

<<自卑与超越>>

图书基本信息

书名：<<自卑与超越>>

13位ISBN编号：9787544149082

10位ISBN编号：7544149080

出版时间：2012-12

出版时间：沈阳出版社

作者：阿弗雷德·阿德勒

译者：李青霞

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>

## &lt;&lt;自卑与超越&gt;&gt;

## 前言

阿弗雷德·阿德勒(Alfred Adler, 1870—1937)出生于维也纳郊区一个中产阶级犹太人家庭,然而,富裕的家庭环境给他带来的并非快乐的童年,而是不幸和磨难。

他在幼年时期便患上了佝偻病,看上去又矮又丑。

这致使他在兄弟们之间感到非常自卑。

不幸远远还未结束,在5岁那年,他又患上了几乎致他丧命的肺炎。

这一切都让阿德勒的生活笼罩着恐惧和悲伤。

然而,也正是童年时期的种种经历,让阿德勒在很小的时候就下定决心做一名医生,以便“与死亡作斗争”。

最终,生活的不幸并未让阿德勒消沉下去,他凭借自己超人的毅力赢得了众人的赞许。

1895年,他获得了维也纳大学医学博士学位,并成为了一名医生。

由于对性格心理特征的特殊兴趣和关注,阿德勒水到渠成地进入神经病学和精神病学领域。

此后,他凭借着对人性特征超常的洞悉能力,在此领域如鱼得水地施展着才能,并写下了《缝纫业健康手册》和《器官自卑感及生理补偿研究》等著作。

1900年,阿德勒阅读了弗洛伊德的《梦的解析》一书,对书中的观点颇为赞同,并与弗洛伊德结下了深厚的友谊。

1902年,阿德勒受弗洛伊德之邀参加每周举行的研讨会,后又加入了心理分析社团,成为一名积极活跃的社团成员,并参与编辑《心理分析学报》。

接着被弗洛伊德任命为接班人,担任维也纳心理分析学会主席。

但最终由于观点上的不合,两人矛盾日渐显露,分道扬镳。

之后。

阿德勒率领其追随者一同成立了“自由心理分析研究学会”,并自称其研究为“个体心理学”。

“个体心理学派”是阿德勒与同事对自己所创新学的命名,之所以用“个体”这个词,主要是为了强调个性的唯一性和不可分割性。

一战期间,阿德勒也曾在奥国军队中当军医,战争结束后退役。

随后他在维也纳开始从事儿童心理学的辅导工作,同时将他的专业技能向大量专业和非专业的人士进行展示和传授,从此声名大振。

随后阿德勒他开始到各国游历,到处讲学。

1926年,他抵达美国,并受聘于哥伦比亚大学;1932年,受聘为长岛医学院教授;1935年,在美国创办了国际个体。

理学学刊;1937年,受邀到欧洲讲学,终因疲劳过度、心脏病突发离世。

阿德勒一生为人类的个体。

理学做出了巨大的贡献并取得了卓越的成就,其留下的大量著作作为后世研究个体心理学提供了便利。

值得我们关注的是,他的理论是否能被事实证明对社会有所贡献和价值,并有助于营造人人平等的氛围,让每个人都能意识到在某些方面自己虽与他人有所区别,但在人格和尊严上与他人是平等的。

然后在实际工作上能充分发挥各自的潜能。

阿德勒先生虽然离开我们已经数十年,但是我仍然希望读者潜心阅读他的文章,并希望读者能够从中获益。

由于翻译水平有限,译作中难免有瑕疵,望大家见谅。

李青霞 2012年2月15日

## <<自卑与超越>>

### 内容概要

《自卑与超越（最新经典完整译本）》是人类心理学先驱阿弗雷德·阿德勒的巅峰著作，全书立足于个体心理学观点，从教育、家庭、婚姻、伦理、社交等多个领域，以大量的实例为论述基础，阐明了人生道路的方向和人生意义的真谛，帮助人们正确面对缺陷，正确对待职业，正确理解社会，理解生活，理解性。

具有极深的哲理性和巨大的学术价值。

本书语言朴实，译文精练、流畅，结构严谨，不仅对心理专业人士具有借鉴作用，对普通读者也具有积极的指导意义，是值得拥有的一部心理学经典作品。

<<自卑与超越>>

作者简介

## <<自卑与超越>>

### 书籍目录

译者序 第一章 生活的意义 人生的意义 人生必须面对的三大问题 社会情感 童年对人生的影响 梦对早期记忆的影响 合作的重要性 第二章 心灵和肉体 心灵和肉体的联系与冲突 情感的作用 身心的不同特征 第三章 自卑感与优越感 自卑心理 对优越感的追求 第四章 早期的记忆 个性塑造 早期记忆的作用 第五章 梦 梦的解析 弗洛伊德对梦的观点 个体心理学对梦的研究 梦境分析 第六章 家庭的影响 母亲的作用 父亲的作用 偏爱孩子还是平等对待 家庭中的排行 第七章 学校的影响 教育的变革 教师的角色 课堂里的合作与竞争 先天因素与后天培养 个性发展 对教学工作的观察 第八章 青春期的引导 青春期的特点 自我挑战 青春期问题 青少年性心理健康 第九章 犯罪及预防 了解犯罪心理 犯罪的类型 合作的重要性 合作的早期影响 如何解决犯罪问题 第十章 职业问题 平衡人生难题 早期培养 影响择业的因素 解决之道 第十一章 个体与社会群体 增进合作 兴趣缺失与沟通障碍 社交兴趣与社会平等 第十二章 爱情与婚姻 爱情、合作与社会兴趣的重要性 婚前准备 婚姻中的合作 友情是婚姻的保证 维护婚姻幸福 附录 阿德勒生平简介

