

從電影「82年生的金智英」探索 女性個體化歷程

Exploring Female Individualization from the Film "KIM JI-YOUNG: BORN 1982"

洪曼茜¹、黃國彰²、易欣榆³

Man-Qian Hong¹, Kuo-Chang Huang², Xin-Yu Yi³

摘 要

韓文小說「82年生的金智英」於2018年出版，隔年電影版在韓國上映，上映首日即奪得了韓國票房冠軍，在台灣首週票房也突破550萬人次觀看。在電影中主角「金智英」與現實中的全職媽媽的角色幾乎一致，但在某些時刻也有非常貼近其他女性觀眾的角度。因此，本文以這部電影作為切入點，用榮格分析心理學的角度來理解女性的個體化歷程。本文一開始將說明榮格理論中的各種原型，包含：人格面具、陰影、阿尼瑪、阿尼姆斯，並說如何成為各種情結。隨後將介紹個體化歷程，並帶入電影中金智英在女性個體化歷程中的各種對立與衝突。從一開始的被動啟程，到過程中的自我整合、如何掙脫母親情節，到最後的陰陽整合，進行一系列的分析與探討。期能藉由電影主角「金智英」之個體化歷程，幫助正處於其困境中的人，了解個體化歷程是一種緩慢的心靈成長之旅，並學習掙脫束縛，走上自我獨特的個體化歷程。

關鍵詞：個體化歷程、榮格、分析心理學、人格面具、情結、阿尼瑪、阿尼姆斯

¹佛光大學心理學系 碩士生

²佛光大學心理學系 助理教授

³佛光大學心理學系 學士生

通訊作者：黃國彰，(262) 宜蘭縣礁溪鄉林美村林尾路160號 佛光大學 雲慧樓 512室，E-mail：
kchuang@mail.fgu.edu.tw



壹、前言

「82年生的金智英」是一部由同名小說改編，於2019年10月23號在韓國上映的韓國電影。由金度英執導，鄭裕美、孔劉主演。在韓國上映首日奪得了韓國票房冠軍，在台灣首週票房也突破550萬。該片講述出生於1982年的三十多歲平凡女性金智英，因現實生活中全職媽媽身份帶來的困擾造成其心理疾病，發病時金智英說的話，有時就像自己的母親、她最好的朋友、甚至還有她已離開人世的外婆，最後在其丈夫和家人的幫助下尋找自我恢復生活的故事（維基百科，2020）。

在時代的變遷之下，國內外都開始利用電影，成為童話故事和神話傳奇的表達平台，以動態性、歷程性的圖像故事取代文字或口語的形式，提供另一種多元且豐富的隱喻（林倩如、李佳儒，2014）。Von（1970）認為相較於神話處理人類集體潛意識的象徵，童話故事中涉入了更多個體化歷程。因此，童話故事對於心理治療來說，扮演更稱職的角色，更能貼近人們內在的需求。此外，Hall（1983）也提到榮格在童話故事中，對不同層次內容的想像與擴展，能為個案帶來更多的主觀與客觀的頓悟與洞察。雖然在這部電影的簡介中，只提到主角金智英身為一名全職媽媽的辛勞與困境，但當我們看完整部電影後，會發現除了全職媽媽以外，女性生命中可能或一定會成為的女兒、媽媽、媳婦、職業女性、職業媽媽等社會角色所會遇到的困境都透過其他時期的金智英或其他女性配角一一展現在觀眾眼前，更讓女性觀眾在觀看電影的時能或多或少看見曾經的自己，也因此，選擇了這部電影作為切入點，用榮格心理學的角度來理

