

# 精神分析x後現代：

## 從自我心理學到關係取向精神分析

魏與晟諮商心理師  
臺灣精神分析學會會員  
躺椅上的貓心理諮商所所長

# 前言： 古典精神分析與當代精神分析

對精神分析的刻板印象？

什麼叫做「心理動力」？

理智化；經驗取向與情感取向？

權威性或反權威性？



# 現代與後現代

# 一些觀察

精神分析被想像成是泛性論與權威的代名詞（某種程度甘之如飴？）

後現代「學派」蔚為流行，但難以把握其精隨（理論解構）

現代主義與後現代主義成為對立（批判主義）

用現代主義的方式來理解後現代主義（技術上的混淆）

新穎獨特的詞彙過於抽象而難以實踐（例如什麼叫做互為主體？）

知識論的斷層（淪為口號）

臨床實務上的困難與混淆（缺乏心理病理模型）

# 什麼是後現代？

後現代是一個「相對於」現代主義的詞彙

獨創；獨創←反對；獨創vs獨創

對於真理(truth)的態度（例如心理病理）

現代主義（絕對真理）：

科學、理性、務實→實證主義（可測量、可預測、標準化）

後現代主義（相對真理）：

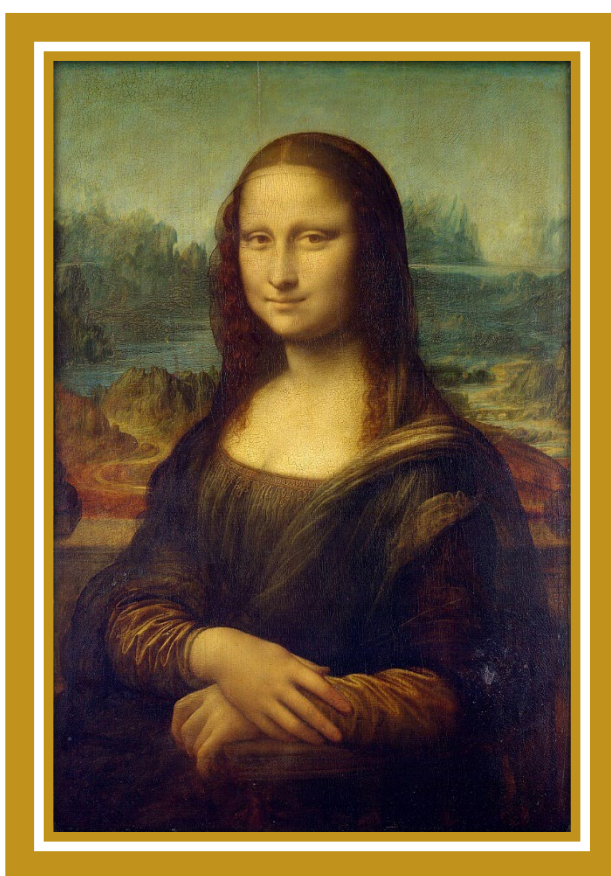
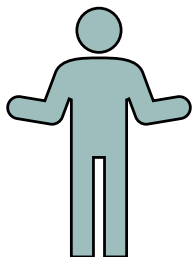
關係、情感、意義→建構主義（測不準、找意義、個人化）

