

人格心理学  
第一篇 精神分析取向的人格理论  
第一讲 弗洛伊德的经典精神分析理论 (Classical Psychoanalysis)  
主讲人：王芳  
北京师范大学心理学院

第一部分 弗洛伊德的经典精神分析理论

一、弗洛伊德的生平

西格蒙德·弗洛伊德 (Sigmund Freud, 1856-1939)

二、弗洛伊德的人性观

- 两个基本假设
  - 潜意识动机 (unconscious motivation)
  - 精神决定论 (psychic determinism)

- 本能驱动的能量系统

三、人格结构和人格动力

(一) 人格结构

1、早期 (心理地形说): 意识、前意识与潜意识

- 意识 consciousness
  - 可以直接感知到的有关的心理部分。由个人当前觉知到的心理内容组成。
- 前意识 preconsciousness
  - 介于意识与潜意识之间, 存储近期经历的内容中处于注意范围之外的部分。
- 潜意识或无意识 unconsciousness
  - 指个人不能觉察的心理现象, 但对个人的思想和行为影响极大。
  - 潜意识是行为的主要决定者, 是精神生活的普遍基础。
  - 绝大多数精神疾病的症状都是由潜意识动机引起的。
  - 潜意识理论是精神分析的中心理念, 它不仅是精神分析治疗的基础, 也是弗洛伊德人格结构与人格发展理论的基石。

2、后期 (结构模型): 本我、自我与超我

(1) 本我 id

- 本我是人格中最原始、最模糊和最不易把握的部分, 由一切与生俱来的本能冲动组成。遵循“快乐原则”。

(2) 自我 ego

- 自我是现实化了的, 是在现实的反复教训之下, 从本我分化出来的一部分。遵循“现实原则”。

(3) 超我 superego

- 超我是从自我发展起来的一部分, 是道德化了的自我。遵循“道德原则”。

在一个健康的人格当中, 自我强大而灵活, 不允许本我或者超我过分掌控, 使这三种结构的作用均衡、协调。

(二) 人格动力

1、本能 (instinct)

- 生本能 (life instinct): 一切与保存生命有关的本能。——力比多或欲力 (libido)
- 死本能 (death instinct): 驱使人回到有生命之前的无机物状态。——塔纳托斯 (thanatos) 或攻击力 (aggression)

2、焦虑和自我防御机制

### (1) 焦虑 (anxiety)

- 定义：一种由紧张、不安、焦急、忧虑、惊恐等感受交织在一起的情绪体验。是由人格不适应状态引起的痛苦的情绪体验，是自我对待现实、本我和超我三者的软弱状态。
- 来源：
  - 现实焦虑-自我 vs.现实
  - 神经质焦虑-自我 vs.本我
  - 道德焦虑-本我 vs.超我

### (2) 自我防御机制 (Ego Defense Mechanisms)

- 定义：通过在某些方面歪曲现实以保护一个人免除焦虑的潜意识过程。
- 特征：
  - 或多或少都有歪曲现实或否定现实的倾向
  - 经由潜意识的历程来运作
- 主要的自我防御机制
  - 1、压抑 repression
    - ✓ 主动地、不自觉地将超我不允许的欲望和动机驱逐入潜意识的过程
    - ✓ 最基本的防御机制。
  - 2、拒绝（否认）denial
    - ✓ 拒绝承认使人感到焦虑和痛苦的事件，似乎其根本未发生过。
  - 3、替代 displacement
    - ✓ 将敌意等强烈的情感从最初唤起的对象转移到另一个比较不具威胁的对象上。
  - 4、反向形成 reaction formation
    - ✓ 通过认同相反的态度和行为类型，把它们作为屏障，以防止危险欲望的表达。
  - 5、理智化 intellectualization
    - ✓ 用抽象的、理智的方式处理压力情境以获得超脱。
  - 6、投射 projection
    - ✓ 在潜意识中将自己真实存在的、但若承认就会引起焦虑的事转嫁于他人。
  - 7、升华 sublimation
    - ✓ 把不能为社会接受的冲动的能量转化为建设性的活动能量。是心理防御机制中最为积极的形式。
  - 8、合理化 /文饰 rationalization
    - ✓ 用一种自我能接受、超我能宽恕的理由来代替自己行为的真实动机或理由。

