



Kim Kleinman

32 年儿童和成人精神分析治疗经验

少有的儿童与成人双重精神分析家

国际精神分析协会 IPA 训练分析师和督导师

当代弗洛伊德学会儿童和青少年精神分析项目主席

武汉中美班儿童青少年精神分析组督导师

要点回顾之一

01

有的时候我们会看到这样的现象，就是 4、5 岁的小孩子，他们可能会有很多的违抗，很多的淘气行为，然后我作为治疗师，去问家长说：“你觉得自己的孩子心里面会有什么样的想法，有什么感受呢？”这个家长会这么回答，他说：“我也问了我孩子呀，我



的孩子说他不知道，所以我也不知道。”这些孩子之所以不知道自己的想法、感受，是因为在更早之前他们的爸妈没有能够去描述孩子的这些内心世界、内心感受。

02

在早期精神分析里面这些先驱者就已经注意到一个非常重要有意思的现象就是我们的本能、冲动，不是说自动的就能够转换成一种精神功能的，只有**我们能够去思考这些本能、冲动**，这些本能和冲动才能用另一个术语去描述，就是驱力。而驱力这个术语代表它已经是一个精神功能了。家长对孩子的爱，让孩子有了对自己的爱，孩子有了对自己的爱之后孩子才能够对这个世界产生兴趣。

03

Rotenberg 也描述了一个在我们临床工作中非常常见的现象，他是这样写的：举一个例子，如果宝宝饿了，但是母亲看着他说：“他很困，就像我一样，我们都没有得到足够的睡眠。”母亲的解释其实就否定了这个宝宝的“他者属性”。这个他者属性指的就是宝宝的**感官体验、感知、现实是另一个人的感知**。与此相反的，就是宝宝的这种不快的状态、不舒服的状态是根据母亲欲望的现实来配置的，就是母亲用她自己想要睡觉的欲望来遮盖了这个婴儿的他者属性，没有承认婴儿作为一个他者有他自己的需要。这种事情发生得太多了，有的时候孩子在玩玩具，突然这个玩具可能坏掉了，然后他哭了起来，但有些家长可能就会说：“啊，他饿了。”如果说孩子的体验其实是焦虑但是孩子却被提供了食物，那 Rotenberg 讲这个孩子会有一种什么东西失去了，什么东西丧失掉的感觉，而且他根本没有办法定位这样的一种丧失感，所以孩子会感觉非常的困惑。而这样的一种困惑会引发更多的焦虑，这样的一种负面循环在随后可能就会被认为是这个孩子过度紧张、过度敏感。但是这样的话这个恶性循环会进一步加剧，这个误解会持续下去。



要点回顾之二

01

“间断性的灌注”是家长时不时的会不再继续对孩子有力比多的灌注，会把孩子从心里面给忘掉，研究发现那些有着轻度发育迟缓、发育迟滞的儿童，这些儿童可能还没有到达发育迟滞诊断的程度，但确实是比普通的发育要稍微慢一点。这些儿童的家长常常就会有这种间断性的去灌注的问题，时不时的就失去对儿童的力比多灌注。

举个来自我临床治疗的例子，我有一个病人，她提到在她很小的时候，她的爸爸妈妈经常举行非常盛大的聚会，有二十、三十多个人参加，在那些聚会上，那时她才2岁到4岁之间，可能都聚会了很长时间，突然会有人问说：“唉，你们家那个小朱莉去哪了？”那个时候他们所有人才开始找这个孩子在哪，而那之前好像所有人都忘记这个小孩的存在了，没有人关心。这个其实就是养育被传递给孩子的方式，就是家长能够在心里面一直记着，一直把他留在心里，一直记挂着他。通过这种记住一个人，通过保持与这个人的心灵的联系，家长实现了养育。

02

当我们讲到全能感这一个概念的时候，我们其实描述的是这样的一种状态，就是这个儿童需要时时刻刻都处在能够控制的状态，让一切都在自己的掌控当中，而且当他不能够控制所有事情的时候，他会有非常大的挫败感。而有一些儿童他们可能是在某一些特定的方面会有这种全能感的状态，但不是说在所有的方面都非常的全能。

