




郭本禹◎主编


心理学大师传记丛书

阿德勒

——个体心理学创立者

郭本禹 吴杰 著

 广东省出版集团

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位  广东教育出版社



郭本禹◎主编
心理学大师传记丛书

教育部普通高等学校人文社会科学重点研究基地
南京师范大学道德教育研究所研究成果
江苏省重点学科心理学一级学科点研究成果

—— 个体心理学创立者

郭本禹 吴杰 著

 广东教育出版社

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位  广东教育出版社

·广州·

图书在版编目 (CIP) 数据

阿德勒：个体心理学创立者 / 郭本禹，吴杰著. — 广州：广东教育出版社，2012. 3

(心理学大师传记丛书 / 郭本禹主编)

ISBN 978-7-5406-9007-6

I. ①阿… II. ①郭… ②吴… III. ①阿德勒，
A. (1870~1937) - 传记 IV. ①K835.215.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 038456 号

策划编辑：邓祥俊

责任编辑：黎雷

责任技编：涂晓东

装帧设计：黎国泰

广东教育出版社出版发行

(广州市环市东路 472 号 12-15 楼)

邮政编码：510075

网址：<http://www.gjs.cn>

广东新华发行集团股份有限公司经销

佛山市浩文彩色印刷有限公司印刷

(佛山市南海区狮山科技工业园 A 区)

889 毫米×1194 毫米 32 开本 7.75 印张 190 000 字

2012 年 3 月第 1 版 2012 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5406-9007-6

定价：15.00 元

质量监督电话：020-87613102 购书咨询电话：020-87621848

阿德勒

阿尔弗雷德·阿德勒

(Alfred Adler, 1870—1937)



阿德勒的成长史就是一部个体心理学的发展史，他的人生是其个体心理学思想的最完美诠释。阿德勒终生都在战胜自卑，追求超越，创造自我，奉献社会。他不单纯是在建立一种个体心理学的理论体系或一个学派，他的工作目标更是塑造一个独特完整的人，引导人们克服自卑与困难，追求至善至美，寻找人生和生活的真谛。阿德勒带给人们的是一种对生活的理解和对生活的态度，他坚持乐观向上的人性观，指导人们形成自己独特的生活风格，帮助人们铸就一种有创造力



的自我，努力激发人们关爱他人和关心社会。他的作品通俗易懂、朗朗上口；他的演讲简明、清晰、生动；他的为人亲切、友善、真挚。他的宏伟蓝图就是希望所有人都能了解“生活中的心理学”，希望所有的父母都以民主和鼓励的方式教育孩子，希望所有的教师都积极地培养学生的自信、自尊和自豪，希望所有的儿童都能健康快乐地成长。2010年是阿德勒诞辰140周年，他本人及其思想并未因时光的流逝而削弱其影响，相反，在当今的世界越来越散发出迷人的魅力。

总序

Preface

阅读大师 走近大师

德国著名心理学家艾宾浩斯曾说过，“心理学虽有一长期的过去，但仅有一短期的历史”。心理学的长期过去可以上溯到古希腊罗马时代，在漫长的历史长河中，心理学曾一度是灵魂的奴仆、神学的婢女、哲学的附庸。直到1879年，冯特在德国莱比锡大学创建了世界上第一个真正意义上的心理学实验室，心理学才正式成为一门独立的学科，开始其相对短期的历史。从那时至今，科学心理学走过了一百三十多年的历程。其间，心理学产生了大量研究，积累了丰硕成果，名家不断辈出，论著不断涌现，理论不断更迭，方法不断更新。经过历史长河的大浪淘沙，一些在当时产生过巨大影响的人物、著作、理论和方法在时间面前已变得沉静无闻。而另一些心理学家至今仍是备受人们推崇之大家，一些经典名著



至今仍是大众必读之作品，一些经典理论至今仍是业界必学之内容，一些经典方法至今仍是人们必用之工具。如果将整个心理学学科比喻成一项精巧的皇冠，那么心理学大师无疑就是这个皇冠上最璀璨的明珠。

也许有人会问，什么样的人才能称得上心理学大师呢？这似乎是一个简单的问题，却又是一个不容易回答的问题。一般来说，在心理学某个领域具有一定造诣的专家就可以称之为心理学家，但只有那些具有开风气之先而影响深远的心理学家才配称心理学大师。心理学大师要有大的创造、大的主张、大的思想乃至大的情怀，同时，作为卓越的大家，他们的成就和命运通常都与时代相互激荡。

