

共情在精神分析流派的演变与发展

王利敏 张东军

(新乡医学院心理学院 河南 新乡 453000)

【摘要】 本文从共情的心理学范畴出发,沿着精神分析学派人物对共情的阐释展开,系统梳理共情在精神分析流派中的演变与发展。

【关键词】 共情;精神分析;发展

【中图分类号】 R47

【文献标识码】 A

【文章编号】 1673-9574(2022)03-0049-03

共情(empathy)这个概念有着哲学和美学渊源,最早可以追溯到十九世纪初,德国哲学家Rober提出了“Einf ü hlung”一词,“Einf ü hlung”指人们把自己的心灵感受主动地投射到所看到的事物上的一种现象,用来描述人们艺术上的共鸣。临床心理学领域把它作为理解人际关系和咨访关系的工具,常常被翻译为共情、神入、通情、同感、移情、同理心、设身处地的着想等。

一、共情的心理学概述

Rober提出“Einf ü hlung”后,德国心理学家、美学家Lipps发展了这一概念,他认为,人们通过Einf ü hlung的形式了解对方,这一现象发生在投射和模仿之前,当人们的情感模仿加深,Einf ü hlung也随之加深。1909年,Titchener用英文新词“empathy”取代了“Einf ü hlung”,并把“empathy”定义为“一个把客体人性化的过程,感觉我们自己进入别的东西内部的过程”。^[1]此后,共情进入心理学的研究视野。发展心理学把共情理解为是对另一个人的一种情绪反应,24个月的婴儿有时就会去关心或安慰别人,要做到这一点,他们需要知道别人的情绪状态。^[2]婴儿的共情能力的发展是基于母婴连接,亲子和母婴的互动被认为是共情发展的关键因素。临床心理学中,共情是治疗关系建立的基础。共情缺陷是很多心理障碍的主要症状之一,包括反社会人格障碍、分裂样人格障碍、自恋型人格障碍、边缘型人格障碍、孤独症、Williams综合征、Asperger综合征、精神分裂症、抑郁症等。^[3]

二、共情在精神分析学派中的发展

(一) 弗洛伊德的共情

弗洛伊德是精神分析的开创者,他深深地理解和把握了Einf ü hlung的要义并把它引用到精神分析中。弗洛伊德在其《诙谐及其与无意识的关系》(1905)中最早使用共情一词,文中的两个例子可以说明那时弗洛伊德对共情的理解,一是他谈

到当听到一句天真的猥亵语言时,使我们不做出像对待真正的猥亵语言那样的愤怒反应,而以笑代替愤怒的条件是“我们必须明白在制造者那里内部的禁忌是不存在的”,“我们将制造者的心理立场考虑在内,将我们自己投入其中,从我们自身与之比较中进行理解”,他将这一过程称为共情。二是当一个人在投入其心理能量要求的行动(较高的精神兴趣)中间突然被疼痛或大小便的要求(某些偶然情况)所打断,被打断之前这个人的高程度兴趣和被打断时他留给心理活动的微量兴趣之间的差异被我们感受到,我们于是感到滑稽,我们感受到、测量到他和他自己先前的自我的差异的这一过程,弗洛伊德称之为共情。^[4]这两个例子中弗洛伊德描述了共情所扮演的角色是站在他们立场上去感受到这个他人,但他并未对共情进行清楚定义。1907年的《詹森的<格拉迪沃>中的幻觉与梦》一文中,弗洛伊德短暂地使用了一次“共情”一词。詹森的《格拉迪沃》描述了一位考古学家,他由于一位女性雕塑的脚而产生幻想,《格拉迪沃》的作者并没有像通常的精神病学家那样关注遗传和生理原因,而是深入到人物的心理构成,弗洛伊德认为作者这样的处理方式,是“希望让主人公离我们更近一些,以便更容易激发读者的共情”。^[5]直到在1921年《群体心理学和我的分析》中《认同》章节的脚注中,弗洛伊德才对共情有清楚的定义,即“从借助模仿的认同作用那里,一条道路导致感情移入,即(理解)我们能够对他人的心理生活采取任何态度的(理解)机制”。在同一章内,弗洛伊德还对共情给出了评价,说:“它在我们理解他人内心存在的而对我们的自我又是固有陌生的东西中起着最大的作用。”^[6]后来,弗洛伊德没有继续解释共情的起源或描述这一过程的性质,^[7]没有进一步说明共情在临床情况中意味着什么,也没有在他的案例研究中展示如何将共情的使用转化为分析治疗对话的进行。^[8]

