

<<自卑与超越>>

图书基本信息

书名：<<自卑与超越>>

13位ISBN编号：9787802062740

10位ISBN编号：7802062748

出版时间：2006-6

出版时间：光明日报出版社

作者：阿德勒

页数：257

译者：李心明

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<自卑与超越>>

前言

阿尔弗雷德·阿德勒(Alfred Adler, 1870-1937)出生于维也纳郊外一个粮食商家庭,家境相当富裕,但由于先天性身体的原因,他却度过了一个很不快乐的童年。

他自小患驼背,行动不灵活。

在蹦跳活跃的哥哥面前,常常感到不如意。

5岁的时候,阿德勒又患上一场几乎致命的病,等到上学后,又因数学差受到老师的歧视。

被当作差等生看待。

所有这些,足够使阿德勒对自己的前途感到自卑。

尽管有这么多的苦难紧随着阿德勒,但他却以超人的毅力,成了生活中的强者。

童年的生活不仅没有使他消沉,反而赋予他源源不断的创作灵感。

他凭着顽强的意志和刻苦的努力。

改变了别人对他的看法。

并且成了优等生。

他后来说过,他的生活目标就是要克服儿童时期对死亡的恐惧。

后来,阿德勒进入维也纳大学攻读医学,并于1895年获博士学位。

两年后,结了婚,并定居维也纳。

在那里,他经常到咖啡馆和朋友聚会,友善谦和,不拘小节。

这些经历为他的创作提供了丰富的素材。

中年时期的阿德勒曾熟读弗洛伊德的作品《梦的解析》,并在维也纳一著名刊物上撰文为弗洛伊德的观点辩护。

不久,受弗洛伊德之邀,于1902年加入弗洛伊德智囊团,旋即成为维也纳心理分析家学会的主席及心理分析学刊的编辑。

1907年,阿德勒发表了有关由身体缺陷引起的自卑感及其补偿的重要论文,使他享有盛誉。

他认为,由身体缺陷或其他原因所引起的自卑,既能摧毁一个人。

使人自甘堕落或患上精神病;同时,也能促使人发愤图强,力求振作,从而超越自卑,补偿弱点。

如著名哲学家尼采,身体羸弱,却“弃剑从笔”,写下了不朽的哲学论著。

随着研究的深入,阿德勒提出:不管有无器官上的缺陷,儿童的自卑感总是一种普遍存在的事实,这是因为他们常仰赖成年人生活,且一举一动受到成年人的控制。

当儿童利用这种自卑感作为逃避做事的借口时,他们便会展现出神经病的倾向。

如果这种自卑感在以后的生活中继续存在下去,它便会形成“自卑情结”。

因此,自卑感不是变老的象征,而是个人在追求优越地位时的一种正常发展过程。

渐渐地,阿德勒的观点无法见容于弗洛伊德的心理分析学派。

就在他的心理学研究崭露头角的时候,他遭到弗洛伊德的压制和排斥,但他不惧权威,勇敢地走自己渴望的道路,并于1918年著述出版了《理解人类本性》。

1920年,阿德勒终于和弗洛伊德分道扬镳,另率领他的一群追随者组成“自由心理分析研究学会”,并自称其研究为“个体心理学”(Individual Psychology)。

从此,阿德勒摒弃了弗洛伊德的泛性论的心理分析观点,并以社会的概述来解释男性钦羡,强化了自我功能。

第一次世界大战期间。

阿德勒曾在奥国军队当军医,以后又在维也纳的教育机构中从事儿童辅导工作,从而扩大了个体心理学的研究领域。

在这之后,阿德勒就声名远播了。

然后,便周游各国,到处讲学:1926年初抵美国;1927年受聘哥伦比亚大学讲学;1932年受聘为长岛医学院教授,同年,他出版了《What Life Should Mean to You》(《生活对你应有的意义》),被译成十几种文字出版,世界上已经有无数读者从阿德勒的这部作品中重新找到了自己生活的意义,成功地跨越了自卑感的局限。

<<自卑与超越>>

1935年，阿德勒在美国创办了国际个体心理学学刊(International Journal of Individual Psychology)；1937年又受聘到欧洲讲学，由于过度劳累，终因心脏病突发，死于苏格兰Aberdeen的街道上。

由于阿德勒对人类个体心理的出色研究和取得的卓著成就，使个体心理学在他身后吸引了越来越多的研究者，它的影响也日益扩大。

它通过提高人的社会兴趣，改变了人在生活中的价值观念，从而重新树立了生活目标，填补了人类信仰的此项空白。

今天，仍然会有更多的人从阿德勒的思想体系中体味个体心理学特有的魅力，省察自己的生活风格，寻求适合自我的超越之道。

基于这种考虑，故选译阿德勒的代表作——《What Life Should Mean to You》(中文译本《自卑与超越》)，相信会有很多处于矛盾期中的读者将会从中寻找到更令人神往的精神园地。

