味。我相信，更为确切的说法是，这种所谓的“理想客体是病态性的、狭隘的，指的是癔症患者持续不断地通过压抑欲望和攻击性而理想化的那种客体。一个具有成熟的中心自体的个体，他的成熟中心体将不会失去所有兴奋和攻击的特征。

### 2、《重寻客体与重建自体》的笔记-第222页

这个记录母亲和孩子内心改变的实验向我们展示了他们相对的平等同时也显示出他们之间的不同。孩子和成人的反应都源于他们的内心。从所谓“此刻的情感拍档”上来说，他们是平等的。孩子的反应大部分都源自生物性的、模式化的躯体或仅仅是气质上的，而没有形成具体的着成人和孩子间互动积累的意义—主要由成人的内心经历所塑造综上所述，虽然孩子给成人带来的影响是巨大的，但是成人是根以据早已存在的内部世界将其内化的，然后，成人用这个扩展了仍很稳定的内部世界，并和孩子发生联接，为孩子内心的发展提供素材，而孩子用这些形成经验的原始分类，形成客体，建立自体的内心结构。

### 3、《重寻客体与重建自体》的笔记-第34页

波拉斯近期的工作加深了我们对内射过程的观察和理解。他提出的“抽取性内射”(extractive Introjection) 这个概念，指的是某一个体将起源于另一个体的情感带走，从而使得另一个体感到丧失了自身的一部分。他举了一个婴儿溢奶而其父母回应以愤怒和指责的例子来说明。此时，婴儿没有机会因其过错而感到恰当的悲伤，相反却只能对成人的情感进行回应。成人拿走了来自于婴儿的原始情感。波拉斯没有将此临床观察作为内射的一般机制，但是他的描述却使得我们距观察内射的一般过程更进一步了(JShamli92)。夫妻和家庭研究也有助于观察内射性认同的过程，在这些研究中，我们可以辨识出一方成为另一方人格的“表达器官”的方式

### 4、《重寻客体与重建自体》的笔记-第131页

在费尔贝恩建立其人格客体关系理论体系的最后阶段，他提出精神结有的六部分模型：中心自我及其理想客体以合理的内部和谐为特征；拒绝客体和内部破坏者后来他称之为反力比多自我)以愤怒，被害焦虑和挫折感为特征；兴奋客体和力比多自我以渴望和过度唤起需求的焦虑为特征

以梦的角度来进行思考的相关发展始于费尔贝恩1944年的论文·从客体关系角度考虑的内部精神结构：通过分析其被分析者的梦，费尔贝恩展示了6种内部精神结构的作用，并且得出结论：梦并非是作为愿望来理解封，而是内部精神结构的表达：因而，他能够阐述梦里所展现的各种精神成分之间关系的本质，例如，在一名女性的梦里（1944），费尔贝恩找出了她的中心或者观察性自体：在她与其文庆的关系中一个相当合理的理想化长工：她文夫作为兴奋性客体的另外一面；攻击她的母亲作为迫害性客体的映像

### 5、《重寻客体与重建自体》的笔记-第36页

这个空间中，婴儿能被允许并被鼓励使用来自于母亲以及代表母亲的东西，并且可为其自身的目的发现以及操作而自由地使用这些东西。同时，婴儿会感觉到似乎是自己发明了这些东西，尽管事实上是母亲将它们放在那里的。这个空间具有互动的特征：母亲和婴儿共同合作使得东西变成是婴儿自己的。此空间最终将演变成创造力的源泉，成为婴儿能够“玩耍”的外部心理空间雏形。

