

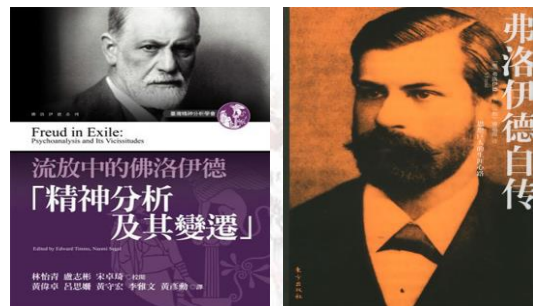
人類發展學的 理論模式

人類發展學的理論模式

- 心理分析理論(Psychoanalytic Theories)
 - 佛洛伊德之心理分析論
 - 艾瑞克森之心理社會論
- 認知發展理論(Cognitive-Development)
 - 皮亞傑之認知發展論
 - 維高斯基之社會文化論
- 行為主義(Behaviorism)
 - 巴夫洛夫、華森、史金納的傳統學習論
 - 班度拉之社會學習論
- 人文心理學(Humanistic Psychology)
 - 馬斯洛之需求階層論

心理分析理論 Psychoanalytic Theories

- 佛洛伊德之心理分析論
- 艾瑞克森之心理社會論



佛洛伊德 (Freud) 心理分析論
1856-1939

Psychoanalytical Theories

心理分析理論

- 人格(personality)與情緒(emotional)發展
- Beliefs focus on the *formation of personality*.
(人格個性的形成)
- According to this approach, children move through various stages, confronting conflicts between biological drives and social expectations.
(孩子經歷各種不同生長的階段，面對生物的本能性的衝動和社會的期待之間的衝突)
如何調整情緒及生理需要適應生存

佛洛伊德 (Freud) 心理分析論 1856-1939 (續1)

- 奧地利精神病醫師，精神分析學派的創始人。
- 他喜歡用夢中的情境來解釋人在日常生活當中所遇到的問題。
- 他也很喜歡用性交或者是性器官來解釋心理學和夢境。
他最經典的書莫過於『夢的解析』。
他覺得人類在這世界上倍感壓力

佛洛伊德 (Freud) 心理分析論 1856-1939 (續2)

- ▶ 他覺得夢境才是人們真正潛意識底下想做的事情他覺得壓力會讓人們表現出幼稚，性慾，攻擊慾等…的慾望。

佛洛伊德 (Freud) 心理分析論 1856-1939 (續3)

- ▶ 動機決定，行為的產生是內在的心理歷程運作的結果，這些運作是無法察覺的，但可透過臨床的觀察研究得知。
- ▶ 人是一個能量系統(energy system)，具有生(libido;慾力；由「性的本能」而來之能量)與死(death instinct)的本能，個體的行為便是花掉能量的過程，能量無法宣洩或累積太多會讓個體感到不適。

佛洛伊德 (Freud) 心理分析論 1856-1939 (續4)

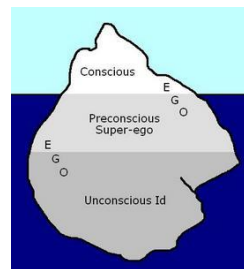
- ◆ Was based on his therapy with troubled adults.

- ◆ He emphasized that a child's personality is formed by the ways which his parents managed his sexual and aggressive drives.

他強調孩子個性的發展是經由

父母所灌輸他/她性別上的概念及死亡本能/
攻擊驅動力

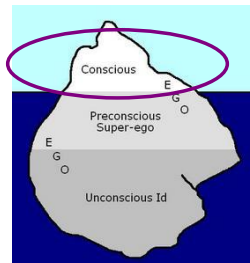
3 Levels of Awareness



- Conscious
- Preconscious
- Unconscious

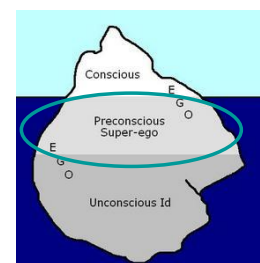
Conscious

- Current contents of your mind that you actively think of
- What we call working memory
- Easily accessed all the time



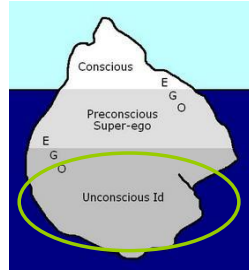
Preconscious

- Contents of the mind you are not currently aware of
- Thoughts, memories, knowledge, wishes, feelings
- Available for easy access when needed



Unconscious

- Contents kept out of conscious awareness
- Not accessible at all
- Processes that actively keep these thoughts from awareness



