

# 弗洛伊德心理学入门

〔美〕 C.S.霍尔 著

陈维正 译

吴福临 陈维纲 校

商 务 印 书 馆

1991年·北京

## 译者前言

在现代心理学史上，最重要的人物莫过于冯特和弗洛伊德。冯特因为把科学研究方法引入心理学研究而使心理学从哲学的形而上学思辨中脱离出来，成为一门独立的科学；弗洛伊德则因为把心理学的研究带进了人的深层精神世界，为现代心理学展现出一个全新的领域。就影响而言，弗洛伊德超过了其他任何心理学家，他开创的心理分析学冲击了现代西方社会意识和社会生活的几乎每一个侧面。

与前人相比，弗洛伊德心理学具有下述几个特点。首先，他的心理学是人格心理学。他将人的整个精神状态视为一个系统，即人格，由伊特（即本我）、自我和超我三个部分构成。伊特是人先天具有的心理过程，其唯一目的是消除或减轻机体的紧张以获得满足和快乐；超我是内化了的社会价值和道德理想，竭力约束伊特的盲目冲动；自我介乎二者之间，负责理智地调节伊特、超我和外界三者的关系。一个人的精神状态便是人格的三个部分相互矛盾、相互冲突的结果。当自我能很好地平衡三者关系时，人格便处于正常状态。当自我失去对伊特和超我的控制时，人就会产生各种焦虑。为了防止焦虑，自我便发展出种种无意识防御机制，如压抑、投射、反向作用、固定、倒退等等。

其次，弗洛伊德心理学是动力心理学。他第一个将现代物理学的动力理论引入心理学，提出人的一切精神活动都是心理能在人格系统中的作用所致。人的全部心理能都源于伊特中的各种本能，随着人格的发展，心理能通过求同机制逐渐从伊特转移到自

我和超我。心理能的作用分两类：以消除紧张为目的的发泄作用和以阻止消除紧张为目的的反发泄作用。人的一切精神异常和心理病变都是因为这两种相互对立的作用失去了平衡。

再次，弗洛伊德心理学是无意识心理学。在弗洛伊德看来，意识仅仅是人的整个精神活动中位于表层的一个很小的部分；无意识才是人的精神主体，处于心理深层。无意识包括各种各样的先天本能和那些从意识中被压抑到无意识中的心理活动。无意识对人的精神和行为有重大影响，但由于处于心理深层而无法直接为人了解。不过，弗洛伊德独辟蹊径，他通过分析无意识作用所产生的后果和梦，首次对人的无意识心理现象和规律作了系统全面的研究。

因此，弗洛伊德心理学也是梦心理学。人类对梦的解释具有长久的历史，但前人的解释大多是支离破碎的和不科学的，多属迷信和巫术。弗洛伊德是第一个力图在科学的基础上对梦进行系统分析和解释的人。他认为梦是那些存在于或被压抑于无意识中的本能欲望和情感念头在人入睡时的显现。通过分析梦，我们可以认识人们在觉醒时不曾知晓的心理活动。不过，梦并不直接如实地显现人的这些无意识心理，梦往往以伪装的方式出现。这就需要我们掌握一套释梦的方法，以探明隐藏在梦后面的真实含义。

最后，弗洛伊德心理学是性心理学。他认为性欲是人的所有本能中持续时间最长、冲动力最强、对人的精神活动影响最大的本能性欲求。不对人的性本能进行充分的研究，就不可能全面地把握人的心理变化过程。这里应注意，弗洛伊德的性欲概念是广义的，不同于人们通常使用时的含义。它泛指人所追求的一切感官快乐，我们平常说的性欲只是其中一部分，仅相当于弗洛伊德所说的生殖欲。在弗洛伊德看来，性本能的发展大致分三个阶段：前生殖期、潜伏期和生殖期。前生殖期又分口唇期、肛门期

和性器官期。在性本能的整个发展过程中，人由爱自己（自恋情结）到爱父母（恋母情结和恋父情结），最后到生殖期的异性相爱。

上面简单介绍了弗洛伊德心理学的几个特点，但远远不足以概括其学说的全貌。今天，弗洛伊德开辟的这几个心理学研究领域已发展成为现代心理学的重要组成部分和分支。当然，弗洛伊德心理学中除了有价值的研究成果外，也有违背科学的错误观点，甚至还有不少近乎荒唐的唯心主义谬论。因此，我们在研究其学说的过程中一定要注意对其错误观点进行批判。

C. S. 霍尔编写的这本《弗洛伊德心理学入门》是对弗洛伊德学说进行系统介绍的通俗读物。他的叙述深入浅出、引人入胜，并力求忠实于弗洛伊德的原意，不加任何评论褒贬。他主要着眼于弗洛伊德思想成熟的后期学说，因而对其早期有关释梦和无意识的学说介绍得略嫌不够。霍尔是美国知名心理学家，曾任西部里惹弗大学心理学系主任，叙拉古大学研究生院的心理学教授，现在加利福尼亚大学执教。霍尔的其他著述有：《荣格心理学入门》、《梦的意义》、《梦的内容分析》、《人格理论》等等。

本书译稿承蒙吴福临、陈维纲二位同志校订，使之增色不少。在翻译过程中，其他许多同志和朋友也提供了热情的帮助，特别是林方、张粹然、张绍英、马渝根等同志对译稿提出过许多宝贵意见，在此一并向他们表示诚挚的谢意！

本书一定还有翻译不当之处，若读者能不吝赐教，不胜感激！

1985年3月18日于成都

# 目 录

|                            |    |
|----------------------------|----|
| 前 言                        | 1  |
| 第一章 西格蒙德·弗洛伊德 (1856—1939年) | 4  |
| 一、弗洛伊德继承的科学遗产              | 4  |
| 二、弗洛伊德开创动力心理学              | 7  |
| 三、弗洛伊德是什么人?                | 11 |
| 第二章 人格的组织结构                | 15 |
| 一、伊特                       | 15 |
| 二、自我                       | 20 |
| 三、超我                       | 23 |
| 第三章 人格的动力状态                | 28 |
| 一、心理能                      | 28 |
| 二、本能                       | 28 |
| 三、心理能量的分布和配置               | 30 |
| 1、伊特                       | 30 |
| 2、自我                       | 32 |
| 3、超我                       | 37 |
| 四、能量发泄和反能量发泄               | 40 |
| 五、意识和无意识                   | 44 |
| 六、本能的种类                    | 48 |
| 七、焦虑                       | 51 |
| 1、现实性焦虑                    | 53 |
| 2、神经性焦虑                    | 54 |
| 3、道德性焦虑                    | 57 |
| 八、小结                       | 59 |
| 第四章 人格的发展                  | 62 |
| 一、求同作用                     | 64 |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 二、 移置和升华 .....     | 69  |
| 三、 自我的防御机制 .....   | 75  |
| 1、 压抑 .....        | 75  |
| 2、 投射 .....        | 79  |
| 3、 反向作用 .....      | 81  |
| 4、 固定 .....        | 83  |
| 5、 倒退 .....        | 85  |
| 6、 防御机制的一般特征 ..... | 86  |
| 四、 本能的转换 .....     | 87  |
| 五、 性本能的发展 .....    | 92  |
| 1、 口唇区 .....       | 92  |
| 2、 肛门区 .....       | 96  |
| 3、 性器官区 .....      | 98  |
| (1) 男性生殖器阶段 .....  | 98  |
| (2) 女性生殖器阶段 .....  | 100 |
| 4、 生殖欲 .....       | 101 |
| 六、 小结 .....        | 102 |
| 第五章 人格的稳定 .....    | 106 |
| 推荐读物 .....         | 113 |
| 索引 .....           | 116 |

# 前 言

我写这本入门小册子的目的是，尽可能清楚扼要、完整系统地阐明弗洛伊德提出的心理学理论。

弗洛伊德在变态心理学、心理病理学、心理治疗法和精神病学等方面的著述已经分别为著作家们所概述。但是，我至今还未看到他作为心理学理论家在普通心理学这一领域里的著述被人系统全面地介绍过。

我相信越来越多的心理学同行会赞同我的这种意见，我认为弗洛伊德在文化科学史上最为显著的作用是他作为心理学理论家的贡献。弗洛伊德自己就把心理分析学视为一种心理学体系，而不仅仅是变态心理学或精神病学的一个分支。弗洛伊德希望在人们的印象中首先被看成是一位心理学家。

作者概述弗洛伊德心理学的目的，就是为了恢复他在正常心理学领域中的合法地位，不让他的学说被局限在精神紊乱的范围里。我这样说我的写作目的，并非有意贬低弗洛伊德在精神病学方面的卓越贡献。这些贡献本身就能确保他在历史上的稳固地位。然而，我觉得如果听凭医学的一个分科独自垄断弗洛伊德的话，不仅他的基本理论会被贬低到从属的地位，而且心理学也会因为忽视最有创造性的人之一而蒙受损失。

这本入门概要纯粹是阐述性的。我不打算对弗洛伊德的理论作何褒贬，也不利用其他理论作比较考察，因为我感到要想对任何东西作出有价值的评论，首先得彻底了解它。那种广为流行的，以片面理解为依据的批评，使人目瞪口呆。”在这方面，弗洛伊德吃过的苦头远远超过我们时代的任何大思想家。他的理论被大量地歪曲和误解，使轻信的读者几乎不可能分辨出真假。

要阐明弗洛伊德的心理學遠非易事。他的學說分散在他從十九世紀九十年代初到二十世紀三十年代末的全部著述中。要想保證不遺漏任何一個基本觀點，就必須讀完他寫下的每一個字。另外，在一系列理論問題上，涉及到判斷弗洛伊德的最後觀點是什麼時，我還得作出決定，因為一本入門概要不必追述弗洛伊德觀點的演變過程。弗洛伊德不斷地改變、修正和擴展他的理論，他改寫甚至摺棄了不少早期觀點。在決定取舍時，我盡量運用所獲得的全部證據和自己的判斷能力。毫無疑問，判斷上的差錯在所難免。很有可能，書中對弗洛伊德的某些理解並不一定符合他的本意，可能是我一廂情願加在他頭上的，我竭力避免這樣的錯誤，並且始終將此銘記在心，當我覺得自己有可能是在注入某種原著中所沒有的東西時，就返回到他的書中，求得證實。我希望這樣做的結果使我能忠實於弗洛伊德的原意，而不是牽強附會地將個人之見強加於他。

編寫這本入門書的過程中，我只利用第一手資料，即已經出版的弗洛伊德著作。我認為最好遵循他自己說的話，而不依賴第二手資料。每章末都附有參考書目，任何讀者都可以通過閱讀參考書而涉獵到差不多相同的內容，而全部參考書則可以在新出版的英文標準版的弗洛伊德全集中找到。

本書是為一般讀者編寫的，同時也適用於心理學專業的学生。我的學生曾讀過本書的初稿，他們經過深思熟慮，提出不少切實可行的建議，使我受益不淺。他們幫助我用比較易于理解的方式表达自己的意思，以適應心理學知識有限的一般讀者。我將本書獻給我的學生們，以表謝意。

卡爾文·S. 霍爾

西部里茲弗大學心理學系，俄亥俄州，克利夫蘭

一九五四年四月



……像我这种人，活着就离不了兴趣爱好和激情奔放——用席勒的话说，离不了主宰我的“君主”。我终于找到了自己的君主，甘心为他效劳，鞠躬尽瘁。我的君主就是心理学。

弗洛伊德 1895年

——摘自给威廉·弗里斯的信

# 第一章 西格蒙德·弗洛伊德

## (1856—1939年)

### 一、弗洛伊德继承的科学遗产

虽然西格蒙德·弗洛伊德 (Sigmund Freud) 生于莫拉维亚的弗莱堡<sup>①</sup>, 死于英国伦敦, 但是他属于维也纳, 在那里他居住了近八十年。假如纳粹没有于1937年占领奥地利从而迫使弗洛伊德逃往英国的话, 除了出生后的头三年以外, 他的一生就可能全部在奥地利首都度过。

弗洛伊德漫长的一生, 从1856年至1939年, 正是科学史上最富有创造成果的时期。弗洛伊德三岁时, 随家迁居维也纳, 就在这一年, 达尔文发表了《物种起源》。这本书注定要在关于人的观念上掀起一场革命。在达尔文之前, 人被认为具有灵魂而与动物界截然分开。进化论使人成为自然界的一部分, 成为所有动物中的一种。承认这一激进的观点, 就意味着可以遵照生物学的途径来研究人。人成了科学研究的对象, 与其他生命形式相比, 人除了更为复杂些外, 毫无区别。

《物种起源》发表的第二年, 弗洛伊德刚四岁, 费希纳<sup>②</sup>创立了作为一门科学的心理学。这位十九世纪伟大的德国科学家和哲学家在1860年证明, 对人的精神也可以进行科学研究和定量测度。心理学从此跻身于其他自然科学的行列中。

---

① 德国西南一城市。(以下除标明原注外, 均为译注。)

② 费希纳 (Gustav Fechner, 1801~1887年), 德国心理学家和哲学家。

达尔文和费希纳对弗洛伊德的智力发展产生了很大的影响，正如他们对那一时期的许多年青人产生了影响一样。十九世纪后半叶，人们对生物学和心理学的热情空前高涨，巴斯德<sup>①</sup>和柯赫<sup>②</sup>运用他们在细菌致病方面的基础研究，创立了细菌学；孟德尔<sup>③</sup>通过对豌豆的观察，建立了现代遗传学。各生命科学呈现出一派群芳争艳的景象。

来自其他方面的影响，对弗洛伊德的震动更深刻。这些影响来自物理学。十九世纪中叶，德国伟大的物理学家赫尔姆霍茨<sup>④</sup>提出了能量守恒原理。这个原理表明，“能”(energy)实际上是一个量，就如“质”(mass)是一个量一样。能可以转换形式，但不能被消灭。当能在一个系统的某部分里消失时，它就一定会在该系统的其他地方出现。例如，随着一个物体的温度降低，与它相连的物体的温度则会升高。

研究能能在一个物理系统里的变化，引起了动力学领域内一个又一个的重大发现。从赫尔姆霍茨提出能量守恒到爱因斯坦提出相对论的五十年里，是能的黄金时代。热力学、电磁场、放射性、电子、量子理论——这一切都是在这至关重要的半个世纪内所取得的成就。麦克斯韦<sup>⑤</sup>、赫兹<sup>⑥</sup>、普朗克<sup>⑦</sup>、汤姆逊<sup>⑧</sup>、居里夫人和皮

---

① 巴斯德 (Louis Pasteur, 1822~1895年)，法国化学家和生物学家。

② 柯赫 (Robert Koch, 1843~1910年)，德国生物学家。

③ 孟德尔 (Gregor Mendel, 1822~1884年)，奥地利生物学家。

④ 赫尔姆霍茨 (Hermann von Helmholtz, 1821~1894年)，德国生理学家、物理学家。

⑤ 麦克斯韦 (James Maxwell, 1831~1879年)，英国苏格兰物理学家，他提出电磁理论。

⑥ 赫兹 (Heinrich Hertz, 1857~1894年)，德国物理学家，他用实验证实了电磁波的存在。

⑦ 普朗克 (Max Planck, 1858~1947年)，德国物理学家，提出量子假说。

⑧ 汤姆逊 (Sir Joseph Thomson, 1856~1940年)，英国物理学家，电子发现者。

埃尔·居里、焦耳<sup>①</sup>、克尔文勋爵<sup>②</sup>、吉布斯<sup>③</sup>、克劳胥斯<sup>④</sup>、门德列也夫等,这里仅仅列举了少数几位现代物理学中的巨人,他们对能的秘密的发现,可以毫不夸大地说,改变了整个世界。使人从繁重的体力劳动中解脱出来的大多数机器,都是十九世纪物理学的丰硕成果,这些机器极大地改善了我们今天的生活。这一黄金时代使我们至今还获得好处,刚刚莅临的原子时代就是明证。

动力学和能量的时代不仅为我们提供了电器设备、电视、汽车、飞机、原子弹和氢弹,而且为我们提供了一个关于人的全新的观念。达尔文认为人是动物。费希纳证明人的精神并不超然于科学之外,相反,人的精神可以被带进实验室进行精确地测验。然而,正是由于新兴的物理学,一个关于人的更为激进的观点才可能形成。这种观点认为人是一个能量系统,跟肥皂泡和行星一样,服从同样的物理规律。

在十九世纪的最后二十五年里,弗洛伊德作为一个青年科学工作者,专门从事生物学研究,他不可能不受新兴物理学的影响。能量和动力论已潜入到每个实验室,渗透进每个科学家的思想意识中。弗洛伊德是个医科学生,他非常有幸受到布吕克(Ernst Brücke, 1819—1892年)的教诲和影响。布吕克是维也纳大学生理实验室的主任,十九世纪最杰出的生理学家之一。他的《生理学讲演集》(Lectures on Physiology)于1874年发表,正是弗洛伊德进入维也纳大学医学院的第二年。布吕克在书中提出相当激进的

---

① 焦耳 (James Joule, 1818~1889年), 英国物理学家, 测定热功当量, 发现电的热效应。

② 克尔文 (William Kelvin, 1824~1907年), 英国数学家和物理学家。

③ 吉布斯 (Josiah Gibbs, 1839~1903年), 美国数学物理学家, 提出经典统计力学的系统理论。

④ 克劳胥斯 (Rodolf Clausius, 1822~1888年), 德国物理学家, 提出热力学第二定律。

见解,认为生命机体是一个动力系统,同样服从化学和物理学的规律。弗洛伊德十分钦佩布吕克,很快就接受了这种崭新的“动力生理学”(dynamic physiology)理论。

由于弗洛伊德的独特天赋能力,他注定要在二十年后发现动力学规律不仅适用于人的躯体,同样也适用于他的人格。发现这点之后,他就立即着手创建动力心理学(dynamic psychology),研究人格中能量的转换和改变。这是弗洛伊德的最大功绩,是现代科学的最伟大的成就之一,可以肯定,这也是心理学史上的一个重大事件。

## 二、弗洛伊德开创动力心理学

尽管弗洛伊德受过医学训练,并于1881年在维也纳大学获得医学学位,但他并不愿意开业行医。他希望成为一名科学家。

为实现宿愿,弗洛伊德于1873年进了维也纳大学的医学院,他当时17岁。1876年,他开始进行自己的第一个研究项目。他想在这首次考察中找出鳗鱼的睾丸。结果,他成功了。在以后的十五年中,弗洛伊德一直从事神经系统的研究。当然,并不完全如此,因为他发现科研工作的报酬远远不能供养他的妻子和六个孩子,还有亲戚。加之,维也纳当时处于反犹太主义气氛的笼罩中,弗洛伊德无法从学校获得任何财政支持。因此,他不得不违背意愿,采纳布吕克的建议,开业行医。即便在行医期间,他也挤出时间来从事神经学的研究。最后,他终于赢得了作为一位前途远大的青年科学家的声誉。

从某种意义上说,弗洛伊德被迫从医是件幸事。假如他一直是位医学研究人员,就不可能创立动力心理学。跟病人的接触,促使他不断地从心理学的观点考虑问题。

如果考查一番当时的知识背景，就不会感到奇怪为什么弗洛伊德一开始行医，就专门在医疗精神疾病上狠下功夫。这个部门在那时非常落后，人们对于精神失常几乎是无计可施。法国医生夏尔科（Jean Charcot, 1825—1893年）依靠“催眠术”（hypnosis）取得一些成功，特别是在歇斯底里症上。弗洛伊德在巴黎用了一年时间（1885—1886年）学习夏尔科的治疗法。然而弗洛伊德对催眠术并不满意，他觉得这种方法的效果是暂时的，不能触及病根。在另一位维也纳医生布劳伊尔（Joseph Breuer）那里，他了解到“导泄疗法”<sup>①</sup>（cathartic form of therapy）的优点，这种方法也称为“谈出问题法”（talking-out-your-problems），即病人讲，医生听。

虽然弗洛伊德是在后来才大大发展和改进了医疗技术，但是“谈出法”（talking-out）或“自由联想法”（free-association method）的确为他提供了有关异常行为的内在原因的丰富知识。他以真正科学的好奇心和热忱，开始越来越深入地探索病人的精神状态。他的探索揭示，正是机能动力的作用产生了那些需要他治疗的异常症状。弗洛伊德在心中渐渐形成这样一个想法，即大多数这样的力都是无意识的。

这是弗洛伊德科学生涯中的转折点。他把生理学和神经学放在一边，变成一个心理学研究者。治疗病人的房间成了他的实验室，躺椅是他唯一的设备，病人的胡言乱语则是他的科研资料。除这些外，再加上弗洛伊德不知疲倦的敏锐头脑，这一切就是使他能最终创立动力心理学的全部东西。

十九世纪九十年代，弗洛伊德以他特有的彻底精神开始精确

---

<sup>①</sup> cathartic, 是catharsis的形容词性，源于希腊文katharos，本意为“清除”。在心理学中，catharsis的意思是诱导病人意识到或吐露出被压抑的思想情感，从而消除它们的致病作用。这一术语也常译为“宣泄法”，“疏导法”，等。

分析他自己的无意识力，借以核对从病人身上获得的资料。通过分析自己的梦和自言自语地道出一切想法，他能够看到自己的内在动力的作用。根据来自病人和他自身的资料，他开始打下人格理论的基础。对这个理论的发展，占据了他以后生活中的大部分创造性工作。因此他后来写道，“我一生只有一个目标，就是推论出或猜测出精神装置究竟是怎样构造的，究竟是什么力量在其中相互作用和相互制约”。

他的《释梦》(*The Interpretation of Dreams*)一书在九十年代写成，但该书一直到十九世纪的最后几天才出版，而且书上印的出版时间是1900年。这是新世纪的吉祥开端，这本书被看成是现代最伟大的著作之一。它不只是关于梦，更主要的是关于人的精神动力。特别是最后一章，叙述了弗洛伊德的精神理论。

此书刚刚问世时，几乎没有外行读过，就在医学界和科学界也遭到轻视。第一次印刷的六百本书，用了整整八年时间才售完。但是，《释梦》的首次失败并没有使弗洛伊德丧气。他充满信心，毫不怀疑自己的道路是正确的，他继续运用“心理分析法”(method of psychoanalysis)探查人的心灵。他帮助病人战胜疾病，病人则帮助他扩大对无意识力的认识。

尽管《释梦》受到冷遇，弗洛伊德用他的笔在以后的十年里写出了一系列优秀的著作和文章。1904年，他出版了《日常生活的心理病理学》(*The Psychopathology of Everyday Life*)，它提出一个新论点，认为失言、差错、事故和误记等都是由无意识的动机造成。这之后的几年里，另外三部更重要的著作出现了。一是《一例歇斯底里症》(*A Case of Hysteria*)，它详细介绍了弗洛伊德追究导致精神紊乱的心理原因的方法。其次是《关于性欲的论文三篇》(*Three Essays on Sexuality*)，它陈述了弗洛伊德对性本能发展的见解。许多权威认为，除《释梦》之外，这本书是

弗洛伊德最重要的著作。不管人们对这一评价赞同与否，(笔者就不敢苟同)，《论文三篇》给弗洛伊德带来一个毫无根据的头衔：

“泛性欲论者”(pan-sexualist)。第三部著作是《谈笑与无意识的关系》(*Wit and Its Relation to Unconscious*)，它揭示出人们通常开的玩笑都是无意识机制的产物。

虽然在若干年里，弗洛伊德在科学界和医学界中处于与世隔绝的状态，但是他的著作以及用心理分析法治疗精神病人的成功，使他的名字引起了一小群人的注意。其中有荣格(Carl Jung)和阿德勒(Alfred Adler)，他们后来都放弃了对“心理分析学”(Psychoanalysis)的支持，并发展了各自平行的学派。但是在第一次世界大战以前的年月里，他们是弗洛伊德的主要追随者，并且帮助把心理分析学变成为一个世界性的潮流。

1909年，弗洛伊德第一次获得学术界的承认，马萨诸塞州乌斯特市的克拉克大学二十年校庆时，他应邀在会上作了讲演。克拉克大学校长斯坦莱·霍尔(Stanley Hall)是位杰出的心理学家，他意识到弗洛伊德对心理学贡献的重要意义，竭力将他的学说引入美国。

更多的赞誉接踵而至，第一次世界大战结束后，弗洛伊德已为世界各地数百万计的人所熟悉。心理分析学风靡一时，生活的每一侧面无不受其影响。文学、艺术、宗教、社会风尚、道德伦理、教育、社会科学——全都受到了弗洛伊德心理学的冲击。人们认为最时髦的就是使自己心理分析化，交谈中竞相使用潜意识、受压抑的冲动力、抑制、情结、固定作用之类的术语。人们如此广泛地对心理分析学感兴趣，就在于它跟性的问题密切相关。

弗洛伊德一生都在不停地写作，几乎没有一年他不发表至少是一本重要的著作或一篇重要的文章。现在出版的他的标准英文版全集，就有整整二十四大卷。弗洛伊德被认为是写作散文的巨



匠。他措辞恰当巧妙，是其他科学文献作家所不能相比的。他从不以艰深的词句压倒读者，相反，他尽量用生动有趣、清晰易懂的方式表达出他的看法。

弗洛伊德从不认为他的工作已告完成。当他从病人身上或者从同事那里得出任何新的证据时，他都要扩充或修正他自己的基本理论。例如，在二十世纪二十年代，当弗洛伊德70岁时，他将自己的一系列基本观点作了改动。他修改了有关动机的理论，全面改写了关于焦虑的论述，建立起一个以伊特(id)、自我(ego)、和超我(superego)为基础的新的人格模式。任何人都无法料到，一个七旬高龄的老人竟能有如此惊人的灵活性。僵化是老年人较为普遍的特点，但是不能用寻常的标准来衡量弗洛伊德。他早在青年时期就懂得，科学上的因循守旧只能意味治学上的愚蠢。

### 三、弗洛伊德是什么人？

弗洛伊德是什么人？从职业上看，他是医生，他用自己发明的方法医疗病人。在今天，他会被称为精神病学家。精神病学是医学的一个分科，治疗精神病变和异常。弗洛伊德是现代精神病学的奠基人之一。

虽然弗洛伊德不得不靠行医治病来挣得收入，但他不是一个心甘情愿的医生。1927年，他坦率承认：“尽管从医四十一年，我还是有点自知之明，即就其本来含义而言，我从来就不是一个真正的医生。我是被迫背离自己的最初目标而成为医生的。”

他的最初目标是什么呢？那就是要弄清一些自然之谜，要为解决谜而作出贡献。他写道：

达到这一目标的最有希望的途径似乎是使自己成为

一个专职医务人员；但在当时，我一直从事不成功的动物学和化学实验，直到最后，由于布吕克的影响，（在我的一生中，他给我的影响远远超过其他任何人），我开始专心致力于生理学的研究，虽然生理学那时候还仅仅局限为组织学。

弗洛伊德可以更恰当地被称之为科学家。当他作为一个青年医科学生时，以及后来在各个医院的工作中，他认真研究了各种生理现象。他学会了怎样通过观察收集资料，怎样将各种发现联系起来并从中得出结论，以及怎样通过进一步的观察验证自己的推论。虽然弗洛伊德在生理学方面并没有作出什么重大发现，但是他早期在实验室里的经验使他在科学方法上受到了出色的训练，使他懂得怎样才能成为一个科学家。

十九世纪九十年代，弗洛伊德认识到他渴望成为一个什么样的科学家。他在给一位朋友的信中写道：“心理学是我的目标，它在远方不停地向我召唤。”在他一生的以后大约四十余年里，他一直是位心理学家。

心理学和心理分析学有什么关系呢？弗洛伊德在1927年回答了这个问题：“心理分析学属于心理学，它不是旧观念中的医学心理学，也不是关于病理过程的心理学，而是纯粹的心理学。当然它不等于是整个心理学，但它是心理学的‘下层结构’(substructure)，也许可以说，是心理学的全部基础。”弗洛伊德此处说到心理分析学时，指的是他的人格理论。但是，心理分析学还有另一方面，它同时也是一种心理治疗法，包含有医治情绪障碍的技术和方法。在弗洛伊德看来，心理分析学的医疗方面与理论方面相比是次要的。他不愿意看到医疗方法淹没科学理论。因此，较为明智的作法是进行如下的区分：弗洛伊德心理学就是指他的心理学理论体

