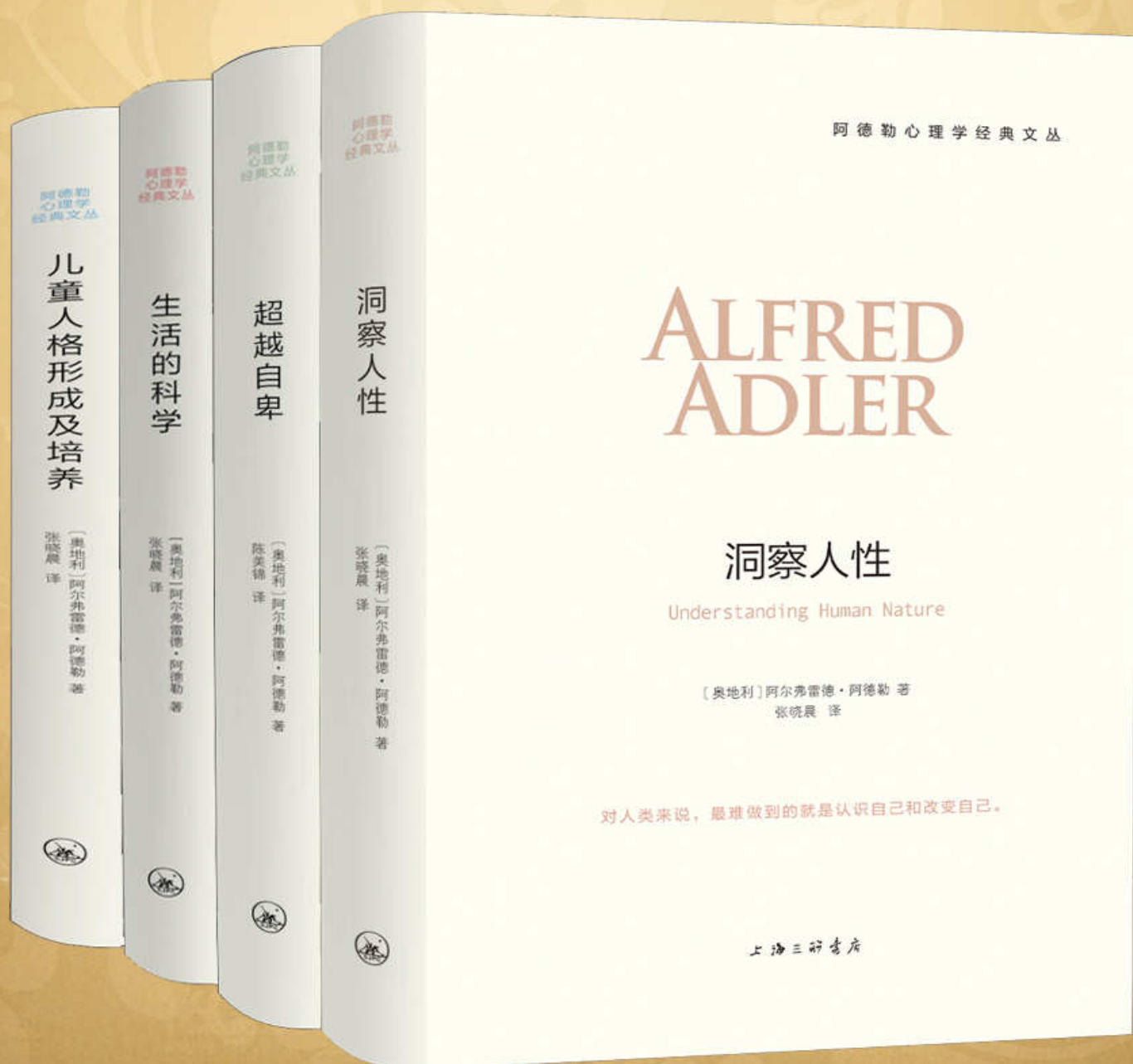


阿德勒心理学经典

(套装共4册)

个体心理学创始人

现代自我心理学之父



目录

[洞察人性](#)

[超越自卑](#)

[生活的科学](#)

[儿童人格形成及培养](#)

阿德勒心理学经典文丛

ALFRED
ADLER

洞察人性

Understanding Human Nature

〔奥地利〕阿尔弗雷德·阿德勒 著
张晓晨 译

对人类来说，最难做到的就是认识自己和改变自己。

上海三联书店

版权信息

书名：洞察人性

作者：（奥）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

监制：李敏

目录

[版权信息](#)

[作者序](#)

[序论](#)

[第一部分 人类的行为](#)

[第一章 心灵](#)

[第一节 心灵的基本概念、前提条件](#)

[第二节 心灵的功效](#)

[第三节 心灵目标](#)

[第二章 心灵活动的社会性](#)

[第一节 绝对真理](#)

[第二节 社会生活必不可少](#)

[第三节 安全和适应](#)

[第四节 社会感](#)

[第三章 儿童和社会](#)

[第一节 婴儿所在的环境](#)

[第二节 困境的作用](#)

[第三节 人类社会属性](#)

[第四章 人所生活的世界](#)

[第一节 怎样了解世界](#)

[第二节 世界观的构成要素](#)

[第三节 幻想](#)

[第四节 梦的概述](#)

[第五节 移情或认同](#)

[第六节 催眠及暗示](#)

[第五章 自卑感及对认同的追逐](#)

[第一节 童年初期的处境](#)

[第二节 弥补自卑——追逐认同与优越感](#)

[第三节 生命曲线图及宇宙观](#)

[第六章 人生准备](#)

[第一节 游戏](#)

[第二节 专心与不专心](#)

[第三节 过失犯罪及健忘](#)

[第四节 无意识](#)

第五节 梦

第六节 天赋

第七章 性别

第一节 劳动分工和性别差异

第二节 在现代社会中，男性占据掌控地位

第三节 所谓女性的低贱

第四节 对女性身份的逃避

第五节 男女紧张的关系

第六节 试图做出改革

第八章 家庭情况

第二部分 性格科学

第一章 概述

第一节 性格的实质及源头

第二节 社会感在性格发展中发挥的重要作用

第三节 性格发展方向

第四节 过去心理学的派系

第五节 气质和内分泌腺

第六节 总述

第二章 攻击性性格特征

第一节 虚荣心与野心

第二节 嫉恨

第三节 嫉妒

第四节 贪婪

第五节 憎恶

第三章 非攻击性性格特征

第一节 隐居避世

第二节 焦虑

第三节 怯懦

第四节 不文明的表现和糟糕的适应力

第四章 其他性格表现方式

第一节 快乐

第二节 思维和表达的方式

第三节 幼稚

第四节 迂腐及固守原则

第五节 温顺

第六节 独断专行

第七节 情绪和性格

第八节 不幸

第九节 宗教狂热分子

第五章 感情和情绪

第一节 分离性感情

第二节 联合性感情

作者序

让普通人也能对个体心理学的基本原理有所了解，是本书的宗旨。另外，本书还论述了在处理人和世界的关系、人和伙伴的关系、人的生活模式这些日常关系时，对以上原理的运用。本书以我在维也纳人民学院为期一年的一系列演讲为基础创作而成——听众有几百人，年龄、职业、性别各不相同。本书的首要目的是点明个人的错误行为怎样对社会与公共生活的和谐发挥作用，其次是教导个人怎样认清自身错误，再次是为个人参与社会生活提供指引。若在商业、科学上犯错，当然要付出很高的代价，让人遗憾；但若在生活模式上犯错，却多半会直接给生活带来威胁。而让大家对人性有深入了解，便是创作本书的目的。

序论

心灵决定了命运。——希罗多德

在对人性科学进行研究的过程中，我们要谨慎、客观，坚决避免刚愎自用、骄傲自负。从古至今，人类文明都以探究人性的奥妙为最终目标，因此这项探究任务对人类毋庸置疑是相当艰巨的。所以这门学科真正的目的是要让所有人都能在一定程度上理解人性，而非培养符合时宜的专业学者。但学院派研究者一直觉得，一般人不能随意涉足这种研究，只有科学组织才有权这么做，因此他们必然会对这种关于目的的说法不满。

日常生活中少有机会能让人全面、深入地探索、理解人性，人们相互之间总是会保持距离。相较于以往，现在人们的关系更加疏远。家庭先在人们身边建起了围墙，让人相互间隔，自幼便缺乏与人沟通的机会。人们的全部生活方式也让人跟其他人深刻、亲昵的沟通变成不可能。要理解人性，这种沟通必不可少。人们极易因缺少沟通而彼此仇视。对人性理解不足，是我们对其他人不公，判断频频出错的原因所在。不少人总说自己跟其他人并无真正意义上的沟通，哪怕双方时常见面、交谈，也无法改变这点。这是因为人们不管是在社会还是小小的家庭中，相互之间都有障碍，理解不足。例如父母因子女难以理解，子女因父母误会自己而发出怨言，这类情况时有发生。实际上，我们对其他人的理解有多深，决定了我们对其的态度。根据这项意义，对其他人的理解必然是建立协调的社会关系不可或缺的一步，乃至社会生活的基础。若所有人都能完全理解人性，人际交往便会更简单，混乱的社会关系也会更稳定，否则人们无法理解彼此，并因沟通不足，在简单、浅薄的表象中迷失方向，种种不幸的矛盾出现的概率就会变得极高，对此我们坚信不疑。

接下来解释为何为医学打下严谨的科学基础，是我们讨论人性问题的目的。另外，还要解释人性科学的前提条件，其务必解决的问题，及其带给人们的益处。

丰富的人性知识对精神病学科很有必要。在精神病这个特殊的医学学科中，医生要有效诊断、医治精神病人，提供可行的治疗方法，必须先准确了解病人所有的心灵活动，因此医生一定要竭尽所能，最快、最精准地了解病人的心灵。只观察表象，在此无论如何都不可行。对病情理解正确，治疗便能顺利展开，否则后果便会很恐怖。可以说，精神病学科的医生人性知识是否充足，决定了病人能不能得到有效治疗。我们若在平时的生活对他其他人做出了错误的判断，相应的后果也许要等许久之后才会凸显，而不是马上产生巨大的影响，这种因果关系因此变得模糊起来。例如一个人被其他人误会，误会导致的严重后果在数十年过后才逐渐凸显，这类震撼人心的事也许时有发生。我们从这种悲剧中得到启发，任何人都必须了解一些有效的人性知识，这是大家的义务。

对精神疾病的研究表明，跟常人的心理活动相比，精神病人展现出的心理变态、心理情结、心理失调，有着同样的构成、前提、运动路径，双方大致上是一样的，仅有的差异在于，精神病人的上述表现更加显著，辨识难度更低。我们据此可在常人身上应用从变态病人身上获得的经验，这对我们深刻了解常人的心理活动与特征会有帮助，这便是上述研究成果的意义。而只要付出努力、热忱、耐性，就能很容易地达成该目标，这些付出对其他一切工作也都必不可少。

童年初期，那些在人们的精神生活构造中发挥决定作用的元素便已产生，这是我们首个最关键的研究成果。过去有些了不起的专家的确提出过相似的观点，我们的这一研究成果并不算空前，但还是具备一些创新性，即在童年时期的遭遇、印象、态度与成年后的心灵活动间建立关联，在因果关系的统一模式中对这二者进行统一思考。我们可借机对比童年初期与成年后的经验与态度，由此意识到心灵的种种表现断然不是各自独立、自给自足的个体，而是彼此关联的。要真正领会心灵的种种表现，必须把它们当成完整的人格构成。要公正评判心灵的各种特殊表现，必须明确心灵表现在心灵活动中的大致倾向，及其在行为模式中占据的地位，必须了解个人生活方式，以及个人童年时的隐藏目标与成年后的态度存在继承关系。总之，我们已确定人类的心灵活动的本质不会改变，即人类心灵活动的基本要素、目标、动力等引导心灵活动走向终极目标的事物永远不会改变，只是心灵活动的形态与具象性、语言化的表现方式也许会发生种种改变。例如有位已经成年的病人，性格暴躁，心中总被质疑与不信任充斥，且一直尽可能不去面对社会。事实上，病人三四岁时的性格特征与心理活

动，已经跟上述表现没什么两样，但在纯真的童年初期，要透彻看清这些表现难度更低。我们由此开始将一项研究规则付诸实践，即对病人的童年经历投入更多关注。我们逐渐掌握了一项能力，只了解某个成人的童年经历，对其当前的状况毫无了解，也能将其性格特征揭露出来。我们称此人展现出的各种性格特征为直接投射童年经验。

要准确确立病人当前的性格模式，只需知道怎样正确理解病人的童年记忆，并让病人将这种记忆准确描述出来即可。我们很清楚，人要脱离童年建立的行为模式颇具难度，因此我们才会在探究人性时采用上述方式。童年建立的行为模式基本无人能够改变，哪怕所有人成年后的处境跟童年时的处境有巨大的差异，这点也不会改变。就算成年后，人的态度发生了改变，也不表示其行为模式会改变。简而言之，无论童年时期还是成年以后，一个人的行动路径大致是不变的，因为其心灵活动的基础是不变的。我们据此能更进一步判断此人的的人生目标也从未发生改变。因此以病人的童年经验为切入点改变其当前的行为模式，就成了理所应当的。我们很清楚，挖掘病人的基本行为模式才最为关键，只改变其成年后的各种经验与印象，根本不能发挥半点作用。这种挖掘能让我们掌握其性格的重要特征，正确判断其病情。

这门学科的关键由此变成了对儿童心灵的研究，人类生命最开始的几年成了我们很多研究的重点。所有研究者都可能在领域发现价值极高、对研究人性大有裨益的新成果，毕竟现在该领域尚有大量未开发的方面和未了解的内容。

我们的研究是为造福整个人类，而非为了研究本身。我们根据该目的研究出了一种方法，能对性格方面出现不足做出预防。我们这么多年一直以教育学为研究重点，把研究和教育实践相关联，没有故步自封，自我设限。教育学研究坚持真理从实践中来，不能只停留在书本上，其在这方面跟人性科学没什么区别，所以教育学对有意以教育为事业，准备在教育实践中验证自己的人性研究重要成果的人来说，确实是真正的宝库。

出色的画家能在画画时，把自己对人物性格的感受跟人物形象融合。同样的，我们也应在感受其他人心灵活动的所有表现时，推己及人，站在对方的立场上，感受对方的快乐与悲伤。人性科学应被当作一门有着相当普遍用途的艺术，其与其他各门艺术关联紧密，对这些艺术，尤其是文学与诗歌，发挥着非常重要的作用。让所有人都对人

性相关知识有所了解，是人性科学的终极目的，即人性科学应保证所有人的心理都能发展得更加健康、成熟。

但在理解人性时，人们往往表现得极其主观，这是我们需要面对的另外一项困难。普通人就算对人性科学毫无了解，也会觉得自己在该领域不需要旁人指点，便已掌握了相关知识。他人的质疑会让他们觉得很不公、很受伤。可真正理解人性的，是承认、理解其他人价值的人，这种人要么对心理危机有过亲身体验，要么能以敏感至极的心灵看透其他人的心理危机。

实践期间，我们若遭遇这种情况，恰当采取一些对策、技巧是很有必要的。在这里我们有一项建议，你若遭遇这种情况，要行为慎重，才能避免成为他人厌恶的对象，毕竟我们做的这件事是最让人厌恶、反感的事，即把真相从一个人心底挖出来，展现在他眼前，不带半分遮掩。时常鲁莽地运用自己的少许人性知识，不加节制或运用错误，必然会招致他人厌恶。例如在餐桌上，偶尔会有人迫不及待地说出自己对旁边所坐之人的评价，坚定地表示自己完全了解对方的性格，或能猜测出其性格，不会有半分误差。另有些人总是引用人性科学的基本原理，以此作为结论，不容任何人质疑，总是会劝导对人性科学缺乏了解的人，光明正大地援引一些高高在上的理论。这同样是种相当危险的做法，还会给真正了解该学科的人一种感觉：这是对学科专业知识的扭曲。我们由此被迫不断强调，务必要以虚心、慎重的态度对待人性科学。将试验成果鲁莽地对外公开，跟孩子迫不及待地展示、夸耀自己的能力没什么两样，显得相当幼稚，很不符合成人身份，我们绝对不能这么做。

我们提议具备某些人性科学知识的人在行动之前，一定要先考虑清楚。劝导别人时，绝不能把还没有证明的结论强硬地丢给对方，否则往往会让对方难以接纳。这种草率之举不光无法解决对方的问题，还可能让这门还在发展的学科寸步难行，而这第二种后果更加严重。所以我们的最佳做法是保持慎重，同时铭记要对某种事物的某一部分的特征做出判断，需要先对事物各部分都有了解；要将自己的判断对外公开，先要保证其会给当事人带来好处。对其他人性格的错误判断，或在不合适的情况下公开对其性格的正确判断，都可能严重伤害当事人。

大家内心必然已对截止到目前的讨论生出了很多疑惑。前文中说，个人将一直维持自己的生活方式，不会改变，这也许会让很多人

难以理解。因为一般说来，人们都会觉得在漫长的人生中，所有人都会有形形色色的经历，其生活态度完全可能因此改变，但这并非实情。每种经历都可能有很多种解释，这点我们绝不能忘记。不是任何经历都能增加人的智慧，同样的经历，不同的经历者得出的结论不同。坚持学习自然能帮人解决一些难题，继而塑造其生活态度，但无法改变其行为模式。任何人都能从种种经历中得出自己的经验，即人从自己的经历中得出的结论是由他对该经历的看法、由他自己决定的，这点大家都已了解。我们观察到，通常情况下，人只能从自己的经历中得出自己想要的结论。例如重复犯相同错误的人愿意承认错误，却又找种种理由推卸责任。他极少会说自己早该改正错误了，更常见的托词是说这种由来已久的恶习很难矫正，也许他还会埋怨自己的父母，埋怨自己所受的教育不好，埋怨没人关怀自己，或埋怨自己幼时所受的溺爱或虐待。简而言之，所有托词都揭露了一点：他想帮自己开脱。若不是想找一个表面上能站得住脚的借口，免遭他人批判，他也不会有这么多怨言。他总在埋怨，从来不会自觉改正错误，因为他觉得全因他人犯错，自己才无法事事如愿，他本人并无责任。他执意要为自己辩解，为此找到了自己的成长环境和受到的教育欠佳这个理由，也是最站得住脚的理由。总之，任何一种经历都能有多种解释或多种结论。这个真相表明，每个人从种种经历中归纳出的经验，都会跟他自己的行为模式相符，而他断然不会去改变这种行为模式。据此能够推导出，认识、改变自己是人类最困难的事。

对人性科学的理论与技巧不够了解的人，要为他人提供良好的教导，难度相当高。一般说来，这种人都只注重外在工作，他或许觉得外在改变便能为自己的工作效果十分明显这一点，提供充足的证据。但真相却是，再多的外在改变都只是模棱两可、没有意义的表面功夫，根本无法改变人的本质，除非人的行为模式也出现变化。

人真正的改变过程非常复杂，要具备乐观与某种程度的耐性，但摒弃虚荣是最关键的，毕竟让其他人的虚荣心获得满足，并非被改变者应承担的义务。另外还要给被改变者这样一种感觉：这种改变过程很合理，能够接纳。要理解这点并无难度，这就好比某些人对食物的态度，拒绝吃烹饪方法不符合自己想象的菜肴，哪怕它是自己平时最喜欢的菜肴。

人性科学在以个体心理为研究对象之余，还具备一项社会性特征。人们若能对彼此有更深理解，人们的关系便会更和睦，社会便

会更具凝聚力，更协调统一，这是毋庸置疑的。人们在这种环境中，根本不会伤害、欺骗对方。在这里，提醒全体人性科学的研究者务必牢记，欺骗这种行为对全社会都有极强的破坏性，同时务必还要让被研究者了解，任何人身上都隐藏着大量无意识，它们难以被人发现，却发挥着无法估计的作用。研究者还要完全掌握人类行为所有隐秘、歪曲、伪装的方法与技巧，以便为被研究者提供更好的帮助。简而言之，一定要对人性科学有深刻了解，一定要在实践中应用人性相关知识时重视其社会性，才能满足上述要求。

最适合研究人性的是什么人？之前提到人性科学要将研究成果应用到实践中，单是理论研究是不行的，单是定律、材料也是绝对不够的。要更敏感、深入地观察人性，就必须把研究和实践联系起来，理论研究的终极目的便是如此。要真正普及人性科学，必须深入生活内部，在实践中对理论进行检验。倡导这种做法的原因如下：第一，现代教育教给人们的人性知识既匮乏，又错误百出，毕竟教授心灵或人性的相关知识，并非现代教育体制的优势。可见成长期间，所有孩子都是孤军奋战，其经验全都是依靠自己的力量、思考自己的经历得出来的，其自我成长相当于在课余时间的生活实践中达成的。第二，继续不停地从现实生活中获取更丰富的人性知识，对我们来说很有必要，因为截止到现在，对人性的探究还没有建立清晰、确定、统一的体系，炼金术时期化学占据着何种地位，现在人性科学就占据着何种地位。

最适合研究人性的是在现在这种混乱而不完善的教育体制中，依然能积极与社会融合的人，我们已经找到了这样一些人。研究人性科学要与各种各样的人接触，其中包括坚强不屈的悲观主义者（悲观但绝不随便让步）与乐观主义者。此外，研究还务必要亲自体验。并非所有人都能很容易地触碰到人性，因为我们接受的是一种非常不完备的教育，这很可惜。唯有犯过错误、知错能改的人，才能对人性有真正深刻的领悟。这种人有些或许是被混乱的思想漩涡、多种多样的错误所困，但最后还是拼命摆脱了，有些却在漩涡附近遭受了巨大的精神刺激。但其他人，特别是有同感与移情天分的人，自然也能掌握领悟人性的技巧。对种种感情冲击有过亲身体验的人，才会对人性有最高明的认知。改邪归正之人在各种大型宗教的繁盛时期和当前这个时期，都有很高的价值，相较于无数正直之人，他们站在更高的位置上，目光也更长远。这是为什么呢？因为曾在种种艰苦的生活环境中奋战，好不容易爬出生命沼泽，从堕落中勇敢汲取经验、加以提炼的

人，必然能深刻感知生活的滋味，相较于其他人，其在理解人性时的领悟能力也更强。不过，有些正直之人也有很强的领悟能力，这点我们自然不会否认。

学会一些人性知识后，我们便应帮那种行为模式无法给自己带来幸福的人纠正其错误的人生观，这是我们的责任。我们应让他知道，更出色、更适应社会、更能在今生获得幸福的人生观是什么样的，应将一种新思想、新生活方式呈现在他面前，应在他的人生中加入社会感与公共意识，使之成为其中的关键组成部分。这种做法自然只是为了供他借鉴，而不是将一种理想的心灵活动模式强加给他。为身陷困境的人提供一种新思想，此人便能据此清楚地看到自己在何处走上了错误道路，这种提供行为本身的意义便非比寻常。在严苛的决定论者看来，人类所有活动都源自因果关系，无法逃避。我们否认该观点，能时常自我反省、思考人生的人，必然会因种种经历与经验不断发生改变，要说因果关系始终不变，是不可能的。人会对自己有越来越明确、深入的认知，只要他能找到行动的动力，并掌控自己的心灵，就能得到这种认知。他会在了解这一点后彻底改变，不会再以逃避的态度对待自己的人生，对待自己应做的所有事。

第一部分 人类的行为

第一章 心灵

第一节 心灵的基本概念、前提条件

会运动、有生命的生物才有心灵，这是我们的观点。心灵对一切深深植根于土地的生物并非是不可或缺的，因为心灵和自由运动间存在固定关联。想象植根于土地的植物拥有了感情与思想，多么奇怪，让人难以置信！有什么人会相信植物会对自己即将被杀死有预感，并因此深受折磨呢？理智与自由意志对植物来说有什么必要？其连对意志加以利用的机会与能力都没有，因此根本不可能具备理智与意志。

运动与心灵有种严苛的因果关系，要区分植物和动物，单凭这种关系就足够了。所以心灵世界的所有表现都牵涉到运动，这点务必要铭记。无论什么问题，只要跟位置改变相关，要顺利将其解决，要提升自己的生存能力，都要借助心灵预测将来，积攒经验，纳入记忆。所以心灵和运动关联紧密，自由运动能力决定了心灵所有的发展，便成了最初能确定的前提条件。除了能刺激心灵不断变强外，运动还要求心灵一直保持活力与运动。例如我们能猜到一个人的所有行动，就能确定此人的心灵已停止发展，一片干涸。因此才有这样一种说法：“强迫只能摧残、消灭，只有自由能成就巨人。”

第二节 心灵的功效

心灵到底有何功效？站在运动与心灵关联紧密的角度便会发现，心灵能让生物世代传承。作为一种器官，心灵既能进攻，也能防守。借助心灵，全体有生命的生物才得以应对外部环境。若不是为了获取安全感，人类的心灵也不会一直如此活跃、上进。也就是说，保障人类在地球上的生存与稳定发展，便是一切人类心灵活动的终极目的。我们的人性研究便以此作为理论基础，进而讨论人的心灵世界绝不会独立于世界之外这个问题，而这是真正了解人类心灵必须讨论的问题。在我们看来，心灵与外部环境存在关联，无法切分，从头到尾后

者都在刺激前者，前者一定要想方设法回应后者：或是为避免后者对自己的生命个体造成损害，放弃部分能力与力量；或是为确保自己的生命安全，想办法成为上述力量的附庸。

心灵与外部环境存在无数关联，全都跟生物本身，即人类特质、人体自然属性、人类优点与不足相关。某一特质、能力、器官的优点与不足的价值，都取决于生物的外部环境，是相对的。例如从一定意义上说，人类的脚就相当于退化的手，这点大家都知道。毋庸置疑，这对有攀爬需求的动物来说不是什么好事，却非常有利于只能在地面上走路的人，所以任何人不会舍弃已经退化的脚，选择未退化的手。自卑情结也是一样，自卑对所有人都不是百分百有害的，当事人所处的环境决定了其利与弊。总之，要真正感受上述元素对人类心灵的巨大影响，只需思考宇宙与人类心灵存在怎样的复杂关联，思考宇宙的日夜变换、阳光照耀、原子运动等即可。

第三节 心灵目标

心灵的一切活动都拥有相同的目标，这是其最明显的特征。可见心灵是种类多样的行动力的综合体，而非静止不动的整体。该综合体的所有行动力都源自相同的源头，都为实现相同的目标。该目标其实就是跟自己的外部环境相适应，所有人的心灵世界都包含该目标，心灵世界的所有活动都受该目标引导。

目标决定了人类心灵。人类之所以能思考、感知、渴求、做梦，皆因心灵世界的一切活动都由一个永存的目标规定、维持、矫正、引导。每个人都务必要跟自己的外部环境相适应，对环境做出恰如其分的反应，一如之前探讨的，人类的身体与心灵必须承担一项基本任务，即与环境相适应，追求安全感。因此，每个人都会给自己的心灵制定目标。不妨这样说，一定要制定一个能刺激生命活力的终极目标，不管其是静止的还是不断变动的都可以，这样才能让心灵持续发展。

人类的一切心灵活动，从这个角度来说，都是在准备迎接日后将要面对的环境。除了追求某一特殊目标的力量外，人类的心灵基本空空如也。所以人类心灵的一切表现方式从个体心理学角度来说，都有相同的目标。

在对世界、人性有所认知后，对某个人目标的了解必然能让我们看清此人种种行动、表现的隐藏意义，了解其不过是为了达成自己的目标，才会有上述行动与表现。更有甚者，一如朝地上丢石头时，我们一定能预测石头坠落的路径，此人追逐该目标时，我们也能预测其会采取何种行动。但心灵世界与自然法规迥然不同，心灵中一直有一个不断改变的目标，因此在预测心灵的所有活动时，我们自然无法像预测石头的坠落路径一样。不过，若某人有了这种一直存在的目标，就会像被一项看不见的自然法规掌控、引导一样，受一种强制力量推动，所有心理倾向都身不由己地去追逐该目标。世界上的确有一些法规能够掌控人类心灵，这点毋庸置疑，但这些法规全都是由人类制定的。只有被表象欺骗的人才会断言世界上有完全客观的心灵法规，断言有充足的证据能为此提供证明。也就是说，只有自欺欺人的人才相信环境能发挥无法逆转的决定性作用。例如有位画家说自己想创作一幅画，人们便会认为其一切态度与表现都应指向该目标，认为其将实施一系列最后必将实现该目标的举措，这是很自然的。该过程这样水到渠成，好像一项无可争议的自然规律，人们有上述想法也很正常。可是这位画家真能创作出这样一幅画吗？

自然与心灵都有各自的法规，双方有着实质性差异。这项原则是所有跟自由意志相关的问题的原则，关键至极。现代人广泛认同人类意志并不自由的观点，而这也是实情。只要牵涉到某一目标，人类意志便会受到约束。另外，人类跟宇宙、自然、社会存在相当紧密的关联，其对目标发挥着决定作用，对此不必存疑。这样便不必奇怪，某些情况下，心灵好像被一些严苛的法规约束了。但这种好像很真实的法规对以下这种人是无效的：其否认自己跟社会的一切关联，坚定地跟社会对抗，或拒绝跟真实生活相适应。这种人的新目标确定的新法规，将取代上述法规的位置。社会生活普遍法规同样不能制约这样一种人：其失去了生活的方向，想要断绝自己跟其他人的感情。以上内容引出了一项确凿无疑的结论，即心灵活动在相关目标确定后才会出现。

反之，根据某人现在的各种行为，我们完全能将其目标推导出来。由于极少有人能深入了解自己的目标，因此此举的意义非比寻常。另外，根据行为推导目标，从专业角度看，必然是深刻理解人类必不可少的步骤之一。因为人的行为也许包含多重意义，所以这样做自然颇具难度。但有个法子更具可行性，即从当事人的行为中选取大量行为，对比过后再展现为图表。例如首先确定他的某种态度，随后

找到两种行为，跟这种态度相符，将这两种行为分别展现为两点，连接两点形成曲线，以此展现时间差异。这种方式能让我们从整体上了解某人的生，进而对其本人有深刻认知。

如何找到前后相继的童年时期的生活方式与成年以后的生活方式间的关联？来借助一个案例解答该问题。有个有极强攻击性的三十岁男人，人格发展上的阻碍并未影响其在事业方面功成名就。抑郁至极的他来接受治疗，发了一通怨言，说自己无心工作，甚至觉得生活一点意思也没有。他还提到，自己对未来的生活毫无信心，连即将订婚都对此毫无帮助。极强烈的妒忌心让他饱受折磨，还让他和未婚妻的关系变得岌岌可危。可他的未婚妻在其他人眼中完美无瑕，他的妒忌其实都没有理由，他强烈质疑自己的未婚妻，只表明他才是一切问题的源头。像他这样的人在日常生活中也许很常见：与人交往时，一旦觉得对方对自己有极强的吸引力，马上用攻击性态度毁掉双方一度想要建立的友好关系。

根据之前谈到的方法，接下来要为此人的生活方式列出图表。先从他的生活中选择一件事，在这件事和他当前的态度间想方设法建立关联。这件事应该就是此人最初的童年记忆，这是从经验中得出的结论。但要确定童年记忆的价值到底有多大则颇具难度，这点必须要承认。这个男人拥有如下最初的童年记忆：他和母亲、弟弟来到一个非常拥挤、混乱的市场，母亲被迫抱起他。没过多久，母亲又放下他，抱起弟弟，原来母亲到这时才发觉自己抱错了人。身边人都在挤他，他慌乱得不知该如何是好，而他这时才四岁。从他对当前状况的怨言中，我们能够推导出，他无法判定自己是不是受宠，他人若是受宠，也会让他难以忍受。我们从他对童年记忆的描述中得出了相同的性格特征，此前的推导由此得到证明。病人听了我们对其当前状况与童年记忆关联的说明，马上醒悟到了自身问题的源头。

每个人的行动全都有一个确定的目标，童年时期的成长环境给其留下的影响与印象，决定了这一目标。这些影响与印象会在成长期间迅速推动幼小的他确定自己的人生态度，建立独特的行为方式，即人也许在只有几个月大的时候，就已渐渐确立了自己想达成的理想状态，也就是自己的目标。这是因为人的部分知觉甚至会影响到如此幼小的婴儿，让其产生快乐或不舒服的反应。虽然这时候在展现自己的意志时，婴儿采用的方式是最原始的，但其心灵的行动却已开始。总

之，作用于一个人心灵的基本要素，在其婴儿阶段就已经确定，绝不会因此人之后所受的任何影响或生活方式的任何改变而改变。

部分研究者认为，一般说来，婴儿阶段便已展现出了成年后的重要性格特征。的确如此。但这也造成了一种误会：性格源自遗传。认为是父母遗传塑造了一个人的性格，会让从事教育工作的人自信心受损，严重阻碍教育事业的发展，毫无好处，只有弊端。但还有一项重要原因，促使人们接受性格源自遗传的观点，就是以此为借口把学生失败的责任全部推给遗传，将这个问题一笔带过。很明显，这是对教育宗旨的背弃。

社会在每个人确定自己的目标时，发挥着极大作用。社会对孩子做出了各种各样的约束，让其在探索过程中找到一种理想状态，掌握足以适应人生的能力，又不让自己的生命安全受到任何威胁。也许孩子在极幼小的时候，便已清楚了解现实中的安全到底要达到何种程度，才能算是真正的安全。此处的安全是在最佳环境中保障人类的生存，这是一种更具普遍意义的安全系数，跟操纵设计优良的机器时谈到的“安全系数”是相同的，跟一般所说的逃避危险却是两回事。这种安全系数在孩子内心，远在其应对平时的生活、毫无阻碍地长大所需的安全之上。孩子的心灵由此将出现想掌控别人、超越别人的意愿，这是一种此前未曾出现过的活动。孩子也跟成人一样，想大大超越一切竞争者。在孩子看来，优越感能帮自己实现一早便制定的两个目标：一是获得安全感，二是证实自己有足够强的适应能力，所以孩子会想方设法获得优越感。这种强烈的目标会很自然地在其心底激起不安情绪，这种情绪一定会随着时间的推移不断增强。

假设当前有种紧急状况，孩子要马上做出确定的反应。如果孩子在这种危急时刻，没有信心战胜这种困难，就会尽量逃避，并为帮自己解释，编造种种理由，此举正好彰显了他对成功与优越感潜藏的欲望。他在之后遭遇这种状况时，直接反应通常也是逃避问题。若不是为了在短时间内逃避各种人生要求，这种人也不会遇到选择退缩或尽量逃避。人类心灵的种种反应不是绝对的，也不是永不改变的，这点务必要着重说明。也就是说，不要把任何心灵反应当成最后的确定答案，因为其只是一种不完全、暂时性的反应。尤其是孩子心灵成长时期的思想、情绪都在迅速改变，表明其一切反应都只是对自己想象中目标的暂时性具体化，稍作观察便能得出这一结论。因此，我们在为孩子的心灵做出评判时，断然不能采用成人的标准。务必要

以更加长远的眼光看待孩子，无论如何不能对他当前的表现给出太过绝对的评判，而要慎重评判他极力想要实现的目标。我们若能在理解孩子时，设身处地站在孩子的立场上，必然会发现孩子会确定一个理想，以适应自己的生活，孩子做的所有事都是为了达成该理想。因此，只有从孩子的角度出发，才能看清孩子的行为有什么动机。心态跟孩子看待问题的方式关联紧密，不同心态的孩子，会以不同的方式看待问题。通常说来，乐观的孩子都有自信能解决所有问题，而不会有任何困难。怀着这种态度长大的孩子，无论何时都会满怀自信，相信自己能掌控所有事。这种孩子往往具备勇敢、开朗、真诚、勤勉、负责等大量优良品性。悲观的心态跟乐观的心态反差很大，不相信自己有解决问题的能力的孩子会有何种目标？他会觉得世界一片阴暗，会拥有胆怯、内向、怀疑等大量性格特征与品性，而这些都是懦夫才会有的。他的目标往往很虚幻，很遥远，准确的说法是，跟真实的人生毫无关联。

第二章 心灵活动的社会性

某人与其伙伴存在何种关系，能作为我们把握此人的思想的依据。以下两点是影响人们之间关系的决定元素：第一点是宇宙的自然属性，人们之间的关系在该元素的作用下，更易发生改变；第二点是社会、国家政治、传统之类的固定制度与风俗，要把握人的心灵活动，厘清社会关系是必要前提。

第一节 绝对真理

人类心灵总要面对并解决种种问题，这必然会对其活动路径发挥决定性作用，因此人类的心灵活动绝不会是自由、盲目的。心灵只有兼顾社会生活规律，才能解决该问题。因此社会生活一定会影响个人，个人却基本无法影响社会生活，或影响范围非常有限。但当前的社会生活状态复杂且极易改变，要将其判定为恒久不变的最终状态，依旧不可行。社会生活必然会作用于人类，所有人都跟社会生活存在复杂的关联，在这种情况下，人们基本无法彻底看穿某个人心中隐藏的秘密，对其心灵有透彻的了解。

只有一种方法能走出这种困局：将社会生活规律视为世界上仅有的绝对真理，相信对人类能力、制度受限引发的种种问题，坚定不移

地加以解决，就能逐渐拉近跟绝对真理的距离。

另外，马克思、恩格斯做过细致阐释的社会物质层面的问题，也相当值得留意。两人提出，“唯心且与逻辑相符的上层建筑（也就是人们的思想、行为）是由经济基础（也就是人们的基本生存资料）决定的”。从一定意义上说，我们提出的“人类社会生活规律”与“绝对真理”，跟他们的上述看法其实是统一的。但我们以过去的历史经验和对个体生命的深层次研究（我们的“个体心理学”）为依据，发现个人通常会迫于一种经济压力，做出目光短浅的错误反应，而事先并未考虑清楚。此人有很大概率会在尝试摆脱这种经济压力时，因之前犯了一个错误，之后便不断重复犯错，导致局势更加难以挽回。在极力接近社会生活规律期间，我们犯这种错误的次数一定数都数不清。

第二节 社会生活必不可少

人们在某种程度上受社会生活固有规则的束缚，譬如不能逃避气候规则（如人们一定要在天气变冷时，为防寒保暖建造房屋等），同样也不能。一般说来，社会生活规则都会以种种制度、风俗的形式展现出来。由始至终，这些制度、风俗都在暗中对人们的思想观念、行为方式发挥作用，加以约束。例如宗教信徒中有种不必言明的默契，即将公共习惯用语神圣化。人类生活先由宇宙自然的影响决定，之后还要受人类社会公共生活、种种相沿成习的社会规范约束。总之，人类之间所有的关系都取决于社会需求，即人的个人生活在其社会生活之后。人类文明史上所有生活形态都建立在社会生活基础之上，能够完全摆脱人类生活而独立生存的个人从未出现过。由于动物世界广泛存在一项基本法规，因此要理解这点并不困难。这项法规便是：任何物种只要其个体保护自己的能力不足，就一定会过群居生活，借助集体增强自身力量。人类能拥有深受社会生活影响的心灵这种关键的工具，以抵挡残酷的外部环境，恰好就是基于群居的本能。

很久以前，达尔文便留意到，柔弱的动物绝不会过独居生活。没有足够强壮的身体支持自己过独居生活的人类，毋庸置疑也是柔弱的物种。人在自然中这样微不足道，以至于为弥补身体柔弱的不足，以便能在地球上继续生活，不得不手工制造种种工具。在原始丛林中，一个人什么先进的工具都没有，独自生活，会有何种经历，可以想象一下。他在这时的生存能力必然在其他一切动物之下，其他动物的速

度与力量，食肉动物锋利的牙齿、灵敏的听觉与视觉，他统统不具备，但这些却是在大自然中存活不可或缺的条件。所以为确保自身生存，人要用到大批装备。全面、强大的保障，对其身体、人格、生活方式来说，都必不可少。

唯有在非常优越的环境中，人类才能生存，至于原因，大家应该都清楚了。刚好是人类的社会生活能为人类的生存提供优越的环境。要将个人变成集体的组成部分，要让人类不断繁衍生息，必须要有劳动分工与合作，因此可判定人类绝不能缺少社会生活。劳动分工从实质上说代表着文明与发展，能让人类制造种种工具，用于进攻、防守，满足人类所有的需求。人类在掌握劳动分工的技巧后，才能学会自我保护。试想生孩子多么辛苦，照顾其健康成长，又多么耗费精力。对孩子的悉心照顾，必须要在劳动分工的前提下才有可能进行。人类的身体如此柔弱，婴儿时期更是如此，却忍受了那么多的疾病与不足，你若能想象一下，就应该能明白，人类有多需要照料、保护和社会生活。总之，最能保障人类繁衍生息的就是社会。

第三节 安全和适应

人类从自然角度看不过是种低等生物，这是综合上述内容得出的结论。自卑感与不安全感时刻徘徊在人类的意识中，人类受这二者刺激，随时都在思考怎样找到一种更有利的方法与技巧，能让自己更好地适应自然，怎样找到一种环境，能消除威胁自己生命的因素，或将其降至最低水平。如此一来，就产生了心灵，用以提升适应力和安全感。有多种方法都能提升适应力，比如在身上安装防御武器，包括坚硬的角，锋利的爪子、牙齿，等等。但此举极易导致人性发展停顿，让人难以摆脱一半是人一半是野兽的原始状态。唯有心灵能在这种条件下切实解决问题，弥补人类身体不够强壮的不足。人类能拥有预测、预防的能力，人类心灵能变成现在这种能思考、感受、行动的机体，全都源自人类心底一直在激荡的欠缺感。以欲望或意愿的倾向为例，欠缺感会让人萌生一种想做什么的意愿，想弥补欠缺或想得到尽善尽美的适应感。想做什么便表示对这种意愿有了感觉、向往，并将其付诸实践。因此所有主动的行为都源自欠缺感，都以达成满足、安宁、完美为目标。

在人类的适应过程中，社会发挥着决定作用，在这种前提下，社会生活状况便成了心灵从最初就应顾及的一点。心灵所有能力的发

展，都相当于以社会生活规律为基础。社会生活规律是普遍适用的（这样才能算是规律），既然如此，要预测人类心灵的发展趋势，只需要把社会生活规律的前因后果明确化即可，对此不必存有任何质疑。

明白、通顺的语言，是社会生活的另外一种重要工具。语言可算是一项奇迹，由人类创造出来，把人类跟其他动物区分开。语言也是普遍适用的，因为其很明显源自社会生活需求，以社会生活为基础。唯有在社会生活中，语言才具备存在的依据。语言是由社会生活造就的，能为社会成员建立关联，因此语言对远离人群、独自生活的人完全没有必要。在有些人身上，这点相当显著。生活中，这些人或是因私人原因想要逃避一切跟社会的关联，或是被外部环境逼迫，总之跟其他人的交往少之又少（乃至完全没有）。在语言表达上，这些人会有某种不足或障碍，且极不擅长学习外语。由此可知，语言的形成与延续必须借助跟其他人的不断联络、沟通，才能实现。

语言在人类心灵发展中意义非凡。作为逻辑思维的基础，语言是人们产生概念、了解不同价值观的区分的必要工具。概念产生必将涉及全体人类社会，绝非个人私事，即人们的思想感情必须是普遍适用的，才能为人理解。例如在对美的认识、理解、感受等方面，人们已经有了一种共同的认知或已经确立了一项基本审美原则，所以才会看见美的东西时心生快乐。由此可知，跟理智、智慧、逻辑、伦理、美学类似，思维与概念也以人类社会生活为源头，并在不希望人类文明分崩离析的社会成员之间，建立了紧密的关联。

第四节 社会感

法律、图腾与禁忌、信仰、教育等所有能保障人类生存的规则，都一定要被社会生活约束，跟社会生活规则相符，这便是我们总结上述内容大致得出的结论。我们曾借助宗教的范例，对这点展开过讨论，结论同样是跟社会生活相适应是心灵最关键的任务，不管站在个人还是组织的立场上看，都是如此。究其本质，人们一般谈到的公正、正直和人们眼中价值最高的人类性格，都属于人类社会需要的品性。社会生活的各种要求，相当于人类心灵的塑造者和所有心灵活动的指导者。责任感、忠诚、坦诚、喜爱真理之类的美德，只因都跟普遍适用于社会生活的原则相符，才得以产生并延续至今。这说明必须要站在社会立场上，才能对一种性格的优劣做出判断，因为个人性格

要被人留意到，一定要先证明其具备普遍意义，在这一点上，其跟一切科学、政治、艺术成就没有区别。这就相当于以个人的社会价值大小作为标准评价此人。我们往往会用理想化形象作为标准，为具体的个人做出评价。这种理想化形象要能借助对整个社会都有帮助的方法，解决个人的种种难题，还要能将个人社会感提升到某种高度。福特·缪勒以“根据社会规则掌控人生的人”来形容这种人。我们会在随后的探讨中，不断加深对以下真理的认知：要让自己符合标准，必须要在自己跟其他人之间努力建立合作关系，且必须努力掌握人类社会成员应掌握的技巧。

第三章 儿童和社会

根据社会的要求，我们务必要承担某些责任。而我们的生活规则与生活方式，以及心智的发展，都将受这些责任影响。

人类分为两种性别，这是社会的一项自然生理特征。个人和社会在这种前提条件下，一定会存在关联，即必须跟异性在一起生活，个人才能让自己的生命冲动获得满足，得享安全感与幸福，独自生活的男性与女性却无法做到这些。

孩子长大成人需要一个漫长的过程，循序渐进。这说明社会能很好地保护人类，人类无法在没有社会的情况下繁衍生息。

劳动分工是人类面对种种责任时的大势所趋，它将增强而非切断人们相互之间的关系。

人们要维持和谐、紧密的关系，就要帮助身边人，并跟同类同享乐，共患难。

接下来，我们会就刚刚出生的婴儿要面对的环境，展开细致的探讨。

第一节 婴儿所在的环境

成长期间，任何孩子都要依靠社会帮助，即便如此，他依旧会发现，这个世界一方面在赐予，另一方面又在索取；一方面能让人们生命需求得到满足，另一方面又需要人们适应。提升自己的能力期

间，孩子必然会遭遇种种阻碍，由此感到受挫乃至极度的痛苦。不仅如此，年纪还很小的时候，孩子便发现了一个真相，即一山更比一山高，相较于他自己，身边很多人更有才能，更有成就，实现理想的程度更高。种种环境都要求孩子拥有一种综合性器官，能让生命正常运作，心灵就这样产生了。根据付出最少，收获最大的原则，评测所有环境，引导孩子迎接之后的环境，便是心灵这段时期的责任。因此，眼见别人开门或搬重物毫不费力，眼见别人威严地发布命令，无人敢不听从，孩子就会心生艳羡，认为这种人拥有非同一般的身材、身高、力量、权力，心底便会情不自禁地生出想长大、想变得跟别人同样强大乃至更强大的欲望，并会确立一项重要的人生目标，即控制身边人和自己的环境。他会在同一时间发现，大人之所以看不起他的能力，且只能无微不至地照顾他，就是因为他本身太过柔弱。他据此很自然地领悟到了掌控别人的方法，这种方法一般分为两种，表示两种心理倾向与性格类型：第一种是对力量与权力的维系，这二者便是他感知到的成人的行为与方式；第二种是极力展现自己的柔弱，从而给大人这样一种感觉，他十分需要帮助，因此悉心照料他。

生命最初那几年，人的性格已开始成形。部分孩子幼年时以获取力量与技巧，从而得到他人承认，作为自己的发展方向；部分孩子的心思却全在自己的柔弱上，为从他人那里获得关心与帮助，他们会极力通过种种方式展现自己的柔弱。所以一定要了解个人幼年时的态度、表现、谈吐，才能判断其性格类型，一定要了解性格类型产生的环境，才能对该性格类型有真正的了解。

环境的影响在每一个孩子身上都有展现。由于孩子所在的环境存在巨大差异，因此便以对孩子不友好的环境，作为我们探讨的重点。因为孩子尚未拥有成熟的思想与观察力，所以时常会因这种环境产生一种全世界都与自己为敌的恶劣印象。若他在之后的成长期受到的教育未能消除这种错误的思想，那他的心灵便会遵循这一轨迹继续发展，他的言行便会表现出这种错误思想，且这种敌对的印象有可能会在他深陷困境时加深。有身体缺陷的孩子更常出现这种状况，而行动不便，或某一器官功能不健全，或体弱多病，便是所谓有身体缺陷的表现。相较于天生身体健康的孩子，这种孩子会以迥然不同的态度对待环境。

但孩子很难直面真实世界，不仅仅是因为有身体缺陷，反常的环境同样能造就不健康的心理倾向。身体缺陷会给孩子造成何种影响，

反常的环境向孩子提出不合理要求或用不合理方式提出要求，就会对孩子造成何种影响。例如愁苦、沮丧的环境会让迫切想跟环境相适应的孩子感到寸步难行，充斥于他身边的悲观情绪也会将他变得同样悲观。但很多人的才能与潜力恰恰是受欠缺感鼓励，才大量发挥出来的，因此孩子若极力想要弥补自己的缺陷，就一定能重塑自己，成长为健康的人。

第二节 困境的作用

未等孩子做好准备，种种困境便已不断出现，逼迫其做出反应，这自然会导致孩子频频犯各种错误。即通常说来，孩子都没有充足的时间，镇定自若地发展自身心理习惯，在不具备完备的适应能力之际，孩子就要努力跟大量很难改变的真实情况相适应。若能对自身对各种错误反应进行深入反省，我们就能发现，为了寻找正确的答案，做出正确的反应，持续取得进步，人类心灵一直在不断尝试，一生从未停止，跟不停地做一种试验没什么区别。成长期间遭遇某种特殊环境，孩子会有何种反应，是我们观察孩子的行为时特别要留意的一点，因为根据他这时的态度，我们能清楚了解其心灵世界。而我们在研究期间，自然也要铭记，无论评价个人还是社会，都要视其具体情况而定，按照固有模式统一进行处理是不可行的。

一般情况下，心灵成长期间遭遇的困境，都会导致孩子社会感的发展受到阻挠或是歪曲。有些困境也许源自经济、社会、种族、反常家庭关系等外部环境，有些也许源自器官的残缺等孩子本身的问题。健全且完全发育的身体，是维系人类文明最基本的前提条件。这说明在处理人生问题方面，器官残缺的孩子必然会处于下风，这种孩子包括很晚才学会走路的孩子，不擅长运动的孩子，很晚才学会说话的孩子，大脑发育滞后，因此长期行动笨拙的孩子。这种孩子经常把自己弄伤，动作笨拙，反应迟钝，身体饱受折磨，精神同样如此，这些大家都已了解。他们难以从这个世界获得温柔的照料，因为这个世界并非针对他们设计的。他们反过来必然还会因身体残缺，陷入难以自拔的困境。但若是孩子并未因精神折磨陷入永远的绝望，那他们自然有可能在时间的推移中获得某种心理方面的弥补，让心灵的伤口完全愈合，但是恶劣的经济条件会让这点充满变数。因此人类社会的固有规则，必然难以获得有身体缺陷的孩子的认可，这点很好理解。这种孩子会在机会到来时表现迟疑，无法相信机会是真的。他们孤独自闭，总在避免承担责任。对于生活中遭遇的敌视，他们敏感至极，且往往

会在无意间对其进行夸张。相较于人生中光明的那一面，他们对阴暗的那一面兴趣浓厚许多，但他们整体而言对二者都相当重视，以至于经常给人一种争强好胜的感觉。他们不顾及他人，只顾及自己，却希望能得到他人的善待。人生的种种责任会鼓励很多人发愤努力，他们却总是将这些责任看成困难，解决起来很不容易。总之，他们以敌对态度对待其他人和这个世界，他们跟身边的环境间有一道阻隔，且越来越难以逾越。这导致在处理任何事情时，他们都会表现得慎重、迟疑过度，跟其他人的交往让他们越来越远离真理与实际，这当然会不断加剧他们面临的困境。

无法从父母处获得足够的照料与关怀，很可能会让孩子遭遇相似的困难，这会严重影响孩子的成长，无法挖掘其爱的本能，导致其执拗程度不断加深，最终不了解何谓爱，也不了解怎样爱。也就是说，在缺少爱的家庭环境中长大的孩子，已渐渐形成了这样一种基本的人生态度，在所有爱与柔情面前选择逃避，因此很少会表现出爱。另有部分成人，包括父母、老师等，以相当欠妥的方式教育孩子，教孩子诸如爱与柔情、不礼貌、滑稽乃至懦弱的不利观点，同样有很大概率会让孩子形成上述人生态度。很多孩子都是在这种教育环境中长大的，曾在爱与柔情方面受到讥讽的孩子，受其影响格外严重。在这种孩子看来，向其他人展现自己的爱，很荒诞，很滑稽，也很啰唆，因此他们会极力避免展现自己的情绪或感情。正常的柔情似乎能把他们变成奴隶，贬低他们的地位，以至于他们不愿接纳。幼年时，他们的人生已经有了这么多阻碍，之后再想体验何谓爱与柔情，对他们来说十分困难。孩子处在这种野蛮并抑制所有柔情的教育环境中，很容易形成怯懦的性格，渐渐与生活脱节，跟外界断绝关系，但这种关系却是儿童心灵成长非常关键且必不可少的步骤。偶尔会有一个身边人主动向他示好，他会轻而易举跟此人建立非常密切的友谊。成年之后，有些人只有一个朋友，不喜欢除这个朋友外的所有人，原因就在于此。比如之前谈及的男孩的遭遇，已将这种人或许要面临的人生困境全面展现出来了。终其一生，他都在尝试寻找幼时失去的温暖与关怀，而这要归因于发现母亲只善待弟弟的那一刻，他遭到忽略的感觉。这种人受到的教育必然很压抑，这点不言而喻。

教育中没有半点柔情会产生弊端，有过多柔情同样如此。被嫌恶的孩子会遭遇种种困境，被宠坏的孩子也是一样。自幼便受到宠爱的孩子极度渴求柔情，通常不愿跟自己眷恋的一个或多个人分离。过分突出柔情的价值也许会让孩子误会，大人会在他的爱的逼迫下对他负

责。要实现该目的，对孩子来说难度不高，其只需告诉父母：“不管什么事，你们都要为我去做，因为我爱你们。”这种状况在普通的家庭基本已发展成一项明显的定律，出现频率颇高。看到其他人有这种表现，哪怕只是一点点，孩子都会为从其身上获得更多关怀、顺从，主动流露出更多柔情，但我们更应留意格外眷恋某一个家人的孩子。教育中有过多柔情，毋庸置疑会对孩子的将来造成损害，导致其在之后的生活中为从其他人处获得柔情，用尽不正当的方法。他会无所顾忌地采用任何能实现该方法的方法，如努力压制自己的对手（兄弟姐妹），又如为打压对手，背后说其坏话。在他看来，要让父母偏心自己，只需成为众人心目中光荣、正派的好孩子即可。为了成为父母的最爱，他也许会鼓动自己的兄弟姐妹犯错。他还会给父母某种社会压力，以获得他们的关注，并想方设法成为大家关注的焦点，占据关键地位，让其他人望尘莫及。若他表现得很懒惰或很恶劣，那只因他希望得到父母更多的关注，没有别的理由；若他表现得很优秀，那只因他渴求其他人的关注，这种关注对他而言，就相当于一种名义上的鼓励。

上述探讨的结论是，只要确定了心灵活动的方向，便能为达目的，不择手段。孩子为达目的犯错误或变成榜样，都是有可能的。几个孩子凑在一起，为吸引大家的关注，其中有一个总是表现得很淘气，其他几个却总是表现得很优秀，是非常常见的状况，其中更聪明的是第二种孩子。

有些孩子的成长过程毫无阻碍，都已被他人清理干净了，但这些孩子的能力却不可避免会因这种太过友善、舒服的环境而降低。这种孩子跟受到宠爱的孩子可算是同类。他们本应担负的责任，却没机会面对；他们本应为自己的将来做的准备，也没机会去做。他们不知道怎样跟那些想跟他们接近的人保持联络，自然更不知道怎样跟那些因成长期间遭遇阻碍，社交能力低下的人往来。他们从未为战胜困境接受过训练，必然也不会有经验迎接真实的生活。在家庭的温室以外，无人会帮他们担负起所有责任，就跟宠爱他们的人为他们做的一样，他们因此在短时间内难以适应，遭受挫败简直是无法避免的。

这些现象全都会让孩子性格孤独内向，只是程度不一。一般说来，肠胃系统存在不足的孩子都会对营养格外看重，这当然会导致他们有完全有别于肠胃健康的孩子的成长经历。一般说来，器官存在不足的孩子生活方式都会很特别，他们也许会受此压力，过着离群索居

的自闭生活。有些孩子对自己跟环境必定存在的关联认识不清，更有甚者会为切断这种关联，用尽各种方法。伙伴们玩耍时，他们很少参加，结交朋友对他们而言难度颇高。他们不是羡慕伙伴，觉得自己远比不上他们，就是根本看不起同年纪人玩的游戏。可无论如何，到了最后，他们的选择都是独自待在家里，在只属于自己的世界里彻底迷失。受过严格教育的孩子也可能性格孤独内向，觉得生命中毫无能让人兴奋的元素，所有东西都不是好东西。他们要么觉得自己只能在所有困境与痛苦面前选择忍受，要么认为自己随时准备跟身边总是充斥着敌对态度的环境战斗，就像战士一样。简而言之，无论何时，他们眼中的生命都是沉重的，人生都是艰苦的。如此一来，他们之中的大部分人都极力想跟其他人区分开，避免其他人侵犯自己的私人空间与独立人格的原因，就很好解释了。能够想象，外在环境在他们看来，一直与友善绝缘，他们必然会因此紧张、慎重过头，精神承受重压。他们每次遭遇难以解决的问题，都不想直面困境乃至可能的失败结局，只想着逃避。

这些被宠坏的孩子想得更多的不是别人，而是自己，这同样是他们的共同特征之一。我们能从他们的特征中发现，他们的社会感未能得到充足的发展，不仅如此，他们还建立了相对悲观的世界观。他们若不能想方设法改变自己行为模式中的错误，他们的人生便难以得到幸福。

第三节 人类社会属性

我们已经详细论述过，观察某人所在的特殊环境，据此了解其人格，确定其在世界上占据的特殊地位的具体做法。所谓地位包括个人在宇宙中占据的地位，及其面对身边的环境与生活问题（诸如职业、社交、人际关系之类）的态度。职业、社交、人际关系等种种问题，对所有人都是生来便有且不得不直面的问题。我们据此推导出，外部环境从个人出生之际为其留下的全部印象，都将强烈且无法逆转地作用于其人生态度。人生态度在婴儿只有几个月大的时候，就已经确定了。每个婴儿这时便开始展现出具有清晰、确定意义的行为模式（在其成长过程中，这种行为模式将越来越清晰，其本质会发生改变的可能性不大），其行为因此将跟其他婴儿区分开，断然不会被混为一谈。社会关系会在孩子之后的成长中，不断加强对其心灵活动的影响。人们生来便具有社会感，孩子追逐柔情（在这种追逐的引导下，孩子必定会为向成人靠拢倾尽全力），便是对这一点最初的体现。弗

洛伊德表示，孩子的爱慕以自己的身体为对象，但其实其他人才是孩子永恒的爱慕对象。弗洛伊德说，随着年龄渐长，性冲动的强烈程度与展现方式会改变，超过两岁的孩子也许将主要借助语言表达自己的性冲动。但在我们看来，所有孩子的心底都有极为稳固的社会感，它将终生伴随孩子左右，除非孩子的精神机能退化严重，否则社会感便不会消失。社会感或许会在某些状况下发生改变，或被扭曲，或被约束，或被扩张，或被加宽，拓展到所有家庭成员乃至偌大的家族上下、整个国家、整个人类，乃至包括动植物、无生命体在内的更大范围，甚至是全宇宙。简而言之，社会属性是人类与生俱来的，这便是我们通过研究得出的重要结论。在理解人类行为时，明确这点对我们很有好处。

第四章 人所生活的世界

第一节 怎样了解世界

任何人的心灵都务必拥有一项能力——接纳外部环境给自己留下的印象，以适应身边的环境。心灵还会追逐一项确切的目标，对身边的环境形成某种认知，并循序渐进地建立某种理想的行为模式，这种建立过程从婴儿阶段就已开始。截止到目前，我们还没能为这些心灵表现找到清晰、确定、合适的专业术语，但其存在却不会因此受到动摇。不仅如此，一直以来，我们都坚持只因人类心中一直有种无力感，所以心灵才会有上述表现。心灵的种种活动必须要在心中确定一项目标后展开。而众所周知，一定要能够应对改变，能够在某种程度上自由行动，才能确定一项目标。其中自由行动的能力价值不可小觑，其必定能让心灵变得更加多姿多彩。首次从地上站起来时，婴儿迎来了崭新的世界，并在那个刹那感受到有无数敌对与威胁隐藏在自己身边，而他并不明白自己为何会有这种感受。婴儿会在最初做出行动尝试，尤其是最初学习走路时遭遇种种困境，其或许会因此对前景更加自信，或许会因此遭受致命打击。在我们这些大人看来，一些事可能习以为常或不值一提，但是却可能严重影响孩子的心灵，在此基础上孩子形成对这个世界的全部印象。例如一度行动受阻的孩子，也许会对剧烈、迅速的运动产生向往，要了解这点非常简单，只需询问他最喜欢哪种游戏或长大后的理想即可。这种孩子一般会说，自己非常想开汽车、火车之类，他想要消除自由行动障碍的意愿，就这样清晰展现出来了。借助完美无瑕的自由行动，将心底的自卑感与障碍感

全部清除，便是其人生目标。这种自卑感与障碍感，往往极易出现在发育缓慢或身体病弱的孩子心底。同理，天生有视力残缺的孩子更愿意通过视觉了解全世界，天生有听力残缺的孩子有很大概率会变成音乐爱好者，对一些让人快乐的调子充满兴趣。

了解全世界时，孩子会动用一切身体器官，尤其是感觉器官。孩子跟世界的基本关系，相当于是由感觉器官决定的。借助感觉器官，人们确立了自己的世界观。而由于人们是通过眼睛观察世界，因此眼睛便成了最关键的感觉器官。任何人都将被睁开眼睛后看到的事物所吸引，这是毋庸置疑的，视觉印象就通过这种方式变成了人们的主要人生经验源头。有别于耳朵、鼻子、舌头、皮肤之类的感觉器官只能感受到刹那或短时间的刺激，人们对身边世界的视觉印象往往更深入，更长久，因此其重要程度无与伦比。然而，特例总会有的，有些人占据主宰地位的感觉器官也许是耳朵，其在收集种种信息与印象时，主要靠听觉，因此其心灵便是听觉型心灵，这点显而易见。另有少数人占据主宰地位的是运动机能。还有些人对嗅觉刺激与味觉刺激兴致浓厚。相对而言，第一种听觉更敏锐的人更加罕有。另有很多孩子身体中占据主宰地位的是肌肉系统，他们从童年时期就很喜欢动来动去，长大成人后更是如此，多动是他们与生俱来的属性。对于要用到运动肌肉的活动，他们满怀兴致，连睡觉时都不停地翻身，不愿保持安静。同属于该类型的还有一些看起来坐也不是站也不是的孩子，这种多动一般被当作一种恶习。孩子跟世界接触，往往是借助对某种器官或是器官系统（感觉器官、运动器官皆可）的特殊关注，否则他们要继续生存，基本是不可能的。借助自身相对敏感的器官，孩子得出了对外部世界的印象，以这些印象为依据，他们从总体上建立了对世界的认知。可见某个人用于探究世界的器官或是器官系统，将作用于他与世界的一切关联，因此一旦了解了这种器官或是器官系统，便能在一定程度上了解他。而要了解某个人行为与反应的动机，只需了解其器官方面的残缺怎样作用于其童年时期的世界观和之后的发展即可。

第二节 世界观的构成要素

无论什么人，其心底都会一直有一个最终目标，其所有行动都取决于该目标，其对心理认知能力的选择、其心理认知能力的强烈程度与活动，都被该目标作用。要对世界产生某种认知，心理认知能力必不可少，即心理认知能力决定了人们的世界观。为什么人们都只能感

受生命的特殊一环，或某件事的特殊部分，或其实只是人们所在的整个世界的特殊组成，原因就在于此。所有人都只关注跟自身目标相符的事物，在这种前提下，要对一个人的行为有真正的了解，就必须对其心底的目标有深入了解，要全面、客观评价其行为，就必须了解该目标对其一切行为都发挥着的巨大作用。

一 知觉

借助感觉器官，外界的印象与刺激传到了大脑，在其中留下了某些记忆的印迹，在此基础上，建造了想象与记忆的世界。不过，由于知觉必然会具备感受者独一无二的个人品性，因此将知觉等同于照片，无论如何都不可行。每个人感受的事物跟他看见的事物是不一样的。任意两个人对相同景物的反应都是有差异的，对看到的事物的感受也必定截然不同。从身边的环境中，孩子能感受到很多事物，且必定会与其一早成型的行为模式相符。如在视觉发展突出的孩子的感知中，视觉特征一定会很突出。也许大部分人通常都喜欢形象思维，但也有部分人在为自己拼凑多彩的世界图画时，主要借助的是知觉。知觉未必要完全符合现实。调节自身与外界的各种关联，以跟自身生活模式相符，这点任何人都能做到。可见人感知的内容与感知的方式，便是其个性与特殊性所在。简而言之，知觉是种心理认知能力，而不只是单纯的生理现象。对这种能力的观察与解析能让人们对他人的心灵世界有全面、透彻的认知。

二 记忆

心灵在具备某种程度的感知后，还务必要开展多种活动。心灵的活动其实是以人的自由运动的目标与目的为依据展开的，跟自由运动能力有密不可分的关联。即作为适应性调节器官，人类心灵务必要从外部环境中搜集各类刺激与信息，对其进行整理，还要对一切官能的发展做出统一安排。这一切的官能对人们妥当的自我保护和平安无恙的生存发挥着关键作用，缺一不可。

面对种种人生问题，任何人的反应都各不相同，这点大家都已了解。在人们的心灵中，这些反应必定会留下印迹。记忆与评判这两项功能，对人们的心灵不可或缺，因为人要跟自己身边的环境相适应。记忆是人们预防灾祸的必备条件，据此能推导出如下结论：每个记忆都不是偶然的，其背后隐藏着一种无意识的目的，要么是为了激励人们继续这么做，要么是为了警告大家吸取教训，不要再犯相同的错

误，这点昭然若揭。总之，没有哪种记忆是毫不重要或一点意义都没有的。所以只有搞清记忆背后隐藏的目标与目的，才能有效评判该记忆的价值。

有一点相当关键，即了解人们记住一些事，遗忘另一些事的原因。由于对某些事的记忆对某一特殊心理倾向非常关键，并能对某项关键的潜在运动发挥推动作用，因此人们要记住这些事。反之，人们绝对不会记住那些对计划实施毫无影响的事。这说明记忆同样具有目的性，指引总体人格的目的掌控了所有记忆。若能长期存在于脑子里，并对实现预先设定的目标有利，就算是不准确、不真实的记忆（童年时期的记忆大多如此，既混乱又主观）也会变成一种态度、情趣乃至哲学思想，而不仅仅是纯粹的记忆。

三 想象

个人独有的个性，能通过具体的幻想与想象得到最清楚的展现。此处的想象即知觉重现，而知觉的对象并未出现，也就是说想象即对知觉的复制，心灵的创造力由此再度得到证明。一如知觉是以身体感受为基础产生的，想象不只是知觉的重现（知觉本就是心灵的产物），还是以知觉为基础形成的崭新且独一无二的事物。

幻想的清晰程度远在一般的想象之上。幻想的景象非常清晰，不仅拥有想象的价值，还像真的有那种刺激物一样，对个体行为发挥作用。所谓幻觉，即似乎是由某种真实存在的事物刺激产生的幻想。白日梦的产生有何条件，幻觉的产生便有何条件。所有幻觉都源自幻想者的目标与目的，相当于其灵魂在进行艺术创作。有个案例能为此做出解释。

有个姑娘很年轻，很聪明，不理睬父母的反对，跟一个男人结了婚。愤怒的父母因此与她断绝了关系。她在之后的日子里，越来越觉得父母没有善待自己。她跟父母有很多和好的机会，却因为彼此都很骄傲、很执拗，全都以失败告终。姑娘原先生活富足，受人尊重，婚后却非常贫穷，处境艰难，可是其婚姻的外在表现却不带半点悲惨印迹。大家觉得她一早就习惯了这种贫穷的生活，直到她的生活中发生了一件怪事。

姑娘跟父亲的关系一度十分亲昵，自幼便深受父亲宠爱，但父女俩之后更加彻底地断绝了关系，可能也是因为这个原因。父亲因她的

婚姻不再善待她，两人的关系严重破裂。甚至她的孩子出世时，父母都无动于衷，没有去看望她和孩子。姑娘本就骄傲，父母却在她最需要关怀与照料时表现得如此冷漠，这必然会戳到她的软肋，伤害她的感情，以至于她一直无法原谅他们。

姑娘追逐的目标彻底掌控了她的情绪，这点很值得留意。我们能清楚地知道跟父母关系破裂为何会对她产生如此深入的影响，恰好是因为她这种性格特征。姑娘的母亲既严肃又正直，品性上佳，可是在女儿面前，却表现得十分苛刻。对于怎样才能稳固自身地位，又不违背自己的丈夫（最低限度表面看来是这样），母亲心知肚明。她的确让大家留意到了自己的顺从，这让她很骄傲，引以为荣。家里还有个儿子，在众人看来，他跟他的父亲非常相像，日后会成为家族财产的继承者。这导致这家人看重儿子多过女儿，女儿因此萌生了更加强烈的欲望。结婚以后，这个自小便受尽双亲宠爱的姑娘却只能艰苦度日，以至于她经常回想父母对自己怎样不好，怨憎的情绪越来越强烈。

有一天晚上，姑娘还没睡着，房门打开，圣母马利亚走进来，走到床边告诉她：“有件事我一定要跟你说，十二月中旬，你会离开这个世界，因为我这样爱你，不希望你事先没有任何准备。”

她把丈夫叫醒，把这个幻象一五一十说给他听，而她自己并不害怕。第二天，她将此事说给医生听，坚持认为这是自己亲眼所见，亲耳所闻，罔顾这明显是幻想出来的。这种幻想初看匪夷所思，其实并不难理解，只要用本专业的知识解析一下即可。实情是这个年轻的姑娘有很强的欲望，同时热衷于掌控他人——这是我们观察的结果。她在跟父母断绝关系后发觉，自己的处境如此困窘。若一个人竭尽所能想要掌控生活的方方面面，那他便会有很大概率接近上帝，跟上帝交流，我们要理解这点，难度并不高。任何人都不会认为她若只是在想象中（如祈祷时）见到圣母马利亚有何特别，不过，我们还要更深入地探讨她的状况。

要完全洞悉此事的秘密，只需了解灵魂在玩什么花样即可。所有人在遭遇相似状况时都会做梦，不是吗？而这个姑娘在清醒时也会做梦，这便是仅有的差异。她的欲望因抑郁的情绪承受了巨大的压力，这点要额外说明一下。眼下，我们了解到她身旁出现了另外一位母亲，而这位母亲无疑又是所有人心中最了不起的母亲。她母亲没出

现，圣母却来到了她身边，两位母亲的对比如此明显。所以实际上，她这种幻想是在指责母亲对自己的爱有所欠缺。

说到底，姑娘就是极力在为父母的错误寻找证据。十二月中旬这个时间并不寻常，人们通常会在每年的这段时期频频想起自己的至亲，大部分人会往来密切，相互赠送礼品之类，并从中得到更多的乐趣，这往往会成为很好的和好时机。所以这个特别的时间跟她发觉自身的困窘处境存在紧密关系，对我们来说就很好理解了。

这个幻想好像只有一点让人难以理解，就是圣母的友善造访却是为了给姑娘带来一个噩耗——姑娘即将死去，可在把此事说给丈夫听时，姑娘却又表现得非常兴奋，其中含义深刻。没过多久，圣母的预测就从姑娘家传出去，翌日便传到了医生那里。最后姑娘的母亲也因此过来看望她，让她得偿所愿。

圣母马利亚在数日后再度到来，带来的消息跟上次一样。我们询问姑娘，她跟母亲这次见面有什么结果，她说母亲拒绝承认错在自己。她想掌控母亲的欲望未能获得满足，所以把先前用过的法子又用了一次。

我们想方设法把她生活的实情告诉了她的父母，最后在我们的安排下，她和父亲终于见了面，过程让人很感动。然而，姑娘却说父亲的言行好像表演一样夸张，并埋怨父亲没有早点过来。她还是没能获得满足，由此可知，成功也不能让她克服自己的如下欲望：想证明自己是唯一战胜了错误的人，其他人都做错了。

从上述内容能推导出，最沉重的精神压力与对无法达成目标的畏惧，很容易让人产生幻想。幻想在相对落后的地区和很久以前的时代，确实发挥着巨大的作用。

游记中有大量与幻想相关的内容，这点大家都了解。有个非常好的例子，便是海市蜃楼。在沙漠中旅行时，人迷失方向，饥渴、疲惫至极，便会看到海市蜃楼。众所周知，在生命危险引发的紧张情绪逼迫下，人们会为逃避让人不悦的环境压力，想象出一种光明、振奋的环境。所以海市蜃楼便意味着能激励极度疲倦之人、能让犹豫不决之人做出决断、能让旅人变得更坚毅或更敏感的新环境，以及能让人忘记恐慌折磨的止痛药或麻醉药。

由于一早便在感知、记忆、想象中见到过同类现象，因此我们不会觉得幻想有多新奇。我们会在之后探讨梦中情境时发现相同的事物。以下两点都能轻易引发幻想：一是多多运用想象，二是让高级神经中枢无法发挥辨别功能。人们在受到逼迫，或面临危险，或遭受威胁的压力时，为了清除、战胜自身的软弱，会竭尽全力幻想。对批判能力的思考，会随着压力的增大而减少。奉行极力进行自我拯救的人，此时为了把想象转变为幻想，不惜将所有精神能量都集中到一处。

幻觉跟错觉相像至极，有着一模一样的基本环境，包含着一模一样的精神威胁，仅有的差异是错觉还跟外界维持着一定关联，只是人们对这种关联的误解一如歌德在《魔王》中所言。

为解释灵魂的创造能力在有需求时引发错觉或幻觉的方式，接下来再列举一个案例。有个男人出身很好，最后却只成了一名小小的职员，没有任何大的作为，而这要归咎于他的学习成绩很糟糕。他对自己的前途彻底绝望，这严重压迫着他的心灵。朋友也在批评他，让他的精神承受了更多的压力。他从这时开始染上酒瘾，由此马上忘却了自己的烦恼，还为失败找到了开脱的理由。但他很快又被送到了医院，因为他得了震颤性谵妄。谵妄像极了幻觉，因酒精中毒陷入谵妄的病人，时常会幻想看到了一些小动物，比如老鼠、虫子、蛇等，还会幻想看到了一些跟自己职业相关的事物。

主治医生不让这个男人饮酒，用苛刻的治疗措施帮他完全戒掉了酒瘾。康复出院后的前三年，他一直没喝过酒。近来他又住院了，因为又出现了新症状。他表示，自己工作时（他现在做小时工），经常看到旁边有个人斜着眼、笑嘻嘻地监视自己。有一回，那人在讥笑他，他非常气愤，想知道那人到底是人是鬼，便抓起铁锹朝其丢过去。对方避过铁锹，随即冲上来把他痛打了一顿。

病例中的幻象居然能对他拳打脚踢，再说其是鬼就不行了。尽管这个男人习惯于幻想，但此次他遇到的不是幻象，而是真人，他误会了。很明显，出院以后，戒掉酒瘾并未妨碍他变得更消极。他失去了工作和家庭，为了维持生计，只能做小时工这种他和他的朋友最看不起的工作，要说他的精神压力减轻了，是不成立的。虽然经过治疗，他戒掉了酒瘾，但处境却变得更加悲惨，因为他无法再从酒精中获得安慰。不管怎样，先前他都能依靠酒精维持自己的工作，还能借自己酗酒，应对家人对自己毫无成就的责备。他觉得跟承认自己工作能力

低下相比，这个理由更体面些。身体康复后，他务必要重新直面现实，跟先前比起来，各种压力并未减轻分毫。先前他还能拿酗酒当借口，眼下若再失败，就没有任何借口，也没有任何慰藉了。

幻觉在这种精神困境中再度出现。在他看来，自己依然在以酗酒者的身份面对这个世界，跟先前没有区别，他还十分清楚地表明酒精已经毁掉了自己的整个人生，现在再想挽回已经不可能了。现在这份挖水渠的工作不够光彩，并让他反感，但他还是想借口生病，摆脱这份工作，而不是主动辞职。在很长一段时期内，之前提及的幻想一直在延续，于是他再度被送到医院。原本自己一定能取得很大的成就，但这一切却因酒精葬送了，这成了眼下他自我安慰的理由。通过这种方式，他能将自我评价长期维持在很高的水准，相较于保住自己的工作，维持这种评价要重要很多。他付出的一切努力都是为了说服自己对以下观点深信不疑：自己原本肯定能取得很大成就，只因命运欠佳才沦落到这种地步。为什么他始终那么自负，觉得别人并不比自己更厉害，仅仅是自己前行之路上的阻碍无法越过而已，原因就在于此。他极力寻觅一种理由，以让自己得到慰藉，觉得有人在讥笑自己的幻想便因这种迫切的情绪产生，他的自尊也因此免受伤害。

第三节 幻想

灵魂还有一项创造机能，即幻想，它囊括了前文中描绘的种种现象。幻想与白日梦跟一些在意识中烙下清楚印迹的记忆、跟建造了神奇上层建筑的想象类似，也被归为灵魂的创造活动。预测与预先判断是幻想的要素之一，也是一切运动生物的基本能力之一，不可缺少。幻想跟人类的运动性存在紧密关联。其实，幻想便是预测的方法之一。孩子与成年人的幻想往往涉及将来，虚构出一座海市蜃楼，作为实际生活的典范。某些情况下，幻想又被冠以“白日梦”的称号。在孩子的幻想中扮演第一主角的是对权力的追逐，这在相关研究中得到了清晰的展现。孩子的大半幻想开头第一句话便是“长大后，我……”，其追逐的目标往往将其白日梦填充得满满当当。日常生活中，不少成年人也像孩子一样，其人生重点毋庸置疑也是追逐权力。我们由此再度留意到，发展心灵的必要前提是确立一项目标。获得社会的认可，努力出人头地，便是人类文明中的这项目标。由于根据人类社会生活的要求，人类要一直坚持进行自我评价，这必然会激发人们对优越感的追逐，激发人们在竞争中取胜的热切欲望，因此，只凭

一项平庸的目标就想让人获得永久性满足，是不可能的。孩子的幻想拥有相当突出的预测方式，基本都是展现当事人力量的场景。

由于我们无法为幻想的程度与想象的范围设限，因此无法以相同的标准看待这个问题。上述内容适用于大部分情况，可对于一些特定的情况，其也许并不适用。在好胜心的作用下，以挑战的态度对待人生的孩子十分慎重、警惕，一直承受着沉重的压力，因而能更好地提升自己的想象力。同样拥有较强想象力的还包括觉得人生有很多不称心之处的弱小孩子，这种孩子极易在幻想中迷失方向，也许还会借助想象力，在某个成长时期逃避现实。幻想也会被用于批判现实，这是对其的一种滥用。此时的幻想已经演变为沉迷于某种能力中，借助幻想这种虚拟的方式，个人得以摆脱平淡无奇的生活。

在幻想的世界中，在追逐权力期间问世的社会感同样发挥着重要作用。通常说来，孩子幻想中对权力的追逐，都会以在社会事务中彰显自身力量为展现方式。部分幻想，如幻想自己拯救了世界，幻想自己是强大的骑士，幻想自己打败了邪恶力量，幻想自己击败了魔鬼等，都清清楚楚展现出了这项特征。不少孩子时常会有这样一种幻想：自己来自另一个家庭，并不是当前这个家庭的孩子，自己的生父是个很了不起的人，会在未来某一天接自己离开这里。以下孩子极易有这种幻想：其有很强烈的自卑感，并且总是有被剥夺感，要么很难吸引别人的关注，要么觉得无法从家庭中获得足够的关怀与温暖。部分孩子总是有类似于成年人的表现，其对崇高理想的追逐，便在这种外在态度中展现出来了。某些情况下，对这种理想的展现方式近乎病态，如男孩只戴硬礼帽，四处捡拾雪茄烟蒂，以此佯装自己已经是男子汉了，又如女孩的一言一行和衣着打扮都朝男孩靠拢，只因其非常想做男孩。

评价部分孩子没有任何想象力必然是错误的，他们不过是不想展现自己，或不想展现自己的幻想，因为有某种原因要求他们这样做，或为了得到权力感而压抑自己的想象力。第三种孩子为了跟现实生活相适应，不得不倾尽全力，其之所以不想沉迷于幻想，是因为觉得这会对他们的男性气魄造成损伤，或让他们显得很幼稚。他们中的一些人甚至会对幻想反感至极，导致其想象力表面看来近乎为零。

第四节 梦的概述

我们研究了之前提到的白日梦，还要再研究睡梦，这是睡觉期间一项关键且有意义的活动。日有所思夜有所梦的说法总被人挂在嘴边。通过了解人的梦，能轻而易举了解其性格，这是上一代那些有着丰富经验的心理学家点明的真相。其实梦自古以来便是人类思想的重要构成，睡梦跟白日梦都以计划、设计将来的生活，引导其朝安全发展作为重点。相比之下，白日梦更易理解，睡梦却难以解析，这是双方最显著的差异。睡梦难以解析这一点很好理解，好像在暗示睡梦本就很多余，一点意义都没有。但一个人只要尝试战胜困境，维护自己将来的地位，就会在睡梦中展现出对自身权力的追逐，这点在当前是成立的。据此说睡梦能帮人们解决精神问题，自然也是成立的。

第五节 移情或认同

除了感受真实发生过的事情外，灵魂还能感受、预知即将发生的事情。由于能自由运动的生物会不停地遭遇调节适应问题，因此该能力对提升其不可或缺的预测功能大有帮助，这便是所谓的认同或是移情。在人类之中，认同或移情发展上佳，分布颇广，在精神生活中随处可见。认同或移情之所以能够存在，预测能力的必要性必不可少。一定要掌握利用自己的思想、感受、知觉间的交互作用，正确判断某种将要出现的特殊环境的技巧，这样才能预知、预先确定或预测自己应在该环境中采取何种行动。这样做的关键是，最后要能确定对于这种新环境，自己应更努力地接近还是更慎重地逃避。

人与人沟通的过程中会发生移情。沟通时要理解对方，一定要站在对方的立场上，对其产生认同。移情表现为艺术，便是戏剧。移情还有一种表现，即留意到他人处境危险，自己也会感到一种难以形容的忐忑。这种移情可能会强烈至极，虽然当事人并未遭遇任何危险，但还是做出了防守的动作，而这并非其自身能掌控得了的。看到别人的杯子打碎时，人们一般会摆出何种姿势，大家都已了解。一些打保龄球的人会在球滚动时做各种动作，似乎想以此作用于球的滚动路径，这种情况也很常见。在看台上欣赏足球比赛的观众，会在自己喜欢的球队进攻之际，努力摆出前进的姿态，在另一支球队拿到球时，努力做出下压的反抗动作。感觉到危险时，坐在汽车上的乘客会不自觉地做出刹车的动作，这种现象也经常发生。从高楼底下经过，发现有人在楼上擦玻璃，大半人不是缩脖子，就是做出遮掩保护的动作。思维混乱、无法继续的演讲者，会让观众产生郁闷、受限的感觉。在戏院看戏时，这种情况格外严重，观众极易在心中偷偷代入种种角

色，在想象中取代了演员的位置。这种感觉自己的行动与感受好像属于另外一个人的认同能力，以人们天生的社会感为源头，为人们的生命提供了极大的依靠。它其实就是种宇宙感，展现了人们所处的全宇宙彼此间都存在关系。生而为人，一定要具备这种特征，才能站在自己以外的事物立场上，对其产生认同。

移情能力跟社会感一样，程度也各不相同。连孩子都有相关的表现，一些孩子似乎把娃娃当成了人，对其喜爱至极，一些孩子却把更多的兴趣放在了自己的心灵世界中。如果只留意没有价值或生命的事物，切断人们彼此间的社会关系，也许将彻底终结个人的发展。孩子虐待动物的情况原本绝不会出现，除非孩子毫无社会感，无法站在其他生物的立场上，对其产生认同。孩子若缺少社会感与移情能力，便会在跟别人建立关系时，对别人的种种情绪提不起半点兴趣，只留意近乎无价值或无意义的事物，只在乎自己。极度缺少社会感与移情能力的人，将对与人合作持完全拒绝的态度。

第六节 催眠及暗示

人怎样对另外一个人的行为造成影响？个体心理学表示，有多种表现随着精神生活一起诞生，其中就包含这种现象。人类公共生活的建立，以人们彼此间的影响为必要前提。某些情况下，如老师与学生、父母与子女、丈夫与妻子，对彼此的这种影响会格外强烈。人受社会感作用，从某种程度上说都愿意被环境影响，影响的一方有多顾及被影响一方的权利，后者就有多自愿接受前者的影响。对别人造成伤害的影响无法维持很长时间，有一种相当重要的教育思想，即一定要让某人觉得他的权利获得了保障，才能最大程度地向此人施加影响。可能有许多教育方式都能行得通，但遵循上述思想的教育方式必然能跟人类的最初本能相符，这种本能便是对自己跟其他人乃至宇宙间种种复杂关系的感受。

这种教育方式除非遭遇有心想要摆脱社会影响之人，否则一定是有效的。摆脱社会影响不是偶然之举，当事人必然在此前挣扎了很久，逐渐淡化了跟身边环境的关联，最终与社会感为敌，而没有半分掩饰。这增加了影响他的难度，乃至将影响的可能性降为零，无论影响的形式如何都是如此。一种戏剧化的场景由此产生：他会抗议并回击一切试图影响他的做法。

面对教育者对自己的影响，感觉自己被环境压迫的孩子会心生抗拒。但某些情况下，外来的压力大到了能清除一切阻碍的地步，导致权威影响的地位依旧稳固至极，被影响之人依旧选择对其遵从。这种遵从不会给社会带来任何好处，还可能以极为荒谬的形式展现出来，以至于居然让当事人在生活中感到难以适应，即习惯于无条件遵从的人，根本不能在没有人指引的情况下行动或思考，这些都能毫无难度地得到证明。无条件遵从引发的后果严重至极，成年后，这种孩子将轻而易举被人掌控，乃至沦为犯罪的工具，这便是这种遵从带来的危险。

犯罪团伙中有些情况非常有趣，团伙首领多半隐藏在幕后，只发布命令，不亲临现场，命令执行者都是习惯于无条件遵从的人。这种无条件遵从命令的小卒，在团伙犯下的大案中基本都会出现。更有甚者，这种有着深远影响力的无条件遵从会达到匪夷所思的程度，当事人觉得要达成自己的心愿，一定要这样唯命是从，低声下气，这在他们看来是一种光荣。

对日常生活中彼此影响的研究表明，最明白事理的人最易受到影响，其社会感遭到扭曲的情况并不多见。热烈期待占据高位、掌控别人的人则与之相反，难以受到影响。这是一种日常生活中每天都会出现的现象，十分常见。

父母最常埋怨的是子女不遵从自己的命令，因为子女的无条件遵从而发出怨言的父母并不多见。根据研究，第一种孩子极力想要摆脱囚禁自己的樊篱，也就是他们所处的这种要求他们超过其他人的生活环境，这种错误的家庭作用导致他们难以受到学校教育的影响。

对权力的追逐欲望越强，接受教育的可能性就越低，但大半家庭依旧以刺激孩子树立远大理想，使其心底的雄心壮志觉醒，作为教育的重点。之所以会这样，是因为这类野心与奢望在人类文明中到处都有，跟父母思考不周无关。比身边所有人都更出众、优越、醒目的人，无论在家庭还是社会中往往都是最被看重的。我们会在之后论述虚荣的一章中，为这种刺激野心的教育方式怎样违背社会生活，野心引发的各种困境又是怎样阻挠心智发展的，做出更深入的阐释。

无条件遵从会让人被身边的任何一点改变严重影响，比如灵媒。在短短一段时间内，遵从任何个人的任何奇怪思想，想象这是种什么样的情况。催眠术的基础也与之相似，表示愿被催眠的人也许并未在

精神方面做好准备，要无条件遵从，故意抗议催眠的人心底却可能隐藏着一种本能，对遵从充满热望。人在被催眠期间的所作所为，只取决于其心理态度，其言辞或信任的对象则无足轻重。人们对催眠术误会颇多，就是因为对这点认知不够清楚。一般说来，人在被催眠期间的表现都像是在抗议催眠，其实却对遵从催眠者的命令充满渴求。不同人的催眠结果不同，只因这种渴求的程度不同。这说明是被催眠者的心理态度，而非其意念决定了其被催眠的程度。

催眠的实质跟睡眠十分相像。催眠是在他人的命令下产生的睡眠，这是其神秘性的源头。催眠者的命令只在被催眠者心甘情愿选择遵从时发挥作用，后者的本性与性格往往占据着决定地位。能被催眠的人都放弃了自己的判断机能，愿意遵从他人的命令。这说明催眠完全摒弃了被催眠者的运动机能，更有甚者，由催眠者随意掌控被催眠者的运动中枢，这便是催眠有别于普通睡眠的原因。人在被催眠期间处在模模糊糊的轻度睡眠中，除了催眠者让他回想的事情，什么都想不起来。催眠期间，灵魂最精致的成果，即判断机能发挥不了任何作用，即被催眠者跟催眠者的一只手、一种工具没有区别，这是催眠最关键的特征。

部分人能够对其他人的行为造成影响，他们之中的大多数都认为自己独有的一种神秘力量，是自己拥有这种能力的源头。这也许是非常有害的，会通灵术、催眠术的人更是如此，他们也许会做出某些会危害他人的行为。他们对人类犯下了严重的罪行，不择手段以达成自己罪恶的目标。可这并不意味着，他们的所作所为全都建立在欺骗之上。偏偏人类如此倾向于遵从，极易受控于那些以有特异功能自居的人，真是遗憾。很多人在认同所谓的权威之前，根本不加证明，这已成了他们的习惯。他们无意进行理智观察，宁可被人欺骗，被故弄玄虚之人震慑。这种借助神秘力量欺骗他人的做法，只能不断招致被欺骗对象的抗议，断然无法为人类社会生活建立和谐的秩序。玩弄通灵术或催眠术的人经常遇到佯装被催眠的人，被其设下的圈套狠狠捉弄一番，连某些尝试催眠他人的科学家都会有这种遭遇。玩弄通灵术或催眠术要想一帆风顺，是不可能的。

还有一种很奇怪的想象，有真有假，彼此交融：被催眠者在一定程度上欺骗了催眠者，但又遵从了催眠者的安排，集被欺骗与欺骗的身份于一体。在这种情况下，通常是被催眠者愿意遵从的心理，而非催眠者的力量在发挥显著作用。由此可知，被催眠者不会被任何奇异

的力量作用，唯一的例外是催眠者长于夸张与欺骗。能被催眠术与通灵术作用的，只有无条件遵从的人。对于以下几种人，催眠术与通灵术断然无法发挥作用：对理智生活习以为常，有自己的主见，不会轻易相信别人的话，而对其没有任何批判。

接下来一定要谈一谈暗示。我们能比较容易地理解，为何要将暗示归类于印象与刺激。人们不可能只能感受一种刺激，因为很明显任何人都在随时受外部环境中无数印象的作用，只是偶尔才受环境刺激的人是不存在的。而人在对某种印象有了感受后，便会继续受其影响，不会停止。至于暗示，则是这样一种印象，其展现为另外一个人的要求与请求，游说别人接受自己的思想便是此人的目的。改变被暗示对象内心原有的思想或使之增强，便是暗示发挥的作用。面对外界的刺激，不同的人会做出不同的反应，这才是真正难以解决的问题。任何人受影响的程度，都跟此人的独立程度关联紧密。务必要留意以下两种人：第一种人极易被暗示、催眠影响，他们对他人的观点过度看重，因此无论自己的想法是对是错，他们都不会重视，总是对他人评价过高，喜欢接纳他人的建议；第二种人将所有刺激、暗示都视为羞辱，完全无视他人的看法，根本不在乎自己的想法是对是错，只觉得自己的想法是唯一正确的想法。两种人都存在缺陷，后一种人无法接纳其他任何人的任何看法，便是其缺陷。通常说来，这种人都很有很强的好胜心，若不是为了突出自己的姿态很独特，他们也不会偶尔骄傲地表示自己胸襟宽广，很愿意接纳别人的提议。要亲近这种人其实颇具难度，要跟他们建立合作关系同样如此。

第五章 自卑感及对认同的追逐

第一节 童年初期的处境

毋庸置疑，眼下我们已了解到如下真相：从来没有得到命运垂青的孩子，对人生、对其他人的态度将迥异于自幼便得享人生快乐的孩子。天生就有身体缺陷的孩子，自幼便开始为了生存进行极为艰苦的斗争，这几乎成了一项基本规律。这种斗争多半会让他们的社会感荡然无存，他们因此将所有精力都放在了自己和自己留给他人的印象上，对如何跟人合作一点兴趣也没有。身体缺陷也许会让人以敌对态度对待世界，而同样会引发这种结果的，还有过度的社会压力、经济压力。在孩子还十分幼小的时候，这种决定性倾向便已确立了。这种

孩子在两岁的时候，就时常感觉因为某种未知的原因，自己的竞争准备往往不及自己的伙伴，总是觉得没有信心，哪怕在很一般的游戏与活动中都是如此。他们热切期盼的态度，彻底暴露了他们因之前的艰苦经历生出的被忽略的感觉。一定要铭记一点：在生活中，所有孩子都处在不利的地位，难以独立生存，除非能从家庭中得到某种程度的社会感。孩子的脆弱无援总能让人真切感受到，生命伊始，所有人都有深刻的自卑，只是程度多少不一，终有一日，所有孩子都将明白，面对生存的挑战，只靠自己的力量无法应对。孩子奋发向上，就源自并始于这样的自卑。孩子为获得人生的平和与安全，将采取怎样的方法，孩子将确立怎样的生存目标，将通过何种路径朝这种目标进发，都取决于这种自卑。

孩子身体独有的潜力，决定了其可塑性，这种可塑性会因以下两种因素受损：一是夸张、增强、恒久的自卑，二是获得安全、平和、社会均衡以及掌控其他人，极力超越环境的目标。怀有这种目标的孩子非常容易分辨，且极易变成坏孩子，因为他们觉得自己做过的所有事都很失败，觉得无论上帝还是他人忽略了自己，都在排挤自己。要明白，走冤枉路、没有充足的准备等种种错误，在孩子的人生进程中都是无法避免的，就一定要兼顾上述所有因素。所有孩子都有可能走上歪路，所有孩子都将发现自己处境危险，只是有些孩子早，有些孩子晚。

显然，在成年人身边成长的孩子会轻而易举感受到自己十分弱小，无法自立，他甚至不相信自己真的能做好其他人觉得他能好好完成的简单工作，而不会遇到任何问题。这便是大部分教育错误的起点，人们对孩子提出了超出其能力范围的要求，导致孩子产生了力不从心、无处求援、羞惭至极的感受，更有甚者会故意让孩子感受自身的弱小、无用。部分孩子被当成玩物、活的娃娃，或要谨慎看管的财宝，或一点用处也没有的垃圾。一般说来，孩子会因父母和其他成人的上述态度，确定自己只有让他们喜欢或讨厌这两种选择。人类文明的一些特殊元素也许会加深这种以父母为源头的自卑。例如对孩子不够重视，孩子会因此觉得自己毫不重要，毫无权利，对大人的生活可有可无，无权发表自己的意见，一定要有礼貌，不能喧哗吵闹等。

很多孩子在成长的过程中，长期处在害怕被讥笑的恐慌中。讥笑孩子会对孩子的心灵产生近乎恒久的影响，并会在孩子成年后变成其习惯与行动，因此简直称得上一种犯罪。童年时期经常被讥笑的人，

将一直处在再度被讥笑的恐慌中难以脱身，旁人能据此轻而易举地分辨出一个成人有没有这种经历。

时常跟孩子说毫不掩饰的谎话，是不重视孩子的另外一种表现。孩子会因此对身边的环境疑神疑鬼，并对人生是否严肃、真实产生质疑。我们治疗过这样一种孩子，在学校时，他们经常无缘无故地笑起来，表示没必要太过严肃地看待学校，这只是父母跟他们开的玩笑而已，这便是他们笑的原因。

第二节 弥补自卑——追逐认同与优越感

自卑感、欠缺感、不安全感，共同决定了个人的生存目标。孩子极力想吸引他人和父母的关注的倾向，从一出生便开始显露出来。这段时期，想获得认同的强烈欲望渐渐被自卑感唤醒，这点能够观察到。个人以得到优越感、超越自己所在的环境为目标，这在最初显露的蛛丝马迹中就已表现得非常明显了。

在确定这一追逐优越感的目标时，社会感的程度与质量发挥了重大作用。要恰如其分地评价一个人，无论是孩子还是成年人，都要先对比一下其对优越感目标的追逐与其社会感孰强孰弱。目标确立后，达成目标能确保个人得到优越感，或为赋予其生命以意义，使其人格获得提升。这种目标将价值赋予了个人感觉，并整理、协调个人感情，刺激个人想象，指引个人创造，确定个人应铭记何事，又应遗忘何事。这说明感觉、情绪、感情、想象这些个人精神活动关键元素的价值都是相对而言的，乃至一直在发生变化。个人确定的奋斗目标作用于这些元素，并掌控、决定着个人的真实思想，个人极力追逐的终极目标，就相当于隐藏于这一切元素中。

一般说来，人们在确立方向时，都会以某个确定的点为依据，这个点并非实际存在的，而是人们虚构的结果。人们一定要假设有这么一个点，这是基于精神生活的不完备得出的结论。这非常近似于其他学科做出的假设，例如为了给地球划分不同的区域，借助了极具实用价值但并非真实存在的子午线。而我们在治疗臆想症时，第一步一定要先假设一个固定点，就算更深入的研究表明，现实中并没有这样一个点，这一步也是不能省略的。此举无非是为了让人们能清楚了解一种混乱状态中的种种相对价值，以便在该状态中确立方向。而一旦确

定了这个点，就能以此为依据，为一切感觉、感情划分类型，这便是该做法带来的益处。

个体心理学据此建立了一种体系与方法，颇具启迪性，具体说来就是，把人类行为看成一个关系群，该关系群产生于对特殊目标的追逐过程中，与目的相符，以人类身体的基本遗传潜力为基础。但经验显示，尽管个人努力追逐某项目标是种假设，但这种假设不光是种合理虚构，假设的基本规律还跟真实存在于意识或无意识中的实情有大量共同点。所以努力追逐某项目标，也就是精神生活的目的性是一项真实存在的基本事实，而不只是种哲学设想。

在人类文明的弊端中，追逐权力堪称最严重的一种，要阻挠该弊端的发展，最卓有成效的方法是什么？由于婴儿阶段，人们便开始追逐权力了，要跟如此幼小的孩子沟通难度颇高，因此对上述问题的研究遭遇了很多难题。改良、矫正举措都要等孩子稍大一些后才能开始，但此时再发展孩子的社会感，使之完全消除对个人权力的追逐，是不可能的，就算我们跟孩子朝夕相对，也无法做到这点。

孩子会把追逐权力隐藏于友情与柔情中，不会公然对外展现出来，这是另外一个难题。为了隐藏自己的思想，孩子小心翼翼进行掩饰。若任由孩子追逐权力，不对其进行束缚，孩子的精神发展就会退化。过度追逐安全与力量也许会把勇敢变成草率，把遵从变成怯懦，把柔情变成狡诈——以此成为世界的统治者。一切自然感情或表现，最终都将披上伪善的外衣，同时确立一项最终目标，就是征服身边所有的事物。

对孩子的不安全感有意无意做出补偿，是教育影响孩子的手段之一，此外还有如下手段：传授孩子生活的技巧，给予孩子经过严格训练的理解力，给予孩子面对其他人时要用到的社会感。无论本身有何种源头，上述举措都能帮孩子战胜成长期间的不安全感与自卑感。由于孩子展现出的性格特征就像反映他们精神活动的镜子，因此一定要以这些性格特征为依据，为孩子的精神活动做出判定。孩子对不安全感与自卑感的理解，决定了其不安全感与自卑感的权衡标准。孩子在真实生活中占据的不利地位却与该标准无关，哪怕这种不利地位对孩子的精神状态关键至极，也不能改变这一点。

就算是成年人，也无法在各种处境中正确判断自身，更何况是孩子，各种困境就这样产生了。孩子拥有相当复杂的成长环境，部分孩

子会对自身不利地位做出种种错误判断，这是无法避免的，部分孩子则或许会对自身处境有略微清楚的认知。总体而言，在成长过程中，孩子对自卑感的理解会逐渐改变，最终以一种清晰的自我认知形式确定下来，即孩子一切行为中的自我评价常量。以这种固定标准（也可以说是自我评价常量）为依据，孩子便能建立一种倾向，让自己的自卑感得到弥补。

为了减轻折磨人的自卑感，精神尝试借助弥补机制。在有机领域中，也有这类情况发生。若人体的重要器官受到伤害，能力降到正常值以下，器官便会增生或功能强化，这点大家都已了解。所以心脏好像都会在血液循环不流畅之际，集中所有力量，相较于普通心脏，其也许会变得更大更强。精神也会在自卑感的压迫下，或在觉得自身脆弱无援的思想压迫下，为战胜自卑情结，不惜倾尽所有力量。

若孩子有很强的自卑感，以至于担心自己的脆弱再也得不到弥补，便会不断引发危险。其在寻求弥补时，会以过度弥补、超乎寻常的均衡为目标，单单是恢复力量均衡，已无法再让其感到满足。

平凡的生活环境无法满足那些追逐权力夸张或是强烈到了病态程度的人。一般说来，个人行为的表情此时都会变得很夸张，与其夸张的目标刚好相符。对病态权力倾向的研究表明，为追求安全的生活付出极大努力的人更急迫，更缺少耐性，更冲动，完全不会考虑其他人。夸张的行为与追逐掌控权的夸张目标，会让这种孩子更受人关注。为保护自己的生活会，他们将倾尽全力。不仅如此，他们还会损害其他人的生活会。简而言之，他们跟世界有着不可调和的矛盾，争斗不断。

但当前的状况自然还没有达到如此恶劣的程度。追逐权力时，有些孩子不是故意想跟社会直接发生矛盾，其理想也完全正常。但对其活动与成就的深入研究表明，由于他们的理想根本不涉及其他人的利益，只关系到他们自己，这种自私自利的理想还经常为他人的生活会造成阻碍，因此他们的成功并不能给社会带来半点好处。他们的人格会随着时间的流逝，不断呈现出其他某些特征。这些特征全都带着越来越突出的反社会特色，这是我们站在全人类的关系角度思考得出的结论。

自大、虚荣、为征服其他人甘愿牺牲所有的旺盛欲望，是其中最突出的特征。征服其他人的欲望，能从更高的地位和对其他人的轻蔑

中获得满足，即要达成一个人的征服欲，重点在于将其跟其他人间隔开的距离。因为这种征服的态度，他再也无法体会人生的快乐，却不停地接触人生的阴暗，以至于身边人对此忍无可忍，他自己也很不悦。

部分孩子为保证自身对环境的影响，极力追逐权力，可这种夸张的追逐极易逼迫他们以抗拒的态度对待平常的工作与责任。要判定这种渴望权力之人的社会指数（也就是其与其他人疏远的程度）毫无难度，只需对比他们与标准社会人即可。敏锐洞悉人性，且明白生理缺陷有多重要的人，会自然而然了解到这种性格特征之所以产生，必然是因为心灵在发展期间遭遇了阻碍。

正常心灵发展也许会遭遇某些阻碍，要真正理解人性，只需了解这些阻碍有多重要即可。我们若能让自身社会感得到充足发展，那我们已得到的人性相关知识就能为别人提供帮助，而断然不会为别人造成伤害。如生理存在缺陷的人、性格欠佳的人也许会易怒，但责任并不在他们本身，因此不应责怪他们。这种人完全能表达自身愤怒，这是其权利，这点不得不承认。另外，由于我们没能及时采取一些举措预防这种悲剧的社会源头，因此我们也要对这种人的处境负有部分责任，这点务必要了解。我们若能坚持上述立场，那么到了最后，必定能对现状做出改良。

不应将这种人当成无耻之徒，认为其没有前途，不值得重视，而应将他们视为同类，为他们创造一种人人平等的气氛。想象一下，你会为看到一个有明显生理缺陷的人产生何种程度的不悦。对存在缺陷之人采取何种态度，能让我们了解应具备何种教养，才能得到完全公正的社会价值感与完全真挚的社会感，并能让我们据此判定这种人为人类文明发挥了怎样的作用，因此这种态度实际是一种很好的衡量尺度。

生来就有生理缺陷的人，显然从一开始便承受着巨大的生存压力，因此面对人生的所有问题，都倾向于站在悲观的视角。同样悲观的还有这样一些孩子，他们并无太显著的生理缺陷，却因为种种人为原因变得极其自卑。这种悲惨的结果也许是由重要成长阶段中过分严苛的教育造成的。幼时遭遇的伤害会在孩子心中留下印迹，无法抹去，彼时他遭遇的冷漠会对他跟别人的沟通造成阻碍，导致他觉得自己所在的世界缺少爱心，缺少感情，自己和这个世界难以交流，因为彼此间毫无共同之处。

例如有位病人不断强调自己拥有极强的责任感，自己的一切行为都很关键，因此吸引了旁人的关注。他跟共同生活的妻子关系极为恶劣，无论何事，乃至头发是粗是细这种事，二人都能发生争吵，想要成为获胜方。不断的争执、责备、羞辱让二人的关系疏远，这是必然的。丈夫对优越感的渴望，毁灭了他对同类仅余的少许社会感，最低限度对其妻子、朋友来说是这样的。

从他的生命历程中，我们获悉他在十七岁以前还没发育好，没有变声，没长体毛和胡须，并且是全校最矮的几个孩子中的一个。他今年三十六岁，造物主似乎已赶上来做完了未在他十七岁时做的所有事，以至于他表面看起来很有男子气概。可是在长达八年的时间里，他一直承受着发育迟缓的折磨，并因觉得自己将一直停留在孩童时期受尽煎熬，因为当时他完全不能确信自己的发育反常，还能不能从造物主处获得弥补。

他当前的性格特征在那时便已有所展露，他好像觉得自己所有的言行都非常关键，总是表现得十分傲慢。他的一切表现其实都是为吸引大家的关注。他当前展现出的种种性格特征，随着时间的流逝渐渐成型。婚后，他始终在努力让妻子觉得相较于她想象中的他，真实的他更加重要、伟大。妻子却迫切想让他明白，他对自己的评价有多不符合实际。两人的婚姻在这种情况下，基本无法实现和谐圆满，在订婚时便出现了失败的预兆，最终结束于一场社会动荡。毋庸置疑，婚姻失败让他本就频频受挫的自尊更加饱受创伤，以至于他只能来求医。这位病人一定要先在医生处掌握理解人性的方法，掌握判断自己在人生中已经犯下的错误的方法，同时明白截止到目前，自己对自己占据的不利地位的错误评估已对人生造成了全面影响。只有做到这些，他才能恢复健康。

第三节 生命曲线图及宇宙观

对这类病例的论述，时常需要阐释病人童年时期的印象与其现状间的关联，而用两点一线的数学公式曲线图将其直接展现出来，便是最简单、最清晰的方法。我们据此描绘了很多病人的生命曲线图，即精神轨迹曲线图，个人的一切运动都要以这种曲线为依据。该曲线表示了一种行为模式，个人从幼年时就开始遵从这种模式。部分读者可能会觉得我们这样过度简化人的生命，是对人类生命的轻视，也可能会觉得我们不承认人能掌控自己的生活，因此也不承认人拥有自由的

意志与判断。这种针对自由意志的指责是成立的，这种行为模式最后的形态会出现某些细小的变动，这其实是难以避免的，不过，其实质内容、精神、意义从头到尾都不会发生改变，我们据此判断这种行为模式是一种确定元素，哪怕成年后的环境会在某些状况下让其发生改变也是一样。由于婴儿阶段留下的印象会指明孩子发展的方向，预测其对人生将来的挑战采取的应对举措，因此我们在做研究时，务必要先找到其最初的童年经历。孩子在婴儿阶段感受到的特别的压力，必然会对其人生态度造成影响，并从根源上决定其世界观与宇宙观，因为孩子会运用自身业已成型的潜藏的心理能力，来应付生命中的挑战。

我们认为，虽然个人的人生态度在之后的生活中会迥异于一开始时的种种表现方式，但这种态度本身从婴儿时期过后便不会再改变，所以为孩子创造一种不会轻易对人生产生错误认知的环境，是很关键的。孩子的体力与抵抗力是成长期间的关键元素，其社会地位与对其承担教育责任之人的性格特征的关键性，基本与之等同。孩子刚刚出生时，会以没有意识、条件反射的方式对生活做出回应，可之后根据生活中的特殊目的，又会采用不同的方式做出回应，即孩子刚刚出生时的情绪，是由人类的本能需求决定的，可之后孩子将掌握一种能力，能逃避这些天然的欲望，或对其加以控制。通常说来，这种改变始于孩子产生自我意识之初，跟他以“我”自居的时间基本吻合。孩子刚好是从这段时期开始察觉到，自己跟身边的环境有种固定的关联。由于这种关联不断强迫孩子以自身世界观、以自身对幸福与完美的见解为依据，用各种不同的态度对自身各种关系加以调节，因此这种关联断然无法让人维持中立。

回忆先前对人类精神生活的目的性所做的探讨，能让我们对以下观点有更清楚的认知：人类行为模式是一个完整的统一体，坚固异常，这是其独有的一项特征。包括外表看来好像有完全相反的分裂性精神倾向的病人在内的所有人，都是完整的人格统一体，这点已因不断增加的实例得到验证。如部分孩子在学校和家庭有截然相反的表现；如部分成人有着十分矛盾的性格特征，往往给人一种不可捉摸的感觉；又如外表看来好像一点差异都没有的两个人的行为与表现，其实却迥然不同，只需对其潜藏的行为模式做一番认真的研究就能证明这一点；再如两个看似在做相同事情的人，做的事情却完全不同，两个看似在做不同事情的人，做的事情却是相同的。

不管怎样，我们都不能把精神生活的表现当成纯粹的独立现象，务必要反过来以上述表现针对的相同目标为依据，对其意义做出判定，因为其也许会有多种意义。要了解某种现象的实质意义，务必要明白其在个人整个人生中的价值。要了解个人的精神生活，务必要认可个人一切表现都属于相同的行为模式这项规则。

要明白哪里是我们最易犯错误的地方，就要明白以下两点：人类一切行为都是基于对某一目标的追逐，无论何时都有一项条件约束人类行为。犯错误的根源是所有人在对自身的成功经验与精神财富加以利用时，都以自身独有的生活方式为依据，并对该生活方式做出了某种程度的增强。因为一般情况下，我们只会单纯地接纳、转化、吸收一切源自意识或是无意识的感受，而不会去检验任何事情。唯有科学能说明、揭露、改善人类的这一行为模式。为概括上述观点，接下来列举一个案例，我们会在该案例中借助已掌握的个体心理学理论，对每种现象做出解析、阐释。

有位女病人，年纪轻轻，表示自己几乎无法抑制对生活的不满，为此发出怨言，并表示种种杂乱的事务让自己终日忙碌不堪，便是这种不满的源头。她的眼睛不停地转动，看起来十分烦躁，光是这种外在表现已经能表明她的性格很暴躁。她还发出了如下怨言，自己甚至会为一项很简单的工作担忧、焦虑。我们从她的亲朋好友处得知，不管什么事，她都会看得非常重要，并且她有很多工作要做，忙得简直要崩溃了。她给我们留下了这样的总体印象：她太过认真了，跟很多人没有区别。“就算很小的事，她也时常当成很大的事看待，忧心忡忡，但其实没有必要。”这是她家人对她的评价，这种说法验证了上述结论。

试想，倾向于把一切简单的工作都视为非常艰难、沉重的工作，这种做法会为身边人或另一半留下何种印象？该倾向有着十分显著的意义，必然会让所有人认为当事人提出了一种请求：由于最基本的工作都让他难以承担，因此他请求环境别再强行安排其他任何工作给自己了。

对于这名女病人的人格，我们所知尚不充足，所以有必要刺激她再多介绍一下自己。诊病期间，务必要拐弯抹角，无微不至，为避免激起病人的反感，不要尝试掌控病人。若能获得女病人的信任，继续与之交流，就能得出她毕生只关注一个目标的结论。女病人的行为说明，她在尝试说服某人自己应获得温柔体贴的照料，无力再担负任何

义务或是责任，这里的某人有很大概率便是她的丈夫。更进一步，我们还能推测她的这种要求必然全都始于从前的某一时刻。她证明了我们的推测，表示很多年前有一段时期，温柔深厚的感情一度是她最为缺少也最为渴求的。我们至此更加清晰地了解到，她这种做法是对自身渴求关怀的增强。不知何故，过去她对柔情与爱的渴求未能得到满足，眼下她要避免这种情况重演。

该结论的正确性因她提到另外一些情况得到了更深入的证明。她提及一位在很多事情上与她截然不同的朋友，这位朋友同样迫切想要摆脱不幸福的婚姻。有一回，她去拜访这位朋友，看到朋友站在那儿，手中拿书，跟丈夫说自己真的没兴趣做午餐了，语气很是厌烦。极度愤怒的丈夫对妻子的全部人格提出了批判，用词很不留情面。我们这位病人对此事怀有如下观感：“此事总让我感觉自己采取了优越得多的方式处理事情。由于我整天都非常忙碌，因此不会有人向我提出这种批评。我一直有很多事情要做，终日疲于奔命，所以若我家的午餐未能按时做好，不会有人向我发出指责。在这种情况下，要我舍弃这一方式，怎么可能呢？”

她心里真正在想些什么，我们都心知肚明。为得到某种程度的优越感，她尝试借助某种不会太过冒犯别人的方式；为免遭他人的批评，她又尝试借助不停地要求获得柔情的方式。表面看来，好像没有原因能让她舍弃这种颇为有效的方式，可她的做法中还隐藏着别的含义。无论何时，她对柔情的请求都不会减弱，而这种请求同样是一种想掌控别人的意愿，这必定会引起种种矛盾。由于她只会在对所有事情都有把握时感到安心，因此若家里有东西不见了，她一定会小事化大，无中生有，继而因为太过忙碌，头疼病发作，到了夜间也无法安睡。若是接到他人的邀请，她一定要做很多准备工作，因为这对她而言是相当重大的事。在她眼中，连微不足道的小事都非常重要，那毋庸置疑，拜访他人就更是困难无比了，她要做完相应的准备工作，要花费几个小时甚至几天才行。据此能大致猜测到，她不是委婉地拒绝邀请，就是接受邀请但最低限度会晚一些才赶到。简而言之，这种人断然不会拥有多么强烈的社会感。

上述对柔情的渴望，将在婚姻中揭示出大量问题。例如丈夫一定会因公出差，或独自造访他人，或有不得不参加本组织的聚会，这些我们都能想象得到。他若不带妻子过去，不会对夫妻感情造成伤害吗？而婚姻自然要尽量把丈夫留在家里，这可能是我们最直观的反

应，实情多半也是这样。这项表面看来好像颇具柔情蜜意的义务，会让丈夫忍无可忍，除非其本身没有工作。这种情况必然会导致不和谐，这种不和谐在我们的案例中迅速得以彰显：有时候，丈夫为了不打搅妻子，很晚才上床休息，结果发现妻子居然还醒着，并投来了责备的目光，这让他很惊讶。

与之相似的情况大家都已了解，因此不必再描绘。而有一项事实，我们自然也不能忽视，就是很多男人也有我们探讨的这种小缺陷，其并不是女性独有的。某些情况下，对柔情与关怀的特殊要求或许会展现为种种不同的方式，这才是我们阐释的重点。在这一案例中，丈夫若偶有一晚不能早回家，妻子便会跟他说，他最好不要过早回家，反正平日里他的社交活动也不多。她是真心的，只是说话的口气好像在说笑。表面看来，我们先前对这位病人的印象似乎被推翻了，可若能认真观察一番，就能了解个中关联。这位聪慧的妻子并未太过严苛地约束自己的丈夫。这位容貌动人、性格并无不足的妻子，除心理活动外，其他方面都不能让我们产生兴趣。她对丈夫说的话其实是表示，她才是决定掌控者。丈夫能在她容许的情况下很晚才回家，可丈夫若经常不问她的意见便夜不归宿，对她来说就是严重的伤害与蔑视。此事因她这番话罩上了面纱，变得模糊不清，在夫妻双方关系中，她好像成了命令者，就算是工作和开展其他社交活动期间，丈夫也都要根据她的心愿与意念行事。

我们若能在她对柔情的渴求和我们的这一新发现（也就是她要安心，前提是必须要将整体局势彻底操纵于自己手中）之间建立关联，便能了解这种断然不愿沦为附庸的动力对她的鼓励，贯穿了她的整个人生，她一直想占据主导，不希望自己安全的地位因任何一种批评变得不稳定，无论何时，她都要占据自己生活圈子里的核心地位。这种做法在她处理一切事情时都有表现。例如她会在寻找新的女仆时紧张不已，很明显是在忧心自己能不能掌控这名新女仆，一如掌控之前那名女仆。又如她也会在准备外出散步时紧张不已，因为她即将走进外边的世界，在路上行走，那里超出了她能绝对掌控的权力范围，她要躲开所有的车，忽然找不到任何一种自己能控制的事物了，即她变成了绝对服从者。我们只要了解了在家时她有多么独断专行，就能清楚了解她为什么要紧张、忧虑，其意义何在。

以上性格特征的表现方式，也许总是很快乐的，以至于我们断然无法从外在表现中看出，此人的心灵正承受着痛苦乃至极强烈的痛

苦。想象一下被夸张、放大的紧张是什么样的。部分人因在公交车上不能随意行动，而畏惧搭乘公交车。如果这种情况不断恶化，他们最终可能无法再走出家门。

我们还能从这位病人身上发现童年时期的印象对个人人生的影响，因此深受启发。站在这位女病人的角度，她的做法当然毫无错误。若某个人的态度与整个人生都在追逐温暖、尊重、荣耀、温情，无所畏惧，那有一种达成该方法称得上一种好方法，就是一直表现得好像难以承受重压，或表现得身心俱疲。该方法能避开所有责备，逼迫环境对自己温柔、细心，并避免所有或许会对精神平衡造成损害的事物，这是其他任何方法都无法做到的。

这位病人还是个学生时，便已开始采取这种做法，这点只要回顾其人生历程便能了解到。她每次没做完作业，都会表现得相当紧张，以此逼迫老师对她采取十分温和的态度。她还表示，自己家里有三个孩子，她是最大的，还有一个弟弟、一个妹妹。弟弟始终是最受宠的，她因此时常跟弟弟发生争执。而大人们十分看重弟弟的成绩，却无视她这个原本很优秀的学生的成绩，这点让她格外愤怒。她最后简直无法忍耐了，终日抱怨自己学习成绩优秀，为何却得不到公正的评判。

可见这个小女孩在极力追逐平等，且自幼便感到自卑，为战胜自卑，付出了很多精力。她优秀的学习成绩未能弥补她的自卑，为了击败弟弟，她便想以很差的成绩作为武器，结果沦为了一名差生。由于这样能帮她吸引父母更多的关注，因此这种显然不光荣的事在她看来却非常合理，这是一种很幼稚的观点。她清楚表明自己“需要”成为一名差生，这说明她的某些小手段必然是用心且故意计划好的。

但她的成绩根本未能吸引父母的关注，而由于这时候又出现了一个新的角色——她的妹妹，她的成绩突然又迅速提升，这很有意思。妹妹的成绩也很糟糕，母亲有多担心弟弟，就有多担心妹妹的成绩。有个很特殊的原因是，妹妹的成绩与品格都很糟糕，我们这位病人却仅仅是成绩糟糕，这样妹妹自然能吸引母亲的关注，而不费吹灰之力。父母必须要对品格糟糕的孩子投入更多精力，因为品格糟糕必然会在社会上引发迥异于单纯的成绩糟糕引发的结果，遭遇巨大的危险。

她追逐平等的战斗暂时失败了，可这种处境无人能够忍受，所以一次战斗的失败断然不会让战争永远终止。她将在之后不停地有新倾向和新行为，在其性格成型的过程中，这些全都发挥了某种程度的推动作用。眼下，我们对她小事化大，总是疲于奔命，热烈期待把自己难以承受重压的状态呈现在众人眼前的原因，有了更加深刻的认知。实际上，这些举动一开始是为逼迫父母平等对待她和弟妹而做出来的，还向父母对其他人比对她好提出了批评。彼时，她的基本态度便已成型，并保留至今。

我们还能遵循其人生路径，继续向前追溯至更早期。幼时的一次经历给她留下了深刻的印象，彼时弟弟刚刚出生，她想拿木头打他，险些犯下大错，还好有母亲小心翼翼在旁边守候。彼时只有三岁的她已经意识到，只因自己是女孩，所以才会遭到冷遇，才无法获得其他人获得的宠爱。她无数次表示，希望自己能变成男孩，这给她留下了清楚的记忆。因为弟弟出生了，她无法再享受温暖与舒适，并因弟弟凭借男孩的身份获得了比她优越许多的待遇，她觉得自己受到了非常不公的对待。她在极力为这种缺陷做出弥补期间，偶尔表现得难以承受沉重的压力，以此作为应对的方法。

这种行为模式已深深扎根于她的灵魂，为证实这一点，我们来为她做的一个梦做出解析。在梦中，她在自己家跟丈夫交谈，但丈夫看起来却像个女子，而非男子。该细节是她为自身一切经历与关系做出处理的行为模式的象征。这个梦表明，她在跟丈夫的关系中获得了平等，丈夫变得好像女人，而非弟弟那种占据有利地位的男人，夫妻间因此不再有高低差异，即她自幼便希望得到的，在梦里得到了满足。

我们就此连起了一个人精神生活内部的两点，并据此找出了其生活方式、生命曲线图、行为模式，在此基础上，对其产生了如下总体印象：现在我们面前的这个人扮演的是强硬的角色，采取的却是温柔的方式。

第六章 人生准备

可将心灵所有的表现视为为某项特殊目标做的准备，这是个体心理学的一项基本原则。我们能从之前描绘的种种心灵活动中看出，个人在为达成一切心愿，为了理想的未来，持续、勇敢地做准备工作。所有人都会有这样的经历，这是人类的普遍经验。总会有种种神话、

传说、英雄故事提到美妙的理想国度，提到世人为此做出的努力。一切宗教信仰都有天堂，该信念同样展现了人们笃信在将来，一切难题都将得到解决，而这便是大家对将来的期待。教义中灵魂不死、灵魂转世之类的内容，同样能作为人们坚信灵魂终将重获新生的有力证据。而若不是一直在期待幸福的前景，世人也不会这样喜欢童话，创造了如此众多的美妙童话。

第一节 游戏

作为孩子生活中的重要现象，游戏将孩子为未来做准备的方法展现得一清二楚。我们应将游戏当成教育的辅助方式，推动心灵、想象、生存技巧发展的刺激元素，断然不能将其视为父母、老师带孩子随便玩闹。各种游戏都隐藏着为未来做的准备，孩子对身边环境的态度、他跟身边环境的关系、他跟人往来的方式，都在他对游戏的态度、为游戏所做的选择、对游戏有多看重中得到了暗示。孩子玩游戏时，态度是敌对还是友善，尤其是想不想领导他人等特征，都将完全展露出来，即要清楚了解孩子所有的人生态度，只需对其在游戏中有何表现做一番认真观察即可。这说明游戏对所有孩子来说都重要得无与伦比。教育学教授格罗斯最先提出了孩子做游戏是为人生做准备的观点，在动物的游戏中，他也发现了相同的倾向。

