

# 精神分析视角下的抑郁症焦虑

周红丽<sup>1</sup> 张晓渊<sup>2</sup>

1 四川华新现代职业学院, 中国·四川 成都 610107;

2 四川天府新区通用航空职业学院, 中国·四川 成都 610222

**【摘要】** 弗洛伊德的理论构造从癔症开始, 癔症患者的焦虑症状也成为弗洛伊德研究对象, 他认为癔症患者的焦虑是剩余力比多的转换。后来弗洛伊德在临床中遇到了恐怖症和强迫症, 恐怖症和强迫症中的焦虑与癔症焦虑表现出不同的功能, 弗洛伊德由此修改了焦虑理论, 认为焦虑是以某种特殊方式对危险情境的反应, 这个危险情境的原型是婴儿出生时与母亲分离的情境, 这个分离的情境对于婴儿来说也是创伤情境。法国结构主义精神分析家拉康在研究精神分裂症的基础上继续发展精神分析的理论, 拉康认为焦虑不是对缺失的反应, 是当一个主体面对大彼者的欲望而产生摇摆时侵袭主体的情感, 焦虑存在于主体和未出现就已缺失的客体之间的关系中。在弗洛伊德和拉康关于焦虑的观点中, 焦虑仍然是兴奋性的, 并且都没有涉及到抑郁症的焦虑, 这也许与他们所处的时代有关。而在二十一世纪的今天, 抑郁症的发病率一直居高不下。本文作者试图从精神分析的角度讨论抑郁症焦虑。

**【关键词】** 焦虑; 抑郁症; 弗洛伊德; 拉康

## 1 弗洛伊德: 焦虑是自我以特殊的方式对危险情境的主动防御

弗洛伊德认为, 焦虑是一种特殊的不快乐状态, 它伴有特殊神经通路上的运动释放。焦虑是一种情感状态。不快乐是焦虑的特殊性质; 运动神经支配在一般焦虑现象中起着作用, 即焦虑和呼吸系统、心脏的感觉相关。

### 1.1 焦虑的起源

对于焦虑的起源, 弗洛伊德的观念经历了一些变化, 在早期文章《焦虑性神经症》(1895) 中, 弗洛伊德认为, 焦虑是积聚的兴奋转换了形式后的出路, 即, 焦虑是转换的力比多。并且, 在《焦虑神经症》这篇文正里, 弗洛伊德认为, 在强迫性神经症和恐惧症中, 对焦虑的解释是一样的: 之所以出现焦虑, 是因为未被释放的兴奋的积累, 这就是压抑。

1897年11月14日写给弗利斯的一封信中, 弗洛伊德不再把焦虑视为转换了的力比多, 而是看作以某种特殊的方式对危险情景做出的反应。但是, 仍然认为, 在焦虑性神经症中, 在产生焦虑时得到释放的东西, 很可能正是未加以利用的力比多的剩余物。

1925年的文章《抑制、症状与焦虑》中, 弗洛伊德对焦虑进行了系统的阐述, 也修改了其早期关于焦虑的观点, 他认为焦虑是对出生创伤的一种再现, 而在出生情境中, 婴儿利用焦虑这种特殊的方式应对出生时的危险情境。

### 1.2 焦虑起源的方式

1.2.1 不自主的自动方式。焦虑是其背后危险情境的反应。出生被看成是随后各种危险情境的原型。出生时体验到的焦虑构成某种情感状态的原型, 在某些与原初情境相类似的某些情境之中, 焦虑可以自动的进行自我生成。在此情境中, 焦虑是对危险性情境的一般反应, 自我具有根据需要产生焦虑情感的功能, 自我作为焦虑的场所而起作用。

1.2.2 由自我产生的方式。某一情境出现危险时, 自我便产生焦虑以求避免危险情境的出现, 这种情况下, 自我使自己顺从于焦虑, 以此作为一种像接种疫苗一样的防御, 即接受疾病的轻微袭击以免它全面发挥作用, 也就是说, 自我生产出焦虑, 就像真实的巨大的危险来临一样, 从这个意义上讲, 焦虑本身对自我来说也是一种消耗, 只是一种避重就轻的消耗。

### 1.3 焦虑的呈现方式

焦虑最初是作为对一种危险状态的反应而产生, 而后, 每当这种状态重现时, 焦虑便得以复生。焦虑的呈现方式有两种: 第一种方式, 一个新的危险情境出现时, 焦虑以不恰当的方式呈现; 第二种方式, 焦虑对一个危险情境发出信号并加以防备时的适当的方式。所有焦虑中, 最早的焦虑是在与母亲的分离时产生的, 也是原发性出生焦虑。阉割焦虑也是一种对于与某一很有价值的对象相分离的恐惧。