首先，心理学大师是“心理世界”的立法者。心理学大师之所以成为大师，在于他们对心理现象背后规律的系统思考与科学论证。诚然，人类是理性的存在，是具有思维能力的高等动物，千百年来，无论是面对习以为常的简单生理心理现象，抑或诡谲多变的复杂社会心理现象，都会引发一般大众的思考。但是，与一般人不同，心理学大师的思考关涉到心理现象背后深层次的、普遍性的与高度抽象的规律，这些思考成果或试图揭示出寓于自然与社会情境中的心理现象的本质内涵与发生方式；或企图诠释某一心理现象对人类自身发展与未来命运的意义和影响；抑或旨在剥离出心理现象背后的特殊运作机制，并将其有意识地推广应用到日常生活的方方面面。他们把普通人对心理现象的认识与反思进行提炼和升华，形成高度凝练且具有内在逻辑联系的思想体系。因此，他们的真知灼见和理论观点，不仅深深地影响了心理学学科发展的命运，而且影响到人类对自身的认识。当然，心理学大师的思考又是具有独特性与创造性的。大师在面对心理现象时，他的脑海里肯定存在“某种东西”。他显然不能在心智“白板”状态下去观察或发现心理现象背后蕴藏的规



律！我们不得不承认，所谓的心理学规律其实就是心理学大师作为观察主体而“建构”的结果。比如，对于同一个心理现象，心理学大师们往往会做出不同的甚至截然相反的解释与论证。这绝不是纯粹认识论与方法论的分歧，而是对心灵本体论的承诺与信仰的不同，是他们所理解的心理世界本质的不同。我们在此借用康德的名言“人的理性为自然立法”，同样，心理学大师是用理性为心理世界立法。

其次，心理学大师是“在世之在”的思想家。在许多人看来，心理学大师可能是孤傲、怪癖、神秘、不合流俗、远离尘世的代名词，他们仿佛背负着真理的十字架，与现实格格不入，不食人间烟火。的确，大师们志趣不俗，能够在一定程度上超脱日常柴米油盐的束缚，远离俗世功名利禄的诱惑，在以宏伟博大的人文情怀与永不枯竭的精神力量投身于实现古希腊达尔斐神庙上“认识你自己”之伟大箴言的同时，也凸显出其不拘一格的真性情、真风骨与真人格。大凡心理学大师，其身心往往有过独特的经历和感受，使之处于一种特别的精神状态之中，由此而产生的灵感和顿悟，往往成为其心理学理论与实践的源头活水。然而，心理学大师毕竟不是超人，也不是神。他们无不成长于特定历史的社会与文化背景之下，生活在人群之中，并感受着平常人的喜怒哀乐，体验着人间的世态炎凉。他们中的大多数人或许就像牛顿描绘的那般，“我不知道世上的人对我怎样评价。我却这样认为：我好像是在海上玩耍，时而发现了一个光滑的石子儿，时而发现一个美丽的贝壳而为之高兴的孩子。尽管如此，那真理的海洋还神秘地展现在我们面前”。因此，心理学大师虽然是一群在日常生活中特立独行的思想家，但套用哲学家海德格尔的话，他们依旧都是“活生生”的“在世之在”。

在这里，我们通过这套“世界心理学大师传记丛书”向广大读者朋友展示心理学大师们的人生风采。为了便于读者



朋友阅读大师，走近大师，这套传记丛书的编写力求体现如下三个原则。

1. 雅俗共赏。这套传记丛书不打算写成过于学术化的作品，而是希望将其打磨成雅俗共赏的大众读物。我们相信，诚如美学家苏珊·朗格所言，“欣赏音乐者不一定要通晓音乐的形式规则，只要具有与之相通的生命经历便可”。通过让读者与心理学大师进行亲密接触和直接对话，体验大师的心路历程，领略大师的创造成果，与大师的个人成长同行，最终实现读者与大师之间的沟通与交流，在近距离感悟大师的学术风范与生活点滴的同时，来感同身受地丰富并启迪读者自己的人生。

