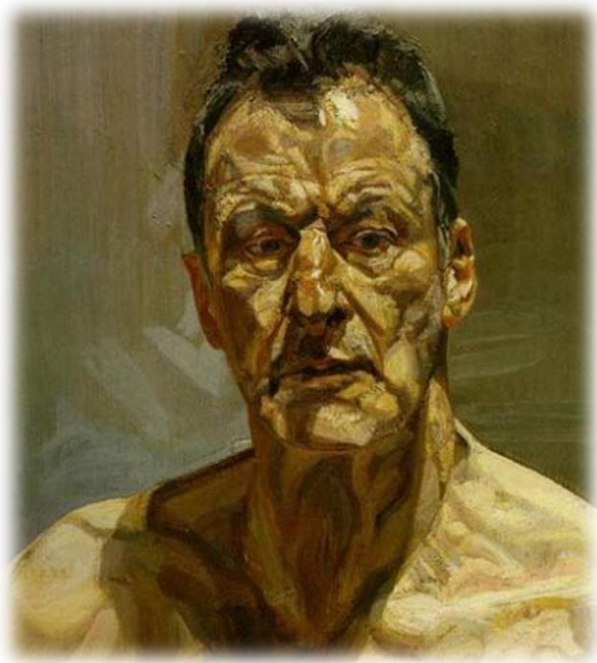


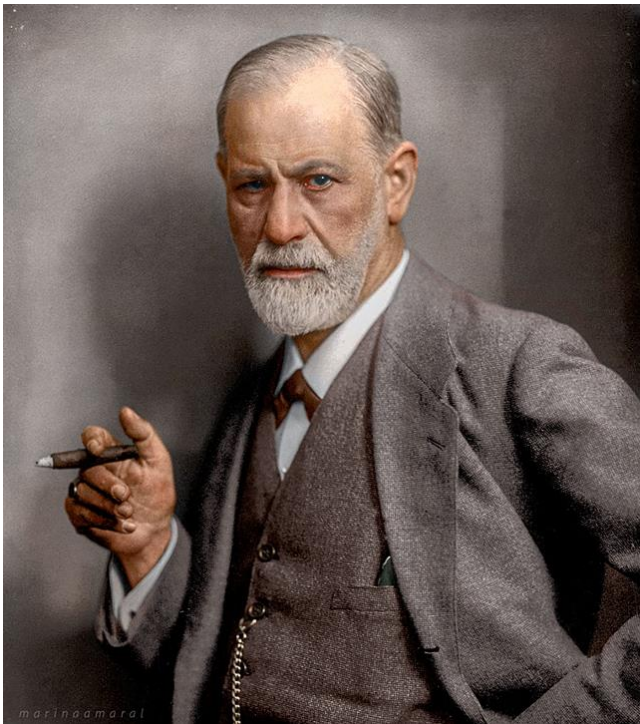
个性心理学

——3、新弗洛伊德主义



张萌 B.SC, M.SC, PH.D

新弗洛伊德学说 (neo-Freudians)



同弗洛伊德的巨大成就相比，这些理论的不同在于它们建立在他创建的基础之上。

——卡伦·霍妮

WHY?

- 弗洛伊德理论的局限与弱点

1. 人格在人生的前五六年几乎完全形成（后期经验真的没有影响吗？）
2. 人格的根源是本能（社会文化/体验没有影响吗？）
3. 对于人性悲观、“有失体面”地描绘——人在很大程度上被本能与无意识控制（不能这么悲惨吧？）

WHY?

- 弗洛伊德的性格缺点
 - 专制暴戾，把任何偏离或反对他的理论的观点都看作是对其理论与本人的**背叛**
 - 同样教条的追随者



阿尔弗雷德·阿德勒/Alfred Adler

(1870–1937)



- 维也纳的犹太商人家庭出身
- 六个孩子中的老三
- 体弱多病（佝偻病、肺炎、车祸）
- 成绩平平，曾被老师劝告辍学，去当学徒
- 医学学位，但从未接受系统的精神分析训练
- 最早“叛逃”的追随者（1911年）

“一个用毕生努力克服自卑感的优秀榜样”

阿德勒与个体心理学

(一) 寻求优越

- 阿德勒认为，寻求优越是推动个体行为的唯一动力
- 每个人从出生就有着深深的自卑感（需要依赖成人）
- 人做的所有事情，都是为了建立一种优越感来克服生活中的障碍，克服自卑感；越自卑，寻求优越的需求就越强烈