舉例：量化研究與質性研究

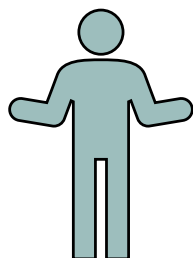
蒙娜麗莎是神作！  
大家快拜！



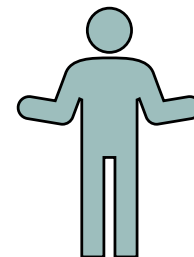
沒錯，她跳脫了傳  
統宗教畫的框架



沒錯，我們要剖析  
她的用色跟構圖

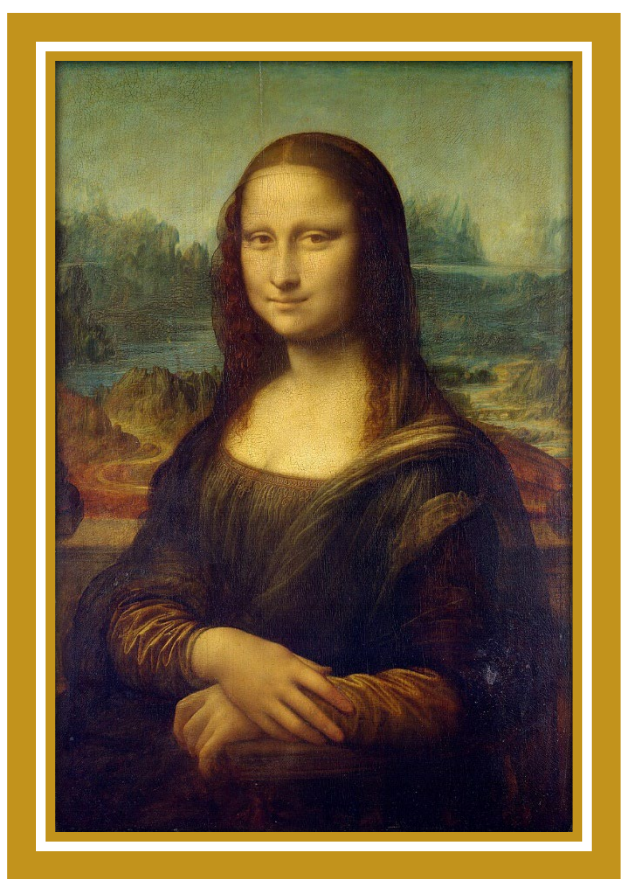
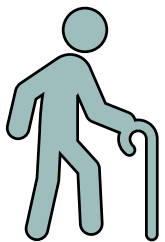


