

第二章 精神分析流派

【知识结构简图】



【考点指南】

本章属于人格中重点考查章节，需要掌握新旧精神分析主要人物的核心概念，主要理论观点，理论评价.理论之间的对比等知识。

本章属于高频考点，各类题型如单选、名词解释，简答、论述都会出现，也会以论述或综合题的形式考查理论对比、多个理论观点，同学们必须掌握。

1.弗洛伊德的精神分析理论：人格结构、人格动力、人格发展、研究方法、研究主题、评价（中国政法大学 766，2016，单选；华南师大 347，2020，单选；南京师大 347，2020，名词解释；辽师大 347，2019，名词解释；华东师大 347，2017，简答；北师大 347，2020，简答；北林 347，2020，简答；上海师范大学 347，2020，论述；辽师大 347，2016，分析）

2.荣格的分析心理学理论：集体潜意识、原型、人格类型（华南师大 347，2018，单选；中国人大 347，2016，名词解释；西北师大 347，2020，名词解释；中国政法大学 766，2018，简答；华南师大 347，2020，简答；湖南师大 347，2017，简答；上海师范大学 347，2020，论述）

3.阿德勒的个体心理学理论：优越、自卑与补偿、生活风格（杭州师大 347，2020，单选；华中师大 347，2019，名词解释；湖南师范大学 884，2015，简答；西北师大 347，2015，2019，简答）

4.埃里克森的人格理论：人格动力、人格发展（华南师大 347，2020，单选；中国人大 640，2016，名词解释；华南师大 347，2016，简答；浙江师大 347，2020，简答；华东师大 347，2018，论述；西北师大 347，2019，论述）

5.霍妮的人格理论：基本焦虑、神经症理论（中国政法大学 766，2016，单选；杭州师大 347，2020，单选；湖南师大 347，2017，简答）

6.弗洛姆的人格理论（苏州大学 347，2016，简答；上海师范大学 347，2020，论述）

7.客体关系理论（浙师大 347，2017，名词解释）

8.精神分析的理论对比及综合考察（北师大 347，2018，论述；首师大 870，2012，综合题）

【知识精讲】

一、经典精神分析学派

（一）弗洛伊德的经典精神分析理论

1.理论观点

（1）人性观

①具有决定论的论调，人的行为受控于生物本能因素或非理性因素，如潜意识动机与本能驱力，以及 6 岁之前的性心理事件。

②将人视为一个能量系统，能量是遵循了守恒的原则。

③认为人性本恶。

（2）人格结构

①意识层次模型

早期，弗洛伊德认为意识（这里指人格）由三个不同意识水平的成分组成：意识，前意识、潜意识。

A.意识（consciousness）

弗洛伊德认为意识是人格的最表层部分，它由人能随意想到，清楚觉察到的主观经验构成。

特点：具有逻辑性、时空规定性和现实性。

B.前意识（pre-conscious）

前意识位于意识和无意识之间，由那些虽不能即刻回想起来，但经过努力可以进入意识领域的主观经验组成。

弗洛伊德认为，意识和前意识虽有区别，但没有不可逾越的鸿沟，前意识的东西可以通过回忆进入意识中来，而意识中的东西当没有被注意时，也可以转入前意识中。因此，弗洛伊德把它们看成同一个系统，与无意识系统相对应。

前意识的主要作用是检查作用，即不许那些使人产生焦虑的创伤性经验、不良情感，以及为社会道德所不容的原始欲望和本能冲动进入意识领域，而把它们压抑到潜意识中，使意识和无意识完全隔离。

C.潜意识（unconscious）

潜意识也称为无意识，是人格最深层的，也是最大的部分。它是不曾在意识中出现的心理活动和曾是意识的但已受压抑的心理活动。

主要成分是原始的冲动和各种本能、通过遗传得到的人类早期经验以及个人遗忘了的童年时期的经验和创伤性经验，不合伦理的各种欲望和感情。

特点：无矛盾性，无时间性，不存在任何否定、怀疑和不相信的成分，非现实性，能量大、更机动、更活跃，易于变形和替换。

Tips:

不同的教材翻译的不同，意识层次模型=地形学模型=解剖模型=心理地形说。

②结构模型

晚期的弗洛伊德在《自我与伊底》（1923）中进一步完善了他的潜意识理论，并对他的理论做了修正，提出了新的“三部人格结构说”，早期的“潜意识”“前意识”“意识”的心理结构被表述为“本我”“自我”“超我”组成的人格结构，这三者之间有各自的功能、性质、活动原则、动力结构，彼此联系且相互制约。