系，而心理学则是指他的心理治疗法。在这本入门书里，我们就作了这样的区分。

医生、精神病学家、科学家、心理学家——这就是弗洛伊德。但他远不止此，他还是位哲学家。从他在1896年写给朋友的信中可以看到这一点，“作为一个年青人，我对哲学知识的渴求胜过其他一切；而现在，我既然已从医学转到心理学，因而得以实现研究哲学的宿愿。”

十九世纪的科学家们为哲学所吸引是毫不奇怪的。事实上，对他们中许多人来说，科学就是哲学。哲学不正是“爱知识”的意思吗？<sup>①</sup>难道还有别的什么方式能比作为一个科学家更能表明自己对于知识的热爱吗？这就是歌德对每一个德国知识分子所说的话中的真正含义。在十九世纪德国的意识和偶像中，歌德的声音最富有影响力。弗洛伊德不可能不受歌德的影响。事实上，他正是在一次公开讲演上听入大声朗读了歌德激动人心的短文“论自然”（On Nature）后，才决定献身科学的。

弗洛伊德对哲学的兴趣与职业哲学家和学院哲学家的兴趣不同。他的哲学是社会性的和人道主义的。形式上，他的学说是在构筑某种人生哲学。德国人对此有个专门字眼“weltanschauung”，意思是“世界观”（world-view）。弗洛伊德坚持的是以科学为基础的人生哲学，而不是以形而上学或宗教为基础的人生哲学。他认为值得接受的人生哲学必须建筑在对人性的真正认识之上，而这种认识只能靠科学的调查研究获得。

弗洛伊德认为心理学不是为了发展一种新的世界观，而只是需要将科学的世界观扩展到对人的研究。他的人生哲学可以概括为一句话：“源于科学的知识”。

弗洛伊德对入性的精深认识，使他对人既悲观又苛刻。他对

---

① 哲学一词来自希腊文“φιλέω”（爱）和“σοφία”（智慧），意思是热爱知识智慧。

大多数人的评价不好。他认为人性中的非理性力量太强，理性力量几乎没有机会占上风。少数人也许能过一种理智的生活，但大多数人不是靠真理生活，他们依赖幻觉和迷信过得更舒服。弗洛伊德曾经目睹过许多病人是怎样竭尽全力地维护他们的幻觉，以致他很难相信人们的逻辑推理和理性的力量。人们拒不正视关于自己的真理，这种悲观见解在他题为《一个幻觉的未来》(*The Future of an Illusion*)一书中，发展到顶点，尽管这本书不过是表达了他在许多著述中潜在的情绪。

弗洛伊德也是一位社会批判家。他相信，由人形成的社会充分反映了人的非理性。结果，每个新的一代都因为出生在一个非理性的社会中而给败坏了。人影响社会，社会又影响人，这样就形成一个恶性循环，只有少数具有坚强意志的人才能超脱出来。

弗洛伊德认为，这种情形可以通过将心理学原理运用到对儿童的哺养和教育中得到改善。当然，这就意味父母和教师首先得接受心理学的再教育，才能成为理智和真理的有效传播者。弗洛伊德并没有缩小这个任务的艰巨性，但他认为没有其他更好的途径能够塑造一个较好的社会和人类。弗洛伊德对社会的批判主要见于他的《文明及其不满》(*Civilization and Its Discontents*)一书中。

那么，弗洛伊德究竟是什么人呢？医生、精神病学家、心理分析学家、心理学家、哲学家和批判家——这些都是他的本职。的确，不论是分开来看还是合起来看，这些头衔仍然不能真正显示弗洛伊德对于这个世界的重要性。虽然“天才”一词已不加选择地用在很多人头上，但是对于弗洛伊德，我们不可能找出更恰当的称号。他是一位天才。人们也许跟我一样，愿意将他看成是历史上寥寥可数的几个人之一，他们拥有无所不能的头脑，像莎士比亚、歌德、达芬奇等。弗洛伊德博学睿智，在其所涉猎的每一领域，他都取得了辉煌的成就。

## 第二章 人格的组织结构

弗洛伊德认为整个人格由三大系统组成,它们是伊特、自我和超我。在一个精神健全的人身上,这三大系统形成一个统一和和谐的组织结构。它们的密切配合使人能够有效而满意地进行与外界环境的交往,以满足人的基本需要和欲望。反之,当人格的三个系统相互冲突时,人就会处于失调状态。他既不满意自己,也不满意世界,活动效率也随之降低。

### 一、伊特<sup>①</sup>

机体内部和外部的刺激使机体产生高度的兴奋(能量释放或紧张状态),伊特的唯一机能就是直接消除机体的兴奋状态。伊特的这种机能履行了生命的第一原则。弗洛伊德称之为“快乐原则”(the pleasure principle)。快乐原则的目的是消除人的紧张,或者在不可能完全消除的情况下(事实上常常如此),把紧张降低到一定的水平,并且使之尽可能稳定在低水平上。紧张是一种痛苦的或不舒服的体验,而紧张的消除则使人感到愉快和满足。因此,快乐原则的目的也可以说是避苦趋乐。

一切生物都具有这样一种普遍倾向,即力图排除内部和外部的干扰而保持自身的稳定。快乐原则便是这种普遍倾向的例证。

伊特的最初形式是一种“反射装置”(reflex apparatus),它通过运动通道立即解除任何传递到伊特的感觉兴奋。当一束非常

<sup>①</sup> id, 源于拉丁文,本意是“它”;作为心理学术语,常音译为“伊特”“伊德”,也可意译为“本我”。

强烈的光线照射在眼睛的视网膜上时，眼睑立即闭合，挡住光线。结果，光线引起的神经兴奋由此得到解除，机体也恢复安定。机体具有许多这样的反射装置，正如它们的本身含义所示，反射的目的就是自动释放因刺激感官而产生的能量。运动释放能量的典型结果就是使刺激消除。例如，打喷嚏通常是驱除对鼻内感觉神经层产生了刺激的东西，流泪则是为了冲出进入眼睛的异物。刺激可来自机体内部也可以来自外界。一个内部刺激的例子就是，当膀胱内的压力达到一定的强度时，膀胱的“瓣膜”（valve）就会张开。膀胱通过张开的瓣膜排空尿后，因压力产生的兴奋（紧张）也就随之消除。

假如机体内部产生的一切紧张都可以靠反射活动来消除的话，那么在原始反射装置之上的任何心理方面的发展就完全没有必要了。然而事实并非如此，许多紧张产生后，并没有相应的反射性缓解。举例来说，婴儿的胃因饥饿产生收缩时，收缩本身并不能产生食物；相反，却产生烦躁和哭喊。若是不给婴儿喂食，胃收缩的强度会不断地增加，直至过度疲乏而消失。当然，到一定时候婴儿也就会被饿死。

饥饿的婴儿不具有能够满足食欲的必要反射，要是没有人给他食物，他就会饿死。当适合婴儿的食物送到他的口边时，吮吸、吞咽和消化等反射就会自动发生，饥饿产生的紧张也随即终止。

假如婴儿每当感到饥饿时就立即有人来喂他，假如体内所有其他的兴奋都可以靠父母无微不至的照料和天生的反射而得以立即缓解，就根本不会有其他任何心理方面的发展了。然而，尽管父母心疼孩子，他们多半不会提前满足婴儿的需要。事实上，由于使用时间表，由于有严格的训练和纪律，父母既制造紧张又消除紧张，婴儿不可避免地要体验到某种程度的挫折和不快，这类体验刺激了伊特的发展。

伊特因受挫而产生的新的发展,叫作“原发过程”<sup>①</sup> (the primary process)。为了理解这一心理过程的本质,有必要先讨论一下人的心理潜力。人的心理机构有一个“感觉端”(a sensory end) 和一个“运动端”(a motor end)。感觉端由专门接受刺激的感官构成,运动端由专管行为和动作的肌肉构成。要进行反射活动,只须具备感官、肌肉和中介神经系统即可,这个系统以神经脉冲的方式传递从感觉端到运动端的信息。

除感觉系统和运动系统外,每个人还有一个“知觉系统”(a perceptual system) 和一个“记忆系统”(a memory system)。知觉系统接受来自感官的刺激,并且在心中形成一幅图画,即“表象”(representation),显示出感官中的对象。这些心中的画面在记忆系统中被保存下来,成为“记忆痕迹”(memory traces)。当记忆痕迹被激活时,一个人就可以得到他最初看见过的事物的“记忆意象”(a memory image)。凭借记忆意象,过去的经历就可以呈现在眼前。“知觉”(perception) 就是事物在心中的表象,而记忆意象则是保存在心中的知觉表象。当我们注视现实世界中的某物时,就形成知觉;当我们回想起曾经看见过的某物时,就形成记忆意象。

现在让我们回到饥饿的婴儿上来。在过去,只要他饿了,最终会有人来喂他。喂食时,婴儿看、尝、闻和触摸食物,并且将这些知觉储存在记忆系统中。经过不断重复,食物就跟“减轻紧张”(tension reduction) 联系起来。于是,只要婴儿没有立即得到食物,饥饿紧张就会产生与之相联的食物的记忆意象。因此,伊特中存在着能够减轻饥饿紧张的事物的意象。这种产生为减轻紧张所必需的事物的记忆意象的心理过程,就叫作原发过程。

---

① 也可译作“初级过程”。

原发过程就是通过形成弗洛伊德所说的“知觉的同一”(an identity of perception)来消除紧张。所谓知觉的同一,弗洛伊德的意思是伊特把记忆意象看成是与知觉同一的。对于伊特来说,回忆起食物就跟吃食物完全一样。换句话说,伊特不能把我们关于对象的“主观”(subjective)记忆意象和我们关于对象的“客观”(objective)知觉区分开来。一个人们熟悉的原发过程的例子是,干渴难熬的旅行者常产生看见了水的幻觉。原发过程的另一例子是夜间做梦。梦是一系列连续的意象,通常具有清晰可见历历在目的特点,其作用是通过复活过去的事或物来减轻紧张,这些事物都以某种方式与欲望的满足发生联系。饥肠辘辘的人梦见食物或与吃东西相关的事,而性欲勃发的人则梦见性方面的活动,或者有关的事情。形成能减轻紧张的事物的意象,叫作“愿望满足”(wish-fulfillment)。弗洛伊德确信,所有的梦都是愿望满足或企图达到愿望的满足。我们总是梦见自己欲求的东西。

显然,饥饿的人不可能凭借食物的意象做出一顿美餐,干渴的人也不可能依靠意象中的水解渴。弗洛伊德认为,一个进入梦乡的人如果梦见他所希求的东西和事情,就可以使他沉睡不醒。甚至在觉醒的时候,原发过程也并非完全无用,因为一个人应该首先明白他所需要的是什么东西,即有一个意象,然后才去寻找。一个饥饿的人如果在心中已具有食物的表象,那么在满足食欲上,他与一个不知道自己究竟在寻找什么的人相比,就处于更有利的地位。假如没有原发过程,一个人就只能靠漫无目标地反复尝试和摸索,即只能靠“试误行为”(trial-and-error behavior)来满足其需要。由于原发过程自身并不能有效地减轻紧张,“继发过程”<sup>①</sup>(the secondary process)就发展起来。但因为继发心理过程属

---

① 也可译作“第二过程”。



于自我,我们将在下一节讨论。

弗洛伊德对伊特还有一些论述。伊特是“心理能”(psychic energy)的基本源泉,也是“本能”(instincts)的中心所在。

(关于能和本能的讨论,请看第三章“人格的动力状态”。)伊特与身体及其活动过程之间的联系,远远超过它与外界的联系。与自我和超我相比,伊特缺乏组织性。它的能量处于动态,随时可能释放出来,或者从一个目标转移到另一个目标上。伊特并不因时间的推移而改变,也不因以往的经验而削弱,因为伊特与外部世界不发生联系。但是,它可以受自我的控制和调节。

伊特不受理智和逻辑的法则约束,也不具有任何价值、伦理和道德的因素。它只受一种愿望的支配,这就是遵循快乐原则,满足本能的需要。任何伊特的活动过程只可能有两种情形。不是在行动和愿望满足中把能量释放出来,就是屈服于自我的影响,这时能量就处于约束状态,而不是被立即释放出来。

弗洛伊德说伊特是真正的“心理实在”(psychic reality),他的意思是,伊特是最原始的主观实在,是在个体获得外界经验之前就存在的内部世界。人不仅具有先天的本能和反射机能,机体的紧张状态使人产生的意象也可能是与生俱来的。这就意味着一个饥饿的婴儿并不必须事先学会将食物与饥饿联系起来就能形成食物的意象。弗洛伊德相信,以高频率和高强度反复出现的经验在连续几代的多数人中发生后,就可以在伊特中永久地存积下来。在一个人的一生中,伊特又产生新的存积,这就是“压抑机制”(the mechanism of repression)的结果。(关于压抑的讨论,请看第四章“人格的发展”。)

伊特是古老而又长存的,从种族遗传史的角度看是如此,从个人的一生看也是如此。伊特是建立人格的基础,它终生保持着幼儿时期的特点。它不能容忍紧张状态,希望立即得到满足。它不

断地提出要求；它易于冲动、非理性、孤僻、自私、偏爱快乐。它是人格中宠坏了的孩子。它无所不能，因为它有神奇的力量，即能依靠想象、幻想、幻觉和梦来满足自己的愿望。有人说它象浩瀚的大海，因为它无所不包。它不承认自身以外的一切。伊特是主观的实在世界，它的唯一机能就是躲避痛苦，寻求欢乐。

弗洛伊德承认，伊特是人格中模糊而不可及的部分，对它少得可怜的一点知识也是通过研究梦和神经病症状得到的。不过，只要当一个人有冲动的行为时，我们就可以看到伊特在起作用。例如，一个人出于冲动将石块扔进窗户，或惹是生非、或强奸妇女，这时他就处于伊特的奴役之中。同样，一个人若老是沉溺于白日作梦和构造空中楼阁，那么他也就是在伊特的支配之下。伊特从不思索，它只是愿望和行动。

## 二、自我

伊特解除紧张的两活动过程，即冲动性行为 and 形成意象（愿望满足），还不足以达到生存和繁殖这一重大的进化目的。反射和愿望并不能给饥饿的人提供食物，也不能给有性欲冲动的人提供一位伴侣。实际上，冲动行为可能由于招引外界的惩罚而导致紧张（痛苦）的程度增加。人必须寻找食物、情侣以及生活所需要的其他东西，除非人有一个永久性的保姆，就象幼儿时期一样。为了成功地履行这些使命，人就不能不考虑外界的现实（环境），不是靠适应它就是靠支配它来从中获取所需要的东西。这种人与外界之间的“交往”（transaction）要求形成一个新的心理系统，即自我。

在一个调节良好的人身上，自我是人格的“行政机构”（the executive）。它控制和统辖着伊特与超我，并且为了整个人格的利

益与外部世界进行贸易往来,满足人格长远的需要。当自我精明地履行职责时,和谐协调就居主导地位。倘若自我对伊特、超我或外界作过度的退让和屈从,不和谐与不协调就势不可免。

自我遵循的原则是“现实原则”(the reality principle),而不是快乐原则。现实即存在。现实原则的目的就是推迟能量的释放,直到真正能满足需要的对象被发现或产生出为止。举例来说,儿童必需懂得肚子饿的时候,不能把什么东西都往嘴里塞。他必须学会识别食物,要待到发现了可食的东西时才张口。否则,他将自讨苦吃。

推迟行动就是说自我能忍受紧张,直到紧张被恰到好处的好处的方式解除为止。设立现实原则并不是要废弃快乐原则,只是迫于现实而暂缓实行快乐原则。现实原则最终还是引向快乐,尽管一个人在寻求现实时,不得不忍受一些不快。

弗洛伊德所说的“继发过程”就是为现实原则服务的,这一心理活动过程是在伊特的原发心理过程之上的发展。为了理解继发过程是什么意思,有必要看看原发过程是在哪一点上满足个体需要的。原发过程仅仅使人达到这样一步,就是使他能够对可以满足需要的事物产生一个图象。第二步就是要找到或者制造出该物,换句话说,使其存在。这一步就得依靠继发过程来实现。继发过程包括根据行动计划去发现或制造现实对象,这计划是通过思想和理智(认识)发展而来的。继发过程正是通常所说的思考问题和解决问题。

当一个人将计划付诸行动以便看它是否有效时,他就是在进行“现实检验”(reality testing)。如果检验表明计划无效,也就是说,如果欲求的对象不能被找到或制造出,新的行动计划就会制订出来并付诸检验。这种过程一直要持续到正确的解决方法(现实对象)被找到为止,紧张也就同时因适当的行动得以解除。以

饥饿为例,适当的行动就是吞吃食物。

继发过程可以完成原发过程所办不到的事,这就是,它能够把主观的心理世界同客观的现实世界区分开来。继发过程不会象原发过程那样错误地将事物的意象当作这事物的本身。

现实原则的形成,继发过程的作用,以及外界在个人生活中开始发挥的重要影响,这一切刺激了知觉、记忆、思维和行动等心理过程的发展,并使之不断完善。

知觉系统的发展使辨别能力更为敏锐,因而使人能够非常准确地观察外部世界。这时,知觉系统学会了迅速地扫描外界,学会了如何从杂乱无章的外界刺激中只是选择出与解决特定问题有关的东西。除了通过感官得到信息外,思维还利用储存在记忆系统中的信息。由于信号系统——语言的发展,记忆得到了很大的改善。人的判断力也变得敏捷起来,很容易就能断然判定某物究竟是真是假,是存在还是不存在。人的运动系统也发生了一系列重要的改变。人学会了更熟练地控制自己的肌肉,完成各种更复杂的动作。总之,这些心理机能的适应性变化使人的行为举止能够更明智有效,能够为了更大地满足和快乐而控制自己的冲动和征服外界。可以认为,自我是心理过程的一种复杂的组织机构,是一个活动在人与外部世界之间的媒介。

自我的主要活动是满足人的现实需要,但除此之外,它还有一种与伊特的原发过程相类似的机能,即产生幻觉和白日做梦。这一机能活动不需要经过现实检验,它附属于快乐原则。然而,这一自我过程不同于原发过程,因为它能区分幻觉与现实,而原发过程则不能做到这点。自我产生的幻觉被认为是赏心悦目的想象。虽然这种幻觉不会被当作现实,但是能使自我在严肃认真的工作之余得到休息。

自我在很大程度上是与外部环境相互作用的产物,但它们发

展趋势却为遗传所决定,并为自然生长进程(发育成长)所左右。也就是说,每一个人都有先天的思维和推理的潜在能力。这些潜在能力的实现取决于经验、训练和教育。例如,一切正规教育的主要目的就是教人怎样才能更有效地思维。有效的思维就是指能够达到真理,而真理的定义就是存在。

### 三、超我

超我是人格的第三个主要机构,是人格中专管道德的司法部门。它提出的与其说是真理,不如说是理想。它为至善至美而奋斗,不为现实或快乐操心。超我是人的道德律,他发源于自我,是儿童受父母的是非观念和善恶标准“同化”(assimilation)的结果。由于儿童吸收了父母的道德标准,因而父母的道德准则也就成为儿童自己内心世界的道德准则。这种把父母的道德权威内在化的作法,使得儿童能够按照父母的愿望来控制自己的行为,以争取他们的赞扬,避免他们的不快。换言之,儿童不仅要学会服从现实原则以避苦趋乐,而且要学会使自己的行为符合父母的道德要求。在一个较长的时期内,儿童依赖父母生活,这就有利于他们形成自己的超我。

超我由两个次级系统组成,“自我理想”(ego-ideal)和“良心”(conscience)。自我理想与儿童心目中父母的道德观念相吻合。当儿童的行为符合父母的美德标准时,父母就予以奖励。以这种方式,他们把自己的标准传给了孩子。例如,一个孩子若是不断因为整洁受到奖励的话,整洁就很容易成为他的理想之一。另一方面,良心则与儿童心目中父母的丑恶概念相一致,这些概念通过惩罚在儿童的心灵中扎下根来。假若一个孩子常常因肮脏受到惩罚的话,他就会把肮脏看成是件坏事。自我理想和良心就象是

同一枚道德钱币上的两个不同侧面。

父母借以控制儿童的超我形成的奖励和惩罚是些什么呢？主要分物质生理性的和精神心理性的两种。物质生理性的奖励是儿童欲求的对象，如食物、玩具、母亲、父亲、抚爱和糖果等。物质生理性惩罚是对儿童进行体罚，如打屁股和耳光，或者是剥夺儿童想要的东西。精神奖励主要是父母用语言或表情来表示的赞赏，赞赏就意味着爱。同理，精神惩罚主要就是撤回对儿童的爱，其表达方式既可能是以言语训斥，也可能是作出一副难看的脸色。当然，物质生理性奖惩也可以表示爱和撤回爱。当儿童被打时，他不仅尝到了皮肉之苦，而且还感觉遭到了抛弃，即丧失了爱。然而，父母之所以能靠给予或收回爱对儿童产生威力，首先还在于这跟能否满足基本需要相关。孩子希望妈妈的爱，因为他知道一旦妈妈不爱自己，就意味着得不到食物，紧张的痛苦也要延长。同样，孩子尽量避免招致父亲的不满，因为他知道父亲不满时可能揍他从而造成痛苦。归根结底，无论是什么原因带来的奖惩，都不过是减轻或增强内心紧张的条件。

为了使儿童的超我能象父母那样控制住儿童，有必要使超我具有强制实行其道德准则的力量。跟父母一样，超我也依靠奖惩来强迫儿童履行其道德准则。这些奖惩都是针对自我的，因为自我控制着人的行为，它必须为任何道德的或不道德的行为负责。如果行为符合超我的伦理标准，自我就受到奖励。不过，自我并不一定要让一个实实在在的行为发生后，才受到超我的奖惩。自我可能仅仅因为想到要干某事而受到奖励或惩罚。在超我看来，一个念头跟一个行为之间毫无区别。就这一点而言，超我与伊特相似，它也不能区分主观与客观。这就说明为什么一个生活严谨道德高尚的人，仍然会时常感到良心上的不安。自我因为不好的想法而受到超我的惩罚，尽管这些想法可能永远不会变成行动。

超我可能具有的奖惩方法又是什么呢？同样，它们既可能是物质生理性的，也可能是精神心理性的。在实施中，超我可能对一个人循规蹈矩的人说：“你洁身自好已经有很长一段时间了，现在你可以让自己尽情地享乐一番。”这可能是一顿美餐，一次长时间的休息，或者是性欲的满足。这就如同休假总是艰苦工作后的报偿一样。

对于违反道德的人，超我可能说：“你已经变坏，现在你得承受一些痛苦作为惩罚。”这不幸可能是一次肠胃不适，受伤，或者丧失一件有价值的东西。这是弗洛伊德对人格复杂微妙的作用的深刻剖析，它揭示出人们身体不舒服，出事故和丢失东西的一个重要原因。一切不幸中，或多或少都有因作错事而自我惩罚的成份。例如，一个青年男子与一位少女发生关系后不久，他的汽车就被撞坏了。当然，人们通常并不知道内疚与事故之间的联系。

超我的精神奖惩就是使人感到骄傲自豪和感到内疚自卑。当自我的行为和思想符合道德时，它就感到骄傲欣喜；当自我屈服于诱惑时，则感到羞愧难言，无地自容。骄傲自豪等于自爱，内疚自卑则等于自恨。它们分别是父母的慈爱和厌弃在儿童内心的再现。

父母把传统的价值观念和社会理想传授给儿童，超我就是这些观念和理想在儿童人格中的重现。应该注意，在这种传递联系中，儿童的超我与其说反映了父母的行为举止，不如说反映了他们的超我。一个成人说的和做的可能是两码事，但是，形成儿童伦理标准的東西正是他所讲的。他总是用威胁或物质奖励来促使儿童接受他灌输的东西。除父母外，其他社会因素也对儿童的超我形成起作用。教师、牧师、警察——事实上任何对儿童有权威的人——都可能产生与父母一样的作用。不过，儿童对这些权威的反应如何，主要取决于他最初从父母那儿吸收了什么东西。

超我服从的目的是什么呢？它的目的主要是控制和引导本能的冲动，如果这些冲动不加控制地发泄出来，就可能危及社会的安定。这些冲动包括性欲和攻击欲。一个孩子若不安分守己、不服管教或对性方面感到好奇，就被看成是道德败坏。一个成人若在性生活上乱七八糟或者因仇视社会和破坏成性而触犯法律，就被认为是邪恶堕落。由于超我是出于内心对目无法纪和无政府主义的行为进行约束，所以它能使人变成一个遵纪守法的社会成员。

如果把伊特看作是生长进化的产物，是生理遗传的心理表现，如果把自我看作是与客观现实相互作用的结果，是较高级精神活动过程的领域，那么超我就可以说是社会化的产物，是文化传统的运载工具。

读者应该记住，这三个系统之间并没有明确的界线。不同的名字并不意味它们是截然划分的实体。伊特、自我和超我这三个名称本身并不能真正说明什么。这不过是一种简捷的方法，以指示出人格整体中的不同过程、功能、机制和动力而已。

伊特中产生出自我，自我中又产生出超我。它们在整个生命过程中始终处于相互作用和相互溶合的状态。这种相互作用和相互溶合，以及相互对立，构成了下一章的主要内容。

## 参 考 书 目

- FREUD, SIGMUND (1900) : *The Interpretation of Dreams* [S. 弗洛伊德：《释梦》]，Chapter 7. London: The Hogarth Press, 1953.
- FREUD, SIGMUND (1911) : "Formulations Regarding the Two Principles in Mental Functioning." In *Collected Papers*, Vol. IV, pp. 13-21 [S. 弗洛伊德：“心理机能的两大原则详释”，《弗洛伊德文集》第四卷第13页—21页]。London: The Hogarth Press, 1946.
- FREUD, SIGMUND (1923) : *The Ego and the Id*. [S. 弗洛伊德：《自我与伊特》] London: The Hogarth Press, 1947.



- FREUD, SIGMUND(1925): "A Note upon the 'Mystic Writing Pad'."  
In *Collected Papers*, Vol. V, pp.175-180 [S. 弗洛伊德:“论‘神秘的拍纸簿’”,《弗洛伊德文集》第五卷 第 175—180 页]。London: The Hogarth Press, 1950.
- FREUD, SIGMUND (1925) : "Negation" . In *Collected Papers*,  
Vol. V, pp.181-185 [S. 弗洛伊德:“抗拒力”,《弗洛伊德文集》第五卷第181—185页]。London: The Hogarth Press, 1950.
- FREUD, SIGMUND (1933) : *New Introductory Lectures on Psychoanalysis* [S. 弗洛伊德:《心理分析新引论》], Chapter 3. New York: W. W. Norton & Co. Inc., 1933.
- FREUD, SIGMUND (1938) : *An Outline of Psychoanalysis* [S. 弗洛伊德:《心理分析概要》], Chapter 1. New York: W. W. Norton & Company, Inc., 1949.