沒錯，我們要剖析  
作者的心路歷程



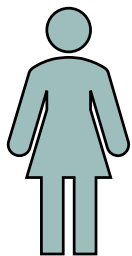
# 現代主義

蒙娜麗莎是神作！  
大家快拜！

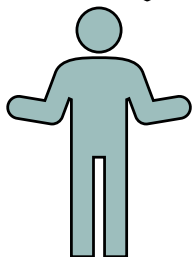


# 後現代主義

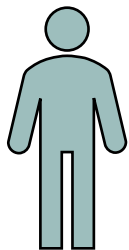
神作是你說了算嗎？



我能不能把神作拿  
去複印跟二創？



我覺得我看畫的經  
驗比畫本身重要



為什麼我們要在這  
邊討論男性畫家畫  
的女性？



# 心理學理論的現代與後現代

## 現代主義：

有明確的「大師」

有明確的操作技術

有明確的人格結構理論（客觀真實）

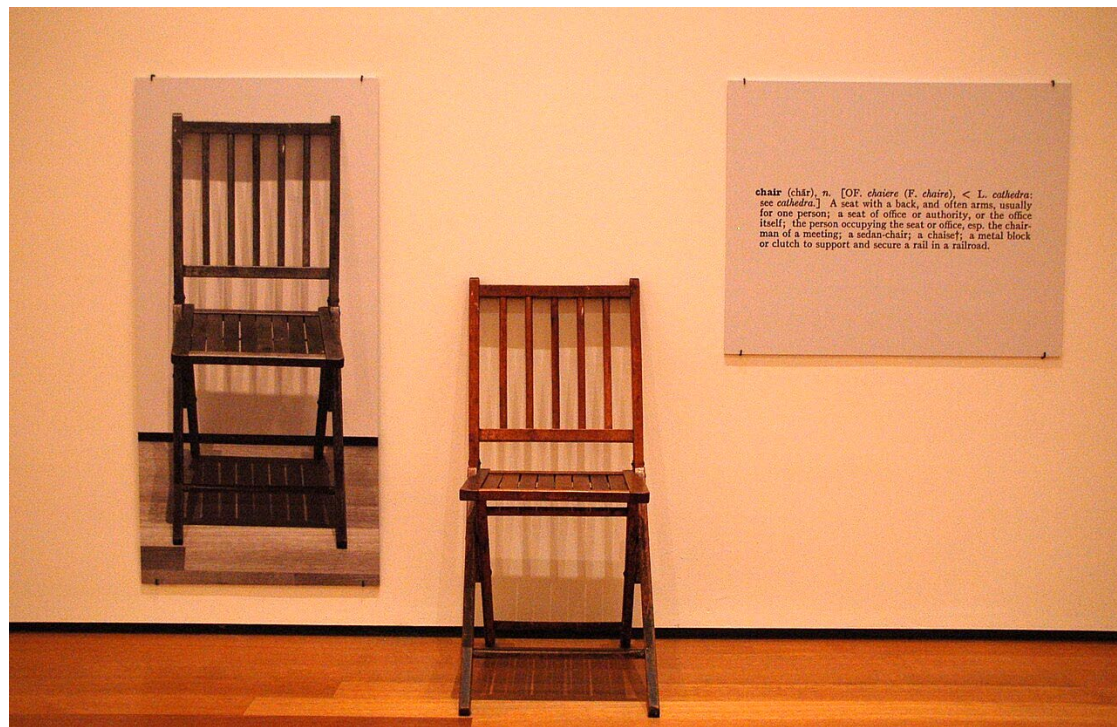
## 後現代主義：

大師的去中心化

對技術的批判與反思

強調經驗的互動與共構（主觀真實）

是否在用現代主義的態度理解後現代？



# 後現代的危險與矛盾

別騙自己了！我們對於學習的想像是現代主義式的

去歷史性：從頭學到尾vs從尾學到頭vs只學尾巴

批判主義的危險性：未審先判、人云亦云

去中心化與解構主義的危險性：無所適從、理盲濫情

跳脫後現代的意識形態，與過去的理論對話、整合、進步