但游戏的意义并不仅限于为人生做准备，其还是一种能展现、完善孩子的社会感的社会锻炼，这是其另外一项十分关键的特征。一般说来，大家会觉得不喜欢参与游戏、跟其余人玩耍的孩子，适应生活的能力不足。通常情况下，这种孩子不会主动参与任何一种游戏，并往往会在得到跟其他孩子玩耍的机会时坏了大家的兴致。这主要是因为自负、自尊至极的性格，这导致他对自己会不会在游戏中表现欠佳、丢人现眼，怀有过度的担忧，因此拒绝参与一切游戏，以避免自身缺陷被人发现。总之，孩子在游戏中有何表现，能作为判定其拥有多少社会感的依据，结果基本不会出现什么偏差。

游戏期间还有一个元素不容忽略，就是追逐优越感。游戏中，很多孩子都争相担当首领、指挥者，这为其对优越感的极力追逐，提供了充足的证据。所以要确定孩子有多渴望优越感，只需了解其是不是热衷于表现自己，是不是愿意参与能担当主角的游戏即可。在孩子的游戏中包含着三大最关键的元素，即为人生做准备、社会感、追逐优越感。不管什么游戏，最低限度都会包含其中一个元素。

游戏中自然还包括其他很多元素，例如游戏期间，孩子也许会表现出某些领域的天分。基本所有孩子都能在游戏中找到自己的位置，并在跟伙伴的交流中，将自身很多潜力激发出来。某些游戏重点突出了孩子的创新表现，这些或许能锻炼孩子的创新精神的游戏，站在为人生做准备的立场上看，十分有利于孩子的进步。例如我们发现很多人幼时都给玩具娃娃缝制过衣服，成年后，他们便成了裁缝。

游戏跟心灵存在密切关联。在孩子做游戏时从旁干扰，必然会对孩子造成不利影响，因为游戏就相当于且务必要被当成工作的一种。另外，由于孩子做游戏相当于为未来的人生做准备，所有孩子都能在游戏中展现出成年后的一些特征，因此断然不能将游戏单纯地当成打发时间的一种方式。这说明若能了解某个人童年时期的生活，便能在评价此人时更轻易、客观地得出结论。

第二节 专心与不专心

专心是心灵活动的重要特征之一，在人类的一切才能中，这项才能相当引人注目。借助感官，集中精力探寻身体内部或外部的某项特殊事实，能让我们得到某种特别的紧张感受。这种感受仅限于眼睛之类的特定器官，而不会蔓延至整个身体。将精力集中于某件事时形成的紧张感受，跟准备行动或马上就要行动的感受相似。例如眼睛在紧盯着某一目标时，便会有这种特别的紧张感受。

专心的意愿会想要摒弃其他所有干扰，因为若心灵一隅或运动组织的一个部位，因专心产生了紧张感受，其他部位的紧张感受就会遭到忽略。专心对心灵来说代表了一种态度，也代表了人们想跟某项确切的真相建立直接、紧密的关联。专心另外也相当于心灵在积极准备，以满足自身需求，也就是我们要在某一特殊状况下，在某项特殊目标中，集中自身所有的意志。

任何人都能做到专心，只有生病、智障的人例外，但依旧有很多人很难集中精力。其中有很多原因：第一，集中精力时，会因疲倦、病弱受到阻挠；第二，部分人不愿集中精力，原因在于集中精力的对象完全背离了他们的行为模式，且让他们提不起兴趣来，这种人的注意力会在遭遇跟他们的生活方式关联紧密，且让他们兴趣浓厚的事情时，马上被唤醒。抗拒的倾向也是无法集中精力的关键原因之一，孩子极易出现这种倾向。有这种倾向的孩子，往往会拒绝给予他们的所

有事物。一定要先消除这种孩子的抗拒，让其乐观、宽容，然后才能让他们集中精力。具体说来就是，要想让这种孩子甘愿接受教育，教育者与教育组织就要在这种孩子务必要学习的内容与孩子的行为模式间建立关联，同时将这些内容变成孩子生活方式的构成部分，必不可少，兼具实用价值。

对于自己和自己以外的所有事物，有些人能够看、听、感受。但有些人在探究人生时，却只借助眼睛。有些人在感受一切事物时，则完全借助耳朵。另有些人感知事物的感官还未受到刺激，因此对视觉性事物毫无兴趣，无法看见任何事物，无法留意任何事物，乃至无法在最能刺激其产生兴趣的环境中集中精力。

对世界存有真正、真挚的兴趣，是让注意力觉醒的关键元素之一。相较于注意力，兴趣的精神层次要深刻许多，相当于注意力的基石。所以兴趣会让人很自然地去留意，教育者不必为有兴趣的孩子不能集中精力忧心。兴趣作为一种工具，有效且便利。人们一旦有了兴趣，就能投身某个专业领域，目标清晰，精力集中。但所有人都可能在培养、实践兴趣期间犯下错误。若某个人渐渐养成了一些固定的错误兴趣，便会连累其精力转移到对其人生并不那么关键的事情上。例如某人对自己的身体或者权力有最浓厚的兴趣，那一旦牵涉到这种兴趣，或有何事要其争取，或有什么威胁其权力，此人定会将自身精力全部集中于此。其精力断然不会在对自己的权力的兴趣被另一种兴趣取而代之前，转移到其他任何一种事物中。一旦发觉自己无人关注，发觉自己的重要性大不如前，孩子马上就会集中精力，而一旦觉得对自己而言，某件事很无所谓，孩子的精力马上就会转移，这些情况在平时的生活中十分常见。

精力不集中不能表明一个人缺少专心的能力，只能表明其对自己应集中精力的情境没有兴趣，想从该情境中抽身离去。实际上，他能做到非常专心，只是他专心的对象在别处。与之相似的还有毅力、活力匮乏的案例，这种人总在缺乏意义的小事上，投入自身一切强大的毅力与执拗的精神。这说明这种人关键的问题是，相较于我们通常的期望，他们追逐的是另外一种目标。除非能将其整个生活方式完全扭转，否则很难改善这种不足。

精力不集中的倾向也许会固定为一种性格特征，永远不会发生改变，这是十分常见的。例如常有人被安排做自己不喜欢的工作，因此选择应付了事或罢工，最终变成众人的负累，也是无可避免的。精力

不集中已成了这种人恒久的习惯与性格特征。这种性格特征会在他们被要求做事时，顺理成章地表现出来。

第三节 过失犯罪及健忘

一般说来，我们会称以下行为是过失犯罪：因为偶尔的粗心大意，未能采取必不可少的防护举措，以至于威胁到其他人的安全或身体健康。作为一种极端的精力不集中，过失犯罪的根源是，一个人对其他人的兴趣，精力全都集中于自己身上。只需观察一下孩子在玩游戏时会不会经常表现得很粗心，就能轻而易举地判断其只是为自己考虑，还是会顾及他人的权利。权衡个人有没有公共意识与社会感的标准，便是其是否关怀其他人。社会感发展不充足的人难以对其他人感兴趣，就算会因此受到惩处，他也不会改正。而拥有强烈公共意识与社会感的人会对其他人投入更多精力，这是很自然的。所以据此能够得出结论：大致说来，过失犯罪与缺少社会感没有区别。但就算某个人果真因粗心大意犯罪，我们也应心怀宽容，找到他无法关怀他人、满足众人期许的原因，而不应只是批评他。

精力不集中往往就会很健忘。在日常生活中，我们也许都体验过，在精力不集中的日子一定会忘事。部分人对某事的强烈兴趣也许会被低落的情绪伤害，导致记忆力衰退，经常忘事。例如孩子经常忘了带书本，这是因为他们尚未适应学校的生活，或因对学校的生活感到紧张或不悦，而不是因为他们对学习没有兴趣。至于常丢钥匙或放错钥匙的家庭主妇，却是因为对家庭主妇的工作毫无兴趣才会这样健忘，二者迥然不同。即健忘之人往往对自己正在从事的工作缺少兴趣，其健忘的表现清楚地暴露了这一点，只是其不想公然抗议而已。

第四节 无意识

实际上，我们之前描绘的人大半都未意识到自身心理活动的意义，连精力集中之人往往也难以清楚说明自己能在刹那间看清楚面前发生的所有事是出于什么原因。这说明在意识范畴内，我们无法寻觅到部分心理机能。虽然我们能有意识地强迫自己在一定程度上集中精力，但是刺激精力集中的大半是包含在无意识领域内的兴趣，而非意识。无意识广义说来也属于心灵活动，还是关键的心灵元素。我们一般能在人的无意识中探寻、找出其内部行为模式，而我们在其意识中的发现却往往会与其行为模式相背离。例如贪慕虚荣的女子正是为了

向其他人证明自己的朴素、庄重，才会有贪慕虚荣的表现，她对自己这种表现并无正确的认知。而世人一早便达成了共同的认知，将贪慕虚荣视为愚蠢的品性。所以站在这名女子的角度，只要醒悟到自己是贪慕虚荣之人，继续如此明目张胆地表现虚荣（或是愚蠢）就成了不可能，因此这种醒悟根本是无益的。可见人要得到极强烈的安全感，只需在某些毫不重要或全无关联的事情上集中精力，对自身贪慕虚荣的表现视若无睹即可。这一系列心理活动自然都发生于未察觉时与无意识中。你若尝试跟贪慕虚荣之人探讨其虚荣，他唯恐自己受到伤害，便会吞吞吐吐或改变话题，让探讨难以继续。但我们却因这种态度更加确定，他之所以一谈到贪慕虚荣的问题就会如此警惕，生怕自己的真面目被揭露出来，就是因为他想继续做个贪慕虚荣之人。

以对自己的无意识活动有多了解为依据，基本可将人分为超出平均程度和低于平均程度这两种类型。很多病例显示，第一种人的活动范围很大，对所有人、所有事都充满兴趣；第二种人的活动范围则往往较小。认为生活压力太重、身不由己的人，往往会不知如何面对如此宽广的人生，因为其多半目光短浅，生活在一个狭窄的圈子里就觉得很满足了，不能理智、透彻地观察人生，就像明白生活规则之人所做的一样。而这种人往往没有关系亲密的朋友，只能感受生活中全无意义的细节，却不能理解那些美好，也恰恰是因为其对生活缺少兴趣，唯恐过度扩张自己的圈子，自己的能力会不足以控制整个局面。

很多个人的经验显示，人对自己的价值估计过低，且无法正确判断自己的不足，是其对自身生活能力强弱认识不足的原因所在。也许他觉得自己很善良，但其实不管他做什么事，都是为了自己。反过来，也许他觉得自己很自私，但实际却非常善良，只要认真观察一番就能得出这种结论。但说到底，你的自我评价和其他人对你的评价并不重要，而你一切的心愿、兴趣、做法，全都取决于你对人类社会的态度，这种态度才是重点。

继续来探讨两种人：第一种人的生活更有意识，面对人生的种种问题，他们断然不会表现得漫无目的，而会以客观、理智的态度去处理；第二种人只能看见人生中很小的一部分，面对种种问题，其处理方式多半偏执而缺少理性，且其大半言行都被无意识掌控。这两种人共同生活，便会彼此对立，谁都不肯让步，因此要友好共处，可能会很困难。这两种人以及他们彼此对立的情景，在平时的生活中都很常见。其中每一方都觉得只有自己是正确的，另一方完全不讲道理。为表

明自己有多期待大家能融洽共处，其还会罗列出种种证据。但实情却不是这样的，他们说的每一句话都是对另一方的反对和拐弯抹角的进攻，只是听起来好像很诚挚，很光明正大。而更深入的观察表明，在日常生活中，这两种人一直以仇视、好战的态度对待彼此。

某些时候，人们会突然拥有一些力量，超出自己的想象。这些力量会在某种程度上影响人们的生活，乃至引发严重后果，即使力量本身都潜藏在无意识中，也无法改变这一点。在小说《白痴》中，陀思妥耶夫斯基以让后世心理学家拍案叫绝的出色文笔，描绘了如下事件：小说主角公爵去参加一场聚会，一名贵妇人用嘲讽的语气提醒他不要把身边那只中国花瓶碰倒了，那只花瓶价值高昂。公爵承诺自己会很慎重，结果过了几分钟，花瓶却倒在地上摔碎了。在场诸人都觉得花瓶打碎不是意外那么简单。由于那名贵妇人的话在公爵看来是对自己的羞辱，因此以公爵的性格，做出这种事也很正常。

只通过一个人有意识的行为与表现了解他是不够的，还要留意他身上的细枝末节。这些连他自己都未留意到的无意识之举，是极好的依据，能帮我们看清其真正的性格。例如有人喜欢咬指甲或抠鼻子，这种不雅的习惯是如何形成的，他们并不了解，而这种行为其实彰显了他们倔强的性情，他们或许也毫无认知。为什么要据此说他们倔强呢？很简单，因为大人一定会不断斥责有这种恶劣习惯的孩子，监督其改正这种习惯。很明显只有冥顽不灵的人才会在多次遭到斥责后，依然不愿改正错误。经验相对丰富之人能借助对这种不引人注目但能展现整个性格的细枝末节的观察，对任何人建立深刻、全面的认知。

心灵能够掌控意识，即心灵会把所有对心灵活动不可或缺的事物保存在意识中。心灵还会将一些事物保存在无意识中，或使其完全变为无意识，以保护个人行为模式。接下来解释这样一个问题，将无意识的事物保存在无意识中，对减轻个人精神压力相当有效。为此，我们会对两个病例进行解析。

第一个病例，一名年轻的男士在家中排行老大，他还有个妹妹。他十岁那年，母亲离开了人世，教育两名子女的责任从此便落到了父亲肩上。父亲相当有智慧，心地非常善良，还有强烈的道德感。他极力鼓励儿子树立远大的理想，并坚持为实现理想而奋斗。儿子不负所望，不仅成绩在班里名列前茅，道德、科学方面的素养也始终排在前头。一直希望儿子能在生活中扮演重要角色的父亲，为儿子有这种表现欣慰不已。

但年轻人这段时期也表现出了某些性格特征，让父亲忧心忡忡。为帮助他纠正这些问题，父亲倾尽全力，却未能如愿。妹妹这时候也逐渐长大了，开始跟哥哥竞争，寸步不让。能力出众的妹妹更倾向于利用自身的柔弱取胜，倾向于为彰显自己有多重要而打压哥哥。妹妹非常擅长做家务，哥哥完全不是她的对手。在其他方面，哥哥能很容易地得到认同，表现突出，可在家务方面，他难以取得这种成绩。而且从很久以前父亲便留意到，在社交方面，儿子的表现有点异常，这种异常在儿子进入青春期后越来越凸显。他其实从未参与过社交，对于一切初识之人，他都心存敌对态度，尤其是总爱逃避初识的女孩。父亲起初并未察觉，但这个问题非常糟糕。儿子如此反感社会，逐渐发展到近乎不出门的程度，乃至只在夜里才肯出门散步，厌恶在其他时间出去，最终自闭到连自己的故交都不肯见。可儿子在学校、在父亲面前却依旧表现完美，跟之前没有区别。

父亲被迫在儿子的情况恶化到彻底不想出门时，带他去求医。医生在数次诊察后，终于弄明白了他为什么不愿意出门。男孩觉得人们会因为他的耳朵过小，认为他十分丑陋，可实情并不是这样的。医生跟他说，跟别的男孩比起来，他的耳朵并无异常，他只是想借这种说法避开其他人，才会有这种念头。之后，他又对自己的牙齿、头发很丑发出怨言。很明显，这些也是不成立的，只是他的托词而已。他为何会选择这么幼稚的托词，说自己的耳朵很小之类？因为容貌丑陋之人在人类社会中必然会遭遇比其他人更严重的困境，这点大家都已了解，所以若这些托词都能成立，便说明他完全有理由表现得这样小心翼翼，甚至情绪紧张。

男孩显然颇有雄心壮志，他自己对此也心知肚明，且觉得之所以会这样，全因父亲对自己的悉心教导，因为由始至终，父亲都在鼓励自己努力奋斗，攀上生命的巅峰。成为了了不起的科学家，是男孩最远大的理想。这种理想本身没有问题，但在以下情况下却是有问题的：他之所以确立这种理想，只是因为不想履行所有人都应履行的社会义务。

男孩其实在追逐一项十分远大的目标，这是更深入的观察得出的结论。他以往一直是全班第一，并想将来也能如此。实现该目标需要具备一些优良的品性，包括专注、努力等。但只有这些品性，他认为还不够，他还想摒弃人生中所有看似与目标无关的事物。他这种思想

可概述成一句话：“我一定要摒弃所有可有可无的社会关系，这样才能获得荣誉，投身科学。”

但他并无这种说法和想法，反过来却说自己容貌丑陋，想用这种琐碎的托词，实现自身目标。由于这种托词能让他做自己真正想做的事，且有充足的理由，因此在他的行动计划中，这种托词是相当关键的。眼下，他为了继续追逐心底隐藏的目标，就要坚持这种观点，对自己容貌的丑陋之处加以夸张。但是他若公然表示自己想跟苦行僧一样，远离人群，独自生活，以达成永远占据第一的目标，那他心里的想法必然会被别人轻易识穿。这说明在意识层次中，他并未发现自己只想扮演出类拔萃的关键角色，而在无意识中，他却已经确立了这种目标。

他从来没有打算为达成目标奉献所有，倾尽全力。若他果真公开孤注一掷，只为在科学领域功成名就，那他的确尚不确定自己最终到底能否成功。若以自身容貌丑陋作为没有勇气参与社交的托词，那在达成目标这件事上，他也许会有更多信心。除此之外，所有公然表示自己希望一直占据首位，表现出众，且宁愿放弃所有社交以达成该目标的人，一般都会被人耻笑。这说明这是一种让人连想一想的勇气都没有的恐怖念头。众所周知，有些念头绝对不能公开，是兼顾影响与利己得出的结论，所以男孩只能在无意识中隐藏指引自己人生的思想。

眼下，若我们向此人揭露其最重要的人生动机，同时表明，他是因畏惧毁坏自己当前的行为模式，才没有勇气直面自己的一些倾向，必然会完全打乱其总体精神机制。他先前愿意牺牲所有，阻挠发生的事，这时终究还是要发生了。忽然之间，他无意识的思想过程就被这样清楚、彻底地公开了。他根本没有勇气想象、拥有的思想，只要察觉便会打乱他总体行为模式的倾向，全都被揭露出来，不带半分掩饰。无论什么人，都拒绝采纳所有或许会阻挠自己根据自身意志采取行动的观点，宁愿采纳能证实自身态度与行为合理性的观点，这是人类共有的特征。即人们只会采纳自认为能为自己创造价值的事物，将所有自认为有好处的事物全都放在意识中，将所有会损坏固有行为模式的事物全都丢进深不见底的无意识中。

第二个病例，有个男孩十分优秀，一直以来都被当老师的父亲鼓励争做全班第一。一开始，男孩取得了一系列成功，在任何事情上都是如此。在自己的圈子里，他是最富魅力的人，并有几位密友。

转折出现在他十八岁那年。他失去了一切生活乐趣，情绪低落而急躁，为离开当前这个世界，他用尽了各种各样的方法，且总是很快毁掉刚刚建立的友情。所有人都能根据他的表现了解到，他遭遇了巨大的阻碍，但在他父亲看来，他不出门就能将更多的时间用于学习，因此是种很好的生活方式。

男孩在接受治疗的过程中不停地发出怨言，说他一切的生活乐趣都被父亲扼杀了，他已失去自信与勇气，无法继续存活，失去一切的他余下的人生中将是孤独而悲惨的。他的学习成绩也退步了很多，读大学期间，连及格都做不到。根据他的说法，这种转折始于一场聚会，朋友们在聚会上取笑他，因为他对现代文学所知不多。之后，他离群索居的念头变得越来越确定，因为同类事件又发生了很多次。他跟父亲的关系也越来越恶劣，因为他执意相信，父亲要为自己的悲惨负责。

上述两个案例有很多相像之处。第一个案例中的病人之所以失败，是因为有妹妹从中阻挠。第二个案例中的病人坚信一切错误都在父亲，所以深深仇视父亲，这便是其症结所在。两位病人都以所谓英雄主义理想作为自己的指引思想。沉迷于该理想中的二人切断了跟身边环境所有的关联，以至于情绪低落，丧失生活信心，想从人生舞台上退下，再不出现。但第二个男孩断然不会认为：“我应该从社会生活中退场，痛苦地度过余生，反正我已经做不成英雄了。”

他的父亲的确犯了错，他所受的教育同样是错误的。然而，他看见及不断埋怨的，很明显只有父亲教育方法的错误，只因他想寻觅合理的借口，逃避社会。可是能让他光明正大逃避社会的好法子好像就只有一个，那就是以自己受到的教育太过糟糕作为托词。这种做法能让他把所有责任都推给父亲，让自身免受失败的痛苦，这点才是最关键的。此外，他要保留少许尊严，追逐自己远大的理想，这也是唯一的方法。他认为自己先前成就不凡，将来也必然能取得巨大的成功，只因父亲的教育方法出错，才阻挠了他当前取得更非凡的成就，父亲要为此负全责。

他的无意识在一定程度上隐藏了如下观点：“我应竭尽所能撤出人生的战场，因为眼下我离这个战场太近了，且相较于从前，一直考第一名的难度也提高了。”但没人会这样说出来，因为大家都知道，要让普通人接纳这种观点，颇具难度。不过，男孩确实持有这种观点，他的行为与表现都说明了这一点。他为了寻找从人生的战场撤出

的借口，罗列了很多点，最终心愿达成。通过对父亲错误教育方法的连连抱怨，他顺利逃避了社会 and 所有务必要由他自己做出的人生抉择。他的上述观点必须隐藏于无意识中，因为其若提升到意识的层次，一定会破坏其秘密的行为模式。有什么人能评价他本领不强？这种人要如何解释他过去非凡的成就？如果在之后的日子里，他继续毫无成就，也要由他父亲以及那糟糕的教育方法承担责任，至于他自己，当然不会受到指责。男孩这时拥有了多种身份，稳固占据了上风：第一，作为辩护人，他竭尽所能辩护，说明并非自己犯了错；第二，作为原告，他又极力向父亲及其教育方法提出谴责；更有甚者，他还拥有法官的身份，执意做出判决，让父亲负全责。他怎么可能在这种情况下舍弃当前这种对他这么有益的观点？作为儿子，只要他愿意且持续采用这种方法，就能摆脱一切责任，将父亲变成永久谴责的对象，对于这一点，他再明白不过了。

第五节 梦

通过人做的梦，能看出其总体性格，这是世人一直以来的观点。利希滕贝格与歌德生活在同一时期，他曾提出了一种有少许夸张的说法：根据梦推导个人的性格与本质，比根据其言行推导这二者更简单。我们认为，一定要用最慎重的态度处理心灵活动的单个现象，同时要在该现象与其他现象间建立关联，在这种关联基础上进行思考。所以要毫无顾虑地以梦为依据，推导一个人的人格，一定要在解析其人格时，从心灵其他的表现中找出强大的依据，为我们对他的梦做出的解析提供证明。

从远古时期，人们便开始解析梦。我们能以对文化发展史的研究，特别是神话、英雄传说的各种例子为依据，推导出如下结论：相较于今人，古人对于梦的解析怀有更加强烈的兴趣，且相较于今人，古代的一般人对梦的了解也更深。要了解古人对梦有多熟悉，只需回忆梦在古希腊人的生活中扮演的角色何等关键，回忆西塞罗创作的有关梦的作品，或回忆《圣经》中描绘的各种梦境即可。有无数相关案例，例如在描绘梦境时，《圣经》不是给出巧妙、含混的解析，就是佯装梦的含义十分清晰，不管什么人都能明白，因此仅限于客观、坦率地描绘，比如约瑟在梦中见到了麦穗，并向兄长们描绘了这个梦。在源自截然不同的文化的尼伯龙根传说中，人们也会把梦视为真的，把梦中见过某种东西当成一种证据，证明这种东西真的存在。

探寻人类心灵时，若过度依靠梦，就会跟尝试在梦和梦的解析中寻觅超自然力量的人变成同一种人，要清楚了解问题的实质就会变得相当困难。我们要接受梦给出的证据而没有任何顾虑，必要前提是我们从梦中得到的观念有其他方面的很多研究证明、巩固。

现在依然有很多人认为对于将来，梦的意义很特别。部分唯心主义者还演变到让梦来影响自身，例如我们的一位病人，他整天沉迷于股票投机，将所有好工作轻易拒之门外。然而，他在买入卖出股票时，却总是以自己的梦为依据，并养成了习惯，他认为不这么做，自己一定会倒霉，他时常罗列之前的各种经历作为证据。他梦到的往往是他白天专心思考的东西，梦由心生，这是很自然的。他据此一直以梦鼓励自己，在很长一段时期内，他都光明正大地表示，梦让自己获利不俗。不过，很快他又改口说不再相信梦的价值了，一定是折腾光了钱。赔钱赚钱对炒股之人是家常便饭，哪怕没有梦的引导，也是不可避免的，因此要说梦能在这里头发挥何种神奇作用，是无凭无据的。其实人若对一件事兴趣浓厚，就算到了晚上，也会继续对白天思考的问题埋头苦思。有人因此费尽心机，晚上总是睡不着觉。有人能睡着，也会在梦中继续思考，一直没有闲下来。

实际上，在睡眠期间充斥于我们意识的这种特殊现象就等同于一道桥，将昨天和明天连在了一起。若能了解某个人大致以何种态度对待人生，以及他怎样在这时与那时之间建立了关联，那关于他的梦的结构特征与意义，我们基本就能了解了，即人的总体人生态度决定了其做的梦。

有位年轻女士梦到自己因丈夫忘记了结婚纪念日而指责丈夫。这个梦应具备多重意义，如果这种事在实际生活中也曾出现过，显然说明妻子觉得自己被忽略了，夫妻关系遭遇了困境。女士表示，自己原本也忘记了结婚纪念日，最后又想起来了，可在梦里，丈夫想起这个日子，却是基于她的提醒。这说明在她看来，她在夫妻关系中表现更为优秀。她在回答我们更深入的提问时说，过去丈夫每次都会记得他们的结婚纪念日，梦中这种情况从来没有出现过。我们由此了解到，这个梦说明，她唯恐丈夫将来有一日会做出这种事，这是她对将来深切的忧虑。我们以这个梦为依据，初步判定她热衷于批评、挑剔他人，无缘无故就会找人麻烦，经常跟丈夫发生矛盾，引起矛盾的理由却根本不成立。

如此解析她的梦到底是对是错，我们无法百分百确定，除非能找到其他证据。我们为此问及她最初的童年记忆，她谈到了一件事，直到现在还忘不了。三岁那年，她从姑姑那里收到了一份让她非常自豪的礼物：一个木勺子。有一回，她玩木勺子时把它掉进了小溪里，溪水把它冲走了。之后接连很多天，她都在为此事感伤，身边人因此也都开始留意这件事。

我们据此能够假设，她的梦其实表明她觉得自己的婚姻也会消失，一如被冲走的勺子，她应该如何应对将来丈夫真的忘记结婚纪念日时的情况？

她还曾梦见丈夫带自己去攀登一座高楼，在向上走的过程中，楼梯的陡峭程度不断增加。她觉得自己可能攀登得太高了，马上产生了头晕、惶恐的感觉，到了最后，她居然昏倒了。清醒之际，普通人也许也会有相似的经历。这种头晕的感觉在很高的地方更易出现，可相较于这种地方，在相对幽僻之处，将产生更加强烈的惶恐。我们若在这两个梦之间建立关联，就能更清楚地了解其内部隐藏的思想、感受、意义，并能更深入地了解做梦之人：这位女士忧心自己会从很高的地方掉下去，忧心自己会受伤，忧心灾祸会降临到自己头上。丈夫对自己的感情越来越淡或其他同类事件，在她眼中都是巨大的灾难。试想若因某一原因，丈夫跟她发生了激烈的矛盾冲突，会出现怎样的情况？若他们二人的婚姻出现了不协调因素，情况又会如何？他们也许会吵架乃至动手，最终，妻子也许会昏倒，整件事因此宣告结束。其实这种情况在他们的某次争执中的确出现过。

眼下，对于第二个梦，我们已经有了更深入的理解。实际上，梦表达思想感情的方式才是重要的，思想感情本身并不重要，对思想感情只有一点要求，就是不管从哪方面看，其都要有实用价值，且能对外表达。第二个梦中的女士以比喻的方式表达了自己遇到的人生问题，好像在说：“要想不跌得太厉害，就不要爬到太高的地方去！”在《婚姻的歌》中，歌德叙述了这样一个梦：一名骑士从乡间归来，回到自家的城堡，发觉其中人丁稀少。他筋疲力尽，躺在床上进入了梦乡，梦到有些小矮人从床底钻出来，举办婚礼。从梦中醒来后，他觉得十分快乐，他心底想要结婚的念头在这个梦中得以展现。之后他结婚了，他在梦中见到的景象成了真。

在这个梦中，我们找到了很多元素，大家对此都很熟悉了：第一，梦背后潜藏着作者对自己婚姻的评价；第二，做梦的骑士渴求什

么，不能缺少什么，以及他对眼前生活的态度，都在我们面前呈现出来。为了改善现在的生活，他想结婚，因此梦到了关于婚姻的事物。翌日醒来后，他便坚信结婚必然能大大改善他的生活。

接下来说这样一个梦，做梦者是一名二十八岁的男士。梦中发生的事跌宕起伏，好像人发烧时的体温，将做梦之人在真实生活中的思想揭露得一清二楚。特别是梦中明显揭露出做梦之人非常自卑，并十分渴望权力与优越感。他这样描述他的梦：“我跟很多人一起去旅行，我们要去一个很小的车站，并在当地的小镇上住一晚，因为我们旅行要坐的船不够大。夜里，我们听说那艘船要沉没了。为了让船不至于完全沉没，参与旅行的人全都被命令去船上，借助水泵把水抽出去。我迅速跑到船上，因为我想到自己有些行李很贵重。大家此时已开始借助水泵忙活起来了。我却想去行李舱，不想做这项工作。之后，我从窗户那里把我的旅行袋打捞出来，并发现了一个铅笔刀，便将其放进旅行袋中。我最喜欢的是我的旅行袋，其次就是这个铅笔刀了。船下沉的速度不断加快，我便从船上跳进了海里，同时跳下来的还有一个我熟悉的人。我从海里游到岸上，沿着一个地势非常高的码头走到一座悬崖上，然后从那陡峭的悬崖往下滑，这是我唯一能走的路。而从船上跳下来以后，我就再没见到那个伙伴。我下滑的速度不断加快，很担心自己会这样摔死。最终，我来到悬崖底端，一个年轻人刚好出现在我身边，我们像陌生人也像旧相识。年轻人跟一些人站在一起，一言不发，原来是在罢工。我感觉这个年轻人似曾相识，他似乎对我在船沉没时不顾别人逃走一事有所了解，用批评的口吻跟我说：‘你为什么要来这儿？’我有心想从这座深谷中出去，可四下里都是悬崖，从悬崖顶端垂落的绳索又太纤细，让我借助这些绳索向上攀爬，我可没有勇气。为了出去，我想尽各种方法，拼尽全身力气，却不停地跌回谷底。到了最后，我也不知道自己是怎样爬上去的，但我的确是上去了。这段情节可能被我跳过了，因为我没有耐心，便特意没有将其加入梦中。悬崖旁边有一条小道，往来的行人都向我问好，态度友善，而靠近悬崖那边有一道篱笆环绕。”

在回想此前的人生历程时，这位男士首先提到，五岁前自己总是病得很厉害，五岁后还是经常得一些小病。父母将病弱的他照料得无微不至，对他宠爱有加。他跟其他孩子交往不多，父母还会在每回他想跟大人交往时提醒他，孩子跟大人到底不一样，玩耍时要在大人的视线范围内，要乖巧，不要打断大人的话，更不可喧闹。这导致他小小年纪便无法跟父母之外的人往来，无法得到步入社会的机会。跟同

年纪的人比起来，他落后了太多，无论如何都追不上去，这种结果更加恶劣。不仅如此，在伙伴们眼中，他如此蠢笨，受尽讥讽，这也跟我们的推导没有出入。他要这样的条件下结交朋友，几乎是不可能的。

他因环境的刺激变得自卑至极。父母是他唯一的教育者，父亲很善良，也很急躁，和专断，母亲柔弱但不体贴，乃至有少许蛮横。父母的性格与脾气决定了他必将接受极其严苛的教育，他们再怎么不厌其烦地说明自己有多爱他，多为他着想，都不能改变这一点。能够想象在这种环境中长大的他，肯定受尽挫败，消沉沮丧。幼时他遭遇了一件直到现在依然铭记于心的大事。三岁那年，母亲便以他不乖为由，让他跪在很多豌豆上半小时。但实际上，他早就告诉过母亲，自己不想出去帮她跑腿是因为外边有个马夫让自己很畏惧，所以母亲对他为什么不乖心知肚明。平日里，他挨打的次数并不多，一旦挨打，父母就会用一条编织细密的皮鞭抽打他。打完以后，父母会要求他恳请他们饶恕自己，还要说明自己为什么会挨打。“孩子理应对自己犯的错有清楚的认知。”这便是父亲给出的理由。他曾平白无故挨了一顿打，打完以后，无法说明自己为什么挨打，于是又挨了一顿打。为了不让父亲再打自己，他只能胡编了些错误。

他因此自幼便以强烈的敌对态度对待父母，再加上他的自卑不断加剧，严重到没有勇气想象自己也能有出头之日。跟家庭生活类似，他的学校生活基本也是由一系列失败组成的，只是程度大小不一。他十八岁以前，在学校不断遭人讥讽，连老师也讥讽过他。当时老师当众读了他写的一篇很糟糕的文章，其间加入多处评语，都是讥讽性质的。

在上述各种悲惨经历的作用下，他不想跟人交往的意愿不断增强，终有一日将主动跟社会脱离关系。他在应对父母时偶然找到了拒不讲话这个回击方法，颇具可行性，但代价极高。人能跟外界建立密切关联，靠的是语言这条纽带，拒不讲话便相当于他自动放弃了这一纽带和自己跟外界的一切关联，这点毋庸置疑。他一定会因拒绝跟所有人讲话，成为彻底的孤家寡人。人们全都误会他，他也不跟大家特别是父母讲话，最终被所有人冷落一旁。他在之后谈恋爱时，也不断遭遇挫败，因此悲伤不已。能吸引他进入社会的人与事，就这样彻底消失了。二十八岁前，他的人生历程便是如此。他的社会感越来越被歪曲，被吞没，这源自他心底隐藏的深刻的自卑情结，以及该情结刺

激产生的让人难以理解的雄心壮志与对尊贵、出众无法压抑的巨大渴望。他的心灵随着他语言的减少不断膨胀。他白天夜里都在做种种平步青云、建功立业的梦。前文描述的梦便是他在某个夜晚做的，其中他的行为与行为模式完全契合了他心灵的发展，我们把这一点看得一清二楚。

接下来回想一下西塞罗描述的一个梦，也是文学史上最有名的预言梦中的一个，然后我们再最终总结一下与梦相关的这些内容。

有一回，诗人西摩尼得斯在大街上见到了一具尸体，也不知是什么人，他将其好好安葬了。之后，他在出海远航前受到了那名死者的鬼魂的告诫，说他会在此次航行中丧命于海中。西摩尼得斯于是退出了此次远航，那些未退出者后来全都遇难了。

史料显示，世人在此后的几个世纪中，始终不曾忘记这一跟梦相关的沉船灾难。

我们先要明确，当时的船出海时出现事故是常事，所以很多人出海前都会梦见船沉了。接下来，我们再来解释上述事件。这个持久流传的梦相较于其他沉船梦，看起来非常特别，其展现了梦与现实一种特殊且让人震惊的巧合。这种故事对喜欢探寻神秘梦的人来说，必然是非常受欢迎的，这点能够想象。但我们却十分理智、清醒地对这个梦做了这样一番解析：对于那次远航，我们这位诗人很有可能并不期待，因为他非常重视自己的身体健康。他的犹豫一直持续到了即将做出最终决断之际，这迫使他找了一个合理的借口，来解释自己为何会犹豫。他想起了那名死者，此人被他好好安葬，因此要向他致谢，预言家这个角色就由此人来扮演。他由此得到了一个借口，退出了此次远航。由于人们一般只会铭记震撼人心之事，隐藏着无尽智慧之事，以及根本无法想象之事，而能世代流传下来的同样是这些事，因此若并未出现沉船事件，这个梦和这个故事便无法流传后世。简而言之，要解释梦因何能够预测将来，只需明确一点：人在真实生活中怀有何种人生态度，其做的梦就怀有何种态度。

务必还要留意一点，即只有很少的梦能被解析得一清二楚，要如此解析所有的梦，是很困难的。做完梦以后，我们马上就会忘记，就算没有忘，若不是对解析梦很精通，也难以将梦中隐藏的含义明确解析出来。但梦说到底，仅仅是对个人行为与行为模式的象征性或暗喻性展现。比喻或是象征能让人们进入其渴望进入的环境，这便是其关

键意义所在。若我们正专心解决某一问题，若我们已从心灵中得知，从哪个方向出发能拉近与该问题的距离，那找到一种强大的力量，促进我们进入一种环境，在其中解决问题，便是种可取的做法。由于增强感情或制造解决问题所需的动力都是梦的强项，因此选择做梦是很明智的。虽然对梦的原理毫无了解，但做梦之人只需找出某一形式的材料与动力已经足够，梦会做完余下的工作，现实就是如此。梦之所以能秘密展现做梦之人的行为模式，是因为梦的内容其实就源自做梦之人的思想。梦就好比一股烟，能够让大家了解哪个地方发生了火灾。在看到这股烟之余，经验丰富的伐木工人还能以烟的情况为依据，确定发生火灾的是哪种类型的树木。而精神科医生若富有经验，也能以对梦的解析为依据，概括出人的天性，二者的道理是相同的。

总之，在说明做梦之人致力于解决某一人人生问题之余，梦还说明了此人解决问题的方法。在梦中，社会感与对权力的追逐这两项影响做梦之人与外界关系的元素，也将清晰展现出来，这点要格外留意。

第六节 天赋

能帮我们评判个人的心灵现象中还包括智力这种现象，我们还没有谈到。由于我们相信任何人都会犯错，任何人都会为给别人留下好印象，借助种种复杂的自私自利方法、道德方法等，因此对于个人的自我评价，我们一般不会太过重视。但在有限的范畴内，我们依然能以一些特殊思维过程和语言表达作为切入点，对个人的人格特征展开研究，即我们断然不能忽视个人的想法和言谈，否则便无法正确评价他们。

所谓天赋，是指在做出种种判断的过程中，个人展现出的特殊能力。由始至终，天赋都是不计其数的研究、分析、测试的对象，而智力测试是最出名的，用来测试孩子和成年人的智力。但上述测试截止到目前，全都无法让人满意。每批学生接受测试的结果通常都能说明，老师就算不进行测试，也能得出相同的结论，且不费吹灰之力。实验心理学家一开始将智力测试当成一种伟大的发明，但也对这种测试在某种意义上堪称多此一举心知肚明。另外，很多测试结果糟糕的孩子，也许会在数年后忽然展现出让人难以置信的发展势头与能力，因为孩子的思维与判断力发展得既不稳定，也不规律，同样属于智力测试的不确定之处。务必还要留意一点，在大城市或一些社交圈子里生活的孩子会以更充足的准备迎接这类测试，这是由其更加广阔的生

活范围决定的。在测试中，这种孩子将有更出色的智力表现。这种测试成绩会把那些没有如此充足准备的孩子反衬得相当逊色，哪怕这种成绩本身并不可靠。通常说来，相较于出身贫苦的孩子，出身富裕的孩子在八到十岁之间要机灵很多，这点大家都有所了解。不过，这只能表示出身富裕的孩子自幼生活的环境导致了这种差异，并不表示这些孩子的天赋更高。

在智力测试方面，我们至今尚未取得太大进步。显然，在柏林、汉堡的测试中成绩最高的孩子，很多在之后的学习中并没有良好的表现，真让人惋惜。该现象表明，孩子将来能否健康发展，并不取决于智力测试的成绩。反过来，个体心理学实验以找到发展过程中隐藏的积极元素，而非判断发展程度为目的，因此更加可靠。而且相关研究还能在有需要的情况下，教会孩子怎样改正错误。简而言之，要把孩子的思维与判断力跟其他心灵活动关联起来思考，无论如何不能让其跟总体心灵活动脱节，便是个体心理学始终坚持的原则。

第七章 性别

第一节 劳动分工和性别差异

之前的探讨显示，个人的社会感与个人对权力、优越感的追逐这两项元素，共同掌控了个人所有的心灵活动。个人的所有行为，个人在追求安全感，迎接爱情、工作、社会这三项人生挑战时，怀有怎样的态度，都被这两项元素作用。由于个人了解社会生活规律的程度和接受社会生活必不可少的劳动分工的程度，都取决于这两项元素的彼此关系，因此若想深刻了解人类心灵，务必要在综合思考这两项元素的数量与质量的基础上，为各种心灵活动做出判断。

人类社会要维持下去，劳动分工元素必不可少。任何人在任何时间、任何地点，都一定要做自己应做的事，履行自身义务。不想履行义务或不承认社会生活价值的人，将与社会对抗，这种人既不愿进入社会，也不愿跟其他人合作。利己主义者、爱捉弄别人之人、只关注自身之人、爱惹事之人，往往属于这种类型。这些性格特征也属于行为古怪之人、乞丐、犯罪者，这些人拥有更加复杂、强烈的反社会倾向。人们已了解了这种人展现出的性格特征的实质，认为其跟社会生活相冲突，无法兼容，因此才会批判他们。由上可知，个人以何种态

度对待他人，其参与社会生活必不可少的劳动分工的程度如何，共同决定了其本身的价值。肯定社会生活的人对其他人意义重大，其本身将变成巨大社会链条中的一环，不能缺失。顺便一提，若不想扰乱人类社会秩序，就断然不能搅乱该社会链条。人们渴求并追逐权力与优越感，以至于树立了错误的价值观，且正常的劳动分工一早便被这种价值观渗透，受其作用，因此导致一个原本很明显的真理却隐藏在了浓雾中，该真理便是个人的能力决定了其在人类社会中占据的地位。即除了会干扰、阻碍人类的全部劳动过程外，追逐优越感还会导致人在做出价值判断的过程中，犯下一些实质性错误。

面对自己应做的事、应履行的义务，部分人会选择拒绝，这必将扰乱劳动分工。另有部分人会为公共社会及社会工作制造障碍，以维护一己私利，这是一种不合理的野心与对权力的欲望，同样会严重干扰劳动分工。而社会阶级差异是人类大量矛盾与斗争的源头。那些有权阶层会借助手中大权，将一切良好的位子据为己有，将其他阶层全部排挤出去，以此保障自身权力或物质利益，正常的劳动分工便被阶级差异以这种方式作用并阻挠。劳动分工一直无法顺利进行，正是因为上述存在于社会结构中的大量阻碍劳动分工的因素。持续毁坏劳动分工的力量将特权赋予部分人，与此同时必然会将锁链赋予另外一部分人。

劳动分工之所以产生，还有一项重要因素，即人类的性别差异。女性时常会因身体差异被拒绝参与一些工作，反过来，由于男性参与这些工作更合适，因此便被拒绝参与那些工作。一切妇女解放运动若不是激烈到理智全无的程度，便应认同没有丝毫性别歧视，是在性别差异的条件下进行劳动分工的基础。因为劳动分工是为了让男性和女性都能参与最适合自身的工作，断然不是为了夺走女性独有的气质，毁坏男性与女性天然的关系。性别差异导致的劳工分工在人类发展过程中有着悠久的历史。女性从很久以前便开始接替男性，开展一些社会工作（这些工作有时也会由男性负责）；而男性转而开展其他工作，并能在其中将自己的力量发挥得更加出色，便是交换的条件。总之，满足以下条件的劳动分工一定是有价值的：所有人都能发挥自身才能，没有人被浪费，无论是人的体能还是智慧，都用在了对的方面。

第二节 在现代社会中，男性占据掌控地位

在部分想获得特权的个人与阶级驱使下，人类文化以追逐个人权力为发展方向。劳动分工也被这种总体环境严重影响，建立了一种特殊体系，完全能让人类文明全部被歪曲。而在现代社会中，男性的关键地位被彰显到了极致，是其中最显著的特征。例如男性在具体的劳动分工中，通常占据着掌控地位，掌控着女性，由此获得了部分特权与部分利益保障。男性不过是为了轻易避开自己不想做的工作，永享舒适生活，才占有了各种有利的条件，掌控并安排女性参与各种类型的工作。

男性想方设法继续掌控女性，女性却开始抗议男性的掌控，这便是当前的情况。能够想象，这种紧张的局面长久维持下去，一定会让相互依存、关联紧密的男女两性的心理失去平衡，若情况恶化，还可能引发身体方面的障碍，到了最后，无论男性还是女性，都将深受折磨，这是毋庸置疑的。

拥有特权的男性为维护自身至高无上的掌控地位，决定并维系着所有事物，这点已被一切制度、传统思想、法律、道德、风俗证实。在人类社会中，男性占据掌控地位一早便成为了一种习惯，难以动摇。人类社会的方方面面，包括幼儿园的孩子在内，都被该习惯作用。虽然对各种社会规范的源头并不清楚，但孩子的思想情感必然会被整体社会环境作用，这点不能不承认。随处都有这种案例，例如被命令穿女孩的服装时，男孩也许会表现得十分愤怒，乃至大吵大闹。强烈渴望权力的男孩必将展现出对男性特权的喜好，明白自身优越的地位将时刻因自己的性别获得保障。况且父亲往往是家中权力的代表，因此在年纪还很小时，孩子便已了解父亲扮演着多么重要的角色，并关注着父亲怎样控制家庭生活整体的节奏，怎样为所有家庭事务做出安排，怎样在各种情景中表现出家庭主人的风度，还留意到包括母亲在内的全体家庭成员，都要遵从父亲的安排。尽管父亲相较于始终在孩子身旁忙碌的母亲，陪伴孩子的时间往往要少一些，但是父亲的行动如此让人捉摸不定，反而会让孩子觉得其很神秘，对其兴趣更加浓厚。简而言之，父亲这个角色在方方面面好像都很强大。所以有些孩子会把父亲当成自己的偶像，认为父亲说的话全都是真理，时常用“父亲这么说过”这种话证明自己的想法，这些都是可以想象的。而由于父亲是家中的支柱和整个家庭重负的承担者，因此父亲的掌控作用在父权并无太显著影响力的情况下，依然能被孩子感知。由此可知，全因劳动分工，父亲才能在家中将自身权力完全发挥出来。

男性的掌控地位是怎样产生的？断然不是自然而然产生的，这点必须要留意。这是人为引发的结果，一项强有力的证据是，人们制定了种种法律法规以保障男性能合法占据掌控地位。这自然也表明，在法律向男性的掌控地位提供庇护前，男性必然不具备如此众多的特权。在母系社会中，的确出现过这种情况，已被历史证实。彼时母亲、女性扮演着生活中的关键角色，特别是对孩子而言。此外，部落之中的所有男性都要尊重母亲的尊贵地位，这是他们的义务。这种历史悠久的制度，在部分民族的风俗与语言习惯中残留至今。例如见到素未谋面的男性，孩子会以“舅父”或是“表哥”作为对其的称谓。人类必然经历了一场激烈的战斗，才从母系社会进入了男权社会。男性获胜后，女性的地位随即开始降低。制定、完善相应法律的过程，清楚证明了上述历时甚久的征服战争。部分男性将男性特权与优先权视为一项自然规律，且理所应当，他们必然会惊讶于男性地位的转变过程，惊讶于男性是借助一系列恶战才得到了这种地位，其特权并不是与生俱来的。

男性并非天生就占据着掌控地位。实际上，原始部落间不断发生争斗，必将引发这样的结果，已有证据证实了这一点。男性的作战能力能在部落争斗中完全发挥出来，其地位的重要性不断提升，到了最后，借助这种刚刚获得的有利条件，他们将为自身的领袖地位提供保障，实现自身的目的。财产权与继承权也随着男性地位的不断提升，渐渐被他们掌控，男性由此兼具财富积攒者与所有者这两种身份。站在这一立场上，男性得到了财产权与继承权，恰恰是其能占据掌控地位的原因。

孩子成长期间，只依靠感觉便能了解男性是拥有特权的家庭成员，因此能掌握上述所有内容，而不必阅读以及学习相关史料。孩子的这种感受在以下情况下依旧会产生：极有远见的父母倡导人人平等，努力将古老、稳固的男性特权摒弃在外。简而言之，要让孩子相信，相较于父亲，做家务的母亲扮演着同样重要的角色，颇具难度。

试想一下，自幼便明白男性有明显特权，会对孩子有何种影响？一出生，男孩就得到了比女孩更多的喜爱，因为大家都知道，通常说来，父母都更愿意生育男孩。男孩在这种成长环境中，随时都能有这样的感受：自己享有特权，具备更高的社会价值，只因自己跟父亲同属于男性。再加上人类社会的方方面面都已被男性享有特权的思想影

响，就算男性的重要性并未被着重强调，人们无意间的言论也能让男孩察觉到，男性比女性更重要。

孩子的这种印象，还会因某些常见的生活现象变得越来越深刻。孩子对男性占据着绝对掌控地位一事，也将因此变得更确定。例如那些低贱、琐碎的家务，多半不是由男用人，而是由女用人负责。又如通常情况下，大半女性都对自己能否拥有跟男性平等的地位，持质疑态度。顺便给女性一个提议，结婚之前，若能向未婚夫提出如下问题再好不过：“你对男性占据的尤其是在家庭中占据的掌控地位，持何种看法？”但面对该问题，能直接做出回答的男性基本为零。而对于该问题，女性的看法也并不统一，热烈期盼两性平等和多多少少认可两性不平等的，都大有人在。男性却刚好相反，当他还是一个孩子时，就坚定不移地相信，男性身份赋予了自己一种天生的责任，无法推脱，这种责任就是扮演更重要的角色，他将因此格外留意这样一些人生与社会挑战，其对维系男性特权颇有帮助。

孩子在这种成长环境中对女性的实质有全方位的认知，了解大半女性的地位都很低贱，惹人同情。男孩在这种情况下，自然会向男性化方向努力，没有任何迟疑。他将极力追逐权力，并会制定相应的努力目标，即培养男性化气质与态度。这说明权力创造了很好的条件，用于培养男性气质。一般说来，人们会将部分性格特征划分为男性独有的，将另外部分性格特征划分为女性独有的。但没有半分依据可将人类性格特征分成两类，一类是男性独有的，另一类是女性独有的。对男孩与女孩心理状态的对比好像能为这种分类方式提供某些依据，但由于这些调查的对象一早便有了自己独有的位置和成长的路径，特殊权力观一早便开始制约他们的生活方式与行为模式，甚至强迫他们制定了当前的努力目标，因此这些依据其实都是人们设计的结果。而且以上两种性格特征都会推动人们追逐权力，即一个人拥有女性性格特征，包括臣服、温顺等，也有可能对权力有强烈的欲望，且是权力掌控者，这一点同样证明了这种分类方式一点依据都没有。例如不听话的孩子对权力有强烈的欲望，听话的孩子也是一样，不过，后者在追逐权力时，毋庸置疑会更加方便，因为听话必然会为其创造有利条件。简而言之，探究人类心灵活动时，一定要慎之又慎，毕竟追逐权力要用到相当复杂的方法。

男孩会在成长期间，渐渐把维持自身的男性身份视为一项重要的责任。他的野心会因这项责任不断膨胀，他对权力与优越感的渴求也

会因此不断增强，更有甚者，他还将因此确定，竭力追逐权力与优越感便是男性与生俱来的职责。只对自身的男性身份产生认知，对很多充满权力欲的男孩是很不够的。他们还要为自己是真真正正的男人提供证明，而在种种证明方法中，最出色的莫过于取得男性的特权。他们既要努力奋斗，跟自己的男性身份相匹配，又要极力以高贵、傲慢的态度对待女性，这样才能实现上述目标。为实现目标，他们将以自身遭遇的反抗程度为依据，采取固执、野蛮的强迫，或巧妙、狡诈的算计这些不同的方法。

若拥有特权的男性制定了全社会的权衡尺度，那连年纪幼小的男孩都逃避不了这种尺度，其在权衡、审视自身，判断自身行为是不是足够男性化，自己称不称得上真真正正的男人时，都将采用这种尺度，对此我们不会有半分惊讶。现代人好像已经在男性气魄这一点上达成了共同认知，但归根究底，男性气魄只是用于满足自恋的自私产物。男性气魄包含了诸如勇气、力量、责任、战无不胜（特别是在跟女性的战斗中取胜）、地位、荣耀、名衔、对女性化倾向坚定不移的摒弃等大量“积极”性格特征，完全能赋予他们一种感受：自己比其他人更出色，或自己的地位比其他人更高。男性气魄的表现之一便是取得掌控权，所以他们不断努力，以获得高高在上的地位。

这说明所有男孩的性格特征都人为造就的，其源头便是成年男子（特别是父亲）的所有表现。激励人们追逐高高在上的权力，在人类社会中其实很常见。男孩自幼便被鼓励追逐权力与特权，鼓励的方式多种多样，所谓男性气魄就是这样。男性气魄会在其选择了恶劣的努力方向后，沦为粗俗、蛮横，这点大家都已了解。

全体男性都能在这种环境中得到种种益处，毋庸置疑，这将引诱所有人，让其根本无法抗拒。这样一来，很多女孩都幻想自己能变成男孩，惋惜且失望自己是个女孩，在评价自己的行为时，总是以男性气魄为标准，做起事来跟男孩如出一辙，她们有这种种表现的原因就很好解释了。更有甚者，不妨说人类社会中的所有女性都希望变成男人。一般情况下，想成为女孩的女孩都想在更适合男孩身体构造的游戏、活动中有优秀的表现，且无法压抑这种念头。她们都很爱爬树，更喜欢男孩做自己的玩伴，无论何种女性化的活动，在她们看来都很羞耻，她们拼命想要避免参与这些活动。简而言之，她们的满足感与优越感，只能从参与适合男孩的活动中取得。要了解某个人是怎样追逐优越感的，关键要了解其具体的表现后面潜藏的意义与目标，至于

这些表现本身则无关紧要，这点大家都已了解。而对拥有男性气魄、变成男孩的强烈欲望，便是这些女孩喜欢参与种种男孩活动的唯一原因。

第三节 所谓女性的低贱

男性始终坚持自己的地位源自上天的安排，且理所应当，并表示女性本身的低贱是所有这些的源头，以此为自身占据的掌控地位的合理性做出证明。女性低贱的思想好像已被所有民族共同认可，广泛普及开来。但男性若非心中忐忑，又何必为贬损女性不遗余力？也许在跟母系社会对抗的战斗中，男性就已感受到了这种忐忑，毕竟要说彼时的女性是让男性忐忑的源头，是确凿无疑的。类似描绘时常出现于文学作品与史料中。“男人因女人陷入迷茫。”拉丁美洲一名作家这样表示。女性有没有灵魂的问题，在神学诊断书中频频被拿出来探讨。女性到底是不是人类，也被大量学术论文拿来讨论。曾有漫长的一百年，女巫一直遭受迫害，且往往会被处以火刑，堪称男性对女性成见表现的极致。不妨这样说，人们在那个早已被忘却的时期，对女性怀有彻底混乱、多变的认知。

《圣经》的原罪说、荷马的《伊利亚特》都将女性说成一切罪恶的源头，这种思想是很常见的。一名女子能引发灾祸，毁灭全民族，这是海伦的故事的结论。还有不计其数的传说、童话，都描绘了女性恶劣的道德、罪恶、虚伪、背叛、放荡。更有甚者，连法律辩论中都有“蠢如女子”的言论。女性的能力、努力、才华，必将因这种成见被贬损。文学作品与各民族的语言习惯中都有大量批判、贬损女性的形象化比喻、传闻、格言、笑话，狠毒、小气、蠢笨等是其中最为常见的形容词。

某些情况下，女性会遭受极为刻薄的贬损。诸如斯特林堡、莫比乌斯、叔本华、魏宁格等男性，都对女性成见极深。同样如此的还有大量女性，她们相信女性生来低贱，接受了命运的安排。简而言之，在这些认为女性低贱的人看来，女性天生就应温顺、臣服，对此不必有半分置疑。贬损女性的另外一种表现是，打压女性的劳动价值，即女性哪怕做跟男性同样重要的工作，也得不到相同的酬劳。

对智力测试成绩的对比显示，男孩在数学之类的科目中，的确拥有更高的天赋，女孩却在语言之类的科目中，拥有更高的天赋。男孩

在对未来参与男性化工作有帮助的科目中确实天赋更高，可这仅仅是种表象。对女孩具体状况的深层次研究表明，说女性的能力生来就不足，根本无法成立。

女孩在日常生活中的每一天，也许都会听到这样一些话：女人比不上男人，女人只适合处理无关紧要的零散工作。女孩会在长时间的耳濡目染中渐渐产生这样一种想法：这便是女人与生俱来、无法扭转的命运。此外，女孩从来没有接受过恰如其分的培养与训练。这几点加起来，最终将导致她坚信自己是无能之人，因此丧失信念，情绪低落，先入为主地认为自己对所有“男性化”工作都没有兴趣，就算有也会迅速消失，而这种表现她自己根本无法掌控。不妨这样说，她主动放弃了所有内部心理和外部能力应该做的准备工作。

女性能力不足好像就这样确定下来了。这种悖论产生的主要原因实际上有两种：一种是在评判一个人的价值时，人们的依据往往是其事业的发展现状，乃至自己的片面意见，如此一来，错误评判女性自然就成了常事；另一种是既然已经习惯在评判一个人的价值时，以这种成见为依据，人们便难以了解人的心灵发展现状将决定此人有何种表现与能力。人们极易忽视一个重要的生活现象：女孩一出生便活在大量对女性的成见中，而让她逐渐丧失对自身价值的自信，击垮她对自己的信心，毁灭她对取得成就期许的，刚好就是这些成见发挥的作用。这些成见的持续增强，以及女性扮演臣服角色场景的持续上演，必然会让女孩失去勇气，逃避自身责任，以至于面对自己人生的问题，却没有独自解决的能力，对此不必存有半点惊讶。这会把女孩变得毫无价值与能力，这是很自然的。但若是我们做的所有事就是打击人的自尊、自信、勇气，让其极度沮丧，不再妄想自己还能取得半点成就，结果打击对象真的变得全无可取之处与前途了，在这种情况下，我们做的所有这些是对的吗？有什么证据能证明这一点？若说我们是让他陷入痛苦的罪魁祸首，我们能否认吗？

女孩处在这个社会中，会轻易丧失勇气与信心。有一项智力测试为如下有意思的现象做出了证明：对一组十四岁到十八岁的女孩的测试成绩显示，相较于其他有男有女的测试组，这组女孩拥有更高的才华与能力。更深入的调研结果显示，她们家中都是母亲在养家或参与养家。这说明这些女孩的家庭环境根本没有或只有轻微的对女性能力不足的成见。在见证了母亲怎样用勤奋的工作换取报酬后，这些女孩

便不会动辄被女性能力不足的思想作用，不会遭遇过度的成长约束，因此享有更多的自由与独立。

针对这一对女性的成见，还有如下反对的依据：现在已有很多女性在很多领域功成名就，尤其是文学、艺术、工艺、医学这些领域。在上述领域中，女性的成就跟男性相比毫不逊色。另外，一事无成、能力低下的男性到处都能见到。我们同样能据此轻易证明，是男性低贱，而非女性，相关证据跟上述情况一样多。不过，我们这样说仅仅是为论述做出证明，不宜真去这么做，这点显而易见。

对女性价值的贬损必将导致人们以固定模式为依据，将种种思想划分为不同类型，每种类型都很极端，例如把男性和价值、强大、成功、努力等品性直接对等，把女性跟听话、温顺、附庸等品性直接对等，这种结果相当恶劣。人类文明中所有能被赞颂的东西，之所以都被打上了男性烙印，所有微不足道、卑鄙无耻的东西，之所以都被打上了女性烙印，其实就是因为人类思想中一早便牢固确立了以上思维模式。例如有种现象在日常生活中很常见，说男性女性化，是对其最严重的羞辱，说女性男性化则无关紧要。更有甚者，人们讲话的语气、语调，某些情况下都像在向女性的低贱发出谴责。

深层次的研究表明，女性在心灵发展中遭遇阻碍，是其部分“低贱”表现的原因。人类社会能轻易让孩子没有才华，却不能确保所有孩子都有才华，这是其特征之一。我们从未做过这种事，真是庆幸。可部分人在这种事上再成功不过，我们却是了解的。如此一来，在当前这个时期，女孩通常会受到比男孩更多的压抑，要理解这点就不是什么难事了。即便是这样，自然还会有一些没有才华的孩子忽然变得很有才华的事频频上演，即发生了不可能发生的事。

第四节 对女性身份的逃避

在社会中，男性占据明显的上风，必然会严重阻碍女性的心灵发展，导致基本上所有女性都萌生了这样一种思想：对自身的女性身份心存不满。相较于因受约束而极度自卑之人，女性有着极其相近的心灵活动路径，且该问题必将因对女性的成见，变得更加严重且复杂。可能会有很多女孩会在这种条件下，找到某种方式，为自己做出弥补。然而，一般情况下，她们会把自身性格与智慧，乃至自身的一些特权，当成这种弥补的源头。虽然因为这些特权，女孩不必再被某些

责任与义务约束，且能获得奢侈享受，但这种优越地位实际并不存在，即女性获得的极大的尊重并不真实存在，所以这不过是为“一着不慎，满盘皆输”提供了证据。其实女性优势有些理想主义，但由于其源自男性的利己需要，并由男性一手创造，因此终将变成一场空。乔治·桑在这方面的观念一语中的：“是男人巧妙地发明了女人的美德。”

抗拒女性身份之人通常能分成两种类型。第一种是努力朝男性化迈进，前文中已简略提及。这种女性往往很有精力和野心，坚持追逐人生的美妙之处。超越兄弟或是其他男性同伴，是她们一门心思想要达成的目标，所以一般被认为只有男性才能参与的活动，她们会积极参与，且她们会对运动等怀有更浓厚的兴趣。她们往往会逃避爱情与婚姻，因为她们必然会在这种关系中为超越丈夫，用尽各种各样的手段，让其中的和谐受损。对家务活的极度厌恶会让她们当众把这种情绪说出来，或为推脱这项责任兜圈子，例如说自己不会做家务，同时为证实自己自幼便缺少相关天赋，罗列出种种证据。

实际上，这种女性为了弥补男性优势给自己的打击，采取了男性化这种方式来抗拒女性身份，便是其基本对策。她们往往会被冠以一些带有明显歧视色彩的称谓，如男人婆、假小子之类。在很多人看来，这种女性天生拥有一种男性元素或是分泌物，导致其行为倾向于男性。但人类文明的整体历史表明，女性一度承受着且现在依然承受着社会给予她们的太过沉重的压力，不堪忍受，所以才会选择抗拒。我们很容易理解女性会借助男性化这种方式展现自己的抗拒，毕竟人类只包括两种性别，每个人都务必要在成为理想化的女人和成为理想化的男人之间做出选择。由此可知男性化做派是仅有的能逃避女性身份的方法，反过来也是一样。因此，女性的男性化是基于人类社会的范围如此有限，不包含其他可能，跟神秘莫测的分泌物的影响无关。要想女性快乐地跟生活和社会相适应，一定要确保男女两性完全平等。所以在女孩心灵发展期间或许会出现的种种阻碍，都是不容忽略的。

第二种女性毕生都任由上天安排自己的命运，面对自己的处境，她们表现得如此适应、驯服、谦恭，几乎让人无法相信。然而，她们不会取得太大成就，因为她们只是看似能够适应各种处境，其实才能极度匮乏。她们也许会罹患神经症，因此看起来更脆弱，更需要他人关心，这会成为她们无法跟社会生活相适应的托词。她们会表示自己

的教育与生活方式频频受到打扰，罪魁祸首便是神经症。在她们看来，全世界再也找不出比自己更好的人了，自己之所以无法自如地接受人生挑战，无法让身边人获得幸福，是因为自己病弱的身体，真是可惜。她们这种顺从、谦恭、对自己的压抑，其实都是一种抗拒的方式，跟第一种女性没有区别。这种抗拒的方式似乎在代她们说出：“生活连一点幸福都没有！”这种含义已经再清楚不过了。

准确说来，尚有第三种女性深感痛苦，因为她们虽不抗拒自己的女性身份，却明白自己地位低贱，只是附庸，且无法摆脱这种命运。她们承认男性拥有特权，热烈赞美男性，称其能干又成功，应拥有特殊身份，这是基于她们对女性生来低贱，唯有男性才能在生活中取得成就的观点的坚信不疑。她们将自己的脆弱完全展露出来，不带半分掩饰，好像想为获得更大帮助，不惜将此事公告天下。其实，她们的这一态度正是抗拒的开始，她们已为此筹谋了很长时间。“这是男人才会做的事。”她们时常这样说，以此宣泄愤懑，并轻巧地让丈夫承担了所有婚姻的责任。

被当成低贱群体的女性，却大半是最关键也最艰巨的教育任务的承担者。接下来说以上三种女性对该任务的态度，并利用该机会为三者划分更清晰的界限。拥有男性化做派的第一种女性，通常会以野蛮粗鲁的态度对待孩子，且经常惩处孩子。深感压力的孩子为逃避她们，用尽各种各样的手段。就算能发挥作用，这种教育方法最多也不过是种军事训练，价值不高。这种母亲作为教育者，在孩子看来相当恶劣，这点毋庸置疑。大声和唠叨反而让她们难以实现目标，更有甚者，会造成多种危害，例如也许会鼓励女儿变成她们的模仿者，让儿子遭受乃至毕生遭受这种恐慌的影响。在这种强制性教育中长大后，男性好像很难摆脱恐慌对自己心灵的困扰，以至于很多人会极力逃避女性，对全体女性都持无法信赖的态度，这当然会导致显著的界限与疏远出现在男性与女性之间。我们将母亲的强制性教育，确定为男性罹患“恐女症”最重要的原因。部分研究人员却提出了一种可信度不高的说法，说其源自“雄性与雌性激素比例不协调”。

其他两种女性在承担教育任务时，也没有足够的能力。她们很难让孩子听从自己的管束，因为她们严重缺乏自信一事，能轻而易举被孩子看出来。她们也许会在这种情况下表现得更加恶劣，不停地唠叨、斥责，还表示会向其父亲告状，以此作为威胁。向父亲求助的做法，把她们自信不足的缺陷和不相信自己能够把孩子教育好这两点，

都暴露了出来。实际上，她们的所有做法都证明，她们想逃避这项任务，在她们看来，教育任务必须要由男人承担，缺少了男人，教育便无法展开。一般说来，这两种女性都无法投入精力去教育孩子，她们始终认为这并非自己所长，因此会推卸责任，让丈夫、家庭教师担负起这种责任，且对此满不在乎。

为逃避生活，部分女性会以所谓“崇高”作为借口，该做法其实暗示了其对女性身份不满到极致。例如修女以及其他因职业独自生活的女性，她们表现如此极端，说明她们并不认可自己的女性身份。很多早早开始工作的女性也有相似的情况，她们将工作视为在某种程度上维持自身独立、逃避婚姻的庇护伞。这同样说明对女性身份的反感，是女性这样选择的动机。

这种女性的婚姻能否证明其愿意做女性？答案是婚姻未必等同于对女性身份的认同，这点非常明显。有个颇具代表性的案例，一位三十六岁的女士来求医，表示自己罹患了多种神经症。她在家中排行老大，父亲年纪老迈，母亲却年轻且骄纵至极。我们能从她年轻漂亮的母亲跟一个上了年纪的男人结婚一事，推导出这段婚姻必然包含着对女性身份的厌憎。这并非和谐的婚姻，母亲终日大喊大叫，为了让所有家庭成员无论愿意与否，都听从她的命令，愿意做出一切牺牲。至于上了年纪的父亲，却在所有事情上受母亲压迫，一点反击的能力都没有。女儿提到，父亲连在沙发上躺着都不行，因为母亲不允许。简而言之，强制实行自己喜欢的管理家庭的方法，将其变成家中至高无上的法律，便是母亲全部的举动。

这位病人自幼便有很强的办事能力，深受父亲宠爱，但反过来又被母亲挑剔、反对，在任何方面都是如此。母女俩的关系在弟弟出生后更加恶化，让人无法忍受，因为母亲对弟弟偏心至极。在其他事情上，父亲表现得忍耐、迁就，却总是在危及女儿利益的事情上站出来，为女儿提供庇护。女孩据此发觉自己可以依靠父亲，并由此对母亲产生了由衷的怨恨。

母女间爆发了十分激烈的冲突。母亲有洁癖，被女儿抓住不放，发起进攻。有严重洁癖的母亲甚至向女用人提出了这样的要求，务必要擦干净其触碰过的房门开关。女儿却故意不修边幅，四处乱走，还抓住一切机会弄乱家里，好像能从这种做法中得到特殊的快乐。

相较于母亲的期许，她拥有了截然相反的性格特征。很明显，这证明并非遗传决定了性格。若非有一项有意或无意的计划潜藏在背后，孩子不可能拥有各种会让母亲暴跳如雷的性格特征。直到现在，这对母女依然彼此仇恨，简直势不两立，让人难以想象。

女孩八岁时，父亲在家中一直支持女儿，母亲的脸色却从来没有好看过，为实行自己那一系列管理家庭的方法，她表现得既尖锐又苛刻，训斥女儿是家常便饭。女儿心存恨意，极力反抗，为讽刺、进攻母亲，不断说出相当恶毒的话语。这种家庭状况在弟弟罹患心脏瓣膜病后，变得越发复杂。作为母亲的至宝，弟弟一直深受母亲宠爱。他生病后，母亲更加关怀他，宠爱他。这表明在他们的家庭中，父母双方始终以对立方式对待子女。在这种环境中，我们这位病人逐渐成长。

这位病人在随后的日子里，忽然莫名其妙得了焦虑症。实际上，她时刻想着跟母亲对抗，因为种种恶毒的思想，心灵饱受折磨，以至于产生了抑郁至极、没有一件事顺心的感受，这便是她的病因。她在之后忽然又成了狂热的教徒，可这对她改善自身处境并无帮助。不过，她的恶毒思想最终还是消失不见了。在众人看来，是药物的疗效改善了她的状况。其实，她的病情迫使她的母亲从进攻转向防守，避免跟她发生激烈冲突，才是更有可能的原因。只是病情得以改善的她，却对雷电产生了深深的恐惧，这成了她的后遗症。她觉得自己居然对母亲有那样恶毒的念头，心肠歹毒至此，所以天上才会出现雷电，最后一定会将她劈死。她在那段时期有多希望自己不再仇恨母亲，可想而知。

她逐渐成长，好像即将迎来美好的未来。“无论有何心愿，这个女孩肯定都能达成。”一名老师这样表示。她深受这句评语影响，觉得这说明“我一定能取得了不起的成就，只要我有这种意愿”，虽然老师也许只是随便一提。她跟母亲的战争，因为这种认知变得越发白热化。

她在步入青春期后，长成了美丽的姑娘，又在适婚年纪得到了很多男士的追求，结果她的刻薄恶毒却导致每段感情都以失败告终。她曾对一位年长她很多的邻居产生了好感，众人很担心她最终会跟那人结婚，可没过多久，那人便搬离此处，她却继续留在这里生活。之后再无一人向她求婚，直至她年满二十六岁。在她的生活圈子里，所有人都知道此事，却因对她在成长过程中的经历不甚清楚，不了解个中

原因。她从童年时便开始跟母亲激烈对抗，饱尝艰辛，由此产生了一种让人厌恶的缺陷，那就是动不动便跟人发生争吵。她觉得能主动挑起纠纷就是胜利，且自己必须不停地追逐新胜利，因为母亲从未停止过刺激她的怒火。只有激烈的争吵才能满足她对虚荣的渴求，才能让她获得至高无上的幸福。而她对在争吵中击败对方的强烈欲望，也能对她的行为十分男性化提供充足的证据。

二十六岁那年，她认识了一名男士，此人很受人尊重。她的性格如此争强好胜，这位男士非但没有退却，还对她展开了相当热烈的追求，并且不管在什么事情上，都愿意顺从她的意见。亲戚全都逼她跟这位男士结婚，她却不断表示自己从来没有这种念头，因为跟他相处，自己无法得到快乐。要明白这点并不困难，但前提是要在一定程度上了解她的性格。但她抗争了两年后，终于还是跟这位男士结了婚，原因在于，她深信自己能彻底掌控他，他已跟她的奴隶没有区别。这说明由始至终，她都暗暗期待能嫁给一个完全对自己顺从、满足自己一切要求的男人，跟她的父亲没有区别。

但没过多久，她便意识到自己错了。丈夫在婚后数日便开始安坐着抽烟，看报纸。早上，他去上班。晚上，他准时回来用餐，并会因晚餐未能及时做好发出几声怨言。他向她提出了如下要求：干净、温柔、准时。他还为她制定了种种规则，她却完全不准备遵从，因为她觉得这些规则并无道理可言。她与丈夫的关系，跟她与父亲的关系基本没有共通之处，她的梦想由此幻灭。丈夫不想让她如愿，她的愿望越多，他便越是如此。她也完全不理睬丈夫的要求，丈夫越是希望她好好履行家庭主妇的责任，她便越是如此。她整天寻觅各种机会，告诉丈夫他无权做这些要求，并清楚表示自己对他并无爱意。丈夫却继续向她提出种种要求，完全不把她话放在心上，她因此觉得自己无法得到美好的将来与幸福。追求她时，这个安分守己、刚直无私的男人表现得那样顺从，那样谦恭，结果这种顺从与谦恭却在得到她后忽然彻底消失了。

她跟丈夫的关系也没有在她生下孩子后得到改善，她还因此被分配了一项新的工作，且不得不去做。她跟母亲的关系，这段时期也不断恶化，因为从头到尾，母亲都极力站在她丈夫那边。她跟丈夫的家庭矛盾不断升级，丈夫在这一漫长的过程中，不可避免会有愤怒且十分粗鲁的表现，从而增加了让她埋怨的借口。毋庸置疑，她那种让人很难亲近的性格，直接导致了丈夫的恶劣表现。她不能谨遵女性身

份，觉得自己能一直悠闲度日，并有一名奴隶相伴，其能让自己的一切要求得到满足，认为这才是自己心目中真正且有意义的生活，便是她让人很难亲近的原因。

眼下，她能采取何种举措？离婚，返回母亲那里，将自己的失败公告天下？但她其实毫无自立的准备，因此无法做到这一点。再加上离婚对她这种傲慢且贪慕虚荣的人而言，绝对是一种耻辱。她于是被迫在丈夫的责备与凶恶母亲对她要干净卫生的唠叨中痛苦度日。

然而，她忽然变得讲卫生了。每天，她都忙着清洁洒扫，好像在母亲多年的教导下，最终改正了自己的错误。母亲见她清理垃圾，打扫房间和柜子非常欣喜，丈夫也十分高兴，认为情况已得到改善。但她这种改善好像过了头，她不断清洁洒扫，把家里弄得干净至极，除此之外，什么都不关注。另外，她做家务时，不希望被其他人干扰，但这种热忱却让其他人受到了干扰。她会将所有被人碰过的干净东西重新拿去洗刷，且绝不容许别人代劳。

不停地清洁洒扫其实是种病态。在对自己女性身份不满的女性身上，经常表现出这种病态。借助这种尽善尽美的干净品格提升自己，表明相较于少做家务者，自己的表现更加出色，便是她们此举的目的所在。她们如此能干，的确会在无意间搅乱全家上下。这种女性的家堪称最凌乱的家，实际上，要说她们此举是为了弄乱整个家，而非把家收拾干净，也无不可。

这说明一些看起来像在严格履行女性责任的做法，实际上却并非如此。在日常生活中，有很多类似案例。说回这位病人，她的如下情况都跟我们的推导毫无出入，包括没有同性友人，无法跟任何人友好相处，不知道怎样站在他人的立场上思考问题。

为了让女孩准备得更加充足，以便在对生活的适应中表现得更加出色，我们从现在开始，有必要寻找更好的方式，向女孩提供教育。但像这个案例这样，女性在很好的环境中依旧形成了完全无法适应生活的生活方式，自然也是有可能的。虽然所有了解心理学的人都将否认，所谓女性低贱在现代社会得到了法律与传统的保护，但我们却必须承认这是事实。所以为了辨别、阻止相应的错误做法，务必要随时保持警觉。这是基于社会生活的整体秩序已被当前这种错误态度损害了，跟人们太过尊重女性已经到了病态的程度无关。

我们利用这个机会，来探讨一下所谓“危险年龄”——五十岁前后——这种贬损女性的观点。女性的部分性格特征在这一年龄阶段将越发凸显，且女性将在同一时间遭遇绝经这种重要的生理改变。绝经对女性就等同于痛苦生活的开始，也等同于她以毕生精力艰难获得的少许重要意义即将恒久消失。她的身份与地位此时好像失去了原先的稳定性，鉴于此，所有对维持原先身份与地位有帮助的方法，她都一定会加倍努力争取。可惜能适应当前情况的才是有价值的，这项原则却在人类文明中占据着掌控地位。这导致一切老人都生活得比较艰难，不断走向衰老的女性尤其如此。对年老女性的价值完全否认，将严重伤害她们本人，而人类之所以能存活下去，自然不是只依靠对辉煌过去的回忆，因而这也会伤及其他所有人。若某个人的力量与办事能力不断衰减，无法遏止，那么在这种情况下，就应继续以其年轻时创造的所有成就为依据，确定其价值。不能只因某个人上了年纪，便将其彻底排挤出社会的精神生活与物质生活，这种做法对女性便等同于贬损与奴役，这点毋庸置疑。念及自己将来一定会有如此身不由己的人生经历，一名正值花样年华的姑娘会产生怎样的忧虑与抑郁，请想象一下吧！因此务必要确保五十岁以后，女性不会一切终止，不会失去所有价值，务必要确保年龄增长不会让人的荣耀与价值随之发生变动。

第五节 男女紧张的关系

人们思想上的错误，导致了各种歧视女性的悲惨状况。人类的成见会在产生之后迅速扩及全社会，展现于方方面面。由始至终，女性低贱也就是男性尊贵的悖论，都在影响男性与女性的关系，导致一切爱情关系都变得非常紧张，危害乃至时常毁灭男女两性的幸福。爱情生活受到污损、扭曲、侵蚀的过程便是如此。圆满和谐的婚姻之所以罕有，很多孩子之所以认为婚姻艰苦且危险至极，原因就在于此。

孩子很难对人生有全面认知，因为其视线被对女性的成见遮挡了大半。思考一下，因为心急想要逃避生活，才希望步入婚姻的女孩有多少，将婚姻当成一种罪过，避无可避的男孩与女孩又有多少！男性与女性紧张的关系，现在已经引发了相当普遍的问题。更多且更难以解决的问题不断涌现，只因男性会因女性逃避社会强行赋予自己的女性角色的意愿增强，而越发强烈地想要实施自身特权（虽然这没有任何依据）。

建立平等的合作关系，是让所有人认可自身性别，让男性与女性真正实现均衡与协调的最佳方法。所有人都应对此事做出郑重思考，并思考怎样建立平等的合作关系，因为男性与女性间的附庸关系，就好比国家间的从属关系，但做附庸或从属，对任何人、任何国家来说，都是无法恒久忍受的，再加上无法以正确的方式对待自己与另一半的性别的人，会严重干扰另一半的概率也相当高。由于任何人都务必要建立两性关系，因此这种关系在社会生活中不可或缺，且有十分普遍的影响力。但现在两性关系毋庸置疑已更加复杂化了，因为孩子们全都被迫接纳了这样一种行为模式：对另外一种性别持轻蔑与否认的态度。上述问题原本能得到妥当解决，但前提是要能平静下来，以正确的方式开展教育。人们的整个人生发展方向，已被现代社会过多的不利元素彻底固定下来，这些元素包括过快的生活节奏，过于浮躁的社会整体，过于稀少的真正被检验、证明过的教育方式，尤其是无时无刻不在、连幼儿园都有的不计其数的竞争。

面对爱情，很多人会畏惧、后退，这说到底也源自性格成见。男性受性格成见作用，时刻想展现自身男性化的方面，为此甚至可以背叛道义，玩弄阴谋，采取武力。此举必然会对坦率与信赖这两项维持爱情必不可少的重要元素造成损害，对此不必有任何质疑。例如唐璜，他要通过频频征服不同的女人，弥补自己在男性气魄方面的不自信，为自身做出证明。夫妻之间会因广泛存在于男女两性间的信赖缺失，难以坦诚对待彼此，以至于严重影响了全体人类。而对男性气魄的过度强调，则代表着无尽的挑衅、刺激、骚动，这当然会让男性养成一些恶习，包括贪慕虚荣、傲慢自大、彰显特权等。简而言之，这些全都违背了正常、和谐的社会生活。这说明面对妇女解放运动，我们毫无反对的依据，而由于要妥当解决男女两性的关系，要让人类得到幸福，首先务必要让女性认同自己的女性身份，因此支持女性追求自由与平等，便成了我们的责任。

第六节 试图做出改革

男女同校制度是一切改良男女两性关系的举措中最关键的一项。截止到目前，该教育制度依旧有部分人反对，部分人支持，没能获得广泛认可。支持的人深信，该制度能尽早为男女两性创造彼此了解的良机，各种错误的成见及其毁灭性后果，都将因这种了解的加深而相应减少。反对的人却提出了如下意见：男孩与女孩在进入学校前，已出现了相当显著的差异，他们在同一个学校接受教育，只会导致彼此

的差异越来越大，因为相较于男孩，女孩在这个阶段的心理发展速度要快很多，男孩必将因此承受重压，原先他们觉得自己生来便要承担如下责任，包括维护自身特权，为自身能力在女孩之上做出证明，可到了这时，他们忽然发觉自身特权原来如此脆弱，跟泡沫没什么不同。部分研究人员也表示，男孩会在男女同校的模式中以局促不安的态度对待女孩，并由此伤及自己的自尊。

这些观点无疑都有各自的依据，但是其全都建立在如下基础之上：男孩与女孩相遇后便会发生竞争，为确定能力、才华更为出众的是哪一方而较量。如果把鼓励两性竞争当成男女同校制度的真正意义所在，如果连老师、学生都支持这样的观点，那该制度造成大量恶劣的影响，便成了不可避免的。实际上，培养男女两性相互合作的精神，为让男女两性在走上社会后能和睦共处，做好相应的准备工作，才是男女同校制度的目的所在。该制度会因老师对其目的缺乏认知，丧失原有的意义，最终走向失败，无可挽回。对该制度持反对意见的人，这时自然就掌握了更多依据，对自身观点的正确性更有自信。

有才华的诗人一定可以利用自己巧妙的文笔，细致、精彩地描绘出男女两性的各种不均衡。我们却只满足于清楚解释其中的重要之处。众所周知，女孩步入青春期后，似乎有种自己比别人低贱的感觉，一举一动都很害羞，不自然。实际上，这类似于之前提到的生理缺陷引发的自卑，但女孩觉得自己比别人低贱的观点，是由环境强行赋予的，这是二者的重要差别。女孩在女性被歧视的整体环境中，会不由自主地建立一种行为模式。某些情况下，连观察力极强的研究人员都会误会，她是真的比别人低贱，所以才会有这种表现。总之，女性卑贱的悖论通常会导致男女两性都热烈追逐巨大的权力和不适合自身的角色。到最后，这将造成何种结果？人类社会的混乱不断加剧，人与人不能再以坦率的态度对待彼此，人们深陷各种错误与成见中，难以重获自由，最终再也不可能获得任何幸福。

第八章 家庭情况

从头到尾，我们都在引导大家留意如下原则：务必要先明确一个人的成长环境，然后再对其做出评判，而孩子在家庭中占据的地位，便是其成长环境中一个相当重要的元素。若能随时将该原则铭记在心，再加上一些专业知识，通常就能对不同类型的人做出清楚的划

分，同时能了解一个人在家中排行老大还是老幺，是不是独生子女等其他特征。

古往今来的人也许都对这样一种现象心知肚明：一般说来，在家中排行老幺的子女都很特别。不计其数的神话、传说、圣经故事对这种孩子的描绘基本没有差别，为上述现象做出了证明。因为父母总觉得幼子跟其余孩子不一样，且往往会给幼子最无微不至的照料，毕竟家里其余孩子都比他大，所以幼子确实拥有跟其余孩子迥异的成长环境。很明显，幼子也是对别人的帮助需求最大的孩子，因为除了年纪最小外，他的个子一般也是最小的。跟他比起来，哥哥姐姐都早早长大了，在某种程度上基本能够独立，他却还十分脆弱，这导致他的成长环境多半会相对温和。能明显作用于他对人生态度的多种性格特征将由此产生，他跟其余孩子的不同就源于此。

有一点要格外留意，通常说来，孩子都不想成为最脆弱、最不被人信任的，因此家中幼子就算受尽宠爱，也未必会对自身环境心满意足。孩子往往会受这种观点的刺激，极力想要为自己无所不能提供证据，并将自己强烈的权力欲赤裸裸地展现出来。幼子往往会有种强烈的渴求，想打败其余所有人，只有最高的地位才能让他满足，这便是我们观察的结果。这类孩子不算罕有，部分幼子成了全家最有才能的人，家中其余人都不是其对手。也有部分幼子不太幸运，他们被哥哥姐姐打败了，尽管也渴望战胜其余人，却失去了必不可少的行动力与自信。幼子通常会在无法击败哥哥姐姐后，变得胆怯懦弱，不愿承担自身责任，好像一名被告，为推脱罪责不断寻觅理由，但其对权力的欲望并未减少，只是表现方式不同了。他将摆脱当前的环境，而他对自身欲望的满足，将在对人生必不可少的问题以外的活动中实现。他将借助这种方式隐藏自己真正的能力，将自身缺陷巧妙遮掩起来。

人们必然能够看出，这种孩子会表现得心底似乎隐藏着自卑，让人觉得其遭到了冷遇。研究期间，我们确实经常见到这种自卑的人，并往往能以这种糟糕的情绪为依据，为其本人心灵发展的特色与风格做出推导。幼子跟生来便有生理缺陷的孩子，在自卑感这件事上表现很相近。实际上，他们怎样理解自身处境，对他们而言才是重要的，至于他们的感受，他们到底遭遇了何事，他们是不是比别人低贱，这些全都不重要。然而，孩子极易犯错误，在大量问题与可能性面前，能得到各种类型的答案，有的正确，有的错误，这些我们都已了解。

既然如此，教育者应该做的工作有哪些？应不应该为让孩子变得积极主动，激励其贪慕虚荣？应不应该督促孩子表现自己，争做第一，永不停止？答案是不应该这样，这种对人生挑战的应对，实在算不得明智。对孩子的教育未必非要其成绩优异不可，若能向其着重表明成绩是否优异乃至名列榜首并不重要，即反其道而行之，反而更好，这点已被经验证实。大家必然已经厌倦了那些除了成绩优异之外一无是处的人，这种人在人类社会中是很常见的。简而言之，只是成绩优异或是功成名就，从宏观历史和微观个体角度说，都断然不等同于幸福。另外，一味教育孩子争第一名，会导致孩子片面、偏执，特别是会令其丧失良机，无法跟其他人建立良好的合作关系。

一味激励孩子争第一名的教育必将引发大量恶劣的后果，包括导致孩子终日为会不会被他人超越忧心忡忡，除了自己什么都不关注等。这种孩子心底隐藏着对伙伴的艳羡、妒忌与仇恨，并因担心自己被他人超越，时刻防备着他人。这种孩子就好比一心想要超越其他所有人的加速器，或一位赛跑运动员或马拉松运动员，激烈的竞争欲望充斥着他的内心。在他全部的行为中，特别是在生活的某些细枝末节中，这些全都得到了充足的展现，例如他无法忍受其他人在自己前边走，无论何时都要走在队伍最前边。留意这种细枝末节，对那些还未掌握如下技巧的人往往很困难，这种技巧便是以人的种种表现为依据，为其心灵特征做出评判。

很多孩子都有这种竞争态度，拼命想要跑到最前头，其中很有代表性的便是家中幼子（自然并非全体幼子都是如此，超出常规的案例也会出现）。我们发觉，部分幼子远比家中其他成员更加努力上进，更有甚者，其能够拯救整个家庭，比如《圣经》里的约瑟。在人类历史上有很多这类故事，历史似乎有心想将这些说给我们听，而其作为一种辅助证据，对我们的研究有很高的价值。这说明从历史的长河中寻觅那些遗失的宝贵史料，是我们必须要做的工作。

从第一种孩子中派生出了另一种孩子，后者同样非常多见。面对一道自己觉得跨不过去的障碍，一名马拉松运动员会采取何种做法，我们来想象一下。他自然会想办法从别处绕行，躲开这道障碍。这种孩子也会有这种表现，遭遇困境时，他们便会变成缺少勇气的懦弱之人。他们好像无法再承受为人生努力拼搏的压力，将从人生的战场上彻底退出。他们拒绝做一切有价值的事，整天浪费时间和生命，且能找出充足的理由。这种表现必将导致他们在所有真实的斗争中落败。

这种孩子往往会谨慎地帮自己确定一个活动范围，其中没有半点竞争的可能，且他们总以自己力量太弱，受到溺爱，或被兄姐阻挠，无法顺利发展等，作为失败的托词。身体方面的缺陷也许会使他们面临更不幸的结局，因为他们必然能从中得到更充足的理由，在解释自己为什么选择逃避时，肆无忌惮地强调自己的身体问题。

一般说来，这两种人在交友方面都会遇到很多困难。由于第一种人往往会为维护自己的心理平衡，不惜伤害他人，因此这种人在这个重视竞争的社会上也许能过上更好的生活。至于第二种人，将始终承受自卑的重压，且终生难以获得幸福，因为其很难跟生活相适应。

通常情况下，家中长子的性格特征都十分突出。第一，其占据着非常有利于心灵成长的良好地位。这种地位的巨大优势已经被史实证实，在很多民族、阶层中一早便成为了传统。例如欧洲农民的长子自幼便明白自己拥有何种地位，明白自己将来会继承农场，因此相较于弟妹，其自然会认为自己的地位要高很多，这是毋庸置疑的。至于弟妹，也都对自己终将从父亲的农场离开心知肚明。其他某些社会阶层的成员也都广泛持有这样一种观点：终有一日，长子会继承父亲的产业，变成整个家庭的主人。连小资产阶级、无产阶级等还未彻底确立该传统的阶层，其家庭成员往往也会将长子视为父母有力的助手，能照料弟妹，以辅助父母，这是由长子充足的才能与常识决定的。一个孩子被人如此期望，被安排做如此重要的工作，能积累多么弥足珍贵的经验，可想而知。正因为这样，其很可能会如此评价自己：“你一定要比别人更加聪明，因为你身材更高、身体更壮、年纪更长。”

如果在该领域他顺利发展，那他便维护规则与秩序。通常说来，这种人都非常重视权力，此处的权力包括其个人的权力和权力观。权力对长子而言，有价值且务必要尊重。长子不必给出任何理由就能获得权力，这是很顺理成章的。所以长子必然会极其故步自封，对此不必感到半分惊讶。

家中次子同样有其特殊的追逐权力的方式。在长期的重压下，次子一直在为占据优势地位而努力，其人生路径便取决于这一竞争态度，其好胜心在行为的方方面面中都得到了体现。在家中，有个人已经先于他得到了权力，这必然会严重刺激到他，这便是次子要面对的状况。一般情况下，能提升自身能力，跟长子竞争的次子会充满斗志，积极向上。而随着时间的推移，原本觉得自身地位稳固的掌权长子会产生危机感，觉得次子可能超越自己。

长子与次子的竞争，在《圣经》以扫与雅各的故事中得到了异常生动的展现。故事中的两兄弟为争夺真实的权力与权力的象征，激烈角逐。争斗在这类故事中必然会产生，直到目标达成、长子或次子落败之际，争斗才能停止。在大多数失败方身上，都会出现某一形式的神经症。次子往往会有这样一种感觉，自己遭到了轻蔑与忽略，所以会表现出跟穷人仇视有钱人相似的态度。再加上次子也许会确立过高的目标，其追逐的也许不是真实的生活，而仅仅是种想象。这种想象出现的时间极短，且一点意义都没有。次子的心灵必将因此陷入焦躁，终生无法再获得平静。

独生子对自身独特的处境，自然也心知肚明。种种教育方式会将他彻底围困其中，即把所有教育热忱都倾注于这个仅有的孩子身上，是父母仅有的选择。这极易导致他变得非常依靠他人，且始终希望他人帮自己点明方向，提供援助。长久以来，他都深受宠爱，人生旅途上的阻碍也都由他人帮自己清理干净了，所以无论遇到什么难题，他都习惯于逃避。他极易因长期被身边人关注，觉得自己确实拥有无可比拟的重要性。可见他实际处在一种非常危险的环境中，不可避免会犯错。也许其中很多危险都能因他的父母意识到而避免，可该问题终究还是难以解决。

若家中只有一个孩子，父母往往会非常忧心这个孩子。若自身有过很多危险经历，父母就会唯恐孩子受苦，将其照料得无微不至。可父母的关怀与提醒多半只会让孩子厌倦，觉得自己受到了束缚。父母长期无微不至的关怀与体贴，只会让孩子不胜其扰，感觉整个世界及其中所有人都是自己的敌人。在困难面前，独生子一定会表现得恐慌无助，不知该如何是好，因为从小受尽宠爱的他只知生活的甜美与快乐，对个中艰苦一无所知。他必然会在一个人行动期间，遭遇种种困境。最终，他将一无是处，他的生命之船也将无法航行。他整天悠闲度日，什么都不做，一切事情都由他人照料、费心，跟寄生虫没有区别。

若家里有几个孩子，那同性竞争和异性竞争都有可能出现。这是一种相对复杂的状况，要准确评判每个孩子，难度颇高，所以这里只选择有多个女儿、一个儿子的家庭重点论述。女性在这种家庭中占据掌控地位，仅有的男孩只能待在角落中，得不到大家的关注。如果男孩在家中排行最小，这种情况会更严重。男孩会发觉多个女人像仇人一样把自己围在中央，自己要想获得认可，相当困难。其他男人能从

人类社会的男性文明中获得的特权，从未真正降临到他身上。无论在什么事情上，他都能感受到威胁。他最鲜明的性格特征将由此产生，那就是长期无法获得安全感，且难以进行自我评价。另外，面对女性家人的权威，他也许会选择屈从，认为女性获得的地位与尊重，原本就不归男性所有。他因此具备了两种发展的可能：一是将自身的勇气与信心轻而易举地舍弃；二是无法再忍受环境的刺激，为建功立业努力奋斗。自身处境成了这种孩子发展前景的决定因素。

总结上述内容，能得出如下观点：孩子的一切本能、倾向、能力等，也许会被其在家中占据的地位创造或是作用。所谓遗传决定了人的性格与能力，这种说法已被上述研究彻底推翻，且已被证明对教育毫无帮助，只有阻碍。但有时候遗传也能发挥显著的作用，如一些家庭传承的特征，也会出现在某些成长期间未待在父母身边的孩子身上。若大家对先前探讨过的一些孩子的发展方向怎样因遗传生理缺陷走向误区还有印象，就能比较容易地理解此处的遗传问题。在人生与环境的各种要求面前，天生身体不好的孩子极易紧张。若这类天生的缺陷，以及对人生的紧张情绪也存在于他父亲身上，那人们便很有可能会以遗传解释父子二人这种相似的错误与性格特征，这是毋庸置疑的。遗传决定性格的观点，从这方面说的确不太能取信于人。

这充分表明，孩子在成长期间犯下的种种错误中最严重的错误，都以其渴望超越伙伴，并渴望追逐能让自己比伙伴更强大的个人权力为源头。不妨这样说，这已成了孩子在人类社会中建立的固定发展模式。务必要搞清楚孩子成长期间会遭遇何种阻碍，以及这些阻碍到底有何含义，才能阻断这种错误的发展趋势。努力推进社会感的发展，是战胜这些阻碍仅有的可行的方法。这些阻碍将会在社会感面前变得不值一提。不过，孩子终究不可避免会遭遇各种阻碍，因为社会感在人类文化中基本没有发展的可能。这种认知能帮我们更加轻而易举地理解一些现象，例如有人终生都在为个人生活努力，有人却将生活视为无尽的折磨，这是什么原因？对权力的欲望毁掉了这些人，这点很好理解，其对人生错误的态度，便是受这种强烈欲望的驱使逐渐产生的。

一定要客观公正地评判其他人，特别是一定要避免评判任何人的道德或道德观。反过来一定要利用自己的心理学知识创造社会价值，且由于相较于走上错误道路的人，我们对其心理了解更深，因此一定要以高度的同情对待他们。这些做法能帮我们改良、提升当前的状

况，因为它能让我们的教育工作获得全新的发展，帮我们找到错误真正起源于何处。而对个人心灵构造与成长历程的解析，还能帮我们看清其过去与未来。这表明这门学科的确能让人真正了解何谓人，人在我们眼中是鲜活、自然的个体，而非苍白、含糊的概念。如此一来，相较于普通人，我们便能对人的社会价值有更深入且含义丰富的理解。

第二部分 性格科学

第一章 概述

第一节 性格的实质及源头

此处的性格指在极力跟外界相适应的过程中，个人展现出的一种独有的风格。作为一种社会概念，性格只存在于个人与其处境对彼此的作用中。若要问鲁滨逊·克鲁索这类人的性格到底如何，基本是无意义的。作为一种心灵现象与态度，性格是个人在跟自己的处境发生关联时，展现出的禀性与涵养。而作为一种行为模式，性格还是个人发展社会感、追逐优越感的依据。

占据优势、追逐权力、超越其他人，是个人的最终目标。在该目标的鼓励与指引下，个人才得以向前迈进，这些大家都已了解。个人的世界观与行为模式都取决于该目标，个人的各种心灵活动也被该目标组合成了一个体系，有其独一无二的风格。我们能借助对个人性格特征的了解，大致明白其以何种态度对待自身处境、伙伴、社会和来自生存的挑战，因为个人的生活方式与行为模式都是以性格这种形式展现出来的。性格在人格中几乎等同于生活技能，为获得认可，占据关键地位，总体人格会将性格作为一种工具和方法加以应用。

性格跟生存模式相似，而不像很多人想象的那样，源自遗传、神赐或天生。每个人都因这种生存模式获得了自己独有的人格，无论遭遇何种状况，都能继续生活，没有什么顾虑。即性格是在维系某一特殊生活习惯期间渐渐形成的，跟遗传或神赐无关。例如懒惰的孩子并非生来就懒惰，只因懒惰能在保全其优越感的前提下，让其轻轻松松地生活。简而言之，从一定程度上说，懒惰表现了孩子以何种态度和方法追逐权力。又如有种人喜欢当众展示自己的先天不足，因为：

“我原本能凭借自己的才能取得巨大的成就，偏偏被这种不足阻挠，真是遗憾！”很明显，他们能通过这种方式在失败中保全自己的颜面。另有一种人对权力有无尽的欲望，因此从未停止跟自己的处境对抗，并在追逐权力的斗争中，形成了诸如野心、妒忌、怀疑等一系列

特殊的性格特征。这些性格特征在我们看来，既非源自遗传，又非不可逆转，跟人格没有区别。更深入的研究证明，性格特征是以行为模式为基础建立的，出生后迅速确立的部分性格特征是人格内部隐藏目标引诱产生的次生元素，而非原生元素，所以一定要先把引诱某一性格特征产生的目标搞清楚，然后才能确定该性格特征。

总结一下上述论述，我们已为个人的生活方式、活动、行为、世界观全都与其目标紧密关联做出了证明。个人不能在内心缺少确切目标的情况下思考及行动。个人出生后，这种潜藏于个人心底的目标便开始为其心灵发展做出引导，同时将一种特殊的模式与风格赐予其生命。任何人都能成为独特且独立思考的个人，跟其他所有人区分开，正是因为个人生命中所有的活动与表现都拥有上述必然且特殊的目标。这种认知能让我们了解，对个人目标与行为模式的认知，往往能帮助我们对此人、对其所有行为真正隐藏的含义有清楚的认知。

要在真实生活中找到充足的依据，为性格源自遗传的观点做出证明，颇具难度，因此遗传必然只能对心灵表现与性格特征发挥少之又少的影响。但对个人心灵活动部分现象的源头的观察，却表明所有这些好像真的源自世代传承。实际情况却是，同一个家族、国家或种族，都会因成员对彼此的模仿与认可，形成某些相同的性格特征，就是这样简单。的确有一些事实、特征、表象或形式，存在于人们的心理与心灵中，这些事物对所有孩子都意义重大，因为其都能刺激人类展开模仿，这便是其共有的特征。例如某些情况下会以对看的渴求表现出的求知欲，也许能刺激存在视力缺陷的孩子产生好奇。但由于孩子拥有各不相同的行为模式，会导致相同的求知欲却形成了迥异的性格特征，因此存在视力缺陷的孩子未必都能拥有以上性格特征，即形成观察细致、追求真理的性格，或形成异常呆板的性格，对存在视力缺陷的孩子来说都是有可能的。

对存在听力缺陷的孩子的不信赖态度，也能以相同的方式加以解析。一般说来，这种孩子在社会中都会遇到比普通人更多的危险，为了能察觉到这些危险，他们务必要让自己的感官变得异常敏感。除此之外，这种孩子的不信赖态度还主要源自他们时常受到他人的歧视、讥讽，并时常被当成残疾人。对于很多人生乐趣，他们都持仇视态度，这很好理解，因为他们因自身缺陷享受不到这些乐趣，这证明他们生来就有这种不信赖态度的说法是站不住脚的。而犯罪性格源自天生的观点也必然完全不成立，二者是相同的道理。有人坚信犯罪性格

源自天生或遗传，依据是有的家庭有多名成员都犯了罪，但这种观点根本不成立。因为一种对世界错误的态度在这种家庭中树立了典范，创立了传统，自幼受其影响的孩子将盗窃这类恶劣行为视为谋生的方式，也是很顺理成章的，这才是真相。

追逐认同与优越感的方式，同样如此。所有孩子都一定会追逐各种优越感，因为其在成长期间会遭遇不计其数的难题。再加上不同的人一般会以不同的方式追逐优越感，在这件事情上，任何孩子都有自己独有的方式。而由于孩子会在追逐优越感期间找到最佳典范，即身边具备某种影响、为人敬重的人。如此一来，我们便能轻而易举地解释孩子跟父母为什么会有相近的性格。这便是每代人向前人学习的方式，在努力追逐权力期间，他们会学会并世代传承大量事物。

社会感不容许公然展现对优越感的追逐，其因此变成了一种秘密的目标，即应在背地里，躲在友善的面具后，暗自追逐优越感。但务必要再次强调一下：如果人们能加深相互之间的了解，就不会像现在这样热烈追逐优越感；如果所有人都有能深入了解他人性格的敏锐眼光，便能为自己提供更好的保护，并能给其他人一种感觉——追逐权力毫无收益，由此压抑其对权力的追逐。简而言之，上述做法必然能消除人类心底隐藏的对权力的欲望。所以我们要取得良好的成果，只需对人们的各种表现、人们与世界的各种关系展开深层次的研究，并对研究中已经取得的成果有效利用即可。

人类处在相当复杂的文化环境中，这导致只依靠学校教育，个人很难在解决人生种种问题时做到从容自若。学校教育客观说来，是心灵训练与智慧提升的最佳方法，这点毋庸置疑，毕竟一般人要做到这些，颇具难度。但学校迄今为止却只有一项价值，不重视激发学生的学习兴趣，只将刻板的知识原样呈现给他们，他们有能力或者愿意从中掌握什么，就掌握什么。就算那种理想的学校真的存在，但相较于人类社会的需求，其数量还相距甚远。我们还忽视了另外一点：理解人性最重要的前提条件是什么。我们在老式的学校中学会了以何种标准评判人类，怎样明辨善与恶、对与错，却没有学会如何对自身观点做出调节、纠正。所有人的人生都有这种缺陷，这是无法避免的，且该缺陷糟糕的影响一直延续到了现在。

我们似乎把童年时期产生的成见与错误当成了一种神圣的固定规则，不容违背，长大后还在继续应用。我们已被十分复杂的文化干扰包围，而我们心目中能将真相揭露出来的思想，实际却无法表露半点

实情，这两点我们至今没能感知到。总之，我们仅仅是为了提升自己的自尊，增加自己的权力，才会不停地对所有事物做出解释。

第二节 社会感在性格发展中发挥的重要作用

社会感是除追逐权力与优越感外，对性格发展发挥重要作用的另外一项元素。社会感跟对优越感的追逐类似，在孩子最初的心灵活动中便已体现出来了，比如有种很明显的体现，便是孩子多半都很想跟其他人共处，很想从对方处获得温暖。简单回忆一下前文中对各种发展社会感的条件的论述。自卑感和对权力的追逐（也就是弥补自卑感），都会作用于社会感。人很容易产生种种自卑情结，自卑感每每在人类心灵发展中露出头来时，追求弥补、安全、完备的欲望，马上就准备为牢牢把握人生的宁静与幸福这一异常清晰的目标采取行动。在对孩子的教育中，以关照孩子的自卑感为基础，出现了大量行为规范，基本可归纳为一项原则：务必要给孩子创造机会，让其感受到生活的快乐，不能让其对生活的残酷有太多的体验，或对生活的黑暗有太早的认知。但必须要具备某种程度的经济条件，才能做到这点。可归根结底，通常情况下，孩子的成长环境都很残酷，而这原本是没有必要的，即孩子原本不必遭遇误会、贫困、欠缺等状况。而由于生理缺陷会造就反常的生活方式，且会让孩子觉得，自己要生存在世上，特殊对待与特殊法律的庇护不可或缺，因此生理缺陷同样会发挥重要作用。但就算有生理缺陷的孩子的这些要求全部都能得到满足，其还是会感觉生活艰辛，因此对生活产生厌恶，这是不可避免的，其社会感将因此受到歪曲，其所处的环境将变得更加险恶。

个人的社会感是正确评判其价值的依据，也是正确评判其思想与行动的依据。我们坚决维护该思想的原因如下：在人类社会中，所有个人都务必要跟社会维持关联。我们能从这种务必中了解到，对于我们的同类，我们之中的任何人都应承担某种程度的义务与责任。评判个人价值时，一定要以大众承认的标准为依据，这是由我们身处人类社会，且被社会生活规律掌控的处境决定的。我们将个人社会感的发展程度视为评判其价值仅有的且处处适用的标准。人类非常依赖社会感，这点我们无法否认，无人能彻底割舍社会感，无论何时社会感都在提点、告诫我们，我们应对自己的同类负责，不管出于什么原因，都不能完全忽略此事。这自然并不表示我们的意识在任何时间都无法摆脱社会感。不过，任何想扭曲社会感或想彻底抛开社会感的人，都必然会遭遇很多困难。要做到这一点，某种程度的动力不可或缺。而

且社会感无处不在，导致人们首先要借助社会感为所有行动的合理性做出证明，然后才能真正采取行动。我们要证明自己所有的行动、观念都是合理的，才能满足隐藏在无意识中的社会感的要求，这至少表明所有人都会为给自己的做法找到合理依据，想尽一切办法。为了让自己的社会感获得满足，或最少能利用社会关系欺骗自己和他人，人们在生活、思想、行动中发展出了种种特殊的方法。对以上内容的总结显示，有种好像社会感但实际不是的事物，在人们身上像面纱一样遮掩了一些倾向。我们要正确评判某一行为或个人，只需对这些倾向有透彻了解即可。对社会感的评判，会因这种欺骗性质的假象变得越发困难。在人性的研究过程中，我们之所以务必要小心翼翼做出证明，并要借助严谨的科学方法，恰恰就是因为这种种困难。为阐释社会感遭到曲解的过程，接下来列举几个案例。

一个年轻人提到，自己曾跟几名伙伴去海里游泳，游到一座岛上暂作停留。一名斜倚在悬崖边缘的伙伴不慎失去平衡，坠入海中。年轻人身体前倾，见证了伙伴的下坠，心中充满好奇。之后回忆此事，他却觉得自己那时并不是因为好奇才有这种举动。坠入海中的年轻人最终获救，实乃万幸。能够确定的是，说故事的年轻人必然社会感很弱。据了解，他从不伤害别人，并一直跟伙伴维持友好关系，但我们依旧无法相信他有强烈的社会感，我们不能轻易被蒙骗。然而要有更多的真相，才能为如此激进的假设提供更深入的证明。

这位年轻人时常做这样一个梦：他被囚禁于一座漂亮的木房子里，房子位于森林内部，跟人类社会相距甚远。画画时，他非常喜欢以这个场景为题材。这个梦其实能为他缺少社会感提供新的证据。要清楚了解这个年轻人毫无难度，只需了解想象的代表意义和他的成长历程即可。我们完全能在丝毫不牵涉道德判断的情况下，判断年轻人的社会感因他的错误发展方向严重受阻，发展不够充足，这将来必然会给他带来很大的麻烦。对他而言，这种评语再恰当不过。

有个趣闻能为真假社会感的实质差异做出充足的阐释。上公交车时，有个老太太滑倒在雪地中，自己无法起身，往来者也好像没看到她一样，继续急急忙忙地赶路。之后，有个男人过来扶起她。旁边有个男人马上跳出来对他说：“太好了！总算有好人出现了，我等着看有没有人会扶起老人，等了五分钟才等到第一个，就是你！”某些人怎样打着社会感的旗号行动由此可见。这个男人靠这种一下就能被识

穿的小伎俩，简直把自己当成了至高无上的法官，能够判断别人的对与错，至于他自己，却从未想过要帮忙，只是作壁上观。

另有一些难以判定其社会感强弱、真假的相对复杂的状况。要在这种状况中搞清楚真相，只有一种选择，就是认真观察、解析。例如有种状况是这样的，明知不可能取胜，将军还要逼迫大批士兵白白付出生命。将军自然会以维护国家利益作为此举的依据，并能得到很多人的认同。可不管他为了帮自己辩解罗列出了何种理由，他都断然无法成为我们眼中的理想合作对象。

一定要站在一个广泛适用的角度上，才能正确判断这些很难判断的状况。该角度必然跟社会利益与民众幸福（也可以说是公共福利）相符，能降低我们对特殊状况做出判断的难度。

个人的所有言谈举止，特别是其如何看待他人、如何跟人握手、如何跟人交谈等外在表现，都能体现其社会感是强还是弱。同样借助这种方式，个人的整个人格得以展现，并让人记忆深刻。我们要感知一个人是什么样的人，往往只以对他言谈举止的直觉为依据就足够了。依靠直觉对个人言谈举止做出的判断，或许会成为影响我们对其态度的决定性因素。所以此处进行的所有讨论，全都是未雨绸缪，具体说来就是在意识范畴内引入直觉，并检验、评估这些直觉。减少错误的成见对我们发挥的作用，便是从无意识向有意识转变的关键与价值所在（我们在无意识中，既不能掌控自身行动，也没有纠正自己的良机，因此错误的成见必然会在我们受无意识驱使做出判断的过程中不断恶化）。

有必要再度强调一下，一定要对一个人的成长历程与生活环境有所了解，才能公平地评判其性格。曲解此人的某一种人生现象，并以此作为判断仅有的依据，这样得出的结论必然是错误的，例如只以其健康状况、生活环境或教育水平作为判断依据。

我们在此探讨的内容能直接且大大减轻人类的重负，因此有很高的价值。而对自身更深入的了解，以及对某种程度的生活技巧的掌握，一定能帮人们建立某种行为模式，与其本身的需求更加相符。这种方式对个人，特别是对孩子影响巨大，能让他们发展得更好，并能帮他们摆脱漫无目的的命运，这种命运也许会让其无法承受，以至于崩溃。个人若能对此处探讨的内容正确加以利用，就不会因悲惨的出身、遗传生理缺陷或糟糕的环境，终生无法摆脱痛苦的折磨。人类文

明将因此举的成功迈出关键一步，新一代将由此获得勇气，主动成长，明白自己的命运由自己掌控。

第三节 性格发展方向

个人的主要性格特征与其心灵在童年时的发展方向统一，这是必然的。这种发展方向是笔直还是迂回，皆有可能。孩子起初为目标努力时，遵循的路径是笔直的，其会在此期间养成这样一种性格，既上进又勇敢。成长的初始阶段，性格通常具备积极上进的直线特征，可是由于在成长期间，孩子必然会遭遇种种难以逾越的阻碍，且后者很有可能为阻挠孩子追逐优越感，直接向其发起进攻，导致上述直线极易遭到扭曲。为逃避这些阻碍，孩子会极力采取迂回曲折的做法，这种做法决定了其性格。能对孩子发挥相似作用的，还有如器官发育欠佳、身边环境的排挤与进攻等性格在发展期间遭遇的其他阻碍。而社会整体环境、社会风尚、老师等元素，同样对个人性格发展作用极大。通常说来，老师都会向学生提出种种要求和疑问，并向学生表达自己的关怀，老师所有这些做法最后同样会对孩子的性格发挥作用，因为其中包含着人类文明赋予所有个人的人生责任。一切教育方法都是为让学生沿着当代社会生活与文化的主要发展方向发展自身，而将用心设计好的原则与态度教授给学生。

性格的发展直线会遭到成长期间一切阻碍的威胁，孩子追逐权力目标的直线，会因任何一种阻碍发生偏离，只是偏离的程度不一。孩子通常会在最开始时正视前面的阻碍，其态度不会因此发生改变。但他很快就会变成截然不同的样子，他明白火会伤害到人，因此一定要防备火，还明白务必要谨慎应对某些敌人。他将在之后完全走上迂回曲折的心理发展之路，用心机和诡计取代直截了当，以期获得认同与权力。上述偏离的程度如何，跟他的总体发展关系紧密。上述各类元素决定了他是不是小心过了头，是不是认为自己的一切做法都跟生活的要求相符或不符。失去了正视自身使命与问题的勇气，胆怯懦弱以至于无法跟他人对视或不想说真话的孩子，本身已经发生了彻底的转变，再也无法找回最初的勇敢。但鉴于殊途同归的存在，即做不同工作的两个人依然可能有同一个目标，这种孩子跟勇士其实有着同样的目标。

从某种意义上说，一个人也许会拥有两种不同的性格。而最易拥有两种性格的莫过于以下状况下的孩子：其还没有确定自己的发展方

向，其看问题的角度还没有完全定型，其不想在一条道路上坚持到底，其因首次尝试落败而主动探索其他道路。

教导孩子不以敌对态度对待周边环境，跟社会相适应，是非常简单的，因此创造宁静、和谐的公共环境，便成了让孩子拥有足以适应社会生活要求的能力的基础。父母若想创造真正和谐的家庭环境，就要避免给孩子太过沉重的心理压力，为此务必要将自身对权力的追逐欲降至最低。而要让孩子的直线性格发展不至于出现太过突如其来且激烈的转变，如勇敢沦落成无耻，独立沦落成毫不掩饰的自私等，只有一种方法或许会奏效，就是父母要在一定程度上掌握孩子的成长规律。此举同样能避免孩子因一切外部的强迫权威，得到永难消除的印迹，而且变得无比温顺，跟奴隶没什么两样。父母教育孩子的如下方法，也许会让孩子变得缄默，自闭，不敢直面现实，不敢承担坦率造成的各种后果：父母完全不了解孩子成长的规律，且总在教育孩子时采取强迫方式，建立自身权威。总之，以给孩子压力作为一种教育方法，是错误的，因为被强迫的服从仅仅是一种表象，这种教育方法也只能造成假意服从的表象。孩子的内心世界与总体人格，将被孩子与周边环境的关系、其在成长期间遭遇的阻碍对其的影响直接作用。但是以孩子的能力，往往不足以对外部影响做出判定，身边的大人也完全不知道或不理解这些影响，真是遗憾。孩子因此被迫面对种种阻碍，并做出某种程度的反应，在这一过程中，其人格渐渐成型。

除此之外，还能以不同的人以何种态度面对困境，将人分成多种类型。第一种是性格基本遵循直线发展的乐观之人。这种人完全不在乎困境，无论遭遇何种困境，都能勇于面对。他们满怀自信，乐观、悠闲地对待人生。对于生活，他们并无过高要求，因为他们对自己的能力心知肚明。不过，他们也断然不会过分轻视自己，不会总活在对先前所犯错误的悔恨中。所以乐观之人比在困境中表现胆怯、平庸的人，更能以轻松的态度迎接人生的种种困境，甚至能安然面对最糟糕的困境，对所有事情都将出现转机满怀信心。

要判断某个人是否乐观，只需观察其言行。不害怕任何事，说话没有顾虑，且能做到有礼有节，这些便是乐观之人通常的表现。而更生动的说法是他们张开怀抱，时刻准备给伙伴拥抱。乐观之人看起来很有亲和力，不会在交朋友时遇到什么困难，这是因为他们的戒心与疑心很少或没有。他们讲话直爽，姿态、行为、走路姿势都没有半点矫揉造作，十分轻松自然。但在日常生活中，自然极少会有完全乐观

之人，这种人也许只存在于纯洁的童年时代。但说到底，一个人只要具备某种程度的乐观精神与社交才能，基本就能被评价为乐观了。

悲观之人则是迥然相反的一种人，对这种人的教育出现的问题最难解决。悲观之人往往会因幼时的经历与记忆，产生自卑情结，这导致其在任何困境中都能产生生活艰难的感觉。幼时遭受的错误待遇，让他们时常因悲观情绪的作用，留意到生活的黑暗。他们跟乐观之人比起来，对生活中的困境感受更深，以至于更易失去勇气与安全感。他们常因安全感缺失造成痛苦，希望从他人那里获得支持与援助。对援助的热烈期望，在他们的种种行为中得到了清楚的展现。例如他们不能忍受独处，幼年时期，只要妈妈没有守在身边，他们就会哭喊着要求妈妈过来，更有甚者，直至晚年，他们都无法抹去这种哭喊在心中留下的印迹。

悲观之人往往态度畏怯且忧虑，这说明他们慎之又慎，几近反常。他们往往会为种种可能出现的危险，反复思考。他们的睡眠质量显然不会太好，其实在权衡个人发展时，睡眠是种再好不过的权衡尺度。处在安全感匮乏的痛苦中，过度慎重之人便会出现睡眠质量不高的病症。这种人好像为逃避生活中的威胁，在包括睡眠期间在内的所有时间内都保持高度警惕。看他们的生活乐趣多么匮乏，对生命的理解又多么肤浅！人的生存能力会因睡眠质量不高而降低。若他的忧虑被证明是真的，那生活便当真如他想象的那般不幸，对他而言，睡觉就变得既奢侈又没有必要，睡眠质量必然会更差。悲观之人实际是因未准备好迎接生活，而对睡眠等自然现象心存抗拒，其在睡眠中遭遇的问题跟睡眠这件事本身的关联并不紧密。而经常担心有没有锁好门，或经常梦到夜晚行窃的小偷、大盗，也能作为判断当事人悲观的依据。另外，睡眠姿势同样能作为判断依据，悲观之人睡觉时，总是将身体蜷缩起来或用被子蒙头。

除此之外，还可以把人分成进攻、防御这两种类型。进攻型人以行为激烈、豪迈为主要特征。若拥有足够的勇气，这种人便可能把勇气上升为鲁莽，以让自身能力得到鲜明的展现，这刚好彰显了安全感匮乏对他们造成的巨大干扰。陷入忧虑之际，这种人会为淡化心中的忧虑与恐惧，表现得强悍、残酷。为了佯装自己是真正的男人，他们装腔作势，甚至发展到了荒谬的程度，惹人发笑。他们之中的部分人将一切温柔的感情都视为懦弱，因此费尽心机想避免自己有丝毫这样的表现。这种人也许会表现出野蛮、残酷的品性，若其兼具悲观倾

向，这种倾向就将改变其跟身边环境的一切关系。同情心与合作能力的缺失，将导致他们跟全世界对抗。他们还经常表现得骄傲、自大，这是基于他们极佳的自我感觉。他们似乎真把自己当成了成功者，表现得如此自命不凡。但他们赤裸裸的做法和夸大的行为如此刻意，就像把楼房建在了不断流动的沙子上，他们因此无法与全世界达成协调统一，所有的性格也因此无法再掩饰。通过这种方式，他们确立了进攻型态度，这种态度会不断加剧的可能性很大。

由于人类社会并不喜欢他们这种人，人们也不喜欢他们这种丝毫不加掩饰的作风，因此他们很难顺利发展。他们努力奋斗，只为达成自身的优越感目标，可用不了多久，他们就会跟人发生各种争斗，而由于他们的行为会刺激同类型人的竞争意识，因此他们跟同类发生争斗的概率会更高。毋庸置疑，生活对他们来说已经变成了一场争斗，永远无法停止，且他们从过去的胜利中获得的所有快乐，都将在遇到不可逆转的失败的刹那间彻底消失。不妨这样说，这种人极易在恐慌的作用下不知所措，其竞争能力和东山再起、扭转乾坤的能力，全都不够强。

这种人的发展会因前行之路上的失败发生改变，朝着自认为被侵犯的性格类型发展。这种性格类型的人时常感觉自己被人侵犯，时常站在防御的位置上，这便是之前提到的第二种性格类型（防御型）。这种人用忧虑、戒心、懦弱取代进攻，为自身安全感的匮乏做出弥补。这种性格类型跟刚刚描绘的进攻型，必然存在紧密的关联。在进攻姿态难以维系的情况下，进攻型人就会转变成防御型人。面对困境，防御型人极易丧失勇气，选择逃避，这是基于他们从困境中推导出的悲观无望的结论。某些情况下，他们会做出为了更具价值的事选择逃避的假象，以此为自身缺陷做出巧妙遮掩。

所以这种人若不是为了逃避危及自身的真实状况，便不会专注地回想过去，也不会肆无忌惮地胡思乱想。其中一部分人的确也可能在彻底失去上进心后做出一些事，能为社会创造一些价值。例如很多艺术家就用想象帮自己建造了一个理想的世界，在其中没有任何束缚，以此摆脱现实。但这种人终究只是防御型人的特殊情况，少之又少。防御型人往往极易在困境面前选择屈从，并且是连续不断地屈从与落败。他们畏惧一切人与事，看起来无时无刻不在担忧或是害怕，因为在他们看来，全世界只有一样东西，就是敌对。

这种人会因在人类社会中被他人错误对待，形成越来越强烈的防御态度。用不了多久，他们便会对人类美好品性与光明生活丧失信心，真是遗憾。不带任何掩饰的批评态度，是这种人最广泛且最具代表性的特征。这种人会在批评态度发展到极强烈的程度时，相当敏锐地感受到其他人哪怕最隐秘的不足。他们从来不为身边人做半点有价值的事，却终日自诩为人性法官，对他人鸡蛋里挑骨头，为其增添烦恼。无论对什么事，他们都心存质疑。他们的态度焦躁、迟疑，因此在所有工作中犹豫不决，好像什么决定都不想做。对这种人生动的描绘便是，一个人举起一只手，摆出防御的姿态，又为避免亲眼看到那种恐怖的威胁，用另外一只手遮住了自己的眼睛。

此外，这种人还拥有某些性格特征，惹人厌恶。一个人连自己都不能相信，必然也不会相信他人，这点大家都已了解，且这种人必然会心生妒忌与贪欲。一般说来，这种质疑世界的人会远离社会，独自生活。由此可见，他们并不想为其他人带去快乐或从其他人处分享快乐，更有甚者，他们会因其他人的快乐而深受折磨，因此不希望其他人得到快乐。他们之中的部分人也许会为得到某种优越感，超越其他人，采取一种总是能发挥作用的方法。他们也许还会建立某种复杂至极的行为模式，为此不计任何牺牲，以维系上述优越感。这样他们对同类深深的仇视，便断然不会对外表现出来了。

