

阿德勒心理学经典文丛

ALFRED
ADLER

儿童人格形成及培养

The Education of Children

[奥地利]阿尔弗雷德·阿德勒 著

张晓晨 译

了 解 孩 子 ， 了 解 自 己

上海三联书店

阿德勒
心理学
经典文丛

ALFRED
ADLER

The Education of Children

儿童人格形成及培养

[奥地利] 阿尔弗雷德·阿德勒 著
张晓晨 译



上海三联书店

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童人格形成及培养 / (奥) 阿尔弗雷德·阿德勒著; 张晓晨译. —上海: 上海三联书店, 2017.4

ISBN 978-7-5426-5803-6

I. ①儿… II. ①阿… ②张… III. ①儿童心理学—人格心理学—研究
IV. ①B844.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 009797 号

儿童人格形成及培养

著 者 / [奥地利] 阿尔弗雷德·阿德勒

译 者 / 张晓晨

责任编辑 / 陈启甸

特约编辑 / 郭挚英 苑浩泰

装帧设计 /  灵动视线

监 制 / 李 敏

出版发行 / 上海三联书店

(201199) 中国上海市都市路 4855 号 2 座 10 楼

<http://www.sjpc1932.com>

印 刷 / 北京旭丰源印刷技术有限公司

版 次 / 2017 年 4 月第 1 版

印 次 / 2017 年 4 月第 1 次印刷

开 本 / 640×960 1/16

字 数 / 138 千字

印 张 / 19.25

ISBN 978-7-5426-5803-6/B·512

定 价: 32.80 元

导 言



教育就是对自己的认识以及用自身的理性来指导自己，这在心理学的视角上而言，不论是成人还是儿童，其实都是一样的。不过，成人与儿童自然有所不同，差异就在于：尽管都需要予以指导，但儿童因正值生长发育的阶段，显然相较于成人而言要尤为重要得多。要是我们乐于让孩子随着自己的意愿去发展，当然尽可如此；要是环境允许，且孩子们也可以适当运用两万年的时光，以我们这样的方式发展文明的话，自然也能企及我们这般高度，可惜，这是不可能的。如此，有关儿童成长发展的问题，就必须得由成年人来留心并对他们加以引导了。

不过，其中最为困难的就是，人们对儿童的了解并不多。对于成年人来说，自己都很难了解自己，很难把握自己的心理成因，也就是说，很难弄清楚自己的好恶和情感缘起何处。由此，在这

样的情况下还要清楚地知道孩子的事，可就更难了，况且，还要基于一定程度的认知去给予他们指导，无疑会倍加困难。

虽然说我们可以借由个体心理学这门针对研究儿童心理的科学知道关于孩子的事，可通过其了解儿童的心理状况，也同时可以使我们更好地弄清成年人是怎么回事，即：为什么会形成如此的性格特征和行为方式。与其他心理学的研究方式相比，个体心理学在理论和实践上是密不可分、缺一不可的，因而有所不同。个体心理学主要将视角聚焦在了人格的统一体上，不但对此进行研究，还着力研究人格统一体是如何努力去谋求发展，又是如何奋力进行表达的。由此来看，个体心理学知识本身就可以指导我们的实际生活。什么是知识？不过是明白错在哪里了。因此，不管是心理学家、做父母的人，还是友人，抑或个体自身，只要在个体心理学知识上有所收获，不管是谁，都可以立马将知识活学活用到生活中去，凭此来发展人格。

采用理论与实践相结合的方法来研究个体心理学，就意味着这门学说具有完整性，其各个部分可组成一个有机的整体。从个体心理学出发，认为人的心理活动是由人的行为反映出来的，而行为又受个体的人格统一体驱动并给予其引导。我打算把个体心理学的全盘主张都总述在第一章里，然后再分章详述此章节中所涵盖的各有关问题。

