

理想客体的缺失与重建过程

——自体心理学视角下一名女性的心理困境与自我整合

朱淑芬¹ 张宏宇²

1. 中央财经大学社会与心理学院, 北京;

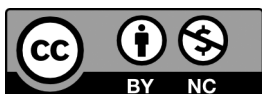
2. 北京工商大学, 北京

摘要 | 本文基于自体心理学视角, 以一名成年女性Y为实证个案, 梳理其从婴儿期至成年期的生命历程, 分析原生家庭、学校、工作单位等场景中呈现的人格结构与自卑情结。文章聚焦原生家庭养育缺陷导致的理想客体镜映缺失问题, 结合精神分析动力学咨询方式, 探讨父母养育缺失对个体自体发展的影响, 尤其是理想化自体客体形成受阻引发的心理困境与临床表现, 并结合临床实践提出干预方向与治疗展望。

关键词 | 自体心理学; 理想客体; 镜映; 原生家庭; 养育缺陷; 成年女性; 自卑情结

Copyright © 2025 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 引言

自体心理学强调早期亲子关系对个体自体发展的重要性, 理想化自体客体为个体提供力量、安全感与价值感, 是健康发展的核心基石 (科胡特, 2016)。然而, 原生家庭中的情感忽视、过度控制或父母自身功能不健全等养育缺陷, 可能导致个体难以内化理想客体, 进而影响自尊建立、人际关系维系与情感调节能力 (王浩, 2018)。

本文以自体心理学为理论框架, 基于成年女性Y完整生命叙事素材, 从其咨询目的、设置、过程及个案概念化中提取人格结构特征, 分析自卑情结的形成机制与治疗改善的可能性。

作者简介: 朱淑芬 (第一作者), 中央财经大学, 心理咨询师、中级社工师, 应用心理专硕在读, 研究方向: 心理咨询实务、精神分析动力学流派、人本存在主义流派在个案干预中的应用; 张宏宇 (通讯作者), 北京工商大学心理素质教育中心主任, 教授, 博士, 研究方向: 人格心理与咨询。

文章引用: 朱淑芬, 张宏宇. (2025). 理想客体的缺失与重建过程——自体心理学视角下一名女性的心理困境与自我整合. *心理咨询理论与实践* 7(12), 853-862.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0712094>

2 文献综述

2.1 自体心理学核心内容

自体心理学由海因茨·科胡特于20世纪70年代创立，是精神分析领域的重要理论分支，核心聚焦自体的形成、发展及对心理健康的影响。

2.1.1 核心概念

自体(Self)：指个体对自身“完整、独立存在”的体验，涵盖自我价值感、身份连续性与内在稳定性，是心理健康的基础(科胡特, 2016)。

自体客体(Self-object)：个体用于维持自体感的外部对象或关系(如父母、朋友)，需满足镜映、理想化与孪生三大核心需求——镜映需求即个体渴望被认可以建立自尊；理想化需求即通过认同他人，获得安全感与力量；孪生需求即通过感知“相似性”获得归属感。

自体障碍(Self Disorders)：当自体客体无法满足上述需求时，个体可能出现自尊低下、情感调节困难等问题，表现为自体结构的缺陷。

共情(Empathy)：理解个体心理需求的关键工具，治疗中需通过共情帮助患者修复自体缺陷(科胡特, 2016)。

2.1.2 治疗应用与影响

治疗中，自体心理学通过提供镜映、理想化与孪生体验，帮助患者修复自体缺陷、增强自体感，该理论为自恋与自体障碍治疗提供了新视角，拓展了传统精神分析的理论框架(王浩, 2018)。国外学者在自体心理学临床应用领域积累了丰富成果，相关著作结合大量案例，展示了自体心理学在多种心理障碍治疗中的具体应用方法(Andrews, 2020)；其在自体修复理论方面的论述，为理解个体自体缺陷的恢复过程提供了核心依据(Kohut, 2017)。