## 《重寻客体与重建自体》

### 6、《重寻客体与重建自体》的笔记-第38页

与此相反，温尼科特对过渡性客体和过渡性现象的描述却强调了婴儿在母婴空间的主动性活动，而这种主动性在比昂的描述里是没有的。这里起作用的主体是婴儿的自体，其努力想从与作为客体的母亲之间的活动中获取一些东西。在如此描述常见的外部活动时，温尼科特暗示着婴儿内射了母亲，但他并没有告诉我们——至少他不是这么说的——母亲自己当时在做什么活动。温尼科特所关注的婴儿从与母亲的活动中获得东西是为了创造出一些外在的东西，然后婴儿就可以内射母亲的一部分，而这部分就会在婴儿自己的控制之下。在这个过程中，母亲的一部分，或者更准确地说，是与母亲互动的一部分，变成婴儿自己的了，而婴儿这样做的能力意味着婴儿能够“认为”他的自体也一样改变了。因此，温尼科特所描述的是一种互动过程，其中，母亲为母婴间的交流创造环境，并且维持着婴儿玩耍的情境空间。然后，在过渡性空间中——在母亲和婴儿共同空间里，但却在他们各自的空间之外——婴儿进行活动，并通过活动获得母亲的一部分，这部分进入到婴儿体内成为其内部客体。这表明婴儿在过渡空间中积极地活动以吸收母亲的某些方面，但并非被动地全盘接受，而是经过自身修正后的吸收

### 7、《重寻客体与重建自体》的笔记-第32页

自体（攻击者部分）或者被威胁的部分自体内射性认同——另一种与投射性认同相对应的机制——是指个体通过吸收另一个个体的某一方面，以此来增加或者控制自身人格的某些部分然后进一步地与该外来的部分产生认同并且表现得似乎这些外来的部分就是自体本身的一部分。西格尔（Segal, 1973）指出，内射性认同是“当客体被内射入自我时，自我认同其部分或全部特征的结果”。这样，婴儿就能吸收母亲处理他洛伊德（1917）很久以前就已描述过的，哀伤者通过摄人其丧失的客体以替代其本身的自我。

比昂（Bion, 1967）已描述过一个从正常投射性认同到病态投射性认同的连续谱。正常的婴儿会将其过度的焦虑投射到母亲身上，期望从母亲处获得帮助以容忍焦虑。母亲通过内射性认同的方式吸收婴儿投射过来的焦虑并且忍受它们，接着通过一种被比昂（1967）称为“母亲的冥思”（reverie）的过程，对这些焦虑进行处理以令其变得较易接受。这使得婴儿能够重新内射这些经过母亲处理的更可忍受的焦虑。因此，婴儿一方面认同了原先因自己无法忍受而投射出去、然后经母亲“解毒化”处理然后返回的其自身的部分，同时还认同了母亲提供这种“解毒”处理能力

### 8、《重寻客体与重建自体》的笔记-第24页

费尔贝恩对弗洛伊德个体发展的概念进行了始的发展动力并非来自一系列的内在驱力，而是来自婴儿对关系的内在渴求（Fairbairn, 1952, 1954, 1963）。婴儿起初与母亲（或其他主要照料者）的关系以及后来与家庭中其他主要成员之间的关系，决定了其心理的发展。费尔贝恩认为并不存在引发攻击性的死亡本能。相反，他觉得攻击是依恋或亲和需求受挫后的反应。。。弗洛伊德的这两个术语原本是用来表示性本能的，而费尔贝恩却将它们用来指代儿童对依恋对象的主动寻求。在费尔贝恩看来，儿童渐渐地内化了与母亲和家庭之间的关系，同时这一过程受到儿童有限理解能力的修正。

儿童再以以下个“原始的、未分裂的被内化的内部客体”：（1）将客体中那些太过苦以至于无法承受的部分与那些相对理性的意识的部分分裂开来；（2）再将它们严格地压抑起来，因为它们十分痛苦、难以忍受；（3）同时，当儿童由此而修正了与此原始的、未分裂的“前矛盾客体”的经验时，他也会修正其自身单一的、未分化的自我。与此同时，自我也会采取类似于将无接受的客体分裂成部分客体的方式分裂自我。费尔贝恩认为，起初的内射以及随后的分裂和压抑坏客体主要是起防御的功能。儿童也摄取了与体好的经验或可接受的经验，并围绕其建立心理结构。费尔贝恩写到，童之所以内化与客体好的经验，仅仅是作为一种继发性的行为以此来补已经内化的坏经验。然而，在我看来，每个儿童也内化好经验的事实说