人的心理和精神总在不停歇地追求，并带着自身强烈的目的，

这就是人在成长过程中所面对的一个本质性的事实。因此，儿童自出生起，便在努力抗争中日渐长大，其目的是要使自己变得更强大、更完善，以及更为优秀，尽管他们并非有意识地要这么做，可目标就摆在那里，时刻都在他们的心中。人们想要追求这样的目的，并在成长的过程中进行抗争，自然离不开人类特有的思维方式和想象力，是其直接的反应。这样的抗争支配着我们，使我们一辈子的具体行为都受其掌握，甚至，它还左右了我们的精神，毕竟在思维上，我们都做不到客观，这就令思维不得不受限于我们业已生成的目的及生存方式。

在我们的人生中，很难看到人格的统一体全部显露出来，它是隐含在个体人格之中的。任何人都是其自身的人格统一体，同时也是其自己安排和创造的自己特有的人格统一体。所以说，我们每个人都是一幅画作，而同时，也是那画画之人，是自己人格的描绘者。然而，虽说人本身就是创造者，可并不代表就不会犯错，或是对自己的精神及肉体有全然的认知，说到底，不过是个并不完美的人罢了，也会软弱，亦会有诸多过失。

当我们在看待人格建构的时候，需要留心一点，那就是人格的整体及其特有的形式和目的并非以客观现实为基础，而是建立在个体主观看待现实生活的基础上，这才是其人格架构的基准。因此，人们对现实的见解及观点是不能代表事实本身的。由此，尽管现实世界对每一个人来说没有什么不同，而人们却都只会按

照自己的方式来创造自己，依据自己看待事物的方式去调整自己，其中有些观点是正确的，而有些则并不准确。因此，当一个人在成长时犯了错，或是遭遇了失败的经历时，我们在分析的时候就不能马虎，得特别认真地正视其早期作为更小的孩子时是如何看待事物的，分析其在认知上有无偏颇之处，因为这恰恰就是对其一生造成影响的关键因素。

接下来的案例当可在此方面给出实证。有一个女人如今已经五十二岁了，总是看不上比自己年龄大的同性，总忍不住想贬损对方。她跟我们说，在她很小的时候就因为姐姐为人注目而感到自己总被瞧不起，为此，她觉得很受屈辱。在此，我们可以用心理学的观点来进行考察，也就是用被我们叫作“垂直”的方法来分析该案例，这样，就能知道这位女士从生命初期至后期，也就是截止到现在的心路历程了。其实，她的原动力和心理运行过程始终都没有变过，即：老是担心她被人看不起。当她目睹自己之外的人更受人喜欢便会愤恨起来。由此，虽然我们并不知道这位女士一生都经历了什么，也不清楚其人格整体的概况，但以这两个事实作为基点，基本上也还是可以补全那些我们所不了解的方面。就这一点而言，心理学家与写小说的人没有什么区别，同样是在用一条明确的主线来重塑一个个体。在主线上，要集合只属于这个人的专属动作、生活模式或行为范本，而所创造出来的个体，应与其整体给人留下的印象相吻合。这个案例放在一个杰出的心

理学家身上去解读的话，甚至都能预判出她在特殊情景下会采取什么行动，并且，还能将这位女士所特有的“生命主线”里附加的那些人格特点也清楚地描述出来。

个体人格的形成是由人的抗争、对目的的追求，或找到自己的目标所采取的行动导致的，不过，在此之前还有个前提非常重要，它与心理学事实相关——人的自卑感。对于每个孩子来说，内心里都是存在自卑感的，它会激发孩子的想象力，诱使他们想要去改善自己的处境，从而让自卑感被排除出去。当个体所处的境遇得到了改善，自卑感也就会相应减轻。对于这个现象，从心理学上讲就是“心理补偿”。

人的自卑感，以及经由自卑感所萌生的心理补偿机制，会使人更轻易地犯错。或许，人们可以出于自卑感在客观上做出点成绩，可事实上，人们又或许只会因自卑而进行纯心理上的调整，逐渐拉大个体与客观现实的差距。还有，当自卑感严重到一定程度，会令人不受控地发展出其他心理，来进行心理补偿，可不管怎么说，现状却不会因此而发生任何改善，只不过使当事人在心理上得到了必要的满足罢了。

举例来说，有三类儿童的表现能够明显地表露出其补偿心理的特性：其一，身体器官先天性虚弱或存在缺陷的孩子；其二，被父母严厉管教而从未获得过亲子之爱的孩子；其三，从小娇生惯养，被过分宠溺的孩子。