解女性的個體化歷程。

貳、榮格理論

一、個體化

榮格相信全人類千百年來的經驗成果會共同存在於全人類的無意識中並彼此互通，因為全世界不同文化中的神話以及童話故事皆有相似之處，因此認為所有人類的經驗與行為都是從此基礎而發展（黃韻寧，2016）。在榮格的原型中包含人格面具、陰影、阿尼瑪、阿尼姆斯，這些原型皆有正負面的特性，若因過往經驗造成負面的原型認同就會成為情結。情結僅存在幾種主要類型，例如：自卑情結、權力情結、父親情結、母親情結、焦慮情結等，而這些典型的情結都與童年經驗有關（王郁文，2009）。在分析心理學的意義上來說，人格面具（*persona*）是我們所表現給別人看到的我們自己，當我們沉溺在人格面具中，會阻礙我們的自體化歷程，因此我們在使用人格面具時，應該要有覺察與自省（郭良婷，2019）。陰影則是由於自我壓抑的意識，或是意識自我從未認識到的部分，但大多是讓我們的意識自我覺得蒙羞或難堪的內容。

個體化是榮格心理分析中的重要概念之一，榮格用個體化來說明個人心理的發展，他認為心理發展就是「成為一個統合而獨特的個人，一個不可分割的整合個人」（廖世德，2007）。Jung（2014）認為現代心理學與現代物理學有一個共同點，即方法比學科更受學術界的認可，主題「心靈」表現形式如此無限多樣、如此不確定和如此無界，以至於給出定義即使不是不可能也很難解釋，心理學研究從這些經驗或定義因素



出發並根據變化觀察。榮格認為個體化是一種天生的力量，在成為一個人的過程中，想要創造特異性、尋求意識的擴展，這樣的驅力深植於本性當中（黃壁惠、魏宏晉，2012）。莊硯涵（2015）也認同個體化是一種與生俱來的傾向，是一種心靈上的驅力和衝動，每個人身上都獨一無二，目的是成為更加真實的自己。

二、女性個體化歷程

個體化可說是個人依靠著補償作用去覺察心靈發展的過程，最終發展成為一個統合而獨特的人（黃韻寧，2016）。然而，個體化歷程通常是一段被動開啟的旅程，是人們面對生命的畏懼、自我懷疑，並一步一步地發展出生命無畏的力量的歷程（Stein, 1998/2017）。而女性的個體化歷程往往始於一種特定的匱乏或困境，也就是女性的個體化歷程常常是被一個待解決的痛苦所推動並走上發展之路的（呂旭亞，2017）。Paul（2019）也曾提到，榮格最關心的是人類的靈魂。

在生命過程中，往往會遇到各式各樣的「困境」，而女性的個體化歷程經常是由這些讓自我（ego）陷入危機的「困境」所引發（李佩怡，2013）。

在女性開始個體化歷程，進行自我追尋的過程中，會面對來自社會、家庭、內在、外在的挑戰，在過往生活中，女性往往會以家庭及社會認可的價值觀來建立自己的人格面具，並漸漸封閉在這些人格面具之中，而女性本身的那些不受外在認可的想法或感受則會排除到意識之外成為陰影。這些陰影隨著時間與女性的生活環境累積並成為，女性個體化歷程的障礙，也因此面對自己

的陰影是女性個體化歷程的第一個議題。

接著女性個體化歷程的第二個議題是發展自己的陽性能量阿尼姆斯。Carter（2011）曾提到榮格相信在每一段婚姻中，都有一個包容的人（Container）和一個被包容（Contained）的人，越複雜的人，在情感上往往「包容」越不複雜的人。對於女性而言，因為生理上為女性，所以在心理上女性意識較容易發展，而男性意識（也就是陽性能量）則容易被壓制，為了成為完整的女性個體，女性必須與內在男性建立緊密連結（呂旭亞，2017）。

三、電影「82年生的金智英」中的女性個體化歷程

申荷永（2004）即提到個體化主要表現在兩個方面，第一方面，為了自性剝去人格面具的虛偽外表；而另一方面，則為了消除原始意象的暗示性影響。Hogenson（2019）曾經提到許多關於榮格原型理論的早期說明性文獻，旨在解釋榮格的理論，而沒有真正理解榮格理論的所有要素，結果是「原型」被簡單地納入了新達爾文進化理論，而非傳達出榮格心理學原始的精髓。根據電影「82年生的金智英」可梳理出四個女性個體化歷程的階段：女性個體化歷程為：1.被動啟程，個體化是被一個待解決的痛苦所推動並走上發展之路；2.自我整合：個體化歷程是陰影與人格面具的整合；3.掙脫母親情結捆綁的拉扯；4.陰陽融合，個體化歷程中「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的融合。