### 1.4 焦虑的特征

①焦虑情感与期待有关, 具有不确定性和没有对象的性质。如果焦虑发现了对象, 就成了“恐惧”, 即, 当焦虑情感指向某一具体对象时, 这个情感状态就发展成了恐惧。②焦虑情感除了和

危险有关以外, 还和神经症有关。但是并非所有焦虑的反应都是神经症的。③现实性焦虑和神经症焦虑的特点是混合的, 我们常常看到, 已经知道真实危险往往被未知的、不确定的本能危险所依附。④焦虑的产生还取决于, 病人对于危险程度的判断中, 对自我能力的预估, 也依赖于他面对危险时产生的无助感——对现实真实的危险来说身体无助感和面对本能危险时的心理无助感。

弗洛伊德谈到了创伤性情境和危险性情境, 创伤性情境, 即实际经历过的无助情境, 包含期待的具有决定因素的情境是危险性情境。当“我”感觉到将要进入一个无助情境, 而且这个即将到来的无助情境使“我”想起曾有过的创伤体验, 所以, “我”先预设了创伤, 以它似乎已经发生的方式活动。焦虑承担着对创伤进行预期的作用, 同时也承担着一和平的方式对创伤进行重复的作用。

### 1.5 现实性焦虑和神经症焦虑之间的区别

焦虑是自我对危险情境的一种反应。现实性焦虑就是对我们已经知道的现实的危险的焦虑。而神经症性焦虑是对不确定的危险的焦虑, 因此神经症危险是一种本能的危险, 通过将自我未知的危险带到意识中, 病人使神经症焦虑等同于现实性焦虑。

对现实性危险的反应: 一方面是情感方面的反应——焦虑发作; 另一方面是保护性活动。两种反应方式相互合作, 一种反应发出信号, 引起另一种反应, 也可能一种反应以一种不方便的方式作出行为, 从而使另一种反应丧失。

焦虑和神经症之间所以具有某种特殊的密切关系, 原因在于, 自我可以在焦虑反应的帮助下对本能危险加以防御, 正和它可以通过焦虑反应帮助对外部危险加以防御一样。

## 2 法国精神分析家雅克·拉康: 焦虑是主体面对不确定的大彼者时产生的情感

拉康认为, 焦虑不是对内部或外部危险的一个表象, 而是这种情感, 它面对大彼者的欲望时, 在摇摆不定中抓住主体。对于弗洛伊德来说, 焦虑是由一个客体的丧失, 由和母亲或石祖的分离而导致。对于拉康来说, 焦虑和客体的丧失无关。

他是这样重新理解弗洛伊德的定义的: 焦虑是一种情感, 其位置至少是作为一种信号。但是, 对拉康而言, 焦虑不是内部或外部危险的表达。它是当一个主体面对大彼者的欲望而产生摇摆时侵袭主体的情感。

如果对弗洛伊德来说, 焦虑是由客体的缺失、与母亲或石祖的分离造成的的话, 那么对拉康来说, 焦虑与客体的缺失没有关系。它总是突现于主体和这个甚至还没出现就已丧失的客体之间的某种关系中。拉康认为, 正是因为症状的形式之下或在无意识形式中重新发现了可见的、明显的这个客体的迹象, 所以, 我们倾向认为这个客体已经丧失了。因此, 焦虑是对这个已经丧失客体的寻找的唯一主体性表达。

这个缺失的和在焦虑中所特别涉及的客体, 拉康把它称为“支撑物”然后是“欲望的原因”, 并将它命名为“客体小a”。拉康说, 这个客体小a, 正是焦虑的起源。弗洛伊德谈到的焦虑是力比多最后的、不可缩减的留存。对拉康来说, 构成焦虑的, “正是

某个东西——不论是什么——要出现在欲望的原因客体所占据的地方”。这个客体总是能激起焦虑，也总是在无意识中说“我”，是这个试图通过一个需要的、一个需求的或一个欲望的方式来表达的东西。

同样，对拉康来说，焦虑不是一个缺失的信号而是对主体来说缺乏必要支撑的表现，这个必要支撑对他来说正是缺失本身。事实上，对一个乳儿来说，产生乳房丧失焦虑的，不是他可能会缺失乳房，而是因为乳房的完全在场侵占了他。正是乳房缺位的可能性为孩子保留了一个朝向请求的超越，从而构建了一个与欲望的领域彻底分离的需要的领域。