2.2 原生家庭养育缺陷与理想客体镜映缺失

原生家庭互动模式直接影响个体心理发展，其中三类养育缺陷对理想客体镜映的破坏尤为显著。

第一，情感忽视：李敏研究指出，父母长期忽视子女情感需求、缺乏共情回应，会导致子女难以建立积极自我形象，丧失家庭支持感(李敏, 2019)。

第二，过度控制：张华发现，父母过度干涉子女生活、否定其自主性，易导致子女自我怀疑、形成依赖心理，阻碍独立自体的发展(张华, 2020)。

第三，父母自身功能不健全：陈静强调，父母若存在心理问题或人格缺陷，无法提供稳定情感支持与行为榜样，会导致子女难以内化健康客体关系模式(陈静, 2017)。

在理想化自体客体形成层面，刘洋指出，在父母自身缺乏力量与价值感时，无法成为子女的“理想化榜样”(刘洋, 2021)；赵琳补充，父母若打压子女的理想化需求，会直接阻碍理想化投射，导致理想客体镜映缺失(赵琳, 2019)。

2.3 临床表现与心理困境

理想客体镜映缺失主要引发三类心理问题。

第一，自尊问题：个体难以形成积极自我评价，易产生自卑、无价值感与自我怀疑，如长期被批评的个体可能出现决策犹豫、过度依赖他人意见的情况（王浩，2018；李敏，2019）。

第二，人际关系问题：个体因缺乏理想客体内化，难以建立信任，在亲密关系中易焦虑不安，且过度关注他人评价、难以建立健康人际边界（张华，2020；陈静，2017）。

第三，情感调节问题：个体缺乏理想客体的安抚，应对压力与挫折能力较弱，易出现情绪波动，且难以识别、表达情感，可能表现为情感压抑或爆发（刘洋，2021；赵琳，2019）。

2.4 干预方向

针对理想客体镜映缺失，现有研究提出四类干预策略。

第一，提供矫正性情感体验：通过治疗关系提供共情、理解与接纳，修复早期情感忽视或创伤（王浩，2008）。

第二，促进理想化自体客体形成：引导个体认同健康的理想化对象，如治疗师通过自身稳定性与专业性成为“临时理想客体”，帮助个体内化积极自我形象（科胡特，2016）。

第三，增强情感调节能力：帮助个体识别、表达情感，学习情绪调节技巧，提升压力应对能力（刘洋，2021）。

第四，整合多理论视角：结合依恋理论、客体关系理论，全面分析问题成因，丰富干预策略（陈静，2017）。

2.5 文献综述结论

原生家庭养育缺陷对理想化自体客体形成具有深远负面影响，通过针对性干预可以修复个体自体缺陷（科胡特，2016；王浩，2018）。未来研究需加强实证探索、关注个体差异，并整合多理论视角以优化干预效果。

3 咨询对象与咨询方法

3.1 个案基本信息

Y，女，30岁，公司职员，未婚，与男友同居；身体健康，有健身习惯与年度体检的惯例。出生时胎位异常（脚先露）、脐带绕颈，伴舌头肿大，无后遗症。

3.2 个案主要关系与家庭动力

3.2.1 核心家庭成员

父亲：现居北京，曾因朋友牵连失业，无固定职业；性格外向、社交活跃，但家庭责任感薄弱，家

庭经济主要依靠Y的母亲，但父亲在家里经常摆谱，Y称其“软饭硬吃”。Y童年时期，父亲多次被祖母送入精神病院（具体诊断不明），持有残疾人证；目前父女关系尚可，通过视频聊天保持沟通。

母亲：出生于农村，因转为城市户口与Y的父亲结婚，现经营肉店，与丈夫分居两地；是Y的主要养育者，母女关系更为亲近，处事理念为“尽量不麻烦别人”。成年后母亲常向Y道歉，称自己未能为Y提供足够支持，但咨询初期Y极少提及母亲，存在回避倾向。

祖母：在家庭中有较大话语权，Y小学阶段因父母无稳定居所，长期与祖母同住；祖母曾多次将Y的父亲送入精神病院，Y对其情感表达较为中立，无明显亲近或疏远感。

3.2.2 其他重要关系

其他亲戚：3岁时曾住外祖母家，因外祖母偏心表哥而感受不佳；初中借住姨姥家，后得知母亲曾支付生活费，对“寄人篱下”的误解与委屈感加深；中学阶段曾在大姑家吃午饭，当前情感关系未明确。

男友：是Y主要的情感支持对象，关系确定近1年（初为异地，现同居），已谈婚论嫁并计划共同购房。Y常因工作困境向其倾诉，男友曾失业近一年（现已就业）；家境优于Y，Y不愿其深入了解自己的家庭状况。

