

沉痛悼念菲利普·布隆伯格

——多重自体与真实空间

麦浩良, 申荷永*, 郑琛

澳门城市大学心理分析研究院, 澳门

收稿日期: 2022年7月18日; 录用日期: 2022年9月13日; 发布日期: 2022年9月21日

摘要

关系精神分析的发展史上有一位不可忽视的重要人物, 他就是菲利普·布隆伯格。他为人际关系精神分析理论与客体关系理论搭建了沟通整合的桥梁, 并且引入了许多不同流派和学科的视角。他强调自体状态的正常多重性, 发展了精神分析长期忽略的解离, 并且将创伤、解离、活现与多重自体联系起来, 为精神动力学的创伤治疗提供了一个开阔的视角。

关键词

菲利普·布隆伯格, 解离, 过渡空间, 活现, 多重自体

A Sorrowful Tribute to Philip M. Bromberg

—Multiple Self and the Real Spaces

Haoliang Mai, Heyong Shen*, Chen Zheng

Institute of Analytical Psychology, City University of Macau, Macau

Received: Jul. 18th, 2022; accepted: Sep. 13th, 2022; published: Sep. 21st, 2022

Abstract

One important figure in the history of Relational Psychoanalysis cannot be overlooked: Philip M. Bromberg. He built a bridge of communication and integration between Interpersonal Psychoanalytic Theory and Object Relations Theory, and introduced the perspectives of many different academic schools. He emphasized the normal multiplicity of multiple self-states and developed the dissociation which had been long neglected by Psychoanalysis, and provided an open perspective on Psychodynamic treatment of trauma by linking trauma, dissociation, enactment and multiple self.

*通讯作者。

Keywords

Philip M. Bromberg, Dissociation, The Spaces, Multiple Self

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

菲利普·布隆伯格(Philip M. Bromberg, 1931~2020)是怀特学院(William Alanson White Institute)的培训和督导分析师, 纽约大学心理治疗和精神分析博士后项目的兼职临床教授, 以及关系精神分析的关键人物。他的文章生动且联想丰富, 几乎都是以临床案例为背景, 逐渐形成他的临床观点, 文章不像在描述和证实他的理论模型, 更像是传达他的临床智慧。这种写作风格或许很大程度上是他的性格决定的。布隆伯格是一个温暖和内向的人, 他容易害羞, 不善于表露, 见过他的人都觉得他很矜持和谦虚。

本文按照三个阶段进行介绍: 第一阶段——继承与整合, 第二阶段——写作与独立思考, 第三阶段——开创性的理论与观点。

2. 第一阶段: 继承与整合

布隆伯格出生于布鲁克林。大学毕业后攻读英国文学, 获得了博士学位。随后在 20 世纪 60 年代末至 70 年代初, 在怀特学院接受精神分析培训。当时沙利文(Sullivan)的思想是怀特学院的核心, 他虽然未亲眼见过沙利文本人(沙利文在他加入怀特学院前 20 年就已经去世), 仍深受沙利文思想的影响, 因为在怀特学院督导他工作的三位分析师: Edgar Levenson, Earl Witenberg 和 David Schechter, 都是严格遵循沙利文思想的[1]。

60 年代初, 作为人际关系学派大本营的怀特学院得到批准在纽约大学开设精神分析的博士后项目, 其初衷是希望通过大学为依托, 营造学术思想自由讨论的氛围、促进研究方法的拓展与整合、鼓励比较研究和批判性检验。

这个初衷深深影响了布隆伯格, 他在 70 年代中期创办了一个研讨会, 比较不同流派的治疗理论。他让研讨会成员阅读诸位治疗名家的文献。研讨会对他意义巨大, 他由此钻研诸多精神分析传统, 在比较不同流派理论和观点的同时, 能欣赏到各式的美与价值, 这让他始终保持激情、包容和开放, 为他后来的开创性工作奠定了基础。

1988 年, 这个博士后项目成立了一个新组别——关系组或称关系取向, 这个新组别日后成为了关系精神分析最主要的发展阵地。他是该组的开山教员之一, 后来也一直在怀特学院和纽约大学任教, 成为一位备受追捧的导师和传奇人物[2]。

