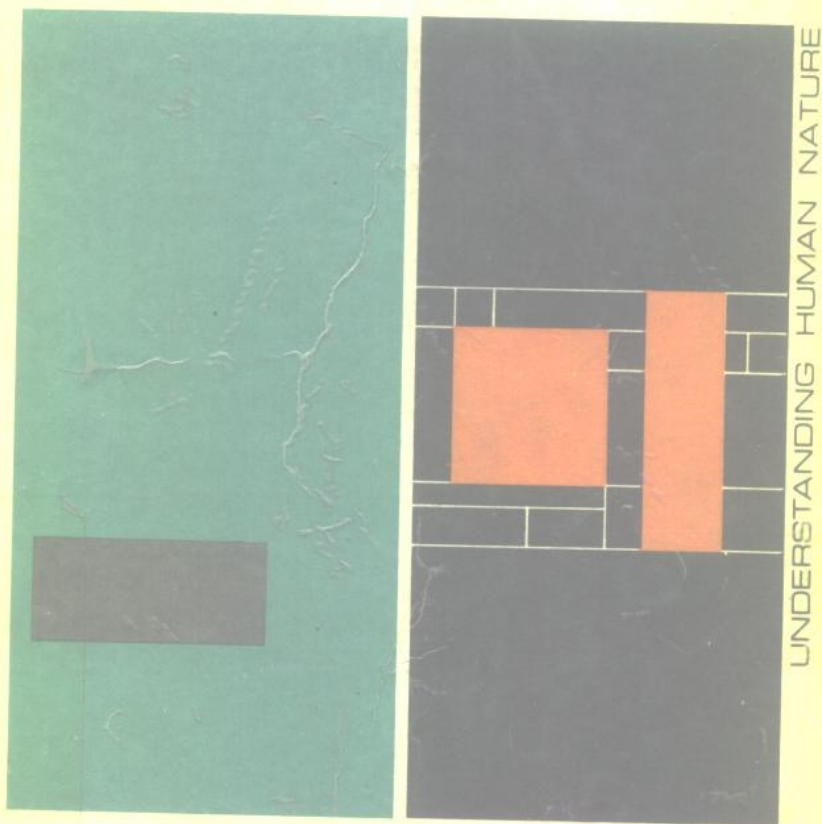


# 理解人性

[奥] 艾·阿德勒 著



《现代社会与人》名著译丛

# 理解人性

[奥] 艾·阿德勒 著

陈刚 陈旭 译

冯川 校

贵州人民出版社

UNDERSTANDING HUMAN NATURE

112

ALFRED ADLER  
UNDERSTANDING HUMAN NATURE

(根据美国CBS出版公司福西特·普雷米尔丛书1954年英文版译出)

责任编辑：黄筑荣  
装帧设计：曹琼德

理解人性

[奥]艾·阿德勒 著  
陈刚 陈旭 译  
冯川 校

贵州人民出版社出版发行  
(贵阳市延安中路9号)

文字六〇三厂印刷 新华书店北京发行所经销  
850×1168毫米 32开本 7.375印张 185千字  
印数：1—5000

1991年4月第1版 1991年4月第1次印刷

ISBN 7-221-02225-9/B·38 定价：2.95元

## 编者的话

现当代西方学术思想的主要特征之一，是注重人的主体性研究。这种以人为中心的研究，意在寻求到人类和人类文化所依据的先存的根，由此而重识、重铸人与世界、人与社会的关系。对人的研究是从两方面入手的：一是对人的宏观研究，即着眼于整个人类社会及其各个侧面，如经济、政治、文化、历史、宗教等的研究；一是对人的微观研究，即立足于人的主体性，致力于探求人的深奥莫测的精神世界和千变万化的行为表现。

为了帮助国内学术界及广大读者了解现当代西方学术研究的主潮，以便纵观全局，我们选编翻译了现当代西方著名学者对人进行微观研究的一批有代表性的著作，作为丛书出版。这些著作从各个领域的不同角度对人的本质、人格、本能、潜能、情感、价值、需要、信仰等进行了较深刻的剖析，力图揭示现代人在现代社会中的精神状态，并预测这种精神状态在未来的演变。从中，我们可以看到：一方面，对人的主体性研究已成为许多学科的交汇点，由此形成了哲学人类学、深层心理学、社会生物学、人类行为学等竞相争艳的纷繁格局；另一方面，这些著作在一定程度上较客观地揭示了