心理治療後現代發展也有其歷史性（以及許多人為因素）



# 美國精神分析歷史

# 美國自我心理學的濫觴

自我心理學(ego psychology)的霸權文化

佛洛伊德在《關於外行人做精神分析》中就有提到，精神分析不應僅限於醫生、更應涵蓋非醫療系統的人員

美國：精神科醫師與精神分析是同捆包→心理治療 = 精神分析

所有人都只能學精神分析→精神分析霸權化（相對於邊緣化）

戰後需求：二戰、越戰→需要心理治療的人口量大

精神分析開始權力結構固化

自我心理學的理論的教條化

# 身為「現代主義」的自我心理學

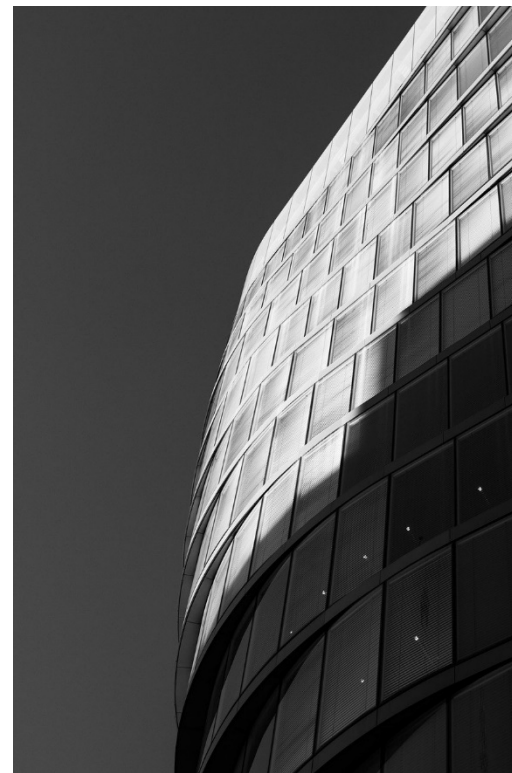
秉持著科學、理性、務實的原則

第二拓譜學（結構理論）→本我、自我、超我、衝突與妥協

驅力理論（水利學、衝突模式）

治療師的姿態→實驗室模式（觀察者、中立、參數）→冷漠（不能影響到實驗情境）

移情詮釋做為唯一的實驗變項（不能做移情詮釋之外的事情）



# 反對聲浪一：人際關係心理學

蘇利文、佛洛姆、荷尼等等反精神分析人物  
遭到精神分析霸權迫害

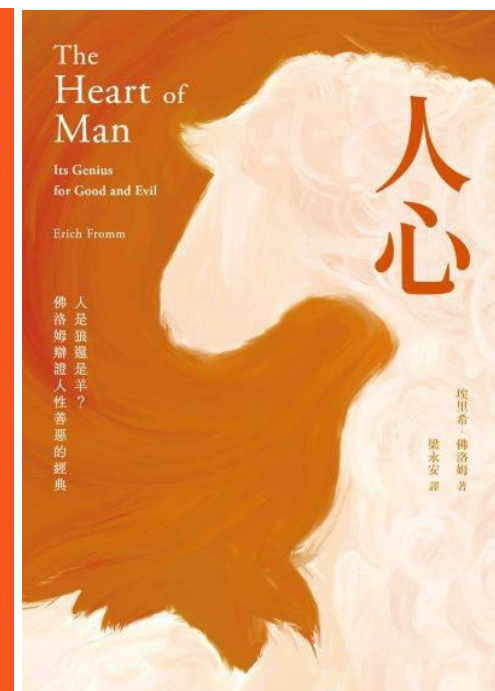
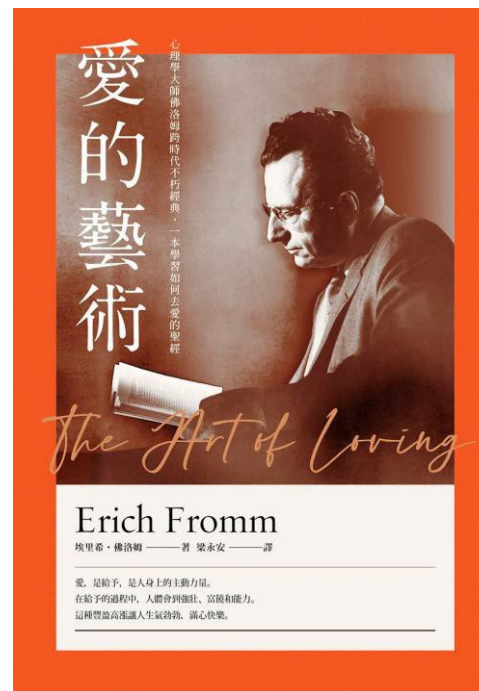
法蘭克福學派（資本主義、工業革命、精神分析的心智結構中的「異化」）與人本主義

