

精神分析焦虑理论的发展简析

吴忠才

(内江师范学院 教育心理系, 内江 四川 641112)

【摘要】 本文根据精神分析理论百年发展历程的三个阶段, 选择了相应时期的代表人物弗洛伊德、霍妮、沙利文、雅各布森、克莱因和科赫特, 总结归纳其对于焦虑的理论观点, 描绘其发展脉络, 比较精神分析焦虑理论与其它理论的差异, 希望为当代焦虑研究提供借鉴。

【关键词】 精神分析; 焦虑理论; 发展

【中图分类号】 B84 - 065 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1673 - 1883(2007)01 - 0106 - 04

Anxiety, 字源学研究表明这个词来自于拉丁语中的 angh, 是狭小或收缩的意思^[1], 在汉语中一般译为焦虑或烦恼, 具有忧虑、不安、关切, 引起焦虑不安的原因, 渴望等含义。从术语学角度来看, 临床上用的焦虑这个词, 最早是从德文词 angst 来的, 对弗洛伊德来说, angst 多指没有明确的客体的焦虑情绪。

焦虑作为人类心理失调的最主要和最经常出现的问题之一^[2], 一直是心理学比较活跃的研究领域。在西方文化史中, 正式地、深入地对焦虑进行研究是 19 世纪末 20 世纪初, 在此之前, 虽然没有系统地对焦虑进行的研究, 但有一些如何看待焦虑的提议, 如在古希腊时期人们认为应当对焦虑采取接受命运的斯多葛主义的态度, 到了中世纪, 出于天主教的背景, 焦虑被看作是不适当的情感。而在文艺复兴时期, 人们认为应该使用理性来控制焦虑。到 19 世纪末 20 世纪初, 随着资本主义的兴起和一次世界大战的到来, 欧洲旧有的道德谱系和社会结构遭到强烈冲击, 人人自危, 在这样的文化背景下, 焦虑逐渐成为人们日常生活中的高发问题, 焦虑的研究兴起, 弗洛伊德创立的精神分析学派对焦虑的研究是当时两大研究方向之一。

早在 1895 年, 弗洛伊德 (1856 - 1939) 的精神分析理论还处于萌芽的阶段, 他就在其论文《On the grounds for detaching a particular syndrome from

neurasthenia under the description "anxiety neurosis"》中把焦虑性神经症从神经衰弱中分化出来, 在医学史上首次对焦虑症进行描述和定义, 其后, 他又在《自我与本我》、《抑制、症状与焦虑》等名著中用精神分析的理论对焦虑进行了进一步的阐释。弗洛伊德对焦虑症的临床影响仅次于其对癔症的影响, 至今未绝。^[3]弗洛伊德之后, 从精神分析角度对焦虑的进行了研究数不胜数, 一度成为焦虑研究的主流。

精神分析焦虑理论在百年发展历程中大体经历了三个发展阶段^[4]。本文主要选择各个阶段的代表人物, 以阐释他们的观点, 勾勒出大概的发展线索, 并尝试评价其合理性。

一、精神分析焦虑理论发展的三阶段

(一) 第一阶段

1、弗洛伊德早期的焦虑理论

弗洛伊德在运用自己发明的自由联想和梦的分析两种技术治疗病人, 发现潜意识动机在人的精神生活中扮演着重要角色, 并由此发展出早期的关于精神结构和功能的心理定位模型。在这个模型中, 意识被视为冰山一角, 而潜意识被视为原始愿望和冲动的存储仓库, 在意识和潜意识之间, 则是前意识区域或前意识功能, 有用的、意识可以接受的愿望和冲动在这里被选择和加工, 然后被释放到意识

收稿日期: 2006 - 11 - 26

作者简介: 吴忠才 (1966 -) 男, 汉族, 内江师范学院教育心理学系副教授, 青少年心理健康教育研究所副所长。主要研究方向: 心理健康与咨询。

层面，在这个过程中，前意识充当着类似检察官的角色。由于人的本能冲动收到前意识的压抑，导致表达本能冲动的观念同利比多能量的分裂，而利比多能量必须得到释放，于是，它们就通过转化形成焦虑而得到释放。因此，弗氏早期的理论认为焦虑是潜意识中利比多能量要求直接释放受到阻碍时所采用的另一种表达方式，潜意识中的本能冲动（即后来弗氏所指的本我部分）是焦虑的根源。