西方社会所面临的深刻的精神危机。当然，由于作者固有的资产阶级的局限性，这些著作中存在着一些唯心主义的观点和偏见，也不可能提供解决问题的答案。这就需要在阅读时加以分析、鉴别，在马克思主义的指导下，对这些著作进行科学的、实事求是的研究，吸收其中对我们有益的成分，为建设符合我国国情的社会主义精神文明服务。

〈现代社会与人〉名著译丛编委会

1987年5月

DIV41/07

## 中译者序

《理解人性》一书的作者阿尔弗雷德·阿德勒(Alfred Adler, 1870—1937)是有世界性影响的奥地利心理学家、神经精神病学家和社会教育家。他所开创的个性心理学在心理学领域中独树一帜，一度在西方各国具有巨大的影响，并不同程度地对荣格、霍妮、弗洛姆、沙利文、罗洛·梅、罗杰斯等著名心理学家有过启发。直到今天，在心理学领域和神经精神症领域，仍有不少人沿用阿德勒的理论和方法进行研究和治疗。至于他所提出的自卑情结、补偿机制、权力追求等概念，更是深深渗透到现代西方文化和一般人的科学常识之中。

阿德勒1870年2月17日出生在维也纳郊区，早年习医，1895年获维也纳医学院医学博士学位。他最初致力于神经精神病的病理研究，1902年开始与弗洛伊德密切合作，但不久就发生思想理论上的分歧。1911年阿德勒与弗洛伊德分道扬镳后，开始创立自己的学派和刊物，他开创的个性心理学学派吸引了众多的学生和追随者，后来发展到在欧洲各地(特别是德国)成立了34个地方学会的规模。1954年，世界各国(包括奥地利、英国、荷兰、瑞士、美国等国)的个性心理学学会重新组建了个性心理学的国际协会，至此阿德勒的世界性影响已不容忽视。1925年以后，阿德勒经常访问美国，并于1935年定居美国。1937年5月28日，阿德勒在旅行讲学中死于苏格兰的阿伯丁。

阿德勒毕生关心人的成长和社会教育，并以此作为他工作的

动力。1919年，他在维也纳的学校系统中创办了第一所儿童指导诊所；不久在他的领导下又建立了30多所。他和他的学生们为此作出了巨大的牺牲，他们不要任何报酬地从事儿童的心理指导和实验观测，在帮助儿童健康成长的同时，取得了大量第一手资料和心理治疗的成果。在进一步感到心理指导和心理教育也应普遍地面向成人后，阿德勒开始在维也纳人民学院的露天讲坛面向公众进行心理学讲演，并十分温和而耐心地回答人们向他提出的无数问题。这每周一次的讲演持续了整整一年，讲稿汇集起来并加以整理加工，就成了摆在我们面前的这部著作：《理解人性》。

阿德勒个性心理学的基本概念是自卑情结、补偿机制和个人对权力感与优越感的追求。他认为儿童在很小的时候，便会由于器官的缺陷和自身的软弱与不足而产生自卑感；为了对抗这种自卑感，儿童几乎不可避免地要追求自觉优越于他人来获得心理上的补偿，由此便在尔后的生活中发展起对权力和优越感的追求，即通过凌驾于他人之上、取得对他人的支配地位来获得个人心理上的满足。

从这一基本观点出发，阿德勒对人的性格进行了剖析。他认为：尽管对权力和优越的追求是大多数人的基本内在动力，但每个人却是以不同的方式来达到这一目标的，由此便产生了人的性格的多样性和复杂性。一般来说，个人对权力和优越的追求，在社会中必然会遭到他人的反对，因此这种追求往往会改头换面，以迂回曲折的方式来达到目的。幸而生活为此提供了宽广的舞台，每个人在生活中都能以自己独特的方式，通过扮演不同的角色而不同程度地趋近或远离自己的目标，由此便形成了人的独特个性。阿德勒认为：个性是独特的，一个人的性格结构就是他的生活方式；个性结构既包括个人所要达到的独特目标，又包括他为实现这一目标所采用的独特方式。对权力和优越的追求仅仅是一种理论上的概括，在实际生活中，个人的追求都是具体而独特的。举例而

