

精神分析下的客体关系理论

冯 颖

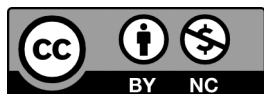
西南交通大学心理研究与咨询中心，成都

摘 要 | 客体关系理论自诞生以来，当前发展已经越发成熟，目前已经成为了精神分析和家庭治疗会谈最具特色的部分。客体关系理论对母婴关系的探讨开启了精神分析模式里程碑式的转换。客体关系理论的发展历史与精神分析的派别纷争紧密相关，该领域核心心理学家对其发展和理论建设都做出了不同方向的突出建设。客体关系治疗中核心防御机制——投射性认同对客体关系治疗具有重大意义。

关键词 | 客体关系；母婴关系；精神分析；克莱因

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 前言

客体关系理论是由克莱因学派与独立学派两大当代精神分析分支关于母婴关系的研究整合而来。独立学派与克莱因学派的理论截然不同，但二者都重视关注婴儿如何体验母亲的育养方式。

母婴关系是人格形成的基础，这是客体关系理论的核心。不同于经典精神分析将心理问题追溯到儿童 6 岁以前的早年经验，客体关系理论开创性的将年龄缩短至 3 岁以前，即俄狄浦斯前期。同时，不同于经典精神分析聚焦于孩子与父母的关系，构成心灵的心理结构起源于受生物驱动的张力；客体关系弱化了家庭中父亲的角色，突出强调母亲的作用，认为人类的行为不是受本能驱动，而是受建立关系的需求驱动。^[1]

客体关系认为，治疗的目的在于，以治疗关系为主线，来访者通过咨询师重获不同于以往固有模式的全新的客体关系，自体获得成长与变化。^[2] 因为，不管是什么关系，关系双方人格都在彼此影响，而咨询关系作为一种特殊的关系，能够提供给来访者不同的体验和不同于别人的反应，打破来访者的强迫性重复，来访者会在这个过程中逐渐发展出新的客体关系。

2 客体关系核心概念

“客体”这个词是在弗洛伊德的客体概念上发展而来。弗洛伊德使用这个词来指驱力指向的靶。而在客体关系中，这个词广义笼统来说就是人类，于是客体关系即与他人的关系。狭义细分下的“客体”分为外在客体和内在客体。外在客体就是他人。早年关系和体验会对个体造成影响，而这一影响逐渐内化成自体的一部分，即内在客体。^[3]

外在客体与内在客体相互关联，这是因为内在客体最开始是个体与母亲的关系体验形成的，同时，这种体验会通过个体现在对外在客体的选择而体现出来。

3 客体关系理论发展历史

在20世纪20年代末，克莱因的理论逐渐与传统弗洛伊德派出现分歧，尽管克莱因依旧延用了传统精神分析的术语，但很多含义已经出现异议，精神分析学界形成了英国“伦敦学派”与传统的“维也纳学派”。^[4]

最开始，安娜·弗洛伊德跟克莱因矛盾分歧点是“儿童是否能够被分析”。^[5]前者的回答是肯定的，只需要寻找到更适合儿童的方式，比如通过游戏来分析儿童；而后者的回答是否定的，认为儿童尚未形成完整的自我，对他们来说，教育更合适。

这样的分歧在20世纪40年代达到了顶点，产生了一场闻名精神分析甚至是整个心理学界的论战，即“Klein-Freud”论战。这场论战推动了精神分析由驱力模式向关系模式的转变，使精神分析学界分割成三个派别，即“维也纳学派”“克莱因学派”和“独立学派”。而目前的客体关系理论则包含了来自克莱因学派的理论观点和来自独立学派的理论观点。^[6]

这两个学派虽然都重视母婴关系，但在很多地方仍有分歧。比如，关于弗洛伊德原始本能的观点，克莱因肯定了这一观点并对死本能这一概念做了补充与完善，提出了婴儿潜意识幻想中的迫害与冲动。而独立学派并不认同这一点，相反，这一学派肯定了性心理发育阶段论。独立学派将个体寻求关系的需要作为基本的驱动力，各个年龄阶段的特征由相关需要的变迁所决定，而不是弗洛伊德所提出的以性欲为基础的本能所决定。这一学派的主要思想来源于费尔贝恩、温尼科特、巴林特。^[7]