阿德勒与个体心理学

(一) 寻求优越

- 社会兴趣

- 阿德勒认为，生活的意义不是为个人优越而奋斗，而是在于如何满足人类和谐友好的生活，渴望建立美好社会的需要，在于“对人类全体发生兴趣”
- 缺乏社会兴趣的人会产生错误的生活风格
- 自卑情结vs.优越情结

阿德勒与个体心理学

(二) 父母的影响

- 溺爱（过多的关注与保护）

- 剥夺孩子的独立性，引起更强的自卑感，导致错误的生活风格

- 忽视（很少给予关注）

- 儿童长大后变得冷漠多疑，难以与别人建立亲密的个人关系

阿德勒与个体心理学

(三) 出生顺序

- 长子/女

- 曾经历一段独生子唯我独尊的时光，通常会受到大量的关怀与宠爱，直到第二个孩子出生，被“废黜”了。这导致他们有较强的自卑感
- 在头生儿童中，我们常常发现“问题儿童、神经症、罪犯、酗酒者和性倒错者” by阿德勒

阿德勒与个体心理学

(三) 出生顺序

- 中间出生的儿童

- 因为TA一出生便必须与另外的兄弟姐妹分享父母的关怀，不会对父母的溺爱抱有什么的指望
- 由于相比哥哥姐姐各方面都更弱，因而会形成对优越感的更强追求
- 中间出生的儿童是取得最高成就的人by阿德勒

阿德勒与个体心理学

(三) 出生顺序

- 幼子/女

- 在家中受到所有家人的溺爱
- 被宠坏的孩子可能非常依赖他人，缺乏主动性
- 也容易产生较强的自卑感（身边的每个人都比TA们年长且强大）

阿德勒学说的实例



卡尔·荣格 / Carl Gustav Jung

(1875—1961)



- 瑞士心理学家（医学学位）
- 出身牧师家庭（家中九位牧师）
- 自幼内省、封闭，喜欢思考梦与超自然的东西

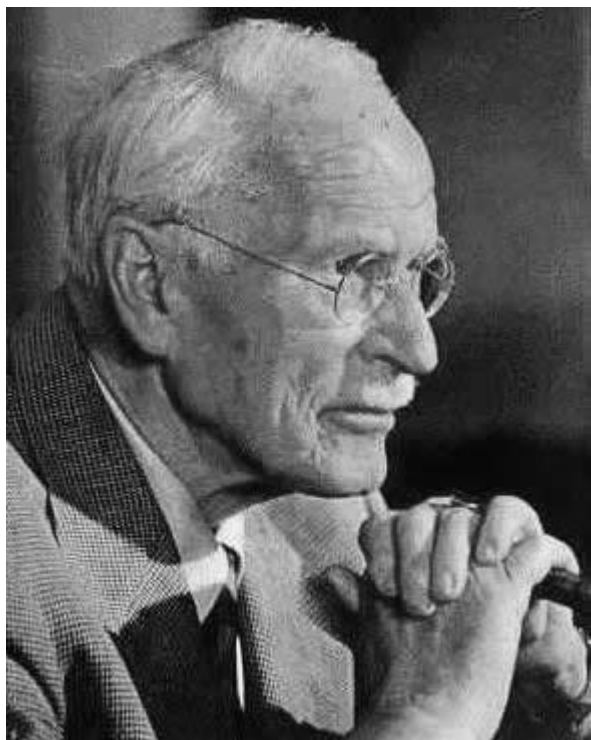
充满神秘主义色彩的学者

荣格轶事

- 中学时的荣格喜欢历史和哲学，梦想当一个考古学家；
 - 大学考试前，荣格做了两个梦：
 1. 梦见自己在莱茵河畔挖出了史前动物的遗骨；
 2. 梦见一只古怪的动物躺在水塘里。
- 然后荣格就下决心去读了医学。

卡尔·荣格 / Carl Gustav Jung

(1875—1961)