同事与朋友：与同事关系良好但存在竞争，对上司态度从“崇敬”转为“贬低”；有多名亲密朋友，可提供情感支持与实际的帮助，如为她推荐工作，是Y重要的社会支持来源。

3.3 咨询主诉与目标

核心主诉：年初入职某公司，5个月后遭辞退，感到严重自信心受挫；目前虽已入职新公司，但仍受抑郁情绪困扰（表现为失眠、食欲下降、社交回避、动力缺失）；常感受到原生家庭带来的无力感与无助感，性格自卑，羡慕他人的表达能力，做事常瞻前顾后。

咨询目标：走出被辞退的阴影，缓解抑郁情绪；改善自卑性格，重建自我认知，摆脱原生家庭的负面影响。

3.4 咨询设置

首次咨询为周六下午，面询，采用课堂教学督导的观摩单面镜形式；第二次起为一对一咨询，属公益项目。前40次每次收费50元，第41次起每次100元；咨询频率逐步固定为每周1次，法定假期或咨询师请假除外。Y配合度高，会主动协调时间确保咨询的连续性。

3.5 个案评估

3.5.1 自我认知与行为模式

Y内心存在强烈的自卑感，倾向于“展示优点、隐藏不足”：面对权威（如大领导）时，既渴望主动和领导打招呼，又担心被忽视，陷入矛盾；工作中为避免冲突，选择“少发言、藏想法”，虽羡慕他人自如表达，但难以突破心理障碍；亲密关系中回避提及原生家庭，担心受到负面评价，反而在陌生人面前更自在（因无需暴露过往）。

3.5.2 人际关系模式

不安全感显著：渴望他人认可，但担心真实自我无法满足期待，常陷入焦虑与自我怀疑。

权威关系矛盾：习惯将领导理想化，期待获得指引与支持，若权威未达预期（如缺乏关注），会产生强烈愤怒与失望，反映出对自身价值的怀疑。

依赖与失望循环：对人际关系的安全感需求强烈，但难以完全信任他人，在依赖与失望间反复摇摆。

3.5.3 适应与防御机制

主要采用“压抑”与“过度理想化”等消极防御机制：对原生家庭的痛苦（母亲受歧视、父亲患病）避而不谈，咨询中被追问时会转移话题；工作中“少说多看”，控制情绪表达，被辞退后的职场表现更谨慎；多与男友讨论工作问题，但常因生活摩擦争吵，反映出情感调节困难。

3.5.4 认知与生活状态

工作认知：大学毕业后先后在京沪两地不同公司任职，自认“无高天赋但兢兢业业”，能配合团队与上司完成工作；因原生家庭经济条件有限，将工作视为“立足上海的核心”，常加班；近期因行业变化，加班减少，开始考虑转行。

生活状态：闲暇时与男友打游戏、约朋友聚餐，有健身习惯（因作息不规律频率下降），努力平衡工作与生活；外在给人“外向冲动”的印象，与内心自卑形成反差，亲密关系中更易展露真实情绪。

3.5.5 生命历程关键节点

婴儿期（0 ~ 3岁）：出生时胎位异常、脐带绕颈，家庭经济拮据（祖父曾计划卖鸟凑手术费）；母亲孕期未获良好照顾，成年后母亲常因“当年未能提供足够支持”道歉；Y自述“从小乖巧少哭闹”，早期已形成需求压抑的倾向。

幼儿期（3 ~ 6岁）：居无定所，曾住铁道边简陋平房（下雨漏水），有“独自找父亲”“独自走夜路回家”的早年记忆（母亲否认家离幼儿园远）；曾反复做噩梦（梦见杀手杀害父母，自己不敢动），显示出早期的安全感不足；3岁时因父亲住院，暂住外祖母家，感受到外祖母偏心表哥，未能获得被接纳感，再次产生“被排斥”的体验。

童年期（6 ~ 12岁）：回到父母身边生活，小学成绩中等，擅长跑步但故意放慢速度拿第二名（害怕成为焦点而暴露家庭问题）；独自上下学，唯一一次父亲接她是“远远跟随”的记忆，父亲称“怕影响她和同学关系”，与父母的亲密联结甚少。

青春期（13 ~ 18岁）：行为叛逆，被安排与“班霸”同坐最后一排，申请调位未获班主任支持，至今仍感到不满；转学后借住姨姥家，误以为是“免费借住”，后得知母亲实际支付了生活费，委屈感加深。