意識、下意識與潛意識

意識—是個人心裡完全覺知自己的所思所為的狀態，只佔心靈總體的一小部分。

下意識—前意識行為者在行為的當時在其心理不能覺知自己的所作所為，但於事後不必經由專業人員的協助而能回憶起來的狀態。

潛意識—潛意識儲存了個人所有的經驗、記憶，以及被壓抑的需求和動機。它無法直接觀察，但可由夢、催眠、等得知有關潛意識的線索。

Psychosexual Theory con't (心理性慾發展論，續)

■探索潛意識的心理分析方法：

- 自由聯想(**free association**)是讓患者輕鬆地仰臥在沙發上，自由自在地說出任何進入意識界的人、事、物
- 夢的分析(**dream analysis**)則是試圖從個人所回憶的夢去推論他所欲滿足的潛在欲望

Psychosexual Theory con't (心理性慾發展論，續)

- 人格發展是個體以不同身體部位來滿足其「性」衝動的歷程
- 各時期中的性衝動若能獲得適當滿足，才能發展出健全的人格；否則導致各種不合理的人格

何謂人格



◆Personality?

- ◆**定義**:指的是存在於個體之內的一套有組織、有結構的持久性心理傾向與特徵。
- ◆此種傾向與特徵與外在環境互動而決定個人的**思考**、**慾望**、**情緒**和**行為**等。

人格的結構觀

(一) 本我 (Id)

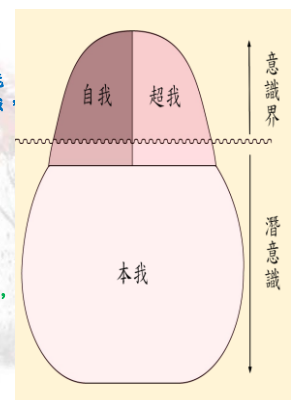
與生俱來，尋求生存滿足的本能性的衝動，以尋求性慾滿足最強，亦稱為慾力。

(二) 自我 (Ego)

出生後經學習而獲得，在現實環境中尋求個體需求的滿足。

(三) 超我 (Superego)

在社會化過程中被塑造而成的，具有管制或壓抑本我衝動而使之合於社會規範的功能。

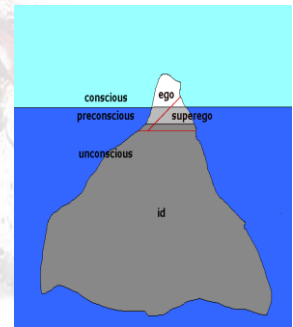


人格的結構論

結構	來源	特性
本我(id)	天生、本能、衝動的慾力(libido)	<ul style="list-style-type: none"> 是人生綿延不息的動力 依照「唯樂原則」行事
超我(superego)	後天經由內在化而習得的社會習俗、道德、理想	<ul style="list-style-type: none"> 遵循自我理想(ego-ideal)與良知(conscience)
自我(ego)	意識	<ul style="list-style-type: none"> 調和本我與超我之間的衝突 遵循現實原則(reality principle)兼顧社會習俗與道德的規範

人格動力

- ◆三個我之間因彼此互動（衝突或調和）而產生的一種內在動力。

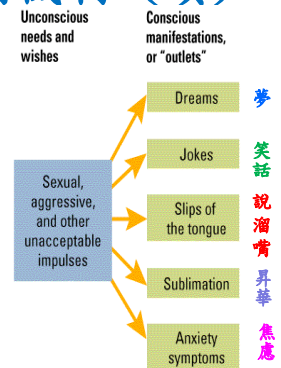


焦慮與防衛機制

- 現實情況下，許多本我與超我的衝突令自我感到**焦慮**不安，而產生內在衝突與緊張。
- 個人為了要消除本我與超我間除衝突所帶來的**焦慮**，便產生**防衛機制(defense mechanisms)**。

焦慮與防衛機制（續）

- ◆本我的原始需求可以暫時被抑制，不過它所有的能量必須有宣洩的途徑
- ◆會以**喬裝或間接**方式來達成的宣洩的效果
- ◆並以**偽裝**的方式來表達衝動



焦慮與防衛機制(續)

- ◆人類的行為是由各種**非理性力量**，潛意識動機以及0-6歲發展關鍵期所決定的。
- ◆當原始慾望(Id)和道德感(Superego)天人交戰時，Ego為減低焦慮和罪惡感所採用的保護措施。
- ◆人類行為的基本動機為生存本能(Eros)和死亡本能(Thanatos)。
- ◆生存本能为性驅力，愛，溫暖，情感。

退化(Regression)