2、弗洛伊德后期的焦虑理论

弗氏在后期发展出正式的心理结构模型即：本我、自我和超我人格结构。焦虑作为潜意识中存在着危险的一个信号，为了回应这个信号，自我会动用一系列的防御机制，认为自我是焦虑的产生根源，它既是冲突的产物又代表着自我为消除冲突所作的努力。

焦虑的发展有两个决定性的阶段：第一个是原始焦虑阶段；第二个是后续焦虑阶段。^[51]原始焦虑本质上是一种“创始状态”，其产生是由于自我受到本能的威胁时，自我缺乏足够的认知能力和防御能力的缘故。随着本能欲求和利比多再次出现，自我就意识到这些本能欲求有可能再次使自己处于被动无能的原始焦虑状态，那么自我就会以焦虑为信号，动员起内部业已发展起来的防御机制，来防御这些本能欲求。这种作为信号的焦虑便是后续焦虑。这里，后续焦虑已是一种主动的状态，自我已发展出了一套相应的防御机制。

根据弗洛伊德的人格结构理论，焦虑存在于自我之中，而自我常会受到现实的威胁、本我不合时宜的冲动的困扰和超我的制约，由此不同的来源焦虑分为三种：现实的焦虑、神经症的焦虑和道德的焦虑。^[51]

弗氏后期的焦虑理论被称为“信号焦虑说”，他认为焦虑是超我与本我产生冲突后自我发出的情感信号，作用在于提醒自我回避危险情境，而压抑等系列防御活动则是焦虑的结果。

（二）第二阶段

1、自我心理学的焦虑观

二十世纪三四十年代，自我心理学兴起，它代表正统精神分析的新发展，将自我从本我的阴影中解脱了出来。雅各布森是自我心理学的代表人物之一，她继承发展了弗洛伊德的“信号焦虑说”认为焦虑是自我发向其内部指示危险来临的信号。

据雅各布森的观点，焦虑是由自我和本我之间

的张力所引起的情绪状态，即当自我被迫通过非选择性的释放途径释放多余能量时产生的一种情绪。焦虑的信号功能促进自我发展更多的释放途径，以适应外界。雅各布森对焦虑功能的深入探讨，暗含了自我心理学与古典精神分析焦虑理论的差异，自我不再是本我的附庸，焦虑亦不是冲突的产物，而是一种能量释放现象，它是个体适应现实过程中所必然具有的正常现象。

2、社会文化学派的焦虑观

几乎与自我心理学同一时期，精神分析社会文化学派在美国兴起，其代表人物霍妮（1885 - 1952）、沙利文（1892 - 1949）在弗洛伊德理论的基础上发展出的焦虑理论更注重社会文化因素对个体发展的意义。

霍妮和沙利文都重视社会文化环境、人际关系和亲子关系对焦虑发生、发展的重要性。其区别在于，霍妮将个体环境—人际关系最终归结为亲子关系，认为个体是否产生基本焦虑取决于亲子关系的好坏；而沙利文“重要的他人”这一概念包括了父母、教师、警察在内的所有对个体生活起重要作用的人，将强调社会文化环境作用的理论初衷贯彻到底。

从总体上看，社会文化学派保留了弗氏潜意识动机理论，继承了弗氏重视童年经验和亲子关系的传统，但抛弃了他的本能决定论、婴儿性欲论和人格结构论，将焦虑产生的原因归结于人际关系的损害。社会文化学派超越了弗氏只从个体心灵内部探索焦虑的局限，为焦虑理论研究开辟了新的领域。