A.本我（id）——快乐原则

本我是人格中最难接近。但又是最有力的部分，它又由先天的本能、原始的欲望所组成，向自我，超我提供能量。本我的唯一目标是追求快乐，遵循“快乐原则”。

B.自我（ego）——现实原则

自我是人格中理智的、符合现实的部分。它派生于本我，不能脱离本我而单独存在。自我的力量从本我那里得到，总是根据现实的可能性力图满足本我的要求。自我是本我的执行机构。自我在本我与现实之间、本我与超我之间起调节整合作用。遵循“现实原则”，自我总是根据现实情况来满足本我的欲求。

C.超我（superego）——道德原则/完美原则

超我是人格中最文明，最有道德的部分。它由两个部分构成：自我理想和良心。自我在满足本我欲求时，不仅要考虑现实条件的可能性，而且要受到超我的制约。超我是社会道德的化身，它总是与享乐主义的本我直接冲突和对立，力图限制本我的私欲，使它得不到满足。

人的一切行为都不是某单一方面的力量决定的，而是人格内部多种力量相互作用的结果。本我，自我，超我三个系统保持平衡，人格就得到正常的发展，三者之间的关系遭到破坏，产生焦虑，就产生精神症和人格异常。

（3）人格动力

①动力的性质

弗洛伊德对人格或心理动力持一种本能论的观点，将本能视为人类基本心理动力，人的全部行为都受潜意识的本能的支配。

②两种本能

A.生本能：它包括生存本能和性本能，代表爱和创造的力量。

所有与生命的维持、发展和延续有关的本能都称为生本能。

与生本能相联系的一切心理能量称为力比多（libido）。

B.死本能：死的本能是有机体返回先前无机状态的趋向。它是一种破坏力，当它指向个人内部，则表现为自责、自杀或受虐狂等行为，当它指向外部，就会产生憎恨、攻击、侵犯和施虐狂等行为。

（4）人格发展

①自唇期（0~1岁）

口腔活动如吮吸，吞咽、咀嚼，等等，不仅满足了婴儿饥饿时的需要，而且这些活动本身也提高了性快感。

口唇期可以分为两个亚期，即前口腔期和后口腔期。

A.前口腔期从出生到八个月，婴儿的性快感主要来自吸吮和吞咽活动，唇和舌成了主要的动欲区。

B.后口腔期大约是出生后第八个月到一周岁。

当遇到挫折时，婴儿常常以咬来报复，这种伤害或毁灭对象的欲望被称为“口腔型施虐欲”。

在口腔期，婴儿通过与食物和食物提供者的协调活动，逐渐产生了亲密感，开始把自己与现实环境区别开来。这种现实感的获得，标志着婴儿自我的诞生。自我的形成是口腔期的最重要的成就。

②肛门期（1~3岁）

在这个时期，肛门的排泄活动成为力比多发泄的主要途径，而肛门期的经验对人格发展具有十分重要的意义。

肛门期也有两个亚期，即前肛门期与后肛门期。

A.前期力比多的主要目标是通过肛门排泄粪便解除内部压力以获得快感体验。除排泄粪便解除紧张所产生的快感外，成人对儿童排泄活动的过分注意也增加了儿童对排泄本身的兴趣。

B.在后肛门期（又称保持期），力比多保持粪便而不是排泄粪便。原因在于保持粪便也能产生性刺激，另外也是由于成人对儿童排泄活动的高度重视。在此阶段，父母和儿童之间会产生很大的冲突，父母力图对儿童进行训练，以便养成卫生习惯。而儿童则希望自由地、不受干扰地进行排泄活动。在这一阶段的晚期，儿童在排便习惯问题上

进行了一定的妥协，而儿童的动欲区也就从肛门转移到身体别的部位，儿童的人格发展进入了一个新的阶段。

③性器期（3~6岁）

在这个时期，儿童通过抚摸、显露性器获得力比多的满足。

弗洛伊德认为，这一时期内儿童不仅对自己的性器官发生兴趣，有手淫行为，而且他们的行为开始有了性别之分。

在这一时期男孩有恋母情结，企图杀父娶母，产生阉割焦虑。这种焦虑使他放弃对母亲的性渴求，并通过对父亲的认同作用产生了超我，从而使恋母情结消失。男孩在认同父亲的过程中获得了许多与父亲相同的价值观，形成自强、自夸、攻击性等男性性格；而裸露和攻击行为则是掩盖阉割焦虑的反向作用，也可以有升华作用，变得像母亲一样柔情。

对女孩来说，因有阴茎妒慕而产生恋父情结，企图杀母嫁父。由于阴茎妒慕，她可能仿父亲，变成“假小子”性格。如果女性冲动占优势，她就更倾向于模仿母亲，形成女性性格。

④潜伏期（6~11/13岁）

约从6岁到12岁左右。力比多冲动就处于暂时的潜伏状态，性兴趣被其他兴趣，如探索自然环境、知识学习、文艺体育活动和同伴交往等所取代。

这段时间里，由于儿童生活范围的扩大和在学校吸取了系统知识，儿童人格中的自我和超我部分获得了更大的发展。男女儿童之间的关系较疏远，团体活动时多是男女分组，甚至壁垒分明，互不来往。这种状况一直维持到青春期才又发生变化。