由于翻译水平有限，译作中难免会有瑕疵之处，还望读者见谅。

译者 2005年3月17日

<<自卑与超越>>

内容概要

《自卑与超越》是阿德勒在本书中提出：不管有无器官上的缺陷，儿童的自卑感总是一种普通存在的事实，这是因为他们常仰赖成年人的生活，且一举一动受到成年人的控制。当儿童利用这种自卑感作为逃避行动的借口时，便发展成神经性的倾向。如果这种自卑感在以后的生活中继续存在下去，它便会形成“自卑情结”。

<<自卑与超越>>

作者简介

阿德勒（1870-1937）：奥地利精神病学家，维也纳医学博士。

生于维也纳近郊的一个米商家庭，早年曾在维也纳大学学医，获博士学位。

一生从事心理学研究。

开始追随弗洛伊德，后分道扬镳，创立一个新的心理分析学派，即以“自卑情结”为中心的个体心理学派。

其主要著作有：《自卑

<<自卑与超越>>

书籍目录

译序第一章 生活的意义 生命不外乎三种使命 社会感与爱心 成长期儿童谁知世界的方式 独立性与合作性的磨砺第二章 心灵与肉体 情结的格调 身心类型及处理方式第三章 自卑感与优越感 自卑情绪的生成 自卑感与人类文化的生成 个体优越感的目标 “奇异”的优越感第四章 记忆力 敌意的记忆限制身心发展 死亡信息的恐惧 亲系与竞争的记忆 根深蒂固的困惑 受歧视者的反抗欲 意外事故，终身难忘第五章 梦与预见的无稽之谈第六章 家庭的影响力第七章 学校教育的影响第八章 青春期的引导第九章 犯罪与预防第十章 职业与工作第十一章 同伴第十二章 爱情与婚姻

<<自卑与超越>>

章节摘录

生命不外乎三种使命 每个人的生命线都有三个重要的联系，这些联系是每个人必须铭记于心的。

他们的现实由这些联系构成，他们面临的问题都是这些联系造成的。

由于这些问题总是不停地缠绕着人类，人类就必须不断地回答这些问题，并表现出每个人对生命意义的个人概念。

首先我们居住于地球这个贫瘠星球的表面，并借其所提供的资源而得以成长。

因此，我们如何发展我们的身体和心灵以保证人类的未来得以延续？

这是一个向每个人索取答案的问题。

没有人能逃避它的挑战。

无论我们做什么事。

我们的行为都是对人类生活情境的解答：它们显现出我们心目中认为那些事情是必要的，合适的，可能的，有价值的。

而所有解答又都被“我们属于人类”以及“人类居住于地球”等事实限制。

当我们虑及人类肉体的脆弱性以及居住环境的不安全性时，为了我们身心的生命和全人类的幸福

我们必须拿出毅力来确定答案，这就像面对一个数学问题而必须努力解答一样。

我们不能单凭猜测。

也不能希图侥幸，而必须用尽各种方法，坚定地从事此事。

我们虽然不能发现绝对完美的永恒答案，但是却能竭尽所能来找出近似的答案，并通过不停的奋斗，以求更为完善的解答。

这个解答能针对“我们被束缚于地球这个贫瘠星球的表面上”这个事实，以及环境所带来的种种利害关系。

其次，我们并非人类种族的唯一成员，必然要和他人发生关系。

为自己的幸福，为人类的福利。

每个人都要和别人发生关联。

个人的脆弱性和种种限制，使得他无法单独达到自己的目标。

只凭个人的力量来应付自己的问题，他必然无法保持自己的生命，也无法将人类的生命延续下去。

因此，对生活问题的每一种答案都必须把这种联系考虑在内，即必须顾及“我们生活于和他人的联系之中，假使我们变得孤独，我们必将灭亡”这个事实。

我们的最大目标就是：在我们居住的地球上，和我们的同类合作。

以延续我们的生命。

再次，我们还被另一种联系所束缚。

人类有两种性别，爱情和婚姻即属于这种关系。

个人和团体共同生命的保存都必须顾及这个事实，每一个男人或女人都不能对此问题避而不答。

人类面临这问题的所作所为，就是答案。

前面阐述的三种联系，构成了三个问题：如何谋求一种职业，使我们在地球的天然限制之下得以生存；如何在我们的同类之中获取地位，以便我们能互相合作并分享合作的利益；如何调整我们的自卑，以适应“人类存在有两种性别”和“人类的延续扩展，有赖于我们的爱情生活”等事实。

<<自卑与超越>>

编辑推荐

《自卑与超越》是阿德勒从个体心理学观点出发，阐明人生道路和人生意义的通俗性读物。但通俗中包含着极深的哲理和巨大的学术价值。

在本书中，作者提出：每个人都有不同程度的自卑感，因为没有一个人对其现时的地位感到满意；对优越感的追求是所有人的通性。

然而，并不是人人都能超越自卑、关键在于正确对待职业、社会和性，在于正确理解生活。

那些自幼就有器官缺陷或被娇纵、被忽视的儿童，以后在生活中容易走上错误的道路；家长和教师应培养他们对别人、对社会的兴趣，使他们真正认识“奉献乃是生活的真正意义”。

这样，他们就能够从自卑走向超越。

本书大大修正了弗洛伊德泛性论的精神分析观，开辟了精神分析的新阶段。

<<自卑与超越>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>