（三）第三阶段

1、对象关系理论的焦虑观

对象关系理论主要研究早期心理结构（指自身表征、他人和对象的内部表征）的形成，以及这些心理结构是如何在人际情境中出现的。该理论认为内在关系影响个体知觉感受方式以及个体同他人关系。该理论的创立者梅朗丽·克莱因（1882 - 1960）认为，焦虑是决定精神疾病的重要因素，同时也是推动精神生活继续发展的动力。焦虑不仅仅来自好客体离开所造成的对危险的被动体验，焦虑更原始的起源是死本能，死本能使婴儿产生一种主动的施虐性幻想，它指向内在和外性客体，并导致内疚感的产生。克莱因提出了存在两种最基本的焦虑：被害焦虑和抑郁性焦虑。而被害焦虑和抑郁性焦虑之间的冲突，使精神得到发育，产生移情关

系。

克莱因发展了弗氏的基本焦虑理论，将焦虑的本能根源与童年期母婴关系相结合，指出了基本焦虑的两种类型及其在人类精神生活中的重要地位，对象关系理论继社会文化学派后在新的社会文化环境下再一次不同程度废黜弗氏的生物本能理论，强调社会、文化、人际关系因素在心理发展上的作用。

2、自身心理学的焦虑观

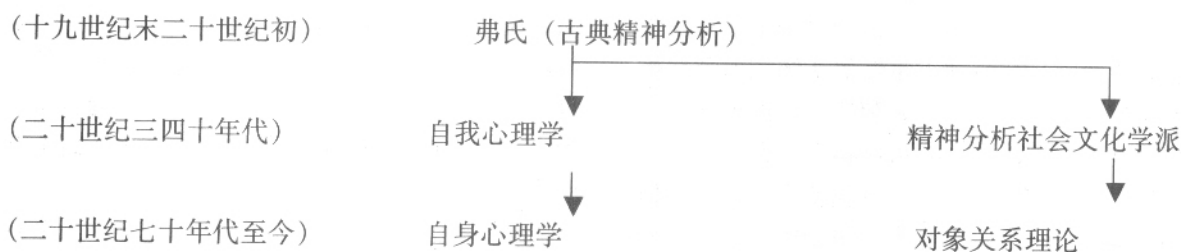
广义自身心理学是继自我心理学之后精神分析的又一新范式。自身心理学创立人科赫特将自身定义为“在空间上是内聚的，在时间上是持久的单元，是积极性的核心，是影响的接受者。”^[6]他认为自身是人格的核心，本能和自我都从属于这一整体。

科赫特将焦虑分为两类：一类是由自身内聚的

个体所体验到的焦虑，是对具体危险情境的恐怖，相当于弗氏所说的现实焦虑；另一类是解体焦虑，由意识到自身分裂的个体所体验到的焦虑，他是自身的由自身的不稳定状态所引起的，相当于弗氏所说的神经症焦虑。在科赫特看来，所有的焦虑归根结底都是解体焦虑，都是对自身分裂的恐惧。

二、精神分析焦虑理论的发展脉络

自弗氏创立之后的百余年间，精神分析学派发展出了不少分支学派，其中较具代表性的学派沿着两大方向发展：一是正统的精神分析，以后来的自我心理学、自身心理学为代表；另一方向则是社会文化学派以及后来的对象关系理论。如图所示，精神分析焦虑理论的发展亦体现了弗氏理论体系中人的生物性与社会性之间的矛盾。



图示 精神分析焦虑理论的发展脉络

正统精神分析对焦虑的研究偏向于焦虑的根源在于潜意识本能冲动，自我心理学对弗氏理论的发展在于强调自我的自主性，但在焦虑问题上似乎未有多大突破。自身心理学将焦虑归结为自身的分裂，是建立在其新的自身结构之上，尽管颠覆了弗氏本能决定论的传统，但对焦虑的探讨略显薄弱。

社会文化学派从外在人际关系中寻找焦虑产生的原因，对象关系理论发端于正统精神分析内部，却重视个体自我与对象的关系。该理论将人际关系抽象为自我与客体的关系，并具体探讨客体关系如何在人际情境中实现其作用的。它为基本焦虑的产生添加人际过程的原因的说明。这两大方向可看作从内部动因与外在因素探讨人的心理。