第四节 过去心理学的派系

人们就算没有人性研究学科的专业素质，也能借助其他种种方式理解人性，这点必须要承认。首先，常规做法是在心灵表现范围内选择唯一个点，而后以该点为依据，对人类进行分类。例如把一些人划分为沉思类，这类人难以积极参与现实中的行动，因为其总是沉迷于想象，无法融入实际生活。与之相反的一类人却往往会主动、切实、勤奋地管理自己的人生，这类人不想在思考一事上投入过多时间，更别说沉迷于思考无法抽身了。这两类人在现实中的确是存在的，但对这一心理学看法的认可与接纳，将迅速终结我们的研究，迫使我们得出如下结论：第一种人能更好地发展自己的想象力，第二种人能更好地发展自己的工作能力。这跟其他心理学家得出的结论没什么两样。这种对人类的简单分类，远不能满足真正的科学要求。要说明人类如何且有无必要做出各种表现，这些表现能不能避免或是缓和，都要有更加准确的概念才行。所以，以上种种站在人性科学的理

智角度分析虽然的确都是存在的，但是分类方法都是缺少可靠科学依据的浅薄方法。

个体心理学把握住了一个要点，即童年时期是个人心灵表现的起点。在个体心理学看来，这些心灵表现从总体或单个的角度看，都能分成以社会感为主和以追逐权力为主两种类型。这种理论说明个体心理学已得到了一把钥匙，以一个广泛适用的简单概念为依据，将人性的秘密揭露出来。这种颇具价值的重要概念拥有极为广泛的适用范围，以此为依据，能对全体人类进行分类。在对所有病例展开研究时，心理学家很明显都要兼具慎重的态度与某种程度的技巧于一身。在这种基础上才能得到一种标准，证实某种心灵现象符合以下两种状况中的哪一种：其一夹杂了对个人权力与威望的少量追逐，但统领全局的是社会感；其二是只愿在自身获得巨大优越感后帮助别人，统领全局的是个人的利益与野心。此举能降低我们工作的难度，让我们对先前遭到曲解的一些性格特征有更准确的认知，同时让我们以这些性格特征在总体人格中占据的位置为依据，对它们的实际价值做出判定。对个人性格特征或行为模式的全面了解，相当于得到了一种切实可行的方法，能够帮助此人纠正行为中的过错。

第五节 气质和内分泌腺

作为划分人类心灵特征与表现的类型的概念，“气质”一词有着悠久的历史。但到底何谓气质，是个人思考、讲话、行为的灵敏程度，抑或个人在工作过程中展现出的力量或是节奏，往往难以确定。我们的研究表明，心理学家对气质所做的描述并无足够的证据取信于人，因此无法广泛适用。但“四种气质”理论始终作用于科学领域，这点绝不能否认。很久以前，人们便开始将人类的气质进行分类。人类对心灵的研究当时就已经开始了。这种对气质的分类方法，准确来说始于古希腊。彼时，希波克拉底把气质分成了四类：多血质、胆汁质、抑郁质、黏液质。罗马人继承了这种分类方法，直到现在还在应用。在现代心理学范畴内，这笔珍贵、神圣的文化遗产放射出了灿烂的光芒。

多血质人的人生往往满是快乐、积极的元素，他们不会太过看重什么事，或深陷愁苦难以脱身。无论何事，他们看到的都是快乐、美妙的方面。应该哀伤时，他们会哀伤，但不会让哀伤打垮自己，他们很懂得克制哀伤；应该快乐时，他们会快乐，但不会因快乐丧失理

智，他们同样很懂得克制快乐。这说明这种人的心理完全健康，不存在任何严重的不足，但我们对其余三种人却不会如此确定。

对多血质人、胆汁质人的形象描绘如下：多血质人会从前行之路上的石头旁悠闲地绕行，胆汁质人却会用力把石头踢到一旁。对胆汁质人可用个体心理学理论描绘如下：其态度看起来更加强硬，这是因为其对权力有强烈至极的欲望，并且其时刻都想展现自身力量，面对种种难题总是采取直接进攻的方式。这种人的强硬做派其实始于童年时期，是对自身力量的持续展现，是彼时他们判定自己真有这种力量的依据，因为彼时的他们如此脆弱，如此缺少权力感。

跟以上两种人相比，抑郁质人会给人迥然不同的印象。继续用上文中的石头比喻解释，看到石头后，抑郁质人会回忆自身的一切过错，为已经消耗掉的生命感伤，更有甚者，他们也许会掉头回去。这种人在个体心理学中，被当作犹豫性神经症的代表。无论是解决难题还是朝前迈进，他们都没有一点自信。他们不喜欢接纳新事物，不喜欢追逐新目标，宁愿止步不前（就算是朝前迈进，这种人也会每一步都走得小心翼翼）。无论何时，疑心都是他们生命中的主角。这种人难以跟社会融合，体会丰富的生活，因为相较于其他人，他们最关注的是自己。他们要么把精力都用于回忆过往，要么反复分析自己，而不理会这根本毫无价值，自身的种种情绪将他们彻底困住了。

黏液质人往往是生活的旁观者。经历过不计其数的人生场景，他们却一点感悟都没有，一晃眼就过去了。无论何种事物，都无法吸引他们。他们也不跟人交朋友。总之，他们跟生活基本无关，也许是四种气质中最远离人生责任的一种。

我们也许能据此推导出，只有一种人能达到尽善尽美，就是多血质人。但由于大部分人都是两种甚至更多气质的融合，因此要想准确划分个人的气质类型，颇具难度。证明气质理论完全站不住脚，这项证据已经足够。再加上种类与气质都不是固定的，不同的气质也许会相互转化。在日常生活中，经常能见到这种现象，例如幼时的胆汁质人却慢慢成长为抑郁质人，但在生命的末尾，其又拥有了黏液质人的特性。多血质人的发展道路始终很稳定，在人生旅途上，他们满怀热忱，脚踏实地，之所以会这样，是因为他们幼时少有自卑感和重大生理缺陷，性格又很沉稳。

但由于科学研究表明，是内分泌腺决定了人类的气质，因此气质理论站在现代科学的立场上，实在很难取信于人。对内分泌腺重要性的确定，是最新的一项医学成就。内分泌腺由以下组织共同构成：甲状腺、脑垂体、肾上腺、甲状旁腺、胰腺、睾丸与卵巢的间质腺等。截止到现在，我们尚未明确这些内分泌腺到底有何功能，却明白其能直接把分泌物送进血液，哪怕其本身并无输送管道。

成长、活动期间，人体一切器官与组织都必然会受内分泌物影响，因为血液会把内分泌物送进一切人体细胞中，该观点已得到大多数人的认可。这些内分泌物对生命不可或缺，发挥着催化、解毒的作用。但我们尚未全面认识内分泌，研究内分泌的证据与资料大量欠缺，毕竟这项研究才开始不久。但在这一点上，我们终究还是需要多谈论一些，因为这门新学科已经建立起来了，而且该理论还宣称，内分泌物决定了人的性格与气质，这也许会在心理学对性格与气质的研究方面发挥作用。

先来说一种与之相反的观点。因甲状腺机能低下罹患呆小病的病人无论有何种症状，其具体表现跟黏液质人相比，都必然会有很多相像的地方。这种病人往往以全身肿胀、发质恶劣、皮肤粗糙异常、行动迟缓呆滞为外在症状。其心灵敏感程度会明显下降，并近乎失去了所有主观能动性。但对比甲状腺健康的黏液质人和呆小病人，应该能得出两种截然不同的画风与性格特征。所以我们无法说黏液质人必然以甲状腺分泌不足为气质成因，只能说甲状腺分泌物中也许包含一种物质，能让心灵活动保持正常。

病理型黏液质迥异于我们通常认为的气质型黏液质。在性格、体征方面，心理学角度的黏液质人跟病理型黏液质人存在差异，因为前者跟个人的心理发展过程关联紧密。心理学角度的黏液质人常有深刻、强烈的反应，让人惊讶，跟宁静、平和完全绝缘，且其气质很容易改变，毕生都是黏液质人的人是不存在的。此外，这种气质对他们来说，仅仅是种人为制造的外衣，是过度敏感之人帮自己建造的防御工程和让自己远离外部环境的堡垒。据此能够想象，可能这种人心底原本就有种执拗的想法，想要创造一种环境，把自己保护起来。总之，黏液质是种防御机制，怀着不可告人的目的，回应了生存发出的挑战。从该角度分析黏液质，其跟呆小病这种因甲状腺机能低下而发病，以缓慢、懒惰、功能缺失等为症状表现的疾病截然不同。

部分人兼具甲状腺分泌不足的症状和突出的黏液质特点，让人觉得黏液质的产生好像是由内分泌失调直接引发的。可我们在这种情况下，依旧坚信心理学角度的黏液质迥异于甲状腺机能低下引发的病理型黏液质。但问题的关键，说到底还是甲状腺分泌不足引发的大量复杂的后果，而非不同的黏液质有何种不同的病症。例如甲状腺功能低下症病人也许会因所有器官的活动和各种外在的影响，心生自卑，而由于其自尊心必须受到黏液质的庇护，才能免遭羞辱与伤害，因此其会在自卑的驱使下，变成黏液质人。这说明此处我们所做的专门论述，仅仅是针对先前概述过的一种人的类型，而甲状腺机能低下，便是该类型的其中一项成因。这种特殊的器质性不足也许会导致一系列糟糕的后果，例如歪曲个人生活态度，驱使个人竭尽所能寻觅一种方法，对自己的心灵做出弥补，而刚好有种现成的好法子，就是黏液质的特性。

接着论述其他种类的内分泌失调，及其引发的病症与气质类型，以此为上述观点做出更深入的证明。以甲状腺机能亢进引发的巴塞多氏病或者甲状腺肿为例，其有心跳过快、脉搏加速、眼球凸起、甲状腺肿大、手易发抖多少有些极端倾向等症状。而且病人还会多汗，肠胃功能也往往欠佳，这是因为胰腺等脏器都会受甲状腺机能失调的影响。高度敏感、易激动、行为焦躁、焦虑倾向显著，这些症状也将出现在病人身上。

凸眼性甲状腺肿病人跟焦虑过度之人，毋庸置疑有着极其相像的症状，但据此将甲状腺肿大等同于心理学上的焦虑，却断然不可行。甲状腺肿大病人诸如焦虑、容易疲惫、虚弱至极、进行体力活动或脑力活动的精力不足等各种心理与生理表现，同时受心理与器官两种元素约束。实际上，甲状腺肿大病人完全迥异于焦虑的神经症病人，若能对二者做一番认真的比较，就能得出这一结论。因甲状腺机能亢进而精神亢奋之人，只因亢奋了太久，受甲状腺分泌物的刺激太多，才会产生焦虑的性格特征。容易激动、焦躁、忧虑的神经症病人，在对比中显然有别于他们。作为一种完全不同的类型，这种神经症病人的状态大致取决于自身过去的心灵发展。在言行方面，甲状腺机能亢进之人跟焦虑的神经症病人必然有相像的地方，但第一种人的行为往往缺少计划与目标，性格与气质却偏偏以此作为基础标志，这便是这两种人的实质性差异。

有必要对其他内分泌腺做一番论述。内分泌腺往往跟睾丸、卵巢关联紧密，内分泌腺的异常必将引发生殖腺（也可以说性腺）的异常，这便是我们的见解。这已成为一项基本原则，在生物学领域得到广泛认可。可这种独特的依附关系为什么会产生？两种异常又为什么会在同一时间产生？直到现在，我们也没能研究出准确答案。但对性腺不足病人的研究表明，通常说来，有这种器质性不足的人都难以跟生活相适应，为提升自身的适应能力，其对心灵弥补与心理防御机制的依赖性更强。我们据此相信，我们能从其他器质性不足中推导出何种结论，就能从上述内分泌腺存在器质性不足的案例中推导出何种结论。

性腺功能是性格与气质仅有的决定元素，喜欢研究内分泌腺的专业人士这样表示。但很少会有睾丸、卵巢腺素严重异常的状况出现，即病理退化只是种特例，极为罕见。而且迄今为止，我们尚未找到能跟性腺功能低下直接挂钩的心灵表现，即特殊心灵表现极少以性腺疾病为源头。这说明在医学方面，我们尚未发现有任何能切实证明内分泌专家公开的性格取决于内分泌理论的依据。对人类生命来说，部分源自性腺的刺激元素不可或缺，且其有很大概率会成为孩子在自身处境中占据的地位的决定元素，这些我们都不能否认。但要说这些刺激元素源自其他器官，自然也是有可能的，并且我们无法确定其能不能直接导致某一种心灵表现。

大家务必要留意，在判定人的价值表现时需慎重，毕竟这并非易事，只要有少许差错，也许结果就会出现巨大偏差。天生就有生理缺陷的孩子，往往很容易产生依靠特殊心灵弥补方法寻求弥补的倾向。但由于任何器官在任何情况下，都无法逼迫个人确定一种特殊生活态度，因此上述发展倾向能够抑制。器官缺陷自然也会让人失去上进心，这种可能性是有的，不过，这是一种不同的状况。在不少人看来，器官缺陷是性格与心灵发展的决定元素，另有部分人的看法与之相似。这种看法完全基于以下原因：器官存在缺陷的孩子在心灵发展期间遭遇阻碍，却没有一个人尝试帮他们逾越这些阻碍，人们只是眼睁睁地看着他们受这种缺陷影响，走上错误道路，甚至在对他们进行观察、研究的过程中，人们也从未想过要给予他们恰当的鼓励乃至帮助。幸好在该领域，在个体心理学基础上建立的位置或情境心理学做出了客观、真实的研究，气质或者体质心理学的各种缺陷一定能从中得以弥补。

第六节 总述

现在再来逐个探讨那些性格特征，不过先要对之前探讨的问题做简单的回忆。之前提到只将脱离总体心理结构及种种表现的独立现象作为研究对象，断然无法得到对人性真正的理解，这是一种很重要的观点。一定要找到并对比两个或更多的现象——这些现象间的时间差越大越好，之后以对比研究的结论为依据，推导出统一的行为模式，这种特殊的方法已被实践证实是切实可行的。凭借该方法，我们能搜集到某些完整的记忆，对其精心整理过后，便能归纳出对某一性格特征的评价，且合乎情理。我们若不想跟其他心理学家或那些守旧的学者一样，就不能在做出判断时只以独立现象为依据，否则我们的研究将难以为继，最终也许会被迫选择一些传统的标准，而这些标准一早便被证实作用不大。但若能在大量心灵现象中，成功确立多个关键点，并能借助专业的个体心理学手段，把这些点综合成为独立的行为模式，便能从总体上给个人以清晰、确定的评价，并能建立一种心理分析体系，其中包含清楚的逻辑。我们必须借助这种方式才能建立真正坚实的科学基础。我们要先据此在某种程度上清楚了解一个人，然后再借助教育方法对其进行纠正，之所以要这样，是因为我们对一个人的评价，必定会因对他的深入了解产生一定的变化，或得到一定的纠正。

我们已对种种方法做了探讨，还用自己和其他人的各种经历为例，做出了阐释，以便建立这种心理分析体系。另外我们还坚持，该体系断然不能忽视社会元素，要将个人的心灵表现放在社会生活中观察，只对这些表现本身进行研究，并不能满足需求。站在社会生活立场上，能得出如下最重要且最具价值的基本原则：性格是个人对身边环境的态度和个人跟人类社会关系这两点的标志，仅此而已，因此性格断然不能在道德评判中作为标准。

我们在翻来覆去证明上述看法时，发觉在人类身上广泛存在两种现象。第一种现象是社会感，其在不同的人之间建立了关系。无论什么人，都会具备一定的社会感，人类一切了不起的成就，全都建立在这种必定存在的社会感基础上，人们在为心灵表现做出评判时，也会以这种社会感作为切实可行的标准。而对一个人社会感的清楚认知和对其心灵的全面了解，都建立在如下基础上：了解其做人之道，了解其怎样让自己的人生有意义且朝气蓬勃。第二种现象是跟社会感完全对立的追逐自身权力与优越感的倾向，这是对心灵表现做出评判时采

用的另外一项标准。我们若能了解这二者，就能了解不同人之间的关系既由社会感决定，又受对权力的追逐的约束，跟二者分别成正比和反比的关系。无论何时，社会感与对自身权力的追逐，都是彼此对立的两种倾向，都维持着紧张的博弈关系。人会因这两种倾向的彼此作用有种种表现，性格便是由这些表现共同构成的。

第二章 攻击性性格特征

第一节 虚荣心与野心

若个人以获得认同作为自己最强烈的欲望，那其心灵就会因该欲望的刺激呈紧张状态，其心底就会不断明确追逐权力与优越感的目标。为朝该目标进发，其将表现出昂扬的斗志，对成功的期许由此将贯彻其生命始终。这种人将终日思考他人对自己的看法，时常忧心自己给他人留下的印象是否恶劣，对于生活本身却不再留意，这必将导致他无法跟上实际生活的节奏。他受这种生活方式作用，不光在行动的自由方面大不如前，还得到了一种最突出的性格特征，即贪慕虚荣。

一般说来，人们都会给虚荣加上种种巧妙的掩饰与多变的面具，因为从某种程度上说，尽管也许人人都贪慕虚荣，但将这种虚荣对外公开，在任何人看来都不是聪明的做法。在虚荣的掩饰面具中，有一种是谦逊，谦逊的实质便是虚荣。此外，虚荣还有如下面具：因为虚荣而拒绝接纳他人建议；因为虚荣而要求获得大众认可且不知餍足，之后凭借这些认可谋求个人利益。

超过某种限度的虚荣会导致个人做很多无意义的事，导致其拒绝探究事物实质，只留意外在表现，并导致个人在任何时候都只考虑自身（其对他人的想法最多不过是他人如何看待自己），从而引发巨大的危险。其中最大的危险是最终导致个人跟实际生活脱节，导致个人对人们相互之间不可避免的复杂关联感到无从理解，导致个人跟实际生活间的关联被歪曲，并导致个人将自己应该履行的人生职责、世界对人们提出的要求全都抛诸脑后。在阻挠个人自由发展方面，虚荣堪称最恶劣的一种习惯。不管遇到什么人或事，贪慕虚荣之人的想法都是：“这能给我带来怎样的利益？”

人们在进行自我描绘时，时常采用一些更美妙的形容词，比如理想远大之类，以跟贪慕虚荣的坏名声划清界限，为虚荣、骄傲等贬义词做出掩饰。回想一下，我们听多少人得意扬扬地提及自己拥有何等远大的理想。同样被如此应用的还有斗志昂扬、积极上进这两个词。若对社会有利，斗志的价值必定能得到人们的认同，这是很自然的。然而，实情却是，努力、精力、斗志、上进等褒义词，大都是为了帮虚荣做出掩饰或装点。

通常情况下，虚荣之人做事情都不愿遵从规则，更有甚者，会时常故意打扰别人。例如部分虚荣心无法获得满足之人，希望别人也遭遇失败，于是费尽心机为别人制造障碍。孩子也会贪慕虚荣，只是这种虚荣还未发育成熟。贪慕虚荣的孩子有如下喜好：在危险中展现自身勇气，在比自己更小的孩子面前展现自身强壮。这方面有个典型案例，便是很多孩子时常以残酷的手段对待动物。从某种程度上说，部分孩子已丧失自信与勇气，因此会为满足虚荣心，尽可能以种种匪夷所思的小事作为手段；会为满足自身对优越感的渴求，从人生主要战场来到小角落中，在这里，其能做主角而没有任何顾忌。这种人就包括不断抱怨生活艰难、命运残酷之人。他们不过是为了说明自己原本一定能变成大人物，但前提是自己能受到良好的教育，且没有那么多悲惨的经历，所以才不断发出怨言。即这种人既想满足自身虚荣，又不想迎战现实生活，因此只剩了一种选择，就是不停地寻找理由，编造种种美妙幻想。

跟贪慕虚荣之人保持友好的关系，对普通人颇具难度。在批评、评判贪慕虚荣之人这件事上，普通人同样无从着手。犯错误后，贪慕虚荣之人通常会推卸责任，无论何时都是别人的错，自己一点责任都没有。但对与错在实际生活中也许并不重要，所有人都要达成自身目标，为他人奉献自己的力量，这才是最重要的。贪慕虚荣之人完全不会想到奉献一事，只会抱怨连连或不断找理由宽慰自己。我们能看出这种人心底隐藏的迂回曲折的真实思想，其为维持优越感，宁愿做出牺牲一切的努力，及其想要保护自身虚荣的意愿。

部分人会就此提出如下不同意见：现在人类取得的了不起的成就，全都以伟大的理想作为必要前提。实际上，这种看法错得离谱。完全不虚荣的人是不存在的，即所有人在某种程度上都是贪慕虚荣的，且虚荣断然无法让人采取任何行动，能够造福人类社会，或赐予人们力量，能够取得了不起的成就，这便是我们的观点。社会感是人

们取得了不起的成就独一无二的推动力。连天才创作的作品的价值，都以拥有社会感为必要前提。过多的虚荣融入作品的创作中，只会让作品的价值与作用遭到贬低，因此，真正意义上的天才作品一定只包含极少量的虚荣。

但任何人都无法在社会整体环境的作用下完全避开虚荣，不受半点影响。这牵涉到人类文明的疼痛点，揭示了很多人的终日难以摆脱痛苦与折磨的原因，因此单是能明白这个道理已经很难得了。贪慕虚荣之人以追求外在的光鲜，作为自己人生的全部意义，所以不管是跟他人友好共处还是跟实际生活相适应，对这些可怜的人来说都是不可能的。这种人只关注自己的声誉，对其他人或事毫不关心，所以他们通常极易跟其他人发生争执，对此不必感到半分惊讶。我们发觉部分人的虚荣心得不到满足，是人类社会众多复杂矛盾的根源。这表明应先掌握如下关键技巧，才能尝试发掘个人复杂的人格：判定其到底有多么强烈的虚荣心，其虚荣心会在什么事上展现出来，其虚荣心目标如何达成。这些能帮我们找出，虚荣对社会感的损害到底有多严重。虚荣与为人着想这两种性格特征截然相反，无法共存。原因在于，个人受虚荣驱动，断然不会向社会规则臣服，也断然不会为人着想，顾念其他人的感受，这是很自然的。

贪慕虚荣之人的命运，取决于其虚荣心。虚荣心刚刚萌芽，便被迫切将自己的真实身份隐藏起来，改头换面之后，再兜着圈子追逐自身目标，因为社会生活是虚荣心的强大对手，无论何时都无法将其击败，虚荣心的发展始终受源自社会生活的抗议威胁。贪慕虚荣之人一直在质疑自己有没有达成目标的能力，外在表现便是犹豫且缺乏自信，青春年华就任在其犹豫不决之际悄悄流逝了。但贪慕虚荣之人却会在老去时找到种种理由，表示自己之所以与展现才能的良机擦身而过，全因局势的逼迫，并因此发出怨言。

一般说来，虚荣会沿着如下路径发展：首先，贪慕虚荣之人会找到一个位子，在那里普遍规则极少会约束他，这样他便能跟常见的生活拉开距离；随后，他会观察别人的生活，眼神冷漠且缺乏信赖。他好像把其他人都当成了自己的仇敌，所以对于这些人，他只有进攻与防守这两种应对策略。这导致他在从自己的多种想法中做出选择时，常常左右为难，好像其中每一种都有其依据。他因这种反复、谨慎的思考产生误会，觉得自己掌握了真理，其实却在这种思考中丧失了良

好的时机，跟社会生活断开了关联，并将个人务必要担负的责任丢到一旁。

我们能通过更深刻的观察找到虚荣背后潜藏着什么，并找到一种征服所有的欲望，该欲望的表现有很多种。贪慕虚荣之人的一切言行、装扮、讲话方式、社交活动，都展现了其虚荣，即贪慕虚荣之人的虚荣印迹与强烈野心（为追逐优越感，这种人通常什么方法都能利用），在其全身上下都得到了展现。如果全部表露出来，这种强烈的虚荣必然会引起人们的关注与厌恶，所以有充足智慧且对个人无力对抗自己故意疏远的社会生活有认知的贪慕虚荣之人，会为掩饰自身虚荣想出各种各样的方法。部分人据此为避免自己的虚荣心太过明显，做出了谦恭乃至邈邈的假象。有个讲述一名演讲家在演讲时穿着破烂衫的趣闻。“来自雅典的青年，你袍子上面所有的破洞，都成了你的虚荣向外眺望的窗口！”苏格拉底这样跟他说。

坚信自己没有半点虚荣心的人看见的只是表象，一般情况下，虚荣都潜藏在人们心底。由始至终，贪慕虚荣之人都想成为身边人关注的焦点，想让身边人都听自己的话，在评判自己所在的社交圈子的优劣时，会以自身在其中占据的地位为依据，这些都展现了其虚荣。而部分贪慕虚荣之人却始终远离社交圈子和人际交往，拒绝他人邀约，迟到，除非主人费尽心机恭维自己，否则不去他家，等等，都是这种人躲避社交的手段。实际上，这些做法全都源自他们的虚荣。另有部分贪慕虚荣之人参与社交，仅限于一些特殊状况，他们把这种习惯视为一种骄傲与突出的长处，因为这让他们看起来如此特立独行。但这种独特的姿态却刚好展现了他们心底强烈的虚荣，若能认真思考一下，就能得出这种结论。反过来还有一种虚荣的表现，就是部分人对参与种种社交活动怀有极为强烈的热忱。

以上表现绝非不值得重视的细节，其在人类心底扎根极深，是对人类心灵活动的真实表现。这种表现其实证明了一个人社会感匮乏，极易危害社会。也许只有大文豪的高超文笔，方能形象、细致地描绘出形式多样的虚荣心，在这里我们只能尽全力将其框架大概描绘出来。

一切贪慕虚荣之人都以超越全世界的人作为自己的愿望与目标，只是该目标终其一生都无法达成。自身无能为力的感觉，是其确定这种目标仅有的依据。我们也许能据此推导出，所有拥有较强虚荣心的人都没有强烈的自我价值感。部分人也许能明白，自身的脆弱无能是

虚荣心的源头，可只有这种认知是毫无价值的，除非他们能借机认真进行自我反思。

贪慕虚荣之人通常会显得很幼稚，因为虚荣往往带有一些天真的成分。人在童年时期其实就已有了虚荣，这种虚荣源自多种刺激，例如部分孩子没有良好的教育环境，因此承受重压，他们不堪忍受，据此产生了自己很微不足道且遭到忽略的感觉，这便是他们十分贪慕虚荣的原因。此外还有一项关键元素，即家庭环境。有些家庭的孩子极易形成目空一切的态度，可见其父母必然也是这种姿态，好像卓尔不群的“贵族”，且为此非常骄傲。但实际上，这种态度背后潜藏着如下隐秘的念头：在他们看来，自己跟其他任何人是不一样的，自己的家庭比其他任何家庭都更优越，并有更高贵的操守与血统，这种高贵的家庭背景决定了他们必然要享受一些特殊的生活待遇。日常生活中，有些人的确会把自己的人生发展方向确定为追逐特殊的生活待遇，在此基础上建立了一种特殊行为模式。但通常来说，这种人很难达成该愿望，因为生活不允许，而且他们之中的很多人都会怯懦后退，最后过上了隐居避世的反常生活，因为他们对这种特殊待遇的追逐，只会引起其他人的仇恨与轻蔑。他们若能闭门不出，便不用直面真实的生活，不用对其他人承担责任，继续孤芳自赏，更加坚信自己必然能在某种条件下，达成出类拔萃这一目标，他们的傲慢姿态便是借助这种方法，持续培育、加固起来的。

这种人还包含部分有着很强的能力与很大的成就且十分骄傲的人。这种人的能力客观说来的确有些价值，可惜都被他们用来自我欣赏了，真是浪费。要让他们积极跟社会合作，往往颇具难度。他们总是罗列出大量完全不成立的借口，例如他们也许会罗列出某些从时间上说根本不现实的事，会为说明别人没资格跟自己合作，吹嘘自己的所做所学所知，说这些都是其他人没有的。为了给自己不肯合作辩解，他们还会罗列一些完全站不住脚、缺乏实际内容的借口，例如他们可能会感叹，一切事情都能变得让人满意，但前提是所有男人都能成为男子汉，所有女人都能摆脱当前这种状态。很明显，要达成这些心愿是不可能的，无论其本身多美妙都是一样。可将这种人的行为总结为，为避免思考被自己浪费掉的宝贵光阴，而为自身懒惰寻找等同于安眠药或是麻醉药的托词。

对于外界，这种人存在强烈的敌对情绪，且从来不在乎其他人的痛苦与哀伤。拉罗什富科对人性有透彻的了解，他评价这种人“面对

他人的痛苦，完全不为所动，好像什么事都没发生”，一语中的。这种人就是借助这种方法，才能一直自我感觉良好。一般说来，他们都会通过尖锐刻薄的批判态度，把对社会的仇视展现出来，他们怀有巨大的怨恨，整个世界都无法让他们满意，无论何时，他们对世界的态度都是评论、挑剔、批判、讽刺与责备。每个人都应承担如下职责，将渣滓找出来，对其进行抨击，这是很自然的。可我们绝不能只满足于这样，还应进行自我反省，向自己提问：“我是不是在否认了那些渣滓后，吸收了某些精华，列出了某些有价值的提议？”

贪慕虚荣之人总是玩弄种种伎俩，贬损他人，抬高自己，且总是言辞恶毒，毁谤他人的个性。在这件事上，他们经常能轻而易举地达成目标，因为他们已在无数次磨炼中积攒了大量经验。其中的确有不少人很聪敏，思维灵活，反应敏捷，应对自如，可聪敏跟其他一切事情一样，都有正反两个方面，能同时给人带来很多利益和一些损害。有个很典型的案例，便是上述言辞恶毒之人，他们的所有智慧都用在了对他人的捉弄与损害上。

这种人基本都有一种性格表现，即总是毁谤或贬损别人，所谓否定情结就是如此。该情结说明，对其他人的价值发起进攻，便是贪慕虚荣之人的目标所在，即贪慕虚荣之人就是为了从对其他人的否定或是贬损中得到优越感，才会有否定情结。这说明对贪慕虚荣之人而言，大众对其他人价值的认同便等同于在羞辱他们的人格。我们从他们的这项特征中能得到很多重要发现，尤其是能清楚发现软弱与无能为力感受，在贪慕虚荣之人的人格中有多强烈、稳固。

虚荣心是任何人都无法彻底消除的缺陷，既然如此，我们就算不能在短期内铲除这种自古便深深扎根于人们内心的事物，也能对此处开展的讨论进行有效利用，为自己制定坚决避免自身发展被虚荣阻碍的行为规则。能做到以下这点，对我们来说已经是巨大的进步了：避免自己的视线被这种危险、恶劣的习惯遮挡，避免自己的心思因其迷乱。我们再三突出虚荣心造成的恶劣影响的原因是，我们认为所有人都应主动跟别人合作，这是理所当然的，也是自然规则对人类的合理要求。我们并非想借此宣传独特论点或自身的独一无二。在现代社会，虚荣心每天都在引发失败，引发社会对贪慕虚荣之人的强烈批判，这让我们觉得很遗憾，而且虚荣心在现代社会中，能刺激产生异常清晰、愚蠢的矛盾，这些便是现代社会更重视合作，不能只追求个人虚荣心获得满足的原因。总之，当前的时代是对虚荣心的抗拒最为

统一的时代，我们在这种整体环境中，虽然无法消除虚荣心，但最低限度能找到一种更好的方式，将虚荣心对外展现出来。不管怎么样，我们都能据此赋予虚荣心一种能增加公共利益的发展方向，哪怕依旧不能消除虚荣心。

为深入阐释虚荣心的源头，接下来列举一个案例。一名年轻的女士作为家中最小的女孩，自幼便受尽宠爱。母亲终日照料她，不管她有何种心愿，母亲都会帮她达成。这个身体柔弱的小女孩被这种无微不至的照料宠坏了，产生了近乎无穷无尽的欲望，不停地罗列种种要求。忽然有一天，小女孩发现母亲每次生病都会表现得傲慢且随意。没过多久，小女孩便由此醒悟到，生病也能用作一种手段，有很高的价值。

她因此对普通人不堪忍受的疾病不再持抗拒态度，身体不好在她眼中并非糟糕的事。在这方面，她经验丰富，能随心所欲地生病，当她很想要什么东西时，就更是如此了。可惜她的需求太多，最终，长期身体虚弱导致她真的得了慢性病。这种疾病情结在孩子和大人身上都非常常见。在这种人看来，疾病能赋予自己更多权力，吸引所有家庭成员的注意力。借着这种机会，他们在家想做什么就做什么。身体不好的人有很大概率会借助这种方法获取权力，这点必须要承认。最初就是这种人因家人对自己身体的种种关怀而获利，因此首创了上述方法。

这种人会受这种思想驱使，采取种种小伎俩，以达成自身目标。例如少进食让自己的脸色变得很糟糕，家人在这种情况下，必然会马上为“病人”精心烹制美食。时常被人如此悉心照料的人，极易产生如下想法：希望家人永远在自己身边无微不至地照料自己。通常说来，这种人都无法单独生活，并对他人的关怀与照料怀有十分强烈的欲望。他们觉得达成这种心愿很简单，只要让自身处在危险或疾病中就行了。

我们以移情作用作为对换位思考某件事或某个情境的能力的称谓。作为移情作用的代表，梦将该作用的基本特征完全表现出来了。我们做梦时会产生一种感觉，好像真的出现了一种情境。移情作用还有一种表现，就是疾病情结。在掌握了这种取得权力的手段后，有疾病情结的人就能想象自己的身体不舒服，这种想象毫无难度。任何人都看不出他们的行为是谎言、对真相的扭曲和想象，因为其本身往往十分精妙。对某种情境的换位想象，的确能让人觉得自己就处在那种

情境中，对于这点，我们心知肚明。例如想要有恶心或是恐慌表现的人，也许真能像恶心或是身陷险境时一样，呕吐或真正感到忧虑。因此通过这种方式“创造”某一症状的人，若长期坚持这么做，就有很大概率真会出现某种症状。以当前探讨的年轻女士为例，她曾表示自己有时会忽然感到恐慌，“那是一种让我害怕到简直要中风的恐怖感受”。又如有些人时常会对一件事产生相当真切的想象，导致心理真的失去了平衡，其他人想说他们只是想象或假装都不可能。一定要让身边人都觉得自己生病了，最低限度也是得了神经症，这样才能成为生病方面的专家。所有有这种感觉的人，都一定会支持这位“病人”，向他提供帮助与照料，忧心他的身体健康。某个人的疾病确实会让所有身体健康的人承受重压，毋庸置疑，所谓生病方面的专家便是为获得掌控其他人的优越感，而为他们制造压力，且没有任何顾忌。

由于公共生活规则要求所有人都要关怀自己的同类，因此很明显，疾病情结背离了该规则。上文中提到的生病方面的专家有一项重要特征，我们已经看到了，即伙伴的情绪如何，他们完全不放在心上。这种人完全不想为他人提供帮助，不仅如此，他们总是会侵害他人利益。他们之中的部分人也许能借助努力拼搏、强大的教育与知识背景，取得巨大的成就，同时表现得亲和友善，受人喜爱。然而，这种人最多只会做出关怀其他人的幸福的假象，自恋与贪慕虚荣才是他们一切行为的动机。

刚刚提及的年轻女士同样如此，她对家人的关怀，表面看来已到了极致。一般情况下，母亲都会把早餐送到她床边，如果母亲迟了半个小时，她就会紧张不已，为让自己放心，她会逼迫丈夫起床去查看母亲那边发生了什么情况，母亲为此渐渐养成了每天都准时为她送早餐的习惯。她的丈夫也有相同的遭遇，作为一名生意人，他要跟合作伙伴交际往来，有时必须要耽误一些时间，可妻子每次都会因他迟了数分钟到家而紧张，全身哆嗦，流汗不止，简直要支撑不住了，还会发出痛苦的怨言，说自己心急如焚，可怜丈夫只能逼迫自己准时回来，就跟自己的岳母一样。

很多人可能会抗议，年轻女士并没有真正取胜，因为上述行为并未让她真正获益。但有几个关键点一定要留意：一、我们对这名年轻女士的描绘，只是她所有状况中极少的一部分；二、对她身边人而言，她的疾病必然是传递危险的信号，随时都在告诫人们要谨慎，要

给予她小心翼翼的照料，即在她的一切社会关系中，占据支配地位的是疾病。她很容易就能让自己生病，以此控制了身边所有人。她对掌控这些人怀有强烈的欲望，她的虚荣心将因该欲望的达成，得到大大满足。试想她将如何拼尽全力，用尽各种方法，以求达成该目标。我们若能了解她的欲望有多强烈，她为该愿望做出了何种牺牲，就能确定在她的生活中，上述态度与做法都是必不可少的，她将时刻处在焦虑不安中，唯一的解决方法是其他人都甘愿且恭敬地遵从她的心意。然而，除了要求丈夫按时归家外，婚姻还有很多构成。在掌握了借助忧虑强行达成自身意愿的方法后，年轻女士将在其他所有事情上，继续推行这种强制性方法。表面看来，她似乎非常关怀其他人的幸福，但是有种显著的前提，即所有人都务必要服从她的意志，就潜藏于这种关怀背后。可据此推导出，她只是为了让自己的虚荣心获得满足，才去关怀其他人。

这种精神状态极易严重恶化。在这种情况下，得到自己想得到的，已不再是当事人最关注的事情了，其最关注的是一定要让她人全都遵从自己的意愿。例如有个六岁的女孩，只关注所有在她脑子里随机出现的怪诞想法能不能变成现实，以自我为中心的倾向已经到了无以复加的程度。她的一切行为都流露出了这样一种欲望：打败自己的伙伴，彰显自己的权力，即征服成了她一切行动的动机。母亲非常想讨好她，曾做好了她最爱吃的糕点，想给她意外之喜。母亲把糕点摆在她面前，对她说：“我知道你最喜欢吃糕点，给你拿过来了。”小女孩却将盘子一下推到地上，在糕点上狠狠踩踏，同时大叫道：“我不要你给我，我要，只因为我想要。”她根本不接受这种好意。母亲还曾问她，午餐时喝咖啡还是牛奶。小女孩在门口站着，说：“她说咖啡，我要牛奶；她说牛奶，我要咖啡。”声音很低，却十分清晰。

这个女孩能把自己的思想直接、清楚地描绘出来，很多同类型的孩子却无法做到这一点。可能所有孩子都有这种性格特征，不过程度不一。他们还会为达成自身意愿，倾尽所有力量，没有丝毫犹豫与吝惜，哪怕到了最后，这种刚愎自用的行为不会给他们带来任何益处，更有甚者，也许会让它们承受痛苦与折磨。大人对孩子太过纵容，是孩子这种刚愎自用性格的主要成因。而在现在的成人中，相较于愿意为其他人提供帮助的人，希望不受任何约束、刚愎自用的人要多得多，这是什么原因？由于社会总体环境相当于给这种刚愎自用的做派提供了良好的成长环境，因此只需观察社会总体环境，就能回答这个

问题。部分人虚荣至极，无论其他人提议他们做什么，他们都不想做，他们甚至坚定地拒绝做最正确且切实关系自身幸福的事。这种人还具备一项特征：提出抗议时，态度非常急切，常会打断其他人正在说的话。另有部分人会因虚荣变得非常执拗，会强硬地提出抗议，哪怕内心是认同的。

只有在家里，人们才可能不受任何约束，想做什么就做什么，但这种可能能否成真，依旧要由具体状况决定。人类社会有一项确凿无疑的规律，就是人们要彼此交往、沟通。很多人会在人际交往中，以礼貌、和善的态度对待初相识的人，可通常用不了多久，这种友谊关系就会难以为继。部分人能得到身边所有人的欢迎，但有时他们也不想跟其他人往来过密，更有甚者，有不少人连家门都不想出，只在家里活动。比如我们的这位病人，在家庭之外的地方，她凭借美丽的容貌获得了极好的名声，几乎赢得了所有人的喜爱；但每次外出，她都盼着能早些回去，她的身体为了帮她实现这个心愿，总会出现种种小小的不适，这可真是凑巧。例如她会在宴席中无缘无故头痛，只能及早离开。她在家里能感受到毋庸置疑的权威，而无论在何种社交场合，她都无法拥有这种感受，这便是她有上述表现的原因。让自己的虚荣心获得满足，这个问题在她的人生中占据着最重要的地位，而她能如愿解决该问题，仅限于在自己能完全掌控的家里。为此，她为了能及早赶回家想尽了法子。她的病情不断恶化，之后发展到在任何陌生人面前都会感到焦躁且激动，甚至发展到没勇气去戏院，最终发展到不能外出，只因她能掌控一切的权威感受，会在外出时彻底消失。她最迫切想要得到的安全感与权威感，会在她离家后，特别是当她在路上行走时消失，这点显而易见。她据此表示，若没有“大臣”陪伴，自己就厌恶出门。简而言之，终日被关怀、照料自己的人围在中央，便是她最喜欢的生活。调研过程中，我们还发现，这种生活模式在她幼时便出现了。

相较于其他孩子，她作为家中年纪最小、身体最虚弱、最多病的孩子，获得了更多的宠爱与照料，这是很自然的。在家庭中，她饱受宠爱的地位不可动摇，为保持这种地位，她原本必然会付出毕生努力，不计任何牺牲，但她的行为方式却跟真实生活产生了矛盾，且无法消除。所有人都能看出她的忐忑与焦虑，这太显而易见了。这只能表明她在满足虚荣心这件事上犯了错，即她为解决该问题，选择了一种不适合的方法，最终当然不会取得预想中的结果，而她做出这种选

择，是因为她不想直面真实生活，也不想遵从社会生活规则。她因该问题受尽折磨，承受着巨大的痛苦，最终只能向医生寻求帮助。

我们治疗这名病人的方法是，帮助她把努力建造了这么多年的思想体系展示出来。她自然会抗拒，这是不可避免的。因为她来求医只是一种表象，继续像过去一样掌控家人，且不必像路上的行人一样做出巨大的牺牲，饱受折磨，才是她真心迫切想要得到的，其实她并未准备改变什么。在我们看来，她一直不明白所有事都有好与坏两个方面，因此她才会在虚荣心的满足上，执意只想得到好的方面，摆脱坏的方面。

极度膨胀的虚荣心会变成人的重负，终其一生，人都很难卸下这种重负，其全面发展也会因此遭遇障碍，最终彻底失败，这便是该案例有力证明的结论。若只关注利益或好的方面，病人便无法明白这点。可惜很多人都执意相信，野心作为一种性格特征相当可贵，而野心准确说来便是虚荣心。他们最终会因野心失去希望与平静，对此他们却并不了解。

接下来再列举一个案例来支撑该观点。有位年轻男士，时年二十五岁，在期末考试即将开始之际，忽然对学习失去了全部兴趣，不想复习。他深陷糟糕的情绪，严重质疑自己的价值，最终，这种思想居然将他折磨得不能考试了。他在回想童年时的场景时，表现出了对父母强烈的不满情绪，认为父母对自己的成长制造了阻碍，因为自己的成长过程如何，父母一无所知。在他眼中，不仅他自己没有价值，其他所有人也都没有价值，不值一提，且跟他基本没有关联。他由此获得了充足的借口，过着离群索居的生活。

受虚荣心推动，他为逃避一切测试自己能力的考试，不停寻觅种种依据与托词。他在当前期末考试马上就要开始的时候，失去了自信与意志，这必然会让情况变得更严重。他因此更心急，以至于在这种严肃、执拗的思索中，彻底走向崩溃。再参加考试，对他来说已经毫无可能。由于这能让他逃避考试和成绩，对外隐瞒自己真正的能力，以保住自己的人格感与自我价值感，因此对他而言，这些全都重要至极。此举几乎变成了他的保护伞，他因此得享安全与安心，以疾病与命运的不公阻碍自身发展的说法，为自己提供慰藉。事实上，这一逃避考试的态度便是一种虚荣的表现方式，由于他在考验即将到来的重要时刻，总能想到自己也许会因失败丧失既有荣誉，暴露真实才能，

因此这种逃避态度便表示他总是在这种时刻退缩逃避，并已养成了习惯。

其实这种逃避的态度在自信匮乏或对自己的判断力缺少信心的人身上，总能看到。这位病人也一样，而他对自己的描绘甚至说明，他已在这方面轻车熟路。每次他都会在务必做决定时犹豫不决。他对停下来、停止前行的欲望有多强烈，都在这种行为、态度中得到了体现。

在家里，他是最大且仅有的儿子，另有四个妹妹，他还是全家仅有的大学生。不妨这么说，他是整个家庭的关键保护对象与希望。只要有机会，父亲便会鼓励、教导他要功成名就，可谓苦口婆心。他由此产生了强烈的渴望，想超越其他所有人，这便是他的人生目标，他一刻也不曾忘记。然而，现在他却被质疑与忧虑严重干扰，不确定整个家庭对自己的殷切期望，自己还能不能达成。虚荣便在此时向他提供了退缩这种应对的方法。

我们从上述所有内容中了解到，肆无忌惮地膨胀的虚荣必然会阻挠人们前行。虚荣往往会跟社会感不断争斗，彼此压抑，因此虽然社会感能在某种程度上压抑虚荣，但贪慕虚荣之人从童年便经常脱离社会感的约束，极力想做自己要做的事，跟其他人保持距离。贪慕虚荣之人在我们看来，应该是这样一种人：借助空想设计出一座陌生城市，随后在这座城市中，带着空想出的设计，到处寻觅自己想象出的建筑物。他们自然找不到那座空想出来的城市，便将责任全都推给了现实，可现实根本毫无罪过。自私之人与贪慕虚荣之人的命运，基本就是这样。他们在跟任何人往来的过程中，都会为实施自身原则，达成自身目标，尝试如下方法：强制手段，玩弄阴谋，不讲道义，等等。他们随时关注着身边的情况，为证实其他人已经或正在犯错误，抓住一切时机。证实或最低限度自以为证实了相较于其他人，自己更有头脑，更加优秀，能给他们带来很多快乐与满足。有些人也许不买他们的账，奋起跟他们对抗，也是很自然的。但就算最终失败的是自己，也不影响贪慕虚荣之人继续坚信自己是对的，是优越的。

实际上，这些全都是些小手段，不足挂齿，但每个人都能凭借这些小手段，想象出自己想要相信的一切，这便是我们这位病人的发展轨迹。他原本应努力读书以获取智慧，或参加考试以展现自身真正的价值，结果他却对自己的缺陷做出了错误的夸张，这全是因为他站在了错误的角度看问题。再加上他太过重视考试，觉得考试决定了自己

的终生幸福，以及一切成败，由此产生让人不堪忍受的紧张情绪，便是不可避免的。

日常生活中所有的关系与沟通，对他都重要至极。他连每一次沟通、每一句谈话都要争出个高低成败。很明显，这种争斗是无休无止的，这个贪慕虚荣、充满野心、热衷于不切实际的幻想的人，最后将因此遭遇新困难，错失真正的人生幸福。他要获得人生幸福，必须认真生活。与幸福、快乐相通的大门，会因抛弃生活中必不可少的事物而关闭，这导致其他人能感受到的幸福与满足，全都与他绝缘。此时，他其实已经明白，自己绝不会成为比其他人更优秀的人，并掌控其他人，于是只能在这些不切实际的想象中麻痹自己。

真正比其他人优秀的人必将发现，身边很多人都迫切想跟自己比试谁更幸福、优越。由于人生来便会追逐优越感，愿意屈居人下的人根本不存在，因此必然会出现上述情况。但这可怜的年轻人眼下却只能沉醉于想象中，这种生活模式将导致当事人难以正常跟其他人沟通，更难以取得成功。参与这种竞争的人都承受着巨大的压力，无论何时，迎接他们的都是打压，再加上他们随时都要极力装出卓尔不群的假象，无法放松，所以他们之中的任何人最终都无法取胜。

另有一种状况，就是某个人良好的声誉源自其对其他人的帮助与奉献。这种主动送上门来的声誉遭到的抗议，根本不必在意。这种人做的所有事都不是基于虚荣，因此能沉着冷静且光明正大地接受这种光彩的荣耀。这说明自私的态度与持续抬升自身人格的欲望，共同促进了个人虚荣心的诞生。贪慕虚荣之人一直怀有期许与欲望，有充足社会感的人反过来却不断地追问自己：“我能奉献什么？”在性格、价值观方面，两种人显然存在巨大差别。

我们由此推导出一项真理，这么多年来，大家对此都非常熟悉了，套用《圣经》里一句很有名的话，即“施比受更有福”。这句话恰恰着重突出了给予的态度，若能对其意思和隐藏的人生经验做一番细致的揣摩，便能了解这一点。这种给予、贡献、助人为快乐之本的态度，似乎能让给予方的灵魂完全沉浸于上帝的祝福中，让其精神获得快乐与安宁，在某种程度上发挥弥补作用。

而只想索取、不知餍足的人却刚好相反，在他们看来，要获得幸福，必须不停地追逐或掌控新事物，因此他们永远都不能感受到何谓满足。他们从不关注其他人的需求与悲惨遭遇，更有甚者，他们会做

旁观者，为别人的不幸而高兴。他们想让其他人遵从他们制定的规则，而不能提出任何要求，他们自己却从未想过要跟其他人友善共处。他们一直想尝试新东西，优越的现状并不能让他们感到满足。总之，他们的其他特征有多让人厌恶，他们的贪得无厌与不懂克制就有多让人厌恶。

另有一种人以更孩子气的方式，展现自身虚荣。他们穿着鲜艳、独特的服装，装扮得像孔雀一样，以此展现自己有多迷人，就跟在头上插一根长羽毛，以展现自己与众不同的风姿的高贵、傲慢的原始人没有区别。漂亮、时髦的服装，能让他们之中的很多人满足至极。他们佩戴的各种饰品如此光彩夺目，宛如风中飞舞的彩色旗帜，以及勇猛作战之人的徽章与兵器，他们心中的虚荣在其中得到了充分的展现。但若认真思考一下他们的做法，会发现他们可能只是为了在敌人面前做出强大的假象，以将敌人震慑住，或将其吓得落荒而逃。另外，虚荣或许还会驱使这种人将某些含义模糊的标志文在自己身上，我们认为此举肤浅至极。我们能从这些惹人关注的外部表现中，清楚感知到这种人甚至会不惜牺牲自己的颜面，以给人留下深刻的记忆。有些人能从肆无忌惮的卖弄中感受到相较于其他人，自己更加崇高，更加优秀，因此热衷于这种卖弄。而有些人要获得相同的优越感，却必须要在苛刻、无情、执拗、孤独的状态中，因此其更愿意维持这种状态。这种人的冷血无情只是假装，说他们胆怯懦弱其实更恰当。男孩尤其如此，面无表情、麻木不仁等似乎缺乏感情的外在表现，其实代表了一种态度，即抗拒社会感。这种人因虚荣养成了一种习惯，用其他人的痛苦满足自己。他们认为，其他人请求他们给予更多的同情、关心，展现更为崇高的感情，等同于对他们的羞辱，因此他们只会在这种情况下，表现出更为强悍的态度。例如这样一种日常生活现象：父母对孩子倾诉自己的苦恼，以求让双方的关系变得更加亲密，孩子却因此认为自己远比父母强大，产生了某种优越感，暗地里为之欣喜。

前文中提到，一般说来，虚荣都会自我掩饰。通常情况下，贪慕虚荣且想掌控他人的人都明白，要先让别人关注自己，然后才能完全掌控别人。所以千万不要被贪慕虚荣之人友善、亲切的表象迷惑，觉得他断然不会只对追逐自身优越感感兴趣，这种想法太幼稚了。他的好斗是毋庸置疑的，他对征服充满了欲望。让对方相信自己，放松戒备，是斗争第一步务必要达成的目标。我们极易在友善靠近的第一步判断，这名攻击者的社会感很强。这种结论会在第二步被推翻，届时

他会展现出真实的自己，让我们失望不已。我们也许会觉得，双重性格是他先后有两种截然不同表现的原因，可他其实从头到尾都是这种先友善后强硬的人。

要是能发展到极致，这种交际方法应该会类似于一种游戏：捕捉心灵。要在这个游戏中取胜，一定要集中精力。这种人往往口才很好，总是把人性、博爱挂在嘴边，在真正行动的过程中，他们也似乎非常爱自己的伙伴。但他们这种太过明显的表现方式根本瞒不过真正理解人性的人，后者将随时防备他们。意大利有位犯罪心理学家表示：“我们有充足的依据质疑这样一种人，其态度非同一般地好，并过度彰显自己做过的好事和自己的善意。”这番话自然称不上真理，但颇有道理，这点我们非常确定。由于所有人都厌恶过度谄媚，并极易因此产生不舒服的感觉，所以要辨别这种人往往没什么难度。对于长于谄媚之人，务必要小心防备。此外，还要避免野心勃勃之人选择这种方法，若能促使其另外选择更加柔和的方法，就再好不过了。

全书第一部分已让我们对心灵发展在何种条件下最易偏离正轨有了全面认知。受教育的孩子往往会以挑战的态度对待身边的环境，这便是教育方面对心灵正常发展最严重的阻碍。明知个人在社会生活中应承担的责任，老师也断然不能强迫孩子接受这种观念。老师在这方面也许只能做到一点，就是尽可能避免刺激孩子的好胜心，要将孩子当成教育主体而非客体，对待孩子就如对待一个大人，跟老师有同等的地位。这样便能避免孩子觉得老师在向自己施压，或忽略了自己，或在向自己挑衅，因此自己一定要做出回击。这种作战的姿态会让所有人产生无数欲望与野心，继而严重影响个人的思想、行为、性格，将个人困在种种复杂、混乱的关系中，使其人格堕落，最终完全崩溃。

任何人都会从童话中掌握关于人性的知识。虚荣有多危险，在很多童话中都有体现。接下来谈谈安徒生创作的一篇童话——《醋坛》，其中描绘了完全不加节制的虚荣怎样毁灭了一个人的人格，语言十分尖刻：一条鱼在被渔夫抓住后，恳请渔夫放了自己，并如愿以偿。鱼承诺满足渔夫一个心愿，作为对他的回报。渔夫说出了自己的心愿，得到了满足，可是他的妻子却有无穷的欲望与野心，觉得他的心愿太过微不足道，要提出别的心愿。她让丈夫去找了鱼很多次，鱼先后满足了她想做公爵夫人和女王的心愿，可她最终居然提出想成为上帝，被她这个心愿惹恼的鱼再未在渔夫面前出现过。

无论虚荣还是野心，其发展都没有尽头。而非常贪慕虚荣之人不管在童话还是现实中，通常都有相同的意愿，就是想成为上帝，这点很有趣。部分贪慕虚荣之人一举一动都像把自己当成了无所不能的上帝（自然没有比这更极端的了），或佯装自己是上帝的代表，乃至提出某些心愿与要求，除了上帝以外，谁都不能帮他们达成，这些表现都比较明显。实际上，这种表现方式与对成为上帝的渴望，本身就是一种虚荣，缺乏自知之明，希望能着重表现自己；还是一种极致的倾向，掌控着贪慕虚荣之人的一切行为。这种极致的倾向充斥着现代社会的每一个角落，例如很多人都对招魂术、通灵术、传心术等满怀热忱，迫切想获得超出常人的力量，打破常人所受的限制，超越时间与空间，跟神明、鬼魂沟通。

深层次的研究表明，现在还有很多人想成为上帝身边的人，还有学校的教育目的是追逐神性。以前追逐神性确实是一切宗教教育着重宣传的理想，至于其功效，也许只有一个词能说明，那就是可怕。因此，今人应吸取这种教训，在确立理想时更理智一些。但这种对神性的追逐，一早便深深植根于人们的内心，要将其铲除，难度颇高。除了心理元素，还有一个客观原因导致了这一结果，即很多人都是从《圣经》中得到了对人类最早的认知。上帝以自己的形象为依据，创造了人类，《圣经》中这样表示。这种思想对孩子的影响有多重要，多危险，能够想象。《圣经》的确是一部应一读再读的伟大作品，且每次再读，我们都会因自身认知能力的提升，得到新收益，并不断赞叹其中的语言如此精练，智慧如此超卓，这些我们全都认可。但在教育孩子时，能不用到《圣经》就不用。就算想让孩子学习《圣经》，也不能对其中的内容丝毫不加改动，强迫孩子全盘接受，最低限度应该认真解释一番。这样才能避免让孩子觉得自己是以上帝的形象为依据创造的，觉得自己拥有种种不可思议的力量，乃至自大到想奴役其他所有人，才能让孩子做到认真、现实。

所谓能达成所有梦想的乌托邦，跟想成为上帝的欲望相像至极。孩子通常很难相信，所有传说都能成真。但其对魔术的痴迷却证明，要迷惑他们，要用种种想象困住他们，实际上并没有什么难度。对于魔法和能作用于其他人的奇异法术，部分人极度着迷，甚至直到年老之际，还不知醒悟。

也许所有人从某种程度上说，都认为女性对男性有种匪夷所思的魔力，只是不知道是什么缘故。很多男性被另一半的魔力彻底吸引，

并表现在了自己的言行中。我们因此不由得回忆起对女性魔力极度迷信的那段时期，当时普通人能随意编造一个理由，将任何女性毁谤为恐怖的巫婆或是占卜师。全欧洲一度受困于这一对女性的成见中，就像受困于一场可怕的梦，欧洲那几十年的历史，基本都取决于此。我们无法将这种迷信简单说成一种小错误，因为其曾迫害了超过一百万名女性。我们应将其与宗教法庭、世界大战并列，对其引发的恐怖后果认真做一番研究。

另有一种想成为上帝的表现，即能借助对宗教虔诚的信仰满足自己的虚荣心。受过精神创伤的人倾向于沉迷在个人跟上帝的交流中，离群索居。这种生活方式可以算是他最喜欢的，他身处其中，觉得上帝就在自己身边，会亲自保障自己的幸福，这是上帝不可推卸的责任，因为他虔诚的祷告与严格的仪式，上帝都看在眼里。这不是真正意义上的宗教，仅仅是种宗教骗术，完全是基于精神机能障碍产生的，这便是我们的观点。一名男子表示，自己若未能把祈祷传到天上，世间便会有一个人遭受不幸，所以他一定要祈祷过后才能睡得着。很明显，他在说大话。我们需要对他这些话的深刻内涵做深入的思考，以便明确他为什么会有这种念头。他的话从反面理解应该是这样的：“我的祈祷能让其他人免于一切伤害。”这说明强烈的宗教热忱能轻而易举地让人自高自大，觉得其他人的悲惨遭遇，有时确实能因自己强大的力量被扭转。狂热的宗教信徒常做这种梦，他们那些种类繁多的梦，被华丽、空洞的姿态与行为充斥，而这些全都不是人类能够做到的。然而，尽管这些梦完全无法改善当前的状况，但是绝对能避免做梦之人跟实际生活建立关联，让其一直在梦幻中沉醉下去。

金钱在人类生活中，好像一直都有种让人无法想象的魔力。金钱在很多人看来无所不能，这种人自然会以金钱、财富作为自己所有野心与虚荣的焦点，为追逐财富永不止步，永不满足。这种行为同样被我们视为虚荣的表现方式，不过是病态的。人们对财富的热烈追逐，归根究底不过是想借助财富的累积，得到一种非同一般的力量。比如一位一早便已非常富足，却继续追逐财富，不肯停止的富翁。他在之后患上了妄想症，终于被迫承认：“没错，金钱有多么强大的力量，难道你不清楚吗？一直不间断地诱惑我的，正是金钱。”他其实已经想明白了，可是有很多人甚至都不曾想过这件事。权力与金钱直到现在依旧有着非常紧密的关联，且在人类文明中，追逐金钱与财富依旧理所当然，所以大家完全没时间认真思考很多人只是因为贪慕虚荣，才会这样贪财。

最后还有一个案例，牵涉到之前探讨的种种问题，并表明虚荣还可能引发犯罪这种恶劣的后果。案例中有一对姐弟，姐姐很有才能，得到了大家的认可，弟弟却才能匮乏。弟弟完全放弃了自己，因为他实在没有能力再跟姐姐竞争了。他退到无人留意的角落中藏起来，哪怕众人已尽可能帮助他把前行路上的各种阻碍都清除了，也不能改变他的这种做法。此外，他还认为自己能力平庸，产生了巨大的精神压力。他自幼便发觉自己只能做些琐碎且不值一提的事情，姐姐却能在种种生活难题面前找到解决方法，而不费吹灰之力。大家根据姐姐占据的显著优势地位，判定他的天赋的确不高，但实情并不是这样的。

他带着巨大的精神压力去上学，坚决避免自己的能力平庸被其他人发现，成了这个悲观的男孩上学后的努力方向。他在逐渐长大的过程中，萌生了让其他人用对待成人的方式对待自己的强烈欲望，不想再扮演一个笨拙的孩子。他从十四岁开始频频出入大人的社交场合，可是他经常觉得非常焦虑，因为他实在太自卑了，这迫使他为了真正变成成人、绅士，使出了各种各样的手段。

这种行为模式最终引导他在风月场所乐而忘返。这必然要花很多钱，但他不想问父亲要，因为他对变成成人的渴望不容许他这样做。因此，每次缺钱花了，他都会去偷父亲的钱。他觉得这种偷盗行为是成人应该做的，自己这样是在帮助父亲理财，完全没有为此产生半点烦恼。生活还在继续，没有出现任何波澜，直至他遭受了留级这致命的一击。学业失败将为他最不想被人了解的一件事提供证明：他才能平庸。

此时的他忽然觉得良心不安，内心受创，后悔不迭，因此成绩更差。可对他而言，这反而是种更好的状态，减轻了他的压力，因为他找到了一个光明正大的理由，解释自己为什么会考得这么差：所有因后悔而深感痛苦的人都无法在考试中取得好成绩，他也一样。还有一件事也严重影响了他的学业，就是他在这段时期终日胡思乱想，不能集中精力。他在持续的悔恨与混乱的思绪中迅速度过了白天，到了晚上睡觉时，又认为自己如此精疲力竭，全都是因为学习，但他其实根本没用心学习。

之后发生了对他更有好处的事。他被迫提前一个小时起床学习，却终日无精打采，完全不能集中精力，可以说弄巧反拙。大家自然不会在他这样疲倦的时期，让他跟姐姐竞争。这说明他持续的后悔与良心不安才是问题的关键，他的才能平庸则不是。他最终借助这一方

法，将自己整个身体都用盔甲严密武装起来，躲开了一切进攻。所有人都会觉得他的失败是有原因的，不会评价他才能平庸。可如果他成功了，所有人都会很佩服他，认为他真的有才能。这样一来，他和他的虚荣便避开了一切外来的进攻。

这位病人的情况说明，虚荣是他选择这种行为方式最重要的原因，更有甚者，他情愿冒险犯罪，也不想让其他人发现自身才能的真相：他认为自己才能平庸，可实情并不是这样的。这说明野心与虚荣能搅乱人的生活，或让其生活偏离正轨，能抢走其一切正直的品性，剥夺其真正的生活乐趣与幸福，总之是种愚不可及的错误，这是毋庸置疑的。

第二节 嫉恨

对嫉恨这种性格特征做一番认真的探讨，对我们来说很有必要，因为嫉恨在日常生活中经常会出现。在爱情和其他种种关系中，都会出现嫉恨。例如常有孩子在比较、竞争时心生嫉恨，乃至产生野心。有这两种性格特征的孩子必然会以好斗、挑战的态度对待外界。一般说来，嫉恨作为一种性格特征，源自遭受忽略或歧视的感的刺激，并能维持一生，跟野心属于同一种类型。

孩子往往会在弟妹出生时感到嫉恨，因为父母会将更多的关怀与照料放在刚出生的孩子身上，比他大的孩子会产生这样一种感觉，自己就好比一国之主被剥夺了原先的地位。大孩子在弟妹出生前享受着父母温暖如阳光的爱，这是怎样的一种享受，可是刚出生的弟妹却抢走了这所有的享受，大孩子不心生嫉恨是不可能的。

要了解嫉恨情绪能达到怎样的强度，有个例子可作参考，一个未满八岁的女孩杀死了三个人。家人对这个女孩没有要求，因为她的反应有点慢，身体也很不好，做不成任何事。她生活的环境在她自己看来是非常舒适的，但妹妹的出生却一下终止了这种舒适，当时她六岁。她的心灵由此发生了巨变，带着强烈的恨意对幼小的妹妹采取了残酷的做法。对于她这种卑劣的行径，她的父母感到难以理解，开始对她很严苛，乃至准备对她实施惩处。后来，人们在他们家所在村子的小河中发现了一个小女孩，已经淹死了。其后又有小女孩淹死了。在将第三个小女孩丢进河里时，我们这位病人被当场抓捕。她对

自己所犯的罪行全都供认不讳，随后被送到精神病院救治，后又被送到疗养院，在那里接受更深刻的教育。

这个案例说明，女孩把对妹妹的嫉恨转移到了其他孩子身上。她并不仇视男孩，这点我们能够留意到。她将那些受害者视为妹妹的替身，为了报复，为了宣泄自己因受到忽略感生出的嫉恨，她萌生了将她们杀死的念头，并真的这么做了。

嫉恨在家中的孩子有男有女时更易出现。女孩在人类社会中一般都会遭到某种程度的忽略，这点大家都已了解。如果弟弟出生了，一定会深受喜爱，得到更多关怀、照料和种种完全与他姐姐无缘的利益。女孩面对这所有的情况，怎能不感到悲观失望？

这种关系能轻而易举地激起仇恨。有的姐姐对弟弟就像慈爱的母亲，满怀爱意。但这种态度从心理学上说，跟之前的案例是一样的。对弟妹就像慈爱的母亲，通过这种方式，姐姐再度掌握了一项权力，能为所欲为，在不利于自己的环境中，再度开创了属于自己的地盘。

一般来说，兄弟姐妹间的激烈竞争，是引发家庭之中嫉恨的主要原因。感觉自己遭到忽略的女孩会为击败自己的兄弟，不断付出努力，最终多半能如愿以偿。由于女孩在青春期的心理与生理发育速度都超过了男孩，这种差距在青春期结束后才会慢慢消失，因此女孩在此事上自然也算是得到了上帝的帮助。

因缺少信任而打算寻找机会向其他人发起进攻，对自己的伙伴异常挑剔，随时忧心自己会遭到忽略等，都是嫉恨的表现方式，种类十分丰富。嫉恨之人长期以来为自己的人生做出了何种准备，决定了其在表现自己的嫉恨时，会选择何种方式。基本可将嫉恨的表现方式总结为毁灭自己的倾向和固执至极这两类。嫉恨的性格特征具体有如下表现：让别人扫兴，无端端跟他人对抗，约束他人的自由，进而让其对自己臣服。

为身边人制定一系列行为规则，是嫉恨之人最热衷的游戏。以下表现说明一个人心怀强烈的嫉恨：尝试将一种爱情规则强行赋予自己的另一半，在另一半身旁建造与世隔绝的壁垒，要求另一半的所看所做所想都遵从自己的安排。嫉恨之人同样热衷于贬损、批判他人，此举的终极目标在于约束他人，让其丧失自由，臣服于自己，不思反抗。在小说《涅陀契卡·涅兹凡诺娃》中，陀思妥耶夫斯基出色描绘

了这种做法：借助我们刚刚探讨的手段，一名男子完全且终生掌控了自己的妻子。总结上述内容，嫉恨作为一种追逐权力的方式，相当突出。

第三节 嫉妒

嫉妒这种性格特征，无疑会在一切对权力与掌控权的追逐中表现出来。目标太远大的人必定会有某种程度的自卑情结，因为其目标与现实之间一定会存在一道界线，完全无法消除。他平时的行为与对人生的态度，会深受这种自卑情结的压抑，他将因此丧失信心，自我评价过低，并对生活极度不满。反过来，这些又将拉开他心目中自己跟目标之间的距离。他由此开始为他人取得的成功费尽思量，终日思考他人对自己的评价如何，他人取得的成就又如何。此外，他还在这段时期感觉自己遭到忽略，因此头痛不已，更有甚者，他会觉得自己被所有人看不起。这种人得到的实际未必比其他人少，他在这种情况下感觉自己遭到了忽略，刚好证明其想得到的比其他人更多，乃至迫切希望一切都归自己所有，对压抑自己的虚荣无能为力。可由于社会感不容许他们把这种希望当众表达出来，因此他们断然不会这么做。不过，他们的确有这种想法，已经展现在了他们所有的行为中。

不断思考他人的成功，也许会让人产生一种让自己难以获得幸福的心理——嫉妒。人们普遍都厌恶嫉妒，因为所有人内心都有一定的社会感。但即便如此，也极少有人真的没有半点嫉妒，即任何人都不能确保自己能将嫉妒完全清除。嫉妒在个人一切顺利时，多半不会太过显著，却会在以下情况中凸显出来：个人感到痛苦，遭受压制，生活贫穷，衣食都得不到保障，看不到未来与希望，遭遇困难，无路可走。

当今人类文明整体的发展才刚刚起步，有很多方面需要改善，因此人们尚未拥有成熟的心理，能将嫉妒完全清除，哪怕人类的伦理道德与宗教信仰都不允许人们心存嫉妒，也无法改变这一点。我们能够理解穷人的嫉妒，却很难相信一个人声称自己哪怕在困境中，也没有半点嫉妒心理。需要说明一下，务必要把嫉妒放在当前的社会背景下，跟全社会的一般精神状态相关联，然后再对其进行研究。不可否认，一切活动太过受限的个人或组织，都将不由自主地产生嫉妒。某些情况下，嫉妒的表现方式或是惹人厌恶，或是不恰当至极，如何才能清除这种嫉妒以及随之而来的仇恨，当前我们确实没有头绪，这是

最糟糕的。但我们很确定，通过恰当的方式，尽量避免或是压抑潜藏的嫉妒，同时不要检验、增加、刺激嫉妒，是最佳做法。这种做法其实也有可能在清除嫉妒时遭遇失败，但最低限度能让人们明白，觉得自己至高无上的优越感一点意义都没有，并会在无意间让其他人受到伤害，因此无论如何都不能对伙伴卖弄这种优越感。

个人与社会的关系无法切分，这点已经表现在了嫉妒的源头中。拥有超越其他人的地位或权力的人，必然会激起不希望他获得成功的人的愤怒与抗议。人类社会恰恰是受嫉妒的逼迫，才为保障人们的和平共处，制定了种种规则。我们在此很自然地想起了所有人生来便拥有权利与平等这项显著的社会规则。所有违背这项人类社会基本规则的人，都将立即遭到反对，导致混乱，这点大家都已了解。

从人的表情中，我们也许能直接看出其心中有没有嫉妒。嫉妒的生理学原理在平时的很多用词中得到了生动的展现。例如说人因为嫉妒面色发黑或发白，这展现了嫉妒会作用于血液循环的原理，即嫉妒会引发生理反应，导致毛细血管收缩。

站在教育的立场上，我们不能铲除嫉妒，就应极力指引其朝能创造价值的方向发展，这是我们对嫉妒唯一的处理方式。为此应为嫉妒找到一种途径，能发挥其积极作用，又不给心灵带来过多刺激。此举能让个人、集体都获益非凡。例如提议个人在选择职业时，要以能增强自己的自尊与信心为依据。又如帮助国际上自认为遭到忽略、对其他国家的富强心怀嫉妒的贫穷国家找到全新的发展方向，我们能为其做的就只有这一点。

毋庸置疑，所有嫉妒之人都会危害公共生活。除了不断索取，不断给人惹麻烦外，这种人对什么都兴致寡然，而且习惯于在失败时编造种种理由，或让其他人承担所有责任。这种人争强好胜，危害他人，对与别人和睦共处、为别人创造价值缺乏兴趣。由始至终，他都不会站在别人的立场上，考虑别人的利益，因此他基本没有任何有关人性的知识，这点能够想象。他不会因自己的行为伤害了别人而有所触动，更有甚者，他还会因此感到高兴。

第四节 贪婪

贪婪可以称得上嫉妒的同类，总是伴随着嫉妒产生。除了对金钱的贪欲外，此处的贪婪还是一种无法让其他人感受到快乐，不愿意为

社会、为其他人做出贡献，锱铢必较的更普遍行为方式。贪婪之人为维护自己的财富不出现任何闪失，便在自己身边围起了一道墙。这说明贪婪跟野心及虚荣、跟嫉妒都存在关联。这几种性格特征通常都是共存的，这绝不是夸大其词，所以有其中某一种性格特征的人也会兼具其他数种性格特征。这种说法是建立在科学基础上的有理有据的推论，跟所谓神奇的读心术完全无关。

现代社会中的人基本都有贪欲，只是程度多少不一。普通人时常会以夸张的大方表现，为自身贪婪做出掩饰。这种大方表现不过是为了彰显自身大方，抬升自身人格，不惜牺牲他人的人格，实际上跟施舍没有区别。

贪婪在某些条件下也能算是较为珍贵的品性，例如站在部分人的生活方式角度，就能得出这种结论。的确有很多有着极强时间观念的人，在工作方面会抓紧一切时间，专注努力，从不满足，且的确取得了很多成就。现代社会有种名为“时间贪婪者”的相对科学的道德观，规定所有人都要节约时间，提升效率，这点众所周知。该论点在理论方面好像有理有据，但其真实功效却表明，其造福的对象实际是一些人的优越感与权力的目标。因为我们发觉，有些人会为光明正大地要求他人做更多工作，对该论点肆无忌惮地加以利用。要评判成为“时间贪婪者”到底好不好，务必要以其是不是普遍适用作为标准。而在评判其他行为时，是不是普遍适用也是仅有的标准。这是一个科技的时代，人类好像机器，生活规则好像科技规则，是该时代显而易见的特征。这些规则对于科技活动合理且有效，可应用于人类社会中，却终将导致人际关系毁灭，人类变得自闭而孤独。所以对生活方式做出调节，学习放弃与付出，堪称最佳做法。我们自然也要坚决避免滥用该规则作恶，不过，牢记公共利益就能避免作恶，对此我们十分肯定。

第五节 憎恶

争强好胜之人往往有一种独特的性格特征，即憎恶。婴儿时期，便产生了憎恶的情绪，其表现也许会极强烈或相对温和，分别对应着大发雷霆和抱怨、产生坏念头之类的表现。个人的总体人格往往能从憎恶情绪和批评他人的强烈程度中得到表现。要想对人类心灵有客观、深入的了解，就要明确这点，以及憎恶与恶意都是种性格特征。

个人、国家、阶层、种族、异性等，都能成为憎恶的对象。憎恶一般不会公然对外展现，其知道怎样为自己做掩饰，跟虚荣类似，例如其可能会以常见的批评态度展现出来。憎恶也许会将个人的社会关系全部毁坏，个人的憎恶情绪也会在社会关系不断变坏的过程中持续增强。憎恶偶尔还会像夜幕中忽然出现的流星一样，在人们不知不觉间忽然爆发。例如我们的一位病人，不必服兵役的他跟我们说，自己对讲述屠杀、灭族行为的新闻兴趣浓厚，为这些极度残酷、可怕的事兴奋不已。

在犯罪中，更常见到忽然爆发的憎恶情绪。大部分憎恶在普通社会生活中都会表现得相对温和，不会给人带来太大伤害，或让人产生太强烈的恐惧感。愤世嫉俗是种相对隐蔽的憎恶情绪，其实质却是极度仇恨人类。部分哲学派系热衷于宣传仇恨及悲观厌世的情绪，但在我们看来，更加野蛮、粗鲁、暴露的残忍表现，却是以厌憎乃至仇视的情绪对待全世界。憎恶在部分名人的传记中得以完全展露，不带丝毫这种掩饰。但极力思考传记内容是否属实，其实没有必要，我们只需要铭记：在某些情况下，艺术家确实会拥有憎恶、残忍之类的品性。这点必须要承认，因为只有坚决支持人性，艺术家才可能创作出尽善尽美的作品。

憎恶有很多且很普遍的表现方式，在此就不逐一探讨这种性格特征和所有愤世嫉俗的表现的关联了，因为很明显，要将这些关联全部详细说清楚，就太偏离主题了。我们暂且以部分人在职业选择方面，也许会受悲观厌世情绪的影响为例。“诗歌能尽情宣泄人的残酷本能。”格里尔帕策这样表示。这绝不意味着，人们要投身一些职业，憎恶情绪是必要前提，刚好相反，在下定决心投身某种职业（例如参军）之际，对世界怀有憎恶情绪的人便需要将自己的仇恨谨慎地隐藏起来，并跟自己将要加入的组织和睦相处，最低限度在外表上要做到这点，因为跟身边的环境相适应，跟同事维持某种程度的合作，是他这时最迫切且必须要做的事。

过失犯罪是种掩饰得非常好的憎恶方式，往往会对人们的生命或财产造成威胁。个人社会感不足，因此将关怀同类这项人之为人的基本责任彻底忽略了，便是导致过失犯罪的根源。在怎样为过失犯罪划定界限一事上，法律领域的探讨从未停止过，可让人满意的结论，直到现在也没有出现。所谓过失犯罪，显然跟普通犯罪是有区别的。例如，花盆摆在窗台边缘，受到少许外力作用，摔下去砸到了一名过路

人的头，这种巧合迥异于直接用花盆砸别人。但有些人的过失犯罪却要划归为犯罪，对此不必存有半点质疑。我们能够通过这种行为，对人性本质有更深刻的了解。过失犯罪一般都能适当减刑，因为其从法律上说并不是故意、有计划的。但故意、有计划的行为和无意间做出的恶行有着相同的动机，即都源自仇恨与憎恶，这点必须要承认。我们总能在观察孩子嬉戏时发现，有的孩子很少将别人的安全放在心上，据此能推导出这种孩子对伙伴往往不太友善。要证明该结论，自然还要有更多依据，但你若发现意外总是伴随着有些孩子的出现而来，就要认真思考这些孩子是否真的不关心伙伴的安全，并养成了习惯。

商业活动的案例往往很不适合用来辨别过失犯罪和故意犯罪，但我们依旧要着重突出商业活动的实质。通常说来，生意人都对竞争对手的利益缺乏关注，即对我们再三突出的社会感缺少兴趣。很多商业活动与计划都以此消彼长为动机，也就是对方失利必能让我方获利，这点十分清晰。但就算是故意、有计划的恶意举动，商业活动一般也不会遭受惩处，这是很自然的。不妨这样说，普通的商业活动同样会社会感匮乏，严重危及社会生活，跟过失犯罪没有区别。

工作压力导致部分没什么恶念的人也被迫尽量先自保。人们通常会认为这种情况是值得体谅的，却忽略了自保会对其他人造成伤害，且无法避免。这些实情表明，维持社会感在商业竞争的重压下难度有多高，这便是我们提醒人们留意这些的原因所在。为了让人们的合作不再像现在这样困难，为了让人们在共同利益的基础上，更加主动地达成友好合作，务必要寻求某种解决之道。由始至终，人类心灵其实都在自行运作，极力达到更加健康、协调的状态，以尽可能为自己提供保护。调查研究这些心灵的活动，是心理学的一项任务，此举能帮助人们对商业关系和作用于其中的种种心灵器官有所认知。而要明确个人与社会在增进友好合作一事上，到底应采取哪些做法，做到这点是必要前提。

在学校、家庭、社会生活中，在大部分组织、机构中，都能见到过失犯罪。很多人一心想着表现自己，从来不顾及自己的伙伴，但通常说来，不为他人设想都会得到应得的报应，所谓善恶终有报。有些人的报应在很久以后才出现，所谓天网恢恢疏而不漏，应该就是这样。有些人一直没有意识到要对自己的行为做出认真的反思，并对因果报应毫无认知，以至于不知道自己在很久以后才遭到的惩处是自己过去的行为必定会引发的结果，乃至觉得自己很悲惨，为自己高声鸣

冤。这种人如此冷漠无情，其他人忍无可忍，便会拒绝再努力讨好、照料他们，最后跟他们断绝往来，这种人的结局多半都是这样糟糕。

深层次的研究表明，过失犯罪，究其实质，是愤世嫉俗的表现方式之一，哪怕其有再充足的借口也不能改变这一点。例如以心急去赴一个重要的约会为借口，为自己超速驾驶撞到别人推卸责任的司机。这名司机之所以会不慎危及他人的生命，是因为他觉得相较于他人的生命，自己那点微不足道的事情更加重要。总之，觉得个人事务比公共利益更加重要，这种人必定会在某种程度上仇视、憎恶人类社会。

第三章 非攻击性性格特征

非攻击性性格特征将以下性格特征全都囊括在内：其虽未公然展现对人类社会的敌对情绪，却让人觉得其被敌对情绪充斥，十分孤立。非攻击性性格特征展现出的敌对情绪，通常给人一种隐蔽、迂回、难辨的感觉，宛如山谷中安静、曲折的溪流。拥有这种性格特征的人绝不会伤害他人，会跟社会和其他人保持距离，拒绝所有社交活动，同时难以跟人合作，因为其本身太过孤独自闭。但只有借助合作，才能执行人生的大部分任务，这便是问题的关键所在。跟社会保持距离的人和公然跟社会开战的人相似，有很大概率会非常仇视人类社会。专业人士一早便做了很多相关的研究，而详细解析几种相对突出的性格特征，是我们接下来的工作重点。我们先来探讨隐居避世和怯懦这两种非攻击性性格特征。

第一节 隐居避世

隐居避世和孤僻的表现方式有很多种。通常说来，跟社会保持距离的人都很少讲话，不愿意看他人的眼睛，不喜欢聆听他人，他人说话时，他们总是不能集中精力去听。他们会在一切社会关系乃至再简单不过的社会关系中表现冷淡，坚决拒绝跟人接触。他们的所有行为、言辞，如握手方式、讲话语气、拒绝问候的姿态等，都赤裸裸地表现出了这份冷淡，即他们好像在用自己的一举一动彰显自己跟其他人的距离。

野心与虚荣就隐藏在这种人所有冷淡、孤立的表现中，即他们为了抬升自己，得到至高无上的优越感，才会如此突出自己与社会有何

不同，但他们的最大收获很明显不过是想想象中的荣誉。这说明这种流放自己的态度实际隐藏着很深的敌对情绪，说其不会造成危害，只是一种假象。这种孤独的特征不仅会出现在个人身上，还会出现在社会组织中。众所周知，一些家庭不愿跟外界往来，将自身严密封锁。其对外界的敌对情绪，其傲慢与觉得自己最优越、最高贵的思想，都在这种表现中展露无遗。阶层、宗教、种族、国家也可能拥有孤独、自闭的特征。我们也许时常会在一座此前从未到过的城市中发现，其房屋的式样多种多样，房屋主人在社会上处于何种阶层、何种地位，基本都展现在了其房屋的风格中。

把人类分成不同的民族、宗教派系、阶层，相互隔绝的倾向，在人类社会中占据着不可动摇的地位。隔绝必将使得种种历史悠久的传统自我封闭、滞后于时代的程度不断加深，继而导致彼此间的矛盾不断增加，无法消除，这种结果是很恶劣的。为让自身虚荣获得满足，有些居心叵测的人会趁机借助各个组织间隐藏的矛盾，制造冲突。无论一个阶层还是个人，若选择用这种方法让自身虚荣获得满足，往往都自我感觉良好，对自己和自己的道德评价极高，并会为了证明别人有多糟糕，采取各种各样的手段。抬升自身人格与优越感，便是这些好斗之人为突出不同阶层或民族间的矛盾费尽心机的最大目的。他们断然不会因为自己的教唆引发了诸如损失惨重的世界大战之类的悲剧，便心生内疚。这种人心底一直有种不安全感，就是他们这样热衷于挑起事端的原因。他们尝试损害他人利益，以彰显自身优越感与孤立，消除内心不安，但此举却会不断拉大他们跟其他人的距离，不断加剧他们的孤独，最后使他们沦为孤家寡人，结局悲惨。这种人在人类社会中的发展通常都都很有限，这点不言而喻。

第二节 焦虑

一般说来，隐居避世之人的性格都有些焦虑。作为一种非常常见的性格特征，焦虑将终生围绕在个人身旁，使其毕生饱受折磨，不能跟其他人往来，不能平静生活，也不相信自己有可能为世界做出巨大贡献。人类的一切活动都将被焦虑影响，即在焦虑的作用下，人也许会不敢直面外部或内心世界。

若焦虑感源自对孤独的畏惧，个人便会努力摆脱孤独。若焦虑感源自对社会的畏惧，个人也会努力摆脱社会。只想着自己、不顾念伙伴的焦虑之人，我们已经很熟悉了。每次想到有个生活问题，自己一

定要去解决，这种人就会表现出焦虑的情绪，身不由己。例如无论何时，焦虑都是他们做一件事时的最初反应，无论此事是困难还是简单，是离开家人还是离开朋友，是工作还是爱情，都是如此。任何小事的发生，都会让这种人心生忐忑，生怕危险会降临到自己头上，这是因为他们跟社会生活、跟其他人的关系通常都少之又少。焦虑之人会因焦虑的性格特征，人格发展大大受阻，且无法再为公共利益奉献自己的力量，这些都显而易见。焦虑之人未必会非常紧张，以至于全身哆嗦或立即逃走，某些情况下，他们会尽量拖延时间，还会为推卸责任极力寻找种种托词。这种人时刻都在忧心，却从来没有发现如下规律：他们必然无法摆脱焦虑，逃过了这次，还有下次。

有一部分人热衷于回忆或思考死亡，这点很值得思量。其实回忆就是对自己的一种流放，但很多人都认为，沉迷于回忆并不糟糕，因为回忆通常不会危害其他人。另有一部分人会因对死亡、疾病满怀恐惧，以至于热衷于寻找理由，避免直面所有责任与义务。他们肆无忌惮地宣传一些消极的观点，如一切都是无意义的，人生短暂，前途未卜等，以此避免直面真实生活的责任与义务。还有一部分人用天堂、来生安放自己所有的希冀，由于今生对这种只看重来生的人来说，只是白费心机的抗争和没有任何意义的人生经历，因此其观点跟宣传一切都是无意义的，本质上并没有区别。在虚荣与野心的作用下，热衷于回忆的人无法承受任何或许会揭露其个人价值的考验，因此通常会努力逃避所有考验。我们发现，热衷于死亡与来生的人，跟陷入回忆无法自拔的人，有相同的追逐目标：希望如神明般了不起，希望超越其他人，希望击败死亡与疾病。这些人之所以很难跟生活相适应，就是因为这种目中无人的野心。

最初始、最简单的焦虑表现为，独自一人、无人理会时，孩子会觉得害怕，哆嗦起来。这种孩子是为了特殊目的，才希望有人陪在自己身边，因此单是陪伴并不能满足他。他会在母亲离开时焦虑万分，想让母亲回到自己身边。此举只能表明，他看重的是母亲听从自己的命令，受自己掌控，而非母亲是否陪在自己身边。这说明这种孩子非但没有培养出独立的精神，还学会了为让他人帮助自己，可以使出各种卑鄙方法，之所以会这样，是因为父母对其采取了错误的教育方法。

孩子表达焦虑的方法，我们应该都知道。孩子在黑暗或黑夜中难以看清楚身边的环境，感受到自己的家人，因此焦虑万分，为平息黑

暗引发的沮丧与恐慌，他们只能焦急地又哭又闹。如果有人听到哭闹的声音，急急忙忙过来了，他很有可能会让此人开灯，陪他玩耍等，一如我们刚刚所言。他的焦虑会因他人的言听计从立即消失，会因他的安全感与优越感遭遇危机再度出现，借助这种焦虑，他的掌控权重新被加固。

同类现象在成年人中间也会出现。有些人不愿意一个人外出，他们很容易辨识，往往有与众不同的言行。例如他们在路上行走时，时常忐忑地四处观望，非常紧张。其中有些人总是避免到处行走，待在原地，有些人却像被仇人追赶一样，走路飞快。以下这种女性在日常生活中的确存在：横穿马路时，一定要有人搀扶她，即便她本身并未因生病而体力不支；再小的困难都会让她产生焦虑与恐慌，即便她平日里健步如飞，身体健康。例如某些情况下，她一出门便会感到焦虑，安全感匮乏，而她自己根本无法掌控。有个非常有趣的例子，就是极易畏惧空旷场所的精神疾病——恐旷症。时常觉得自己或许会遭到故意伤害，认为自己跟其他人被某种事物完全切分开了，便是恐旷症的一般症状。恐旷症病人还会忧心自己会摔跤，但这只表明他认为自己占据着至高无上、极受崇敬的地位，这便是我们的观点。由此可知，对权力与优越感的追逐，甚至隐藏于病理性恐慌中。很明显，焦虑能有效帮助很多人逼迫他人寸步不离陪伴自己。焦虑之人总会在别人走出房间时再度心生焦虑，所以所有人都只能陪在他身边，不管他有什么命令都只能遵从。借助焦虑这种方式，焦虑之人将如下规定强行赋予身边人：由于自己是掌控众人的君王，因此自己不必顾及大家怎么想，大家却务必要唯自己马首是瞻。

一个人要想战胜自己的恐慌，就必须在自身与全人类的命运间建立关联。一个人要想坦然生活下去，就必须明白自己是全人类的一分子。

接下来再说一个有意思的案例，发生于革命年代的奥地利，具体是1918年。彼时很多病人忽然表示，自己不会再来求医了，基本理由如下：社会这么混乱，外出会遇到什么人，大家都无法确定，更别提穿衣打扮比其他人光鲜的人会有何种遭遇了。

彼时大家普遍都很悲观、沮丧，但上述结论却仅限于生病的人，这点很应该留意。他们因何会产生这种念头？他们这样恐慌，实际可以理解，根源是他们跟其他人往来极少，这导致他们在诸如革命时期之类的特殊时期，便会觉得自己所在的环境很不安全。其他人则会像

之前一样继续生活，不至于焦虑至此，因为在这些人看来，自己属于这个社会的成员。

焦虑有种并不引人注目、相对温和的表现方式，即胆小。前文中谈到的有关焦虑的所有内容，对胆小都适用。就算在非常简单的社会关系中，有胆小缺陷的孩子也会竭尽所能避免跟人往来，摧毁自己已确立的关系。胆小的孩子必然难以从跟他人的往来中得到乐趣，因为胆小这种性格特征将导致他在自卑之余又很自负，并认为自己与众不同。

第三节 怯懦

在有些人看来，自己的所有任务都极具难度，自己没有信心好好完成任何事。怯懦是这种人共同的性格特征。这种人做事往往缺乏热忱，也许会在遭遇考验或执行任务时彻底停下脚步，根本不能高效完成自己应该完成的工作。比如那些不好好工作的人，他们会忽然意识到，自己跟这种工作格格不入，为了放弃这种工作，他们还会编造种种完全不成立的借口。怯懦之人在做事缺乏热忱之余还有一个特征，就是非常慎重，对自身安全十分紧张，为保护自己花费了很多心血，而这不过是为了避免承担应承担的责任。

作为一种较为常见的性格特征，怯懦的相关问题都已被个体心理学命名为距离问题，且已有了确切的结论。我们绝对能以个体心理学的理论为依据，客观评价某人，并确定此人三个重要的人生问题的解决程度如何。其中第一个问题是社会责任感（也就是我跟你、你们有何关系，也能说成是个人跟其他人、社会有何关系），具体说来便是个人在以下二者中做出选择：其一是借助正确的方法，让自己跟其他人的关系更加亲密；其二是借助错误的方法，让自己跟其他人的关系更加疏远。第二个问题是职业和工作。第三个问题是爱情和婚姻。在解决这三个重要的人生问题时，个人犯了何种错误，解决问题的程度如何，若能明确这些，就能归纳出个人总体的人格，并能从其一切表现中归纳出一些人性的普遍特征。

个人迫切希望逃避自身责任，才是其怯懦性格特征的成因，这点一如前文中所言。怯懦在造就以上黯然、消极的态度之余，也能给人某些益处，部分人宁可做怯懦之人，也要得到这些益处。若没有任何准备的前提下，怯懦之人做了某件事，那他的失败便能被所有人谅

解，不会轻而易举伤及他的人格与虚荣，他便能感觉自己处在一种安全的环境中，非常安心。这就好比他在走钢丝时确定自己一定会很安全，因为就算摔下去了，还有下边的安全网保护他。而且他能列举出种种借口，说这些借口对自己执行任务造成了阻碍，例如说自己若能早些做准备，准备充足一些，肯定能达成目标，因此这也不会伤及他的自我价值感。这说明在他看来，是种种复杂的环境元素，而非自己的人格缺陷应该为此负责，他未能担负起自身责任，达到众人的期许，恰恰是因为这些环境因素的阻挠。如果他什么准备都没做却成功了，这就是一种相当伟大的成功。至于原因，很容易解释。终日勤奋履行责任的人成功了，大家多半不会意外，因为他理应获得成功；但终日拖延行动或没有充足准备的人成功了，大家一定会对他肃然起敬，把他当成了了不起的英雄，别人用双手做成的事，他单手就能做到。

迂回心理就是如此，对个人来说，这种心理能在某种程度上使之获利，并能展现个人的野心与虚荣，同时说明个人对做英雄很有兴趣（最低限度要有这种感受）。不妨这样说，个人仅仅是为了让自我膨胀获得满足，得到更多特权，才怀有这样的态度。

接下来说逃避生活的另外一部分人，这些人往往会为逃避人生问题，有意制造某些阻碍，还会在逃避未遂之际，表现得犹豫、拖沓，心不甘情不愿地采取行动。懒散、不断换工作、工作不负责等一切恶劣的生活习惯，都在这种迂回曲折的态度中得到了展现。这些人连举止中都会出现这种态度，例如走路姿态好像蛇，既柔软又灵活。其中必然有什么原因造就了这种走路的姿态，我们暂且将这种人判定为想要逃避生活，因此采取了迂回曲折的方式。

借助一个真实的生活案例，能对此做出详细说明。一名男子对生活感到厌恶与绝望，无法再从任何事物中得到乐趣，只想结束自己的生命。他整个的状态接近于活死人，只是苟活于世。我们在为他做治疗时得知，他是家中长子，还有两个弟弟。他父亲有野心、精力和毅力，成就非凡。他在家很受宠，背负着众人的期待，期待他将来能继承父亲的事业。他的母亲一早便过世了，但他跟后母的关系不错，究其原因，也许是因为父亲将他照料得无微不至。

他作为家中长子，盲目崇拜权力与力量，专横贯彻于他的一切言行与性格特征。他的成绩在班上一直名列前茅，毕业后，他子承父

业，以慈善、亲和的态度对待身边人。他说话态度很友善，并善待下属，给他们最高的薪水，满足他们一切合理的要求，可谓善解人意。

不过，他在1918年革命开始后忽然发生了改变。他说下属做事不守规则，给自己带来了很多烦恼，为此发出怨言。下属从过去有需求时的恳请，变成了当前的要求，这让他愤怒到一心想要离职。

迂回曲折的生活态度，在上述做法中得到了清晰的展现。平日里，他作为管理人，表现得很善良，可前提是权力一定要牢固掌握在他手中，否则他的教养便会因权力遭受威胁而彻底消失。工厂管理乃至他的私人生活，都因这种人生哲学受损。原本在日常生活中，他是个能让人亲近的人，可惜他为证明自己是一家之主，太过急切了。这是因为他把借助自身权力掌控其他人，当成了自己仅有的重要事务。如此独断专行，不管站在社会关系还是商业活动的立场上看，都完全不具有可行性。他因此无法在工作过程中得享权力带来的任何乐趣，以至于无心再经营自己的事业。对总是不受他掌控的下属来说，他的这一态度便等同于一种沉默的指责。

他在这种情况下唯一的选择是，凭借虚荣继续坚持。但忽然之间，社会动荡开始了，他受到了更强烈的影响，这是毋庸置疑的。他难以根据时局的变动做出相应的改变，制定一系列新行为规则，因为他本身并未得到全面发展。由于他的人生目标极为单纯，掌握权力与不可动摇的最高地位，便是他仅有的强烈欲望，因此他想要发展，基本没有任何可能性。既然没有能力掌控真实生活，那他要维持人生目标，便唯有借助虚荣，他的性格由此被虚荣主宰。

我们的调查显示，他拥有非常不完善的人际关系。除了觉得他很出众，且愿意遵从他的人外，他身边什么人也没有，这跟我们的预期没有出入。但十分恶毒且聪敏的他，说话总是有理有据，却又让人深受伤害。他的朋友无法忍受他恶毒的言辞，渐渐不再理会他了，这导致他连一个能交心的朋友都没有。为了补偿自己在人际交往中的缺憾，他只能开始参与种种娱乐活动。

但他的众多人格缺陷，在爱情婚姻的问题中根本无法遮掩。由于爱情需要最深入、亲切的结合，霸道、自负的一己私欲，在爱情中断然没有容身之处，因此我们能够预测，他的爱情会有怎样的结果。习惯掌控别人的他在选择另一半时，必然要以自己的意愿为依据。在选择另一半时，霸道、自负、一心想要追逐优越感的人通常都会选择很

难被打倒的人，以不停地征服此人，感受每次征服成功的新鲜感，而断然不会选那种懦弱的人。结果，他理想中的另一半性格自然会很强悍，跟他没什么两样。这两个个性相似的人结婚后，永不停止的战争就将开启，这是必然的。我们这位病人之后选中的妻子，当真在很多事情上都比他更霸道。夫妻双方都坚持自己的意见，不肯让步，都为占据掌控地位，采取了各种各样的方法。他们在婚姻战争中，关系不断疏远，但由于双方都希望最终取得胜利，不希望由自己主动结束战争，因此都没有勇气提出离婚。

这位病人在跟妻子斗得不可开交之际，做了个非常能表明自己彼时心情的梦。在梦中，他跟一名好像女用人的年轻姑娘讲话：“我身上流着贵族的血，这点你要清楚。”他由这名姑娘联想到了自己的秘书。

要解析这个梦，其实很简单，即自负的他并没有把其他人放在眼里。他把众人，特别是女人，都视为缺乏修养、地位低贱的用人。若联系他正跟妻子交战的实际状况分析这个梦，就能确定梦里这名女子便是他妻子的代表。

所有人，包括他自己在内，都不了解我们这位病人。他只是为让自身虚荣获得满足，才会终日目空一切地忙碌。他不想直面现实，同时又自视甚高，希望自己完全不能被证明的高贵血统，能得到其他人的认可。他还看不起除自己以外的所有人，认为他们全都不足挂齿。这种人的生命怎么可能出现爱情与友情？

若选择了这种迂回曲折的态度，人们通常会竭尽所能寻觅种种光明正大的借口，支持自己的所作所为，但这些借口往往并不能广泛适用，只是他们的主观看法。即若只针对他们那件事，他们的所有借口好像都很合理，理解起来也没什么难度，可是很明显，其并不能成为其他事情的理由。例如我们这位病人认为发展社会文明，自己也要承担一些责任，因此加入了俱乐部，在他看来，只有这种方法能拉拢朋友。可是他在俱乐部除了参加一些一点意义也没有的互动，如喝酒、打扑克等，什么事都没做过。每天晚上，他从俱乐部回家时都很晚了。到了翌日，他会觉得非常疲倦，很想睡觉。之后，他告诫众人，不管怎样，想为发展社会文明出力的人都不会频繁出入类似俱乐部的场所。很明显，他已经悔悟了。如果他能在不影响工作的情况下，参与这种社交活动，那他发展社会文明的借口也许能勉强成立。然而，他原本立誓要发展社会文明，最后却连人生真正的任务都忽略了，就

跟我们预想的一样。显而易见，他采取了错误的行动，哪怕他有看似强大而光明正大的理由，也不能改变这一点。

该病例为以下结论提供了充足的证据：是我们对真实经历的态度与评判，以及评判与权衡真实经历的方式，而非真实经历本身导致了我们的发展方向出现偏离。任何人在这方面都可能犯错。我们能从该病例及其他相似病例中发现一系列显著错误，发现病人继续犯同类型错误的概率很高。所以我们要对病人的错误有全面、深入的认知，并找到能帮他矫正错误的合理方法，就一定要联系病人的总体行为模式，对已经获得的病人资料展开认真分析。由于教育也不过是对错误的矫正，因此我们这种治疗有着跟教育极其相像的过程。一开始，我们需要将个人对自身真实经历提出的理由有清晰的了解，随后，我们要对这种理由怎样让他走向错误发展方向，最后迎来悲惨结局有更清晰的了解，这样才能将个人在发展期间犯下的错误完全矫正过来。古代人就已明白了（最低限度有所预感）所谓善恶终有报，据此创造了复仇女神涅墨西斯，他们在这方面的智慧让我们只能叹服。发展方向错误引发的结果，必定很悲惨。另有一种做法也必将得到相同的结果，那就是罔顾公共利益，对个人权力盲目崇拜。为达成自身目标，极度渴求个人权力的人也许会采取迂回曲折的方法，且罔顾伙伴的利益。为此，他会畏惧失败，时刻忧心，以至于极易得一些会阻碍其总体发展的神经性疾病，或出现十分神经质的言行。他感觉自己将会遭遇重大危险，每一步都走得迟疑不决，这点从他谨慎、忐忑的表现中就能看出来。

一般说来，逃避社会的人要想在社会上占据一席之地是很困难的。所有想在社会上占据一席之地的人，都务必拥有某种程度的适应与宽容的能力，要能帮到其他人，不能只想着占据决定地位，俯视众生，或将所有人都掌控在自己手中。不妨这样说，这是一项行为规则，普遍适用，其正确性已被很多人证明。在人际交往中，部分人总是很有礼貌，绝不给人制造麻烦，却不能让人内心受到感动，产生温暖、亲近的感觉，这点大家都已了解。这是因为，这种人展现出的对权力的过度欲望，极易让人感受到压力，以至于不想靠近他们也是很自然的。对这种人较为生动的描绘是，静静坐在那儿的他好像很不快乐，单独跟人交谈，他能口若悬河，但若是当着很多人的面，他却什么都不想说。在一些细节问题上，时常会有对这种性格特征的展现。例如他甚至会在跟他的对错无关的人面前，倾尽全力证明自己是对的。而由于最终的结论及其为自己带来的优越感，是他唯一的关注对

象，因此对他而言，证明他的正确与其他人的错误的证据，会在证明成立后马上失去所有价值。他也许还会因自身迂回曲折的态度有如下表现，不知何故便会觉得疲倦，终日忙碌却对自己忙的事情一头雾水，失眠，对任何事情都抱怨连连等，这些都让人难以理解。总之，他嘴里不是在发表怨言，就是在发表不满，唠叨不止，看起来跟个精神病患者没什么两样。

其实他是为了让自己不去留意恐怖的真相，才会有这一切的表现，这是种狡诈的做法，有着不可告人的目的。不管怎样，他选择这种迂回曲折的方法都是能够被谅解的。想象一下，极其害怕黑暗之人必然会非常痛恨黑夜这种自然现象。我们能够确定，这种人完全不想在这个世界上生活，完全不想遵从自然规律，他执意相信，只有彻底消除黑夜，自己才能拥有正常的生活，除此之外的一切都不能让他感到满足。这种无法达成的人生目标与心愿，刚好揭示了他不可告人的目的：面对生活，他在任何时候都只想拒绝。

这种人极易出现种种神经质症状，以应对务必要由自己解决的问题引发的恐慌，逃避自己在生活中应该履行的职责与义务。他还会想方设法寻找借口，推卸为维护人类社会务必要履行的职责与义务，例如为拖延时间找个勉强能成立的借口，或直接编造一个理由彻底逃避某一问题。此举会伤及他周围的人乃至所有人。

我们也许能切实有效地避免人们犯各种错误，但前提是要对人性本质有更深入的认识，且能对潜藏的引发各种不幸结果的恐怖元素有清楚的认识。但短时间内我们难以确定罪恶与报应存在怎样的直接关系，更难以由此得到充满启迪性的结论，这是由时间跨度和或许存在的种种复杂状况引发的结果。既然如此，要预防上述错误，究竟应采取何种做法？很明显，不能把所有错误都简单归因于因果关系、善恶终有报等规律。在我们看来，要明确个人全部行为的因果关系，找出其错误的起始点，务必要总结其毕生的行为模式，并深刻、周密地解析、研究其个人经历。

第四节 不文明的表现和糟糕的适应力

咬指甲，抠鼻子，用餐时狼吞虎咽等性格特征，都是不文明的或是缺乏教养的，这点已得到了大众的认可。人像饿狼般扑到食物上，脸上展现出对食物的贪婪，不懂克制，不懂廉耻，真正的缺乏教养便

是如此。他吃东西的声音太大了！眨眼间，他的肚皮就像无底深渊一样，吞噬了那么多食物！他吃得太快太多了，且根本停不下来！平时有很多人都在不停地吃，一旦停下来就会非常痛苦，这种人我们应该都碰到过。

脏乱同样是一种不文明的表现。此处的脏乱是那种饱食终日无所用心之人表现出的脏乱，而非人在工作期间的忙碌混乱或大大咧咧。脏乱之人好像为了惹人厌恶，故意把自己打扮得很邋遢，而且必须要达到让人作呕的程度，这已变成了他们的标识。

缺乏教养之人的部分外部特征就是如此，其为以下结论提供了充足的依据：跟其他人保持距离，并与之相互区分，是他们真正的意愿所在，对于人类社会那些游戏规则，他们根本无意遵从。行为不文明到这种程度，这种人必然无法造福其他人，对此我们没有半点怀疑。大部分不文明的行为都始于幼时，即成长期间不犯错的孩子基本不存在。但部分人成年之后依旧保留着昔日的不文明行为，没能将幼时犯的错矫正过来，真是可惜。

对人际交往一定程度的厌恶，是部分人行为缺乏教养，不文明的原因。一切缺乏教养之人都不愿意跟其他人合作，想在某种程度上远离社会生活，并对所有苦劝他们改正恶习的言辞置若罔闻。由于咬指甲等做法，在不想遵从人类社会游戏规则的人看来肯定不是错误的，因此要理解上述内容并不困难。这确实是跟其他人拉开距离的最佳方法，要做到这点，还有什么方法比肮脏的衣领、沾满油污的服装更切实可行呢？外表肮脏之人会让其他人尽可能躲着他，因此要轻松逃避批判、竞争和其他人的留意，逃避爱情婚姻，除了一直保持这种形象外，还有何种方法更切实可行？他也许会失败，却能以不文明的行为作为自身所有失败真实的借口，公然表示：“没有什么是我做不到的，前提是这种恶习能从我身上消失。”但他随即又会喃喃，“可这种恶习又的确存在于我身上，真是可惜！”

有这样一个案例，不文明的行为在其中简直变成了一种手段，用于保护自己，为非作歹。有个女孩已经二十二岁了，还会尿床。在家里，她排行倒数第二。母亲对她格外关照，因为她的身体很不好。她对母亲也非常依赖，无论白天还是夜晚，都希望母亲能守着自己。为了达成这一目标，她白天表现得很焦虑，晚上又表现得很惶恐，还会尿床。对她来说，此举最初必然代表着某种成功，给她的虚荣带来了

安慰，让母亲守在她身旁，满足了她的心愿。她并不在乎其他孩子会因她这种不合理做法，无法得到应有的照顾。

不擅长交朋友、进入社会，无法去学校接受教育，是这个女孩的另外一项特征。她会在每次被迫离家时焦虑不已，成年后在黄昏时分外出，或是在黑夜里一个人走路，依旧会给她带来巨大的烦恼。她时常在外出归来时精疲力竭，惊慌失措，还会将自己在途中的各种恐怖经历说给家人听。这些表现全都说明，她希望能时刻守着母亲。但家人迫于家里的经济条件，还是帮她找了一份工作。她去上班时，简直是被撵出家的。可两天后她就失业了，因为她又开始尿床，惹怒了老板。母亲严厉斥责了她，因为母亲不知道，她到底为什么会生病。她因此自杀，好在未遂，母亲只能立下誓言，表示会一直守在她身边。

尿床，畏惧黑夜和独处，试图自杀，这些其实都有着相同的目的。这些对我们来说，好像意味着这样一种观点：“我一定要留在母亲身旁，母亲一定要关怀我，无论何时都是如此！”这说明有深刻的象征意义存在于尿床这种不文明的行为中，这是必然的。我们应由此了解到，我们能以这种恶习为依据，恰当评判个人，而我们要以个人的生活环境为依据，帮助其改正恶习，必须先对其有透彻的了解。

总之，一般说来，孩子都是为吸引大人的关注，才会有不文明的行为与恶习，孩子往往会借助该方法，以期扮演重要的角色，或将自己的脆弱无援展现给父母。众所周知，大部分孩子会在不熟悉的人到访时，表现得异常活跃，以吸引大人的关注。连最乖巧听话的孩子也可能在有客人到访时，如恶魔上身一样淘气。对扮演某种角色的向往，会促使这种孩子拼尽全力，直至目标达成。他们会在成年后为逃避社会要求，或为给别人制造问题，进而毁坏社会和谐与公共利益，而有种种不文明的表现。专断、自大、充满野心的虚荣，便潜藏在这一切表现背后。可要迅速分辨出这些恶习的起因与实质，往往颇具难度，因为其种类繁多，充满变化，又有非常精巧的掩饰。

第四章 其他性格表现方式

第一节 快乐

我们能很容易地以个人给别人带来的帮助或快乐为依据，判定其到底拥有多少社会感，这点我们已经留意到了。常让别人快乐的人看起来很幽默，因此能吸引更多的目光。一直很快乐的人会让人更愿意亲近。人们往往会认为这种人充满同情与爱心，认为这些表现标志着他充满社会感，进而对他产生更多的好感。这种人从来不会沮丧或是忧虑，总是表现得很高兴，就算情绪不佳，也绝不会让别人受到影响。他们总能让身边人被自己的快乐感染，让生活看起来更加美妙且有意义。这种人的一切行为，为人处世的态度，讲话方式，善解人意，以及种种外部表现，包括服装、姿态、欢快情绪与笑声等，都得到了很高的评价，他们本人也成为了众人眼中的良善之人。

日常生活中，任何人身边都有这种人存在。作为心理学方面的专家，陀思妥耶夫斯基颇有眼光，他说：“根据个人的笑声了解其性格，比根据枯燥无味的心理学理论了解其性格更加简单。”笑的种类自然有很多，能增进或毁坏人际关系的笑声都是存在的，例如常有落井下石、有挑衅味道的笑声，从缺乏同情的人那里发出来。有一部分人根本不会笑，逃避社会和其他人，连让自己快乐的能力都没有，更别提让他人快乐。另有少数人也难以给其他人带去快乐，他们总是缺乏乐观的态度，只能看到生活中痛苦的方面。他们似乎有心想要遮挡一切光明，他们所在的地方总是阴沉沉的。他们只在被迫或想让人觉得他们很快乐的情况下，才会勉为其难笑一笑，平时没有半点笑容。充满同情心的人，跟以敌对态度对待人类社会的人在实质方面的差异，至此已经展露出来了。

热衷于让人扫兴、强行干预旁人的人，跟充满同情心的人完全相反。这种人肆无忌惮地宣传，哀伤与痛苦充斥着世界的每个角落。他们好像已经难以承受生活的沉重压力了，在人生旅途上步履维艰。所有微不足道的难题都会被他们夸张渲染，他们心目中的未来灰暗而令人失望。而且他们还会在其他人的快乐时，竭尽全力打击对方的积极性。这说明他们对自己和其他任何人而言，都是彻底的悲观主义者。他们会因身边人生活得很好而感到焦虑，想在其中找到糟糕的点。他们会用言语乃至行为骚扰旁人，此举不仅会对旁人的幸福造成损害，还会把他们变成旁人眼中毫无感情的人。

第二节 思维和表达的方式

有些人的思维和表达的方式总是给人一种极度虚伪、做作的感觉，因此极易让人记忆深刻。思考、讲话时，这种人的思维好像被种种格言、俗语彻底掌控了，他们张口要说什么话，旁人马上就能猜出来。他们说的话就像低级小说，全是从末流报纸上看来的烂俗的公式化语言。他们到底是何种人，在这种表达方式中得到了清晰的展现。普通人不愿或不能说的很多话，他们却会想，却会说。某些情况下，连他们自己都会吃惊，自己的言语居然粗俗至此。他们不管遇到什么问题，都会娴熟地说出一堆套话，无论思考还是行动，都遵循末流报纸、电影中已经用滥的方法，完全不了解在该问题上旁人有何看法。简而言之，他们唯一能想到的就是这些老生常谈，而这刚好能作为他们心智发育不健全的确切证据。

第三节 幼稚

常有一种人让人觉得，他们一直滞留于小学时期，好像从那时便已停止发展。他们在家里、工作中、社会上，无一不是认真听别人讲话，同时急不可耐地寻找发表见解的良机，跟孩子没什么两样。他们习惯于在公共场所抢答所有问题，好像心急想要众人明白自己知晓一切，应得到很高的评价。这种人必须要在稳定不变的生活环境中才能获得安全感，否则就会变得非常忧虑，因为显然他们那种幼稚的行为方式无法应对生活环境的改变。在知识分子中，这种人往往更加普遍。他们在比较陌生的环境中也许会有两种完全相反的表现：一种是冷漠、庄重，跟旁人拉开距离；另一种是自信、博学、融会贯通的全知全能角色。

第四节 迂腐及固守原则

通常说来，非常迂腐的人都愿意始终采取相同的做法，也就是不管处理什么事，都以自己眼中能普遍适用的原则为依据，这点很有趣。对他们来说，这一能普遍适用的原则几乎是一种信仰，一种精神宝书，不能缺少。此外，他们必将为该原则无法适用于某个问题，感到难以释怀。你看这种人竟迂腐到了这种程度！他们之所以有这种表现，之所以觉得一定要用区区几项规则与定律框定人生中的一切，恰恰是因为安全感的匮乏，我们对此心知肚明。他们若遇到规则与定律无法框定的事物，唯一能做的就是逃避。他们会因其他人遵从跟自己不同的规则非常不悦，认为这是对自己的伤害。如此固守原则，不懂得因时制宜，无疑会将巨大的权力感赋予当事人。过分固守原则之

人，必然会有种真理全由自己掌控的感觉。生活中有很多人拒绝服兵役，理由是为了自己的良知，这其实是种反社会的举动。极强的虚荣心与掌控欲，才是借良知拒绝服兵役之人再三突出良知的根源所在，这是我们的观点。

工作勤奋，业绩优秀，也不能减轻过分固守原则之人异常突出的迂腐与索然寡味的程度。这种人多半缺乏创新，缺乏广泛的兴趣，脑海中全是奇怪的思想，让人难以置信。例如其中一部分人也许会有只从楼梯靠外那一侧，或路上石板的接缝处行走的怪习惯，一部分人则总是走自己习惯的路线，绝不改变。对于现实生活中的人与事，这种人往往缺乏同情，固守原则耗费了他们很多的时间与精力，他们的执拗、自负、对身边环境的排斥，终将随着时间的推移不断加剧。他们不知道如何应对一切比较陌生的新状况，并将迎来彻底的失败。之所以会这样，是因为他们始终固守自己的原则，不懂得因时制宜，他们执意相信做任何事都要依照规矩，无论何事，若缺少了他们神奇的规则与定律，就不可能做到。他们一定会慎重避免所有改变，以逃避上述可能的威胁。由于他们在适应冬季时花费了很多心血才成功，因此很难再适应刚刚降临的春季，他们会害怕外面温暖的环境，以及在这种环境中跟更多人见面，因此情绪低落也是很顺理成章的。总之，这种人会在春季刚刚降临时表示自己很不舒服，发出怨言。这种人更适合不需要太多创新的工作，这是由他们较低的适应能力决定的。任何雇主都不会让他们做有挑战的工作，直至他们把这个缺陷矫正过来。这种性格特征其实只是种不正确的生活态度，并非源自遗传或难以改变。这样的生活态度深深扎根于这种人内心，在此基础上彻底掌控了其人格，到了最后，凭借在其心里建立的种种根深蒂固的成见绑住了他们，让他们再也无法逃脱。

第五节 温顺

还有一种人无法适应需要创新的工作，就是性格太过温顺的人。有人向其下达命令，提供方法，这种人便不会有自己的思想，坦然接受。即他们在生活中遵从其他人制定的规则与法度，已经成了习惯，以至于在选择不需要很多创新的工作时，简直身不由己。在平时的生活中，经常能见到这种温顺的态度，例如温顺有一种常见的表现方式，就是鞠躬行礼，小心翼翼。这种人对别人鞠躬行礼，专心聆听别人的话语，在将别人的命令付诸实践，复述别人的思想时，表现得毫不犹豫，这些都已成为了一种习惯。温顺与遵从就是他们心目中尊敬

的代名词。某些情况下，这种想法会非常执拗，让人无法相信。例如有一部分人无法得到真正的快乐，除非有人能让他遵从。这说明只靠温顺解决人生问题之人的温顺，必然有不可告人的成分，但也仅此而已，并不意味着最佳人类模板是一味追逐掌控地位的人。

温顺的确被很多人当成了一种基本的人生行为规范，且只针对女性而非用人。有种牢牢扎根于人们内心的口头行为规范，即顺从是女性应有的美德。更有甚者，很多人将该规范当成了一项真理，不可动摇，坚持温顺是女性仅有的意义。该观点严重破坏了人类的文化和一切关系，直到现在，其依旧因自身引发的极其深远的坏影响而难以铲除。很多女性也相信，自己要永远遵守温顺与遵从的法律。但该观点不会让任何人获利，有时候，还会有人发出怨言，原本所有事情都有可能得到改善，却被女性这种温顺的表现阻挠了。

从以下案例中，我们能得出两个结论：其一是任何人都不能没有任何条件就对他完全顺从；其二是温顺的女性终有一日会变得非常依赖他人且无法再为社会创造价值。一名女士与一位很有名的男士相爱，两人结了婚。女士与其丈夫都觉得，身为女子，一定要温顺。不停地承担家庭责任，照料自己的家人，好像成了女士人生中的全部，这导致她变得跟机器没有区别。她逐渐失去了所有独立自主的思想，身边人也从不认为她诸事顺从有何不当，对此习以为常。但是她这种温顺并没有让什么人真正获利。

在该案例中，情况并未演变到无法收拾的程度，毕竟其中牵涉到的都是文化层次比较高的社会阶层。但由于女性必须温顺的思想引发大量矛盾斗争的概率很高，因此大部分人都不会像该案例这样走运。例如丈夫执意相信，妻子天生就应诸事顺从，可没有任何条件便一直顺从他人一切命令的人是不存在的，因此终有一日，这名丈夫与妻子会爆发矛盾斗争。

选择丈夫时，受温顺的观点影响很深的女性会选看起来独断专行的男人。迟早有一天，这种极不自然的关系会让夫妻双方公然开战。这种女性的千依百顺，某些时候还会给人一种有意为之的感觉：为证实女性的温顺有多愚蠢，于是以一种荒诞滑稽的方式展现出来。

避免夫妻矛盾，以下方法十分切实可行，对此我们一早便已了解：男女双方要以合作式劳动分工作为基础，才能生活和谐，即夫妻双方是平等合作关系，不存在征服和被征服的立场。不管怎样，这都

为我们制定了一项标准，用于权衡个人文明的程度，哪怕其现在可能还仅仅是一种理想。

在男性与女性的关系中，温顺扮演着重要角色，让女性负担沉重，很难脱身。而在阶级关系中，温顺也发挥着同等重要的作用。在古代，社会上实行的政治经济制度是奴隶制度，准确说来，现在全世界的大部分人可能都是奴隶的后裔。曾有几个世纪，社会上分为界限鲜明、相互对立的两个阶级，这段历史早就过去了，但在部分人之中，等级制度至今也没有消失，还是有人不得不向别人臣服，特殊阶级在任何时间都可能产生。古代人大多持有这样一种观点，主人为免弄脏了手，不用参与一般的劳动，这种卑贱的工作应交由奴隶去做，而且除了发布命令外，主人还具备所有优秀的品格。总之，一群最优秀的人构成了彼时的统治阶层。在平时的用词中，就有相关的表现，如希腊语中的“贵族”一词就是最优秀的人，“贵族统治”一词就是最优秀的人对政权的统治。而所谓“最优秀”与道德品格无关，完全取决于权力，即道德评价不牵涉贵族，仅限于奴隶，掌权是贵族与生俱来的责任。

昔日的奴隶制度与贵族政治，对人们思想的影响一直残留至今。人们之间的关系将不断向平等、亲密发展，以前的等级制度将失去一切意义，这是人类社会发展的趋势。但了不起的思想家尼采，在这种情况下还在宣扬应由最优秀的人统治大众，臣服是后者唯一的选择。这说明哪怕到了现在，我们依然很难清除思想中根深蒂固的等级观念，让大众相信所有人都是平等的。但单是所有人都是平等的思想，对人类文明而言已经是巨大的进步了，且该思想最低限度能控制人们别表现得太过分，在某种程度上发挥了一些作用。部分太过温顺的人，总是对人非常感激，且好像认为他人会因自己的存在受到干扰，总是在道歉，可这只是一种表象，千万不要误会他们是甘愿这么做的。这种人其实时常暗暗感伤，觉得自己命运不济。

第六节 独断专行

占据高高在上的掌控地位、热烈期待扮演主要角色的独断专行者，跟以上过度温顺之人对比强烈。终其一生，独断专行者都在思考：“我要想大大超越他人，俯视他人，需要做些什么？”这种心愿必然无法达成，这是可以想象的。但独断专行者若没有过多敌对情绪或侵犯举动，就能发挥一定的积极作用。由于这种人对发布命令、调

集大众怀有强烈的欲望，因此会在大众需要一名领袖时站出来。他们往往会在动乱或革命时期表现出类拔萃，积极推进时代发展。领袖应具备的姿态、态度、欲望，他们全都有，且他们通常早早便开始准备做领袖，因此除了他们，其他人都不可表现得如此出类拔萃。在家中，他们惯于发布命令，做游戏时一定要做国王、掌权者、将军才高兴。他们会因他人是发布命令者，自己只是听命者而心生焦虑，甚至无法做到最微不足道的事情。他们若生在和平时期，会成为商场和社会上的领袖。积极奋进的他们将始终占据最令人瞩目的地位，时常生出表达个人观点的欲望。现代社会对这种人评价过高，我们持有异议，可对于他们本人，我们并无意见，只要他们不破坏社会生活游戏规则即可。由于在组织中，他们无论何时都不会像一般的成员一样好好遵守规则，也断然不会想跟其他成员友善共处，因此不妨说他们是这样一个群体：紧邻深渊，有光明的一面，也有阴暗的一面。另外，他们将一直处在极度的紧张中，一刻也不能安心，唯一的例外是他们能通过一种方式，为自己的确比其他人水准更高做出证明。

第七节 情绪和性格

部分心理学家表示，个人源自遗传的情绪和性格，决定了其生活方式与工作态度。这根本不成立，情绪和性格不是源自遗传，由于过分虚荣、感觉过于敏锐之人会为展现对生活的不满，找到种种理由，因此过分的虚荣与敏感便会作用于这种人的情绪和性格。在向新的目标靠拢时，伸出去的触角一定要先探究一下，再决定接下来要怎么做，过分的敏感也是一样。

有一种人时常表现得很高兴，不断突出生活中好的一面，不断为营造快乐的气氛，倾尽所有力量，且始终将人生的基调确立为快乐。这种人会展现出不同程度的快乐，其中一部分人像孩子一样快乐，这种快乐通常会包含一些幼稚成分，能够打动人心。面对工作，这种人断然不会逃避，遇到问题时，他们好像在参与一项娱乐活动，又好像在猜谜语，带着孩子做游戏的态度，去寻求解决之道，而最美妙、最打动人心的态度，非这种态度莫属。

另有一种人好像快乐过度，在应该保持庄重的场所也跟孩子一样，总是笑嘻嘻的。在庄重严肃的生活中，绝对不宜采取这种态度，否则可能会在别人心目中树立恶劣的形象。人们往往会因他们这种不认真工作的态度，判断他们不值得信赖，作风散漫，缺乏责任心，遇

到真正重大的工作，便不会交由他们负责，可他们的本意多半就是如此。但他们并不是什么优点都没有，他们的快乐跟终日愁云满面的人对比强烈，因此工作时有他们相伴，便能时常感受到巨大的快乐。即相较于满怀哀伤与不满、除了生活中不好的方面什么都看不到的悲观主义者，跟快乐之人维持和睦关系，往往更加简单。

第八节 不幸

心理学中有一项最基本的常识，即终有一日，忽略社会生活中毋庸置疑的真理与规律的人，将因此遭受报应。犯下这种错的人，通常会把自己的悲惨遭遇视为不公命运安排的一种不幸，不会从中借鉴失败的教训。他们花费毕生精力，以证实自己的不幸，证实自己得到的一切最后都被不幸掌控，没有一个例外，这便是他们毫无成就的原因。更有甚者，这些不幸之人会产生一种倾向，为自己的不幸感到骄傲，似乎自己命中注定要被一种非同寻常的力量挑中，接受这种不幸的命运。这同样是虚荣引发的结果，这是我们更深层次的研究得出的结论。观察这种人的言行，会发现他们似乎处在一个恶魔的压迫下。他们认为狂风骤雨中的闪电，以及盗贼、灾难，全都会故意挑中他们下手。