比如说一个6岁的小孩子，他可能会说我想成为世界上最有钱的人或我想成为最有名的电影明星或奥林匹克运动会的冠军，那6岁的孩子有一些特定的方面有这种非常高的期待、愿望，其实是符合他的年龄发展特点的。如果是这种情况，治疗师的干预策略以及



家长的应对策略就是和孩子一起去享受这个幻想，而且说：“哦，成为世界上最有钱的人，那可真是太好了，那你觉得当你那么有钱的时候你会过着怎样的生活呢？那么多的钱，你会怎么花呢？”就是**继续去探索这个儿童的幻想**。但是如果这个人已经 16 岁了，然后你听到他的这些愿望是有一点不现实的，**对 16 岁的干预工作就是引入一些现实的维度**。比如这个 16 岁的孩子说自己想成为奥林匹克运动会的冠军，那你可能需要和他一起聊聊：“想要成为奥林匹克冠军的话，16 岁这个年龄会不会稍微有点大了呢？因为好像一般奥林匹克冠军都要从挺小就开始锻炼的，有的人可能 12 岁就会做一些练习，所以你当前有一些训练吗？”就类似于一个人说我未来想成为一个商业人士，非常成功，那么引入现实就是问他：“那为了达成这样的商业成就，你觉得有什么目标，有什么打算，有什么计划吗？”这个就是对 16 岁的儿童引入一些现实维度。

要点回顾之三

01

这位叫做 Ruth 的研究者，她区分出在亲子融合的状态下，可能会导致儿童有精神病理问题的一些父母的养育形式，她在一开始的时候识别出了**退行的父母、侵入的父母，还有非常惊慌、非常惊恐的父母**这三个种类。但是随后她又区分了一种，就是**角色困惑、角色混淆的父母**，并且她发现最后这种角色混淆的父母最有可能导致孩子出现精神病理的问题。

02

我们从很多小的时候被当做和父母相等、等同的孩子身上，听到了这样一些感觉：在这



种成长经历里面，他们其实是感觉很害怕并且很有负担的，因为他们失去成为孩子的机会，他们被父母当成了和他们同等的人，而且他们觉得**这些要求加在自己身上，其实是**

他们承受不起的负担，所以他们会带有一种不足够的感觉长大，而且到了成年人的阶段，他们还是会有这种不充分、不足够的感觉。

03

安娜·弗洛伊德和其他的儿童心理学家也有类似的提法，儿童的应对机制、防御机制，面对这些强烈情绪的时候可能会有两种处理方法，一种就是彻底关闭掉情感的通道，让自己变得非常僵化，失去和自己情绪的连接。另一种方法是允许孩子能够感受到自己的情绪，并且把这一些强烈的情绪用某种方法整合到自己的人格、性格当中，变成积极的、有建设性的一部分。所以我们是需要有这些感受、需要有这些攻击性的，我们也要帮助这些儿童去理解有攻击性的感觉是没有问题的而且这些攻击性的感觉是不会伤到别人的。

以上描述的这些理论让我可以告诉大家我的一个实践层面的建议，就是家长不能够让孩子做一些会让孩子自己害怕自己的事情，**不能让孩子感觉到自己已经无法被大人容纳失去控制了，从这个角度讲我们需要容纳或者节制、遏制儿童的攻击性行为。**

我有这样的一个印象就是自从我们总的来讲教养方式不再体罚孩子之后，我们好像同时也不再想在物理上、在身体上约束孩子。我们这些家长是更大的人，肯定要比3岁的小孩大很多，所以绝对是有能力通过握住孩子的手，或者用手臂把孩子给抱住和约束起来，通过这种形式避免孩子会做一些伤害自己或者打碎东西或者伤害别人的事情。我觉得这一点其实是非常重要的，因为这样才能让孩子**感觉安全，感觉到他是可以被容纳的。**