三、评价与展望

精神分析焦虑理论在百年发展历程的研究上

大体经历了三个发展阶段：第一阶段指早期的精神分析，习惯上又称为古典精神分析，主要包括弗洛伊德本人的理论及他的两个弟子阿德勒和荣格在理论上与他的分歧与分裂。第二阶段指二战后，精神分析从欧洲转到了美国后，一些精神分析学家又在新的社会条件下对弗洛伊德的理论和方法进行修正和扩充，主要包括精神分析的自我心理学与精神分析的社会文化学派的对峙。第三阶段指 1975 年至今，精神分析的对象关系理论和自我心理学的发展，使精神分析又进入了一个新的繁荣发展时期。

在 20 世纪 60 年代前后，在冷战、核威胁、经济危机的文化背景下，焦虑的研究呈现出百花齐放的局面。对焦虑的神经心理学、心理测量学、心理治疗学、精神药理学的研究都取得了长足的进步。在当代焦虑研究中，行为主义简单地将焦虑看作有机体逃避有害刺激的调节机制。生物学理论侧重研

究焦虑的神经生理机制。认知心理学则在努力构建焦虑情绪的过程模型，并注重认知系统的评价对生理系统的影响作用。

认知心理学是当代心理学发展的主流，研究焦虑情绪的具体过程是当代心理学关注所在，但由于认知心理学本身的局限，使其在对复杂心理现象的解释中存在极大的困难。精神分析理论的存在正好弥补了这一方面的缺陷，科赫特认为“精神分析是研究复杂心理状态的科学，它通过观察者持久地专注于人类的内心生活来收集人类内心生活资料，以解释复杂的心理状态”^[7]，精神分析以其宏大的理论体系构架和近乎无穷的解釋力而受到世人的关注。近百年来，它也因其所研究的对象和方法等的

问题受到来自各方的指责，也与其本身的一些问题有关，如：一是思辨多于实证，即便有些新理论的出现，却脱离临床实践过远，元心理学的成份过多；第二，即便从逻辑思维的角度来看，一些新理论仍然没有摆脱精神分析固有的毛病——循环论证、拟人论和同义重复。^[8]

对于精神分析的焦虑理论，笔者认为其对于焦虑的成因的探讨方面独树一帜，但对焦虑的内部心理过程不甚了了。展望未来，在现实操作（如咨询）中，精神分析的焦虑理论将继续成为主要对付焦虑的方法；从精神分析理论中汲取有关焦虑成因的理论灵感，与认知过程整合，形成完善的焦虑情绪系统理论当成为焦虑研究的趋势所在。

注释及参考文献：

- [1][3][8]李孟潮. 焦虑[BD/LO]. 武汉中德心理医院. <http://bj2.netsh.com/bbs/112897/messages/5345.html>.
- [2]李焰, 王极盛. 焦虑理论研究的回顾与展望[J]. 健康心理学杂志, 1999年第7卷第2期.
- [4]宋焱. 百年精神分析理论的发展与剖析[N]. 吉林师范大学学报, 2005年10月, 第5期.
- [5]叶浩生. 西方心理学历史与体系[M]. 人民教育出版社, P283.
- [6][9]郭本禹主编. 当代心理学的新进展[M]. 山东教育出版社, P56 P47.
- [7]王立新. 精神分析的焦虑理论述评[N]. 成都大学学报(社科版), 2003年第二期.

Review on the Anxiety Theory of Psychoanalysis

WU Zhong-cai

(Department of education and psychology, Neijiang Teacher's College, Neijiang, Sichuan 641112)

Abstract: In the last century, psychoanalysis theory went through three development stages, the representative personages of which include: Freud Sigmund, Karen Homey, Hany S. Sullivan, Edith Jacobson, Melanie Klein, Kohut. This paper reviews the anxiety theory in their opinions and its history, and compares the psychoanalysis theory to other theory. It will give a reference to the research of anxiety theory.

Key words: Psychoanalysis; Anxiety Theory; Development

(责任编辑：周锦鹤)