參、電影與理論

一、被動啟程：個體化是被一個待解決的痛苦所推動並走上發展之路

「有時候我很幸福，但有時…覺得自己好像被困住了。」

這句話是在電影後半部，金智英去進行心理諮商時對於諮商師說的。也是金智英所遇到的，生命中待解決的、推動她走上個體化歷程的痛苦。

在不曾踏入社會之前，金智英希望自己能夠進入理想的公司上班，在不曾成為母親之前，金智英憧憬成為像公司前輩一樣的女強人，但是當她成為妻子、母親之後，一切卻都不一樣了。雖然婚後的生活也看似美好，但所有人都忽略了金智英被迫放棄工作，犧牲曾經的夢想成為全職主婦，每天疲於面對繁重的家務和育兒工作，卻又不被人所理解。她面對的所有事情積累在一起成為了金智英生命中的痛苦。

「你知道最讓我難過的是什麼嗎？醫生反問我，飯是電子鍋煮的，衣服是洗衣機洗的，為什麼我的手腕會痛？」

當金智英因忙碌導致手腕疼痛去看醫生時，醫生的回應卻是家務都是由機器完成，金智英每天只要使用家電就好，手腕怎麼會痛？雖然醫生的回應不恰當，但在某種程度上也呈現了部分一般人對於家庭主婦及全職媽媽的看法，他們認為在現今科技較為發達的年代，大部分家務可以透過家電代勞，而孩子只要大一點就能送托兒所，也因此有很多人會認為家庭主婦的工作非常輕鬆，每天都有大把的空閒時間用來享樂。

「我也想用先生賺來的錢買咖啡喝、還到處閒逛…」

「我最近也覺得做大累，要不也嫁人得了」

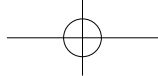
當金智英難得提早完成家務，帶著女兒出門喝杯咖啡時，總能聽到一旁的白領職員們對於全職媽媽的歧視與偏見，甚至女性職員也會說出贊同的話來。就像在電影與真實世界中，最近韓國流行起的新詞「媽蟲」，媽蟲本來是用於形容「追求榮華富貴享樂、沒把小孩管教好的年輕媽媽」，但後來逐漸演變為形容所有全職媽媽，諷刺她們整日無所事事，像吸血蟲一樣吸著丈夫的血而生活。每當金智英聽到這種話都會下意识地逃開，但是時間一長，這些事情造成的壓力、情緒漸漸累積，成為了金智英生命中需要解決的困境，逼迫她開始面對並解決這種困境，開始個體化歷程。

二、自我整合：個體化歷程是陰影與人格面具的整合

「智英你…現在生病了，智英你偶爾會變成另一個人」

每個人偶爾都有可能分裂，也許是經驗到輕微的意識轉變狀態，或者為了要維持正常功能，而從創痛中的經驗中割裂出來，而正常與不正常之間的差別在於當情結聚合時，自我意識是否仍得以保存（Stein, 1998/2017）。顯然電影中的金智英在變成另一個人時是沒有自我意識的，因此可以確定金智英是生病了。有時候，那些我們不滿意，或是與我們人格面具相衝突的人格特點會被壓抑到陰影之中，並被我們投射到他人身上（郭良婷，2019）。

