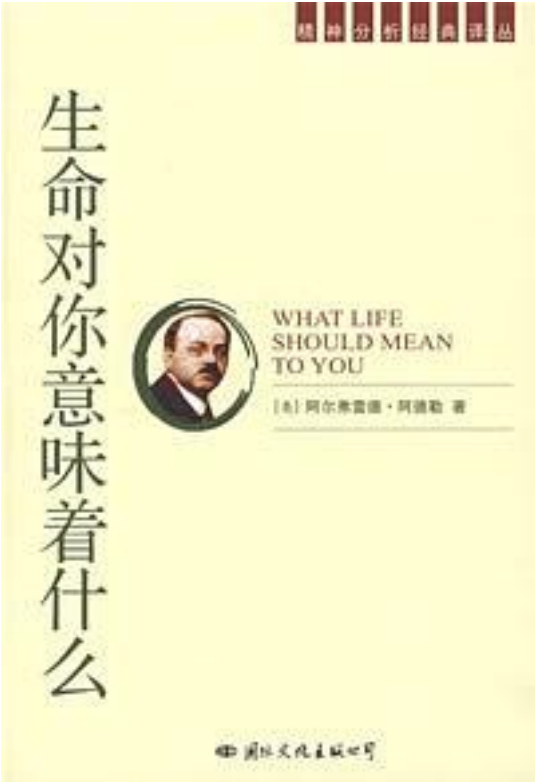


# 生命对你意味着什么



[生命对你意味着什么\\_下载链接1](#)

著者:[奥地利] 阿尔弗雷德·阿德勒

出版者:南海出版社

出版时间:2015-1-1

装帧:平装

isbn:9787544274104

个体心理学大师阿德勒的巅峰之作，阐明人生道路和人生意义的通俗性心理学读物。

作者指出，生活中我们所遇到的每一个问题，几乎都与职业、社会和性有着千丝万缕的联系，而在追求事业成功、社会价值肯定及婚姻幸福时，人人都会产生不同程度的自卑感，这种自卑感源于对现状的不满和对自身的不自信。

作者将本书献给所有对生活感到挫败、焦躁、迷茫的现代人：自卑不是一件羞耻的事，

它具有有一种强烈的反弹力量，妥善利用，就会成为你不断突破的动力。

找到自卑的根源，正确理解生活，并懂得合作的价值，你也可以实现从自卑到超越的惊人蜕变。

作者介绍:

阿尔弗雷德·阿德勒（Alfred Adler，1870—1937），奥地利精神病学家。个体心理学的创始人，人本主义心理学的先驱，现代自我心理学之父。他是精神分析学派内部第一个反对弗洛伊德的心理学体系，其研究最终由生物学定向的本我转向社会文化定向的自我心理学，对后来西方心理学的发展具有重要意义。代表作有《生命对你意味着什么》《儿童教育心理学》《个体心理学的实践与理论》等。

目录: 第一章  
生活的意义  
第二章  
心灵与肉体  
第三章  
自卑感和优越感  
第四章  
早期的记忆  
第五章  
梦  
第六章  
家庭的影响  
第七章  
学校的影响  
第八章  
青春期  
第九章  
犯罪及其预防  
第十章  
职业  
第十一章  
朋友及同伴  
第十二章  
爱情与婚姻  
附录  
阿尔弗雷德·阿德勒年谱  
· · · · · · [\(收起\)](#)

[生命对你意味着什么\\_下载链接1\\_](#)

标签

心理学

阿德勒

自我成长

心理

自我管理

微信读书

多看阅读

认识世界

评论

读了第一章后就弃读了。味同嚼蜡

年代太久远，很多观点尤其是婚恋观点已经不适用了。对合作的说法让人印象深刻。

一直在说合作 嗯 合作 前几章关于儿童教育的让我想了不少 但后面有点重复 生搬硬套

精神分析是一种思考方式

这是超越自卑？看过后者，虽然不能全同意，但是至少那时看纸质版让旅途大巴中的我莫名流泪，释放

-----  
很一般，甚是无趣。

-----  
个体心理学代表作。阿德勒非常强调合作在生活中的意义。前半部分非常精彩，关于罪犯的论述有点重复。

-----  
生命的意义：个人的价值观，对世界的接受，对自我的接受。过去经历+基因+接受的教育并形成的价值观，人是被社会环境+物理法则+概率式的个人运气所决定的，所以不要妄想掌控一切。