对拉康来说，任何企图填满的回应都只能引起焦虑的出现。焦虑，不是客体的缺失的引诱，而是不缺失的客体的在场，焦虑的特点表现为不会落空的东西，即预感，毋庸置疑的东西。不是怀疑，而是怀疑的原因。焦虑，正是令人恐怖的确信，正是这个注视着我们的东西，如同弗洛伊德经典案例狼人，他透过天窗满怀焦虑地看着自己被五双他幻想的眼睛注视着。过度在场的目光带来了巨大的焦虑。焦虑总是这个不用任何词语，在符号之外让我们依赖于大彼者的东西。

### 3 抑郁症焦虑

#### 3.1 弗洛伊德：抑郁症是自我能量耗竭时产生的抑制状态。

弗洛伊德在《精神分析导论》(1915-1917)第26讲中提到了抑郁症，他认为，抑郁症患者深为苦恼的无情的自我责备，实际上与自己已失去的或因为某种过错而不再加以珍视的性对象有关。抑郁症患者确实都把自己的力比多从对象上撤回了，但是通过所称的“自恋性认同”过程，这个对象在自我本身已建立起来，用自我替换了对象。于是，患者的自我被看做那已被抛弃了的对象；那些要施加于对象之上的一切攻击性行为和凶恶的表示都转加于自我。

弗洛伊德认为，抑制是自我的功能的限制，当其作为一种预防措施而强行实施时，是自我为了避免与它我发生冲突；当抑制服务于自我惩罚目的时，是自我为了避免与超我发生冲突；当抑制作为能量枯竭的结果而产生时，其成为自我的一般化抑制的状态就是抑郁状态，这种抑制状态的严重的形式就是抑郁症。

#### 3.2 弗洛伊德关于强迫症和恐怖症焦虑的观点

弗洛伊德认为恐怖症焦虑的本质情感不是来自压抑过程，也不是来自被压抑冲动的力比多转换，而是来自行使压抑的机构本身。比如，在弗洛伊德的经典个案，患有恐怖症的小汉斯，对马的恐惧属于动物恐怖症，其焦虑是一种未经转换的对阉割的恐惧，这是一种现实性恐惧，是对实际上即将发生的或者被判断为真实的阉割危险的恐惧。正是这个焦虑产生了压抑，而不是压抑产生焦虑的。弗洛伊德认为，在恐怖症中所感受到的焦虑是一种自我焦虑，在自我中产生，焦虑不是由压抑产生的，而是促使压抑机制开始运作。

在压抑之后，出现一定数量的焦虑，以取代意料之中的力比多的表现，这样的情境属于压抑产生了焦虑。属于它我的力比多启动压抑的障碍，在压抑中焦虑是有本能的力比多贯注产生的。通常在现实性神经症中可以看到这种焦虑。

在恐怖症中，患者用一个外部危险代替另一个外部危险，自我通过回避或抑制性症状等方式来逃避焦虑，焦虑在此只是作为一种情感信号，是自我对危险所做出的一种情感反应。而这种方式的危险是阉割的危险。与自我的危险情境中正常感受到的现实性焦虑相比，这种焦虑没什么不同，只是内容还是无意识的，而表达只能以某种歪曲的方式才能意识化。恐怖症通常都是在体验到某一特殊情境中的第一次焦虑发作后才产生，其后，焦虑即因恐怖症而终止，但如果保护条件得不到满足，焦虑会重新出现。恐怖症机制很好的构成一种防御手段。并逐渐趋于稳定。

#### 3.3 抑郁症焦虑

弗洛伊德的理论构造从研究癔症开始，与19世纪末的欧洲社会现状相关，彼时，癔症患者人数众多，而随着临床工作的开展，弗洛伊德又研究了恐怖症和强迫症。随着临床病人患病类型的变化，弗洛伊德也不断调整自己关于焦虑的理论。作为精神分析结构主义的代表人物雅克·拉康在临床工作中遇到了精神分裂症，从精神分裂症患者的临床出发，拉康发展了弗洛伊德的理论以适应当时的临床情况。精神分析的理论来源于临床，也服务于临床工作。而在二十一世纪的今天，全球经济快速发展，物质生活逐渐丰裕，人们对精神生活的追求也不断提高。然后，精神疾病类