上述倾向会表现于在任何活动中都想占据核心地位之人的一切行为与思想中。不管对什么人而言，时常遭遇不幸都会非常被动且孤立，这点毋庸置疑。然而，在部分人看来，一切敌对者都在进攻、报复自己，才是自己处境悲惨的原因所在。从童年时期开始，这种人便怀有一种痛苦的信念，大盗、凶手、鬼魂好像都只会做一件事，就是伤害他。可这种想法在我们眼中，除了证明这种人有很强的虚荣心外，什么作用都没有。

他们的所有言行都将展现出这种态度，这是可以想象的。例如走路时，他们会像有沉重责任压在身上一样，直不起腰来。我们由此不由自主地想起了这位凯瑞亚迪斯，生生世世都在为希腊神殿及其中圆柱提供支撑。这种人还会以过分沉重、悲观的态度对待所有事物，为何他们没有一样事情是顺遂的，至此便很好解释了。他们在破坏个人生活之余，还对其他人的生活造成困扰，这便是他们总是遭遇悲惨的原因。而由于他们认为不幸的经历能有效吸引他人的关注，因此虚荣便是造就所有这些的根本原因。

第九节 宗教狂热分子

到了最后，部分极易误会生活或误会其他人的人会成为宗教信徒，借着宗教的名义，将自己之前做的所有事继续下去。一般说来，这种人都满怀不满与悔恨，将自己的痛苦全都说给上帝听，并已养成了习惯。不管做什么事，他们都只顾及自己，不顾及他人。在他们看来，上帝之所以存在，就是为了让他们的需求得到满足，因此无论他们做了什么，神圣的上帝都会为之负责。他们认为，自己能借助一些人为方式，拉近跟上帝的距离，如在祈祷时极度专注，以及此外一些宗教仪式。简而言之，亲爱的上帝不理睬其他所有事情，只关注他们的问题和烦恼，无微不至地照顾他们。这种宗教信仰明显带有大量不符合正统的理论，这些狂热至极的宗教信徒若遇到从前那种宗教法庭，会被最先处以火刑的概率很大。这种人从来没有任何自救的举措或改良自身处境的方法，一味可怜兮兮地对上帝倾诉自己的苦楚与怨言，好像上帝是他们的伙伴一样。他们认为合作跟自己没有关系，是别人的义务与责任。

为阐释这种虚荣的自我中心膨胀的程度，接下来说一个案例，当事人是个十八岁的女孩。这个努力向上的女孩有强烈的进取心与虚荣心，在她的宗教信仰中，这种进取心得到了清晰的展现。例如无论在何种宗教仪式中，她都表现得非常认真且虔诚。她曾责怪自己违背了戒律，认为有过多不符合正统的成分混入了自己的宗教信仰，并经常感觉有罪恶的念头出现在自己脑子里。自责耗光了她的时间与精力，所有人都因她这种强烈的自责判断她已精神失常。人们不知道该对终日在角落中下跪自责、受尽煎熬的她做些什么，要批判她也没有任何借口。牧师想消除女孩内心强烈的负罪感，便说她一定能获得救赎，因为她从未犯下真正的罪过。女孩翌日在路上截住牧师，以严厉的口吻告诉他，鉴于他已将她的罪过转移到了自己身上，今后他便没资格再进入教堂了。这个案例至此已为进取心怎样与宗教信仰掺杂，虚荣心怎样让人以美德与罪行、神圣与堕落、善良与罪恶的评判法官自居，提供了充足的证据，我们的探讨很明显可以到此为止了。

第五章 感情和情绪

前文中描绘的性格特征增强后，便成了感情和情绪。情绪以自觉或是不自觉的忽然宣泄作为表现方式，相当于心灵在特定时间范围内

的活动。情绪的宣泄跟性格特征类似，无论目标还是方向都是确定的。感情并非神秘莫测的现象，不知该如何解释。一个人想改善自身处境，又不想违背自身生活方式及行为模式，所以才会生出感情。例如人必然无法在仇敌不在身边的情况下感到气愤，即人正是为了打败仇敌，才有了气愤这种感情。简而言之，感情和情绪作为一种心灵活动，更强也更激烈。找不到达成真实目标的好法子，或丧失了达成目标的自信，人便会展现出感情与情绪，这是不受自控的。

还有一种人被自卑感与无力感逼迫，用尽一切精力与方法努力向上，坚信巨大的努力才能换得至高的地位。人们心中有强烈的不安全感，为消除这种感觉，得到优越感，人们往往会帮自己制定一个目标，就算没有充足的自信能够达成目标，也会为接近目标，依靠感情与情绪的表达加倍付出，而不会舍弃目标。依靠感情与情绪宣泄，怀有强烈自卑感的人也能集中所有精力，为达成自己热烈期盼的目标，表现强势且激烈。总之，借助感情与情绪这种更强的心灵活动，个人达成自身目标绝对是有可能的。而个人必然不会在这个方法没有太大作用的情况下，展现出太过的感情与情绪。

鉴于跟人格的紧密关系，感情与情绪变成了人们共有的普遍特征，而非某个人或某个群体的特殊特征，不同的人拥有这种特征的程度也各不相同。在某一特殊情境中，任何人都会展露出与之对应的特殊感情，暂且称其为“感情能力”。在人类生活中，感情是不可或缺的，所有人都能对种种感情有切身体会。就算我们从来没跟某个人真正交往过，也能想象出其习惯表现的感情与情绪，但前提是对此人的了解要极为深入。由于身体与心灵是不可分割的整体，因此身体必定会受感情与情绪这种不可动摇的心灵现象作用。诸如脸色涨红或惨白、脉搏加速、呼吸加快之类的血管与呼吸器官的种种变化，便是由感情与情绪引发的具体生理现象。

第一节 分离性感情

一 愤怒

愤怒的感情将对权力与掌控地位的强烈欲望完全展现出来了。将前面的所有阻碍快速、激烈地清除，便是这种感情的目标所在，这点显而易见。人们在此之前做了很多研究，证明愤怒之人在追逐优越感一事上不遗余力。但某些情况下，追逐认可会演变为沉溺于权力。如

此一来，人们必然会因对自身权力的少许威胁大发雷霆。在他们看来（可能源自过去的经验教训），自己能借助这种方法击败敌人，实现目标，而不费吹灰之力。在大多数时候，这种方法的确能奏效，哪怕其并不是很好的方法。可能很多人对他们怎样借助对愤怒的激烈表达夺回了自己的威望还有印象。

有些愤怒是值得体谅的，但此处说的是经常出现、有惯性、有目标的激烈反应，而非有充足理由的愤怒。部分人已将愤怒当成了自己解决问题的方法，且是仅有的方法，其的确能非常熟练地表达自己的愤怒，引来众人的关注。通常说来，这种人都很自负且敏感，只能在超越他人时产生满足感，若他人跟他们水平相当，他们便无法忍受，若他人的水平超越了他们，就更是如此了。他们生怕别人会赶上自己，会对自己评价较低，为此以锐利的眼光留意着周围的一切，随时保持警惕。敏感之人往往还有疑心重这种性格特征，即难以对他人产生信任。

另有多种性格特征跟愤怒、敏感、疑心重关联紧密。时刻想着超过所有人的人，必然会遇到很多难题，也许还会难以跟社会相适应，因为其不敢面对艰难的任务，这些都是可以想象的。这种人只会在心愿无法达成时，借助让人厌恶的方式，如打碎镜子或价值高昂的花瓶等，将自己的不满公告天下。就算之后他赔礼道歉，表示彼时自己完全丧失了理智，但由于他有如此显著的伤害身边人的欲望，因此难以让人觉得他的解释是成立的。另有一点说明他的行为必然是有意且有计划的，即他绝不动不值钱的东西，只打碎值钱的东西，以宣泄自己的愤怒。

在一个很小的范围内，这种方法也许能发挥某种作用，但这种作用在更大的范围内便会大打折扣，易怒之人因此也许会跟外部世界正面交战不断。

对于愤怒这种感情，我们基本都已非常熟悉了，会在听到愤怒等词语时立即联想到焦躁之人。对外界，这种人怀着显而易见的敌对态度，其愤怒表明，其已失去了近乎所有社会感。为了追逐权力，他们什么手段都能使出来，哪怕要将敌人逼上绝境。不妨这样说，感情与情绪是性格外在表现中最明确的一种，因此在对各种感情与情绪问题做出说明时，不妨借助对人性的相关知识。在我们看来，一切性格焦躁、愤怒、刻薄的人都在以强烈的敌对态度对待社会生活，且只是因为心中的自卑，他们才会在追逐权力时表现得这样疯狂，这项特征同

样无法忽略。而由于大发雷霆会揭示出人心底隐藏的所有自卑与对优越感的强烈欲望，因此展现出如此强烈的进攻性与焦躁的情绪，对所有了解自己的人来说都是多此一举。这说明愤怒这种手段只是为了让其他人遭遇悲惨，以让自己获得更高价值，其本身其实没什么意义，不值一提。

在愤怒的种种催化剂中，酒精占据着非常关键的地位，要引发愤怒，只需少许酒精即可。人极易因为酒精的影响，摆脱文明的约束，这点大家都已了解。喝醉酒的人言行粗俗，不讲文明，无论是约束自身还是兼顾他人，对他来说都是不可能的。清醒之际，人们或许能竭尽所能掩饰对其他人的敌对态度，能约束自身一些缺陷，但醉酒却能彻底暴露其真面目。一般说来，最易酗酒的是难以适应生活之人，只因这种人能从醉酒中得到安慰，抛开痛苦，并能为自身失败找到借口，就这么简单。

相较于成年人，孩子更容易愤怒，甚至会为一点点小事大发雷霆。因为相较于成年人，孩子拥有更强烈的自卑感，以至于在追逐权力时，通常会选取更激烈的手段。由于孩子遭遇的困难全都难以战胜乃至根本不能战胜，因此其愤怒其实是一种寻求认可的方式。

谩骂、发脾气都不能宣泄的愤怒，也许会让愤怒者本人受伤。顺便说说自杀，我们发现，自杀这种行为包含了伤害自己的亲朋好友和惩处失败的自己这两种目的。

二 哀伤

失去某样东西，或某样东西被抢走，因此无法释怀，人就会表现出哀伤的感情。跟其他感情类似，哀伤也是为了改善自己的处境，弥补自己的不快与脆弱。从这个角度观察哀伤，会发现其跟发脾气的作用基本相同，只是引发二者的刺激各不相同，导致二者的态度与表现方式也各不相同，这是二者仅有的差异。哀伤跟其他感情一样，都隐藏着对优越感的追逐。例如愤怒之人的愤怒针对敌人，贬损敌人、抬升自己便是其追逐的目标。哀伤却针对哀伤之人自己，哀伤之人要实现抬升自己，获得满足的目标，哀伤必不可少，这跟内心的畏缩基本等同。哀伤与愤怒都是宣泄，都是心灵活动，只是获得满足的方式各不相同。哀伤之人总在不停地抱怨，这种做法本身便说明，不管对其他人还是对社会，当事人都心存不满与敌对情绪。因此过度的哀伤是种对社会的抗拒姿态，哪怕哀伤是人类的本性，也无法改变这一点。

身边人对哀伤之人的态度，决定了其能得到至高无上的优越感。哀伤之人能在其他人的照料、同情、支持、鼓舞、捐助下，改善自身处境，这是理所当然的，完全可以想象。哀伤之人当然能在泪水发挥作用的情况下，超越其他人，审判、批判、指控当前的秩序而不费吹灰之力。随着对处境要求的提升，这位哀伤的指控者的指控将越来越坦诚而直接，而其哀伤也将不断加深。哀伤居然由此变成了一项让人无法抗议的借口，凭借该借口，哀伤之人迫使其他人承担起了责任与压力，无法推脱。

哀伤的感情对以下两点的表现可谓十分全面：其一是以守为攻、以小博大的努力过程；其二是个人维护自身地位，逃避无力感与自卑的意愿。

三 感情泛滥

要真正了解感情与情绪的意义、价值，一定要明白，在战胜自卑，提升人格，获得认同的过程中，感情与情绪都是强大的武器。其实在生活中，经常有以感情作为武器的情况发生。在意识到发脾气、忧伤、流泪能帮助你掌控身边的环境，吸引他人的关注后，孩子就会反复使用该方法。孩子极易因此建立如下固定行为模式：在解决种种生活问题时，尝试借助自己独一无二的表达感情的方式。这导致他在任何有需要的时候，都会借助这种武器达成目标。但实际上，对感情的过度依赖是种可能发展到病态程度的恶习。自幼有这种缺陷的人，长大后滥用自身感情的概率会很高。他会在每次被人拒绝，自身权利遭受威胁时，用这种方式表达自身感情，将自己的愤怒、哀伤等一切感情都宣泄出来，好像做游戏一样，这已经成了他的习惯。他像掌控木偶一样掌控自身感情，游刃有余，这点能够想象。这是一种没有任何价值且让人厌恶的性格特征，更将感情真正的价值歪曲了。例如哀伤以痛哭的方式极其激烈地展现出来，跟哗众取宠的表演几乎没有区别，因此必然会让人觉得非常别扭。这种人给人的感觉是，其在尽可能假装自己非常哀伤。在生活中经常能见到这种人。

感情泛滥也许会引发一些生理方面的反应。愤怒之际，部分人的消化系统会深受影响，乃至恶心作呕，这点大家都已了解。很明显，这种生理反应在某种程度上带着敌对与抗拒的倾向。而哀伤时常让人吃不好，睡不着，变得十分虚弱，真正哀伤欲绝，也是相同的道理。

感情泛滥会伤及他人的社会感，因此必须予以重视。他人的善待也许能逐渐消除痛苦之人的哀痛情绪，但另有部分极度渴求他人关心的人，居然因为想从伙伴对自己的友情与同情中，得到对自我价值感与优越感的真切感受，所以希望自己能一直哀伤下去，除此之外，他们没有别的方法达成上述目标。

能频频引发同情的愤怒与哀伤都是分离性感情，会对人们的社会感造成伤害，不仅无法在人们之间建立真正密切的关系，还会拉开其相互之间的距离。某些情况下，哀伤的确能让人们团结起来，但由于所有人都不愿付出，最后被迫付出更多的人的社会感必然会失去平衡，变得扭曲，因此这并不是一种正常的团结。

四 厌恶

厌恶很明显也属于分离性感情，不过相较于其余感情，厌恶的分离性要隐秘一些。生理方面的呕吐感，源自胃壁所受的刺激。心理因素也能引发这种感觉，这为厌恶的分离性提供了证据，对此不必存有半分质疑。厌恶展现出的情绪属于抵触或是喜欢的对立面，厌恶引发的各种表情代表了对环境的轻蔑和对问题的逃避。很多人会借厌恶的感情，逃离一些让人不快的处境，对厌恶的滥用十分常见。且厌恶极易被刺激产生，对一些社交场所的厌恶会让人产生逃跑的念头，这是很顺理成章的。无论什么人都能借助某种程度的训练，掌握随时产生厌恶的技巧，因此这种感情基本是最易通过教育引发的。这将导致这种本来不会造成危害的感情变成了一种强大的武器，用来跟社会对抗，也可以说变成了一种强大的托词，据此逃离社会。

五 恐慌和忐忑

在人类生活中，最应被留意的现象中就包含恐慌和忐忑。这种感情除了属于分离性感情外，还会在人际关系中引发完全倒向其中一方的局势，其中部分人会让他他人承担所有责任与压力，跟哀伤引发的结果没有区别，这便是这种感情的问题所在。例如谋求他人庇护，往往会成为因恐慌而想要摆脱某一处境的孩子选择的方法。表面看来，恐慌和忐忑这一心理功能一点优越性都没有，好像等同于失败，的确如此。处在恐慌与忐忑中，人会竭尽所能展现自身的弱小，但这样便揭示了这种感情追逐优越感的分离性特征。即这种人希望能借助他人庇护，积蓄自认为足以面对、克服当前威胁的能力，这便是其谋求他人庇护的原因所在。

作为一种感情，恐慌和忐忑生来便有，不可动摇，不妨这样说，所有生物生来便能感受到恐慌。而由于人类脆弱到无法承受任何打击，因此格外恐慌。孩子要稳定、顺利前行，一定要有他人从旁相助，只依靠自身力量无论如何都不可行，毕竟其人生经历太少，生活认知又太过浅薄。孩子进入生活的瞬间，各种难题便朝他扑过来，处处危险的生存环境便开始作用于他，且作用多种多样，让他感觉非常不安全。孩子在弥补这种不安全感时，一直处在失败的威胁中，以至于产生了悲观的倾向，形成了一种引领全局的性格，即对外部环境提供的帮助与照料怀有强烈的欲望。这导致他战胜人生困难的被动程度，跟他谨小慎微、故步自封的程度成正比。此外，他还做好了准备，在被迫前行时逃走。一心想要后退的他，性格中最一般且最明显的特征，当然就是恐慌和忐忑了。

恐慌和忐忑跟模仿类似，其表达方式中同样有抗拒的趋势，但是没有丝毫不加掩饰的进攻性与直接的展露，这些我们都已了解。而恐慌、忐忑到病态程度的人，自然丝毫无法掩饰自己心理活动的路径。人们总感觉这种人非常渴求他人的帮助，非常想将他人困守在自己身旁，这种感觉完全是身不由己的。

前文在探讨焦虑的性格特征时得出的种种结论，也将在对上述现象展开更深层次的研究时得出。我们的研究证明，往往是这种人能够感受到异常强烈的恐慌与忐忑，他想获得他人的帮助及随时关怀，而他这种举动其实是在建立一种上下级从属关系，要求他人务必时刻帮助自己。很多人毕生都对特殊关怀充满渴求，这是更深层次的研究得出的结论。这种人之所以格外需要特殊关怀，是因为其没有足够的生活经验，以至于难以独立。但其社会感却少得可怜，其对有人相伴的欲望再过强烈，都不能改变这一点。得到特权便是他们表现如此忐忑的目的。除了能帮他们逃避各种生活要求外，恐慌与忐忑还能让身边人全都向他们臣服。这种分离性感情将逐渐渗透他们的一切生活关系，在他们追逐掌控地位的过程中，变成一种关键的手段。

第二节 联合性感情

一 快乐

作为一种感情，快乐最易在人们相互间建立关系，其完全迥异于疏远和孤立，根本无法与之兼容。快乐之人愿意跟人玩耍、做伴、分

享，其快乐的情绪会在跟人相处、拥抱时，丝毫不加掩饰地表露出来。作为一种联合性感情，快乐可用生动的说法说成是向伙伴伸出友善的手，给别人带去温情。这种感情很明显将一切联合性元素都囊括在内。但快乐之人自然也要想办法战胜不满足、孤单等沮丧情绪，也要遵循前文中提到的路径，追逐某种优越感。快乐称得上战胜困难的最好方法。哪里有快乐，哪里肯定就有笑声，即快乐的感情以笑声作为基本构成。笑声能减轻人的压力，让人轻松下来。笑声还能强烈影响他人，轻而易举引发相同的情绪，而并非只对一个人发挥作用。

但部分人会滥用笑声与快乐，以达成自己的目的。例如生怕被人忽略的病人，会在得知发生了严重地震后表现得非常高兴，而不是像其他人一样哀伤，因为在他看来，哀伤会让自己非常脆弱，因此他便尝试流露出快乐这种跟哀伤相反的情绪，以便逃避哀伤。为他人的不幸感到高兴，同样是对快乐的滥用。快乐只要是在错误的时间、地点表露出来，便是否认、毁坏社会感的分离性感情和让人臣服的手段。

二 同情

最能展现社会感的感情表达方式，非同情莫属。基本上，所有拥有同情的人都能跟人和睦共处，都具备成熟的社会感。

惯于滥用同情，也许比同情更加普遍。表面看来，滥用同情之人好像社会感很强，但究其实质，这种做法却很虚伪，很夸张。例如一些人只是为了登报出名，或探究其他人的悲惨遭遇，才极力想要进入发生灾难的地方，但其实他们根本不曾帮助过受害人。这种为同情而同情、居心叵测的同情者，不过是想趁机彰显自身的优越感超越了那些悲惨、穷困的受害人，因此在观察这些同情者时，务必要在他们的人格与做法之间建立关联。“我们往往能因朋友的悲惨遭遇感到满足。”对人性了解极深的拉罗什富科所说的这句话，用在这里正合适。

有些人混淆了上述现象与观看悲剧表演，觉得观众认为自己比台上的悲剧人物更高尚，是其跟上述现象的相近点，而这是不成立的。对大部分人来说，这样说都是不恰当的，毕竟人们主要是为了了解自己，教育自己，才会喜欢悲剧。那仅仅是戏剧表演而已，我们对此心知肚明，希望能从其中获取一些营养成分，让自己的人生经验变得更加丰富。

三 谦逊

作为一种感情，谦逊兼具联合性与分离性。在人们的社会感中，就包含着谦逊的感情，其跟人们的心灵活动有十分紧密的关系。人类社会无法在这种感情缺失的情况下存续。谦逊的感情诞生于个人存在价值下降，对自身价值失去兴趣之际。谦逊的感情能引发诸如毛细血管扩张之类的强烈生理反应。皮肤表层的毛细血管扩张，通常会让人面色发红，不过另有部分人整个身体都会变红。

谦逊的外部表现说明它其实等同于畏缩，这种孤立的姿态有轻微的沮丧从旁相伴，跟准备逃脱险境差不多。因此不妨把人向下望的眼神、羞惭的脸色当成一种预兆，说明其很快就要畏缩或是逃跑了。这说明谦逊同样属于分离性感情，这点毋庸置疑。

谦逊跟其他感情类似，也存在被滥用的可能。有些人的面色动不动就变红，其跟朋友的所有关系，都将因这一分离性特征受损，而滥用谦逊必将导致其分离性变得更为强烈。

阿德勒心理学经典文丛

ALFRED ADLER

超越自卑

What Life Could Mean to You

〔奥地利〕阿尔弗雷德·阿德勒 著
陈美锦 译

人会因自卑陷入焦虑，为弥补这种情绪，便致力于寻求优越感。此举只会隐藏问题，让其无法得到解决。

上海三联书店

版权信息

书名：超越自卑

作者：（奥）阿尔弗雷德·阿德勒

译者：陈美锦

责任编辑：陈启甸

特约编辑：申丹丹

监制：李 敏

目录

版权信息

第一章 生活的意义

生活的意义

我们必须认识到的三项事实

社会对人的影响

童年塑造的生活意义

记忆和梦境

合作的意义

第二章 心灵与肉体

心灵与肉体的合作和冲突

感情对行为的影响

心灵与肉体关系的实质

第三章 自卑感与优越感

自卑情结

优越感的获得

第四章 早期记忆

人格的形成

早期记忆的影响

第五章 梦

梦的解析

弗洛伊德学派对梦的研究

个体心理学派对梦的研究

梦境的分析

第六章 家庭影响

母亲的影响

父亲的影响

偏爱与平等对待孩子

家庭排行

第七章 学校影响

教育的变革与发展

教师对孩子的引导

班级中的竞争与合作

对孩子的评测

先天与后天因素
区分孩子的性格特征
校园心理咨询室的设立

第八章 青春期

青春期的特征
青春期的问题
青春期的性心理健康

第九章 犯罪与预防犯罪犯罪问题的解决

了解犯罪心理
犯罪者的性格结构特征
犯罪问题的解决

第十章 职业

回顾必须面对三项事实
职业兴趣的早期培养

第十一章 朋友与伙伴

建立友谊与合作
社会兴趣缺失的影响
社会兴趣和社会公平

第十二章 爱情与婚姻

爱情与婚姻是一种合作关系
婚前准备
婚姻中的平等合作
擅长建立友情是婚姻的基础
幸福婚姻的维系

第一章 生活的意义

生活的意义

我们必须认识到的三项事实

社会对人的影响

童年塑造的生活意义

记忆和梦境

合作的意义

生活的意义

我们都在“意义”的范畴内生活。除体验事物外，找出这些体验的意义，对我们的人生更加重要。不管事物多么简单，我们在权衡它们时，通常都是从自己的角度出发。如“木头”是“跟人类相关的木头”，“石头”是“跟人类相关的石头”。那些想摆脱意义、只在单纯环境中生活的人，必然会非常悲惨，他将因此丧失跟外界交流的桥梁。所以这种做法对他和其他人来说，都无用且无意义。一般说来，人们感受现实时，都会以自己给予现实的意义为标尺，因此感受到的不是真正的现实，而是自己给予现实的意义或自己对现实的领悟。从某种程度上来说，人们感受到的意义并不全面，甚至并不正确，毕竟意义的范畴本就被错误充斥。

若问某个人生活有什么意义，他很可能不知该如何作答。这个问题几乎没有意义，人们通常不会用它来为难自己。于是，大家要么找些教条类文字敷衍过去——这是一种常规做法，要么直接说这个问题毫无意义。可这个问题在人类历史问世之初就诞生了，这点我们绝不能否认。当代的年轻人乃至老人都经常感到疑惑：“我们为什么而生活？生活的意义是什么？”我们从实践中能得出结论，如果不是遭遇

了严重的挫折，人们通常不会思考这种问题。一个始终一帆风顺的人不会遇到这种问题，因此没必要对其展开讨论。

人们一般只会借助自己的行为，为自己理解的生活意义做出阐释。如果将一个人的言谈摒弃在外，只观察其行为，会发现此人的动作、表情、态度、习惯、特点等，全都在展现他理解的生活意义。不管多么微不足道的动作，都包含着他对世界的态度。对于这一点，他本人好像也毫不怀疑。他似乎在让全世界了解，这便是世界存在的形态，这便是他自己。关于他本人和他的生活到底有什么意义，以上便是最佳解答。

由于每个人的生活各不相同，因此生活意义的表现形式也各不相同。我们将发现，没有人的生活意义绝对正确或错误，所有人的生活意义都有一定的偏差，只是错误或正确的多少不一。不过，我们还将看到，任何被其他人认同的生活意义，都有其可取之处。绝对错误和绝对正确这两种极端只是确定了所有生活意义的变动范围。这些变动即每个人赋予自己的生活或好或差的意义。其中有些意义有很多错误，有些只有很少错误，还有些十分恶劣或十分美好。另外，我们还能推断出，比较好的生活意义拥有比较差的生活意义不具备的某种共同特点。我们在连续的归纳中得出了这样一种生活意义，即真正的生活意义通用的衡量标准，其更加符合科学标准，且能让我们对实际生活中所有状况应付自如。此处的真实针对的是人类和人类目标、计划，仅此而已，这点一定要牢记。就算还有其他真实存在，对我们也一点儿意义都没有，我们既不能与其建立关联，也不能对其产生认知。

我们必须认识到的三项事实

以下有三项重要的事实，它们共同组成了我们的真实生活，同时给我们以约束，任何人都不得不正视它们。要连续不断地就这些事实引发的一系列问题做出解答，因为人们随时都在被这些事实干扰。我们将从某个人的解答中发现其对生活意义的理解。

第一项事实是，我们生活在这个人称“地球”的荒芜星球上，要想离开这里，根本不可能。我们的行为被该事实约束，唯一的选择是借助地球提供的各类物质，不停地繁衍后代。我们要持续发展个人精神与肉体，以此保证人类不会灭绝。直到现在，地球上都没有人能逃

避对这个问题的追问。实际上，人们所做的一切都在解释人类的生活状况。人们判定的一切有价值、恰当、可能且极其必要的事实，都在其中得到展现。不过，诸如“我们在地球上生活”“我们属于人类”等事实，又不可避免地制约了这些解释。人们一定要依靠强大的意志力，为自己的解答做出最合乎情理的解釋，使之前后统一，以此确保整个人类的安全与幸福。因为人类的身体脆弱至极，生活的环境中却潜藏着众多危险。这跟竭尽所能解答数学难题类似，不能依靠主观想象或是运气，一定要拼尽全力寻求正确的解答。尽管绝对准确、完美的解答根本找不到，但只有坚持不懈地追求，才能找到与之相近的答案。所以为了不停地寻找更准确、更完美的答案，我们务必要长期坚持对自己严格要求。此处的最佳答案必定要满足以下两点：一是“人类受贫瘠的星球地球束缚”这项事实，二是人类的生活环境将使人类面临种种灾难与利益冲突。

接下来说第二项事实。每个人都不是地球上独一无二的人类，另有其他人，我们活着的时候会跟他们产生关联，但关联紧密程度各不相同。单个人很难只凭自己的力量实现某个确定的目标，因为其受到的制约太多了，本身太弱小了。一个想独自活下去并独自面对一切问题的人，必然会走向失败和死亡。人类要想繁殖，单个个体就得生存下去。由此可知，单个个体一定要跟其他人建立关联，才能得到幸福，并推动全人类幸福。在解决各类生活问题时，也要以这种关联为出发点。要清楚了解，孤立自己必定灭亡，人类活动必须以以上关联作为基础。这些毋庸置疑的事实说明，在荒芜的地球上跟其他人类建立关联、实现合作，以确保人类的繁衍生息，是人类最关键的问题与目标。一定要协调好自身情绪与行为与该问题和目标的关系，人类才能不断繁衍下去。

第三项事实是，人类有不同的性别。在生存、发展过程中，人类的个体与集体都要直面这项客观事实。爱情与婚姻关系对所有男女来说，都是不可避免的。毫无疑问，这种关系的建立基础便是这第三项事实。人们的生活态度就在人们以该事实为基础的行为中得以展现。该事实会引发各种类型的问题，人们能选择各种方式解决这些问题。人们理解的最佳解决方式，就展现于这种选择中。

上述三项事实引发了三个无法回避的问题：人们在受到约束的情况下，应如何获得一项能维持生计的工作？人们怎样在同类中建立无法撼动的地位，才能在造福彼此的基础上建立合作，共享快乐？人们

应怎样协调自己的行为，才能适应这样两种事实，一是“客观存在两种不同的性别”，二是“人类要靠爱情繁衍”？而同样无法回避的是，上述三个问题牵涉的三个范畴：职业、社会和性。

个体心理学家证明，所有个体生活中的大部分问题都属于这三个范畴。一切个体对这些问题的反应，都展现了其对生活意义的深切体验。例如某人觉得跟别人往来让自己很痛苦，所以此人既不认真工作，也没有美满的爱情，人际交往少，朋友有限。从此人受到的制约中能推断：其生活十分艰险，机会太少，挫败太多，其社交网络必然十分有限。该结论密切关系到此人确定的生活意义，这种意义即避免自身受伤。此人在潜意识中避免跟其他人交往，自我封闭，原因就在于此。但与之相反的人，热爱自己的工作并表现优秀，爱情美满，朋友很多，必然会觉得生活中希望多多，创新多多，随时都会有机会降临，挫败都将成为过去，只是需要些时间。对此人来说，生活的意义便是跟同伴共同进退，并为全人类的幸福贡献自己作为群体一分子的力量。

社会对人的影响

我们可根据上述内容得出这两种生活意义的共同点，不管是正确的还是错误的。犯罪者、酗酒者、精神病患者、自杀者等所有失败者，都是因为对社会兴趣不大，没有安全感，也没有归属感，因此走向失败。在解决友情、性、工作问题时，他们并不主张合作。在他们看来，生活意义完全是自己的事。他们一般只关注自己，觉得自己的目标达成不会给任何人带来任何好处。成功对他们来说只属于个人，事实上，这种目标仅仅是个人成就感，根本不现实。如杀人凶手拿着一件能杀人的武器，明明无法提升自身价值，他们却认为这象征着个体权力，这是一种幼稚的想法，他们在其他人眼中无足轻重，只有在他们自己眼中才是重要的。一定要跟其他人建立关联，才会产生真正的意义。个体眼中的所谓意义只是种想象。我们的一切行为和部分目标也是一样，只存在一种意义，就是对其他人的意义。很多人都走错了路，一心想把自己变成重要的人，却不知道一定要为其他人的生活做贡献，才能实现该目标。

我在不久之前从朋友那里听到了一个关于组织领袖的小故事。从前有个领袖，把所有组织成员集合起来，告诉他们：“这周三是世界

末日！”所有成员都很惊慌，变卖个人财产，在恐惧中专心等候世界末日的降临，结果周三什么事情都没发生。大家很气愤，跑去指责领袖：“看我们现在的处境多悲惨！财产全部变卖，告诉身边所有人世界末日即将到来。别人嘲笑我们，我们还说发布这个消息的人拥有至高无上的地位，消息绝对不会有错。结果周三并不是世界末日，我们已经安然无恙地度过了！”领袖从容地说：“我说的不是你们的周三，是我自己的周三！”很明显，领袖为了逃避大家的指责，把自己理解的意义搬出来狡辩。据此能够推断，在现实生活中，单个个体的意义一点儿考验都承受不起。

必然能被所有人共享，是共同意义和很多人心目中的有效意义，满足这几点的才是真正的生活意义。能解决某个人的难题的好方法，必然也能解决其他人的类似问题。对于全人类来说，这种科学方法的意义是相同的。自身重要意义获得其他人的广泛认可，且取得极高成就的人，才能被称为天才。从以上内容能推导出，个人为组织做出的贡献，便是生活的意义所在。这仅仅是指个体成就，与职业目的无关。能从容应对生活艰难的人用自己的行为说明了，刺激其他人的关注与兴趣，跟其他人开展能使彼此获益的合作，便是真正的生活意义。这类人有一项共同特征，就是自身行为会被同伴兴趣左右，且会在自己受挫时找到最恰当的应对方法，即拒绝跟别人发生正面利益冲突。

对于不少人而言，这或许是一种新奇的观点。这些人可能会质疑：做贡献和对其他人感兴趣，并与之合作，是真正的生活意义吗？他们会很困惑：我们究竟该怎么做？总为其他人着想，不顾及自身利益的人，会感觉舒服吗？维护自身利益，增强自身个性，难道不应该吗？有意发展自身的人难道不应该为自己着想吗？

这些看似很对的想法其实很荒诞，因为这些问题全都不成立。如果在生活意义的问题面前，一个人愿意为其他人做贡献，且将这作为自己的目标，他就会明白，要想塑造让自己满意的性格，且随时兼顾其他人与社会的利益，具体应该怎么做。他会根据社会感调整并训练自己，由此掌握自己应掌握的技巧。从训练中获得这种技巧，对已有明确目标的人来说是水到渠成的事。为处理生活中的三大问题，他会不断提升自我，随之提升自身技巧。例如在爱情与婚姻中，我们若跟另一半彼此相爱，就会把自身目标确定为让对方的生活更加丰富，为

此我们必会倾尽一切才能，没有半分保留。但若是没有这种目标，仅仅是在幻想要让自己得到提高，就会感觉很不舒服，像在做戏。

关于生活的意义就是不停地做贡献，还有一项证据。我们来看看前人对今人的贡献，也就是他们留给今人的东西，如他们开发的土地、建造的建筑，以及科技、艺术、知识，等等。从中能了解前人对今人的幸福生活做出了何种贡献。与此同时，有些人却对贡献与合作一无所知，这些人留下了什么？除了逃避生活外，他们什么都不会。回忆往昔，他们找不到自己留下的半点烙印。他们的人生乏善可陈，他们的死亡不容置疑。地球的喃喃声你有没有听到：“你们完全没资格活着，人类不需要你们。一点儿用处都没有的人，快滚吧，你们没有将来！”所以我们要对这些不知贡献与合作为何物的人说：快走吧，你们这些一文不值的废物！现代文明当然也有缺陷，发现后就要尽量改善，而改善的基础必然也是努力让人类获得更多的幸福。

生活中到处都有了解贡献与合作的人，他们明白如何让生活富有意义，全力培养爱情和对社会的兴趣。在宗教教义中，这种感情得到了全面展现。宗教跟其他一切意义非凡的运动一样，起源于人类想为社会做出更多贡献的思想。可只要对该目标而言，他们的行为不是极其直接的，宗教真正的内涵就极易被扭曲，无论宗教为社会做出了多大贡献都将被隐藏，这点很遗憾。相较于政治与宗教，科学理解起来更加简单，因为科学能在短期内提升人类对其他人的兴趣，并促使人类了解何谓生活意义。不论从何种角度探讨该问题，都要坚持同一个目标：提升个人对其他人和社会的兴趣，推动不同人之间的合作。

生活意义的对错将造成天差地别的结果。对的意义能保卫人类的事业，错的意义却恐怖宛如撒旦^[1]。于是，了解这些意义产生的过程，深入了解其差异，并能在其出现巨大失误时迅速矫正，就成了我们工作的重点。其实，上述问题全都是心理学问题。心理学能通过了解意义和意义对人的影响，持续提升人类幸福，这便是心理学和生物学、生理学的差异。

童年塑造的生活意义

人类一出生就开始探索生活的意义。即使脆弱如婴儿，也会利用自己的方式，对自己的力量和该力量在生活中发挥的作用做出估测。

出生后前五年，孩子已形成了自己专属的整套稳定的行为模式，针对困难与事业。此时的孩子已对“对自己和世界怀有何种期待”有了概念，这种概念既长久又深入。经验在被人接纳前，已经以生活意义为基础，做出了解释，从而形成了他自己的统觉规划表^[2]。该表会成为他日后观察世界的工具。我们不会放弃这种方式，哪怕此处的生活意义彻底错误，哪怕这种方式会给人带来巨大的灾难。要纠正这种错误，必须重新调查错误的真正原因，纠正并改善统觉规划表。人有时会因自身错误已导致严重后果而修正自己的生活意义，一番努力过后，他终于做到了。可要是他没能从社会中感受到压力，就会沿用原先的方式，连续遭遇困难而不会改变。要纠正错误的观点，通常要依靠知悉内情的专家，而从专家那里，我们还能寻求更合理的生活意义。

不同人的童年对其生活意义的影响各不相同。童年生活很不快乐的人也许会拥有截然相反的生活意义，但这不会影响过分重视快乐体验者对生活的态度，只会使其对外部环境满怀戒心。有些人会有这种想法：“我必须尽量改变这种不好的环境，让我的孩子不再经历我的不快乐经历。”也有些人会觉得：“人们总在剥削我，太不公平了！我何苦还要好好对待这个不公平的世界？”还有些人会对自己的孩子说：“你们为什么不能跟我一样，熬过艰苦的童年？”此外，还有些人可能会觉得：“我做什么都是有理由的，因为我的童年历尽艰苦。”这些人通常会在行动中应用童年时期的经验，要改变他们的行为，必须先改变这种对经验的解释。由此可知，决定论已经被个体心理学抛弃。经验无法决定成败，过去的经验无法干扰或打败人们，人们只在确立目标时应用部分经验。经验给予人们的生活意义，决定了人们的信念。把未来的生活建立在过去某个特殊经验的基础上，可能是错误的。人们周围的环境无法决定生活的意义，人们的宿命却取决于自己对环境的意义。

身体缺陷

不过，童年环境造就出极端错误的生活意义，是相当常见的。很多成长环境很不快乐的孩子都走向了失败。首先来说童年时生病或者身体先天不足的孩子，他们承受着巨大的压力，因此很难体会贡献是生活真正的意义所在。若非亲人借助一些方法转移他们的注意力，他们一般只会留意自己的感受。在跟其他人对比时，他们时常会感到沮丧。而当前的文化让他们更易在身边人的怜悯与讥讽中，产生逃避与

自卑心理。他们或许会因为这种处境，觉得自己的尊严受到践踏，同时不再相信自己能为社会贡献什么力量。在我之前，可能没有人以残疾孩子或是内分泌紊乱的孩子的疑惑为对象做过研究。我一直在努力寻求某种方法，解决该问题，但我并不是想证实，遗传或先天不足会让人们走向失败，因为错误的生活态度未必是先天不足造成的。至于内分泌紊乱是否会引发错误的生活态度，同样无法证实。

战胜困境成长为人才的孩子有很多。个体心理学不会在该领域渲染优生学有何优势。历史上大量为社会做出突出贡献的人都有生理缺陷，身体很差甚或英年早逝，但社会却因这些勇敢战胜困难的人，获得了巨大进步。这些人一直在努力奋斗，决不向困难屈服。要了解他们的心灵究竟是向好的还是坏的方面发展，就不能只关注他们的身体。不过，大部分有生理缺陷的孩子都没有获得正确的引导，人们并不知道他们真正的困境是什么，他们因此只留意自身，最后失败，这已经在现实中得到证实。

溺爱

溺爱会导致孩子形成错误的人生意义。溺爱会让孩子把对其他人的期许当成命令，觉得自己不需要努力，就能获得上帝的宠爱，并觉得自己生来就跟大家不一样。这导致他在得不到身边所有人的关注，并发现所有人都想被关注时，感觉自己受到了不公平待遇。他只想得到，不想付出，他跟所有人往来，用的都是这种方法。他在身边所有人的溺爱中失去了独立，对自己还能做些什么一无所知。一旦遇到灾祸，他唯一能想到的解决办法就是向其他人摇尾乞怜。可能他会觉得，改善自己的处境要做到两点，一是提升自己的地位，二是强迫别人承认自己跟大家不一样。

在溺爱中长大的孩子变成社会危险分子的概率很高。他们之中有良知泯灭的人，通过迎合别人掌握权力，毁坏组织在工作中的团结；还有公开叛变的人，把所有不迎合、不依从自己的人视为反叛者，并认为社会对自己非常不友善，因此心生歹念，想报复所有人。他们的生活态度时常遭到社会的否定，据此他们推导出一种结论，就是社会亏欠了他们。对他们的处罚为什么发挥不了作用，原因就在于此。他们唯一的用处就是不停地强调一种观点：所有人都在跟我作对。尽管形式各不相同，但被溺爱扭曲的孩子犯下的错误，实质都是一样的，都是要骑在其他人头上的。有些采用的方式比较温和，有些却直接使用

暴力，有不少人这两种方式都采用过，但目标一直没有改变。在这些人看来：“生活的意义就在于凌驾于所有人之上，必须让其他人承认自己的重要性，必须满足自己所有的需求，无论要为此采取什么方法。”始终坚持这种观点的人不会做出任何正确的事。

忽略

被忽略也会导致孩子形成错误的人生意义。被忽略的孩子对真正的爱与合作一无所知，对友情的力量视而不见，对生活的理解陷入荒诞。遭遇困境时，他们往往会高估困难，低估自己的能力和身边人的帮助，这点很容易理解。过去社会对他的冷漠让他觉得，社会将一直对他冷漠下去。他不相信自己与他人，因为他认为他人的感情与尊重，都能用可以让他人获利的行为交换，但其他一切经验都不能取代感情的地位。获得子女的信任，再将信任的范围扩大到子女生活环境的方方面面，对一个母亲来说是最重要的。要是在让孩子对周边事物感兴趣以及感情、合作这个步骤上失败了，再让孩子对社会感兴趣，让孩子跟他人建立友情，就会非常困难。所有人都有能力对其他人产生兴趣，但若不想阻碍这种能力的发展，就要有人对其进行指引、开发、磨砺。

受到忽略、排挤、厌憎的孩子都不愿跟人接触，总是独来独往，都不了解合作，且根本不会留意能让他和其他人共存的东西。在其所处的环境中，这种个体必将灭亡，对此我们都很清楚。这个孩子必然从外部获得了一些关心与照顾，否则绝不能活到这个年纪。所以此处指的并非被彻底忽略的孩子，而是跟其他孩子比起来，获得的照料更少，或仅在某个方面被忽略，其他方面都很正常的孩子。可以说，被忽略的孩子必然难以信赖任何人。很多所谓失败者都是孤儿或私生子，真是讽刺，这种孩子通常会被列入被忽略的孩子。

身体缺陷、溺爱、忽略都是错误生活意义的重要源头。身处其中的孩子会用错误的方式看问题，要完全改变这些错误观点，一定要有人从旁相助。我们能从这些孩子的行为中发现其生活意义，但前提是要发自内心地关怀并帮助他们，为此投入精力。

记忆和梦境

无论做梦还是想象的巨大裨益，都已获得证实。在做梦和清醒这两种状态下，人是同一个人，但做梦时不会有防御或隐藏，毕竟做梦没有清醒时那么沉重的社会压力。不过，记忆才是透彻了解人生活意义的最佳渠道，再短暂的记忆都能记录一件值得回顾的往事。人只会记住在自己的人生中占据重要地位的事。记忆会向他暗示：“你应逃避这件事。”“你在期盼这件事。”“创造属于你的生活。”所有记忆都有纪念价值，这点任何人都不能否认。

在了解最初塑造某个人的生活态度的重要环境，了解这种态度的存续时间时，童年初期的记忆意义重大。至于原因，一是因为这些记忆展现了人早期对生活环境的记忆与评价，其中包括人对自己容貌的了解，对自己的最早概念的确立，其他人对自己的要求等，是综合性的。二是因为这些记忆是人最早的主观意识和为自己做的记录。因此，我们能从这些记忆中感受到，此人觉得自己的位置危险而脆弱，这明显有别于其他人对他的评价：强大、安全。关于人会不会把这些记忆当作最早的真实记忆，从心理学角度来说并不重要。人对记忆的阐释、定义，记忆对当前、未来生活的影响，才是记忆的重要性之所在。

接下来说几个跟最初记忆相关的案例及其造就的生活意义。

案例一

“我被掉落的咖啡壶烫伤了，好惨。”生活便是如此，用不着吃惊身边一些摆脱不掉孤独感的女孩，一直在用这种方式描绘自己的生活，也用不着吃惊她们心里一直在埋怨别人没好好照料自己。因为有很多马虎大意的人，经常让自己弱小的婴孩身陷险境。

这种情况也存在于另一个跟最初记忆相关的案例中。

案例二

“三岁那年，我直接从婴儿车里掉下来，留下了模糊的记忆。我因此时常梦到世界末日降临，夜半醒来，发现火光漫天，星辰陨落，地球即将撞上另外一颗星球，但我总能在地球灭亡前被吓醒。”在被问及自己最害怕什么事时，她说：“害怕在生活中遭遇挫折。”最初记忆和噩梦让她畏惧挫折，畏惧灾难，最初的记忆对她的影响就是这样。

案例三

有个十二岁的男孩住院接受治疗，理由是他夜里尿床，还经常跟母亲发生冲突。谈到自己的最初记忆时，他表示：“我藏到了衣柜里，妈妈却以为我走失了，在街上高声叫我，害怕极了。”我们由此推测，用制造问题的方法让别人关注自己，便是他的生活意义，而用欺骗的方式，能让他获得安全感。被忽略的人却能让身边的人上当受骗。他用这种方法和夜里尿床来获得关注，他坚信自己的想法是对的，要不然母亲不会这么紧张、忧虑。跟之前的案例一样，这个男孩早早便产生了一种观点：生活中到处都是危险，要想确保自己的安全，一定要有人为自己担忧。他必须利用这种方式给自己一个保证，当自己有需要时，肯定会有人庇护自己。

案例四

有位三十五岁的女士拥有如下最初记忆：“十三岁时，我曾独自进入地窖。我在黑暗的地窖中下楼梯，就在这时，比我略大一些的堂哥进来了，我吓了一跳。”这种记忆说明她应该是个不爱跟伙伴，特别是男孩玩耍的孤僻女孩。据此可推测她没有兄弟姐妹，事实的确如此，直到三十五岁，她依然单身。

接下来这个案例反映了社会感的进步。

案例五

“在我的印象中，妈妈曾让我推着坐在婴儿车里的妹妹。”其中暗示了除非跟同龄小孩在一起，否则她不会快乐，并且她很依赖妈妈。更幼小的孩子出生后，让大孩子照料他，是让大孩子跟父母合作的最佳途径。如此一来，大孩子就会对小孩和庇护小孩产生兴趣。这样跟大孩子合作，他们就不会觉得父母把注意力都倾注在了小孩身上，从而危及自己的地位。

对某人有没有兴趣，不能用想不想跟他在一起证明。

案例六

有个女孩拥有如下最初记忆：“我跟姐姐还有其他两个女孩一起出去玩。”显然，她在学习怎样跟人交往。可她“最恐惧的事”却是

“身边的人都对我不理不睬”，她心里有多矛盾，可想而知，据此能够判断她不够独立。

合作的意义

在了解了人的生活意义后，就能了解其全部性格，这是很顺理成章的。人无法改变自己的性格特征，有人这样表示，但这仅仅是针对没能掌握该技巧的人。可我们也说过，讨论、治疗再多，只要没找出错误的根源，都没有用。找出能让这些人勇敢面对生活的方法，是仅有的有效途径。而能有效防止人们变成精神病人的方法只有一种，就是合作。所以应鼓励孩子跟其他人合作，并有意训练他们的这种能力。一切为合作制造障碍的元素，都可能带来恶劣的后果。例如，受到溺爱、极度自恋的孩子到了学校，很有可能对所有人都提不起兴趣来。他可能仅仅为了得到老师的宠爱，对某个学科产生兴趣。只有能给自己带来好处的事，他才会做。这是一种安全感匮乏的表现，对他的发展没有好处。在他快成年时，这种束缚会不断突显。此时的他，责任感与独立性都不复存在，在严峻的生活形势面前，他的一切特征都不堪一击。不要在他自尝苦果时责怪他，而要想方设法给予帮助。我们无法期待没学过地理的孩子在地理方面取得成就，同样的道理，我们也无法期待没学过合作的孩子能顺利实现与他人的合作。但只有与他人合作，才能解决人类所有的问题。只有对彼此有利的合作，才能完成所有工作。所以要解决各类问题，必须先明确奉献才是正确的生活意义。

如果所有心理学家、教师、父母都能了解孩子在赋予生活某种意义时犯的错，且孩子不再犯相同的错，那我们就有信心相信，对社会缺少兴趣的孩子能乐观对待自身能力与生活机遇。身处困境，他们会坚持奋斗，而非消极对待、推卸责任、满腹怨言，或乞求怜悯、自惭形秽。他们会坚持这种观点：作为自己的主人，我们必须开创新生活，这是我们的责任，我们完全能做到这点，除了我，还有谁能成为开创者！若现实中所有人都能实现合作，一定能推动人类社会的持续发展。

第二章 心灵与肉体

心灵与肉体的合作和冲突

究竟是肉体主宰心灵，抑或是心灵掌控肉体？人们对这个问题的讨论从未停止。可以把参与这项讨论的哲学家大体分为两派，一派坚持唯物主义，一派坚持唯心主义。为证实自己的观点，哲学家们提出了种种依据，但始终没能讨论出结果。由于个体心理学研究的是心灵与肉体的动态关系，因此在该问题的解决上，或许能出一些力。以错误的理论为基础实施的治疗，帮不到那些肉体或心灵患疾病的患者。理论一定要能承受现实的考验，一定要从经验而来。接受现实的挑战，是处在这种社会关系中的我们唯一的选择。该问题引发的紧张局势因个体心理学的发展得到缓解，我们也因此了解到，心灵与肉体缺一不可。说到底，心灵与肉体都是生活的组成部分和展现形式，了解二者关系的前提是要将生活看成一个整体。

人能到处活动，人的生活并非静止不动。除了追求肉体进步外，人还应追求心灵进步。反过来，有根系的植物却只能在一片很小的地方活动。所以人们掌握的所有形式的心灵，都必然被新奇、刺激充斥。植物的特性决定了即使它们能预测将来，也毫无意义。就算植物能够思想：“有人过来了，马上就会踩死我了。”但它们依旧躲不开灾祸，有思想也没用。但一切能活动的生物都能预测将来，规划自己的行动。据此必须承认，它们拥有精神或心灵。

“当然，你能够感知，否则不会行动。”^[3]心灵最重要的作用在于能预先知道自己的行动。我们由此能了解到，心灵在掌控肉体时是如何做的。肉体接下来的行动方向，由心灵确定。只有一些乱七八糟的行动信号，缺少奋斗的方向，一点儿用都没有。心灵在生活中的地位十分重要，因为它能左右人们行动的方向。而负责行动的肉体也在影响心灵，心灵的指挥不能超越肉体的能力。例如心灵想让肉体登上月球，便不可能实现，除非肉体能逾越人体极限。

人比其他动物更擅长行动。人类拥有多种行动方式，且更擅长用多种行动改善身边的环境，因为人手能做很复杂的工作。由此能够预测，在很长一段时间内，人预言未来的能力都将不断进步，而人为了维护自己在环境中的关键地位，也会努力实现自己确立的目标。

我们能在一切实体中发现，在为部分目标奋斗的行为以外，还存在一种相对单纯的行为：人的所有行为都是为了得到安全感和稳定的地位。此处的安全感即战胜各类生活困难，在自己的环境中获得终极胜利。人们的一切行为都因这种目标，有必要协调成一个整体。心灵与肉体能发展为一个整体，好像就是受这种目标逼迫。这跟最初细胞中原本就有的一种目标很相似，例如皮肤受创，为使其复原，全身上下都会倾尽所能。但在发展期间，肉体并不孤独，能够从心灵处获得支持。关于这点有充足的证据，即运动、培训，以及卫生学的一般价值。

肉体与心灵的合作贯穿人的生命始终。这是两个有机部分，无法切分，相互合作。心灵激发肉体潜能，从而帮肉体逾越所有障碍，顺利实现目标，就像马达一样。肉体到处烙印着心灵的目标，要感知这种目标，只需观察肉体的行动、表情等即可。人的各类活动都有意义，例如活动自己的眼睛、舌头、脸部肌肉形成特殊表情，便产生了意义，这种意义源自心灵。由此可知心理学（或者心灵科学）的研究范围：研究个体表情的意义，据此找到恰当的方法，认识这一个体，同时比较该个体与其他个体的目标。

人们一定要在心灵内部形成更加具体的目标，以此实现安全、确定的目标。而要接近目标，就要确定安全的范畴，确保前进的方向没有偏差。期间犯错是难免的，可要是没有确定的目标，行动便不可能。以抬头为例，我们心灵确定的目标当然就是抬头。心灵确定的目标可能不会给我们带来好处，只因心灵误会这是对的，才会做出这种决定。确定行动目标时犯的错，便是心灵的全部偏差。所有人都以安全和地位为目标，可在确定安全的方向时，却有一些人犯了错，他们若不想堕落下去，就要改变方向。

看不清某种表情或行为的实质，只能看清其表象，在这种情况下，把表情或行为切分成多种简单的动作，便成了认识其的最佳方式。例如常见的偷盗行为，即非法将别人的财物据为己有。先来了解一下偷盗的目标，是让自身欲望获得满足，让自己变得更富有，更有安全感。于是，畏惧贫穷便成了偷盗的根源。接下来看看小偷的处境

以及他为什么会觉得自己贫穷。最终还要弄清楚，小偷有没有选择合适的方法改变环境，消除贫穷感，他行为的方向正确与否，方法妥当与否。小偷的终极目标我们无法否定，但他实现目标的方法我们能够确定是错误的。

改变环境，即心灵刺激肉体采取的一切行动，即所谓的文化。人受心灵启迪，投身工作，肉体的发展进步也要依靠心灵的掌控与帮助。简而言之，心灵强大的作用表现在人类生活的方方面面。不过，突出心灵的强大，并非人最初的动机。逾越障碍时，一定要以肉体舒适做保障。可见在心灵的保护下，肉体能避开疾病、死亡、事故、伤害，确保安全。在目标的实现过程中，感知痛苦、欢乐、想象和辨别环境好坏之类的能力都将发挥作用。这些能力还将刺激产生各类感觉，掌控肉体行动。个体感情操纵着肉体，肉体却不能约束感情。个体生活态度与目标，才是个体感情的决定因素。

感情对行为的影响

生活态度仅仅是掌控个体的多种因素中的一种，这点显而易见。个体态度无法仅凭自身力量引发某种症状，除非有别的力量辅助。唯一能引发行动的生活态度，是因感情增强的生活态度。借助观察、归纳，我们得出了个体心理学的新理论：人的感情断然不会在其确定目标之后，背离其生活态度，此时的感情会主动迎合个体发展，以满足实际需求。该问题已超出了生物学、生理学的范畴。而借助化学理论或试验诠释、预测感情的产生，是不可能的。我们在个体心理学范畴内先假定生理过程客观存在，但我们更感兴趣的却是心理目标。举个例子，有两个问题，一个是焦虑的目标与结果，一个是焦虑对交感神经、副交感神经的作用，更吸引人的明显是第一个问题。

我们若遵循这一研究方向，就无法把焦虑的源头确定为性压抑或难产后遗症，二者都荒诞透顶。我们发觉，不管在什么情况下，焦虑都能帮助那些对母亲的帮助、陪伴、照料习以为常的孩子，有效掌控母亲。而愤怒的生理状态不会让任何人获得满足，愤怒仅能掌控某个人或某种环境，也是同样的道理。所有个体都要把与生俱来的条件当成展现肉体或心灵的出发点，但人们却只关注怎样利用这些条件实现自身目标，这便是心理学仅有的、真正的研究对象，这点任何人都不能否认。

所有个体的感情发展，遵循的都是自身目标务必要确定的方向与程度。人的感情要跟自身生活态度相统一，不管感情的外在表现是焦虑、快乐，还是勇敢、哀伤，都是如此。这种合理的程度与表现迎合了大家的期待。人不会因借助可悲的方式达成优越感目标，便感到快乐。除非悲剧降临到自己头上，否则这种人无法体会到何谓快乐。稍用点心就能明白，感情这东西来得快，去得也快。罹患人群恐惧症的人时刻处在焦虑中，除非他一个人待在家里，或由他掌控别人。所有精神病人都会逃避不能带给自己征服快意的东西，这是一种本能。

情绪跟生活态度一样，有稳定的风格。例如懦弱者在他更懦弱者面前或许会稍显傲慢，在其他人的保护下或许会表现勇敢，但他依旧是懦弱者，无法改变。为避免危险，他或许会在门上装三把锁，并装上警铃，养条大狗，却声称自己勇敢至极。若说他十分焦虑，我们并无证据，但他为维护自己的生活态度，如此大费周章，却彻底揭露了他潜藏的懦弱个性。

这种情况也会出现在性与爱情中。想接近心上人的人，不可避免会产生性方面的感情。他要搁置一切会对性造成阻碍的兴趣与工作，将所有注意力都投入到引起恰当的感情及其功能一事上，否则便可能产生性冷淡、阳痿早泄、性欲倒错之类的感情、功能缺陷。不合理的生活态度或优越感目标，往往都会导致这种结果。这种人希望得到别人的关怀，却不懂如何关怀别人，对社会兴趣匮乏，时常在需要积极奋斗的事业中落败。

我有个病人是家里第二个孩子，他始终怀有深切的负罪感，因为他曾做错了一件事。七岁那年，他在老师面前，把哥哥帮自己写的作业说成自己写的。为此，他接连三年都很愧疚，因为他们一家都很看重诚实。等到他终于向老师承认了错误，老师却一笑了之。他又去向父亲承认了错误，一边说一边哭。父亲说他是诚实的孩子，很讨人喜欢，原谅并宽慰了他，但他的情绪依旧十分低落。由此可知，这位病人一心想证明自己是诚实且懂得自我控制的人，所以才为这种微不足道的事惭愧了这么久。相较于其他人，他更看重诚实的品格，这是家庭环境影响的结果。他认为自己没有哥哥成绩好，受人关注，为获得自我满足，于是选取了这种方式。

后来，他总是怀有自卑感，原因五花八门。他经常自慰，经常在学习中弄虚作假。越接近考试，他的负罪感越深重。跟哥哥相比，他内心承受的更多，这是敏感的个性使然。所以他时常用这个理由，在

自己反感的事情发生之前逃避。他毕业后本想成为一名技术工作者，却在工作中三心二意，将精力都用在了祈求上帝的宽恕、摆脱负罪感这件事上。

此后，他甚至因状况恶化，被送进精神病院。很多人都觉得他治不好了，想不到他却很快好起来。医生在他出院前对他说，一旦复发，要在第一时间回来。随后，他开始攻读艺术史。考试开始前的一个周末，他跑到当地教堂，向人们下跪痛哭，说：“我是人类之中的罪人，罪不可恕！”大家因此开始留意他的良知。他再度入院。出院回家后，有一天下午，他去餐厅用餐，居然什么都没穿。不过，他对自己匀称、健壮的体形还算自信。

由此可知，他证明自己比别人诚实的方式，就是负罪感。这便是他一直以来的奋斗方向，但这根本不是什么正道。他在逃避考试与工作的过程中，变成了懦夫。他的行为全都是为了逃避失败，他在教堂和餐厅采取的手段都很荒谬，借此来获得优越感，满足自己。他之所以会有这些表现，源头是他心目中合理的生活态度，由此产生的感情好像也变得合理了。

人出生后的前四至五年，注意力都集中在建立心灵整体性和建立心灵、肉体的关系上，对此大家都很清楚。借助遗传及后天得到的各类信息，人们可对这二者进行纠正，这样一来，将这种纠正确定为目标，便能获得优越感。人的人格会在第五年结束时定型，其中包括其确定的生活意义、追求的目标、追求目标的方式、个体情绪等。尽管这些以后都有可能发生改变，但除非他放弃之前错误的模式，否则改变就不可能。他当前的行为要跟他当前的生活态度统一，一如他过去的行为要跟他过去的生活态度统一。

个体感知外部环境，搜寻信息，靠的是自己的感官。所以个体想从外部环境中得到什么信息，以及他将如何对相关经验加以利用，都能从他训练自己的方式中得到解答。要对他有足够的了解，就需要留意他看和听的方式、关注的对象，即他的行为十分关键。人的一举一动都说明了他身体所受的训练，说明了他如何通过这些器官选择自己需要的信息。无论何时，人确定的生活意义都会束缚其行为。

在原先的心理学定义上，我们还能再加入一些新的内容。心理学研究的是个体对自己身体记忆的态度，对此大家都很清楚。接下来就来讨论为什么不同个体的心灵会有如此鲜明的差距。无法适应环境、

满足客观需求的肉体，一般都会被心灵当成重负。因此在心灵发展过程中，残疾孩子会承受远比健康孩子更多的困难，更难让心灵作用、掌控肉体，建立优越感。他们要更努力、更专注，才能跟其他人一样实现自己的目标。这将导致他们承受更大的心理压力，并更自负。被身体残疾等困扰的孩子没有精力留意外部环境，因此不会对他人感兴趣，相较于正常人，他们的社会感和与人合作的能力也会比较低。

当然，身体残疾会引发大量困难，但这些困难都是能够战胜的。残疾人也能取得正常人的成就，但前提是他们的心灵要能勇敢逾越各类障碍。虽然残疾孩子会遭受更大挫折，但很多时候，他们却能取得比健康孩子更大的成就，这在现实生活中已得到证实。所以生理方面的不足能够刺激人类进步，例如视力差的孩子也许会因此承受压力，为看清身边的东西，他们会付出更多时间，对身边的环境更加留意，在辨认各类形状、色彩时，投入更多的精力，这将导致他们获得比视力好的孩子更多的视觉经验。据此可以说，生理方面的不足能使人们获益更多，不过必须先找到一个有效的方法战胜困难。纵观历史，有很多诗人、画家视力都很差，却比视力好的人更擅长用眼睛获取有效信息，因为他们的心灵已完全掌控了这种生理缺陷。还有一个案例也有相同的结论，那就是一些生来惯用左手的孩子却没被当成左撇子看待。家长和老师在家里和学校都会让他们练习使用右手，但他们的右手写字、画画并不灵巧。他们可以让右手变得十分灵巧，只要他们的心灵能找到有效的方法，摆脱这种困境。生活中有很多惯用左手的人，因为兴趣找到了这种方法，通过持续训练将不足转变为优点，比常人更擅长书法或是绘画。

所有能找到弥补不足的好方法的孩子，都有为社会做贡献的意愿，且都对自己很感兴趣。在困难面前选择逃避的孩子，却不可能取得比别人更高的成就。他们没有勇气前进，除非眼前有个目标值得他们为之付出努力，且相较于困难，这个目标重要许多。找到他们的兴趣和关注点是最重要的。他们若想得到某样东西，自然会为掌握某项必不可少的能力有意训练自己，战胜困难。但如果他们仅仅是怕被别人比下去，而没有目标，进步就不可能。空想不能让不灵巧的右手变得灵巧，唯一的方法是依靠艰苦的训练。相较于右手带来的失落，战胜困难的意愿肯定更强。孩子一定要在对别人、现实、合作感兴趣的基础上确定具体目标，这样才能为战胜困难投入自己所有的精力。

我对肾病家族的研究，能为先天不足可扭转提供极好的证据。一般说来，这种家族的孩子都患有夜尿症，膀胱、肾脏、脊椎分裂，腰椎旁边的皮肤上会有胎记。但夜尿症并不仅仅因为先天不足，还有别的原因。例如孩子会在父母行为或是外部环境改变时，不再出现夜尿症症状，例如夜里尿床的孩子白天就不会尿床。所以夜尿症是可以摆脱的，前提是孩子要智力正常，且不想为某个目标利用这种不足。

但大部分患有夜尿症的孩子却因为自己受到的对待，想让这种症状持续下去，不想摆脱它。有丰厚经验的母亲可以很好地训练孩子，这样孩子就能战胜夜尿症，否则终生都无法摆脱。例如在有膀胱病、肾病史的家庭，各类有关排尿的事总会成为成年人谈论的焦点。他们可能觉得这样能让孩子摆脱夜尿症，结果却导致孩子不想再去战胜夜尿症，因为他们发现这种症状能吸引别人的注意。成年人这样做是不对的，下列案例能为此提供强有力的证据：孩子会用各种各样的方法抗拒家长的教育，只要孩子有抗拒的意愿。有位优秀的德国社会科学家观察到，父母是法官、警察，孩子犯罪的概率更高；父母是医生，孩子得精神病的可能性更大；父母是教士，孩子更容易学坏；父母是老师，孩子更容易不听劝导……上述内容在现实生活中都已得到证实。而家长对排尿重要性的过度重视，将导致孩子用自己的方式彰显自身意愿，也是相同的道理。

借助梦刺激产生某种情绪，以达成目标的方法，在夜尿症的案例中已得到体现。尿床的孩子往往会梦到自己下床排尿，以此作为尿床可被原谅的托词。一般说来，这种孩子会期待自己在夜里也能得到别人的关注。这在某些情况下是一种敌对态度，他们用这样的方式对别人进行反抗。这种行为极富创造性，讲话不用嘴，而用膀胱，这便是我们站在任何角度都能得出的结论。他们的态度通过他们的不足对外展现出来。

通常说来，只有情绪紧张的孩子才会这样表达自己的意愿。他们多半过去曾是宠儿，现在却失宠了。可能他们认为，弟妹的出生切分了父母对他们的爱。为保持跟母亲的亲密关系，他们会出现夜尿症的症状。这种让人不快的方式为以下观点提供了强大的证据：“我是个没长大的孩子，需要别人的照料。”不同的孩子有不同的状况和方式。有些会用夜里大哭的方式让人关注自己，有些可能会从床上掉下去，梦游，嚷嚷着喝水等。不过，这样做的孩子都有类似的心理活动，身体和外部环境会成为他们选择行为方式的依据。

心灵掌控肉体，在上述案例中得到了很好的证实。心灵在作用于各类活动的选择之余，还会左右个体的身体构造。要直接论证该结论难度极高，但我们有强大的证据。胆小的孩子在成长期将一直胆小下去。对于自己能在各领域取得的成就，他不但不关注，连想象的勇气都没有，所以他不会有意识地锻炼身体或接受外部刺激。相较于那些健壮的孩子，他一定会落在后面。由此可推导出，心灵会左右肉体的发展，心灵的不足与错误也会在肉体中得到体现。心灵不能战胜困难，肉体便会表现恶劣，这种案例相当常见。例如之前提到，心灵会在人生最开始的几年作用于内分泌。自身不足的腺体不会强制作用于行为，但外部环境、孩子的兴趣、孩子在兴趣范围内的创造性活动等外部事物，却会反过来作用于腺体。

还有一项证据，理解、接纳起来也许更简单。因为大家对该证据都很熟悉，而它只会是身体的暂时表现，不会变成固定特征。人的各类情绪从一定意义上说，都会在身体中表现出来，脸部表情、肢体姿势或是行为、大腿不规律颤动，都可能成为表现的形式。例如血液循环的改变肯定会伴随着面色转白或是转红的发生。焦虑、愤怒等种种情绪都会影响肉体，让其用肉体的语言表达出来。人在恐惧中也许会有如下表现：汗毛耸立，全身哆嗦，心跳加速，出冷汗，呼吸不畅，颤抖到无法走路等。这也会损害身体健康，出现呕吐、食欲下降等症状。这些情绪会作用于某些人的膀胱，作用于另一些人的性器官。例如考试时，部分孩子的性器官会很难受，部分罪犯作恶后会去跟女友性交，或去找妓女。部分心理学家在科学领域公开表示，焦虑与性密不可分。部分心理学家又公开表示，二者不存在直接关联。两种结论都非常主观，都是建立在个体经验基础上的。

个体差异导致了上述反应差异，这也许跟遗传有关。人们的表现暗示了在相同的状况下，同一个家庭的成员反应是相似的，我们据此归纳出了不同家庭的不同特征。但研究心灵如何利用情绪掌控身体，才是最有趣的。我们能根据情绪和身体对情绪的反应推断，在好的、坏的环境中，心灵会采取何种行动。例如愤怒的人肯定想马上平息自己的恶劣情绪，而辱骂甚至殴打对方，便是他心目中的最佳方式。愤怒的情绪会让身体变得僵硬，或有身负重压的感觉。愤怒会让一些人胃疼，脸红，头痛。大部分总是头痛或偏头痛的病人，都很容易变得愤怒。部分人愤怒时还会三叉神经痛，或出现癫痫性痉挛。

我们现在还不能全方位解释心灵作用于肉体的方式，因为相关的研究还不够透彻。紧张情绪能作用于自主神经系统和非自主神经系统。这种对自主神经系统的作用是即刻产生的，一觉得紧张，马上便采取行动，或是拍桌子，或是咬嘴唇，或是撕纸条。一些小动作也能宣泄情绪，如抽烟、咬笔等。这表示当前发生的事已经让他们忍无可忍。在紧张情绪的作用下，这些人面对陌生人，会慌里慌张，肌肉痉挛，面孔涨红。但并不是各个身体部位都适合这些紧张情绪引发的行为，以上论述只涉及明显的行为。我们能通过更细致的观察看到，身体各部分都会受到情绪的作用，心灵与肉体间进行的各类活动就在其中得以展现。一定要重视肉体与心灵的相互作用，毕竟二者都是我们看重的整体的组成。

从以上论述中能推导出，生活态度与情绪将一直作用于身体发展。若某个孩子一早便形成了固定的生活态度，我们便能根据在这方面的丰富经验预测，这个孩子在未来的生活中会有何种表现。勇士会将自己的态度通过身体展现出来，他们将拥有发达的肌肉和健壮、稳定的姿态，形成特殊的外表。他们之所以肌肉发达，也许跟生活态度与情绪很有可能作用于身体发展有关。跟普通人相比，勇士还会有不一样的脸部表情。他们全身上下乃至骨骼构成，都跟一般人不一样。

所以心灵会作用于大脑，这点毋庸置疑。某些病理学案例表明，病人若因右脑缺陷失去读写能力，可训练大脑其他部分，弥补这种不足。例如某些中风患者失去了大脑的部分功能，但大脑依然能像过去一样运行，因为还有剩余部分。在证实个体心理学倡导的教育应用有其合理之处时，这一点意义重大。既然心灵能大大影响大脑，而大脑仅仅是心灵相对关键的一种工具，我们就应尽量利用这种工具。有些人的大脑天生不合乎标准，这种人能找到某种方式，让大脑跟生活更加契合，这样就不用毕生忍受大脑这种束缚了。

有些人的心灵制定的目标，方向是错的。例如有些人未曾培养出合作能力，要想促进大脑的成长，就是不可能的。所以不会跟人合作的孩子，无论智商还是理解能力，看起来都不如别人。因为成人的言行能展现其在生命最开始的四五年内确立的生活态度、该生活态度对他的作用，以及他的生活意义与统觉规划表，所以他在合作过程中遭遇了什么困难，我们都能发现，据此便能找到切实可行的方法帮助他。如此一来，就向个体心理学迈出了第一步。

心灵与肉体关系的实质

心灵与肉体有种比较固定的关系，部分学者这样表示。不过，他们并未试图找出这种关系的实质。例如克雷奇默^[4]提到过，如何根据某个人的身体构造，确定其心灵有何特征。如果真如此，人类就能划分为诸如圆脸、小鼻子的胖子等各种类型，一如恺撒所言：“我要那些身体长得胖胖的，头发梳得光光的，夜里睡得好的人在我的左右。”^[5]

克雷奇默表示，人类的身体与心灵的特征彼此相关，至于为什么彼此相关，他并没有解释。生活经验告诉我们，这种人通常都很适合在人类的环境中生活，没有生理方面的不足。对于自己健壮的体格，他们充满自信，觉得在这方面，自己完全能跟身边人相媲美。一般说来，他们在跟其他人竞争时，不会产生紧张情绪，只会拼尽全力。他们觉得把其他人当成敌人，以敌对态度对待生活很没有必要。可能是因为他们从来不会为自己的身体忧虑，所以心理学以“外向者”作为对他们的称谓。

克雷奇默表示，有种人跟以上这种人刚好相反，就是神经质者。通常情况下，神经质者都身材高瘦，长着长鼻子和长脸。在克雷奇默看来，这种人有些故步自封，且经常反省自我，更有可能精神分裂。恺撒这样形容这种人：“那个卡修斯有一张消瘦憔悴的脸孔，他太多工于心计，这种人是危险的。”^[6]身体或许会作用于这种人的性格，让其变得非常自私、内向、悲观。跟普通人比起来，他们需要更多的帮助。若没得到预期的关怀，他们会疑虑重重，怨愤丛生。

不过，克雷奇默表示，大批人都是混合型人，高瘦型人的心理特征，肥胖型人也会有。人们受到环境以其他方式带给他们的压力，同样会变得内向、胆怯。要想把某个人变成神经质者，只需循序渐进对其实施打击即可。

生活经验丰富者可根据某个人的行为，判断其合作的意愿与程度，这种线索我们寻觅已久。跟人合作，继而在直觉引导下，寻觅能指引生活的线索，是现实生活对我们的要求。每次历史变革前夕，人们好像都能预测变革需求，为提升变革速度，不惜倾注所有力量。但若不想频频犯错，选择时就不能仅以直觉作为依据。罗锅、畸形等特殊个体很难赢得大家的欢心，也是同样的道理。人们随随便便就把

他们归入非合作对象的行列，实际却对他们一无所知。这是一种错误的判断，但人类大部分判断都以生活经验为依据。现在尚未出现能跟这种特殊群体加强合作的恰当方式。他们被牺牲掉，全因过度迷信。导致大家在提到他们的缺陷时，总是会夸大其词。

从上述内容可推导出，在生命最开始的四五年，个体会确定心灵努力的方向，进而建立心灵与肉体的密切关联。而比较稳定的生活态度与相应的情绪、习惯，也会建立起来。多种形式的合作，在此期间会相当频繁。合作能力与习惯可作为了解个体的依据。失败之人有一项共同特征，就是合作能力低下，这一点显而易见。这样一来，在为个体心理学划定范畴时，就有了更加科学的根据，即找出合作能力的不足是该学科的研究重点。个体的思想、情绪一定要与其生活态度达成一致，因为个体心灵是一个整体，该整体的活动从头到尾都与生活态度相关。如果某种情绪跟个体追逐利益这一点明显背离，阻挠了个体发展，那要从根本上解决问题，就必须改变个体的生活态度，只改变情绪是不行的，毕竟情绪只是生活态度核心的展现。

个体心理学在此为教育与医疗的前景做出了引导，尽管特殊，却很可行。我们要以整体为基础，以生活态度为依据，在心灵确立的生活意义、心灵针对外部环境掌控肉体采取的行为、心灵对生活经验合理的诠释中，找到问题的关键，而不是单单只是针对某种特殊或者单独的症状进行治疗。挠孩子的痒痒，观察他笑的程度；在人身上扎针，观察他有没有强烈的反应等做法，称不上心理学研究。可是在当前的心理学领域，这些行为却很常见。它们能帮助我们获得某些关于个体心理的事实，但是除了证实某些特殊个体的生活态度外，一点儿用处都没有。生活态度才是心理学最重要的研究对象，其他研究对象会把心理学变成生理学或生物学。对特殊生活经验的强烈作用的发掘者、刺激与反应关系的研究者、天分发展过程的研究者而言，上述观点是成立的。但统一的心灵及心灵本身，才是个体心理学最看重的。个体给予自己和外部环境的意义，个体努力的方向、目标以及生活态度，才是个体心理学的研究对象。截止到现在，最切实可行的方式就是，了解个体的合作能力，据此判定其在心理方面的差距。

第三章 自卑感与优越感

自卑情结

作为个体心理学的重要发现，自卑情结相当知名。大量心理学家承认了该名词，还利用自己觉得恰当的方法将其应用到现实中。不过，我们并不知道他们对该名词的理解和应用是不是正确。例如，跟某个人说自卑情结在困扰他，他不会努力战胜这种情绪，却会比原先更自卑。所以治疗一定要有针对性，在他的生活态度中最令他情绪低落的那一环持续激励他。精神病人一般都有自卑情结，因此无法根据自卑情结存在与否，为其分类。如果只跟他们说“你有自卑情结”，就等于跟头痛病人说“我知道你的头不舒服”，根本无法让他们振作起来。

大量精神病人都否定自己存在自卑情结，更有甚者，觉得自己比身边人更有骄傲的底气，据此彻底否定该事实。因此我们需要留意他们的行为，而非言谈，找出他们显示自身重要性的方式。例如傲慢者会有这种心理：“大家都看不起我，我必须改变他们的看法，表现自己。”例如说话伴随着丰富动作和表情的人会有这种心理：“为了不让我说的话看起来毫不重要，我必须用些法子引起大家的关注。”还有些看起来格外霸道的人，让人不由得疑心他心里潜藏着自卑，要拼命掩饰。例如有个人一直用脚尖走路，生怕人家说他矮。还有种常见的案例，两个孩子比较身高，为了让自己显得高一点儿，有自卑情结的孩子总会站得笔直，但要是问他是不是认为自己矮，他却断然不会承认，他没有这种勇气。

不过，自卑情结严重的人未必都会安静、驯服、内向，不与人争短长。自卑情结有各种表现方式，有个案例能证明这一点。三个孩子生平第一次到动物园，看到被囚禁的狮子，第一个孩子面色发白，马上躲到妈妈背后，说：“妈妈带我回家。”第二个孩子呆立在原地，用发抖的声音说：“我不害怕。”第三个孩子脸上写满了好奇，说：“妈妈，我要是朝它吐唾沫，它会怎么做？”三个孩子有三种不同的表现方式，但他们都发现自己在狮子面前处于下风。

人们时常发觉，自己的处境有改善的空间，因此所有人都存在自卑情结，只是程度不一。要摆脱自卑情结，就要鼓足勇气，找到恰当的方法战胜困难。任何人都会努力想办法消除不良情绪。长期受自卑折磨，会让人忍无可忍。哪怕不相信努力能改变现实、毫无自信的人，也不会忍受自卑，而会寻求拯救自己的方法，尽管这并没有用。他一直在关注怎样战胜困难，但总是用优越感麻痹自己，从未努力去思考过战胜困难的办法。此举无法消除自卑的源头，他的自卑情结会不断加剧。他的所有行为都像掩耳盗铃，十分滑稽，他将承受不断加重的压力。若只留意他的行为，不关注问题的本质，我们会误会他漫无目的。尽管他为了让所有事情合理化付出了很多，但他的行为却表明，他改善自身处境的意念并不坚定，他所做的一切都好像毫无计划。他要是认为自己并不强悍，会躲进另外一种环境，那里能让他感觉舒服。他努力的重点是让自己觉得自己更强悍，而不是提高自己的能力。这种努力只能是掩耳盗铃，成果微不足道。这种情况持续下去，他可能会变成残暴的专制君主，努力维护自己的权威，自我麻痹。这对改善他的自卑情结一点儿作用都没有，他依旧会因潜藏在生活中的原有处境感到自卑，自卑情结就是如此。

上述内容能帮我们定义自卑情结：人在某个难以解决的问题面前感到力不从心的情绪。这表明自卑情绪的表现多种多样，哭泣、气愤、愧疚等都包括其中。人会因自卑陷入焦虑，为弥补这种情绪，便致力于寻求优越感。此举只会隐藏问题，让其无法得到解决。他的行为因此受限，精力不是用于解决问题，而是逃避失败。除了迟疑不决和退缩不前，他什么都得不到。

要深刻理解上述理论，不妨研究一下公共场所恐惧症的案例。通常说来，这类病人都有如下心理：“不能远离我所熟知的环境，必须逃避生活中的各类威胁。”有这种心理的人会藏在家里，或一直待在床上，还可能在困境中采取极端做法，即自杀。这种人在困难面前已彻底放弃，对自身处境毫无办法。自杀者其实是想从自杀中得到某种优越感，因为自杀这种行为本身就属于报复或指责。各类自杀案例中的自杀者，多半都会将某个特定的人当成导致自己自杀的罪魁祸首，好像在宣布：“瞧我多脆弱，多善良，你却残酷至此。”

精神病人为避免全面接触自己的情绪，一般会压缩活动范围。他希望远远避开现实中的各类问题，为此只在自己能掌控的环境中活动。这就好比为自己建立了一座狭窄的城堡，把阳光、微风、新鲜空

气都隔绝在了外面。他将以自身经验为依据，在自己了解的方法中选择一种，可能是忍气吞声，也可能是高声怒斥，总之能有效达成他的目标。他还会在对第一种方法不满意时，换第二种。不管采取何种方式，他最终的目标都是一样的，就是得到优越感。一旦发觉眼泪能有效掌控别人，孩子就会喜欢哭泣，这会大大增加他们罹患抑郁症的可能。我们将泪水、怨言之类称为“液态力量”，这种方式会使合作受损，还会贬低别人，使之成为奴隶。这种人的言行都在展示自己的自卑情结，跟过分做作、害羞、有负罪感的人类似，他们不会承认自身的懦弱与平庸。他们也绝不会承认自己以超越所有事物、所有人为目标，且为此什么事都做得出来。

初次见面，热衷于自夸的孩子便会让人感受到一种优越感，但他的行为却会把他的自卑情结完全展露出来。俄狄浦斯情结是精神病人的“狭窄城堡”的生动案例。没有勇气直面爱情的人要想获得爱情，是不可能的。如果他只在家庭范围内活动，毋庸置疑，他的性欲宣泄也要在家庭范围内进行。他只对几个熟人感兴趣，这是安全感匮乏的结果。他很恐惧跟人共处，因为担心这样便不能根据习惯掌控局势。通常说来，被父母溺爱的孩子都会有这种情结，他们误以为自己什么都不用付出，愿望就能获得满足。他们不了解，在家庭之外，自己也能依靠努力获得关怀与爱情。他们对母亲的依赖，在成年后继续增加。他们想要的不是爱人，而是用人，母亲是他们心目中最当之无愧的用人。任何被母亲溺爱并被母亲禁止对别人产生兴趣，又被父亲冷落的孩子，都可能出现这种情结。

精神病人多半都会为避免全面接触外部环境，对自己的行为进行约束。例如口吃的人经常会表现得很迟疑，他会受自己仅有的少许社会感驱动，跟别人往来，但在跟人说话时却显得很迟疑，因为跟人往来这件事让他既恐慌，又看不起自己。存在自卑情结的群体还有上学时显著落后于其他同学的孩子，强迫症患者，事业不成功或婚姻没着落的大龄男女，对工作反感因此失眠的人等。在困难面前，这些人会表现得非常彷徨。在跟异性交往时，一些人会质疑自己的生活态度，因此产生了很多问题，如阳痿早泄、性冷淡、自慰等。若非对自己的目标太过高估，这些人也不会忧虑至此。

自卑本身并不病态，还能提高人的地位。例如人类预测未来极其美好，但自己当前还愚昧无知，务必要尽可能改善自己的处境。为此，他们极力掌控自然，探索宇宙，科学因此诞生，继而发展。我认

为，人类文明的发展，建立在自卑情结的基础上。如果邀请外星人来参观地球，其肯定会感叹：“地球上最脆弱的非人类莫属！他们为得到安全感，成立了各类组织；为躲避风雨，拼命建造房子；为防寒保暖，穿上了衣服。”在有些方面，人类的确很脆弱，这点我们不得不承认。猩猩、狮子都很强壮，但人不一样。跟人比起来，地球上很多动物更擅长独自面对艰难的生活。尽管群居、联合也能解决问题，但相较于动物，人对合作的需求更强。所有人一开始都是婴儿，婴儿出生后，在很长一段时期内都需要保护、照料，因为他们如此弱小。人要想不被环境约束，必须加强合作。由此可知，未曾学会合作的孩子会越来越悲观，逐渐陷入自卑情结，无法摆脱。此外，在生活中，再擅长合作的人也会连续不断地陷入一些难以脱身的困境。彻底掌控自己的处境，对任何人来说都是不可能的。生命短暂而又脆弱的人类，一直无法逃脱三大现实问题。人们一直在寻求新方法，解决问题，永远不会停止追求的脚步。人们要不断努力，但要让努力满怀希望，兼具意义，必须要跟他人合作。

人类永远不能实现生命的最终目标，这点不会有人质疑。若某个人或全人类的生活已变得毫无困难，可想而知这种完美的生活会多乏味。即将发生的一切都能预测出来，一点儿危险、一点儿意外都没有，那未来还有什么值得期待？未来的变数才是最重要的生活乐趣，若所有事情的发展都是确定的，就用不着再讨论、再探寻了，科学进步之路就被堵死了。这时对人类而言，宇宙不过是一场轮回。艺术、宗教这些带给人类快乐的东西都变得毫无意义。但要堵死当前人类的生活，可不是简单的事，人类不会停止努力，新问题将陆续涌现，新合作机会也将出现，这真是我们的幸运。精神病人在该过程中很难找到切实可行的方法，解决问题、向前迈进。问题出现时，普通人会采用比较恰当的方法循序渐进解决。当新问题产生时，他们也能面对，进而解决。所以其他人的特殊照料，对他们来说没有必要。跟他们合作，不会让人感受到沉重的压力。他们可以独自解决生活中的难题，因为他们知道怎样做贡献。

优越感的获得

所有人都希望得到优越感，都会在自身生活意义的基础上，确立自己的目标。此处的生活意义多半不是口头的，而是融合在生活态度中，好像个人独立创作的特殊歌曲。目标不会清楚暴露出来，而是潜

藏于生活态度内部。通常情况下，目标的展现不会很清晰，大家只能将其推导出来，推导的依据就是个人行为。要像品味一首短诗一样研究生活态度，相较于外部展现的文字，诗歌内部潜藏的意义丰富许多。个中意义要细致地品味、斟酌。所有人的生活态度都是艺术品，既复杂又多样，要得出其内涵，心理学家一定要拿出赞赏的态度进行思考。同样的，获得优越感的目标也是在持续的探索、推导中确立的，是动态而非静态的，需要为之付出努力。

清楚、准确地描绘出目标的全部，对任何人来说都是不可能的。例如某个人知道自己的职业目标，可那只是目标的一部分，所占比例很小。即便目标是清楚、具体的，也有很多追求成功的方法可供选择。例如某个人以成为医生作为自己的目标，这说明他除了要在病理、科学方面取得某些成就外，还要在各类活动中对自己和其他人展现出强烈的兴趣，目标的内容十分丰富。他想如何帮人，帮人时对自己有何种约束等，都将展现出来。从本质上说，这些全都是他用于弥补自卑情结的方法。他的职业、行为都将展现他自卑的源头。如常有医生幼时便亲眼看见了死亡，或看到周围的人死去，这让他们安全感严重匮乏，于是将自己日后的发展方向定为拯救别人。又如以教师为职业目标的人，不过，这些人相互之间是有区别的，这点大家都明白。社会责任感匮乏的教师很有可能是为了掌控比自己更弱的人，从而得到安全感、优越感，才以教师为自己的职业目标，这与其心理习惯刚好契合。反观有很强社会责任感的教师，会发自内心地做贡献，把学生当成跟自己平等的人。还有一点需要留意，除了能力、兴趣方面的巨大差别，教师的心理状态也会严重影响他们的行为。为迎合具体目标，人会不停地调整自己的行为。他将在这些条件的束缚下，逐渐缩短自己与目标的距离。他会努力追求自己的生活意义，实现最终目标，即获得优越感，不管在何种状况下都不会改变。

所以不要只看一个人的外在形象，要去探究其实质。任何人都有可能改变职业等实现目标的方式，以达成自己确定的具体目标。所以要从人格整体中找到潜藏的统一特征，这是一种固定特征，不会被表现方式改变。这就好比从不同的角度看一个不规则三角形，看起来不同，实际却并未改变，只要认真观察就能发现这点。人的整体目标的表现方式同样不会只有一种，而这多种表现方式能让我们对其有全方位的了解。我们无法对某个人说：“只要你能做到某些事，就能让自身的优越感获得满足。”我们会在追逐优越感时，不停地变换方法。

在困难面前，唯有精神病人才会觉得：“方法只有一种，我非这样做不可。”越强大的人越懂得方法创新。

对优越感的特殊追求，不宜随随便便描绘出来，但从全部目标中归纳出了一项共同点，就是极力想变成神。我们时不时会发现，大家极力以该思想为依据展现自己，梦想能变成上帝。而变成上帝也是大批哲学家的理想，以及部分家长对子女的期望。古代的宗教训练也有这种目标，教徒的终极目标往往是努力成为神，超人思想中便包含了这种理想。有种说法称，尼采^[7]疯掉后，自称“被钉在十字架上的人”，给斯特林堡^[8]写信。疯子往往会对自己的优越感目标毫不掩饰，以中国皇帝、拿破仑自居。他们希望自己想住在哪里就住在哪里，希望获得预测未来的能力，利用无线电获得各类信息、倾听一切人类对话的能力，变成拥有超能力的超人，成为所有人关注、钦佩的对象。变成神的目标也能以合乎情理的方式表现出来。例如表现为想成为世界上最智慧的人，想拥有一种能力，可让其他生命都变得脆弱。只有成神，才能将以下愿望变为现实：一是保留凡人的生命，二是在多次轮回后重返人间，三是在一个想象的世界中永存。唯有神能在宗教领域中永生。该说法是一种意义和对生活的阐释，没必要探讨其正确与否。另外，我们对该意义的利用，有成为圣人和成为神这两种出发点。这是一种相当强烈的优越感目标，就算是无神论者都有控制神的意愿。

把优越感目标详细化，能避免在固定的生活态度中出错。此时的个人习惯与特征毫无缺陷与错误。问题孩子、精神病人、犯罪者、酗酒者的行为都很合理，都能帮自己获得优越感。他们绝不会否认自身症状，这些症状全都与其目标相对应。老师问全班最懒惰的男孩他成绩差的原因。男孩振振有词地表示：“我的懒惰能吸引您的注意，而那些不淘气、成绩好的好学生，您是不会留意的，您留意他们有什么意义呢？”由此可知，他不会改变这种做法，除非他能改变自己的目标，不再想着让老师关注自己。因为他一定要懒惰，才能实现这个目标，所以他基本不可能改变这种坏习惯。另外，这种做法在他看来一点儿错误都没有，改变却会让他显得蠢笨。另有一个男孩在家很听话，却很笨拙，很平庸，在学校也落后于其他孩子。与之相反，比他大两岁的哥哥聪明好动，但时常因冒失闯祸。有一回，弟弟对哥哥说：“与其像你这么冒失，我宁可做个笨人！”如果他因为不想闯祸，所以才表现蠢笨，那他实在是个聪明人。人们不会对他这种笨孩

子要求过高，并能在他不慎犯错时轻而易举地原谅他。如此看来，他的蠢笨是装出来的，实际并非如此。

一般所说的治疗，针对的都是疾病症状。但不管是医疗还是教育范畴的个体心理学，都不这么认为。孩子数学成绩落后于他人，只留意这种表象，寻找能提高他成绩的方法，基本没用。孩子成绩落后的真正原因可能是他想让老师关注自己，更有甚者，是他想借此逼迫学校把他开除，因为他很不喜欢上学。改变了当前的表象，他会继续为实现原先的目标，转而采用别的方法，这跟成年人的精神病有少许相似之处。头痛病患者会很好地利用自己这种病症，一旦有需要，就会让其发作。大量社交活动会被他以头痛为托词推掉。在陌生人面前，在做出重要抉择之前，他一定会头痛。他还会借助这种借口，拿家人、下级撒气。这种法子这么有用，他怎么可能弃之不用？他就这样利用自身的痛苦，实现了预期目标。所以我们能利用让他畏惧的观点，逼迫他不再采用这种方法，同时进行物理治疗，让他得以康复。但如果他还坚持原先的目标，那为了弥补自己，他就会在放弃该方法后选用别的方法。他可能会在头痛好了以后，再出现失眠等症状。不管怎样，他都能找到新症状，除非他原先的目标已经消失。一些精神病患者只需很短的时间，就能从这种症状过渡为那种症状，转变之快，让人惊讶。这些人好比收藏精神病症的专家，丰富自己的收藏，对他们来说轻而易举。所以我们不能只给他们治病的资料，还要明白他们的症状背后隐藏的目标。要找出他们的目标跟优越感的关系，而不能只停留于帮他们解决当前的问题。

我要是找到一架梯子，爬到黑板顶上坐着，肯定会被旁观者当成疯子。我为何要找梯子，为何要爬到黑板顶上，为何坐姿这么不雅，这些问题都会让他们疑惑不解。但他们若能知道以下情况，就不会觉得我疯得很过头了：我要是坐在别人头顶上，就会很自卑，因此才会坐到黑板顶上，而我要获得安全感，必须从高处俯视我的学生。我采用了一种相当聪明的方法：选择的工具十分合理，行动时又遵从计划。若不是我解释了自己的优越感目标，大家也不会认为我是个疯子。我可以不这么做，但前提是有人说服我相信，我的观点错了。可大家若仅仅搬走了我的梯子，而未能改变我的目标，我就有可能借助椅子再爬上去。要是椅子也被拿走了，我还会跳上去。精神病人都觉得自己的方法是最正确的，在这一点上，他们没有区别。他们的目标才是我们要改变的对象，他们的心理状态与行为会随着目标的改变而改变。新目标出现后，他们会有新态度，采用新方法。

以上说法可通过接下来这个案例得到很好的验证。

案例一

有位过了三十岁的女士来请求我的帮助，理由是她最近在人际交往中一直很焦虑。她被迫接受家人的资助，因为她的工作一直没什么成绩。她做过秘书、打字员等，但总是遇到向自己示爱的上级，不得不辞掉工作，摆脱他们的纠缠。后来她找到了新工作，却再度辞职。这次上级对她毫无兴趣，她却因此认为对方对自己不够重视。在大约八年的时间内，她一直在接受心理治疗，却还是没办法进行正常的人际交往，找到自己满意的工作，可见治疗并没能取得明显的效果。

不了解一个人的童年，就不能了解这个人。所以我在治疗她时，询问了她童年的生活态度。作为家中最小的女儿，她深受宠爱。她家庭条件很好，不管她有什么要求，父母基本都能满足她。我因此感慨道：“你都快跟公主差不多了，被照料得这么好。”她说：“没错，我被好多人称为小公主。”她在我的引导下谈到了自己的早期记忆：

“我四岁那年，曾看到好多孩子在外边玩，又蹦又跳，大叫大嚷：‘巫婆来啦！’我非常恐惧，回家后问女用人：‘世上有巫婆吗？’女用人点头说有，说巫婆、盗贼存在于世界每一个角落。”她从这时开始畏惧独处，在她的生活态度中，到处都能看到这种畏惧。她觉得自己是个时刻需要家人照料、支持的弱者。她还有如下最初记忆：“我有过一个钢琴男老师，他曾想要亲吻我。我吓得跑回去跟妈妈告状，之后再也不愿弹钢琴了。”由此可知，彼时的她已经有意识要跟男性保持距离，而她在性方面的终极目标便是逃避爱情，她觉得弱小的人才会爱上别人。这种观点从某种意义上说是对的，因为恋爱中的人多半都会变成弱者。他们因爱情充满柔情蜜意，苦恼多多，因为他们对爱人的留意一刻不曾停止。能逃避爱情的人都有确定的目标，随时告诫自己：“我要更强大，不能让他知道我心里想什么。”一般说来，这种人对爱情的态度不是远离，就是拒绝。我们会发现，在可能的爱情面前，这种人会借助讥讽、远离对方等行为，避免成为弱者。

在爱情、婚姻面前，这位女士同样感到自己是弱者，以至于工作中每回遭遇男性的追求，都会紧张，逃避。从头到尾，她都不知道这些问题应该怎样解决。她的安全感也在父母去世后消失殆尽。她的亲戚对她没有好感，也无法帮助她，她向他们求助根本没用。她责怪亲戚在她遇到困难时冷眼旁观，十分冷血，通过这种方式，好不容易才

得到了些许慰藉。她若失去亲戚的照料，肯定会发疯。她的优越感目标只能借助一种方式达成，就是在亲戚的照料下，光明正大逃离种种生活难题。她心底藏着这样一种念头：“我是另外一个世界的公主，那里才是我的归属，地球不是，在地球上，我得不到重视。”幸好她现在有亲戚照料，要不然肯定会变成疯子。

案例二

另有一个完美阐释了自卑情结与抑郁情结的案例。有个十六岁的女孩是我的病人，她七岁就开始偷东西，十二岁开始在外面过夜。她两岁那年，父母离了婚。她跟着母亲住到外婆家，受到了极好的照料。父母在她出生时就已关系恶劣，经常吵架。母亲对她的出生一点儿都高兴不起来，对她根本谈不上母爱，母女关系十分淡漠。见到女孩后，我们进行了友善的交谈。女孩表示：“事实上，我根本不喜欢偷东西或者跟男孩玩。我是为了让妈妈明白，我不受她的管束，才会这样做。”我问：“这是你对妈妈的报复吗？”她说是。她想证实自己比妈妈强大，但真实她却十分脆弱。她极度自卑，因为在她看来，妈妈根本不爱她。她想得到优越感，方法就是不断闯祸。由此可知，孩子往往是为向父母报复，才会偷东西或做其他错事。

案例三

有个十五岁的女孩在失踪八天后被找到，之后被带到少年法庭。在众人面前，她编造了一个无法取信于任何人的故事，她被一名男子绑架到一个房间，捆绑、囚禁了八天。有个态度可亲的医生想通过交流让她说出真相，她气愤地打了医生。跟她见面后，我为了让她误会我的兴趣点在理想上，并能帮她实现理想，询问了她的理想是什么。接下来，我又问到了她的梦。她笑嘻嘻地说：“我梦到我从酒吧出来，马上看到了妈妈，爸爸也过来了。我害怕爸爸发现我，赶紧求妈妈把我藏起来。”对于父亲，女孩既畏惧又排斥。她说谎是为了免受父亲接连不断的惩处。所以研究说谎案例时应调查一下，说谎者的父母是不是要求严格之人。若非危险至极的事，说谎都是无意义的。此事还说明，女孩愿意配合母亲。女孩之后表示，自己受到诱惑，那八天一直待在地下酒馆。她想向父亲坦白，却没有勇气，父亲对她太严格了。她时刻都能感受到来自父亲的压力。要想征服父亲，她只能采用伤害父亲的方式。

面对这些不能通过正确途径获得优越感的人，我们应如何为其提供帮助？要让这个问题简单化，只需明白人类对优越感的追求是种惯性即可。如此一来，就能设身处地感受这些人的矛盾与痛苦。他们在努力追求目标时选错了方向，所以才会做出错误的行为。人类所有行为都潜藏着对优越感的追求，人类文化的发展便以此为源头。人类的行为都遵从一条由上到下、由负到正、由失败到成功不断推进的线。但有能力应对、解决一切生活问题的，唯有为自己努力，并能造福其他人的人。同样能造福其他人的，还有其努力的方法。生活中若能采用这种方法，就能轻而易举让人醒悟。作为人类最突出的共同特征，合作还是人类权衡价值、成功的基础。包括对理想、目标、行为、性格特征的要求在内的大量合作，都有利于人类。我们很难发现哪个人一点儿社会责任感都没有，连犯罪者和精神病人对此也有了解，他们极力为自己的生活辩解、不愿承担责任等行为，都证明了这一点。可他们不敢去追求有益的生活方面，自卑情结让他们相信：“你想通过合作取得成功是不可能的。”为了肯定自身，他们一直在跟虚幻战斗，这其实是对真正生活的背离。

我们能从社会分工中发现大量能安放各种目标的空间。目标往往会有少许错误，人也多半都很挑剔，这些我们都很清楚。一个孩子或许能从数学知识中获得优越感，第二个孩子或许能从艺术中获得优越感，第三个孩子或许能从强壮的身体中获得优越感。如果一个孩子营养不良，那他最重要的问题便是营养问题。他会觉得，改良自己的身体状况，食物是一种很有效的途径，因此他也许会对食物产生兴趣，最终在营养学方面取得一些成果，乃至变成专业厨师或者营养师，都是有可能的。束缚自己的关联、对一些可能性的排斥，都跟弥补作用相符，这点已在对某些特殊目标的研究中得到证实。例如哲学家一定要置身社会以外才能思考，才能创造，但只要他的优越感中包含了社会责任感，就不会出现多大的行为偏差。

第四章 早期记忆

人格的形成

追求优越感时个人付出的努力，在人格中占据着最重要的地位。人类心灵生活的各个方面都包含了这种努力。了解这点认清个人生活态度，最少有两点帮助：第一，能选择一种行为作为研究对象，但选择不会对结果造成任何影响，结果总能彰显人格中最关键的部分；第二，语言、思想、感觉、行为都能用于研究，从而大大丰富研究素材。要在研究某种行为期间矫正鲁莽引发的错误，方式多种多样。要确定被研究行为的意义，就必须只把其当成整体的组成部分。但由于一切表现描绘的都是相同的事，因此都可以得出相同类型的答案。考古学家会搜寻古代的各类工具，努力从寻觅到的碎陶瓷、建筑遗迹、残损石碑、古籍中，发现逝去的城市生活，我们跟他们没什么两样。区别在于我们的研究对象不是已经逝去的東西，而是人体内部构造，即一种能持续用新形式展现出本来意义的活动型人格。

在一切心理学科中，个体心理学的学习、利用难度可能是最高的，毕竟要对某个人形成了解并非易事。一定要努力寻觅人格整体，一定要维持好奇心，直到整件事清晰展现出来。要从人进入自己房间的方式、微笑的模样、行走的表情等细枝末节中，寻觅所需的灵感。我们可能会在某个点上疑惑不解，但总能及时矫正、确定下来。事实上，心理治疗这种练习与试验，也是需要合作的。一定要维持对别人的兴趣，才能取得成功。要从别人的角度考虑问题，为发掘真相，不遗余力。要同时解决病人的态度及其遭遇的困难。只有当病人了解自己时，才能证明我们是对的，我们自以为了解病人是不行的。真正的真理必须要能适应任何情况，否则就说明我们的了解还不够。部分学派就是因为不明白这点，才提出了一种超出个体治疗领域的概念：负迁移与正迁移。跟一个肆无忌惮的病人在一起，放纵他或许能取悦他，却会更加刺激他想压制他人的念头。忽略他又会引发他的敌对态度，他为证明自己是对的，会拒绝接受治疗，除非我们能道歉。无论忽略他还是放纵他，都不是正确的做法。正确的做法是展现个体对同类最真实、最客观的兴趣。为实现他的幸福和其他人的利益，我们要

跟他合作，找出他的难题。我们会在该目标的指引下，不再对迁移怀有期待，不再表现得高高在上，也不再让他觉得自己没有责任。

早期记忆的影响

最能展现人心灵秘密的是人的记忆，这点已经研究证实。记忆是一种能随身携带的载体，能让人记起自己的限制与环境。一般说来，一个人的记忆都记录着他心目中的重大事件，是从数万记忆中挑选出来的，并非偶然。因此可称记忆为人的“生活故事”，人能在记忆的推动下给自己宽慰、告诫，以此追求自己的目标，在应对将要发生的事情时，也能以过去的经验和经过验证的方式作为依据。

个体借助记忆调整情绪的方式，并不那么难以发现。在困境中感到消沉的人，会回想起过去的相似经历。例如悲观者的记忆基本都是悲观的，乐观者的记忆却基本都是乐观的，会使其更加乐观，在困境中，他会利用记忆让自己的心情平静下来。因此梦能达成的目标，记忆也能达成。在关键的选择面前，有些人会梦到自己已摆脱艰难的处境。在他们看来，选择是一种磨炼，是能在最短的时间内获得成功感受的途径。所有人都遵守相同的原则，所以他们心情的构造与平衡会对个体心情的变动发挥作用。回忆自己过去的成功，能让抑郁者走出抑郁。而把自己的生命当成悲剧的人，必然只会对悲惨的事留下记忆。记忆跟生活态度步骤统一。若在优越感目标的推动下，某人觉得别人都很轻视自己，那受辱的经历肯定会充斥他的记忆。生活态度的变动，会让其记忆也跟着变动。他的记忆会有不一样的事件，如若不然，记忆中同样一件事，在他那里便会有不一样的诠释角度。

早期记忆关键至极。首先，记忆会真实记录下人的生活态度源头和最简单的表现方式。记忆能作为判断以下问题的依据：某个孩子有没有被忽略，有没有被溺爱，他能不能跟其他人合作，他愿意跟什么人在一起，他遭遇了何种问题，解决方式如何。一个视力差、极力想看清楚的孩子，会有很多跟视觉有关的记忆。在谈到自己的记忆时，他也许会这样说：“我认真观察四周……”他可能会把各类形状、颜色都描述出来。一个行动不方便、迫切想要运动的孩子，也会在记忆中展现这种念头。童年时期便产生的深刻记忆，必然与本人的兴趣相符，所以要了解其兴趣，才能明白其目标与生活态度。从该结论可推断出，在心理治疗中，早期记忆占据的地位相当重要。不仅如此，孩

子跟父母或其他家人的关系如何，也能在早期记忆中得到体现。记忆的重要之处在于，其展现了人心底的思想：“我一早就这样了”，或是“我在童年时期就知道世界是这样了”。至于记忆是不是正确，却并不重要。

对最早发生的事情的记忆和描绘记忆的方式，是记忆中最重要两点。人的人生观以最初记忆为基础，我们能从该基础上找到此人发展的起点。

在对人格进行研究时，务必要考虑最初记忆。就算是以下情况，也能给我们带来启示：有人会表示自己不能确定事情的前后顺序，或是根本不复记忆。这些情况能作为判定其对该题目有无兴趣，或有无合作意愿的依据。一般说来，人的最初记忆都是没有特殊寓意的简单事实，人们很愿意谈到它们。对于自己的最初记忆，大部分人都并不了解。人们通常会在记忆中表现出跟其他人的关系、生活目标、对周围环境的态度。我们要深入研究最初记忆，其中有大量可用信息。可让各个班级的学生分别写出自己的最初记忆，明白了这些最初记忆，就获得了有效信息。

为证实该结论是正确的，接下来说几个案例。若我们只了解被研究对象的最初记忆，对他们的其他状况一无所知，为验证我们从他们的性格中找到的有用信息，可对他们性格的其他表现方式加以利用，这可以算作提升我们判断能力的一种训练。我们要有能力分辨真伪，同时一定要明白该怎样进行比较，特别是以某个人受到的训练为依据，为以下几点做出判断：他是不是愿意合作，他是很胆怯还是很自信，他是不是独立，他是只想得到还是愿意付出。

案例一

一定要留意他的最初记忆中出现的人物：“因为我妹妹……”从这种描绘中能断定，他的妹妹曾带给他不快，他跟妹妹应该是像竞争对手一样的对立关系。这种关系给他带来了麻烦，因为孩子不会跟与自己存在对立关系的人合作。不过，他们也有可能是很好的朋友，上述推测不一定成立。

“因为我妹妹很小，我要想出门，一定要等她长大。”他们果然存在对立关系。不妨对研究对象的心理做这样一番推测：“我一定要等现在还很年幼的妹妹长大后才能出去，我的自由被妹妹破坏了！”

如果这种解释成立，研究对象的感受就很清楚了：“被人束缚相当于失去自由，这对我而言，堪称最恶劣的事。”由此可知，研究对象是女孩的概率比较高。

“我们之后站在相同的起点上。”对于女孩，这种教育并不科学，或许会让她觉得，自己一定要等妹妹，只因为妹妹年幼。由始至终，女孩都对该解释深信不疑。她认为自己很不受重视，总在让着妹妹。她很可能会把怒气发泄到母亲身上。除此之外，这还可能拉近她和父亲的关系。

“我还记得妈妈提到，我们第一天去上学，她觉得非常孤独，到了下午，她盼着我们能早点回家，隔一会儿就要去门口看一看。”我们能从这种描绘中发现女孩了解了母亲的忐忑，而母亲这样做并不理智。母亲很明显是位慈母，对此女孩也有体会，可女孩的安全感却如此匮乏。如果能跟她交流一番，我们可能会从她口中听到，她母亲对妹妹更加偏爱，的确有很多最年幼的子女在家里最受宠。我们能从所有对记忆的描绘中发现，对于妹妹，这位姐姐持敌对态度，觉得妹妹是自己的障碍，因为这个缘故，姐姐或许还会嫉妒妹妹，因此不必奇怪姐姐可能会对年轻女子心存厌恶。不少人都害怕变老，面对年轻的同性，有些女性还会产生嫉妒心理。

案例二

“爷爷的葬礼是我的最初记忆，当时我三岁。”一个女孩这样说起自己的记忆。从中能够看出，死亡在她脑海中留下了深深的烙印。这表示，她眼中最危险的事非死亡莫属。她从种种事实中得出结论：爷爷会死掉。从中还能推测出，她爷爷肯定非常宠她。祖父母只想通过孩子的依赖，让自己的内心获得满足，这种心态跟父母不一样。从当前的文化中感知自己的价值，对老年人来说颇具难度，所以为表明自己的重要性，他们会借助暴躁易怒等方式。这个女孩难以接受爷爷的死，因为爷爷对她宠爱有加，这点不难理解。

“我还记得他睡在棺材里，面色惨白，肢体僵硬。”让三岁的孩子，而且是在一点儿心理准备都没有的情况下看见一具尸体，很不妥当。另有不少孩子也都表示，看见尸体的感受太难忘。为摆脱这种阴影，他们想出了各种方法。很多孩子觉得医生能跟死亡对抗，便立志要做医生，这就是为什么大多数医生的最初记忆中都有死亡。女孩拥有敏锐的视觉，她将尸体留给自己的记忆描绘了出来。

她看到了这样一幕：“然后棺材被人放到墓穴里，有些绳索被拉出来。”可见，她的确拥有敏锐的视觉。“那一刻，我害怕极了。之后每回收到消息，有个熟人去了那个世界，我都会吓得哆嗦。”这还是死亡给她留下的记忆。

如果我有机会询问她的理想，她可能会说：“做医生。”她要是露出迷茫的神色，我会问：“做医生或护士，你认为如何？”以此引导她。她惧怕死亡，为了弥补这种惧怕，才会把死亡说成“去那个世界”。她的描绘告诉我们，她跟爷爷十分亲近，她拥有相对敏锐的视觉，死亡给她留下了很深的记忆。“我们都将死亡”是她记忆中的客观事实，但人不应只把兴趣放在死亡上，而应多关注其他事。

案例三

“我三岁那年，父亲……”她的最初记忆始于父亲，据此可推测对于父亲，她拥有比对母亲更浓厚的兴趣。人在发展期的第二阶段，才会对父亲产生兴趣。由于最初母亲和孩子的合作更多，因此孩子最早感兴趣的是母亲。孩子的心理活动本应以自己依靠的母亲为核心，若非做母亲的非常失败，这个女孩也不会把更多的兴趣放在父亲身上。这说明孩子对自己的境况很不满，这多半缘自弟弟妹妹的降生。要证明该结论，就要明确她的记忆中有没有婴儿诞生。

“爸爸给我们买了两匹矮种马。”女孩不是家里唯一的孩子，这点一定要留意。“爸爸把马牵过来，大我三岁的姐姐……”要更正一下上述解释，我们误会这个女孩还有弟妹，结果她才是家里最年幼的孩子。她之所以会想起父亲买矮种马这件事，可能是因为姐姐在母亲那里更受宠。

“姐姐牵着马走在大路上，高兴极了。”这是一种非常自得的姿态。“我的马老跟在另外一匹马后头，跑得非常慢。”因为前头是她姐姐。“我被绊了一下，被马拖着跑。一开始那么高兴，最后却如此扫兴。”姐姐获胜了，方方面面都是如此。据此能推测出女孩的心声：“我一不小心，姐姐就会占据上风，打败我。我要获得安全感，只有一个法子，就是先发制人。”据此也能推断出，她对父亲感兴趣是一种无奈的选择，因为母亲偏爱的是姐姐。

“尽管姐姐后来没有我骑术精良，但那次经历却给我留下了永恒的阴影。”我的推测已全部得到证实，姐姐和妹妹存在竞争关系，妹

妹觉得：“我要赶超她，不能老让她领先。”我曾对年龄较小的孩子多半会有竞争对手，且本身十分好胜的结论做过推导。这个女孩便是如此，她的经历再三告诫她：“落后于他人十分危险，我要时刻占据首位。”

案例四

“大我十八岁的姐姐带我参加各类宴会、社交活动，便是我的最初记忆。”这说明女孩对自己处在社会中有所感知。相较于其他人，她对合作更具热忱。大她十八岁的姐姐扮演着好像母亲的角色。姐姐是全家最宠爱她的人，并让她对身边的人产生了兴趣。

“我有五个哥哥姐姐，姐姐是唯一的女孩。我出生后，被她拿去卖弄，也很顺理成章。”我们的推测好像偏离了事实。相较于做贡献，被当成卖弄工具的孩子更感兴趣的是“获得别人的赞赏”。“因此姐姐带着当时还很小的我走遍了各个地方。姐姐总爱强迫我说话，如‘把你的名字说给这个小姐姐听’，这是我仅有的记忆。”这种错误的教育方法或许会让孩子变成口吃或遭遇语言方面的难题。对孩子讲话过度留意，往往会给孩子带来重压，让其对自身行为投入太多精力，期望得到别人的了解，最终变成结巴，再也不能跟人正常交流。

“我记得家人会在我无法说出自己的观点时责备我，我因此对外出或交流很是反感。”我们最初的推测错得相当彻底。她的记忆隐藏的真正意义是这样的：“我很反感姐姐带我参加社交活动，因为在此期间我有过太多不愉快的经历。”能够看出，时至今日，她还是很反感跟人交谈。不仅如此，她对这种事怀有厌憎情绪，对自身行为相当看重，不想承受太大压力，因此不愿变成别人卖弄的工具，这导致她成长为与众不同、自我封闭、不愿与人交往的人。

案例五

“我对四岁那年发生的一件事念念不忘，当时曾祖母过来探望我们。”之前论述过祖父母往往对孙辈宠爱有加，但曾祖母会如何对待曾孙辈，尚未提及。“她过来后，我们会拍一张全家福的照片，把四代人都拍进去。”女孩应该是对家庭兴趣浓厚的爱家之人，否则不会对曾祖母过来探望他们、拍照片的事有这么深的记忆。如果这种推测成立，女孩可能会对家庭以外的合作感到手足无措。

“我清楚记得，我们开车来到一家照相馆，它位于另外一座镇上。之后我换了一件外衣，上面绣着白花。”这个女孩可能也有十分敏锐的视觉。“我跟弟弟先拍了一张合照，然后再拍全家福。”她对家的兴趣再度展现出来，弟弟也是家庭成员之一，姐弟二人肯定有很多交集。女孩又开始回想那时的情景：“弟弟坐在我旁边的椅子扶手上，手里拿着一个红色的球。我站在一旁，手里什么都没有。”女孩的心理显现出来了，她在给自己暗示：“大人们对于弟弟更加偏爱。”能够想象，弟弟会抢走原本属于她的爱，因此她对弟弟的出生很是反感。“大家叫我笑一笑。”她真正的意思是：“大家叫我笑，但我不认为哪里值得笑。他们安排弟弟拿着红色的球，坐着椅子，我却什么都没有。”

“拍照时，其他人都摆好了姿势，唯独我脸上没有笑容。”女孩在抗议家人对自己的不公。她在回忆期间，时刻不忘说明家人对她的态度。“弟弟很聪明，大家说要笑，他就笑得非常灿烂。而我对这张照片总也喜欢不起来。”我们能从她的案例联想到自己的生活态度，总在尝试用自己相信的事为其他事做出解释。她从不喜欢拍照，就因为这段不快的拍照经历。从中还能看出，人往往会用自身经验解释自己厌恶某事的原因。我们从女孩的记忆中推断出两点：她有敏锐的视觉，她非常恋家，后者更加关键。家庭是她大部分最初记忆的源头，她可能会在步入社会后难以适应。

案例六

“三岁半时，我遭遇了一起意外事件，这成了我的最初记忆。当时，我们都对苹果酒喜爱有加。为了取悦我，家里一名女雇工带我去了地窖。”发现苹果酒储藏在地窖中是件非常有意思的事，因此那次经历就像一次探险。据此能推测出两种结论：一是这个女孩很愿意进入新环境，那很刺激，这说明她很有勇气；二是人们会因某些人的诱惑而堕落。我们会根据之后的记忆进一步推测。“我们自己动手，以便喝到更多苹果酒。”女孩的确很有勇气，很独立。“我们很快就觉得两腿发软，走不了路了。我们还碰倒了苹果酒，地窖变得湿漉漉的。”一名禁酒主义者的形象清晰呈现出来。

“我厌恶苹果酒和各类酒精饮料，可能就缘自这件事。”她的生活态度居然因一起意外事件发生了改变。这件事会引发这种结果，真让人难以想象，但女孩却是这么认为的。从中能够看出，这是个独立、愿意改正错误、擅长学习的女孩。在日常生活中，她也是这样的

人。她好像在说：“我犯过错误，又及时改正了错误。”若果真如此，她的生活态度便是这样的：独立，有勇气，一直坚持改正错误并改善自己。这很值得我们学习。

我们在谈到以上案例时，只是在训练自己的推断能力。要推导出最终结论，一定要联系更多表现。为掌握从其他性格表现中获得有用信息的方法，接下来说说另外几个案例。

案例一

有个三十五岁的男人是个神经焦虑症患者，每次离家都会非常焦虑。他也尝试工作过，但一走进办公室就会焦虑，整天呻吟不止。他的焦虑唯有在他回家跟母亲相伴时，才会暂时中止。他这样提及自己的最初记忆：“四岁那年，我经常坐在窗前，饶有兴致地看着大街上正在勤奋工作的人。”这表明他对工作中的人兴趣浓厚，希望成为他们的观众。只有让他觉得自己能跟其他人共同工作，才能改变他的生活态度。过去他认为自己仅有的生活态度，就是从别人那里得到帮助。要改变他的人生观，要批判他的观点，要让他明白那是错误的。在改变他的观点这件事上，药物、手术都没有用。不过，我们可以提议他选择自己有兴趣的工作，这就需要对他描绘的内容进行研究。我们在观察中发现，他要看清四周的东西，一定要聚精会神才行，因为他的近视十分严重。这导致工作中每次出现状况，他的精力都不在工作，而在“看”这件事上。但这并不重要，康复之后，他找到了实现自身价值的方式：经营画廊。

案例二

有个三十二岁的男人来接受治疗，他得了癔症性失语症。两年以来，他都无法讲话，只能发出很细微的声音。当初他走在街上，不慎踩上香蕉皮摔倒了，之后又被出租车撞到了。他呕吐了两天，从此患上了难以治愈的偏头痛。他有很大概率是脑震荡了，但这可不会让他说不出话来。他在事后八天都说不出话来，便控告了出租车司机，要求对方负全责，还要求出租车公司赔偿自己的损失，可审判结果直到现在都没出来。显然要是此次事故真让他失去了一种器官功能，就能大幅提升他打赢官司的概率。由于他的确无法再大声说话了，因此说他诬告是不成立的。那次事故过后，他可能确实发现自己的语言功能不如从前了，但并未想过有没有改善的必要。

一名喉科专家也检查不出他有什么毛病。他提到自己的最初记忆是这样的：“我在摇篮中晃来晃去，然后钩子脱落，摇篮掉下来，我也摔下来受了伤。”他一直在突出摔倒这件事，但任何人都不会愿意摔倒。由此可知，在他心目中，摔倒非常危险，且吸引了他所有关注。“妈妈在我摔下来后跑到房里，神情紧张。”他在用摔倒的方式引起妈妈的关注，其中还隐藏着责备：“妈妈并未好好照料我。”出租车司机和出租车公司的责任同样是没好好照料他，两件事的道理是相同的。这种生活态度说明，他幼时备受宠溺，对别人的照料充满向往，从未改变。“我五岁时摔下高二十英尺的楼梯，五分钟说不出话来。”可知他十分容易丧失语言功能，觉得摔倒引发这种结果顺理成章，但我们却不能把摔倒视为他的失语症的病因。这种过往导致他一摔倒就不会说话了，已经成了习惯。要改变他这种错误观念，让他明白摔倒并不会导致语言功能丧失，这样他的症状才会消失。另外，他在那次事故后丧失语言功能长达两年，这很不合理。他一直想不明白这件事，个中原因就藏在他的记忆中。他说下去：“妈妈跑过来，神情紧张，太紧张了。”他妈妈被这两次意外吓得魂飞魄散，将大量注意力都放在了他身上。获得他人的关注与关怀，便是他的目的所在。他想为自己的悲惨遭遇找个能承担责任的人，这点我们能够理解。这是所有被惯坏的孩子在意外事件发生时的统一想法，不过具体做法未必是丧失语言功能，每个人各不相同。这位病人的失语症是他独有的，是他生活的组成部分。

案例三

我经常收到一位男士的求助，他二十六岁了，说自己无法找到理想的工作。八年前，在父亲的帮助下，他成了一名经纪人。最近，他辞掉了这份工作，因为他对此一直提不起兴趣来。他想努力获得一份新工作，无奈始终没能成功。他表示，自己既失眠又轻生。辞掉工作后，他去过另外一座城市，想在那里创立一番事业，但很快又回来了，因为他母亲得了重病。

我们通过他的遭遇推测，母亲对他十分宠溺，父亲却对他十分严厉，他的做法可能是在抗议父亲。之后又得知，他是家里唯一的男孩，且是年纪最小的孩子。他的两个姐姐一直想掌控他，父亲也对他吹毛求疵，家庭给了他不小的压力。家里对他态度和蔼的，只有母亲。

十四岁那年，他才进入学校，后来又被父亲送到农业学校，因为父亲准备收购农场，想让他帮自己的忙。在学校，他成绩非常好，可做一名农民并非他的梦想。之后，他在父亲的安排下做了一名经纪人。对于这一行，他并无兴趣，却因为母亲的缘故，坚持了八年。

童年时期，他很懒惰，也很胆怯，对孤独、黑暗心存恐惧。一个懒孩子身旁肯定有个人照料他的生活，一个畏惧孤独、黑暗的孩子身旁肯定有个人宽慰他，母亲便是他的这个人。他觉得人际交往很复杂，但他本人却是个八面玲珑的人。他对爱情、婚姻毫无兴趣，因为父母让他相信结婚不会让人幸福。

父亲还想迫使他继续做经纪人，他却想成为一名广告人，这是他的理想，但他觉得要想从家里获得物质、精神方面的支持是不可能的。他的做法无处不在彰显对父亲的抗议。做经纪人时攒的钱足以让他自立门户，他本可以用这些钱学习怎样成为一名广告人，但他之前并没有这种想法，他要到这时才想到，把这当成一把锋利的剑，跟父亲对抗。

他的记忆说明他幼时被惯坏了，且从未停止跟父亲对抗。他回想起自己曾在父亲开设的饭馆中工作，总是把这张桌子上的盘子挪到那张桌子上，还会把它们全都清洗一遍，这是他的乐趣。父亲却为此怒不可遏，打了他一巴掌，当时有很多人在场。他跟父亲的对抗就始于这一巴掌，这种对抗还被发展成了战争。对他来说，让父亲受伤，满足自己，才是关键所在，而工作并不重要。