要点回顾之四



01

在精神分析里，如果一个人幻想自己在精神层面受伤了，他的一些功能受到了伤害或损伤，不再是一个功能完整的人了。这样一种幻想中的感觉都被叫做“**象征性阉割**”。

早期的精神分析文献认为有一些儿童当他们自慰了之后，他们会感觉十分的内疚，而当他们感觉内疚的时候，在他们的幻想里面他们就会觉得自己需要受到惩罚，所以这个可能就是一种阉割的状态。但随后他们会把这种被阉割的感觉置换到自己的大脑里面，置换成是自己的大脑受到了损伤，导致他们在学习上、在理解上出现困难，因为他们的感受置换了，他们觉得自己的大脑坏了。

拉康在构建他的理论的时候其实做了一件我自己会尽量避免的事，就是拉康的理论构建实际上是拉康把他自己的一些想法投射到了婴儿的头脑中，**他认为婴儿是对母亲有欲望的，而且婴儿只有这一个欲望就是对母亲的欲望，与此相对的婴儿也认为母亲只有对自己有欲望，自己是母亲唯一的欲望来源。**但是当婴儿注意到或者体会、体验到母亲的欲望实际上也可能指向别处，指向父亲（她的丈夫），那个时候这样的一种认识就创造出了第三者，第三方这样的一种体验、一种状态。

我们再来看看弗洛伊德对阉割的定义。弗洛伊德认为孩子很害怕自己的爸爸会把自己的阴茎给割掉，这个就是孩子的阉割焦虑，而孩子之所以有阉割焦虑是因为他对自己的母亲有俄狄浦斯式的渴望。所以在弗洛伊德式的阉割的定义下孩子害怕恐惧的是自己真正的阴茎被伤害、被割掉。所以我们看到拉康对阉割的概念的认识和弗洛伊德是不同的，在拉康看来当孩子认识到自己不是母亲唯一的那个欲望的对象，母亲还有指向别的人的欲望，比如说母亲对她的丈夫可能会有欲望的时候，当孩子认识到这一点，孩子在心理上有了**一种被阉割的感觉，所以拉康认为这是一个心理上的阉割。**

这种心理上的阉割会带来痛苦，而拉康就像很多其他的法国精神分析学者一样思考，语言的作用其实就是为了应对痛苦，**孩子使用语言去应对这种象征性阉割带来的痛苦和悲伤，而且他们还认为使用语言本身就是他默认了一种丧失。**因为在婴儿还不会使用语言的时候他会感觉自己在没有语言就可以和母亲无缝连接，不需要任何语言就可以被母亲理解的天堂里面。但是随后他发现自己只有用语言去表达自己才能让母亲理解自己，所以**这本身是一件有点哀伤的事情。**



当孩子发现自己不是母亲唯一的欲望对象的时候，他其实也可以认识到自己想要的东西不一定都会被满足，别人不一定都会给他，所以他自己需要应对一些限制，一些不可以。孩子需要掌握这种应对挫折、应对不行的能力，随后才能进入成年人的世界。

罗滕伯格就在文献里面说到了这句话：**如果家长要实现这种共情性的匹配的话，他需要理解自己也不是所有欲望的中心，他也需要容忍自己有一些限制、一些不行，自己也不可能得到所有想要的东西。他也同样需要理解自己的孩子可能也有指向别处的欲望，自己的孩子也不会只把自己当作欲望、快乐的唯一源泉。就是当家长能够理解这一点，当家长能够接受他自己的这些不行、挫折感，家长其实也就接受了他自己的象征性阉割，只有当他接受了他自己的象征性阉割他才能够有这种更现实的朝向，才能够容忍自己想象中的婴儿和真实的有着其他欲望的婴儿，是不一样的，是有差异的。**

要点回顾之五

01

我现在介绍一下由这个关系取向的心理治疗小组发展出的**八要素的干预模式**。

第一个要素是**参与**，指的是在这段关系里面完全的存在，完全的在场。治疗师需要能够**愉悦、享受和这个人在一起，并且能够让自己在情感上在场**。所以治疗师不是非常随便、非常随意的去见自己的病人的，而且我觉得这种在情感上在场是所有心理治疗都适用的，不止针对这些有严重创伤的儿童。