型也与以往不同，抑郁症在当代的发病率一直居高不下。而往往抑郁症者的症状中，焦虑症状又是典型症状。而弗洛伊德和拉康关于焦虑的观点中，都没有涉及到抑郁症的焦虑。无论是弗洛伊德认为焦虑是自我对危险性情境的反应，是与母亲分离的创伤情境的再现，还是拉康认为焦虑是主体面对不确定的大彼者时产生的情感，是对客体小a完全占据的主体性表达，在两位大师所讨论的焦虑仍然是兴奋性的。那么抑郁症的焦虑仍然是兴奋性的吗？抑郁症焦虑是怎么来的？

#### 3.4 抑郁症焦虑是抑制性焦虑，非兴奋性焦虑。

弗洛伊德认为抑郁症是因为能量枯竭导致了抑制，我们由此可以推测，抑郁症焦虑也是处于能量枯竭状态的焦虑，而并不是像癔症一样，是未消耗完的力比多能量转换成而成。也不像强迫症和恐怖症中的焦虑，是自我产生的，作为一种危险性情境的信号存在，促使压抑机制启动。但同时，弗洛伊德也认为抑郁症患者是把自我的力比多从对象上撤回了，并且通过“自恋性认同”的方式，这个撤回的对象在自我这里建立起来，用自我替换了对象。由此，在弗洛伊德看似矛盾的观点中，我们理解为，在抑郁症中，力比多被从对象上撤回到自我，因为自我已经处于能量枯竭状态，没有能量支撑力比多对对象的投注，而对自我的投注从经济学上的角度来说，能量消耗比投注于对象身上要更便利，更节约。在抑郁症的临床中，我们常常看到，抑郁症者对事物毫无兴趣，也就是说力比多无法投注于对象。

如果抑郁症焦虑是主体处于能量枯竭状态的焦虑，我们便无法将其归为兴奋性焦虑。弗洛伊德研究的癔症焦虑中，焦虑是转换了的未释放的力比多，力比多本身就是兴奋的能量。在恐怖症中，焦虑是以婴儿出生时与母亲分离的创伤情境为原型的危险情境的再现，是对内部精神世界或外部世界的危险情境的反应，也是一个信号，是激起自我产生压抑的能量，因此，也仍然是兴奋性的焦虑。强迫症里的焦虑具有和恐怖症中的焦虑一样的性质。

#### 3.5 抑郁症焦虑是生冲动对死冲动的防御

抑郁症者常常很痛苦的讲述，整夜无法入睡，越是想要睡着越是睡不着，有的患者严重时甚至会整晚无人入睡，睡眠困难似乎已成为抑郁症焦虑的典型表现之一。我们前面已经讨论了抑郁症焦虑是抑制性焦虑，不是像恐怖症或强迫症的兴奋性焦虑，何以抑郁症焦虑又以失眠这种兴奋性的形式出现？我们认为失眠是避免主体处于死亡状态，是生冲动对无意识死亡冲动的对抗，即，自我对死冲动的防御。我们都知道，抑郁症朝向自我的终极攻击是自杀，也就是说，在抑郁症里始终存在死冲动，比如，对自己的否定评价，以及对自己身体的攻击（如：自残行为）。而睡眠状态和死亡的状态相似，这一点在平常生活中，我们可以看到，有时不愿接受亲人去世的人也常常认为，死去的亲人是睡着了。我们由此假设，在抑郁症中，死冲动如此强大，以至于生冲动需要拼尽全力，不加区分的对其进行防御，即使自我已经快要能量枯竭，仍然不惜利用焦虑、利用抑郁症来对抗死冲动，这也是自我的自保方式。否则，死冲动对自我的攻击极有可能导致自我毁灭。

### 4 结束语

我们暂且得出一点结论：抑郁症焦虑不同于恐怖症、强迫症的焦虑，不是兴奋性焦虑，而是能量枯竭的一种状态，是一种抑制性焦虑，也是生冲动为了个体的延续而不惜一切代价去对抗死冲动的一种方式，是自我的一种防御方式。

#### 参考文献：

- [1][奥]Sigmund Freud.精神分析新论[M].车文博,译.长春: 长春出版社, 2004:239-242.
- [2][奥]Sigmund Freud.癔症研究[M].车文博,译.长春: 长春出版社,2004: 166-167.
- [3][奥]Sigmund Freud.自我与本我[M].车文博,译.长春: 长春出版社,2004: 156-159.
- [4][奥]Sigmund Freud.精神分析新论[M].车文博,译.长春: 长春出版社, 2004:52-54.
- [5][法]Jacques Lacan.拉康选集[M].褚孝泉,译.上海: 上海三联书店,2001: 235-237
- [6]郭文仪.精神分析理论的内在发展逻辑及其对文学研究之影响——以拉康为中心[J].南阳师范学院学报,2014,13(1):4.