要了解他何以会轻生，同样并非难事。通常说来，自杀者都会有自责。他每回产生自杀念头时都会想：“父亲真是凶恶。”他把父亲当成了自己在工作中受挫的罪魁祸首。不管父亲让他做什么，他都会抗议，但他并无独立创立一番事业的能力，他太喜欢依赖别人了。对于工作，他持游戏态度，很不认真。他之所以表现得好像很想找工作，是因为他觉得母亲对自己很友善。但他的失眠也源自他对父亲的抗议吗？

失眠会让他第二天工作时不能集中精力，这样他便不能工作，让父亲得偿所愿。他原本能清楚说出工作和被管束都非自己所愿，但他却心存顾忌，这是因为他想到了母亲，还有家里的经济条件。他要是彻底放弃工作，家人就会彻底放弃对他的支持，把他视为毫无价值的人。于是，他要用失眠作为自己的借口。

他一开始说自己从来没做过梦，之后又提到自己常常做这样一个梦：一个人往墙上扔球，然后球再被弹回来。如何在这个平凡的梦和他的生活之间建立关联？我问他：“之后发生了什么？对球被弹回来这件事，你有什么看法？”他说：“每次球被弹回来，我就醒了。”合乎情理的解釋出现了，这个梦就是让他从梦中醒来的闹钟。他认为，所有人都想逼他做自己不想做的事。在梦中，他看到有个人往墙上扔球，随即他便醒过来，失眠了。到了第二天，他就没有力气工作了。这便是他跟父亲委婉对抗的方式。他的行为表面看来相当聪明，实际对他人、对他自己都没什么好处，因此需要矫正。

他在说出这个梦以后，就不再做相同的梦了，但他表示自己还是时常会在夜半醒来。他不再做这个梦，是因为明白自己的伎俩会被人看穿，可他依旧希望自己翌日会毫无精神。除了缓和他与父亲的矛盾，什么方法都帮不了他。要先让他别再把精力都放在跟父亲对抗上，然后才能解决他的问题。我首先认同了他的做法：“做错的是你父亲，我不赞成他用这种方式干预你这么多，他可能也应接受治疗。不过，你要改变他，是不可能的。例如下雨时，你能做的不就是打伞或是搭乘出租车吗？莫非你想跟雨抗争？你现在的做法就好比跟雨抗争。你有能力，这我明白，可这同时也是在伤害你自己。”我对他在事业方面犹豫不决、不珍视自己的生命、出走、失眠这些做法做了解析，然后跟他说，在向父亲泄愤时，他本人也受了伤。

我诚恳地建议他：“今天晚上在自己随时会醒来的念头中睡下，你明天肯定没有精神。不妨想想你不能工作，让父亲暴跳如雷是什么情况。”我希望他能留意到，怎样让父亲受伤，已成了他每天关注的焦点。只有让这场战争停止，治疗才能开始。他已经被惯坏了，不管是我们还是他自己，都已清楚了解这一点。

这是一个十分类似于俄狄浦斯情结的案例。这个年轻人对母亲充满依赖，却时刻想着怎样让父亲受伤害。这缘自母亲对他的宠爱和父亲对他的吹毛求疵，与性别无关。他对自身处境估计错误，他的这些做法不是亲缘关系所能阻挡的。他的苦恼来源于他本人的经验，跟杀掉酋长的野人的本能没有关联。所有严父慈母教出来的孩子，都有可能步他的后尘。他想让父亲受伤，自己却不能独立，这就是他的生活态度的起因，一点儿都不复杂。

第五章 梦

梦的解析

人人都会做梦，可让人疑惑不解的是，大家对梦却没有多少了解。作为人类频频出现的内心活动，梦让人好奇，但梦真正的意义，大家并不知道。梦在部分人看来，必然隐藏着很大的秘密，具有某些意义，对于梦的内容，这些人相当重视。人类对梦兴趣浓厚，在远古时期就开始了研究。可对于人为什么会做梦、梦中人的行为，人们多半不够了解。在阐释梦的意义这一领域，我只知道两种既科学又通俗的理论，分别属于弗洛伊德学派和个体心理学派。公开表示自己的解释百分百科学的，唯有个体心理学派。

此前对梦的解析虽不科学，但也展现了古代人对梦的了解与态度，因此还是有意义的。人对梦怀有的想象，能帮助我们探寻梦的目的，毕竟梦是人类心灵的创造活动。我们很快发现，梦在人们眼中，好像是对未来的预言。借助梦，先人、精灵、神鬼向人类施加作用，提供指引。古代解梦的书会把梦当成做梦者命运的预言。原始民族把梦当成预言与预兆的承载体。

希腊人、埃及人为做能指导日后生活的梦，去参拜神庙。这类梦被他们当成消除身体折磨或精神折磨的良方。美洲印第安人为了做梦，事先会举行相当复杂的宗教仪式，包括斋戒、沐浴、执行圣礼，等等。之后对梦的解析，又会指导他们的行动。梦在《旧约》中始终被当成对未来的预示。现在还有很多人表示，自己做的不少梦都实现了。这些人相信自己在梦中能够预知未来，通过某一渠道，梦把他们带到将来，预测将要发生的事。

这些观点在科学上都不成立。我从最开始研究梦时就明白，相较于能借助梦预测未来的人，能在清醒时彻底掌控自己身体功能的人要厉害许多。梦并不能预测未来，不仅如此，梦还能让人陷入混乱的思绪，这点显而易见。但还是有不少人把梦和之后出现的事关联起来，对于这点一定要予以重视。该现象从另外某个角度说，可能是成立的。客观、理智或许能让人们留意到，梦在提示人们重视平时无视的

一些事。在部分人眼中，解析梦能找到解决问题的方法。这并不表示梦能预测未来，只说明这种人是为了获得引导才做梦。这种人想解决何种问题，想从梦中获得什么，这些都要搞清楚。相较于从梦中获得的解决问题的方法，清醒时获得的方法肯定更出色。人们真正期待的，不过是实际中的问题能在梦中得到解决。

弗洛伊德学派对梦的研究

弗洛伊德学派认为，梦能在人们努力做出科学解析的过程中获得意义，但这种解析已让梦脱离了科学范畴。如弗洛伊德持有如下观点：人们白天、夜里的心理活动中有个间隔，潜意识跟意识相背离，梦的规则也跟人们白天的心理活动相背离。上述对立说明，心灵遵从的并非科学规则。相关案例有很多，例如某些概念在原始民族和古代一些哲学家眼中完全相反。在精神病人处，这种对立更加突显。人类意识中存在大量对立，左和右、冷和热、男和女，诸如此类。但科学并不认为这些相互背离，说它们都是同类事物，只是形态不一样而已，一如量表在理想状态中的各个刻度。据此可以说，好与坏也是同种事物的两种形态，并非相互背离的，睡与醒、白天与夜晚的思维活动也都不是彼此对立的。

弗洛伊德学派还把性当成梦的背景，这是他们的理论中另外一个难点。该理论从人们的主观努力中切分出了梦，若其成立，梦就不是人类人格表现的全部，而只是其中的组成部分。而弗洛伊德学派还表示，梦能揭示人在潜意识中想寻求死亡。他们也察觉到本派最初的解释不够科学。可能这种观点并非完全错误。人经常想借助梦解决问题，这说明人缺少勇气，这点大家都了解。可梦展现人的性格，人们无论如何都看不出来，因此无法承认弗洛伊德学派的观点。更何况梦中的事物与梦以外的事物好像是两个范畴，一点儿相同之处都没有。但有意思的是，人们从弗洛伊德学派的观点中得到了很多启发，颇具价值。例如梦并不重要，重要的是梦中隐藏的思想。个体心理学派也有相似的观点。该观点忽略了对人的性格关联性与人在各类活动中展现的统一性的了解，而这原本是一项科学要求。

弗洛伊德学派在对几个关键问题做出解释时，暴露出了一些不足：“为什么人会做梦？”“做梦的目的何在？”做梦是为达成尚未达成的心愿，心理分析学派这样解答，但这无法解决所有问题。若是

做了一个难以理解的梦，却不解析，任凭其被遗忘，那这个梦的意义何在？人人都会做梦，可是能理解梦的人并不多。既然如此，梦能让人们获得什么？在以下情况下，人们也许能明白梦发挥的作用：某人在梦中经历的事，跟自己日常的生活环境完全相符，却迥异于自己清醒时的经历，而这会让其感受到快乐。而这会导致人的性格失去统一性，导致梦无法再指引清醒时的生活。梦必须跟做梦者契合，毕竟梦中和清醒时都是同一个人。可有些人惯有的性格与其在梦中展现的期待难以建立关联，这些人往往是被惯坏的人，总爱对以下问题刨根究底：“生活能给我什么？我要想得到它们，应该怎么做？”为满足自己，这些人或许会做梦。在被惯坏的孩子身上，弗洛伊德学派的观点都是成立的。在这些人看来，其他人都很多余。不管在什么时候，不管什么人，都不能否定他们。他们会疑惑：“我的邻居爱我吗？我为什么要善待他们？”弗洛伊德学派的研究就建立在这种人的共同特征基础上，该学派对该特征的重视已超出了限度。但想获得满足仅仅是众多追求优越感的方式中的一种，并非所有人都有这种想法。而通过研究梦的目的，我们将更容易发现被遗忘的梦与不能解析的梦带给我们的东西。

个体心理学派对梦的研究

我对梦的意义的研究始于二十五年前，这个问题在当时还非常难解。梦要跟人的其他活动统一，其跟清醒时的活动并非截然相反。白天努力追求某种优越感目标的人，到了夜里也是一样。大多数梦给人的感觉就是在做任务，一如追求优越感目标。梦产生于生活态度，因此能让生活态度变得更加稳固。

梦的目的

要明白做梦的目的，可参照这样一种情况。通常人们会在早上忘掉梦的内容，好像自己根本没做过梦。忘掉的是全部吗？不是，还有梦留下的感觉。人们只剩了这种感觉，却忘了梦的具体内容，解析梦也就变成了不可能。而梦的目的就包含着梦留下的这种感觉。人的感觉与生活态度是统一的。尽管并非百分百相同，但白天的心理活动与夜间的心理活动也无显著差异。简而言之，梦中与现实情景短暂脱节，是其唯一的差异，但这并不意味着梦与现实完全脱节。人们在睡眠期间依然处在现实中，以下几种情况都能很好地证明这点：外界干

扰会影响人们的睡眠质量，已睡着的人还是会为了避免掉下床而掌控自己的身体；妈妈不会被大街上的嘈杂声音吵醒，却会因自己的孩子动了一下醒来。睡眠期间，人们跟外部世界的接触还在继续，但没有清醒时那么强烈、频繁。梦中，人们独自一人，将社会的要求远远抛开，因此不会再顾及外部环境。

必须排除紧张情绪，坚信自己的问题都能解决，这样才不至于干扰睡眠。梦也在干扰睡眠。事实上，人们只有在以下情况下才会做梦：在现实的压力下，人们在梦中不得不思考怎样解决自己的问题，因此陷入困境。解决做梦者当前的问题，便是做梦的目的。接下来说在梦里解决问题的方法。少了现实场景束缚的问题显得比较简单，而获得解决方法对做梦者要求也不高。做梦的目的是支持生活态度，刺激身体产生类似的感觉。但生活态度为何需要支持？它是不是受到了什么东西的攻击？除了现实与常识，没有什么能攻击它。因此，避免现实条件束缚生活态度，就是做梦的目的。若某个人在现实中遇到某个问题解决不了，便会在梦中坚持自己的这一观点，这种情况很常见。

这点初看好像背离了社会现实，其实不然。人们在清醒时是什么感觉，在梦中就是什么感觉。若某人遇到了一个问题，无法在现实中解决，便想通过一种很不现实的生活态度解决，那他必然会寻觅种种证据，证实该方式合理且有效。例如想不工作、不努力、不做贡献就发财的人，或许会走上赌博这条路，明知这种危险的事会让自己失去一切，却存着侥幸心理。他心里想的全是钱，想象自己过上了让人艳羡的富裕生活，汽车、华服、美食一样不缺，这让他激动不已，从此走上了赌博这条路。在现实生活中，这种事还有很多。例如我们正在工作，有人提到一部精彩的电影正在上映，我们便会想去看电影，不想工作。恋人都会想象自己和对方的将来，乐观的人会想象得很理想，悲观的人会想象得很可怕。这种想象不可避免，根据想象，可以断定其是乐观者还是悲观者。

只有感觉残留的梦对现实有何作用？梦总是背离常规，不想被感觉欺骗的人基本不做梦，他们解决问题时，会一直坚持科学方式。而不尊重常规的人解决问题时，却不愿采用科学方式。常规是合作的组成部分之一，合作能力低下者多半都对常规没有好感。他们时常做梦，在现实生活中遭遇问题，一心只想逃避，生怕自己的生活态度会遭到否定。由此可知，人想在自己的生活态度与现实问题间建立联

系，同时又不想对生活态度提出新要求，所以才会做出一种新尝试，即做梦。生活态度必然会刺激人产生期待，而梦便由生活态度掌控。人梦到的事物存在于本人的行为特征中。做梦与否不会对人们解决问题的方式造成影响，但梦却会支持人的生活态度。

如果这点成立，我们就在梦的研究中取得了关键成就。梦全都是对自己的欺骗、麻痹与催眠。让人们产生准备解决某种问题的情绪，便是梦的全部目的。梦中展现出的性格与做梦者平日的性格完全相符，不仅如此，梦中还会展现出，做梦者好像正在为白天将要用到的各类感情做性格加工的准备。如果以上观点成立，便可根据梦的构成与应用判断该行为是对自己的欺骗。

我们真正的发现是什么？一是选择梦中的场景、事件、意外，这种选择上文中谈到过。回忆往事就是整理自己过去经历过的场景与事件。根据自己的心意从记忆中挑选出来，且能支持自己达成优越感目标的事件，便是所谓选择。我们在构造梦时选择的事件必须满足下列要求：与生活态度统一，并能在遭遇问题时展现生活态度的要求。我们的生活态度跟遭遇的难题建立关联，便产生了这种选择。梦中的生活态度十分专断，不肯妥协，但只有利用常理，才能解决现实生活中的难题。

梦的构成

谈到梦的构成，主要包括隐喻与符号，古代人就已发现了这点，到了现代，弗洛伊德又予以强调。就像一位心理学家说的那样：“在梦中，我们都是诗人。”但梦的表达语言为何是隐喻与符号，而不是直接简单的语言？因为直接表达就不可避免要遇到常理。隐喻与符号可能会很荒诞，能联系起各类意义，能同时表达出包括一种虚幻事物在内的两种事物，得出的结论也可能很荒谬，用于刺激产生某种感觉，这在现实生活中很常见。例如想让别人改正错误，便说：“别这么幼稚！”或是：“你又不是女人，干吗要哭？”比喻会用到所有能表达感情的无关事物。身材高大的人会对惹恼自己的矮个子说：“你是只配爬在地上的毛毛虫。”他的怒气便通过这个比喻表达了出来。

在利用隐喻这种美妙至极的语言工具时，自欺欺人不可避免。荷马写希腊军队征战沙场，好像凶猛的狮子，给人的感觉很夸张。他不愿说出真相：战士们都又累又脏，在战场上爬。他希望在我们的想象

中，战士们都是凶猛的狮子。我们明白战士并非狮子，可这些诗歌之所以打动人心，就是因为诗人们不曾描写如下琐碎细节：战士们气喘吁吁，满头大汗，驻足整顿，逃避危险，身上的盔甲残破不堪，等等。比喻的目的是美化、想象、幻想，但有一点一定要注意，无论何时，生活意义错误的人利用隐喻和符号都会很危险。

考试前夕，学生务必要鼓足勇气，把自己的能力全部发挥出来，就是这样简单。然而，若是他因为自己的生活态度，想要逃避这场考试，或许就会做一个自己正在打仗的梦。一个原本简单的问题，就这样变成了十分复杂的隐喻，如此一来，他的恐惧就有了充足的理由。他也可能会做一个站在悬崖边上的梦，不想摔死，就要往后退。他骗自己说考试就好比悬崖，因为他要逃避考试，一定要产生某种情绪。该案例还有另外一种梦中常用的方法，即将一个问题精简至只余下一部分，将这一部分视为原先问题的全部，通过隐喻展现并处理。而另一名或许更有勇气，目光更为长远，期待能在考试中取得好成绩。可他因为自己的生活态度，还是想得到支持和对自身的再度肯定。考试前夕，他做了一个梦，站在山顶上。这是一种极为简单的场景，只展现了他所处生活环境的一小部分。他的问题对他来说重要至极，可是除了他对成功的期许，其他很多方面都被摒弃了，他因此获得了对自己有利的感觉。第二天早上起床时，他精神焕发，心情愉悦，并获得了比之前更大的勇气，成功为自己减压。但这种对自己的再度肯定却是一种自我欺骗，他仅仅是引发了一种自信的情绪，而非利用常理尽可能正视问题的方方面面。

引发这种情绪的情况相当常见。跃过一道小河之前，有些人会数一二三。数这几个数很重要吗？过河和数数有必不可少的联系吗？不，二者毫无联系。数数仅仅是为了引发情绪，集中力量。人类内心本就存在各类方法，用以执行并稳固生活态度，引发情绪是最关键的方法之一。不管白天还是黑夜，这项工作始终在进行，只是在黑夜或许更加突显。

接下来说说是如何用梦进行自我欺骗的。战争年代，我出任了一家精神病院的院长，该院专门收治患有精神病的战士。我尽量安排那些不能再打仗的战士做些简单的事，让其放松。我取得了很大的成功，战士们明显放松了很多。我曾治疗过这样一名士兵，身体十分强壮的他，情绪却极其低落。我为他做了检查，在如何治疗他一事上举棋不定。我自然希望所有来向我求医的战士都能回家，但这份仁慈并

不能给所有人，因为必须有一位高级军官批准，我的诊断书才能生效。这名士兵的诊断书让我很为难，我最终表示：“你得了精神病，不过身体还很强壮，我会安排一份轻松的工作给你做，以后你不用再上前线。”

这名士兵哀求道：“我是一个穷教师，有上了年纪的父母需要供养，我必须回去做教师养他们，否则他们连饭都吃不上，会饿死的。”我觉得自己应该安排他去军事机关，那里的工作比较轻松。但我担心这份诊断书会惹恼那名高级军官，他会再把这名士兵送到前线去。我最终做出决定，尽量实事求是地写这份诊断书，证实这名士兵除了防御外，什么工作都做不了。当天夜里，我做了一个可怕的梦，梦到自己跑在又黑又窄的路上，知道自己杀了人，却忘了杀的是什么人。我在想：“完了，我杀了人，我活不成了，一切都没指望了！”我在梦里吓坏了，流了很多汗。

“我杀了什么人？”这是我醒来后首先想到的。我立即回想起来：“我杀的是那名年轻的士兵，因为我要是不把他安排到军事机关，他就可能被送到前线，在战争中死去。”就这样，我为了自我欺骗，引发了一种情绪。哪怕惨剧真的发生了，我也并非杀人凶手，我是无罪的。可承担这种风险，违背了我的生活态度。作为一名医生，我的职责并非危害生命，而是拯救生命。我又一次想到，安排那名士兵做轻松的工作，事情也许会更糟糕，他也许会被送到前线去。最后，我相信只有在不干扰自己生活态度的情况下，顺应常理得出的结论，才能帮到他。于是，我为他除防御外，不能胜任任何工作做出了证明。无论何时，顺应常理总没有错，之后的事证明了这点。看过我的诊断书后，军官将其丢在桌上。我心想：“我应该安排他去军事机关的，军官肯定要送他去前线去了。”结果军官的批示却是：“调去军事机关工作六个月。”后来，我得知军官是故意想安排那名士兵去军事机关，因为他收受了士兵的贿赂。年轻的士兵跟我说的都是假的，他根本不是什么教师。他那样做是为了让我在诊断书上证实他只能胜任轻松的工作，方便军官批示。这件事过后，梦便很难再影响到我了。

自我欺骗与自我麻痹是梦的目的。了解梦何以会如此困难，从这个案例中就能看出来。一旦梦被了解了，就不能再骗人或左右人的情绪。解决问题时，与其接受梦的启发，不如遵从常理。被了解的梦将失去其目的。现实问题与生活态度由梦连接起来，而生活态度本应直

接触碰现实，不必进一步强化。尽管梦变化多端，但所有梦都展现了个体在特殊处境下选择增强的是哪部分生活态度。所以对梦的解析都是个体的，梦源自个体的生活态度，源自个体对自己特殊处境的诠释，要用公式解释符号与隐喻是不可能的。我是为了帮大家了解梦与梦的意义，才在本书中大致描绘了几种典型梦例，但这并不表示我要据此找到解析梦的诀窍。

梦境的分析

很多人都做过飞行的梦，这种梦的重点也在于激起人的感觉，跟其他梦没有区别。飞行的梦残留的情绪愉快而勇敢。人们在梦中飞向高空，战胜困难与追求优越感目标在梦中都被当成了非常简单的事。据此能推导出做梦者是一个有远见、有野心的勇士，在睡梦中依旧野心勃勃。梦中包含了一个问题与对问题的解答：“我应不应该继续前进？”“没有什么能阻挡我的未来。”

很多人都做过从高处坠落的梦，这点很值得留意。这表明做梦者并不想努力战胜困难，其故步自封，生怕会遭到失败。要理解这类梦非常简单，只要记得一点：传统教育方式是告诫孩子要自我保护。孩子时常被警告：“别玩剪刀！别爬椅子！别玩火！”这类臆想中的威胁将他们困在其中。部分威胁是真正存在的，但要帮人更好地应对威胁，就不能把他吓成一个胆小鬼。

很多人会梦到自己的身体动不了，或梦到自己无法在火车开动前上车。这类梦一般意味着：“我真希望这件事不用努力就能解决。我一定要绕开这里。我不想再面对这件事，只能等火车开动以后再赶到。”

很多人都做过考试梦，他们会发现自己这么老了还在考试，或是考了一门许久之前就考过的试，这让他们大吃一惊。考试梦对一些人意味着：“对将要出现的问题，我还没做好迎接的准备。”对另外一些人或许意味着：“我一定要通过当前这次考验，毕竟之前的类似考验我都通过了。”每个事物对不同的人有完全不同的象征意味。我们在研究梦时，一定要先思考梦留下的情绪，还有梦跟全部生活态度的关系。

案例一

我有一位患有精神病的病人，是位三十二岁的女士。她是家里的第二个孩子，野心勃勃，这是大部分老二的通病。她一直想成为最优秀的，想让自己的所有事情都得到完美解决。她所爱的男人比她大，结了婚，还一事无成。他没办法离婚而跟她结婚，以满足她的心愿。她做了个梦，自己还在乡村居住时，把房子租给了一位男士。男士搬过来以后，很快结了婚。此人不懂生财之道，不是什么好人，也不努力。她让他搬走了，因为他没钱付房租。这个梦跟她当前的困难存在显著关联，她正为要不要嫁给一个一事无成的男人犹豫不决。这个男人穷困潦倒，曾在请她用晚餐时拿不出钱来埋单，此事更加剧了她的忧虑。引发对结婚的抵制情绪，便是这个梦的作用。她不想跟一个贫穷的男人结合，因为她是一个拥有雄心壮志的女人。“要是他是一个没钱付房租的租客，我会如何对他？”她用这样的比喻问自己，然后答道：“立即把他扫地出门。”

可是把这名已婚男士比喻成她的租客，也许并不合适，养不起家的丈夫跟没钱付房租的租客毕竟是有区别的。但她让自己得到了这样一种感觉：“我不可能嫁给他。”以此解除自己的困境，继续原先的生活态度。她从问题中挑选出很小的一部分，用这种方式处理掉，这样就不必用普通方式处理问题的全部了。婚恋这个大问题被她缩小为一个隐喻：“没钱付房租的租客没资格留下。”

案例二

一直以来，个体心理学的治疗都致力于让病人更有勇气面对生活中的困难。治疗期间，病人的梦会变得更加自信。康复之前，一名抑郁症病人最后做了这样一个梦：“我独自坐在凳子上，风暴骤然来袭，我赶紧跑回丈夫的房间，避开了风暴，真是走运。接下来，我在报纸广告栏中，帮丈夫寻觅适合的工作。”这个梦做梦者本人就能解析，她与丈夫破镜重圆的感觉在梦中清晰展现出来。她起初对丈夫憎恨不已，对他的懦弱和不思进取进行强烈谴责。而独自承受危险，总归不如跟丈夫一起分担，这便是这个梦的意义所在。尽管她对自身处境的观点，大家可能是认同的，但对丈夫的不满还是在她曲意迎合丈夫与婚姻的方式中，得到了模糊的展现。独自生活有何危险，在她的梦中突显出来。她跟丈夫合作，好像只是为了应付当前的紧急情况。

案例三

我有个病人是个十岁的男孩，他的老师说他陷害别的同学，把自己偷的东西放到同学的抽屉里，害得同学受罚，手段相当龌龊。一个孩子做出这种事，必然是想让别人看起来不如自己。他要证明可耻的是别人，不是自己，因此要用这种方式让这些人受辱。若这个观点成立，就能推测他是想向某个家人做类似的事，这是家庭教育的结果。十岁时，男孩就因朝一名怀孕的女士扔石头，惹祸上身。可以推测，十岁的他已经了解了何谓怀孕，且对此很不欢迎，是不是弟妹的出生让他陷入苦闷？老师的报告说他是欺凌同学的危险分子，给同学起绰号，说他们的坏话，还追逐乃至殴打小女孩。据此可以推测，他有个妹妹，跟他有竞争关系。

之后发现，他家有两个孩子，他是长子，还有个妹妹，当时四岁。他妈妈说他非常喜欢妹妹，对妹妹很好。但这种男孩根本不会喜欢妹妹，他妈妈的话让人难以置信，这种质疑之后我们还会再谈。他妈妈还表示，自己和丈夫关系很好，对男孩来说，这一点很遗憾。他所有的错误显然都源自他罪恶的天性，他与生俱来的命运，或是他的先人，他的父母一点儿责任都没有。美满的婚姻、优秀的父母、无恶不作的孩子，这种组合很常见，老师、心理学家、律师、法官等见过很多。孩子可能会很反感所谓的美满婚姻，妈妈对爸爸的关注会让他愤怒不已，他不希望妈妈向其他人表达关心之情，他希望她的精力全放在自己身上。美满的婚姻不利于孩子，不美满的婚姻更不利于孩子。一定要让孩子参与到美满的婚姻中，不要让其只依赖父母中的一个。这个案例中的男孩也许已经被惯坏了，他想让妈妈关注自己，他学会了这样一种本领：用闯祸的方式得到自己想要的关注。

这一观点很快就将得到证实。他妈妈总是让他爸爸责罚他，自己从不亲自出马。可能她认为男人才有命令别人的权力和惩罚别人的力量，她自己却很软弱。也可能她害怕失去儿子，想让他一直依赖自己。不管怎么样，在她的训练下，男孩对爸爸失去了兴趣，不想跟爸爸合作，还不时跟爸爸产生矛盾。为了这个家，爸爸倾尽全力，可每天下班后，他都不愿回家，这完全是因为儿子。他时常用鞭子打儿子，对儿子的惩罚非常严厉，听说这并没有引起儿子的怨恨。可男孩又不是弱智儿，怎么会不怨恨爸爸？只是他懂得如何把自己的感情隐藏起来而已。

男孩喜欢妹妹，却又经常打她的脸或是用脚踹她，无法跟她愉快地玩耍。妹妹在父母房中的小床上睡觉，男孩却睡在餐厅一张沙发

上。如果我们是这个男孩，也会因父母房中的小床伤心。妹妹夜里这样接近母亲，他想得到母亲的关注，一定要想办法拉近双方的距离。男孩很健康，出生过程十分顺利，之后七个月一直吃母乳，后来开始用奶瓶进食。第一次，他呕吐了，可能消化系统不是很好。三岁之前，他隔三岔五就会呕吐。现在，他营养均衡，饮食也没有问题，可他依然觉得自己的消化系统有问题。他朝怀孕的女士丢石头的原因，这时变得更加清晰了。他很挑食，家里的饭菜无法让他满意。为了让他去外边买自己喜欢的食物，妈妈给了他钱。他却跟邻居们说，父母不让他吃饱。这就是他获得优越感的方式：诬陷他人。他已经不是第一次使用这种伎俩了。

接下来解析一下他在治疗期间提到的一个梦：“我是个牛仔，原本在西部地区，却被人带到了墨西哥。我为了返回美国，奋力搏杀，一脚踹在一个阻挡我的墨西哥人的肚子上。”梦的意义是：“我一定要拼命战斗，因为周围全是敌人。”牛仔在美国是被推崇的英雄，在他看来，英雄都会追逐小女孩，踹人家的肚子。之前提到，在他的生活中，肚子是易受伤害的重要部位。消化系统不好，曾让他遭受折磨。他爸爸也经常因胃痛诉苦，其罹患神经性胃病。在他们家的胃占据着很重要的位置。攻击他人最脆弱的地方，便是这个男孩的目标所在。无论他的梦还是他的行为，展现出的生活态度都是一样的。他在梦中生活，这种生活将一直持续下去，除非把他唤醒。他会跟爸爸、妹妹、男孩、女孩战斗，还会跟医生开战，因为医生想让他停止战斗。在这种梦一样的热忱驱动下，他会继续为成为征服他人的英雄而战斗。要治愈他只有一种方法，就是让他明白，他是在自我欺骗。

我们为他解析了他的梦：他认为自己身边都是敌人，包括所有想责罚他的人，以及想送他返回墨西哥的人。他再过来时，我们问：“上次见面后发生了什么？”他说：“我又做了一次坏孩子。”“怎么回事？”“我追着一个小女孩跑。”除了坦承外，这还是一种炫耀与攻击。他执意要做坏孩子，因为他明白诊所里的人都想让他做出改变。他还说：“不要想着让我改变，不然我会踹你的肚子！”对于这个孩子，我们应该采取什么举措？他还在做他的英雄梦，我们首先要让他无法再从英雄的角色中得到满足。“你真觉得追着小女孩跑是英雄能做出来的事吗？哪有这么糟糕的英雄做派？你要么去追赶大女孩，要么不要追赶女孩，否则你就不是英雄！”一定要让他明白，这种生活态度以后会带给他无尽的灾难，必须要改正。除此之外，还要

鼓励他与人合作，让他意识到，生活中有用的方面多么重要，只有害怕失败的人才会坚持守着生活中无用的方面。

案例四

有个二十四岁的单身女孩，是一名秘书，她对老板畏强欺弱的做派不满至极，还感到交朋友、维持友谊相当困难。根据经验，不能交朋友的人多半都想掌控他人，兴趣全在自己身上，以展现自己的优越感为目标。女孩的确是这样的人，而她的老板也许也是这样的人，两个人都想掌控他人，肯定很难相处。女孩家有七个孩子，她是最小的一个，深受宠爱。她总想成为男孩，人们叫她汤姆。我们因此更加怀疑，她的优越感目标是不是掌控他人？也许在她看来，男性化是掌控他人并摆脱他人掌控的有效途径。女孩十分漂亮，一直都很担心容貌受损。因为她觉得，若不是这张美丽的脸，大家不会对她有好感。而她也清楚，漂亮女孩要让人记住，要掌控他人，都不是什么难事。但她从来没为自己的美貌骄傲过，她想成为男孩，掌控他人也要采取男孩的方法。

在她最初的记忆中，一名男子曾给她很大的惊吓。直到今时今日，她还是非常害怕贼和疯子会攻击她。一个想成为男孩的女孩惧怕贼和疯子，貌似匪夷所思，其实不然。女孩想在自己能完全掌控的环境中生活，尽可能逃避其他环境。她希望贼和疯子能全部消失，因为她掌控不了这两种人。她想男性化，但不想付出努力。如果男性化不成功，她会假装什么事都没发生过。她很不满意自己的女性身份，产生了如下偏执的想法：“我是男人，作为女人的种种不利之处，我要全部消灭！”

在她的梦里有没有相同的感觉？她时常梦到独处，这个被惯坏的孩子想表示：“让我独自一人太危险了，我会受到欺侮和攻击，一定要有人照料我才行。”她还时常梦到自己的脉搏不再跳动，她想表示：“当心你的东西可能就要丢了！”她用失去脉搏代表自己不想失去任何东西，特别是掌控他人的力量。这种梦还说明了梦怎样产生感觉，强化生活态度。她通过梦留下了脉搏停止跳动的感觉，但实际她的脉搏还在跳动。

她的生活态度在另一个更长的梦中得到了更清晰的展现：“我去一个有很多人的泳池游泳，我站在大家头顶上，一些人留意到了我。我觉得有人在尖叫，还盯住我不放。我好像要掉下来了，身体摇摇晃

晃。”我要是雕塑师，会把她塑造成踩在其他人头上、当他们是踏板的形象。她的生活态度和她愿意引发的感觉就是如此。但她发觉自己的地位不够稳固，觉得其他人也能觉察到这点。游泳会带给她很大的威胁，为了让她继续踩在大家头上，大家应悉心照料她。她生活的故事就这样讲完了。她的目标已确定下来：“女孩的身份不能妨碍我想成为一个男人！”她跟大多数家中最小的孩子一样，很有雄心壮志，可她并不想提高自身，只想获得外在的优越感。另外，从头到尾，她都很害怕失败。我们要想办法让她不再畏惧男性，不再过分强调男性的价值，安心做她的女孩，把朋友当成跟自己平等的人，表现得友好一些。

案例五

一个女孩十三岁那年，她弟弟死于一场意外。谈到自己的最初记忆，她说：“弟弟刚开始学走路，想抓着一把椅子站稳，结果却被歪倒的椅子砸到了。”这次意外说明，她对各种危险都有深切的感知。她说：“我最常做的梦很奇怪。我独自走在大街上，掉进了一个我看不见的大窟窿，里面灌满了水，我打起了寒战，随即醒来，心跳得很快。”这个梦在我们看来不算多么奇怪的梦，可她并不这么认为。她觉得这个梦的意思是：“当心！世界上有很多危险，你都不知道！”但这个梦还有别的意思。地位低下的人无法下坠，她肯定是自以为比别人的地位高，才会有下坠的危险，所以这个梦好像还表示：“我凌驾于其他人之上，我要是不想掉下来，一定要当心！”

案例六

这个案例会告诉我们，在最初的记忆与梦中，生活态度会不会发挥作用。有个女孩说：“我非常愿意看别人盖房子。”我们据此推测，她很喜欢合作。她的兴趣说明她愿意帮助别人，尽管作为一个女孩，她无法真的去盖房子。“当时我还很小，站在一扇高大的玻璃窗下，那些方形玻璃给我留下了深刻的印象，一切好像发生在昨天。”只有懂了高矮对比，她才会留意到窗户的高大。她的实际意思是：“我这么小，窗户那么大。”她对这种比较的兴趣缘自她身材矮小，这点跟我预想的一样。她所谓的印象深刻也只是吹嘘。

来说说她的梦：“我和几个人一块儿搭乘一辆汽车。”她的确很愿意跟其他人合作。“车子迅速开到森林边上停下来，大伙儿都跑进了森林，我比其他人都矮。”她再度留意到高矮对比。“我让大家乘

坐电梯，电梯降到一个矿坑，深十英尺。我认为出了电梯，我们肯定会瓦斯中毒。”人没有十足的勇气，大多数人会在危险面前感到恐惧。“之后，我们出去了，安然无恙。”乐观的心态展露出来了。愿意与人合作的人都很有勇气，很乐观向上。“在那儿，我们待了几分钟，随后上来，朝汽车飞快地跑过去。”女孩无论何时都很愿意与人合作，不过，她觉得自己要是能长高一些就好了，这便是我的观点。她可能会有踮脚走路之类的紧张表现，可这类表现完全能被她对其他人、对合作的兴趣抵消。

第六章 家庭影响

母亲的影响

婴儿一出生就想跟母亲建立关联，这是他一切行为的目标。母亲在他最初几个月的生活中关键至极，他基本什么事都要依靠母亲。在这种环境中，他获得了最早的合作能力。婴儿接触的第一个人是母亲，第一个感兴趣的也是母亲——他自己除外。母亲好比一座桥，搭建在婴儿和社会生活中间。无法跟母亲（或是母亲的替代者）建立关联的婴儿将无法生存。

这是一种异常紧密、影响深远的关系，导致之后再想辨认他完全得自遗传的元素，便成了不可能。母亲已通过矫正、训练、教导，把他从遗传中得来的元素全都变成了另外一番模样。母亲的技术，即母亲跟孩子合作的能力和教给孩子的合作能力，对孩子的潜力造成了全面的影响。刻板的教育无法让孩子掌握这种能力，要在生活中会不断出现的新场景中感悟、了解孩子才行。能掌握这种技术的母亲，都对孩子真正感兴趣，竭尽所能想得到他的感情，维护他的利益。

母亲的态度在各类活动中得到了体现。与孩子建立关联的机会随时都有，如抱着孩子走来走去，跟他说话，帮他洗澡，喂他吃饭。训练不足或对孩子兴趣不大的母亲，肯定会动作粗鲁，导致孩子产生抗拒情绪。不会帮孩子洗澡的母亲会让孩子觉得洗澡很难受，如此一来，孩子就会排斥母亲，不会跟她建立亲密关系。母亲安排孩子睡觉，母亲所有的动作、表情，以及她照料孩子，与孩子两两相对，都要讲求技巧。包括空气、温度、营养、睡眠、习惯、清洁等在内的婴儿所在的整体环境，母亲都要兼顾。一切细枝末节都蕴藏了机会，能让孩子对母亲产生喜欢或反感的情绪、合作或拒绝合作的意愿。

身为人母的所有技术都是长时间训练的结果，以及兴趣所致，没有便捷的方法。生命初期，这种训练就已拉开帷幕。最初表现为女孩对比自己小的孩子的态度，也表现为她对幼儿与自己将来的工作的兴趣。不应给予不同性别的孩子相同的教育，使之觉得大家以后要做相同的工作。一定要把做母亲的技巧教给女孩，使其对做母亲产生兴

趣，把这当成一种创造性工作，不会在之后成为母亲时对该角色感到失望，只有这样，才能训练出技术高超的母亲。

可惜我们的文化非常轻视为母之道的价值。对男性的重视和对女性的忽略，会让女孩对自己将来要做的这份工作丧失兴趣，屈居人下的地位，怎么能让人快乐？这种女孩结婚以后，生育之前，会为表达自己的抗议，采取各种行为。对抚养孩子这件事，她们不想也不会去做。她们对孩子没有期待，不认为抚养孩子是一种创造性工作，充满趣味。该问题少有人重视，殊不知它有可能是当今社会最严重的问题。女性如何看待为母之道，是整个人类社会的根基。可女性几乎在所有领域都占据着次等地位。大部分男性童年时代就把做家务当成了一种奴役，好像做家务会有损于他们的个人尊严。在大多数人眼中，做家务是一种贬低女性的奴役工作，而非女性做出的巨大贡献。若女性能把家务视为让自己感兴趣的艺术，据此让家人的生活更加丰富，那她们就能把家务变成一种工作，足以跟其他一切工作媲美。可要是家务被当成一种低贱的工作，男人不屑去做，那女性必会抗拒做这种工作，同时努力证明，女性同样应获得机会，开发自身潜能，女性和男性是平等的，其实这是不需要证明的显著事实。开发潜能这件事要在社会中进行，人要摒弃外界的各类束缚，需要社会感从旁指导。

歧视女性必会妨碍家庭和睦。如果一位女士对孩子一点儿兴趣也没有，必然无法以恰当的方式关心孩子，了解孩子。而一位不满意自身地位的女士也无法跟孩子建立亲密关系，她一心想要证明自己的能力，孩子却成了一种阻力，她与孩子有着相互背离的目标。解析那些失败的母亲典型，会发现母亲未尽到责任，给了孩子一个不快乐的生命开始，是这些恶劣后果的源头。若所有母亲都对工作、孩子没有兴趣，便会给人类造成巨大的威胁。

可母亲并非失败的罪魁祸首，可能她们幼时没有接受过为母之道和与人合作的教育，也可能婚姻生活让她们很不快乐。实际生活中有很多事会破坏好的家庭。例如母亲生病了，照料孩子有心无力；母亲工作忙碌，疲倦不堪；母亲经济条件不好，无法给孩子买质量很好的东西。而且孩子的行为特征并非由其经历决定的，而是由其从经历中得出的经验决定的。坏孩子和母亲之间存在问题，但同类问题在好孩子和母亲之间也可能存在。个体心理学认为，尽管行为特征的发展无须理由，但孩子往往会根据自身经验实现目标。例如要根据生活贫苦

的孩子的行为判定其价值观，而不能说其必然会犯罪，那样太盲目自信了。

不喜欢自身角色的女性，在现实生活中会非常艰难，非常紧张。大家都了解身为人母的力量。研究表明，母亲对孩子拥有强烈的保护欲，超越了其他各类心理。身为人母的力量超越了包括性欲、饥饿在内的所有力量，有多种生物（比如老鼠、猿猴）都是如此。如果只有一种选择，母亲必然会选择自己的孩子，该欲望的基础并非性，而是合作。母亲通常都觉得孩子是自己身体的组成部分，她觉得孩子让自己完整了，让自己能够掌控生存与死亡。所有母亲多多少少都会觉得，孩子是自己的作品，也可以说，自己是上帝，能够创造生命。对为母之道的追求，便等同于对优越感、神明地位的追求。该案例清楚表明，我们将在社会感觉的引导下，努力在合作中应用优越感目标，实现人类共同利益。

有些母亲会极力夸大孩子是自己身体的组成部分，迫使孩子为实现母亲的优越感目标奋斗，其目的可能是彻底掌控孩子，让孩子依赖自己，离不开自己。有这样一个案例：一名农夫五十岁时还跟母亲住在同一个房间。母子俩一起得了急性肺炎，母亲康复了，儿子却死了。收到儿子的死讯，母亲说：“我就知道我无法把他养大。”她想照顾儿子一辈子，根本没打算让他出去独立。无法让孩子跟其他人建立关联、开展合作的母亲，是失败的。

母亲跟外界有着复杂的关联，因此不管站在孩子还是父母的角色，母亲都不应过分突出自己和孩子的关系。对某个问题强调过度，会导致对其他问题的忽视，而不管多简单的问题都不应忽视。除了孩子、丈夫，社会也会跟母亲产生关联。对于这三种关联，母亲要同等看重，并要保持镇定。对孩子的成长过度关注，一定会把孩子惯坏，让孩子难以独立，难以跟其他人合作。母亲和孩子的亲密关系建立起来后，让孩子留意父亲，对父亲产生兴趣，便成了母亲的重要工作。要是孩子未能对父亲产生兴趣，该工作便失败了。接下来，母亲还要培养孩子对社会，对跟其他孩子、亲友等往来的兴趣。责任繁重的母亲务必要在一开始就获得孩子的信任，之后再将这种信任扩充到方方面面。

如果孩子依赖自己是母亲唯一的目的，那外界所有吸引孩子注意力的东西，都会引起母亲的厌恶。孩子会求助于母亲，面对与自己抢夺母亲关注的竞争者，孩子会满怀敌意。孩子不愿母亲关怀别人，

这会损害他的利益。在孩子看来，母亲不属于其他任何人，只属于自己。对于这种案例，大部分心理学家的认知都是错的。例如弗洛伊德学派提到的俄狄浦斯情结，说孩子恋母，想跟母亲结婚，仇视乃至想杀掉父亲。该理论并未建立在对孩子身心发育的全面了解基础上。有俄狄浦斯情结的孩子都想让母亲把注意力集中在自己身上，不理睬其他任何人。这是一种欲望，想彻底掌控母亲，让母亲受自己奴役，但与性无关。有这种变态心理的孩子都被母亲惯坏了，觉得除母亲外，没人能跟自己合作。只有少数有这种情结的男孩会想跟母亲结婚，这只因他觉得除母亲以外的任何人都无法像母亲一样顺从自己，他不想跟那些人合作。因此，教育错误才是俄狄浦斯情结产生的原因，与遗传的乱伦本性、性欲无关。

长时间跟母亲绑在一起的孩子，很难应对没有母亲的环境。例如在公园、学校、其他孩子身边时，他最重要的目标还是跟母亲建立关联。他希望母亲时刻陪伴在自己身旁，给自己关怀。为了得到母亲的欢心，他什么法子都可以拿来用。无论何时，他都会表现出自己的脆弱，以得到母亲的怜悯。为了说明自己多需要照料，他会动不动就哭泣，生病。为了让母亲关注自己，他会不时发脾气，跟母亲吵架。不少坏孩子都是被惯坏的孩子，想让母亲时刻关怀自己，且不想受到约束。

孩子很容易找到有效吸引母亲注意力的方法。通常说来，被惯坏的孩子总要有有人陪在身边，特别是在黑暗中。这是他们获得母亲关怀的方法，与惧怕黑暗无关。有个被惯坏的孩子在黑暗中哭个不停，母亲过来问他怎么了，他说这里好黑。母亲问：“可是我能把光明带过来吗？”他恐惧的是在黑暗中没有母亲陪伴，而不只是黑暗。这种孩子会在母亲离开时，用高声喊叫或其他各种方法迫使母亲给自己陪伴与关怀。教育学家和心理学家往往非常重视恐惧心理。而个体心理学的研究重点不是恐惧的原因，而是恐惧的目的。这种孩子都会对某些东西心存恐惧，这不过是他们引起别人关注的方法。在他们的生活态度中，这种心理发展为他们跟母亲维持亲密关系的稳固模式。因此，大多数胆子很小的孩子都是过去深受宠爱，想永远受到宠爱的孩子。

对噩梦的恐惧，经常会让某些被惯坏的孩子在睡梦中哭闹。要弄清楚这件事，就不能把睡眠状态和清醒状态彼此对立，二者只是同一种事物的两种状态而已。在睡梦和清醒两种状态下，同一个孩子有着相同的行为特征。优越感目标左右着他，他将在频繁总结经验的过程

中了解到，为适应自己的目标，应如何调整环境。睡眠期间，他内心的目标与记忆并不会改变。相信用恐惧才能吸引母亲注意力的孩子，长大以后再做梦，还是会觉得紧张、焦虑。就这样，对噩梦的恐惧从一种方法变成了一种固定习惯。这种情况十分常见，不常见的是一个被惯坏的孩子能好好睡觉，不制造麻烦。他们引起父母关注的方法多种多样，例如睡衣不舒服，想喝水，害怕小偷，害怕野兽等。有的孩子必须让父母守在身旁才能睡觉，有的孩子常做噩梦，并会从床上掉下来，有的孩子会尿床。

我治疗过一个从不在夜里麻烦大人的孩子，她好像也被惯坏了。她妈妈说，她白天会闯祸，夜里却不会做噩梦，制造麻烦。她不会像前文中提到的那些孩子，用各种方法吸引母亲的关注，这让人难以理解。可我最终还是弄明白了，问：“她夜里睡在什么地方？”她妈妈说：“我身边。”

因为生病期间，母亲的关怀无时不在，所以被惯坏的孩子都会觉得生病是最幸福的事。这些孩子的问题往往出现在重大疾病康复后，原因是其对生病期间所受宠爱的留恋，与疾病后遗症无关。孩子发觉父母对他的关注与关怀不如当初，为了报复父母，他便开始闯祸。而看到别的因生病受到宠爱的孩子，他可能会期待自己也生病，为此他会在病人身边逗留。

有个女孩住了四年院，深受医生、护士喜爱，出院回家后又得到了父母的悉心照料，可父母对她的关注并没持续多久。她的心愿无法再获得满足，每到这时，她便会咬着手指抗议：“我的病还没好。”她想提醒父母，她在医院时多么受宠。成人也会经常提到自己得过的病，这是一种相似的做法。还有些孩子生病之前经常闯祸，病好了以后就不再惹是生非了。

众所周知，身体缺陷会给孩子带来心理负担，还能让孩子性格扭曲，那身体缺陷消失后，会不会对性格造成影响？

有个男孩是家里的老二，总是撒谎，偷东西，不听话，老师想把他送去感化院，因为他们实在不知道该怎么管教他。结果男孩却在这时得了肺结核，整整半年一直躺在病床上。等他病好了，大家惊讶地发现，他变成了一个听话的孩子。他的转变显然是因为意识到了之前的错误。生病前，他总感觉父母忽略了自己，把太多的爱都给了大

哥。生病之后，他得到了家人的关注与关怀，便不再误会他们不重视自己。

很多人都持有这样一种错误观点，别让犯错误的母亲继续照料孩子，要把孩子送去幼儿园交给老师教导。这太荒诞了，母亲的替代者必须要有做母亲的能力，对孩子有浓厚兴趣。相较于幼儿园老师，母亲对孩子的喜爱之情必然更强烈。在孤儿院长大的很多孩子对他人没什么兴趣，原因在于没有类似于母亲的人帮他们跟外界建立关联。有人曾对孤儿院的孩子做过调查，有不少护士、修女在照料这些孩子，还有诸如让孩子入住私人家庭的特殊照料，家庭中的母亲对这些孩子的照料一如对自己的孩子。结果证实，这些孤儿只要有合适的人照料，就会有明显进步。为孤儿找到父母的替代者，让其得享家庭温暖，再没有比这对孤儿更好的了。因此在把孩子带离父母身边后，务必要在最短的时间内，帮其找到父母的替代者。父母的关怀非常重要，如若不然，也不会有那么多孤儿、私生子、被遗弃的孩子、父母离婚的孩子在生活中饱受挫败。

后母难做，原因在于丈夫和前任妻子的孩子会很抗拒她们，但这个问题并不难解决，我知道不少成功的案例。不少人对此所知不多，一般说来，孩子都会在母亲死后跟父亲建立起亲密关系。他认为，后母会分走父亲对自己的关怀，因此敌视后母。斤斤计较的后母会让孩子陷入险境，让孩子的敌对态度更加强烈。在很长一段时间内，这种斗争都不会停止，暂时落后的一方绝不会向另一方认输，殊不知妥协才是最好的做法。越是强求孩子交出什么，越是无法如愿。若能明白合作与爱断然不能依靠暴力获得，那很多争执、麻烦便不会出现了。

父亲的影响

父母在家庭中占据着同等重要的地位。父亲对孩子的影响会比较晚，二者起初并无亲密关系。要是母亲未能成功让孩子关注父亲，会让孩子很不利，例如让孩子的社会感发展滞后。父母关系不好也会影响孩子的健康成长。母亲可能会想独占孩子，因为她无法留下丈夫。父母双方可能会抢夺孩子，让孩子依靠并倾向自己，以维护自己的利益。察觉到父母的不睦，孩子可能会借助某些方法，让父母为赢得自己的欢心竞争，导致父母争相给孩子宠爱，极力想让孩子站在自己这边。孩子在这种环境中长大，与人合作时会表现得极为糟糕，因为父

母恶劣的关系造就了他们对合作的认知，父母不会合作，便不能教会孩子合作。父母的关系还会造就孩子对异性、爱人的最早认知，不和睦的家庭环境将导致孩子对婚姻的认知悲观消极。若不能扭转这种最早认知，孩子长大以后，便不会觉得婚姻能让人幸福，不会爱上别人，也不愿接受别人的爱。父母不和会给孩子造成巨大影响，妨碍他们日后融入社会，造就反常后果。婚姻以夫妻二人齐心协力追求夫妻、孩子乃至全社会的幸福为目标，不和的夫妻可做不到这一点。

要注意，不要在婚姻中试图掌控对方，毕竟合作才是婚姻的实质。家庭生活的关键并非权威，所有家庭成员的注意力都集中在一个人身上，情况可不妙。若父亲在家里独断专行，儿子便会效仿，让女儿受到伤害。女孩长大后进入社会，会把所有男人当成独断专行者，把婚姻当成一方掌控另一方的关系。为逃避男性，有些女孩会爱上自己的同性。反过来，若在家中说不不二的是母亲，就会出现完全相反的情况。女儿会效仿母亲，变成言辞恶毒之人。儿子会时刻做好被指责的准备，看起来相当温驯。在这种家庭中，除了母亲，姑姑、姐姐也会有这种恶习。男孩会因此变得胆小，对社交活动敬而远之。任何人都不愿受批评，可把所有精力都用于免受批评，便无法正常生活。养成了这种习惯，男孩会将其推广到生活的方方面面，询问自己：“我究竟是在征服别人，还是在被别人征服？”征服别人成了他们随时都在考虑的目标，如此一来，他们便不会明白友谊为何物。

父亲的作用在于，好父亲能跟妻子、孩子、社会开展很好的合作。他一定要让自己的工作、友情、爱情达到平衡。他必然是公正且有责任心的，会好好照料自己的家庭。他会跟妻子好好合作，而不是轻视女性对家庭的重要作用。而在经济上，即便家里只有父亲一人在工作赚钱，他也必须承认，财富属于整个家庭。高高在上的施舍者，可不是父亲应该扮演的角色。幸福家庭的成员都有自己要负责的工作，承担家中的开销便是父亲的工作。不少赚钱多的父亲都想控制整个家庭，但所有家庭成员都占据着平等的地位，没有人高人一等。所有丈夫都要明白，太重视自己的权威，会导致妻子产生抗拒与恐惧心理。因妻子收入低，便觉得自己比妻子地位高，同样很不可取。妻子能不能给家庭带来很高的经济收入，并不重要。幸福美满的家庭不应计较谁才是家里主要的收入来源。

父亲对孩子影响巨大，在某些孩子眼中，父亲是典范，在某些孩子眼中，父亲又是最大仇敌。好的教育方法必然是温和的，不会包括

体罚，但大部分父亲却承担着惩罚孩子的责任。原因首先在于，一些女性认为自己不够强大，要依靠强者，教育孩子也是一样。不少母亲会对孩子说：“等你爸爸回来，你就麻烦了。”这相当于暗示，在家里，父亲便象征着权威。第二还因为这种话很明显损害了父亲和孩子的关系，会导致孩子不愿把他畏惧的爸爸看成朋友。不少女性可能会担心破坏孩子对自己的亲近感，不愿惩罚孩子，但让父亲全权负责惩罚孩子，也并不理智。母亲把孩子交到严酷的父亲手上，一样会激怒孩子。孩子对父亲的畏惧，成了很多母亲威胁孩子的工具，这些孩子会如何看待父亲，可想而知。

以积极方式处理问题的父亲会是很好的父亲，家人会将他视为家庭核心，愿意与他亲近。有了这种依靠关系，在他的社会生活中，家庭便成了一个关键的环节。他不会有孤立无援或束手束脚的感觉。社会感进入了家庭，家人会效仿他与人合作的方式。丈夫和妻子有不同的社交圈子，未必不好。建立属于自己的社交圈子，对所有人来说都很有必要，但应避免家庭被友情左右。我的观点是，丈夫和妻子应该和睦共处，这并不是说他们要随时随地待在一起。但丈夫要避免出现问题，就不应将妻子摒弃在自己的社交圈子以外，否则丈夫会把家庭以外的领域看得比家庭更重。孩子成长期间，有一点相当重要，就是让孩子清楚了解，家庭属于社会，他会在社会中结交很多朋友，有必要与之维持长久的关系。

父亲要想在合作方面成为孩子的典范，只须跟自己的父母和兄弟姐妹和睦共处。这样就能让孩子明白，尽管以后他会有属于自己的家庭，但不能跟原先的家庭断绝往来，而要维持双方的关系。如果一对夫妻都非常依赖父母，那原先的家庭关系就会吸引他们太多的关注，在他们内心深处，父母的家才是他们的家。继续把父母当成家庭核心的人不能独立，不能建立真正属于自己的家庭。当事人在合作方面的能力与此密切相关。不少父母过分干预子女的生活，引发了很多原本可以避免的问题。例如这会导致妻子觉得公公婆婆对自己不够尊重，因此心生愤怒。如果夫妻二人结婚时没有得到父母的支持，便会加剧这种矛盾。且不说父母的做法是对是错，他们在结婚之前可以阻止子女跟他们不喜欢的人结婚，但结婚之后便只能极力让子女过上更幸福的生活。若妻子的经济条件比丈夫差，丈夫不应为此郁闷，宽容对待才是上策。若他的父母因此反对他们的婚姻，他不仅不能认同父母的观点，还应努力让父母接纳自己的妻子。当然，夫妻不用以父母的意

见为行事标准，但要是能跟彼此的父母和睦共处，情况自然要好得多。

在大部分人看来，作为父亲，都应解决职业方面的问题。男性必须要锻炼自己，担负起养家的责任。在传统思想中，男性是家里的主要经济来源，当然，妻子、子女也可以为其分担一些。男性一定要勇敢追求事业，了解自己，了解他人，通晓合作，获得认可，这样才能成为优秀的男人。另外，身为父亲，其表现会左右子女对工作的态度，所以务必要找到一份工作，能做出属于自己的贡献，为子女树立典范。这份工作一定要对社会有利，至于他本人对自己工作重要性的判断，却并不重要。他自己是怎么想的，我们不用太放在心上。若他是利己主义者，当然很悲哀，但也不必因此介怀，只要他的工作能造福人类即可。

接下来说建立幸福的婚姻和家庭的方法。对丈夫来说，爱妻子是最重要的原则。丈夫爱不爱妻子，一目了然。爱妻子的丈夫会喜欢妻子喜欢的一切，会尽可能让妻子过上好日子。感情能作为判断他们是否相爱、关系是否融洽的标准。丈夫务必要成为一名优秀的伴侣，极力提高生活质量，并能让妻子快乐。丈夫和妻子要想共同努力，关系融洽，必须以承认家庭美满凌驾于个人利益之上为基础。这样的夫妻更关注的不是自己，而是对方。

当着孩子的面，丈夫对妻子的感情表达应该含蓄一些。这种感情有别于他们对子女的感情，其中哪一种感情都无法取代另一种。父母过分亲密，有些孩子会感到自己被忽略了，因此出现攻击性的妒忌心，把父亲或母亲视为自己的敌人，所以夫妻双方的关系应庄重一些。至于性教育，孩子感兴趣且有必要了解的知识，父母应该传授给他们，超出了这个范围，再多说就不好了。有些父母的本意是想拓展孩子的知识，结果却刺激孩子产生了不当的好奇心，把性当成了一种很随便的事，这是因为对于某些知识，孩子现阶段还不可能明白。什么都不对孩子说，反倒比这样要好一些。所以教孩子不应从自己的角度把自己觉得对的想法强加给孩子，而要首先搞清楚他们的兴趣和考虑的问题。要获得孩子的信赖，刺激其产生合作的热情，最后找到合适的方法，让问题得到解决。该原则将使我们始终保持正确的方向。大部分父母都不想让有关性的恶劣故事传到孩子耳朵里，但那些恶劣的信息在受过良好合作训练的孩子面前，根本发挥不了作用，这些父

母多虑了。另外，孩子在这种事上是很小心的，明辨是非的孩子极少会被外界左右。

男性有更多的机会进入社会，对各种社会制度的优势与不足、对社会道德标准都心知肚明，女性则不然。因此在家庭中，父亲应承担起这方面的工作，提出朋友式的中肯建议，但不要把自己当成老师，也不要说些虚无缥缈的话。得到家人肯定，不必骄傲，被不擅长合作的妻子抗议，也不要太专断，吵架不能解决难题，要努力想办法才行。

在家庭中把钱看得太重，或因此发生冲突，很不可取。通常说来，可能是因为大多数女性都不工作赚钱，所以她们都很关注家里的经济状况，不希望别人批评自己不会勤俭持家。我们应在力所能及的范围内，通过合作解决经济方面的问题。在对父亲提出物质要求时，千万不能超出其承受范围。为了能平均分配利益，要在一开始就计划好家里的收支。父亲不要觉得，自己能独立为儿子的前程提供经济保障，这种观点是错误的。我读过一部美国人写的小说，非常有意思。小说里有个富翁，全凭自己的力量获得了巨大的财富，他让律师帮自己做一项计划，以免自己的子孙再变成穷人。律师问，他想保障多少代后人的富足生活，他说十代。律师说：“你的确能做到这点，但你知不知道，到了第十代，你的每一名后人身上都流着五百位先人的血，除了你的家族外，他还属于其他五百个家族，这些人还能算是你的后人吗？”由此可知，我们为后人做的所有事，其实质都必然是在为社会贡献自己的力量。

偏爱与平等对待孩子

真正的合作会在家庭中一个权威都没有时实现。父母要在孩子的教育上有商有量，不能对任何一个孩子太过偏心。老实说，这件事相当重要。有些孩子觉得父母对其他孩子更偏心，因此缺乏自信心。尽管这也许只是错觉，但这种错觉原本可以避免，这要求父母对所有孩子一视同仁。重男轻女的父母会教出自卑的女儿。孩子的感觉很敏锐，哪怕是乖巧的孩子，也会在感到父母偏心别的孩子时犯错。有些父母会偏爱漂亮、聪明的孩子，但应尽量隐藏这一点，否则会让受宠爱的孩子被其他孩子嫉恨，让孩子们情绪低落，合作能力受损。父母

应明确否定自己偏心某个孩子，并用行动让孩子们相信父母的公平，打消他们心中的疑虑。

现在来说说孩子们的合作，这同样是一种很关键的合作方式。要让孩子积极融入社会，必要前提是让他们感到自己得到了平等的对待。要避免孩子对性别有错误认知，必须让他们了解，男性和女性是平等的。有个奇怪的现象：“为何一个家庭培养出的孩子会天差地别？”部分科学家指出这是遗传所致，我并不认同。不妨把成长期的孩子比作树苗，栽种在同一个地方的树苗的成长环境也是有区别的。有的树苗得到了更多的阳光，更肥沃的土壤，当然生长得更好。这种树苗会影响其他树苗，例如抢走其他树苗的养料，遮挡它们的阳光，导致它们生长滞后。在家庭中，要是有一名成员太过张扬，也会造就相同的结果。无论父亲还是母亲，都不宜在家中表现得个性张扬。出身显赫的孩子多半不会取得多大成功，因为如果父亲太有才能，太过成功，子女就会自惭形秽，觉得活着很没有意思，情绪低落。如果父亲在自己那一行非常突出，为了不对孩子的发展造成负面影响，就应在家中表现得谦逊一些。孩子们也一样，太突出的孩子会过度吸引父母的关注，会表现得自信、张扬，惹恼兄弟姐妹。很明显，我们不能要求人们被别人压在头上，还毫不介意。太突出的孩子会伤害身边所有人，让后者在成长期间得不到心灵的养分，只能不断追逐可能错误且无意义的优越感目标。

家庭排行

在对孩子的出生次序造成的影响研究中，个体心理学取得了很大的成就。总结起来就是，即便父母关系很好，对教育子女尽心尽力，子女也会因各自的出生次序得到不同的成长环境，成长为完全不同的人。同一个家庭也会给孩子不同的成长环境，所以为适应自己独特的处境，不同的孩子便形成了不同的生活态度。

长子

所有长子都拥有一段记忆，自己是家里的独子。这段独一无二的生活在弟弟妹妹出生时宣告结束，他随即开始适应新的生活态度。长子往往习惯了所有人的注意力都集中在自己身上，无法适应别人与自己分享，而弟弟妹妹会从父母那里分走一部分爱。问题孩子、酗酒

者、犯罪者、精神病患者之类的失败者，很多都是在这种环境中成长起来的。由于弟弟妹妹的出生，他们情绪低落，烦恼不断，频频对自己的生活态度做出修正。

家里的其他孩子可能也会有这种地位不保的感觉，却不会如此强烈，毕竟他们从来不是家里唯一的孩子，他们先前已经经历类似的事。唯有长子的情况与众不同，若新生儿真的让他觉得自己被忽略了，就不能责怪他会这么介意了。他本可以不必消沉、沦落，前提是父母要避免让他觉得自己地位不保，要让他相信父母之爱，为此要像之前那样爱他，不能有任何折扣，但更加关键的是让他在心理上为迎接弟弟妹妹做好准备，还要让他试着帮忙照料弟弟妹妹。可绝大多数长子都会因弟弟妹妹的出生觉得朝不保夕，因此根本不想接纳弟弟妹妹。经常会有几个孩子在母亲面前争宠，而母亲摇摆不定的情况出现。好强的长子会想出很多吸引母亲关注的法子，结果能够想象。设身处地想想，我们必然也会跟他有相同的感受，可能也会跟他一样，做出种种坏事，让母亲烦不胜烦。为了抗议失宠，长子会绞尽脑汁，想出各种各样的方法。结果母亲对他失望至极，收回了所有的爱，他变得一无所有。他把错全推到别人身上，觉得自己一点儿错都没有。他就像在陷阱中拼死挣扎，可越挣扎陷得越深。然而，他不可能就此放弃，因为在他看来，所有事情都在证明他的地位朝不保夕。

对具体案例应具体分析。母亲不应回击孩子，否则可能会让孩子更愤怒、暴躁、吹毛求疵、反叛。孩子跟母亲关系疏远，便会转而对父亲和父爱产生兴趣，因为这时父亲往往会对他表现出更多的爱。一般说来，长子都跟父亲关系密切，对父亲兴趣浓厚。喜欢父亲的孩子很可能已经步入了新的成长阶段。孩子一开始依靠的是母亲，因为母亲不再把注意力放在他身上，为了报复、抗议母亲，他便开始关注父亲。能够想象，一个深爱父亲的孩子有过何种惨痛的经历，他将终生无法摆脱那种被忽略的感觉。

要是孩子明白了何谓坚持与抗争，这种抗争可能终生不会停止。他可能会为找不到能让自己感兴趣的人深感失望，而且觉得自己永远都不能再让别人产生兴趣。他会越来越孤僻，性情急躁，胆小怕事，不会合作。那段被众星捧月的记忆，成了他关注的焦点。因此，长子往往对自己的过往兴趣浓厚，非常愿意谈到这段时期。而对于自己的将来，他们却十分悲观。由于曾失去了统治自己那个小世界的权力，所以部分长子会更看重权力与地位。长大后，他们会努力追求权力，

随时把规则、纪律有多重要挂在嘴边。所有事情都要服从不能被人随意篡改的法律，有了权力，才能掌控权力。有过这种童年经历的孩子，会倾向于保守主义。长大后，他们若登上高位，就会怕其他人危及并取代自己的地位。

长子这种问题原本能够避免，不过需要恰当的举措。要让长子顺利接纳弟弟妹妹，就要在弟弟妹妹出生前，让长子了解怎样与人合作。有些很好的案例，很多长子都很愿意保护、照料别人，他们会效仿父母，照料、教育弟弟妹妹，认为这是自己的职责所在，部分长子组织能力出众。可照料别人也能转化为取信进而掌控别人。有些专家在欧美的研究表明，问题孩子中以长子居多，幼子次之。这是一种有趣的现象，极致的位置带来了极致的问题。现有的教育方法尚无法解决长子这种难题。

次子

次子在家里的处境有别于其他所有孩子。他比长子更友善，因为他从一出生就跟长子共享母爱和父爱。他的处境好坏，取决于长子对他是否友好。显然，他跟长子地位不一样，他的童年时期一直有一名竞争对手。他必须拼尽全力追赶哥哥（或姐姐），后者的年龄、身体、智力都在他之前。永远像在比赛中，永远要追逐比自己领先的人，这就是次子的处境。超越长子，进而赢得长子的钦佩，这样的心理让次子总是很紧张。

《圣经》中包含不少心理暗示，次子的部分显著特征在雅各^[9]身上得到了体现。为超越并取代哥哥以扫，雅各总是想争第一。次子都不愿落后他人，总是想通过努力，把其他人丢在后头。次子往往比长子更优秀，更有成就。这并非遗传所致，次子对自己一丝不苟的要求，才是其能快速成长的原因。成人之后，次子离开原先的家庭，步入社会，依然能找到竞争对手，跟对方对比，为击败对方不遗余力。除了清醒生活，这种特征还展现在梦等各类人格表现中。如长子时常梦到自己从很高的地方跌落，他们无力维持自己占据的高位。次子时常梦到自己在奔跑、比赛，赶火车或是参加骑车比赛。人在梦中的忙碌、紧张状态，往往能作为判定其是不是次子的依据。

有一点需要注意，上述规则并非到处都适用，有些人拥有长子的特征，但其并非长子。重要的不是出生次序，而是整体处境。如果家

庭成员众多，后来才出生的孩子也会有成为“长子”的可能。例如先后生了五个孩子，那排行第三的孩子也许会有长子的特征，排行第四、第五的孩子也许会有次子的特征。如果有两个孩子跟其他孩子有很大的年龄差距，他们彼此之间却年龄相近，那大一点的孩子也许会具备长子的特征，小一点儿的孩子也许会具备次子的特征。

在竞争中落后的长子可能会遭遇困境，反过来，他若能掌控次子，维持自己的地位，就会让次子遭遇困境。若长子是男孩，次子是女孩，长子便会陷入十分恶劣的境况，觉得让女孩超过自己简直是奇耻大辱。一男一女比两个男孩或两个女孩的关系更紧张。女孩会在争端中处于上风，到了十六岁，女孩的身心发育都将超越男孩，导致男孩沮丧退后。为了击败女孩，男孩将不择手段，例如他们会撒谎。此时占据优势的基本都是女孩，女孩能毫不费力地挫败男孩的种种恶劣手段。若能预知这种糟糕的后果，就能为避免这种状况实施一些举措。所有家庭成员都拥有平等的地位，应该团结合作。要避免上述后果，唯一的方法是杜绝家庭内部争斗和子女内部争斗。

幼子（最小的孩子）

家中最年幼的孩子不像其他孩子那样拥有弟弟妹妹，因此他们的地位是最特别的。不过，这并不表示他们就不用参与竞争。因为年纪幼小，他们备受宠爱，被惯坏的孩子独有的困境，便是他们要解决的难题。但幼子面对身边大量的竞争与刺激，往往会选择一种非同寻常的解决方法，就是竭尽所能赶超所有哥哥姐姐。幼子从过去到现在，一直在享受特别对待。他们跟其他孩子的竞争方式，一早便有了记录。《圣经》中的获胜者基本都是幼子。约瑟^[10]本是家中幼子，直到弟弟便雅悯在他十七岁那年出世，可是便雅悯对他毫无影响。由始至终，约瑟都是作为幼子在成长，他光芒万丈，自视甚高，从来不肯对他人示弱，哪怕是在梦中。他跟众兄弟关系亲密，彼此都有深入的了解，因此兄弟们都知道他做的梦，对他在梦中的感受感同身受，因此畏惧、逃避他。最后，约瑟却成了家中最有成就的一个，全家的庇护者。这种情况并不罕见，不少家庭都是幼子变成了顶梁柱。大量关于幼子的故事，都是在此基础上编撰而成的。幼子有父母、兄姐支持，有刺激他雄心壮志的环境，却没有弟弟妹妹的威胁分散他的注意力，这是一种相当不错的处境。

不过，问题孩子中第二多的就是幼子，家庭对幼子的态度决定了他们会成为什么人。被惯坏的孩子无法独立，不敢独立追求成功。志向远大的幼子常有懒惰的缺陷。有雄心无信心的人极易变得懒散。觉得成功难以企及的野心家，灰心丧气在所难免。幼子也许会否认自己的雄心壮志，但实际情况却是，他不愿被人掌控，处处都想超越别人。要明白这点并不困难，幼子往往都很自卑，因为不管年龄、身体，还是经验，他都不及身边的人，没有自信心是很正常的。

独生子女

独生子女也会遭遇成长期间的特殊阻碍。他会遭遇兄弟姐妹以外的对手，那就是父亲。母亲生怕独生子女不能一直待在自己身边，受自己庇护，所以会对其十分宠爱，恋母情结由此产生。独生子女会十分依赖母亲，排斥父亲，不承认父亲是家中一分子。这种情况原本能够避免，这需要父母共同努力获得孩子的同等依赖。可惜父亲对孩子的关爱通常不及母亲。长子与独生子女都想凌驾于父亲之上，都对比自己大的人兴趣浓厚。独生子女不愿接受弟弟妹妹，十分反感家人提到他可能会有弟弟妹妹。他觉得只有自己才能成为所有人关注的对象，并希望一直如此。他会因自身地位遭受威胁，感到自己受到了不公平对待。一旦失去被关注的地位，他便会出现异常。而身边人对他呵护备至，也会对他的成长造成恶劣影响。若身体原因导致父母只能生育一个孩子，就要极力避免独生子女将会出现的各类问题。但独生子女的特征也存在于孩子太多的家庭，这类家庭的父母胆怯、消极，觉得孩子太多，经济压力很大，自己根本无力解决，这种惊慌失措的情绪会影响到孩子。

还有一种恶劣的情况，就是孩子年龄相差悬殊，导致所有孩子都具备独生子女的部分特征。曾经有人向我提出这样一个问题：“一个家庭的孩子年龄相差多少最为恰当？是相差少一些好，还是相差多一些好？”我认为，相差三岁左右最为恰当。三岁的孩子已经能够与人合作，能够很好地理解家里将有多个孩子。而一两岁的孩子就难以理解，要让其预先做好心理准备是不可能的。

在女性中间长大的男孩会很不快乐，父亲时常外出，他身边都是母亲、姐妹、女仆这些异性，这会让他感觉自己与众不同，他的性格会很内向，尤其是当姐妹们全都排斥他的时候。姐妹们不想让他为自己的性别骄傲，于是合伙排斥他，他会因此感受到强烈的孤独和敌

意。排行不前不后的男孩处境会更恶劣，被前后夹击。他若是长子，会被一名咄咄逼人的女性对手紧追不放。他若是幼子，又会变成诸位姐姐的小玩意。在女性中间长大的男孩不会受人欢迎，会拥有女性的特征，为此要让他多多参与社交。生活中只有女性和生活中男女混杂，差异显著。一座房子的主人若是女性，肯定会很干净，很有条理，色调也很别致。可若换成男性，就会不太整洁，甚至一片凌乱，家具也又老又破。生活在一群女性之中的男性会受到影响，拥有跟女性相近的喜好。但他也有可能为保留自己的男性特征，坚决抵制这种处境。他会为避免被女性掌控，满心戒备。他会时常感到忧虑，因为他认为自己的表现必须要极为出众才行。他的个性不是极软弱，就是极强硬。这种案例并不常见，对其的研究要建立在各类案例的研究基础上，才会有价值。反过来，在男性中间长大的女孩不是极为女性化，就是极为男性化，她将无法摆脱安全感的缺失与强烈的孤独感。

对成年人的研究表明，童年时期的最初记忆难以磨灭。他们的生活态度将受在家里的地位影响。家庭成员的不友善，与之合作的艰难，成为成长的主要困难。若能对生活进行细致研究，探讨生活中充斥着敌意与竞争的原因，就会发现整个世界都是这种状态，无人不想成功并掌控他人。自觉在家中遭遇不公对待的人，童年时期便会产生这种心理，所以要解决这个难题，最佳方法是教会孩子合作之道。

第七章 学校影响

教育的变革与发展

学校是家庭的延伸。学校本可以不用存在，前提是父母本身便能给孩子很好的教育，让其掌握各种解决问题的方法。孩子在家里接受教育的情况过去有很多，例如手工业者会教孩子掌握先人和自己的经验技巧。不过，当今社会对人们的要求越来越高，孩子有必要接受更多教育，由学校承担父母的部分教育责任，便成了大势所趋。

美国学校没有经历欧洲学校的各个发展时期，但传统的权威在教育中仍有残留。过去，欧洲只有对社会有价值的王公贵族才能进入学校，其他人毫无出人头地的机会。宗教团体掌管教育后，宗教、科技、艺术和专业教育仅限于经过特殊遴选的人，范围变得更加窄狭。

教育在工业技术迅速发展后，开始普及化。在乡间小镇，皮匠、裁缝之类的人成了老师，他们本身学识不高，常要靠教鞭让学生驯服。过去只有宗教学校、大学才有艺术方面的教育，有些帝王都无法触及，如今却广泛普及。工人都能识文断字，加减计算。有了如此稳固的基石，才有了之后的公立学校。

不过，公立学校的建立遵循的都是政府的政策。培养顺从的人民，使其以统治者的利益为重，且能在国家有需要时参军征战，便是政府设立公立学校的目的。根据这样的原则，学校设立了相应的课程。不久之前，奥地利还在采用这种方式教育学生，让人民变得温顺，迫使其从事符合自身地位的工作，便是这种教育的目的。在实际生活中，这种教育方式的弊病越来越突出。自由思想发展，工人阶级壮大，提出了越来越多的要求。当前的教育理念就是公立学校接纳了这些要求后出现的，即应教育孩子为自己设想，同时务必要为他们创造学习文学、科技、艺术的条件。他们应享受人类文明，为社会贡献自己的力量。过去，人们只期待能教会孩子怎样赚钱，或怎样在工业制度下立足，现在教育的重点却变成了建立彼此之间的情谊和平等、互助的合作关系。

教师对孩子的引导

一切主张改革学校教育的人，都在有意无意间寻觅增加合作的途径。例如进行性格教育，可对于这种教育，人们还没有深层次的了解。务必要找到这样一些教师，他们从事教育工作不光是为了赚钱，还是为了谋求人类共同利益。务必要让他们明白性格教育有多重要，而为了让他们能够从事这种教育，还要给他们很好的培训。性格教育还处在试验期，在制定相关的制度时，应该灵活一些。但这种教育即便是在学校，也没能取得很好的成果。上学前，一些孩子就已在家庭生活中变成了问题孩子，要从根本上铲除他们的错误思想，当前的教育还做不到。因此，为了给孩子更好的指引，我们唯一能做的就是更好地培训教师。

我为此做了很多工作。据我了解，维也纳部分学校在该领域占据领先地位。另外也有一些地区邀请过精神病学家给学生做全面检查，提出相关意见，但如果老师对意见的目的和实施方式一无所知，这样做又有什么意义？每个星期，精神病学家会跟孩子见一两次面，但这样根本不能深层次挖掘家庭、学校对孩子的影响，即使增加到一天见一次面也是一样。于是，精神病学家只好用字条提意见，给孩子更多的营养，或为孩子治疗甲状腺，或让老师额外指导孩子。可老师根本做不到，他们对这些做法的依据毫无了解，对自身经验不够确定，对孩子的性格往往也没有太深的了解。所以在精神病学家和老师中间，务必要建立密切的关联，精神病学家要让老师全面了解他们的研究，这样老师才能就其展开讨论，才能在之后的工作中卓有成效。遭遇意外，老师也能像有精神病学家从旁指导一样，找到解决的方法。这一章末尾会有对维也纳的顾问会议的详细论述，这是一种十分可行的方法。

性格培养的关键

初入学校的孩子会有崭新的体验，他要与社会中与人交往，这会暴露他所有的错误。这对一个被惯坏的孩子来说相当困难，失去了他人的照料，他会感到难以适应。所以被惯坏的孩子踏进学校的第一天，便会展现出自身在社会感方面的不足。他也许会哭着要回家，他对学校、老师都提不起兴趣来，老师给他的建议，他充耳不闻，因为他考虑的只有自己。据此能够推测，这种为人处世的方式会让他落后于其他学生。很多家长都表示，在家里很懂事的孩子到了学校便开始

惹是生非。能够想象，这种孩子在家里肯定过得很舒服，不用面对自身错误和种种考验。可一旦到了学校，他们便会深受打击，因为再也得不到任何人的宠爱。

有个孩子一上学就开始取笑老师讲的话，除此之外，他什么事都不想做。他对学校好像毫无兴趣，大家都觉得他智力低下。跟他见面后，我说：“大家都不明白，你为什么要取笑老师。”他说：“爸爸妈妈把我送到学校这种滑稽可笑的地方，会把我变成傻瓜。”实情是他在家经常受到嘲讽，于是把所有新环境都视为一种玩笑。我告诉他，其他人并非如他想象的那样，他自尊得过头了。他明白了这一点，才慢慢对学校产生了兴趣。

教师对性格和学习的引导

帮助学生战胜困难，矫正父母的错误，是老师的职责所在。部分孩子在家里已得到训练，极易对他人感兴趣，且做好了心理准备，迎接社会生活。事先没有心理准备的人，便会表现出迟疑或是胆怯。部分孩子在适应社会时表现迟疑，才会比其他人落后，这跟智力是否低下没有关系，而老师是帮助他们的最恰当人选。

可老师怎样帮助他们呢？跟母亲的责任类似，老师的责任也包括对学生产生兴趣，跟学生建立关联之类。老师经常会批评那些不能跟老师、同学融洽相处的学生，却导致其对学校愈发厌恶。一名学生在学校总是被人嘲笑，怎么还能对学校提起兴趣来？如果是我，我会向学校以外的方面寻求发展。不听话的坏学生往往都很反感学校，想从学校逃离。在智商方面，他们并无缺陷。在杜撰逃课理由、仿造父母签名之类的事情上，他们还非常聪明。他们会对那些跟他们一样喜欢逃课的孩子产生兴趣，从这些孩子处得到很高的评价，相信自己很有价值。他们无法从学校获得的快乐，却能从坏孩子团体中获得。如此一来，他们便会偏离正途，甚至走上犯罪的道路。

老师要想吸引孩子的注意力，一定要先找出他的兴趣点所在，努力说服他相信，他也能在这些方面有所成就，不过要先为之付出努力。一旦在某一领域，孩子有了自信心，我们就能轻而易举用其他事物刺激他。因此，一开始先搞清楚孩子对世界的态度、最感兴趣的事、最敏锐的感官等，相当有必要。孩子的喜好多种多样，喜欢聆听、运动、观察的皆有。有些孩子不愿专心致志听人讲话，因此不会

留意老师说了什么。他们将落后他人，除非他们愿意利用眼睛学习。有些人可能会判定他们是低能儿或受遗传影响。老师、家长对此有不可推卸的责任，他们没能发现刺激孩子产生浓厚兴趣的方法。有人提议让孩子接受特殊教育，我不赞同。我想说，我们应找到孩子的兴趣点，鼓励其努力投身该领域。现在有不少学校都开始采用视频教学方法，把教材展现为画面、雕塑，更方便学生接纳，这是一种很好的方法，有必要广泛推广。把学校教育和其他生活方面联系起来，从而让孩子清楚了解学习的目的与意义，堪称最佳教育方法。有些人可能会疑惑，以下两种方法哪种更为恰当：一是教授孩子知识，二是教授孩子思考的方法。我认为应二者兼顾，将其相互对立不可取。例如教孩子在数学和建房子之间建立关联，计算建房子所需的木料和可入住人口等，都能让学生获益非凡。同时教授不同的课程，在某些情况下能收到很好的成效。要在课程和生活之间建立关联，或许要求助于专业人士。例如老师带学生郊游，让学生寻找自己的兴趣点，并将动物和植物的进化、结构、受湿度的影响、利用，以及人类发展史等各类生活知识教授给他们。但这样做的首要前提是老师对学生有兴趣，否则老师便不可能在教育学生时，采用我们期待的这种方法。

班级中的竞争与合作

在当前的教育制度下，很多孩子上学之前已为竞争做了充足的准备，但为合作所做的准备少之又少。上学之后，孩子们的竞争能力继续受到磨砺，但这并非他们的幸运。能打败其他孩子，占据领先地位的孩子不一定更幸运。这样的孩子在任何时候都只会关注自身，关注如何获得利益，对贡献、给予都没有概念。一个班里的学生应该像所有成员都处于平等地位的家庭一样团结，这样才能让孩子对兴趣、合作生出向往。坏孩子在参与合作后，就转变了为人处世的态度，这样的案例我遇到过不少。

有个孩子感觉所有家人都在跟自己作对，据此判断学校也是一样。在学校，他的学习成绩十分糟糕，消息传到父母那里，他又受到了父母的批评。成绩差的孩子在学校被老师批评，到家又被父母批评的情况十分常见。一个人接连遭受两次批评，肯定会情绪低落。所以这个孩子成绩一直没有起色，在学校还时常调皮捣蛋，直到他遇上了一位洞悉内情的老师。老师让这个孩子明白了他觉得所有人都仇视自

己的原因，还动员同学们帮助他，跟他交朋友。这个孩子因此变化很大。

部分人会忧心我们这种教育方法无法真正教会孩子了解他人，跟他人合作。殊不知跟成年人比起来，孩子更能了解人的心意。有一位妈妈带着两岁的女儿、三岁的儿子过来跟我见面。女儿趁着妈妈没留意，爬到了桌子上。妈妈生怕吓坏了孩子，不敢乱动，只是惊恐地大叫：“快下来！”女孩根本不听。小哥哥对她说：“不许动！”女孩立即爬下来了。小男孩比妈妈更了解妹妹，因此在解决这个问题时表现更出色。

有人认为，让班里的学生自己管理自己，是让他们实现合作的最佳方法。但此举一定要在老师的指引下进行，并要事先确保学生们有能力这么做。如若不然，学生要么会将此事视为游戏，不认真对待，要么会比老师更加严苛，趁机打击竞争对手，建立威信。因此，老师从一开始就要清楚指点、劝诫学生。

对孩子的评测

了解、研究孩子的心理、性格、行为发展时，经常会用到多种测试，其中智力测试等还能很好地帮助孩子。例如有个学生成绩十分糟糕，老师想让他留级，但在对他做过智力测试后发现，他完全有能力升入更高年级。只是智力测试的作用仅限于了解孩子，找到相应的方法，帮助其进步，要据此准确预知其未来发展是不可能的。在发现某个孩子并非智力低下后，要让他身上出现我们期待的改变，只须找到恰当的方法即可。测试为我们提供了大幅提升孩子智力的方法，即让孩子充分了解并找出智力测试的诀窍，并增加孩子的考试经验。因此，智力在孩子的未来发展中，并不属于命运、遗传这些束缚条件。

不应把孩子的智力测试结果告诉孩子及其父母，因为他们多半会相信这决定了孩子的未来，但智力测试真正的目的并非如此。孩子感觉自己受到的束缚才是教育最大的阻力，其真正受到的束缚不是。在了解自己智商不高后，孩子会灰心丧气，这样一来，再想鼓励他，帮他改变这种观点，突破他自以为是的种种约束，就变得不可能了。

学生的成绩名次也应同等对待。很多老师都相信，给考试成绩很差的学生发成绩单，能刺激其好好学习。可承受着家长厚望的学生会

在成绩单上做手脚，会待在外面不敢回家。有些学生太过懦弱，还会想到结束自己的生命。尽管老师不用为学生的家庭生活承担责任，但也应兼顾以上可能。孩子把这种成绩单带回家，必然会被对孩子有很高要求的家长批评。可老师要是不这么严苛，学生便能继续努力，重拾自信。成绩一直很差的学生会被同学看不起，连带自己也丧失了自信。其实他们原本是可以进步的，我们可以帮他们恢复自信，取得很大成就，前提是要找到恰当的方法。

先天与后天因素

有种很有意思的现象，学生清楚了解大家的成绩排名，哪怕他们并未亲眼看到。各科的最高分由谁考取，他们都心知肚明，并能精准确定自己的位置。判定自己无法进步，是他们最严重的错误：看到其他人都在进步，觉得自己根本不可能赶上他们。性格执拗的孩子会在之后的生活中延续这种思想，成年后还会频频比较自己跟成功人士的距离，认为自己一定要排在自己习惯的位置上，第一、中间或末尾。由此可见，他们帮自己确定了上下起伏的范围。工作成绩不好，完全能依靠努力，改变自己的地位，进而成就非凡的事业。应该让孩子明白，不应给自己设定上下限，并应该让老师和孩子都明白，说孩子的进步缘自其与生俱来的天分十分荒谬。

在对孩子的教育中，人们犯下了各种各样的错误，说遗传会孩子的发展造成约束，堪称其中最严重的错误。老师、家长教育不好孩子，就用这种托词帮自己推卸责任，我们不应容忍这种行为。认为遗传能约束孩子性格、智力发展的老师，能在教育方面取得什么成绩？明白自己的态度、行为能影响孩子的老师，不会摆出这种托词。

此处的遗传不属于身体方面的遗传，不涉及器官方面的不足。个体心理学会研究这种遗传对心灵的影响。孩子知道器官有什么功用，能根据自身感受，确定约束自身发展的条件有哪些。因此，要让器官存在缺陷的孩子明白，他的智力、性格不会因此受限。之前提到过，部分人会把生理缺陷当成鼓励，部分人却会将其视为约束。

最初，不少人都在抗议我这个结论，说这只是个人观点，不科学也不全面，但我有个人经验和不断增加的实例作为证据。现在部分精神病学家、心理学家都认为，数千年来，人们说遗传会影响性格，其实并不科学。人们不想为自己的所作所为负责任，便提出了这种观

点，推崇宿命论。人性本善或人性本恶的说法，是其最直接的体现。很明显，该说法并不成立，基本只有想推卸责任的人才会推崇该说法。没有了社会环境，所谓的善与恶便失去了所有意义，其他性格特征也都是如此。善与恶是人在社会中相互往来的产物，是判定人是危及他人利益，还是维护他人利益的标准。出生前，孩子无法触及社会环境。出生后，在潜力的作用下，他往哪个方向发展都是有可能的。他的决断主要建立在以下各点的基础上：他所在的环境，他的种种感觉和对感觉的阐释，以及他受到的教育。

其他不够显著的遗传心理功能也是一样。在心理功能的发展过程中，兴趣的地位十分关键。兴趣的发展受阻与遗传无关，是消沉与恐惧作用的结果。当然，大脑的结构是遗传造就的结果，但对心灵来说，大脑仅仅是一种工具，而非源头。即便大脑受伤，也能通过训练弥补其不足，除非伤害已经到了不能挽回的地步。所有了不起的才能都不是从遗传中获得的，而源自长期的努力奋斗和真正的兴趣。

一个家族连续几代人都天分极高，也不能说是遗传的结果。更可信的解释是，一名家庭成员取得成功，激励其他家庭成员努力拼搏，家庭气氛对此也有影响。有名的化学家李比希^[11]有一位经营药店的父亲，据此判定是遗传决定了他的成就是不行的。最关键的是，家庭环境让他得以发展自己对化学的兴趣。其他孩子尚未触碰到化学，他却已对其相当熟悉了。莫扎特也不是因为有一位热爱音乐的父亲，才成了大音乐家。让儿子对音乐产生兴趣，持续激励、支持儿子，他父亲所做的，只是这些而已。莫扎特自幼便生活在音乐的氛围中，这种很早的起点很多成功人士都有，四岁学钢琴，从小便喜欢把身边的事用文字记录下来，诸如此类。对于那件事，他们始终充满热忱，并得到了专业、全面的训练，勇敢前行，不会有半点退缩。

能帮孩子消除自我设限的老师，断然不会认为有真实的限定存在于孩子的发展中。告诉孩子“你没有数学天赋”，老师便能卸去自身压力，让孩子一蹶不振。这种事情我有过亲身经历，读书期间有几年，我的数学成绩总是倒数，我也相信自己在数学方面毫无天赋。直到后来，有一道数学题，老师都不会做，我却做出来了。我因此转变了思想，开始对数学产生兴趣，利用种种方式训练自己，最终成了数学科目的优等生。这件事充分说明了，所谓天赋的说法有多荒诞。

一个班有再多学生，都不妨碍我们找到每个学生的特色。要让学生服从，一个很好的方法是增进对他们的了解。但从管理角度看，一个班人数太多可不行，学生的问题更易被忽视，找到合适的培养举措更不可能。老师要先了解学生，才能在此基础上培养学生的兴趣与合作技巧。对学生而言，最好能连续几年都接受同一位老师的教导。在那些半年换一次老师的学校，老师不可能找到学生的问题，帮助其解决，因为他们根本没机会好好了解学生。连续数年不更换老师，更易把一个班变成合作团体，因为在这种条件下，老师更易找出学生的缺陷和恰当的弥补举措。

让孩子跳级的弊端大于好处。大人的期望越高，孩子的压力越大。若相较于其他学生，某个学生的发育更快，让其跳级也许是可行的。但在一个合作团体中，少数突出的学生能让其他学生获益，部分优秀的学生能带动整个班的同学快速进步。这种彼此借鉴、全面进步的趋势，我们不应阻挡。出类拔萃的学生可多多参与其他活动，培养美术等新兴趣，其成功可以刺激其他学生的兴趣与奋进。

被逼留级的学生会制造相当恶劣的状况。不管在家里还是学校，留级生往往都是大问题。不会惹麻烦的留级生只是极少数，大部分留级生会越来越落后，经常惹麻烦。无论其他同学还是他们自己，都觉得留级生不会有什么前途。尽管如此，轻易废除留级制度依旧不可行，在当前的教育制度中，这是个难以解决的问题。有的老师为帮成绩差的学生改正错误的生活态度，避免留级，会利用放假时间帮他们补课。新学期开始后，已经清楚了解自身错误的学生就能跟其他学生同步了。当前要切实帮助成绩差的学生，这是仅有的可行的方法。只有当学生认清了自身错误，了解了自身能力，我们才能放手让他们自己拼搏。

我在研究以成绩为依据分班的制度时，发现了一种很特别的情况。我不确定这种经验对美国是不是适用，因为其经验源头以欧洲为主。在差的班级中，学生不是家境贫穷，就是智力低下。在好的班级中，学生基本都家境优渥。这并不公平，大部分贫穷的家庭都有大量现实问题需要解决，没能预先为孩子的教育做好准备。这种父母只能将很少的时间用于孩子的教育，有些自身水平低下，根本不能胜任教育孩子的工作。我们不应把没能完全准备好的学生分进差的班级，这就是我的观点。有充足经验的老师明白怎样改变这种状况，若能安排这种学生跟准备充足的学生在一起，肯定会对前者的成长大有裨益。

而若是将其分进差的班级，用不了多久，他们便会发觉自身缺陷，并被好的班级的学生看不起。他们置身于这种环境，会灰心丧气，失去追求个人地位的勇气。

男生和女生在同一个学校学习，从理论角度说很值得提倡。如此一来，男女生便能更好地了解彼此，相互合作，但是不能指望这样就能让一切问题迎刃而解。男女合校制度同样会引发特殊问题，要想避免这些问题，就要认清它们，予以恰当解决。举个例子，一般说来，女孩十六岁前比男孩发育快，若对此没有清楚的认知，男孩的自尊心便有可能受损，因女孩超越自己而自惭形秽。有些男孩之后再无勇气跟女孩竞争，就是因为他们一直没忘记这种受挫的感觉。支持男女合校的老师若不想这项制度走向失败，并想借助其完成多项目标，就应认清上述问题。除此之外，要避免学生遭遇性方面的问题，就应让其接受相关教育并妥善监督。在学校开展性教育并非易事，教室也并非开展性教育的恰当场所，会让老师难以确定所有学生都准确领会了性教育的各项内容。学生可能会对性教育感兴趣，但他们能否接纳甚至运用在生活中，我们无法保证。若对此有兴趣的学生私底下询问老师，老师自然要如实解答。这能帮老师了解学生的兴趣，找到解决其问题的恰当方法。可若在教室里公开讨论性，往往会让学生误以为性是非常随便的，非但没有好处，反而会有很大弊端。

区分孩子的性格特征

不管什么人，只要受过专业的儿童教育培训，就能顺利分辨出各个孩子独有的生活态度。要了解孩子的合作程度，只须了解其姿态，其观察、倾听的表现，其对人际交往的喜爱程度。能够推测，会丢课本或不记得做作业的学生对学习没什么兴趣，务必要找到相应的原因。同样能够推测，不能跟其他孩子一起玩耍的孩子孤僻而缺乏自信。还能够推测，一直在期待别人帮助自己的孩子不够独立，想从别人那里获得支持。

部分孩子只在被奖励或表扬时才会学习。不少被惯坏的孩子学习成绩优异，仅限于老师给予特殊关注时。失去关注，这些孩子就会失去兴趣。他们要想进步，一定要有人热切关注他们。数学是这些孩子最不擅长的科目，他们能把数学公式倒背如流，却无法单独解决数学问题。这似乎不是什么太大的缺陷，却有可能严重危及生活。要是长

大以后，这些孩子继续活在对他人的期待中，便会处处依靠他人，迫使他人帮助自己，成为对社会毫无贡献的寄生虫。

与之相反，还有这样一种孩子，将所有精力都用于吸引大家的关注，得不到满足便会恶意干扰其他孩子。他们巴不得别人能惩罚、批评他们，这两种举措对他们一点儿用处都没有。他们情愿受罚，也不愿被人忽视。他们觉得受罚是很有价值的，能够帮助他们实现目标。惩罚对很多孩子来说，只是挑战其生活态度的游戏或是比赛，他们要支撑到最后一刻。最后占据主动，获得胜利的往往是这些孩子。这样跟父母、老师对抗，他们十分满足，因此在受罚时，他们不会哭，却会笑。

懒惰的孩子若不是有心找父母、老师的碴，多半都会充满雄心壮志，同时又很畏惧失败。不同的人对成功有不同的看法。有些孩子对于失败的理解，让大人十分意外。一些成功人士会因不能超越其他所有人，认为自己非常失败。面对比自己更优秀的人，他会觉得很不安。而懒孩子并不知道失败是什么感觉，因为他们从没有经历过真正的考验。他们拼命逃避困难，不愿跟人较量。不少人都持有这样一种观点，只要自己稍微努力一些，很多困难就不是困难。据此，他们安慰自己：“我能做任何事，只是不想做而已。”这成了他们维持尊严，为自己的失败辩解的托词：“我是懒，不是能力不足。”

很多老师会对懒惰的学生说：“你要是肯努力，就能取得很好的成绩。”能轻而易举得到这种赞扬的学生何必要努力？要是结果并非如此，那他恢复懒惰时，大家便不会觉得他只是不想展露自己的才能了，他的损失可就大了。人们不再相信他能取得很大成就，评价他时，只会以他的实际成绩为依据。懒惰的孩子还能得到一项特殊优待，即他再微不足道的努力都能得到赞赏。大家据此判断，他有浪子回头的想法，因此给了他很大的鼓励。若是勤奋的孩子这样做，收到的赞扬肯定比这少得多。就这样，懒惰的孩子始终在别人的期许中，固守自己的生活态度。打从一出生，他就期待别人能在每件事上帮助自己，他就这样被惯坏了。

总在一群孩子中担当领头者的孩子，同样引人注目。领袖必不可少，优秀的领袖并不多见，他们总能从全局着眼。大部分担当领袖的孩子只希望能在其他人都被自己掌控的环境中，参加各类活动。这种孩子在将来的生活中极易遭遇困难。在婚姻、职场、社交等领域，两个这样的人相遇，结果要么很滑稽，要么很悲惨。为了维持自身优越

感，两个人会抓住一切时机，让对方受自己掌控。眼见被惯坏的孩子傲慢地指挥别人，有的家长会非常高兴，鼓励孩子继续这么做。但有的老师明白，在孩子未来的发展中，此举后患无穷。

我们只想让那些明显会导致孩子失败的人格发展趋势停下来，而无意将孩子千差万别的人格统一化。预防、矫正失败的人格，在童年时期并非难事。若拖延到孩子长大以后，其生活便会因此陷入困境：长大后的失败，往往是由童年时期的错误引起的。对合作没有兴趣的孩子更有可能发展成精神病人、犯罪分子、自杀者。大部分焦虑症病人小时候都害怕陌生人、陌生环境和黑暗。大部分抑郁症病人都喜欢哭泣。让所有父母了解这种错误，并学会预防这种错误，是不可能的。而最应接受这种建议的，却是那些不想这么做的父母。不过，借助跟老师的交流，我们却能了解、帮助学生，帮他们纠正错误，学会独立、合作，对生活充满勇气。这种教育能最大限度地确保人类将来的幸福，这就是我的观点。

校园心理咨询室的设立

为此，我在约十五年前，开始在个体心理学方面倡导在学校设立心理咨询室。维也纳等很多欧洲大城市都已证实，设立这种咨询室很有必要。有理想是好事，但要让理想有价值，有实现的可能，就要选择恰当的方法。我根据这十五年的经验判定，在解决孩子的问题，把孩子培养成才方面，设立顾问会议是一种相当可行、成功的方法。我自然了解，若以个体心理学为基础，心理咨询室会取得更大的成功。可若是跟其他学派的心理学家联合，我也不会反对。由始至终，我都认为所有学派的心理学家都应尝试跟校园心理咨询室合作，在对比中确定哪个学派是最佳合作对象。

校园心理咨询室需要这样一名心理学家，其专业技术高超，对老师、父母、孩子遭遇的难题经验丰富。走马上任后，这位心理学家要跟学校老师一起对教育中可能遇到的问题展开讨论。老师应让心理学家了解某个学生的特殊情况与难题，例如学生懒惰，喜欢打架，喜欢偷东西，总是逃课，学习成绩差等。凭借自身颇具价值的经验，心理学家开始跟老师讨论。老师应把学生的家庭状况、性格特征、性格演变的详情，告诉心理学家，并要留意那些不同寻常的环境。心理学家

和老师将共同分析导致这种结果的原因，找到解决问题的好方法。丰富的经验能让他们迅速达成一致。

心理学家来到学校时，学生及其母亲也应到场。心理学家和老师先决定跟学生母亲交流的语气、影响她的方式，帮她找出学生问题产生的原因，然后再请她进来一起讨论。在讨论中，母亲会给心理学家大量有用信息，心理学家将据此提供恰当的意见，帮助这位学生。母亲通常都很珍视这种机会，很愿意合作。面对犹豫不决的母亲，心理学家和老师可列举一些例子，通过暗示让母亲明白，这些方法能让她的孩子获益。

随后，心理学家会安排学生进来，跟他讨论他当前的问题。至于他的错误，则不在讨论范围。学生发展期间受到的阻碍、学生忽视的某些关键信念等，都是心理学家探讨的对象。这并非责备，而是一种友好的交流与忠告。至于学生所犯的错误，心理学家会用别的方法点明，例如在虚拟环境中征询学生有何观点。这能帮助学生迅速看清问题，改变态度，这是缺乏相关经验的人无法想象的。

接受过相应培训的老师会一直支持设立校园心理咨询室，因为他们对此兴趣浓厚，当其是自己的工作乐趣和成功保证。他们不会把咨询室的设立当成重负，因为让他们受困已久的问题，只需咨询半小时就能解决。在很短的时间内，学校合作精神便得以提升。校园心理咨询室设立一段时期后，重大问题销声匿迹，余下的问题都微不足道。老师都变成了心理学家，掌握了人的性格的了解途径和表现方式。平时遇到的各类问题，他们都能独立解决。若老师都训练有素，心理学家便派不上用场了，我们期待的就是如此。

如果班里有个懒孩子，老师就应举行一次懒惰讨论会，让全班同学都参加。讨论的题目可以是懒惰的原因，懒惰的目的，懒孩子不愿意改正的原因，懒孩子必须改正的原因。讨论结束后，会得到相应的结论。那个懒孩子可能并不了解，此次讨论会针对的是他。而自身的懒惰会让他对讨论很感兴趣，并能从中得到帮助。可如果讨论变成了对他的攻击，他便不可能有收获。只有当他态度谦逊，接纳别人的建议，并加以思考时，他的思想才会发生必然的转变。

最明白学生心理的，肯定是跟学生朝夕相处的老师。老师能看到学生的多个层次，还能跟学生建立很好的感情，但前提是老师要掌握某些技巧。孩子是会继续犯错，还是会改正错误，全由老师掌控。人

类的将来由老师保障，老师对人类社会的贡献，让人难以估测。在这方面，老师跟母亲没有区别。

第八章 青春期

青春期的特征

现在有大量有关青春期的书，其中大部分都把青春期当作性格发展的危险阶段，进行讨论。但青春期仅仅是对个人性格发展有一定危险，并无决定作用。进入青春期后，孩子要面对新环境和严峻考验。他的生活态度会呈现出一些此前未曾呈现的问题，这是因为他觉得自己已经来到了生活的前沿阵地。一旦这些问题呈现出来，就会被经验丰富的人发现。到了青春期，它们已昭然若揭，无法忽略。

心理特征

青春期的孩子最重视的一件事是，证明自己已经长大了。我们也许能想方设法让他们明白，这是一件非常明显的事，以此让他们不再那么紧张。他们若坚持想要证实这点，便会不断重申自己的态度。想证实自己已经独立，已经长大，已经是男人或女人了，是青春期大部分行为的起因。孩子的行为方式由其对成长的观点决定，把成长等同于自由的孩子会反抗家长的约束，甚至会抽烟，讲脏话，夜不归宿。父母眼见温驯的子女变得这么不听话，都很惊讶，很疑惑。事实上，温驯的孩子一直都想跟父母对抗，但直到青春期能力得到提升之际，才开始正式反抗。时常被父亲批评却表现得十分温驯的孩子，私底下一直在等待报复的机会到来。他会在自认为有能力时向父亲发起进攻，随后出走。

大多数父母在子女进入青春期后，都会放弃自己的监护权，给予子女更多的自由，否则会引来子女的抗争。父母若想证实子女还未长大，还会引来更激烈的抗争。这种抗争将展现出“青年反抗主义”的显著标志，即抗争态度。

生理特征

一般说来，青春期是从十四岁到二十岁这段时期前后，没有严格的年龄界定，但也有孩子十一二岁就进入青春期了。青春期的孩子各器官发育很快，但彼此的功能却尚无法协调一致。身材变高、手脚长大也许会让孩子看起来笨手笨脚，相应的训练必不可少。这时候，若是有人嘲讽他们，他们便会相信自己确实非常蠢笨，越被嘲讽的孩子越是笨手笨脚。内分泌会推动器官的功能发展，或对孩子发挥其他推动作用。但这种改变并非凭空产生的全方位改变，内分泌发挥作用在孩子出生之前就开始了。不过，内分泌在孩子进入青春期后会变得更为强烈，由此显示出第二性征：男孩会变声，长出胡子，女孩变得身材丰腴，越来越女性化。对年轻人来说，这些情况往往会让他们陷入惶恐。

青春期的问题

对成年后的生活准备不足的孩子，会在求职、婚恋、社交等方面惊慌失措。若无法找到自己感兴趣的工作，他便会对自己失去信心。面对异性，他会紧张、害羞，说不出话来。失望不断加剧，到了最后，他会觉得自己不被任何人理解，因此对生活深恶痛绝，不再留意别人，不再跟人说话或听别人说话。他将整天沉浸在想象和粗俗的性活动中，对工作、阅读失去兴趣。这是一种精神错乱，人称“早发性痴呆”。事实上，这种疾病不过是因为走错了方向，完全能够治愈。只要旁人点明其犯了何种错，为其指出正确的道路，鼓励其沿着这条路奋斗即可。但这要求我们点明其之前犯下的所有错，帮助其改正，这是相当困难的。为此，我们要从科学角度认真解析过去、现在、未来的意义，而不能只以个人观点作为行动的依据。

对三个问题的训练与准备不足，是青春期一切困难的源头。孩子若非常害怕未来，在应对该问题时，一定会选择最简单的方法，但这种方法发挥不了什么作用。对孩子的命令、警告、责备只会让他们愈发不知所措，对孩子的推动只会让他们愈发后退。因此，这些做法全都没有用，更有甚者，会严重伤害孩子。由于处在青春期中，孩子多半都很消极，很胆怯，等他们主动努力是不行的，必须给他们恰如其分的鼓励，才能帮助他们。

还有些孩子进入青春期后，希望自己永远不要长大，永远只是孩子。他们愿意跟小弟弟小妹妹玩耍，模仿幼儿说话，并跟幼儿一般羞

羞答答。但大多数孩子都会极力模仿成年人，假装自己已经长大，实际上也许非常心虚。他们的一举一动都在模仿成年人，挥金如土，追求异性，还会跟异性发生性关系。有些孩子迫不及待地为非作歹，乃至犯罪，却连应对生活的技巧都没有。有种类的孩子最易犯这种错：他们早年犯了错，却没被任何人发现，于是认为自己完全能犯错而不被人知。十四至二十岁是少年犯罪频发的阶段，且概率持续上升，因为想逃离生活、经济困境的人很容易犯罪。这个问题的出现，是外部压力将童年时期隐藏的趋势揭露出来的结果，不是现在才出现的。

精神疾病往往会成为活动程度偏小的人逃避生活问题的方式。青春期是官能性疾病和精神疾病的高发时期。孩子利用精神疾病这种托词，既能逃避生活问题，又不对自身优越感造成损伤。通常说来，人在遭遇社会性问题时，却不想用符合社会要求的方法解决，就会表现得很惶恐，从而患上精神疾病。情绪紧张会让青春期的孩子各项器官都变得异常敏锐，神经系统也会受到影响。他们紧张、失败，却不想承担责任，便用身体不舒服作为托词，不管对外还是私底下都是如此，如此一来，便产生了精神疾病。所有精神病人都表现出了真诚的意愿，都很清楚要拥有何种技巧才能解决生活问题。但他们要逃避社会的要求，唯一的方法就是得精神病。他们患病后如释重负，好像想说：“我也想立即解决问题，但我做不到，因为我生病了。”这就是他们跟犯罪者的区别。犯罪者没什么社会感，会把自己的罪恶完全展露出来，没有任何顾忌。究竟是精神病人还是犯罪者对人类危害更大，尚不能确定。尽管精神病并无罪恶的起因，但精神病人给人的感觉却是有意给别人制造障碍，自私自利，惹人反感。犯罪者明确表露出了自己的恶意，又极力不让自己那少许社会感冒出头来。

被惯坏的孩子步入青春期后，更易走向失败。成人的责任让这些习惯于受人照料的孩子难以承受。他们想一直被照料，却发现自己逐渐长大以后，已经失去了大家的关注。父母在他们成长期间，为他们创造了舒适的家庭环境。而现在的外部环境却变得如此冷酷，这给了他们一种感觉，自己之所以失败，是因为生活欺骗了自己。他们会在接下来的日子大幅后退，例如在学习、工作中迎来惨痛的失败。先前看似比他们笨的孩子却会迅速超越他们，展现出非凡的能力。他们的这种表现跟他们先前的生活并无矛盾，他们可能是被先前受到的重视压迫，生怕会让人失望。事实上，他们很容易就能得到前进的动力，但是需要人们的支持和帮助，否则就会胆怯后退。与此同时，其他人

却会在新环境中看清前进的方向，生出新憧憬，制订新计划，热情向往新生活，一如箭即将射出，刀已经出鞘。这种孩子都很有毅力，相信独立并不意味着艰难与失败，而代表着更大的成功与贡献。

社交范围的拓展可能让长期被忽略的孩子开始期待未来，不少人会以得到他人赞赏作为努力的方向。这对男孩来说很危险，而女孩自信心不如男孩，会把别人的赞赏当成肯定自身价值独一无二的渠道。这种女孩往往会被赞赏自己的男人不费吹灰之力骗到。常有不被父母肯定的女孩，靠跟男人发生性行为证实自己已经长大，并据此得到别人的关注和赞赏。

案例一

有个家境贫寒的十五岁女孩，她哥哥身体不好，家里人把所有精力都用于照料哥哥，忽略了女孩。再加上女孩的父亲在女孩出生后就病倒了，母亲更没有多余的精力和爱分给女孩。因此从很小的时候，女孩就了解了何谓被人照料，一直期待自己也能成为被照料的那一个，这成了她关注的焦点，可惜她始终未能如愿。后来，父亲康复了，母亲却又生了妹妹，并将照料妹妹当成生活的重点。就这样，女孩成了全家仅有的未被照料过的孩子。不管在学校还是在家里，她都表现很出色。父母见她成绩优秀，想让她接受更好的教育，把她送进高中。对她来说，这是个极其陌生的环境，还有对她毫无了解的老师。起初，她的成绩很差，因为对新的教学方法还未适应。她很想得到别人的赞赏，结果却被老师批评，她因此灰心丧气。她在家被忽略，到了学校，情况还是没有改观，她该如何是好？

她极力想找一个人，充当自己的知己。多次尝试后，她出走去找一个男人，跟他过了两周的同居生活。家人都很忧心，四处寻找她。能够想象，她会在不久之后发现，自己还是不能得到他人的赞赏，因此后悔不迭。果然，没过多久，她便萌生了自杀的念头，写了张便签给自己的父母：“我已服毒，十分快乐，请勿挂念。”她实际并未服毒，我们很难明白她为什么要这么做。她的父母其实很疼爱她，她希望他们能关心自己，她想让母亲找到她，带她回家，自杀并非她所愿。这件事原本不必发生，可惜女孩对自己的认知不够充足，不明白自己是为了获得别人的赞赏，才做出这种行为。老师原本也能预防这件事的发生，可惜他此前并未用心了解这个女孩。若他了解女孩先前有多优秀，了解她有多在乎自己的成绩，便不会做出让她感到心灰意冷的举动。

案例二

另有一个女孩，父母都很懦弱。女孩出生时，父母失望至极，因为母亲总想生个儿子。女孩被母亲重男轻女的思想影响了。母亲时常跟父亲说：“这女孩不会讨人欢心，等她长大了，肯定找不到喜欢她的人。”母亲还跟父亲说：“等她长大了，要怎么处理她呢？”在这种环境中，女孩长到了十几岁。有一次机缘巧合，她看到了母亲的朋友给母亲写的信，宽慰母亲说：“你肯定能生个儿子，你的年纪又不大。”女孩心里是什么感受，可想而知。

过了几个月，女孩去乡间探望叔叔，遇见了一个智力低下的男孩，与他相恋。男孩之后主动跟她分了手，但她一直无法忘记他。后来，她有了很多男朋友，但她一个都不满意。因为得了焦虑性神经症，她无法独自出门，只能来向我求助。她想得到别人的赞赏，为此采取了各种方法，一种没什么成效，就换成另一种。为了让父母关注自己，她现在开始把身体疾病当成工具。她若不主动改变这种心理，没人能帮到她。她又哭又闹，甚至自杀，家里因此一片混乱。我们难以让她了解自己当前的状况，处在青春期的她太在乎自己被忽略了，而她原本不必这样重视这一情况。

青春期的性心理健康

进入青春期后，无论男孩还是女孩都会为了证明自己已经长大，过度看重并夸张性关系，但最终却无法如愿。例如误会母亲总在掌控自己的女孩，为了跟母亲对抗，会跟男孩发生性关系。只要能让母亲忧心，她就心满意足了，她其实并不在乎母亲会不会了解实情。因此，在跟父母发生冲突后，有些女孩会出去随便跟男人发生性关系，让人大跌眼镜，因为这些女孩平日里都很有教养，很温顺。她们并不是多么邪恶的女孩，仅仅是思维出现了偏差。她们错误地相信自己毫无地位，觉得要得到优越感，最佳方法是随便跟男人发生性关系。

有些被惯坏的女孩无法适应自己的女性身份。我们的文化一贯重男轻女，导致她们不满于自身地位，却打心眼里崇拜男性。这种崇拜会展现为多种方式，或是反感、逃避男性，或是在喜欢的男性面前害羞得说不出话来。有男性参加的公共活动，会让她们窘迫至极，难以应对。长大后，她们会表示自己想结婚，但仅仅是说说而已。她们不会跟男性交朋友，对他们避而远之。对自己的女性身份最为反感的是

一些青春期女孩，她们的一举一动都像极了男孩。她们模仿男孩，连喝酒抽烟、讲脏话、乱性之类的男性恶习都要模仿。

关于自己为什么要这样做，很多女孩表示，这是让男孩对她们感兴趣的唯一方法。对女性身份的强烈厌恶，甚至会让某些女孩性欲倒错，变成同性恋，出卖自己的身体，等等。不少妓女自幼便坚定地相信，自己得不到任何男人的爱，必然要处在社会底层。能够想象，她们会因此心灰意冷，对自己轻蔑至极。她们会把自己的身体当成赚钱的工具，而这种想法不是青春期才有的，早在儿童时期就出现了。她们对自己女性身份的厌恶自幼便已存在，但当时没有必要，也没有机会将这种情绪展现出来。

不光是女孩会崇拜男性，所有过度推崇男性地位的孩子都会如此，同时质疑自己有没有能力把成为男性这种理想变为现实。因此，自信心不足的男孩会因我们的文化太突出男性的地位，而遭遇女孩遭遇的那些难题。成长期间，有些孩子会质疑自身性别。因此，孩子满两岁时，就要让其明确自己的性别。有些长得像女孩的男孩往往会遇到问题，陌生人会把他们当成女孩，熟人会告诉他们：“你真的好像女孩。”孩子很可能因此对自己的相貌产生自卑心理，觉得自己的婚恋不会顺利。进入青春期后，对自身性别自信心不足的男孩可能会模仿女孩，会像被惯坏的女孩一样使小性子、忸怩作态等。

孩子对异性的态度会在生命最开始的四五年内稳固下来。性的驱动力在婴儿的初始阶段已经突显，但尚未出现刺激其对外展现的事物。这其实再寻常不过，即便没有外部刺激，也不必对此感到吃惊。例如，不用在一岁婴儿局部性激动时恐慌，要尽可能让他留意身边的环境，不要再留意自己的身体。若此举不能奏效，就能推断孩子是为了某种目的，才这样做。父母感到恐慌，孩子能够意识到。如何能让父母恐慌，他们也心知肚明。他们才不会坚持做那些不会吸引别人注意力的事。

我曾经建议，不要给孩子身体方面的刺激。通常情况下，父母和孩子都对彼此喜爱有加。父母会拥抱、亲吻孩子，以加深跟孩子的感情。这并非科学的方法，他们对此应有清楚的认知。这样会让孩子内心受到刺激，很不恰当。我听不少孩子说过，童年时期，父亲在书房看有关性的图画或电影，孩子发现后，内心便会受到刺激。若想减少相应的问题，就应避免让幼小的孩子看到这些。

当着孩子的面谈论某些不恰当的性知识，同样会刺激孩子。有些大人生怕孩子成年后对性毫无认知，便急不可耐地传播性知识，但这种忧心根本是多余的，所有人的经历共同印证了这一点。等孩子开始对性感兴趣，再传授给他们性知识，是最恰当的做法。对孩子观察入微的大人会了解孩子对什么感兴趣，哪怕孩子并没有向其发问。孩子会主动询问能跟他们交朋友的大人，而大人在解答他们的疑问时，应该选择方便他们理解的表达方式。

有孩子在场时，父母不宜表现得太过亲热。只要有条件，就不要安排孩子跟父母睡同一张床或同一个房间，并应尽量安排每个孩子都有自己的房间，别跟兄弟姐妹同睡一室。为人父母，不能有半点疏忽大意，要时刻留意孩子的行为。要明确什么事或什么方式会影响到孩子，就要清楚知道孩子的性格与思想。

青春期在绝大多数人看来，是很奇异的。然而，我们一般认为，每个阶段都有其独特的意义，都能让人发生改变，如更年期。但这些特殊的阶段根本不像我们想象中那么关键，不会给我们带来多么颠覆性的改变，它们不过是人生的一段时期罢了。我们对每个阶段有何种期许，认为其有何种意义，我们将用何种方式度过该阶段，才是关键。很多人都很害怕青春期，将其视为怪物。实际上，这段时期对孩子仅有的影响是，让他们适应新环境，改变旧生活态度。但还是有些孩子觉得，青春期会逐渐耗光他们的价值与自尊，他们不必再合作、贡献，他们本身也不再被人需要，这种念头才是引发一连串青春期问题的根源。

孩子进入青春期后应该明白，自己是社会的成员，要跟别人合作，要做出自己的贡献，跟其他一切社会成员没有区别，而异性跟他们是平等的。成年人要面对的问题，进入青春期的孩子也要面对，还要尝试只依靠自己的力量解决问题。不了解上述情况的孩子会对环境怀有错误的认知。当自由到来时，他们却好像还没准备好。他们会在受到强迫时好好做事，在只靠自觉时胆小怕事，什么都做不好。他们会在受人掌控时表现优秀，在自由行动时却不知所措。

第九章 犯罪与预防犯罪犯罪问题的解决

了解犯罪心理

借助个体心理学，我们能了解各种类型的人，但不同的人其实并没有太显著的区别。包括自杀者、酗酒者、性欲倒错者、精神病患者、犯罪者、问题孩子等在内的很多人，展现出的失败都属于同一种。在某个生活问题且是极为引人注目的问题上，他们遭遇了彻底的失败。对于社会，他们一点儿兴趣都没有。即便如此，把他们当成异类，摒弃于生活以外，也是不可取的。要找到拥有完美合作精神和完美社会感的人，根本不可能，犯罪者仅仅是失败的程度更深而已。

为了追求挑战

另有一个方面对我们了解犯罪者相当重要，犯罪者和其他人在这方面是相同的。我们希望理想变为现实，为此极力想要战胜困难。一旦如愿以偿，我们对自己的评价会非常高。杜威教授^[12]的观点是，这是对安全的追求，十分正确。还有一些人的观点是，这是在追求自我保护。不管称呼如何，我们都能在人身上找到一条从下往上的庞大活动线索，在失败中追求成功，在卑贱中追求高贵。从童年到生命结束，这条线索贯穿了人的一生。因此，当发现犯罪者也有这种趋势时，用不着吃惊。通过观察，我们发现犯罪者同样追求向上，同样在为战胜困难付出努力。他们跟一般人的区别不是他们没有追求，而是他们追求的方向与众不同。而他们选错方向的原因是，他们完全不了解社会生活的要求，完全不在意自己的伙伴，对怎样合作一无所知。

遗传与环境的影响

需要留意，以上观点有许多人并不赞同。在这些人看来，犯罪者是特殊群体，有别于一般人。例如有些科学家公然表示，犯罪者是不同于一般人的低智商群体。有些人倾向于因素，认为遗传导致犯罪者

命中注定要走上犯罪道路。另有一些人认为，人们之所以犯罪，根源是外部环境，而犯罪开始之后便永远无法停止。现在我们有很多证据反驳这些观点，并发觉一旦承认了这些观点，再想解决犯罪问题就不可能了。犯罪是人类的悲剧，我们必须在自己的生命结束前让这种悲剧销声匿迹。眼看着悲剧发生，却什么都不做，只会说：“我们对此无能为力，是遗传导致了这一切。”这样可不行，必须尽量找到恰当的方法，应对这个问题。

遗传与外部环境都不是不可抗拒的。同样的家庭与环境，可能培养出迥然不同的孩子。出身于良好家庭的孩子，有可能走上犯罪道路。出身于犯罪家庭的孩子，却有可能品格高尚。还有些犯罪者到了六十岁突然改邪归正。将遗传或外部环境作为犯罪的决定因素，便不能解释这些事情为什么会发生。但我们却能很容易地做出解释，这可能是他们的处境得到改善，对他们的要求降低，某些错误的生活态度便没有条件存续下去；可能是他们的目标已经达成；也可能是衰老让他们骨头僵硬、手脚不灵活，无力再做出偷盗等犯罪行为。

有种观点认为，犯罪者都是疯子。我们在更深入地讨论之前，要先摒弃这种观点。有些犯罪者的确患有精神病，但他们的犯罪却是在对自己毫无了解的前提下，采取了错误的处理方式，且不认为自己该对此承担责任，这种犯罪不同于一般的犯罪。因此，我们的研究重点不应该是这些智力低下者的犯罪，他们只是被利用的工具，真正的犯罪者是在背后操纵他们的人。这些人用美好的前景刺激智力低下者的热情，让其根据自己的计划冒险行凶，自己却藏在背后做观众。有些惯犯也是这样教唆年轻人犯罪的，让后者把自己早早制订好的计划付诸实践。

回顾先前谈及的庞大活动线索，包括犯罪者在内的所有人，在追求理想和稳固的地位时，遵循的都是这条线索。不同的人，目标会有不同的差异、变动。犯罪者的最终目标往往是追求个人优越感。该目标不会让其他人获益，犯罪者也不会跟其他人合作。而社会需要的却是能够彼此合作、彼此依靠、彼此配合的人。通常说来，犯罪者都不会顾及这种社会目标，这是他们共同的特征。至于为什么会这样，我们之后再研究，当前要探讨的是，要搞清楚犯罪者在合作中失败的程度与实质，才能对其有更深入的认识。不同的犯罪者，合作能力的水平也不同。如部分犯罪者会在无形中约束自己，不能犯下严重的罪行。部分犯罪者却罪大恶极，因为他们没有这样约束过自己。此外，