4 主要人物及理论

4.1 梅兰妮·克莱因

克莱因在接受了费伦齐的精神分析后，将注意力转向儿童精神分析。她希望弄清儿童的关系发展是否对成年后的人格发展有必然关系。然而在观察中，她意识到儿童概念化的技巧有限，儿童很难将事件进行联系，更不用说精神分析式的意义联系了。因此她转向游戏治疗，通过一些非语言的方式比如玩偶、泥巴、图画等来了解儿童。

克莱因通过一系列的研究发现，儿童并不是完全像弗洛伊德所说的受本能冲动支配，而是更多的受周围人际关系的影响。^[8]她的一个基本观点是，母婴关系是构造儿童内在世界的基石。同时，她关注

死本能的力量。个体内部的生本能，即力比多，与死本能的冲突会被婴儿投射到外部，于是婴儿的潜意识幻想中出现了“好客体”与“坏客体”。

在克莱因庞大的理论体系中，其对精神分析学界做出的最重要的贡献就是提出了即婴儿客体关系发展中的两个术语——偏执分裂心位和抑郁心位。这里的偏执是一种被迫害的焦虑，婴儿恐惧来自外部世界的毁灭。分裂则是为应对这一焦虑做出的防御手段，婴儿将充满爱的“好乳房”和充满恶的“坏乳房”彻底分开。出生到3、4个月的婴儿由于有大量的被迫害感以及破坏性冲动，他们无法忍受这种来自自身的威胁，于是将其投射出去，形成了“坏乳房”。为了保护自己，他们同时也将力比多投射出去，形成了“好乳房”。一旦好客体与坏客体没有得到彻底分割，那么对坏客体的对抗与打击则会导致好客体的随之毁灭，因此婴儿需要确保它们严格的分裂开。这样的一种状态即偏执分裂心位，如果发展至成年依旧处于或退行至这一状态的人，他们会表现出非爱即恨，寻找替罪羊或将某人理想化。

正常情况下，四个月以后，婴儿会从偏执分裂心位过渡到发展出抑郁心位。婴儿开始将“好乳房”与“坏乳房”整合成完整的客体——母亲，母亲是既好又坏的。但是婴儿认为自己之前对“坏乳房”的攻击是真实的且具有毁灭性的，因此内疚感替代了破坏性冲动。婴儿开始恐惧自己真实的伤害了母亲，而毁灭母亲也就意味着自己的毁灭。^[9]

4.2 玛格丽特·马勒

玛格丽特·马勒的理论中，儿童会经历共生依恋状态到自主认同的过程，这一过程也就是儿童的成熟过程，包括三个阶段。^[10]

首先是自闭阶段，从出生到第三、四周，这一时期的婴儿还无法意识到其他人。从第五周到第五个月，婴儿进入到共生阶段，此时婴儿将紧张程度的降低与母亲联系起来，但母亲仍然没有被体验为一个自主的存在体，母亲与婴儿“自体”之间处于未分化的共生体验。

从第五、六个月开始，一直到三、四岁，婴儿就处于最复杂的分离一个体化阶段。婴儿会在这一阶段体会到一个核心冲突，即追求自主，但却依旧无法与母亲分割，类似于依赖与分离的冲突。

4.3 费尔贝恩

在弗洛伊德的理论体系下，经典精神分析的理论假设是个体追寻享乐原则，基本动力是追求满足感、降低紧张感，客体是这一过程中，我们为了达成目的的手段。而费尔贝恩直接质疑这一假设。费尔贝恩认为，人类追求的不是快乐而是客体，与人建立关系就是我们的目的。费尔贝恩确立了关系模式在精神分析的地位。^[11]

在弗洛伊德的理论中，治疗师与来访者是隔离的，治疗师始终作为旁观者，对来访者的行为和心理进行解译，促进来访者到达领悟，潜意识意识化。而费尔贝恩却更加重视治疗关系，强调新的客体关系的建立对来访者的治疗作用。