## 第三章 人格的动力状态

我们在前一章讲述了人格的结构，以及人格中三大系统，即伊特、自我和超我的主要过程和功能。这一章的目的是要说明这三个系统是怎样活动的，是怎样彼此之间以及同环境之间相互作用的。

### 一、心理能

人体是一个复杂的能量系统，它从食物中获取能量，同时又为了种种目的而消耗能量，如：循环、呼吸、消化、神经传导、肌肉活动、感知、记忆和思维等。没有理由使人相信，驱动人体的能跟驱动宇宙的能有什么本质区别。能有多种形式——机械能、热能、电能、化学能等——并且可以从一种形式转化成另一种形式。操纵人格三大系统的能叫做心理能，这个概念并不具有任何神秘论、活力论或超自然的色彩。它跟其他形式的能一样做功，或者说具有做功的能力。心理能做心理功——如思维、感知和记忆等——正如机械能做机械功一样。

人体能可以转换成心理能，同时心理能也可以转换成人体能。这种转换经常都在发生。如先思（心理能）而后行（肌肉能）。又如，我们受到一阵声波的刺激（机械能），于是听见（心理能）有人说话。不过，这些转换究竟是怎样发生的，至今还是个谜。

### 二、本能

一切用于人格做功的能，都来自本能。本能被定义为决定心

理过程的方向的先天状态。举例来说,性本能决定了感知、记忆和思维等心理过程的方向是性欲的满足。本能像一条河,沿着特定的河道奔流。

任何本能都有其“根源”(source)、“目的”(aim)、“对象”(object)、和“动量”(impetus)。本能的主要根源是人体的需要或冲动。一种需要或冲动就是人体的某个组织或器官的兴奋过程,这一过程将储存在体内的能量释放出来。例如,饥饿的生理状态用能量激活了饥饿本能。这种本能的能量就规定了感知、记忆和思维等心理过程的目标和方向。一个人寻找食物时,总是努力回忆以前发现食物的地点,并制定获取食物的行动计划。

本能的最终目的是消除人体的需要状态。例如,饥饿本能的目的是消除饥饿的生理状态。当这一目的达到后,人体的能量就停止释放,饥饿本能也随之消失,同时人在生理和心理上也恢复静止状态。换种说法,任何本能的目的就是消除该本能的根源。

除了恢复静止这一最终目的外,弗洛伊德指出本能还有其他从属的目的,这些目的的实现必须先于最终目的。饥饿解除前,必须先找到食物并送进口。找到和吞吃食物从属于消除饥饿这一最终目的。弗洛伊德把本能的最终目的称为“内在目的”(internal aim),把从属目的称为“外在目的”(external aim)。

本能被认为是“保守的”(conservative),因为它的目的是让人回复到受兴奋过程干扰之前的静止状态。本能的活动路线总是从紧张状态过渡到松弛状态。在某些情况下,特别引人注目的是性冲动的满足,紧张总是在不断加强后才得到解除。这并不说明本能的一般原理无效,因为性冲动的终级目的仍然是让兴奋得到放松,不管在最后解除以前紧张会加强到何等程度。事实上,人们都学会怎样使紧张逐步加强,因为突然大幅度解除紧张是一件非常愉快的事。

换句话说,本能总是极力向早期状态“倒退”(regression)。本能这种从兴奋到平静的反复循环倾向,叫作“强迫性重复活动”(repetition compulsion)。日常生活中有不少这样的强迫性重复活动。例如,觉醒与睡眠之间具有周期性和定时性的轮换交替;一日三餐;性欲满足后又产生新的性欲,等等。

总之,本能的目的是具有保守性、倒退性和重复性这三个特点。

本能的对象就是指本能为达到目的所利用的对象或所采取的手段。饥饿本能的对象就是吞吃食物,性欲本能的对象就是性结合,而攻击本能的对象就是拼搏。在本能中,最容易产生变化的就是其对象或手段,因为本能可以利用许多不同对象和采取多种行动来达到目的。本能为达到减轻紧张这一目的而精心炮制出各种手段,这就构成了人格发展的主要途径之一。关于这一点,我们将在第四章“人格的发展”中看到。

本能的动量是指本能所具有的力或强度,其大小由本能拥有的心理能的多少来决定。饥饿越甚,对心理过程所产生的冲动也就越强。一个人非常饥饿时,他的整个心思都集中在食物上,完全不考虑别的事情。一个人堕入情网时,也是如此。

本能的中心是伊特。由于本能构成了全部心理能,所以伊特可说是心理能的储藏库。为了形成自我和超我,能量不断地从库中汲出。至于是怎样汲取的,就构成了下一节的中心论题。

### 三、心理能量的分布和配置

#### 1. 伊特

伊特的能量是用来使人的本能得到满足,而本能的满足是通过反射活动和愿望满足这两种方式实现的。在反射活动中,如吞吃食物,排空膀胱,性乐高潮等,能量通过机体运动被自动释放掉。

在愿望满足中，能量被用于形成本能欲求的事物的意像。这两种心理过程的目的都是通过消耗本能的能量来解除需要状态，从而使  
人回复到平静。

投入能量以形成某个事物的意像，或者消耗能量以针对能满足本能的事物发出动作，这两种能量消耗的方式被称之为能量的“对象选择”(object-choice)或“对象性发泄”(object-cathexis)。<sup>①</sup>伊特的全部能量都消耗在这种对象性发泄作用上。

伊特投入在对象选择上的能量并不固定专一，就是说，能量可能轻易从一个对象转移到另一个对象上，这被称为“移置”(displacement)。假如一时得不到食物，饥饿的婴儿可能把木塞或手指头放进嘴里。对婴儿来说，在他学会区分事物之前，食物、木塞和手指都是一样的。只要事物之间有某种特殊的具体的相似之处，彼此就被认为是相同的。像一瓶奶和一块木塞这两个迥然不同的事物之所以被婴儿感知为同一的，是因为它们都可以被手抓住送进口里。伊特的能量很容易移置，因为伊特不能很好地区分事物。

伊特将不同的事物看成是彼此等同的这种倾向，产生了一种曲解性思维，叫做“臆断性思维”(predicate thinking)。例如，在一个人的心目中，一棵树可能跟男性生殖器等同，因为它们都具有向外突出的物理特征。在这种情况下，这个人就在进行臆断性思维。这种思维方式在梦中特别常见，这就是梦具有象征性的原因。骑马或犁田可能象征性交，因为它们都具有相似的动作。臆断性思维在觉醒时的日常生活中也很常见，这种思维使人不能很好地区分事物而引起大量的思维混乱。种族偏见就常常源于臆断性思

---

<sup>①</sup> cathexis, 源于希腊文Kathaxis, 意思是“捉住, 把握住”。作为心理学术语, 意思是将一定量的心理能集中投入、贯注或发泄在某个对象、事物或想法上, 所以这一术语可以译为“能量投入”、“能量贯注”或“能量发泄”等。本书均译作“发泄”和“能量发泄”。

维。黑人的皮肤是黑色的,而黑色常与邪恶和肮脏联系在一起,于是黑人也就被认为是又坏又脏。同样,人们认为红发人的脾气暴烈,因为红色是一种强烈而刺人的颜色。

当本能能量的流动方向被自我或超我过程阻断时,本能就竭力想冲破阻力,使自己在幻想或行动中释放出来。如果冲破成功,自我的理性活动过程就遭到破坏。一个人在说话、书写、交谈、感知、记忆等活动中犯错误,或者发生事故,都是因为与现实丧失了联系而变得糊涂起来。由于冲动性愿望的侵入,他解决问题和认清现实的能力都遭到了削弱。我们都知道,当一个人饥饿时,情欲冲动时或怒火中烧时,要想全神贯注于自己的工作是多么困难。如果伊特没有成功地找到直接发泄本能能量的途径,自我和超我就接过了能量,以便为自我和超我这两个系统的活动提供动力。

## 2. 自我

自我没有自己的能量。的确可以说,只有当伊特的能量改道注入构成自我的潜在的心理过程时,自我才真正存在。当新的过程被赋予能量后,自我才作为一个独立的系统开始了漫长而又复杂的发展过程。这些新的活动过程是识别、记忆、判断、推理等,它们在这之前只是先天潜在的倾向,存在于人格之中。

自我的这些潜力开始被激活的起点是“求同”(identification)机制。<sup>①</sup>为了理解这一机制的本质,有必要回头再 看看已经讲过的内容。我们已知道,伊特不能区分主观意像和客观现实。当伊

---

<sup>①</sup> identification: 来自动词identify,意思是“使等同,使一致”。identification在本书中主要有以下几层含义: 1)在自我的心理过程中,人在心中形成与外界事物相等同一致的意像或观念; 2)人们模仿其他的人,特别是孩子模仿父母,以求等同一致于模仿的对象; 3)人们竭力使自己的思想行为符合于其他人或社会提出的要求、标准和价值等。因此,这一术语在本书中均译为“求同机制”和“求同作用”。该术语通常被译作“自居作用”,近来也有人译作“仿同作用”、“模拟作用”等,但这些译法都只能表达第二层含义。

特的能量发泄于一事物的意像时，即当能量被投入到形成一事物的表象的心理过程中时，就如同将能量发泄于这事物本身一样。对伊特来说，作为意像的事物和作为外界现实的事物是完全同一的，而不是截然分开的两个实体。

伊特在解脱紧张上的失败使新的发展方向应运而生，从而奠定了自我形成的基础。这时候，事物的意像和事物本身不再被看成是同一的，二者开始被区分开来。这一区分的结果就是使伊特的纯粹主观世界变成了两个不同世界：主观的内部世界（精神）和客观的外部世界（环境）。如果一个人想要做到恰到好处的自我调节和控制，他就得面临这样一个任务：让两个世界彼此协调起来，使内心世界与客观现实相吻合。

举例来说，饥饿的人有了一个食物的记忆意像时，他就得在周围环境中找出一个与这记忆意像相当的实物。如果记忆意像很清晰，所发现的东西就会是食物。如果记忆意像并不是食物的清晰表象，它就不得经过修正，直到变清晰为止。否则，饥饿的人就会被饿死。人们一度都相信地球是平的，但是哥伦布和其他探险家证明地球不是平的，而是圆的。这样，原有的观念遂得到修正。一切科学知识的进步，都使人们心目中的世界表象能够越来越准确地描绘出世界的真实面貌。

把外部世界的内容在心中忠实准确地复制出来，这便是继发过程的任务。当一个事物的观念与该事物相吻合时，我们就说这一观念与该事物相一致。思想观念与现实之间的一致性必须相当接近和相当准确，只有这样，我们预先拟定的行动计划才能真正保证自己达到目标。

伊特无视现实，甚至对此毫无概念，而自我却能使人的内心世界与现实世界相吻合。由于自我的这种求同机制，原来由伊特投放在形成事物意像中的能量被转移了出来，运用于准确地在人心

中复制出现实世界的真实面貌。这时，逻辑思维取代了愿望满足。能量从伊特向认识活动过程的转移标志着自我在发展进程中迈出了第一步。

值得注意的是，没有主观世界（精神）与客观世界（物质）的区分，人格中的这种新的适应性变化也就无从产生。伊特不能进行这种区分，因此，伊特不可能拥有求同机制。在伊特中，意像和事物的“同一性”（identity）可以看成是原始的等同一致性。不过，最好还是用同一性来表述伊特中的情形；而用等同一致性表述自我中的情形，即精神内容和外部现实之间的区分已经得到了清楚的认识，同时，二者又是相互等同一致的。

由于在满足需要上受到挫折以及进一步学习，人得以把精神世界和现实的物质世界区分开来。正如我们前面说过，伊特仅靠反射活动和愿望满足不可能达到生活的需要。因此，一个人要想活下去的话，就不得不学会区分意像和现实。毫无疑问，人具有区分内心状态和外界现实的先天倾向性，但是这种倾向性必须依靠经验和训练才能发展起来。从很小的时候起，婴儿就开始学习区别外部世界和内心世界。而且，通过经验和教育，他进一步学会使内心存在与精神之外的真实存在相吻合。换言之，他学会使两个世界相互等同一致。

举个例子就可以把“同一性”和“等同一致性”这两个术语的不同之处清楚地揭示出来。当一个人梦见一头猛狮在追逐自己时，一般说来，他会感到似乎真有其事。在梦中，意像并不与它们所表现的真实事物相区分，二者是同一的。因此，作梦的人会体验到一种与真实情况下相同的情感。与此相似，产生幻觉的人并不把幻觉与现实相区分开。另一方面，一个觉醒的人在看电视或读书时，他决不会认为电视和文字就等同于它们所表现的真实对象。他明白，这些不过是现实的表象。他可能认为电视节目或书



中内容与现实是一致的，但他很少会自欺欺人地将它们看成是现实本身。

由于自我使事物的主观表象与外界的客观事物相等同一致，原来由伊特投入到客观事物的心理能现在便运用到主观表象上。这种新的能量发泄被称为“自我的能量发泄”(ego-cathexes)，以区别于伊特的本能性“对象选择”。由于求同机制，能量就可以用于发展现实性思维（继发过程），取代幻想性的愿望满足（原发过程）。这样，原来属于伊特的能量便转移到了自我之中。这种能量的重新分配是人格发展进程中的重大事件，它为这一发展提供了新的动力。

由于自我的理智功能是如此成功地满足了本能，越来越多的能量从伊特的能量贮藏库中汲出，注入到自我中。在力量强度上，自我盈则伊特亏。但是，如果自我不能满足伊特的要求，自我的能量发泄作用就会回复到本能的对象性发泄作用，早期的愿望满足就会重新登上统治地位。睡梦就是这种情形，因为自我在睡眠中不能有效地起作用，于是原发心理过程被激发，并且制造出幻想来。就是在觉醒的生活中，当人的自我无法直接产生结果时，原发过程也可能再次活跃起来。这种情形就是“我向思维”<sup>①</sup>或“愿望性思维”(autistic or wishful thinking)。

当人们十分渴望某事物是真的时，他们常常自欺欺人地以为它果然是真的。我们都知道，偏见和欲望是多么容易左右我们的思路，就连非常客观的科学家也必须时刻警惕，不要让自己在理论上的倾向性影响自己的观察和推理。这就是科学家为了确信他第一次所见的的确是真实的，总要为自己的实验和观察安排恰当的对照标准，总要再三重复的原因。愿望性思维不时给我们设下陷

---

<sup>①</sup> autistic, 是autism的形容词, 源于希腊文autos, 意思是“自己”。在心理学中, “我向思维”表示沉溺于所愿望的想像性活动。

阱。

在正常情况下,自我能充分垄断贮存的心理能。当自我从伊特那里取走足够的能量时,它可以将能量用于除满足本能之外的其他目的。能量可以用来发展心理活动过程,如感知、注意、学习、记忆、判断、区别、推理和想像等。由于自我对能量的控制,所有这些心理过程变得日益精密有效。一个人学得越多,世界就越具有新的意义。知识的增长赋予他有利的地位,使世界屈从于他的意图。由于能量从伊特的非理性心理过程转移到自我的理性心理过程,人对自然的控制能力与日俱增,不仅从个人的发育成长上看是如此,从整个人类的发展和文化的进步上看也是如此。

自我必须把部分能量用于抑制或延缓企图靠运动系统外泄出来的兴奋。延缓的目的是让自我能在行动之前制定出一个现实的计划。当能量用于阻止能量的最终释放时,这些起阻止作用的力就叫作“反能量发泄”(anti-cathexes)。反能量发泄作用就是与能量发泄作用相对立的一定量的能。自我的反能量发泄作用直接与伊特的能量发泄作用相对立,因为后者迫切要求立即消除紧张。自我与伊特之间的界线可以比作是两个国家间的分界,其中一国总是企图侵犯另一国。受侵略威胁的国家筑起防御工事(自我的反能量发泄),以抵御侵略者(伊特的能量发泄)。当反能量发泄作用失去了阵地时,伊特的对象性发泄作用就会压倒自我而产生冲动性行为。这就是一个通常有自制力的人大发雷霆时的情形。

自我的能量也可以用于形成新的对象性发泄作用。这些对象并不能直接满足机体的需要,尽管它们与能够满足需要的对象有种种联系。例如,饥饿本能在达到自己的目的时,可能寻求各种不同的途径,这就可能导致人产生许多并不能满足饥饿的行为。收集不同寻常的食谱和烹调书籍,搜寻精致的瓷器和银餐具,安装

电器炊具,发现供应外国佳肴的餐馆,阅读或谈论有关食品的文章或问题,以及其他各种各样偏重食品或与食品相关的兴趣嗜好,占据了許多人的能量,虽然其中没有一种爱好能真正单独减轻饥饿。

自我之所以拥有足够的能量用于非本能的目的,是因为自我的工作极富成效,它能在满足了生活基本需要之外,还剩余一部分能量。自我用于满足人体需要的能量越节约,它就有越多的能量用在消遣性活动上。那些被称为自我的兴趣嗜好是如何产生的,将在下一章讨论。

最后,自我的能量还用来“综合”(synthesis)或“整合”(integration)人格的三大系统。综合的目的就是建立人的内心和谐以保证人能够与外界进行顺利的交往。当自我恰如其份地发挥其综合作用时,伊特、自我和超我融合为一个统一的组织良好的整体。我们将在以后的几章里更多地讨论自我的综合作用。

在伊特中,能量流动不居;与此相反,自我的能量具有较大的稳定性和约束性。约束能量是指把能量全部投入到心理活动中,而不消耗在冲动性行为或愿望满足上。自我约束能量的手段是将能量引入心理活动过程中,将能量投入反能量发泄作用上,形成自我的种种兴趣嗜好,并将能量用在综合作用上。随着自我的发展,它把越来越多的能量投入到这些机能活动中。

### 3. 超我

由于畏惧惩罚,渴求奖励,儿童极力让自己与父母的道德观念相一致。这种仿效父母的“求同作用”<sup>①</sup>导致了超我的形成。与自我对现实的相一致不同,作为超我基础的求同作用,就是把父母

---

<sup>①</sup> identification:当这一术语用来表述儿童仿效父母时,常译为“自居作用”,意思是以理想化的人(特别是父母)自居。

理想化和万能化。父母拥有巨大的权限奖惩儿童,因此,超我也拥有奖惩权力。超我的自我理想和良心分别掌管奖与罚。

良心的“禁止作用”(prohibitions)就是抑制作用或反能量发泄作用,即阻止本能的能量直接在冲动性行为和愿望满足中释放出来或间接地在自我机制中释放出来。也就是说,良心与伊特和自我相对立,并且竭力中止行使快乐原则和现实原则。一个有坚定良心的人时刻提防着不道德的冲动,他把大量的能量都消耗在抵御伊特上,因此不能有足够的能量做出有用的令人满意的功。结果,他变得寡言少动,过着约束压抑的生活。

良心的反能量发泄作用与自我的不同。自我的阻力所服从的目的是要推迟最后的行动,以便制定出一个使人满意的计划。而良心的禁止作用则企图取消任何行动的念头。良心对本能的命令是“不准”,自我的命令却是“等一等”。

自我理想的奋斗目标至善至美,其能量均投入到对理想的能量发泄作用上。这些理想都是父母的道德价值观念在儿童心中的内在模本。表现了至善主义的对象性选择。如果一个人把大量的能量约束在自我理想中,他就是一个品质高尚的理想主义者。他的选择和兴趣为道德价值所决定,而不受现实价值的支配。他关心的主要是善恶,而不是真假。对这种人来说,美德重于真理。

当自我与自我理想的伦理性对象选择相一致时,自我就体验到骄傲和自豪。骄傲自豪是自我理想对自我的道德行为的奖励。这种心情与儿童受到父母表扬时的心情相类似。另一方面,当自我与那些被超我认为是毫无价值的事物形成一致或对之作出选择时,超我就会惩罚自我,使其感到羞愧和内疚。这跟儿童因顽皮捣蛋受到父母的惩罚一样。

骄傲是“继发性自恋”(secondary narcissism)的一种形式。自我因行善而爱自己。“善者自乐”,同样,恶者自罚。

这样，我们已经看到能量是怎样通过求同机制从伊特被引入自我，然后又进入超我。自我和超我可以利用能量促成或阻碍伊特对快乐（解脱紧张）的追求，以及对痛苦（增强紧张）的躲避。我们也看到自我是怎样同伊特联合起来以满足本能的。超我却似乎因为仇视那些偏爱快乐的不道德的本能，而总是与伊特相对立。然而，事实并非总是如此。伊特为了达到满足本能的目的，也可能操纵超我。也就是说，超我可以作为伊特的代理者来处理与外界和自我的关系。例如，在一个道德高尚的人身上，其超我在对待自我时，可能变得太具挑衅性，使自我感到自己一无是处、丑恶无比。这样想的人往往摧残自己的肉体，甚至自杀。这样一来，这种自我伤害行为满足了伊特的“攻击性冲动”（aggressive impulses）。

一个品质高尚的人，其超我也可能靠攻击那些被认为是不道德的人而使伊特得到满足。残忍披上义愤的伪装并非少见，有时甚至规模庞大。回顾一下宗教法庭的暴行吧，看看女巫是怎样被活活烧死的吧，想想纳粹的血腥大屠杀吧！表面上，这些虐待狂是受了最强烈的道德狂热的驱使；实际上，他们表现出的不过是伊特的原始力量。在这种情况下，超我可以说是受到了伊特的腐蚀。

伊特与超我还有一共同之处。它们的作用都是非理性的，都要歪曲和篡改现实。更恰当地说，伊特和超我都要歪曲自我符合现实的思想。超我强迫自我不是按照事物的本来面目认识它们，而是按照自己主观认为它们应该是什么样去认识。伊特则强迫自我把世界看成如自己所希望的模样。人在这两种情况下，继发心理过程、现实检验和现实原则都被非理性力量引入了歧途。

总结这一节关于心理能在人格中的分布和配置时，应该记住，人格可以获得的能量是一定的，不多也不少。这就是说如果自我得到了能量，那么伊特或超我——或二者同时——就得失去能量。

人格中某一系统获得能量后,就意味着其他系统已丧失了能量。一个人有坚强的自我,其伊特和超我就势必虚弱。

人格的动力状态是由能量在整个人格中的不同分布决定的,而一个人的行为则取决于他所具有的动力状态。如果大部分能量被超我控制,他的行为就很有道德;如果大部分能量为自我所支配,他的行为就显得很实际;如果能量还停留在伊特——心理能的根源处,他的行为就具有冲动性。一个人的本质和行为毫无例外地取决于能量在其人格中的分布状况。

#### 四、能量发泄和反能量发泄

弗洛伊德有一次写道, 心理分析学的主要特点是“动力学思想,即把精神生活还原为‘冲动力和阻力’(urging and checking forces) 之间的正反相互作用。”冲动力就是能量发泄作用,阻力就是反能量发泄作用。

我们已经知道,伊特只有能量发泄作用,而自我和超我则同时具有能量发泄作用和反能量发泄作用。事实上,自我和超我的产生就在于有必要阻止伊特的轻率行为。不过,自我和超我的心理活动过程虽然是制止伊特,但是它们也都具有自己的“内驱力”(driving forces)。

我们也可以把反能量发泄看作是“内部挫折”(internal frustration)。阻力使紧张的解除受挫。这种挫折应该与另一种挫折,即“外部挫折”(external frustration)区别开。在外部挫折中,不能达到目的原因是人自身力所不能及。一个人可能需要食物,但如果他周围根本没有食物,或者如果他无法得到食物,就只得继续挨饿。外部挫折是物质的匮乏或被剥夺。内部挫折则是内心的抑制。一个人想干某事时,如果有一个外在的障碍阻止他,

这是外部挫折；如果是自我或超我阻拦他，就是内部挫折。

弗洛伊德指出，内部挫折（反能量发泄）只有在外部挫折为它铺平道路后才出现。这就是说，一个人只有经历过物质的匮乏或被剥夺后，才可能在内心发展出一种控制自己的能力。以超我为例，儿童只有得到机会与父母的道德训戒取得一致后，才能发展出自我约束。儿童必须通过惩罚懂得什么是坏的，这样，他才可能对自己的行为建立起内心控制。

冲动力和阻力这两个概念使我们明白思想念头和行为举止的真正原因。一般地说，如果冲动力大于阻力，行动就会产生，或者某个观念就会进入意识。如果反能量发泄作用超过能量发泄作用，行动和思想就会受到压抑。不过，尽管有时没有出现反能量发泄，但是心理过程如果被注入的能量太少，意识和行动也可能不发生。

例如，一个人回忆某事时，他可能因为注入记忆痕迹的能量太少而无法回想起来。记忆痕迹可能因为最初印象不深而没有被注入多少能量，或者记忆痕迹的能量因为新记忆的形成而被吸走了。由于一个人的心理能量有限，学习新东西常常就意味着旧东西不得不被遗忘。要投入新的能量时，就不得不从已经形成的能量发泄那里借用能量。结果，原有记忆中的能量发泄就遭到削弱，而能量被加在记忆中的新的能量发泄作用上。

有些记忆痕迹在一开始便只具有很少的能量，有些则是在后来将其能量转让给了其他的记忆痕迹。这两种情形就被称之为遗忘。但是，它们可以靠经验的重复而在记忆中得到恢复。一个人忘记了电话号码时，他可以通过查阅电话号码簿而重新对记忆痕迹注入能量。这叫作刷新记忆。

另一方面，一个人也可能无法回忆某事，因为对记忆痕迹的能量发泄作用受到了阻力或者说反能量发泄作用的抵抗。这类记忆与其说是被忘却，不如说是被压抑。

被压抑的记忆可以通过削弱反能量发泄作用或增强能量发泄作用而重新进入记忆。但是,要做到任何一点都非易事。通常,一个人越是努力想冲破压抑,阻力就变得越强。这就得采用专门方法来削弱阻力,如催眠术和自由联想法。睡眠时,阻力往往变得薄弱,因此我们常常能在梦中回想起觉醒时被压抑的事情。

为什么有的记忆会受到压抑呢?主要有两个原因:这些记忆本身是痛苦的经验,或者与痛苦的经验有关。例如,一个人可能忘掉某人的姓名,因为他跟那人有过不愉快的冲突,或者那人的姓名能勾起他对痛苦经验的回忆。在任何一种情况下,反能量发泄都能起到使人免受痛苦和焦虑的作用。所有这些都说明了为什么人们很容易忘记与牙科医生的预约,却很难忘掉去跳舞的约会。

由于不断重复,人们越来越意识到自己的人格中存在着冲动力和阻力相互对抗的这一事实。一个典型的例子是,排尿的冲动常常因考虑到时间地点的不适宜而受阻。另一个大家熟悉的例子是,一个人惹事生非的冲动常常受到他自己的社会情感的抑制。有时候,我们想说某件事,可一时又想不起来,这就表明压抑在起作用;在这种时候,你越是努力去回想这事,就越是想不起来。如果把注意力放在别的事上去,阻力就可能被削弱,受压抑的记忆就会随即进入意识。还有不少的例子可以说明冲动力和阻力之间的对抗。有时,一个人可能意识到这种力的对抗的存在。有时,他只是体验到紧张,而对其力量对抗的实质却全然不知。

能量发泄作用和反能量发泄作用的对抗,叫作“内部冲突”或者“内心冲突”(inner or endopsychic conflict)。内心冲突存在于人格中。这类冲突应该与人和外界环境之间的冲突区分开。内心冲突多得不计其数,因为能量发泄和反能量发泄之间的对抗有多少,内心冲突就有多少。所有的内心冲突可分为两大类:伊特-自我冲突和自我-超我冲突,不存在伊特-超我冲突,因为



伊特与超我之间的对抗总免不了要卷入自我。这就是说,伊特和超我发生冲突是因为它们都想利用自我为各自的目的服务。另外,如果超我联合伊特对抗自我,或者超我加入自我的阵营对抗伊特,一场简单的伊特-自我冲突就可能变得复杂起来。一切冲突都脱离不开自我,在人与外界环境的冲突中也必然有自我加入。由于冲突的结果对人格的发展有决定性意义,所以我们将下一章再次讨论这个问题。

实际上,人格的任何心理过程都无不受到能量发泄和反能量发泄相互作用的影响。有时候,二者间的平衡处于相当微妙的状态,哪怕是很少一点力量从前者转移到后者,都会造成行动与不行动的天壤之别。当一个人的手指头按在手枪的扳机上时,其能量发泄作用的微小增加,或者反能量发泄作用的微小减弱,都可能造成他开枪,从而导致另一个人被杀害,以及他作为凶手被审判,最后被绞死的严重后果。人格的内驱力和约束力之间常常处于力量的微妙平衡状态,这就使人很难准确预言一个人在任一给定的环境中究竟会干出什么事情来。正如一粒火星可能导致一场灾难性的大火,能量发泄强度的一次不可觉察的增加也可能在一个人的生涯中或者在社会中引起一系列影响深远的连锁事件。由于不能预言人的行为,心理学就无法成为一门精确科学。弗洛伊德正是怀着这种想法写出了下面的话:

只要我们从事件的发展过程的最后阶段往回追溯,就能发现一条连续相继的锁链。于是我们以为已经得到了十分满意的,甚至是详尽无遗的彻底认识。但是,只要我们掉过头来,通过分析找出这一发展过程的开端,再循着开端去追踪出最后的结果,那么我们就不会再有这样的印象,即认为这些事件发生的顺序是不可逆转的、必然的。我们立即就注意到,另一