第二个要素是**环境**，指的是能够围绕着这个关系、围绕着这个儿童的环境和情境，能够切实的看到并真正面对儿童到底是从哪来的，儿童的成长背景，还有儿童真实的局限是什么，而且治疗师也需要去认识到当儿童有了一些改变之后，他的环境可能会有什么样的响应。

要素三就是**共情**，能够允许自己想象对方的情绪、对方的体验是什么。



而第四个叫做**自我中心**，指的就是能够认识到每一个人都是特别的，**每一个人都是由他们自己非常独特的自我构成的**。

第五点叫做**热情**，指的就是**面对这些困难的现实仍然保持乐观积极的态度**，我认为第五点是这八条里面最有价值的一点。这一个乐观是非常重要的，就是我们需要**乐观的相信人类是有适应的能力的，人类是可以找到他自己的方式去适应命运带给他的环境和遭遇的**。

作者在一开始举的例子叫做 Patty，就是那个很早就从非常混乱的家庭里面被社会工作者带走，并且之后有了一小段稳定的时间，随后就在寄养家庭里面来回穿梭的这样一个女孩。面对这种例子有些时候我们就会听到治疗师说：“我的天啊，这个人是怎么可以适应这些环境的，简直就是天方夜谭”我觉得这种态度是没有帮助的，我们需要让自己有这种更乐观的态度。

第六点叫做**实证**，指的就是**依赖一些有效的工作方式**。但是我对实证的这一条，我心里面其实是有一些怀疑的，比如认知治疗 and 实证研究被当作是最有实证说服力，这个研究最有实证基础的疗法，但是其实我们如果仔细看是谁在给这些认知行为疗法资金支持的话，我们会发现认知行为疗法的很多资金其实是来自制药厂、制药公司的，这个逻辑其实是如果是短程的认知行为疗法被推荐变成主流的话，其实这些病人后续要继续使用药物的时间就会更长，所以它看起来是实证支持的，但是它背后的这些原理有可能不是那么科学，所以我对这种所谓实证取向的心理治疗方式是有一些怀疑的，我虽然非常欣赏、非常喜欢这些实证，但是**大家可能确实要带着一个审视、反思的眼光去看这些实证研究**。

我现在先讲第八个要素，叫做**扩展**，它指的就是需要认识到这个**关系是会扩展到外部的**，所以需要和儿童的寄养父母，儿童的教师还有他们的社会工作者，**和他们也在治疗室之外有些沟通和接触**。

我们回到第七项叫做**耐心、忍耐**，因为和这样的儿童工作，其实是需要花很长的时间的。这些寄养的儿童，他们其实是有很多困难的，比如他们有的时候睡眠会成问题，行为会有问题或者他们不去上学，而他们身边的所有人都会向治疗师抱怨，家长、老师都会跑到治疗师那来抱怨，而且他们抱怨的时候，其实他们心里面是有一种愿望的，就是让治疗师赶快把这个小孩给修好。



要点回顾之六

01

再强调一下分析治疗的理念，分析性的治疗提供的是**理解而不是满足**。有的时候我们也要帮助儿童认识到有些时候他们想要的东西不一定是真的必要的，而且如果孩子想要什么你都给孩子，这个其实反而会吓到孩子，因为这样的话孩子就会觉得他自己是在掌舵的，他自己是在掌控事情的，那样的话就没有人可以帮助孩子去容纳这些事情或者去容纳孩子了。

在刚才的案例中，治疗师帮助孩子确认他现在能够掌控一些愧疚感和冲动了，这个会让孩子感觉到很自豪，而**这样一种自豪比单纯的满足孩子的需要对孩子有更大的好处更多的帮助**。在这之后孩子就更能够去**思考他自己的感觉而不是要求去满足他自己的这些感觉**，查理现在就可以开始去思考自己很希望妈妈陪在自己身边，他开始思考一些俄狄浦斯三角的议题，就是如果我爱我的妈妈，我的妈妈爱我，但是假如妈妈也爱妹妹，妈妈也爱爸爸，那那个时候妈妈还爱不爱我，**他开始思考这些事情，而不是去要求让人满足他的这些想法，让妈妈就陪在自己身边。**