2. 简明扼要。这套传记丛书不打算写成研究某位心理学大师思想的理论专著，而是编撰成心理学大师的人物传记。在写作方式上，我们贯彻了人物传记的特殊要求，以时间为经，以空间为纬；以叙述为主，以点评为辅。具体而言，就是以心理学大师的生平为主线，将其理论创立过程和理论成就穿插其中，尽量发掘心理学大师的生平事迹和趣闻逸事，特别是影响心理学大师学术成长和创造活动中的一些偶发事件，展示一个个血肉丰盈的、“在世之在”的大师形象。正如著名精神分析学家奥托·兰克指出，“在许多人的生命中偶尔会有对其发展具有决定性、方向性影响的事件，而且，展现生命历程中的这些里程碑正是传记所关切之事。所以，传记作者应该挖掘出他所要描绘的生命中所发生的那些典型的、独特的以及有影响的事件，其他的就留给读者的经验去扩充”。我们相信，心理学大师也不例外。在内容选择上，我们注意阐述大师思想的理论内容，但不刻意追求系统化和体系化，而是抓住核心主题，进行简明扼要、深入浅出的描述，尤其重视大师在为心理世界“立法”过程中所提出的原创性观点和思想体系的创生源头与建构过程，并通过典型的例证



或案例加以说明。在内容编排上，我们注重一定的连贯性与故事性，同时希冀把心理学大师放在特定的学术背景下进行合理的评价，指出他在心理学界内外的影响。

3. 生动活泼。在语言表述上尽量避免一般心理学教科书或专著的枯燥与单调，力求文风洗练、生动活泼，做到集通俗性和可读性于一身。在形式上重视图文并茂，通过插入一些精美的照片和图片，让读者在理性理解之余更多一层感性和直观的认识，从而提高读者的理解性和接受性。当然，我们也不唯“图”是图，而是严格筛选插入的照片和图片，使其符合具体的语境，使它们所包含的信息与文字信息互为补益、相得益彰。

诚然，就像伟大诗人泰戈尔所说的那样，“源自伟大心灵体验的生命语言，其意义永远不会被某种逻辑体系加以详尽无遗的阐释，只能通过个性生活的具体经历来获得亲验和寓身显示，并在各自的新发现中增添更丰富的价值内容”。因此，亲爱的读者，你们的每一次思考都是对心理学大师们最完美的诠释，你们的每一番领悟都是对心理学大师们最崇高的致敬！现在就让我们怀揣着这种崇敬而又期待的心情去走近这些心理学大师吧！

郭本禹

2011年11月

于南京郑和宝船遗址·海德卫城



目录

Contents

第一章 自卑早年 >>> 1

- 一、疾病缠身的童年 >>> 2
- 二、追求卓越的自我 >>> 10
- 三、执业医师的训练 >>> 21
- 四、炽烈真挚的爱情 >>> 28

第二章 结识弗洛伊德 >>> 35

- 一、投身社会医学事业 >>> 36
- 二、与精神分析早年结缘 >>> 48
- 三、山雨欲来风满楼 >>> 59
- 四、十年筵席终散去 >>> 63

第三章 另立门户 >>> 71

- 一、创立个体心理学 >>> 72
- 二、战争孕育新思想 >>> 87
- 三、创办儿童指导诊所 >>> 99
- 四、超越奥地利 >>> 113



第四章 走向世界 〉〉〉 121

一、初登新大陆 〉〉〉 122

二、再度访美 〉〉〉 134

三、定居美国 〉〉〉 141

四、辗转各国 〉〉〉 154

五、猝然离世 〉〉〉 163

第五章 后阿德勒时代 〉〉〉 171

一、经典阿德勒学派的代表 〉〉〉 172

二、阿德勒著作的出版 〉〉〉 181

三、组织机构和刊物的发展 〉〉〉 192

四、思想理论的发展 〉〉〉 205

五、实践应用的发展 〉〉〉 210

第六章 千秋功过任人说 〉〉〉 217

一、开辟了心理学的新天地 〉〉〉 218

二、开启了心理治疗的先河 〉〉〉 224

三、开创了教育的新观念 〉〉〉 228

四、美中也有不足 〉〉〉 231

阿德勒大事年表 〉〉〉 234

参考文献 〉〉〉 236



第一章

自卑早年

阿德勒于 1870 年 2 月 17 日出生在奥地利维也纳近郊的犹太商人之家。他自小生活舒适安逸，在原野中尽情玩耍，物质生活相对满足。加之又时逢处于欧洲文化中心的维也纳，阿德勒与家人同享音乐盛宴，这都构成了他的优越生活。