⑤生殖期（11/13岁以后）

是性本能发展的最后阶段。经过一段潜伏期之后，青年男女进入青春期，随着性成熟，两性之间在身体上的差异日益明显，生殖器成为主要的性感区，此时已摆脱儿童时期的性对象，并以异性为性对象。力比多方向的改变也是逐渐形成的。这一时期持续时间最长，从青春期直至走向衰老为止。弗洛伊德认为潜伏期和生殖期对人格基本结构的发展无关紧要。

Tips:

不同的教材翻译的不同，口唇期=口腔期，性器期=性蕾期，生殖期=两性期=青春期（林崇德老师的《发展心理学》把第五个阶段称为“青春期”）。

（5）焦虑

由于自我受3个主人的压制：现实，本我和超我，所以相应地形成了3种类型的焦虑：现实焦虑神经质焦虑和道德焦虑，对应的根源分别是现实，本我和超我。

①现实焦虑：是对一个真实的外部威胁的反应，是人觉察到周围环境中存在的现实危险所产生的内心的紧张、不安和恐惧。

②神经质焦虑：是某些具有威胁性的本我冲动突然进入人的意识层面而产生的反应，其危险在于自我可能会失去对不被接受的本我愿望的控制。神经质焦虑往往由现实焦虑发展而来。这种焦虑是由于担心失去对本我的控制而产生潜在危险而产生的，并不是对本我自身的恐惧，而是害怕本我不分青红皂白的冲动带来受惩罚的结果。

③道德焦虑：由于意识到自己的思想行为不符合道德规范而产生的内疚，羞耻感和罪恶感，即所谓良心的谴责。当本我的某个原始冲动威胁自我去获得满足时，超我就会产生这样的反应。本我冲动和超我之间的斗争越激烈，道德焦虑也越显强烈。

（6）自我防御机制

为了减轻或消除人格内部的冲突，降低或避免焦虑，以保持人格的完整和统一，自我创造了许多保护性的机制，弗洛伊德称之为自我防御机制。

主要的防御机制类型有以下几种：

- ①压抑（repression）：冲动被排除到意识之外，使自我阻止激起焦虑的那些念头，情感和冲动达到意识水平。最常见的表现形式是选择性遗忘。
- ②投射（projection）：指把自己内心不被允许的态度、行为和欲望推给别人或其他事物，如“借题发挥”。
- ③反向形成/反向作用（reaction formation）：为了掩藏某种欲念而采取与此欲念相反的行为。如“矫枉过正”“此地无银三百两”。
- ④移置（displacement）：指将一种引起焦虑的冲动投注改换为另一种不会引起焦虑的冲动投注。如在单位中受了气，向家里人发泄。（改换目标）
- ⑤合理化/文饰作用（rationalization）：用一种自己能接受的、超我能宽恕的理由来代替自己行为的真实动机或理由。常见的合理化作用有两种：一是“酸葡萄”机制，二是“甜柠檬”机制。
- ⑥否认（denial）：是指个人潜意识的阻止有关自己痛苦的事实进入意识。如否认丈夫已死。
- ⑦升华（sublimation）：将本能的冲动或欲望转移到为社会许可的目标或对象上去。
- ⑧理智化（intellectualization）：指个体通过使思想和情感之间产生分离来达到保护自己免受痛苦的过程。
- ⑨抵消（undoing）：指当个体有时产生不合道德的冲动或做出不道德的行为时，会通过完成其他行为以使原先的冲动或不道德行为失效。
- ⑩退行（regression）：指当个体遇到挫折时，会放弃已学到并掌握的较为成熟的适应技巧或行为方式，而恢复使用原先较为幼稚的方式去应对困难和挫折，或满足自己的愿望。

Tips:

北京师范大学，北京大学，华中师范大学等多所院校都在此处命题，有的院校会要求举例子。

2.研究方法

（1）临床法

精神分析的研究方法主要是临床法，即对个体做系统深入的考察，是精神分析的主流研究方法。

（2）自由联想法

精神分析家在使用这种方法时，让病人在安静的房间里，放松地躺在一张躺椅或床上。病人背向分析家，在分析家鼓励下病人回忆，自由联想，并将所想到的讲出来。在过程中，关键是要要求病人把所想到的一切都讲出来，不管这些想法是无关要紧的胡思乱想，还是可笑的或使人不好意思的念头。这种方法的目标是把压抑在潜意识中的引起患者变态行为原因的东西揭示出来。这样，分析家一方面使患者清醒地意识到那些东西，以便正视它们，消除它们的不良后果，恢复心理健康；另一方面，使自己获得大量有关无意识、人格结构和机制的研究材料。