在介绍布隆伯格早期受训和思想渊源时, 不得不提到同是该组的开山教员、关系精神分析的奠基人和主要代表人物——史蒂芬·米切尔(Stephen a. Mitchell), 在 20 世纪 70 年代, 当时正在完成分析训练的米切尔与布隆伯格相识。米切尔虽然比布隆伯格小 15 岁, 但他们都极具人格魅力, 对人际精神分析有着共同的热爱, 且都认为人际精神分析需要扩展和深化, 这让他们彼此惺惺相惜, 互相尊重钦佩, 同时建立了深厚友谊, 并开展合作。布隆伯格曾说, 如果没有米切尔的热情鼓励和支持, 他不会成为一个热衷于写作和交流的人。

3. 第二阶段：写作与独立思考

1979年他发表了本人的第一篇精神分析论文《人际精神分析与退行》，于他而言，这标志着他职业生涯第二阶段的开始[3]。他说，第一阶段代表着“最大程度上由我学习和实践之间的一致性所塑造的”，而第二阶段则是“由我实践、教学和写作之间的相互渗透形成的”。正是在这第二个阶段，他开始感到自由的思考与真正的独立。他极具先见之明地感受到了第三个阶段的存在，虽然仍不清楚，但下一阶段最终可能使前两个阶段像是“通往极富创造性的存在的路上的临时阶段”。但不管第三个阶段是否来临，他的兴趣都根植于：“我从一开始就关注临床过程，而不是理论，特别是严重的精神异常的治疗——即治疗所谓的‘难以分析’或‘无法分析’的患者”[1]。

布隆伯格希望拓宽人际关系理论的范围。他认为，沙利文(1954)的“细节询问”方法，虽然很出色，但较难导向深刻的和情感性的接触，而这种接触在布隆伯格看来正是临床治疗的核心。如果分析师能够创造足够安全的临床氛围，使患者和分析师都有极大的情感脆弱性，那么“细节询问”就可以与一种鼓励和欣赏“原始”(即退行)的精神状态共存，治疗能带来更实质性和持久的变化[4]。

这一时期是承上启下的过渡阶段，既总结了前期受训和学习的内容，又大胆地对前辈们的观点发出挑战和拓展整合，并结合临床和生活的案例生动呈现他的治疗观。这个时期的作品无疑是接下来要进入第三阶段的前奏。第二阶段(1979~1993)，包括部分第三阶段(1993~1998)的文章可以在他的第一本书《让我看见你：临床过程、创伤和解离》中找到。在这些文章中，他阐述了自己临床的思考和观点，以及对创伤、解离和多重自体的研究。

4. 第三阶段：开创性的理论与观点

在上述1991年布隆伯格描述他所感知到第三阶段存在的想法仅仅两年后，他就发表了他关于精神分析过程和实践的新思维方式的许多文章中的第一篇《阴影与物质》(1993)，开创了一个持续二十余年的关于创伤、解离和多重自体的沉思[5]。他这新颖的理论与观点很快吸引了世界各地的精神分析学家、其他流派的分析师和不同学科的学者加入阅读和讨论。上文提及的《让我看见你》一书中收录这个时期的部分文章，其他大部分内容呈现在他另两本书中，《Awakening the Dreamer: Clinical Journeys》(2006)和《The Shadow of the Tsunami: And the Growth of the Relational Mind》(2011)。

他不认为必须有一个成型的理论才能有效地工作，事实上他怀疑对理论的过度拘泥将干扰治疗过程，因此他的文章没有呈现出非常明晰的理论结构模型，这需要读者们自己进行整理与思考，并在临床中验证。这或许正是他的用意，使他的智慧不拘泥于形式或模型，能真正有助于临床治疗。

4.1. 创伤与解离

4.1.1. 创伤

布隆伯格整合了谢克特(Schechter)等人对于创伤的观点，将心理创伤大体定义为一种奇怪得令人震惊的经历，它超越了认知加工的门槛，无法整合到“我”这一体验中，并产生不可整合的情感并淹没大脑，这种情感有可能扰乱或打断了人们自体连贯性、自体凝聚性和自体延续性的体验所依赖的内在模式[6]。