青年期（18 ~ 23岁）：考入本省大学，母亲送她入学时首次进行深度交流，得知姨姥家生活费的真相；大学阶段未呈现明显心理压力，此段经历在咨询中提及较少。

成年期（23岁至今）：在北京工作1年后裸辞，赴上海发展，工作总体顺利；为摆脱“住廉租房的羞耻感”，在老家贷款买房，忽视未来经济压力；咨询前5个月入职新公司，因顶撞领导被辞退，引发情绪问题，是其前来咨询的主因；与男友网恋后同居，常因消费观差异、男友反对其与男性友人来往、经济压力（Y需独自承担老家房贷）等问题发生争吵。

3.5.6 个案概念化

Y的核心问题是“人际关系不安全感”，源于早期养育缺陷：长期寄人篱下的经历、父母功能缺失（母亲受歧视、父亲长期缺席），导致理想客体镜映严重不足；母亲“尽量不麻烦别人”的教育理念，强化了Y的需求压抑；对父亲“理想化的回忆”与其“现实中不负责任的表现”形成矛盾，导致Y对权威“既渴望靠近又想要逃离”，易以“非黑即白”的视角看待问题，情绪爆发时难以控制，引发职场与亲密关系中的冲突。

3.6 伦理说明

本研究严格遵循临床研究伦理规范。项目所属机构已向来访者Y充分告知其参与本个案研究的目的、资料用途，并与Y签署书面知情同意协议。为保护来访者隐私，对所有可识别个人信息均进行了匿名化处理。

咨询过程记录的客观性通过多重措施予以保障：咨询全程录音（来访者Y知情并书面同意），引入专业督导机制，既包含督导师与咨询师的一对一督导，也纳入多人团体督导环节。通过督导对咨询过程的实时校准与多视角核验，形成多重校验机制，最大限度降低咨询师的主观判断偏差。

4 咨询过程与进展

4.1 咨询初始阶段（第1-20次）

4.1.1 情绪与参与度

初始阶段Y情绪低落，多次在咨询中落泪；首次咨询后对“每周1次”的频率存疑，前3次因五一假期间隔两周进行；第3次后逐渐遵守咨询设置，主动协调时间，认可咨询价值（Y认为可以从咨询师处获得新视角）。

4.1.2 咨询内容与技术

咨询核心围绕Y的“工作困境”展开，以情绪宣泄为主；咨询师采用“关注、倾听、共情”的技术，缓解Y的负面情绪，逐渐建立稳固的咨访关系，为Y后续深入探索奠定信任基础。

4.2 咨询工作阶段（第21-40次）

随着治疗联盟的巩固，Y从第21次咨询起逐渐开始展露原生家庭的相关内容，认可“心理治疗需从早年经历寻找当前行为根源”的观点，但受长期防御机制影响，仍倾向于“合理化父母行为、只谈优点、压抑愤怒”。

咨询师在“专注倾听”的基础上，引入“自由联想”技术，引导Y通过无意识表达暴露真实情绪；目前咨询仍在进行中，Y已逐步尝试面对压抑的情感与记忆。

5 咨询效果观察

Y明确反馈咨询对情绪改善有成效：最初咨询中频繁因委屈、焦虑落泪，逐渐过渡到极少出现情绪失控性哭泣，整体心境趋于平稳开阔。

在现实功能层面，Y的自我表达与需求主张能力有所提升：如在与同事共同旅行时，能够自然、主动地表达个人饮食偏好，打破了以往“压抑自我以迎合他人”的人际模式；亲密关系也取得突破性进展，已与男友共同拜访双方家长，婚期筹备工作有序推进，关系稳定性与信任度持续增强。

尤为关键的是，她对原生家庭的认知与接纳度实现转变：提及父母时，不再像咨询初期那样通过“合理化”回避矛盾，而是能够以更客观、全面的视角看待父母的优缺点，既理解父母在养育过程中的局限与不易，也能正视早年养育缺陷带来的影响，初步形成对原生家庭关系的重新整合意识。

5.1 咨询中的重要时刻——梦境解析（第29次咨询）

5.1.1 梦境内容

Y在第29次咨询中描述小学时反复出现的梦境：“场景是三四岁时住的小院，屋子小且黑。邻居家种有葡萄，我常去摘来吃。某天半夜下雨，和妈妈一起用大桶接雨水。梦里有人追杀，闯入家中杀害父母，我躺在原地不敢动、不敢呼吸，怕被发现。”