完全捨棄對內在心智的強調，把所有機轉放在  
**真實人際關係上**

Problems in Living 關注精神疾病主觀痛苦，而非  
病理→精神疾病去汙名化運動

舉例：同性戀是一種性倒錯的思辨

所謂的反霸權是理論問題還是政治問題？



# 反對聲浪二：自體心理學

寇哈特

精神分析補教名師

幾乎完全否定驅力論，建立自戀模型把重點放在自體(self)的成長

提出自體客體的概念（一元版本的依附理論），初步強調早年環境的影響

技術上提出「神入(empathy)」

批評：基本上還是一人心理學模式

# 關係取向革命

# 美國精神

革命情操（推崇個人自由及共和主義思想）

民主制度（每個人能都發聲並能聽見不同的意見）

多元文化（反歧視、南北戰爭、多人種議題）



# 與此同時的英國

克萊恩與安娜佛洛伊德的戰爭已經打完（針對前伊底帕斯要詮釋還是教育）

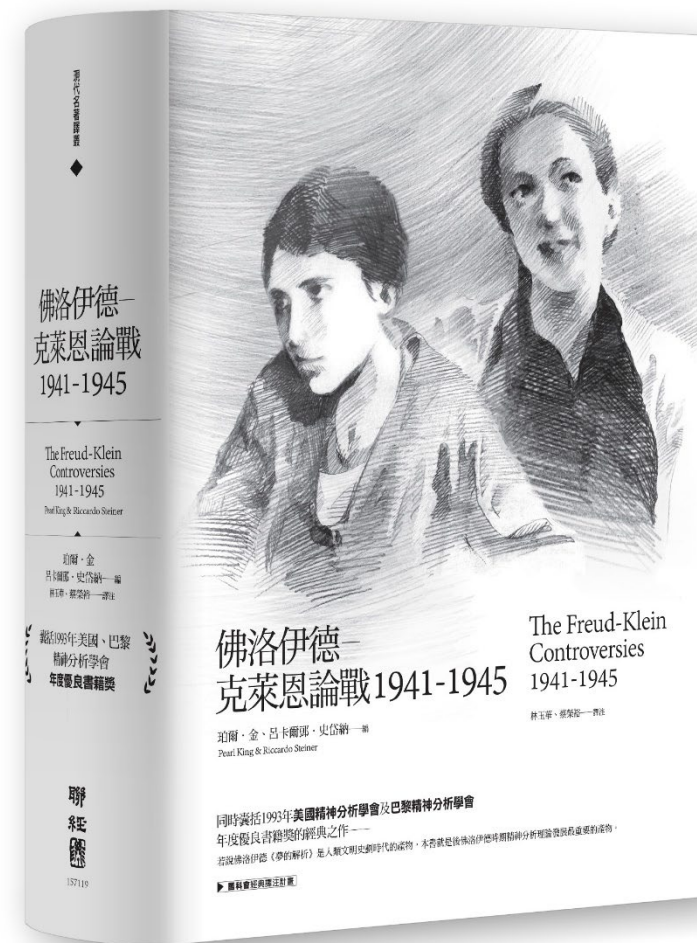
獨立學派與後克萊恩學派抬頭

鮑比 - 依附關係、溫尼考特 - 母嬰共構、比昂 - 投射認同做為一種溝通

已從古典佛洛伊德走向當代佛洛伊德

重視客體導向(object seeking)、自體發展、互為主體性

並未與古典分析決裂，而是擴充



# 紐約學派

精神分析受訓制度的封閉（受訓者無法接觸到其他理論）