然而，尽管生活优越，但阿德勒丝毫未感受到童年的快乐和幸福。相反自卑倒成为了他早年生活的阴影。



阿尔弗雷德·阿德勒是现代著名的精神分析学家、个体心理学创始人、人本主义心理学的先驱和现代自我心理学之父。他和弗洛伊德、荣格一起被人们并称为深蕴心理学的三大奠基人。阿德勒于1870年2月17日出生在奥地利维也纳近郊的犹太商人之家。他自小生活舒适安逸，在原野中尽情玩耍，物质生活相对满足，加之又时逢处于欧洲文化中心的维也纳，阿德勒与家人同享音乐盛餐，这都构成了他的优越生活。

然而，尽管生活优越，但阿德勒丝毫未感受到童年的快乐和幸福。相反自卑倒成为了他早年生活的阴影。他自认长相既矮小又丑陋，在家中排行第二。他与长相英俊、身材魁梧的哥哥产生了激烈的对抗情绪。阿德勒身体羸弱，患有软骨病，直到4岁才会走路，5岁又患了严重的肺炎。这一连串的不幸在幼小的阿德勒心理上笼罩了对死亡的恐惧和对身体软弱无力的愤怒。这种童年经历对他后来选择医生作为终生职业，战胜死亡，寻求卓越产生了巨大的影响。

一、疾病缠身的童年

数百年以来，维也纳一直是欧亚的天然门户和贸易中心。她坐落在美丽的多瑙河畔，位于旖旎的阿尔卑斯山脚下。公元1278年，哈布斯王朝开始统治这片沃土，实现了七百多年

欧洲史上的最长控制。到了18世纪晚期，玛利亚·特蕾莎女王和约瑟夫二世接掌大权。他们以开明专制而闻名，维也纳也因此以音乐之都而享誉世界。此时人才荟萃，涌现了一大批成就卓越的音乐大师，有海顿、莫扎特、贝多芬、舒伯特等。尽管他们星光熠熠，但是许多少数民族如犹太族，却默默无闻，很难崭露头角。

1848年欧洲革命爆发，奥地利人民揭竿而起，奋起反抗梅特涅（Metternich）的残暴统治。虽然革命的星星之火很快即被扑灭，但是革命的火种却燃起了人们对自由和民主的急切渴望，强烈要求修改宪法，保障自由，犹太人也因此从严密控管下解放出来。1849年，弗兰茨·约瑟夫一世颁布新宪法，命令“公民权利和政治权利不得依赖宗教”。然而好景不长，不久，国家便开始对犹太团体实行特别管制并征税。以前，向犹太人开放的需要高深学问的职业只有医学等行业，现在五花八门的行业正等待他们选择。犹太人渴望拥有自己的不动产，维持犹太教徒的生计，生活在帝国的任何一个角落。不久以后，一些犹太人甚至被选举为维也纳城市委员会理事。1867年奥匈帝国采用新宪法，当这部宪法确认这个基督教国家为二元君主制时，却宣布全体公民享有宗教自由和公民权利。

虽然反犹太主义仍然很活跃，但是绝大多欧洲国家已经开始结束对犹太教的正式歧视。约瑟夫一世决定在公民平等和政治平等的理念上建立一个多国联盟的新帝国。由于憧憬其自由的前景，维也纳的犹太人口从1860年的6000人激增到了1890年的150 000人。在绝对数量和总体比例上，维也纳都已成为欧洲的最大犹太人集聚地。布达佩斯和华沙也有很多犹太居民。

第一波涌向维也纳的犹太人主要包括匈牙利人，接着是来自波西米亚和摩拉维亚的捷克斯洛伐克人。阿德勒的祖父



西蒙·阿德勒 (Simon Adler) 就在这第一波人潮中。他是来自布尔根兰 (Burgenland) 基特西 (Kittsee) 的一位优秀毛皮商。他和卡特琳娜·兰普尔 (Katharina Adler) 喜结连理。数个世纪里, 布尔根兰一直是匈牙利和奥地利的缓冲地带。虽然拥有这片土地的匈牙利贵族和奥地利人民友好相处, 但在阿德勒的祖父离开时, 这个地区实际上已属于匈牙利控制。布尔根兰是个如诗如画的乡村, 芦苇荡漾在湖畔, 田野一望无际, 果园硕果累累, 山顶的城堡庄严而肃穆, 还有引以为荣的土生土长的作曲家海顿和李斯特。19 世纪中期, 布尔根兰大约有 30 000 人, 这些人主要讲德语。其定居者由匈牙利人、克罗地亚移民、吉普赛人以及富裕的犹太人构成。