与克莱因不同的是，克莱因理论中的“坏客体”是来自于婴儿的死本能向外的投射，比如坏乳房。而费尔贝恩却认为，现实世界中确实存在着没有回应婴儿的，忽视甚至虐待婴儿的坏父母。也就是说，费尔贝恩的客体关系理论优先考虑了真实的而非幻想中的互动。

4.4 唐纳德·温尼科特

弗洛伊德和克莱因都将视线放在单个的婴儿或母亲上，而温尼科特则将母亲和孩子看成一个整体，关注母婴互动是如何对孩子的发展造成影响的。这一独特的具有里程碑式的视角是自体心理学的思想源泉。温尼科特为客体关系理论带来的突出贡献主要是促进健康的育儿方式以及提出导致发展走向歧途的育儿方式。

温尼科特认为，是母亲对婴儿需求的反应，即应答敏感性，创造了婴儿最开始的主观全能感。这一主观全能感非常重要，决定了婴儿在后续的成长体验中感受到自己的欲望和表达是真实且有意义的。主观全能感的缺失会导致婴儿出现假我障碍，即一种过早地应对外部世界而形成的顺从自我，也称为假性自体。

在温尼科特的理论框架下，他创造了一些目前精神分析学界仍在使用的术语，例如过渡性客体、足够好的母亲、抱持性环境和母婴间隙等。过渡性客体是存在于婴儿和母亲的关系中间的物，通常是毛绒玩具或小毛毯。当母亲由最初的原始关注逐渐过渡到分散精力做其他事时，婴儿需要过渡性客体来延续自己无所不能的控制感，这一感受对婴儿的人格发展具有重要意义。

足够好的母亲又称为“60分”妈妈，指位于0分的糟糕妈妈和满分的完美妈妈之间的刚刚好的母亲。足够好的母亲可能会偶尔让孩子失望，但永远不会让他绝望，她们让孩子形成一种强大的信念和力量，即在“我”最糟糕的时候，一定会有人帮“我”。抱持性环境即给婴儿创造一个足够安全的环境，当婴儿需要获得自恋满足以及主观全能感时，充分合理的认可他，满足他的渴望；当婴儿经历挫折时，及时的出现保护他。

5 客体关系治疗中的投射性认同

投射性认同经常在客体关系病理心理学中被提起，属于前俄狄浦斯期的问题，这一概念最早由克莱因提出，随后由威尔弗雷德·比昂发展并做出巨大贡献。投射性认同在克莱因的理论中是一种幻想，克莱因解释为“在其中自体的某些片段被体验成存在于另一个人身上，自体对于这个人保持认同，并试图对其加以控制”。但是投射性认同在比昂这里扩展到了两个人之间。^[12]

因此，不同于其他发生于一个人的内心中的防御机制，投射性认同发生于两个人之间。在当代客体关系理论中，投射性认同指一种人际行为模式，在这种模式中，个体诱导他人以潜在的方式来行为或做出反应。在投射性认同中，存在着表层的语言层面上的沟通以及非语言层面上的元信息传递。

完整的投射性认同包括三阶段过程，首先个体通过投射，摆脱掉自体的被体验为“坏”的一部分；然后个体通过真实的互动中的压力让对方体验到与个体幻想一致的感受；最后对方在诱导下做出反应。

5.1 依赖

依赖的投射性认同下的通常表达是“告诉我应该怎样做”“没有你的帮助我做不了这个事”。个体通过这样的沟通，来传递出“没有你，我活不下去，我无法靠自己生存”这样的元信息。这一类个体认为，与他人成功的建立关系，必须要说服对方相信自己没有独立生存的能力。个体持续的表达无助感，

总是向对方寻求建议、寻求帮助。

5.2 权力

权力的投射性认同在人际关系中的模式是诱导出他人身上的软弱感与无助感。这一类人的沟通中常常会有类似“听我的，我说的对”“按我说的去做”等表达。这样下命令的沟通表达伴随着对对方能力的质疑。元信息传递的是“没有我，你活不下去”。在这一类人的认知里，只有对方足够软弱无能，完全依附于自己，这段关系才能得以建立。