言,儿童既可以以学习成绩优异作为自己的追求目标,并以此获得父母的偏爱和自觉优越于人的满足;也可以通过生病和学习上的失败来逃避自己面临的困难,并更多地赢得父母的担忧和关注,或以体弱多病的特权来支配他人。由于家庭的鼓励和学校的教育,前一种目标往往是儿童自觉意识到的目标;而由于心理学的不普及,后一种目标往往是儿童未曾自觉意识到的目标。如果说在前一种情形中儿童对权力和优越的追求表现得较为直接,那么在后一种情形下,这种追求则表现得间接、隐晦、迂回、曲折。而由于目标的不同和追求目标的方式不同,这两个儿童的性格结构也就完全不同。前者往往被视为正常性格,而后者通常被视为病态性格。

阿德勒强调人的心理或性格结构是一个目标一致的有机统一体,理解复杂的性格结构的关键,在于发现其暗藏的目标;而为了发现这一暗藏的目标,则必须尽可能全面和详尽地了解个人的过去和现在。他主张以个人生活中的若干典型事件为坐标点,以联结这些坐标点的曲线作为个人的性格图式,由此揭示出个人潜在的心理指向。与弗洛伊德不同的是:阿德勒不是一个生物决定论者,而是一个社会目的论者。他虽然也承认,人的生物性需要会通过各种方式求得满足,但同时却强调:人是社会存在者,是处在与他人的关系中并感受到社会生活对他提出的要求和压力的。在弗洛伊德看来,性格的决定因素是客观生物学因素,特别是性本能、性驱力;而在阿德勒看来,性格的决定因素是统一在生活目的之下的主观心理因素如世界观、价值观等。用通俗的话讲,弗洛伊德认为人受动于来自后方的驱力,阿德勒则认为人受到前方目标的牵引。

因此,阿德勒十分注重个人的人生观、价值观在形成性格的过程中所起的作用。在他看来,病态的、不健全的性格,是在错误的环境影响和教育下,通过确立错误的人生观、价值观而逐渐形成



的。某些错误的社会价值，如对权力的追求，对优越于他人的追求，对取得支配地位的追求，通过家庭的影响和学校的教育，在人的童年时代便植根于个人性格之中，成为顽固的主导倾向，由此而发展出虚荣与骄矜、嫉妒与贪婪、仇恨与专横等攻击型性格特征。而那些在权力和优越的角逐中遭到挫败的个人，则往往变得不求进取、自甘下游、软弱游移、焦虑彷徨、奴性十足……并往往玩弄种种性格把戏，一方面为自己的失败寻找借口，逃避自己所应承担的义务和责任；一方面通过使自己成为他人的包袱、累赘和障碍来破坏他人的生活，满足自己的攻击欲。阿德勒认为：上述种种性格特征，由于违背了社会生活的根本原则，逃避了社会生活向人们提出的要求，因而必然要遭到惩罚和挫折。具有上述性格特征的人不可能从生活中获得幸福与满足；他们的性格是畸形的，他们的成功是暂时的、有限的；在不能与生活和谐一致的情况下，他们的自卑感会不断强化，他们追求权力、追求优越与补偿的野心会无限膨胀，而最终只会遭到更大的挫折和失败。

与这种错误的人生追求相对立，阿德勒强调人的社会性与社会感。他认为：人是社会化了的存在物，人的社会性不仅表现为人不能脱离社会而出生、成长，而且表现为人有天生的社会感。社会感表现为对社会的关心和对他人的同情与关注。它是文明的奠基石，是人类所有伟大成就的基础，也是把人与人联系在一起的天然纽带。他认为：人天生具有同情（或移情）的能力，能够设身处地地感受他人的心情和处境，能够主动地分担他人的痛苦与欢乐；它推动个人去与他人建立起和谐的、理性的、人道主义的相互关系，并以此为动力去为社会进步和公共福利作出贡献。阿德勒认为：人对自己的同胞是有责任和义务的，他应该致力于与他人建立一种平等的伙伴关系，互相关心，互相帮助，成人成己。他认为社会感是衡量一个人心理是否健康、人格是否成熟的重要标志，社会感除表现为对他人的同情、关心和帮助外，还表现为爱与温情。