4.1.2. 解离

布隆伯格在阐述解离时，运用最多的是普特南(Putnam)的表述，“解离是没有逃离办法时的逃离”(the escape when there is no escape)[7]。在《阴影与物质》一文中，他开始区分解离与压抑和冲突，并建议临床心理学者们超越冲突理论。在关于这个话题的第一篇文章中，他给出了解离的定义，这个定义一直适用于他后来的工作：

解离并不是简单地将内容排除在意识之外,是由创伤引起的,是一个导致自体或心灵分裂的过程,并形成僵化的心理结构。解离虽然是对创伤的防御,但与对内心冲突的防御不同,解离不仅阻止自体进入可能有威胁的感觉、思想和记忆;并有效地消除了,至少是暂时地,那个可能遭受创伤的自体的存在,某种意义上,让它“近乎死亡”。与它们重建链接,重新进入生活,所包含的痛苦无异于哀悼。回归生命意味着承认和面对死亡,不仅是早期客体作为真实的人的死亡,而且是这些客体与之相结合的那些自体部分的死亡。当患者面对内部冲突和人类联结时,开始放弃绝对“真相”时,患者发现没有哪条路是没有痛苦的[5]。

解离性防御会形成自体情感调节服务的孤立的动态心理结构,此心理结构时刻准备着应对危险,这使得自体不会像当初经历创伤时,那么意想不到、束手无策。布隆伯格认为,正是这种类似早期预警系统的防御使许多分析师把某些患者(无论诊断是什么)定义为“困难”(不能在移情中工作)的主要原因,而且这也是所有人格障碍的基调[7]。解离经常主动限制、打断和关闭自体反思能力,这能力是可分析性的常用标准。解离还会使形成“非我”的自体状态,但是个体仍需要维持自体连续性、一致性和凝聚性的感觉,此时心理结构会发展出统一体幻想或某种强迫来将解离间隙填上,甚至否认间隙存在,相应形成症状[8]。

他在许多文章中一再强调,解离具有普遍性,分析师必然经历过解离,甚至在治疗室中正发生着解离。分析师不应只关注患者的解离,还需觉察自身是否有解离结构被唤醒,是否正在解离[9]。尽管维持这种觉察状态不容易,但如果发生了,或许是打破治疗僵局的契机。

4.2. 多重自体

他曾总结过自己的工作,“我最重要的贡献是强调我们每天都生活在自体状态(Self-State)的多重性——这种多重性在生活的各个方面和生命的各个阶段——在梦中、在文学中、在童年和成年时期——而不仅仅是在创伤之后——一直都会体验到。”

4.2.1. 思想渊源

传统精神分析的理念认为自体或心理是内在统一的、结构化的。但人际关系学派和关系精神分析的学者纷纷尝试发展一种模型,把心理概念化成构建意义的非线性的、辩证的过程,是自体表征的稳定与成长之间的平衡——保存自体意义(持续地“感觉像自己”的安全体验)的需要,和建构新的意义以实现关系上的适应,即认为自体的本质是一个分散的、活动的集合体,而不是一个有凝聚力的、有序的实体。

沙利文认为在人格化的过程中,会形成了两种人格范畴——自我系统(Self-System)与非我。阿德里安·哈里斯(Adrienne Harris)为精神分析发展理论引入了混沌理论的概念,强调发展的非线性与多重性。米切尔也明确提出过“多重自体”的概念。在米切尔的理论体系中,自体状态与自体组织的不连续性与变化一直是理论重点[2]。

布隆伯格所处的学术氛围涵容了多重性、分裂与整合、非线性和复杂性,以及诸位前辈和同事的观点都为他研究多重自体提供了养分。

4.2.2. 布隆伯格的多重自体观

在不同实体之间的空间中,个体是存在着多重自体状态的。对于多重自体状态,他很大程度沿用沙利文的理论,认为被解离出去的自体部分会形成一个新的心理结构“非我”。在个体中存在着一个被体验为“我”的自体,和多个无法整合进“我”中且不能觉知的“非我”自体。