（3）释梦（梦的分析）

梦可以分成表层的显梦（显性梦境，做梦者看到和记得的东西，是做梦者意识到的东西）和深层次的隐梦（隐性梦境/隐意，被压抑在无意识中的欲望和动机）。在清醒时，很多无意识愿望很难公开表达。这就是它们一直被压抑的原因。但是这些不被接受的意象在梦中可以以伪装的方式出现。在弗洛伊德看来，梦的实质就是被压抑的无意识欲望的一种变形的满足方式。梦的分析实际上就是梦的制作的反过程，即将显梦翻译为梦的隐意，或做梦者的无意识观念与欲望。

（4）日常生活中的心理分析

在弗洛伊德看来，人们日常生活中出现的口误、笔误，读误、听误、误放与误取等失误现象，以及遗忘，遗失等遗忘现象，或一些发生的意外事件，并非完全出于偶然，其背后可能隐藏着个体的真实动机，即这些行为现象与被压抑的潜意识欲望和观念有着密切的联系。

3.理论评价

(1) 贡献

①弗洛伊德是心理学史上第一个对人格进行全面而深刻研究的心理学家。

他将潜意识作为其研究的核心，使人们进一步认识了心理活动的复杂性和多维性，拓宽了心理学的研究领域。

②弗洛伊德强调本能的作用，对人们重视生物因素，从生物学的角度理解人格的发展有一定的启发作用。

③他对性的研究，也冲击了传统的、陈旧的性观念，使人们对性的问题不再感到神秘，促进了性科学的发展。

④他的“人格三结构”理论是第一个完整的人格理论。弗洛伊德在研究人格发展的过程中，注意到了心理发展的阶段性，每个阶段的生理基础以及教育和训练在各发展阶段中的作用。

⑤精神分析技术的发展和运用，对精神病学的理论和实践产生了革命性的变革，尤其是对心理治疗而言。精神分析是第一个心理病理和心理治疗技术的体系，是各种心理治疗流派发展的基础。

(2) 缺陷

①弗洛伊德对于人性消极负面的看法。

他过于看重本能在控制人的行为方面的力量，而且把一切都归源于无法自知的原始欲望。对人格的负面成分的过分重视，使得他的整套理论都显得过于悲观，甚至有时对人性作丑化的描述，未免有失偏颇。

②不少学者批评弗洛伊德的性心理发展阶段学说。

弗洛伊德过分夸张性在人格形成和发展过程中的决定性动力作用，认为一切行动都根源于性驱力，而忽视了社会以及文化对于一个人的影响。且弗洛伊德的人格发展理论太过偏重儿童的早期经验，相对地忽视了人的一生连续的发展历程。

③方法的严谨性受到了质疑。

④唯心主义的社会文化观，从根本上说是错误的。

(二) 荣格的分析心理学理论

1.理论观点

(1) 人格结构

①意识（conscious）和自我（ego）

意识是人格中唯一能被个人直接知晓的部分，人类个体意识的发展是一个个性化的过程，在个性化的过程中产生了一种新的要素，即自我（ego）。它形成个人的认同感和连续性，自我是个体意识的中心，其内容由感觉、思维、情感和直觉等组成。

②个体潜意识和情结

个体潜意识是“潜意识的表层，它包括了一切被遗忘了的记忆、知觉以及被压抑的经验”。个体潜意识的一个重要特点就是“情结”的形式表现出来。情结决定着个体人格的许多方面。

荣格认为心理治疗的目的是帮助病人解开情结，把人从情结的束缚下解放出来。但荣格后来发现，情结并非只起消极作用，实际上它常常是灵感和创造力的源泉。特别是强烈的情结会驱使人去创造精妙绝伦的作品。

③集体潜意识和原型

集体潜意识是指在漫长的历史演化过程中世代积累的人类祖先的经验，是人类必须对某些事件做出特定反应的先天遗传倾向。它在每一世代只增加极少的变异，是个体始终意识不到的心理内容。集体潜意识的主要内容是原型。

原型是对某一外界刺激做出特定反应的先天遗传倾向，可以是某个人物、某个情境，或某些抽象概念，且原型是情结的核心。荣格发现，原型中最重要的有以下四种：

A.人格面具（persona）

人格面具指人在公共场合中表现出来的人格方面，其目的在于表现一种对自己有利的良好形象以便得到社会认

可，对个体适应社会有重要作用。

但人格面具的过度膨胀也会带来危险，表现有三；第一，对他人的危害——人格面具过度膨胀的人企图把一种固定的角色强加于人，经常以命令的方式对人；第二，对自己的危害——容易导致骄傲自大目空一切，受挫后又会产生强烈的自卑感，从而远离集体，最终导致孤独感的产生；第三，影响人格结构中其他组成部分的发展。

B.阿尼玛（anima）和阿尼姆斯（animus）

又称男女两性意象。阿尼玛指男性心灵中的女性成分或意象；阿尼姆斯指女性心灵中的男性成分或意象。这是在漫长的岁月中男女相互交往所得的经验而产生的。阿尼玛和阿尼姆斯使男女之间互相理解，使双方更好地沟通，并引导人们选择合适的伙伴。