而出現這種現象的原因主要是，過度追求、沉溺人格面具而阻礙了個體化歷程的進行。人格面具是我們經由文化薰陶、教育以及對物理與社會環境適應



的產物 (Stein, 1998/2017)。在現實中，適度的發展人格面具有利於個體化歷程，但是在電影中，金智英輪流戴著母親、媳婦、妻子等多個人格面具，既無法完全認同這些人格面具，又不能輕易脫下面具，漸漸的金智英忽略內心世界以及真實的自我。另外，當我們在形成人格面具時，只有受自我意識積極接受、認同和吸納的內容會成為自我意識及人格面具的一部分，被自我意識拒絕的則會成為陰影，若我們不斷壓抑、逃避陰影，可能會使陰影形成更強烈的反撲。在電影中，金智英在遇到挫折時就會變成不同的人，像是當金智英與丈夫一起回婆家過節時，剛好遇到小姑子回娘家，本來要離開的金智英一家不得不繼續留下，而婆婆又指揮金智英進廚房，這時金智英就變成自己母親向婆婆說自己也想在過節時看見自己的女兒，希望婆婆能將心比心，這一點就像是陰影反撲的實例，身為媳婦，金智英的人格面具會接受自己必須早起幫婆婆一起做家務，但在陰影中卻認為婆婆無法將心比心，自己女兒回來就叫媳婦繼續忙，本來這個陰影是不該浮出水面的，但也許是壓抑太深，使陰影藉由金智英母親的樣子表達出來。

個體化是每個人持續一生的成長歷程，在此歷程中，個體必須將過去壓抑的陰影與現有的人格面具相互融合，以更開闊成熟的面貌浮現 (趙燕、黃宗堅，2018)。因此，個體化歷程並非短時間內能一次完成，陰影與人格面具的對立衝突可以是為個體化的危機，也是透過整合成長的機會 (Stein, 1998/2017)。

三、掙脫母親情結：女性個體化歷程處於尋求掙脫母親情結捆綁的拉扯中，媽媽要幫忙帶小孩，此時出現外婆的人格，拒絕來自母親的條件

(一) 誘惑力的條件。

「媽會盡快整理好，來你這邊幫你照看孩子，去工作吧，媽會幫你的，你想做什麼就去做吧！」

母親對女兒的愛與關懷，在某種程度上是對於女兒的貶低與不信任，在母親的保護下，女兒的脆弱會被掩飾，避免了成長中所要面對的痛苦，卻也無法邁入現實生活中 (呂旭亞，2017)。在電影中，智英聽到母親說願意幫自己帶孩子，這對於想要出去工作卻又找不到保母的她是非常具有誘惑力的條件。但某種程度上，自己似乎被認為還是需要照顧的孩子，同時不被信任能夠兼顧家庭與工作。

(二) 年老的母親代表著過去的、主流的女性集體意識。

「美淑呀，別那樣，想當年你正值青春年華卻為了照料哥哥們在清溪川踩縫紉機，臉變的消瘦，每當你按時拿工資回來，媽都心如刀割。孩子太乖了，你手被縫紉機弄成那樣回來，媽別提有多心痛了，當時都沒能好好抱抱你，也沒能說句感謝，美淑對不起！智英她就算辛苦，也會自己看著辦的。你把她培養的很堅強，對吧！」

在智英家庭中雖然父母都健在，但由於父親偏心於兒子，因此比起父親，智英與母親的連結更加緊密。當面對著年老的母親提出要為自己照顧孩子，智英就想起了母親年輕時辛苦工作供哥哥們讀書，受傷了回到家卻也沒有得到安慰或感謝。年老的母親代表著過去的、



主流的女性集體意識：犧牲理想、青春，一昧的為了家庭付出卻得不到相等的報酬，並且還告訴自己：「沒關係，當時的女孩子都是這樣的！」。智英意識到需要有一個嶄新的女性象徵成長起來並取而代之，也就是智英自己必須要成長起來，不該再讓母親重複過去的付出，同時也不能讓自己也成為母親的翻版。因為情結有主宰個體言行的能力，當人受制於情結時，人會產生瘋狂並做出一般情況不會做的行為，因此榮格認為情結是一種次人格（subpersonalities），一種不連續人格（fragmentary personality）（王郁文，2009）。所以，智英先是以外婆的人格向母親表達了歉意與感謝，同時也藉由外婆告訴母親，自己很堅強，會處理好一切的。