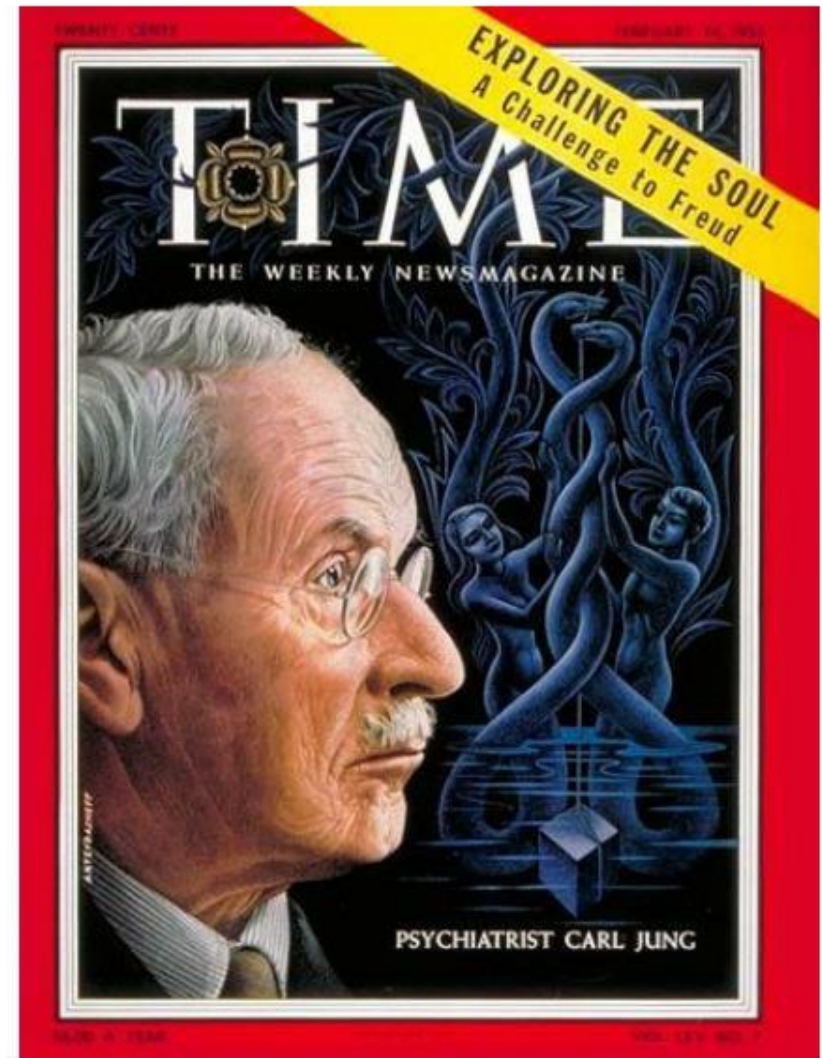


充满神秘主义色彩的学者

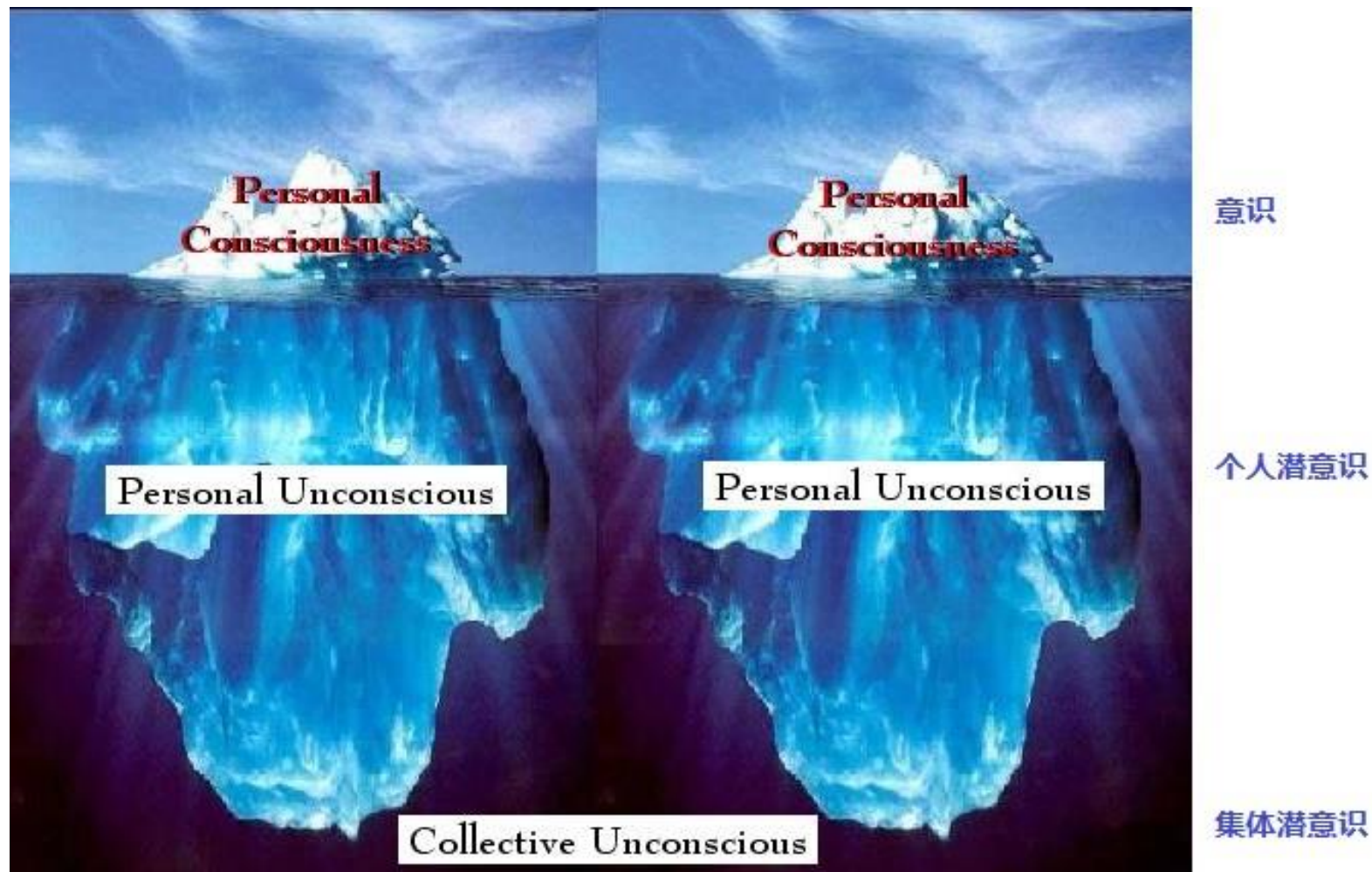
- 瑞士心理学家（医学学位）
- 出身牧师家庭（家中九位牧师）
- 自幼内省、封闭，喜欢思考梦与超自然的东西
- 富有的妻子、情人众多
- 第一次与弗洛伊德碰面就长谈了13小时（1907年）
- 1914年“叛出师门”

CARL JUNG

- Worked with Freud in early 1900s
- Personality conflicts caused break
- Jung thought
 - Freud overemphasized sexuality
 - Jung thought spirituality was more important