C.阴影（shadow）

阴影代表与个体同性别的原型，影响个体与同性别他人的关系的原型，是人的心灵中遗传下来的最黑暗隐秘，最深层的邪恶倾向。它寻求向外部投射，但它的本性却是生命力、自发性和创造性的源泉。

D.自性（self）

它是集体潜意识的核心原型。其作用是把所有其他的原型都吸引到自己的周围，使它们处于和谐状态，即把人格统一起来最终形成一个稳定、均衡的整体。荣格认为人格的最终目标是自我实现，而自我实现就是人格各方面的和谐、充实和完善，因此自身原型的最完满发展是个体自我实现的一种内驱力。

自身（self）原型和自我（ego）的区别是，自我仅仅是意识领域的核心，而自身则是整个身心的主题，包括了意识和潜意识两个部分。

综上所述，以上四种原型分别从社会角色，两性关系、同性关系和原型间的协调关系四个方面对人产生作用和影响。

Tips:

不同的教材翻译的不同，自性=自身=真我。

(2) 人格类型理论

①一般态度类型观

A.外倾: 倾向于指向外部环境的态度，也称外向（**extraversion**）。

B.内倾: 倾向于指向内部环境的态度，也即指向个体自身内部的主观世界，也称内向（**introversion**）。

荣格认为，两种人格类型很难有纯粹的典型，绝大多数人都是两种人格特点兼有，只有可能某一人格类型更占优势。

②机能类型观

人的心理活动有四种基本的思维功能（**function of thought**）:

A.感觉（sensation）, B.思维（thinking）, C.情感（feeling）, D.直觉（intuitive）。

③八种人格类型

类型	特点
外倾思维型	思维过程由外部事物和观点所控制；思维功能占优势；情感功能受压抑；客观机械
外倾情感型	情感追求与外在的和谐统一；情感功能占优势；思维功能受压抑；易动感情
外倾感觉型	追求新异刺激以获得新的感觉体验；直觉受到压抑；给人的感觉是现实的，宜人的
外倾直觉型	行为处事依赖直觉和灵感而不是客观事实；感觉受到压抑；富于幻想，易于变化，具有创造性

内倾思维型	对抽象思维和理论思辨具有浓厚兴趣；情感受到压抑；理论型、智力型和非实践型
内倾情感型	情感由内在主观因素激发，深藏不露；思维受到压抑；冷漠不关心，沉默，有主见
内倾感觉型	常沉浸在自己的主观感觉世界中；知觉受到压抑；沉静，固执，富有诗意、艺术性强
内倾直觉型	沉醉于满足自身内在需要和体验；善于幻想，观点新颖独到但稀奇古怪；行事乖张

Tips:

MBTI 是以荣格的八种心理类型为基础进行编制的。

2.研究方法

(1) 语词联想技术

通过被试对词语的联想内容以及反应时，皮肤导电频率及呼吸频率变化，探测隐藏在个人潜意识中的情结。(实验涉及反应时技术，可结合实验心理学一起学习)

(2) 释梦技术

①放大法；②绘画疗法。

3.理论评价

(1) 贡献

①荣格的分析心理学更多的时候被看作是弗洛伊德经典精神分析的超越。现代的艺术治疗.游戏治疗，后现代艺术的很多思想都根植于分析心理学的理论。

②荣格对本能和力比多概念的深化做出了重要的贡献，摆脱了弗洛伊德泛性论的倾向。

③他对集体潜意识和原型的研究几乎涵盖了人类一切文化精神现象，大大扩展了心理学的研究视野，促进了民族心理学、文化心理学和宗教心理学的发展。

④他对于人格类型的研究也开创了个体差异研究的新领域，心理学家根据荣格的心理类型编制了测量内外倾的量表，至今仍广泛地应用到教育.管理和职业选择等领域。

(2) 缺陷

①荣格学说浓重的神秘与宗教色彩、晦涩难懂的行文招致了很多批评。

②荣格的原型理论是形而上的、无法验证的概念，其种族遗传观点是错误的。

③其理论在一定程度上是让人费解与迷惑的。

(三) 阿德勒的个体心理学理论

1.理论观点

(1) 人格动力

在早期理论中，阿德勒认为对器官缺陷和生理自卑的补偿是人格的原初动力。后来，阿德勒将强调的重点从生物学意义上的生理自卑转移到心理的自卑感。

①自卑感：阿德勒认为每一个人一生下来就具有不同程度的自卑感，这种普遍的自卑感就成为人格动力。阿德勒认为自卑感源于个人生活中所有不完全或不完美的感觉，包括身体的、心理的和社会的障碍，不管是真实的或是想象的障碍。补偿或超补偿就是直接指向于个人真实的或想象的自卑感。