四、陰陽融合：個體化歷程中「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的融合

阿尼瑪（Anima）與阿尼姆斯（Animus）是連接自我與心靈最深層的本我意向與經驗的心靈結構（Stein, 1998/2017）。阿尼瑪是榮格用來形容個人內在的女性存在的原型意象。阿尼瑪既是男人內在的一種原型女性形象，是男人對於女人的個人情結，同時也是女性在受到男性及社會文化影響而型塑出的、自我要求的形象；而阿尼姆斯是與阿尼瑪相對應的一個概念，象徵著個人內在的男性成分。同阿尼瑪一樣，他既是原型的意象，也是女人的情結，更是男性被型塑出的形象。在個體化歷程中，不論是男性或是女性，「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」原型的融合都是個體化歷程中的重要部分。阿尼瑪代表個體內在的陰性能量，阿尼姆斯則代表個體內在的陽性能量，而女性在個體化歷程

中，要融合「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」最主要的問題如下：

（一）來自於男性，外在負向阿尼姆斯的攻擊

「可讓我生氣的是吳科長，既然在網上發現偷拍照後，知道是我們公司，就該報警，怎麼能跟男同事分享？」

「以後我們去洗手間時，必須得查看一遍有沒有小洞」

金智英在與前同事聚會時，聽到的發生在金智英就職過的公司的偷拍事件，雖然偷拍這件事本身就非常惡劣，但更令人無法接受的是同公司的同事不僅沒有報警還傳播給其他同事，直到有男同事因為擔心在同公司上班的女友被偷拍才讓女同事們注意到這個問題。這件事情雖然不是金智英自己遇到的，但也對金智英造成了影響，在回母親家的路上，金智英進到公共廁所後，即使已經查看過一遍，最後卻還是等到了母親家才上廁所。申荷永（2004）即表示被其阿尼姆斯所佔據的女人，會失去很多女性的色彩，但是能夠辨阿尼姆斯存在的女性，則能夠從這原型意象中獲得積極的力量。

「你幹嘛去這麼遠的補習班，馬上換掉。穿衣服要穿的得體一點，瞧瞧，裙子多短，還有不能逢人就笑」

「我沒笑，我都不記得那個人」

「這就是問題，為什麼記不住，你要時刻注意不能掉以輕心，要避開那種人，有個小孩走過來，他還能忍嗎？避不開是那個人的錯」

在金智英還是學生時被人跟蹤，得救後卻被父親責怪跑得太遠、裙子穿太短、無法自己躲掉危險的人。明明是對方行為上有偏差，受責怪的卻是金智英自己，當金智英表達抗議時，卻仍然被責怪是自己不懂得避開危險。最後，這



件事雖然沒有到最糟糕的地步，但金智英這輩子都無法忘記當下的恐懼以及父親事後對自己造成的傷害。而面對這些事情，金智英等人既害怕又無奈，明明自己生活在一樣的世界，為什麼女性卻需要事事小心，承受著身心上的迫害。

上述兩段對話是來自於電影，也就是金智英生命中遇到的、來自於男性，外在負面阿尼姆斯的攻擊。林倩如與李佳儒（2014）認為在面對個案時，可以嘗試利用歷程化的概念來理解，如同金智英處在的困境之中，但自性化歷程正提醒著成長過程中不可避免的探索，以及在過程中所經歷的衝突與未知，唯有將這些心靈對立的衝突整合，才是真正的成長。

（二）來自於女性，外在負向阿尼姆斯的攻擊

「我的兒媳婦呀真是有個好老公」

「媽，在家都是我做的」

在金智英到婆家時，要幫忙婆婆做一堆家務，而當金智英的丈夫要幫忙洗碗時，婆婆就酸了金智英讓丈夫洗碗這件事，金智英趕緊辯解說，說平常家務都是她自己在做。類似的事情在金智英奶奶與母親之間也有出現過，在現實生活中也不少見這種婆媳問題。在陰性能量（阿尼瑪）被壓制時，陽性能量（阿尼姆斯）會趁虛而入，進而使個別女性無法順利地發展。在日常婆媳相處中，問題的來源通常是婆婆被陽性能量（阿尼姆斯）壓制住陰性能量（阿尼瑪），並由原先的阿尼瑪轉為阿尼姆斯主導，也就是所謂的「阿尼姆斯附身」。