(二) 费伦茨的共情

费伦茨是弗洛伊德之后对共情的兴趣最深厚和研究最深入的人，在他1928年发表的著名论文《心理分析技术的灵活性》这一文章中，费伦茨意图清楚地说明在分析中咨询师所需要的“机智”(tact)的含义，即“……机智是共情的能力……这种共情将保护我们不去不必要地刺激病人的阻抗，或在错误的时刻这样做……”^[9]解除了“机智”一词的神秘性，“机智”是当时费伦茨用来表示共情的词。对于费伦茨来说，共情意味着考虑病人的反应，并在一定程度上预见病人的反应，以便能够在适当的时候说话或保持沉默。之后，费伦茨对共情的探索进一步深入，在《放松原则与新贯注》(1930)一文中，他认为共情是临床交互作用的核心，有助于分析师远离分析过程中不必要的阻抗，费伦茨试图为共情作用的发挥确立一种情感氛围，使被分析者能在其中自由表达有关于其内部自体(self)的深层情感。1931年费伦茨《在成人分析中的儿童分析》中指出咨询师使用共情的语言，基于病人进行儿童对儿童式的谈话，可以提高病人当时的情绪体验以使其童年创伤苏醒，解放原始的压抑。他也曾于《成人与儿童语言的混淆：温柔与激情的语言》(1933)一文中指出，神经症产生的原因之一就在于病人童年期共情经验的失败，而不是俄狄浦斯冲突。

总体来说，费伦茨着力发展的共情是鼓励咨询师从病人的经验出发，鼓励咨询师在分析中更人性化、强调建立情感氛围、强调缺乏而不是冲突。费伦茨对共情的引入成为了后来的人际取向、二人心理学发展中的关键一步，并最终推动了精神分析向非生物学驱力方向的发展。^[10]

(三) 自体心理学科胡特的替代性内省

费伦茨之后，共情主题被提及的概率骤降，直到科胡特的理论出现提出才再次开启对共情的研究。科胡特曾说他的共情概念是受到弗洛伊德1921年提出的共情概念的启发，并进行了深入的阐释和运用，于1959年的《内省、共情与精神分析》中最早提到了共情，将共情视为了解他人内心世界和经验的一种观察工具，并将共情描述为替代性内省。同时，科胡特还将共情确定为精神分析领域的定义者——他认为“只有我们试图通过与另外一个人内心进行内省或共情来进行观察的现象，才是心理学意义上的。如果我们观察一种现象的手段中，内省和共情不占主导地位，那它只能是“躯体的”、“行为主义的”或者“社会性”的现象”。^[11]后来，科胡特在《精神分析治愈之道》中将共情解释为“一个人(尝试)体验另一个人的内在生

活，与此同时保留客观观察者的立场”。^[12]这样，科胡特“通过明确精神分析的基本观察方法，对精神分析给出了自己的定义，共情不再是分析工作的必要条件，而成为精神分析的本质”。之后，科胡特在《自体的分析》、《自体的重建》等著作中针对自恋性神经症逐渐建立起自体心理学的独特理论，共情作为其中一个重要的组成也不断发展，它贯穿于自体心理学中，涵义变得更具体、作用变得更清晰，成为自体心理学理论里一个举足轻重的中心概念。

总的来说，在科胡特的自体心理学中，共情扮演着非常重要的角色。共情是心理学领域的定义者，也是精神分析师观察病人复杂内心世界的工具和随后进行适当工作的引导者。^[13]对于自恋性来访者，早期客体的共情失败是病症的源头，现时的共情则是治愈发生的必要条件。

(四) 主体间性视角下的共情-内省

费伦茨和科胡特是共情的最专注的研究者，但是他们的共情被认为不够中立。随着临床实践和理论的发展，咨询师对咨询过程的影响和咨询师与来访者之间的“关系”逐步被看到，中立不再像之前那样是必须遵守的准则，咨询师可以正当地参与到咨询情境中，这一重大推进，除了科胡特继承者的努力之外，主体间性理论也起了巨大的推动作用。阿特伍德和斯托罗梭是主体间性理论的主要构造者，他们认为精神分析是主体间性的，孤立心灵不足以产生心理现象，只有在主体间背景，在关系中，心理现象才会产生。因此，主体间理论重点研究不同个体的主观经验交互作用而产生的“主体间场”，认为共情是“与进入病人的内心或经历无关……而是生活在我和病人共同创造的体验世界中”，并提出共情-内省以替代中立的共情，共情-内省成为主体间性最重要的技术，阐明了“无意识地组织来访者的经验原则(共情)，无意识地组织咨询师的经验原则(内省)，以及两者之间的相互作用所产生的振荡的心理场(主体间性)”。^[14]它要求咨询师使用共情的倾听去努力理解来访者的主观感受。