荣格与分析心理学



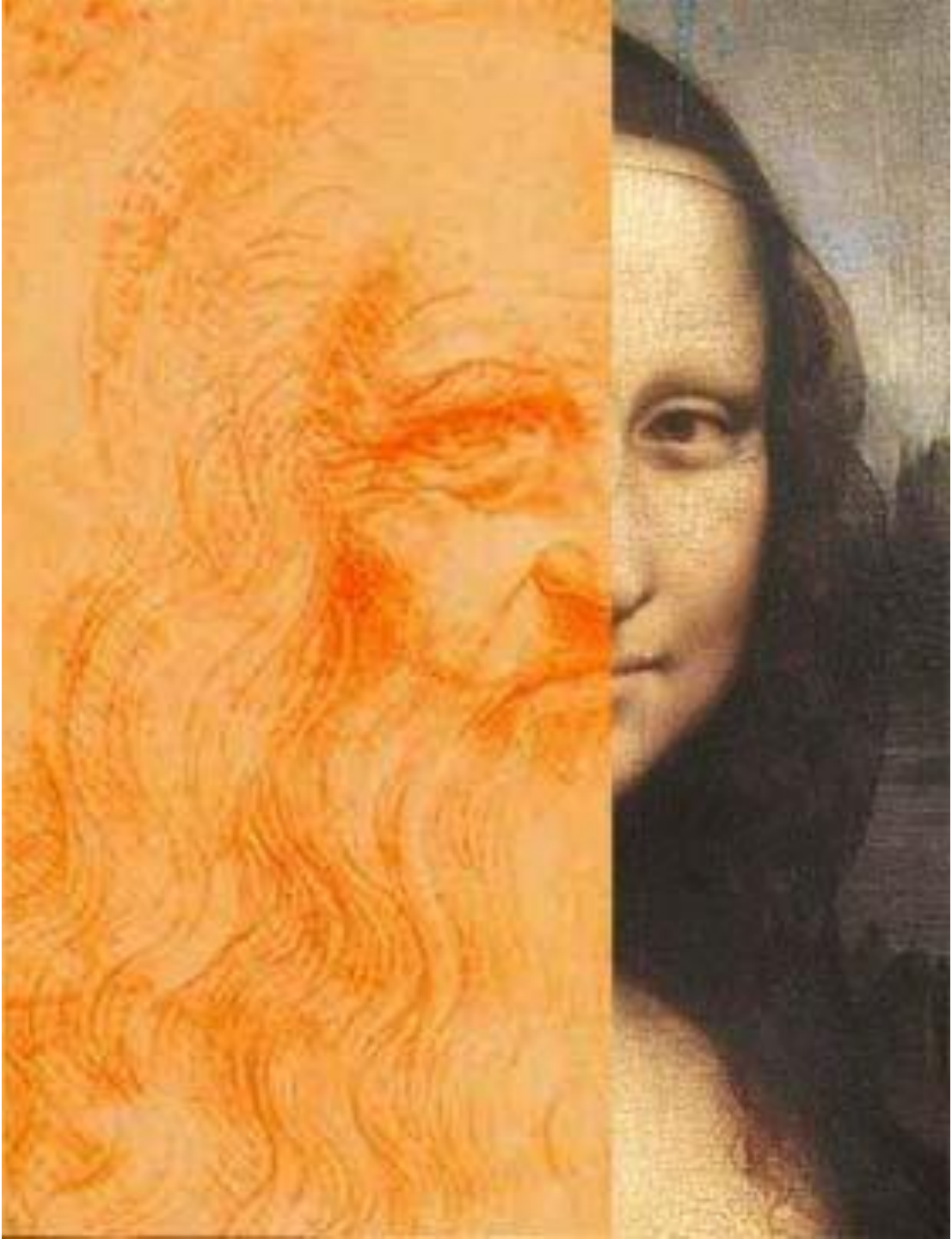
荣格与分析心理学

- 原型（原始意象）
 - 以特定方式对外界做出的潜在反应，它促使个体按照其本族祖先所遗传的方式去行动。
 - 例如：新生儿“本能地”对妈妈做出反应；人“天生”怕黑；等等
 - 重要的原型：阿尼玛、阿尼玛斯、人格面具、阴影

荣格与分析心理学

- 原型（原始意象）
 - 阿尼玛&阿尼玛斯的意思是灵气，分别代表男人和女人身上的双性特征
 - 阿尼玛（anima）指男性身上的女性一面
 - 阿尼玛斯（animus）则指女性身上的男性一面
 - “一个男人，在对爱情的选择上，受到与他本身无意识的女性原始意象最吻合的女性、即一个能立即接受他的灵魂投射的女性的强烈诱惑” by荣格

达芬奇与蒙娜丽莎



荣格与分析心理学

- 原型（原始意象）
 - 人格面具（persona）
 - 公共场合中表现出的、符合要求的一面（求同从众）
 - 人格面具的通货膨胀：将人格面具等同于自身
 - 与阴影原型的关系：阳与阴



荣格与分析心理学

- 原型（原始意象）

- 阴影

- 人格中无意识的阴暗面

- 部分存在于个体无意识中，部分存在于集体无意识中

- 帮助人们容易理解善与恶的象征

- 如果不能把善与恶结合进自己的人格整体中，我们会投射出这些恶的意念——从别人身上看到自己令人讨厌的特性

荣格与分析心理学

- 集体无意识的证据
 - 荣格的理论，很难通过科学的研究给予验证
 - 如果存在对每个人基本相同的集体无意识，那么
 - 不同历史时期不同文化中、民间传说与神话故事中、人们的梦里、精神病人的幻觉中应该有相似的表达
 - 评述：新旧精神分析学派中唯一比弗洛伊德本人更神秘、更晦涩~~（神神明明）~~的阐述