阿尼姆斯附身（animus possession），指被壓倒性的陽性能量主導了成年女性心靈的思考與行動。這樣的心靈結構下發展出成年女性人格可以用來解釋典型的婆婆行為，因為婆婆的

人格被被黑暗的陽性能量所扭曲，因此會以多年媳婦熬成婆的姿態，讓媳婦重新經歷自己當初的情景（呂旭亞，2017）。這些負向的阿尼姆斯，會在女性身體和精神世界裡不斷攻擊、批評、禁錮內在的聲音，它會切割、砍殺、剝碎女性的精神發展，展開一場女性內在的謀殺。

（三）來自於外在，負向阿尼瑪的攻擊

「就等著等嫁人吧」

「女孩子就要文靜一點幫媽媽做飯」

第一句話是金智英畢業卻還未找到工作時，爸爸隨口就說出的讓她待在家等嫁人就好的話，其中隱含了父親認為的女性比起工作更適合家庭的意思。第二句話對於女性而言一定不陌生，因為在成長過程中，女性的家人，特別是母親都會對我們說女性要文靜、會做家務，金智英與當時所有女性也都是如此被要求的，漸漸的這似乎也變成一種規則，就像是上班開會時，負責準備茶水、收拾杯子的也都是金智英和女同事。這些都是外在的，來自男性負向阿尼瑪的攻擊，當女性在成長過程中，會非常敏銳的發現男性心中的阿尼瑪形象，並試著調適與學習扮演著男性的阿尼瑪，例如：我們小時候向父親撒嬌或保持丈夫喜歡的髮型。即使這些東西是我們並不喜歡的。

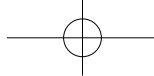
「孩子由岳母照顧，怎麼是老公了不起了？」

「孩子就得待在媽媽身邊，事業有成又如何，孩子毀了就什麼都完了」

「女職員因為要結婚、休產假，所以不適合長期的工作小組」

「我不是稱職的好媽媽、好老婆、好媳婦」

這一段則是金智英職場中公司前輩



的故事，這位前輩在生完孩子不到一個月就繼續投入職場，將孩子交由母親照顧，然而男同事們卻都理所當然地認為媽媽就應該要照顧孩子，如果孩子有問題都是媽媽的責任。第三句則是金智英在職場上受到的不平等待遇，即使金智英實力足夠，公司在選擇工作小組時還是都選擇了男性，只因為認為女性無法配合長期的工作。

當女性將外在男性的阿尼瑪形象融入自身後，會再將這個形象投射在其他女性身上，就像第四句，當金智英表達想像前輩一樣成為女強人時，前輩卻將她吸收到的阿尼瑪投射出來。

（四）來自於內在，阿尼瑪與阿尼姆斯的衝突

「把孩子送去學校後，只是上午而已，很適合上班，要不是搬家，我也很想繼續做呢。只是照看收銀台而已，也不太難。」

「你都快薦了，可大賢也太神采奕奕了吧！」

「最近智英會很痛苦的，雖然斷了奶，身體些許輕鬆了，可她卻心急如焚。你跟她多說說：做得好、辛苦了、謝謝。」

在榮格的時代背景裡，阿尼瑪與阿尼姆斯各自獨立存在於男性與女性之中，但在現今社會中，我們會發現個體是同時擁有阿尼瑪與阿尼姆斯，兩者彼此衝突、壓抑，但一直被壓制的一方卻隨時伺機反撲成為個體化歷程障礙之一，也因此個體必須要學會融合體內的阿尼瑪與阿尼姆斯。

第一句話是金智英在看一家麵包店的兼職招聘時，裡面的店員和金智英介紹的工作內容，在聽完之後，金智英又與過去職場上的前輩見面，在過程中，這位前輩看著金智英手機中丈夫與女兒

的合照後，又抬頭看著金智英說出了第二句話，之後兩人也談到了金智英可以重新開始工作，但是金智英表示目前的她最多也只能上兼職，當時兩人雖然是在開玩笑的方式帶過這個話題，但是金智英在事後明顯受到了觸動，也開始上網尋找兼職訊息。