-----  
20170724

-----  
缺乏逻辑性，终止阅读

-----  
自卑与超越的另外翻译版

-----  
虽然年代不同 但是很多观点仍然适用 但最核心的观点是合作

-----  
什么玩意，读到生气。对人生意义妄下定论，没有价值的就是失败者，应该滚蛋……这是tm心理学吗。

-----  
生命的意义。

-----  
原名《自卑与超越》，反正我不喜欢，不如佛罗伊德

遗憾自己没有早点看到这么经典的心理学著作。本书于我而言受益最大的就是关于“合作”的一系列论述。对我这种自由散漫欠缺合作精神的人有相当大的教育作用。还有关于儿童教育、儿童心理的一系列论述还是很有借鉴意义的，读这本书的某些章节就像是在读童年时期的自己一样。但本书的写作风格可能不适合一口气读完。

书本身是非常不错的，大师的经典，但是这个版本的翻译，我只能说是：不说人话，随便去找这本书的其他版本的翻译吧。这个译者的翻译会让你看不懂作者到底在讲什么。

自卑与超越的不同翻译版本，给分低主要是因为这个翻译太烂了，看过别的版本，才如此说。翻译太重要了，如此好的书。

看得时间有点长，印象最深就是关于儿童教育方面的一些观点，有小孩的可以看看

作者通过对人社会生活各方面研究分析，主要论述的观点是生命的意义在人要对社会感兴趣，进行合作最终要对人类社会有贡献。家长值得学习借鉴，但个人认为部分内容分析条理逻辑不够清晰。

[生命对你意味着什么\\_下载链接1](#)

## 书评

“一个人在五岁之前，其生活经验已经决定了他（她）成年后解释自身遭遇和回应的方式，对于“对这个世界和自己应该期待些什么”有了基本的答案。”

——阿尔弗雷德·阿德勒

阿尔弗雷德·阿德勒是著名的奥地利心理学家，个体心理学派的创始人。他在思想最成熟的1932年写...

优越感来源于自卑.

消除自卑最好的方法,便是建立优越感,以此来摆脱自卑带来的心理弱势.以我为例:小时候,由于外貌和性格受其它人喜欢,我认为自己就是应该受到别人的关注,别人应该喜欢我我

应该比别人优秀. 因为身体并不算强壮,在同龄人中,我并没有得到预期的统治与影响力. 现实...

-----  
1986年，安徽宣城

新华书店，高中生的我，进去瞧了瞧，看了看封面，读了读前言，翻了翻内容，读了两段文字后，决定花1.60元买下来。不贵，真的。（1984年年底的通货膨胀，令万元户已不再是罕见了。）（如果你想知道当时的封面，可以看一眼：<http://www.douban.com/subject/1...>

-----  
其实这是读书笔记作业的摘录。。。这里只是谈一谈我看过此书后的感受和反思。心史老师说，很多学心理的不是想弄清楚整个人类的心理状况是怎样的，也不是想纠结于感觉知觉记忆这些实验内容，而是想解决自己的问题。说得没错，至少我选择心理的其中一个原因，是因为我对自己有...

-----  
什么是自卑？阿尔弗雷德·

阿德勒在此书给出的定义是，“当个人面对一个他无法应付的问题时，他表示他绝对无法解决这个问题，此时出现的情绪便是自卑情绪。”

人类在生活中会遇到各种各样的困难。我们常常希望我们能对目前的地位进行改进，这种想法可以说是一种广义的自卑感...