他强调不断变换的心理实体塑造着人际关系,每种状态通过它自身独特的存在方式与谈话方式得以表达与详述。他在临床上关注分析双方在情感语调上的变换,以这一线索来发现人际关系的变化。个

体所具有的多重自体之间本来是相互联系的，各自体状态间的切换也是流畅自然的，正常个体的多重自体状态可以互通有无，形成一种整合的认知。而解离的产生则在于多重自体之间的断裂，这使得各自体状态间的切换变得突兀，也致使某些个体对于某件事物的认识处于离散状态。处于解离状态的个体对于某个特定的经验感觉到自体既知道又不知道，他明显感知到自身的反思能力受到了阻碍。分析师和患者都需要发挥创造力与情感能力，变更自体将之前离散的自体状态凝聚起来，创造意义、建构叙事。

4.3. 过渡空间

过渡空间必须是建立在对人类相关性的信任基础上。患者信任人际关系的能力必须发生和恢复，如果没有，任何精神分析的尝试都将导致“伪分析”。由于“非我”的早期预警系统随时提防着危险的出现，即使刚开始关系和环境很安全，也不能全然给个体带来安全感，“非我”仍保持提防。因此分析师需要推动形成一个新的现实领域，在这里，对“即将发生的”预判和对“非我”的担心可以并存。这是患者和分析师共同建构的空间，唯一的关系，唯一的个体；既不属于任何一个人，又属于两个人和其中一个人；充满神奇，能使“不可能”成为可能；让那些分别持有自身“真相”，但不相容的自体，可以“梦见”对方的现实而不危及自身的完整性。

他在文章中多次引用温尼科特一个很接近的概念，儿童是通过对第一个“非我”之物，即“过渡客体”的利用最终达到一个相对独立的阶段，在内部世界和外部世界之间，既非完全主观、也非完全客观的第三世界，即“过渡空间”或“潜在空间”，也是对于成人而言的文化空间[10][11]。

在过渡空间中，分析师的任务是允许患者的所有自体或自体状态慢慢出现，并与每个自体建立关系，允许每个自体持有不同版本的“真理”和自己的治疗议程。这个过程会发生“非我”的活现，“我”与“非我”之间的冲突都会给分析师与患者的关系和过渡空间带来挑战[12]。治疗关系不可避免地会重复患者过去的失败，但不能仅仅是重复这段关系，必须发生一些新的东西——一些患者和分析师意外地行动化而出现的東西。他将这些意外的关系事件称为“安全的意外”，因为只有通过意外，一个新的现实——一介于自发性和安全性之间的空间——才会被共同构建，并注入其自身的能量。

另外，他认为与患者工作梦是一种过渡性经验，允许自体状态之间潜在地链接和发出声音，是找到进入患者定义为“我”的动态结构的途径。梦在本质上是一个非线性的，但肯定与梦者相关的现实，作为患者曾经去过的真实空间，梦是特殊的过渡空间[13]。

4.4. 活现与羞耻

活现(Enactment)是指，临床过程中，治疗关系不可避免地会重现患者过去的失败，当这段过去的关系的自体状态也会被激活。人际关系学者认为活现的无意识沟通过程，是指患者在自体身份的那些领域中努力协商未完成的事情，在这些领域中，由于某种程度的创伤性经历，情感调节不够成功，无法在思想和语言的符号处理层面上进一步自体发展[14]。因此治疗的核心维度之一是提高调节情感状态的能力，而不触发对重新发展的恐惧。这取决于分析师和患者如何处理各自此时此地的经验，患者在情感上是否感到安全，从而促使体验和解决内部冲突的能力逐渐更加持久，以便在激活未处理的解离经验时释放工作记忆[14]。布隆伯格提出，这种必要的情感安全和关系风险的协同作用取决于特定的患者和分析师以意外的方式行动化，这种方式是安全的，但又不是太安全——在允许“安全的意外”在此时此地发生的同时，活现了患者过去关系上的失败。