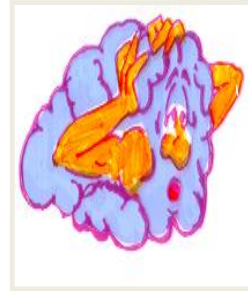
- ◆退回到發展早期較不成熟的行為反應
- ◆以較不成熟的行為掩飾不安或尷尬感
- ◆裝可愛、尿床、吐舌、孩子氣的聲音
- ◆剛入學的小孩出現尿床的行為

否認 (denial)



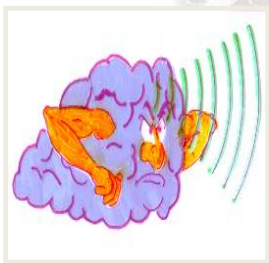
- ▶ 不承認自己有不好的思想或行為存在
- ▶ 拒絕承認不愉快的或會令人害怕的現實
- ▶ 睜眼說瞎話：酗酒與小酌，白瑞德拒絕承認喪女之痛。
- ▶ 拒絕承認事實

壓抑 (Repression)



- ◆ 抑制自己的思想
- ◆ 將會引起焦慮的痛苦的经验或記憶從意識排擠到潛意識
- ◆ 我不記得了：性侵害
- ◆ 不記得創傷經驗

投射 (Projection)



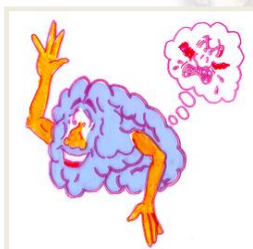
- ◆ 把自己的思想認為是別人的，甚或是對手
 - ◆ 將個人無法接受的感覺，想法或衝動歸因於他人
- 惡人先告狀：
- ▶ 反色情，步步推向學妹的身邊
 - ▶ 丈夫外遇指妻子變心

轉移/替代 (Displacement)



- ◆ 將衝動或潛抑的感覺導向一個較不具威脅性或危險性的對象
- 識時務者為俊傑：
- ◆ 破壞公物，家庭暴力，校園暴力，冤死的寵物

反向 (Reaction Formation)



- ◆ 做一件相反的事以掩蓋真正目的
- ◆ 將不能接受的想法或衝動，用相反的行為表現出來
- ◆ 口是心非：憎恨與溺愛，愛恨情仇，笑裡藏刀

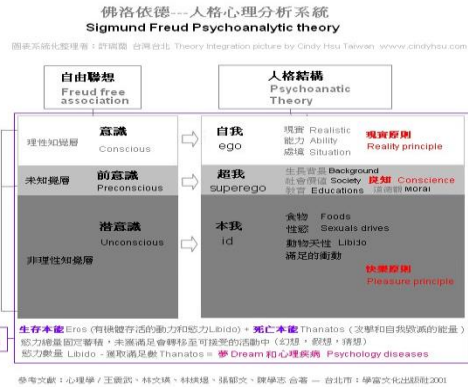
合理化 (Rationalization)



- 為自己的思想或行為想找出一個可接受的理由
- 賦予不被接受的想法或行為一個看似合乎邏輯的解釋，使他人可以接受。
- 吃不到葡萄說葡萄酸：賭鬼的太太，作弊是因為“心理學”這門課根本沒有研讀的價值，為師乃是為國捐軀兼做國民外交。

表 11-2 常見的防衛機轉

潛抑	將引起焦慮的慾念或不能忍受的記憶從意識排除，進入潛意識中 例如，不記得創傷經驗
替代	把潛抑的感覺導向一個較不危險的對象身上 例如，過度依戀父親的女人，和一個年齡與父親相當的人結婚
投射	將個人不承認的感覺或衝動歸因於他人 例如，有外遇的丈夫，指責自己的妻子不夠體貼
反向作用	完全顛倒自己的感受，並用相反行為表現出來 例如，一個憎恨孩子的母親，潛意識地以溺愛來轉換自己的恨意
否認	拒絕承認不愉快的現實 例如，親人死亡卻不承認，而拒絕為親人辦喪事
理智化	將壓力情境視為需要分析的抽象問題而隔絕伴隨該情境的焦慮 例如，等待處決的囚犯，聲聲自說：「他們要殺死我，就是這樣。」
抵消	藉著從事某種彌補行為來解除先前行為所帶來的焦慮 例如，早上和太太吵架，下班時送束鮮花給太太
合理化	給予行為一個看似合乎邏輯的解釋，以避免不舒服的感受 例如，考試作弊卻說因為這門課沒有研讀的價值
退化	退回發展早期較不成熟的行為反應 例如，剛入學的小孩出現尿床行為
昇華	將不被接受的需求轉換成可接受的活動 例如，將攻擊性轉化為運動競賽