结果也完全是可能的,而且,也同样可以对它作出充分理解和圆满解释。因此,综合不及分析那么令人满意,换言之,我们无法根据已知的前提预言会有什么样的结果。

要解释这一令人沮丧的情形是很容易的。即使我们已经透彻认识了使某一特定结果得以产生的全部因素,我们仍然只是知道了这些因素的性质是什么,而无从了解它们之间的力量对比。其中有些因素十分微弱,它们已被其他因素所压倒,因而对最后的结果起不到什么作用。但是,我们永远不能预先知道究竟哪些因素是弱者,而哪些又是强者。我们只能事后聪明地说那些成功地发挥了作用的就必定是强者。所以,通过分析而确切地指出因果关系总是可能的,而依靠综合预言因果关系则是不可能的。<sup>①</sup>

弗洛伊德的意见是,由于兴奋力和抑制力之间相对强度的细微差别,由于这种相对强度的任何一点微弱改变都可能造成重大后果,所以心理学不可能成为一门预测性科学。不过,心理学可以在一定意义上成为一门“事后分析科学”(a postdictive science),即根据一个给定的结果,它可以寻根溯源,挖掘出产生这一结果的诸种原因。

我们在下一章将回到能量发泄作用和反能量发泄作用的问题上,讨论它们对人格的发展所起的作用,同时也将考察能量发泄作用是怎样通过发现另一出路而避开阻力的。

## 五、意识和无意识

在早期心理分析学中,弗洛伊德理论的中心概念是“无意识”

---

<sup>①</sup> 见“一个女同性恋的心理发生机制”《弗洛伊德文集》第二卷(伦敦版1933年),第226—227页。——原注

(unconscious)。在他晚期形成的理论体系中,大约开始于1920年,无意识的地位从精神中最大而且最重要的区域降低为一种精神现象的性质。早期被划为无意识的很大部分变成了伊特,而意识和无意识之间的结构性区分则被伊特、自我和超我三大组织结构所取代。

虽然我们的目的不是从心理学史的角度出发来追溯弗洛伊德心理学的发展过程,但是可以指出,在心理分析学不再那么强调无意识的同时,“意识心理”(conscious mind)在心理学中的重要性也相应减弱。十九世纪心理学忙于分析意识心理时,心理分析学则致力于探索无意识心理。弗洛伊德认为,意识不过是人的整个心理中的一小部分,这就如同一座漂浮的冰山,意识只是水面以上的部分,而水面以下的大部分则是无意识。

心理学家反驳弗洛伊德说,“无意识心理”(unconscious mind)这个术语本身就是自相矛盾的;根据定义,心理就是意识。这场争论没有取得最后的结论,因为心理学和心理分析学在二十世纪都改变了它们的研究对象。心理学变成了关于行为的科学,心理分析学则成为研究人格的科学。目前,越来越多的迹象表明这两门科学正在日趋靠拢,以构成一门统一的科学。

从我们今天所处的有利地位上看,弗洛伊德在1890年至1920年三十余年努力想达到的是,发现那些在人格中起决定作用然而不为观察者所直接知道的力。当时,无意识心理在他的心理学体系中占据着至高无上的地位。正如物理和化学凭借实验证明法揭示未知的物质本质,在弗洛伊德看来,心理学就应该揭示出人格中那些未知的因素。这似乎就是弗洛伊德下面这句话的意思,“我们的心理学研究在于将无意识过程翻译为意识过程,从而填补我们在意识知觉中的空白。”<sup>①</sup>弗洛伊德只承认这样一个众所周知

<sup>①</sup> 见“心理分析学基础知识”《弗洛伊德文集》(伦敦,1950年版)第382页。  
——原注

的事实,即一切科学的目的都是用知识去取代无知。例如,一个人不能直接意识到消化过程的发生,但生理学却可以告诉他关于整个消化机制的知识。尽管这种知识并不能使人在消化时感知到(直接意识到)他自己的消化过程,却可以使他知道(懂得)消化发生的道理。同理,一个人不能意识到无意识心理过程,但心理学能告诉他有关意识以下的这部分心理活动的知识。

举例来说,一个人出了事故,虽然他通常并不能意识到这事故可能显示了他的自我伤害欲,然而这一点是如此确凿,它已在一系列的研究中被揭示出来。又如,当一个人疯狂地渴求食物和酒时,虽然一般地说,他不能意识到这种变态的渴求可能是由于爱情受到挫折的缘故,然而这也常常是事实。甚至,一个人即使已经知道事故层出不穷的原因可能与内疚自责有关,酗酒可能与爱情受挫有关,他大概也不会直接意识到存在于自己身上的这种关系。

弗洛伊德确信,心理学要想当之无愧地成为一门科学,就必须发现人的行为背后的未知原因。这就是他在早年的心理分析研究中如此注重对无意识的原因和动机进行探讨的原因。对弗洛伊德来说,凡是无意识的,就是未知的。

1920年后,意识和无意识在心理分析学理论中仅仅保留为两种精神现象。一心理内容是否属于意识,取决于投入其中的能量多少和阻力的大小。一个人感到痛苦或愉快,是因为痛苦或愉快的能量超过了一定值的能量发泄作用,这一定的值就叫作“阈限值”(threshold value)。同样,一个人感知到外界的某物,是因为他投入感知过程的能量超过了阈限值。甚至当能量发泄作用超过了阈限时,感情和知觉仍可能不具备意识性质,因为反能量发泄的抑制作用防止它成为意识。

例如,大家已经知道,有些人视而不见并不是因为他们的视觉机制出了什么毛病,而是因为他们不愿看。这就是说,抑制力(反

能量发泄) 有效地阻止了视觉的能量发泄。他们之所以不愿意看,是因为所目睹的东西可能引起他们的巨大痛苦。他们确实是害怕看,就像有些人在看电影时闭上眼睛,不敢目睹那些特别恐怖的局面。

知觉和感情是人们当时当地的直接经验,而记忆和观念则是过去经验的心理重现。为了使观念和记忆变成意识,有必要将它们同语言联系起来。一个人如果在思考回忆时不运用他所见所闻的语言文字,他就不可能思考和回忆。因此,人们不可能回想起语言能力开始发展之前的幼儿经验。尽管早期经验无法被回想起来,但是这些经验对人格的发展却可能具有决定性的意义。

弗洛伊德区分了两种不同的无意识,即“前意识”(preconscious)和“无意识主体”(unconscious proper)。前意识中的观念和记忆很容易变成意识,因为阻力较弱。无意识中的思想记忆要成为意识就困难得多,因为抵抗力量很强。事实上,存在着各种不同级别的无意识。处于最末端的无意识记忆永远不能成为意识,因为它们没有同语言相联系;而处于顶端的无意识记忆则属于那类一时想不起来但又随时可能冲口而出的东西。

因为一个心理过程需要集中比较多的能量,以便能具备意识的性质,所以不得不从别的心理过程中引导出能量。这就是说,在同一时刻我们只能意识到一件事。不过,能量可以在不同的观念、记忆、知觉和感情之间迅速移动,使我们能够在短时间里得到内容广泛的意识。一个人可以想到或回忆起许多事情,就在于心理能具有可以重新分布的流动性。知觉系统就像一个雷达装置,能在迅速扫描世界时拍摄大量的照片。当知觉系统发现一需要的对象时,或者意识到外界中一潜在的危险时,它就把注意力集中在这一对象或危险上。这时,观念和记忆从前意识中被唤出,帮助人调整自己以适应所面临的新情况。一旦危机过去,需要满足,精神注意

力遂转向其他事物。

## 六、本能的种类

我们在本章前面的第二节“本能”中已经看到,本能是一定量的心理能,它决定了各种心理过程的方向;而且,本能有其根源、目的、对象和动量。人到底有多少种本能?人体有多少种需要,就有多少种本能,因为一种本能就是一种人体需要在心理上的表现。弗洛伊德说,像有多少种本能这样的问题应该由生物学研究来确定。

弗洛伊德认为,各种本能归根结底可以分为两类:为生命服务的本能和为死亡服务的本能。“死亡本能”(death instincts)的终极目的就是回复到恒定不变的无机物。他推测,在地球的进化过程中,当宇宙间各种力量作用于无机物并使之变成生物时,死亡本能也同时在生物中形成。这些生物大概只能生存很短的时间,然后就回复(倒退)到先前的无机物状态。生命的本质就是因外界刺激而产生的“扰动状态”(disturbed state)。扰动一旦平息,生命的火花也随之消失。由于生命的产生具有这些条件,向无机状态“倒退”(regression)就成了有机物的目的。

随着世界不断的进化,新形式的能产生了可以持续较长时间的扰动状态,故生命期得到了增加。最后,生物终于获得了繁殖能力。从此,生命的产生开始独立于外界的刺激。虽然生殖本能保证了生命的延续性,但是,死亡本能的存在就意味着任何生物个体都不能长生不死。生物的最终命运总是回复到无机物。弗洛伊德相信,生命不过是绕道走向死亡。

死亡本能是在暗中起作用。我们对死亡本能几乎一无所知,只知道它们最终注定要完成其使命。然而,由死亡本能派生的其他

本能却不是暗中行事，其中最重要的有破坏本能和攻击本能，关于这些派生本能的讨论可以在第四章“人格的发展”里看到。这里只需要说明，本能的派生本能也是一种内驱力，它和派生出它的本能都具有相同的根源和目的，但是二者达到目的的手段不同。换句话说，本能的派生本能是一种替代性的对象性发泄。

人们对“生命本能”（life instincts）的认识较多，因为它们的作用更公开。生命本能是人体需要的心理再现，要生存和繁殖就必须满足人体需要。生命本能中，性本能受到了最认真的研究，它被认为在心理学的人格理论中具有重大意义。性本能在人体的不同区域中有各自的根源，它们被称为“性感区”（erogenous zones）。主要的性感区有口唇、肛门和生殖器。弗洛伊德认为，性感区可能是身体中因化学物质（荷尔蒙）的作用而敏感化的部分，这些化学物质由性腺分泌而来。在个人的生命过程中，各种性本能一个接一个地独自出现；但是在青春期（性成熟期），各种性本能却为了生育繁衍而综合地起作用。性本能与其他生命本能之间也相互作用。口腔是吞咽食物的大门，而在适当的刺激下，也是身体中能诱发性欲快乐的部分。肛门是排出废物的器官，在某些方式的刺激下，也能产生快乐。性本能的主要派生本能就是爱。在下一章里，我们将进一步讨论性本能及其派生本能。

生命本能的能量形式是“里比多”（libido），但是弗洛伊德没有对死亡本能的能量形式命名。在他早期著述中，弗洛伊德用里比多表示“性能”（sexual energy）；但在改写动机理论后，里比多就被定义为一切生命本能的能量。

生命本能和死亡本能以及它们的派生本能可相互融合、抵消或替换。本能融合的一个例子就是睡眠，因为睡眠既是减轻紧张状态（部分地回复到无机物状态），又是生命过程恢复元气的时候。吞吃东西表现了生命本能和破坏本能的融合，而后者是死亡

本能的派生。生命靠吞吃食物维持,可同时,食物因被撕咬、咀嚼和吞咽而遭破坏。爱是性本能的派生本能,常常与恨相抵销,而恨则是死亡本能的派生。爱与恨也可能相互替换,这时就出现爱生恨,恨生爱的情形。

本能存在于伊特中,但是,本能通过引导自我和超我的心理过程而得以表现出来。自我是生命本能的主要“代理者”(agent),它以两种方式服务于生命本能。自我形成的最初目的就是为了满足人体生存的需要,它通过学会与外界环境进行现实的交往而达到这一目的。另外,自我还把死亡本能转变成生命目的服务的形式,而不是为死亡目的服务。例如,伊特中原初的死亡欲求,在自我中就转变成针对外界敌人的攻击本能。凭借攻击行为,一个人保护自己不受敌人的伤害和消灭。攻击本能还帮助他克服各种阻挠满足基本需要的障碍。

然而,当一个人富于攻击性时,他常常碰到来自权威力量和敌人的反攻。为了免受惩罚,他学会与反攻击者保持一致。这就是说,他变得与那些促使自己仇视其他人的冲动相敌对。换言之,他发展出超我,而超我与外界权威一样,其作用是控制自身的冲动。

超我在使外在权威内在化的作用中,对自我采取了攻击态度,只要自我打算敌对或反抗外界权威的话。这些事件发生的程序如下:(1)儿童对父亲表现出攻击性,(2)父亲以惩罚回击儿童,(3)儿童与惩罚自己的父亲趋一致,(4)父亲的权威在儿童身上内在化而变成超我,(5)当自我违背超我的道德准则时,超我就惩罚自我。在极端的形式中,超我力图摧毁自我。当这种情况发生时,一个人就可能感到羞愧万状而不得不自杀。

因为自我是生命的代理者,超我就竭力摧毁自我,所以超我与伊特原初的死亡愿望具有相同的目的。这就是超我被称作是死亡



本能的代理者的原因。

## 七、焦虑

焦虑是心理分析理论中最重要的概念之一，它在人格的发展中和人格活动作用的动力状态中都起着重要的作用。此外，它是弗洛伊德关于神经官能症和精神病以及其治疗的理论核心。这里的讨论将局限于焦虑在正常人格的功能中所起的作用。

焦虑是一种痛苦的情绪体验，由人体内部器官的兴奋所产生。这些兴奋是内部或外部刺激的结果，并且受“自主神经系统”（autonomic nervous system）的支配。例如，当一个人遇到危险时，就会心跳加快、呼吸急促、口舌干燥、手心出汗等。

焦虑与其他痛苦状态（如紧张、疼痛、悲哀等）不同，因为焦虑具有一种特殊的意识性质。究竟是什么决定了焦虑的这种意识性质，尚不可知。弗洛伊德认为，焦虑可能是人的内脏器官处于某种兴奋状态时所呈现的一种特殊性质。无论如何，人在焦虑时都能意识到自己处于焦虑状态。每个人都可以在主观中将焦虑同痛苦、抑郁、悲哀和紧张等体验区别开来，后面这些体验都是由于饥饿、干渴、性欲和其他各种生理需要产生的。顺便地说，没有无意识的焦虑，就如没有无意识的疼痛一样。一个人可能不知道自己焦虑的原因，但他不可能不知道自己的焦虑情绪，不能体验到的焦虑根本不存在。

焦虑与恐惧情绪同义。弗洛伊德宁用焦虑而不用“恐惧”（fear），因为恐惧这个词常常使人想到是害怕外部世界中的什么东西。他认识到，一个人既可能恐惧自己内心中的危险，也可能恐惧外部世界里的危险。他将焦虑分为三类：“现实性或客观性焦虑”（reality or objective anxiety），“神经性焦虑”（neurotic

anxiety) 和“道德性焦虑”(moral anxiety)。

这三类焦虑并不是它们自身在性质上有什么不同，它们都只有一种性质，即不快。它们之间的不同仅仅在于其产生的根源。在现实性焦虑中，其危险根源存在于外界。如人们害怕毒蛇、持枪者或失去控制的汽车。神经性焦虑中，威胁来自伊特的本能性对象选择。人们害怕自己被不可遏止的冲动所支配，而干出结果将证明对自己是有害的事情来，或者产生出这样的念头。在道德性焦虑中，威胁的根源是超我系统中的良心。人们害怕因为自己的行为或思想不符合自我理想的标准而受到良心的惩罚。简而言之，自我体验到的三类焦虑是：对外界事物的恐惧，对伊特的恐惧，以及对超我的恐惧。

区分开三种类型的焦虑，并不等于说一个体验到焦虑的人就能意识到其焦虑的真正根源之所在。他可能以为自己是害怕外界中的某种事物，而实际上他的恐惧却产生于冲动性危险或超我的威胁。例如，一个害怕摸刀的人可能以为自己是恐惧尖刀所固有的危险；而事实上，真正使他恐惧的是，一旦他利刃在手，就可能变得富有攻击性，甚至伤害他人。又如，一个害怕站在高处的人，可能以为这是由于高处本身所具有的客观危险性所致；其实，他真正的恐惧是，他的良心可能抓住他身临高处的时机，为惩罚他的罪过，致使他从高处摔下而粉身碎骨。一种焦虑状态可能有不止一个根源，它可能是神经性焦虑和客观性焦虑的混合，或者是道德性焦虑和客观性焦虑的混合，或者是神经性焦虑和道德性焦虑的混合。它也可能是所有三种焦虑的混合状态。

焦虑的唯一功能是向自我发出危险信号。当这种信号出现在意识中时，自我就能采取措施以对付危险。尽管焦虑是种痛苦，而且，大概任何人都希望消除焦虑，但是它起着必不可少的作用，即提醒人们警惕已经存在的内部和外部的危险。由于受到警告，人

们可以密切注视甚至避开危险。另一方面,如果无法躲避危险,焦虑就可能不断积累起来,以致最后彻底把人压垮。这时,我们将其称为“精神崩溃”(nervous breakdown)。

### 1. 现实性焦虑

现实性焦虑是一种痛苦的情绪体验,产生于对外界危险的知觉。危险是指对人可能产生伤害的外界状态。知觉到危险并产生焦虑,在某种意义上这可以说是先天的,因为人通过遗传而获得能对某种存在的事物或外界状态产生恐惧的倾向;同时,这种能力也可以在人的后天生活中获得。举例来说,害怕黑暗可能是人先天具有,这是因为远古时期历代的人在发明人工取火之前,都曾经不断地在夜晚遇到危险。同时,对黑暗的恐惧也可能是在后天习得,因为人们在夜晚比在白天更容易经历到惊吓可怖的事情。当然,恐惧黑暗也可能是先天遗传和后天经验的共同产物。遗传可能使人对恐惧敏感,而经验则可能使这种敏感性变成现实性。

不管怎样,恐惧在婴幼儿时期更容易产生,尚未发育成熟的机体由于无能为力而无法对付外来的危险。幼小的机体常常被恐惧所压倒,因为其自我还没有发展到能够控制(约束)过度刺激的地步。那些具有压倒力量的焦虑的经验被称为是“创伤性的”(traumatic),这样的经验使人沦入无能为力的婴幼儿状态。一切创伤性经验的原型都是“出生创伤”(birth trauma)。新生婴儿受到来自世界的过度刺激的猛烈袭击,对此他毫无准备,因为产前他作为胎儿受到母体的保护。出生后的若干年里,儿童还遭遇其他许多无法对付的情形,所有这些创伤性经验构成了他整个恐惧系统发展的基础。在以后的生涯中,任何可能使他沦入无能为力的婴幼儿状态的情况,都将触发焦虑的信号。恐惧都与早期无能为力的经验有关,或者都由此派生而出。这就是为什么很有必要使儿

童避免创伤性经验的原因。

然而,我们可以而且也完全能够学会在焦虑的警报响起时,作出有效的反应。我们逃避危险,或者设法消除它。我们也获得预见危险的能力,并且能够采取一定的步骤防止危险变成创伤性经验。这种能力就在于:我们可以从微弱的忧虑情绪中意识到某种信号,这信号表明有必要未雨绸缪,否则将出现危险。根据这种刚刚萌芽的忧虑情绪,人们不断地调整自己的行为。例如,一个人驾车行驶时,他体验到一种连续不断的轻微担忧,这种担忧使他对可能的危险始终保持警惕。

当人对于危险无计可施的时候,焦虑就会上升直至使人崩溃或昏倒。恐惧使人丧命是早有所闻。我们将在下一章看到,自我还有其他途径对付焦虑。

## 2. 神经性焦虑

当人意识到自己的本能可能导致某种危险时,便会产生某种神经性焦虑。在自我的反能量发泄作用无法阻止本能的对象性发泄作用的冲动时,人便体会到恐惧之感,这就是神经性焦虑。

神经性焦虑可以表现为三种形式。一种是“游离型”(free-floating type) 忧虑,它往往产生在比较顺利的环境中。这种焦虑在神经质的人身上尤其显著,他们总是杞人忧天地担心着什么可怕的事情要发生。我们常说,这种人连自己的影子都害怕。不过我们更可以说,这种人是害怕自己的伊特。他们实际上所害怕的,是不断向自我施加压力的伊特可能控制住自我,并且使自我陷入无能为力的境地。

另一种神经性焦虑形式是强烈的非理性的恐惧,叫作“恐怖症”(phobia)。恐怖症的特点是恐惧程度完全超出了与所害怕对象的实际危险程度的比例。这种人可能对下述事物怕得要死,如

蛀虫、老鼠、高处、人群、空地、纽扣、橡胶、横跨街道、当众讲话、水、灯泡等等。这些仅仅是迄今已报道过的许许多多恐怖症中的少数几例。在这些事例中，恐惧是非理性的，因为焦虑的主要原因存在于伊特，而不是外界。恐怖症的对象代表了满足本能的诱惑，或者以某种方式与本能的对象选择相联系。每种神经性恐惧背后都有一种伊特对所害怕的事物的原始愿望。人们想要的正是所恐惧的东西，或者正是与所恐惧的对象相联系的东西，或者正是能象征所恐惧的东西。

举例来说，一位青年女性对接触橡胶制品怕得要命，她却不明白恐惧的原因，只知道自己的这种恐惧从能记忆的时候起就一直存在。通过分析揭示出下述事实：当她还是一个小女孩时，父亲买回两个气球，她和妹妹一人一个。由于一时发火，她弄炸了妹妹的气球。为此，她受到父亲的严厉惩罚。另外，她还不得不将自己的气球赔给妹妹。根据进一步分析，她曾强烈地妒忌妹妹，甚至暗地里希望妹妹死去，这样自己就成了父亲钟爱的唯一对象。炸裂妹妹的气球，显示出她对妹妹的危害性行为。随之而来的惩罚和她自己内心的“罪恶感”（guilt feelings），从此与橡胶气球联系了起来。以后只要她一接触橡胶，她便会害怕自己再萌生除掉妹妹的愿望，这就促使她不能不避开这类东西。

当欲求的然而又恐惧的对象违背了超我的理想时，恐怖症也可能因为道德性焦虑而增强。例如，一个女性可能对强奸的恐怖达到荒谬的地步，因为她事实上正渴求遭到性攻击，但她的超我却反抗这一愿望。她其实并非害怕被强奸，实际上她正渴望如此。她害怕的是自己的良心会谴责她怀有这样的邪念。换句话说，她的人格中一部分与另一部分处于对抗状态。伊特说：“我渴望这样”；超我说：“多恐怖”；自我则说：“我害怕”。这种分析能解释许多强烈的恐惧。

弗洛伊德指出,神经性焦虑的第三种形式是“恐慌”(panic)反应或近似于恐慌的反应。这些反应突如其来,而且无明显的刺激原因。我们有时能读到这样的新闻:某人突然变得极度狂暴,开枪击倒大批素不相识的人,这些人甚至与他毫无关系。事后,他也无法解释为什么要这样干。他只知道自己感到极度不安和紧张,非得在爆发前干出什么事来不可。这些恐慌性反应是“发泄行为”(discharge behavior)的典型事例,其目的是通过伊特所需要的行动来解除极度痛苦的神经性焦虑,尽管自我和超我禁止这样做。

“恐慌行为”(panic behavior)是恐慌性反应的低级形式,恐慌行为一般表现为比较温和。这种情形可以在一个人行事违反其性格和常态时看到。他可能脱口而出一句特别令人讨厌的话,或者从商店里顺手牵羊地拿走一件不太值钱的小物品,或者说人坏话。在这些事例中,可以说此人的行为是出于无意识的冲动。这些行为消除了伊特对自我的压力,从而减轻了神经性焦虑。

不用说,当冲动行为像通常那样引起外界环境的威胁性反应时,出于无意识冲动的行为将导致现实性焦虑增长。儿童反复因冲动行为受到惩罚,于是学会了控制自己的冲动。如果一个人在孩提时不能学会控制自己,长大后就会变成一个冲动性的人,而社会就得通过法律渠道以各种条文来对付他。即便如此,遵纪守法的公民也有在神经性焦虑的压力下触犯法律的。这时,他们的控制系统全面崩溃,冲动爆发成行为。虽然控制良好的人通常对自己的冲动行为和情绪爆发表示后悔,但是,爆发却能带来一种解脱感。

神经性焦虑产生在现实性焦虑的基础上,因为只有当人们认识到实现本能的需要可能招致来自外界的危险时,他们才能学会恐惧自己的本能。只要本能的发泄不导致惩罚,人们就不会恐惧

本能的对象性发泄。然而，当冲动行动像通常那样给人带来麻烦时，人们就逐渐懂得本能是多么危险。打屁股和耳光以及其他形式的惩罚向儿童表明，冲动性本能的满足导致的是痛苦和不安。儿童因冲动受罚时，就产生了神经性焦虑。

对自我来说，神经性焦虑与客观性焦虑相比是更为沉重的负担。随着年岁的增长，我们逐步发展起种种控制或回避外界威胁的方法。甚至还是儿童时，我们就能够逃避危险的事物和环境。但是，由于神经性焦虑的根源存在于人格的一个部分中，所以要对付或逃避它就困难得多。我们将在下一章里看到，人格的发展在很大程度上取决于人对外界现实的各种适应和调整，取决于在自我中各种对付神经性焦虑和道德性焦虑的机制的形成。与恐惧的对抗是心理发育过程中的决定性战斗之一，其结果对人的性格之最后形成无不打上深刻的烙印。

这一小节结束之前，读者应该注意，神经性焦虑并非仅仅为神经过敏的人才具有。正常的人也能体验神经性焦虑，不过，这种焦虑对他们生活的支配远远不及对神经过敏者的生活的支配程度。总之，神经过敏者与正常人之间的区别只是程度上的不同，二者间也没有一条明确的分界线。

### **3. 道德性焦虑**

道德性焦虑是自我对罪恶感和羞耻感的体验，其产生的原因是自我意识到了来自良心的危险。良心是父母的权威在人们心中内在化的代理者，它因人们的行为和思想违背了自我理想的至善主义的目标而以惩罚相威胁。自我理想通过父母深深地植根在人格之中。父母的惩罚使儿童在心中产生恐惧，这种原初的恐惧又导出道德性焦虑。因此，派生出道德性焦虑的恐惧是后天的、客观的。但是，如同神经性焦虑，道德性焦虑的根源存在于人格

的构造中；而且，跟神经性焦虑一样，人们无法靠回避来逃脱罪恶感。这种冲突是纯内心的（intrapsychic），这就是说是构造性冲突，不涉及人与世界之间的关系。只是当我们从产生道德性焦虑的历史过程上看时，道德性焦虑才是对父母的客观性恐惧的派生产物。

道德性焦虑与神经性焦虑之间有密切的联系，因为超我的首要敌人就是伊特之原始的对象选择。这联系产生于父母制定的清规戒律，它们主要用来阻止儿童实现其性欲冲动和攻击冲动。因此，良心就是父母的权威在儿童内心的代言人，它由一系列禁令构成，这些禁令使儿童不致于耽于声色和目无法纪。

在生活中，有这样一种具有讽刺意味的现象：道德高尚的人比道德败坏的人更经常体验到羞耻。其原因是，仅仅不好的念头就足以使有道德的人感到无地自容。一个严格约束自己的人必定会产生大量的本能诱惑性想法，因为他的本能冲动力别无其他出路。一个道德不太好的人不具有如此强烈的超我，因此，当他想到或干出什么违反道德准则的事情时，就不大可能感受到同样的良心谴责。罪恶感是理想主义者约束本能而付出的代价。

我们说过，焦虑是自我面临危险时所接到的警报。在客观性焦虑中，如果一个人漠视这种警报，他就得吃苦头，就得承受生理上的损伤和痛苦，就得饱尝物质的匮乏和被剥夺的滋味。如果留意警报，他则可能避免伤害。在神经性焦虑和道德性焦虑中，危险不在外部世界，也不是某种痛苦的生理损伤或他所害怕的物质匮乏。那么他恐惧的是什么呢？他害怕的是恐惧本身。这一点最明显的表现莫过于罪恶感，它对人来说是直接的痛苦。事实上，它可能变得简直无法忍受，以致于感到内疚的人不得不干出什么事来，以求得来自外界的惩罚，达到赎罪和解脱的目的。大家知道，有人出于内疚而犯罪，他们很容易被抓住，因为他们正希望被



抓住和受罚。与此相似，神经性焦虑的压力不断增加可能会使人丧失理智，干出非常冲动的事情来。冲动行为的后果被认为要比焦虑本身的痛苦轻松些。神经性焦虑和道德性焦虑不仅是发给自我的信号，警告即将来临的危险，而且它们本身也是危险。

## 八、小结

在这一章里，我们注意到人格是一个复杂而精密的能量系统。操纵人格运转和作用的能叫作心理能。心理能从何而来？它来自人的“生机能”(vital energy)。生机能转换成心理能，但这种转换是怎样发生的，仍不得而知。

心理能的贮藏库是伊特。伊特的能量用于满足基本的生命本能和死亡本能。凭借求同机制，能量从贮藏库中汲出，用于激活自我和超我。

配置在自我和超我中的能量主要用于两个目的，或是通过在能量发泄作用中投入能量而解除紧张，或是通过在反能量发泄作用中投入能量而阻止解除紧张。反能量发泄作用形成的根本目的是减轻焦虑和避免痛苦。一个人想些什么和干些什么，完全取决于其内驱力和阻力之间的力量对比。

归根结底，心理能在人格三大系统中的分布和转移，构成了人格的动力状态。

## 参 考 书 目

### 关于能量、本能及能量发泄

FREUD, SIGMUND (1915): "Instincts and Their Vicissitudes," In *Collected Papers*, Vol. IV, pp. 60-83 [S. 弗洛伊德: "本能及其变化", 《弗洛伊德文集》第四卷第60—83页]. London: The Hogarth Press, 1946.