奥匈帝国幅员辽阔, 生活于其中的绝大多数布尔根兰犹太教徒和其他地区的教徒相比, 拥有更加宽容的政治氛围。许多人是游历甚广的贸易商, 他们为普雷斯堡 (Pressburg) 的犹太人和维也纳商业中心提供中间代理服务。由于整个政治环境宽松, 又不加以迫害, 所以, 布尔根兰的犹太居民没有受到太多的种族压迫, 普遍感到内心的自由和安逸。

西蒙和兰普尔在这一时期的生活情形已无从考证, 依稀可以知道的就是他们至少养育了两个孩子, 并和他们一直生活到成年。西蒙和兰普尔的长子名叫戴维 (David), 生于 1831 年, 婚于 1862 年, 以裁剪谋生。幺子利奥波德 (Leopold, 阿德勒的父亲) 生于 1835 年。他们都可能出生在布尔根兰, 并于 19 世纪 50 年代或 60 年代来到维也纳。1866 年, 利奥波德正值而立之年, 与波林·比尔 (Pauline Beer, 阿德勒的母亲) 结为秦晋之好。从结婚证上可以看出, 利奥波德当时和岳父母住在一起, 并为家庭的繁荣奔波操持。

阿德勒的外祖父母赫尔曼·比尔 (Herman Beer) 和伊丽莎白·比尔 (Elisabeth Beer), 都是捷克斯洛伐克的犹太人, 出生在摩拉维亚的特雷比奇 (Trebitsch), 巧合的是精神分析



鼻祖西格蒙德·弗洛伊德 (Sigmund Freud) 也出生在此地。遗憾的是我们不知道赫尔曼和伊莉莎白在摩拉维亚居住了多久。大约在 1859 年，当他们搬迁至维也纳的郊区彭青 (Penzing) 之前，至少已经生育了 5 个孩子。他们分别是：伊格纳兹 (Ignaz, 1839 年以前出生)、莫里茨 (Moritz, 生于 1843 年)、波林 (Pauline, 生于 1845 年)、萨洛蒙 (Salomon, 生于 1849 年) 和阿尔伯特 (Albert, 生于 1858 年)。另外两个出生在彭青的孩子是路德维格 (Ludwig, 生于 1859 年) 和朱利叶斯 (Julius, 生于 1861 年)。赫尔曼、伊莉莎白和孩子们开了家小作坊，经营糠麸、燕麦和小麦等农产品。那时他们的作坊欣欣向荣，但是随着铁路交通时代的到来，竞争日趋白热化，这样的小经营最终难免会淹没在商业洪流中。后来，萨洛蒙从父亲手中接管了小作坊。1861 年，定居彭青两年后，赫尔曼一家开始置办家产，并于此居住多年。

利奥波德和波林·比尔 (婚后改名为波林·阿德勒) 的早年婚姻时光是在彭青和鲁道夫谢姆 (Rudolfsheim) 的邻村度过的。利奥波德是一名谷商，他几乎未受过任何正式教育或者知识熏陶。儿孙们回忆说，他是一个温文尔雅、穿着得体、谈吐幽默的老人，但不曾深信犹太教，而波林则认为她的丈夫容易激动而且意志薄弱。后来阿德勒回忆说，父亲自信、快乐，甚至日常生活中最沉重的磨难都没能打垮他。而波林是位勤勉的母亲，同时帮助丈夫打理公司。利奥波德经营了一段时间妻子家的谷子业务，几乎濒临破产。波林接手之后，力挽狂澜，带领家庭走出困境。她挣来了家里需要的所有食物，照看所有的孩子，日益操劳以致筋疲力尽。其实波林并不快乐，也不开心，甚至有点神经质和抑郁，刚过花甲之年便已离世。阿德勒的传记作家和追随者菲莉斯·波托姆 (Phyllis Bottome) 后来回忆说：“她被疾病和过度的劳动彻底弄垮了。”阿德勒未从母亲那得到过亲密的抚育，而弗洛伊