5.1.2 梦境象征与意义

环境象征：“屋子小且黑”“接雨水”象征早期情感匮乏与安全感缺失，反映镜映自体客体（母亲的情感回应）与理想化自体客体（父亲的保护）的需求未得到满足。

创伤投射：“追杀”“杀害父母”“不敢呼吸”对应童年创伤经历（如目睹父母冲突、分离恐惧），体现自体崩解后的无助感；“邻居家葡萄”象征对外部情感滋养的渴望，但“摘吃邻居的葡萄”暗示满足感的不稳定性。

修复契机：梦境反复出现，表明创伤影响持续存在且未修通；“我躺在原地不敢动”，虽然体现出一种“僵化”的应对方式，同时也意味着Y用这样的防御机制保护了自己，为其提供了“重新体验—整合创伤”的机会，有助于逐步觉察并处理早年情绪。

5.2 移情与反移情

5.2.1 初始阶段（第1-20次）

Y将咨询视为“情绪出口”，对效果期待较低，每次咨询均会失控哭泣（在咨询师看来类似受委屈的儿童）；曾用“外表彩色、内在黑色空洞的鸡蛋，漂浮在虚无中”形容自我状态；咨询师的反移情体验为“看到五彩空盒子里蜷缩的孤独小女孩，亟需支持”。

5.2.2 工作阶段（第21-40次）

Y情绪逐渐稳定，哭泣频率降低，但提及工作压力或原生家庭仍会眼圈泛红；对咨询的接纳度提升，可坦然对外称“正在接受心理咨询”，将咨询师的角色从“支持者”转变为“生命教练”，甚至填补了“缺失的父母角色”，在重要抉择中会向咨询师寻求引导。

5.3 来访者的主要防御与阻抗

5.3.1 核心防御机制

因理想客体缺失，Y形成以“压抑—回避”为主的防御机制：习惯隐藏真实感受，避免直接表达需

求，维持表面和谐；工作中若感知到不公平待遇，不敢直接申诉，只能委屈哭泣；情绪失控时会爆发“自恋性暴怒”（如职场顶撞领导），本质是“理想自我（渴望优秀）与真实自我（自卑）的落差冲突”。

5.3.2 咨询中的阻抗

阻抗主要表现为“回避原生家庭话题”与“压抑负面情绪”：倾向于合理化父母的行为，回避内心的愤怒与失望；这反映出其对“理想化客体”的持续渴望，以及对现实的不接纳。

5.4 咨询起效的主要因素

5.4.1 治疗关系的核心作用

咨询师以“包容开放 + 真诚自然”的风格，与 Y 建立深度信任；通过提供多元视角，帮助 Y 获得新的认知，强化了咨询的信任基础。

5.4.2 技术干预的有效性

情感容纳：通过倾听与共情，为 Y 提供安全的宣泄渠道，容纳其无法向他人表达的情绪，缓解焦虑与抑郁状态。

深度探索：运用自由联想、梦境解析等技术，帮助 Y 理解问题的深层原因（如权威关系冲突的早年根源），逐步摆脱旧有模式，建立新的自我认知与人际模式。

镜映修复：通过认同与肯定，满足 Y 的镜映需求，帮助其觉察“被辞退事件与其权威关系处理方式的相关性”，逐步改善自尊水平与情感调节能力。

5.4.3 来访者的个人特质

Y 具备强烈的改变动机，愿意投入时间与金钱参与咨询；自我觉察能力较强，积极配合各项咨询设置，且在咨询外主动阅读心理学书籍，为咨询效果的达成提供了重要支持。

6 回顾与思考

6.1 个案核心结论

Y 的核心心理困境根源是成长早期的理想客体镜映缺失，其重建过程呈现“觉察—修复—整合”的清晰脉络。咨询中，咨询师通过提供稳定且共情的治疗关系，成为 Y 的“临时理想客体”，填补了其早年缺失的镜映与理想化体验。借助情绪宣泄、自由联想、梦境解析等技术，Y 逐步觉察并处理压抑的童年创伤，打破了“压抑—回避”的防御模式。