成立紐約學士後心理治療學程

自組讀書會，反對套裝教程

開放、溝通、批判

與IPA（國際精神分析學會）系統打對台（當然這已是過去式）

遍部各地的精神分析或是心理治療機構逼得IPA不得不承認

# 美國的獨立學派

自我心理學（完全內在）vs人際心理學（完全外在）

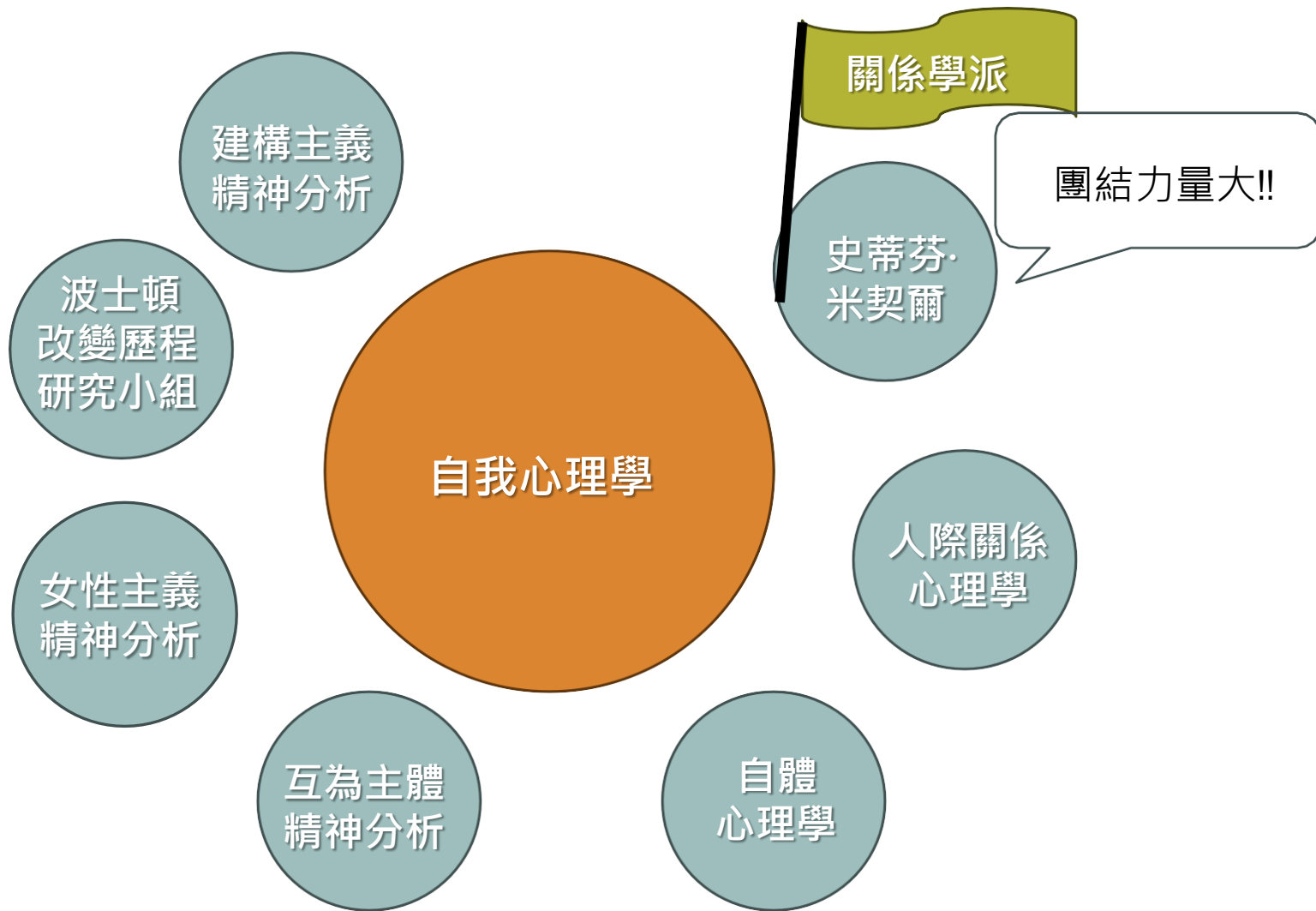
獨立學派：不選邊站→同時兼顧內在與外在

人際關係僅探討完整客體與客體間的關係，忽略了心靈內(intrapsychic)與心靈間(interpsychic)的知識，大幅限縮實務能工作的範疇

尤其所謂的互為主體互動，很多是心靈間的互動，包含了意識與潛意識層面

反對佛洛伊德的驅力理論（內生性），認為人內在擁有很多種動力，例如客體追尋、自尊提升、追求意義感等等

# 合縱連橫 - 自我心理學包圍網



# 女性（主義）的崛起

社會制度轉變，男性掌權的狀態逐漸改善

女性就業與女性教育水平的提高

事實上心理從業人員大部分都是女性

跟母職有關的理論被大量提出

男性：給很權威厲害的詮釋；女性：注重關係與情感

佛洛伊德：泛性論、男性情慾中心主義

女性主義：反對男性階級vs女性情慾主體

# 兩種建構主義

懷疑論（基進派）建構主義：又稱虛無主義，認為真理不存在；意即對內在心智的假設是沒意義的，一切是由社會主觀觀點塑造而成。