- FREUD, SIGMUND(1920): *Beyond the Pleasure principle* [S. 弗洛伊德:《超越快乐原则》], London: The Hogarth Press, 1948.
- FREUD, SIGMUND(1923): *The Ego and the Id* [S. 弗洛伊德:《自我与伊特》], Chapter IV. London: The Hogarth Press, 1947.
- FREUD, SIGMUND (1924): "The Economic Problem in Masochism." In *Collected Papers*, Vol. II. pp.255-68 [S. 弗洛伊德, "色情受虐狂的经济问题" 《弗洛伊德文集》第二卷第225—263页]. London: The Hogarth Press, 1933.
- FREUD, SIGMUND (1933): *New Introductory Lectures on Psychoanalysis* [S. 弗洛伊德:《心理分析新引论》], Chapter 4. New York: W.W.Norton & Company, Inc., 1933.
- FREUD, SIGMUND(1938): *An Outline of Psychoanalysis* [S. 弗洛伊德:《心理分析概要》], Chapter 2. New York: Norton & Company, Inc., 1949.

## 关于意识与无意识

- FREUD, SIGMUND (1900): *The Interpretation of Dreams* [S. 弗洛伊德:《释梦》], Chapter 7. London: The Hogarth Press, 1953.
- FREUD, SIGMUND (1912): "A Note on the Unconscious in Psychoanalysis." In *Collected Papers*, Vol. IV. pp.22-29 [S. 弗洛伊德: "论心理分析中的无意识问题", 《弗洛伊德文集》第四卷第22—29页]. London: The Hogarth Press, 1946.
- FREUD, SIGMUND(1915): "The Unconscious." In *Collected Papers*, Vol. IV, pp.98-136 [S. 弗洛伊德: "论无意识", 《弗洛伊德文集》第四卷, 第98—136页]. London: The Hogarth Press, 1946.
- FREUD, SIGMUND(1923): *The Ego and the Id* [S. 弗洛伊德:《自我与伊特》], Chapter I. London: The Hogarth Press, 1947.
- FREUD, SIGMUND(1938), *An Outline of Psychoanalysis* [S. 弗洛伊德:《心理分析概要》], Chapter 4. New York: W. W.Norton & Company, Inc., 1949.

## 关 于 焦 虑

- FREUD, SIGMUND (1926): *Inhibitions, Symptoms and Anxiety* [S. 弗洛伊德:《抑制、症状及焦虑》], London: The Hogarth Press, 1948.
- FREUD, SIGMUND (1933), *New Introductory Lectures on Psycho-analysis* [S. 弗洛伊德:《心理分析新引论》], Chapter 4. New York, W.W.Norton & Company, Inc., 1933.

## 第四章 人格的发展

人格处于不断地变化和发展之中,这是一个显而易见的事实。在人的婴幼儿期、儿童期和青春<sup>1</sup>期,人格的发展变化尤为显著。从人格的组织结构上看,自我系统由于不断发展而日益清晰注目;从人格的动力上看,自我对能量的根源——本能的控制也不断加强。人的行为方式从简单变得日益复杂;由于人对外界事物逐渐产生出更多的兴趣爱好,其对象发泄作用也激剧增加;人的知觉、记忆和思维等心理过程也有了重大的发展。人格的各系统变得越来越密不可分、浑然一体;这就意味着能量在人格三大系统中的流动变换,以及能量在人格与外界之间的交换变得越来越容易。能量发泄作用和反能量发泄作用随着人的年龄增长而日趋稳定。人格的作用也因此变得更加顺利,更有规律性和连续性。通过不断学习,人对付挫折和焦虑的能力也有了很大提高。人格的这些变化以及其他许多改变都不外是下述五种主要情形所致:(1)生长发育;(2)外界物质的匮乏和被剥夺(外部挫折)引起的痛苦刺激;(3)内心冲突(能量发泄作用和反能量发泄作用之间的冲突)引起的痛苦刺激;(4)个人不适;(5)焦虑。

“生长发育”(maturation)<sup>①</sup>是指受到遗传控制的发展变化过程。小孩学步就是这一过程的典型例子。最初,小孩没有力量移动,但随着他的骨骼、肌肉、腱和神经系统的逐步发育,日臻完善,他要经历若干不同的渐进阶段。开始他只能抬头,最后终于发展到自己迈出了第一步。语言能力的发展也显示出类似的渐进过程,

<sup>①</sup> maturation:在这里指的是人不断发育直至成熟的整个过程,故译作“生长发育”;当这个词在别的地方表示发育的结果时,均译作“发育成熟”或“成熟”。

从婴儿的呀呀学语,发展到儿童运用有意义的语词。知觉、记忆、学习、判断和思想等的发展无不受到中枢神经系统发育过程的影响。本能,特别是性本能,也随着“神经体液系统”(neuro-humoral system)的发育健全而不断在改变。神经体液系统主要由自主神经系统和内分泌腺构成。人体的每一部分都要经历生长发育的过程,因而这一过程必然会影响到人在各方面的发展。然而,究竟哪些变化是生长发育的结果,而哪些变化又是经验学习所致,要想截然划分确实非常困难,如果不是完全不可能的话。在人格的发展过程中,生长发育和经验学习往往同时并进。

当人无法消除使他感到痛苦或不愉快的刺激时,他就遇到了挫折。换言之,挫折就是快乐原则受到阻碍而无法实施。人们可能因为在周围环境中不能找到达到目的所需要的对象而受挫,这叫作“匮乏”(privation)。或者,达到目的所需要的对象尽管存在,但是已被其他人占有或拿走,这就叫作“被剥夺”(deprivation)。匮乏与被剥夺属于外部挫折,因为这两种情形都存在于外界中。

挫折也可能产生于人的内部。在人的内心深处,可能存在一种阻力或反能量发泄作用,它使得人的本能无法得到满足。这种情形被称为“冲突”(conflict)。另外,人们可能因为缺乏必要的技能,理解力,智力或经验而无法进行恰到好处的调整顺应。这些弱点或局限存在于人的自身内部,因此被称之为“个人不适”(personal inadequacies)。最后,挫折还可能源于恐惧。人往往害怕追求自己真正欲求的东西。恐惧可能是现实性的、神经性的或道德性的,也可能是它们的交叉混合。

一个人对付、克服或顺应这些障碍的方法便形成了他的独特人格。这就是本章的中心论题。现在,我们来看看人们试图消除挫折、冲突和焦虑的主要方法是什么。这些方法是:求同作用、移置作用和升华作用、防御机制,以及通过本能之间的融合与妥协所

达到的本能转换。

## 一、求同作用

在前一章里，我们看到自我和超我的形成在于求同机制。由于要使伊特的本能性对象选择与理想和道德等同一致，自我和超我便吸走了伊特的能量。现在，我们将更充分地讨论求同作用的本质，以及它在人格发展中的作用。

在这一章里<sup>③</sup>，我们将给求同作用下这样一种定义：求同作用是指一个人把某个外界事物的特点，特别是其他某个人的特点，纳入自己的人格中。一个人如果能够成功地与另一个人形成一致，那么他一定会酷似那个人。孩子往往得像父母，其原因之一就是孩子吸取并同化了父母的各种特征。人格的形成取决于多种因素，而模仿他人的倾向无疑是其中一个十分重要的原因。

求同作用是在什么情况下产生的呢？至少有四种不同的情况。第一种情况几乎与挫折和焦虑无关。这时，求同作用完全是由于一个人的“自恋发泄作用”（narcissistic cathexis）外导于另一个人而产生的，即他把对自己的某些特点的发泄作用扩展到其他人的相同特点上。例如，一个男孩如果喜爱自己的男性特征，那么他很可能会以赞赏的目光去看待其他男子的男性特征；这并不是因为他想获得别人的特点，而是因为别人的特点与他自己的相仿。对于那些具有与我们相类似的特点的人，我们总是倾向于把自己同他们等量齐观。这一点既适用于人工所拥有的身外之物，也适用于人们自身固有的特征。一个拥有卡底拉克牌汽车的人，比较容易将自己等同于那些拥有同样型号汽车的人，而不是拥有福特牌汽车的人。这种求同作用被称为“自恋性求同作用”（narcissistic identification）。

“自恋”(narcissism)是弗洛伊德用来表示人们自爱倾向的专门术语。这一术语源于古希腊神话中的那喀索斯<sup>①</sup>，他迷恋上了自己倒映在水塘中的影子。当我们说某人有自恋倾向时，我们就是指他过分热衷于孤芳自赏。

自恋性求同作用不应当与对象选择混为一谈。一个人对某一对象作出选择，是因为他需要这个对象。而在自恋性求同作用中，他已经拥有他想要的东西；他的能量发泄只不过扩展到那些与他拥有相同东西的人身上罢了。男性之间往往彼此等同看待，因为他们具有相同的特征；而对女性，他们则产生对象发泄作用，因为他们必须依靠女性来减轻若干不同类型的紧张。

如果一个人的自恋因素太强，他便可能仅仅选择与自己相象的人来作为爱的对象，从而得到满足。这就是为什么有些人宁愿沉溺于同性恋而对异性不屑于一顾的原因之一。这也说明了为什么有的男性希望娶那些须眉气十足的女人，而有的女性则愿意嫁给那些脂粉味很浓的男子。和那喀索斯一样，人也爱自己的影像。

任何对象选择都可能在某种程度上受到自恋的影响。例如在男女之间，一般说来只有当双方存在某种相似之处时，才会产生爱情。居于同一社会阶层并有着相同兴趣爱好的人，就常常产生爱情并结为夫妻。

自恋性求同作用促成了同一团体中成员之间的紧密联系。联谊会的成员们之所以能够彼此等同看待，就因为他们至少有一个共同之处，即都是同一组织的成员。只要人们之间有共同之处，大家就可能相互看成是等同一致的。这共同之处可以是生理上或心理上的特征，可以是一种兴趣或价值观念，也可以是他们都拥有同

---

<sup>①</sup> 那喀索斯(Narcissus)：希腊神话中的美少年。他只爱自己，不爱别人。回声女神厄科向他求爱，遭到他的拒绝。爱神阿弗洛狄忒惩罚他，使他爱恋自己在水中的倒影，最后憔悴而死，死后立成水仙花。

样的东西,或都是同一俱乐部的成员,如此等等。有时也存在这种情况,两个人因为渴求同一样东西而彼此形成一致,但同时又为了占有这一共同欲求对象而相互争斗。仇敌和对手之间往往相互吸引,乍一看来,这似乎大谬不然,其实,这是无庸置疑的事实。冤家对头可能变成莫逆之交。激烈竞争可能导致密切合作。警察常常在窃贼身上窥见自己的影子,反过来,窃贼也往往不由得以警察自居。

第二种求同作用产生于挫折和焦虑。我们以一个渴望爱情的姑娘的烦恼为例。当她看到朋友们纷纷觅得佳偶时,便竭力想弄明白自己到底缺乏什么样的魅力,以致于至今仍独守空闺。于是,她决心处处模仿她的朋友,希望能借此达到女友们已经达到的目标。在这种求同作用中,受到挫折的人往往仿效成功者,力求与其取得一致,从而使自己也能获得成功。我们将这称为“目标定向性求同作用”(goal-oriented identification)。

目标定向性求同作用非常普遍,它对人格的发展有重大影响。如果一位父亲已经达到其儿子同样渴求的目标,那么这个儿子便会越来越像他的父亲。女孩也可能以同样的原因与她的母亲趋于一致,而且最后便成为她母亲的翻版。另一方面,如果父母没有追求其孩子所向往的目标,孩子便可能转向别处去寻找合适的榜样。电影如此流行的原因之一就是观众可以使自己与影片中的主人公等同一致,以便能补偿性地满足自己受挫的心愿。如果他愿意的话,他还可能选择影片中的恶棍来作为自视等同的对象。补偿性满足就是指人们在不能达到目标时,往往对那些已经达到同一目标的人趋于一致。一个人未能成名时,他可能仅仅因与名人交往而感到心满意足。

应该强调的是,目标定向性求同作用通常是模仿其他人的个别特点,而不必是整个人。男孩子可能力求自己在力量方面等同



一致于父亲,而完全不在乎父亲的读书兴趣和高尔夫球嗜好,因为他认为力量远比任何消遣活动更重要。不过,求同作用往往有扩展的倾向。这就是说,如果一个人要求自己对另一个人的某些特点保持一致时,他很可能对后者的其他特点也要采取相同态度,即所谓爱屋及乌。再有,我们常常很难精确指出,在一个人身上究竟是哪些特点使他获得了成功,因此,我们对别人更容易产生全面的而不是部分的求同作用。

当一个人丧失了或不能获得他的发泄对象时,他可能力求自己模仿该对象,从而弥补损失,这种求同作用可以称为“对象丧失性求同作用”(object-loss identification)。

对象丧失性求同作用在受到父母厌弃的儿童中较为常见,他们为了重新得到父母的爱抚而努力按照父母所希望的那样去做。小孩往往力求自己与他认为的父母的要求保持一致。一个人由于父母离开了自己或者已经去世,便可能竭力按照父母过去的理想塑造自己的性格。从这些例子我们可以看出,并不一定是父母的性格决定了儿童的求同作用的对象,真正起作用的倒是父母为孩子所设定的标准和价值观念。儿童心目中的自我理想正是以这样的方式形成的。

对象丧失性求同作用可以有助于人重新得到实在的对象。儿童靠品行端正,可能真正重新得到父母的抚爱。这种求同作用也可能有助于为丧失了的对象找到替代物。如果一个人的模仿对象已经不复存在,他便会把对象原有的特点都吸收到自身中来。这样,他的对象最终就变成了他自己人格中的组成部分。在人格的发展过程中,人格不断被打上大量落空了的对象发泄作用的印记。

在第四种求同作用中,人们竭力同权威们规定的禁令保持一致。这种求同作用的目的是通过顺从潜在敌人的要求以避免惩罚。在这种情况下,一个人与别人趋于一致是出于恐惧,而不是出

于爱。正是这种求同作用奠定了良心的基础。儿童内心的“约束力”(restraining forces)构成了良心,它反映了父母所规定的各种约束。凭借对自己施加的约束(反能量发泄),儿童可以调整自己的行为以避免于错事而受到惩罚。当儿童成人后,他便会对其居于支配地位的人所提出的要求产生类似的求同作用。

由于让自己与有权威的人形成一致,儿童逐渐变得世故起来。就是说,他懂得了如何在他生存的社会中循规蹈矩,从而能避苦求乐。居于支配地位的老一辈人总要为年青一代规定各种理想和清规戒律,而社会的稳定在很大程度上都取决于青年人能否与这些要求保持一致。青年一代可能起来反抗传统,但他们的反抗往往以顺从社会而告终。

我们在结束这一方面的讨论之前,应该提一提最原始的求同作用,即人们为了模仿某种东西,于是便把它吞吃掉。例如,土著猎人常常吃掉被捕杀的狮子的心,希望能因此变得与狮子一样勇猛。这样原始的求同作用在基督教的圣餐仪式中象征性地保持了下来。圣饼<sup>①</sup>和酒象征基督的肉体和血。人们认为,在吃了圣饼和酒以后,自己就可以变得更像基督。

在这一小节里,我们看到人是怎样通过求同作用,力求自己相似于外界对象(通常是其他人)的种种特征,从而形成自己的人格。除了自恋外,求同作用产生的动力还有挫折、个人不适和焦虑。这一作用的目的是通过控制和驾驭挫折、个人不适和焦虑来解除令人痛苦的紧张。我们一共讨论了四种不同类型的求同作用:

(1) 自恋性求同作用,其定义是人们把对自身的发泄作用外导于具有相同于自己的特点的其他人或物;(2) 目标定向性求同作用,其定义是人们通过仿效那些已经达到自己所向往的目标的人,从

---

① 圣饼(wafer),举行圣餐仪式时所用的未发酵的圆面包片。

而形成自己的人格；(3) 对象丧失性求同作用，其定义是人们因丧失或者不能得到所发泄的对象，于是将它们的特点纳入自己的人格；(4)“强制性求同作用”(identification with an aggressor)，其定义是人们将有权威力量的人提出的清规戒律融合于自己的人格之中。

## 二、移置和升华

我们在第三章讨论本能时曾指出，本能中最容易发生变化的就是本能为达到其目的（即减轻紧张）所利用的对象或手段。如果不能得到某个对象，人的能量发泄作用就可能转移到其他可以获得的对象上。也就是说，心理能具有可以移置的性质。所谓“移置作用”(displacement)就是指能量从一个对象改道注入另一个对象的过程。人格的发展很大程度上都是在一系列能量移置或对象替换中进行的。当能量移置时，本能的根源和目的保持不变，发生改变的只是目标或对象。

移置作用产生的原因与其他能促使人格发展的心理过程（即生长发育、挫折、冲突、个人不适和焦虑）的原因完全相同。让我们以发生在所谓“口唇满足”(oral gratification)中的一系列移置作用作为例子吧。口腔和嘴唇都是与吞食动作有密切联系的敏感部位。婴儿由于嘴唇受到橡皮奶嘴的刺激而吮吸。虽然吮吸是为了满足饥饿，但是对嘴唇的轻微刺激也同样使人感到愉快。如果一个人过长时间没有这样的刺激，他就会感到烦躁不安。因此，吮吸的需要如果不能通过摄取食物得到满足的话，便可能以其他方式表现出来。小孩可能吮吸自己的手指或其他任何可以抓到的东西。如果小孩因为吮吸自己的拇指而要受到惩罚的话，那么或者是他自己或者是大人就得找到别的东西来作为替代，如棒棒糖，

这样他就不会再担心因吮吸而受惩罚了。随着年龄不断增长，其幼儿时期的嘴唇刺激方式最终会因社会压力而被摒弃，代之以成人方式。成人常用的一些口唇刺激方式有：吸烟、接吻、用舌尖舔唇、涂抹唇膏、饮酒、打口哨、唱歌、谈话、嚼口香糖和烟叶、吐痰等等。

这并不是说，这些替代性对象发泄作用只能在吸引了来自吮吸本能和饥饿本能的能量后才能产生。在减轻局部的口唇紧张的同时，别的本能也可以靠口唇习惯来获得满足。接吻便同时是一种性的满足；饮酒不仅能减轻嘴唇紧张，而且能减轻其他多种紧张。事实上，成人的对象选择作用都是由来自多种生机源泉的能量所共同决定的，这是成人的对象选择作用的特点。我们将这称为“本能融合”（fusion of instincts）。成人的兴趣爱好与儿童的不同，因为成人的兴趣爱好都有复杂的动机，用弗洛伊德的话说，都是过度决定的。所谓“过度决定”（over-determination），就是指任一特定的对象选择作用可能同时满足若干不同的本能。本能融合与过度决定也叫作“凝结作用”（condensations）。几种本能同时对某一对象的倾注就体现了多种能量源泉的凝结作用。例如，从事园艺或制作飞机模型便可以同时减轻好几种互不相干的紧张。成人在工作和爱好中的兴趣之所以能持续专一、历久不衰，其原因就在于他有多重动机。而孩子的兴趣却往往朝秦暮楚、变化无常，这主要是因为他的每一种活动只能表现一种动机，或至多不过两、三种动机，故很快就能得到满足。

移置作用的方向是由什么决定的呢？为什么是这种而不是那种对象被选中以替代最初的对象选择作用呢？为什么在发展兴趣爱好上，人与人之间竟迥然不同？为什么在漫长的一生中，人的兴趣爱好会发生改变？

主要有两个原因使得移置作用要遵循一定的途程和方向。第

一是社会,它通过最主要的代理人——父母来对孩子的移置作用施加影响。父母准许孩子作出某些对象选择,同时又禁止他们的其他选择,由此便影响到孩子的心理能的移置方向。儿童吮吸拇指时,父母通常要加以责备;但他们对孩子舔棒糖却听之任之。成人吃棒糖可能被人笑话,但社会却允许成人抽纸烟、雪茄或烟斗,甚至还可能对此大加鼓励。假如成人吮吸婴儿奶瓶上的橡皮奶嘴,无疑会遭到奚落和蔑视,但他却可以捧着啤酒瓶畅怀大饮。社会对人们的某些对象选择大加限制,可同时又不断提供替代物来满足他们的本能。如果社会不能提供适当的替代物,人们就可能转向那些已被禁止的对象。请看看二十世纪二十年代美国人对禁止酿造和销售酒精饮料的反应吧。走私酒商和地下酒店立刻犹如雨后春笋遍及各地,因为人的这一口唇满足方式是不可剥夺的。

决定移置作用方向的第二个重要因素是原来对象与替代对象之间的相似程度,换句话说,二者在多大程度上是等同一致的。如果一个人被禁止采用某种途径解除紧张,那么他一定会寻找一条与此尽可能相似的新出路;如果在这条新出路上又遭到挫折的话,他便会转向第三个对象、第四个对象、第五……。一直到找出为止。一般来说,随着不断的移置,原来的对象与替代对象之间的相似程度也就随之减少。因此,最后选择的对象可能与原来的对象大不相同,因而与后者相比它所能提供的满足就要小得多。当我们说一个对象在提供满足上比另一对象差些时,我们的意思是指,如果人将心理能发泄到这一对象上,其紧张减轻的程度就要小些。换言之,人与替代对象之间的相互作用不可能完全解除紧张。人的最后选择只是一种妥协;替代对象在提供满足上不及最初的对象,但聊总胜于无。伊特、超我和外界对人所提出的要求通常都是相互冲突的,因而在最后决定对象选择时,自我不得不时常在这三者

之间进行调节,实现妥协。

在一系列的移置作用中,替代物随着不断改变而与最初的本能选择越来越不一致。下述例子可以说明这一点。男孩子爱恋的第一个对象通常是母亲,他起初把母亲看成是理想的女性。但由于他不可能独自占有母亲,同时又逐渐觉察出母亲的缺陷,于是他开始努力寻找一个既完美又可能得到的替代者。他的选择可能是小学一年级的老师、隔壁邻居或姨妈等。可最后他还是不得不放弃这些对象,因为他发现她们都有不足之处,而且都无法得到。他的第二次替代性选择可能使他爱上一个年纪比自己大的姑娘,这可能是他的姐姐、哥哥的女友、父亲的女秘书等等。当结果证明这些选择同样都是没有出路的死胡同以后,他便沉溺于白日作梦,终日在心中虚构完美的女性,并力图在电影和书本中找到她。假如他还有点才气的话,他可能通过写诗或绘画来描述出自己心中的这位理想女性。一般来说,他到头来还是得满足于寻找一个现实的人。此人很可能与他的母亲相似,或者与他理想化了的母亲相似。在这一寻求母亲替代者的过程中,一个接一个的移置作用前后重叠,这样就构成了一个完整的对象发泄作用系统。来自受阻的发泄作用的能量在各种新的活动中分散开来,就像被堤坝拦截的河水流入条条新的渠道。由于他企图独自占有理想化的母亲的愿望受到挫折,其能量便产生移置,从而使他的兴趣爱好、个人习性、价值观念、情感态度等无不带上这种移置作用的色彩。

如果替代对象是文化领域中的较高目标,这样的移置就被称为“升华作用”(sublimation)。升华作用的大量例子表明,人的能量被转移到知识追求、慈善事业、文化艺术等方面的活动中。这样,性本能和攻击本能的直接表现就变成了表面上完全是非性的和非攻击性的行为方式。不过,如同在其他所有的移置作用中一样,在升华活动中本能的能量源泉和目的依然如故,发生改变的只

是减轻紧张时所利用的对象和手段。弗洛伊德认为,达·芬奇在描绘各种圣母像时所激发的热情,就是对他早年就离别的母亲的思念情绪的升华。他还认为,莎士比亚的十四行诗、惠特曼的诗篇、柴科夫斯基的音乐、以及普鲁斯特<sup>①</sup>的小说等都有某些章节和片段是对渴求同性恋的热望的升华。由于他们不能在现实生活中让性的要求得到最充分的满足,所以只好寄寓想像性创造。其他人有着与大艺术家和大文豪们相同的升华需要,但由于天赋较差而只得将能量转移到平庸的事务中。弗洛伊德指出,人类文明之所以能不断发展,就在于人能够抑制自己原始的对象发泄作用。那些因受阻而不能直接发泄出来的能量,便转移到有益于社会的活动中或文化性的创造活动中。升华作用并不能导致彻底的满足,人身上始终存在着升华的对象选择作用所不能消除的紧张残余。正是部分因为这种残余的紧张,文明社会的人才如此神经过敏、忧心忡忡,但是,人类迄今所取得的最辉煌的成就也无不渊源于它的作用。

弗洛伊德还指出,人决不会真正放弃他最初的对象发泄作用。他的意思是,人总要力图在替代性对象中去寻求其最初的爱恋对象。如果他在替代对象中不能得到最充分的满足,他便会继续寻找,或者不得不接受仅次于最好选择的替代物。当一个人接受某种替代物时,我们就说这是对他最初的目标对象的“补偿”(compensation)。身材矮小的人为了补偿其长高的愿望,往往会“摆出一副大人物的派头”,渴求爱情的人可能以暴饮暴食来作为补偿;未婚女子则可能通过教书来补偿其不能发泄的母爱。人的“性格结构”(character structure)含有大量的这类补偿。事实上,成人的大多数兴趣爱好都是对自己婴幼儿时期受到挫折的愿望的补偿。这并不等于说,补偿作用本身是幼稚的举动;这里是指,补偿

---

<sup>①</sup> 普鲁斯特 (Marcel Proust, 1871—1922): 法国小说家,其代表作是《追忆逝水年华》。

作用必须依赖于特定的能量才能存在。而这些能量来源于从早期的对象选择作用中移置出来的心理能。

律师可以面对陪审团就一案例而振振有词地与人辩论,以便让自己得到极大的口唇满足;外科医生可以通过对病人施行手术而排解自己的攻击冲动;心理学家则可以靠潜心于对性行为的科学研究而满足自己在孩提时期的窥淫欲。然而,我们却不能说律师、外科医生和心理学家们的职业活动是天真幼稚的。儿童与成人之间的区别仅在于能量消耗的方式不同,而能量的源泉和最终目的在人的各个年龄阶段上却基本相同。律师向陪审团陈述案情时所减轻的口部紧张程度,与幼儿吮吸棒棒糖所减轻的紧张程度几乎完全一样。不过,这两种松弛方式却迥然不同。唐璜可以通过对性行为的实际体验来消除自己的性紧张,而一个人也可以投身于对性行为的研究来取得同样的效果。二者的效果一样,但其活动的结果却很难说是相同的;前者只能获得感官快乐,后者却能增长知识。

人的心理能可以从一个对象移置到另一个对象,他的这种能力是人格发展的最有效的手段。我们在前一章里已经看到,自我和超我的形成就在于大量的心理能从伊特的心理过程中移置到了自我和超我的心理过程里。能量在人格的各个系统中的移置,在很大程度上导致了自我和超我的进一步发展。正是移置作用才使人在一生中可能形成或改变其复杂纷繁的志趣爱好、价值和态度。没有心理能的移置和分布扩散,就不可能有人格的发展。