明，好经验和坏经验很可能从一开始即以同等的方式被内化，而这种心理构建的基本过程正是处理与其他个体关系的一种基本心理过程

## 9、《重寻客体与重建自体》的笔记-第196页

费尔贝恩指出，“孩子是出于自身的需要而形成俄狄浦斯情境的”，在孩子和父母的三角关系中，为了处理新出现的性别意识，孩子应用了分裂这一方法，由此创造了俄狄浦斯情境。这不仅仅适用于与父母的关系中出现的性别意识，而是普遍存在于各种关系中，这是被孩子内在的发展所驱动的。由此俄狄浦斯情境可以被定义为：首先是三角关系中性别意识的产生，其次是解决冲突的一种努力，孩子将父母客体中好的和坏的、令人高兴的和拒绝的特质进行分裂。这样，就像先前所提到的，对于男孩来说，父亲变成坏的、威胁性的客体，母亲变成好的、令人高兴的客体。也有少数情况发生不良的俄狄浦斯情境，对男孩来说，父亲变成好的、令人兴奋的客体，母亲变成坏的、拒绝的客体。对其中一些孩子来说，很多因素—包括家庭的影响—主导了孩子主要行为方式，并进入意识层面，导致各种同性恋和性变态。

## 10、《重寻客体与重建自体》的笔记-第42页

而比昂将这些来自婴儿的焦虑和需求称为“被容纳之物”。母亲的功能就是吸收婴儿的投射性认同，在内射性认同婴儿投射物的过程中，将婴儿的这些焦虑转化成“具有较少毒性的、更易处理的方式，然后再反馈给婴儿，而此时是以一种更为成熟的方式，所以母亲才能放心地将其“借给”婴儿。接着，婴儿重新内射这些被容纳的、经母亲处理的焦虑逐渐地平静、稳定下来，并走向成熟。

## 11、《重寻客体与重建自体》的笔记-第19页

科胡特（1977，1984）以另外一种角度来看待这个问题，他用了自体客体这个词来描述这种对客体的利用，即试图通过控制另外一个人，包括治疗师本身，来填补自体功能的不足，将攻击的破坏性效应从自体中清除出去，从而获得一种自体凝聚感。费尔贝恩笔下的客体关系更加注重自体 and 客体之间的相互关系，而科胡特更强调对客体的融合性利用（fused use of the object）。赖特（Wright，1991）对瑟尔斯（Searles，1963）早期在学习精神分裂症治疗时提出的观点进行了详细阐述。在发展过程中，赖特注意到，“母亲的脸色是儿童最初情感的镜子，正是通过母亲的反应（即她的反射）儿童才能了解他自己的情感”。

## 12、《重寻客体与重建自体》的笔记-第21页

奥格登（Ogden，1989）在克莱因“偏执——分裂态”和“抑郁态”的基础上增加了一种“自闭—连续态”（autistic-contiguous position）拓展了我们对于自体 and 客体之间终生共鸣的理解。在“自闭—连续态”中，个体努力地形成并维持一个自体，而“抑郁态”涉及的则是个体对于客体和客体关系的关注。然后，位于这两者之间的则是“偏执—分裂态”，它所反映的是在生命于关注自体 and 关注客体之间持续不断的运动中，在面对整合问题时产生的分裂和压抑。

自闭—连续态与偏执分裂态与抑郁态

## 13、《重寻客体与重建自体》的笔记-第16页

在婴儿与家庭的一系列同心圆环中，父母还提供了其他的東西。他们成为婴儿欲望和希望、恐惧和攻击、爱和恨的客体。父母是婴儿最初的客体，弗洛伊德（1905b）最初使用客体这个词时指的是婴儿性欲和攻击冲动指向的客体。温尼科特把母亲的这一功能称为客体母亲。现在我们越来越意识到父亲对于婴儿和成长中的孩子的重要性，我们知道，父母双方都会成为婴儿最早的爱和攻击的最初的客体。父亲和母亲与孩子的关系既相同，又有本质的区别—母亲提供生物学上相对稳定的倾向，父亲则提供强化的刺激。在这里，我只是希望简单地介绍客体父母的概念，同时把婴儿对客体父母的体验与对支持性父母的体验做一区分。在和父母的关系中，婴儿找到了客体，探索与之发生联系的方法，并把他