阿德勒认为，个人的自卑感源于婴幼儿期的无力、无能、无知。婴幼儿完全依赖成人才能生存，所以生命之初

就有自卑感。有了自卑感，人就有了补偿的需要；不断补偿又不断发现新的自卑，于是又向新的优越努力。无法克服和摆脱的自卑感就发展为严重的自卑情结，导致神经症。

②追求优越：阿德勒认为人的一切行为都受追求优越的向上意志支配，人类行为的根本动力就是追求优越。

(2) 人格结构

阿德勒并没有提出一个完整的人格结构，而是提出了一些基本的概念，用以描述和解释人格。

①生活风格

阿德勒把个人追求优越目标的方式和追求优越的实际结果称为生活风格，生活风格决定了一个人适应生活中的困扰和解决问题的方式，以及实现目标的手段。

四种生活风格：A.控制型；B.索取型；C.回避型；D.社会型。

生活风格分为健康的生活风格和病态的生活风格。病态的生活风格由童年期的三种状态引起：A.器官缺陷；B.溺爱或者娇纵；C.受忽视或遗弃。

解释生活风格的三种途径：A.出生顺序；B.早期记忆；C.潜意识梦境。②创造性自我

创造性自我是指人格中的自由成分，它使得个体能在可供选择的生活风格和追求目标之间进行选择。

阿德勒认为，人类不是遗传或环境的简单被动的接受者，每个人都自由地作用于这些影响，按照个人自己的方式创造地将它们加以组合。

③社会兴趣

社会兴趣是全人类和谐生活，友好相处，渴望建立美好社会的天生需求。社会兴趣虽然是遗传得来的，但它必须加以认识才可能得到发展。父母对发展儿童的社会兴趣具有重要的影响。

2.理论评价

(1) 贡献

①阿德勒的理论因其平实易懂、积极乐观而被广大的心理学研究者和咨询师所接受，对于心理学的发展有着巨大的贡献。

②阿德勒提出了人本主义的人性观，认为人能够主宰自己的命运，具有利他思想、具有合作性，独特性和察觉性。一般也把阿德勒看做人本主义心理学的先驱。

③他更多地看到了人类利他的本性和行为倾向，即具有社会情感，追求优越感。他使得心理学者注意到社会因素的重要性，并修正了弗洛伊德理论中过分偏重性本能的观点，这对于后来的新精神分析影响深远。

(2) 缺陷

①虽然个体心理学已经历过进一步的发展与提炼，但阿德勒的许多原创性的基本假说被描述为难以实证。

②他大部分的理论均根据常识般的心理学知识，而复杂的观念则过于简化。

二、新精神分析学派

(一) 埃里克森的自我心理学理论

1.理论观点

(1) 人性观

埃里克森是一个乐观主义者，他认为有能力克服人格和社会出现的危机，从而获得成长。

(2) 人格发展

埃里克森认为，人的发展是按阶段依次进行的，可以划分为八个阶段。在心理发展的每个阶段上都存在着一种“危机”（是指发展中的一个重要转折点）。积极地解决危机可以增强自我的力量，帮助个体更好地适应环境；消极地解决危机，则会削弱自我的力量。

①基本信任对基本不信任（0~1岁）

天任考研

相当于弗洛伊德的口腔期。

在这一时期，儿童无助感最强烈，最需要依赖成人，这一阶段的危机的积极解决，形成希望的品质。

②自主对害羞和疑虑（1~3岁）

相当于弗洛伊德的肛门期。

儿童介入自己意愿和父母意愿两者相互冲突的危机中。这一阶段的危机如果得到积极解决，儿童就会形成良好的自控和坚强的意志品质，反之，消极对待就容易形成自我疑虑。

3主动对内疚（3~6岁）

相当于弗洛伊德的性器期。

如果这一阶段的危机得到积极解决，主动超过内疚，就会形成有方向和有目的的品质，反之消极对待，就会形成自卑感。

④勤奋对自卑（6~12岁）

相当于弗洛伊德的潜伏期。

如果这一阶段的危机得到积极的解决，就会形成有能力的品质，反之，消极对待，就导致无能感。

⑤自我同一性对角色混乱（12~20岁）

相当于弗洛伊德的生殖期。

自我同一性对发展儿童健康人格是十分重要的，同一性的形成标志着儿童期的结束和成年期的开始。

如果在这个阶段青少年不能获得同一性，就会产生角色混乱或消极同一性。角色混乱是指个体不能正确地选择适应社会环境的角色；消极同一性是指个体形成与社会要求相背离的同一性。