我们说心理能可以分布扩散,指的是能量可以分散在各种不同的活动中。出于同一根源的能量可以做不同种类的功,就如电流被引入室内后可以用来烤面包、拌做糕饼、开动真空吸尘器、或剃胡须等。以性本能为例,其能量就可以消耗在一系列各不相同的活动中,像园艺、写信、看打垒球、白日做梦、等等。



### 三、自我的防御机制

自我承担的重大任务之一就是要对付那些使人感到烦恼焦虑的威胁和危险。自我可能采用实事求是的方法来控制危险、解决问题,也可能采用否认现实或甚至歪曲现实的方法。这些方法有助于人减轻焦虑,但同时也阻碍了人格的发展。后一类方法就是自我的“防御机制”(defense mechanisms)。防御机制有许多种,我们将在这一节里介绍几种最主要的防御机制。

#### 1. 压抑

如果伊特、自我或超我的能量发泄会导致焦虑的话,这些发泄作用就可能遭到反能量发泄作用的反抗而无法进入意识。这种凭借反能量发泄来抵消或限制能量发泄的心理机制,叫作“压抑作用”(repression)。

压抑作用分两类:“原始压抑”(primal repression)和“压抑主体”(repression proper)。原始压抑是防止那些从未进入过意识的本能性对象选择变成意识。原始压抑是来自遗传的先天心理屏障,它把存在于伊特中的大部分内容永久地封闭在无意识中。人类长期以来的痛苦经验由于不断积累而逐渐获得遗传的性质,因此能够先天地存在于人的内心里,这样便形成了原始压抑。譬如说,人类社会之所以存在严禁乱伦的戒律,就是因为人有一种企图与自己的父母保持性关系的强烈欲望。这种欲望的任何表现都会遭到父母的严厉惩罚。当这种情形在人类历史上反复出现后,对乱伦欲望的压抑便渗入到人的内心,成为一种原始压抑。这就意味着任何新生的一代都不必学习压抑乱伦欲望,因为这一压抑作用已经由遗传而获得。

顺便提一提,像禁止乱伦这样的严厉禁忌表明,人有一种对违禁对象的强烈欲望。否则,如此严厉的禁忌是大可不必的。

由于危险的本能性对象选择已被排除于意识之外,它们不可能再引起人的焦虑,因为我们不可能对意识不到的东西产生烦恼。不过,这些对象选择作用可能通过种种间接方式或者通过与意识中的东西发生联系而影响人的行为,并进而引起焦虑。这时自我便可能建立起压抑主体,以便对付经过乔装打扮后渗入到意识或行为中的伊特的能量发泄作用。压抑主体(以下简称为“压抑”)迫使具有危险的记忆、观念或知觉退出意识,并且筑起一道障碍,防止任何形式的原始的本能发泄。

例如,压抑可以使人对那些本来是一目了然的情景视而不见,或者歪曲人的所见所闻,或者篡改其感官传达的信息,从而使自我不能意识到可能导致焦虑的危险事物或与危险相关的事物。与此相似,压抑也可以作用于创伤性记忆,或者与创伤性经验相联系的记忆。与创伤相联系的记忆本身并无害处,但这些记忆可能使人回忆起过去的创伤性经验。因此,人的一系列彼此相关的复杂的记忆可能都要受到压抑的影响,具有危险性的思想观念也会受到压抑。在任何情况下,不管被压抑的是知觉记忆还是思想观念,其目的都是为了通过否认或歪曲存在于内部或外部的对自我安全的威胁,从而消除客观性、神经性或道德性焦虑。

虽然压抑作用对于正常的人格发展是必不可少的,而且每一个人都在不同程度上使用压抑,但有的人却一味地依靠压抑来对付威胁,对其他方法则一概排斥。这样的人便处于通常所说的压抑状态。他们与外界的接触有限,给人一种孤僻、紧张、僵硬、谨慎的印象。他们老是咬紧牙关绷着脸,动作机械、举止呆板。他们把过多的能量耗费在长期而广泛的压抑上,以至能量所剩无几,不足以用来与外界和其他人进行愉快而积极的交往。

有时,压抑作用会干扰人体某部分的正常功能。一个压抑的人可能因为害怕性冲动而出现性功能衰弱或性冷淡,也可能因压抑而引起癔病性失明或癔病性瘫痪。在癔病性失明和癔病性瘫痪中,眼睛和肌肉均完好无损,但反能量发泄作用却使人视而不见,或使其肢体不能动弹。压抑机制可以引起多种生理性障碍,如关节炎、气喘和溃疡等。在所有被称为“心身障碍”(psychosomatic disorders)的疾病中,这几种病是最常见的。关节炎可能由“敌意抑制”(inhibition of hostility)所引起。人的攻击本能是通过肌肉系统来发泄的,而当他在这种本能的抑制扩展到自己的肌肉系统时,全身就会处于一种痛苦的紧张状态;长期如此,他便会患上慢性关节炎。同样,气喘可能是由于压抑作用波及到呼吸机制所致。顾虑重重可能使一个人的呼吸浅表而微弱,结果使他得不到足够的氧以供给全身的各个系统,也不能排出足够的二氧化碳。这种半窒息状态必然导致一个人老是气喘吁吁的,而这正是气喘病人的特征。溃疡则可能是因为恐惧干扰了消化功能而造成。

虽然自我是产生压抑作用的中心,但是,它有时也会按超我的指令来施行压抑。因此,超我在性格结构中的影响愈大,一个人产生的压抑就愈多。因超我而产生的压抑都是父母规定的种种约束在儿童心中的翻版。

能量发泄作用受到压抑后会出现什么情况呢?它们可能永远一成不变地存在于人格之中,也可能冲破阻碍而外泄出来,或者可能通过移置作用而得以表现。有时,压抑作用也可能被解除。例如,性本能的冲动可能随着人进入青春期而大幅度增长,结果使他在儿童时期建立起的阻力全面崩溃。又如,人在强烈的刺激下,平时被压抑的冲动就可能变得富有挑衅性。一旦压抑的大坝决了口,通常会出现能量向外的激烈倾泻,就像小孩一旦跨出学校大门

时所做出的热烈反应一样。

被压抑的能量发泄可以通过移置作用得到或多或少的满足。不过，移置作用必须掩盖住发泄的最初根源。否则，自我可能觉察其花招而重新激发起压抑机制。被压抑的能量发泄采用了种种伪装以保证其发泄。儿童将自己对父亲的敌意压抑后，可能又以象征的方式得以表现。这跟成人以象征的方式违抗法纪和反对传统一样。受到压抑的欲望常常在梦中象征性地得到满足。例如，一个人梦见进入房屋时，这可能是象征他企图与母亲乱伦的愿望，如果房屋与母亲在梦者的心中有联系的话。人的自我惩罚欲望如果遭到压抑，这一被压抑的欲望便可能通过间接的方式促使他惩罚自己，如发生事故，丢失东西，或犯下愚蠢透顶的错误。被压抑的发泄作用还可能通过说反话的方式表现出来。在这种情况下，人们往往会矢口否认自己对某物的热切渴求。“我不要这个”可能恰好是说“我想要这个”。当一个人说“这是我最不乐意干的事情”时，在这里“最不乐意”的真实含义可能刚好是“最希望”。

压抑可能被取消。如果对人产生威胁的根源消失了的话，压抑就没有必要再继续存在。不过，压抑并不能自动消除，因为人还必须通过现实检验来发现危险已经确实不复存在。当压抑还在起作用时，人很难进行这样的检验。但不管怎样，压抑只有在检验完成后才能消失。这就是为什么人们常常为许多自幼年起就有的恐惧所困扰的原因。他们一直没有机会发现许多恐惧早已是毫无必要。

尽管压抑作用导致了许多病态心理，但是我们不能低估它对人格正常发展的作用。由于形成了针对伊特的本能性对象发泄作用的压抑力，处于萌芽阶段的自我可以受到保护而不受伊特的攻击，并且能保证将其潜在的智力和能力充分发挥出来。当自我已经获得足够的力量并且能够通过更加理智的方法来对付危险时，

压抑就没有必要再继续存在,因为其存在只能使自我的能量不断消耗掉。压抑随着人的成长被取消后,投入在反发泄作用中的能量便可以释放出来,用于更具有创造性的活动。

## 2. 投射

当一个人的伊特或超我对其自我施加压力时,他就会变得忧心忡忡。为了消除焦虑,他可能力图把导致焦虑的原因归于外界。他可能把“我恨他”说成是“他恨我”,把“我的良心折磨着我”说成是“他在折磨我”。在第一个例子中,人们将来自伊特的敌意归咎于别人。在第二个例子中,人们否认根源于超我的迫害情绪而怪罪于其他的人。自我对抗神经性和道德性焦虑的这种方式,被称为“投射作用”(projection)。

投射作用的基本特征是感情的发出者产生了改变。其改变方式可能是发出者和承受者之间进行互换,如“我恨他”变成“他恨我”;也可能是一发出者为另一发出者所取代,而承受者保持不变,如“我惩罚自己”变成“他惩罚我”。自我竭力达到一个目的,即利用投射将神经性焦虑或道德性焦虑变成客观性焦虑。人们害怕自己的攻击本能和性本能,便归咎于他人的攻击本能和性本能,从而获得某种程度的解脱。这时,富于攻击性和性冲动的不是别人,正是他们自己。同理,人们明明是畏惧自己的良心,却常常以为是别人在和自己为难,而看不到正是自己的良心在作祟。

这种变换的目的是什么呢?目的就是要把来自伊特或超我的内部危险变成外部危险,因为对自我来说,内部危险比外部危险更难以对付。一般说来,人们有较多的机会学习怎样对付客观性恐惧,但要获得控制神经性和道德性焦虑的技能却比较困难。

投射作用不仅能帮助减轻焦虑,它还能给人提供表达自己真

实感情的借口。当一个人相信有人恨自己或甚至迫害自己时，他便会感到自己对这位想象中敌人的攻击也是理所当然的。由于有这一自卫反击的借口，他能够使自己的敌对性冲动得到满足。他获得了快乐但不感到内疚，因为他认为自己有正当理由对人进行攻击。当然，这全部理由都不过是他精心编造的托词，以便将自己的罪责推卸到他人头上。这就是通常所说的文过饰非。

“文饰作用”(rationalization) 这一术语在这里的意思是，人们为了干那些超我所不能容忍的事情，于是到外界去寻找可以证明其行为是正当的理由或借口。文饰作用也可以表达这样一个意思，即人们以社会能够接受的行为动机来取代社会所不能认可的行为动机。一个为慈善事业捐献大笔款项的人，可能以为自己这样做完全是出于慈悲心肠；其实，他的真正动机可能纯粹是为了自我炫耀，或者可能是干过什么错事而问心有愧。无庸赘言，人们不可能意识到自己的投射作用或文饰作用，否则这些机制就不能起到减轻焦虑的作用。自我的其他防御机制也是如此，它们必须无意识地起作用，以便能有效地减轻焦虑。

超我的禁令和惩罚很容易实现投射，因为超我不过是某种外界事物在人的内心世界中的代表。超我形成以前，禁令和惩罚均由父母来制定和执行。因此，投射作用使来自外界的东西又再度回到外界之中。当超我还没有成为人格结构中的稳定部分时，这种情形特别容易发生。一个超我尚未稳定的人，往往把内心底处的罪恶感归咎于他人企图加害于己，因为他觉得自己承受的种种约束都来源于外界，而非发自内心。

投射作用是一种极其普遍的防御机制，因为每个人从小就受到鼓励，要他到外界中去寻找行为的原因，而不去研究分析自己的内在动机。再有，人们也逐渐懂得，只要自己能够花言巧语地杜撰出种种借口或遁词，就可以为其不端行为开脱，避免惩罚或自责。

因此，他事实上因歪曲真理而得到了好处。

还有一种投射作用，乍一看来，它似乎并不具有防御性质。这种投射作用是将个人的思想情感赋予外部世界。一个人感到幸福时，便以为其他的人也很愉快；当他感到痛苦时，便认为人世本来就是一个悲惨世界。进一步分析一下，我们可以明显看出这类赋予性投射作用的防御本质。一个人的幸福可能因其他人的痛苦而遭到破坏，因为他会因自己不适宜的愉快心情感到内疚。为了消除这一威胁，他便想像其他人也与他同样快乐。假如一个人相信大多数人都并不诚实，他就比较容易原谅自己的撒谎。惯于考试作弊的学生为了开脱自己，便常常认定几乎所有的人都这样干。如果一个人相信性关系混乱是一种普遍现象，他便可能以此来替自己的越轨行为辩解。这类投射作用并没有对真正的动机进行压抑，也没有选择替代对象。在这种情况下，人们承认自己的内在动机，但是，他们可以通过把自己的动机投射给别人而得以减轻其道德性焦虑。

### 3. 反向作用

我们可以把人的各种本能和派生本能看作一对对相反相成的对立物，如：生与死，爱与恨，建造与破坏，主动与被动，支配与服从等等。人的每种本能都可能以两种方式引起焦虑：或直接施加压力于自我，或假手超我间接地压迫自我。在这种情况下，自我便会集中注意力于该本能的对立面，以避开其攻击性冲动。例如，一个人如果对他人怀恨在心，他可能因此坐卧不安；这时他的自我为了掩盖其敌意，便会对人激发出一种超乎寻常的爱。我们似乎可以说这是以爱代替了恨，但实际并非如此，因为在爱的下面，仇恨情绪依然存在。因此我们可以更恰当地说，爱是恨的面纱。这种以其对立面来掩藏某种本能于无意识之中的机制，叫作“反向作用”

(reaction formation)<sup>①</sup>。

我们如何能把单纯的对象发泄与反向作用机制产生的发泄区分开来呢？譬如说，我们怎样区分反向作用“爱”和真正的爱呢？辨别反向作用的爱的主要特征是夸张。怀有反向作用的爱的人往往再三表白其情意，而这种表白又常常流于过火、浮夸、装腔作势。这种感情是一种虚假和伪装，很容易被人察觉。这就像在“哈姆雷特”一剧中那位扮演皇后的戏子所作出的过火的表演一样。反向作用的另一特征是“强迫性”(compulsiveness)。一个人如果利用反向作用来对抗焦虑，那就只能将感情通过其对立面表达出来。举例来说，他的反向作用的爱不能像真正的爱那样灵活变通，不能适应变幻不定的具体环境；它总要不断地对人显示，好像不这样就会使隐藏其后的相反感情露出马脚来。

恐怖症就是反向作用的典型例子。人们恐怖的正是他们朝思暮想的东西。人们害怕的并不是对象本身，而怕的是渴求这对象的愿望。这种因反向作用引起的恐惧能防止令人可怕的愿望得以实现。反向作用的根源也存在于超我中。事实上，超我可以看成是一个反向作用的系统，它是为了保护自我不受伊特的外界的伤害而发展起来的。高尚的理想情操与其说是在现实生活中能够为之奋斗的价值标准，倒不如说是为了阻止原始的对象发泄作用而形成的反向作用。罗曼蒂克的忠贞纯洁可能只是炽烈情欲的面罩，利他主义可能正隐藏着利己的动机，而虔诚则可能是罪恶的遮羞布。

反向作用既可以用来反抗来自人内部的威胁，也可以抵御来自外界的危险。一个人如果害怕另一个人，他反倒可能对那个人特别友善。畏惧社会的人可能苛求自己严格遵循社会的传统习

---

① 也常常直译为“反作用形成”。



惯。只要一个人对某种规章制度表现出过分严厉刻板的顺从，我们便可以肯定他的这种顺从是一种反向作用。在其顺从的伪装后面，他实际上正受着反叛和对抗情绪的不断驱使。

一个饶有兴味的反向作用例子是，有的男子特别害怕具有任何温柔多情的表现，他们将这视为女性特征。他们如此偏激，实际上正是为了掩盖自己在这方面的缺陷。为了掩盖自己的女性倾向，这种人竭力表现出十足的男子气概，而这样做的结果往往使他们显得滑稽可笑，不伦不类。女人可能力图隐藏其女性特征，在装束打扮行为举止上处处仿效男子。

有时候，反向作用却真的能满足它所竭力要掩藏的本能愿望。有的母亲十分厌恶自己的孩子，可她又不承认这一现实。在这种情况下，她便会以关心子女的幸福与安康为借口对其生活大加干预。这种过度的保护表面上是爱；其实质是一种变相的惩罚。

反向作用是对焦虑的非理性的适应。这种机制将能量用于欺骗性的虚伪的目的。它歪曲现实，使人格变得刻板僵化。

#### 4. 固定

人的心理发展跟他的生理发展一样，在一生的最初二十年里有一个循序渐进的持续过程。不过，我们仍然能看出这一过程可以明确分为几个不同的阶段。例如，这一过程可以分为四个阶段：幼年、童年、青少年和成年。在正常情况下，人连续不断地从一个阶段进入另一个阶段。有时，这种进步可能陷于停顿，于是人就会在发展阶梯的某一级上停滞下来。如果这种停顿出现在生理发展过程中，我们就说这是发育迟缓。如果这一情形发生在心理发展过程中，我们便称之为“固定”。

“固定作用”(fixation)是对付焦虑的另一防御机制。人们的心理发展陷于固定，即停滞不前，是因为他们已预见到即将面临

的艰难险阻。大多数儿童在入学的第一天,都会有某种程度的顾虑;青少年在首次与异性约会时,通常会显得局促不安;高中生和大学生在临近毕业时,总会萌生出忧虑和期待相互交织的复杂心情;而几乎每一个人在开始一项新的尝试时,都不免感到顾虑重重。人们在离开自己熟悉的旧事物或旧环境而接触到陌生的新事物或新环境时,免不了产生焦虑。这种焦虑被称为“分离焦虑”(separation anxiety)。倘若一个人的分离焦虑过强,他便会倾向于固定在原来的生活方式上,而不愿意走向新的生活。

产生固定作用的人究竟害怕的是什么呢?究竟是什么危险干扰了人的心理发展过程呢?最主要的危险是不安全感、失败和惩罚。不安全感是人们在感到自己缺乏应付新环境所需要的能力时而产生的一种心理状态。他们觉得自己对新环境束手无策,认为这种新的环境所产生的后果一定痛苦不堪。人们对失败的恐惧几乎与不安全感完全一样,所不同的是,在这种恐惧里还夹杂有怕因失败而受人嘲笑的成分。失败对于人的自尊心(自我理想)是一个沉重打击。最后是对惩罚的恐惧,这大概 是所有恐惧中最重要的。小孩为了争取其独立性,为了摆脱父母的控制,便开始逐渐对家庭以外的人产生兴趣和依恋心情。换言之,他开始对其他的人和事物产生了能量发泄作用。对这样的对象选择,他可能畏葸不前,因为他害怕由于把对父母的爱转移到其他人身上而引起父母的报复,结果落得孤苦伶仃,无人理睬。同时,他也不能肯定新选择的对象是否能补偿他失去的父母的爱。对于儿童和青少年来说,这确实很像一个使人左右为难的二难推理。这种情形的最后结果将决定他或者是继续发展,或者是停滞不前。如果他先前有过遭到父母反对的经验,他多半会产生固定作用。

因此,孩子与其说是因为爱不如说是因为恐惧才终日围着母亲旁边转的。这一点颇具讽刺意味,然而却千真万确。他害怕由

于自己企图获得独立而招致母亲的报复。如果孩子确信父母对他非常溺爱,而且凭经验知道父母不会抛弃自己的话,他就不大可能固定在不成熟的发展阶段上。

除了在对象上产生固定作用外,人格结构和动力的发展也可能出现固定作用。有的人始终停留在愿望性思维的水平上;有的人不能明确区分主观世界和客观世界;有的人则在超我的严厉控制下艰难度日,依旧处于童年恐惧的束缚之中。有的人固定在某一防御机制上,并由此形成了他们的人格。也有的人还停留在原始的冲动性和发泄性行为阶段。固定作用有各种不同的类型和等级,它使人不能实现自己的全部心理潜能。几乎每一个人都在某个方面因恐惧而受到心理上的阻碍。

## 5. 倒退

人的发展达到某个阶段后,可能因恐惧而回复到早期阶段,这就是“倒退作用”(regression)。新婚的青年女性可能因首次与丈夫发生争吵而焦虑万分,于是又回到父母家中寻求庇护。人们受到外界的打击后,可能沉溺于个人狭小的梦想世界。道德性焦虑可能致使人们干出冲动的事情来,以便使自己能像小时候那样受到惩罚。任何脱离控制不切实际的念头都要形成倒退作用。

甚至那些身心健康、适应性强的人也不时会出现倒退以减轻焦虑,或者用他们的话说,“松口气”。人们的倒退行为五花八门、各式各样,如:抽烟、酗酒、暴食、发火、咬指甲、挖鼻孔、触犯法令、说孩子气话、毁坏财物、手淫、沉溺于侦探小说、看电影、进行不同寻常的性活动、嚼口香糖或烟叶、像孩子一样打扮、不顾后果地高速行驶、信奉神灵鬼怪、午眠、与人争斗残杀、赛马赌博、白日作梦、反抗或屈服权威、赌博、镜前自我欣赏、无意识冲动行为表现、让人代过,以及诸如此类数不清的幼稚行为。其中有些倒退行为方式

十分普遍,已经成为发育成熟的标志;而且事实上已经变成成人特有的倒退行为。倒退行为的一个绝妙的例子就是梦,它使人能够凭借奇妙的愿望满足来获得快乐。

## 6. 防御机制的一般特征

自我的防御机制是对付焦虑的非理性形式,因为它歪曲、掩盖或否认现实,从而阻碍人的心理发展。防御机制消耗了不少心理能,而这些能量本来可以用于更有效益的自我心理活动。其次,如果防御机制的影响过大,便可能控制住自我并削弱其灵活性和适应性。最后,如果防御机制未能顶住,自我便会丧失全部支撑而被焦虑所压倒,这时就会导致精神崩溃。

既然防御机制有如此之多的害处,那它有什么必要存在呢?防御机制的存在是基于心理发展的要求。处于萌芽阶段的自我尚十分孱弱,它不能够把所有应承担的要求综合起来加以处理。防御机制是自我采取的保护性措施。如果自我不能靠理智的方法来减轻焦虑,它就不得不利用下述手段:否认危险的存在(压抑),将内部危险外在化(投射),掩饰危险(反向作用),停滞不前(固定),或向早期阶段退行(倒退)。处于早期阶段的自我需要运用所有这些辅助机制。

为什么这些机制替早期的自我服务后,还将继续存在呢?这是因为自我的发展有时会出现停顿。也许有人会争辩道:自我不能发展的原因不正是由于其能量过多地耗费在防御机制上了吗?这确实是一个恶性循环。一方面,防御机制不能被摒弃的原因就在于自我还有不足之处;另一方面,只要自我还存在不足,它就不得不依赖于防御机制。自我怎样才能打破这一恶性循环呢?最重要的因素就是人的生长发育。人体内部的不断改变,特别是神经系统的变化,使自我得以逐渐成熟。在机体生长发育的推动下,自我可

以不断向前发展。

促使自我健康发展的另一重要因素是环境。适宜的环境可以给儿童提供与其适应能力相吻合的连续不断的经验。在这样的环境中,艰难危险不会过强以至超过儿童的适应能力,同时也不会太弱而失去刺激作用。在人的幼年时期,周围环境中的危险应当小些;进入童年后,威胁可以适当强些。在人的生长过程中,危险就应该这样逐步加强。通过这种环境的不断更替,自我就可能摆脱防御机制(在绝对理想的条件下,防御机制可能根本不会产生),起而代之以更现实更有效的心理机制。

#### 四、本能的转换

除了生理方面的体格和力量的差别外,幼儿与成人之间最引人注目的区别在于:幼儿的行为技能极其有限,而成人却有广泛的活动能力。幼儿消耗能量的途径寥寥可数,成人的选择却趋于无限。能量是怎样发现新的渠道而将自己表现出来的呢?一切心理能的根源——生命本能和死亡本能是怎样延伸出这许多不同的发展方向的呢?而且又是怎样为成人和外界之间这许多不同的交往提供动力的呢?