(五) 最新的研究进展

从经典精神分析中的弗洛伊德、费伦茨，到自体心理学的科胡特，再到主体间性，共情逐步从一人心理学向双人心理学不断行进。伴随这一过程，咨询师的位置也发生巨变，从“空白的屏幕”到得以更正当、更多地参与到咨询情境里。直到现在，对共情的发展也还在不断的持续当中。现在对共情的研究

中偏重在共情的实际运用，比如王亚兰[15]的《精神分析中的共情——一个引入反移情至其内的探索》一文，把反移情引入到共情中，在此基础上概念化了咨询师的共情是由共情理解、共情诠释以及来访者对自己的共情能力提升组成的完整的共情过程，以及共情技术在医学^[16]、学校教育^[17]、家庭关系^[18]等方面的实际运用。

三、结语

综上所述，共情在精神分析流派的演变与发展经历了沉默的萌芽与缓慢的发展，张扬的成长和激烈的质疑阶段后，目前，还在持续的转向双人心理学发展中。临床心理咨询与治疗关注咨询师因素对共情的影响，如年龄、性别^[9]、情境^[20]、人际距离、个体特征以及个体经历等等。来访者因素对共情的影响也许会是未来可能的研究方向，以及拓展共情在心理咨询领域之外的运用也是值得期待的。

参考文献

[1]Duan CM, Hill CE. The Current state of Empathy Research[J]. *Couns Psychol*, 1996, 43(3): 261-274.

[2]Farrow T, Woodruff P. Empathy in mental illness[M]. New York: Cambridge University Press, 2007.

[3]Blair J. Empathic dysfunction in psychopathic individuals[M] // Farrow T, Woodruff P. eds. Empathy in mental illness. New York: Cambridge University Press, 2007.

[4]弗洛伊德 S. 诙谐及其与无意识的关系 (常宏、徐伟译) [M]. 北京: 国际文化出版公司, 2001.

[5]弗洛伊德 S. 詹森的<格拉迪沃>中的幻觉与梦 (车文博译). 弗洛伊德文集 10: 达芬奇的童年回忆[M]. 北京: 九州出版社, 2014.

[6]弗洛伊德 S. 群体心理学于自我的分析 (车文博译). 弗洛伊德文集 09: 自我与本我[M]. 北京: 九州出版社, 2014.

[7]Basch MF. Empathic understanding: A review of the concept and some theoretical considerations[J]. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 1983, 31(1): 101-126.

[8]Ornstein PH. The centrality of empathy in psychoanalysis[J]. *Psycho-*

analytic inquiry, 2011, 31(5): 437-447.

[9]Ferenczi S. (Ed). *the elasticity of psychoanalytic technique* [M]. New York: Brunner/Mazel, 1928.

[10]王健. 当代共情-人际取向的滥觞: 费伦茨的临床思想与治疗技术探析[J]. *医学与哲学(人文社会医学版)*, 2011, 32(05): 51-52+81.

[11]Kohut H. Introspection, empathy, and psychoanalysis: An examination of the relationship between mode of observation and theory. In Ornstein PH. (Ed), *The search for the self: Selected writings of Heinz Kohut: 1950-1978, Vol 1* (pp. 205-232), London: Karnac Books, 2011.

[12]科胡特 H. 精神分析治愈之道 (訾非, 曲清和, 张帆 译) [M]. 重庆: 重庆大学出版社, 2016.

[13]Kohut H. On empathy. In Ornstein PH. (Ed.), *The search for the self: Selected writings of Heinz Kohut: 1978 - 1981, Vol 4* (pp. 525-537). London: Karnac Books, 2011.

[14]布爾斯基 P, 哈格隆德 P. 主体间性心理治疗——当代精神分析的新成就 (尹肖雯 译) [M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2014.

[15]王亚兰. 精神分析中的共情[D]. 南京师范大学, 2021.

[16]丁晓敏, 孙慧敏, 邵雨娜, 陈贵儒. 临床护理人员共情沟通的研究现状[J]. *心理月刊*, 2021, 16(22): 232-234+237.

[17]向维, 李文昊, 李亚芳, 陈冬敏. 虚拟现实环境中反馈对学习成果的影响机制——基于共情的中介效应分析[J]. *现代教育技术*, 2021, 31(06): 88-95.

[18]许慧, 王婷婷. 青少年亲子关系对网络欺凌中旁观者行为的影响: 共情的中介作用[J/OL]. *中国健康心理学杂志*: 1-8 [2022-02-08]. <http://kns.cnki.net/kcm/detail/11.5257.R.20211125.1050.002.html>.

[19]陈武英, 卢家楣, 刘连启, 林文毅. 共情的性别差异[J]. *心理科学进展*, 2014, 22(09): 1423-1434.

[20]陈武英, 刘连启. 情境对共情的影响[J]. *心理科学进展*, 2016, 24(01): 91-100