这一阶段的危机得到积极解决，青少年获得的是积极同一性，就会形成忠诚的品质；如果是消极同一性，就会形成不确定性。

⑥亲密对孤独（20~25岁）

这一阶段属成年早期。

如果这一阶段的危机得到积极解决，就会形成爱的品质；如果是消极解决，就会形成混乱的两性关系。

⑦繁殖对停滞（25~65岁）

这一阶段属于成年期，一个人已由儿童变成为成年人，变为父母，建立了家庭和自己事业的时期。

如果这一阶段的危机得到积极解决，就会形成关心的品质；如果是消极解决，就会导致自私自利。

⑧自我整合对失望（65岁以后至死）

这一阶段属成年晚期或老年期。

如果这一阶段的危机得到积极解决，就会形成智慧的品质；如果危机是消极解决，就会有失望和毫无意义感。

Tips:

不同人格教材上的年龄段说法不同，不同科目的说法也不一样，以上年龄段为参考，同学们可以结合院校官方或推荐教材学习和背诵。许燕：口唇期（0-1岁），肛门期（1-3岁）、生殖器期（3-6岁），潜伏期（6-12岁），两性期（12-20岁）、青年期/成年早期（20-25岁）、成年期（25-65岁）、成熟期/晚年（65岁至死亡）；林崇德第三版：婴儿期（0-2岁），儿童早期（2-4岁）、学前期或游戏期（4-7岁）、学龄期（12-18岁），成年早期（12-18岁），成年中期（25-50岁），老年期/成年晚期（50岁至死亡）。

2.理论评价

（1）贡献

①他摒除了弗洛伊德的“社会是挫折冲突之源”的说法，强调人格发展中社会和文化影响的作用，将精神分析

和社会学结合了起来；

②他强调健康和适应性的自我机制，使得精神分析不再局限于临床个案的研究，而是扩展到了正常个体的研究；

③他把以自我为中心的人格发展阶段扩展到整个生命周期，突破了其他自我心理学仅仅描述幼儿早期人格发展的局限。从此以后，人们眼中的精神分析成为一个可以持续发展的理论，而不再是僵化的教条。他对于社会偏见的强烈反对态度，也使他成为最早的维护弱势群体利益的人之一。

（2）缺陷

①在某些批评家看来，埃里克森在理论立场上调和矛盾的态度无疑削弱了其自我心理学的影响力。

②一方面，他提出了完全不同于弗洛伊德的积极乐观的自我理论；另一方面，他又坚称自己绝对效忠于经典精神分析阵营，致使他的学说体系显得不够严密。

③埃里克森提出的心理发展八阶段理论的思辨性多于科学性，他使用的研究方法主要就是主观性强的传记和个案研究，因而他所提出的诸如希望，意志这样的抽象概念也很难用实证方法去验证。

（二）霍妮的神经症理论

1.理论观点

（1）基本焦虑

基本罪恶（父母对孩子）→基本敌意（孩子对父母）→压抑敌意→基本焦虑（孩子）

①基本罪恶：是指损坏儿童安全需要的行为，这些行为包括苛责，过度放纵，过度保护。

②基本敌意：是指因缺乏真正的父母的温暖和爱，被伤害的子女对父母产生的敌意感。

③基本焦虑：是指因安全感受到干扰或破坏，儿童处于充满敌意的孤独，恐惧与无助的痛苦状态，基本焦虑的产生直接源于儿童对基本敌意的压抑。

饱尝了上述3种情况折磨的个体会泛化敌意，于是他们不再根据自己的真实情感与人交往，不再用简单的喜欢与不喜欢，信任与不信任来表达自己，而是用各种自认为安全的方式努力把自身的伤害降到最小。于是健康人格的自我实现的要求就被强烈的安全感需求所取代。

（2）神经症人格

①亲近他人与顺从性人格

这种适应模式包括感情和赞赏的神经症需要，寻求能够照管他生活伙伴的神经症需要，以及将自己局限于狭小生活领域内的神经症需要。其人生哲学是“如果我依从，那我就不会受到伤害”。

②远离他人与回避型人格

这种模式包括自负、不依靠他人以及寻求完美无疵的需要。他们不以任何方式在感情和他人中发生联系，在自己的周围筑起一道任何人都无法穿透的魔圈。其人生哲学是“如果我隐退，那么什么也不会伤害我”。

③反对他人与攻击型人格

这种适应模式包括权力，利用他人，获得声望、寻求赞美、获得个人成就等神经症需要。在许多方面，这种类型的人与依从型相反。其人生哲学是“如果我有权力，那谁也不能伤害我”。

2.理论评价

（1）贡献

①霍妮是精神分析社会文化学派的开创者，她使精神分析式的思维从纯粹的强调生理、解剖和个体转移出来，转而关注一个温暖稳定的家庭以及社会和文化影响的重要性；

②使得精神分析治疗更加广泛而有效地满足了现代人适应社会生活的需要，为后来的人本主义心理学开辟了道路。

③她对于焦虑、移情等重要现象的分析十分有见地，对于女性心理的论述也更加符合现代的观点。

(2) 缺陷

①它与前人理论具有相似性：霍妮照搬了经典精神分析与个体心理学的诸多概念，创新性不够。

②霍妮过于强调神经症，忽略了正常人格的结构与发展。

③霍妮的理论在内部一致性上存在明显的不完善之处，一方面她十分强调社会文化对于神经症形成的重要作用；另一方面却没有指出社会文化作用于人格的具体机制是什么，也没有提出社会改革的要求，而是只一味关心个人如何去顺应这种文化。