### (1) 酸葡萄 sour grapes

- ✓ 希望达到某种目的而未能达到时，便否认该目的的价值和意义。

### (2) 甜柠檬 sweet lemon

- ✓ 没有达到预定的期望或目标，便提高目前现状的价值或意义。

- 防御机制的运作
  - 多种防御机制可能同时使用
  - 防御机制有积极作用，但不能使之成为解决问题的唯一方法。

## 四、人格发展和人格适应

### 弗洛伊德的性心理发展阶段 (psychosexual stages)

- 要点：
  - “儿童是成人之父”
  - “性敏感区”
  - 阶段性发展任务

- 发展的障碍
  - ✓ 固着：即发展过程中停滞在前一个阶段上。原因可能是遭遇挫折或过度满足。
  - ✓ 退化：在发展到下一阶段时却退回到使用以前阶段使用的方式来解决问題。

阶段	年龄	性敏感区	主要发展任务 (潜在冲突来源)	固着后的成人性格特点
口唇期 oral stage	0-1.5	口，嘴唇，舌 头	断奶	口唇期人格：极端独立或 极端依赖
肛门期 anal stage	1.5-3	肛门	上厕所的训练	肛门期人格：强迫自制或 毫无自制
生殖器期 phallic stage	3-6	生殖器	俄狄浦斯情结	生殖器期人格：男性阉割 焦虑（castration anxiety）； 女性阴茎妒羨（penis envy）
潜伏期 latency stage	6-12	无特定区域	防御机制的发展	无（一般在此阶段不会发 生固着）
生殖/两性期 genital stage	12-18	生殖器	成熟的性亲密行 为	生殖人格：理想人格。拥 有爱和被爱的能力，能通 过有意义、创造性的工作 使本我冲突得以升华。

## 第二部分 精神分析的治疗和评鉴技术

### 一、治疗技术

- 精神分析治疗技术的原理
  - 精神分析不仅是一种人格理论，更是第一个系统治疗精神疾病的方法。
  - 治疗的基本原则：获取潜意识中的内容，搞清楚被压抑的本我冲动。
- 1、自由联想（free association）
  - Freud 于 1895 年创造，目的是为了抑制自我检查机制的作用，使潜意识内容有机会流露。
- 2、梦的解析（dream interpretation）
  - 梦是（被压抑的）愿望的（伪装的）满足。
  - 梦是通向潜意识的最可靠的途径，是被压抑的冲动或愿望以改变的形式出现在意识中，是人的性本能和攻击本能的反映。
  - 梦的内容
    - 显性梦境或显性内容：梦者意识到的感觉形象（通常是视觉的）。
    - 潜性梦境或潜性内容：梦者没有意识到的、被压抑的愿望和动机。
  - 梦的工作或梦程：歪曲梦的真实意义的各种机制。
    - 压缩：将许多不同的思想凝缩并组成一个单一的整合思想。
    - 相反机制：不被自我接受的潜在内容以相反的形式在显性梦境中表现出来。
    - 象征化：潜性内容以象征的方式出现在显性梦境中。
    - 次级精致化：为了让显性内容更为完整、有序，梦者常在梦的主干框架中添加一

些要素形成某些有情节的部分，但是这些部分同潜性内容没有关系。

- 梦的解释就是从显性梦境探寻其隐意，也就是剥掉显性梦境的伪装去了解潜性内容的含义。
- 梦的解释的原则和方法
  - 要把梦的内容分析为各个部分，并以各个部分作为注意目标，不论它是否合理、是否明晰。
  - 要了解梦者的生活经历、兴趣爱好以及日常琐事。因为梦只重现过去，只有了解梦者的过去经历才能了解梦的各部分的隐意。
  - 要利用自由联想来化解自我检查机制的压抑，揭露潜意识愿望。
  - 要充分利用象征知识。

### 3、移情分析（analysis of transference）

- 定义：又称情感转移，是指当事人将早年生活里与他人的关系中产生过的情感、态度等主观体验移植到了治疗者身上。
- 移情是治疗必经的步骤，精神分析治疗认为没有移情就没有治疗