## 《重寻客体与重建自体》

们内化

就是在这个由父母精心创建的支持和安全的天地里，婴儿找到了他们自己。在这个安全的港湾或者被粗暴蹂躏的暴力的空间里，自体诞生并成长，逐渐沿袭了父母给予的方式，

### 14、《重寻客体与重建自体》的笔记-第999页

这两种移情可彼此融合。事实上，一种移情的使用可用来取代另外一种移情。例如，一名癔症患者迅速猜想治疗师是一个色情性的爱的客体，此时，他是用一种性欲化的兴奋性焦点移情来代替那种害怕治疗师无法包容其焦虑的潜在情境移情。当患者担心正性的母性抱持不大可能出现时他就会用一种性欲化的躯体拥抱来掩盖其对即将到来的痛苦且不可避免的缺失感到的恐惧，在心理治疗中，我们主要与情境移情一起工作。它涉及治疗师的安全性和可靠性，此时的治疗师将提供一种“臂膀环绕”的抱持，这种抱持尊重患者的自体并且以最少威胁的方式促进患者的成熟和成长。在我看来，移情的早期解释，如克莱因、吉尔和摩斯林、肯伯格所主张的那样，应是关于情境移情的有助于促进治疗的那部分关系。只有当治疗关系已经成长并且存活下来时！患者才能自由地去投射性认同其与治疗师客体世界中的亲密的部分，然后认识到自体和治疗师内部客体中相对离散的部分。治疗师只有从一开始就允许自己通过投射性认同吸收患者的部分，才能慢慢地认识到与自己无关的患者自身的客体形状以及那些给患者带来内部不公正感的客体，从而帮助患者分离出这些经历。在一般情况下，情境移情是正性和负性成分的混合物，尽管会有明显波动且通常会有一种成分占主导地位。移情的这个方面与工作联盟和“治疗联盟”的概念密切相关。这两个概念也对使得治疗成为可能的“胶黏剂”进行了描述。扎伊蔡尔认为，患者形成联盟的能力起源于其早年经验，通常是在俄狄浦斯前期。通过应用客体关系理论，我们现在可以更加具体一点，形成联盟的能力以及该能力的损害，不管是在治疗关系的开始还是在以后的阶段中，均来自于患者早年与环境母亲的经验—或与环境父母—以及与作为容器的父母之间的经验。这种互动的情境性方面反映了我们以前与环境父母的关系，并且一直留在我们体内成为内部客体关系的一部分。临床上，我们可以从与父母的关系中单独对其进行观察和描述，在与父母的关系中，父母是我们的爱、恨、恐惧和欲望的离散客体

### 15、《重寻客体与重建自体》的笔记-第31页

克莱因认为，投射性认同是一种发生在偏执—分裂态下的互动模式。通过投射性认同，个体（投射者）将自体不想要的部分放到另外一个个体身上，接着在对方身上激起投射者潜意识想要认同并加以控制的行为，以此来代替处理投射者自身内部的冲突。用西格尔，简洁的来说就是，投射性认同“是将自体的一部分投射到客体的结果。它可以导致客体似乎获得了自体被投射的部分的特征，同时也可以，以使自体认同作为其投射物的客体。投射性认同也是一种处理自体内重要部分的方式，这些部分留在自体内会让自体感觉处于危险之中，而如果让其寄生在另外一个个体身上则更利于其存活。正如奥格登（Ogden 1986）所说，在投射性认同中，被投射的是被感觉到对自体构成威胁的部分自体（攻击者部分）或者被威胁的部分自体（个体自身攻击的受害者）

### 16、《重寻客体与重建自体》的笔记-第266页

斯特恩（Stern, 1985）描述了在最早的阶段，孩子是从母亲的亲的存在来发现自体的。奥格登（ogden, 1989）认为，孩子用母亲的存在和陪伴从无生命的世界中塑造自身的过程是其自体缓慢、稳定的浮现过程。克莱因（Klein, 1975a, b）和费尔贝恩（Fairbairn, 1952）指出，孩子因为面对焦虑才被激发去学习技能。这些技能（第三章描述的被总结为内射和母亲相处的经验，把愉快的关系从受挫的关系中分裂出来的心理机制。母亲做的对或不对，孩子在一定程度就能做对或者也做得不对。孩子给母亲很多机会让她塑造自己，让她应用最有效的交流方式来弥补她的不足，并转化母亲所给予的东西，如果孩子有一个足够好的母亲，他就会很好地转化，会感觉满足和被爱，并发展出很重要的抗挫折能力，因为他知道一切都会好起来的（Winnicott, 1960 b）

# 《重寻客体与重建自体》

# 《重寻客体与重建自体》

## 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](http://www.tushu000.com)