-----  
作為一個外行人和未成年人，讀此書有兩個階段，先是瞭解自己，其次才是試圖治療自己。此為讀後感。

頭一次讀這本書，恰好是在一年前。也許根據心理的選擇，看見的都是那些我的問題和問題的起源。我發現了自己的病癥所在，卻苦於沒有解決方法。我那時想：這些混蛋都是只...

-----  
不管是弗洛伊德的精神分析学说还是个体心理学，他们对个体的发展都持有一个共识：童年时期的社会经验已经决定了个体成年人的行为。我认为这个基本的观点是个体社会心理学的精髓，它指出了个体成长过程中所表现出来的连续性和早期社会经验对个体成长的绝对影响力。这个说法让人...

-----  
“除旧布新的工作，舍我其谁！”——阿德勒 幸福就是能合作 读前问题:

1.剖析：非理性的自卑何以成为可能？ 2.如何超越? 解答：

1.根源于“存在主义的焦虑”，在没有发展出足够的合作能力时，因退缩而使得自卑成为可能。 2.合作、常识、理性与责任感。似乎许多家心理学流派...

-----  
心理学的领域是:探讨个人各种表情中的意义,寻找了解人生生活目标的方法,并以之和别人的生活目标相比较.

个体心理学认为,生活中的每一个问题几乎都可以归结为:职业,社会和性这三个问题之下.每个人对这三个问题做反应是,都明白地表现出他对生活意义的最深层次的感受.经验并不是...

-----  
习惯了读完一本书,或者看完一部电影先到豆瓣上来看看别人的评价,似乎更能有助于理解这部作品。第一次自己也来试着写写感受,尽管肤浅,却是自己最真实的体验。书里提到的最初体验,让我着迷,原来我们每个人的生活风格都在4、5岁的时候就已经形成了,我也努力地回想我的最初...

-----  
Alfred给出了答案 一年多前读了与弗洛伊德齐名的心理学大师Alfred Adler的作品——《What Life Could Mean to You》,读罢觉得醍醐灌顶,顿感萦绕了十几年的心结终于找到源头。Alfred认为,“一个人在五岁之前,其生活经验已经决定了他成年后解释自身遭遇和回应的方式,对于...

-----  
经过人类社会的长期发展和教育水平的提高,许多心理学的常识已经被越来越多的人掌握。阿德勒这本书产生于上世纪20年代。在那个时代思想就能达到这种高度,足以证明其先驱性的地位。然而,其意义也就止步于此。这本书放到今天,对于许多人来说,其观点已经不新鲜了。而且...

-----  
合作是阿德勒本书所有观点的核心。在他看来,一个人患有神经症的根本原因是他没有合作的能力,而没有这种合作的能力的主要原因是家庭没有帮助他或她在早期培养起这种能力。作为一种心理学的经典流派,我觉得他的学说的大部分是很有道理的。而且,这种合作精神其实也是和许多...

-----  
作者阿尔弗雷德·阿德勒,是心理学领域中个体心理学派的创始人,在心理学界久负盛名,并与弗洛伊德、勒庞齐名。而《自卑与超越》则是阿德勒职业生涯后期,在上世纪初写成的,是关于个体心理学派最成熟的作品之一,并无可争议地成为经典,如今有幸拜读,我也给出了满分好评推...

-----  
总算看完了。感觉每个心理学大师都有自己特定的立场，而且能把他们遇到的问题和自己发现的理念结合起来，解释的都挺完美。这位大师的立场就是把心理问题归结到合作上~用个没有嘲弄意味的比喻，很像“盲人摸象”。  
个人很喜欢本书结尾他对于婚姻关系的解说“我们居住在地球上， ...

-----  
很多空话，营养不多，有些时候感觉作者很像圣母。尤其把人生意义简单定义为为他人做贡献，然而却说不出为什么简单地只是为他人服务，为他人服务人生意义是什么。作者认为留给人类后世的遗产都是大部分人认为有意义的并且是为他人做出贡献的作品，所以我们要以为他人做贡献而活...

-----  
[生命对你意味着什么\\_下载链接1](#)