首先,我们得弄清楚一些基本情况。存在于伊特中的生命本能和死亡本能最初拥有全部心理能。心理能由人体能转换而来。本能的目的是为了消除机体的兴奋状态,以便使人恢复心理和生理上的平静(摆脱紧张)。本能竭力达到这一目的的手段是耗用心理能做心理功,即感知、记忆和思维等。心理功一旦完成,换言之,行为计划一旦考虑成熟,肌肉能便以运动方式释放出来。这时,人就一定在做某件事情,或谈话,或走路,或运用双手以取得自己欲求的结果。人所欲求的结果不外是减轻紧张。要做到这一

点,就得消除使人产生紧张不安的环境条件。不过,我们目前还弄不清楚心理行动计划是怎样转换成生理行动的。但对于任何曾有过先思而后行这类经验的人来说,这种情形的发生是显而易见的。

当我们问为什么一个人正在做某件事情时(不管他是在采集蝴蝶标本,冲洗汽车,还是在操作车床,著书立说),我们是想知道,他究竟被什么所驱动,究竟是什么本能决定了他产生这些心理过程,以致促使他去从事这些活动。我们可能以为每一种活动都受着一种特定的本能驱使,但这种看法很难站得住脚,至少说不上简单明晰;而科学所努力追求的,正是从复杂纷繁的现象中概括出简单明晰的规律。

我们必须从弗洛伊德所说的“本能及其变化”中去寻找答案。从某种意义上说,要解答为什么儿童有限的行动范围可以发展出成人的复杂丰富的行为方式这一问题,我们就不得不回顾已经讲述过的全部内容。不过,我们可以这样简明扼要地回答,人的行为复杂性不断增长的原因在于:自我和超我的形成,能量在三大系统中的分布,能量在发泄作用和反发泄作用中的应用,人格三大系统之间以及它们与外界之间的错综复杂的相互作用,等等。

为了避免重复,让我们把注意力集中在几个重要问题上。第一,几乎没有什么成人活动是某个单一的生命本能或死亡本能的产物。任何行动都是多种本能相互融合共同作用的结果。人们根据经验懂得,由多种原因产生的紧张可以通过复杂活动来减轻。举例来说,人们在踢足球时可以同时满足一系列的本能或本能的派生。

几乎任何活动都是复杂动机的凝结。多种本能的融合必须依赖自我的综合作用来实现。这一点下面再详细讨论。

第二,一种活动可能是内驱力(能量发泄)同阻力(反能量发泄)之间妥协的产物。由于存在阻力,人不能直接解除紧张,于

是他不得不在完全满足与完全不能满足之间求得一条中庸之道。例如,爱情便体现了性欲冲动与自我的阻力或超我的禁令之间的妥协。同样,诉诸言语的斥责是对肉体攻击和放弃攻击的调合。妥协形成的原因可以在一句谚语中得到最好的说明,“半块面包总比没有面包好”。

从这样的能量移置中(妥协活动实际上都是能量移置),产生出了新的动机(对象发泄)。当人们用爱情去代替性欲时,其新动机也就随之形成。不过,新动机并没有改变基本的内驱力和最终目的。内驱力的根源仍然是性本能,而最终目的也仍然是解除性欲紧张。发生改变的只是达到目的的手段,即人们通过冲淡了性欲特征的爱情来减轻性欲紧张。像这样的新动机或新的对象发泄被称为“本能的派生”(instinct derivatives)。

跟人所能产生的移置作用和妥协作用一样,本能的派生的数量几乎可以达到无限。人的依恋、偏爱、兴致、趣味、态度、习惯、情操、价值以及理想等,都是本能的派生。

一般说来,妥协性对象发泄作用不可能消除全部的紧张。如浪漫的爱情总给人留有残存的性欲刺激。本能因受阻力面不能释放其全部能量,这就是“目的抑制”(aim-inhibited)。遭到目的抑制的本能常常产生强烈的对象性发泄和持久的内驱力,因为紧张不能完全被解除。结果,没有解除的刺激便不断提供能量以保持其对象性发泄作用。

从这一点我们可以得到表面看来似乎是自相矛盾的结论:兴趣、依恋和其他习得性动机能够持久,因为它们在某种程度上既使人受挫,同时又使人满足。它们之所以能长久不衰,就在于它们不能产生充分的满足。例如,一个人尽管对古典音乐有百听不厌的强烈兴趣,但他仍然不能得到彻底的满足,听音乐只是对更基本的对象选择的替代。音乐爱好者老是听不够,因为他所渴求的本不

是音乐。不过，能欣赏音乐总比一无所有强。

妥协同时也是摒弃。人们放弃自己欲求的然而不能获得的东西，接受可能得到的较次一点的替代物。母子之间持久不变的爱，同一俱乐部的成员之间的友好情谊，人们对祖国的热爱，以及其他各种各样的依恋情结，都是由受到目的抑制的本能激发出来的。

本能的第三种变化是靠防御机制促成的。我们已经知道，防御机制的产生是为了帮助自我对付焦虑。既然焦虑的根源之一是来自本能的危险，防御机制便力图通过改变本能的对象选择来转移危险。例如，死亡本能被自我投射于外而变成破坏欲、攻击欲、控制欲、支配欲、剥削欲和竞争欲等等。这就意味着外界中的对象被用来替代本来是针对人自身的对象选择。只要死亡本能的能量能从人自身上吸引开转而发泄到外界对象中，危险就可以被转移，焦虑也就随之消失。这里，我们又可以看到受到目的抑制的本能起作用。由于作用于替代对象的活动不可能完全满足人的本能需要，死亡本能的投射作用便会长期持续下去。这就是为什么攻击性在人性中居于如此重要的地位的原因，它同时也说明了攻击性经过移置后而呈现出的那些次级形式何以在人性中表现得如此普遍。这些次级形式有：控制欲、支配欲、剥削欲和竞争欲等等。比较缓和的攻击性的形式比粗野原始的形式更为常见，因为前者体现了妥协作用。这些缓和形式由于不能完全解除紧张而被长期地激发，结果极易形成习惯。拳击远比商业竞争更能使人感到满足（更能解除紧张），但成人之间很少拳击，更多的却是竞争。通常，为消除紧张的替代性对象选择愈是不同于原来的选择，它对人的影响就愈能持久不衰。

对本能性对象选择的压抑导致了各种类型的替代作用的形成，它们使能量得以以伪装的方式释放出来。伪装的方式是以一种对象选择来取代另一种选择。伪装的目的是防止自我产生焦虑。只



要替代作用能够不让自我识破,同时又能够减轻一些焦虑,那么这种替代性对象选择就可以持续下去。举例来说,一个人如果压抑了死亡本能,他便可能以其他方式来满足自己的死亡愿望,如阅读报刊中的死讯和讣告,参加丧礼,欣赏哀乐等等,甚至最好是由他亲自干殡仪这一行。

人的梦里充满了被压抑的欲望,它们以伪装或象征的方式在梦中表现出来。如果伪装变得过于明显,做梦的人便会惊醒。充满焦虑的梦和恶梦就是由于被压抑的欲望处于应急状态下产生的,这些欲望因受到压抑而使人终日忧心忡忡。

反向作用抑制本能的方式与投射作用不同,它不是以一个对象去替代另一个对象,而是将某一本能的心理能大量投入到某个对象中,从而防止与它相对立的本能之能量被释放出来。譬如说,谦虚可能正好掩饰了自我炫耀的欲望。

综上所述,生命本能和死亡本能的能量激发了成人的一切持久而广泛的活动。人们所干的任何事情都不外是:(1)本能的直接表现,即单纯的伊特的对象选择,如吃、睡、排泄、性交等等;(2)多种本能的综合表现;(3)内驱力和阻力之间的妥协;(4)自我防御的结果。

不过,我们还没有提到本能的另一种重要变化。尽管本能的目的是人的一生中始终如一,但是构成某种机体刺激形式的本能根源却可能在人的发展过程中产生改变。由于发育成熟、锻炼、外界刺激、疾病、疲乏、药物治疗、饮食、衰老以及与其他机体刺激的相互作用,新的机体刺激逐渐形成,旧的刺激则慢慢减弱,甚至最后完全消失。这种改变可以产生新的本能,并且以一定的方式削弱或排斥旧的本能。

## 五、性本能的发展

弗洛伊德的性本能的概念比人们通常的理解要广泛得多。它不仅包括人消耗能量以寻求性器官的刺激和操作所产生的快乐，而且包括人为了求得快乐而对身体其它部位所进行的操作活动。在人体中，引起兴奋过程（紧张）的区域往往比较集中地固定在一定的部位上，其紧张可以靠一定的操作活动而得以消除，如吮吸或抚摩。这样的区域就叫作“性感区”(erogenous zone)。对性感区的操作活动因可以解除刺激而使人感到满足，这就像搔痒由于可以止痒而给人带来快感一样。

人的三大性感区是口唇、肛门和性器官。不过，人体中任何部位的表面都可能变成兴奋中心，从而需要解除紧张以产生快乐。每一个性感区都与一种基本生活需要的满足有关，口唇与吞食，肛门与排泄，性器官与生殖。但是，性感区产生的快乐可能（事实上常常如此）与这些在基本生活需要得到满足后所产生的快乐毫不相干。例如，吮吸手指头和手淫都可以减轻紧张，但前者并不能解除饥饿，后者也不能有助于生育。

性感区对人格的发展有着重要的意义，因为它们是导致紧张的最重要的根源，人在婴儿时期就不得不对付这些紧张。同时，它们也可以产生最重要的快乐体验。再有，对性感区的操作活动使儿童与父母发生冲突，结果使儿童不免感到沮丧和焦虑。这样便刺激了他们的人格在许多方面得到巨大的发展，像顺应、移置、防御、转换、妥协、升华等等。

### 1. 口唇区

口唇能产生两种主要快乐，一种是将东西放入口中时引起接

触刺激而产生的快乐，另一种是撕咬刺激所产生的快乐。嘴唇和口腔通过接触和摄入外物而形成接触刺激，并产生口部的性感快乐。撕咬东西则带来攻击快乐。口部的攻击快乐出现得晚些，必须待到牙齿长出之后。如果口腔摄入的外物给人带来的是痛苦，如婴儿有时将味苦的东西放进嘴里，他就会竭力吐出这令人不舒服的东西。这样的经验使婴儿懂得了如何对不愉快的刺激物紧闭双唇，以避免痛苦。另一方面，如果要把那些使婴儿感到快乐的东西，如母亲的乳头或奶瓶从他口中拿走，婴儿便往往会死死含着不放。因此，口唇至少有以下五种主要的活动方式：（1）摄入，（2）含住，（3）撕咬，（4）吐出，（5）紧闭。每一种活动方式都将成为某种人格特征的原始模式，即“原型”（prototype）。

所谓原型，就是指人在顺应令人痛苦或不安的环境时所采用的原始模式。它对人以后的适应方式都是一个楷模。换言之，一旦小孩学会某一特定的顺应方式，他在以后的生活中遇到类似的情况时，便会采用相同的顺应方法。如果小孩在饥饿时体会到了用口吞食的快乐，那么他在成人后感到空虚时，也会因追求和吸收知识、爱情和权力而感到高兴。事实上，我们平时就常说什么如饥似渴地追求知识、爱情和权力，好象这些玩意儿都是可食的东西。口唇提供了许许多多的原型体验方式，它们被人量转换或移置到其他类似的情景中。确实可以说，大多数原型体验方式都与身体有关，因为婴儿对身体功能的关心远胜于他对外界环境的关心。

口腔的摄入活动是获取性的原型；含住活动是坚韧和决心的原型；撕咬活动是破坏性的原型；吐出活动是排斥和蔑视的原型；紧闭活动是拒绝和抗拒的原型。这些特征是否将发展成为个人性格的组成部份，取决于人在与这些原型相关的经验上所遭受的挫折和焦虑的程度。例如，如果婴儿断奶过于突然，便可能发展出一种抓住东西不放的强烈倾向，因为他害怕断奶时产生的创伤性经

验会再次出现。

如果一个人对口唇的某种原始模式产生了固定作用，那么这一作用可能通过各种各样的移置和升华而发展成为一整套兴趣、

“定势”(attitude)和行为。当一个人的摄取倾向占支配地位时，他就可能不仅仅满足于通过口腔摄入东西，而且渴望通过感官接受外物，即眼观耳听。这种摄取定势还可能涉及比较抽象的或象征性的事物，如摄取爱情、知识、金钱、权力和物质财产。贪婪和获取性往往是人们在早年生活中未能得到足够的食物和爱抚的结果。获取心强的人始终无法满足，因为他们所追求的，无论是钱财还是声誉，都不过是某种替代品，他们真正的欲求物乃是慈母的食物。

婴儿必须依赖外界的代理者，通常是母亲，来解除口部紧张和获得口部快乐。因此，母亲可以通过给与食物或拒绝给与食物来迫使婴儿服从她的意志，从而控制他的行为。由于给与食物就意味着爱和赞可，而不给食物就等于拒绝和非难，所以当母亲不理睬或离去时，婴儿便会意识到将丧失自己所欲求的食物而感到焦虑。婴儿在寻求口部快乐时，如果经受过多的威胁而积累了大量的焦虑，他就可能变得过分依赖母亲和其他人。于是他培养成一种对外界的依赖态度，他不愿通过自己的努力来学会满足需要，他知道，只要表现良好就可以获得东西，而表现恶劣时则会丧失东西。这种人就具有通常所说的“口部依赖型性格结构”(oral-dependent character structure)。

如果一个人因依赖愿望而感到万分羞愧时，他可能发展出一种反向作用，致使他拒绝依靠任何人。他不愿意向人提出任何要求，似乎这样就会丧失其独立性。

投射作用也可能用来保护这种独立性。产生投射作用的人不但不寻求别人的支持，而且感到自己应该义不容辞地帮助别人。

这种人可能从事保育、社会福利或其他慈善性工作。他们被压抑的口唇欲望也可能以伪装的方式出现。他们可能十分热衷于语言学研究、各种瓶子的收藏或口技表演等。

以撕咬表现出来的口部攻击性是大量直接的、经过移置或伪装的攻击性的原型。爱咬牙齿的儿童长大后，可能动辄便以尖刻的语言嘲弄、奚落和挖苦人，也可能成为律师、政治家或评论家。当一个人的行为表现得好斗、专横和武断时，我们就会说，这个人“老爱叮住不放”或“放荡不羁，难于驾驭”。一个人感到内疚时，也可能以口唇攻击来作为某种自我惩罚，如咬嘴唇或舌头。

口唇攻击可能引起人的焦虑情绪，对此不得不靠自我的各种机制来进行抵御。一个人可能反向作用于自己的口唇攻击而专门说人好话。他也可能将口唇攻击投射于外，将自己看成是这个充满敌人的世界的可怜牺牲品。当他遇到无法应付的挫折时，他可能固定在或倒退至原始的口唇攻击阶段（即口唇撕咬阶段）。

口唇的吐出活动和紧闭活动的发展途径，跟摄入活动和撕咬活动的发展大致相同。这些原始模式在形成反向作用时可以有多种变换方式。究竟采用什么变换方式，还得取决于原始模式所获得的满足或遭受的挫折。吐出型人格的特点是傲视一切，目中无人；而紧闭型人格的特征则是孤独乖僻、谨小慎微。这些原始的行为模式引起个人的焦虑，为此自我不得不形成相应的防御机制，而这些机制的出现将给人格的发展带来多方面的影响。举例来说，吐出活动的反向作用就是对其他人的言论行为不加选择地一概加以接受；对此我们常说，“这种人什么都咽得下去”。具有紧闭型人格的人认为这个痛苦的世界不值一顾，然而他却可能对此产生投射作用，反倒怀有一种被社会排斥在外的感情。

在生活的舞台上，我们可以看到这五种口唇活动模式的种种表现。它们体现在人们相互关系和依恋情感中，表现在人们对经

济、社会、政治和宗教的态度中，渗透在人们的文化、美学、娱乐、体育以及职业的兴趣爱好中。

## 2. 肛门区

以口腔为起点的消化道的底端有一后出口，即肛门。消化产生的废物便由此排出体外。废物的积累可导致这一部位的紧张，因为它可以对结肠壁产生压力。结肠是肠道的一部分，正好位于肛门的上边。废物也要对呈瓣膜状的肛门括约肌产生压力。当废物对肛门括约肌的压力达到一定程度后，它们就会张开，将废物排出体外。

这种排泄因消除了紧张的根源而使人得以松弛。由于人可以从排泄中体验到减轻紧张的快乐，他可能运用这一活动方式来解除身体其他部位的紧张。情绪爆发、脾气大作、火冒三丈以及其他原始发泄性反应的原型，都可以归于这种排泄活动。

一般说来，小孩在出生后的第二年或在更早一些时候，不随意的排泄反射经过一系列通常所说的“排便训练”(toilet training)后，就逐步变成能随意控制。排便训练往往是小孩与外部纪律和权威第一次最重要的接触。排便训练体现了本能发泄(排便欲望)和外部阻碍之间的冲突。这一冲突的结果必然要给人格结构留下不可磨灭的痕迹。

排便训练对小孩的人格及其发展究竟能产生什么样的影响，这在很大程度上取决于母亲在训练他时所采用的方法，以及她对通便、清洁、控制和责任等所持的态度。任何人都自然会抗拒别人对自己的快乐活动所采取的干涉和约束。如果干涉过分或者惩罚性过强，儿童便可能故意把自己弄脏以表示反抗和报复。这种儿童长大后，可能对老使人灰心丧气的权威实施报复，有意把事情弄得一塌糊涂、乱七八糟，他不负责任、铺张浪费，甚至越轨放肆。严

格的排便训练程序还可能促成针对无控制排泄的反向作用，即吹毛求疵的整洁、极端的考究挑剔、自我强求的井然有序、近乎吝啬的节俭、动辄恶心作呕、恐惧污物、在时间和钱财上精打细算，以及其他种种过度的控制行为。便秘就是针对排泄的比较常见的防御性反向作用。

另一方面，如果母亲在要孩子大便时对他再三恳求，而当孩子照办后母亲又过分夸奖，小孩便可能将自己的大便视为珍宝。在以后的生活中，他可能热心替人制作或创造东西以讨人喜欢，就如他小时候靠解大便来讨母亲的欢心一样。慷慨大方、喜赠礼物、乐善好施和慈善博爱可能都源于这一基础经验。

如果小孩过于看重自己的大便，他就可能在大便后觉得失去了什么有价值的东西。这样，他便可能因这一损失而感到压抑、空虚和焦虑。他可能由于害怕再次丢失而拒绝让人拿走大便。假如这一方式固定下来或扩展开来的话，他将变得斤斤计较、吝啬小气和精打小算盘。

肛门活动的另一方式是闭便，即强忍住不解大便。这不仅可以用来防止丢失被认为是有价值的东西，而且它本身就具有使人快乐的性质，因为废物在肛门处对肠壁的轻微压力可以使人产生感官满足。排泄则使这种快乐终止，使人感到若有所失、空虚茫然。如果一个人固定在这一性感快乐形式上，他就可能发展出比较广泛的兴趣爱好，热衷于收集、占有和保存各种物品。

有闭便癖的人可能产生内疚感，这时他便会对此形成反向作用。在这种情况下，他会感到非得要随随便便地放弃自己的物品和钱财不可，或者一定要把它们在愚蠢的投资中或毫无顾忌的赌博中白白丢掉才肯罢休。这种人会因为拥有财物而万分焦虑，为了抛弃自己的东西，他们几乎什么都干得出来。而且，他们只有在大肆挥霍时，才稍稍感到有些满足。

### 3. 性器官区

性器官是人体中第三个重要的快乐区。抚摩和操作器官（手淫）可以使人产生感官快乐。同时，在儿童身上还会出现一种强烈的对父母的性要求。这种要求能使儿童的对象发泄作用产生一系列的重要变化。在成长时期，儿童会全神贯注于自己的生殖器，我们将这一时期称之为“生殖器阶段”（phallic stage）。

由于男性和女性的生殖器在结构上迥然不同，所以我们有必要将这一阶段的内容根据性别分开来讨论。

#### （1）男性生殖器阶段

生殖器阶段出现以前，男性爱恋自己的母亲，而对父亲则力求趋于一致。随着性欲冲动的增加，他对母亲的爱越来越具有乱伦的性质；结果，他开始妒忌自己的情敌——父亲。男孩渴求独占母亲的这种欲望，以及对父亲抱有的敌意，形成了一种复杂的精神状态，我们称之为“俄底普斯<sup>①</sup>情结”（Oedipus Complex）。俄底普斯是希腊神话中的人物，因杀父娶母而闻名。俄底普斯情结的发展使男孩又面临一新的危险。如果他依然坚持迷恋母亲的话，就可能受到父亲的惩罚而饱尝皮肉之苦。男孩最感恐惧的是父亲可能会阉割自己那招人讨厌的生殖器。这种恐惧就叫作“阉割焦虑”（castration anxiety）。当男孩目睹女孩的性器官结构时，他更加意识到阉割的现实性，因为女孩子没有向外突出的男性生殖器。

---

① Oedipus：底比斯王拉伊俄斯和伊俄卡斯忒的儿子，因神曾经预言他将杀父娶母，出生后就被他的父亲遗弃在山崖上，但被一个牧人救起，由科任托斯王波吕玻斯收养。长大后，他想逃避杀父娶母的命运，于是离开养父，外出流浪。途中他因争道而在无意中杀死亲生父亲，来到底比斯后，他除掉了怪物斯芬克司，于是被底比斯人拥为新王，并娶了前王之妻，即他的生身母亲伊俄卡斯忒，生子女四人。后来全国瘟疫流行，神谕必须除去杀死前王的罪人才能消灾。他追究原因，才知道自己已经杀父娶母。伊俄卡斯忒得知真情后自缢，他也在悲愤中刺瞎自己的双眼，流浪而死。俄底普斯情结也可译为“恋母情结”。



在他的眼中，女孩子似乎是被阉割了的。他也许会这样想：“既然她可能遭到阉割，我也可能落得同样的下场。”由于阉割焦虑，他不得不压抑自己对母亲的乱伦欲望和对父亲的敌意。于是，俄底普斯情结逐渐消失。其他一些因素也对削弱俄底普斯情结起了作用，即（1）不可能像俄底普斯那样实现对母亲的欲求；（2）对母亲产生的失望；（3）发育成熟。

男孩放弃母亲后，他不是模仿已丧失的对象即母亲，就是强化对父亲的求同作用。二者中究竟那一种情形会发生，将取决于在他的体质构成中男性成分和女性成分之间的力量对比。弗洛伊德以为，每一个人在体质上都是两性的。这就是说，每个人身上都有来自遗传的两种相反的性别倾向。如果男孩的女性倾向较强，他就会在俄底普斯情结消失后与母亲趋于一致；如果他的男性倾向较盛，他就可能要求自己仿效父亲。比较典型的情况是，他对父母都要产生某种求同作用和对象发泄作用。由于让自己与父亲等同一致，男孩子便可能象父亲那样对母亲产生发泄作用。同时，他也能以此取代身上固有的对父亲产生能量发泄的女性欲求。通过对母亲的求同作用，他在对父亲的欲求方面可以因此获得部分的满足，而且他能够以此取代对母亲产生的能量发泄作用。正是这两种求同作用中力量较强的一种，将决定男孩在以后生活中的“命运”，即他的性格、依恋情绪、对抗性，以及男性素质和女性素质之间的对比程度。这两种求同作用也使超我得以形成。超我被认为是俄底普斯情结的继承人，因为它取代了后者。

，男孩子在五岁左右时，其俄底普斯情结因阉割恐惧而被压抑。从五岁到十二岁这几年间，他的性冲动和攻击冲动都处于抑制状态，所以这段时期被称为“潜伏期”（latency period）。在十二岁左右，男孩的性本能的能量因生殖系统的生理变化而大幅度增加。随着青春期的到来，冲动又开始复苏，于是引起典型的青春压力和

紧张。在这青春的岁月里,新的适应和变化不断发生,这种情形要等到人格趋于稳定后才会终止。

## (2) 女性生殖器阶段

跟男孩子一样,女孩子最初爱恋的对象,除了自己的身体以外(自恋),便是母亲。她不大可能象男孩子那样很早便对父亲产生求同作用。当女孩发现自己并不具有外显的男性生殖器时,她感到自己已被阉割过。她因此怪罪母亲,于是她对母亲的能量发泄渐渐削弱。除此之外,母亲还在其他方面使她大失所望。她或是感到母亲对自己的爱不够,或是发现自己不得不与兄弟姐妹分享母爱。由于对母亲的发泄作用减弱,女孩子开始转向父亲。父亲具有她没有的器官,所以她对父亲的爱中还夹杂有一定的妒忌。这就是常说的“阴茎妒忌”(penis envy)。它相应于男孩的阉割焦虑。这两种情形,阴茎妒忌和阉割恐惧,是同一普遍现象的不同方面。这种现象被称为“阉割情结”(castration complex)。阉割情结和俄底普斯情结是人格在生殖器阶段中最重要的发展。

在男孩子身上,阉割情结的出现是俄底普斯情结被遗弃的根本原因。而在女孩子身上,阉割情结(阴茎妒忌)则引起了俄底普斯情结;她从此开始恋父妒母。尽管女性俄底普斯情结不会象男性的那样完全消失,但是它会因为发育成熟和不可能占有父亲等因素而逐步减弱。最后,求同作用将取代对象发泄作用。

与男孩一样,女孩也是两性的。她究竟是倾向于与母亲还是与父亲产生较强的求同作用,这将取决于她先天的男性素质和女性素质之间的力量对比。如果男性因素较强,她可能仿效父亲,变成“假小子”。如果女性冲动占优势,她就更倾向于模仿母亲。然而,无论是对父亲还是对母亲,她都要产生某种程度的求同作用和能量发泄作用。女孩竭力仿效母亲,以便能更加接近父亲,而且能借此补偿已经失去的母女之间的亲密关系。同样,对父亲产生的

求同作用可以在某种程度上补偿她对男性生殖器的缺失，也可以保持她对母亲的能量发泄。她是对父亲还是对母亲产生更强的求同作用，她是否能成功的产生这些作用，这一切都会影响到她身上超我的产生，同时也会影响到她在将来的生活中对所抱有的依恋情绪和敌对情绪，影响到她的男性成分和女性成分之间的对比程度。

女孩也有潜伏期，这时冲动就被反向作用所压到。到了青春期，她从潜伏期中脱颖而出。她也要经历青春期的各种问题，最后达到稳定，变得跟其他成人一样。

#### 4. 生殖欲

口唇期、肛门期和性器官期这三个发展阶段合在一起被称为“前生殖期”(pregenital period)。这一时期主要是在出生后的最初五年里。在前生殖期，性本能的突出特征是自恋。这种类型的自恋是“原发自恋”(primary narcissism)，我们不应该将它与所谓的“继发自恋”(secondary narcissism)混为一谈。继发自恋是指自我与超我理想形成一致时所体验到的自豪感。原发自恋则指的是由自身刺激而产生的感官快感。原发自恋是身体快乐，其典型例子是吮吸拇指，排便和闭便，手淫。

性本能在前生殖期间并不直接与生殖有关。小孩对自己的身体产生发泄作用，因为身体是一大快乐的源泉。小孩也对父母，特别是母亲产生能量发泄，但这恰恰是因为父母能帮助他获得身体快乐。母亲的乳头是小孩口唇快乐的主要源泉，父母的拥抱、亲吻和爱抚能给他带来莫大的感官满足。

性本能的发展经过潜伏期的低潮后，开始朝着生殖这一生物学目标飞速发展。在青少年中，异性之间开始相互吸引。这种吸引最终会达到性结合。这一发展的最后阶段就叫作“生殖阶段”

(genital stage) 生殖阶段的特点是对象选择而不是自恋。这是人走向社会化的时期。群体活动、婚姻、建立家庭和养育子女等相继而来；他在事业上的兴趣和进取心，以及成人的责任感等方面都有了长足进步。这是四大阶段中持续时间最长的阶段，大约从十七、八岁起直到人开始走向衰老为止。到那时候，人又开始向前生殖期倒退。

但是，不能认为生殖阶段会完全取代前生殖阶段。准确地说，前生殖期的发泄作用将与生殖期的发泄作用相互结合、融为一体。在异性结合中，接吻、拥抱以及其他爱抚的方式常常用来表示爱情，同时这些方式又能满足前生殖期的冲动。另外，前生殖期的发泄作用能够通过移置、升华和其他转换形式，变成比较稳定的性格结构中的组成部份。

## 六、小结

人格的发展主要取决于两大条件：(1)自然的发育成熟过程；(2)学习克服挫折，避免痛苦，消除冲突和减轻焦虑的过程。

学习过程包括形成求同作用、升华作用、移置作用、融合作用、妥协作用、槟弃作用、补偿作用和自我防御等机制。人格的这些机制都是以新的对象发泄来取代本能的对象选择。这些机制同时也要形成反能量发泄以对抗本能的能量发泄。

自我和超我的能量发泄作用和反能量发泄作用的形成，以及二者间的相互作用，决定了人格发展的道路。

## 参 考 书 目

### 关于求同作用

- FREUD, SIGMUND(1921); *Group Psychology and the Analysis of the Ego* [S. 弗洛伊德:《群体心理学和对自我的分析》], Chapter 7. London: The Hogarth Press, 1948.
- FREUD, SIGMUND(1923); *The Ego and the Id* [S. 弗洛伊德:《自我与伊特》], Chapter 3. London: The Hogarth Press, 1947.
- FREUD, SIGMUND (1923); *New Introductory Lectures on Psychoanalysis* [S. 弗洛伊德:《心理分析新引论》], Chapter 3. New York, W. W. Norton & Company, Inc., 1933.

### 关于移置和升华

- FREUD, SIGMUND(1908); "Character and Anal Erotism". In *Collected Papers*, Vol. II, pp. 45-50 [S. 弗洛伊德:“性格与肛门性欲”,《弗洛伊德文集》第二卷,第45-50页]. London: The Hogarth Press, 1933.
- FREUD, SIGMUND (1908); "'Civilized' Sexual Morality and Modern Nervousness." In *Collected Papers*, Vol. II, pp. 76-99 [S. 弗洛伊德:“‘文明的’性道德与现代人的神经过敏”,《弗洛伊德文集》第二卷,第76-99页]. London: The Hogarth Press, 1933.
- FREUD, SIGMUND (1908); "The Relation of the Poet to Day-dreaming." In *Collected Papers*, Vol. IV, pp. 173-183 [S. 弗洛伊德:“论诗人与白日做梦的关系”,《弗洛伊德文集》第四卷,第173-183页]. London: The Hogarth Press, 1946.
- FREUD, SIGMUND(1910); *Leonardo da Vinci: A Study in Psychosexuality* [S. 弗洛伊德:《达·芬奇,精神性欲研究》]. New York: Random House, Inc., 1947.
- FREUD, SIGMUND(1923); *The Ego and the Id* [S. 弗洛伊德:《自我与伊特》], Chapter 4. London: The Hogarth Press, 1947.
- FREUD, SIGMUND (1930); *Civilization and Its Discontents* [S. 弗洛

伊德,《文明及其不满》], Chapter 2. London, The Hogarth Press, 1930.

### 关于防御机制

FREUD, SIGMUND (1915), "Repression". In *Collected Papers*, Vol. IV, pp. 84-97 [S. 弗洛伊德: "压抑", 《弗洛伊德文集》第四卷, 第84-97页]. London, The Hogarth Press, 1946.

FREUD, SIGMUND (1921), "Instincts and Their Vicissitudes." In *Collected Papers*, Vol. IV, pp. 60-83 [S. 弗洛伊德: "本能及其变化", 《弗洛伊德文集》第四卷, 第60-83页]. London, The Hogarth Press, 1946.

FREUD, SIGMUND (1936), "A Disturbance of Memory on the Acropolis." In *Collected Papers*, Vol. V, pp. 302-312 [S. 弗洛伊德: "对雅典卫城的记忆障碍", 《弗洛伊德文集》第五卷, 第302-312页]. London, The Hogarth Press, 1950.