以上这三类儿童是三种基本情况的典型代表，因此，对他们进行考察，就能更容易地了解那些处在正常发展阶段的孩子了。尽管有些孩子存在着由身体器官先天虚弱或缺陷而引起的心理特征，可不少正常儿童也或多或少地同样存在着这种心理，这就着实叫人感到惊讶了。我们需要仔细地研究那些极端的残障孩子，并以他们为原型来了解这些心理特征是怎么回事。至于第二类和第三类儿童，差不多每一个孩子都经历过，不是受过过严的管束，就是被过分宠溺，有的孩子甚至都经历了。

孩子们因为如上三个基本情境会生出心理自卑的感觉来，或是产生某种心理缺陷，而为了对抗这两种感觉，身处这种境遇中的儿童亦会萌生出非同一般的雄心，这往往是人力所不能及的。人的自卑感和寻求优越的感觉常常是混在一起的，因为它们源自人生的一个基本事实，是这个事实的一体两面。我们很难在病理学上清楚地分析出，到底是自卑感在起作用，还是受到了追求优越感的影响。这两种心理总是按照一定的韵律出现，并且同进同退，但不管怎么说，对优越感的追求心会更强烈地伤害到我们。对孩子来说，会由于过度的自卑而激起野心，同时，日渐强烈的野心又会荼毒他们的心灵，无法令其天长日久地本本分分生活。之所以不安分，是因为他们的雄心已经膨胀到不成比例的程度了，所以，这种心理不会促成任何有益的活动，反而什么用处也没有。我们可以从孩子们的性格特点及其平素的举止中看出这种心理的苗头，不过，它并不是显

而易见的。由于这种野心无止境地刺激着孩子，因而他们会变得非常敏感且总是时刻处于紧张状态，唯恐旁人会伤害、看不起自己。

个体心理学的刊物中满载着这样的案例，而这样的儿童在成人后，会在才智和能力方面长期处于沉睡状态，也就是我们常说的那种性格怪异、精神不正常的人。这类人满脑子除了自己是装不下他人的，若是朝着极致发展下去的话，终将成为一个没有责任感的人，甚至成为罪犯。不管是从道德上讲，还是从心理层面上说，他们都是绝对奉行自我主义的人。在这些人中，有为数不少的人都不愿意面对客观事实，对现实生活避而远之，他们只是活在自己铸就起来的世界里，在幻想中沉沦、胡思乱想，似乎这个世界就是真实的世界了，如此一来，他们确实是在心理上获得了安宁，因为可以借由思维出来的虚拟现实和真正的客观现实达成一种和解。

不论是心理学家，还是做父母的人都应该留心一个标准，那就是，社会感情是评判儿童或是个体到底有没有得以成长的关键。因为，这种感情是强还是弱，决定了一个人能否得到正常的发展，是至为关键的要素。所以，不论是什么事情，只要让孩子们的社会感情和集体感情有所削减，便都会有损于其精神方面的发展。在我们考察孩子是否在正常发展时，只要看其社会感情是强还是弱，就知道答案了。

个体心理学在培养儿童的社会感情上有自己的原则，并从中发展出了一些方法来帮助更好地教育他们。不论是作为父母，还

是作为孩子的监护人，一定要让所看护的孩子与更多的人建立起亲密关系，而不是只和一个人联系得太过紧密，不然，孩子就肯定没法做好足够的准备来应对日后的生活了。

通过观察孩子在入学时是如何表现的，就能知道其社会感情如何了，这是一个很好的检验途径。对于孩子来说，一踏进校门就等于步入了一个新的环境，同时也开始了其最早的、也是最为严苛的考验，这时候，他们是如何应对新环境的，又是如何与陌生人开始接触的，便都会清晰地表露出来了。然而，大多数成年人并不清楚如何帮助儿童做好入学准备，不知道怎么让他们更好地适应新环境，所以，不少父母都在忆起孩子在入学阶段的生活时，感到如身处噩梦一般。要是教育得当，学校自然可以弥补儿童在早期教育中所缺少的部分。因为，让人感到合意的学校机能，应该能够联通起家庭和现实世界，成为其间的中介，不但教给孩子们书本上的知识，还能解读一些生活中的问题，以及阐述生活方面的艺术。可在这种令人感到心合意满的学校出现前，在它们还未能补足因双亲教育所遗留的缺憾时，我们应该也同时重视起家庭教育，审视一下在这方面有无欠缺之处。