爱与温情发端于幼儿和童年时期的母子关系，它最好地反映出人的天生的社会感，并有可能在尔后的生活中，从父母子女、夫妻家庭扩及他人，扩及社会乃至扩及整个宇宙。阿德勒认为，人的社会感是天生的，在良好的环境影响（包括家庭影响和学校教育）下是会健康成长的。他反对用强迫、压制和束缚个性的方法来发展人的社会性与社会感，认为这只会造成表面的顺从和潜在的敌意。

——在阿德勒看来，一个关心社会的正常人，通过积极投身于社会生活中有益的事业，通过积极为社会进步和公共福利作出贡献，就会得到补偿，就能有效地克服自卑感。而一个有病态倾向的人，由于只关心自己不关心他人，因而很容易感受到冷落、挫折和被人忽视，其结果必然是自尊心日益敏感、自卑感不断增加。这种人寻求补偿的倾向必然会恶性膨胀；他们对权力和优越的过分追求必然或多或少地显示出对他人的攻击性；而在遭到他人的抵制或反对时，这种人不是致力于征服他人，便是倾向于毁灭自己。

说到毁灭自己，阿德勒的看法是：每个人虽然都有自己的内在目标以及实现这一目标的方式，但多数人却不能或不能充分意识到自己的目标与实现目标的方式，他们被内在的无意识力量驱使，出于自己尚不明白的心理需要而追求自己未明确意识到的东西。这些人的性格不仅对他人，而且对自己都是不可解的谜，他们的命运掌握在人格中那些盲目的趋力手中。因此，那些对自己缺乏认识的人，那些不懂得人性科学的人，那些对人性缺乏理解的人，最终往往成为自己命运（实际即自己性格）的牺牲品。因此，阿德勒写作《理解人性》一书的基本动机之一，乃是要使人们自觉地掌握和运用关于人性的科学，获得对自己和他人的理解，从而更好地掌握自己的命运。

作为一篇简短的译序，这里不可能对阿德勒的全部观点详加论列和分析。相信读者在阅读此书时，能够运用正确的观点，合理

地汲取其科学的、健康的成分，扬弃和批判其错误的观点和结论，庶几有利于建设社会主义的精神文明和繁荣当代中国的学术文化。

冯 川

1990年9月于成都

# 作者序

本书旨在使普通公众了解个体心理学的基本原理。与此同时，也对这些基本原理的实际应用进行了阐述，以帮助公众正确地处理他所面临的日常关系——不单只是与世界的关系、与他们的同伴的关系，而且还包括与其个人生活有关的组织的关系。本书的写成是以我在维也纳人民学院所作的为时一年的讲演为基础，听众是成千上万年齡各异、职业有别的男男女女。本书的目的是要指出个人的错误行为是怎样在影响着我们社会与社区生活的和谐性，并进一步教会个体去识别他自己的错误，最后则使他认识到他可以为社会生活的臻于和谐出一分力。事业和科学上的错误使人付出高昂的代价，因而可悲可叹；但生活行为中的错误却通常会危及生活本身。本书正是要致力于明照人类通往对人性更好了解的前进道路。

艾尔弗雷德·阿德勒

# 引 言

人的命运蕴藏于他的灵魂之中。

——希罗多德

人性的科学不可以以过分的轻率和骄傲来把握。相反，对它的理解需要人们以某种谦逊的态度去运用它。人性这一难题给我们提出的是一个巨大的任务，对这一问题的解决乃是自太古以来我们的文化所要达到的目标。从事这门科学的唯一目的绝不是造就某些应时的专家。只有让人人都懂得和理解人性，才是这门科学的正确目标。这正是我们与学院派研究者的分歧所在，学院派研究者认为他们的研究是一个科学团体的专利。

由于我们在生活中彼此分隔，我们中没有谁对人性了解得十分透彻。在先前的时代，人不可能像今天这样过这种彼此分离的生活。从童年伊始，我们与人性就几乎没有什么联系。家庭隔绝了我们。我们的整个生活方式也禁止我们与我们的同胞有那种必需的、亲昵的接触，这种接触对形成和发展理解人性的科学与艺术是十分重要的。由于我们未能与我们的同胞有足够的接触，我们变成了我们同胞的敌人。我们对待他们的行为往往是错误的，我们的判断往往是不正确的，而这仅仅因为我们并不充分地懂得和理解人性。一句经常被人们重复的老话说：人与人之间天天见面，点头招呼，谈话聊天，彼此之间却并没有什么接触，因为都把对方视为陌生的路人。这种情形不仅见于社会，而且见之于家庭这一狭窄的