同时，Y 自身强烈的改变动机与良好的自我觉察能力，推动其将咨询中的矫正性情感体验内化为自我支持的力量，实现了自体感的修复与重建——从情绪崩溃到心境稳定，从回避真实自我到逐步接纳过往，从对权威“非黑即白”的认知到更灵活的人际应对，这一过程印证了自体心理学“通过修复客体关系缺陷完善自体发展”的核心逻辑。

6.2 未来咨询方向

当前咨询（截至本文撰写之日）已进行 40 余次，工作仍在持续；未来计划从以下三方面深化工作。

第一，增强情感体验：帮助 Y 识别并表达长期压抑的情绪，缓解焦虑，提升压力应对能力。

第二，深化创伤整合：运用第 29 次咨询的梦境素材，结合童年经历进行解析，让 Y 获得更多领悟和理解，建立“过去—现在”的连接，强化自体稳定性。

第三，提升应对能力：帮助 Y 培养更灵活的防御机制与情绪调节策略，增强心理弹性。

6.3 咨询师反思

本次咨询工作所取得的核心成效，源于“共情—镜映—诠释”技术的综合应用。咨询师以包容真诚的态度，与 Y 建立安全的咨访关系，通过倾听与肯定满足其镜映渴望，这一过程有效化解了 Y 初期的防御与阻抗，为深层探索奠定了信任基础。

咨询中仍存在可优化之处：初期聚焦 Y 的工作困境时，对原生家庭议题的切入节奏偏缓，未能更早捕捉到“权威关系冲突”背后的早年客体关系根源；面对 Y 合理化父母行为的阻抗时，诠释的深度与时机把握可更精准，避免因过度尊重其防御而延缓创伤探索进程。此外，对 Y “自恋性暴怒”的处理，虽通过情绪容纳缓解了即时冲突，但对其背后“理想自我与真实自我落差”的深层诠释不足，未来这一维度的工作需加强，帮助 Y 更全面地接纳自我差异。

6.4 研究局限性

本研究基于单一个案展开分析，存在一定局限：研究的干预路径与结论对其他个案可能不具备直接参考性，需结合具体个案特征调整策略。

从研究方法来看，单一个案研究难以排除“个体差异”“环境变量”等干扰因素对结果的影响。此外，咨询效果评估主要依赖来访者自我报告与咨询师主观观察，缺乏客观量化指标，可能导致效果判断存在一定主观偏差，结论的客观性与稳定性需进一步验证。

参考文献

- [1] 科胡特. (2016). *自体心理学的理论与实践*. 北京: 商务印书馆.
- [2] 王浩. (2018). 自体心理学视角下的理想客体镜映缺失问题. *心理学研究*, 41(5), 456-463.
- [3] 李敏. (2019). 父母情感忽视对青少年自尊发展的影响. *心理发展与教育*, 35(2), 123-130.
- [4] 张华. (2020). 原生家庭养育缺陷对成年女性人际关系的影响. *心理科学进展*, 28(6), 987-995.
- [5] 陈静. (2017). 原生家庭对个体心理发展的影响研究. *心理学报*, 49(3), 345-356.
- [6] 刘洋. (2021). 理想化自体客体缺失与成年女性情感调节问题的关系研究. *中国临床心理学杂志*, 29(4), 789-795.
- [7] 赵琳. (2019). 理想化自体客体形成受阻的心理机制研究. *心理学探新*, 39(3), 234-240.
- [8] Andrews, B. (2020). *Self psychology in clinical practice*. New York: Routledge.
- [9] Kohut, H. (2017). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.

The Absence and Reconstruction of the Ideal Object

— A Woman's Psychological Predicament and Self-integration from the Perspective of Self Psychology

Zhu Shufen¹ Zhang Hongyu²

1. *School of Sociology and Psychology, Central University of Finance and Economics, Beijing;*

2. *Beijing Technology and Business University, Beijing*

Abstract: Grounded in self psychology theory this study takes an adult female Y as an empirical case, combs her life course from infancy to adulthood, and analyzes the personality structure and inferiority complex presented in scenarios such as original family, school and workplace. Focusing on the lack of ideal object mirroring caused by the defective upbringing in the original family, combined with the psychoanalytic dynamic counseling method, this paper discusses the impact of parental upbringing absence on the development of individual self, especially the psychological dilemmas and clinical manifestations caused by the blocked formation of idealized self-objects, and puts forward intervention directions and treatment prospects based on clinical practice.

Key words: Self psychology; Ideal object; Mirroring; Original family; Upbringing defects; Adult women; Inferiority complex