

# 生活的科学



[生活的科学 下载链接1](#)

著者:【奥地利】阿尔弗雷德·阿德勒

出版者:上海三联书店

出版时间:2016-11

装帧:Hardcover

isbn:9787542656629

作者介绍:

目录:

[生活的科学 下载链接1](#)

## 标签

心理学

阿德勒

个性心理学

心理题材

阿尔弗雷德·阿德勒

个体心理学

自卑情节

哲学

## 评论

相比较其它几本没有什么进展，依然是在强调协作和社会兴趣。

---

个人觉得写的挺好的呀，虽然有些地方有点绕吧，找不到自己看的版本了

---

太过简单地堆砌概念、引用案例

---

这本书的确不太走心，文章的选择排列，翻译，都只能勉强算一般。

还是在讲自卑情结，内容不多，感觉看超越自卑，儿童两本就够了

自卑情节可能发展为神经病。震惊我了！！！

阿德勒果然三句话不离谈自卑呀

阿德勒也许是研究自卑的行家，但是把性、两性、儿童成长、个性发展等等都强行归结于自卑作祟也是太武断了。

对siblings之间的观察也是很有意思的，想起了所见的同学兄弟或亲戚家姐妹的相处，确实和独生子女完全不一样。

自卑的正向反馈是社会适应，人类得到救赎的方向是社会协作和社会兴趣。但，如果一个人心甘情愿且自我陶醉于个人生活，那也是无可指责的。

从小培养社会兴趣，建立健康的有意义的目标，适应社会，这是让个人心理健康的方法。  
。这本书更像是教材，可读性不太友好，但是身为个人应该至少去了解下这方面的知识，因为这些很重要但学校却是不教的。

翻过，难读到不明所以

18 10.29

落实童年早期生活教育对一个人发展至关重要。自卑只有通过不断实践化解，而不是产生优越感，这本书对我更具价值。

适合于导读

光看各章标题觉得这书值得一读，但读下来不是自己喜欢的风格。

恶臭男孩阿德勒……

原理十分简单，儿童时的缺陷导致自卑，如果不能形成社会兴趣便在生活中无意义的方面产生优越情结，而变成罪犯、精神病和问题儿童。简单武断，尤其关于第几个孩子的议题。全书章节简短，内容都出自上述原理，篇幅大概再砍掉一半也没什么问题。

翻译真的不是一般的糟糕，可读性很低。

情感需求一直是驱动人走向社会的主力，但不能被满足的需求就容易变得不正常，太过于在乎自己，一直渴望从他人得到关注，自卑与自傲，都是为了获得优越性的事物，也都要沉溺在自己的世界里得到满足，后来谈到了性，性欲驱动爱情，爱情双方都要付出，单方面的要求一直是大多数心理疾病的起因，许多心理疾病影响了人对社会的行为，不利于他们投身到社会里作出贡献，进行正常的社会活动，情感变成了连结社会的纽带，最终人类变成社会动物，哪怕是正常与不正常的，人世间这么痛苦，还是自己满足情感需求就好了。

啰嗦 2.5

自卑情节和优越情结的分析很有趣，对于教育的看法很开明。

[生活的科学\\_下载链接1](#)

书评

[生活的科学\\_下载链接1](#)