人格發展階段

- (一) 口腔期
- (二) 肛門期
- (三) 性器期
- (四) 潛伏期
- (五) 兩性期

佛洛伊德的人格發展階段

階段	年齡	衝動	良好發展結果	未良好發展結果
口腔期	0-1	咬嚼吞嚥等口腔活動	形成基本人際信賴感	過度依賴、退縮、不信任等性格
肛門期	1-3	肛門排便快感	與照顧者互動，形成自我節制的性格	頑固、吝嗇、冷漠、衝動等性格
性器期	3-6	性器官	對異性父母的模仿與認同歷程而逐漸形成性別概念	性別認同上的偏差
潛伏期	6-11	先前口腔期、肛門期、性器期所經驗的不安、嫉妒、恐懼等全被壓抑到潛意識裡；並對學校裡的物質與社會環境開始注意、感到引起興趣		
生殖期	青春開始	對異性感到興趣	進入兩性交往的階段	形成兩性關係上的困難

小結

- **6歲前**的生活衝突經驗決定人格發展基本型態
- 人格發展論兩大特點：
 - ✓ 肯定潛意識(unconsciousness)對行為的影響
 - ✓ 重視性衝動(sexual impulses)對人格發展的作用
 - ✓ 早期經驗影響日後的人格發展
 - ✓ 人類病態行為的起源於：意識層次、人格結構、性心理發展等問題

爭議點

- (一) 其人格發展理論在建構上，以病患的幼年生活史為基礎，並不全然適當推論解釋一般人或兒童期以後的成年人。
- (二) 將慾力視為促動人格發展的內在動力，此種泛性論的看法，對人性的解釋有欠周到。

Freud and modern thought 1、Against theism 無神論

- ◆ Copernicus → 《天體運行論》推翻地球為中心的理論
- ◆ Darwin → 《物種起源》證明所有生物物種（包括人類）都是由少數共同祖先經長時間自然選擇過程演化而成。
- ◆ Freud → 認為上述論點粉碎了過往以人類為中心的自大，其精神分析的論點也強調ego並非人類心靈的唯一主導者。
- ◆ 在Freud的許多著作中皆能看到「無神論」觀點，反對宗教所提出虛妄的闡述，強調人能因為了解而擁有自身決定的主體性。

Freud and modern thought 3、rationality and irrationality

- Freud的精神分析：highly rational theory of the mind。
如：說溜嘴、失言、舌尖效應…等絕非出於偶然。
- Freud has been criticized for being too rationalistic but also for being too irrational!
如：「夢是通往潛意識的大道」→對於夢的詮釋被批評為是不科學的神秘主義，如同過往的巫醫角色。
- 有趣的是這部分卻又常常是吸引許多高知識份子接受精神分析的主因之一。

Freud and modern thought 5、Fragmentation

- Freud's model of the mind → 去中心、分裂、破碎
- 人為了在社會中生存，必須壓抑許多熱切的desires，但這些desires仍隱藏在潛意識中並具強大的影響力。
→ 對20世紀藝術的影響：放棄具象朝向抽象。如：立體派、超現實…等

Freud and modern thought 2、Self and Other

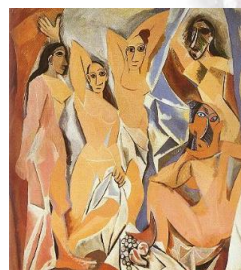
- ◆ 在拒絕迷信與崇拜神秘的他人（神）的觀點下，將主體放在人身上，不僅將人與上帝隔離，也隔離了人自身與其他的個體。
- ◆ 人與上帝之間的關係連結因質疑而被剝奪後，反而經驗到更巨大寂寞、失落、甚至是痛苦。→浪漫的愛情、藝術與音樂、酒精與藥物。
- ◆ 精神分析：人不再掙扎於上帝與惡魔之間，但卻得與自己內在的需求、恐懼等搏鬥。
- ◆ 對人類與上帝分離後痛苦的解套→精神分析提供另一個mysterious Other→類似於神父與牧師的角色

Freud and modern thought 4、Subjectivity 主觀性

- 進行分析的技巧
→ Through an intense and self-reflexive relationship
- 如何了解什麼才適合病患
→ By helping the patient to decide what he/she wants
- Freud 關注的重點：desire、what people wants、what they want without knowing it
→ 認識論上的突破：從啟蒙時代朝後設心理學
- 「個體的需求」VS. 「社會文化的要求」
→ 精神分析的介入與幫助，如同浪漫主義在壓抑的文化下對孤獨個體的解放。

立體派與超現實

1907年亞維濃的姑娘們



Freud and Postmodernism

- ◆ Freud的論點具有看似相對立的不同特質
 - 'transference love' is both real and unreal, both of the present and of the past, both authentic and also a device intended to obfuscate the analysis.
- ◆ 多元觀點，沒有絕對單一的真實
 - the 'truth' consists of the management of conflicts in the individual.