

让生命超越平凡



[让生命超越平凡_下载链接1](#)

著者:[奥地利] 阿德勒

出版者:西苑出版社

出版时间:2003-7-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787801087423

《让生命超越平凡》内容简介：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。

作者介绍:

奥地利精神病学家，维也纳医学博士，他起初追随弗洛伊德研究精神分析学。后来与弗洛伊德分道扬镳。经过艰苦钻研，创立了以“自卑情结”为中心的“个体心理学”。他认为人类的一切行为都是出于“自卑”，及对“自卑感”的克服。主要作品有《挑战自卑》、《人性的研究》、《自卑与生活》等。

目录: 译序

第一章 生活的意义

第二章 心灵与肉体

第三章 自卑感与优越感

第四章 记忆力

第五章 梦

- 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
- • • • • [\(收起\)](#)

[让生命超越平凡_下载链接1](#)

标签

心理学

阿德勒

个体心理学

自我完善

心理

心理咨询

思考

4.阿德勒

评论

有些人结婚甚至是为了要增加自己的困难。

了解了但怎能做到？

题目是在糊弄人的。。。。明明就是一本很平易近人的书啊。。。

个人还是觉得Peck的The Road Less Traveled By写得更好~

这是很早以前花费大力气读下来的一本书。经此书后对翻译体深恶痛绝。

按他讲，我应该去研究哲学

材料有问题，先观点后材料，观点也太硬

看不太懂~不过阿德勒确实是心中充满爱暖

不顾一切的推荐，推荐，再推荐。

找时间再读一遍，应该会有不一样的感受。

不是想要找寻的答案 关于人性观点相似（契合）

我觉得，老美之所以喜欢阿德勒是因为他的理论非常实用，不过我这里说的“实用”并不是指“好用”，而仅仅是“可以拿来用”的意思……

好久前读过了，当时很受感动

基本赞成其全部观点.只是觉得阿德勒在提到个体心理学与精神分析学的区别时言之过少,也许是因为与主题关系不大吧.获益匪浅.

它躺在图书馆一定等了我好久吧 冥冥之中让我停下来不经意地看到了它
它的英文名what life should mean to us更好些

内容很好，但书中文字错误较多，封面也不太一样。

前五章细读了，是自己比较感兴趣的部分，也比较能和生活联系起来，后面讲的关于家庭、学校教育对于儿童成长的重要性，以及关于犯罪、职业、爱情等方面的内容，只是粗略一翻。
这是可是作为工具书来用的吧，对于改正自己或者别人的行为方式来说，可以一看～又是一本心理学方面的书啦，发现自己总是虎头蛇尾的

阿德勒久闻大名，作为心理学门外汉，一直以来只是粗浅的认为他的个体心理学比弗洛伊德自我本我超我那套要靠谱一点而已。直到前年读了岸见一郎的《被讨厌的勇气》，才真正的对阿德勒感到敬佩。
在西宁出差时把他的一套著作都买了下来，这次总算利用在上海出差的碎片时间读完了第一本（其实是另一个译本，书名译为“生命的意义”），理论多案例少，读起来也需要更多专注和时间。
内容真的没什么可说的，观点犀利，受益匪浅，在作者的引导下，可以探索到很多观念，行为乃至现象的本源，对审视自己，了解亲友，养育子女尤为受教。本想引用书中一些让我为之一振的语句，但竟多得无从取舍。
这是一本需要花时间一边读，一边回忆，一边思考，且值得在生命中不同的年龄和状态中反复阅读的好书。也许这就是经典著作与畅销书之间的区别吧。

第一次看心理方面的书，很有意思

这个版本个人感觉最好

[让生命超越平凡_下载链接1](#)

书评

《让生命超越平凡》为阿德勒本人的著作，他用简单的用语阐述出深刻的内容，感觉贴合人心，且具有实践意义。《心理咨询与治疗的理论及实践》中的第五章“阿德勒疗法”，是对阿德勒理论的一个提炼，理论性和系统性更强一点。建议可以两者结合阅读。该书共12个章节，前半部分六个...

[让生命超越平凡_下载链接1](#)