圈子。我们最常听见的抱怨，就是听父母抱怨说他们不理解自己的孩子，或者听孩子们抱怨说他们的父母不理解他们。我们对待自己同胞的整个态度要依靠我们对同胞的理解；因此，社会关系的基础便建立在理解同胞的绝对必要性上。如果人拥有的人性知识较为令人满意，则人与人之间的相处将会较容易一些。这样，紊乱的社会关系便能够被排除。因为我们深知，不幸的冲突只有在我们彼此之间相互不理解并因而被表面的谎言所欺骗时才可能发生。

现在，我们的目的是要说明：为什么把握这一难题的尝试是从医学科学的角度出发的，而其目标则是要在这一巨大的领域内为一门严格的科学奠定基础；我们还要弄清：这门人性科学的前提是什么，它必须解决的问题是什么，我们可望从它得到什么样的结果。

首先，精神病学已经成为一门需要涉及大量人性知识的科学。精神病医生必须尽可能快和尽可能准地洞察到神经症患者的灵魂。在医学的这一特殊领域，一个人只有在他对患者灵魂中所发生的事相当有把握的时候，他才能有效地作出判断，开出处方，进行治疗。平庸肤浅、一知半解在这里没有地位。错误的判断会迅速导致应有的惩罚，而正确的理解则会从治疗的成功中获得荣耀。换句话说，我们的人性知识在这里将受到有效的检验。在日常生活中，对他人所作的错误判断不一定导致戏剧性的后果，因为这些后果很可能要在错误犯下之后很久才发生，所以它们之间的联系不明显。我们常常惊讶地发现：对一个人的错误评价，其巨大的不幸后果几十年后才显露出来。这一不幸的情形使我们懂得了：每个人都有必要有责任去掌握关于人性的有效知识。

我们对神经症的考察证明了：在神经症患者身上发现的种种心理变态、心理情结和心理失调在结构上与正常个体的心理活动基本上没有什么不同。我们所见到的是同样的构成要素、同样的前提条件、同样的运动变化。唯一的差别是：在神经症患者身上，它

们表现得较为明显,更容易被识别发现。这一发现的好处在于:我们可以从变态的案例中学到知识,使我们的眼光变得敏锐,去发现正常心理生活中那些有关的运动变化和性格特征。这里所仅仅需要的,不过是任何职业所需要的训练、热情和耐心而已。

最初的伟大发现是这样:灵魂生活结构中最重要决定因素发生于童年伊始。这并不是什么大胆的发现,所有时代的伟大研究者都曾作出过同样的发现。新奇的贡献在于:现在我们能够在我们力所能及的程度上,把儿童时代的经验、印象和态度与往后的灵魂生活现象联结在一个确定无疑的、前后关联的模式中。以这种方式,我们就能够拿童年初始的经验态度与成人往后的经验态度作比较;在这样的联系中,我们作出了重要的发现,即绝不可把心理生活的个别表现视为自足的实体。只有当我们把它们视为一个完整的个人的某些局部方面,我们才能理解这些个别的表现;只有当我们能够判断它们在心理活动的总趋势中和在总的行为模式中所处的地位的时候,只有当我们能够发现个人的整个生活方式并真正弄清他的童年态度的隐秘目标即等于他成年期的态度的时候,我们才能对这些个别表现作出估价。简言之,它以令人吃惊的清晰性证明了:从心理运动的观点看,根本没有任何变化发生。某一心理现象的外在形式及其具体化语言化的形式可能发生变化,但其基本要素、其目标、其动力,所有那些将心理生活指引向其最终目标的东西,则始终保持不变。一个成年的患者,他所具有的那种焦虑性格,他那始终充满怀疑和不信任的心理,他那种不遗余力地把自己孤立于社会之外的做法,表现出他在三四岁时便具有的同样的性格特征和心理活动,而由于童年时期的单纯,这些性格特征和心理倾向能得到更加明晰的解释。因此,我们使这成为一个规则,以此指导我们把大部分研究投向所有病人的童年时代;这样我们便逐渐掌握了这样一种艺术,即往往能够在知道一个成人的童年之后和尚未知道他现在的情形之前,便揭示出他的性格特征