### 4、催眠（hypnosis）

- 催眠是由催眠师诱导而出现的类似睡眠而又非睡眠的意识恍惚状态。
- 对于精神分析治疗师来说，催眠是一种唤醒潜意识的有力工具，它能令病人重新回到某些导致患病的经验中，从而直接面对伤痛，促进病人的康复。

## 二、过失分析

### 1、舌误（slip of the tongue）和笔误（slip of the pen）

### 2、遗忘

弗洛伊德认为遗忘是由于压抑，具有动力学的意义。

### 3、误放和失落物件

失落或错放物件，是某种潜意识动机的作用，即利用过失并以各种方式来达到自己的目的。

## 三、投射测验

向受测者提供一些未经组织的刺激情境，让受测者在不受限制的情境下自由表现和反应。

### （一）罗夏墨渍测验

#### 1、材料

#### 2、施测

- （1）自由联想阶段：
- （2）询问阶段
- （3）极限测试（testing the limits）

#### 3、评分

- （1）区位
- （2）决定因素
- （3）内容
- （4）从众性

#### 4、解释

#### 5、应用和评价

- 主要应用于精神医学的临床诊断方面
- 由于不受语言文字限制，还可应用于人格发展和跨文化研究
- 一对一施测、计分困难、不易掌握、解释主观、效度不明

### （二）主题统觉测验

Thematic Apperception Test, TAT，美国心理学家莫瑞 1938 年编制

### 1、基本原理：

- 人们在解释一种模糊的情境时，总是倾向于将这种解释与自己过去的经历和目前的愿望相一致。

### 2、材料

### 3、施测

- 指导语
- TAT 分析与解释
  - 分析内容、形式、症状
- 评价
  - 优点：
    - ✓ TAT 显示的刺激比起罗夏墨渍测验来更有结构性，要求更复杂和意义更明确的言语表达。在效度上似乎比墨渍测验高。
  - 缺点：
    - ✓ 没有标准化的施测程序，临床上以被试的年龄、性别等特征调整指导语，施测的图片数量和种类由主试决定，分析原则不能作为评分标准使用。

### （三）房—树—人测验

- House—Tree—Person drawings, H-T-P
- 隐喻：
  - 树 —— 反映个人的生命力量与能量水平，心理改变的过程
  - 人 —— 自我或重要他人
  - 房子 —— 身体、庇护的堡垒

## 第三部分 对精神分析理论的评价

### 一、精神分析理论的科学地位

- 研究方法的科学性问题
  - 个案研究，在无控制的条件下非系统地获得资料，个案研究的情境不能重复验证。
  - 收集的资料不完整、不准确
  - 研究对象太少，取样缺乏代表性
  - 治疗记录发表个案有明显的差异
  - 治疗的效果问题：精神分析对治疗心理疾病有显著的临床实用价值

### 二、现代研究中的精神分析

- 在这些方面，Freud 也许错了.....
  - 发展是终身的，而非停滞于儿童期
  - 除去父母对儿童的影响，同伴的影响（以及虐待）同样重要
  - 即使没有同性父母，我们也能变得十分具有男子气或女人味（Frieze 等人，1978）
  - 梦是大脑神经活动的产物，它具有一定的缓解焦虑的作用，但不一定是对愿望的伪装和实现
  - 口误是我们的记忆系统中相似的发音彼此竞争的结果
  - 从弗洛伊德所处的年代到我们现在所处的时代，性压抑已经不复存在，但心理障碍却依然存在
- 在这些方面，Freud 或许是对的.....
  - 对于我们大脑中所进行的一切活动，我们能意识到的只是很有限的一点
  - 焦虑引发防御。
- 关于潜意识的现代观点

- 动机性潜意识（motivated unconscious）
- 认知性潜意识（cognitive unconscious）
- 在这些方面，还没有定论.....
- 压抑这种说法，部分被驳斥了，部分还未经检验，还有一部分不可检验。
- 很多因素会促进虚假记忆的建构：
  - ✓ 大众传媒
  - ✓ 某些治疗师的行为

### 三、精神分析理论的贡献

- 建立了三个联结
  - 童年生活与成人生活之间的联结
  - 清醒时的思想与睡眠时的思想之间的联结
  - 正常行为与病态行为之间的联结
- 开辟了潜意识心理学的新研究领域
- 创立了心理治疗的新理论和方法
- 开创了西方的人格心理学