02

Silverman 她认为儿童其实是能够对治疗师产生移情的，不像有些人认为的，因为儿童的主要情感关系对象是他们的父母所以他们没办法对治疗师移情。

但是在这样的例子里面我们能看到儿童可以对治疗师产生移情。虽然这个移情也许和成年人病人对治疗师的移情不太一样，但这终究是一种移情。有的时候家长在场的话，家长会有些担心自己的孩子会不会对治疗师太粗鲁或者孩子会不会对治疗师说我不喜欢你，然后治疗师也要帮助家长安心，**孩子在治疗里面是可以说各种各样他想说的感受，包括消极的感受**。有一次我也跟一个孩子解释说 he 可以说任何有关对于我的感受，不管是负面的感受还是正面的感受，他都可以说。然后这个小孩就说：“哇，那这真是太棒



了。”当孩子感到自己确实可以表达各种情感之后，孩子其实会觉得和治疗师更亲近了。

03

施受虐的互动方式在心理治疗精神分析里面没有一个特定的配方或者理解的方法，它可能只是有一些线索或倾向能够帮助治疗师找到一些细节、特定的信息，让人可以更好的理解这个特定的案例中的施受虐行为。在这种施受虐的互动里面，其实是有很多相互冲突、矛盾的愿望和想法的。在刚才的例子中，其中父母的一个愿望可能是希望孩子能够强大，能够有力量，但是施受虐互动的一个核心的动力是享受其间的痛苦和折磨，所以就是引发孩子的痛苦并且嘲笑孩子的痛苦，这个是施受虐动力的一个特征，一个线索。所以我们需要理解家长在这样做的时候他们心中的幻想是什么，他们心里面有什么想法，他们认为自己的孩子有什么感受什么想法，这一些探索能够帮我们更好的理解家长的动力。

要点回顾之七

01

哀悼的第一个属性是放弃对特定客体的依恋。

02

Wolfenstein 这样描述哀悼的过程：在哀悼的过程里面一个人逐渐把自己的记忆、希望和愿望区分开来。

Masur 在论文里面提到在哀悼的过程里，一个人对另一个人的依恋其实是被切断了，对



一个人的依恋是会被停止的。我对这一点倒是有不同的想法，我觉得哪怕一个人去世了但是对这个人的爱或者恨其实也是会留下来的。一个人能够做的其实就是在某种程度上放弃自己的希望，放弃自己希望这个人还活着，希望还在自己身边的愿望。当一个人能够多多少少放弃这种愿望或希望的时候，他就有可能能够把自己的依恋转移到别的人，新的人身上。Masur 借着她的这个话继续询问：儿童能不能真的放弃自己对所爱之人的依恋？但是我想把她这一个问题重新构造成：儿童能不能真正放弃这个去世的人还能够继续活过来的希望？就像儿童他其实很难放弃自己离婚了的爸爸妈妈是否还能重新在一起的愿望，我觉得儿童也很难放弃一个去世的爸爸或者妈妈会重新活过来，回到自己身边的愿望。

03

Nagera 提到感知觉，记忆，还有容纳情感的能力，区分自体 and 客体的能力以及对死亡概念的理解，对客体恒常性的建立，这些都是真正的哀悼过程所必须的元素。而我觉得对情感的耐受力是哀悼过程中的核心、最关键的要素。

要点回顾之八

01

有些家长认为需要和孩子建立一个好的关系。我在这儿觉得需要做一个澄清，我希望让大家理解在儿童和家长之间其实总是会有冲突和矛盾的，这个冲突和矛盾是会一直持续下去的。家长 and 儿童他们其实是需要有些时候对彼此生气，对彼此失望的，所以不是家长 and 儿童必须要建立起一种非常快乐的关系，而是这个孩子他实际需要的是觉得自己生气、自己失望也是安全的，不会因此被自己的父母拒绝或者抛弃。