犯罪者还分为主犯、从犯，只有了解各类犯罪者的生活态度，才能更深入地了解他们本身。

个体有代表性的生活态度一早便已成型，人四五岁时，其生活态度的重要特征就已彰显。因此，别误会我们能轻而易举改变人的生活态度。生活态度包含了人格，一定要明确人在确立生活态度的过程中所犯的错，才能矫正其行为。这样便能解释以下情况：不少犯罪者在被惩处过无数次，被身边人看不起，个体在社会生活中的权利被剥夺殆尽后，依然重复犯罪，无法自控。他们之所以犯罪，并不是因为缺钱。不过，经济危机和生存危机的确会让犯罪率显著上升。研究也表明，犯罪率往往跟物价成正比，但据此判定经济困难必然引发犯罪，是不恰当的。这仅能说明，能影响人类活动的因素众多，人类不能只凭自己的意愿行事。例如人的合作程度有其限度，一旦超出限度，合作与奉献便都成了不可能，还会因逃避合作而犯罪。有些人的一切顺利时表现正常，在遭遇困难，自己却无力解决时，便会开始犯罪，用这种方式摆脱困境。解决问题的方式，即个人生活态度，在此发挥着决定性作用。

不管怎么样，这些个体心理学案例都能让我们得出一个十分简单的结论，就是犯罪者往往没有很强的合作能力，也不会对其他人有太多的兴趣，会在自身合作能力无法满足实际需求时犯罪。一旦遭遇解决不了的问题，他们根本无法再合作。观察生活中可能出现的问题和犯罪者解决不了的问题，很容易就能发现，人的一生遇到的全都是社会问题。要切实解决这些问题，必须对合作、对别人感兴趣才行。

生活中的犯罪诱因分类

个体心理学家表示，人在生活中遇到的问题分为三类：第一类是跟其他人建立关系的问题，即友情问题。犯罪者当然不缺朋友，不过，可能狐朋狗友居多。他们组成了团体，相互之间十分坦诚，但他们的生活范围却因此受限。跟普通人交朋友对他们来说是不可能的。跟普通人共处，他们会觉得很不自在，他们把自己划成了另类。

第二类问题是一组相互关联的问题，工作也包括在其中。可能有不少犯罪者在被问到这类问题时，会表示：“工作多辛苦，你根本就不知道。”在他们看来，工作异常艰辛，他们不会跟普通人一样努力工作。他们之所以这样，是因为他们最缺少的就是对合作的兴趣和对

奉献的热爱，而有价值的工作却不能缺少这两点。大部分犯罪者都没做好应对工作中的难题的准备，因为他们不喜欢合作的特征一早便展现出来了。犯罪者往往没有一技之长，只会浪费时间。而他们的困难在刚开始上学乃至更早的时候，就已出现。只有掌握合作的技巧，才能解决工作中的难题，偏偏犯罪者根本不会与人合作，且这种情况很难改观。因此，他们无法正常工作，大家也不能指责他们。他们就好比一些学生从未学过地理，却要参加地理考试，最终成绩很差甚至得零分都很正常。

第三类问题是所有关于爱情的问题。对另一半的热爱以及跟另一半的合作，在美好的爱情中相当关键。不少犯罪者在被送到管教所之前都有性病，这点很值得留意。这表示这些人在解决爱情问题时，想用一种简单的方式。在他们看来，爱情是能买卖的商品，异性便是一种货物。他们认为性关系不是伴侣关系，而是征服与被征服的关系，且自己应一直保持这种关系。有些犯罪者表示：“对我来说，只有我想要什么，就能得到什么时，生活才是有意义的。”

我们已经了解了预防犯罪的切入点。要让管教所里的犯人明确合作的重要性，而不能只是体罚他们。做不到这一点，他们就可能在获释后再度犯罪。在当前的条件下，要彻底隔绝犯罪者是不可能的，怎样处理那些无法适应社会环境的犯罪者，便是我们要解决的问题。无论做什么事，都不想跟人合作，这可不是小问题。合作遍及我们生活的方方面面，合作能力的高低展现于我们的观察、表达、倾听的方式中。根据我的调查，犯罪者在观察、表达、倾听这三方面，都有别于一般人。他们不同于一般人的语言会阻碍他们的智力发展。我们说话时，想让别人都能听懂，听懂便是社会元素的一种。我们赋予语言相同的解释，在理解语言时，所有人应达成一致。但犯罪者却有有别于一般人的逻辑与观点，当他们解释自身行为时，这点格外突显。他们的智力很正常。假设他们的个人优越感目标正确，就不能说他们的结论是错的。例如一名犯罪者表示：“我杀掉那个人，是因为他有一条我不可能拥有的好裤子！”他的结论在以下条件下并无错误：他可以采取不正当手段，他的欲望也获得了众人的认可。但这跟伦理道德不符。匈牙利最近发生了一起刑事案件，几名女子涉嫌参与一起毒杀案。被带到警察局后，一名女子声称：“我毒杀我儿子，是因为他命不久矣。”她若无意合作下去，唯一能做的就是毒杀儿子。她的观点有别于普通人，因为她虽有清醒的意识，却没有正常的统觉规划表。这就解释了在看见自己喜欢的东西后，有些犯罪者为什么会想不努力

就将其据为己有，而且相信在这个乏味、冷漠的世界中，这样东西本就是属于自己的。对于世界，对于自己和其他人的重要性，他们都没有正确的认知。

然而，这并非导致他们不擅长合作的主要原因。大部分犯罪者都很懦弱，不愿直面自己觉得无法解决的难题。这种懦弱不仅表现在他们的罪行中，还表现在他们生活的方方面面。他们抢劫路上的行人时，会隐藏在黑暗、僻静的地方，在行人毫无准备之时亮出凶器。犯罪者都觉得自己十分勇敢，而我们若没有被蒙骗，就不能认同他们。他们是懦夫模仿英雄，结果走上了犯罪的道路。他们误认为自己是英雄，追求想象中的优越感目标。常识匮乏导致他们遵循的统觉规划表也是错的。我们若能揭穿犯罪者都很懦弱的真相，会让他们大吃一惊。犯罪者总是觉得警察抓不住自己，为了让自身的虚荣、骄傲获得满足，他们时常会反过来攻击警察。所有犯罪者都有很多罪行没被发现，这非常恶劣。最终遭到逮捕时，他们也许会有这种想法：“要不是我哪里疏忽大意了，也不会被抓，下次一定要小心。”若是幸运地逃脱了，他们会觉得自己的优越感目标达成了。同伙送上祝贺与赞许，他们会欣然接纳。

家庭及早期教育的影响

矫正犯罪者对自己的智力与勇气的错误认知对我们来说相当必要，切入点就是家庭与管教所。接下来讨论的重点是犯罪者不愿合作的原因，而非其最大的弱点。有些犯罪者不愿合作的源头是其父母太不擅长教育孩子。父母本身的合作能力就有限，又没有别人从旁相助，他们因此抱怨连连。合作精神的匮乏在不融洽或感情破裂的家庭中十分明显。母亲是孩子最早产生兴趣的对象，可是在让孩子对父亲或其他人产生兴趣这件事上，母亲可能表现得毫无热情。也有可能孩子在三四岁前始终是家人关注的焦点，之后却因弟弟妹妹的出生地位不保。我们要兼顾以上各个方面。研究犯罪者的过往时会发现，那些不安定的因素在他最初的家庭生活中就已出现。孩子发展受阻，原因在于其对自身地位的误解，以及误解未能及时得到矫正，环境并非罪魁祸首。

家里有一个孩子表现出众，会让其他孩子陷入恶劣处境。这个出众的孩子会吸引大家的注意力，让其他孩子感到不平，想努力又没有足够的自信，因此排斥合作。这些被他人的光辉掩盖的孩子，无法展

现自身的才华，有很大概率会发展成为犯罪者、自杀者、精神病患者，其人格偏离了正轨。

合作精神匮乏的孩子刚刚步入学校，就在自己的行为中表现出了这种不足，例如不喜欢老师，不愿跟同学往来，不专心听课。除非老师能知晓内情，否则他们所受的挫败将不止这些。他们得到的不是鼓励、宽慰，而是旁人的讥笑，且无法从老师那里学到合作的技巧。他们会对学校丧失兴趣，这是学校带给他们种种挫败的必然结果。不少犯罪者到了十三岁，还在四年级留级，大家纷纷嘲笑他们的愚蠢，导致他们对其他人的兴趣逐渐消失，转而将全无价值的事物当成自己的目标。

极易错误理解生活的，还有那些家境贫寒的孩子。在外边，他们时常被人看不起。而在家里，他们又吃不饱，穿不暖，父母终日满面愁容。可能从很小的时候，这些孩子就要养家糊口。眼见有钱人过着富足的生活，想要什么就有什么，他们很容易心理失衡，认为这些人无权拥有更好的生活。越是贫富悬殊的城市，犯罪案件越是频发，原因就在于此。嫉妒多半会造就错误的目标。这种孩子极易走进误区，觉得要获得优越感，最佳途径是轻而易举地获取财富。

生理因素影响

生理缺陷同样会导致自卑。很遗憾，我居然为神经学、精神病学的遗传理论提供了如此强有力的证据。对此我一早便有预感，彼时我刚提出生理缺陷能导致自卑，而心灵能发挥补偿作用。其实，自卑的源头不是生理缺陷，而是教育方式。好的教育方式能让有生理缺陷的孩子对自己、对他人感兴趣。若他只对自己感兴趣，是因为无人教导他对他人感兴趣。也有部分人有内分泌腺方面的缺陷，但正常的内分泌腺是何种状态，我们完全说不清楚。内分泌腺能在不对人的性格造成破坏的情况下，出现多种变化。因此，若找到恰当的方法让这些孩子恢复正常，对其他人感兴趣，才是我们的目标所在，就不用考虑内分泌腺的问题。

很多犯罪者都是孤儿。未能帮这些孤儿学会合作，堪称人类永恒的耻辱。还有私生子，同样无人帮他们培养对他人的兴趣，教他们跟他人合作。被遗弃的孩子，特别是了解自己被遗弃的孩子，往往很容易走上犯罪道路。很多犯罪者都容貌丑陋，这曾为遗传理论提供了支

持。可若能设身处地为他们想想，便会发现他们的处境相当悲惨，他们也许是混血儿，因为丑陋的外表受尽歧视。通常说来，丑孩子都承受着巨大的压力，在最好的童年时代，都没什么快乐的经历。可他们原本可以产生社会感，这要求人们以正确的方式教导他们。

还有一个很有意思的现象，很多犯罪者都是美男子。若说肢体残缺、兔唇之类由恶劣遗传导致的残疾让很多人受害，那容貌漂亮的人犯罪又是出于什么原因？因为这些人被惯坏了，过度溺爱也会损害人的合作能力。我认为犯罪者可分为两种类型：第一种根本感受不到任何情谊，以敌对态度对待所有人和事，根本发现不了别人对自己的赞赏；第二种已经被惯坏了，这种人总会把这样一句话挂在嘴边：

“我沦落到这般田地，全因我妈妈把我惯坏了。”我们本应对此展开讨论，可我只是想明确一点：犯罪者全都是因为没学会合作才开始犯罪，其处境与受教育水平的差异对此没有任何影响。父母可能并不了解把孩子培养成才的方法。整天面无表情、处处挑剔的父母，断然培养不出人才。把孩子宠上天的父母，只能培养出只对自己感兴趣的孩子，他们只看重自己，不愿努力获得他人的认可，因此只想被动地被人关注，不想主动吸引别人，不能如愿便怨天尤人。

为证明该观点，来看看以下几个案例。不过，这些案例被记录下来，自然还有其他目的。

案例一

“金刚约翰”，摘自谢尔顿和埃莉诺·T. 格鲁克共同创作的《五百名罪犯的人生》。在回忆自己的犯罪经历时，这个男孩表示：“我会有今天，是我从来都想象不到的。大约十五岁之前，我一直很正常，喜欢运动，喜欢读书，总是去图书馆借书，生活过得很有条理。但之后父母逼着我辍学打工，一周只给我五毛钱，把我赚的钱全部据为己有。”他在指控自己的父母。

截止到目前，我们只能推断他的家庭不够和睦，无法了解他的具体经历，毕竟我们还不知道他父母的关系和他家的详情。

“工作快满一年时，我跟一个非常爱玩的女孩相识相恋。”

犯罪者往往会留意到爱玩的女孩，对其心生爱慕。合作随即产生，对他来说，这并不简单。他要跟这样一个女孩谈恋爱，可他一周

只有五毛钱。我们很怀疑，他有没有能力克服眼前的困难。他本应了解，这种爱玩的女孩很明显不符合他的实际需求，并且除了她，还有很多女孩。但可能不同的人对生活中最重要的事物的判断，也各不相同。

“一周只有五毛钱，在这个年代根本不可能让自己所爱的女孩痛快玩耍，但爸爸一分钱都不愿多给我。我很伤心，一直在琢磨怎么多赚点钱。”

正常的想法应该是：“努力就能多赚点钱了。”可是男孩却总想着天上掉馅饼，他什么都不理会，只希望女孩能痛快玩耍，自己能过得开心，就是这么简单。

“后来，我偶然结交了一个陌生人。没过多久，就跟他成了好朋友。”

这个陌生人给了他严峻的考验。特殊的处境导致他在考验中落败，而明白怎样合作的普通男孩却不会这么容易受诱惑。

“他是个‘老大’，也就是经验老到的贼。他是业内高手，头脑和身手都是一流的，不仅不会陷害你，还会跟你共同分享偷盗成果。我跟他合作了好几次都很顺利，我的偷盗技巧也变得更娴熟。”

原来男孩的父母有座房子，父亲是工厂的负责人，除了周末，平时都不在家。家里有三个孩子，家里从来没有人犯罪，男孩是仅有的例外。我迫切想了解，支持犯罪遗传理论的专家对此会有怎样的观点。男孩表示，自己跟女性的初次性行为发生在大约十五岁时，肯定会有不少人据此批判他沉迷女色。其实，男孩此举只是想取悦自己，并不表明他对别人有什么兴趣。而这并非难事，任何人都能做到。男孩想得到他人的赞赏，想像英雄般征服女孩，这便是他的目的。还有一些事能很好地证明这点。男孩想依靠英俊的外表，吸引更多的女孩，想通过帮她们付账单，获得她们的赞赏。十六岁那年，他跟同伙入室盗窃，遭到逮捕。他自称西部暴徒，头戴宽边帽，颈系鲜红大手绢，腰别左轮手枪。由此可知，他十分爱慕虚荣，但在展现自己的英雄做派时，找不到其他更好的方法。于是，被逮捕时，他承认了所有指控，并表示：“除此之外，还有很多。”

“在我看来，我活着根本是错的，一点儿意义都没有。而我对普通人重视的道义，只有一种感觉，那就是轻视。”

这些全都是潜意识中潜藏的思想，男孩并不知道这一点。他根本不明白生命的价值何在，只觉得生命是一种重负。关于自己为什么会这样心灰意冷，他始终搞不清楚。

“随着时间的推移，我对所有人都失去了信任。有种说法，小偷不会偷自己的同行，实际并非如此。我对以前那个伙伴好得不得了，结果他却在暗地里陷害我。”

“我要是很有钱，也会成为很正直的人，跟一般人没什么两样。我的意思是，我想得到能让自己为所欲为的钱，不必去工作。以后我也绝对不会去工作，因为我烦透了工作。”

我这样解释他这番话：“压抑感才是我犯罪的真正原因。我一直压抑着自己的欲望，终于走上了犯罪的道路。”这点有必要深入探讨一下。

“我并非有心想要犯罪，但当我开车经过某个地方时，常会有什么东西激起我的欲望，我无法克制，就去把那样东西拿走了。”他并不觉得这种偷盗行为是懦夫的表现，反过来还觉得这是一种英雄做派。

“有一回，我想把偷到的珠宝换成钱，因此被捕，那是我第一次被捕。彼时唯一能让我快乐的事就是去找我女朋友，我想先把珠宝换成钱，之后再去找她，想不到出了意外。”为了得到女朋友的赞赏，便给她大笔的钱，这种人通常会把这种行为视为某种成功。

“监狱有各种各样的补习班，我很喜欢在补习班里学习。可我只是希望借此让自己变得更强，而不是洗心革面。”由此可知，他非常厌恶人，对生活一点儿兴趣都没有。他还表示：“我要是有了孩子，肯定会把他杀了。把孩子带到这个世界上简直罪大恶极，我才不会这么做呢。”

怎样才能让这种人受到感化？唯一的方法是帮助其学会合作，并让其意识到自己的生活态度是错的。在引导他之前，要先找出他早年的误解源头。但该案例并未提供这方面的信息，从中找不到关键的线

索。若必须得出结论，我会猜测，他是家里最大的孩子，起初备受宠爱，后来却被更小的孩子抢走了父母的爱。若我的猜测成立，大家便能感受到，在个人的成长过程中，这些细枝末节发挥的作用多么强大。

“之后，我被送到管教所，受尽欺辱。从管教所离开时，我对社会满是敌意。”

我有些观点必须要说出来。心理学家把监狱中发生的残暴行为视为对犯人忍耐力的考验。而犯人把“改邪归正”这种话当成挑衅，也是同样的道理。这种挑衅会让他们兴奋不已，因为他们总想像英雄一样行事。他们把这当成一种比赛，当成社会对他们的挑战，而他们要成为英雄，必须在其中取得胜利。要惹怒对整个世界充满敌意的人，挑衅他是最好的方法。人们时常挑衅孩子：“你很强吗？你能撑很久吗？我不信，给我瞧瞧！”这是一种错误的教育方式。跟犯罪者一样，这些孩子也总想成为英雄，并被该念头掌控。他们本应明白，自己完全可以放弃这种念头，前提是他们要有足够的智慧。管教所总是采取一些恶劣的举措，挑衅犯人。

案例二

接下来研究一下一个很快就要被绞死的谋杀犯写的日记。此人故意谋杀了两个人，杀人前，他把自己的所思所想写在了日记中。我能据此细致描述出犯人在行凶之前的想法与规划。这不是我第一次看到这种日记，这些犯人的共同之处在于，他们往往会详细描述自己的罪行，并为自己寻找犯罪的借口。社会感的重要性，也将在其中展现出来。连犯人都想遵循社会感的节奏，采取行动。而在犯罪前，他们会毁坏自身社会感的堡垒，将余下的社会感全部清除。陀思妥耶夫斯基在自己的著作《罪与罚》中提到，拉斯科尼科夫花了两个月的时间，躺在床上考虑自己要不要犯一桩罪案。到了最后，他问自己：“我究竟是拿破仑还是微不足道的虱子？”就这样，他鼓足了勇气。由此可知，犯罪者为了获得足够的勇气，时常会用这类思想蒙骗自己。他们很清楚自己的行为会危害社会，也很清楚何种行为能造福社会，可懦弱让他们坚持这样做。他们懦弱的主要原因在于，他们的能力不足以让他们取得成功。基本所有生活问题的解决都需要跟他人合作，而这正是他们的弱项。为摆脱这种重压，他们会努力寻觅一些托词，如疾病、失业等，推卸责任，掩饰自己的无能。

对谋杀犯的日记摘录如下：

“我认识的人基本都离弃了我，他们厌恶我，取笑我或是侮辱我（他应该是个很要面子的人），我是如此不得他们欢心。太悲惨了，我简直生无可恋。我忍无可忍，索性任凭他们践踏，命运想怎样就怎样吧。无奈我的肚子不听话，没有饭吃可不行。”

他很明显是在为自己的罪责开脱。

“他们认为我或许会被绞死，但这跟活活饿死有区别吗？”

曾有一位母亲向孩子做出这样的预言：“终有一日，你会杀掉我。”孩子十七岁那年，果然把妈妈勒死了。挑衅会有什么效果，预言就会有什么效果。

“反正我无论如何都会死，就不必有太多顾忌了。别人都奈何不了我，因为我已一无所有。我爱的女孩都躲着我……”

他很想跟心爱的女孩在一起，但他穷得连一件好衣服都没有。女孩在他看来就等同于财富，他对婚恋的观点、他解决问题的方法，都在这一思想中得以体现。

“我只能用相同的法子把她骗过来，做我的奴隶，我已经受够了！”

通常说来，这种人的思想都很极端，不是想得到所有，就是想抛弃所有，肆无忌惮，好像小孩子。

“我已选中了下手的目标，正在等候最好的时机。等到周四，我就要放手一搏了。我做的那件事，其他人都做不到。”

他把自己当成让人仰慕的英雄，他所做的确实有很多人都做不到，他用刀刺死了一个惊惧得面无人色的人，简直冷血至极。

“饥饿促使我做出黑暗的恶行，一如牧民驱逐羊群。我可能看不到明天的太阳升起了，可我根本不在乎。我觉得最恶劣、最痛苦的莫过于忍饥挨饿，我再也不想受这种折磨了。不得不接受审判是我最后一项烦恼。这是我作恶必然要受的惩罚，可死亡比饥饿要好得多。人们根本不会在乎我会被活活饿死，但现在肯定有很多人都注意到了

我，可能还会有人为我流下同情的眼泪。我一定要这么做，我决定了。这个夜晚，我如此惊慌失措，这种感觉其他任何人都体验不到。”

他想象自己是英雄，实际并非如此。他在审判中坦承：“我犯下了谋杀罪，即使我并未攻击他的致命部位。最终我会被绞死，对于这点我心知肚明。但眼见别人都有漂亮的衣服穿，我却从来没有穿过，也不知道那有多快乐，真是一件憾事。”

先前他的注意力都集中饥饿上，现在转而留意起了好看的衣服。

“我做了什么，我根本搞不清楚。”

很明显，他是在砌词狡辩。所有犯人都会抓住一切机会，帮自己推卸罪责，无论他们的说法有多千差万别，这点都不会改变。有些犯罪者在犯罪之前喝很多酒，大醉便是他们推卸罪责的托词。他们一直致力于寻觅切实有效的方法，打破社会感的堡垒。随便找一个犯人叙述其犯罪的经过，肯定都包含我提到的这些关键点，对此我很有信心。

真正难以解决的问题出现了，我们应该怎么办？如果我的观点成立，那各类案例都将指向同一个结论：通常说来，犯罪者都对社会毫无兴趣，都未曾掌握合作的技巧，都在追逐虚幻的优越感目标。我们应该对他们采取何种举措？答案是，我们如何对待精神病患者，就如何对待犯人，唯一的办法是尽可能取信于他们，同时教会他们如何跟人合作。但太过突出这点也不好，他们原本不必陷入这种困境，但前提是我们从最开始就让他们对追求人生幸福心生向往，让他们对其他人产生兴趣，教会他们在遇到难题时跟人合作解决，诸如此类。我们必须要做到这几点，但这并非易事。太简单或太困难的事，都不能安排他们去做。明明看到他们犯了错，也不能直接跟他们说，跟他们争论。他们的思想已彻底定型，怀着这种思想生活了很多年。一定要先找出他们这种顽固的错误思想的源头，才能改变他们。这要求我们看清楚他们的处境，找出他们犯错误的起点。四至五岁是他们的性格定型期，他们之所以会错误估测这个世界，可能就源自这段时期受到的恶劣影响。务必要找出这些根深蒂固的初始错误，帮他们改正过来，为此需要探究他们最早的生活阶段。

他们会根据自己的错误思想，为之后所有的经历做出辩解。若经历跟思想相左，他们会把经历用矛盾、思考、回忆彻底扭曲。若某人坚持认为：“全世界的人都想侮辱我，占我的便宜。”他便会为了证明这一点，努力搜集各种证据。他会忽略其他一切，只关注这一件事。犯罪者除了自己的事，什么都不关注，他观察也好，倾听也好，遵循的都是自己早已养成的不可动摇的习惯。他会无视那些跟他对生活的解释相矛盾的事。因此，要让他相信我们的说法，一定要清楚了解他的解释标准，他思想形成的原因，以及他最开始的行为习惯。

严酷刑罚对他们完全发挥不了作用，原因就在于此。在犯罪者看来，刑罚有效证明了社会对他不友善，以及他根本无法与人合作。他这么不喜欢合作，也许是因为在学校就有过类似遭遇，以至于成绩下降或在班里接连闯祸。人们因此责备他，惩罚他，但此举并不会推动他与人合作。他会觉得所有人都在跟自己作对，更加失望。任何人都不会对充斥着责备与惩罚的环境感兴趣。如此一来，孩子便不会再对学校、老师、同学有半点兴趣。他也许会逃学，怕被人发现，便四处寻觅能逗留的地方。他在这种地方遇到了一些孩子，跟他有着相似的遭遇和行为习惯，他跟他们都能理解对方。这些孩子会讨他的欢心，刺激他对生活中无意义的事产生兴趣和野心，而不会像别人那样责备他。对种种社会生活要求的反感，让他站到了社会的对立面，只把狐朋狗友当至交，认为跟这些人交朋友很快乐，因为他们都对他很有好感。不断有更多的孩子因此走上错误的道路，若我们也跟其他人一样对待他，他会认为这是证实我们站在他的对立面的新证据。

事实上，这种孩子原本完全有能力战胜生活的考验。要避免上述后果并不难，只要让他们重燃希望，让他们在学校重拾信心，找回勇气即可。我会在之后详细论述这种做法，眼下先来通过案例解释犯罪者是如何利用自己受到的惩罚，证明社会站在自己的对立面的。

还有别的原因，同样会导致严酷刑罚无法产生预想中的效果。不少犯罪者完全不惧怕刑罚，是因为他们很不看重自己的生命，经常想要自杀。很多事情都被他们视为挑战，而他们对挑战的反应就是借助种种方式反抗。他们总是想打败警察，证实警察拿他们一点儿办法都没有。他们会拼尽全力反抗虐待他们的警察，直到最后一刻。如此一来，便更坚定了他们跟警察对抗的信念。这就是他们对一切事情的理解方式。他们把跟社会的接触当成一场较量，为了取胜，不惜付出所有力量。他们巴不得我们也有相同的观点。他们甚至会把电椅当成一

种挑战，好比参与一场赌博，越高的赌注越能吸引他们表现自身才能，追求最后胜利。很多人一开始犯罪，就是因为这个原因。被判处死刑的囚犯可能会非常懊悔自己为什么会被警察抓住：“我干吗要把那条手绢丢下呢？”

早期合作的重要性

竭力探究儿童时期阻碍他们发展合作能力的源头，是仅有的一种弥补方法。当我们在黑暗中探索时，个体心理学家为我们指明了前进的方向。五岁时，孩子的心灵便已发展为集中了其人格多种关键线索的整体。遗传与外部环境自然也对他有影响。先不提孩子出生时就有的独特性和之后的成长经历，只关注其以何种方式利用这些，对这些的看法，还有从中获得的成就。由于遗传有何影响，我们并不清楚，因此一定要明确上述几点。对外部环境带给他的种种可能，对他对这些可能的运用，也应予以重视。可能洗心革面的犯罪者，尽管很难适应社会的要求，但其本身却具备一定的合作能力。在这方面，其母亲是罪魁祸首，她本应非常清楚怎样帮孩子培养更多的兴趣，本应树立榜样，让孩子对社会、对生活产生浓厚兴趣，结果她却不想让孩子对其他人产生兴趣，这可能是因为她家庭不和睦，跟丈夫互相猜忌，想和丈夫离婚。她想完全占有她的孩子，不想让孩子独立，因此对孩子过分宠爱，以至于阻碍了孩子合作能力的发展。

同样很重要的还有孩子对其他孩子、对社会的兴趣。被母亲过分宠爱的孩子很可能会让其他孩子避而远之。如果他错误理解了其他孩子的意思，便可能因此开始犯罪。在一个家庭中，若有一个孩子很出众，就可能导致其他孩子误入歧途。例如次子因为容貌出众，受到大家的欢迎，长子便会感觉自己被忽略，甚至一直摆脱不掉这种困扰。为了证明这一点，他会随时留意各种证据，因此情绪失常，被大家责备，从而为他被忽略提供了更有力的证据。他觉得自己被亏待了，便开始偷盗，引来了更多的责备与处罚，导致喜爱他的人更少，证明大家都在跟他作对的证据更多，情况越来越糟糕。

父母在孩子面前，对生活艰难、社会黑暗大发牢骚，会严重影响孩子对社会的兴趣。能产生相同效果的，还有父母不停地指责亲戚、邻居行事欠妥，不停地表达对别人的强烈愤怒和固有成见。孩子生活在这种环境中，成年后便会以歪曲、错误的观点看待社会与人，还会反抗自己的父母。对社会毫无兴趣的人会表现出极度的自私，觉得：

“我为什么要善待别人，为社会做贡献？”在这种思想指引下，他会在遇到难题时犹豫不决，随时想找理由帮自己推卸责任。在他看来，跟生活战斗太过艰苦，他不会对自己给其他人造成的伤害怀有半点歉疚。他认为在战斗中可以采取任何手段，再卑鄙无耻都无所谓。

接下来解析案例，从中找出犯罪者的发展模式。

案例一

一个家庭的次子变成了问题孩子，而他本身并无遗传方面的生理缺陷，非常健康。在他家，哥哥是最受关注的一个。这个孩子把哥哥当成了对手，两人就像在进行一场比赛，他总想着战胜哥哥。他十分依赖母亲，恨不能把母亲的所有东西都要过来，但对社会却一点儿兴趣也没有。哥哥很聪明，成绩非常好，他的成绩却非常差，跟哥哥的长期竞争让他吃尽苦头。他心底有极为强烈的欲望，想掌控别人。例如他时常命令家里一名女用人做这做那，把她指挥得团团转，他便会很开心。他还会训练女用人，就像将军训练自己的士兵。到他二十岁，这名女用人还任由他做她的将军，因为一直以来，她都对他喜爱有加。

他总在忧心自己的工作，在事业方面很不如意。每次他来求母亲资助他，母亲都会答应，不过随之而来的还有对他的强烈指责。等到结婚以后，他遇到了更多难题，但他并不在意，只觉得在结婚这件事上，自己打败了哥哥，早哥哥一步结婚。由此可见，他在意的都是些微不足道的事，期待能在这些事上打败哥哥，他未免太低估自己了。婚后，他时常和妻子吵架，因为他并不明白何谓婚姻，并未准备好成为一名丈夫乃至父亲。后来，母亲不再资助他，他便赊购了一架钢琴，随即卖掉，把得到的钱全部挥霍掉。别人向他讨要赊购钢琴的钱，他拿不出来，受到指控，被关进监狱。成年后的种种行为，在他童年时期就有了基础。他像被大树遮住了阳光的小树，从小生活在哥哥的阴影中，成长受阻。他认定自己在优秀的哥哥身边长大，承受了种种不公、侮辱、轻蔑，并从生活的所有细枝末节中寻找相应的证据。

案例二

在第二个案例中有一个女孩，她很有野心，且深受父母宠爱。她非常嫉妒自己的妹妹，觉得父母很偏爱妹妹。她对妹妹的仇视，在家

里和学校都毫不掩饰地表露出来。她不断搜寻证据，证明父母偏心妹妹，例如父母给了妹妹更多糖，更多零用钱等。有一次，她偷了朋友的钱，被当场发现，受到惩处。幸好她遇到了我，在我的解释下，她了解了整件事，逐渐从跟妹妹的对抗中恢复正常。我还向她的父母解释了整件事，他们发觉自己犯了错，表示不会再让她感觉妹妹得到的关注比她多，以此消除她对妹妹的仇视。二十多年过去了，女孩已经结婚生子，事业有成。她在那次糟糕的经历过后，再未犯过同类错误，再未遇到任何问题。

上述案例展现了几种会阻碍孩子发展的情境，来做一番归纳。如果说个体心理学的观点都颇具指导性，那首先要清楚了解上述情境将怎样引发犯罪，才能帮犯罪者有效培养社会感和合作能力。这就是我们突出并深入解析这些情境的原因。根据我们的了解，不愿与人合作，极易遭遇困难的有三种孩子，分别是有生理缺陷、被惯坏和被忽略的孩子。有生理缺陷的孩子会觉得命运夺走了自己拥有健全身体的权利，因此相较于一般人，他们对自己的关心更甚。通过特殊训练培养他们对社会的兴趣，是帮助他们的最佳方法。这三种孩子都有强烈的掌控别人的欲望。例如我遇到过一个男孩，他对自己心仪的女孩示爱，被女孩拒绝。这对他来说堪称奇耻大辱，他居然教唆一个更小更蠢笨的孩子去把女孩捅死了。被惯坏的男孩会时刻关注自己的母亲，难以对母亲以外的事物产生兴趣。但完全被忽略的孩子是不存在的，否则他连一个月都活不到。可孤儿、弃婴、丑孩子、残疾孩子、私生子等又的确遭到了忽视。犯罪者会分为漂亮却被惯坏的和丑陋且被忽略的这两种类型，原因就在于此。在此基础上再去了解其他很多事，就没什么难度了。

犯罪者的性格结构特征

我曾经想过归纳出犯罪者共同的性格结构特征，归纳的依据包括我接触的犯人，以及报刊中刊登的犯人状况。从个体心理学的某些理论中，我得到了很大的启发。接下来开始探讨该问题，这里有从费尔巴哈^[13]创作的一部德国古书中摘取的部分案例，从中能够归纳出对犯罪心理学的最佳表达方式。

案例一

康拉德与一名工人共同谋杀了自己的父亲。康拉德的父亲对儿子很残暴，很看不起儿子，从未履行过父亲的职责。一个本应很幸福的家庭，却因为父亲变得一片混乱。有一回，父亲又打了康拉德，康拉德忍无可忍，还击父亲，结果被父亲告到法庭上。法官了解了这件事，跟康拉德说：“你父亲真够坏的，让人一点办法都没有。”这预示了之后的悲剧。家人为改变父亲糟糕的脾气和行为不遗余力，结果都是徒劳。父亲后来又做了一件事，让全家人都对他失望至极。他带了一个浪荡女子回家住，还把康拉德赶走了。康拉德跟一个工人成了朋友，工人很同情他的遭遇，教唆他把他的父亲杀掉。想到母亲，康拉德很犹豫，可是由于家里现在每况愈下，再不采取举措，这个家就完了。康拉德考虑再三，最终做出决定。在工人的协助下，他杀死了父亲。可见，由始至终，康拉德都只对母亲感兴趣，对父亲一点儿兴趣也没有。母亲是他的依靠、兴趣与希望。在毁掉自己仅存的一点儿社会感之前，他必须为自己脱罪，找到一个恰当的借口。得到工人的支持后，他在怒火与冲动的支配下，最终做出了犯罪的决定。

案例二

玛格丽特·茨旺齐格有个绰号叫“毒药女王”。她自幼生活在孤儿院中，无父无母，丑陋矮小。她一如个体心理学家所言，渴望他人的关注，得到的却只有轻蔑。不管付出多少努力，都不能如愿，她因此情绪低落，陷入绝望。为夺走别人的丈夫，她三次下毒毒杀别的女人。在她看来，是这些女人抢走了她的爱人。为将他们抢回来，她绞尽脑汁，最终发现唯一的方法就是毒杀这些女人。为了让男人关怀自己，她曾假装怀孕，又假装自杀。她习惯写日记（这是很多犯罪者的共同点），其中有这样的内容：“每回作恶我都会想：‘从未有人怜悯我，为我伤心，既然如此，当他们受到伤害时，我又何苦为他们伤心？’”实际上，连她自己都不明白自己为什么会这样想。个体心理学提出了潜意识，说的便是这种情况。

我们能从她的日记中推测出她游说自己犯罪的方法。不仅如此，她还找了些光明正大的借口，为自己开脱。每次我建议大家培养对他人的兴趣，与他人合作，都会有人表示：“但他们对我并没有兴趣！”其实我的意思是：“这种事一定要有人带头才行，只要你主动合作了，对方合不合作并不是你的责任。我认为，在合作这件事上，不用在乎其他人怎么做，自己积极主动就行了。”

案例三

一个家庭的长子，受教育水平不高，为人粗鲁，跛了一条腿。他像父亲一样照料着比自己小的孩子，这同样能成为优越感目标。这种处境对他的发展似乎很有好处，但也会刺激他向别人炫耀。他竟然把母亲赶出了家门，咒骂她：“老狗，快滚！”母亲只能乞讨度日。这种恶行说明他对自己的母亲都没兴趣了，真是可悲。要找出这种荒诞行为的源头，就要从他的早期经历入手。他曾长期失业，还患有严重性病。有一回，他出去找工作，回家途中想抢走弟弟的薪水，因此跟弟弟发生争执，杀了弟弟。可见，他无法跟人合作是失业、贫困、疾病共同造就的结果。所有人都有自己的承受限度，超出限度便后果堪忧。

案例四

一对夫妻收养了一名孤儿，养母对其宠爱至极。被惯坏的养子总想给别人留下好印象，因此热衷于在竞争中超越他人。养母不停地鼓励他，还对他产生了爱情。他却到处招摇撞骗，还继承了出身贵族的养父的做派，大手大脚花光了养父的钱，又把养父逐出家门。教育匮乏和养母的过度宠爱，把他变成了一个混吃等死的人。他把自己认识的人骗了个遍，因为他觉得解决生活困难的最佳方法就是说谎、欺骗。养母坚持守着他，哪怕要为此舍弃自己的丈夫和孩子，她实在太爱他了。他因此误以为自己想要什么，就能得到什么，不用付出任何努力。但他又觉得走正途无法让自己获得成功，可见他对自身才能还是信心不够。

不能用能让人灰心丧气的方法对待所有孩子，否则会让其变得自卑，会阻碍其掌握合作的技巧。在生活中遭遇困难时，任何人都有战胜困难的机会。人们通常是因为在困难面前选择了错误的应对方法，才会犯罪。我们要让他们意识到自己的错误，明白何谓正确的方法，并帮助他们对别人产生兴趣，跟别人合作。要是大家都能明白，犯罪是懦夫而非英雄的表现，那犯罪者就不可能有借口为自己开脱了，就能避免更多的孩子犯罪了。不管对罪案的描绘有没有误差，所有犯罪者的情况都指向同一个方向，就是人们深受童年建立的错误生活态度的影响。这种生活态度往往会展现出不喜欢合作的缺陷。尽管遗传是合作潜力的源头，但所有人都具备这种潜力，要经过密集而准确的训练，才能将其完全发挥出来，而这跟遗传并无关联。至于其他导致犯罪的原因，都是额外的偶然原因，除非能找到一个特殊的犯罪者，很愿意跟人合作。我在长年的研究中从未发现过这种特例或听别人提起

过。预防犯罪的最佳方法，从来都是合作。不要对此有半点怀疑，否则彻底消除犯罪便成了不可能。我们能借助恰当的方式把真理传播出去，而合作便是真理的一种，所以我们能教孩子怎样合作，就像教孩子学地理。没学过地理，却要参加地理考试，不管孩子还是成年人，都会考得一塌糊涂。而没学过合作，却要去需要合作的地方生活，不管孩子还是成年人，都会迎来彻底的失败。二者的道理是相同的。

任何问题都不能在没有合作的情况下得到解决。我们即将结束对犯罪的讨论，现在务必要鼓足勇气，直面这样一个现实：尽管已在地球上生活了数千万年，人们依然找不到其他切实可行的方法，解决这个问题。此前采用的种种方法结果都不理想，犯罪案件依然频发。我们在持续的探讨中得出了如下结论：一直以来，我们都没发现，只有用切实可行的方法彻底扭转犯罪者错误的生活态度，并避免这种生活态度卷土重来，才能从源头上杜绝犯罪的发生，否则无论我们做什么，都是白费心机。

回顾一下我们的研究，能得出一种极为关键的结论：犯罪者并非特殊群体，他们也属于正常人，所做的事也都符合人类行为习惯。犯罪并非独立事件，而是一种扭曲的生活态度的体现，这点应了解。另外，还应积极寻觅这种态度的成因，什么都不做就判定自己找不出这种成因，很不可取。只要能做到以上几点，就能做出彻底的改变。犯罪者往往会长期保持对合作的抗拒，甚至早在四至五岁时，这种思维习惯就已形成了。彼时发生了一些事，让其发展受阻，不能再对人产生兴趣。具体原因可能来自父母、伙伴、社会歧视、外部环境等的影响，阻碍了其对人产生兴趣，这在前文中已经提到并得到证实。除此之外，各种类型的犯罪者都有一项共同特征：不愿意也不懂得跟人合作，对别人、对自己的幸福都没有兴趣。唯一能对犯罪者发挥积极作用的方法是，努力提升他们的合作能力。让犯罪者对合作产生兴趣，是我们改善其行为的共同目标。

犯罪者跟其他失败之人相比，有一个很特别的地方。长年拒绝合作让他不再相信自己的生活、工作还能步入正轨，情绪十分低落，这点跟其他失败之人毫无区别。可是他并没有停止活动，终日游手好闲。但这些活动都很消极，只有消极的活动才能激发他的活力，以及跟同类犯罪者合作的热忱。这些活动让他迥异于精神病患者、自杀者和酗酒者。与此同时，这些活动极为单一，甚至除了犯罪活动外，什么都没有。这就是为什么有些犯罪者作恶仅限于同一个方面，重复犯

相同的罪行，是他自己用一个狭窄的范围限制了自己。由此可知，他非常绝望，仅余的一点儿勇气也属于合作能力范围，在这种情况下，怎能不灰心丧气？

犯罪者日日夜夜都在准备犯罪所需的方法、情绪等。白天策划具体过程，晚上清除剩余的社会感。为消除负罪感，他费尽心机为自己寻找托词，寻找自己不得不犯罪的借口。人脑子里的社会感不会坐以待毙，等人把它们全部清除，它们会反抗，因此清除它们并不简单，但这难不倒真想犯罪的人。为了清除残留的社会感，他也许会极力回忆此前遭受的不公正待遇，也许会极力刺激自己的怒火，总之不达目的誓不罢休。明白了这些，就能明白犯罪者总想从自己的处境中找到行为的依据，且听不进我们的任何意见，是什么原因了。他细心观察身边的世界，一早便为自己的行为做了充足的准备。我们要想改变他，必须找到他这种态度的成因。在双方的战斗中，我们凭自己的兴趣，努力寻找能有效帮助他的方法，这是一种强大的武器，他根本抵挡不了。

所有犯罪者最初策划犯罪时，无一例外都遭遇了严重的阻碍，却不愿鼓足勇气与人合作，而一心想要寻觅简单的解决之道。当他们遇到经济问题时，这种情况往往会更加突显。他们也在追求安全感和优越感目标，也想在尽可能短的时间内战胜困难，解决问题，在这些方面，他们跟一般人没有区别。但他们的目标并不符合社会的要求，他们虚构了一种优越感目标，用相信自己能超越警察、法律、社会组织的方法，实现该目标。为此，他们时常违反法律，推卸责任。例如下毒毒杀别人的犯罪者会欺骗并麻痹自己，说这是一种伟大的成就。他可能多次犯案，却始终没受到惩罚，直到最后一次才遭到逮捕。

可见，犯罪者都有自卑情结。他们总是逃避需要合作的生活、工作。实际上，他们是觉得自身才能不足以获得成功。通常说来，他们做的都是不需要动脑子的体力活，对合作的抗拒让他们生活艰难。他们用想象中的优越感隐藏自己的自卑，不想被别人看出来。他们总在自我暗示，要鼓足勇气，充满自信，表现出众。但是连直面生活问题的勇气都没有，这种人自然称不上英雄。犯罪者多半都不了解现实，为维持自己的优越感与生活态度，他们不断否定现实，坚持在想象中生活。他们认为：“我是全世界最了不起的人，能够处决所有不臣服于我的人。”“我是个天才，所以能逍遥法外。”

之前的案例表明，生命之初，承受重压的孩子和被惯坏的孩子都有很大概率会变成犯罪者。要多多关照有生理缺陷的孩子，这样才能让他们对其他人产生兴趣，不至于只关注自己。相同的问题在被忽略、被厌恶的孩子身上也能看到，他们完全不知道采取何种合作方式，才能得到其他人的欢心，跟其他人共同解决生活难题，因为他们很少跟人合作。被惯坏的孩子往往会觉得自己不用努力，就能得到所有想得到的东西，没有人教他们有付出才有收获。他们会在自己的需求得不到满足时，把责任推到其他人身上，同时拒绝跟其他人合作。这类情况会发生在一切犯罪者身上，他们合作能力低下，遭遇生活难题，不是逃避便是表示自己无计可施，从未有人把合作的技巧传授给他们。因此，教会他们合作便是我们仅有的对策，这点毋庸置疑。

犯罪问题的解决

现在我们的经验和知识都已充足，完全能在心理学家的指引下，改造一名犯罪者。但仔细想想，逐一帮助所有犯罪者矫正其生活态度，工作量多么惊人。可惜在我们的传统文化影响下，只要发现自身才能不足以解决眼前的难题，人们便会排斥合作。结果越是经济不景气，犯罪率越高。若能用我这种方法矫正犯罪者，相信对大部分人都会很有效，但不要期待所有犯罪者或有这种倾向的人都能迅速变成喜欢合作的好人，这是一种奢望。

即便如此，还是有很多事等着我们去做。尽管无力逐一改造所有犯罪者，但我们依然能为失业者、对工作感到茫然者等无力维持生计的人，提供一些能切实缓解其生活压力的举措。应想方设法给所有想工作的人一份工作，维持其本就不强的合作能力，保障其基本生活需求。若能坚持下去，一定能降低罪案发生率。生活在这种社会中，民众还会不会再遇到经济问题，我不能肯定，但确立并坚持这种目标的确很有必要。应让孩子接受高水准的职业培训，这样他们步入社会后，才能更擅长解决问题，更好地发挥自己的能力和拥有更多的活动自由。我们在这方面已经取得了不错的成果，应继续努力。我们的力量不足以逐一改造所有犯罪者，却能集中为他们提供帮助。比如可以仿照我们讨论该问题的方式，把他们召集起来，共同讨论社会问题，向他们提问，尽可能开启他们的内心，帮助他们从想象的幻境中清醒过来。他们对世界缺乏了解，仅有的了解也严重扭曲，要尽可能让他们明白这一点。要指引他们别给自己的发展设限，要对自身才能有客

观评价，要慢慢摆脱恐惧，鼓足勇气，直面社会问题。这种集体矫正必然能取得非凡的成果，对此我有信心。

社会生活中存在一些现象，会被某些犯罪者、穷人当成对他们的挑战，要尽可能清除这些现象。例如贫富悬殊肯定会让穷人觉得不公，为宣泄怒火，他们会有行动的欲望，为此要压制甚至取缔奢靡之风。社会上大部分人食不果腹，小部分人却奢侈无度，这可不是正常现象。帮助问题孩子、落后孩子时，不能用挑战的方式检验他们的力量。他们会觉得自己在跟环境抗争，因此坚决不肯改变态度，以至于我们的帮助一点儿成效都没有。犯罪者同样如此，警察、监狱、法律都像在挑战他们，他们会被激怒也很正常。可仔细想想，这种恫吓对他们并没有什么作用。更好的做法可能是不把他们的姓名、恶行对外公开。要明白，让犯罪者主动改变生活态度，唯一的方法是让他们明确自身处境。若只靠政策，不管严酷也好，柔和也好，都不可行。可既然严刑酷罚都不能对他们发挥作用，我们就应淡定一些。严刑酷罚唯一的作用是提高斗争的激烈程度，坐在电椅上的犯罪者唯一后悔的是，自己疏忽大意被抓住了。

努力寻找导致犯罪的罪魁祸首，必然能推动我们的工作向前发展。通过调查，我们发现了一项鼓励犯罪的事实：未被发现的犯罪行为超过40%。逍遥法外能增加犯罪者的犯罪经验。我们正在且将继续改变这种情况。而更重要的是不要羞辱或进攻犯罪者，不管其还在服刑还是已被释放。若条件允许，可增加缓刑监督人员，但这些人员应深入了解社会问题与合作的重要性，并应满足其他苛刻的要求。

借助这些方法，我们能做很多，但只凭这些就想彻底消除犯罪，是不可能的。幸好另外还有一系列切实可行的方法。若在孩子很小的时候，我们就能刻意培养他的合作能力，并能让他对周围的人和事产生兴趣，那么一定能在很长一段时期内大大降低犯罪率。这样的孩子不会轻而易举被教唆犯罪。当遭遇生活困难时，他们能够冷静面对。对周围的人和事，他们始终怀有强烈的热情与兴趣。相较于其他孩子，他们拥有更强的合作能力，会跟其他人合作，战胜眼前的困难。大部分犯罪者早早就开始犯罪了，调查显示，犯罪率最高的年龄阶段是十五岁到二十八岁，并且比其他年龄阶段要高很多。所以用不了多久，我们的工作就将取得明显成效。另外可以断言，好教养有利于孩子的家庭生活。在家庭生活中，乐观、独立、目光长远、发展良好的孩子能给父母很大的慰藉，很多的帮助。用不了多久，人类社会便将

充斥着合作精神，发展为水准很高的组织。给孩子创造好的发展机会，便相当于帮助了父母和老师。

现在来谈谈应为上述行动确定怎样的起点，才最切实可行。为提升孩子处理生活、工作难题的能力而展开的全面训练，又应采取何种方式。培训父母时，应只选择一部分还是全部？必然是只选择一部分，让全体父母都参与培训是种妄想。父母很难掌控，对培训有强烈需求的父母多半不想来见我们，接受我们的培训，他们连承认自己需要培训的勇气都没有，一定要通过别的方式跟他们见面。把孩子全都集中起来，监督其所有的行动与成长过程，这种方式可行吗？看起来有些复杂，还有些不足。有个简单且有效的好方式需要我们留意，其建立在学校对孩子发挥作用的基础上，具体说来就是把老师集中起来进行培训，让他们学会矫正孩子在家庭生活中养成的错误习惯与思想，培养孩子对社会、对其他人和事的兴趣，从而推动社会发展。该方式恰好符合学校设立的初始目的，学校是家庭的延伸，设立学校是因为家庭生活不能教会孩子妥善处理社会生活中遇到的问题。应利用学校尽可能提升孩子的社交能力与合作能力，实现人类的共同幸福。

无数人的无私奉献共同造就了现代文明。不愿跟人合作，独来独往，对人没有兴趣，只重视自己，不想为社会做贡献，自私自利，这种人的生活必然孤独而空洞，再丰富的人生也不会给别人留下什么印象。人们只会记得那些贡献者，传承他们的精神，让他们的人生变得有价值。用这种案例教育孩子，肯定能让他们爱上合作，积极面对生活中的困难，并跟人合作寻求有利于社会的解决办法。

第十章 职业

回顾必须面对的两项事实

约束人类的三种关系，构成了人类始终逃避不开的三大事实问题。三大事实问题不能切分，一定要一起解决，解决了其中两个问题，才能在此基础上解决第三个问题。第一种关系构成的是职业问题。人类生活的地球上的各类资源，土地、森林、空气、矿藏等都是有限的。我们要不断面对并解决相关的问题，这是人类一直以来的烦恼与重要工作，直到现在也没有完美的解答。人类始终在为寻找标准解答而努力，不断提高自身，让解答日趋完美。

人类在努力的过程中，已找到了最佳方法解决职业问题。该方法与第二个问题紧密相关。约束人类的第二种关系是全人类都属于一个种族，且在其无法逃避的第二个难题的关系中生存。假设地球上只有一个人，他从未见过其他同类，那他必然会形成自己独有的生活态度与行为特征。而人类只要还在地球上生活，就要时刻与人接触，建立合作，维持对他们的强烈兴趣。要做到这些，最好的方法是建立友情、合作和社会感，在此基础上很容易就能解决职业问题。

合作让人类在发展期间建立了能确保自身幸福的分工合作方式。若人类都只想依靠仅有的力量生存下去，而不愿依靠合作或前人的成果，那人类必然会很快灭亡。分工造就了各种专业技术人员，把他们集中起来，便能为组织的共同幸福做贡献，切实保证全人类的安全与幸福，增加全人类的机会。当前的人类发展和分工合作还有很大的进步空间，大家一定要加入分工合作，为全社会的利益做贡献，这样才能解决自身职业问题。

部分人一直不愿面对职业问题，对工作没什么热情，也不关注全人类的共同利益。即便这样，他们也不可避免要向其他人求助。他们需要别人的工作成果，但他们本人却未能为社会贡献半分力量。他们就是被惯坏的孩子，指望别人帮他们解决一切难题。该做法严重损坏了全人类的合作体系，并拖累了那些积极解决生活困难的人。

约束人类的第三种关系是性别，人只有男性和女性这两种性别。人要依靠异性，才能在生命中发挥作用，承担自己的性别责任。性别问题因此无法回避，该问题的解决也跟其他两个问题密切相关。只有在分工合作的职业中好好表现，并与其他人维持合作与友情，才可能得到美满的爱情与婚姻。现代社会，一夫一妻制是完美解决该问题的好方法，且不会违背全人类的共同利益与分工合作制度。人与人合作的意愿，就展现在其解决该问题的过程中。

这三个人类生活的问题一直是相互关联的整体，解决了其中一个，必然能推动剩余两个的解决。据此可将这三个问题当成同一个环境、同一个问题的不同层面，这个问题便是在当前的环境中维持自己的生命。

有一点需要重申，女性若以母亲为职业，贡献了自己的力量，便能在人类的分工结构中占据尊贵的地位，跟其他人没有区别。若一位母亲始终对孩子的发展兴趣浓厚，极力借助母亲的身份，让孩子健康成长，培养孩子的兴趣与合作能力，那她便为人类社会贡献了巨大的力量。我们的文化总是低估母亲的贡献，将为人母视为一种低贱的工作。母亲努力工作，不仅不会直接获得经济收入，全职做母亲的女性还要在经济上依靠别人。可父亲与母亲的工作对建立一个幸福的家庭具有同等的地位与价值。不管是做全职主妇还是出去工作，母亲对家庭的贡献都与父亲不相上下，理应获得同等的地位与尊重。

职业兴趣的早期培养

家庭和学校的影响

母亲是孩子的职业兴趣发展的首位影响者。孩子最初的四至五年所受的教育，将严重影响其后来在各方面的发展。我在帮助别人做职业辅导时，都会先询问他们在最开始那几年的状态与兴趣。对他们最初记忆的解析，能明确他们最早期训练自己的方式、最早期状态和统觉规划表。后文会再提及最初记忆的其他用途。

入学后，孩子会对自己展开第二阶段的训练。大家都了解，现在对孩子日后的职业选择，对有针对性地锻炼孩子的眼睛、耳朵、鼻子、手之类的器官，以满足孩子日后的职业需求，学校是越来越重视

了。这种训练十分重要，而普通科目的学习对孩子将来的职业发展也非常重要。常有人表示，自己早就把上学时学的拉丁语、法语忘得一干二净了，但这并不表明这些科目的学习就不重要了。调查显示，学习这些科目，能锻炼心灵的各种功能。不少热衷于创新的学校花费大量心血用于培训学生的职业技术，这能帮孩子树立稳固的信心，同样十分有利于孩子的发展。

儿童时代的兴趣

若儿童时期已经明确选定了日后的职业，孩子接下来的发展就不会遇到太大困难。基本所有孩子都能在被问到日后想从事的职业时，给出解答，但一般都是未经思考，随口一说。例如孩子说自己以后想做司机，或者想做飞行员，但这是为什么，连他自己都说不清。我们要做的便是为了帮他们找到奋斗的方向，为了鼓励他们，深入挖掘出是什么念头刺激他们做出了这种职业选择。要找出他们的优越感目标和达成目标的具体方法。他们的解答往往反映了他们兴趣最浓厚的工作，并能促使我们找到其他帮他们达成目标的方法。

孩子在十二岁到十四岁期间，往往会对自己日后的职业有隐约的认知，否则便情况堪忧。看起来自信心不足的孩子未必是对所有事都没兴趣，可能他心里有远大的理想，但没有自信和勇气说出来。要帮这种孩子找出其兴趣所在，这需要很多耐心。有些高中毕业的十六岁孩子，依然不了解自己将来想做什么工作，满心迷茫。他们往往成绩很好，却没能好好计划自己的将来。认真研究一下这种孩子，会发现他们多半都有远大的理想，但不喜欢跟人合作，总是独来独往。他们不知道该用何种方法把自己的理想变为现实，因为他们不知道在社会分工合作中，自己占据什么位置。为促进孩子的发展，有必要尽早指引他们找到自己的职业兴趣。为避免孩子的将来毫无规划，学校经常给孩子设置问题，老师也不断指引孩子思考这方面的问题。我时常询问孩子，为什么会选中某项职业，他们大多会做出详细解答。我们能根据孩子选择的职业，找出其生活态度。通常说来，孩子会谈到自己心目中最具价值的事物和自己选择的奋斗方向。务必要让孩子以自己的价值标准为依据，确定自己喜欢的职业，因为我们根本无从了解何种职业更高尚，何种职业更卑贱。能努力做好自己喜欢的工作，为社会做贡献的人都是有价值的，跟其他人没有区别。所以选择自己最有趣的工作，据此训练、鼓励自己，便是人们仅有的责任。

纠正潜意识的错误

有种人对自己选择的任何工作都不满意，觉得获得优越感的方式比稳定的工作更具价值。这种人不愿解决生活中的难题，因为在他们看来，生活本不应不停地给他们制造难题。被惯坏的孩子普遍都有这种想法，总在期待别人的帮助。可能有很多人在生命最开始的四至五年找到了自己喜欢的职业，却不得不放弃，去从事自己完全不喜欢的职业，这或许是因为父母的强制安排，或许是因为经济条件不允许。这同样能证明对孩子开展训练的重要性。若孩子在生命最初那几年视觉极为敏锐，且对看到的事物充满兴趣，那他长大以后就可能从事与视觉相关的工作。最初记忆是职业培训中必须重视的一点。有的孩子经常说起别人说的话或各种声音，他们可能是听觉型孩子，会对音乐之类的工作感兴趣。还有些孩子对关于运动的事念念不忘，本身也很喜欢运动，他们可能会对户外工作、导游之类的工作感兴趣。

孩子经常会想超过家里某个成员，特别是父母。这是一种很有价值的努力，孩子能有这种念头，让人非常欣慰。父亲是警察，孩子往往想做律师、法官。父亲是医生，孩子往往也想做医生。父亲是老师，孩子往往会想做大学教授。若孩子想从事父亲的职业并超过父亲，父亲便能以自身经验为依据，好好训练孩子。

孩子也会训练自己的某项职业技能，这可能是有意识的，也可能只是无意之举。比如以后想做老师的孩子会扮成老师，跟别的孩子玩老师教学生的游戏。孩子的游戏往往反映了其兴趣所在。对做母亲感兴趣的女孩子，会把娃娃当成婴儿照料。有些父母觉得孩子玩娃娃会变得不切实际，殊不知孩子在训练自己做母亲的技能。应尽早训练孩子，等到孩子的兴趣已经定型，难以改变时再训练，就太晚了。若能早早训练那些对机械感兴趣的孩子，就能为他们以后的职业打下坚实的基础。

有些孩子不愿意做领导者，总想被别人领导。他们盼望能有一个能做领袖的孩子或是成年人收容他们，这并不是一种有益的思想。应该帮助孩子淡化甚至清除这种思想，否则成年以后，他们会情愿做小卒受人掌控，而不愿成为领袖掌控别人。

有过死亡、疾病这类经历并对此兴趣浓厚的孩子，也许会想成为医生、护士等。我们应支持孩子的这种想法，因为大多数想成为医生

的人都早早开始了对自己的训练，都对自己的职业充满热忱。不过，有过这类经历的孩子也可能会想从事文学、艺术之类的工作，以此延长自己的生命。此外，还有些孩子会以宗教作为职业。

成年后游手好闲的孩子，也是从生命早期开始接受这种错误的训练。遭遇生活难题时，他们往往会选择逃避，因为他们不知该如何是好。务必要找到他们的思想成因，才能用科学方法纠正这种错误。若有一个地方，人类不用工作便能达成一切目标，那懒惰便可能成为高超的技巧，勤奋却可能被人看不起。但真实情况是，各种职业都要求人们学会工作、合作、贡献。过去人类依靠直觉得出这种认知，眼下却借助科学解析了解了这一点。

天才与早期努力

天才最能体现早早对孩子开展职业训练的优势，研究天才更能帮助我们理解该观点。对人类发展做出巨大贡献的人，便是所谓天才。没能对社会做出半点贡献的人，则与天才无缘。艺术是人类合作的结果，被称为天才的艺术家对艺术的贡献十分突出。例如荷马在其作品中用三种色彩区分了其他所有色彩。尽管彼时人们已经对不同颜色的差异有了表面化的理解，但尚不知道怎样给颜色命名。是画家、艺术家教会了人们怎样区分颜色，怎样为其命名。他们所做的贡献，人们必须承认并予以赞赏。同样的，在人类的听觉发展中，作曲家也贡献颇大。因为他们，人类的听觉变得更加精密，原本单一乏味的声音被和谐动听的音调取而代之，滋养了人们的内心。而诗人则为人类贡献了优美、生动、富于表现力的语言文字，多姿多彩的思想，以及优雅的言行。天才是最热爱也最擅长合作的人。他们的言行可能无法展现他们的合作能力，但实际上再没有比他们更喜欢合作的人了。要看清这一点，就要从全局角度观察他们的人生。在跟人合作时，他们可能会遭遇更多难题。在生命旅程中，他们可能遭遇更多艰难险阻。不少天才身体都有残疾，因此总让人觉得，他们付出了大量心血，逐一解决了生命中层出不穷的难题。还有一点需要留意，他们大多早早发现了自己的职业兴趣，随即便开始有针对性地训练自己。为解决将来遇到的种种问题，他们竭尽所能改变自己。可见，他们是靠努力而非遗传或天分，取得了如此突出的成就，被人称为天才。其他人也享受到了他们努力的成果。

有了早期努力打下的基础，长大后更容易取得成功。若能给一个三四岁的小女孩一个娃娃，在她想给娃娃做顶帽子并付诸行动时给她鼓励，同时传授给她做帽子的技巧，那她便会为此付出更多努力。反过来，若在女孩做帽子时大叫：“快别做了！你会把手扎破的！直接买顶帽子就行了，自己做多麻烦！”女孩便会放弃。比较这两种情况：在第一种情况下，女孩会在大人的鼓励下，迅速提升自己的艺术才能；在第二种情况下，女孩会觉得买的東西都比自己做的好，因此无法培养自己的兴趣。

其他因素的影响

大人不断向孩子强调金钱，很可能导致孩子只凭金钱收益判定职业优劣。这样一来，孩子的注意力就集中到了金钱而非为人类做贡献上，这很不利于孩子的发展。所有人都应有属于自己的生活，否则便可能拖累他人。只对金钱充满兴趣的人，必然不会擅长跟人合作。他若对除金钱以外的事毫无兴趣，很有可能会偷盗、诈骗等，通过犯罪得到更多金钱。如果他没有这么做，且在赚钱期间继续维持对社会的某些兴趣，最终如愿赚到了很多钱，即便是这样，对其他人来说，他的行为也没有多少意义。现代社会，有些人用一些不正当的方法，最终也成了富翁，对此用不着吃惊。虽然坚持走正途，努力工作，未必能取得巨大成功，但必然能维持自己的勇气与自尊。

某些情况下，职业会成为人们逃避爱情、社会问题的托词。例如现在有不少人为了逃避爱情婚姻，不断强调自己的工作有多忙。对工作充满热情，几近疯狂的男人可能会想：“我完全不必为婚姻失败负责，我工作太忙了，根本不可能兼顾婚姻！”不少精神病人也为了逃避爱情、社会问题，绞尽脑汁。这些人不是用错误的方式接近异性，就是断然拒绝跟异性接触。他们很少有朋友，因为他们对别人都没什么兴趣。他们执意要用工作填充自己的整个生活，不管白天还是黑夜，心里想的全是工作。他们总是处在焦虑中，以至于患上了胃溃疡之类的神经性疾病。而疾病让他们有了更充足的借口，逃避爱情与社会问题。此外，有些人不断更换工作，觉得这样能帮自己找到恰当的位置，一点儿毅力都没有，而毅力却是做好一项工作必不可少的条件。这种人最后将一事无成。

对孩子的正确培养

我们应从孩子的兴趣着手，帮助问题孩子。无论如何，这种方式都好过无针对性地赞赏。而帮助尚未找到合适工作的年轻人和在工作中很不如意的中年人，就要找到他们的兴趣，加以指引，同时帮忙寻找适合他们的工作。说着很简单，真正去做就不简单了。现在失业率不断上升，要改善这种情况，需要所有人竭尽所能跟别人合作。在我看来，失业问题完全能够解决，所有人都能找到合适的工作，具体做法是让更多人明确合作有多重要，并齐心协力致力于此事。相关举措有很多，例如建立更多的职业培训学校，为成年人提供更多的培训等。不少人都是对社会没有兴趣，又没有任何特长，才失业了。那些因此堕落的人总觉得别人都比自己强，过分低估自己，因此开始犯罪或精神失常。自杀者往往也落后于大多数人，因为他们受教育程度很低，自己又不肯努力。鉴于此，为了提升孩子日后的工作能力，父母、老师和一切对社会、对人类发展感兴趣的人，都应给予孩子更好的训练。

第十一章 朋友与伙伴

建立友谊与合作

跟自己感兴趣的人成为朋友，是人类历史最悠久的奋斗目标之一。人类一直对自己的同类充满兴趣，全人类因此得以进步。处在家庭中，务必要对其他家庭成员感兴趣。纵观整个历史，人类一直在以家庭形式聚集。原始部落中的人借助共同符号聚集、沟通、合作。对图腾的崇拜是最原始、简单的宗教。可能这个部落崇拜蜥蜴，那个部落崇拜水牛或蛇。崇拜同一种图腾的人会聚集、互助、合作。在培养人类对合作的热忱时，这些原始习惯相当关键。崇拜同一种图腾的人会在原始宗教祭祀日召开会议，商讨各类社会问题，研究躲避洪水、野兽等各类灾患，维护共同利益的方法。

通常说来，婚姻都会被视为与集体利益有关。根据规定，崇拜同一种图腾的人会追求组织以外的异性。婚姻仅仅是个人的事，这种理解太过鼠目寸光。要明白，婚姻是需要所有人共同合作完成的心灵事务。婚姻的社会意义在于，妻子和丈夫都要承担起各自的责任。社会希望夫妻双方能生儿育女，子女身体健康，并懂得合作之道。因此，愿意合作的人才会结婚。原始社会多借助图腾或复杂的制度约束婚姻。这种行为放在现代非常滑稽，彼时却增加了人们对合作的热情，发挥着独一无二的作用。

基督教有一项很重要的教义：“爱你的邻居。”其中包含另外一种促进合作的方法。该方法有何价值，同样能从科学角度说明，这点很有趣。有些被惯坏的孩子问我：“为什么要爱我们的邻居？为什么不让邻居爱我们？”他们不愿合作、自私自利的性格缺陷，由此暴露无遗。遭遇生活难题时，他们会不知所措，会伤害别人，以维护自身利益。总之对其他人，他们根本没有兴趣。他们中的大多数人都会走向失败。各种宗教都在倡导合作，只是具体方法各不相同，但只要其以提升合作能力为目标，我都会赞同。提升合作能力的方法多种多样，用不着跟人争执或看不起别人，毕竟任何人都无法明确绝对真理是什么样的。

众所周知，可实施的政治制度有很多，但任何执政者都不能在民众不愿合作的情况下，取得任何政绩。政治家务必要把提升人们的合作能力作为奋斗的目标，因为这是人类进步最显著的标志。大多数人都难以判断哪位政治家、哪个政党能更好地指引民众生活，因为大家评价人或事的依据多半是个人喜好或个人生活态度。不过，能大大促进民众合作、交融的政党，应该是值得信任的。我们同样应该支持这样一种政党，其以提升公民社会感、合作能力为终极目标，努力让民众更加热爱本国和本国文化，允许公民根据自身意志制定、修改法律。在一个班里，也应消除各种妨碍合作的因素，因为一个班的活动目标在于推动所有同学的共同进步，也属于团体合作活动。因此，一件事情能不能让组织更具凝聚力，便成了判定其对整个组织有没有好处的依据。有很多方法都能有效促进合作，我们不能根据自己的喜好反对其中任何一种，但其中有些的确会好一些，有些的确会差一些。

社会兴趣缺失的影响

利己主义

我们绝对不会赞同不劳而获，只重视一己私利的思想。不管是对团体还是个人，这都不是一种好的思想。个人才能只有在其对他人兴趣浓厚时，才可能发挥出来。所有人都要学会听说读写，这些是最基本的能力。语言是人们共同努力和社会兴趣的结果。了解别人便是明白别人内心的思想，这并非个人目标，而是所有人的共同目标。这能帮助我们借助共同利益建立关联，同时被人类共有的常识约束。

精神障碍

有些终日追求独立与优越感目标的人，觉得生活只属于他们，应该自发改变以迎合他们。其他人不可能接受他们这种思想。这种人大多不能与人合作，他们的注意力全在自己身上，对别人毫无兴趣，经常会展露出跟犯罪者、精神病人相同的无耻或茫然的神情。这种人往往都很自私，眼神中不会流露出跟其他人的半点关联。这样的孩子也好，成年人也好，通常都会很看不起别人，完全不会留意到别人，甚至连看都不会看别人。不少精神病人在跟别人接触时，表现非常糟糕，会脸红、结巴，乃至阳痿、早泄等，这些同样缘自他们对他人的没有兴趣，这点有必要留意一下。

极度孤僻的人会发疯。要想拯救他们，必须让他们对其他人产生兴趣。精神病人跟其他人基本没有关联，双方有着极为遥远的距离，除了自杀者，没有人能在这方面跟精神病人相比，因此精神病几乎不可能治好。要想帮助他们，务必要先让他们关注我们，跟我们合作，这要求我们要有耐心、仁慈、友善。我曾治疗过一个从八年前开始患有重度早发性痴呆症的女孩，她近几年一直生活在收容所中。她乱喊乱叫，不停地流口水，用力撕咬衣服，甚至想吞掉自己的手绢，简直像一条疯狗。她显然对自己作为人的身份丝毫不感兴趣，而把自己当成了一条狗。在调查中，我们发现了她有这种表现的原因，她觉得自己在母亲心目中是一条狗，过着狗的生活。在这种类似于狗的行为中，她好像在说：“你们人类真是愚蠢，我要真是一条狗就好了。”我跟她相处了八天，不断找机会跟她说话，她却一句话也不跟我说。不过，我的亲切友善好像让她受到了鼓舞，过了大约一个月，她终于开始跟我说话，只是口齿不太清晰。

由于这种病人已习惯用极强的力量抗拒伙伴，因此如果我们通过鼓舞激发了他们心底的勇气，他们便会无所适从。他们恢复了一些勇气，但尚不能支撑他们跟人合作，这时他们会采取何种做法，可想而知。他们会恶作剧不断，会攻击所有伙伴，把东西全丢在地上，跟问题孩子的表现差不多。我第二次跟女孩见面时，她要打我，我不得不想办法应付她。我选择了不理睬，这是仅有的能让她预想不到的反应。她的身体并不强壮，我表现得十分友善，不管她怎么打我，我都没有反应。震惊消除了她对我的敌视态度。不过，她依旧不知该如何处理自己恢复不久的勇气。她砸坏了我的窗户，自己的手指也受了伤。我帮她包扎手指，对她一句责备也没有。在处理这种暴力的孩子时，通常的做法是将其囚禁起来，但这并不恰当。要用更为恰当的方法，才能让他们喜欢我们，愿意跟我们合作。大部分人都奢望疯子能有正常人的表现，这根本是不可能的。面对疯子有别于常人的疯狂举动，如不吃饭、撕咬衣服等，很多人都会很愤怒。但最好的应对方法却是，让他们随心所欲宣泄自己的情绪吧！

女孩之后恢复了正常，一年内也没再复发。我曾在去收容所的路上遇到了她，她问我：“你要去哪儿？”我说：“你之前住的收容所，你跟我一块儿去吧。”我跟女孩一起来到收容所，找到她当初的医生。我要去跟一位病人交流，让医生趁这段时间跟女孩说说话。医生后来气冲冲地告诉我：“她的确康复了，可她从来没喜欢过我，我简直太恼火了。”此后大约十年，我一直跟女孩保持联络，隔三岔五

见一次面。女孩的表现让任何人都想象不到她曾发过疯，她身体健康，能工作养活自己，跟朋友关系很好，联系密切。

跟正常人比起来，抑郁症病人、妄想症病人都很不一样。妄想症病人仇视全人类，觉得所有人都想害自己，都是坏人，自己生活在一个可怕至极的社会中。抑郁症病人却总在自责：“是我毁了一个和睦的家庭。”“我输光了所有的钱，害得孩子要忍饥挨饿。”但这样的自责其实是在责备他人。以一位女士为例，她原本十分活泼、热情，热衷于社交活动。后来，她出了意外，不能再出去交际了，三个女儿也都出嫁了，加上丈夫又在此时离去，她觉得十分孤独。这种处境让习惯于生活在旁人羡慕中的她感到难以忍受。为了把失去的找回来，她开始到欧洲各地旅行，却在旅行途中得了抑郁症，因为过去那种风光的感觉，她再也找不回来了。抑郁症给她带来了严峻的考验。她想让女儿回来陪伴自己，便打电话给三个女儿，结果没有一个人过来，每一个都有很多理由。回家以后，她经常说：“女儿们都对我非常好。”最终，三个女儿找来一名护士照料她的生活，三个人只是偶尔过来探望。这位女士所说的话，不能从表面上理解。所有知道她当前状况的人都会明白，她说的所有话都是在表达对生活的不满。对他人长时间积累的怨愤，是抑郁症多种病因中最常见的一种。这种人通常会表现得极为沮丧，以此获得别人的帮助、照顾。抑郁症病人的最初记忆往往包含这种内容：“我还记得，哥哥先躺到了公园的长椅上，可我也想躺在那里，于是又哭又闹，哥哥只好把长椅让出来了。”

大部分抑郁症病人都想通过自杀报复别人，因此医生一定不要给他们自杀的理由。我的解决方法是在治疗过程中不断告诉病人：“绝对不要做那些让你觉得难受的事。”我认为，这种不太惹人关注的行为作用非凡。若抑郁症病人有权随心所欲做任何事，就不可能怨恨甚至报复别人。我总是跟他们说：“你想去旅行或看电影就去好了，走到半路不想去了就停下来。”要做到这点，当然非常简单，他们从中感受到一种空前的优越感，如帝王般想做什么就做什么。这跟他们的生活态度背道而驰，他们总想寻觅恰当的机会，向别人抱怨，但现在他们不用这样做了，因为不管他们做什么，别人都不会提出异议。对他们而言，这种环境是种解脱。我治疗的抑郁症病人没有自杀的。不过，最好的方法还是安排一个人看着病人，这样就能避免一切危险，可惜我的大部分病人都没有专人守护。

病人有时会表示：“可我什么事都不想做。”我知道该如何回应，这种话我已经听过很多次了。我会说：“不管你想做什么，先不要做。”病人也许会说：“我想在床上躺一天。”无论何时，我都不会反对。因为我知道，我要是批准了，他就不会这么做了。我同样知道，我要是不批准，他肯定非这么做不可。

这仅仅是规则之一，另有一种方法对生活态度的反抗更直接、更有力。我告诉他们：“时刻想着让别人快乐，做到了这一点，只需两周，你就能恢复正常。”务必要留意此事对他们的意义。最初，他们也许只有一个念头：“我要做些什么，才能让那个人感到困扰？”他们做出了相当有趣的解答：“一直以来，我做的不都是这种事吗？这对我一点儿难度都没有。”但他实际并未做这种事。我让他们认真考虑一下我的提议，未果。我告诉他们：“你要是夜里失眠，就趁机想想让别人快乐的方法，这样肯定能帮助你恢复正常。”下次见面我问：“昨晚你有没有照我说的去做？”他会说：“昨晚我一躺下就睡着了。”在这个过程中，我没有表现出半分优越感，一直都很真诚，很友善。有的病人会说：“我做不到，我心烦意乱。”我会说：“心烦意乱没关系，等你高兴了，偶尔能想想其他人就行了。”我的目的是让他们对其他人产生兴趣。不少人会问：“为什么别人不来迎合我，却要我去迎合他们？”我说：“这是为了你的健康，从不为别人考虑的人会遇到麻烦。”我基本没遇到一个病人会很快告诉我：“我已根据你的建议做了尝试。”我做的这一切，不过是想培养他们对社会的兴趣。我明白他们得病的原因在于合作精神匮乏，训练不足。一旦他们了解了要跟别人合作，就能在很短的时间内康复。

过失犯罪

还有一些对社会严重缺少兴趣的案例，如“犯罪性疏忽”。比如一个人疏忽大意，把一根点燃的火柴丢进森林，引发了火灾。又如最近一个工人收工后忘了收好放到马路上的电缆，导致一个骑摩托车的人撞上电缆而死。这两个案例中的肇事者都是无心之失，从道德角度说，他们并不需要为那种可怕的后果负责。然而，他们在为其他人着想这件事上经验不足，不明白要为其他人的安全负责，具体应该做些什么。这只因他们缺少合作精神，不愿跟人合作。这种事在现实生活中比比皆是，如穿着破衣烂衫的孩子各种侵害他人利益的做法：踩到别人的脚，打碎杯子，毁坏公物，等等。

社会兴趣和社会公平

人对同类的兴趣，多半是在家里、学校培养出来的。我们已就会阻碍孩子发展的行为做过探讨。遗传并非社会感的来源，却赋予了人们培养社会感的潜力。身为人母的能力、母亲对孩子有没有强烈的兴趣、孩子如何看待自己的环境等，都会对这种潜力的发展造成影响。若孩子觉得所有人都对自己怀有敌对态度，便会将所有人都视为敌人，用各种方法跟环境对抗，如此一来，便不可能交上什么朋友。若孩子觉得所有人都应为自己服务，便会一心一意想掌控所有人，而不会顾及别人的利益，为别人做贡献。只在乎自身感受与舒适的人无法在社会上立足。

之前讨论过要让孩子明白自己不过是家庭中普普通通的一分子，要时刻关怀其他家庭成员。结论是父母也应成为亲密的朋友，并应以友好的态度对待外人，这样才能让孩子相信，自己能在家庭之外结交大量好友，大家能彼此信赖。到了学校，还应让孩子觉得自己是班这个整体中的一分子，并要帮他们跟同学们建立友情，融洽共处。在家庭、学校的这些做法，都是为了做好准备，以追求更高的目标：让孩子成长为良好的公民和平等的社会成员。孩子在目标实现以后才能鼓足勇气，镇定地面对各类生活难题，寻求解决之道，同时为其他人做贡献，让彼此的关系更亲密。

身边有很多朋友，有美满的婚姻，有能实现自身价值的工作，且能为社会做贡献的人，不会觉得自己不如别人，会成为别人的手下败将。这种人能感受到社会的善意，能在任何情况下保持冷静。无论何时，他都能找到自己喜欢的人，解决一切难题。他能感受到自身有种力量：“我能掌控世界，我不能退缩，必须要拼搏向上。”他清楚了解，自己存在的时间只占人类历史的一小部分，自己只是人类过去、现在、未来中一个组成，这便是自己的地位。他还能感受到，当前这个时代要用合作实现人类共同进步，要依靠自身力量创造财富，贡献社会。这个世界有很多不足，包括丑陋、艰苦、悲痛，这并非世界的全部，除此之外，世界还有其好的一面。我们要尽可能改善这个并非十全十美的世界。工作期间，若所有人都能有正确的态度和方法，便能在社会的改造工作中承担起自己的责任，这点毋庸置疑。

承担起自己的责任，即借助合作解决三大生活难题。对一个人来说，世界的全部要求与最大奖赏是，务必要让他成为优秀的工作者，

跟身边人建立平等的友情，得到美满的爱情与婚姻，总之务必要让世界相信他的合作能力与友善。

第十二章 爱情与婚姻

爱情与婚姻是一种合作关系

德国某地区有种风俗，用于检验一对新婚夫妻能否过上幸福的生活。结婚前，一对新人被带到一座广场，广场上放着一棵事先砍倒的树。新人要用一根锯合作锯断这棵树，以此检验他们能否合作与合作的程度。如果双方动作不同步，就会阻碍对方，无法成功。如果一方为展现自身才能，说服对方让自己独立行事，便会花费很多时间，却没有好的效果。只有默契的合作才能得到最佳结果。显然，德国人一早便明白，合作是构建幸福家庭的基础。

在被问及爱情与婚姻的实质时，我会说：“爱情与婚姻是人类对伴侣最真挚的贡献。心灵相通、身体亲密接触、合力抚养孩子等，都是爱情的体现。爱情与婚姻的关键在于合作，这是为了维护社会利益，而不仅仅是维护丈夫与妻子的利益。”这是我的想法，也许还有遗漏的地方。

实际上，该问题的方方面面都能解释为，爱情与婚姻的合作以追求社会利益为目的。对人类来说，即便是在求爱时要顾及的外形魅力也跟这一点相符。我一直坚持，身体的种种限制让人类无力在荒芜的地球上永生，只能借助生育能力和对肉身的彼此认同，生儿育女，延续自己的生命。

现代人在爱情中会遭遇各种问题与纠纷。结婚以后，夫妻往往会经历如下考验：父母对他们生活的关怀与干预，乃至全社会都跟他们的生活混杂在一起。必须找到解决该方法，为此要抛开一切私人感情，客观探讨该问题。探讨期间，不要受任何干扰，要抛开一切规则，心无旁骛。

解决该问题时，只依靠其中一方不可行。我们的一切活动都要遵从规则，因为所有人都被一种乃至多种关系束缚，都有自己确定的生活范围。此处的束缚缘自三点：首先，人们都生活在地球上某个固定的地点，因此受到多种客观约束；其次，人都生活在同类之中，务必

要适应周围的环境与同类；第三，人有两种性别，这是对人类未来的保障。

随时关注同类生活得幸不幸福的人，做任何事都会考虑自己的伙伴，不会选择会让其他人遭受损失的方法解决问题。不过，他本人不一定知道这一点，也许连自己的目标都说不清楚，这点很有意思。但他奋斗的方向始终是正确的，就是让人类获得幸福与发展，他对此充满兴趣，这在种种行为中都有体现。

不少人毫不关注人类的整体幸福，不会去想：“我能为人类创造何种利益？”“我要如何成为组织中能让其他人获益的成员？”他们只关注：“生活对我有何意义？我能从生活中得到什么利益？我要付出何种代价，才能得到自己迫切想要得到的东西？有人会一直以我的利益为重吗？别人都是怎么评价我的？”在生活困难面前，人若持有这种态度，那在解决爱情与婚姻的难题时，他们也会怀有相同的思想，利用相同的方法，不停地问：“我到底能从中得到什么好处？”

某些心理学家认为，爱情是单纯、自然的，实际并非如此。性是人类的本能和内部驱动力，但爱情与婚姻不只包括性，还有其他很多组成。从各种角度观察原先只作为本能的性，都会发现其已变得尊贵、优雅。由始至终，人们都在克制自己真正的欲望与思想，在人际交往中逐渐掌握了避免惹怒别人的技巧和穿衣打扮的技巧。人们的口味也变得优雅起来，连饥饿都不会让其只满足于吃饱，在用餐之余，人们还掌握了种种用餐礼仪。内部驱动力已跟人类文化相互融合，人类对全社会利益的追求，在其中得到了体现。

若在爱情与婚姻中加入这种思想，会找到大量跟集体利益关系密切的内容，而且这些内容必然会跟人类的兴趣建立关联。若未意识到要真正解决爱情与婚姻的问题，必须兼顾全人类的利益，那人类的很多行为都将失去意义。例如，如何解决爱情之中遭遇的问题，如何完善婚姻制度，让其更符合人性等。人们也许应该通过努力，为这类问题寻找更好的解决方法。但即便能找到更好的方法，这种好也是因为在寻找该方法时，人们兼顾了所有人都跟同类生活在一起，人有两种不同的性别，且不可避免要跟其他人建立种种关系。考虑问题时，若能将这些全都考虑在内，最终的结果便将成为永恒的真理。

这种讨论方法会揭露很多爱情问题，例如两个人齐心协力合作，便是爱情的实质。这在不少人看来，属于全新的工作。人们通常都做

过只有一种性质的工作，并掌握了在人群中工作的技巧，但始终跟一个人捆绑在一起工作，却是一种全新的经历。因此，这种新环境也许会让我们步履维艰，但若是双方都对彼此兴趣浓厚，就能轻易解决该问题。更有甚者，可以说所有人都要给予伴侣比给予自己还要多的关怀，才能从根源上解决夫妻双方的问题。要获得美满的爱情与婚姻，最重要的一点就是遵从该原则。由此便能找出改善爱情与婚姻的提议与举措有何不足。夫妻二人对彼此的兴趣应超越自己的兴趣，这样才能建立真正平等的夫妻关系。夫妻二人都对彼此完全坦诚，毫无私心，努力奉献，就不会有任何一方感觉自己被对方掌控或太没有地位。有了这样的态度，婚姻才可能实现平等。夫妻双方要尽可能让对方过上安稳、富足的生活，这样才能建立安全感，才能感受到自身的价值，相信自己对方必不可少。从中能够总结出，婚姻的基础保障和真正幸福的婚姻是什么样的。在这种婚姻中，人们将感受到自己非同一般的价值与独一独二的地位，感受到伴侣对自己的强烈需求，感受到自己的行为全部正确，自己是好的伴侣兼朋友。

充斥着合作精神的婚姻不会将一方变成另一方的附庸。一方想掌控、领导另一方的婚姻，基本不可能快乐。现在有不少男性乃至女性，都认为男人应该成为家里的领导者、支撑者和掌控者，这便是很多婚姻失败的原因。地位低微还能快乐生活的人，根本不存在。丈夫和妻子一定要占据平等地位，才能团结一致，战胜各种困难。只有地位平等的夫妻，才能在生育一事上统一意见。当他们共同决定不生育时，他们便知道此举对人类发展造成了影响。而众所周知，在不和睦的家庭氛围中长大的孩子，必然会受尽伤害，前景堪忧，因此丈夫和妻子在教育孩子一事上也应达成统一，如此一来，他们才能在遇到问题时，齐心协力寻求解决之道。

婚前准备

现在有不少人都没准备好与人合作。教育让人们过分看重自我价值，不重视付出，只重视得到。以至于对日夜相伴的夫妻一旦在合作中遭到挫败，都将产生相当严重的后果。结婚以后，人们总是要兼顾伴侣的利益、健康、期待，等等。大部分人此前从未有过这种亲密关系，难以适应，他们完全没准备好要齐心协力解决问题，所以不必吃惊那么多人频频犯错。我们要直面这些问题，避免再犯错。

儿童时期的影响

由于所有人都会根据自己习惯的生活态度，对事情做出反应，因此要解决生活难题，必须进行专业训练，否则会相当困难。人们要花费很长时间来为婚姻做准备。孩子的态度、行为、观点都在展现他为解决将来可能遭遇的难题，正通过何种方法训练自己。五六岁时，孩子的爱情观便成型了。

人对爱情与婚姻的期待，在成长的早期阶段便已显露出来。这种显露是他已将自己视为社会生活成员，而不是成年人的性兴奋，也不仅仅是展现他对该问题的看法。爱情与生活必然会包含在他对将来的期待中，毕竟这二者都被他当成了自身环境的组成部分。他会在内心理解这些概念，选择鲜明的立场。不能把早早开始对异性产生兴趣并与之接触的孩子，视为犯错或早熟的孩子。应把这当成孩子为爱情与婚姻做的初始准备，无论如何不要拿这来取笑他，反过来还应认同他，告诉他爱情十分美好，每个人都将迎来爱情，做好充足的准备很有必要。这样孩子才会把爱情视为美好的，才会在日后与伴侣相处时，拿出耐心与诚意。孩子将很快成为一夫一妻制度的拥趸，不会被父母不和睦的关系伤害。

性教育

关于父母让孩子过早了解性关系或超出其接受范畴的性知识一事，我完全不认同。孩子对婚姻的态度将严重影响其发展，成年人教育孩子的方法不当，可能给孩子留下婚姻可怕而难以掌控的印象。据我了解，五六岁便已了解性知识的孩子和思想早熟的孩子，更易遭受爱情挫败。肉体的魅力对他们来说是种很危险的信号。若在更加成熟以后，他们才开始了解这种事，就不会恐慌或在协调跟伴侣的关系时频频出错。帮助孩子时，一定不要骗他们甚或逃避他们的问题，要及时解答他们的疑问，找出其疑问背后潜藏的东西，还要额外教授他们一些知识，不过不要超出他们的理解范畴。对孩子更加有害的，是那些道听途说、胡编乱造的性知识。跟其他问题类似，爱情问题的最佳解决方法是让孩子自行解决，应给孩子指引，让其依靠一己之力解决问题。若能在孩子和成年人中间建立彼此信赖的关系，大量原本不必存在的问题就会消失。另有一种观点称，误信谣言可能会让孩子误入歧途。这很不科学，我没见过这种事发生在任何十分正常的孩子身上。孩子完全能分辨真伪，不会是说别人说什么，他们就信什么。若

对听到的话存有质疑，他们会询问父母、兄弟姐妹。不过在这种事上，确实也有不少害羞的孩子不怎么喜欢请教长辈。

配偶的选择

儿童时期，爱情之中的肉体魅力那部分也已被训练成型。打从一开始，孩子了解肉体魅力的途径就有很多种，例如爱和吸引力、对异性的感受，等等。男孩在对身边所有异性都建立记忆后，便会在心中构建符合自身喜好的魅力模型，这将作用于他以后的所有相关思想。他也可能被某件艺术作品影响，个人独特的审美观会影响其自身行为。接受过这类训练的人，以后便基本无法再在这方面做出自由选择了。这种对美的追求是有价值的。所有人都在自身健康的基础上，确立了自己的审美观。该原则也是人类所有能力与功能的基础，大家不应逃避，而应接纳它。人们总觉得自己眼中的美丽事物有着巨大的魅力，能够永久维持。这便是激励我们不断向前发展的审美观，但愿我们的孩子也能朝这个方向发展。

若女孩跟父亲、男孩跟母亲关系不够亲密（这在夫妻关系恶劣的家庭十分常见），孩子便会选择跟父母截然相反的伴侣。一个懦弱且不愿受约束的男孩，对母亲的吹毛求疵很不满，也许会喜欢温驯的女孩，作为自己的伴侣。这种不平等的关系必然会带来不幸的婚姻。若男孩想表明自己并非懦夫，也许会找个强硬的伴侣，以满足自己的喜好或好胜心。若他跟母亲之间有无法逾越的鸿沟，他也许就很难恋爱、结婚，乃至对异性缺乏兴趣，各人在这方面的程度有深有浅，程度最深的可能会变成性欲倒错者，对异性毫无兴趣。

生活在父母关系融洽的家庭，孩子能为爱情与婚姻做出更充足的准备。孩子对婚姻最早的印象，往往源自父母的关系，因此不难明白生活在婚姻不幸福的家庭，孩子便可能在婚姻中受挫。合作能力很差的父母必然无法教出合作能力很强的孩子。一般说来，孩子所在的家庭氛围融洽与否，他有没有受过良好的相关训练，以及他对父母与其他家人的态度，都是判断其适不适合结婚的依据。而他对爱情与婚姻的记忆与准备是在何种环境中建立的，则在这方面占据着最为重要的地位。环境当然不会作用于人的一切行为，人对环境的态度才是关键。在看到父母糟糕的婚姻后，他也可能会刻意训练自己的相关能力，以便日后得到更和睦的婚姻。因此，不要断言一个在不和睦的家庭中长大的人婚姻必会失败，因此不愿跟他结婚。

婚姻中的平等合作

在婚姻中只顾及一己私利，堪称最恶劣的情况。被这种思想影响的人，终日思考的可能是如何从环境中得到更多快乐。他也许根本不会理会自己的伴侣，一心只想追求一个人的潇洒自由。这种行为错误而愚蠢，方向完全不对。这是解决问题的方法错误，谈不上犯罪。在爱情与婚姻中只重视一己私利，或不想承担责任，是不行的。缺乏信任的爱情不可能幸福。只有在真正坚定不移地跟伴侣合作时，才能体验爱情与婚姻有多美好。除了养育子女外，这种决心与毅力还体现在对子女负责任，认真传授他们合作的技巧，让他们成长为合格的公民和平等的社会成员。教育子女的最佳方法是让自己的婚姻更美满，对所有人来说都是如此。跟工作类似，婚姻也有自己的规则，即合作，抛弃自己不喜欢的，仅保留自己喜欢的可不行。

若给自己的责任制定了五年、十年之类的期限，就相当于把婚姻当成了一场试验。在这种情况下，要想获得真正的爱情，也不可能。给自己留有充分退路的人，不可能毫无保留地付出。退路这种东西，是所有需要严肃对待的工作、生活无法容忍的。退路只能造就有限度的爱情。一切不愿承担责任的自私的伴侣都已步入歧途，会严重伤害自己的伴侣，对方可能会在绝望后收回自己的真心。现代人遭遇了很多问题，因此前行受阻，婚恋曲折，并一直无法彻底解决这些问题，但绝不能因此放弃爱情。我们要解决的是生活问题，众所周知，要有诚意，要专情，要全心全意爱对方等，只有做到了这些，才能收获美好的爱情。满心质疑的人完全不应该步入婚姻。而夫妻都想要自由的关系也谈不上爱情，因为他们根本不能对对方坦承。爱情会约束彼此，合作是唯一的选择，追求百分百的自由是不可能的。

接下来用案例解析证明，不合作会对婚姻本身乃至夫妻双方的利益造成损害。我还记得在一个案例中，有一对受过良好教育的夫妻，之前都曾离异，十分期待此次婚姻能好过上次。他们不断寻求实现该方法的方法，但不知道自己首次婚姻失败的原因是合作精神匮乏，两人都不想被对方掌控，都推崇自由。他们据此商定，双方可随心所欲行动，但必须相互信任，相互坦承所有的过往。于是，丈夫每天下班回到家，都要向妻子坦承自己的风流往事，勇气可嘉。而妻子竟把这当成一种享受，很为丈夫骄傲，一点儿也没生他的气。妻子也想像丈夫一样风流，却在行动前得了公共场所恐惧症。因为这种精神疾病，她从此不敢出门，一出门就浑身难受，不得不回去。这种病症看似是

为了逃避即将开始的行动，实际却导致丈夫留在家里，照料不能外出的妻子。这样一来，丈夫便失去了行动的自由，打破了夫妻双方的协定。妻子也失去了行动的自由，因为她没有勇气独自出门。妻子务必要先明白婚姻到底是什么，才能摆脱这种疾病的困扰，而丈夫也应把婚姻视为合作关系。

另有一些错误始于结婚之前。在家里被惯坏的孩子常在婚后觉得伴侣对自己态度冷漠。面对社会生活，他们感到难以适应。他们可能会情绪失控，让另一半觉得自己像被囚禁一样难受，最终必然会反抗。若夫妻双方都是被惯坏的孩子，便会冲突不断。双方都不关注对方，却盼着对方能多关注自己。为此，其中一方可能会为了吸引另一方的关注而出轨。有些人总喜欢脚踏两只船，而不愿只跟一个人相爱。这是他们追求自由的一种方式，他们可以不负任何责任，从这个人的处逃到那个人处，可这种左右摇摆的做法最终会让他们一无所获。

有些人心目中的爱情是浪漫而虚无缥缈的，这导致他们在寻觅另一半时，总是与现实脱节。对爱情期望过高的人会吹毛求疵，认为身边的人都配不上自己，因此拒绝跟异性谈恋爱。不少人都会在发展过程中形成错误的性格特征，给自己厌恶异性的暗示，女性这种情况格外突出。她们给自己的性欲发展设下限制，要让她们结婚，必须对她们进行训练才行。这便是所谓“敬慕男性”。这是现代很多女性的错误认知，原因在于男性占据着比女性更高的地位。对自身性别不够自信的孩子没有足够的安全感，不管男孩还是女孩，在男性地位高的情况下，都会不由自主地敬慕男性。更有甚者，他们会质疑自己有没有承担男性责任的才能，过分看重男性地位，并极力逃避他人对自己的男性化程度进行测试。现在很多人都不喜欢自己的性别，女性因此对男性缺少兴趣，男性因此阳痿。这两种人会排斥爱情与婚姻，进而引发多种问题。只有真正实现男女平等，才能解决这类问题。对自身性别不够满意，人们很容易在婚姻中走向失败。为此，要努力实现男女平等，强化训练，让孩子们都对性别有清楚的认知。

我认为，爱情与婚姻最大的保障是避免婚前性行为。调查显示，大部分男人都不希望妻子有婚前性行为。不少男人都把女性贞洁看得很重要，并吃惊于有些女性会有婚前性行为。婚前性行为往往会让女性负担沉重。我们可不希望由恐慌而非勇气来推动婚姻的缔结。有勇气才能合作，因恐慌而结婚的人不会真诚对待对方。相同的情况还出

现于另一半受教育水平等方面在自己之下时。这种人对婚姻充满恐慌，并期待伴侣能迅速成为自己的仰慕者。

擅长建立友情是婚姻的基础

友情能有效培养社会兴趣。人们能在建立友情的过程中掌握真诚待人、设身处地为他人着想的能力。这种能力是这样一种孩子无法掌握的：受挫之后便求助于监护者，成长期间没有朋友，孤独内向。这种孩子会把自己当成最有能力的人，一心只想维护自身利益。友情的训练同样能为美满的婚姻打下基础。

游戏能有效培养合作精神，但很多孩子在游戏过程中却只想着战胜他人。若能把孩子集中到一处学习、读书、工作，则意义非凡。由于舞蹈通常需要两个人合作，因此能有效培养孩子的合作精神，不能小觑舞蹈的价值。此处的舞蹈并非群体舞，而是两人合作的舞蹈。教育孩子时，让孩子学一些适合他们的简单舞蹈，会很有帮助。

职业表现能检验人有没有为结婚做好准备。当代社会要求人们先解决职业问题，再解决爱情与婚姻问题。一对夫妻要解决生活问题，保证家庭经济收入，必须要两个人或其中一个人有固定工作才行。这不难理解，婚前做好准备，婚姻才能美满。

幸福婚姻的维系

在异性面前，人有没有充足的勇气，是判断其能否与异性合作的依据。各人都有自己接近异性、向其示爱的策略，与各人的生活态度相统一。恋爱期间，人表现出的言行能作为判定以下各点的依据：其对人类的将来有没有充足的信心，有没有合作能力，是否只对自己感兴趣，在异性面前会不会胆怯，会不会不停地质疑：“我会遭遇何种状况？身边人会对我有何种评价？”在向异性求爱时，人或许会十分谨慎，或许会十分热情，总之不会背离自己的生活态度，且只是生活态度的一种表现形式。只根据人追求异性的种种行为判断其能否结婚，太过片面，很不可取。在这种处境中，人只会勇敢追逐一个目标。换成其他处境，他可能会表现得胆怯、迟疑。不过，其行为还是能有效证明一些事情。

文化的影响

在我们的文化中（也必须在这种环境中），男性往往要主动追求女性，人们会据此训练男孩的主动与勇气。但要让男孩接受这种训练，必须先让他们明白自己是社会生活成员，社会利益跟他们自身利益密切相关。某些情况下，女孩也会主动向男孩示爱，但大多数女孩都是被动的一方。要确定女孩如何看待异性，就要从她们的言行、打扮中寻找线索。因此，男性是以简单、直接的态度追求女性，女性则是以内敛、复杂的态度接近男性。

性生活

继续探讨该问题。通过训练提升自身吸引异性的能力，自然很有必要，但该过程应遵循人类的幸福规则。真正对彼此兴趣浓厚的夫妻，不会动辄遭遇性吸引力消失的问题。一般说来，性吸引力消失便表示夫妻双方都不再对对方感兴趣，平等、友善、合作的关系系统宣告结束。有些夫妻已经感受不到对方的性吸引力，却依旧对对方感兴趣，但这其实是不成立的。人的身体会在无意中道出真相，不会说谎。人的头脑却总是犯迷糊，还会故意隐藏真实思想。性爱受阻必然表示双方合作困难，要么双方都厌倦了彼此，要么一方想逃避爱情与婚姻的问题，以求解放自身。

人类的性驱动力会长久延续，这点有别于动物。正因为这样，人类的幸福才获得了长久的保障，人类的数量才持续增加，人类才得以安然度过种种灾难，存续至今。动物选择了其他方法，让本族存续下来。例如不少雌性动物能产下很多卵，部分卵会在孵化期间被毁，部分得以保留。生儿育女是人类存续的方式，所以生儿育女变成了爱情与婚姻中最受重视的一点。对同类漠不关心的人不愿生儿育女，不愿付出只想得到的人也不会对孩子产生兴趣。无论何时，这些人都只关注自己，把孩子视为重负、麻烦、干扰。据此可以说，生儿育女是美满的婚姻不可或缺的一环。生儿育女也是人类繁衍的最佳方式，对此一切想结婚的人都应了解。

一夫一妻制度

我们在爱情与婚姻中提倡一夫一妻。真诚付出是维护婚姻关系的基础，因为真诚的奉献与关怀是爱情必不可少的因素。但这并不表明

婚姻关系能永久维持下去，与之相关的保障尚未出现。若要人们想方设法解决爱情与婚姻的种种难题，就应把爱情与婚姻当成一项工作。夫妻二人没能全力维护婚姻，只想得到，不想为美满的婚姻付出，便是导致婚姻失败的原因，这种婚姻必然走向破裂。不要对爱情与婚姻怀有太多的期待，也不要将婚姻当成爱情的终结。婚姻不过是夫妻双方共同生活的开始，两人借助这种结合才真正开始投身生活与工作，为全人类做贡献。当代很多人都把结婚当成爱情的终结或目标，不少小说就是这样写的。实际上，结婚不过是夫妻面临的考验的开端，并非像小说中写的那样，有了婚姻，便给爱情画上了圆满的句号。还要留意一点，借助爱情解决一切问题的想法很不可取。一般说来，爱情有多种类型，要多关注工作、合作、兴趣，才能有效维护婚姻。

婚姻关系毫不奇妙。任何人对婚姻的态度，都展现了此人的生活态度。对伴侣品性的全面认知，或许能帮我们进一步了解婚姻。伴侣和婚姻往往有相同的奋斗目标，那么多人想摆脱婚姻，原因就在于此。这种人多半是被惯坏的孩子，我对他们了解颇深。这些孩子成年后，给社会带来了巨大的威胁。四五岁时，这些孩子的生活态度已基本成型。由始至终，他们都在思考一个问题：“我想得到什么，就能得到什么吗？”得不到想要的东西，会让他们觉得生活没有意义：“若得不到我想要的东西，那对我而言，生活的意义何在？”这种人很悲观，内心一直有“求死欲”。他们时常表现得神经兮兮，时常想归纳一下自己的错误生活态度，形成一种哲学。他们把自己的错误思想视为珍宝，流露出一种深恶痛绝的情绪，并一直在接受相关训练，这些只因世界一直在压抑人的欲望与情绪。过去，他们生活幸福，想要什么就能轻易得到什么，以至于他们之中很多人都相信，不管自己有什么欲望，都能借助高声喊叫、表达愤怒、拒绝合作实现。他们全然不顾及社会利益，只追逐一己私利。只想得到，不想付出，这导致他们越来越贪得无厌。所以他们不会认真对待婚姻，只有想离婚便能马上离婚的婚姻，才能满足他们的需求。他们往往会在婚前订下协议，双方不必对方忠贞不贰。但若一方真正对另一方感兴趣，就会变成忠诚的朋友和伴侣，永远对对方负责任。我觉得，婚姻不幸者应检讨自己在婚姻中犯的错。

关注婚姻对子女的影响

关注子女快乐与否，在婚姻中同样十分重要。没有建立在我倡导的思想基础上的婚姻，必然会在养育子女的过程中犯错。时常争吵，

对婚姻质量满不在意，任由双方关系越来越糟，不再致力于解决双方的问题，这种夫妻会给子女带来极为恶劣的影响。

婚姻中的矛盾

一对夫妻可能会找到大量理由，声称双方无法继续维持婚姻关系，可能离婚对他们更好，但这种决定由谁来做？无论如何，我们都不能把这个问题推给受教育水平不高且不十分了解婚姻的人。对待离婚，他们持有跟对待结婚相同的态度：“我能从离婚中得到什么？”这种人的意见很明显不会有可取之处。有些人总在犯相同的错误，不断结婚再离婚。离婚的决定该由谁来做呢？可能有人会想向精神病学家请教，很明显，这在美国没有可行性。美国人怎么看这件事，我不清楚，但欧洲大批精神病学家都主张把个人利益放在重要位置上，他们认为解决婚姻问题的最佳方式是出轨，并向咨询者提出了这种建议。相信很快他们就将收回这种错误建议。他们犯这种错是因为对事情没有全面的了解，对本应予以重视的这个问题跟其他事的关系也缺乏认知。

人们在解决婚姻问题时总是犯错，觉得只凭自己的力量便能解决问题。我们不了解美国的相关状况，却知道欧洲的精神病学家会提议患有某些精神疾病的男孩或是女孩以及成人，谈恋爱或跟人发生性行为，结果使得病人更加茫然无措。爱情与婚姻在这些精神病学家眼中，成了包治百病的灵药。爱情与婚姻最能体现个人的幸福与价值，其完美与否能反映人们的人格。人们不能忽视该问题，不能用其帮犯罪者、酗酒者、精神病患者救急。精神病人必须接受训练，才能知道如何解决爱情与婚姻问题。若尚未准备好，便贸然去解决问题，必然遭遇重重挫折。此外，婚姻也是种高尚的理想，让人怀有美好的希望，要竭尽所能付出、创造，才能解决各类婚姻问题，而这需要健康的身心，否则很难做到。

婚姻也可能有不正当的目的。有些人之所以结婚，是为了经济有保障，或怜悯对方，或找人侍奉自己，目的并不纯粹，而这是婚姻无法容忍的。还有些人结婚居然是为了给自己制造麻烦。比如有个学习、工作均告失败的年轻人，觉得自己之所以失败，是因为失败是自己无法摆脱的命运。为了进一步验证这一点，他使用婚姻来为自己制造更多难题。

对于这个问题，我们应予以极高的重视，不能置之不理。由于男性在社会上享有更大的自由，因此失败的婚姻带给女性的伤害往往更严重。单凭个人的反抗，无法改变这种恶劣的状况。个人的反抗更会在婚姻中扰乱各种社会关系，同时让另一半丧失兴趣。要了解社会在这个问题上的普遍态度，同时尽可能扭转这一态度，才能改变当前的状况。我的学生——底特律的洛希教授做过的一项调查显示，想变成男性的女性约占女性总人口的42%，而若非不满意自己的女性身份，她们也不会如此。大约二分之一的人对自身处境、对另外二分之一的人享有更多自由心存不满，在这种情况下，如何还能彻底解决爱情与婚姻问题？若社会中女性地位低微，总是受到压抑，大家普遍认为女性理应成为比女性更强悍的男性的附庸，男性有权朝三暮四，在这种情况下，又能如何彻底解决爱情与婚姻问题？

综上所述，一夫一妻制或一夫多妻制并不符合人类天性，该结论简单且实用。但人类包括两种性别，共同生活在地球上，且必须要跟身边的人保持平等，相互合作，并要解决环境提出的三大生活问题。在这种情况下，人类要获得美满的爱情与婚姻，唯一的方法就是实行一夫一妻制。

[1]撒旦 (Satan)，《圣经》中的堕天使。——译注

[2]统觉规划表 (Scheme of apperception)，即感知的方案。——译注

[3]出自莎士比亚的悲剧《哈姆雷特》，第三幕，第四场。——译注

[4]恩斯特·克雷奇默 (1888—1964)，德国精神病学家、心理学家。——译注

[5]莎士比亚所著的《恺撒大帝》，第一幕，第二场。

[6]莎士比亚所著的《恺撒大帝》，第一幕，第二场。

[7]尼采 (1844—1900)，德国著名哲学家，晚年罹患精神病。——译注

[8]奥古斯特·斯特林堡 (1849—1912)，瑞典戏剧大师。——译注

[9]《圣经》中亚伯拉罕的孙子，以撒的儿子，耶稣十二门徒之一。——译注

[10]《圣经》中雅各的第十一个儿子。约瑟天资聪慧，深受父亲喜爱，兄弟非常嫉妒他，瞒着父亲把他卖掉。约瑟被带到埃及，出任埃及宰相，政绩突出，后与兄弟和解。——译注

[11]尤斯图斯·冯·李比希 (1803—1873)，德国著名化学家，有机化学的创立者。——译注

[12]约翰·杜威 (1859—1952)，美国哲学家、教育家。——译注

[13]路德维希·安德烈斯·费尔巴哈 (1804—1872)，德国哲学家。——译注

阿德勒心理学经典文丛

ALFRED
ADLER

生活的科学

The Science of Life

〔奥地利〕阿尔弗雷德·阿德勒 著
张晓晨 译

经典生命启示录，在生活中成就自我

上海三联书店

版权信息

书名：生活的科学

作者：（奥）阿尔弗雷德·阿德勒

译者：张晓晨

装帧设计：灵动视线

责任编辑：陈启甸

特约编辑：郭挚英

监制：李敏

目录

版权信息

第一章 个性心理学原理

寻求目标

统觉体系

自卑和社会兴趣

常识及其缺点

父母的影响

梦与感情

出生早晚与早期记忆

结论

第二章 自卑情结

个体即整体

社会背景

如何看待缺陷

自卑感强烈的表现

第三章 优越感

普通情况

案例

第四章 生活习惯

对生活习惯的理解

修正生活方式

第五章 早期记忆

记忆的形式

记忆的内容

被娇惯的儿童和被敌视的儿童的记忆

第六章 表现性活动和姿态

表现性活动

站姿

倚靠

近与远

态度

勇敢与怯懦

对命运的执念

羡慕嫉妒、排斥男性以及性障碍

第七章 梦及其解释

生活习惯和目标

个人逻辑

为什么做梦

睡眠、非睡眠、催眠术

第八章 问题儿童及其教育

社会理想与学校

家庭

问题儿童

如何治疗

从出生的顺序来判断

第九章 社会适应和社会问题

童年

在学校

三大生活难题

矫正和预防

第十章 社会感、常识与自卑情结

概论

案例

第十一章 恋爱与婚姻

平等的前提条件

为婚姻做的准备

婚姻咨询

第十二章 性欲及性问题

早期学习

依靠生活习惯

其他因素

社会方法

第十三章 结论

第一章 个性心理学原理

威廉·詹姆斯是位伟大的哲学家，他曾说过，真正的科学只能是和生活直接有关的科学。也就是说，如果某一门科学直接与生活有联系，那么就不应该割裂其理论和实践。因为生活直接对研究生活的科学产生影响，所以研究生活的科学成了一门生活科学。通过某种特别的力量的作用，上面的这些观点也可以运用于个性心理学。

个性心理学认为，个人生活态度的组成部分包括每一种冲动和活动、每一个单独的反应，个人的生活应该被视为一个整体。在实践上，这门科学是非常必要的。我们的生活态度可以通过知识而被调节和修正，所以个性心理学的预测性具有两重意义：不但能对将来发生的事进行预测，同时也像先知约拿一样，而且能够在对将来发生的事情进行预测之后，使这些事无法发生。

寻求目标

生活的创造力是非常神奇的，个性心理学在努力理解这种创造力的过程中得以发展。这种创造力存在于努力地探求和获得成功的期望中，存在于自我发展的期望中，甚至还存在于某一方面失败而通过另一方面的成功来弥补的期望中。这种创造力是在追求目标中体现出来的，它是目的论的。也就是说，精神和肉体的活动，都在这种探求的过程中实现了相互合作、配合。所以，如果割裂与个人的联系，甚至以抽象的方式研究精神状态和肉体活动，都是极其错误的。这种错误的一个例子就是，在犯罪心理学中，对罪犯的重视远远少于对罪行的重视。如果我们认为罪行不是某个人生活中的一个插曲，那么不管我们怎样思考，都无法理解犯罪行为。就算某种外部行为是一样的，也有可能在一个案件中是无罪的，在另外一个案件中是有罪的。个人行动和行为的方向，由每个人的不同生活目标来决定，所以对每个人不同状况的理解，才是问题的关键。我们能够通过这种目标，对各个独立活动后面所隐含的意义也有所了解。我们应该知道整体的组成部分，包括这些独立的活动。与之相反的是，我们在对部分进行研究的

时候，如果想对整体意义的理解取得更好的效果，也一定要将它们视为整体的组成部分。

以作者为例，我在医学实践中对心理学产生了兴趣。医学实践为我提供了很多目的论的观点，这些观点都是理解心理学事例所需要的。我们在医学中清楚地发现，所有器官都为了某种确切的目标而努力发展，当它们发展成某种确切的形式时，就都已经达到了成熟期。在有些存在生理缺陷的案例中，我们还进一步发现，如果某种器官有缺陷，那么个体就会发展出另外一种器官来取代它。在解决各种残疾的时候，生命机能的处理方式非常独特。因此，生理的不平衡状态才得以补偿，生命绝不会在外界的阻力面前表示屈服，或者放弃抗争，生命在不断地努力延续。

精神活动类似于有机体的生命运动。理想或者目标的观念存在于每个人的精神中，它使得人们设置一个具体的目标，铲除现实中的障碍，解决现实中的问题，并能够超越现状。当人们在处理现实中的问题时，这些具体的目标能够让人感到优越，因为他心里早就谋划好要怎样走向成功了。然而如果这种目标观念并不存在于个人精神领域，人的活动就完全没有意义。

童年时期，也就是生命的早期，个体就形成了“制定某种目标——寄予目标具体形式”的概念，很多例子都说明这必然是一个事实。成熟个体的某种模式或者某种原型，从这个阶段开始发展起来了。对于这个过程的发展，我们可以进行一番想象。一名儿童自卑而又衰弱，他发现某种环境令他无法承受，所以选择了一个目标，向着这个目标指明的方向努力地使自己变强。此时，变强所需要的物质资料并没有决定变强方向的目标重要。很明显，儿童的每个行为都由这个目标支配，这个目标确实是存在的，但对于这个目标的形成，我们确实难以解释清楚。因为只有在确定自己的目标以后，孩子的发展方向才能固定下来，所以直到现在，我们也不太了解早期阶段中的能力、理性、冲动、能量，甚至不能做出确切的解释。我们要想预测他们在今后会有何种行动，就必须先要知道他们的生活倾向。

当我们说到“目标”这个词的时候，有的读者可能会感到非常迷惑，所以使这个观点进一步具体化是必要的。说白了，“期望成为上帝”就是一个具体目标，如果能使用“目标的目标”这个术语，那么期望成为上帝也是最终目标。教育工作者一定要慎重地教育自己和孩子成为“上帝”。其实，在孩子的发展过程中，我们发现应该树立一

个短期而又更具体的目标。这个目标可能是母亲或者父亲，因为我们发现，如果一个男孩认为最强的人是他母亲，他就可能受母亲的影响，甚至会模仿母亲的行为。如果他后来相信这个世界上最强的人是马车夫，他也可能会模仿马车夫。

一旦孩子树立了这种目标，他就可能像马车夫那样穿衣打扮、感受、处事，他所表现出的所有性格特征都符合他的目标。不过，只要警察略微一发作，马车夫的形象就马上轰然倒地……此后，由于惩罚学生显得教师具有强者的威力，儿童理想中的目标可能又变成了教师，当然也有可能变成医生。

我们发现，儿童所确立的目标都有具体的共性，完全反映他们的社会兴趣。一个社会兴趣不足的表现就是，有人问一个男孩：“你长大想做什么？”这个男孩回答：“我想去执行死刑。”他想要拥有上帝一般的权力，希望自己成为掌管人们的生死的人。他之所以生活消极，就是因为这种观念比社会更加强大。当然，同样是想成为上帝的目标——决定人们的生死，他也可能产生想要成为医生的愿望。不过，实现这个目标的方式是服务社会，这是二者的不同之处。

统觉体系

原型能够表现个人目标的早期个性，在形成了原型以后，也就可以确定方向了，个人的方向会变得比较具体。我们之所以能够预测将来的生活能发生哪些事，就是这一事实的缘故。所以，这种方向所确定的规则必然包括个人统觉。一个人在认识某种环境的时候，总是带着自己的兴趣，而不是根据环境的真实存在形式来理解。也就是说，他在理解环境的时候，总是以自己的统觉体系为依据。

我们发现，在这个关联中，存在一种非常有趣的现象：有生理缺陷的儿童认为他们的缺陷器官对他们的所有经历都有影响。比如，一名儿童的视力存在缺陷，他可能对能看见的东西非常感兴趣；如果一名儿童患有胃病，那么他的饮食兴趣可能有点怪。上文已经说过，所有人的不同性格都是由这种统觉体系组成的，所以个人的统觉体系和这种沉迷具有一致性。我们只要知道孩子的哪个器官存在问题，就可以知道他的兴趣是什么。不过，有些孩子的外部特性可能没有表现出来，而且也不能被发觉，这主要是因为他们的统觉体系会限制他们所体会到的生理自卑，可见发现儿童的兴趣也不是那么简单的。当孩子

的统觉体系中已经具有生理自卑这一因素时，那么即便我们观察生理自卑的外部表现，也未必能揭示统觉体系。

少儿非常熟悉相对性系统。包括我们这门学科在内，所有人学到的知识都不是完全正确的真理。在这方面，儿童和成人并没有什么区别。常识是科学的基础，而常识总是在变化，这条路是由各种大小错误逐渐铺垫而成的。谁都会出错，但能够改正错误才是关键。

在原型形成的时期，改正错误是比较简单的，不过要是有些错误在这个时期并没有被改正，那么后来再改正的时候，就要把这个阶段的整体情况都要回顾一遍。所以，在为一位神经病患者进行治疗时，主要任务不是探寻他在后来的生活中犯下什么错误，而是发现在他原型形成的过程中，在他生活的早期，他犯下了哪些根本性的错误。发现这些错误以后，就可能通过合适的治疗方式让他改正。

从个性心理学的角度来看，遗传的重要性降低很多。一个人在童年阶段建立起来的原型，也就是他早年对待继承物的态度和方式，才是问题的关键，而他所遗传的东西并不重要。遗传应该为先天性生理缺陷负责，我们在这里所进行的思考的前提是，要求少儿处在合适的环境中，将那些特别的困难排除在外。其实，如果找到了少儿的缺陷，并进行针对性治疗，就非常容易解决问题，其实这是非常有益的。一名儿童即便比较强健，不存在任何先天缺陷，那么他也很可能发育不好，原因可能是营养不良或者其他教养方面的问题。

现在，我们来探讨个性心理学对训练神经病人和教育所提出的问题。这里所谓的神经病人包括：罪犯、患有神经病的儿童、通过酒精的作用逃避现实生活中有意义方面的人。

在快速而又容易地找到哪里出现了错误以后，我们来问一问什么时候出现了这些病症。很多人都持有一种错误的观点，认为新的环境是病症产生的原因。其实我们的调查已经证明，病人并没有为适应新的环境做好足够的准备在前，某种具体的事情发生在后。假如病人所在的环境仍然比较适合他，也就不会那么容易发现他原型的错误。不过病人在一个新的环境中，必须根据原型创造出的统觉体系做出回应，所以所有的新环境都有试探的性质。在他的整个生命里，他都要受到目标的指引，因此他的回应不但符合他的目标，并且具有一定创造性，而不仅仅是消极的。我们早期对个性心理学研究的经验得出，不应该忽视遗传的重要性，也不应该着重强调某个单独部分的重要

性。我们知道，通过自身的统觉体系，原型才得以与经验相符。所以，对统觉体系的研究，对我们取得某种效果来说是必要的一步。

自卑和社会兴趣

心理环境因素对一名先天生理机能存在缺陷的儿童来说，也是非常重要的。相比于其他人，这些儿童都明显地表现出某种自卑，而这种自卑又经常被夸大，所以他们所处的环境更加艰难。他们在最初形成原型时期，就已经对别人不感兴趣，而注重于个人的发展。他们在后来的生活中，也有坚持这种发展方向的趋势。在造成原型错误的众多原因中，生理自卑只是其中一点，相似的错误也可能是其他问题导致的，比如被敌视儿童和被溺爱儿童所处的环境。对于这三种极为不利的情况，我们会在后面详细讨论，同时还会提出实际的病例，并对此进行解释。我们在上文已经提及了这三种情况——被敌视的儿童、被溺爱的儿童以及生理器官存在缺陷的儿童。我们现在只发现，这些儿童在自己所处成长的环境中，并没有学习到独立性，他们每时每刻都在恐惧承受外界的袭击，他们的生长环境非常不利。

既然在我们的治疗工作中，社会兴趣的作用非常重要，那么我们就绝对有必要认识社会兴趣。能够从顺利的和困难的环境中都得到益处的人，必然是那些自信、勇敢的人，他们能够镇静地在这个世界上生活。他们知道无论到哪里都会遇到困难，但他们却不懂得恐惧，可见他们非常清楚这些困难必然都是能克服的。生活中的所有问题，都不过是永远不变的社会问题而已，他们有充足的准备去面对。如果以某种人的角度观察，我们必然有对社会行为进行准备的必要。上面提及的三种类型儿童，他们缺少处理问题以及对生活有利的精神状态，他们原型的社会兴趣都比较低。因为原型在心理和生理上都受到了挫折，所以就容易在生活无意义的方向发展人格，而且对生活中的问题坚持错误的态度。其实，个性心理学是一门社会心理学，我们在对这些病人进行治疗时，主要任务是帮助他们培养对社会和生活有利的态度，使他们的行为向有利的方向发展。

常识及其缺点

我们在观察一个家庭的时候会发现，假如家中的所有儿童都存在发育障碍，那么就算这些儿童看起来都很聪明（也就是能够回答对问题），但如果要谈及那些表现或者特征能证明孩子的聪明，这些儿童就会表现出自卑，而且程度非常剧烈。这种儿童具有某种我们在精神病人中发现的态度——完全为了个人的精神状态。此外，聪明并非一定要具备的常识。强迫症患者总是要去关窗户，虽然这种行为没有什么意义，而且他们内心也非常清楚。如果一个人只对有意义的事情感兴趣，就根本不会这样做。神经混乱者的语言和理解能力经常与其他人不同。说明一个人社会兴趣程度的正是常识性语言，可精神混乱者根本就不会说出这种语言。

我们可以发现，如果对比个别判断和常识判断，那么正确的一方基本属于常识判断。人们在区别好坏的时候，以常识为标准；同时在复杂的情况下，人们又经常因为使用常识而犯错。不过，随着常识的不断发展，这些错误都能够得到修正。有的人并不像别人那样能够正确地区分出正误，因为他们总是过于关注自己的个人兴趣，其实这种做法使他们的无能展露出来，因为旁观者能够非常清楚地看懂他们的所作所为。

我们再次拿出罪犯的例子，我曾经询问过一名罪犯的动机、理解能力和智力，发现罪犯认为自己的罪行是一种英雄行为，认为自己智力超群，而且比别人聪明很多，至少已经比警察聪明。他相信自己的理想很崇高，且认为自己已经实现了。所以，他在自己心中的形象已经变成了一名英雄。其实，这正好说明他的内心世界并没有什么英雄主义，完全与实际情况相反，可是罪犯却不自知。他的性格软弱、勇气不足都与社会兴趣的贫乏有关系，只是他不知道而已，其实这也是他使自己的活动都集中在生活中无意义之处的原因。这些人害怕孤单、黑暗，一转身就在生活中的无意义之处投入自己的精力，他们软弱，经常期望与别人待在一起，所以我们只能将他们形容成软弱。最佳的遏制犯罪的方法就是，让所有人都知道，犯罪是没有任何价值的行为，只能说明一个人的软弱。

大家都知道，有些罪犯在三十岁以后，变成了一名出色的公民，他们会主动找工作、结婚。为什么会出现这种现象？以一个盗窃犯为例，相比于二十岁的盗窃犯，三十岁的盗窃犯如何能比得上前者？二十岁的罪犯更加健壮、蛮狠、狡诈。进一步说，三十岁罪犯的生活方

式与之前的时候已经不一样了，但这基本都是被迫的。其实，他们发现自己最好还是选择金盆洗手，因为这是一个很不划算的营生。

我们绝不能忽略与罪犯相关的另一个事实：罪犯会在加重惩罚的刺激下变得更加自信，认为自己是个卓越的英雄，他们不会因为感到恐惧而选择放弃。我们不能忘记，罪犯在以自我为中心的世界里生活，他们似乎没有整体意识，不能理解整体价值，也不能寻找到自信和勇敢。这是一种不能融入社会的人。精神混乱者、广场恐惧症患者很少具有举办聚会的能力，而精神病人也很难办起来。自杀的人和儿童向来不会结交朋友，这是一个至今都不能解释的事实。他们原型所寻求的目标都是虚假的，这就使他们走上了生活中无意义的道路。他们在各自的早期生活中，都沿着自我中心的方向生活，这一点原因是非常肯定的。