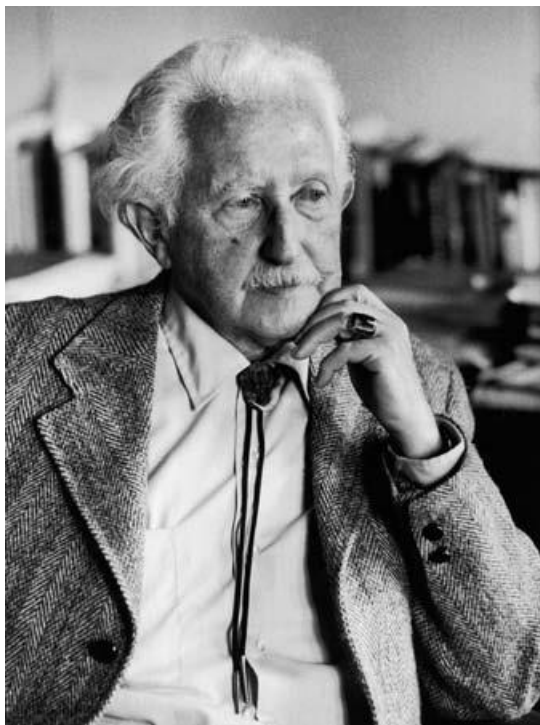


荣格与分析心理学

- 性格类型理论（略）
 - 一般态度类型——根据心理能量的指向划分
 - 外倾型：心理能量的活动倾向于外部环境
 - 内倾型：心理能量的活动倾向于自身内部
 - 机能类型——将人的心理活动分为感觉、思维、情感和直觉四种基本机能
 - 按照两种态度类型与四种机能的组合，荣格描述了八种性格类型：
 - 外倾思维型 外倾情感型 外倾感觉型 外倾直觉型
 - 内倾思维型 内倾情感型 内倾感觉型 内倾直觉型

埃里克·埃里克森 / Erik H. Erikson

(1902–1994)



挣扎于同一性危机的少年

- 成长于德国的犹太家庭，却是“外来者” 没有医学学位，游历欧洲学习美术
- 师从安娜·弗洛伊德，这是他离家后受过的唯一正规教育
- 50岁出版第一部著作《儿童期与社会》

埃里克森与自我心理学

1. 自我

- 自我是独立的力量，并非本我和超我压迫的产物
- 自我是一种心理过程，包含着人的意识活动并加以控制，决定着个人的命运
- 自我的重要功能不再是防御，而是**适应和实现**

2. 同一性

- 具有建设性机能的健康自我必须有同一性
- “对自己的唯一性认识、以及从过去到想象中的未来的连续感，满足人掌控外部环境的需要”
- **同一性危机**：人在缺乏明确的“我是谁”的感觉时会出现混乱和失望

埃里克森与自我心理学

• 自我同一性的四个方面：

——个体性(individuality)：一种意识到的独特感，个体以一种不同的、独立的实体而存在

——整体性和整合感(wholeness and synthesis)：一种内在的整体感，产生于自我的潜意识整合作用，健康的自我能把零碎的表象整合为一种有意义的整体

——一致性和连续性(sameness and continuity)：潜意识追求一种过去和未来之间的内在一致和连续感，感受到个体的生命的连贯性并朝着有意义的方向前进

——社会团结感(social solidarity)：具有团体的理想和价值的一种内在团结感，感受到社会的支持和认可

3. 人格发展

- 人的发展是依照渐成论原则（epigenetic principle）展开的一个进化过程
- 人的生命周期可分为固定序列的八个阶段——闯关模式

埃里克森（1902-1994）人生发展八大危机阶段

阶段		年龄	成功品质	不成功品质
1	基本信任 VS 基本不信任	0-1岁	希望	恐惧
2	自主性 VS 羞怯与怀疑	1-3岁	自我控制力与意志力	自我怀疑
3	主动性 VS 内疚感	3-6岁	方向和具有目的	无价值感
4	勤奋 VS 自卑	6-12岁	能力	无能感
5	同一性 VS 角色混淆	12-18岁	忠诚	不确定感
6	亲密 VS 孤独	18-24岁	爱	孤僻和疏离
7	繁殖 VS 停滞	24-65岁	关心	自私
8	自我整合 VS 失望	65+ 岁	明智和完美无憾	绝望和悲观沮丧