活现会构建人际间互动，患者和分析师通常感到羞耻，这种体验对双方来说都是不明确的，因为它与对方的某种需要相联系。这些产生羞耻感的需要难以符号化，因而会认为这种需要是非法的。那些体验到需求的自体状态和那些持有羞耻感的自体状态被解离开来，并切断了主体间交流，既在患者和分析师之间，也在个体的自体状态之间。

羞耻是具有重大意义的临床现象和治疗问题，携带着概念线索，使分析师的理解更加人性化，即冲突和协商的过程不是技术错误的迹象，尽管羞耻感可能一直存在。相反，这是一个活现早期创伤的迹象，患者的某些解离的自体状态没有充分得到分析师的认可，并且对这种认可的渴望受到挫折，就会同时伴随羞耻感。正如患者在最初的创伤中所做的那样，他对于承认自己的痛苦感到羞耻，因为他寻求承认的人是最不可能提供承认的人，因为他也是造成这种痛苦的人，无论他是否有意造成痛苦。

不论如何，活现带来的信息、感受和体验是及其丰富和极具冲击的，有时患者过去关系的活现会引起分析师的某些原先被解离出去的自体的活现并带来不适。对于过去关系的失败和被解离的自体状态——“非我”时，不论是患者还是分析师同样会体验到否认、拒绝、困惑、失忆、绝望、羞耻、恐惧，伴随强烈的躯体感受。分析师必须愿意与自身的和患者的“非我”的自体状态交谈，帮助这些自体状态意识化，进行自体反思，并且询问患者解离的体验，否则分析师和患者会一样迷失于体验里。分析师要学会重视“非我”通过活现所传递的信息和聪明地利用活现的材料，并亲身参与进去，与活现的“非我”自体状态互动。而这个过程的工作必然会有些困难，因为“非我”必须确认分析师不会消灭他，这个确认的过程需要不断的协商推进。有时分析师往往不止跟一个“非我”协商，可能是多个，包括“我”和分析师的“非我”，这时也体现了过渡空间的重要性，分析师和患者的自体状态可以安全和自由地在这个空间中活现和协商。

4.5. 其它思考与观点

布隆伯格的治疗目标是促进患者能够越来越多地将自己的心理作为反思的对象。他认为的健康不是整合，而是自我接纳，能够站在多个现实之间的空隙里而不失去任何一个现实，同时感觉是一个自体，这也是创造性的真正含义所在。

作为督导和教师，他的基本目标是使原则的学习成为参与者观察的自发结果，帮助学生作为分析师时能够把他所做的事情看成是他通过关系所体验到的东西的表达。换句话说，他的督导和教学旨在提高学生作为分析师的倾听能力，而不是教他们一些可能有用的临床精神分析的原则。当他们和患者在一起的时候，应该忘记他们在学院里学过的东西，才能真正投入[15]。

回顾布隆伯格的一些核心概念，他在论述这些概念时就隐含了他的临床理念与思考，甚至是建议。临床过程大致是患者开始发展信任人际关系的能力——共同建构一个安全的过渡空间——在治疗关系中，患者活现了创伤时的解离反应、解离结构以及“非我”的自体状态——患者与分析师持有羞耻感和其它强烈的情感的同时进行协商——促进患者“我”与“非我”的对话，发展自体反思能力——多重自体共存的同时又觉知是一个自体。他在许多文章中都有强调这个观点，沟通的过程（“隐性关系认知”）才是精神分析治疗行动的基础，而不是沟通的内容。过程引导内容，所以不需要追求特定的内容；相反，扩大对话的领域和流畅性是主要的，将导向更综合和多重内容[6]。因此临床工作应变得越来越具有体验性，不是作为一种技术，而是作为一种存在方式存在着。

5. 简评与悼念

布隆伯格是关系精神分析的代表人物之一，他不仅结合了人际关系精神分析理论与客体关系理论，还引入了许多不同流派和学科的视角，其最重要的贡献是强调自体状态的多重性，发展了精神分析长期忽略的解离，并且将创伤、解离、活现与多重自体联系起来，为创伤治疗提供了一个开阔的视角。