02

我们需要认识到我们自己身上遭受的痛苦是什么，我们应该怎么样去描述那些痛苦，我们才可能对来见我们寻求帮助遭受痛苦的人有怜悯之心、有共情之心。

03

Seitler 介绍了一个非常有用的重要的技术，这个技术其实也可以用在成人身上，但是它最大的价值可能还是使用在儿童身上，那就是说：“**我不知道，不过我觉得。**”这个时候治疗师描述的是儿童病人听到了一些声音但是他不知道那些声音是什么，然后他就进到一种惊恐发作的状态。但是治疗师那时候就说，“**我也不知道但我觉得**”，这样的话治疗师其实就呈现出**我可能也不知道一些事情，我也不是知道世界上所有事情的**。所以这个治疗师说的是：“嗯，我也不知道不过我感觉那可能是个火车。”而不是：“啊，那一定是个火车”或者说“我知道那是一个火车”。所以他呈现出的一个感觉是我觉得有可能是那样的，也许可以用那种方法去理解，但是**我们也不需要所有的事情都务必彻底的理解，也可以有些事情不理解，暂时还不清楚**。这个帮助孩子能够认识到不是所有的地方都一定是会有危险的。

要点回顾之九

01

我们之所以要帮孩子软化他的超我是不希望让孩子开始相信**不遵守纪律这个坏小孩就是他自己真正性格中的一部分**。我们不要让这个小孩觉得他自己其实是坏的，而且他需要把这些坏的东西压制在自己的心里面，藏起来不让别人看到。我们希望帮助孩



子重新认识到的是他其实只是有些东西还没有学会，有些东西还没有掌握。但是他会慢慢长大，长大之后他会慢慢掌握学到那些东西，而且他也是愿意学会，愿意掌握，愿意长大的。

02

Smolen 在这篇文章里面提到当一个母亲——比如无家可归的母亲，发现自己必须得完全依靠他人才能够保证自己生存的时候，她们可能会变得非常防御，拒绝接受自己的婴儿跟她一样需要完全依赖她才能存活下去。Smolen 提到这样的母亲她们去开放自己让自己接受婴儿对自己的这种依赖的需要其实会强化她们自己当前以及她们自己过去曾经遭受的这种要依赖他人但得不到的痛苦。而且我们也知道当一个人作为人父母的时候，他们之前的那些未解决的伤痛其实会重新变得活跃起来，而且之前形成的防御性的高墙也会出现裂痕，他们需要发展出一些新的防御的方法。

03

诺维克在文章里面就继续提出建议：怎样帮助儿童应对这些日常生活中的困境困难，他们提到其中的一个办法就是在做家长工作的时候，使用情绪肌肉（emotional muscle）这样的概念，他们用的情绪肌肉这个概念其实指的就是**自我的能力、自我的力量**。这个自我力量指的其实就是一个人能够理解自己的情绪，并且把自己的情绪转换成一种信号，转换成一种理念、概念，并且获得理解的过程。也就是说一个人能够更好的去处理自己的内在体验。他们也和应对挫折的能力有密切的关系。诺维克他们的情感肌肉的这一个术语也被用来指**心智化的能力**，也涉及到复原力、心理韧性，就是在挫折面前恢复自己的心理功能的能力。



以下是近期精彩课程，扫描二维码了解详情



心智化在依恋创伤、 养育与亲子干预、心理 教育中的应用 (12讲

Jon Allen Ph. D.

门宁格医疗中心(美国前五)支柱心理学家
贝勒医学院临床教授与心理健康研究主席
门宁格杰出教育家奖获得者



临床案例深度解析12讲： 详解治疗过程与临床技术运用

Vamik Volkan

五次获诺贝尔和平奖提名

弗洛伊德奖和西格尼奖双料获得者
美国精神分析学院前主席
哈佛大学客座教授



系统学懂精神分析

精神分析各学派核心 思想与临床应用场景

Bonnie Litowitz

美国最受欢迎精神分析教科书主编
埃里克森儿童发展研究院前院长