在亞洲社會中，主流觀念「男主外，女主內」，這些文化深植於社會之中，時間一久女性自身也漸漸認同並以此型塑，即使現代社會中越來越強調平權、性別平等，但要改變累積已久的文化確實還要一些時間。在金智英的社會背景下，她要當個好妻子、好媽媽，因此犧牲了夢想與自由成為家庭主婦，也被壓抑了內在想要獨立、一同成為家庭支柱的想法，

但當時間一長，金智英被壓抑的內在阿尼姆斯開始反撲，讓她開始藉由變成另一個人來表達想法，正如第三句話中，金智英透過去世學姊的角色向丈夫說出自己的心聲，直到在電影的結尾，金智英開始學習如何融合阿尼瑪與阿尼姆斯。

（五）女性的現代化議題，現代女性的阿尼姆斯

「英浩媽媽是首爾大學理科學生」

「不知道為什麼那麼拼命學習？」

「為了教英浩九九乘法。」

「你的專業是什麼來著？」

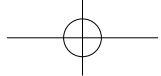
「我為了給我家寶藍念書，考了表演系」

「智英，你看起來我很好嗎？」

「是的」

「有什麼好的，不是一個稱職的好媽媽、好老婆、好女兒，這已經都放棄了」

「但還是很帥，我就算結婚生子，也有自信能好好工作，就跟您一樣。」



「金組長要辭職了。熬不住了吧，能幹又怎麼樣？問題是晉升不了啊！聽說自己要開公司呢，以推廣組為主單獨具起來，美靜應該也要過去。」

「那姐你呢？」

「這次我晉升了，所以我想再熬看看。」

這三段話是現代女性所面臨的議題：第一段話是現代女性在努力求學之後卻成為家庭主婦，而產生的對自己的提問；第二段是成為母親，卻依舊選擇在職場中打拼的職業婦女和與職場女性的對話；第三段則是努力在職場中熬著，直到再繼續晉升的期望。

王郁文（2009）認為情結中創傷經驗與原型之間存在必然的關係，原型驅使個體以其特定的行為趨向，向客觀世界展現，若客觀世界無法滿足則形成創傷經驗，創傷經驗所產生的心象與原型，藉由情緒的黏著，成為穩定的情結結構。以榮格所處的社會環境中，也就是在過去的傳統社會中，女性不能自由讀書就業，無法自由發展自身的理性與行動力（呂旭亞，2017）。一直到了中年之後，男女性別角色才會進行轉換，男性開始需索年輕時認為過度女性化的關懷與情感，而女性則在此時拋棄年輕時社會加諸於她們的順從，重拾自信、自主與冒險的精神（郭菴玲，1999）。

然而在現今社會開放女性求學與工作機會，也讓現代女性的阿尼姆斯發展之路有所不同，現代女性不再是等到中年之後才開始發展、追求陽性特質，而是在那些現代職業女性中，陽性能量已被高度激發以用來達到社會認可的成就。但當女性中陽性能量被高度激發時，可能反而疏離了內在的陰性能量，這也是二十一世紀女性心靈發展所遇到的獨特挑戰。

肆、結語

第一次看到「82年生的金智英」這部電影時，是覺得這部片中，金智英和所有女性配角所遇到的困難是如此真實，不論我們是女兒、媽媽、媳婦、職業女性、職業母親、全職媽媽，總會有不同的困難需要去克服，因此本文企圖從「82年生的金智英」這部電影出發，以榮格之分析心理學理論為基礎，去理解電影主角「金智英」之個體化歷程以及電影中有提到的，其他同樣身為女性在個體化歷程中可能會遇到的障礙。

同時，也希望讀者透過這一篇文章，能進一步的去了解女性在個體化歷程中，所遇到的攻擊並非是單一方向的：過去我們可能會以為女性只會受到外在的阿尼姆斯的攻擊，但實際上，女性在個體化歷程中可能同時會遇到內、外在的阿尼瑪與阿尼姆斯的攻擊或彼此衝突，