肯定論（保守派）建構主義：同意人的內在由許多社會歷程所形塑，但不否定內在心理結構之價值，僅認為理論不能一言堂，需要有各方意見

在極端狀況下，心理治療是沒意義的，而需要去做社會運動

懷疑論的假說是相當危險的（所謂的虛無主義），這樣在心裡治療的實務工作中會完全沒有參照模型

後現代取向的精神分析仍然保持著一定的框架與限制（如時間或次數），但在技術層面（什麼能做什麼不能做）有很大的調整

# 沒有大師的精神分析

對大師偶像崇拜的矛盾感（需要偶像，卻不能崇拜）

史蒂芬·米契爾的英年早逝

敵人的敵人是朋友 - 重新把費倫奇放在神主牌上

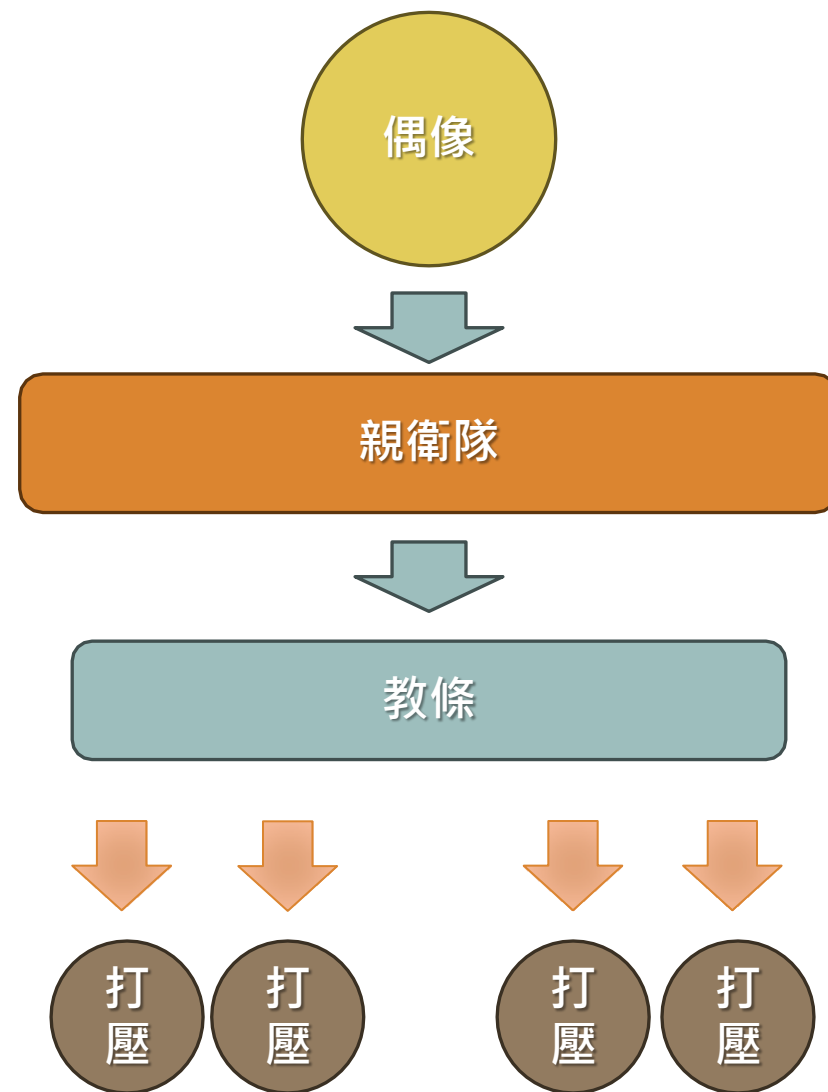
理論的去中心化（精神分析的集權偶像瓦解）

沒有神的年代 - 孤苦無依

理論隨我用 - 蒙太奇式自戀

人人皆大師：新詞彙過多而無法對話

當代對精神分析學習是拼湊式的，而不是固定教條



# 當代精神分析的樣貌

理論的去中心化（每個人都有不同的論述）

非常強調情感經驗的捕捉與互動

潛意識與移情反移情被看做是擴展經驗的工具，而非須遵守的教條

治療者自身的主體性很重要，透過自身的情感反思來理解個案

理論比重量還是很大，需依照不同個案不同情境篩選出相似的經驗描述