5.3 情欲

情欲的投射性认同是通过性的方式来建立和维持关系，这种关系的潜在假设是，“性是保持所有事物井然有序的黏着剂”，关系意味着性。表层的性暗示或诱惑沟通下的元信息传递是“我会让你在性方面感觉完整”。

5.4 迎合

迎合的投射性认同的表达通常是“我为了你做出了这么多牺牲你难道看不到吗”“我这么做都是为了你”等。这些沟通的主要情绪成分自我牺牲，表达包含在“你欠我的”这样的元信息传递中。投射者的目的是让对方对自己产生感激之情，在这类人的认知中，只有奉献、付出、为他人牺牲，这段关系才能够得以维系。

6 展望

随着各个流派的不断发展与互相交融，客体关系理论已经越发成熟与壮大，如今不仅用于精神分析治疗，并且与家庭治疗相结合，发展出客体关系家庭疗法。同时，在亲子教育、母婴辅导领域，客体关系理论起到主要作用。此外，客体关系理论对当代自体心理学的发展功不可没。在心理病理学中的人格障碍，例如边缘型人格障碍、自恋型人格障碍的研究领域也发挥着作用。^[13]

参考文献

- [1] 吉尔萨夫, 大卫萨夫. 客体关系入门 [M]. 北京: 世界图书出版公司北京公司, 2018.
- [2] 谢尔登卡什丹. 客体关系心理治疗: 理论、实务与案例 [M]. 北京: 中国水利水电出版社, 2006.
- [3] 斯蒂芬·A·米切尔, 玛格丽特·J·布莱克. 弗洛伊德及其后继者 [M]. 北京: 商务印书馆, 2018.
- [4] 郭本禹. 精神分析运动的发展逻辑 [J]. 南京师大学报 (社会科学版), 2016 (5): 81-86.
- [5] 王礼军, 吕英军, 郭本禹. “淑女之争”与“君子协议”: 回眸英国精神分析学会的“论战” [J]. 心理科学, 2017, 40 (1): 244-250.
- [6] 王国芳. 精神分析客体关系理论的进展路径 [J]. 南京师大学报 (社会科学版), 2012 (1): 114-119.
- [7] 王礼军, 郭本禹. 精神分析客体关系革命的折衷进路: 英国独立学派评述 [J]. 心理学探新,

- 2019, 39 (3) : 206–214.
- [8] 熊卫. 精神分析学中的客体关系理论 [J] . 国际精神病学杂志, 2000, 27 (4) : 193–198.
- [9] 王国芳. 克莱因与客体关系学派的创立与发展 [J] . 南京师大学报 (社会科学版), 2007 (5) : 105–110.
- [10] 李晓芳, 梁秋月, 刘博影, 等. 客体关系理论的发展与应用研究 [J] . 科技视界, 2016 (4) : 82–83+123.
- [11] Summers F. Object Relations Theory [M] // Zeigler–Hill V, Shackelford T K (eds.) . Encyclopedia of Personality and Individual Differences. Springer, Cham, 2020.
- [12] Koritar E . Trauma and Primitive Mental States: An Object Relations Perspective, by Judy K. Eekhoff, Routledge, Abingdon and New York, 2019: 122 [J] . The American Journal of Psychoanalysis, 2020, 80 (1) .
- [13] Caligor E, Stern B L. Diagnosis, Classification, and Assessment of Narcissistic Personality Disorder Within the Framework of Object Relations Theory [J] . Journal of Personality Disorders, 2020 (34) : 104–121.

The Theory of Object Relations under Psychoanalysis

Feng ying

Psychological Research and Counseling Center, Southwest Jiaotong University, Chengdu

Abstract: Since the birth of the Object Relation Theory, the current development has become more mature, and it has become the most characteristic part of the psychoanalysis and family therapy. The Object Relation Theory's exploration of mother-infant relationship has opened a landmark transformation of psychoanalytic mode. The development history of object relation theory is closely related to the factional disputes of psychoanalysis. The core psychologists in this field have made outstanding constructions in different directions for its development and theoretical construction. The core defense mechanism of object relationship therapy—projective identity is of great significance to object relationship therapy.

Key words: Object relationship; Mother-infant relationship; Psychoanalysis; Klein