来。我们把我们从他作为成年人而显示出来的那些性格特征，视为他在童年时所经验到的那些东西的直接投射(projection)。

当我们听到有关病人童年的最为生动的记忆，并知道如何正确地对此作出解释的时候，我们就能以巨大的精确性重建病人现在的性格模式。在这样做的时候，我们利用了这样一个事实，即一个人很难偏离他童年时代形成的行为方式。几乎没有什么人能够改变他们童年时的行为模式，尽管在成年期他们发现自己置身于完全不同的处境之中。成年期心态的改变并不一定标志着行为模式的改变。心理生活的基础并不改变；个人在童年期和成年期均保持着同样的行为轨迹；这种情形促使我们推论：他的人生目标也是不变的。如果我们希望改变行为模式，那么，我们还有另外一种理由把注意力集中于儿童经验。我们改变个体在成年期的无数经验和印象是不起什么作用的；真正需要的是发现我们病人的基本的行为模式。一旦我们掌握了这一点，我们就能知道他的基本性格，并能对他的疾病作出正确的解释。

这样，对儿童灵魂生活的考察便成了我们这门科学的支撑点，相当多的研究工作都致力于研究生命的最初几年。在这一领域中有这样多从未被触及从未被探测过的材料，以致任何人都可能发现新的、有价值的资料，这些资料对于人性研究将具有巨大的用途。

由于我们的研究并不是以自身为目的，而是为了人类的利益，一种防止性格缺陷的方法业已自发地形成。不依靠任何先前已有的思想，我们的研究进入到教育学的领域，多年来我们已经对这门学科作出了贡献。教育学对任何希望在其中进行尝试，并把他在人性研究中所发现的有价值的东西应用到其中的人来说，乃是真正的无主财富，因为教育学正像人性科学一样，并非从书本中获得的知识，而是必须从生活实践中获得的知识。

我们必须使自己认同于灵魂生活的每一种表现，使我们自己



置身其中，与人们共同体验他们的欢乐和悲哀，就像一个优秀的画家把他从一个人身上感到的那些性格特征画进此人的肖像中去一样。人性的科学应被视为一门艺术，它有许多可供使用的工具，并与所有其它的艺术紧密相关和对它们有用。特别在文学和诗歌中，它更具有不同寻常的重要性。它的首要的目的必须是丰富充实我们关于人的知识，也即是说，它必须保证使我们大家获得一种可能性，使我们自己能适合一种较好的和较成熟的心理发展。

我们最大的困难之一是，我们经常发现人们恰恰在他们对人性的理解这一点上极其敏感。除了极少数人以外，大多数人都认为自己是这门科学的大师，哪怕事实上他对这门研究几乎没有什么准备；而一旦有人要求他们把他们的人性知识付诸检验，他们又会感到恼怒。那些真正希望了解人性的人仅仅是那些从自己的同情(empathy)中体验到人的价值的人，也即是说，这些人自己也经历过心理危机，或能够在他人身上正确地识别出这些危机。

由此便提出这样一个问题，即有必要找到一种合适的策略和一种技巧来运用我们的知识。因为我们是在粗暴地把我们从一个人的灵魂深处探测发现的赤裸裸的事实摆在他的面前，而再没有任何别的事情比这更可恨，再没有任何别的事情会遇到更加挑剔的眼光。我们最好劝告那些不希望被人仇恨讨厌的人在这方面谨慎从事。要想获得坏名声的最佳办法，便是粗率鲁莽地滥用从人性知识中获得的种种事实，就好像一个人急于在饭桌上显示，他对于邻居的性格知道得很多或能猜测得十分准确。此外，仅仅引用这门科学的基本真理作为最后的结论，并以此教训那些未能从整体上懂得这门科学的人，这也是十分危险的。在这样做的时候，即使是那些确实懂得了这门科学的人，也会感到自己受了侮辱。我们必须重复我们已经说过的话：人性科学迫使我们谦虚；我们切不可不必要地和太鲁率地宣布我们的实验结果。这种做法仅仅适合那些急于炫耀自己，并把自己所能做的一切都一古脑儿展示出来