他的职业生涯几乎都在怀特学院和纽约大学，为关系精神分析培养了许多人，期间写出了许多充满诗意的著作，以及提出开创性的、惊艳的理论和观念。他对许多人的职业、关系、生活都产生了重要影响，他真诚地将自身的理念贯彻到生活中，使这些概念不只是纸面的解释，更是有了温度与故事。他为热衷于心理治疗和探索人性的学者们留下来宝贵的精神遗产和智慧。

布隆伯格重视过程而非理论, 写作内容广泛, 充满想象力与创造力, 而且不追求逻辑明晰。这一方面是他的理论观点的特色, 但是由于缺乏理论模型和清晰的逻辑, 不利于学者们快速地掌握他的理论观点, 也不便于传播与临床验证。

参考文献

- [1] Stern, D.B. (2021) Philip M. Bromberg (1931-2020). Trauma, Dissociation, and the Multiple Self. *The International Journal of Psychoanalysis*, **102**, 178-188. <https://doi.org/10.1080/00207578.2020.1821962>
- [2] 丁飞. 整合与发展: 关系精神分析学研究[D]: [博士学位论文]. 南京: 南京师范大学, 2016.
- [3] Bromberg, P.M. (1979) Interpersonal Psychoanalysis and Regression. *Contemporary Psychoanalysis*, **15**, 647-655. <https://doi.org/10.1080/00107530.1979.10745602>
- [4] Bromberg, P.M. (2014) Sullivan as Pragmatic Visionary: Operationalist and Oper Relationalist. *Contemporary Psychoanalysis*, **50**, 509-530. <https://doi.org/10.1080/00107530.2014.942588>
- [5] Bromberg, P.M. (1993) Shadow and Substance: A Relational Perspective on Clinical Process. *Psychoanalytic Psychology*, **10**, 147-168. <https://doi.org/10.1037/h0079464>
- [6] Bromberg, P.M. (2003) One Need Not Be a House to Be Haunted: On Enactment, Dissociation, and the Dread of “Not-Me”—A Case Study. *Psychoanalytic Dialogues*, **13**, 689-709. <https://doi.org/10.1080/10481881309348764>
- [7] Bromberg, P.M. (2003) Something Wicked This Way Comes: Where Psychoanalysis, Cognitive Science, and Neuroscience Overlap. *Psychoanalytic Psychology*, **20**, 558-574 <https://doi.org/10.1037/0736-9735.20.3.558>
- [8] Bromberg, P.M. (2010) Minding the Dissociative Gap. *Contemporary Psychoanalysis*, **46**, 19-31. <https://doi.org/10.1080/00107530.2010.10746037>
- [9] Bromberg, P.M. (2004) Talking with “Me” and “Not-Me”. *Contemporary Psychoanalysis*, **40**, 409-464. <https://doi.org/10.1080/00107530.2004.10745840>
- [10] 郗浩丽. 温尼科特过渡客体理论的发展线索[J]. 南京师大学报(社会科学版), 2017(3): 97-104.
- [11] Bromberg, P. M. (2016) Hidden in Plain Sight: Thoughts on Imagination and the Lived Unconscious. *New Directions in Psychotherapy and Relational Psychoanalysis*, **10**, 1-19.
- [12] Bromberg, P. M. (2001) Treating Patients with Symptoms and Symptoms with Patience: Reflections on Shame, Dissociation, and Eating disorders. *Psychoanalytic Dialogues*, **11**, 891-912. <https://doi.org/10.1080/10481881109348650>
- [13] Bromberg, P. M. (2000) Bringing in the Dreamer: Some Reflections on Dreamwork, Surprise, and Analytic Process. *Contemporary Psychoanalysis*, **36**, 685-705. <https://doi.org/10.1080/00107530.2000.10745795>
- [14] Bromberg, P. M. (2008) Shrinking the Tsunami: Affect Regulation, Dissociation, and the Shadow of the Flood. *Contemporary Psychoanalysis*, **44**, 329-350. <https://doi.org/10.1080/00107530.2008.10745961>
- [15] Bromberg, P. M. (2012) Stumbling Along and Hanging-In: If This Be Technique, Make the Most of it! *Psychoanalytic Inquiry*, **32**, 3-17. <https://doi.org/10.1080/07351690.2011.553161>