(三) 弗洛姆的社会精神分析理论

1. 理论观点

(1) 人类的需要

弗洛姆认为，人类的需要一般可以分为以下 6 种类型：

①关联的需要；②超越的需要；③寻根的需要；④认同的需要；⑤方向架构和献身的需要；⑥刺激和被刺激的需要。

(2) 人格类型

为了满足上述需要，克服因孤独而引起的焦虑，人们会遵循不同的方向来解决自身的问题，这些行为方向可能会以某种特殊的行为模式为中心，发展成为一个人特定的性格。

人格的六个类型：①接受型；②剥削型；③囤积型；④市场型；⑤官僚型；⑥建设型。

2. 理论评价

(1) 贡献

①弗洛姆把心理现象放到广阔的政治，经济和文化的背景下加以研究，大大拓宽了精神分析以及整个心理学研究的视野。

②他关注现代社会中大多数人的生活状况，以现代人的精神危机和困境作为关注的核心，把心理疾病与社会现实结合起来，广泛利用历史文献作为研究论据。

③他对于男女平等，生理驱力等概念的研究也比之前的学者要来得合理。

(2) 缺陷

①虽然他创造性地将精神分析发展到了一个新的高度，但是他的学术毕竟是建立在心理学的基础上，因而这样的社会改革理论不可避免地陷入了乌托邦的空想主义。

②在弗洛姆的著作中，似乎缺少定量的分析和研究，因此不少现代心理学家把他的观点视作是尚未获得实证研究支持的哲学观点。

③弗洛姆未能提出一个全面完整的人格理论，且弗洛姆比较关注无法验证的推理，因此他对于现代心理学思想的影响有限。

(四) 沙利文的人际关系理论

1. 理论观点

所谓的人格结构不能仅以个人为单位来研究，而应以人际关系为单位，研究人们在人际交往中形成的对于自身和他人的心理概念系统。

(1) 人格化

个体会以人际经验为基础形成对自己和他人的习惯性印象（包括情感，态度，思维等），这一过程称为人格化。

(2) 自我系统

自我系统也叫自我动能，是指以个体的人际经验为基础建立起来的一种自我形象。

(3) 选择性忽视

如果自我系统遭到了可能威胁其稳定性的信息时，它可能只是简单地忽略或者拒绝这些不和谐的信息，依然故我地和从前一样运作，称之为“选择性忽视”。

（4）非我

非我是人格中最阴暗可怕的一面，包含着人格中那些极具威胁性，连坏我都应付不了的方面。

2.理论评价

（1）贡献

- ①将精神分析的研究中心转移到社会学的方向上，超越了弗洛伊德精神分析的生物化倾向；
- ②是对精神分裂症提出有说服力的心理动力学解释的第一人；
- ③关于焦虑的论述比阿德勒要完整和细致。

（2）缺陷

- ①提出一大堆自己创造的深奥可怕的术语；
- ②他的动力论被指责与弗洛伊德的性欲论和阿德勒的自卑论类似；
- ③将自我系统的形成归因于重要他人赏罚的结果，忽视了孩子自己的错误认知造成的歪曲；
- ④太过于强调人格的人际部分，并没有衍生出多少实证研究。

（五）客体关系理论

1.基本概念

客体是指我们身体以外的人、事物或观念。

2.人格结构

客体包括内在客体和外在客体。内在客体是指一个心理表象，它是一个和重要他人有关的影像，想法，幻想，感觉或者记忆。外在客体则是指一个真正的人或真正的物体。

客体关系是自我与内在客体或外在客体之间的互动。

3.人格动力

- （1）建立关系是发展的动力；
- （2）内化机制

客体关系的内化依赖于客体的表征。

4.人格发展

从发展的角度看，最早的客体关系单元是一个共生的自我—客体。这些未经过分化的经验发展下去就意味着要产生分离，即形成分化了的经验。所有的精神生活从共生开始，人们真正的自体就是从这个情感的海洋中产生的。

（六）对新精神分析理论的总体评价

1.重要贡献

- （1）把潜意识理论的开拓性研究推向了新的里程碑；
- （2）扩展了新的理论领域，加强了相关学科的联系；
- （3）丰富了现代医学模式的内涵，发展了精神病学中心医学的理论和方法。

2.主要缺陷

- （1）没有脱离精神分析的理论主体；
- （2）对未来社会的乌托邦式构想；
- （3）理论仍具神秘色彩。