最後，希望透過此篇文章能幫助讀者能對女性的個體化歷程進行探索與瞭解，或者能幫助正處於其困境之中的人，了解個體化歷程是一種緩慢、難以感知的心靈成長歷程，是在成長過程中不可避免之冒險與探索，在過程中會經歷衝突與痛苦，但唯有透過將這些心靈對立的衝突進行整合才是成長，並最終成為獨一無二、無可取代、不可分割之整體。

Hogenson（2019）認為榮格在原型的議題上，試圖從問題本身、了解自己的經歷，並且沒有過多關注以第三人稱方式闡明他使用的工具和來源以及他的理論建設。電影「82年生的金智英」向我們展示了女性生命中常見的挫折、不幸、災難，以及女性在被迫獨自面對生命中的困境時，如何聆聽內心的聲音，



進行自我整合，掙脫捆綁自己的母親情結，並融合內在的「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」，走上個體化的歷程。

參考文獻

- 王郁文 (2009)。論榮格的情結理論。諮商與輔導，**288**，2-5。
- 申荷永 (2004)。心理分析入門。心靈工坊。
- 呂旭亞 (2017)。公主走進黑森林：榮格取向的童話分析。心靈工坊。
- 李佩怡 (2013)。榮格個體化思想—由負傷到療癒的整合之道。天馬文化。
- 林倩如、李佳儒 (2014)。「從『漩渦鳴人』隱喻解析自性化歷程：榮格理論的觀點與應用。台灣心理諮商季刊，**6** (1)，35-50。
- 莊硯涵 (2015)。面對陰影的個體化旅程：榮格心理學在電影《少年PI的奇幻漂流》之實踐與啟發。輔導季刊，**51** (2)，53-61。
- 郭良婷 (2019)。《牧鵝姑娘》童話故事中的原型及其隱喻：以榮格心理分析為觀點。輔導季刊，**55** (1)，52-60。
- 郭菀玲 (1999)。大人心理童話。晨星。
- 郭蕙寧、黃宗堅 (2017)。「小美人魚」童話故事的隱喻及原型意義：榮格取向應用於情感困頓男同志諮商之案例探究。輔導季刊，**53** (1)，1-9。
- 黃壁惠、魏宏晉 (2012)。英雄之旅—個體化原則概論。心靈工坊。
- 黃韻寧 (2016)。榮格取向釋夢初探。諮商與輔導，**372**，28-32。
- 廖世德 (2007)。榮格與煉金術。人本自然。
- 維基百科 (2020)。維基百科：82年生的金智英 (電影)。https://zh.wikipedia.org/wiki/82%E5%B9%B4%E7%94%9F%E7%9A%84%E9%87%91%E6%99%BA%E8%8B%B1_(%E7%94%B5%E5%BD%B1)。
- 趙燕、黃宗堅 (2018)。從童話故事「森林中的老婦人」探索女性個體化的歷程。輔導季刊，**54** (4)，15-22。
- 龔卓軍 (2016)。人及其象徵—榮格思想精華的總結。立緒。
- Carter, D. (2011). Carl Jung in the twenty-first century. *Contemporary Review*, 293(1703), 441-451.
- Hall, J. A. (1983). *Jungian dream interpretation*. Inner City Books.
- Hogenson, G. B. (2019). The controversy around the concept of archetypes. *Journal of Analytical Psychology*, 64(5), 682-700.
- Jung, C. G. (2014). A review of the complex theory. *Collected Works of CG Jung, Volume 8*, 92-104.
- Franz, M. L. V. (2018)。童話中的女性：從榮格觀點探索童話世界 (黃壁惠，譯)。心靈工坊。(原著出版於1972年)
- Stein, M. (2017)。榮格心靈地圖 (朱侃如，譯)。立緒。(原著出版於1998年)
- Paul, B. (2019). Catafalque: Carl Jung and the end of humanity. *Journal of Analytical Psychology*, 64(3), 423-427.
- Von, F. & Marie, L. (1970). *The interpretation of fairy tales*. Shambhala.