学校只能显示出一些家庭教育中出现的弊端，还不能真正作用于这些缺憾，而这也正好说明，学校尚不能成为这样的理想之地。在入学前，要是父母没能教给孩子与别人交往的方法的话，当他们入学后，就会感到郁郁寡欢、孤单无助，并逐渐因此而被其他人看

作是性情怪诞之人。如此一来，孩子会从最开始的孤单无助、无可奈何逐渐往深层次发展，时间愈久，就会愈发严重。这不但会压抑其发展，还会使他们逐步在行动上出现缺憾，成为问题儿童。到了这一步，人们往往会把过错推给校方，可事实上，还是家庭教育出现了问题，而学校不过是将这些隐而未发的问题给彰显出来了。

个体心理学当前还不能判定那些在行为上有问题的孩子，是否可以在学校里得到改善，不过，要是孩子在入学之初就开始有失败的经历，无疑就代表着危险了，这是可以得到证明的。刚到学校就体会挫败可不仅仅是在学习上遇到了问题，更是在心理上的挫败，孩子会开始变得对自己没有信心。如此一来，就会感到灰心丧气，不想完成该完成的事，也想要逃开那些一般性的方式方法，并尽可能地不走社会上大家所公认的坦途，一意孤行地不走寻常路，通过另辟蹊径来得到一些心理补偿，用优越感来填补其缺憾感。一旦孩子丧失了信心，就会被快速满足渴望成功的心理所吸引，因而想要抛开自己在道德上对社会负责的义务，并以违反法律的方式来凸显自己，这样，就能感觉自己是个征服者了，实现起来也比按照社会既定的模式要简单多了。不过，走上此类捷径的人想必明白，虽然他表现出来的样子是英勇强悍的，可内心里，却一定是胆小无助的。他们只会做那些自认为稳妥的事，并确定自己能够成功，好以此向他人显示自己是非凡的。

通过种种细微的迹象，我们可以看到，那些外在看上去果敢

彪悍的小孩，内心里都是感到自己很弱小的，就像我们所看到的那些作奸犯科的罪犯，他们也一样只是些内心满载软弱而外表却显得天不怕地不怕的人。对于孩子，我们可以看到这样的案例：无法在直立的时候保持腰板笔直，不少成年人也是一样，总得找个依靠才能站着待着。用老方法来教育孩子往往治标不治本，过去，孩子一靠着东西站，大人就会说：“站好了，身子挺直！”可实际上，这不是问题所在，并不是他在行动上出了错，而是心理上需要某种支持和依靠。对于这种孩子，我们可以迅速以奖惩的方式来劝其自信起来，使其看上去不再软弱无力。可这并不能解决实质问题，他们强烈的渴望并没有消失，依然还会通过赢得他人的帮助来满足自己，问题依然存在。因此，对于这些孩子所体现出的细微不同，好的老师是可以加以解读的，他会同情这些孩子，理解他们的心理，并帮助其除去这些潜藏的问题。

我们可就某单个现象来推出孩子的心理素质及性格上的特征。比如，倘若一个孩子在心理上无法不依靠什么来作为支撑，那我们便立马可以推断出，他一定会感到焦虑并且有依赖心理。然后在此基础上，我们就可以再和其他熟悉的同类儿童做比对，来重新勾勒出这个孩子是什么类型的人格的孩子了，即：应将其归属于宠溺型。

让我们现在把探讨的方向转向另一群孩子，他们的性格特点是从未获得过任何爱怜。通过对那些无恶不作的人的生平进行研

究后可以发现，他们的性格特点与这类孩子是一样的，但是表现会更为突出，并已将这些特点发挥到了极致。其中，最显而易见的事实就是：在幼年时，他们都遭受过不公正的待遇，有人对待他们很不好。这样的经历促使其逐渐变得性情冷淡、善妒，并容易怀恨在心，容不得他人过幸福的生活。然而，不只是坏人中才会有这种嫉恨他人的人，就是常人之中也有不少这样的类型。在教育下一代方面，他们理所当然地认为，自己的孩子不可以比当年的自己更幸福，在这一点上，他们不仅会把这样的观念作用于自己的孩子，还会作为监护人实施在他人的孩子身上。