FREUD, SIGMUND (1937), "Analysis Terminable and Interminable." In *Collected Papers*, Vol. V, pp. 316-357 [S. 弗洛伊德: "分析的有限性与无限性", 《弗洛伊德文集》第五卷, 第316-357页]. London, The Hogarth Press, 1950.

FREUD, SIGMUND (1939), *Moses and Monotheism* [S. 弗洛伊德: 《摩西与一神教》], Part III, Section I, Chapter 5. New York, Alfred A. Knopf, Inc., 1947.

### 关于性本能

FREUD, SIGMUND (1905), "Three Contributions to the Theory of Sex." In *The Basic Writings of Sigmund Freud*, pp. 553-629 [S. 弗洛伊德: "对性欲理论的三点贡献", 《弗洛伊德著作精华》第553-629页]. New York, Random House, Inc., 1938.

FREUD, SIGMUND (1923), "The Infantile Genital Organization of Libido." In *Collected Papers*, Vol. II, pp. 244-249 [S. 弗洛伊德: "幼儿时期的里比多生殖组织", 《弗洛伊德文集》第二卷, 第224-249页]. London, The Hogarth Press, 1933.

FREUD, SIGMUND (1925) "The Passing of the Oedipus-Complex."

- In *Collected Papers*, Vol. II, pp. 269-276 [S. 弗洛伊德:“俄底普斯情结的消逝”,《弗洛伊德文集》第二卷,第269-276页]. London, The Hogarth Press, 1933.
- FREUD, SIGMUND (1925), “Some Psychological Consequences of Anatomical Distinction Between the Sexes.” In *Collected Papers*, Vol. V, pp. 186-197 [S. 弗洛伊德:“两性之间身体结构的差异对心理的若干影响”,《弗洛伊德文集》第五卷,第186-197页]. London, The Hogarth Press, 1950.
- FREUD, SIGMUND (1931), “Female Sexuality.” In *Collected Papers*, Vol. V, pp. 252-272 [S. 弗洛伊德:“女性的性爱”,《弗洛伊德文集》第五卷,第252-272页]. London, The Hogarth Press, 1950.
- FREUD, SIGMUND (1933): *New Introductory Lectures on Psychoanalysis* [S. 弗洛伊德:《心理分析新引论》], Chapter 5. New York, W W. Norton & Company, Inc., 1933.

## 第五章 人格的稳定

人格的重大变化均发生在人生的最初二十年里。在这一时期，人处于不断发育成熟的过程中；他要学会如何克服或顺应内部和外部的挫折以及个人不适，如何获得必要的习惯、技能和知识，如何避免痛苦，防止焦虑，如何求得自己所欲求的对象以得到满足，如何补偿损失、匮乏和剥夺，如何消除冲突。到了这一时期结束的时候，人格通常能达到某种程度的恒定性和均衡性；这种状态一直要保持到老年时期的衰退过程开始为止。在这种状态下，我们就说人格的组织结构和动力状态已经趋于稳定。

当说到“稳定的人格”时，我们的意思并不是指所有的人都将发展出相类似的或者甚至完全相同的人格模式。稳定的人格也有各种不同的类型。人格的均衡性可能通过某种防御机制形成，如压抑、投射或反向作用；它也可能建筑在某种强烈的求同作用的基础上，如对父亲或母亲的模仿，或者对哥哥姐姐或某个英雄的效颦。习惯性移置、升华和补偿也可能导致人格的稳定。人格模式、移置作用和补偿作用等都有各不相同的不计其数的种类。一个简单的证明就是，无论我们怎样绞尽脑汁也无法穷尽千差万别的成人活动。一个人消磨时光的方式可以数以千计。没有两个人会产生完全一样的兴致、趣味和依恋感情等。但是，任何人都能形成一个较为稳定的生活方式。

另外，“稳定的人格”也不是指有些人所说的那种成熟、完善、健全协调的理想人格。这不过是各种稳定人格中的一种类型而已。事实上，有许多人的人格稳定后，却根本谈不上什么成熟或



协调。他们的稳定性的基础可能是神经症的固定作用和症状，或者是与外界现实相隔绝的“精神病退缩”(psychotic withdrawals)。酗酒成性的人也有相当固定的行为方式，但不能说这种人也是健全协调的。口唇依赖型和肛门闭便型人格在发展过程中可能达到高度的恒定性，但是二者都不能被看成是成熟的。有不少稳定了的人格实际上在其发展过程中受到了阻碍，例如，患侏儒症的青少年就永远不能发育成熟。

虽然“稳定的人格”这一术语可能给人以这样一种感觉，即成人的生活都已变成千篇一律、单调乏味的例行公事，但这并不是我们希望给读者留下的印象。在一个人的生活中，稳定性并不必然等于缺乏丰富性，尽管在某些人身上的确有这种情况。稳定性一般不排斥变化，它只是意味着这些变化会按照一个比较稳定持久的可以预见的模式进行。一个成人可能时常变换其工作、妻子或爱好，但他的新的选择往往与旧的极其相似。一个典型的拥有稳定人格的成人，其行为的特点在于他所有的变化都围绕着一个不变的基调在进行（弗洛伊德称之为“强迫性重复活动”），而不是一系列新的基调在不时地转换。

最后，“稳定的人格”也并非指凡是拥有它的人都能够摆脱挫折、焦虑或其它紧张，因为生活中不可能没有紧张。比较贴切的说法是，稳定的人格表示人在对付紧张的增长上已经形成了比较持久固定的处理方式。这些处理方式究竟是什么？这就是本章要讨论的中心问题。

显然，对付和防止紧张不断增长的最有效的办法不外是自我的继发过程。我们还记得：这一心理过程包括现实性思维、推理和解决问题等。如果成人在其最初的二十年里，在运用理智和逻辑解决问题方面得到了足够的训练和经验，而且，如果他的智力已经发育成熟，那么他就能够以现实的令人满意的方式解决所面临

的大多数问题。为了让继发过程有效地起作用，有必要通过建立起反能量发泄来阻止伊特的对象发泄和超我的理想化发泄。否则，这些发泄作用将常常以愿望性思维和道德性思维来歪曲自我的现实原则。另外，还必须源源不断的能量供给这样一些心理活动，象知觉、记忆、判断、识别等，因为继发过程包含有大量的这类心理活动。

能量一旦被引入自我过程，就意味着伊特的“游离能量”（free energy）变成了“约束能量”（bound energy）。所谓能量呈约束状态，就是指促成本能性兴奋的自由流动的能量转换成了相对静止僵滞的能量。这种转换是通过将能量投入到自我的非发泄性活动<sup>①</sup>中来的。在这种情况下，人思想而不行动。我们可以用一比喻来说明能量是怎样被约束起来的。一个人只要在经济上没有承担任何义务和责任，他就可以自由自在地为所欲为地花掉自己的钱。他可以赌掉它，喝掉它，或者为任何一时能使他感到高兴的事而将钱挥霍掉。然而，当他以贷款的方式购置东西时，或当他投资和付税时，他便承担了一定的义务；当他必须定期为自己或其他人提供食品、住所以及其他生活必需品和奢侈品时，他便承担了一定的责任。这时，他就不得不把钱用于一些确定的目的。他的钱完全给限制在每月的帐单和一些固定的开支上，他不能再随心所欲地花钱。与此相似，人格通过将心理能投入到稳定的有组织的自我过程中而把它约束限制了起来。

人格获得稳定的另一条途径是将能量投入到投射、反向作用、压抑、固定和倒退等机制中。如果一个人不能按照客观现实来处理问题，他便可能力图篡改现实，使之符合自己的愿望或理想。虽然自我的这些手段要对现实进行歪曲和篡改，但是它们可以有效

---

① 指自我的继发过程中所包含的诸种心理活动。

地防止焦虑和挫折,以免人受其影响而变得一筹莫展,无能为力。如果防御机制十分脆弱,人格由此获得的稳定性便可能靠不住。不过,人有足足二十年时间来加强其防御机制,所以它们不大可能一下子就轻易给冲垮。防御机制要吸走继发心理过程的能量并取代现实性思维。

在进入成人阶段后,人的移置作用和升华作用已经拥有相当稳固持久的基础,本能的转换和融合也大致完成。最初二十年的生活经验使他懂得如何达成妥协以获得某种程度的满足;即使它们不能带来满足,至少也能有助于让他忍受痛苦和焦虑。这些妥协表现在人的兴趣、态度、依恋和偏爱中。它们不仅要影响人的重大决策,如对职业和伴侣的选择,而且要影响到他对无数日常琐事所作的决定。成人在作选择时所表现出来的恒定性,以及他们反对变化的保守主义倾向,都应当归因于他们的能量发泄作用已具有相对执着的性质。成人的发泄作用之所以具有持续性主要由于两大因素:(1)这些发泄作用的能量来源于若干不同的本能(本能融合);(2)由于遭到反发泄作用的抵抗,它们不可能完全消除紧张。例如,一个人的工作包含有若干不同的活动,因此能使若干不同的本能性兴奋得到满足;但是,要想使不同的本能性兴奋在同一时刻一下子都得到满足,却是几乎不可能的。崇尚礼仪习规,注重风俗传统,讲究秩序条理,爱好因循守旧,诸如此类都是稳定人格的特点,它们充分体现了彼此对抗的内驱力(能量发泄)和阻力(反能量发泄)之间的妥协。

说到这里,我们有必要考察一下超我在成人的人格中所起的作用。自我理想的能量发泄是对原始的对象发泄的升华。一个人具有什么样的升华作用,归根结底取决于他小时候曾因为哪些行为受到父母的褒奖。反过来,升华作用能否长久保持,又取决于它能否不断提供满足或减轻痛苦。如果某一升华作用长期不能产生

快乐或缓解痛苦。它就可能逐渐消失。因此,在人的成长发育期间,凡是能使人感到满足的理想都能得到巩固,而那些不能起任何作用理想遂被抛弃。任何发育完毕的人格都残存有可以减轻紧张的理想化对象选择。参与宗教活动,热衷社会福利事业,加入社团组织、从事文化、美学、文学等方面工作,潜心于自然研究,这一切都是成人的升华作用的典型表现。

构成良心禁令系统(反能量发泄)也以类似的方式稳定下来。当经验证明危险已经烟消云散时,基于这种危险而存在的禁令就会削弱或甚至消失;相反,那些因害怕惩罚而不断得到强化的禁令则在人格中固定下来。自我不得不跟超我的这些反发泄作用达成妥协。为了做到这一点,自我竭力在自己的能量发泄、伊特的能量发泄以及良心的反能量发泄这三者之间寻求一条中庸之道。这样便形成了稳定人格的另一种共同特征,即温和节制性。与青少年相比,成人的自发性和冲动性行为一般要少得多。不过,要是超我的反发泄作用远比伊特和自我的发泄作用强大的话,这种稳定人格的特点就不再是温和节制,而是刻板僵化。具有这种人格的人常常对他人怀有强烈的戒备心,他们往往把自己局限在狭小的生活圈子里。他们的人格稳定性就像一件套在疯人或逃犯身上的紧身衣,把人给死死地束缚起来。

总而言之,人格的稳定是人不断学习和发育成熟的结果,是能量发泄和反能量发泄之间的平衡。这种平衡是倾向于完成发泄,还是倾向于阻碍发泄,或是刚好处于二者之间,这将由自我在发展过程中所承受的种种影响来决定。如果禁令、威胁、危险、惩罚、失败、剥夺、压制、恐吓、挫折、不适和缺陷等占了上风,那么阻力就会在人格中居主导地位;反之,如果成功、喜悦、胜利、适应和成就等占了优势,能量发泄便可能在人格中起主要作用。总的说来,一旦出现强烈的反发泄作用,人格的紧张程度便会增加,因为反发泄作

用制止心理能释放出来。然而,尽管有相当程度的紧张存在,只要两种力量能维持均衡状态,人格依然能保持稳定。有些人在面临猝不及防的毁灭性打击时仍然能保持其人格的稳定,因为在他身上相互对立的两种力量还大致处于平衡状态。

不同本能以及本能派生之间的相互冲突,一旦获得解决后,也能导致人格的稳定。解除这种冲突的途径有好几种。对抗的一方可能战胜另一方。例如,爱可以战胜恨,或者使恨缓和。这并不是说仇恨已经消失,它可能以潜伏或压抑的形式继续存在。一旦爱遭到削弱,恨又表现出来。不同的本能及其派生之间的冲突也可以通过满足双方对立的动机而得以解决。一个人要达到这一点,就得针对不同的对象采取不同的处理方法。举例来说,他可以对自已的伙伴(群体内)显示友好,对陌生人(群体外)则表示敌意。他可以对上司唯命是从,对下级则盛气凌人。另外,这种冲突的解决还可以通过将彼此对立的本能在同一对象上轮流表现出来而达到。有着密切关系的人之间,友爱和争吵往往轮番出现。这种解决冲突的方式,就像指南针在南北两极之间来回摆动一样。

也许,本能之间的相互渗透和融合是消除其冲突的最常见的方法。人仅仅通过一种活动就能同时满足两种相互对抗的力量。以一个在大公司里身居要职的支薪雇员为例,一方面他能满足自己的依赖欲,因为他在一个有保障的多少有点大家族味道的机构里当一名正式成员;另一方面,他又能满足自己的独立欲,因为他的职责需要他具有独立判断的能力和首创精神。这样,他既不会因过于依赖他人而感到焦虑,也不会因彻底独立而萌生一种不安全感。在人生最初二十年的探索期间,人学会了许多使冲突双方彼此融合的办法。他逐渐懂得,鱼与熊掌有时二者可以兼得,尽管自己不可能随心所欲想要多少便有多少。

综上所述,所谓稳定的人格是指这样一种人格,其心理能在做

心理功时,已经形成了比较长期而恒定的能量消耗方式。心理能究竟做什么性质的心理功,这将取决于伊特、自我和超我的构造特征和动力特征,取决于它们之间的相互作用,以及取决于它们的历史发展过程。

## 参 考 书 目

- FREUD, SIGMUND(1910): *Leonardo da Vinci: A Study in Psychosexuality* [S. 弗洛伊德: 《达·芬奇: 精神性欲研究》], New York: Random House, Inc., 1947.
- FREUD, SIGMUND(1920): *Beyond the Pleasure Principle* [S. 弗洛伊德: 《超越快乐原则》], London, The Hogarth Press, 1948.
- FREUD, SIGMUND(1930): *Civilization and Its Discontents* [S. 弗洛伊德: 《文明及其不满》], London: The Hogarth Press, 1930.

## 推 荐 读 物

除了前面所列的各章的参考书目以外,一般读者还可参阅下列书籍。这些书的优点是清晰易懂,饶有趣味。一般说来,非专业读者要理解它们并不困难。

1. BARUCH, DOROTHY. *One Little Boy* [D.巴鲁克:《幼童心理分析》]. New York: Julian Press, Inc., 1952.

性冲动和攻击性冲动在幼童的生活中占有支配性地位。如果有谁怀疑这一点,那么在读完这本书后,他的疑虑将会顿然冰释。该书的作者是一位享有盛誉的儿童心理学家和治疗学家,其文笔生动有趣,颇具小说风格。

2. BERG, CHARLES. *Deep Analysis* [C.伯格:《深度心理分析》]. New York: W. W. Norton & Company Inc., 1947.

这部引人入胜的作品可谓是《幼童心理分析》的续篇。伯格博士在书中较为详尽地分析了三十多岁的成年男子的心理。如果读者希望了解一下心理分析治疗法的有关情况,该书将能满足您的愿望。

3. BLUM, GERALD. *Psychoanalytic Theories of Personality* [G.布卢姆:《人格的心理分析说》]. New York: McGraw-Hill Book Company, Inc., 1953.

该书条理分明,实用价值很大。它详细地介绍了弗洛伊德心理学、新弗洛伊德心理学以及非弗洛伊德心理学等各流派的不同观点,并尤其注意人格的发展问题。尽管作者的初衷是撰写一本教科书,但该书的专业性并不太强,普通读者可以胜任。

4. DEUTSCH, HELENE. *Psychology of Women* [H.多伊奇:《妇女心理学》]. 2 Vols. New York: Grune and Stratton, Inc., 1944.

该书的作者是一位著名的女心理分析学家。她熟谙女性心理,其分析精辟深邃,无所遗漏。这是一部令人叫绝的妇女心理学专著。

5. ERIKSON, E.H. *Childhood and Society* [E.H. 埃里克森:《童年与社会》], New York: W. W. Norton & Company, Inc., 1950.

埃里克森是一位卓越的儿童心理分析学家。该书阐明了儿童的自我是如何在社会的影响下逐步形成的。作者在书中引用了他自己收集的内容极为丰富的病案材料,立论形象生动,血肉丰满。

6. FENICHEL, OTTO. *The Psychoanalytic Theory of Neurosis* [O.费尼契:《神经症的心理分析说》], New York: W. W. Norton & Company, Inc., 1945.

这部作品详尽无遗地介绍了弗洛伊德的变态心理学,是公认的权威著述。其内容广博精深,比较难懂。不过,它值得读者花一番气力加以研读。

7. HENDRICK, IVES. *Facts and Theories of Psychoanalysis* [I.亨德里克:《心理分析的事实与理论》], New York: Alfred A. Knopf, Inc., 1947.

亨德里克博士是美国声名卓著的心理分析学家。该书论及了心理分析的各个方面,文笔清晰,不失为一本权威著述。

8. HORNEY, KAREN. *New Ways in Psychoanalysis* [K. 霍妮:《心理分析的新途径》], New York: W. W. Norton & Company, Inc., 1953.

霍妮博士被认为是新弗洛伊德主义者(即只接受弗洛伊德的部分观点,同时对他的其他看法加以排斥或修正的心理学家)。在不少人看来,她比弗洛伊德更倾向于从社会学的角度研究心理问题。有些读者可能会发现她的观点较之弗洛伊德的学说更合自己的口味,更易接受。

9. JONES, ERNEST. *The Life and Work of Sigmund Freud* [E. 琼斯:《弗洛伊德的生平与著述》], Vol. I. New York: Basic Books, Inc., 1953.

该书是作者计划撰写的三卷本宏著中的第一卷,它追溯了弗洛伊德学说的形成过程,介绍了弗洛伊德在心理学上最重要的发现。这部传记性的作品完全可以跻身于当代最优秀的传记作品之列。凡是对弗洛伊德的生平与著述感兴趣的读者,都不妨从这部由杰出的英国心理分析学家撰写的精彩作品入手。



10. MENNINGER, KARL. *Man Agonist Himself* [K.门宁格尔,《人反对自己》]. New York: Harcourt, Brace and Company, 1938.

门林格尔博士是托皮卡<sup>①</sup>的心理分析学家。他的这部书全面地论述了死亡本能,其中罗列了丰富详实的资料。

11. MULLAHY, PATRICK. *Oedipus Myth and Complex* [P.马拉海,《俄底普斯神话与恋母情结》]. New York: Hermitage House, 1949.

弗洛伊德把恋母情结视为他所作出的最重要的发现之一。对于那些希望了解恋母情结的读者来说,这本概述性的作品恰好提供了所需的一切资料。

12. STERBA, RICHARD. *Introduction to the Psychoanalytic Theory of the Libido* [R.斯特巴:《里比多心理分析说导论》]. New York: Nervous and Mental Disease Monographs, 1942.

该书作者以简洁流畅的笔调介绍了弗洛伊德关于性本能的发展及变化的理论。

---

① 托皮卡 (Topeka), 美国堪萨斯州首府。

# 索引

## A

- acting out of impulses 无意识冲动 56  
Adler, Alfred 阿德勒 10  
anal 肛门的  
    ~ expulsion 肛门排泄 96  
    ~ retention 肛门闭便 97  
    ~ zone 肛门区 96—97  
anti-cathexis 反能量发泄,反发泄作用 36,37—38,40—44  
anxiety 焦虑 51—59  
    castration ~ 阉割焦虑 98—99  
    free-floating ~ 游离焦虑 54  
    function of ~ 焦虑的功能 52  
    moral ~ 道德性焦虑 57—59  
    neurotic ~ 神经性焦虑 54—57  
    reality ~ 现实性焦虑 53—54  
    separation ~ 分离焦虑 84  
autistic thinking 我向思维 35

## B

- birth trauma 出生创伤 53  
bisexuality 两性俱有,雌雄同体 99,100  
Breuer, Joseph 布劳伊尔 8  
Brucke, Ernst 布吕克 6,7

## C

- Case of Hysteria, A* 《一例歇斯底里症》 9  
castration 阉割  
    ~ anxiety 阉割焦虑 98—99

~ complex 阉割情结 100

- cathexis 能量发泄,发泄作用 40—44  
Charcot, Jean 夏尔科 8  
*Civilization and Its Discontents* 《文明及其不满》 14  
Clausius, Rudolph 克劳胥斯 6  
Columbus 哥伦布 33  
compensation 补偿,代偿 73  
compromise activities 妥协活动 88—89  
condensation 凝结,压缩 70  
conflict 冲突 110—111  
    endopsychic ~ 内心冲突 42  
    inner ~ 内部冲突 42  
    intra-psychic ~ 内在冲突 58  
conscience 良心 23,38  
consciousness 意识 44—47  
Curie, Marie 玛丽·居里 5  
Curie, Pierre 皮埃尔·居里 5

## D

- Darwin, Charles 达尔文 4  
da Vinci, Leonardo 达·芬奇 14,73  
defense mechanism 防御机制(也见于投射、压抑等节) 75—87,90—91,108  
dependent attitude 依赖态度 94  
displacement 移置 31,69—74,109  
dreams 梦 18,35,78,91

## E

- ego 自我 20—23,32—37  
    phantasies of ~ 自我产生的幻觉

- ego-cathexis 自我的能量发泄 35  
 ego-ideal 自我理想 23, 38  
 Einstein, Albert 爱因斯坦 5  
 energy 能, 能量  
   bound ~ 约束能量 19, 37, 108  
   conservation of ~ 能量守恒 5  
   constancy of ~ 能量稳定 15  
   psychic ~ 心理能 28, 74  
   transformations of ~ 能量转换 28,  
 erogenous zones 性感区(也见于肛门  
 区、口唇区和性器官区等节) 49, 92

## F

- fear 恐惧 51  
 Fechner, Gustav 费西纳 6  
 fixation 固定作用 83—85  
 forgetting 遗忘 41  
 free association 自由联想 8  
 Freud 弗洛伊德  
   ~ and Clark University 弗洛伊德与  
   克拉克大学 10  
   ~ and dynamic psychology 弗洛伊  
   德与动力心理学 7—11  
   ~ and physics 弗洛伊德与物理学  
   5—6  
   ~ as a philosopher 作为哲学家的弗  
   洛伊德 13—14  
   ~ as a scientist 作为科学家的弗洛  
   伊德 11—13  
   ~ as a social critic 作为社会批判家  
   的弗洛伊德 14  
   self analysis of ~ 弗洛伊德自我分  
   析 8—9  
   scientific heritage of ~ 弗洛伊德所  
   继承的科学遗产 4—7  
 frustration 挫折 40—41, 63  
*Future of an Illusion, The* 《一个幻觉的  
 未来》 14

## G

- genital sexuality 生殖欲 101—102  
 Gibbs, Josiah 吉布斯 6  
 Goethe 哥德 13

## H

- Hall, Stanley 斯坦莱·霍尔 10  
 Hertz, Heinrich 赫兹 5  
*Hysteria, A case of* 《一例歇斯底里症》  
 9

## I

- id 伊特 15—20, 30—32  
 identification 求同作用, 等同一致性  
   32—38, 64—69  
   goal-oriented ~ 目标定向性求同作用  
   66  
   narcissism ~ 自恋性求同作用 64  
   object-loss ~ 对象丧失性求同作用 67  
   primitive ~ 原始的求同作用 68  
   ~ with an aggressor 强制性求同作  
   用 67—68  
 identity 同一性 32—34  
 identity of perception 知觉的同一 18  
 incorporative attitude 摄取定势 94  
 instincts 本能 28—30, 48—51  
   aim-inhibited ~ 目的抑制的本能 89  
   aim of ~ 本能的目的 28—30  
   conservative nature of ~ 本能的保  
   守性 29—30  
   death ~ 死亡本能 48—51  
   derivatives of ~ 本能的派生 89  
   fusion of ~ 本能的融合 49—50, 70,  
   88, 109  
   impetus of ~ 本能的动量 29—30  
   life ~ 生命本能 48—51  
   object of ~ 本能的对象 29  
   sexual ~ 性本能 49, 92—102  
   source of ~ 本能的根源 29

transformations of ~ 本能的转换  
87—91

vicissitudes of ~ 本能的变化 87—91

*Interpretation of Dreams, The* 《释梦》  
9

## J

Joule, James 焦耳 6

Jung, Carl 荣格 10

## K

Kelvin, Lord 克尔文 6

Koch, Robert 柯赫 5

## L

Latency period 潜伏期 99—101

libido 里比多 49

logical thinking 逻辑思维 34

## M

maturation 生长发育,发育成熟,成熟  
62—63

Maxwell, James 麦克斯韦 5

memory 记忆

~ image 记忆意象 33

~ system 记忆系统 17,22

Mendel, Gregor 孟德尔 5

Mendelyeev, Dmitri 门德列也夫 6

motoric system 运动系统 17,22

## N

narcissism 自恋 38,64—65,101

## O

object-cathexis 对象性发泄 31,35

object-choice 对象选择 31,38

Oedipus complex 俄底普斯情结,恋母  
情结 98—101

oral 口唇的,口部的

~ aggression 口部攻击 93

~ pleasure 口唇快乐 94

~ zone 口唇区 92—96

overdetermination 过度决定 70

## P

panic 恐慌 56

Pasteur, Louis 巴斯德 5

penis envy 阴茎妒忌 100

perceptual system 知觉系统 17,22,47

personality 人格

development of ~ 人格的发展 62—  
105

dynamics of ~ 人格的动力状态 28—  
59

organization of ~ 人格的组织结构  
15—27

stabilized ~ 稳定的人格 106—112

phallic stage 生殖器阶段

female ~ 女性生殖器阶段 100—101

male ~ 男性生殖器阶段 98—100

phobia 恐怖症 54—55,82

Planck, Max 普朗克 5

pleasure principle 快乐原则 15

preconscious 前意识 47

predicate thinking 臆断性思维 31

pride 骄傲 25,38

primary process 原发过程,初级过程  
17,33

projection 投射作用 79—81

prototype 原始模式,原型 93

Proust 普鲁斯特 73

psychiatry 精神病学 11—12

psychoanalysis 心理分析 8—10,12,  
44—45

psychology 心理学 4,43—44

*Psychopathology of Everyday Life* 《日  
常生活的心理病理学》 9

psychosomatic disorders 心身障碍,心

身疾病 77  
punishment 惩罚 23—25

## R

rationalization 文饰作用 80  
reaction formation 反向作用,反作用形成 81—83  
reality 现实,实在  
    objective ~ 客观现实 32  
    principle of ~ 现实原则 21  
    subjective ~ 主观实在 19  
    ~ testing 现实检验 21  
reflex 反射  
    ~ action 反射活动 30  
    ~ apparatus 反射装置 15—16  
regression 倒退,回归 30,85—86  
repetition compulsion 强迫性重复活动 30  
repression 压抑 19,41,75—78  
    primal ~ 原始压抑 75  
    reward 奖励 23—26

## S

secondary process 继发过程,第二过程 18,21,33,108  
sensory system 感觉系统 17  
sexual zone 性器官区 98—101  
Shakespeare 莎士比亚 14,73  
subjective imagery 主观意象 33

sublimation 升华作用 72—74,109  
superego 超我 23—26,37—40,109  
symbolism 象征性 31  
sythetic function 综合作用

## T

Tomson, Sir Joseph 汤姆逊 5  
*Three Essays on Sexuality* 《关于性欲的论文三篇》 9  
threshold 阈限 46  
toilet training 排便训练 96—97  
traumatic experiences 创伤性经验  
    birth trauma 出生创伤 53  
Tschaikovsky 柴科夫斯基 73

## U

unconscious 无意识 8,44—47

## V

Von Helmholtz, Hermann 赫尔姆霍茨 5

## W

Whitman, Walt 惠特曼 73  
wish-fulfilment 愿望满足 18,30  
wishful thinking 愿望性思维 35  
*Wit and Its Relation to the Unconscious*  
《谈笑与无意识的关系》 10