父母的影响

我们已经对社会兴趣进行了探讨，我们下面的主题是，研究在个人的发展历程中，他都会遇到哪些障碍。这并不是一个繁杂主题，虽然人们乍一看会感到迷茫。我们知道，所有被溺爱的儿童都会被人嫌弃，在我们的文化里，社会和家庭都希望能终止这种溺爱。一个被溺爱的孩子将会遇到生活中的各种问题。在学校里，他们要面对一个新的社会问题，他们进入一个新的社会环境，可却并没有做好适应学校群体生活的准备，他们不愿意与其他孩子一同玩乐、一同学习。其实，他们对这种环境感到恐惧，他们在原型阶段所得到的经验，使他们还想得到溺爱。其实，我们完全可以以原型和目标的性质为依据，推测出这种性格，这根本不是一种遗传的性格。因为这种使他们向其他目标努力的特别性格已经具备，所以就不会产生促使他走向其他方向的性格了。

在我们学科系统的排序中，下一个要研究的主题是原型分析。在儿童四五岁的时候，原型就已经建立起来了，这一点我们在前文已经提过，所以儿童在那个时期及以前时期的内心痕迹，是我们一定要探寻的。这些痕迹可能变化多端，成年人很难想象其形态竟然到了如此复杂的程度。

父母过分责怪或者惩罚所造成的情感抑郁，是对孩子内心最为普通的影响。在这种作用的影响下，少儿心理会形成一种对抗感，他们

努力地寻求挣脱。所以，如果父亲的性格暴戾，女孩就可能认为男人都是暴戾的，进而形成一种厌恶男人的原型。同理，如果男孩因为母亲的严格而感到抑郁，他就可能厌恶女人。这种态度表现为对异性的厌恶，其形式是多样的。比如，少儿会走向性关系堕落的深渊（这也是厌恶女人的一种形式），这是一种在儿童童年环境中就产生的堕落，而不是遗传的，当然有的儿童也可能会怯懦、羞赧。

儿童经常要付出巨大的代价，为自己早期犯下的错误埋单。即便如此，儿童对他人教育引导的接受也不多，他们只能继续坚持自己的方向，因为他们的父母不清楚自己曾经经历的结果，而且就算知道了，也不愿坦白地告诉儿童。

在讨论这个问题的时候，我们不能过度地认为，不管是劝导还是惩罚，对孩子都没有效果。任何努力都是徒劳的，因为不管是成人还是儿童，都不知道应该从哪里做出改变。如果一个孩子无法理解，他的原型就不会因为训斥和惩罚而发生变化，此外他们的个人统觉和生活经验都已经一致了，所以孩子也不可能因为生活经验而发生变化，这样他们就只能变得更加软弱、狡诈。只有根本个性被我们察觉以后，孩子才有可能发生变化。

梦与感情

这门生活科学的下一主题是研究感情。个人目标所制定的方向性线路就是中轴线，个人的内心表现、身体运动、性格特征，以及一些外部特点，都受到中轴线的影响，感情生活受到一些限制。人们在表明态度的合理与正确时，经常以感情为根据，这一点需要引起我们的注意。所以，我们会发现，如果一个人想要出色地完成工作，他的整个感情生活就会被这个想法夸大和控制。

我们据此可以得出，个人对工作的意见与感情经常都保持协调，个人活动的倾向因此而被强化。其实，我们在活动的时候需要感情的陪伴，有些事情不需要感情色彩也能做完，但我们还是寄托了感情色彩。

个性心理学最新的成果包括对梦的研究。在研究梦的时候，我们能明确地认识到这点。直到现在人们才发现，所有的梦都必然有某种目的。根据普遍的观点，创造某种感情活动是梦的目的；反过来，感

情活动也可以促进梦的活动，这个术语现在还不够具体。从这里可以发现人们认为，不管什么样的梦都是一个骗子，人们对旧观点的意见非常有意思。梦是一场带有感情色彩的演出，根据我们喜欢的行为方式，表演我们清醒时的行为态度和行为计划。不过现实生活中绝对不会上演梦里的内容，所以梦只是一场演出而已。从这个角度看，这种感情色彩给人以行动的激励，但又不会促使人做出任何行动，所以梦具有欺骗性。

在人的非睡眠生活中，梦的这一特点也会表现出来，这是一种感情上的自我欺骗，而且程度非常强烈，比如人总是让自己的行为方式符合自己早期（四五岁）形成的原型。

出生早晚与早期记忆

我们发现有一种现象非常不易理解：任意两个孩子的成长环境都是不同的，包括在同一家庭长大的两个孩子，各自也会感受到不同的氛围。第一个孩子，在最开始的时候是家里的唯一，所以成为众人关注的焦点，他的地位明显和他的弟妹不同。不过他后来发现自己从第一的位置上被挤下来了，因为第二个孩子出生了。他并不愿意接受这种改变。他曾经是“威风凛凛”的人物，但这种日子再也没有了，恐怕这确实是他这辈子最凄惨的事了。在他原型的形成过程中，这种突然出现的戏剧性转变带来某种悲凉色彩，在成年以后，他的性格就具有了这种悲凉色彩。这些孩子经常会遇到失败，很多病例都能说明这一点。

对待男孩和女孩的方式，也是家庭内部环境中的一种区别。总的来说，女孩总被看作什么都做不好的，男孩总是被认为是非常出色的。在这种环境中长大的女孩，总是感觉能够取得成就的只能是男人，她们这一辈子都非常犹豫，思虑过重而又习惯退缩。

第二个孩子的成长环境和第一个孩子完全不一样，他的地位非常特别，因为身边总是有一个榜样，而且那个榜样还经常比不上他。我们会发现，其原因在于这种竞争总会让第一个孩子感到困扰，他在家庭中的地位也因为这种困扰而受到影响。因为不能出彩，也因为害怕竞争，父母越来越不重视第一个孩子，开始喜欢第二个孩子。同时，第二个孩子一直都在竞争，因为在最开始的时候，他的榜样就是他的

对手。第二个孩子不赞同任何权威，他有很强的反抗性，他在家庭中的特别地位能够对他所有的性格特点做出说明。

很多最幼小的儿童都具有非同一般的能力，传说和历史都曾记载过。比如具有代表性的儿童约瑟夫，他想要打败所有人。他从家里离开几年后，他家又迎来了一个更小的弟弟，可他并不认识这个弟弟，很明显他是最幼小孩子的地位并没有改变。在很多神话剧中都可以找到这样的描述，在这些故事里，最小的孩子所承担的角色都非常重要。我们可以研究在他们童年阶段时这些性格特点是怎样发展起来的，研究在他们的个人阅历增加以后性格特点又是怎样变化的。一定要让儿童了解他在童年发生的事情，才能让他知道他生活中的所有境况都受到了原型的错误影响，这样才能让他重新开始。

对早期记忆进行研究的方法是非常有意义的，我们可以据此理解原型，并通过理解原型来研究个人的人格。早期记忆属于原型——我们所有的观察和知识都得出了这个结论。为了使论述更加明白，我要举一个例子。以第一种类型——器官缺陷儿童为例，比如他的胃功能存在障碍，假如他还没忘记自己所看见的、听见的，那么食物和他的见闻一定有某种程度的关联。再比如一名儿童是个左撇子，那么他的想法可能受到这个习惯的影响。有人可能说到了家里又生了个比他小的弟弟，或者母亲曾经宠爱他。假如他父亲脾气差，他会说自己怎么被揍了。如果一名儿童遭到他人敌视，他就会告诉你在学校里受到怎样的侮辱。这些资料都非常有价值——如果我们学会观察这些事例的重要性。

对早期记忆的理解需要很强的同理心，需要具备一种能力——将自己视为儿童，并感受他的童年环境——这种理解如同一门艺术。我们要想感受到在一个家庭中，年幼的孩子出生后对另一个孩子的内在性具有怎样的重要性，就一定要依靠这种同理心，这样才能理解儿童心中的暴怒父亲到底是什么形象。

结论

讲到这里，个性心理学的着手方法已经总结完毕。在过去的二十五年间，个性心理学发展起来了，并且在一个新的方向越走越远，这一点大家都已经目睹了。我们的精神病学和心理学有很多种类。每个心理学家都不相信别人是正确的，每个心理学家所选择的方向都各不

相同。估计读者也存有这种心理，不会轻易表示相信。读者可以自行比较，在“驱力”心理学（代表人物是美国的麦独孤）中，“驱力”有很强的遗传特征，所以我们并不支持这种学说。同理，行为主义的“条件”和“反射”也是我们所不赞同的。如果我们不能理解“条件”和“反射”运动中的体现出的目标，那么在其中制造出一种性格和命运，就是没有任何意义的。这些心理学，都没有以个人目标为起点来研究。

第二章 自卑情结

在个性心理学中，为各种特殊的因素打上“意识”或者“潜意识”的标签，是一种错误的做法。人们坚定地相信，意识和潜意识是相互对立的，但实际上并不总是这样，两者也会朝着同一个方向发展。另外，这两者并非是界限分明的，发现两者共同运动的目的才是关键。如果没有弄明白两者的关系，那就不能断定哪些是有意识的，哪些是潜意识的。我们在上一章所研究的原型的生活形式，正好能解释两者的关系。

个体即整体

对于意识和潜意识与生活的紧密关系，我们可以用一个病例来解释清楚。有一个男人已经四十多岁了，已婚，患上了恐惧症，主要的表现是想要跳楼。这是一种欲望，他一直与这种欲望做斗争。他在其他方面都正常，只有想要跳楼是个问题。他和妻子生活和睦，个人工作顺利，而且有很多朋友。假如不考虑意识和潜意识相互影响的特征，那就会对这个案例感到疑惑。他有意识地感到自己要从窗户跳下去，但其实又从来没有从窗户跳下去的欲望，所以他一直都活着。我们发现，这其中的原因在于他生活中的另一个方面，他与自杀欲的斗争在这方面的作用至关重要，这是一种潜意识行为，而且入侵了他的意识领域，他最终胜出了。其实，他在“生活习惯”（我们会在后面的章节详细讨论这个术语）中已经成了征服者，实现了优越的目标。估计读者会提出，一个在意识领域内明显有自杀倾向的人，居然也可能是优越的？我的答案是：他身上有一种力量正在和自杀抵抗，他在这场抵抗中取得了胜利，所以他是优越的征服者。客观地说，他自身的懦弱压制住了他对优越的向往。这种规律已经成为习性，并操控着一些在某方面感到自卑的人。重要的是，这种抗争存在于他的内心中，一方是体现在意识生活中的死亡欲和自卑感，一方是体现在潜意识生活中的对征服和生存的追求，以及对优越的追求。

现在，我们来检验该理论能否通过原型发展来证明。我们通过对他早期记忆进行分析发现，他在学校的童年时期遇到过困难。他总是

想躲开男孩子们，因为他不喜欢。可是他还要拿出勇气面对他们，和他们交往，这就需要他压制住自己的冲动。我们发现，在战胜自己的懦弱方面，他确实已经努力过了，他敢于面对自己的障碍，并且克服了。

如果我们分析这位病人的个性，就会知道克服焦虑和恐惧是他生活中非常重要的一个目标，他的意识和潜意识被这个目标组合成了一个整体。假如我们不视这名病人作为一个整体，就很容易将他视为一个内心懦弱但却期望打斗的人，一个充满野心的人，很难认定他的成就和优越。我们在得出这个结论以前，在分析这个事实的时候，并没有使用个人生活的统一性原理，也没有顾及这个病例中所有的事实，所以这是一种完全不正确的观点。

如果我们现在还完全不能承认一个人是一个整体，那么我们对个人所做的所有努力、我们对个人的所有认识，以及我们整个心理学，就全都没有任何意义了。如果我们推断出生活具有两面性，但却不连接起这两方面来，那么就不可能将生活视为一个完整的统一体。

社会背景

我们不但要把个人生活视为一个统一体，而且还要对其有怎样的社会关系进行考量。刚出生的婴儿需要人们的照料和关心，因为他们是脆弱的。如果不考虑照料儿童、使他的自卑得到弥补的人，那么就不能够理解儿童的生活方式和生活习惯。如果只是对儿童身体空间范围外进行分析，那么我们的分析实在不足，我们永远不能够对他与母亲以及他与家庭的联合关系做出解释。这个儿童的个性与一系列的社会关系背景有关，并已经超越了他身体具有的特点。

从某种程度上来说，上面对儿童的分析，也可以运用到整个人类中。把人类赶到社会生活中表现出的那种怯弱，与把儿童限定在家庭生活范围内的那种怯弱是一样的。在某种特殊的生活环境中，并不是所有的人都能够很好地应对。由于生活的阻碍比较大，他们可能无法独自去面对。所以，成年人要组成一个集体，这是一种非常明显的趋势，这样他们就不用作为单独的个体而存在，而是以整个社会的一个成员的形式存在。很明显，社会生活会在很大程度上帮助他们战胜自卑和无奈。

我们知道这是一种普遍存在于动物中的现象。如果某种动物比较弱小，它就要过群居的生活，这样在满足个体成员需要的时候，就可以使用群体的力量。比如，一头水牛难免受到狼的袭击，但如果一群水牛聚集起来就比较容易应对。只有在团结起来的时候，水牛才能够做到头靠在一起，用后腿与敌人战斗，一直战斗到得到解救。另外，老虎、狮子等被大自然赋予了保护自己的方式，所以能够脱离群体，过着独居生活。人类只能过群居生活，因为人类没有尖利的牙齿和爪子，也没有健壮的身体。所以我们能够理解，其实个体的软弱无能是社会生活的根源。

从这个事实中可以发现，若是指望社会中的所有人都有着同样的天分，那是绝对不可能的。在由人组成的社会中，只要配合合理，那么每个人的能力都能够得到及时的支持，对于这项结论，我们一定要牢牢记住，因为一旦忽视了这一点，我们会陷入一种误区，认为在对一个人做出评价的时候，应该以他的天赋能力为依据，但实际情况却是，如果一个有缺陷的人处在孤立的环境中也同样有能力，那么当他进入一个配合得当的社会中时，他的缺陷就能够得到相应的补偿。

我们可以假定先天的遗传是各种缺陷的原因，那么心理学的目的就是减弱自然缺陷对他们造成的影响，促使他们和别人友好相处。人类协作的历史，就是社会进步的历史。在人类的协作中，每个人的缺点和缺陷都能够被克服。任何一个人都知道，语言这种发明是社会性的，但只有很少的人能够发现，促使这种发明产生的原因是个人的不足，这一点可以通过儿童的早期行为得到证明。幼儿会为了让别人注意到他没有被满足的愿望，而发出和语言相类似的声音，这样才能吸引别人的注意力。假如一名儿童觉得没有让别人注意他的必要，那么他就完全不会努力尝试着说话。对于刚出生几个月的婴儿，在他们还没有产生说话需求的时候，母亲总是满足他们所有的愿望，所以这时候他们是不可能学会说话的。根据记载的材料可以发现，有一名儿童因为没有必要去说话，所以到了六岁还不会讲话。还有一个比较特别的案例同样可以说明这个事实。这名儿童的父母是一对聋哑人，所以当他的孩子摔倒摔疼的时候，虽然也会哭，可是却哭不出声。他确实需要父母注意到他，但他没有发出哭声，只是做出了哭的样子，因为他知道自己的父母是聋哑人，声音对父母来说没有任何意义。

因此我们可以发现，想要了解某个人所选取的特别的“优秀目标”，就一定要以社会环境为根据。对于我们研究的事件的所有社会

背景，我们永远都要仔细关注。同理，为了把某种特别的适应不良研究透彻，我们还要从社会的格局来考虑问题。很多人发现自己有适应不良的症状，比如，不能通过语言来与他人进行正常的交流。一个比较典型的例子就是说话结巴的人，只要我们略微观察说话结巴的人就会发现，他们从来没有很好地与社会适应，从他们出生那天开始就是如此，他们不想交朋友，也不愿意参加各种活动。促进与他人的交往，可以促进语言的进步，可是与他人交往却是这些人所不喜欢的，就这样他们结巴的症状根本没有好转的迹象。一般有两种发展特点存在于结巴的人中，一种是寻求寂寞，另外一种是想与他人交流。

我们发现，有些没有经历社会生活的成年人，在后来的生活里，都有怯场的特点，他们不擅长在众人瞩目之下说话，因为听众都被他们看作了敌人。当他面对的听众占有优势，并且好像又有敌意的时候，这些人就会感到自卑。实际上，要想做到不怯场，要想讲得流畅，就必须要对自己和听众都非常信任。

因此，社会学的问题和自卑感产生了紧密的联系，自卑感是社会适应不良的结果，而对于战胜自卑感，最基本的方法就是社会学习。

常识和社会学习的关系非常直接。我们曾经说过，人们克服困难时以常识为根据，这个时候我们说的“常识”，是一种集体性的智慧，它属于社会整体。但同时有些人的行为方式，以自己特殊的理解力和语言为基础。在上一章里，我们就曾经说到这一点。这些人包括精神病患者、精神错乱者和罪犯。他们都有有些不正常的特点。社会标准、机构、人等事物对他们没有任何吸引力，也就是说他们对这些事情根本不感兴趣，而这些事物恰好又是他们得到解脱的途径。

我们的目标是让这些人对社会性事物感兴趣。神经质的人经常有这种想法，认为应该对那些美好的愿望表示充分肯定。不过我们一定要让他们清楚，只是美好的期望还不够，在一个社会里，他们实际上付出的东西以及行为的确切结果，才是更加重要的。

如何看待缺陷

所有人都在寻求优越，也都有自卑感，但这并不意味着每一个人都是完全一样的。作为普遍的条件，自卑感和优越感都操控着人类的行为。但除了这点以外，人和人之间还是有所区别的，比如环境、健

康、体力的区别。但由于这些因素的作用，人们在相同的环境下所犯的错误也可能是不一样的。我们在观察儿童时会发现，儿童在回答问题时总是有各种各样的反应，没有一个绝对准确和完全确定的反应。他们都在寻求更好的生活习惯，同时他们各自的特别之处也明显通过这种寻求的方式体现出来。他们会犯下各种各样的错误，但都在向着正确的方向努力，而他们努力的方式也是各种各样的。

我们可以对一个人的奇怪特点和变异方式进行分析。比如，左撇子的儿童，有的小孩曾经被用心地教育使用右手，所以他们完全不知道自己是左撇子。他们在最开始的时候，右手不灵活，或者非常笨拙，所以总是会被嘲笑、批评、责骂。这项缺陷确实会遭人嘲笑，不过应该接受训练的是他的两只手。当儿童还在摇篮里的时候，他是不是左撇子是能够被发现的，主要表现在他左手的使用要比右手多很多。在后来的生活中，他的右手不够灵巧，这对他来说可能是一种重担。但与此同时，他经常有很大的兴趣使用自己的右胳膊和右手，在写字、画画这些活动中都有所体现。实际上，在后来的生活中，如果一个左撇子的儿童能比正常的儿童得到更好的练习，那么这件事并不值得大惊小怪。因为他一定要培养自己的兴趣，也就是说，如果他对自己左撇子一事了解得更早，那么他就会努力地练习以面对自己的缺陷。这对于培养一个人的能力和艺术天分，都有很大的益处。处于这种境地的儿童，总是在努力地战胜自己的缺陷，所以他有很强的野心。有些时候，这是一种非常艰苦的抗争，在这种情况下，他就会嫉妒或者是羡慕别人，从而产生了一种自卑感，这种自卑感更加难以战胜，也更加严重。对于一名不断抗争的儿童来说，他可能会变得富有奋斗精神。这种奋斗精神在他长大以后仍然非常强烈。他总是在抗争着，并且有一种坚定的信念，认为自己不应该是障碍的、蠢笨的，这种孩子扛着比别人更加沉重的负担。

儿童的原型是在四五岁时形成的，他们以原型为根据，通过各不相同的方式犯错、抗争和发展。他们的目标各不相同，有的想要离开这个他无法融进去的世界，有的想要成为画家。他们可能并不清楚应该怎样战胜这些缺陷，虽然我们可能很清楚，但也很少能通过正确的方式向他们解释明白。

很多儿童都有生理缺陷，我们发现最能引起儿童兴趣的就是这些缺陷，比如耳朵、眼睛、胃、肺等身体缺陷。这种现象可以通过一个非常奇怪的例子来说明。有一个男人四十五岁，已婚，患有哮喘病，

犯病时间总是每天晚上从办公室回到家以后，另外他的工作还不错。曾经有人问他：“为什么发病时间总是在回家以后？”他的回答是：“这是因为我和我妻子总是有矛盾，我是理想主义的人，但她却是现实主义的人。回到家以后，她想要出去玩，但我却只想休息一会儿，悠闲自得。所以她总是嫌弃我在家里待着，我就会发火，这时就会喘不过气来。”

为什么这个人没有呕吐感，而是喘不过来气呢？主要是因为喘不过气来符合他原型的特点。他童年时期应该被人绑起来过，因为他的身体较弱，也因为绳子捆得太紧，他根本无法抗争，所以会感到不舒服，影响了呼吸系统。那个时候家里有人非常喜欢他，这人是一名年轻的女佣。女佣将自己所有的注意力都放在了他身上，总是在他身边坐着劝慰他。所以，他总感觉有人会劝慰他，有人会陪他玩耍，其实这种印象是不真实的。后来那位女佣结婚了，离开了他，当时他才四岁。他送她去了车站，一直都在大哭。他曾在她走了以后告诉母亲：“现在这个世界上再也没有人爱我了，我的保姆离开了我。”

我们可以发现，这个男人始终都在寻求一个永远能够安慰他、为他带来快乐并且只关注他的人，他的原型在寻求这种理想人物，成年后的他也在寻找。他是因为不能一直得到慰藉和快乐才生病的，而不是因为空气太少才难以呼吸的。很明显，他很难找到能让他一直快乐的人。从某种程度上来说，他总是希望能够控制环境，这种期望也能帮助他达到控制的目的。所以，只要他呼吸困难，他妻子就不会想着去社交场合或者去剧院了。所以，他达到了自己的“优越目标”。

从外表看，我们不能责怪他，因为他一直都没有犯错。但他心里有一种欲望，他想要操控别人，他想改变妻子的物质化个性，变成理想主义的人，比如让妻子变得像他那样。我们应该怀疑，持有这种动机的人和表面上这样的人是不是一样的……

对于那些视力存在障碍的儿童，我们经常发现他们对能看见的事物非常感兴趣，甚至在这个领域形成了特别的能力。以杰出诗人古斯塔夫·弗雷塔格为例，他的成就非常大，但他的眼睛有散光的毛病。很多画家和诗人的眼睛都存在缺陷，但这也是他们在这个领域兴趣浓厚的原因。“因为我的眼睛和别人不太一样，”弗雷塔格评价自己的时候说，“所以我就不得不锻炼和发挥我的想象力。不管怎么说，我在想象中看到的，要比其他人在现实中看到的更加清楚。究其原因，

完全是视力造成的，虽然我不知道我能成为一名优秀的作家是不是也因为这点。”

如果观察这些天才，那就会发现他们中的很多都有各种不足，比如视力障碍。在各个时代的历史记载中都有类似的例子，甚至连神仙都不能幸免，总有一只或者两只眼睛是瞎的。有些天才人物基本和瞎子没有分别，但在识别和区分色彩、影子和线条的区别时，他们却比其他人更加擅长。我们从这些事例中可以发现，如果知道残疾儿童的问题出在哪里，那么就能确定怎样应对和治疗他们的问题。

有些人比其他人对食物更加感兴趣，他们会经常讨论自己能吃或者不能吃某些食物。他们之所以比其他人对这点更感兴趣，可能是早年饮食上出过问题，也有可能是在他们童年的时候，母亲的照料无微不至，经常告诉他们能吃或者不能吃哪些食物。他们要锻炼自己，战胜这些障碍，虽然不太情愿但也逐渐对自己的日常饮食关注了起来。最终，对食物的注意使得他们成了饮食问题专家，或者学会了烹饪。

不过，有些人的肠胃功能存在问题，他们就会寻找能够取代食物的事物，比如这种替代品可能是金钱。这些人可能变成了银行家，钻进了钱眼里，变得非常吝啬。他们可能会非常辛苦地工作，不分昼夜为了攒钱而努力奋斗。我们经常说有钱的人患有胃病，这种现象非常有趣。在这一类人中，他们可能永远都关注自己的买卖，所以要比同行的其他人出色很多。

大脑和身体之间存在一定的联系，我们现在就来讨论这种联系。一种缺陷所造成的结果未必与之相同。某种乱七八糟的生活方式，未必是某种生理缺陷的结果。只要选择合适的营养方案，生理缺陷就基本能够得到妥当的治疗，生理上的不适也能消失。其实悲惨的后果未必是生理缺陷造成的，患者的态度才应该为此负责。这也是为什么个性心理学家认为，并不存在必然的因果关系或者完全的生理缺陷，而且患者对自己身体状况所持的态度是错误的。个性心理学家从这个论点出发，提出要抵抗原型发展中的自卑感，就要学着培养拼搏的精神。

自卑感强烈的表现

我们有时候会看到一些因为不能耐心处理问题而焦躁不安的人。如果我们看到某个人无法控制情绪而又脾气暴躁，并且总是处于活动状态，那么就可以认定这个人非常自卑。假如一个人相信自己能够克服困难，虽然他不一定总是成功，但也不会感到焦虑。自卑感强烈还表现在儿童的好斗、草率、骄傲。找出他们的问题出在哪里，就是找出他们为什么自卑，我们有责任找到自卑的原因，这样才能针对性地为他们提供治疗。我们绝对不能指责或者惩罚原型生活习惯中的错误。

我们可以通过非常特殊的方法来辨别儿童身上的原型特征。我们能够通过各种活动来辨别原型存在的特点。比如，他们不断设立目标并且努力接近目标，他们为了达到超越他人的目标而坚持奋斗，他们对不同的事物表现出各种特别的兴趣。有一些人有种尽量排斥他人的个性，他们不相信自己的表达能力和行为，只想在自己觉得安全的小范围内逗留，不想融入新的环境，不管是在生活、学校、婚姻里，还是社会中都是如此。他们希望达到优越的目标，但是只想在狭窄的范围内取得巨大的成功，我们发现具有这种特点的人非常多。其实应对所有的事情一定要做好遇到各种情况的准备，才能够取得成果，可是他们并不懂得这一点。要是有人失去了与他人或者环境交往的可能，他就只能以自己的知识作为评价自己行为的标准，其实个人的知识根本不够，人需要常识，也需要与社会交往。

如果一名哲学家想要完成他的作品，那么他就要集中思想，总结自己的论点，还要使用正确的方法。这就需要长期独处，他不能总和其他人一同去用午餐或者赴晚宴。不过在这以后，他还是需要接触社会，这样才能够发展自我。在他的发展中，这种交往是非常重要的。我们一定不能忘记，如果遇到这样的人，要考虑他的需求是双方面的。同时我们还要牢记，至于这对他是否有用，也是不确定的。对于他的有用行为和无用行为之间的区别，我们一定要认真区分。

人们经常为了去寻找一种自己的地位比别人更加高的环境而去努力奋斗，这个事实中包含着整个社会进展的关键。所以如果一个小孩的自卑感比较强，那么他的玩伴可能都是比他弱的孩子，或者他能够管制和压制的孩子；对于比他强的同龄人，他总是在排斥。这表现为一种病理性的不正常的自卑感，自卑的程度和特点才是关键，但自卑的意识并不太重要。

这种不正常的自卑感，被称为“自卑情结”，不过这种自卑感已经深入社会个性中去了，所以“情结”这个名称并不太准确。这基本上算是一种疾病，而不只是一种感情。随着境况的不同，其危害程度也在变化。所以如果一个人在工作，而且他对自己的工作非常有信心，那么我们就不能发现他的自卑感。但另一方面，他可能对自己与异性的关系，或者与社会的适应关系感到不自信，这时他真实的心理状态是能够被我们挖掘出来的。

在艰难而又紧张的环境中，我们发现错误基本会变得更加严重。陌生的环境或者艰难的环境，能够真实地体现出原型。其实，如果某种环境是艰难的，那么基本也是陌生的。这也就是在一种新的社会环境中，社会兴趣的程度能够暴露出来的原因。对于这一点我们已经在第一章讨论过了。

假如把一个孩子送去上学，然后观察他在学校里的社会兴趣，并把这种兴趣当作社会生活中的兴趣来考虑，我们能够看到什么呢？他在躲避自己的同学，还是与同学们友好共处？有些孩子总是犹豫不定，想要让他有所行动，就要满足附加的条件。我们一定要仔细观察同样的特点是否会在他们的个人生活、婚姻生活、社会生活中表现出来。有些孩子非常聪明，但也过于调皮，活动频繁，我们一定要对他们的内心世界进行观察，才能发现到底是什么原因。

有些人经常抱怨：“我原本应该从事那样的工作……”“假如我是他，我会这么做……”“我本来能胜过他……可是……”自卑感强烈的信号包括所有类似于“是的……可是……”的句子。其实，如果我们理解了这些话，就会从这种不确信的感情的发现新的问题。我们很清楚，一个患有疑心病的人总是什么都做不好，原因就是疑心太重。不过，如果“我不去”这种话从他口中说出来，那么他就一定会去。

如果一名心理学家想做深入的观察，那就一定会发现有些人是非常矛盾的。自卑的表现也包括这些矛盾，不过实际情况并不仅仅是这些。对于眼前的问题人群的行为，我们一定要进行观察，这样才能发现他们与人接触、相处的方式非常匮乏。我们要观察，他们在与人接触的时候，身体表现出哪些姿势，会不会犹豫。在他的生活里，我们常常看见这种犹豫不决的态度。自卑感强烈的表现还有，向前迈一步又向后撤一步，很多人都是如此。

训练这些人甩掉迟疑的态度是我们的整体目标。妥善的处理方式绝不是打击，而是鼓励。我们一定要让他们相信，自己有能力处理生活中的问题，有能力克服困难。正确应对自卑的唯一方法和建立自信的唯一方式莫过于此。

第三章 优越感

我们在第二章已经讨论了自卑情结，以及普通自卑感与自卑情结的关系。我们所有人都有自卑感，也要对抗自卑感。优越感是一种与自卑感相反的感情，我们现在就要讨论这种感情。

我们已经了解，在个体的发展过程和行为中，生活中的各个特征是如何体现的。所以我们认为，不管过去还是将来，个体的特征都会存在。过去意味着我们正在试着与缺陷或者自卑感相对抗，将来则意味着和我们的目标与奋斗联系密切。我们因此而对自卑情结的出现、优越情结的连续、过程的动态发展感兴趣。不过，这是两种相互关联的情结，所以如果我们发现在一定程度上，优越情结暗藏在一些自卑情结中的事例，也不必大惊小怪。同理，如果在寻找优越情结，并对其连续性进行研究的时候，在某种程度上也能发现自卑情结暗藏在其中。

普通情况

不过，我们要明白，“情结”这个词缀于优越和自卑之后，只是说明在探求优越和表现为自卑的时候，程度比较严重而已。一个人身上明显存在一种矛盾——优越情结和自卑情结之间的敌对性，但如果我们用以上观点来解释，那么这种敌对就消失了。很明显，自卑感和追求优越是互补的，这一点与一般的感情是一样的。如果不能察觉到我们现在也存在某种缺陷，那么就不可能去寻求成功和优越。我们知道，自然感情是这些情结的发源地，若是这样我们就可以断定，如果这些情结是矛盾的，那么同样多的矛盾也存在于自然感情中。

寻求优越是没有尽头的。其实，人的精神和思维都是由寻求优越组成的。生活要成为某种方式或者完成某个目标，就像我们前文提到的那样，要将这种计划转化为行动的力量，就要追求优越，它就像一湾溪水，所有遇到的事物都会被一同冲走。我们可以观察那些怠惰的孩子，他们对什么事情都没有兴趣，也不爱活动，我们可能会认为他们并没有运动。不过就算是这样，那种寻求优越的期望，也是可以在

他们身上发现的。他们在这种欲望的驱使下会说：“假如我勤快一些，说不定总统的位置就是我的。”可见，他们也在努力、在运动，不过要有一定的条件，他们才可能去努力、去活动。在他们看来，自己在积极生活方面的成就不少，只需要……也就是说他们过于自负。当然他们完全在空想，自己欺骗自己罢了。不过大家都知道，人经常在虚幻的想象中得到满足，尤其是勇气不足的人。他们总是想要躲避困难，认为自己不够强大，所以就想要绕开，这些人总是沉溺于虚幻中。只有这样做，他们才能感觉比现实中的自己更加聪明、强大。

有些儿童的偷窃行为就源于他们的优越感。他们认为自己把别人骗了，把别人的东西偷走了，可是别人却根本不知道。他们可以不费劲就积攒财富。罪犯经常认为自己是英雄，要比其他人高明，可见这是一种非常常见的优越感。

对于这个特点，我已经从把它作为智力系统表现形式的角度来讨论了。它既不是社会的意识，也不是共同的意识。杀人犯认为自己是英雄，但这仅限于他们自己这样认为。他们勇气不足，想要躲避生活中的问题，所以就只能做出这样的事。从这些分析可以得出，犯罪行为是优越情结的产物，而不是原始的或者本性的歹毒的产物。

同样的特点也见于神经病患者身上。比如，有些人因为失眠而没有充足的精神完成第二天的工作，那么他们就认为自己无法做好曾经完全能做好的工作，认为自己不应该被要求去工作。“如果让我好好睡一觉，没有什么我干不了的。”他们悲哀地感叹道。

忧虑症患者身上也有同样的症状。因为忧虑，他们总会把自己摆在别人之上，如同一个暴君。其实，他们需要他人的陪伴，不管是做什么，或者在哪里，都应该有人在身边，他们用自己的担忧来操控别人。那些陪着他们的人不得让生活符合他们的要求。

家庭中关注的中心是精神混乱的人和抑郁的人。我们在他们身上能够看到一股力量，可这股力量竟然受自卑情结的控制。哪怕他们埋怨体重轻了、身体瘦弱等，也还都是压在健康人身上的强者。在我们的文化中，弱小的人也是强大的，所以我们不必惊讶于这点。（假如问道：“谁是我们文明中最强大的人？”那么应该回答：“婴儿。”这才是最有逻辑性的答案，因为婴儿不会被人控制，但却可以控制他人。）

我们要探讨自卑情结和优越情结之间的关系。比如，一名问题儿童有优越情结，喜好争斗而又傲慢自大，总想表现出比实际更加强大的样子。我们知道，脾气差的儿童想要达到压制别人的目的，就会使用突然袭击的方式。这是一种急躁的做法，可到底是什么原因呢？其实，他们感到自卑，因为他们不相信自己已经强大到能达成自己的目的。我们在儿童打架的例子中可以发现，那些好狠斗勇的孩子身上都有自卑情结，同时他们也都具有克制自卑的期望。他们好像在绞尽脑汁地踮起后脚跟，让自己看起来更雄伟一些，用这种简单的方式来取得优越、骄傲和成功。

我们一定要找到治疗这些儿童的方法。这些儿童没有看到事物的自然顺序，也没有发现生活的连续性，因为他们都没有认识到这些，所以才会有上述行为，可见我们并不应该责怪他们。假如他们直接和这些障碍对峙，就会一口咬定自己感到非常优越，根本就没有自卑。所以，我们要让他们一点儿一点儿地认识到这些问题，我们要友善地把我们的观点解释给他们听。

对于一个喜欢炫耀的人来说，他可能只是因为感觉自己在生活中有意义的地方与其他人竞争的能力不够，所以才会有自卑感。这也是为什么他总是关注生活中没有意义的地方。他不能很好地适应社会，不能与社会友好接触，也不知道如何处理生活中的社会问题。我们可以发现，他在童年时期经常排斥和抵抗自己的老师和父母。我们应该理解自己所遇到的这种案例，同时也应该让孩子们理解。

我们可以发现，神经病患者中的优越情结和自卑情结是联系在一起的。神经病患者经常认识不到自己的自卑情结，但却能表现出优越情结。

在一个家庭里，假如有一个孩子非常受宠，那么剩下的孩子就会尽力寻求优越情结，这是因为他们产生了自卑感。如果他们的兴趣集中在关注别人，而不是围绕自己转，那么他们就会很好地处理生活中的问题。不过，如果他们心中已经留下了自卑情结的明显痕迹，就会发现自己对别人利益的关心少于对自己利益的关心，好像在一个有敌意的环境中生活，所以他们的公共意识都是不足的。他们在面对生活中的社会问题时总是带有一种情感，但对于解决问题来说，这种情感却没有作用。所以，他们为了寻求摆脱束缚而来到了生活中没意义的那一面，其实这只是一一种表面的摆脱束缚，他们在依靠别人，而且没有使问题得到解决，可见真正的摆脱束缚并不是这样的。他的生

存必须依靠别人，就像是一名乞丐，为了追求束缚只能像神经病一般地表现自己的懦弱。

人性有一个特点，即不管是成人还是儿童，如果感到懦弱，就会去寻求优越，而不再对社会产生兴趣。他们希望通过这种方式使生活问题得到解决，希望在不卷入社会兴趣的同时，就能找到个人的优越感。如果一个人在把社会兴趣和优越结合起来的时，还想尽力追逐优越感，那么他就可能在生活有意义的方面驻足，并且取得一定的成果。然而假如他的社会兴趣不足，那么对于解决生活问题来说，他所做的准备还不够。就像我们所说的那样，这一类人包括自杀者、罪犯、精神混乱者和问题儿童。

在讨论正常人与优越情结和自卑情结的关系之前，我们不应该草率地对优越情结和自卑情结的问题得出普遍性结论。所有人都会感到自卑，就像上文提到的那样，不过自卑感不是某种疾病。恰恰相反，对于正常的、健康的发展与努力而言，这恰好是一种激励。如果一个人彻底被这种不足的感觉压制住了，并且不能接受参与积极活动的刺激，那么他才不会努力，才会变得压抑，这时自卑感就可能发生变质，成为一种疾病。对于一个具有自卑情结的人来说，一个躲避困难的方法就是形成某种优越情结。虽然他不够优越，但他可以假定自己足够优越。他不能承受的自卑可以通过这种虚幻的成功得到补偿。正常人是不会有优越感的，更何况是优越情结。不过他的努力仍然是为了优越，我们都会产生的取得成功的伟大心愿，就是这种优越感。精神的源头就在于虚幻的价值观，但只要他的努力表现在事业方面，他就不会产生虚幻的价值观。

案例

如果想要解释清楚这个问题，我们可以了解某个强迫性神经病患者的病例。有一个女孩，她非常年轻，她的姐姐和她后来的生活关系密切。人们都称赞她的姐姐长得漂亮。在一个家庭中，如果某个成员要比其他成员都优秀，那么剩下的家庭成员都会受到消极的影响，这是一个从最开始就非常重要的因素。其实，不管是儿童、父亲或者母亲，只要是受到了这种影响，就都会出现完全相同的结果。这个家庭的其他成员所处的境地会非常艰难，有时候他们甚至会无法承受这种艰难的处境。

这名女孩就成长在这种不太积极的环境中，她认为自己受到的压制非常多。如果我们此时了解的事情也是她能了解的，或者她有一定的社会兴趣，那么她就会沿着某个方向成长下去。她开始学习音乐，但总是担心姐姐在众人面前得到老师的夸奖，所以她总是非常紧张，这样就产生了一种自卑情结。这个因素还使她的学习遇到了困扰。后来，她的姐姐结婚了，那时她二十岁，但她还想和姐姐比，于是也开始寻找未来的丈夫。她就这样一直深陷下去，逐渐和生活中有意义的、健康的一面背道而驰。最终她的结论是，她具有一种魔法力，能够把人送到地狱里，因为她是一名坏女孩，非常非常坏。

我们可以认为她的优越情结就是这种魔法力。同时，就像有的富豪总是埋怨自己不幸地成为富豪一样，这个女孩也不断地埋怨。她认为自己有上帝一样的能力，可以将人们推入地狱，同时也经常想到自己可能让这些人得到救赎。不管是哪种想法，其实都是非常经不起推敲的，不过这种虚幻的感觉让她相信她那位深受宠爱的姐姐没有她的力量强大。若是想要打败姐姐，这个方法倒是能用上。所以她又对自己的能力感到不满，越是不满就越是让人坚信这种能力掌握在自己的手中。不过，假如这种能力遭到了她的讽刺，那么她所坚持认为的就未必可信了。所以，她要是想要对命运感到高兴，就只能表示不满。所以我们可以发现，某种优越情结可能没有在实际生活中得到认可，这种暗藏的优越情结的真实存在，又弥补了她的自卑情结。

现在，我们来讨论那位深受喜欢的姐姐。她曾经也被娇惯着长大，是家里唯一的孩子，整个家庭都以她为中心。不过，她的地位在三年后发生了变化，家里迎来了她的妹妹。现在她突然失去了自己的地位，她曾经是家里唯一被关注的焦点。所以，这个女孩变得争强好胜。不过，她的争夺只发生在对手比她更弱的情况下。她只与不如她的孩子争抢，可见虽然她很要强，但到底没什么勇气。假如，她所在的环境里的孩子没有一个不强的，那么她就会变得压抑或者性情扭曲，根本就不会争抢。如果这样，她家里的人可能就不那么喜爱她了。

在这样的环境中，姐姐感觉自己受到的喜爱没有曾经的那么多了。大家对她的态度发生了变化，于是她更加肯定自己的判断。我们应该能够理解她为什么直接攻击自己的母亲，因为她认为另一个孩子是母亲带到家里来的，所以母亲是一个罪人。

同时，她的小妹妹还是一个婴儿，必须被宠爱、关照和照料，凡是婴儿都应该如此。可是小妹妹根本不需要为争夺宠爱而努力，因为她本身就处在一个备受关爱的环境中。妹妹成为家庭的核心人物，成为一个让人喜爱的、甜美温和的小姑娘。其实，有时候在美德面前表示服从也能让人敬佩。那么，我们来研究生活中的有意义的方面到底包不包括这种温和、甜美和友善。我们可以假设，因为她备受宠爱，所以才变得可爱温顺。不过，娇惯的孩子在我们的文化中并不是备受宠爱的。有时候，她的父亲也发现，这种情况必须要终止了，而且还付诸行动。有时候，承担这项责任的应该是学校。这个一直处于危险状态的孩子因此而产生了自卑感。不过如果她所在的环境比较适宜，那么这种自卑可能并不会被人发现。不过，要是环境不那么顺利，她就变得压抑，甚至会崩溃，优越情结就这样产生了。

自卑情结和优越情结都是生活中没意义的一面，在这一点上，两者是一样的。我们永远都不会看到，一个具有优越情结的、骄傲无礼的孩子，会处在生活中有意义的一面。

来到学校以后，一些被娇惯的孩子所处的境地就不再是顺遂的了。此时，他们对生活的态度是迟疑的，比如我们前面说到妹妹就属于这种情况，他们向来不会做完一件事。她开始学习钢琴、缝纫等技能，但没多长时间就停下来了。另外，他们对生活的兴趣也没有了，整日忧郁而又沉陷其中无法自拔。她感觉自己头上有一团阴影，那就是她的姐姐总是被人喜欢。她的迟疑让她的性格变差了，变得懦弱。

此后，她的犹豫还表现在工作中，她什么事都做不完，虽然她想把姐姐比下去。她在婚恋上仍然迟疑。她一直在寻觅，终于在三十岁的时候找到了一个男人，可这个男人患有肺结核，她的父母必然反对她做出的选择。在这个时候，她父母的反对使这场婚姻没有结果，她根本不需要做任何事。一年后，她结婚了，男人比她大三十五岁。要是用现在的眼光看，这个男人算不上是一个“真男人”，这场婚姻没有任何意义，当然也称不上是婚姻。我们发现这种行为中通常都隐藏着自卑情结——所选择的配偶要么不可能结婚，比如一个已经结婚的人，要么年纪非常大。所以一旦出现了阻碍，他们的懦弱就会暴露出来。这个女孩只能选择另外一条道路满足自己的优越情结，因为她的优越感在婚姻中没有得到满足。

她坚定地认为，责任是这个世界上最重要的事情。要是摸到了什么人或者东西，她就要再洗一遍手，其实她总是没完没了地洗手。其

实，她不停地洗手，使她的手变得非常粗糙，这样很多脏东西就留在了手上，所以她的手还是脏得不像话。就这样，她变得彻底孤独了。

她认为这个世界上唯一干净的人就是自己，虽然她的各种表现看似属于自卑情结。因为别人不像她那样对洗手非常执着，所以她就会责怪或者批评他人。她总是想着比其他人强，好像在哑剧中扮演自己的角色。她确实比别人强了，不过要通过一种虚幻的方式，因此这个世界上干净的人非她莫属。我们发现，她那种极其明显的优越感，就是由自卑情结转化而来的。

我们在控制欲非常强的自大感中，也能看到同样的现象，有人认为自己自己是帝王或者基督耶稣。他们非常生动地演绎着自己的角色，在生活中处于无意义的一边，在生活外被孤立。我们在追溯他的过去时会发现，他之所以用一种没有任何意义的方式表现出优越情结，完全是因为极其自卑。

有一个住进了精神病院的十五岁男孩的病例，原因是产生了幻觉。这件事发生在战前，他在幻觉中认为奥地利国王死了，说国王给他托梦，让他带领奥地利士兵与敌人厮杀，这当然都是不可能的。报纸上写到国王乘车出行，或者待在城堡里，所以他应该是在胡思乱想。他还是一个又矮又小的孩子，这时候有人让他看报纸。看过以后，他还是认为国王给他托梦，国王已经去世了。

当时，个性心理学正在研究，对于一个人的优越感和自卑感来说，睡前的姿势有怎样的重要作用。很明显，这个男孩的案例对这项研究提供的证明非常有用。有些人睡觉的时候头被被子蒙起来，他们弯着身体，像一只刺猬一样躺在床上。这种姿势说明他们有自卑情结，难道我们要认为他们是有勇气的人？假如一个人的身体挺得非常直，那么我们是不是要认定他在生活中很容易对其他事物表示顺服，或者是一个懦弱无能之辈？就像他在睡觉的时候所展现的那样，他能够展露出自己卓越的能力和崇高的品性，不管这些品性和能力是潜在的，还是流于表面的。长期的观察发现，趴着睡觉的人基本都是喜斗而固执的人。

我们做了一些观察，试图证明男孩睡觉时候的姿势与他醒时的行为有怎样的联系。他总是把两只胳膊交叉放在前胸，这是一种和拿破仑比较相似的睡姿。众人都在照片上看到了这种拿破仑式的睡姿——双臂交叉放在胸前。到了第二天，大家问这个男孩：“你能不能从这

种姿势想到曾经认识的人？”男孩说：“嗯，想到了我的老师。”这是一个令人感到迷茫的回答。不过有人提醒说，说不定这名老师和拿破仑有点像。这名男孩非常喜欢这位老师，也希望成为一名这样的老师，事实果真是这样。不过，男孩被家人送到了餐厅去做工，原因是家里没钱让他上学。餐厅里的所有客人都嘲笑他，因为他个子比较矮，这是一种耻辱，他无法忍受，他想要摆脱。他确实躲开了，只是到了生活中没有意义的一边。

对于这名男孩身上发生的故事，我们现在可以理解了。最开始的时候，他就产生了自卑情结，一位餐厅里的客人总是嘲笑他是小个子。不过他想成为一名老师，他在追求卓越，可是他没能达到这个目标，遇到了一些障碍，只能躲开了，最后来到了生活中没用的一边。他得到这种优越感，不过是在睡觉的时候。

现在我们可以知道，不管是生活中有意义的一边，还是生活中没意义的一边，都可能出现优越的目标。比如说，两种情况可能发生在一个人身上：一是他在吹捧自我；二是他喜欢帮助别人，能很好地适应社会。对于前者，心理学家遇到过很多，自我吹嘘、说大话，是他们的主要目的。比如说一个男孩，他在学校里的表现并不出色。其实他甚至会盗窃或者逃学，品格非常差。但他却总是说大话，自卑情结就是他这些行为的根源。他通过一种虚荣的、无耻的方式，来达到美好的目的。所以，他开始给妓女买花或者各种礼品——用自己偷来的钱。后来，他驾驶马车来到一个小镇上，这个小镇非常远，他在这里找了一辆马车，要六匹马驾驶，他就这样得意扬扬地在镇上晃悠，最后被人抓住了。他想要表现得比现实中的自己更加强大，比任何人都强大，每一种行为都是这个目的。

有人说自己很容易就能成功，犯罪行为中也有类似的特点。纽约的几家报纸在不久以前报道了一个案例，一个小偷潜入了一名教师家，并且和他们展开一场激辩。小偷教育这些妇女，成为一名小偷是非常容易的，但若是做一份老实而又一般的工作，将会遇到很多烦心事。有些人来到了生活中无意义的一边的同时，还产生了一种优越情结，这种情结就是在他选择无意义道路的途中产生的。他认为女人没有他强大，尤其是女人手无寸铁，但他手里却拿着家伙。其实他就是一个胆小鬼，可是他能认识到吗？我们知道，这种人想要摆脱自卑情结，来到了生活中没有意义的一边。他就是一个胆小鬼，可他认为自己不是胆小鬼，而是一名英雄。

还有一些人想要解脱，想要逃离这个世界上的所有困难，最终选择了自杀。他的优越感来自于看轻生命。其实，他们也是彻头彻尾的胆小鬼。我们知道，弥补自卑情结是优越情结的第二个阶段。我们一定要随时找寻这种联系，其实这种联系与人性是一致的，只是看起来很矛盾而已。一旦我们找到了这种联系，就能够治疗优越情结和自卑情结了。

第四章 生活习惯

有两棵松树，一棵长在山顶，一棵长在山谷，如果我们认真观察，就会发现它们的生长状况完全不一样。它们有各自的生活习惯，虽然都属于松树这一树种。山谷中的生长习惯完全不同于山顶上的生长习惯。树的生长习惯，在一定的环境中形成并表现出来，就是树的个性。当我们在研究某种生长习惯的时候考虑到了环境的背景因素，那么就会注意到，这并不同于我们的期望。由此我们可以知道，每棵树并不只是机械地回应环境，它们都有自己的生长习惯。

人也是一样的，我们若想要研究一个人的生活习惯，就一定要关注环境条件。随着环境的变化，人的意识也会发生变化。所以，观察生活习惯与现实环境的直接关系是我们的目标。对于一个处在顺境中的人，我们可能无法清晰地看出他的生活习惯，但如果他处在一个陌生的、困难不断的生活环境里，他的生活习惯就能够非常明显地暴露出来。假如一名心理学家非常有经验，那么就算某个人处在顺境之中，他也能够看清这个人的生活习惯。不过对于普通人来说，要想看到某个人的生活习惯，就只能等他处于逆境中的时候了。

生活里到处都是困难，而完全不是游戏。人们总会遇到困难重重的环境，对于人们遇到困难时所表现出的特别的性格特点和不正常活动，我们一定要进行研究。就像前面说的那样，生活习惯是一个整体，因为在早期生活的困难中，以及追求目标的过程中，它就已经形成了。

然而相比于我们对过去的兴趣，我们对未来的兴趣更加浓厚。我们一定要理解他的生活习惯，才能够理解一个人的未来。假如连这一点都做不到，那么就算是我们把驱力、刺激、本能等因素都考虑到了，那也不能够对未来做出预测。有的心理学家在得出结论时，试图通过关注创伤、印象、本能等一系列因素的方式来得到帮助。不过只要深入地进行观察，就能够发现，这些因素都在说明，某种生活习惯从头到尾都保持一致。所以，无论哪种类型的刺激，所起到的作用不过是“维持”和“保护”某种生活习惯。

那么，我们在前几章里所讨论的问题，是怎样与生活习惯的观点紧密联系起来的？我们已经说过，在面临困难的时候，一些有生理缺陷的人会产生自卑感或者是自卑情结，并因此备受煎熬。而且，这种状态是人们无法长期承受的。因为有自卑的刺激，他们会行动起来，这样就会产生一个新目标。长期以来，个性心理学用“生活计划”这个词来概括这个目标持续的一致性活动，不过因为学生常常对这个名称产生误解，所以我们把它称之为生活习惯。

因为每个人都有自己的生活习惯，所以在对他的未来进行预测的时候，就好像看一场戏的第五幕，可能只是通过让他回答问题，或者观察他与别人的攀谈，就得出了结论。这个过程会暴露出所有神奇和玄奥的东西。因为我们对生活中的各种困难、各种问题、各个阶段都有所了解，所以我们才能够预测未来。对于不同类型儿童将要发生的情况，我们可以通过下面一些事件中的信息和经验来做出判断，比如有些儿童总是让自己远离他人，有的儿童被溺爱，有的儿童要依赖他人，而有些儿童在进入了新的环境时表现得非常迟疑。假如某个人的目标是寻找一个让自己可以倚仗的人，那么他会遇到什么样的情况？在遇到生活中的问题时，他可能会躲避处理问题，也可能表现得踌躇、犹豫、停滞。因为我们已经多次看到过与之相似的情况了，所以能够明白他的这些行为。他希望被人宠爱着，不愿意自己一个人前进，他想和生活中的重大问题离得远远的。他让自己忙于那些根本没有意义的事情，而不是想着去为了有意义的事情而奋斗。他缺乏社会兴趣，所以最终成了一名罪犯、一名神经病患者、一名问题儿童，甚至会为了彻底解脱而选择了自杀这条路。我们在过去也了解这些情况，不过我们现在了解得更加透彻。

比如，我们已经知道可以用正常的生活习惯为标准，来研究一个人的生活习惯，还可以在研究正常外的变化形式时，以社会适应良好的人作为标准。

对生活习惯的理解

现在我们应该解释一下明确生活方式、生活习惯的方法。另外，我们还要在正常生活习惯的基础上，认识各种特别的和错误的生活方式，说不定我们可以从中受益。不过我们首先要提出，我们在划分各种人的类别时，不应该使用这种研究方式，然后再对这个问题展开讨

论。我们之所以这样做是因为，就像不能发现同一棵树上有两片完全相同的树叶一样，也不可能找到两个完全相同的人，因为每一个人都有自己独特的生活习惯。要知道大自然是非常多样的。我们很难统计出错误本能和刺激的可能性，所以也不可能找到两个完全相似的人。因此在说到分类的时候，我们只是为了更加方便才归纳出相似之处，这是一种明智之举。我们可以提前设定一种简便的分类，比如归纳出某个类别，然后研究这个类别的独特之处，这样我们的判断就会更加准确。不过，如果我们真的这样做，那么我们所使用的划分方式，应该是有助于解释某种特别的、相似的类别的，我们不应该总是使用同样的分类方式。有的人在对待划分和类别的时候非常严谨，一旦某个类型能够容纳某种人的特点，他就绝对不会想到另外一个类型也能够容纳。

为了能够解释得更加清楚，我可以举一个例子。比如，当我们说到某种类别的人不适应社会的时候，我们说的是他生活比较孤独，对人生、对社会都没有任何兴趣。虽然这种方法也可以划分人的类别，而且还可能是最重要的方法，不过我们很容易发现，在认识每一个个体的时候，有些人的兴趣总是集中在视觉事物上，不管他这些兴趣是怎样有限，而另外一些人的兴趣却集中在口头事物上。所以我们知道，虽然这两种人都能够适应社会，但他们却是完全不同的。在这两者之间，我们很难建立起一定的联系。如果我们没有认识到使用这种抽象的方法，只是为了在划分类别的时候更加简单，那么这种划分方法可能会导致混乱。

正常人是我们的衡量变化形式的标准，所以我们现在要讨论正常人。对于在一个社会中生活的正常人的个体，他们的生活模式的适应性非常强——暂且不论他的愿望是不是与他所得到的好处相一致——这就使得他们能够从自己的工作中得到某些好处。从心理学的角度来看，在面临各种各样的困难和障碍时，他有充足的勇气和精力去解决。不过，在有心理疾病的人身上，我们完全不能发现这两种能力。他们不能在心理上调节自我以和每天生活中的任务和工作相适应，也不能够和这个社会相适应。

我可以拿出一个病例作为例子。这是一个男人的例子，他三十岁左右，面对问题时他总是在最后一刻选择逃避。他有一个朋友，不过他总是担心，觉得两人之间的友谊很难长久。对于发展友谊来说，这些因素都是不利的，因为有一方总是处于紧张的状态。因此他必然没

有真正的朋友，有的只是能够和他打招呼的人。他不能适应与别人交朋友，也对此不感兴趣。其实他和别人在一起的时候总是静默不语，他根本就不喜欢和别人打交道。我们可以对此做出解释，他和别人在一起的时候，根本就没有什么话可以说，因为他完全没有自己的观点。

另外，他还是一个非常害羞的人。他说话的时候总是脸红，可如果害羞的情绪被克服，他讲话的时候也不错。不过对于这个问题，他需要的不是别人对他的批评，而是别人的帮助。所以，他的朋友们都不可能喜欢他紧张、畏畏缩缩的样子。他对此也有所感受，所以对说话就更加憎恶了。我们可以肯定，他的生活习惯就是，在与别人接近的时候总是关注自己。

在交往问题和社会生活问题以外，他还面临职业问题。在这方面，这位病人总是担心自己不能完成工作，所以他没日没夜地学习，把自己弄得非常紧张，而且又很疲惫，最终不得不辞职。

如果将他对待生活中的两种错误的态度进行对比，我们就可以发现，他一直都处于焦虑的状态中，这说明他的自卑感非常严重，他对自己的评价过低，而且认为新的环境和别人都是非常不友善的。所以，从他的各种行为看，都让人感觉到似乎他所处的环境对他有敌意。

对于这个人的生活习惯，我们此时已经有充足的材料来刻画。我们可以发现，他在恐惧的同时，又总是表现焦虑紧张、拘束，另外他也希望自己能够进步。让他向前走一步需要满足一定的条件，不然他宁可永远和这些令人厌烦的交往保持距离，或者是干脆在家里待着。

他遇到的第三个问题是婚恋问题，大多数人在对待这个问题的时候，所做的思想准备都是不足的。在和异性交往的时候，他也总是表现得很迟疑，他认为自己内心想要结婚或者是谈恋爱，可是又不敢面对自己的未来，因为他的自卑感非常严重，他希望所有的事情都能够符合自己的心愿。我们可以用一个转折句来描述他所有的态度和行为：“是的……不过……”他竟然能够同时与两个女孩谈恋爱，不过这种事情对于神经病患者来说是经常存在的。因为从某种程度上来说，这两个女孩还不如一个女孩，很多一夫多妻的喜好都可以通过这个事实来解释。

现在我们可以探讨这种生活习惯是如何形成的。个性心理学的目标就是分析生活的习惯，一个人的生活习惯在他四五岁的时候就建立起来了。这个时候的某些悲惨事件可能使他的一生都会受到影响。对于这样的悲惨事件，我们一定要找出来。我们可以发现，他之所以失去了对人的正常兴趣，可能是因为某些东西在他的心灵上留下了痕迹。他认为与其面对生活中的困难，还不如直接撤退为好，因为生活中的问题非常严重。所以他就变得懦弱、谨慎，总是要想个办法逃避。

他可能是第一个孩子，这个问题一定要提出来。我们前面已经说过，第一个孩子的意义非凡。我们已经提到，这种情况下的第一个问题是，他一直都是大家关注的中心，而且这种情况保持了很多年。不过现在另外一个受宠爱的人取代了他光荣的地位。我们可以发现，由于别人得到了更多宠爱，所以很多害怕前行或者是害羞的人，都有这种倾向。可见，我们已经很容易地发现这种病例的问题所在了。

在大多数情况下，我们只要问病人一个问题：“你是家中的第一个、第二个还是第三个孩子？”然后我们就会得到自己需要的资料了。不过我们还可以用另外一种完全不同的方法，对病人的早期记忆展开盘问，我们在下一章会占用一定的篇幅来讨论这个问题。我们所说的原型是早期生活习惯的一部分，原型就是这种最早的图像或者是早期的记忆形成的，所以这种方法非常有价值。如果某个人把他自己的早期记忆讲出来，我们就能够发现，人性中的真实部分便包括这些内容。我们现在可以回想一下，所有人都可以对一些重要的事情保持着记忆，另外有些不重要的事情也存在于记忆中。

有些心理学派的假设正好相反，他们认为最重要的事情是已经忘记了的事情。不过其实这两种观点的区别并不是特别大。一个人可能不知道记忆中的事对他有什么意义，也不知道他的行为和这些记忆之间有什么关系，但他仍然能告诉我们，这些事还在他脑子里记着。可见意识中的一些记忆的含义已经被忘记了，或者是被隐藏起来了。不管我们怎么样强调这种遗忘或者隐藏，都要重视被遗忘的记忆的重要性，所得出的结论其实是一样的。

对早期记忆的描述，哪怕是少量的，其透视度也非常高。我们可以通过这些记忆发现一个人的生活习惯。有些人可能会告诉你，在他小时候，妈妈总是带着他和弟弟去市场。他说到了他和他的弟弟，那我们就应该知道，他的弟弟对他来说一定很重要。另外，如果我们进

一步引导他，他可能会想起下面这些事：没多长时间就下雨了，母亲把他抱了起来，可是当母亲看见他的弟弟时，就把他放下，然后去抱弟弟了。在这样的描述中，我们能够发现他的生活习惯——他认为有一个比他更受宠爱的人存在。所以对于他和别人相处的时候不说话的特点，我们就能够做出解释——他总是在到处观察比他更受欢迎的人到底都有谁。朋友的问题上也是这样的，他总是担心自己的朋友会有其他喜欢的人，最终的结果就是他没有一个真正意义上的朋友，而且永远都是如此。总是有一些小事能被他用来说破坏友谊，因为他的猜疑心太重了。

另外，我们还可以找出他的社会兴趣发展是怎样被他经历的悲惨经历阻碍的。他曾经回忆起母亲抱起了他的弟弟。我们从这件事中可以发现，他已经感觉母亲对弟弟的关注更多了。既然他已经有了这种认识，那么他就要验证自己的想法，所以他会不停地寻找一些证据。他总是非常焦虑，因为他完全相信自己想得没有错。他总是感到非常困扰，因为他要去努力，而别人却更加受宠。

让他完全孤立是这种多疑的人唯一的出路，所以他要成为这个世界上的唯一，让他尽量避免和其他人去竞争。有的时候，孩子可能会产生某种幻想：这个世界只剩下他一个人了，整个世界都已经坍塌了，所以不会有人来与他争夺宠爱。他在寻找能够让自己得救的所有可能，不过他所走的道路却是虚假的、没有逻辑的、与常识相违背的。这条路线就是猜疑的道路。他生活在自己的世界里，这个世界非常狭小，他一直都在想着逃跑，他对别人不感兴趣，也与别人没有联系。其实他只是个不正常的人，我们不应该指责他。

修正生活方式

我们的目标就是，让这些人的社会兴趣能像正常人那样，能良好地适应社会，不过我们应该怎么做呢？其中最大的困难就是，对于这种人来说，他们总是过于焦虑，而且为了证实自己一直坚持的想法，总是在不断地寻找证据。他们的想法已经完全被先入为主的观点占据了。如果我们不改变这种状况，就根本不能让他们观念发生扭转。我们一定要拥有某种技能和技术，才可能达到这个目的。医生对病人的兴趣不能太大，两者的联系也不能太密切，这就是最好的办法。因为假如医生对病历有了直接的兴趣，那么医生就会发现是因为自己的

兴趣，才会关注这个病人，而不是因为病人的利益才去关注。另外，病人可能会因此变得疑心重重，因为他并不会注意到医生的反应。

使病人的自卑感减弱是关键之所在。自卑感是不可能完全消除的。另外，因为自卑感是激发某种奋进的基础，所以我们也不希望自卑感完全被清除。改变目标是我们一定要做的。因为我们已经发现，他（病人）在他人受到喜欢和欢迎的时候，才会以躲避目标为自己的目的。这是一种观念情结，我们一定要告诉他，他对自己的评价过低，这样他的自卑感才能够减弱。他的做法中经常有一些和常理相违背的地方，我们一定要向他说明。他感觉随时都会受到侵害，总是处于危险的境况中，时时都在提防。我们一定要解释，他实在是过于紧张了，世界上没有那么多的危险。另外，我们也要告诉他，阻碍他给人留下最好的印象、让他不能够做好工作的障碍物，就是他担心别人更受欢迎。

在社交场合中，某个人能够很好地接待自己的朋友，做好主人的角色吗？想到朋友们的利益和兴趣，他能够在一段时间内非常快乐，他的境况就会得到很好的改善。不过这种情况在平时的生活中却变了样。我们可能会发现他没有什么想法，也不能享受快乐，最后只是说：“他们不能让我产生兴趣，也不能让我高兴起来，他们简直是一群蠢蛋。”

他的问题是，他的常识和个人智慧非常缺乏，使他不能够理解事情。他就像我们说的那样，过着一种与别人脱离的生活，他总是感觉四面都是敌人，只剩下自己这一头狼。这种生活在人类的环境中是变态的，也是非常可悲的。

还有一个比较具体的例子，也就是抑郁病人的例子，我们现在就来研究这个问题。抑郁这种疾病非常普遍，而且是可以治愈的，一般在患者年幼的时候就能够发现。其实我们已经发现很多儿童在来到一个新的环境时，都表现出一定的抑郁症状。现在我们说的这个病人大约发病了十几次。他一换新的工作就会发病，不过如果他一直在某个位置上待着，就会完全正常。他希望能够统治别人，但却不想进入社会，最后到了五十岁还没有结婚，而且也没有朋友。我们应该了解一番他的童年时代，然后才能对他的生活习惯进行研究。他从小就争强好胜，而且非常敏感，总是强调自己的虚弱和苦难，所以他的姐姐和哥哥都听他的话。在他四五岁的时候，有一次他在床上玩，把他的哥

哥哥姐姐们全都推到了床下。因为这件事，他的姑妈把他训了一顿。他的回答是：“现在我的整个生活都要崩溃了，都怨你责骂我。”

他总是在埋怨自己所受的苦、自己的虚弱，而且还希望能够操控别人，这就是他的生活习惯。在他后来的生活中，这种性格特点让他变得抑郁，其实抑郁症是懦弱的表现，而不是其他什么东西。所有的抑郁症患者基本都会说同样的话：“我什么都没有了，我的整个生活都瘫痪了。”因为这些人一直都被娇惯着，所以在出现反差时，他的生活习惯自然就会受到影响。

不管是人类还是动物，对环境的反应都是非常相似的。所有的人对环境的反应都是一样的，但一只兔子、一只狼或者是一只老虎对环境的反应却是不同的。有人曾经做过一个实验，把三个男孩带到了狮子笼子前面，观察他们第一次看到这种恐怖的动物时会有怎么样的反应。第一个男孩说：“咱们回家吧。”然后转过了身体。第二个男孩表现得非常勇敢，他说：“真有趣。”不过说话的时候却在颤抖，其实他是一个懦弱的人。第三个男孩说：“我真想往它身上吐唾沫，可以吗？”在这个案例中，我们看到在同一个环境中的三种态度是不同的，三种反应也是不同的。另外，我们还发现，恐怖是大多数人都具有的特点。

在社会环境中，这种恐惧也会表现出来，恐惧基本是社会适应不良的原因之一，而且也是最频繁的原因之一。有一个人总是希望倚仗别人，自己从来不努力，因为他出生在一个社会地位很高的家庭。他肯定找不到工作，因为他变得非常懦弱。后来他家里的环境变差了，他的兄弟就告诉他：“你竟然找不到工作，实在太笨了，你真是什么都不懂。”后来这个人开始大量饮酒。几个月以后，他就变成了一个彻头彻尾的酒鬼，后来又在监狱里度过了两年。他的监狱生活对他是有利的，不过他又回到社会中去了，而且没有任何准备，所以这种有利不是永久性的。虽然他出生于一个声望很高的家族中，可他还是找不到工作，只能出卖自己的劳动力。没多长时间他就产生了幻觉。他认为自己不能够找到工作而成为别人的笑料。最开始他是因为酗酒才找不到工作的，后来却是因为幻觉而找不到。所以我们可以得出结论：我们让一个酒鬼找到自己的错误生活习惯并修正，单纯地让他清醒并不能解决问题。

我们在调查中发现，这个人小的时候就总是希望别人能够帮他，因为他是在溺爱中长大的。对于从事一份独立的工作，他的准备完全

不充足，所以这个结果应该是我们能够预见到的。我们一定要让所有的儿童都有独立性。只有通过这个办法，才能够明白他们生活习惯中到底有哪些是错误的。至于上面说到的这个男孩，我们应该训练他开始某些活动，这样他就不会在自己的兄弟姐妹面前有羞愧感了。

第五章 早期记忆

我们已经分析过个人生活习惯的重要性了，现在我们要分析早期记忆。我们发现，相比于其他方法，记忆是最为有效的揭示原型生活习惯的方法。对于了解生活习惯来说，回忆童年时代的记忆是最重要的方法。

不管是儿童还是成年人，想要找到他的生活习惯，就都应该听取他的埋怨，然后盘问他的早期记忆，最后来验证他说到的其他事和这些早期记忆是否相符。

生活习惯在大多数情况下都不会发生变化，一个人永远都是同一个整体，他总是保有同样的特点。生活习惯建立在某个人追求优越的目标并为之努力的过程中，就像我们说的那样，完整行动路线的有机组成部分，应该包括他的每一种感情、每一种行为以及说的每一句话。相对于在其他地方的表现，行动路线在上面例子中表现得更加清楚，尤其是在早期的记忆中。

不过我们不应该彻底区分出新记忆和旧记忆，因为新的记忆仍然和行动路线有关。不过，我们可以在人生的开始阶段发现一些问题，探究出一个人的生活习惯为什么不会发生变化。所以，从这个阶段去寻找行动路线更加明显而又清楚。我们发现，现在的行为和过去的记忆也存在某种关系。生活习惯在一个人四五岁的时候就开始形成。所以，在做了这些观察以后，我们还是要坚持这个理论。我们要想找到患者原型中的某个真实组成部分，就可以从他的早期记忆入手。

我们可以确定，当病人在回忆过往的时候，他的情感兴趣都表现在记忆中的事上。所以我们可以找到一条线索，进而研究个性。我们一定要承认，对个性和生活习惯来说，曾经忘掉的经历也是一样重要的。不过要找出这些无意识的记忆，也就是忘记的记忆，一般都非常困难。不管是无意识的记忆，还是有意识的记忆，都有一个共同特点：两者都是完整人生的一个部分，都为了一个优越的目标。如果有可能，我们最好找到这两者，因为它们最终都是同样重要的。在一般

情况下，个体不太了解这两者。只有旁观的人才会去了解和解释这两者。

我们可以先讨论记忆。当问及一个人的早期记忆时，他可能会说：“我根本就不记得了。”我们一定要让他集中注意力，认真回忆，再经过一番努力之后，你可能会发现他们还是记得有些事情。不过，他们好像是不太愿意回忆起童年的事，所以就会表现出迟疑或者拖沓。由此我们可以发现，他们有一个不快乐的童年。我们一定要引导他们、暗示他们，最后让他们想起一些事情，这样才能够找到我们所需要的材料。

有的人说就算自己一岁时候的事，他也能够记得起来，其实这种可能性非常小。实际情况可能是，这些记忆不是真实的，只是他们想象的。不过真实的记忆和想象的记忆，都是一个人人格的组成部分。不管这份记忆是否真实，都是不重要的。有的人坚持认为一些事情是父母告诉自己的，不是自己想起来的。就算是父母告诉的，他们也能够记在心里，所以不管是不是他父母告诉的，这都不重要。对于我们了解他们的兴趣来说，这些也能够提供帮助。

记忆的形式

为了某种目的而对人做出划分，其实这种方法是非常便捷的，我们在上一章已经提过了。早期记忆的划分，能解释各种特别类型的人应该有怎样的行为。比如，有这样一个人，他曾经记得一棵圣诞树，说这棵圣诞树光彩艳丽，树上挂满了糖果、节日礼物、彩灯。这里面有什么有趣的事情呢？他肯定曾经看过这一幕，这就是有趣的地方。他为什么要告诉我们他曾经看过一棵圣诞树？因为他感兴趣的事情都是视觉事物。他可能遇到了视觉上的困难，并始终与之做斗争，同时在有意识的训练下，他开始关注起观看事物，并对此产生了兴趣。这并不是说，他生活习惯中最重要的要素就是观看事物，这只不过是有趣而又重要的一个部分。我们由此可以得知，假如让他从事某项工作，那么他可能会选择要使用眼睛的工作。

这是一种关于类别的原理，不过学校对儿童的教育却经常忽略这一点。我们发现，对视觉感兴趣的儿童总是想看些什么东西，而且不喜欢听课。如果要教育这样的儿童，那么就一定要耐心地告诉他们应该使用听觉。很多孩子在学校里都对某一种感官的活动表示出兴趣，

所以在这一方面他们得到了教育。有的儿童可能在视觉或听觉方面比较擅长，有的儿童则可能喜欢工作或者是运动。我们并不指望同样的现象出现在三个不同类别的儿童身上，尤其是在某种教学方式比较受到老师偏爱的情况下。比如，某种教学方式对比较喜欢听觉的儿童有利，那么一旦这种教学方式被使用了，那些喜欢活动、喜欢视觉的儿童，就会感觉到不舒服，这种教学方式甚至会阻碍他们的发展。

我们可以举一个例子来说明。有一个年轻人，他现在二十四岁，患有偶发性的晕厥症，当问到他的早期记忆时，他说他曾经听到火车的汽笛声而昏倒，而他那个时候才四岁。也就是说，他曾经听见某种声音并对听觉产生了兴趣。我们在这里只需要了解他在小时候曾经对听觉非常敏感就足够了。我们没有对他后来是怎样患上偶发性晕厥症做出解释。他的音乐素质一定非常高，因为他对刺耳的声音、不和谐的声音和噪声都无法忍受，所以他对汽笛的反应非常大，这没有什么大惊小怪的。不管是成年人还是儿童，都因为受到某种痛苦而对此感兴趣。前面的章节里提到一个患气喘病的人，读者应该还记得他童年的时候，曾经因为某些事而被紧紧地绑起来，所以肺部受到了压迫，最后呼吸方式让他产生了特别的兴趣。

读者还可能注意到，有些人仅对食物感兴趣，那么饮食一定和他的早期记忆有关。在他们看来，吃是这个世界上最重要的事，不管是吃什么或者不吃什么。我们经常发现，在这些人的早期生活中，他们遇到了与吃有关的困难，所以他们非常注重饮食。

我们下一个要讲的例子与走路和运动有关系。我们发现，有的儿童患有软骨症或者是非常虚弱，他们在最开始的时候行走不灵活，所以他们总是想要走得快一些，走路让他们产生了接近于变态的兴趣。对于这方面，以下例子可以给出充分的证明。有一个男人到医生那里去抱怨。这个男人已经五十岁了，他说自己只要和别人一起穿过马路，就总是感觉两人都可能被汽车撞上，他非常害怕。不过如果他一个人穿过马路，他就会感觉非常坦然，从来没有害怕过。只要和别人一起穿过马路，他就抓住对方的手臂想要拯救那个人，一会儿把对方推到右边，一会把对方推到左边，最后对方就被他惹火了。虽然这并不是非常常见的例子，但我们偶尔也会遇到。对于这种愚蠢的行为，我们要分析一下到底是什么原因导致的。

当我们唤起他的早期记忆时，他说他曾经走路不顺畅，大约在三岁时，他患有软骨症（也就是佝偻病），曾经有两次在过马路的时候

被碰倒。现在已经是成人了，不过他要向别人证明这一弱点已经被克服了，这对他来说非常重要。我们可以说，他想要证明能够穿过马路的人只有他自己。不管是什么时候，只要他与别人一同穿过马路，他就要证明这一点，所以他抓住每一个机会。很明显，对于大多数人来说，穿过马路是一件非常平常的事，所以根本就没有与人争个一二的必要。不过对于这种病人来说，这是一种非常强烈的欲望，包括想要行动的欲望，以及彰显自己行动能力的欲望，他要向别人显摆自己有这样的能力。

我们再举一个例子，这是一个罪犯。这个男孩已经也走上了正途，他以前曾有逃学、偷窃等不良行为，甚至他都让父母感到绝望。他的早期记忆都是东奔西跑、四处游荡。不过，他现在与父亲一同工作，一坐就是一整天。从这个例子中，我们可以发现，让他成为一名推销员，为他父亲的企业而往外奔走，就是治疗的方法之一。

记忆的内容

童年时期对于死人的记忆，是早期记忆内容中最为重要的一部分。如果儿童看到某个人死了，他们的心理将会受到非常明显的影响。这名儿童有发展成变态的可能，当然也可能没有发展成变态。不过他可能因为这件事而一辈子都研究死亡，甚至会为了与疾病和死亡做斗争，而倾尽所有的努力。我们会发现，在孩子后来的生活中，他可能会成为化学家或医生，也就是说他们会对医学感兴趣，他想帮助别人与死亡斗争，而不只是自己一个人与死亡斗争。也就是说他们的目标用在了生活中有意义的一面。然而有些时候原型也会变得非常自私，有一个小孩受他姐姐的影响非常重，有人问他以后想要做什么，如果他说当一名医生，那确实符合大家的希望。不过他的答案却是：“我想当一个挖坟的。”大家又问他为什么想做这个。他说：“我不想被别人埋，但是我想埋别人。”由此我们可以知道，这名小孩只关心他自己，他的目标放在了生活中没有意义的方面。

有时候，一个人在某方面的兴趣要比其他方面更加浓厚。比如，有一个孩子说：“有一天，我负责看管我的妹妹，我把她放在了桌子上，可是她被桌布钩住了。虽然我想仔细照顾她，但她还是摔下来了。”当时她只是一个四岁的孩子，对于一个四岁的孩子来说，想要照顾一个更小的孩子，显然她的年龄还太小。由此我们可以知道，对

于这个孩子来说，虽然她企图想方设法地保护好自己的妹妹，但这件事无疑是一出悲剧。她成年后嫁给了一个非常友善的丈夫，其实这个男人可以说是非常乖顺。可是她总是那么尖酸刻薄，认为自己的丈夫会厌弃自己。我们可以想象得到，她一定会在孩子身上投入自己的感情，因为她会认为自己总被丈夫厌弃。

有些时候我们能够清楚地看到一个人的紧张。有的人可能还记起他曾经想伤害或者是杀掉家庭中的一些成员。其实这些人只对自己的事情感兴趣，他不喜欢别人，对别人有些排斥，而且还充满了敌意。其实在原型的阶段，这种情感就已经存在了。

对于这种类型的人，我们也可以举一个例子。这个人从没有任何成就，因为他总是担心别人在努力超过他。不管是同事关系还是朋友关系，他都害怕别人更受欢迎。这种想法使得他永远都无法融入这个社会，他在任何一个职位上都表现得非常焦虑，尤其是婚姻和爱情方面。

就算我们不能完全治愈这样的人，但也可以通过早期记忆的研究，使他们得到一定的发展。

我们在另外一章提到了一位男孩，这就是我们治疗措施的实验对象。有一天他的母亲带着他和弟弟去了市场。天下雨了，他被母亲抱了起来，后来母亲注意到了他的弟弟，就把他放下来，转而去抱起他的弟弟，就这样他感觉母亲更加喜欢弟弟。

就像我们说的那样，如果我们能了解到这些早期记忆，就能够发现，在以后的生活中，病人会遇到哪些事。但我们一定要记住，早期记忆只是暗示，而不是原因。早期的事件以及由此发展产生的早期记忆，说明了需要克服哪些问题，才能够达到指引的目标，也能够解释为什么一个人对生活中的某部分比其他部分都更加感兴趣。比如，他可能在性的方面受到了一定的伤害，也就是说，他在这方面的兴趣要比其他方面更甚。如果问到他的早期记忆，听到一些和性有关的事情，我们不应该感到大惊小怪。有的人在自己很小的时候，就发现自己对性特征的兴趣超过其他。人类的正常活动包括对性感兴趣，不过这种兴趣表现为很多方面，就像我们前面说到的那样，其表现程度是不一样的。我们可能经常看到这种情况，那些对我们提起性记忆的人，在后来的生活中也向这个方向发展，最后因为他过分强调人类生活中性这一方面，所以他的生活不太如意。有人认为最重要的器官是

胃，而有的人认为性是所有事情的原因。我们发现，在这些事例中，后来的性格特点与早期的记忆有一定的关系。

被娇惯的儿童和被敌视的儿童的记忆

有些孩子从童年时期开始，一直被娇惯着长大。现在我们来研究这类孩子的早期记忆。早期记忆非常清晰地表现出一个人的性格特点，其功能类似于一面镜子。有的人经常提到自己的母亲，这其实隐隐表明他必须为了自己想要的位置而去奋斗，虽然提起母亲是一件再正常不过的事。分析早期记忆非常有必要，虽然有的时候它看起来并没有什么可在意的。比如，有一个人说：“我妈妈站在橱柜旁边，而我一个人在房间里。”这时他提到了自己的妈妈，这是一条非常重要的信息，虽然这件事看起来很平常。有的时候，越是隐晦地谈到母亲，事情就越复杂，所以我们应该猜一猜关于他母亲的事。假如被问到的人告诉你：“我记得一次旅行。”那么你就应该问他：“和谁在一起？”他的答案可能是：“和我妈妈在一起。”假如我们从一名儿童那里听到：“我记得有一年夏天，我在某一个地方的某个乡村。”这个时候我们可能就猜到，这名儿童和母亲在一起，但是他的父亲却在城里工作。所以我们可以问他：“你和谁在一起？”这样我们就能发现他母亲的影响是潜在的。

我们能够发现，研究这些早期记忆的时候，会看到一种为了争夺关注而努力的特点，这时我们就可以开始研究，在一个儿童长大的过程中，他是如何在意母亲的喜爱的。我们在研究这个问题的时候会发现这一点很重要，因为如果一个成人或者是儿童告诉你他还记得这些事，我们就能够肯定他感觉别人更受喜欢，或者感觉自己遇到了危险。这种焦虑越来越明显，并占据了他心中的重地。这说明这些人在以后的生活中，他会有很重的嫉妒心。

比如有一个男孩，人们始终难以理解他到底是怎么考上高中的。他不想坐下来学习，而是不断地到处活动，甚至他的老师都在怀疑他到底在做什么。这个男孩总是占用应该学习的时间去朋友那里，或者是去咖啡馆。对他的早期记忆进行检查是非常有意思的。他可能会说：“我记得我在摇篮里躺着的时候，盯着墙壁看，我看到墙上贴着墙纸，墙纸上印有各种图案还有花朵。”这说明他一出生就不适合参加考试，只适合在摇篮里躺着。因为他总在研究其他事情，无法集中

精力学习。他总是想着不太可能实现的事情，比如一次抓到两只兔子。由此我们可以得知，这个孩子无法独立工作，他是一个被溺爱的孩子。

现在我们来研究被敌视的儿童，这是一种非常极端而又少见的类别。假如在一名儿童在最开始生活的时候，就总被别人敌视，那么他可能会中途夭折，很难活下去。一般来说，在某种程度上，孩子们的父母和保姆都会满足他的愿望，会溺爱他。但是，被敌视的儿童基本都是被抛弃的婴儿、犯罪分子的孩子或者是私生子。我们经常发现这些孩子变得压抑、颓废，被人敌视的感情经常出现在他们的早期记忆中。比如，有人曾说：“在我逃跑之前，我母亲一直责怪我、打骂我，她往我的屁股上打。”他逃跑的时候，还差点被淹死。

这个人认为自己一定要在家里待着，于是去请教心理学家。我们从他的早期记忆中可以得知，他有过外出的经历，并且遇到了危险，他的大脑永远记下了这一幕，所以在外出的时候他总是会担心出现某种危险。这个孩子非常聪明，但是却害怕自己不能在考试中取得第一名，并且总是迟疑，很难进步。他终于上了大学，但是又害怕不能通过要求的方式与他人展开竞争。他早期关于危险的记忆都和这些事情有关。

还有一个关于孤儿的例子，在他一岁的时候父母就死了，他患有佝偻病，后来进了孤儿院，在那里没人关心他，他得到的照顾也不好。他在后来的生活中非常不擅于与同事和朋友打交道。我们发现，他在回忆这些事情的时候，总是感觉别人比他更受欢迎。在他的个人发展中，这种感觉的作用非常重要。他总是感觉别人在敌视他，这对他接触各种问题是一个障碍。他感觉一定要与其他人亲密地交往，才能够解决事业、友情、婚姻、爱情等问题，可是他的自卑却使他被生活中的所有境况和问题排除在外。

还有一个例子非常有意思，这个男子总是埋怨自己失眠。他是一个已婚中年男人，四十六到四十八岁，有孩子。他对别人很刻薄，总是想操控他人，简直像一个专制的暴君，尤其是对家里人，最后大家都对他感到非常厌恶。

当问到他的早期记忆时，他说他的父母总是不断吵架，甚至连威胁、动手都是家常便饭，所以他感到非常恐惧。上了学以后也没人管他，他总是邋里邋遢的。有一次他的老师没有上课，另外一名女老师

来代了这节课，这位女老师对她自己的工作非常自信，而且还很热情，认为自己在从事一项崇高而又理想的工作。在这个被敌视的孩子身上，她看到了某种可能，所以就鼓励他。而对他而言，被如此友善地对待，还是第一次。自那以后，他就开始变得积极，不过好像是因为有别人的推动才成长的。他没日没夜地工作，就是晚上也会熬到半夜，他非常确信自己能够变得优越。自此他开始习惯于只用半个晚上睡觉，剩下的时间全都用来工作，整个晚上都在想自己要去做什么，甚至根本不睡觉。最终，他认为要想取得某种成绩就一定要通宵工作。

我们发现他在后来有优越的欲望，体现在对家人的行为以及对家庭的态度中。因为他的家人都没有他强大，所以在家人面前，他似乎成为一名独裁者。不管是妻子儿女，都不得不忍受他的种种行为。

我们可以对他的性格做出整体性的评价，我们认为他有着优越的目标，是一个自卑感非常强烈的人。那些比较焦虑的人也有优越的目标，他们自认为自己能取得成功，其标志就是紧张。同时优越情结掩盖住了他们的自我否定，并且优越情结只是一种优越的姿态而已。研究早期记忆，能够把这种情结的真实面目发掘出来。

第六章 表现性活动和姿态

至于怎样使用早期记忆和幻想来说明一个人平常的生活习惯，我们在上一章已经重点解释过了。不过个性研究方法有很多种，这只是其中之一。这些方法都借助于用单独的部分去解释整体的原理。我们不但可以观察早期记忆，同时也可以观察各种姿态和活动。我们所说的生活习惯就是一个人总体的生活态度，而姿态正好能够反映一个人的生活态度，活动则体现或者是存在于姿态中。

表现性活动

身体活动是我们第一个要讨论的。大家都知道，一个人的动态、站姿、行姿、谈吐，会决定我们对他的评价。虽然我们未必总是有意识地去评价一个人，但我们的厌恶或者是同情感永远都是从这些印象中产生的。

站姿

当我们提到一个人的站姿时，一定会想到成年人或者儿童，是弯腰驼背地站立，还是非常笔直地站立。有些夸张的姿态是我们要特别关注的，假如一个人站得非常直，而且直得过分，那么我们就要怀疑他是不是为了呈现出这种站姿用了很多力气。从此我们就可以看出来，他所表现出来的雄伟，是不是比他感觉的或者是真实的样子多很多。我们能够从中发现他是不是有优越情结作祟，虽然这一点无足轻重。他是否想要更多地表现自己，或者是表现得更加勇猛一些。其实他本来也能表现成这样，就算不是那么忐忑。

另外，站姿还有完全相反的表现，比如非常颓靡、弯腰驼背。这些表现在一定程度上说明他们是软弱之人。不过我们这门科学和艺术的原则是慎重，所以我们还要去寻找其他的证据，仅是通过这一点来考虑事情那还不够。就算是我们相信自己绝对不会出错，那么为了证明我们的推断，也希望能在其他方面找到证据。我们会问道：“假如

弯腰驼背的人处在艰难的环境中，他们将要做什么？他们是不是基本都非常软弱？”

倚靠

我们在研究倚靠姿势的过程中可能会发现，有些人总想靠在一张椅子或者是一张桌子上，总之要有个依靠的东西才好。他们希望别人能够支援他，对自己的力量缺乏信心。和站立的姿势及弯腰驼背的姿势一样，这也反映出某种心理。这时我们会发现，在某种程度上这两种姿态的存在验证了我们的推断。

我们会发现，那些独立性比较强的儿童，和想要得到保护的儿童，他们的姿态是不一样的。我们从一名儿童站立的姿态，以及他与别人接触的姿态中，可以发现他在多大程度上是独立的。我们有足够的可能性去验证我们的结论，所以对于这一点，我们并不需要太多怀疑。一旦证明了我们的推断，我们就应该把孩子引到正途，着手挽回他的错误。

我们可以做一个实验，这个实验针对那些特别希望得到保护的孩子。我们让孩子的母亲在一张椅子上坐好，然后让他来到房间里，这时我们就发现这名孩子直接来到了母亲那里，根本不会看其他人，接下来他会靠着母亲或者是倚在椅子上。我们猜想他可能需要别人的帮助，并从他的行为中得到了验证。

因为一名儿童的社会以及社会秩序适应程度，都可以通过他怎样与外界交往中表现出来，所以观察一名儿童与外界的交往也非常有意思。假如有一人不太合群，而总是独来独往，那么在其他时间，他可能会很少说话，表现得非常冷漠、矜持，甚至基本不说一句话。

近与远

我们发现一种相同的现象出现在上面所有的情境中。因为每个人都是一个整体，所以在对生活做出反应的时候，也通过整体的方式反应。我们可以举一个例子，这是一名来看医生的妇女，医生猜测她会坐在距离自己最近的位置上，可是当医生让她坐下的时候，她却看了看四周，然后在距离医生很远的位置坐下了。我们由此可以推断出，

她只想和一个人发生联系。她说自己结婚了，我们由此可以推断出她的性格。我们可以发现，她希望得到丈夫的宠爱，只想和丈夫一个人在一起。假如只有她自己一个人，她会感觉非常焦虑。她会遵循丈夫的要求按时回家，她不认为结交朋友是有趣的，而又永远不想一个人出门。总之，从她身体的某个动作中，我们能够对她的整体行为做出猜测，但是验证我们理论的方法还有其他形式。

她可能会对我们说：“我正在承受着焦躁的痛苦。”不过，至于这句话的意义，谁都不能理解，除非她知道这种焦躁能够操控一个人，或者成为一种武器。假如一名成人或者一名儿童患有焦虑症，那么我们可能想到有人给他们提供帮助。

曾经有一对夫妇说，他们是自由的思想者，在婚姻关系中，只要他们没有隐瞒对方，那么就可以为所欲为。假如丈夫总是出去寻欢作乐，并且告诉了妻子，妻子就会表现得非常满意。不过后来妻子不愿意一个人出门，一定要有丈夫的陪着才行，她开始变得焦躁不安。可见就算是自由思想，最后还是受恐惧和焦虑的局限。

有的人总是喜欢靠在墙上，或者在距离墙比较近的地方待着，这说明他的独立性不够，缺乏勇气。对于这种懦弱而迟疑的人，我们可以对他的原型进行分析。有一个男孩在学校里表现得非常怯懦，这个现象非常重要，说明他不愿意与别人接触。他总是想着放学，他没有一个朋友。他总是贴着墙壁下楼梯，动作非常迟缓，一上了街道就一直往家里跑，他学习成绩比较糟糕，不是一个好学生。在学校的围墙里，他感到一点儿都不快乐。他的母亲是一个瘦弱的寡妇，非常溺爱他。他总是想回到家里，在母亲的身边待着。

医生从去找他的母亲谈话，希望能够更多地了解这个案例。医生问道：“他喜欢睡觉吗？”“没有。”“那他晚上会哭吗？”“不会。”“他有没有尿床？”“没有。”

医生认为，肯定有人出错了，要么是儿童，要么是医生自己。不过他认为母子一定是一起睡觉的。医生为什么会得出这个结论？原因是这名儿童总是为了引起母亲的注意而在晚上哭闹，假如母亲和他一起睡，那么他就没有必要哭闹了。同样的道理。他为了引起母亲的注意而尿床。医生的猜测确实没错，母子两人在一张床上睡觉。

只要我们的观察够仔细就能够发现，心理学家对所有的小事都比较在意，这些小事组成了全部生活内容的一部分。所以当我们看到目标的时候，就可以确定很多事情，比如在这个孩子的案例中，与母亲紧密地连在一起就是孩子的目标。根据这种方法，我们可以推测出孩子是否意志坚强。假如一个孩子的意志不够坚强，那就说明他就没有制订一个合理的生活计划的能力。

态度

现在我们来研究心理态度，心理态度在人身上的体现非常明显。有的人胆小退缩，有的人在一定程度上好狠斗勇。但说到真正退缩的人，我们还没见过。退缩与人的天性不一致，也不太可能真的有退缩。假如正常人真的要退缩，那就说明他还要继续更加艰难地抗争，所以正常人是不会退缩的。

勇敢与怯懦

那些成为家庭中关注焦点的儿童，总是想要退缩。因为家里的每个人都会给他提出建议，所有人都关注他，并且拉着他前进。他必须要有别人的帮助才能生活，所以成了别人的重担。他想要通过这种方式来控制别人，这种愿望就是他的优越目标。就像我们所说明的那样，这种优越目标的根源是自卑情结。如果他不质疑自己的力量，那么就不会在追求成功的路上选择这种方法。

有一个男孩，十七岁，他是家里的第一个孩子，这成为他退缩的原因。我们已经讲过，他在家中的焦点地位会因为第二个孩子的出生而下降，他要承受不愉快的生活。这名男孩就属于这种情况。他变得焦躁、抑郁，没有可做的工作。他有一天想要自我了解，然后就去了医生那里，把自己前一天晚上做的一个梦告诉了医生，他说梦见父亲死于自己的枪下。我们可以发现这种人的内心一直都在酝酿着某种行动，但他们并没有行动，而是处于怠惰和抑郁中。我们还发现，那些看起来一事无成的、懒惰的成年人，以及所有在学校里的孩子，都处在危险的门口。一般来说，这只是一种外表上的怠惰。不过如果发生了什么事，他们要么会患上精神病，或者变得精神混乱，要么就会想

到自杀。有的时候，将这些人的内心摸透这些科学工作，并不容易完成。

对于一名儿童来说，胆怯是非常危险的。我们一定要认真地治疗一名胆怯的儿童，让他改正自己的缺点，不然他的一辈子就都毁了。如果他的胆怯没有克服，他将会遇到无尽的麻烦。在我们文化中，只有向勇敢者求救，各种事情才能走向美好的结局，才能从生活中收获益处。胆怯的人一遇到危险就会走向生活中无意义的一边；勇敢的人在失败的时候，不会被打击得非常严重。胆怯的儿童在后来的生活中可能会患上精神病或者神经失常。

这些人要么直接避开与别人交往，要么在与人交往中沉默寡言，因为他们总是妄自菲薄。

我们在上文对心理特征做了解释，心理态度只是对环境的反应，并不是遗传的或者天生的。其中的一个特点是，在面临各种问题时，生活习惯将为统觉做出回答。不过，这种回答是在错误的引导和童年经历的作用下给出的答案，并不总是像哲学家期望的那样逻辑严密。

我们已经了解这些态度是怎样在非正常人和儿童身上发展出来的，但在普通的正常人身上，我们却不能清晰地了解其发展。此外，我们还了解这些态度是如何产生影响的。就像我们所说的那样，相比于后来的生活习惯，原型阶段的生活习惯更加简单和具体。其实，在这个影响过程中，原型就像是一只还没有熟透的果子，不管是什么东西，它都要吸收，比如空气、养料、食物、水。在原型的发展过程中，这些都要被引进来。生活习惯和原型之间的区别，就好像是已经成熟的果子和青涩的果子之间的区别。相比较而言，当果子没有成熟的时候，人们能比较容易地切开检查。同时，在很大程度上，它所表现的信息在成熟阶段也是适用的。

比如，一名儿童在他生活的初期，他的怯懦就体现在各种态度中。这名儿童与那些攻击性强、好狠斗勇的儿童之间存在大量区别。从某种程度上来说，后者有一定的勇气，也就是我们所说的常识的自然结果。不过，一个极其怯懦的儿童在有些时候，或者在某种特别的情况下，也能表现得像一名英雄一样。如果有夺取第一的欲望，那么这种情况就可能发生了。下面的事例能够明确地解释这一点。一个男孩并不会游泳，有一天别的孩子请他一同去游泳，他答应了。这名不会游泳的男孩差一点儿就淹死在深水里。当然这也是生活中没有意

义的方面，和真正的勇敢不同。他希望别的孩子能够救他，他不顾危险，只是希望别人能够敬佩他而已。

对命运的执念

从心理上来看，怯懦和勇敢都与对命运的执念有关系。对命运的执念，可能会使我们积极采取行动的能力受到影响。有的人认为没有什么事是自己做不了的，这就说明他们有一种优越感。他们不想学习任何东西，但却都有所了解。就算我们不说也知道他们最终会怎样。在学校里的时候，这些优越的孩子成绩都很差。还有一些想冒险的人，他们认为自己根本不会失败，也不会遇到危险。但他们都取得了令人不太满意的结果。

这种对命运的执拗也发生在遇到重大危险而又侥幸逃脱的时候。比如，他们遇到了一次非常惨重的事故，而又侥幸都活下来了。最后他们就会认为自己天生就有取得更高成就的命数。曾经有一个男人，他内心深处就有这种想法，不过他后来的一次遭遇与他的想法完全背道而驰，他最大的期望破灭了，他因此颓废了，也没有什么勇气了。

我们问到了他的早期记忆，他讲了一段经历，看起来这段经历对他非常重要。有一次，他想要去维也纳的一家剧院看戏，但要先办完另外一件事才能去。他一来到剧场，就看到了熊熊的大火，剧场已经倒塌了。只有他没事，剩下的人全都或死或伤了。所以，他就非常确信自己天生就会取得更高的成就。后来，他顺风顺水地生活着，终于遇到了一次失败，那是和他妻子关系的问题。就这样他颓废了。

我们有很多可写、可讲的内容，来讨论对命运执拗的意义。一个人、一个民族或者一种文明，都会受到这种偏执的影响。不过，我们只想要说明他与生活习惯和心理活动动机之间的关系。在很多情况下，相信宿命是一种逃避的表现，说明一个软弱的人不想参与争斗，不想顺着积极生活的道路进行自己的活动。所以，就算这是一种精神支柱，那也是虚幻的。

羡慕嫉妒、排斥男性以及性障碍

羡慕和嫉妒，其实是一种自卑的表现，也是影响一个人与他同伴关系的基本态度之一。在所有的性格中，或多或少都存在羡慕和嫉妒。如果羡慕和嫉妒的程度比较轻，那是非常正常的，而且没有什么坏处。羡慕和嫉妒可以在解决问题、进步和工作中起到一定作用，我们一定要使之成为有意义的。当然如果能起到一定作用，那就算不上没有任何意义了。所以，我们应该宽容地对待每个人身上都存在的一点儿羡慕和嫉妒的心理。

同时，我们难以使嫉妒成为有意义的心理，相比于那种非常难以处理的困难，羡慕和嫉妒这种心理态度更加难以处理。没有一种能让嫉妒变得有意义的单一方法。

进一步说，我们看到嫉妒是由自卑产生的，这种自卑的影响深远，而且又非常严重。一个嫉妒的人总是担心不能留住自己的同伴，所以当他通过同种方式对同伴施加影响的时候，他的懦弱就通过嫉妒的方式显露出来。我们在对这种原型进行研究的时候，发现了一种抢夺欲。所以，如果遇到了一个嫉妒的人，最好对他的过去做一番调查，了解一下我们是不是在与一名被抢夺了地位的人交往，了解一下他是不是担心再次面临同样的遭遇。

从普遍意义的嫉妒和羡慕问题出发，我们要研究女性对男性优越社会地位的嫉妒感，这是一种特别的嫉妒情感。很多女孩和女人都希望自己是男性。如果我们公平地对待这个问题，就会发现，在我们的社会中，处于领导地位的是男人，他们比妇女更受敬重、肯定和赏识，所以我们可以理解女性的这种心理。从道理上来说，我们应该解决这种不公平。女孩子们会发现，男孩和男人在家庭中享受更多的自由，他们不用操心小事，生活得极为舒适。所以，女性对自己的地位感到不满，羡慕男性特权般的自由，于是就努力地模仿男孩。她们模仿男性的行为多种多样，比如穿男人的衣服。因为大家普遍认为男人的衣服更加舒服，所以在这方面，女孩得到了父母的赞同。我们不必阻止这种做法，因为在一定程度上，这种做法也是有意义的。但有的女孩不喜欢女性的名字，想起一个男孩的名字。假如别人不用她们自己认可的男孩名字称呼她们，女孩就会极其气愤，这种做法就是没有任何什么意义的。假如这是一种潜藏在某种表象下的态度，而不是一个玩笑，那就太恐怖了。在她们后来的生活中，她们可能讨厌结婚，讨厌自己的性角色，甚至会憎恶已婚妇女的身份。

其实穿着利索衣服是比较方便的，所以我们不应该责怪这些妇女。和男人一样，女人也可以在各个领域发展，从事和男人一样的职业。不过危险的是，女性自身对女性的身份不满意，而努力学习男人的坏毛病。

总的来说，原型正是在青春期受到不利的影响，所以这种危险第一次出现的时间正是青春期。女孩们的大脑不够成熟，男孩们的特权让她们感到羡慕，这主要表现在她们试图模仿男孩。她们在躲避正常的发展，所以这也是一种优越情结。

我们已经分析过，这种情结会使人极其嫌恶恋爱和婚姻，但这并不意味着，只要是有这种厌弃之情的女孩，就都没有结婚的欲望。因为不结婚在我们的文化中被认为是失败的表现。就是那些对婚姻一点儿都不感兴趣的女人，也期望能够结婚。

有的人认为不应该支持女人“抵抗男性”，认为调整两性的关系，可以从平等原则着手。反对男性是一种优越情结，也是一种不理性的斗争形式，可两性的平等必须与事物的自然规律相一致。其实，各种性功能都会受到这种反抗的影响，甚至变得紊乱，很多严重的疾病就是这样产生的。假如我们追溯问题的根本，将会发现，在儿童时期就已经出现了这种情况。

相比于上文提到的例子，男孩子想成为女性的案例并没有那么多，不过我们确实遇见过。男孩想要模仿那种浮夸的调情的姑娘，而不是想模仿一般的姑娘。这些男孩会戴上艳丽的花朵，涂脂抹粉，努力地学习那些轻佻的女孩子。这也是某种形式的优越情结。

在很多病例中，男孩的成长环境都是以女性为主导的，所以他们在成长的过程中没有模仿父亲，而是模仿母亲。

曾经有一个男孩来问诊，他存在性方面的问题。他父亲在家里基本没有存在感，孩子总是和母亲在一起。不管是婚前还是婚后，母亲都在做缝纫工作，这名男孩也对缝纫感兴趣了，原因是他总是和母亲相处。就这样，男孩开始设计女人的服装，并学习缝纫。他母亲基本四点出门，五点回家，他在四岁的时候已经会看钟表了。从这些事实中，我们可以了解到他对母亲到底有怎样的兴趣。他学会了看钟表，是因为想要母亲快点回来。

上学以后，这个男孩不敢参加所有游戏或者活动，他的行为和女孩越来越像了。其他男孩会亲吻他，拿他说笑。在这种境况下，总会有那样的男孩做出这些举动。有一天，他们要表演戏剧，很明显，扮演女孩角色的就是那个男孩。很多观众都认为他就是一名女孩子，可见他演得有多成功，甚至有一名男性观众还爱上了他。这就是他出现性障碍的原因，因为他至少可以被当作女人一样欣赏，哪怕不能被当作一个男人受到尊重。

第七章 梦及其解释

我们在前面的章节里已经提过，个性心理学认为，一个整体应该包括有意识的部分和无意识的部分。有意识的部分包括行动、态度和记忆，无意识或者半无意识的部分就是梦境。在上面的两章里，我们在分析前者的时候，使用了把人当作统一体的思维方式，而这种思维方式在解释后者时也是同样适用的。原因是，不管一个人是睡着的，还是清醒的，这些生活都是整体的一部分。其他心理学派的拥护者在用新的观点解释梦的时候提到，所有的组成部分都体现在各种精神活动和精神表现中，我们对梦的理解也是在这个方向上发展起来的。

生活习惯和目标

就像我们现在已经知道的那样，优越的目标决定了清醒时的生活。所以，一个人的优越目标也决定了他的梦。生活习惯也包括梦，当然和原型也有一定关系。其实，要想真正理解一个梦，就只能弄明白原型是怎样与某种特别的梦紧紧地连在一起的。同理，只有清晰地认识一个人梦境的特征，才能去认识这个人。

比如，我们都知道，从整体上来说，人类是怯懦的。我们通过对普通事情的理解可以推定，大部分梦都是焦躁、危险、恐怖的。所以假如我们知道一个人的目标是躲避解决实际生活中的困难，那么就能预测到他总是梦见自己摔倒。对他来说，这是一个警告的梦：“你总会摔倒的，不要继续下去了。”很多人都做过这样的梦，他对自己前途的想法通过摔倒的梦境体现出来了。

还有一个具体的例子，是一个不学无术的学生就要面临考试了。我们可以对他将要遇到的事情做一番猜想。他不能集中精力，每天都非常焦躁，最后只能告诉自己：“时间不够了。”他一定经常梦见跌倒，因为他想让考试时间往后推。为了满足自己的想法，他必然做这种梦，他的生活习惯在梦中体现出来了。

还有一名非常有信心的学生，因为成绩好，所以什么都不怕，更不会产生旁门左道的心思。我们同样可以猜想他会梦见什么。他在考试前可能会梦见爬上了高高的山峰，正在欣赏山顶的美景，然后就醒过来了。这个梦说明他的目标是有所成就，体现了他的生活格调。

我们再来讨论被局限的人，也就是只能进步到某种程度的人。这些人会梦见自己不能躲避困难或者一些人，总是会梦到各种限制。他们经常梦见被人追赶或者逮捕之类的事。

在讨论下一个梦之前，我们最好说明一件事。假如有人告诉心理学家：“我可以给你编造一些梦境，因为我已经忘记了自己的梦，所以没办法告诉你。”那么心理学家也不会感到失望。因为他很清楚，就算对方想要编造梦境，那么他也只能在生活习惯能表现的范围内发挥自己的想象力。因为他的生活习惯也表现为幻想和想象力，所以他能够编造和真实梦境一样的梦。

幻想在体现一个人生活习惯的时候，未必一定要完全模仿一个人的真实行为。我们不以生活在现实中的人为例，讲一个生活在幻想中的例子。这些人在梦里都是勇敢的人，不过白天的时候胆小如鼠。我们总是能找到一些痕迹，说明他们不想做自己的工作。就算在他们无比勇敢的梦中，也非常明显地存在这些痕迹。

自始至终，梦都为优越目标而准备，也就是为个人的优越目标而准备。不管这个目标是为了躲避、为了操控他人或者是为了成为关注的焦点，一个人的所有梦境、运动、症状都是为了能够达到引领全局的目标所进行的某种演练。

梦的目标只是为了营造某种感情、情绪和感觉，没有真实的表现，也没有任何逻辑。我们不可能模糊而又艰涩地理解梦的目标。在这方面，梦和非睡眠状态以及非睡眠生活中的行为都属于同一个类别，只是在程度上有所不同而已。精神并不会根据提前设定的逻辑框架发展，这与我们的目标相违背。同时我们已经知道，在解答人生问题的时候，精神与个人的生活框架有关。我们努力使这些解答与社会交往靠近，达到符合社会交往需要的目的。如果我们抛弃了非睡眠生活的绝对理论，那么梦就成为一种进一步的表现，变得不再神秘。这主要表现为，我们发现某种结合体存在于非睡眠活动中，这种结合体包括同一种相对性，以及同一种感情和事实。

在历史上，原始人曾感觉梦是非常神奇的，在解释梦境的时候基本都想到了预言，认为梦预示着将要发生的事。这种观点有一定的真实性。梦的确是一座桥梁，连接起做梦的人和他的优越目标与面对的问题。在这种情况下，因为做梦的人做好准备应对将来的事情，总是重复梦中的做法，所以梦经常都变成了现实。

我们可以用另外一种方式来解释这个观点：某种相互联系的事物出现在非睡眠生活中，也出现在梦里。一个聪明而又敏感的人，可以通过对梦中生活或者非睡眠生活的分析，来对将来做出预测。这是一种判断行为。比如，有人梦见一个熟人去世了，接下来这个人真的去世了。做梦的人只是没有在非睡眠生活中想到这件事，而是在梦中想到这件事而已。其实这和一名近亲或者一名内科医生所能预测到的事情并没有什么分别。

认为做梦能预测未来，是一种迷信，因为这里面的真假事件都掺在一起。一些人拿着这种迷信去争取对自己重要之人的支持，他们以预言家的姿态出现；而另一些相信其他迷信的人，也紧紧地抓住了这种迷信。

大部分人对自已的梦都是不理解的，我们一定要解释清楚这是为什么，这样才能揭开盖在梦身上的神奇和迷信预言的面纱。其实，人们对自己的了解并不多，哪怕是在没有睡觉的时候。这是一种反思性自我分析的能力，只是很少有人具有，这种能力能让人知道自己应该向哪个方向行动。相比于分析非睡眠行为，分析梦显得更加困难和繁杂。所以，大部分人都都不具备分析梦的能力，并且因为无知转而寄希望于江湖骗子。

个人逻辑

如果在前面的几章里，我们没有直接比较非睡眠活动和梦，而是用个人知识的方式来比较梦的规律性以及类似的现象，那么我们在理解梦的规律性时可能会更容易。对于精神病患者、问题儿童和犯罪分子的态度，读者应该还记得我们的表述，他们为了让自己相信某种事实而制造出某种感情或者感觉。杀人犯在为自己辩护的时候会选择这种方式：“我一定要把他杀了，因为这个世界上没有容纳他的地方。”他为自己的罪行做了感情上的准备，他坚定地认为世界上的地方有限。

有的人也会想自己没有漂亮的裤子，但别人竟然有。在这种情况下，他把嫉妒当作了一种充分的理由，得到一条漂亮的裤子成为他的优越目标。其实，这一点能够被很多出名的梦解释。比如，《圣经》中的约瑟夫做了别人都跪在他面前的梦。我们能够明显发现，他的兄弟们被驱赶与这个梦是契合的，多色外套的插曲也和这个梦是契合的。

还有一个有名的梦，这个梦和希腊诗人西蒙尼德斯有关。西蒙尼德斯被邀请去小亚细亚讲学，但就算接他过去的船已经停在了码头，他还是在迟疑，总是拖延出发的日期。虽然朋友们都劝他快去，但这根本没有效果。后来他做了一个梦，梦见了一片森林，一个已经死去的人站在他面前，告诉他：“我劝你还是别去小亚细亚了，看在你曾经在森林里真诚地关心我的分儿上。”西蒙尼德斯在做这个梦之前就不想去小亚细亚，梦醒后他坐起来说：“我不去。”虽然他对自己的梦并不理解，但他还是为了给自己的判断加筹码而创造出某种感情。

如果有人能理解，这是非常明显的。欺骗自己产生了一种期待的情感，经常被记住的梦就是这样产生的：为了达到欺骗自己的目的，人们总是创造出某些幻象。

在讨论西蒙尼德斯梦境的过程中，我们要解决“如何解释梦的过程”这一问题。第一，我们要牢牢记住，梦属于人的创造力。西蒙尼德斯在做梦的时候制造了一个顺序，这个顺序源自他的想象。这位诗人有各种经历，但他为什么非要选择死人这件事？很明显，他害怕海上航行，他的内心一直都被死亡的想法缠绕着。他一直在迟疑，因为在当时的条件下，航海确实是一件很危险的事情。这也说明他害怕船沉了，而不只是担心晕船。他之所以想到了死亡的故事，是因为他的大脑已经率先被死亡的想法占据了。

如果用这种方式解释梦，那么解梦就容易多了。我们应该知道，心理活动的方向可以通过想象、记忆和图像的方式表达出来，我们能够通过这种方式知道做梦人想要达到什么结果，知道他到底偏向哪些事。比如，有一个已婚男人，他有两个孩子，但认为妻子对其他事情的兴趣更大，认为妻子不爱孩子们，于是他很不满意自己的家庭生活。他希望妻子能够有所变化，为此总是责怪妻子，而且还常常感到恼火。一天晚上，他做了这样一个梦：自己有了第三个孩子，但这个孩子却丢了，找不回来了，他认为是妻子没有照管好孩子，对妻子一通指责和叫骂。

我们从这里可以发现他的特点：他害怕弄丢两个孩子中的一个，也怕梦见这两个孩子中的一个丢了。他的勇气还不足，所以就创造出第三个孩子，被丢的孩子就是这样产生的。

他不希望弄丢孩子，他很喜欢孩子，这一点应该引起注意。另外，他认为妻子不能照顾三个孩子，这两个孩子已经算是重担了，第三个孩子有可能丢失。所以，我们可以用另一个角度来解释这个梦：“我们应该再要一个孩子吗？”

他创造出一种与妻子的对抗情绪，这就是梦的真实意义。他可能一大早上起来就对妻子感到不满，开始与妻子对抗，虽然这个时候孩子们还都在。因为晚上梦境营造出某种情绪，所以人们在起床的时候总是想斗嘴，鸡蛋里挑骨头。这不同于抑郁症患者的例子，倒有点和沉醉状态相似。处于这种情绪下的病人总是要让自己沉醉下去，使用没办法、死亡和失败这样的理由。

另外，我们还发现这个人选择这种感觉：“我妻子弄丢了一个孩子，她根本不关心孩子，但我却不是这种人。”他相信这件事能够让他感到优越。很明显，他在梦里操控着别人。

为什么做梦

对梦进行解释的历史到现在差不多已经有二十五年了。最开始的时候，弗洛伊德认为幼儿时期性欲的满足表现为梦，不过如果说梦是一种满足，那没什么不能称为满足，所以我们不赞同这种观点。所有的想法都是由潜意识发展为意识的。所以，性满足的说法算不上是特别的解释。

后来，弗洛伊德提出，死亡的欲望也是梦的一部分。很明显，我们不能认为父亲想丢失自己的孩子，或者想让孩子死亡，所以这样解释梦也是不合理的。

其实，除了我们已经解释过的梦里生活的情感特点，以及精神生活整体性这些假设以外，并不存在某种具体的释梦观点。这种感情特点以及与之相伴的自我欺骗，总是表现为喜欢比喻和对比，因此它是经常变化的。我们可以非常肯定地说，一个人在不能相信自己可以使用逻辑和事实说服他人的时候，就会选择比较的方法，因为这种没有

意义的比较能够对他人产生比较长久的影响，所以一个欺骗自我的最好方法就是使用对比。

诗人也在欺骗，只不过他们的方法让人愉悦而已。我们从那些富有诗情画意的文字和比喻中得到了快乐。不过，我们能确定，我们受到的影响要比普通的语言更加强烈，这就是他们的目的。比如，荷马曾经写到希腊军队穿过田野的时候，活像一群雄狮。如果我们处在一种诗意的氛围里，就会受到很大的影响。但在我们敏感的思维中，其中的比喻就无法实现欺骗的目的。如果作者只是简单地描写士兵携带的武器，以及身上穿的衣服，那么他就不能让我们相信有一种神奇的力量。

类似的情况也出现在人们对有些事情中遇到的问题做出解释的时候：他会在不能劝服你的时候使用比喻的手法。使用比喻就是自欺欺人。梦中的形象和画面的选择明显表现出自我欺骗，这是问题的根本原因。这种自我沉醉的方法有很强的艺术性。

沉醉于梦中提供了一种免于做梦的办法，这一点非常神奇。假如一个人发现自己的梦境就是自我沉醉，他就停止做梦，梦也就对他失去了影响。至少本人在认识到梦有什么意义的时候，梦就结束了。

顺便提一句，作者从他上次的梦中总结出，如果真的能意识到在做梦，那么感情必然会发生根本变化。他梦到了自己在战争期间，尽自己所能让一个人不要去非常危险的前线，这是他的职责。他梦见了自己杀死了一个根本不认识的人。因为当时的情绪很糟糕，所以一直都在想：“我把谁杀了？”其实，他在尽自己所有的力量使那些士兵处在合适的位置上，尽量避免阵亡。他就这样沉浸在这种想法中。当他知道这个梦中的情绪是为了有利于这种想法的时候，他的梦就结束了，因为从道理上来说，他想做那些理论上是可以想但也可以不想的事情，而他已经没有必要自欺欺人了。

常有人问：“为什么有的人不做梦？”其实上面的故事正好可以回答这个问题，因为这些人想要直接面对现实问题，他们的大脑中大部分都是逻辑和活动，他们不想自欺欺人。就算这些人做梦了，他们基本都会很快就忘记梦见了一些什么。他们之所以不相信自己做梦了，就是因为很快就忘记了。

这里就产生了一种理论，所有人都会做梦，但很多人不记得自己梦见了什么。如果认可这种理论，那么“有的人从来不做梦”这种现象就要另外解释了：他们不记得自己就是做梦的人，虽然他们已经做梦了。对于这个理论，作者并不赞同。作者宁愿相信有忘记了自己梦的人，也有不做梦的人。我们从这个事例的本质可以发现，这是一个很难打倒的观点，而且只能指望提出这种观点的人去证实。

人们会一再做同样的梦，这种神奇的事实究竟是什么原因造成的？现在的解释还不确切。不过我们发现，在一再出现的梦里，生活习惯的表现更加清楚，它为我们展现出一个人有什么样的优越目标，而且基本不会出错。

有些延伸了的梦非常长，因为做梦的人正在寻找一个纽带，连接起目标和现实，因为我们必然认为他们的准备还不够充分。所以，比较短的梦是最容易理解的。有的时候，几句话、几幅画面就组成了一个梦，但却明显说明做梦者是怎样为了自欺欺人而寻找到一个真正的、更接近的方法。

睡眠、非睡眠、催眠术

我们最后要讨论的问题是睡眠问题。对于睡眠，很多人都提出过一些问题，不过这些问题没有任何价值。他们认为睡眠是“死亡的搭档”，是一种和清醒相反的状态。其实，这是一种不正确的观点。从某种程度上来说，睡眠也是一种清醒状态，两者并不是相对的。我们在睡觉的时候仍然在倾听和思考，并没有和生活分离。睡眠时也会表现出一种在非睡眠状态中的特点。这也就是为什么儿童略微动一动，母亲就会醒来，但马路上的喧嚣声却不会吵醒她们。母亲们的注意力并没有睡着。其实，我们在睡着的时候是有界线意识的，因为我们没有从床上掉下来。

一个完整的个性应该包括白天和晚上两个方面，这能使催眠术得到解释。其实，这都只是变化的催眠而已，只不过迷信使它看起来像有魔法的事物。只是在这个过程中，一个人在知道另外一个人想让他睡着的情况下，也表示顺从。父母会说：“就这样吧——赶紧睡！”孩子听话地睡觉了，其实也是一个相似的简单表现。因为被催眠的人是服从的，所以催眠术能起到作用。一个人入睡的难易程度和舒适程度与他的服从的程度是一致的。

一个人在清醒的时候，我们不能让他产生一些记忆、想法或者想到一些图像，但在催眠中却是可以的。服从是唯一的条件。我们可以使用催眠的方式来处理问题，比如把早已经忘记的记忆找回来。

不过，催眠这种治疗方法是危险的。除非病人已经不相信其他方法了，否则本书的作者不赞同使用这种方法。被催眠的人将会产生很强烈的报复心。他们在最开始的时候没有改变自己的生活习惯，虽然他们战胜了困难。这种方法不能触及病人的真实个性，就好像是机械性的方法或者某些毒品。我们一定要让一个人充满信心、鼓起勇气，让他深入地理解自己，这样才能切切实实地帮助他。除了特别病人以外，尽量不要使用催眠术，毕竟催眠并没有上面提到的效果。

第八章 问题儿童及其教育

当前社会中最重要的问题可能就是如何教育儿童，个性心理学将为此做出很多贡献。不管是学校教育还是家庭教育，都以指导和培养人的个性为目标。合适的教育手段的必要基础便是心理科学，也可以说，整个教育就是广泛心理学艺术的一个旁支。

社会理想与学校

在本节开篇，我们先简单地讲几句。教育一定要与个人后来将要面对的生活相契合，这是最基本的教育原理，这说明教育一定要与民族的理想相一致。假如我们不以民族的理想为目标开展对孩子的教育，那么作为社会的一个成员，他们在以后的生活中就可能面对各种障碍，甚至不能融入这个社会。

民族理想是可以改变的，这一点非常肯定。民族理想有可能突然变化，比如在发生了一次革命以后；也有可能随着社会的进步而逐渐完善。这说明，教育者应该永远都能够找到自己的地位，他的胸襟应该宽广一些，还要教会一个人怎样正确与环境的变化相适应。

社会理想在政府的影响下反映到学校的体制中。社会理想与学校之间的关系，取决于学校与政府的关系。政府为了自己的利益而注意学校，但是它们不能直接插手家庭或者父母的事务。

从历史上可以看出，不同时期的社会理想都在不同时期的学校中得到反映。欧洲学校本来是为贵族家庭而设立的，只有贵族才能在里面接受教育，它在精神上属于贵族阶级。后来学校被教会接管，牧师成了教师，学校成了宗教学校。再后来，民族对知识的需求越来越多，这就需要在学校里建立更多的学科，另外老师的需求也增多，已经超过了教会能够提供的教师数量，所以从事教师行业的人开始不仅限于教士和牧师，还有其他人。

教师一直都不是专职职业，他们还要去做裁缝、鞋匠等其他工作，这种现象一直到非常接近现代的时期才结束。很明显，他们的教育只是棍棒、鞭子似的。儿童在这样的学校里，很容易出现心理问题，而且还很难得到解决。

在裴斯泰洛齐时代，欧洲教育出现了最初的现代精神。裴斯泰洛齐发现，教育的方法有很多种，不只是棍棒和惩罚。

裴斯泰洛齐告诉我们学校教育方法非常重要，这对我们来说非常珍贵。所有的孩子都可以在正确方法的指引下学会唱歌、写字、阅读、算术、演习，除非他脑子不够用。教育方法还在发展，所以我们不能认为已经找到了最好的教育方式。我们总是探寻更好的、更新的教育方法，这是一种合适而又正确的态度。

需要注意的是，我们在回顾欧洲的学校历史时会发现，在教育方法得到某种程度的发展时，社会需要很多能够不必总是指点和引导就会读会写的工人。当时有这样一个口号：“让所有的孩子都能读书。”这一点在当前已经实现了。其实这一点反映了经济社会条件下的社会理想，并取决于我们的经济生活条件。

在以前的欧洲，社会只需要劳动力和官员，只有贵族才具有影响力。能够去接受高等教育的，只有那些准备接手高位的人，剩下的人完全不能读书。当时的民主理想也体现在这种教育制度中。今天的教育制度符合另外一种完全不同的民族理想，在当今的学校中，孩子们不需要把手放在膝盖上，安静地坐着，也没有被禁止活动。在现在的学校里，老师与学生都是朋友，学生不需要被逼着学会顺从，也不受威严的压迫。学生们被允许在更大的程度上发展自己的独立性。美国的民主气氛非常浓厚，因此必然有很多这样的学校。政府的法规明显反映出国家的社会理想，而学校的发展又是以国家的理想为依据的。

家庭

就像我们看见的那样，民族和社会理想与学校的制度存在某种联系，这完全取决于它们的组织形式和起源。不过，从心理学的角度来说，教育机构从这种关系中得到非常大的利益。心理学认为，学会适应社会是教育的主要任务。相比于家庭，学校和民族的需要更加接