这些恶人并非真是心存歹意才会秉持这样的观念和见解，只是因为他们在成长的过程中都经历过非人的待遇，才会在精神上呈现出这样的理解状态。对于他们所给出的“恰当”理由以及所奉行的警句，是不足以令我们信服的，比如：“不用棍棒就会把孩子给害了！”再比如，他们会举出很多相关的实际例子以及为数不少的证据，但这些都不能证明他们的观点就是正确的。教育不是僵化的，也不是蛮横的，如此教育必定不会有什么成效，只能让孩子想要远离这样的授教人。

心理学家通过对一个人的不健康心理进行考察，并联系各症状间的影响进行考虑，便可在反复实践中整合出这个个体的人格系统，然后，我们便可在此人格系统的基础上，去了解其内心里不为人知的一面了。对于这个人整体人格中的某些人格特点，我

们完全可以通过考察他在人格系统中所体现出的每一个方面来得出结论。不过,我们必须得使所考察的部分全都指向一样的东西时,才能满足。所以说,个体心理学不仅仅是门科学,它同时也是门艺术。有一点十分重要,那就是,在我们运用整体概念时,在我们进行这样或那样的推论时,都不能过于刻板 and 机械地将它们强行套用在研究对象上。在展开研究工作的过程中,我们必须得找到足以支撑论点的论据,然后再下结论,因此,重点是研究对象这个客体,而不是揪住某个人的一两个心理表现方式就得出什么深刻却不恰当的结论。比如说,我们要想在某人的行动中,在其各种表现中都找到他有固执和不自信的特质,确实能够证明我们所假设的结论痕迹可循,才能信心满满地说,他的确是具有固执和不自信的心理特质。

被研究者的真实自我是无法被掩藏起来的,因为他并不清楚自己表达的方法,这一点,我们必须牢记。所以,我们并不是靠被研究者自己所认为的观点和看法来了解他的人格,而是对其行动及各行动间的关联加以分析来形成认知的。在此,我们无意说明被研究者是在有意撒谎,而是清楚地知道,人在有意识地思考时和在无意识地产生动机时,两者间的差异是非常大的,而要想将这两者有机结合,就必须是具有同情心且是能持有客观视角的旁观者才能做到的,而心理学家、双亲,以及孩子的老师就是这样的旁观者。我们常说的人格,即人们表达自我抗争和渴求的方式,在此过程中,

人们都各有各的目的，可究竟是出于怎样的目的，当事人自己也无从全然知晓，所以作为旁观者，就应该去学习如何在解析个体人格时，让自己先以客观事实为基础，然后再去解读对象。

由此来看，每个人在表达真实的自我时，都会在以下所谈及的有关其个人生活及社会生活的三个基本问题中表现出某种态度，这要比其他方面更能展现出其真实自我的样貌。

头一个问题与社会关系有关。在这一点上，我们先前探讨的人们在对待现实时所产生的主观见解和客观解读的差距里，已经讲过了。此外，将社会关系问题具体化就会发现，完成交友及与他人交往这样的特定任务，也是社会关系问题的表现。一个人是怎么对待社会关系问题的，又会给出怎样的答案呢？比如，某个人说，自己对于交不交朋友，有没有社会接触都无所谓，且就此确定自己不用再面对该问题的话，那他所给出的答案就是“无所谓”。我们经由这样的态度，自然就能知晓其人格趋向及其人格构成了。不过，社会关系不只是交友和与他人交往这两方面，它还涉及一些抽象要素，比如：友情、情谊、忠诚及守信等，这是我们需要额外注意的。一个人所给出的有关社会关系问题的答案，同时也就是他回应诸如此类问题的答案了。

接下来的第二个问题涉及个人对其一生的运用，即：他打算如何作用于自己的人生，希望让自己在社会的劳动分工中起到多大影响。倘若社会关系不止由一个自我构成，而是由“你”和“我”