埃里克森的人生发展8阶段

埃里克森的心理社会发展理论

卡伦·霍妮/ Karen Danielsen Horney

(1885–1952)



- 生于德国汉堡
- 泾渭分明、重男轻女的家庭
- 1915年获得柏林大学医学博士学位
- 接受精神分析训练，但是对弗洛伊德理论的一些基本原则提出疑问
- 1941年离开纽约精神分析研究所
(自己成立了美国精神分析研究所)
- 20世纪最伟大的女精神分析学家

男人世界里的叛逆女性

霍妮关于神经症的观点

- 根据霍妮的理论，*神经症*的主要特点是人们陷入了自我挫败的人际关系方式
- 核心观点：一个人的心理问题起源于儿童与父母的交互关系
 - 在容易导致焦虑的环境中长大的儿童会陷入特定的僵化人际模式中不能自拔
 - 这种早期的、为了消除焦虑而形成的“防御机制”形成了神经症的人际交往方式

神经症患者的三种交往方式

- 接近人群（moving toward people）
 - 彰显自己的无助感来应对焦虑
 - 他们依赖别人，强迫性地让父母或养育者喜爱和接受他们
 - 长大成人以后，他们强烈地需要被爱和被接受，常常不加选择地依附于身边的某个人
 - 他们不会爱别人，而是依附于别人
 - 不能长久的关系

乖巧



神经症患者的三种交往方式

- 反对人群（moving against people）
 - 通过和他人战斗来应对焦虑
 - 使用攻击和敌意行为对自己的不安全感和无能感进行补偿
 - 儿童长大后，会更熟练地使用这种神经症方式
 - 外化：类似弗洛伊德提出的投射概念，由于这些人在童年期就已知道人们基本上都是敌意的，都要想办法得到他们能得到的东西，所以要先下手为强
 - 肤浅、令人难堪、与令人痛苦的交往



神经症患者的三种交往方式

- 脱离人群（moving away people）

- 置身于人群之外来应对焦虑
- 这些儿童对隐私和自我满足的愿望可能很强烈
- 长大之后他们会寻找那些很少与人打交道的职业，他们把回避情感、爱和友谊当作处世之道
- 他们对情感体验感到麻木
- 没有回报的单向关系



霍妮与女性心理学

- 反驳弗洛伊德蔑视女性的观点（**同意！**）
 - 如果女孩有阴茎嫉妒，那么男孩就有子宫嫉妒
 - 文化和社会的影响对某些明显的性别差异的作用远远大于生物因素



新弗洛伊德学说的优势与批评

- 优势

- 补完了弗洛伊德的理论（后天经验、社会因素、积极的自我功能等等）
- 引入了新的心理学概念，如同性危机、内向、自卑情结等
- 启发了后续的人本主义、社会学习等流派的学说

新弗洛伊德学说的优势与批评

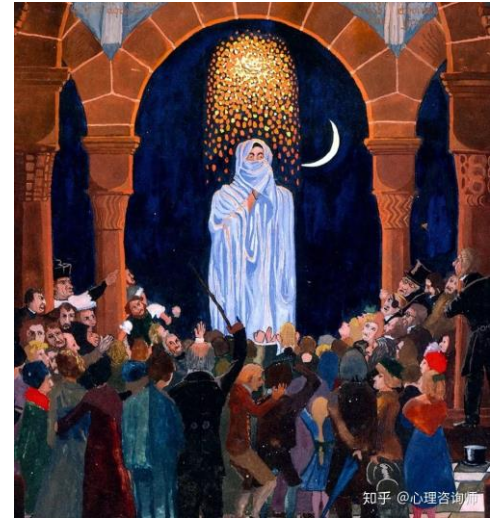
- 批评

- 缺乏实证或是以精神治疗的病人为根据

- 过分简化或忽视一些重要概念

- 不同学者大多只关注了某一方面的内容，导致新弗洛伊德学说对人格和人的行为做出的解释是不完整和有限的（不同于弗洛伊德的庞大学说）

HOMEWORK



- 了解精神分析学者对宗教的解释
- 了解个人叙事（personal narrative）这一人格测量方法

HOMEWORK

- 学习焦虑与应对策略
- 了解精神分析框架下关于攻击的论述
- 了解对象关系理论和依恋理论