## &lt;&lt;自卑与超越&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：人生的意义 人类生活的世界是丰富多彩的。

人类体验事物一般不会抽象进行，而是以自身的角度去观察，最初“经验”的产生亦是如此。

例如：“木头”的含义与人类有关，而“石头”也是“人类生活的要素”。

可悲的是，有的人总是排除事物的意义而去思考周围环境，表现为：孤立自己，脱离同类，其所作所为于己于人皆无益处。

总而言之，人的存在无法脱离生活的现实本义，自我封闭的行为毫无意义。

体验现实的人只有将现实放大到人生和生命存在的高度，来解读其意义和价值，而不是局限于事物本身。

因此结论应当是：这种意义总有遗憾和缺陷，当然也不可能永远正确。

因为，这个看似饱含意义的世界的一大特征就是充满了各种谬误和荒诞。

如果你向人问道：“人生的意义到底是什么？”

”多半都不知如何回答。

多数人都不想自寻烦恼，更不愿探求问题的本源。

但是，从古至今，这种问题一直相伴在人类的左右，直至今日，也有人时常提起，无论年长或年幼，有时还会被问道：“人为什么而存在？”

”“人生的含义是什么？”

”客观地说，只有在人们遇到某种困难和挫折的时候才会问诸如此类的问题。

相反，那些人生之路平坦顺畅、几乎没有遇到过困难的人，大多不会产生这个念头。

但是，这些问题在我们的人生经历中总是不可避免的，我们也必须直面应对。

我们发现对人生的某种解读似乎影响着人的行为举止，每个人在言论之外的行动上，都在对“人生意义”进行不同的诠释，而且此意义与其观点、态度、举止、表达、癖好、志向、习惯以及性格特征的表现是一致的。

也就是说，先对世界和个人进行总结，然后暗暗贯穿于每个人的行为之中。

“我是这样，宇宙是那样”就是思考得出的结果，是对自己和所理解的人生意义的一种判定。

如前所述，对人生意义的解释不一定全部正确，但有多少个人就会有多少种理解。

其绝对意义上的“正确真理”是什么则无人知晓，因此只要是相对有效的任何解读，就不能判定是“绝对错误”。

其实正是在这两个极端之间，包含了人生意义的全部内容。

然而，我们可以分辨这一区间中的不同点位哪些有效，哪些次之；哪些是小错，哪些是大错。

从中可以发现，较好的解读是大同小异、不约而同的，相反那些不尽如人意的解读则总是难掩其伪。

如果能从中得出普遍的标准和意义，则对揭开有关人类问题的现实之谜很有帮助。

同时，必须牢记这个真理的标准是相对人类目的而言，是相对真理。

此外，无其他绝对真理存在，即便还有，也与人类无关。

因为我们根本无从了解掌握绝对真理，所以它对人类而言，也没有现实意义。

人生必须面对的三大问题 人生所面临的所有困难或问题，都源自于在生活中受到的三大制约。

因为这三种制约构成了人生和现实的内容，并且经常使人们遭受困扰，还迫使人们作出应答和处理，所以每个人都必须予以重视。

我们可以从对这些问题的不同解答中，看出每个人对人生意义的解读。

第一种制约：我们必须生活在这个小小的星球（地球）上，除此别无选择。

人类与地球上的各种资源必须共存，尽自己最大的能力善待地球。

身心健康也是我们不可忽视的，因为这是延续地球生命的重要因素，同样也能使人类得以延续。

这是我们都不得不面对的问题，人人都需要迎接其挑战。

不管我们做什么事，都是对人类生存状况的解答，我们可以从中知道哪些是必需的、适当的、可能的或希望的。

<<自卑与超越>>

## <<自卑与超越>>

### 编辑推荐

《自卑与超越(最新经典完整译本)》是一本最值得一看的心理学著作，其作者在心理学发展史上起了不可磨灭的作用，也拥有相当高的地位。

愈来愈多受它影响的人认为，阿德勒对心理学的贡献超过了弗洛伊德，这不仅是因为其提出的自卑与补偿作用是生活中普遍存在的，能对人们的生活产生实际作用与直接影响，还因为其心理学在心理学历史中已成完整的体系，如心理学家墨菲所说：“阿德勒的心理学在心理学历史中是第一个沿着我们今天应该称之为社会科学的方向发展的心理学体系。

”相信阅读本书，您一定会对阿德勒及其心理学有一个更深刻的认识，并对现实生活中的种种问题有一个更全面的理解。



<<自卑与超越>>

名人推荐

“阿德勒的心理学在心理学历史中是第一个沿着我们今天应该称之为社会科学的方向发展的心理学体系。

”——心理学家墨菲

<<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>