近。学校不会溺爱儿童，与儿童的喜好相独立，能够更加容易地把社会知识灌输到孩子们的脑子里。一般来说，学校的态度是客观的。

另外，社会理想的气息并非总是充斥在家庭里。有很多例子都说明，家庭中的传统观念非常浓厚。父母要想让教育能够有所进步，首先他们自己就要很好地适应社会，并且知道教育的目标一定是社会性的。只有在这些问题都被父母理解了以后，孩子们才可能做好上学的准备，才会受到正确的教育。就好像学校让他们做好准备去适应将来各自生活中的角色一样。学校应该位于国家和家庭之间，儿童应该在学校和家庭的理想之间成长。

我们已经在前面讨论过，在儿童四五岁的时候，他在家庭中的生活习惯就已经稳定下来了，我们不太可能直接改变他的生活习惯。这就确定了现代学校应该根据哪种思路发展，学校应该努力教育、培养和规范儿童的社会兴趣，而不是惩罚或者斥责。学校应该以解决儿童个性问题为出发点，不应该以检查和强迫为出发点。

另外，让父母在教育儿童的时候要以社会的需要为出发点是很难的，因为父母与儿童在家庭中的关系非常密切，父母在教育孩子的时候喜欢以自己的需求为依据，所以孩子身上会有某些特点，使他们与后来的生活环境不一致。这些孩子必然会遇到巨大的障碍，这些障碍在他们刚一来到学校的时候就出现了。在他们离开学校，开始自己的生活以后，这些障碍将变得越来越棘手。

我们有必要教育父母以挽回这种局面，因为我们不能像教育儿童一样教育成人，所以这种措施的实施非常困难。就算我们能够触及成年人，但也会发现，对于民族理想，他们的兴趣不高，成人根本就不愿意去理解这些，因为他们和传统的关系太密切了。

我们只能寄希望于广泛宣传，因为在父母那里不会有什么结果。学校就是最好的进攻地点。第一，那里聚集着很多孩子；第二，老师能够理解儿童的问题；第三，孩子在学校里能够比在家里更加明显地展现出生活习惯中的错误。

对于正常的儿童来说——假如真的存在正常的儿童——那么我们并不需要耗费心血。假如我们看到良好地适应社会、充分发展的儿童，那么不去打压他们就是最好的应对方式，因为这些儿童能够在生活中有意义的一面培养自己的优越感，用正确的方式来探寻自己的目

标，所以他们应该在自己的路上前进。但这并不是一种优越情结，因为他们生活中有意义的方面发展出了优越感。

然而另一方面，对于犯罪分子、精神病患者和问题儿童，他们在生活中没有意义的一面同时存在着自卑感和优越感，主要体现在他们的自卑情结要通过优越情结来补偿。每个人身上都有自卑感，就像我们前面提出的那样，不过，这种自卑感让他们感觉勇气严重不足，发展为自卑情结，并促使他们聚焦在生活中没有意义的一面。

当儿童还在家庭中，没有进入学校的时候，所有的优越和自卑问题就已经埋下了隐患。就是在这个阶段，他们养成了自己的生活习惯。为了区别成年人的生活习惯，我们称之为原型。原型就是没有熟透的果子，假如没有熟透的果子遇到了某种问题，比如遇到了一条很长的虫子，那么这条虫子会随着果实越来越成熟，而长得越来越大。

问题儿童

就像上面提到的那样，器官缺陷的问题是原型中的困难或者是虫子出现的原因，而且基本都会产生自卑感。我们在这里再次提醒大家注意，器质性的自卑并不是问题的根源，而是说在以后的发展中，这种自卑会带来社会适应不良。这也为教育提供了机会，训练一个人让他与社会相适应，这种器质性自卑对他有很大的好处，而不是成为他的一种麻烦。就像我们说的那样，有些兴趣明显是由器质性自卑造成的。通过一定的练习，这种兴趣在后来会发展到影响一个人一生的地步，如果沿着一个有意义的方向前进，这种兴趣将会对一个人产生非常重要的意义。

不过器质性的问题一定要与适应社会的需要相符合，这是所有问题的前提条件。从这点考虑，假如一名儿童只喜欢听或者是只喜欢看，那么帮助他培养起对其他器官的兴趣就是老师的责任，不然这名儿童就不能和其他儿童保持一致的步调。

对于左撇子小孩的例子，我们都非常熟悉。他们从小到大一直都手脚不灵便，一般来说没有人会想到他们是左撇子。不过他们不灵活的动作倒是能够解释，习惯使用左手的人总是与家人显得不合拍。我们发现，这些孩子可能会变得脾气火爆、压抑，也可能变得富有攻击性、好狠斗勇——这些还都属于不太差的表现。当然，如果这名儿童

到了学校以后还带着这个问题，我们就会发现，他总是焦躁、勇气不足、容易生气、无欲无求，而不是变得好狠斗勇。

在上学以后遇到问题的儿童，不只是器官有缺陷的儿童，还有很多被溺爱的儿童。当前学校的教育方式不可能让一名儿童总是处于被关注的焦点上，虽然这种情况偶尔也会发生。比如，一位老师心地善良，总是喜欢娇惯孩子。不过，儿童总是一年一年地升级，最终他们将会失去被宠爱的位置，他们在后来的生活中将会遇到更不好的境况。因为在我们的文化中，不应该出现某个人总是成为大家关注的焦点，而又不做出任何贡献的情况。

这些问题儿童都具有某种特别的性质，他们不能很好地应对生活中遇到的困难。他们想要处于领导地位，但不是为了成为社会的代表，而是彻底为了他们自己，他们总是充满了野心。另外，他们总是对别人有敌意，总是争吵不断。他们怯懦，因为对生活中的事情不感兴趣。他们没有做好准备应对生活中的事情，因为他们的童年是在溺爱中度过的。

我们发现这些儿童身上还有另外一种特点——迟疑、慎重。面对生活给他们出的难题，他们无法迎难而上，或者是每次遇到问题都无比烦躁、犹豫不决，想立刻逃跑，所以他们什么事都做不好。

相比于在家里的时候，这些特点在学校里能够更加明显地暴露出来。一个孩子能不能解决他遇到的问题，能不能适应社会，都可以在学校里表现出来。学校就像是一次酸性测试，错误的生活习惯能够完全暴露在学校生活中，但在家庭生活中却经常都能够勉强遮掩过去。

不管是器质性自卑型的儿童，还是被溺爱的儿童，他们都期望将生活中的困难清除。他们应对困难的勇气被强烈的自卑感压制了。不过我们能够调控学校里问题的困难程度，这样就能够逐渐地把孩子推到解决问题的位置上去。所以学校不但是一个提供教育的场地，而且确实能够成为一个施展教育的地方。

除了以上两种类型的儿童，受到敌视的儿童也应该在我们的考虑范围之内。他们身体有残疾，性格中存在障碍，或者长得比较丑，在任何方面都没有应对社会的准备。在三类儿童中，受到敌视的儿童上学时遇到的困难最大。

所以我们可以发现，学校管理必须包括这项内容：能够观察这些问题并找出最好的解决方案，不管官员和老师们的喜欢与否。

问题儿童不只上面所列举的那些，还有另外一种：他们是非常聪明的孩子，被誉为天才少年。因为在各个方面他们都比其他儿童优秀很多，所以会显得他们的智商非常高。他们不被同学们喜欢，他们有雄心壮志，非常敏锐。他们之所以不被同学们喜欢，但被同学们佩服，是因为天才少年具有很好的适应社会的能力，而其他孩子能很快意识到这一点。

我们知道，这些天才少年都能够令人满意地完成自己的学业，不过他们并没有做好充足的生活准备就进入了社会。当他们面对生活中的恋爱、婚姻、职业这三大社会问题的时候，就会遇到各种困难。我们可以目睹他们在家庭中不能良好适应的结果，因为他们原先各阶段所遇到的问题变得愈加明显。一旦进入了新的环境，就会显露出他们生活习惯中的错误，不过这些错误并没有在家庭生活中暴露出来，因为他们在以前的家庭生活中非常顺遂。

对于这些问题之间的联系，首先察觉到的是诗人们，这实在很有意思。很多戏剧家和诗人都在他们的故事和剧本中提到过一些非常繁杂的生活问题。这些问题表现在这类人身上，比如莎士比亚笔下的罗桑伯兰。罗桑伯兰被心理大师莎士比亚塑造成一个对国王非常忠诚的人，每当遇到真正的危险，他就背叛国王。莎士比亚知道，只有在条件非常艰难的情况下，真实的生活习惯才会显露出来。但这种生活习惯在很早以前就已经稳定下来了，并不是在极其困难的条件下产生的。

如何治疗

不管是治疗天才少年，还是治疗其他问题儿童，个性心理学所提出的方法都是一样的。个性心理学家认为：“所有的人都能够完成某一件事。”这一句格言具有民主精神，使天才少年的光芒减弱了不少。天才少年总是被迫推着向前走，因为人们对他们的期望非常大，他们是众望所归的人。所以他们变得对自己的兴趣过于看重。相信这一格言的人所培养的孩子会更加聪明，这些孩子不会变得野心勃勃，也不会变得骄傲自满。他们知道好运和磨炼是自己有所成就的原因，假如他们继续接受良好的练习，那么就可以做到别人所不能做到的。

事。只要老师能让他们知道什么样的做法是正确的，那么就算是受的教育以及所做的练习不足，那些受到影响不够强烈的儿童，也能够取得良好的成绩。

但是，这类儿童的自卑明显，我们一定要避免触及，因为他们可能会变得勇气不足。这种煎熬是任何人都不能长期承受的。我们应该能够想象到，在学校里的时候，这些孩子所遇到的困难并没有那么多，不过他们却被打倒了、吓住了，所以他们认为自己在学校里是没有前途的，于是就不想去上学，或者干脆逃课。当然如果能够正确地看待他们的此类情况，那么我们应该承认，他们的所作所为是聪明的、合适的。不过他们在学校里没有前途的这种观点，是个性心理学所不认可的。个性心理学并不会认为所有的人都能够做好有意义的工作。我们永远都会犯错误，但错误可以被改正。如果改正了错误，儿童就能够继续发展。

一般情况下，处理这类问题是非常不容易的。如果学校的新环境打击了某个学生，那么他的母亲就会表现得非常关注，甚至还很焦躁。如果孩子在学校里所受到的批评、指责和评价都和家里的情况完全不一样，这会显得更加严重。这种情况经常发生，孩子在家里被娇惯着，所以表现得很好，但他们在学校却是另外的景象。这是因为他感觉曾经娇惯他的母亲欺骗了他，所以就会开始埋怨，认为母亲不能为他提供帮助，母亲和以前不一样了。当他进入新的环境中时，他曾经受到的溺爱都突然不见了，因此他会感觉到焦躁。

我们经常看到这种景象：一名儿童在学校里似乎很抑郁，并且总是沉默寡言，但他在家里却表现得非常顽劣。有的时候，他的母亲会到学校对老师说：“这个孩子总是在打架，我所有的时间都耗在他身上，一整天都闲不下来。”不过老师却会说：“他在那里待着不动，一坐就是一整天。”有的时候可能会有相反的情况，母亲会说：“这真是一个可爱而又乖巧的孩子。”不过老师却说：“整个班级都被他弄得一团糟。”我们很容易理解第二种情况，他在家里是谦虚而又安静的，因为他是被关注的焦点；但来到了学校以后就开始打架，或者表现出其他相似的行为，因为他已经不是被关注的焦点了。

比如，有一名很受同学们喜欢的八岁女孩，她是班里的班干部。她的父亲对医生说：“我真是受不了这个孩子了，她彻头彻尾是一个暴躁的人，简直是一个虐待狂。”这是为什么？能够被一个孩子弄得乱七八糟的家庭，必然是一个无能的家庭。这名儿童是出生在这个家

庭里的第一个孩子。当家里又迎来了一个孩子以后，这个女孩感觉自己的地位不稳，所以她就开始打架，这样才能够保持自己的焦点地位。但她在学校里没有理由去打架，因为她很受重视，所以表现得非常不错。

有些儿童不管在学校里还是在家里，都会遇到问题。家庭和学校都会对他们产生埋怨，最终他们的错误就会变得更加严重。有的儿童表现得邋里邋遢，不管是在学校里，还是在家里都是如此。如果出现了这种问题，我们在寻找原因的时候，就一定要从已经发生的事情着手。不管在什么时候，我们要想判断他们出了什么问题，都要对他们在家里和学校里的行为做全面的考虑。如果想要正确理解他们努力的方向和生活习惯，那么对我们来说，所有的部分都是重要的。

有些时候，在面临新学校里的新环境时，就算是一个适应性很好的儿童，看起来也无法适应。他与学校里的老师和同学相敌对的时候，就经常会出现这种情况。我们可以举出一段欧洲历史上的例子。有一名儿童，他的父母总是自以为了不起，而且非常富有，所以即便他不是贵族，也去了贵族学校。他的同学们都鄙视他，因为他没有出生于贵族家庭。这名儿童曾经过着被溺爱的生活，或者说至少过着很舒坦的生活，突然感觉自己被人敌视了。这个时候他根本就不能忍受这种他人无法想象的、来自同龄人的残酷对待。他从来不把自己遭到的对待告诉家里人，因为他认为这是一种耻辱。这些考验非常恐怖，但是他却只能一个人安静忍受。

当这样的孩子长到了十六岁或者十八岁的时候，就一定要像成年人那样直接面对生活和社会中的各种问题。因为他们生活中的希望和勇气都已经不在了，所以他们会突然变得停滞不前。因为有了继续发展的能力，所以他们会遇到婚姻、恋爱以及适应社会等方面的障碍。

我们应该怎样应对这些问题？他们感觉自己把整个世界孤立了出去，或者是位于整个世界之外，找不到能够发泄自己精力的突破口。他们想要伤害别人，于是想到了以伤害自己的方式来达到这个目的，因此很可能会选择自杀。另外还有一种人，他们曾经具备几种社会生活的能力，但此时却没有了这些能力，在精神病院里失去了希望。他们不再和这个世界作对，不再与别人交往，也不用正常的方式来说话。我们所说的这种状况就是精神混乱或者精神分裂。我们一定要找

到让他们重新树立信心的方法，这样才能帮助他们。这些人不是不能挽救的，虽然实施起来非常不容易。

从出生的顺序来判断

诊断儿童的生活习惯，是解决儿童教育方面问题的第一项任务，因此我们在这里最好对个性心理学提出的诊断方式重复讲一次。除了教育之外，诊断生活习惯在其他方面也是非常有价值的。不过，在实施教育的过程中，这是非常基础的一个阶段。

个性心理学不但直接对儿童生活习惯的形成期进行研究，而且还会使用其他方式，比如推测孩子在家庭中的出生顺序，观察他们的动作和身体形态，以及盘问他们对未来职业的构想和早期记忆。我们都已经讨论过这些方法了，不过我们仍然有必要再次强调儿童在家庭中的地位，因为和其他方法相比，教育的发展与之联系更加紧密。

第一个孩子，在某一段时间内是家里唯一的孩子，不过他在后来的生活中被挤下了这个位置。所以，儿童在家庭中的出生顺序是非常重要的。第一个孩子曾经享受的权利非常多，不过他最终却没有保住。另一方面，并不是第一个孩子的事实，决定了其他孩子的心理状态。

我们经常发现，某种保守的想法在那些年长的孩子身上占有统治地位。他们认为，占有权利的人应该守住自己所得到的。对于他们自己来说，失去了权利是一种偶然事件，他们非常崇拜权利。

第二个孩子的情况则完全不一样。在他们的发展过程中，他们面前总是有一个榜样，他们自己并不是被关注的焦点，他们总是希望能够和这个榜样保持平齐。他们希望让权利换到别人手里，他们并不承认权利。他们认为，要想有前进的动力，就一定要处于竞赛中。所以人们会发现，他们的行为似乎是一直为了盯着前面的目标，并努力地去靠近。他们总是希望自然和科学的规律能够发生变化。他们是真正的革命者，不过却体现在对待同胞和社会生活的态度方面，而不是政治方面。在这方面我们最好的例子就是《圣经》中的以扫和雅各。

在家中最小的孩子出生的时候，他之前的几名儿童都已经长大了。那么，最小的孩子与第一个孩子的境况是类似的。

心理学认为最小的孩子在家里处于非常有趣的地位。他永远都是最后一个孩子，再也不会会有其他的孩子了。这就是“最小”一词的意思，也是他们与第二个孩子相似的地方。第二个孩子的优越地位可能会失去，所以第一个孩子的悲剧，他也要经历一遭。不过对于最小的孩子来说，他的生活中是绝对不会遇到这种情况的，因为他处于最优越的地位上。我们会发现，在其他待遇都均等的条件下，最后最小的孩子成长得最好。他带着很大的激情，想要超过自己的哥哥姐姐，这就是他与第二个孩子相似的地方。他前面同样有等着他去超越的榜样，不过总的来说，他选择的道路不同于其他家庭成员。如果这是一个商人家庭，那么最小的孩子最后可能成为一名诗人。如果这是一个科学家的家庭，那么最小的孩子最后可能会成为一名商人或者音乐家。总而言之，他必然是和别人不一样的。为了不在同一个领域与其他人竞争，他比较容易选择不同的发展方向。可见，他选择的方向总是和大家不一致。当然，这在某种程度上也说明他的勇气不足。假如他充满了信心，那么他就会直接在同样的方面展现自己才华。

我们需要指出一点，我们以可能性的方式预测孩子在家庭中的地位，这里并没有什么必然现象。在这种情况下，假如第一个孩子足够聪明，那么他就不会遇到可能出现的悲剧。因为第二个孩子并不会压制住他，这是一种社会适应性非常强的孩子。他的母亲可能已经把他的兴趣延伸到了别人身上，刚出生的婴儿也包括在内。从另外一个角度来说，假如第一个孩子是不能被压制住的，那么第二个孩子所面临的困难非常大。这对他来说可能是一个障碍，这些孩子可能是最差劲的一种，因为他们可能会经常失去勇气和信心。我们知道，对于处于竞争中的儿童来说，如果某种希望已经不存在了，那么他什么都得不到，所以他要永远都有取胜的希望才行。

在整个童年时期，独生子一直都是家庭的焦点，这对他们来说是一种悲剧，因为他们的生活任务一直都是保持焦点地位。他们的思考方式以自己的生活习惯为依据，而不是以逻辑为依据。

比如一个家庭里女孩很多，只有一个男孩，那么男孩的处境经常是不利的，而且这会造成一系列问题。人们可能会认为，这个男孩子表现得像一个女孩子，其实这是一种夸大的说法。每一个人都在女人的教育下长大，不管怎么说，这都是一个事实，所以一定会有某一定数量的困难存在于以女性为主体的家庭中。我们来到了一间房间以后，能够很快发现这家是男孩多，还是女孩多，因为房间内的秩序、

安静程度和摆设都不一样。如果家里整体比较干净，那么说明女孩比较多；如果损坏的东西比较多，则说明男孩比较多。

在这种环境中长大的男孩，不想变得和家里其他的女孩子一样，所以他们尽量要让自己看起来有男人味，总是让自己性格特点中的男人味十足，他们的做法甚至有点夸张。一般来说，我们发现，这样的男孩要么极其狂野，要么非常温和懦弱。其实前者似乎在强调或者证明自己是男性。

假如家庭中的男孩子比较多，女孩子只有一个，那么这个女孩子也同样处于艰难的境地中。她可能想学习男孩子那样行事，像他们那样长大；当然也有可能发展出代表性的女性特点，看起来非常安静。自卑感在这种情况下是非常明显的。在她所处的环境里，她是唯一的女孩，但男孩们却在这个环境中处于优势地位。她仅仅是一名女孩，这种感觉中隐藏着自卑情结，自卑情结在“仅仅”这个词中有充分的体现。可见，她产生的优越情结起到了补偿的作用，表现为她想方设法地像男孩子那样穿衣打扮，并在后来的生活中，也总是认为自己应该有男人们的性关系。

对于孩子在家庭中的地位，我们对这个问题的讨论到此为止。不过我们要用一种特别的例子结束这项讨论，也就是家庭中的第一个孩子是男孩，第二个孩子是女孩的情况。两个孩子之间的竞争一直都非常激烈。女孩是第二个孩子的事实不完全是她被动向前发展的原因，更因为她是一个女孩。她是家里的第二个孩子，所以要付出很多的努力才能够变得优秀。她有很强的独立性，并且精神饱满。男孩发现在两人的竞争中，女孩距自己越来越近。我们知道，不管是智力方面还是身体方面，女孩的发育都要比男孩领先，比如一个十二岁的女孩就要比同龄的男孩成熟很多。男孩们可能会感到自卑，他们看到了这一点以后，不知道如何去理解，所以就放弃了竞争，并且开始躲避，不再向前努力。有时候他们为了躲避而选择走在艺术的路上。但还有另外一种情况，他们患上了精神病、触犯法律，并且神经敏感，他们已经感觉自己不能够再参与竞争了。

就算是所有人都能够做到某件事，这种说法也难以解决这个非常困难的问题。我们需要做的主要是让男孩明白，因为女孩比他努力得更多，并且在努力中找到了良好的发展方式，所以才超越了男孩。我们为了让竞争的气氛不那么浓烈，所以要努力将兄妹两人放到不存在竞争的环境中去。

第九章 社会适应和社会问题

适应社会是个性心理学的任务，看似这是一个相互矛盾的命题。不过就算是矛盾的，这种矛盾也只能体现在字面意思上。事实上，只有我们注意到各人的具体心理活动，才可能认识到社会因素是绝对重要的。只有在某种社会背景中一个人才可能成为一个人。其他心理学都区别开社会心理学和个人心理学，但我们认为两者并没有区别。直到现在，我们都在讨论和分析个人生活习惯，并是为了服务社会的目的而解析，这是一种带着社会性观点的解析。

我们的解析还要继续，而且要着重强调社会适应方面的问题。现在要讨论的事情也是如此。不过，我们准备讨论生活习惯，以及稳妥的促进方式，而不是花费工夫讨论诊断生活习惯。

我们上一章讨论的中心问题是分析教育培养问题，这是分析社会问题的基础。社会结构的缩小版就是幼儿园和学校。我们能够通过简化的形式对社会适应不良的问题进行研究。

童年

我们要举一个例子，讨论一个五岁男孩的行为。他的母亲到医生那里埋怨说，自己到了每天晚上都被折腾得浑身无力，她总是要把时间浪费在孩子身上，这孩子真是让人苦恼，没有一分钟能够静下来。她说如果可以的话，真想把孩子扔出家门，她实在不能忍受这个孩子了。

我们可以非常容易地从这些细节行为中认识这名儿童。我们也可以很容易地把自己放在儿童的位置上进行思考。假如这是一个过分活跃的五岁儿童，那么我们就很容易分析出他的行为遵循的思路。对于一个非常活跃的五岁的孩子，他会做什么呢？他可能总是玩肮脏的东西，总会穿着笨重的鞋子往桌子上爬。假如他的母亲想要看书，他就会玩电灯的开关，一会儿开一会儿关，没完没了。假如他的父母想唱歌或者是弹钢琴，这个孩子会做什么？他可能会说自己不喜欢喧闹的

声音，或者把耳朵捂上，然后扯着嗓门大声喊叫。假如他自己想要的东西不能如愿以偿，那么他就总想通过发脾气的方式表达自己的愿望。

如果这种行为出现在幼儿园，那么我们就能够推断出他是为了引发争端才会做出这些举动，或者他很想打架。但是他的父母总是被他折腾得没力气，他从早到晚都不消停。因为，他和父母不一样，他想要让别人注意到他，所以就不断地动来动去。他不想去做自己不喜欢的事情，而且永远都不知道疲惫。

这名儿童正在努力成为大家关注的焦点。这里有一件非常特别的事能够明确地说明问题。有一天他被带着去看有父母参加演出的音乐会，这名儿童在歌唱到一半的时候，围着音乐厅绕起圈子，大声喊叫：“爸爸，啊！”可能这种行为在有些人的预料之内。虽然他看起来不太对劲，但是他的父母却认为这孩子没什么不对劲的，哪怕他们也不知道孩子为什么这样做。

但是从某种程度上来说，这个男孩确实是正常的，他有自己的生活计划，这是一个非常机灵的孩子，他的所作所为完全与自己的计划相配合。假如我们能够理解他的计划，就完全能够想得出来，他一定付诸实践实现这项计划。这项生活计划体现出一个人的才智，并不是一个意志不坚强的人能够做出来的，所以我们可以猜到他是一个意志坚强的人。

每当他的母亲准备晚会或者接待客人的时候，他总是一定要去坐正好有人想坐的椅子，而且还总是从椅子上推走客人。所以我们能够发现，他的生活原型和生活目标与这种行为是相一致的。他想要让父母关注他——这就是他的生活目标，也就是控制他人，超越他人之上。

他曾经是一个被娇惯的孩子，我们可以确定，如果他继续被溺爱，那么他也就不会这样闹腾了。也就是说，这个孩子现在失宠了。

他怎么会失宠呢？答案是他有一个妹妹或者是弟弟。他在五岁的时候感觉自己处在将要失势的危险中，因为他可能要面对一个新的环境。为了能够留住自己已经失去的显赫的焦点位置，他在努力地争取。所以他总是黏着父母，当然还有另外一个原因。我们能够发现，当他处在被娇惯的环境中时，他不能够很好地适应社会生活，因为他

没有培养出某种集体意识。所以他没有做好应对新环境的准备，他总是不能够忘记自己得到或失去了什么。他只关心自己，这就是他的兴趣。当我们问到孩子的母亲，他怎么对待自己的弟弟时，母亲坚持认为，他只有和弟弟一起玩的时候，才会把弟弟打倒在地上。母亲认为他喜欢自己的弟弟。不过要说到他的行为是爱的表示，我们真是不敢苟同。

上文提到的孩子并非一直在打架，我们可以对比他们的行为和攻击性强的儿童的行为，这样才能对它的意义进行深入的理解。这些儿童知道父母不允许他们打闹，他们非常聪明，根本不会违背父母，就这样他的行为越来越规矩，逐渐不再斗争了。不过，就在他与弟弟玩闹的过程中，他还是把弟弟打倒在地上，说明他的坏习惯还是会出现。其实他就是想要在玩闹的过程中把弟弟打倒。

那么，这名儿童是怎样对待自己母亲的呢？假如母亲打他的屁股，他就会喊一点儿都不疼，甚至还一边说笑；如果母亲打得略微重一些，他就会安静一小会儿。不过没多长时间，他便“旧病复发”。他做的所有事情都是为了一个目标，这个目标是他所有行为的依据。我们要注意到这一点，他的目标非常明确，所以我们能够预测到他会怎么做。相反，如果我们不理解原型运动的目标，那么原型就不算一个整体，这样我们就不能够预测到他的行为。

在学校

我们想象一下这名儿童面对生活的场景。我们猜到如果父母再次带他去上次那样的音乐会，他会做出何种举动；当然也能够猜到他到了幼儿园会遇到哪些事情。总的来说，假如某个环境比较艰难，他就会努力抢夺领导权，他的控制欲都表现在比较宽松的环境里。如果他的老师比较严格，他不可能在幼儿园待很久。此时，他就会尽量想办法躲避。他可能一天到晚都很焦躁，而这种焦躁就让他烦闷、头痛。神经官能症最开始的表现就是这些症状。

另外，如果他所在的环境让他感到愉悦惬意，他就认为自己是关注的焦点。此时，他完全是一名赢家，有可能成为学校里的学生领袖。

就像我们知道的，幼儿园这种社会机构中存在社会性问题。每个人都要遵守集体的规章，应对这些问题需要做好准备。这个集体虽然小，但孩子一定要被培养成对它有意义的人。但对别人感兴趣，而不是对自己更感兴趣，是成为一个有意义的人的前提条件。

同样的环境条件可能再次出现在公共学校中。对于这些孩子将遇到的情况，我们也可以做出假设。私立学校里本来学生就少，学生受到的照料也更周全，所以这里的情况可能不太困难。任何人可能都不能在这样的环境中发现他是问题儿童。相反，学校还有可能表示：“这是我们最优秀的孩子，他是最聪明的学生。”他在家里的行为可能会发生变化，他在班级里可能成为领袖人物。就算只有一方面表现得优越，他也可能表示满意。

如果遇到一名儿童在上学以后行为发生变化的情况，我们可以非常肯定地认定，儿童在那里找到了优越感，他上班的时候也会占有有利的位置。不过我们一般都会遇到相反的情况，他在学校里把班级弄得一团糟，但在家里却乖巧温和。

学校在社会和家庭之间的位置，我们已经在上一章提到这一点了。我们可以通过这一原理来理解这名儿童开始社会生活后，会遇到哪些问题。有时候学校给他提供的环境是有利的，但社会生活却不是这样。有的儿童在社会生活里碌碌无为，但在学校里和家庭里都非常聪明，人们经常为此感到惊讶不解。我们现在就有一些患有神经官能症的问题成年人，他们在后来又可能变为精神病患者。在这些人还没有成年的时候，有利的环境条件遮盖住了他们的原型，所以没有人能理解这些病人。

虽然，在有利环境中发现暗藏着的错误原型并不是一件容易的工作，但我们也要学会这种技能，最起码也要能认识到它的存在。错误原型可能表现为这几种症状：一名儿童非常邈邈，他缺乏社会兴趣，而又总想吸引别人的注意力，想要通过这种方式浪费别人的时间。他半夜尿床，哭哭啼啼，不想去睡觉。他发现如果自己很焦躁，别人就可能不得不满足他的要求，所以他会使用这种武器，总是表现得非常急躁。这些都是出现在有利环境中的现象，我们若想得到正确的结论，可以从找到这些特征着手。

三大生活难题

我们来分析在以后的生活中，也就是到了十七八岁即将成年的时候，这些带着错误原型的儿童会遇到哪些问题。有一块非常广阔的“贫瘠”土地在他们的身后，我们不好评价这块“贫瘠”的土地，因为我们对它的认识不够清楚。我们很难发现生活目标和生活习惯。不过在他要面对生活后，我们所说的三大生活难题——婚恋问题、职业问题、社会问题——就会与他们打招呼。这些问题起源于与我们紧密联系的各种关系中。社会问题包括：我们对人类的态度，对人类未来的态度，以及我们对别人的行为方式。因为人的生命是有限的，所以要想延续下去就一定要和别人协作，所以社会问题和人类的救赎与生存有关。

我们可以通过儿童在学校里的行为来推测他们的职业问题。如果他在找工作的时候带着高人一等的想法，那么我们可以肯定地说，他会发现很难找到一份工作。任何人都不可能找到一份不和别人交往或者不受别人管制的工作。我们所说的这个人很难在一个听人指挥的位置上做好工作，因为能让他感兴趣的只有他的福利。另外，在一个企业里，这种人根本不会让自己的利益服从企业的利益，所以他很难对得起别人的托付。

总而言之，在某项工作中成功的前提条件是社会适应能力。在经营的过程中能够理解顾客和邻居的需求，感受他们的感受，听他们要说的话，看到他们看到的事，都是非常有利的因素。能做到这点的人必然超过其他人。但我们说过这个人总是关注自己的利益，所以他根本就不能达到以上要求。他在职场上基本都是失败者，因为他学习的能力只够满足他自己发展的需要。

在很多情况下，我们都发现这些人并没有做好充足的准备就进入了职场，或者说在他们能负责一部分工作之前，还要等很长时间。他们不知道自己应该做什么，就这样蹉跎到了三十岁。他们不断地调换工作岗位，不断地学习知识。这些现象说明，不管做什么工作，他们都不能胜任。

有时候我们会遇到一些非常刻苦的年轻人，他们已经十七八岁了，但却不知道自己应该做什么事。对于这些人，我们要理解他们，并劝服他们思考自己的职业生涯，这才是问题的关键。他可以重新开始合适的学习，再次对有些事物感兴趣。

另外，如果我们发现一个人到了这个年龄还不知道自己今后的职业，这真是一件让人感到困扰的事。这种人基本一事无成。在他们还没有到工作年龄的时候，学校和家庭就应该努力让他们去思考将来职业生涯的问题。学校在完成这项任务的时候，可以布置一篇作文，比如“我将来的工作”。写这类作文，能够让他们对工作问题有明确的认识，否则当他们真的需要面对的时候，恐怕就来不及了。

婚恋问题是青少年一定要面对的问题，也是我们要讲的最后一个问题。既然人分为男女，那么这就是一个非常重要的问题。如果人只有一性，那么我们面对的所有问题就完全不一样了。但既然有两性之分，那么对于和异性交流的方法，我们也只能学习了。对于婚恋问题，我们会在后面用一定的篇幅来讨论，我们这里涉及的只是社会适应和婚恋问题之间的关系。社会兴趣的缺乏会使一个人遇到职业适应不良的问题，当然也会使人缺乏与异性交流的能力。如果一个人的排他性非常强，那么他根本不会准备开始两人的家庭生活。一个人处在自我的世界中，这个世界非常狭窄，而把人拽出来，准备好适应社会生活，就是性本能的一个主要目标。但从心理的视角考虑，性本能是我们在中途就遇到的问题。除非我们已经率先放弃融入更广阔的世界，否则性本能不可能妥善地发挥应有的作用。

对于我们研究的男孩，现在可以得出结论了。我们已经发现，在面对生活三大问题的时候，他担心失败，他感到前途渺茫，他尽量驱逐生活中的一切问题。那么，仍然带着优越目标的他，到底还拥有什么？他疑心重重，与人孤立，敌视他人，拒绝参加社会活动。因为他不对别人感兴趣，所以开始邋里邋遢，不再关心自己给别人留下的印象，所有的外表特点都与精神病患者相似。他不想使用语言，但我们都知道，语言是一种社会需要。精神分裂的特点包括沉默不语，而他已然如此。

他设置了一道屏障，隔开自己和生活中的所有问题，所以他只剩下一条出路——通向精神病院的路。他有一种超脱的孤立，这是由他的优越目标造成的，他的性驱力被改变，所以他已经不是一个正常人了。有的时候，他以为自己是中国的皇帝或者耶稣基督，妄想直飞天际，这都是他表现自己优越目标的方式。

矫正和预防

就像我们经常说的那样，从本质上来说，所有的生活问题都是社会问题。社会问题可以在各种环境中表现出来，比如在经济政治生活、朋友、学校、幼儿园等方面。毋庸置疑，人类服务是我们所有能力都要社会性地集中的目的。

我们知道，在原型时期就已经开始出现缺乏社会适应能力问题了。怎样在还来得及的时候改正这些错误，是我们要解决的问题。这些错误非常严重，我们不但要教会父母怎样做好预防工作，而且还要教会他们如何确诊原型中错误的微小表现，同时还要把改正错误的方式教会他们，只有做到这些，才是完成一件非常大的善事。不过，愿意学习和预防错误的父母实在不多，教育问题和心理问题都让他们提不起兴趣，所以这种做法效果甚微。只要有人认为他们的孩子有一点儿不好，他们就表示反对。他们要么溺爱儿童，要么一点儿都不关心儿童。想要让家长改正或预防儿童的错误，必然无法取得良好效果。而且，我们也不可能让他们在短时间内，对所有的问题都能形成正确的认识。我们要浪费很多时间，告诉他们我们所了解的问题，给他们提出建议。找一位心理学家或者一名内科医生治疗，才是最好的解决方式。

除了心理学家和医生以外，能够取得最好效果的就是教育和学校。一般要在孩子上学以后，原型中的错误才会显露出来。如果一名老师懂得个性心理学的方法，那么他就能发现原型中的错误，而且这些工作用不了他太长时间。他能看出来一名儿童是不是在努力发展自己，成为众人关注的中心，看出这名儿童是否与人交往融洽，还能看出哪些儿童勇气不足，哪些儿童勇气充足。如果一名教师受过良好的训练，那么他发现原型中错误的时间只需要一个星期。

从社会影响的性质角度考虑，更有能力改正学生错误的人就是教师。因为家庭不能为儿童提供充足的教育以满足社会需要，所以人类建立了学校。在很大程度上，孩子的性格都是在学校里形成的，学校是家庭的扩展，孩子要在学校里学习怎样应对生活中的问题。

学校的教师应该具有心理观察能力，这才是重点，只有这样教师才能合适地承担自己的责任。发展个性是学校的真正目的，所以将来的学校将按照个性心理学的思路创办。

第十章 社会感、常识与自卑情结

我们已经知道，追求优越和自卑情结的各种结果导致了一些人无法很好地适应社会。社会适应不良已经由这两个术语做出了直接的解释。这种情结可能和血缘没有任何关系，而且并不存在于物质中，它形成于个人与社会环境相互影响的过程中。不过，并不是所有人都形成了优越情结和自卑情结，这是为什么？每个人都会探求优越和成功，也都会有自卑感，这些必备要素组成了他们的精神生活。以下就是并非所有人都具有这两种情结的原因：某种心理机制控制着他们的优越感和自卑感，使他们在对社会有意义的方面发展勇气。社会兴趣、社会感、常识的逻辑就是这种心理机制。

概论

至于上文提到的心理机制的作用和非作用，我们可以做一些研究。只要自卑感不是特别强烈，所有的孩子都会在生活有意义的一边发展，努力去做一个有意义的人。这些孩子会为了便于达到自己的目的而对别人感兴趣。对此做出正确和正常的弥补，就是社会适应和社会感。不管是成人还是孩子，从某种意义上讲，在探寻优越的过程中都未必这样成长。“我对别人不感兴趣”这样的话是任何人都说不出来的。他绝对不可能为自己的做法找理由，但可能为了表示这个世界让他提不起兴趣而真的这样做。为了掩盖自己缺乏社会适应能力的事实，他反而会说自己对别人感兴趣。这就是无言而又广泛的对社会感的证明。

不过确实存在无法很好地适应的情况，至于其根源，我们可以在观察边缘病例的时候进行研究。边缘病例的自卑情结是指在顺境中没有直接表现出来的自卑情结。在这种情况下，自卑情结是暗藏着的，至少存在某种暗藏的征兆。所以，如果某人没有遇到障碍，那么他看起来是心情愉快的。但如果我们仔细观察，就发现他的话语或者思想中暗藏着自卑感，至少他的态度中应该有所体现。也就是说，我们能够发现他的自卑情结以某种方式体现出来。经过夸大的自卑感产生的

结果就是自卑情结。这些人备受自卑的折磨，他们的自我中心被强加了重担，不断为了摆脱束缚而想尽办法。

我们会看到一种很有趣的现象，有人直接承认“我这个人很自卑”，有人则隐瞒自己的自卑情结。承认自卑情结的人，认为自己敢于承认其他人不敢承认的事，所以要比别人更加崇高。对于自己的坦率，他们似乎非常满意。他们“真诚地”对自己说：“我不隐瞒自己的病因，可见我是一个真诚的人。”虽然他们坦白自己有自卑情结，但也会隐晦地提出，他们的问题应该由生活或者其他环境中的困难来负责。他可能说到某次事故，说到自己的家庭和父母、被抢走的地位和权利、没有受到良好的教育、被人压制或者其他事。

优越情结常常弥补暗藏的自卑情结。一般来说这种人都具有自大、骄傲、无礼、内心叵测、趋炎附势等特点。在行为和外表之间，他们更注重外表。

在早期追求优越情结的过程中，这些人表现得怯懦，后来他们就把这一点当作自己所有失败的借口。他们准说：“我为什么不做？还不是因为怯懦吗？”一般来说，自卑情结都暗藏在这种“还不是”之类的句子中。

谨慎、奸诈、显摆、抵触生活中的重大困难等，都是自卑情结表现出来的特点，另外还包括探寻一个狭窄的活动范围，而在这个范围内有数不尽的条例和规则进行限制。自卑情结的表现还包括时常靠在柱子上。这些人所培养的一些兴趣非常神奇，他们不信任自己。为了不浪费时间，总会让自己全身心投入到搜集小广告或者报纸之类的事情里，对自己的这些做法，他们总是能原谅。在没有意义的方面，他们的实践非常多，如果长期坚持这些实践，那么一定会出现强迫性的神经官能症。

总体来说，不管儿童在外表上有什么表现，他们身上都暗藏着自卑情结。怠惰也是一种自卑情结的特征，因为它的本质是抵触生活中的重要目标。不说话是没有说实话的勇气，盗窃是利用一个人不在场或者粗心。自卑情结是儿童这些行为的核心所在。

自卑情结可能发展为神经病，如果一个人患有焦虑性神经质，那么他什么事都能做成。如果他想要一个始终陪着他的人，那么他的目的已经达到了。他可能想操控别人，让别人照顾他。在这个过程中，

我们发现自卑情结转化为优越情结。别人一定要服务于他，他就是通过这种方式才变得优越。与之相似的发展过程也出现在精神混乱者身上。当他们被从自卑情结发展而来的抵触规则逼迫到困难的环境中的时候，就希望在幻想中取得成功，把自己看作是伟人。因为一个人的勇气不足，所以在所有自卑情结发展的病例中，社会轨道上的心理机制在有意义的那边败下阵来。

他们在走入社会的路上受到勇气不足的阻碍，他们的脑力无法理解社会道路的必要性和影响，却与之一同走下去。

案例

他们是代表性的自卑情结的典范，在犯罪行为中，所有这些行为都能得到确切证明。这些人愚不可及而又怯懦，社会中的蠢笨与这种怯懦会集到了一起，它们是同一症状的两个方面。

我们可以用相同的思路来分析酗酒问题。胆小鬼对自己在生活中无意义方面的超脱感到非常满意，酒鬼却想摆脱自己的问题。

这些人的社会常识、知识构成和世界观是完全割裂的，不过正常人之所以面对生活保持勇敢，正是这种社会常识的作用。比如说犯罪分子强调通过劳动得到的收入微薄，总是想要指责别人，或者为自己辩解。他说社会没有帮助他，指责社会的冷漠。他说自己必须服从肠胃的命令，就像是杀害儿童的犯罪分子西克曼说的那样：“是上司指使我的。”他们在审讯的过程中找各种理由为自己辩解。在审讯过程中，还有一名杀人犯说：“我杀了那个孩子，这个世界上还有千千万万个孩子，他活着能有什么意义？”一位“哲学家”就这样产生了。他认为，在很多更有用处的人处于饥饿中的时候，把一个有钱的老女人杀死，算不得是坏事。

在我们看来，这种逻辑实在牵强，这的确是一种经不起推敲的逻辑。就像他们的勇气不足限制了他们对目标的选择一样，他们的生活目标没有任何意义，但却使他们的全部世界观受到限制。在生活中有意义方面的目标不需要任何解释，不需要说一句话，而他在任何时候都要为自己开脱。

至于社会目标和态度是怎样变成反社会目标和态度的，我们要举几个实例来说明。第一个例子是一个女孩，她十四岁左右，在一个非常诚实的家庭中长大。她的父亲只要还能劳动，就会一直养活这一家，是一个非常勤恳的人。母亲喜欢六个孩子，是一个友善而又诚实的人。现在父亲生病了。这家的第一个孩子是个女孩，非常聪明，但却在十二岁时不幸夭折。二女儿曾经生病，病愈后找了工作分担家庭责任。我们要讲的这个女孩就是下一个孩子。她叫安妮，身体一直不错。她的母亲忙着父亲和两个生病的姐姐的事，根本来不及照顾她。她还有一个病着但却非常聪明的弟弟。最终她发现，家里两个受宠的孩子把她挤到了中间。她感觉自己所得到的喜爱没有其他孩子那么多，虽然她是个好孩子。她感觉很郁闷，抱怨自己被忽视了。

安妮在学校是最好的学生，成绩非常不错。因为成绩优异，老师建议她继续读下去。后来，她上了高中，当时才十三岁半。她读高中的时候发现自己并不是最好的学生，有一个新老师不喜欢她。因为老师没有赞扬，她就开始退步了。她以前没有成为问题儿童，当时的那个老师很喜欢她，还给她好的评价，而且同学们也喜欢她。但在这种情况下，一名个性心理学家还是能从她的朋友关系中找到有问题的地方。她总是想操控自己的朋友们，不断指责他们。她想让别人奉承她，让大家都围着她转，但别人的指责却是她所不能承受的。

得到他人的照料、宠爱和赞扬就是安妮的目标。她发现自己的目标虽然无法在家里实现，但在学校里却能实现。然而到了新的学校以后，她发现老师在她的鉴定语上给出的评价很差，老师似乎不喜欢她，其他人也不再赞赏她了。最终她开始逃学，一连几天不去上课，回到学校后就变得更差劲了。最终老师建议开除她。

不过开除只能说明老师和学校不能解决这个问题，根本没有任何意义。就算老师解决不了问题，那也应该请能起到点作用的人过来。可以请另外一名老师，希望这名新老师能更好地理解安妮；也可以和她的父母讨论，让她去别的学校读书。可是老师想不到这些，只是坚持：“一定要开除她，这是一个倒退的学生，她总是逃学。”这种想法不是常识，而是个人知识的表现。可老师却是极其需要常识的人。

我们完全能预料到后面会发生什么。这个女孩认为自己做不好任何一件事，最后一根支柱也坍塌了。原本家里还对她有点赞赏，但随着她被学校开除，这点赞赏也没了。所以，她又消失了一段时间——她离家出走了。事情发展到最后，她竟然谈恋爱了，对方是名军人。

其实我们很容易解释她的做法，被人赞赏是她的目标。她接受各种有意义的学习，直到恋爱后，她的各种努力都围绕着没有意义的内容。最开始的时候，那名军人喜欢她、赞赏她。不过后来她在给家人的信中提到，她想服毒，她怀孕了。

她给家人写信的行为完全符合她的性格特点。她一直都希望自己在某方面被人赞赏，并为此不断变换方向。直到她回家之前，她一直没有停下变换努力的方向。她知道母亲不会骂她，因为母亲已经对她彻底不抱希望了。她认为家人一看见她就会很兴奋。

我们在治疗这种病人的时候，最重要的一点是表同作用，我们要有同情心，具有设身处地的思考能力。这个人向着别人赞赏他的方向努力。如果我们是这样的人，那么就会问：“我要做什么？”我们一定要考虑年龄和性别的因素。对于这种类型的人，我们应该尽力鼓励他，使他在有意义的方面发展。我们要一直努力，直到他能认识到：“我不是因为表现消极才转学的。可能我看到的不太准确，可能我的学习还不够。我在学校里不能理解老师，估计是我过多地表现出个人认识。”如果把勇气借给他们，那么他们也可能试着在有意义的领域让自己得到发展。勇气不足并且与自卑情结混在一起，使一个人被毁了。

我们可以想象让另外一个人置身于这个女孩的位置上会怎样，比如说，一个和她年纪差不多的男孩，那么这个男孩有可能走上犯罪的路。这是一种很常见的现象。如果在学校期间，一名男孩失去了勇气，他在外飘荡甚至成为罪犯的可能性都更大。这是一种很容易理解的现象。他绝望了，于是开始不做作业，他造假签名，开始迟到，找一个地方为逃学做准备。他在这些地方遇到其他人，这些人都曾有着和他类似的经历，最后他也成为这些伙伴们的一分子。他越来越多地表现出某种个人的理解力，对学校的所有事务都不再感兴趣。

一个人有没有特别的能力的想法，经常和自卑情结有一定的关系。其实，这个观点的意思是，有的人有天赋，但有的人没有。这根本就是自卑情结的表现。个性心理学的原理是“所有的人都可以完成某件事”。如果一个男孩或者女孩认为自己无法实现在生活中有意义方面的目标，因为遵守这条原则而感到无望，那么我们可以认定他有自卑情结的症状。

自卑情结还表现在相信性格特点是遗传的。假如说这种说法——成功是天赋决定的——没错，那么心理学家什么都干不成。其实，勇气才是成功的决定性因素，心理学家的任务是，让我们在从事有意义的工作时，能使绝望的情感转化为希望的情感，然后因希望的感情而精神焕发。

有时候我们发现一名被学校开除的十六岁少年自杀了，他已经绝望了。他要指控这个社会，并用自杀这种方式来报复。这是青年人肯定自己的方式，但他们却依靠个人理解来肯定，而不是依靠常识来肯定。此时，劝慰这名男孩，让他带着勇气去选择有意义的方向，是非常必要的。

我们还可以列举一系列事例，比如一个十一岁女童。她感觉自己在家里是多余的、不受喜爱的，兄弟姐妹们都比较受宠，就这样她变得喜欢吵闹、别扭、暴躁，这些儿童得不到赞赏。其实我们可以很容易分析这个事例。女孩开始谋求宠爱，不过最后她绝望了。后来，她开始盗窃。在个性心理学家看来，对于儿童来说，盗窃只是让他们的活动变得充实，而不是一种罪大恶极的罪行。假如一个人没有感觉自己被夺走了什么，那么他就不可能让自己变得充实起来。因为他感到绝望，在家里缺少爱，所以才开始盗窃。我们经常发现，孩子开始盗窃的时候，基本是他们感觉自己被抢走了某些东西的时候。这种感受揭示了某些行为的心理原因，而没有说明实际问题。

还有一个八岁男孩的例子。他与养父母生活在一起，是个私生子，没有什么出息。养父母不管教他，也不关注他。当时他生活中最明亮的时刻，就是母亲偶尔喂他吃糖。当母亲不再喂这不幸的孩子吃糖的时候，他便感觉非常伤心。后来，母亲嫁给了一个老男人，又生了个女孩，那老男人所有的快乐就来自新生的女孩，一直都很宠爱她。因为这名男孩在外生活要花费一定的抚养费，所以这成为他们继续收养这名男孩的唯一理由。每当老男人回来的时候，都给小女孩带糖吃，根本没有男孩的份儿。就这样，男孩开始偷吃糖。他感觉自己的权利被抢走了，所以要充实自己，所以就去偷窃。为此他没少挨父亲的打，但这种习惯还是没改。有人认为这名男孩勇气可嘉，因为他不断被打但却始终坚持。其实事情并不是这样的，男孩也一直希望不暴露。

这个例子讲的是一名被敌视的儿童，那些普通人的经历他从来没有拥有过，我们一定要让他过上普通人的生活，给他机会，给他鼓

励。如果他学会了站在他人的角度思考，就能理解小女孩发现糖果不见时的感受，能理解养父看见他盗窃时的感受。这是一个关于被敌视儿童的自卑情结的例子，我们从中看到勇气不足、相互体谅不足和社会感情不足是怎样结合在一起，并组成了自卑情结。

第十一章 恋爱与婚姻

学会做一个能与他人交往，并做一个能够适应社会的人，是准备婚姻和恋爱的第一步。在做这种一般性的准备时，我们应该从童年早期就开始练习，这是一种关于性本能的练习，目的是在家庭和婚姻中取得正常的性本能满足，这种练习一直到成年时期结束。我们能够在早期形成原型中找到恋爱和婚姻的能力、无能，以及发展趋势。要想了解后来成年生活中将会遇到的各种困难，我们可以从观察原型的特点入手。

平等的前提条件

不管是在婚姻和恋爱中遇到的问题，还是在普通的社会生活中遇到的问题，这些问题的性质是一样的。这些生活中所遇到的困难和完成的目标也是一样的。有一种观点认为婚姻和恋爱会让人非常满意，简直就像进了天堂一般，其实这是不正确的。婚恋过程中从头到尾都存在某种工作，想要完成这些工作，需要在任何时候都牢记对方的利益。

在恋爱和婚姻中，我们要为对方设身处地地着想，这就需要更多的能力、更多的同情心，这和普通的社会适应该是不同的。如果说，已经做好准备去适应家庭生活的人并不多，那么关键的问题就是他们并没有学会用对方的眼睛去观察，用对方的心去感受，用对方的耳朵去倾听。

我们前面几章主要讨论了一些儿童，他们从小到大都对别人不感兴趣，只关心自己。如果说，在这些儿童的身体性本能成熟后，他们性格也随之突然发生了变化，我们对此完全不抱希望。在婚姻和恋爱面前，他们同样没有任何好办法，好比他们根本就没有准备好适应社会生活一样。

社会兴趣发展的过程非常慢，能够有社会感的人，只是那些在早年的童年阶段就开始学习培养社会兴趣，并且在有意义的方面一直努

力的人。所以我们比较容易知道一个人有没有做好准备应对异性生活。

我们一定要记住，要观察生活中有意义的方面。处于生活有意义方面的人，在面对生活中的问题时，总是迎难而上，带着自信和勇气去寻找解决的方法。他们能够和邻居友好相处，有朋友，也有伙伴。如果一个人不具备上面的特点，那么我们就不能认为他能做好准备去应对婚姻与恋爱，其实他是一个不可相信的人。另外我们也可以认为，一个在工作中一直进步，并且有了自己事业的人，已经做好了结婚的准备。

我们在理解社会兴趣本质的时候发现，只有在完全平等的前提条件下，婚姻和恋爱的问题才能够得到最好的处理。我们不应该过分强调一方是不是尊重另一方，关键点是基本的平等交换关系。爱情的种类很丰富，可爱情自身并不能使问题得到解决。要想得到圆满的婚姻，就一定要让爱情走在正确的方向上，这需要建立起一种恰当的平等关系。

不管是男人还是女人，只要试图在结婚以后操控另一方，那么他们最终都要面临毁灭性的结局。带着这种想法准备结婚也是错误的，这都能在结婚以后的生活中得到证明。婚姻中没有征服者的位置，在婚姻中成为一个征服者是不可能实现的。为对方考虑的能力以及关注对方才是婚姻所需要的。

为婚姻做的准备

至于婚姻生活中所必须的特别准备，我们现在要做一番讨论。就像我们所知道的那样，这与社会感的培养有关，社会感的培养包括对吸引异性的本能的学习。其实，所有人的内心都创立了一个理想的异性形象，这在童年时期就开始了。对于男孩子来说，他想找的妻子可能和母亲非常类似，因为母亲就是他理想异性的原型。有些时候某种令人不高兴的焦虑状态，可能存在于母亲和男孩之间。这时候，男孩想找的女性伴侣就可能和母亲的类型完全相反。男人在将来生活中选择妻子的方式，与母子关系的联系非常密切。对于这种联系，我们甚至可以从头发的颜色、身材和眼睛等细节中发现。

假如母亲总是想控制男孩，总是带着操控欲，那么在迎接婚姻和恋爱的时候，男人就可能不想勇敢面对。因为那种乖顺而又柔弱的女孩，才是他心中的理想异性的形象。此外，对于一个有好胜心的男孩来说，他在后来的婚姻生活中可能想要控制妻子，甚至与妻子打架。

我们由此可以看出，在面对爱情问题的时候，童年时期所暴露出来的所有特点是怎样被加重和强化的。我们可以想象，在面对性问题的時候，那些备受自卑情结折磨的人将会做出什么。他们可能会感觉到自卑懦弱，经常表现出自卑感，需要别人的帮助。这些人的理想异性形象，基本都有母亲的性格特点，或者说他可能在爱情中变得好强、骄傲——这些都与他的性格完全相反，他要用这种方式弥补自卑。他可能会选择一个好胜的女孩，经过一场激烈的斗争后成为征服者，并以此感到光荣。假如他的勇气不足，那么就可能会感觉自己带着诸多限制去选择异性。

这种做法必然无缘成功，不管是对于男人还是对于女人。利用性关系来满足优越情结或者是自卑情结，是愚不可及的做法。不过这种现象非常普遍。如果我们观察得够仔细，那么就会发现，其实很多人不明白达到某种目的不应该使用性关系的办法。他们寻找的伴侣，都是牺牲品。两人中的一个想成为征服者，而另外一个人也有这种想法，最终他们将无法在一起生活。

如果我们知道，某个人想要让自己的情结得到满足而使用性关系的手段，那么就能够比较透彻地解释他在选择异性上的奇怪做法。用其他原因来解释这些现象，必然让人感到不易理解。我们从中得知，为什么有的人选择年纪比较大的异性，或者选择体弱多病的异性。这是因为在他们看来，选择这种类型的人能使自己在做事的时候更加容易。有这样一种人，他们不想解决问题，一个典型的表现是，他们想找一个有婚史的人。有的时候我们还会看见一个人同时与两个女孩或者是两个男孩谈恋爱，这是因为“两个女孩还不如一个女孩”，我们在前面已经分析过了。

我们知道一个在自卑情结中痛苦的人为什么不能够做完一件事、拒绝直接面对问题、不断变换工作。他们的此类做法也同样适用于遇到爱情问题时。为了满足自己习惯性的行事特点，他们会选择与两个人同时谈恋爱，或者是选择与一个已结了婚的人谈恋爱。当然也可能还有其他的表现，比如明知永远不可能和一个人结婚，但还是不断地求爱，或者没完没了地订下婚约。

在婚姻中表现得非常明显的例子是，被溺爱的儿童，他们还想继续被溺爱，希望结婚的配偶能够满足自己。在最开始求爱的时候，或者是结婚后的前几年，这种情况并不会有什么危险。不过到后来出现的情况会非常复杂。我们可以想象两个被溺爱的人结为夫妻后将会遇到什么事。他们都不想溺爱对方，都想从对方那里感受到溺爱。这就是好像谁都不想的东西给对方，而且又相互对立，认为对方不理解自己。

我们应该能够想象，当一个人的行为被剥夺、当他被误解的时候会出现什么问题。他想要躲避，他感觉到自卑。在婚姻中，这种感觉会更不痛快，尤其是当他进入了一种极其绝望的状态中。到了这个时候，就会产生一种报复心，一方想让另一方的生活被打乱，最简单的达到这个方法就是不忠。不忠的人在为自己辩解的时候，总是拿出感情和爱的借口。不过一般来说，不忠是一种报复的方式，感情不应该成为辩解的借口，感情与优越的目标是相一致的，我们都知道感情是有价值的。

我们在说明这个问题的时候，可以举出一个被溺爱的女人的例子。那个和她结婚的男人在以前总是感觉他的弟弟夺走了自己的权利。我们应该能够想到，他对这个甜蜜而又温和的独生姑娘有多么喜爱。他们的婚姻生活非常幸福，一直到孩子生下来。我们应该能想到他们以后的生活会怎样。妻子对生孩子并不感兴趣，她害怕自己的位子被孩子夺走，她想成为家庭中的焦点。另外一方面，丈夫也害怕自己的位子被孩子取代，他也想得到溺爱。最终夫妻两人虽然没有忽略孩子，也是称职的父母，但是都变得相互猜忌，他们总是担心两人之间的感情会变淡。猜忌是非常危险的，因为只要有一个人开始考虑每一种行为、每一句话或者是每一个表情，那么他就好像已经发现，或者很容易发现感情已经变了。两人都发现了一些问题。有一件非常碰巧的事，丈夫到巴黎去休假，当时妻子在生产恢复后照顾婴儿。丈夫写给妻子的信中提到，自己遇到了各种各样的人，玩得非常高兴，等等。妻子感觉自己曾经的幸福感不在了，她觉得自己被忽视了，所以就变得很抑郁，最终患上了广场恐惧症。丈夫回到家以后必须要陪伴她，因为她不敢一个人出门。她好像已经成了关注的焦点。从表面上看，她的目的已经达到了。不过这种满足是不正常的，因为只要她的广场恐惧症治好了，她的丈夫也就不再陪着她了，所以她的广场恐惧症还在持续。

她在生病时找了一位医生，医生给她提供了很多帮助。在医生的帮助下，她的病情有了起色。她在医生身上投入了自己所有美好的感情，不过医生看她病情好转就离开了。她给医生写了一封信，对医生为她做的一切表示友善的感谢。然而医生没有回信，后来她的病情又越来越重了。

这个时候，她想要报复自己的丈夫，想象着和别的男人在一起。不过她必须要丈夫陪着，因为她不能一个人出门，也就是说她的广场恐惧症救了他，她最终没有实现不忠的愿望。

婚姻咨询

在看到婚姻中这么多错误以后，我们必然会问一个问题：这一切都是必然结果吗？我们知道，在童年时期就已经开始酝酿错误了。同时我们也知道，想要改正错误的生活习惯，可以从原型的特点着手。那么，我们能不能以个性心理学的原理为依据，成立一些咨询机构，以解决婚姻中的错误？训练有素的人可以加入咨询机构，因为他们知道个人生活中的所有事物是怎样相互联系的。他们具有同理心，而且能同情前来寻求建议的人。

这些咨询机构的人并不会说：“你们不断地吵架，无法调和，还是离婚吧。”离婚能解决问题吗？假如离婚了又要怎么过呢？就算是一个人离婚了，他还是会想着结婚。他曾经的生活习惯还是没有变，这基本算是一条铁律。有的时候我们看到一些人不断地结婚、离婚，又再结婚、离婚。他们的错误一直在不断重复，这些人可以求助咨询机构。在离婚之前去咨询机构询问，或者在打算开始谈恋爱或者结婚的时候去询问自己是否可能成功。

有很多错误是在结婚以后才变得重要的，但在童年时期显得非常微小。有的人总是感觉自己会有绝望的一天。有的儿童总是担心自己会面对绝望，他们向来都不太高兴。他们要么由于早期的困难而变得迷信，担心会发生类似的悲剧；要么担心别人更受宠爱，自己的位置被人取代。很明显，在将来的婚姻生活中，这种绝望而又担心的情绪会引起猜疑和嫉妒。

有的女人认为男人是不忠的，感觉自己只是男人们手中的玩物，这是一个非常特别的难点。我们可以清楚地看到，有这种想法的人在

婚姻生活中是不可能幸福的。

人们总是询问婚姻和恋爱方面的建议，我们可以从这个事实中得出结论：生活中最重要的问题就是婚姻和恋爱。不过个性心理学认为，虽然这个问题在生活中非常重要，但是绝对不是最重要的。根据个性心理学的观点，生活中的问题没有哪个比哪个更重要的分别。假如人们认为婚姻和恋爱的重要性最大，并对此过分强调，那么他们生活中的协调将不复存在。

人们心中对这个问题的意义看得过重了，原因可能是没有接受任何正规学习，而这个问题与其他问题又不尽相同。我们曾经讨论过生活中的三大问题，现在可以回想一下，其中排在第一的是社会问题。社会问题与我们对待其他人的行为有关系。从生活的第一刻开始，我们就在学习怎样与别人交往，也就是在我们生活很早的时候就开始学习了。同理，我们的各项职业技术都有教师教育，我们也能从书中学习如何处理问题，也就是说我们所接受的职业学习非常正规。不过关于婚姻和恋爱的准备，有什么课本曾经教过我们吗？关于成功婚姻的书，我们很少发现。虽然关于婚姻和恋爱的书籍也很多，而且没有哪种文学没有讲到爱情故事。所有人关注的都是面对困难的男人女人，估计是因为我们的文学和文化关系密切。因此，大家在谈到婚姻问题时都比较慎重，而且过分慎重。

婚姻始终是人类的行为，从最开始的时候就是。我们可以翻一翻《圣经》，就会发现一个灾难的故事以女人开头。我们会读到，在爱情生活中，当时的男男女女都会遇到非常大的危险。很明显，我们的教育在谈到婚姻恋爱方面的问题时，显得非常拘束。我们的教育方式应该更加灵活，教会男孩在婚姻中怎样做好男人的角色，教会女孩在婚姻中怎样做好女人的角色，而不是将那些为罪恶做准备的教育塞到孩子脑子里。当然我们还要教育好儿童在婚姻中双方应该是平等的。

我们的文明在这一点上是非常失败的，现在的妇女感觉到自卑就是一项证据。如果读者不相信，那么就可以了解一下妇女们是怎样进行斗争的。读者将会认识到，妇女们经常接受超常规的学习和发展，同时还能发现，妇女们总在想怎样战胜别人。另外，相比于男人，女人更加关注自我。将来的教育应该教会女孩不要只关注自己的利益，也要关注别人，同时教会女孩应该更多地发展社会兴趣。不过我们首先要将关于男人具有特权的迷信想法废止，然后才能做到这一点。

在婚姻问题上，有些人的准备非常不充分，我们可以举例说明。一位漂亮的女孩和一个青年已经订婚了，他们在舞会上跳舞。男孩为了捡起掉在地上的眼镜，居然差一点儿把女孩推倒在地。这让旁边的人都感到非常震惊，有一个朋友问他：“你想干什么？”他回答说：“万一她踩到了我的眼镜呢？”从这里我们可以发现，青年并没有做好结婚准备。其实，他们两人后来也没有结婚。

在后来的生活里，男孩去找医生说爱情的抑郁把他折磨得很惨。过分关注自己的人经常会患有忧郁症。

关于一个人是否具备条件结婚，很多迹象都有所表现。假如情侣约会迟到，而且又给不出任何可信的理由，那么我们坚决不能相信这种人。这件事说明他们没有做好应对生活中的问题的准备，也说明他们在态度上的犹豫。

准备不足的表现还包括一方总是想指责或者是教育另一方。过于敏感也是自卑情结的表现，同样也是不太好的现象。不符合婚姻生活条件的人还包括不合群的人和朋友不多的人。还有一种不太妙的表现是，在职业上非常犹豫、悲观，缺乏面对生活的勇气。很明显，他们缺乏适应的能力。

虽然上面说的各种表现都让人不满意，不过沿着正确的方向选择一个人，或者说选择一个合适的人，其实应该是很容易的。我们都期望找到的那个人正好符合自己的理想要求。其实，如果一个人希望找到的结婚对象符合自己的理想要求，而这个愿望又始终不能满足，此时我们可以推断出他有些犹豫，这种人完全不想向前发展。

关于一对年轻男女是否已经具备结婚的条件，德国有一种历史悠久的测试方法。这是一种农村风俗，人们把一种两端都有把手的锯交给一对青年男女，让每个人都拿着一端，一起锯同一棵树桩，树桩旁边围绕着观看的亲朋好友。两个人的任务是把树桩锯开，所以任何一个人都要让自己拉锯的动作与对方相配合，也就是都要顾及对方的动作，所以这是一种不错的方法，可以验证一对男女是否具有适应婚姻的能力。

我们重说一遍已经讲过的内容，并在这里做出总结。能够解决婚姻和恋爱问题的人，只能是那些已经适应社会的人。社会兴趣不足是大部分错误的原因，要想改正错误就只能让人自身发生变化。婚姻是

两个人共同的目标，我们不应该受到独立承担工作任务的教育，因为完成一项任务应该由众人通力合作，而不只是让两个人学习一起做事。当然，虽然教育中还存在某些缺陷，但只要两个人都认识到自己性格中的错误，在解决问题的时候以平等的精神为原则，那么仍然能够满意地处理婚姻中的问题。

很明显，一夫一妻制是婚姻中的最高形式。有的人认为一夫多妻与人类的本性更符合，然而他们都只能拿出假科学当作借口。因为我们的文化把婚姻和恋爱都当作社会任务，所以这是一种无法接受的观点。我们结婚不只是为了个人的利益，也是为了社会的利益。婚姻是种族发展的需要，我们最后要提出这一点。

第十二章 性欲及性问题

我们在上一章讨论了普遍意义上的婚姻和恋爱问题。关于这个大问题中的具体问题，也就是性问题，以及它们与幻想性和真实性变态的关系，我们将要在这一章进行讨论。大多数人对爱情问题所做的学习和准备，都没有对生活中其他问题所做的学习和准备充足，我们已经证实了这一点。在性问题方面也使用这项结论，也是成立的。在性的问题上，我们一定要排除各种迷信，这一点需要特别指出。

有一种观点认为，性格是遗传的，而性欲也是无法改变的，也是遗传的，这是最普遍的迷信。我们都知道人们很容易拿出遗传问题当作托词和辩解的理由，这阻碍了人们的进一步发展。所以对先进的科学观点进行描述是非常有必要的。对于这些观点，一般外行人的态度过于慎重严肃，他们并不知道作者只是给出了结论，而没有讨论人为的性本能刺激，也没有讨论这项结论可能导致的压抑程度。

早期学习

在生命的早期，性欲就已经出现了。在出生最开始的几天，婴儿就有一些性动作和性兴奋。当然，这需要细心的保姆或者是父母用心去观察才能发现。不过这种性欲表现为对环境的依靠，已经不在我们的预计中了。当婴儿表现出这些举止的时候，父母应该想办法分散他们的注意力。不过父母在实施的过程中并不能采用正确的方法，或者有的时候虽然采用了正确的做法，但是效果却很差。

如果一名儿童在早期并没有正确认识自己器官的功能，那么他对性活动的兴趣可能更大。我们已经发现身体的其他器官存在这种现象，当然性器官也是如此。想要让孩子得到正确的认识，需要在恰当的时候进行干预。

总的来说，就算我们看到了孩子的性动作，也不应该表现得大惊小怪。儿童时期的性表现是一种正常的现象，毕竟两性的目的都是为

了最终与对方结合。所以，等待和观察是我们的原则，我们应该在一边注意儿童，防止他们的性表现向错误的方向上发展。

人们总是认为，遗传缺陷导致了童年时期自我学习的某种结果。有的时候，这种自我学习的行为也被视为遗传的特点。所以，人们看到一名儿童对同性的兴趣比对异性的兴趣浓厚，便认为他天生就是性无能。不过我们知道，性无能是日积月累而形成的。很多人认为遗传是有些成年人或者儿童性反常的原因。假如这是真的，那么这些人为什么重复或梦见自己的行为？为什么还要让自己得到练习？

我们可以用个性心理学的原理去解释，为什么有些人在某段时间停止了这种学习，比如说有的人有自卑情结，他们恐惧失败。不过，他们的学习已经过度，最终发展为某种优越情结。我们在这个时候就可以看到，有些类似的做法夸张而过度地强调性欲，这些人的性欲可能非常强。

环境特别容易影响到这种类型的人对优越的追求，我们知道这种兴趣是怎样被某些社会交往、电影、小说或者图片强化的。几乎我们这个年代中的所有事物，都对人们的夸张性行为起到增加兴趣的作用。虽然我们认为对性的强调有些过分，但是在婚姻恋爱和人类生殖方面的作用，我们也不能够贬低这些机能性的驱力的重要性。

父母在照顾儿童的时候，应该对他们的性夸张征兆做出预防。比较普遍的现象是，儿童对性的重要性给出了过高的估计，这可能是由于对于儿童最开始的性动作，母亲太过在意。母亲可能因此感到惊讶，所以总是把这类问题讲给儿童听，在他身边守着，或者惩罚他。我们应该明白，儿童们受到指责后，他们的这种习惯可能还要持续，因为他们都是关注自我的。不要对儿童过分强调这个问题，这是一种比较妥当的解决方式。我们应该把它当作普通的难题来处理，如果大家在儿童面前都没有表现得非常在意，这个问题会容易很多。

有些时候人们还可能因为一些传统而注意到某个方向，比如母亲通过拥抱和亲吻等方式来表达自己的感情，而母亲的爱又是那样的浓烈。其实母亲不应该过多地做出这些举动，虽然她们说在这样做的时候很难控制自己。因为这种做法显得母亲把儿童看成了敌人，而不是看成了儿童，所以这并不是代表性的母爱的表现。如果一个儿童总是被溺爱，那么他不可能在性方面发展良好。

依靠生活习惯

我们要提出和这个问题有关的一点，很多心理学家和医生都认为，性欲是所有身体活动发展的基础，而不只是精神和心理发展的基础。对于这个观点，本书作者也持赞成态度。我认为，性欲的发展与整体形式都依赖于原型和生活习惯，也就是依赖于个性。

比如，一名儿童压制自己的性欲，通过另外的某种方式表达自己的性欲，那么我们就可以猜测到当他们成年以后会遇到什么问题。假如我们知道，一名儿童总是想要控制别人，成为关注的焦点，那么他在性欲方面也向着操控别人和成为焦点的方向发展。

很多人认为，假如在表现性本能的时候，以一夫多妻制的形式来展现，那么就会变得具有操控他人的能力，或者变得优越起来，所以这些人会和很多人发生性关系。很明显他们对自己的性态度和性欲都过分看重，根源是心理方面的因素。他们认为这是一种让自己成为操控者的做法。这只是一种幻想，一种弥补自卑情结的幻想。

自卑情结的核心问题是性变态，如果一个人有自卑情结，那么他就想要寻找最简单的解决方式。有的时候他发现，夸张自己的性生活，并排除生活中的大部分方面，就是最简便的解决方法。

我们经常发现这种特点体现在儿童身上。总的来说，在那些希望能够操控别人的儿童身上，都表现出了这种特点。这些儿童在生活中没有意义的方面努力，他们创造困难，希望能够缠住老师和父母。他们在后来的生活中，也希望能够通过缠住别人的方法，而使自己变得优越。在成长的过程中，这类儿童把操控与优越的愿望和性欲混为一谈。有时候，他们对生活中的问题和某些可能性持抵触态度，就在这种抵触的过程中，他们还排斥所有的异性。所以他们的学习都是为了同性恋。我们应该注意，过分强调性欲在性反常的人中非常常见。其实，他们想要躲避正常性生活问题中的苦难，于是使自己的性反常过度夸张化，当作一种抵抗解决问题的手段。

我们要想了解这一切，就只能先理解他们的生活习惯。不过，有些人希望受到赞赏，但是在异性对他们产生充足的兴趣时，他们又认为自己无能为力。在异性的问题上，他们在童年时期就已经产生了自卑情结，比如说他们发现自己的行为举止没有母亲或者家里姑娘的行为举止更有吸引力，并因此认为女人永远都不会对他产生兴趣。这些

人可能会模仿异性的一举一动，因为他们对异性非常崇拜。所以，有的时候我们会看到像男人的女孩，当然也会看到行为举止像女孩的男人。

还有这样一种男人，他们犯下迫害儿童罪，被指控为虐待狂。对于我们曾经讨论的特点的形成，这些人的例子能够做出最好的解释。我们可以盘问他的成长历程，我们会发现他的母亲总是责骂他，而且非常专制。哪怕是这样，他在学校里也是一名优秀而又聪明的学生。不过母亲从来没有对他的成绩感到满意，所以他对母亲没有半点兴趣，并在家庭感情中将母亲排斥掉。然而他却非常依赖自己的父亲，喜欢和父亲亲近，也很爱父亲。

这名男孩一定认为女人总是鸡蛋里挑骨头，而且非常严厉。我们能够猜测到他是怎么产生这种想法的。他认为和女人交往只是被逼的，根本没有任何快乐。即便如此，他也开始产生了排斥异性的态度。这个人在恐惧的时候就会感觉到性刺激，这才是最为恐怖的事。我们非常熟悉这种类型的人，他们经常会受焦虑的煎熬，但也因此感觉到刺激，所以他们总是寻找一种自己不会感到畏惧的环境。在以后的生活中，他可能在看到一个孩子备受摧残的时候感到高兴，也可能喜欢虐待或者惩罚自己，甚至有可能在幻想别人或者自己受到虐待的时候感觉到快乐。这就和我们所说的那种类型相一致，他能够从想象的和真实的虐待中感觉到性满足和性刺激。

错误学习的结果就像这个人的例子，他不懂自己的各种习惯之间有什么相互关系。不过就算他明白了，那也为时已晚。一个人很难在自己三十岁或者二十五岁的时候，重新让自己开始某些学习。童年阶段是最合适的练习时间。

其他因素

可能在童年时期，各种事情之间都被搅和得非常繁杂，原因在于与父母之间的心理关系。我们发现一个差劲的性学习是怎样使父母与儿子之间产生了心理冲突，这种情形非常奇怪。一名好斗的少年，尤其是在青春时期，可能会为了故意伤害自己的父母而肆意发泄性欲。我们都知道，在与父母斗争之后，男孩或者女孩都经常为了报复父母而和其他人发生性关系。如果他们认识到对于这个问题父母的表现非

常敏感，就会更加肆意。基本上激烈的儿童都无一例外地在这方面发起袭击。

让孩子们对自己负责，是使他免于使用这种策略的唯一方法，这样他们就会相信这种做法和自己的利益有关，而不只是和父母的利益有关。

对性问题产生影响的因素，包括生活习惯中体现的童年环境，另外还有一个国家的政治经济情况。政治经济情况会促使一种影响力非常强的社会因素产生。在第一次俄国革命以及日俄战争失败以后，发起了一场激烈的解放主义性运动，因为这时没有人还怀有信心或抱有希望了。这场运动波及了所有的青年和成年人。人们发现，与之相似的夸张的性欲倾向也发生在革命期间。生命在战争期间变得没有任何价值，所以就会经常出现沉溺于性欲的现象。

似乎警察也认为，性可以当作一种心理解脱的方式。这非常有趣，至少在欧洲是这样的。警察总是先去妓院里进行搜查，不管发生了什么案件，他们正在搜捕的各种罪犯经常都能在妓院里找到，当然也能找到正在搜捕的杀人犯。主要原因是，一个人在犯罪以后，需要在情绪上得到安定，抚平他内心的无限焦虑。他们要证明自己不是丧家犬，自己仍然是强有力的，他们需要相信自己的能力。

社会方法

一个法国人曾经说过，人喝水时并不一定是渴了，吃饭时也不一定是饿了，并且在任何时间都可以发生性关系，在所有动物中，只有人这样。从本质上来说，过分放纵性欲的本能，与在其他方面过度放纵是一样的。不管是发展成哪种兴趣，在哪个方面放纵欲望，都会使生活的协调被扰乱。有些人毫无限度地放纵自己，甚至到了最后连欲望和兴趣都成为强迫性行为，这样的例子在心理学的历史上有很多记载。我们都比较熟悉的例子是守财奴，他们过分看重金钱的重要性。还有的人认为，清洁工作在所有事务中排在第一名，他们把清洁看得非常重要，甚至用一天或者是半夜的时间做清洁工作。还有的人没完没了地吃，只有食物能够让他们感兴趣，对他们来说，饮食的重要性是最高的，哪怕是说话，也不谈及除了吃以外的其他内容。

过度纵欲也是如此，它必然使生活习惯站在了无意义的一边，而且还使行动的协调不再平衡。

性驱力在正常的性本能练习中应该被压制在有意义的目标范围内，这个目标应该由我们的所有活动来表现。不管是生活中的其他方面还是性欲，只要选择了合适的目标，都不可能过分地被看重。

当然这并不是说，在正常的生活习惯内会有合适的表现；也不是说，只要我们的性表达方式比较随性，我们就可以使神经性疾病得到治愈，而这些疾病正好说明生活习惯的平衡被打破。有一种普遍流传的观点是错误的，认为受到压制的力比多是神经症的原因。其实神经症患者找不到正确的性表达方式，事实情况恰好与这种说法相反。

对于这样的人，我们也曾经见到过。他们被建议更加随性地发泄性本能，而听从这一建议却导致了他们病情恶化。因为他们没有在社会有意义的目标范围内控制性生活，所以才出现了恶化的结果。想要他们的神经症症状有所缓解，就一定要使之限制在社会有意义的目标范围内。其实神经症是生活习惯内的某种疾病——我们暂时用这个名称——它的治愈不能通过性本能表达的形式，只有从生活习惯入手才能够治疗神经症。

所有的关系都非常明晰，所以对于个性心理学家来说，他们会坚定地认为，解决问题的唯一理想方法就是婚姻幸福。不过，这种方法并不能让一名神经症患者感到有兴趣，因为他们不能良好地适应社会生活，他们一般都性格懦弱。那些过度强调性欲的人恰好相反，这些人也认为应该遵循一夫多妻、试婚以及同居。他们在解决性问题的時候，都想到了躲避社会的方式。在解决社会适应的问题时，他们又幻想着以某种新的方式来躲避，而不是以夫妻共同兴趣的原则为指导。不过，最省事的方法必然是最艰难的方法。

第十三章 结论

现在我们应该对各项研究做出总结，我们可以非常坦白地承认，自卑问题一直都与个性心理学的方法紧密联系。

人类成功和斗争的基础就是自卑，同时所有心理适应不良问题的原因也是自卑。当一个人找不到具体而又合适的优越目标时，就会产生自卑情结。自卑情结会使人产生躲避的念想，这是一种隐藏在优越情结中的念想。不过优越情结让人在虚无的成功中感到满足，这只是生活中没有意义方面的目标。

心理生活的动力机制就是这样的。更具体一些，我们知道在有些时候，精神活动中错误的害处，要比另外一些时候更加严重。我们还知道，在童年时期，生活习惯就已经具备了潜在的特征，并且发展定型，也就是说在四五岁的时候，这种特征就已经发展出原型了。如果是这样，那么在童年时期进行正确的指导，就成为我们心理活动的全部责任。

我们已经提出，童年的指导主要是在培养合适的社会兴趣方面着手，这样才能够建立健康而又有意义的目标，并使之完善定型。要想广泛地压制儿童的自卑感，防止优越情结或自卑情结的产生，就要经过一定的学习，使他们具有适应社会系统的能力。

自卑问题的正面反应就是社会适应。因为一个人的懦弱无能和自卑，所以我们才看到人类要在社会中生活，也就是说个人得到救赎的方向只有社会协作和社会兴趣。

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

版权信息

书名：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

目录

[版权信息](#)

[导言](#)

[第一章 人格的统一](#)

[第二章 对优越感的追求及在教育上的意义](#)

[第三章 该怎样引导孩子去寻求优越感](#)

[第四章 自卑情结](#)

[第五章 儿童成长——防止自卑情结](#)

[第六章 儿童的社会情感发展及所遇障碍](#)

[第七章 儿童在家中的地位：心理境况及处理方式](#)

[第八章 新的环境：测试儿童是否已经做好了准备](#)

[第九章 孩子的学校生活](#)

[第十章 外在环境对儿童的影响](#)

[第十一章 青春期及儿童的性教育](#)

[第十二章 教育者的使命](#)

[第十三章 关于父母的教育](#)

[附录一 个人心理问卷](#)

[附录二 五个孩子的案例及评析](#)

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嗔恨起来。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”的关系来决定的，那第二个问题就决定于“人”与“世界”（土地）所构成的根本关系。确实，人与世界总是相连的。与第一个问题相同，一个人希望世界给他什么，就要看他如何回答有关事业的问题了，这关系到他与世界的关系问题，可不仅仅是一个人的事，或者是某个方面的事，它关乎人和世界双方，不是人能够单方面做主的。我们要想在事业上取胜，不考虑到客观现实是不行的，只靠主观意愿无法决定成败。在这个原因的基础上我们可以看到，在涉及职业的问题上，个体给出了怎样的回答，以及他采取了怎样的方式来回答，都会体现出他的人格特质和他对于生活的态度。

人类有两性之分是事实，这就是第三个根本问题的源头所在。同样地，处理这个问题也不是凭个人单方面或主观判断就能解决的，必须通过两性关系内在的客观逻辑来完成。要是觉得与异性相处是一个

个人化的、带有主观性的问题，也是不对的。若想找到准确的解决方式，就必须得对两性关系中所涉及的所有问题做全盘的考虑方才可以。一个人要是不能妥善处理自己的爱情和婚姻问题，那他势必存在着人格上的某种缺憾。要是处理不好，就会产生不少不良后果，而对于这些后果的成因及其隐含的意思，我们只能在当事人隐而未见的那些人格缺陷中才能找到答案。

因此，一个人大体上的生活方式及其特有的目的，都会透过上述提及的三个问题体现出来，只要依照其回答的方式去看，就可以知晓了。他的目的将会是最具效力的，不仅决定了其生活方式，还都映照在他的行为举止里。所以说，一个人要是把目的放在合作和友爱上，本着过有建设性的生活的目的，那他处理问题的方式就会带有这个目的痕迹，同时，他那良性的建设性生活也就彰显出来了，而他本人亦会由此体会到幸福。通过行动上的践行，他就会获得价值感，也会有动力。但是相反地，要是个体的目的放在主观上，消极生活的话，那就不可能有力地处理根本性问题，也无法感觉到问题被妥善安排好了的那种快感。

这些基本问题之间有着非常紧密的联系，且还会在社会生活中演变出其他特定的使命和工作，而这些衍生出来的任务唯有在一个社会背景下才能完成好，也就是说，得以社会感情作为基础才行，因此，它们之间的联系也就变得甚为紧密了。早在孩童成长发展的早期阶段，就已经出现这些使命和工作了，人们会通过自己对看、听、说的感觉等行动来体会社会生活所带来的刺激，孩子们都需要在成长过程中面对与兄弟姊妹、父母亲戚、老师和伙伴、友人的相处问题，并借助与他们的接触得以发展。由此，人们一生都离不开这些使命和工作了，要是失去了与其同类接触的社会生活，那他这一辈子肯定会过得很失败。

由此，个体心理学会把凡是有益于社会的事，当成是“对”的事，并有足够的理由这么做。相反地，那些与社会标准和既定要求相左的事，就不是“对”的事了，肯定会和客观的现实规律相抵触，并与现实客观性相矛盾。不能与客观现实相合的表现有三种：其一，当人们在行违背“对”的事时，会产生无力感；其二，以上所说的和客观的现实规律相抵触的事实，会体现在被伤害的人所做出的报复行动中；其三，在我们的内心里，都会有意无意地有一种社会理想，而不

按社会标准和社会要求来行事的话，就会使人无法安然地秉持这一理想。

个体心理学在测试孩子是否得到发展方面，会着重检测其社会意识是否存在问题，因而能够轻而易举地对其生活方式进行解析和估测。孩子只要在生活中遇到了问题，就肯定能够看出他有没有被“合理”地进行养育，换句话说就是，看孩子身上有没有体现出“合理”的社会情感，有没有足够的勇气，是否具有一定的理解能力，以及他为自己设定的目标是否有益。在这之后，我们所要做的就是，找出他内心在追求目标的过程中所进行抗争的节奏，找出其自卑感的强弱水平，和他对社会意识的感知力度，等等。这些因素相互交织在一起，就形成了人格统一体，它不能被分而视之，直到发现其在结构上有错误，发现可以完成对它结构上的重塑，才能不以整体的眼光去看待。

第一章 人格的统一

只要接触到孩子的心理活动就会发现，这绝对是件奇妙的事，在方方面面，在各个点上，都足具吸引力。当孩子做一件事的时候，我们往往很难摸清楚怎么回事，除非把他的全部生活经历都了解到位，这也许就是最为其妙的地方了。因此，孩子的整个生活状态及其人格特点，都会在做的事情里有所表现，要是对此隐含的背景知之甚少，便难以明白他为什么如此行事。我们把这样的现象称之为“人格的统一”。

早在人们处于年幼阶段的时候，人格的统一性就开始发展起来了，也就是说，人们渐渐地把自己的行为和表现方式融合在了一起，并形成了一套独立化的模式。每个孩子都需按照生活的要求来做出回应，因而必须得将自身协调统一好，并以这样的方式对其所处境遇做出反应，因此，他协调统一的方式就形成了性格，不仅如此，还会促成他形成个性化的行动，这样，每个孩子的行为就都与其他孩子不同了。

对于人格的统一性，往往被很多心理学派忽略，即便不是如此，也从未受到过应有的重视。结果，病患的某个手势或神情总是在心理学理论研究及病理学的实际操作过程中被另眼相待，特别拿出来进行研究，就好像它本身可算作一个完整的独立体似的。有时候在研究的过程中，会假设一个人的某个神情和动作与其别的行动无关，而能单独看待，把它们唤作“情结”。然而，这么做无异于是把单个音符从整个曲子里抽离出来，在不考虑其他音节的基础上只思考这个单音符有什么含义。不幸的是，这种做法尽管不妥却已被广泛使用了。

对于这种被广泛使用的错误理解，个体心理学认为有责任予以纠正。倘若将这样的谬误作用在儿童教育上，必将带来很大的危害。其中，对孩子的惩罚是这方面体现得较为普遍的。要是他们做了什么得接受惩罚的事，结果通常会怎样呢？人们往往会在某种意义上先把孩子给人的整体印象放在首位，可这显然是一种先入为主的想法，对孩子来说可谓是弊多利少，原因是，老师或是双亲会带着这种想法来对待屡屡犯错的孩子，认为他们就是执迷不悟，不知悔改。相反地，要

是孩子一直做得很好，那么人们基于对他的整体印象不错，就不会太严格地去深究其错误了。不过，不论是第一种情况还是第二种情况，我们都没有按照自己应做的那样去正视孩子们的人格统一性，将其犯错的真实原因给找出来，就好像只抽调出几个音符就想解读整个曲谱一样。

当孩子懒惰时，我们会问其原因，可他是不可能给出我们想要知道的答案的，亦不可能说出撒谎的原因。两千年过去了，时至今日，苏格拉底那深解人性的话语仿佛仍回荡在耳际，他说：“想要了解自己，谈何容易！”如此，这种综合性的复杂问题又怎么能让孩子答上来呢？就是心理学家也给不出满意的答案。因此，不想方设法地知道此人的整体人格，并以此为前提去考察的话，就无法理解其单个行动的含义。之所以要用这个办法并非是叫人把孩子的某个行为给表述出来，而是切实地去了解孩子，明白他对于所面临的任务是秉持着怎样的态度来行动的。

了解孩子的生活背景甚为重要，以下案例能够清楚地表明这一点：

有一个男孩，如今已经十三岁了，在他未满八岁的时候，还是家里的独子，被身边的人呵护有加，任何愿望他们都会帮他实现。在那段时光里，他过得十分愉快，母亲对他可谓是宠着惯着，而父亲尽管作为一名军官，常常不在家，是个喜欢安静的善良的人，却也喜欢被儿子赖着。当然，孩子都会跟母亲更亲一些，这个孩子也不例外。他的母亲既聪慧又善良，总是尽可能地顺从儿子，尽管他的要求常常是一时兴起的任性之举。但同时，她也会感到不安，因为他频频任意妄为又不懂礼貌，还有不少带有威胁性质的举动，于是，他们之间就产生了一种紧张关系，这种紧张主要源自儿子老是命令自己的母亲，不但蛮横无理，还老是捉弄她，总而言之，就是常做出一些引起母亲关注的事，不分场合、不分时间地故意捣乱，招人讨厌。不过，尽管他总是惹麻烦，本质却并不坏，因此母亲便也就由着他了，继续替他整理衣物、辅导功课，而对孩子来说，这意味着妈妈一定会替他处理好所有的问题。当然，他和其他孩子一样，聪明伶俐且有着良好的家庭教育。然而，到了八岁，他的妹妹出生了，此前一直在学业上没有问题的他，一下子全变了，父母也再难以忍受与他相处的模式了。他开始不求上进，整日懒懒散散，对什么都无所谓，一副随随便便的样子。于是，母亲就被他这样折磨着。只要得不到自己想要的，他就会

去揪妈妈的头发。在一起相处时，要么就拽妈妈的耳朵，要么就拉着手不放，总之，不让她得享片刻安宁。对于这种行为模式，小男孩并不打算加以改正，并且，妹妹越是长大，他越是固执己见，坚持将自己设计好的行为模式进行到底。很快，他就把捉弄妹妹当成主要目标了。当然，他还没发展到会去有意对妹妹造成什么身体上的伤害，可对她抱有嫉妒心理这一点却已经很明显了。男孩开始行为恶劣，源自家里多出了一个妹妹，因为，她的出生就意味着整个家庭所关注的焦点不会再是他一个人了。

处于这种境遇，就需要切为注意一点：孩子一旦出现了坏的行为趋势，又或者，出现了一些招人厌恶的迹象，就不能把原因想得太简单，不单单得思考为什么会发生这种情况，还要对其初因加以调查。除非迫不得已，我不大想使用“原因”一词，普通人怎么能领会哥哥成了问题儿童，原因却出在妹妹的降生上呢？可这类原因其实很普遍，就这两件事的关联来看，实际上仅仅是小男孩没有用正确的态度来看待妹妹的降生。就物理学所理解的因果而言，这两件事之间在严格意义上讲，并不是互为因果的，我们怎么能说大孩子会因为小孩子的出生就变坏了呢？不过，要说石头落下来时，必定会在方向上和速度上沿着一定的轨迹下落，还是完全可以的。我们通过个体心理学进行调查后，便有理由这么说：就严格意义上的因果关系而言，是不会产生心理上的“沉降”的，如果出现这种变化，则是因为其他人为的种种错误，不论错误是大是小，一经发生就会对其往后的发展造成影响。

随着心理成长的发展变化，人们或多或少都会犯错，这不足为奇。不过，所有的错误和由其导致的结果，都最终会以某种失败体现出来，又或者，会造成某种人生导向上的错误。在人的心理上，都需要为自己设定一个目标，它关乎人的判断，而一切问题都能在这里找到初因，为了追求自己心中的目标而进行判断，就很有可能犯错。一般而言，孩子在两至三岁时就开始为自己设立目标了，并确定了自己所要追求的是什么，此后，他将会被这个目标所牵引，努力地用自己的方法去落实。然而，他们会在生成目标期间判断有失，可这一目标只要设定好了，就再难扭转，还可能反过来制约并操控住设计者本身。对孩子来说，会在具体的行动中践行自己的目标，也会依照其目的调整自己的生活方式，好能全身心地投入和实现该自己所追求的目标。

因此，有一点必须牢记，每个孩子的发展都是由他如何理解事物而决定的，这十分重要。相应地，当孩子迎来某个新的境遇或是困难时，就肯定会受已经定型了的错误思维所控。在孩子的脑海中，已经形成了对客观事物的印象，不过，从这印象的深刻度及本质出发，并不取决于客观事实和情况本身，就像妹妹降生的这个事实案例一样，孩子会产生什么样的印象，只与其怎样看待事实有关。这足以驳斥物理学意义上讲的那种因果理论，即：在客观事实和它所含的意义之间是必然相互关联的，可事实上，在客观事实及由此而引发的谬误之间，却并不一定形成必然关系。

在心理层面，真正令人感到其妙的地方就在于，基于客观现实所产生的看法并非事实本身，是我们的看法决定了我们的路径。在行动上，我们始终受到限制，因为不同的看法，会调配出不同的行为，同时，这些看法也是形成我们人格的基础。有一个经典的案例能够很好地证明是主观想法在左右着人们的行为，那就是恺撒登抵埃及时发生的事情。恺撒在跳上埃及海岸的时候，摔了一跤，整个人就扑倒在地了，于是，罗马士兵便觉得这一定不是什么好兆头，尽管他们个个都是不畏惧沙场的人。随后，恺撒振臂一挥，高喊着：“非洲，你是属于我的了！”若非有此举，恐怕士兵们很快就想扭头走人了。

通过这一案例，我们自然就会知晓形成现实情况的因果关系并不一定总是相应的，而现实所带来的效果，大多都是经由人自身的整体人格对现实进行重整之后，才得出来的。同样地，在大众无理性和理性的常识之间，也存在这一问题。倘若理性占了大众无理性的上风，也并非就是由当下的因果关系所决定的，实际上，不论是理性还是大众无理性，都不过是人们在当时所生成的一种自主性看法。就一般意义而言，理性只有在错误看法起不到多大作用时才会显露出来。

现在，让我们再来说说之前的那个小男孩的事。我们大可这么说，不久后，他就会发现自己身临困境，人们不再对他报以喜爱之情，而在学校里，他的进步也不会太大，可他仍然会继续我行我素，还会采取行动给他人制造困扰，但这就是他表达完整人格的途径。如此说来，这个孩子在学校里会遇到什么情况呢？老师会在他给其他人造成困扰的时候予以惩戒，然后，他可能会收到报告书，里面写满了他的劣迹，又或者，他的双亲会收到来自校方的投诉信。一直以来情况都很糟糕，最终，这个孩子及其家长就会被校方劝退，因为他已经不适合再待在学校了。

兴许这正是男孩梦寐以求的解决之道，他会不满意于其他的处理方式，而秉持着这种态度，恰恰是源自其行为模式中所一贯奉行的逻辑。显然，他的态度并不正确，然而只要他抱有这种态度，就势必会引发由此带来的一连串行动。倘若令大家都关注自己就是他的目标，那就是一个根本性错误了，而要是他因为做了错事就被惩戒，那这惩戒就应该是针对根本性错误的。由这一错误会引发其他一系列效果，他必然会一而再、再而三地希望妈妈只关注他一个人，也势必会以王者自居，然而，就在他在手握王权八年之后，却被一下子被赶下了宝座。在丧失王位前，他一直都是母亲的至宝，而在他的眼中，除了母亲也再无他人。可随后，家里多了一个妹妹，这怎能不让他想要拼尽全力抢回宝座呢？然而，他又错了。不过，这倒不是什么不可原谅的错误，毕竟他在人品上并不坏，还算不上卑鄙歹毒。对孩子来说，并没有做好身心的准备来应对这突然的变化，而在他内心充满矛盾时，也没能得到来自外界的指导，所以，才有了怨怼心理。比方说，某个孩子一直受人关注，他也早已习以为常，可他到了上学的年纪，一下子所处的境遇就发生了极大的变化，因为在学校的生活中，老师对待每个学生都是一样的，而当这孩子想要老师在关注他的同学和关注自己之间，选择把焦点多放在自己身上一些的时候，便很可能会叫老师很生气。因此，孩子若是被宠溺惯了，在面对这种情况的时候就会感到危机重重。不过，这类孩子最初都不存在人品问题，没有天生的坏孩子，也不是拿他们就没有办法了。

通过这个例子我们就能明白，那个孩子是在自己的生活目标和校方安排的生活规划间产生了心理冲突。他的人格目标并不是按照校方规定的目标路径而走的，它们在方向上是不同的，可尽管如此，他的目标已然确立，注定会影响其生活的各个方面。也就是说，他一心要为实现自己的目标而努力，可校方针对孩子却有着其他的目的，他们希望所有孩子都能过上正常的生活，因此，必然会与孩子所想的不一致，也势必会产生矛盾。校方在此忽略了学生在这种境遇下所生发的心理状态，因而在处理时并未予以包容，也没有试着去寻根溯源，解决根本问题。

对于孩子平日里的主要渴求我们都十分了解，那就是，让母亲只围着自己一个人转，什么事都为他着想。因此，在孩子的心里，只有一个念想，所有的企图也都是因它而起——妈妈得受我控制，她只能是我一个人的。然而在学校，老师却给出了另一套规划，让他必须自己对自己的学习负责、看管好自己的书本、独立完成课业，还得独自

整理好自己的物品。所有这一切对孩子而言，无疑是将马车的缰绳拴在了一匹烈马的脖颈上。

孩子自然无法在这样的情况下做出什么令人满意的表现，可假使我们弄清楚了真相，就会知道，对他施以惩罚是毫无意义的，只能叫他更固执地相信，他讨厌待在学校里，同时，我们既然清楚了真相，也就会更加同情这个孩子。相反地，学校要是决定开除这个男孩，或是叫他的亲人带他离开，那对孩子来说，无疑是离目标更近了一步。因为他又可以操控妈妈了，他的权力又回到了他的手中，妈妈只能再次选择一心一意地对待他了，这就是他一直梦寐以求的结果。然而，尽管他觉得自己终于取得了胜利，可事实上，他只是被自己那已经出了问题的感知系统给蒙蔽了。

当事实究竟是怎么一回事搞清楚了，我们就得接受一点，对孩子被揪出来的那些错误加以处罚是毫无意义的。比如：孩子上学没带书很正常，要是他自己能记得并做好，反倒不符合孩子的正常心理了，因为只有他忘了做，才会令妈妈劳心帮他处理，因此，不能简单地把这个行动看成是某种孤立的行为，而应将之视为其个体人格规划中的一环加以处理。人的人格会以各种方式表达出来，彼此间都是协调一致的，并合力组成一个完整的统一体，这一点我们必须牢记。基于此，我们就知道这个孩子其实正是在按照自己的方式活跃在生活中的，他平素的行事风格与其人格在逻辑上完全一致，而这个事实本身也正好可以反驳下面的这个假设：因为孩子在智力方面反应不敏锐，所以无法努力做完自己的课业。试想，人要是在智力上愚钝，又怎么可能把自己的生活方式贯彻始终呢？

这例子看似复杂却让我们明白了一点，那就是，男孩的境遇其实很普遍，我们几乎都是如此。对于生活，我们在理解的时候，一直都不可能做到很好地融于传统意义上对于既定社会的解读。人们过去会把传统奉为神旨，不敢有丝毫冒犯，可如今已经都不这么想了，人们已然认识到，所有的制度都在变化中发展着，既不是什么高高在上的东西，也不可能永远都是老样子，而促成发展变化的助力，就是人们在社会生活中的不断抗争及努力。社会制度之所以存在，并不是设计好来约束人的，而是为其服务的，人并非是为了这个制度而存在。尽管要想实现个体解放，就得在培养社会意识方面采取行动，可这并不等同于要迫使所有人都按照一个不变的社会模式去生活。

在以上的论述中，思考了有关个体和社会的关系问题，这是建立个体心理学理论的基础，且对于学校制度方面的进一步完善也起到了至关重要的作用，同时，亦可有效地帮助校方改善那些初入校门却一时无法适应的学生，使他们在态度上有所转变。每一个学生都如同一块尚待塑形的蕴玉之石，是具有完整独立人格的人，因此，校方当正视这一点，并懂得如何以心理学的理论为助力来判断学生们的一些特殊的行为举动，而不是像先前说过的那样，将学生的特殊行为像被抽离出来的单音符那样，在脱离全曲的情况下被解读，要知道，每个学生的特殊行为都与其人格统一性相关联着，而只有在全谱中解读单音符才能找到答案。完整的乐章，就是人的人格统一。

第二章 对优越感的追求及在教育上的意义

人性中除了人格上的统一性外，还有另一个更为要紧的心理学事实，那就是，人们都渴望获得优越感，也想要成功。不论是哪种渴望自然都离不开自卑心理，否则就不会巴望着要提升当前的处境了。追求心理优越和感到自卑，在心理现象中是一体两面的，不过，若是分析起来，还是将它们分开来进行研究会更容易些。本章所要阐述的内容主要就是：对人的追求优越感心理进行集中探讨，并说明它之于教育的意义。

对优越感有所追求的话，就引发出所要论述的首个问题：我们都天生具有生物性本能，而这样的追求是否也是先天的呢？对于这个问题，我们的答复是：这一构想不太可能成立。不过，尽管我们认为人并不天生就会追求优越感，可也必须接受一点，那就是，这样的追求可能在形成胚胎时就已经存在了，还极有可能在不知不觉中成长变化。也许这么说才能将意思表达准确，即：人性离不开追求优越感，这两者有着密切的联系。

我们都知道，人类不可能在超越自己能力范围的区域里活动，一些潜在的能力，是根本不可能得到发展的。比如说：人类不能期望自己获得狗一样的嗅觉，也无法用肉眼找到紫外线。可这并不代表人们就不能再提升其他功能性的能力了，人类就是因为极有可能提升自己的潜能，才会在生物本源上就存在对优越感的渴求，而这同样也是人格心理进一步发展的源头所在。

不论是儿童，还是成年人，都会对表现自我产生强烈的冲劲，就像我们平日所见到的那样，并不受任何限制，且没有什么能够消除这样的冲劲。总是勉强服从于什么是人性所无法容忍的，为此，人们甚至会把自己建立起来的圣地给推到。人们在自我感觉屈辱、不被注意、迷茫及自卑的时候，便会期望通过努力而提升当前的境遇，而当实现更高一级的目标时，便会感到心理得到了补偿，觉得自己完美了。

我们可以清楚地表示出，是环境因素在影响孩子，使其产生了一些怪异的举动。受环境因素的影响，孩子会生出自卑、软弱和迷茫的心理，随后，又被这些感觉反过来刺激并催动着，受到来自精神上的反作用。面对这种情况，这类孩子就一定会决意甩开它们，希望把自己放在更高的位置上，好能取得某种心理上的平衡。于是，他对提升的渴求越急切就越会拔高自己的目标，想要证明自己确实有能力到达目的，可无论他如何证明，都常常是人力所不能及的。这是因为，孩子们在其所处的年龄段里，总是方方面面都被照顾得很好，因此才会对未来抱有这样的幻想：将来的我一定是无所不能的，就像上帝那样。他们的这种想象方式显示出，孩子都会从心底里想象自己就是某种类似神明的存在。一般来说，那些认为自己不够坚强的孩子更容易这样。

下面来看一则案例。有一个小孩，尽管已经十四岁了，可他的心理状态却已经到了很糟的地步。在我们的要求下，他忆起了自己处在幼儿时发生的事情。六岁那年，他曾为吹不出口哨而感到很苦恼，然而有一天，他刚离开家就意外地发现自己能吹出来了，这令他十分震惊，于是，便觉得这一定是得到了上帝的帮助。就此案例我们可以看出，在人的脆弱心理和将自己视为全能式的上帝类形象之间，是存在密切联系的。

我们只要对孩子进行观察，就可以在它们表现出的一些显著性格里，发现其对优越感有多么渴求，因为两者是紧密相连的，由此，我们也同样可以看出他全部的野心是怎样的。要是一个孩子十分想要得到肯定，那么相对地，他心里就会有一定程度的嫉妒情结。对于这类孩子来说，常常轻易就由这种心理发展出渴望自己所面对的竞争对手倒大霉的心理，不仅如此，还会在精神上失控，不仅渴望对手遭殃，还会制造事端累及他人，并在行为上对他人造成伤害，甚或经常纯粹是出于明知故犯而导致犯罪。具体而言就是，他们会为提升自我价值而去宣扬他人的不是、肆意骂人、令他人感到耻辱，这时候，越是有旁人在，越是能引人注意，他们就越会如此。这样的孩子难以忍受被人超越，因此，在他们的心里，不管是提升自我价值还是贬损他人价值，是没什么两样的，只要对权力充满着强烈的渴求，就一定会显示出其恶毒的一面——想要伺机报复。在心态上，他们常表现得争强好斗又胆大妄为，而体现在外在，就变成了这样：眼神总是闪闪烁烁的；不经意间就突然发起脾气来；时刻让自己处于紧张状态，好与假

想敌干一仗。追求优越感的孩子一般都很难接受来自学校的考核，这会令其很容易暴露出自己的无价值感。

既然如此，很明显，以考试来协调孩子们的心理状态就很有必要，毕竟不是所有的孩子在这个问题上都抱着一样的想法，如此一来，要是发生什么个别状况也更便于处理。我们常能看到一部分孩子一说起考试就脸色大变，脸也白了，说话也不利索了，甚至还会浑身发抖，觉得是摊上什么极其痛苦的事了。在这个过程中，他们会感到害羞、害怕，脑子里再也想不了别的了，其中还有一些孩子会因被别人盯着看而不敢独自发言。孩子们在追求优越感时，会在别的方面也有所体现，比如说玩游戏的时候。以车夫赶马车的游戏为例，对于那些执着于寻求优越感的孩子来说，只会想要做车夫而不乐意当马，要是他演绎的是车夫，就会总想当领导或是命令其他玩伴，要是在过去他的这个目的曾被拒绝过，那他便会有想法阻止其他人玩，并以此为乐。不过，倘若此举连连不能得逞，他便会有就此感到灰心，也不会再野心勃勃地继续阻止下去了，当有新情况发生时，他不但不会站出来扰乱，反倒会缩到一边去。

对于那些尚未灰心，还保持着强烈的雄心的孩子，则仍旧喜欢玩各种充满竞争性的游戏。当他们受挫时，也一样会有害怕和恐惧的表现。所以，我们完全可以通过观察孩子们喜欢玩什么样的游戏、爱听哪类故事、喜好什么历史人物来分析出他对自我肯定的方向，以及程度如何。对于成人来说也是如此，我们能够看到很多信心满满、斗志昂扬的人，都会以拿破仑为偶像或榜样，这对他们来说，能够拥有这样一个崇拜对象是最为合适的了。整天自以为了不起的人，往往其内在是十分自卑的，就因如此，才会想要在现实以外的地方弥补这种刺激带来的感情缺失，获得心理上的满足感。这种情况不单会出现在日常生活中，也会在梦境里有所体现。

孩子们会朝着各自不同的方向去追求优越感，因此，我们可就其中的差别来将之分门别类，可这不等于就能将类别划分得十分清晰，在细节上多少还是有很多区别的，这要看孩子本身对自己有多大的信心了。正常的学生一般都有着良好的成长过程，而自身所建立起来的优越感也相对是有益的，他们知道如何令老师满意，也能做到保持整洁，但以我们的经验来看，这类型的孩子只占少数。

此外，还有一些孩子是我们该注意的：为了比别人更优秀，他们往往会付出异于常人的努力，简直让人怀疑他们的目的到底是什么。

一般而言，在他们如此努力的背后，是包含着野心的，可这一点常被人们所忽视，因为我们惯于把野心当作一种优点，也习惯去鼓励那些肯于努力的孩子。然而，这么做是不对的，让孩子定下过高的目标并努力去实现它，势必会使孩子得不到正常的发展。孩子们在负担过重的野心时，会处在紧张的心理状态中，时间不长的话还能够承受，可这种紧张心理持续下去的话，免不了会加重。也许他们会把大量的时间用于读书，那相应地，也就没有多余的精力再从事别的活动了。由此，他们只有一个目标，那就是急于做班里的尖子生，而对其他难题持回避态度。我们怎么能满足于孩子在这样的情况下成长呢？这绝对会有碍于其身心朝着良性的方向发展。要是孩子仅仅是为了比其他孩子强而选择用这样的方式来生活的话，对其正常的身心发育是没有好处的，因此，我们应该时常提醒孩子，不必把精力都花在书本上，可以适当出去活动活动，找别的朋友玩玩，还有很多事情值得在意呢。尽管这类型的孩子也不是太多，但此类现象仍旧存在着。

另外，还有一种情况能表现出孩子有过度的野心，这种情况一般发生在同一班级里的两个总是暗自较劲的学生身上。要是有条件去观察一番，就不难发现，在这些有着很强的竞争欲的孩子身上，总会体现出那么一点儿叫人有些讨厌的地方。他们看上去充满了嫉妒心理，又总是羡慕旁人，而这两种品性本不该出现在一个和谐的、独立完整的人格当中。这样的孩子一看见别人比自己成功，就会心生烦恼，而要是班上有同学遥遥领先的话，就更让他们连身体都出现问题了，不是脑袋会神经性疼痛，就是闹胃病，等等。此外，他们会在别人被表扬时退得老远，而他们自身是不可能主动去称赞他人的。这些羡慕或憎恶的情绪显然是一种信号，可这还不足以彰显出他们一定是打从心底里就希望超过或是要压倒别人。

这个类型的孩子很难与同伴和谐相处，因为他们不管在什么事上都喜欢发号施令，即便是游戏的时候也是如此。对于既定的游戏规则，他们一般都不想遵守，结果就跟其他人玩不到一块儿去了，而且，还总是态度傲慢，瞧不起自己的同学。在与同学的交往中，他们很难感到心情愉悦，越是接触得多就越会没有安全感，总是觉得自己迟早地位不保。对于成功，他们基本上就没自信过，但凡感觉到自己身处的环境不够安全，便立马没了主意。这个类型的孩子，一方面肩负着他人对自己的期许，另一方面又对自己满怀期望。对于家人的希冀，他们总能很快地捕捉到，然后，常常是既紧张又激动地去努力付诸实践，这时候，在他们的脑海中只有这样的念头：要比其他人都做

得更好，要让自己变成“人们眼中的焦点”。于是，在这种心理的驱使下，他们便扛起了这些期望，就算负担再重，只要没有不利于他们的情势出现，就不会再放下担子了，只会一心一意地往前走。

倘若老天眷顾，令人类得以通晓那些绝对真理，且能降下令所有孩子都能免于上述提及的遭遇之法，哪儿还会有什么问题儿童呢？可惜，这样的法门并不存在，而我们也无法为孩子们提供成长所需的那种完美的学习条件，所以说，孩子们若是过于追求成功，可就十分危险了。因为，这些孩子在心理上会承受不少不健康的负担，一旦困难来临，他们与没有背负此负重的孩子就会在感受上有所差别，这里所指的困难是那些无以规避的阻碍。对孩子来说，碰上难题在所难免，而且不仅当前如此，日后也是一样。因此，我们所能做的就是：必须在教育方面有所改变，当持续不断地去寻找可行之法，因为孩子各个不同，要有适合不同儿童的应对办法。此外，还要认识到以下事实：过度的野心会毁了孩子的自信，而信心不足又怎么可能战胜所面临的困难呢？

有着太强野心的孩子只希望自己获得成功并被人认可，也就是说，他们认为没有什么比得到这一结果更值得关注的了。他们在成功不被认可的情况下，是很难自觉满意的。孩子在面对所遇困难时，多数时候都应以保持内心的平衡为前提，这远比立即动手处理难事重要多了。然而，一个孩子倘若野心过重，就不可能明白这个重要性，因为他要是得不到他人的赞誉就会觉得活着没什么意义。这样的话，到头来他们便会形成依赖感，特别在意他人对自己的评价，而这样的案例随处可见。

当别人以自己的价值观来评断我们时，尤为重要的就是在心理上不失衡了。我们当可观察那些先天器官发育不良的孩子，在他们身上能够体现出这一点，而这样的孩子，不在少数。许多孩子身体的左半侧都发育得比右半侧要好，人们一般对此却并不知情。在我们这个使用右手盛行的世界里，惯于用左手的孩子就不免常常碰上麻烦了。对于惯用左手的孩子来说，差不多全都会有这样的感觉：不论是书写、绘画，还是阅读图书，都异常艰难，无法灵活使用双手，看上去老是笨笨的。我们平常要是想知道哪些孩子是左撇子，哪些是右撇子的话，是需要一些方法的，现在就说一个能简单分辨出来的方便法，当然，并不完全适用于任何孩子。方式如下：让孩子将两只手交叉叠起。如此，我们就能看到，凡是左撇子，便呈现出左手在上，右手在

下的状态。通过实验我们便会感到惊讶，原来世上有这么多先天的左撇子，可对于这一点，这类孩子们是不清楚的。

通过对惯用左手的孩子的往昔生活史进行研究，我们就能得出如下的事实：在右撇子当道的世界里，人们自然会觉得这类孩子显得蠢笨些。要想体会其中的具体感受，我们可以试着这么想：在类似英国或是阿根廷这样的国家，是规定机动车靠左行驶的，而惯于靠右行驶的我们，碰上这种情况会怎么样呢？对于更习惯用左手的孩子，要面对的可比这严酷。对他们来说，家庭成员做事都是用右手的，而自己却与他们相反，这就在一定程度上既影响了自己的生活，也为其他成员带来了困扰。到了学校也是一样，书写时，他们也要低于全班的正常水平。再加上人们并不会去深究有什么隐因，因此，孩子便会被人唠叨，分数也上不去，还常常因此而受到责罚。如此一来，他对于自己的处境只会生出一个念想，那就是，笃定自己在能力上，是无法与别人在一定程度上对等了。于是心里就觉得，自己受到了不公正的待遇，比不上他人，或是根本没法在竞争中取胜。要是家人都看不惯孩子的笨拙而唠叨他的话，就更会使他的自卑心理得到加强，觉得自己比不上任何人。

孩子当然不会就此意志消沉下去，可遇上这种情况，还是有不少孩子会选择不再继续努力了。对他们来说，根本不清楚自己处在怎样的境遇里，也得不到旁人关于何以克服此困境的指导，因此，在这种情况下仍旧坚持努力并不是容易做到的事。所以，大多数的孩子都没能训练出使用右手的能力，而使人不好辨认他用哪只手写字时，都写了些什么。实际上，这是可以克服的，有个事实可以证明这一点：在那些高水准的艺术家、绘画家及书法家之中，有不少天生就只习惯于用左手的人，可他们经由简单的训练后，也一样可以灵活地使用右手。

有一个迷信的说法，认为要是去训练先天喜欢用左手的人改用右手，就会使那个人口吃。然而，对于该现象其实可以这么理解：对于那些惯于使用左手的孩子来说，所要承受的困难超出常人，有时候，甚至不再有勇气开口。对此，我们也能在那些诸如患有神经官能症的人，及自杀者、犯人和变态中找到实证，他们总是很容易丧失信心，并且大多数都是左撇子。不过，从另一个角度而言，不再受左撇子所困扰的人之中，也有不少在自己往后的人生中取得了成功，这样的情况常出现在艺术领域里。

虽说惯于使用左手并不是什么明显的性格特点，可我们仍能从中看出一些很有价值的观点。我们没法看出，在那些禁不起考验和磨炼的孩子身上，有什么潜在的能力还没有发挥出来。而倘若孩子在经受磨砺的过程中因没有做好就被我们吓倒的话，就难以再期待什么美好的前途了，尽管这在表面上不会影响其继续好好地活下去，可相反地，倘若我们能激发出孩子的勇气，就很可能成就他们在日后取得更大、更深远的成功。

人们习惯于按照一般的成功标准来评断孩子，因此，对他们有没有受训的经验，有没有准备好去应对困难，是否决心想要克服它们，就常常不那么在意了，所以，那些野心过重的孩子便不免要在对他们不利的环境中成长了。如今，人们一般都会更在意孩子的成功是否具有可见性，却不会在其所受的教育是否全面、是否透彻上下一番功夫。让孩子通过锻炼而拥有强大的野心是没有什么益处的，我们都很清楚，轻而易举得到的成功都是暂时的，无法长久。所以说，我们应该加以关注的是：让孩子们意识到，失败并不可怕，碰上了也不必灰心，可以将这视为一个新出现的问题，好好地去解决就可以了，让孩子们在其中培养出勇敢、坚持和信心，这才是更重要的。不过，要是老师在教学过程中，知道一些学生在困难面前其实已经倾尽全力了，可还是没法取得突破性进展的话，那么及早下判定，反而会有利于孩子，令其能够更轻松地前进一步。

我们在追求优越感的孩子身上能够发现，他在性格上也会体现出“追求优越”的特质。比如说：争强好胜。起初，孩子会以争强好胜的方式来实现自身对于优越感的追求，可一旦被其他孩子远远地甩在后头，就明白要想超过他们几乎是不可能的了，届时，也就不再抱有超过他们的想法。然而，对于那些表现得不那么有野心的孩子来说，不少老师要么选择以严厉的方式去对待他们，要么就以低分来打压他们，希望以此来警醒学生，让他们的好胜心能通过这种方式从沉睡中苏醒过来。该方法用在勇气尚存的孩子身上倒还能起到些作用，可并不适合广泛运用；而要是用在一些原本就成绩不好的孩子身上，则会使原本就逼近差点的学生急得不知如何是好，致使其越来越朝着笨拙的方向发展。

然而，要是我们能够对孩子们温柔以对，关心他们，理解他们，那他们所呈献给我们的将是另一番光景，我们肯定会讶异于这些孩子竟然能在思维力和能力方面做得那么好。我们转变了，孩子也会跟着

发生变化。他们一般都会变得更加要强，这千真万确，因为他们再也不想退回到当初那副样子，在他们的脑袋里会重复过去生活的影像，并且能经常想起那时候自己真是什么想做的也没做，这会成为一股鞭策的力量、一种促使其更加进步的警醒之法。往后，这类孩子便会像被魔附身了一样，仿佛变成了另一个人，过着与先前全然不同的生活：夜以继日地让自己疲于忙碌，工作得异常辛苦，可依然感到不满意，认为还是做得太少了。

不管是成人还是儿童，每一个人的性格都是一个完整的统一体，每一个人在表达其人格的同时，都反映出其逐渐形成的行为模式，而我们要是能牢记这个主要的个体心理学思想，所有的一切也就明朗了。人在表现出某个单一行动的时候，可以有多重解释，因此，怎么能离开个体人格去判断其某个独立的行动呢？比如说，当我们看到学生有拖延、延迟的情况时，就应判断出，这么做对他来说很正常，因为孩子必然会对学校下放的任務做出如此反应，因此，就不存在什么无法判断的困扰了。他之所以会拖沓，不乐意及早完成任务，只不过是跟学校的事牵扯上什么关系，所以结果看上去就表现成不乐意做好校方下达的指令。实际上，他是要想方设法地不配合校方的安排。

如此，我们便可以基于如上观点了解“坏”学生是怎么形成的了。发生这种令人不满的情况，实质上是因为孩子在表现上，往往体现为不履行学校的规定，而实际上，是因为他们追求优越的心理尚未转变成在接受学校安排的基础上追求卓越。所以，就会在行动上演变出一连串典型是“坏”的症状，而后，又渐次发展下去，变成怎么教育都不听，并且还有意与校方对着干。或许，这样的孩子会在学校里像个小丑，不时地调皮捣蛋，又或者，会给同学找麻烦，甚至会逃学，跟社会上的一些不正经的人混在一起。

由此来看，我们不单影响着学生们的早期成长，还在其未来的发展进程中起到相当大的作用。在此，学校是联系家庭和社会的纽带，毋庸置疑，它也在发挥着至关重要的作用，一个人未来将会如何发展，必然会与在学校期间的经历息息相关。本来，在家里要是受到了不恰当的教育，是可以在学校得到弥补的，这样，孩子们就可以有机会纠正那些不够好的生活方式了。因此，校方应负起责任，为学生打好基础，方便其更好地适应社会，并尽可能地令其充分发挥出自己的特色，以便将来在融入社会生活时，能与这个“大乐队”相处融洽，在其中发出和谐之音。

在对学校功能进行一番历史性的考察后，我们便可发现，它总是在当下与统治者的标准密切相关。从贵族时代到宗教时代、布尔乔亚中产阶级时代，乃至为老百姓开放的时期，都是如此。所以，学校在教育孩子的时候，往往就会以当时的社会理想为基础去打造它服务的对象。如今，我们的整个社会理想在发生变化，相应的，我们的学校也得与之相适应。如果说当代成人的理想是独立、自律、勇敢的话，那学校就必须得调整自身方向，朝着这个目标努力培养出这样的人才。换言之，对于校方来说，务必得谨记以下这一点：要为社会培育人才，而不是为学校自己的目标而培育学生，绝不能以自身目的为出发点对孩子进行教育。所以，仍需留意那些不再抱有争取进步希望的学生。他们不见得是在心理上不再追求优越感了，而是暂时把目光聚焦在了别处，觉得做些轻松的事，不但不用太辛苦反而能轻易成事，且不说他们认为的是对是错，至少他们自己相信自己这么做是通往成功的捷径。或许在过去的经历中，他们曾无意间为此努力过，因此，有人尽管在数学领域不太擅长，却能在运动场上高人一头。

作为教师，应当把握住学生的长项，以此来作为冲破其他问题的关键所在，而不是去忽视它们，应该把重点放在鼓励学生的优点上，好让他乐于在其他领域也争取到这样的好成绩。若是学生的优势在起始阶段就得到老师的鼓励，并在老师的帮助下认为自己一样也能在其他领域大显身手的话，效果肯定是成倍显现的。这就好比让一个学生从一个满是硕果的花园，走进另一个生机勃勃的园地。除了智障儿童之外，正常的孩子都是有能力来完成自己的课业的，所以，只有一点是需要我们加以克服的，那就是客观人为性的阻碍。而人之所以会插手干预孩子的发展，还是源于我们是以学生的成绩为基础来对其做出评判的，而非源于教育的最终目的和社会整体的要求这两个前提。在人为因素的干扰下，孩子会渐渐失去信心，不想再做什么对自己有意义的行动，因为这么做无法使自己获得优越感。

当孩子的行为被人为干预之后，会采取什么行动呢？必然是想办法逃离。所以，我们往往可以见到这样的孩子总是做着与众不同的事，显得特殊化又怪异，比如固执、没礼貌，等等。当然，老师不可能表扬这样的孩子，可这么做却能被老师关注，又或者，能使别的同学对其刮目相看，崇拜有加。总之，这类孩子会频繁地制造问题，然后以此来彰显自己是有本事的，是英雄式的人物。

当学校考验学生们的时候，他们的心理表现就会显露出来，同时，也会暴露出其不守规范的一面，然而尽管如此，根源也不在校方。因为，从某种意义上来说，学校是被动的一方，除承载着主动教育学生的一面及帮助孩子改正错误的行为之外，它也是一块实验田，孩子们在这里会彰显出家庭教育对其成长早期所造成的弊端。

不少孩子在入学的头一天里就会显露出种种迹象，要是老师称职又有敏锐的观察力，那他一定能够从这些蛛丝马迹中发现孩子是否适应新环境，要是感到痛苦、难受，那孩子可能在家里是被过度宠溺惯了。倘若学生在入学之前就能明白一些人际交往方面的知识，无疑是件好事，可像这样的学生恐怕还没什么与人接触的经验，因此，对他们来说，怎样提升良好的交际能力才最为要紧。作为家长，不能让孩子在家只跟某一个家庭成员太过亲密，眼里再没其他人，而孩子在家庭教育中所欠缺的，当在其处于学校生活期间予以更正。对孩子来说，自然是不存在家庭教育的缺失为好。

孩子在家已经被宠溺惯了的话，是不可能把心思集中起来的，比起待在学校，他们看起来更愿意待在家里，其实，这样的孩子还尚未建立起有关学校的意识，因此，希望这样的孩子能够在学校专注于课业，基本上是不可能的。事实上，孩子是否讨厌上学是有迹可循的，这一点不难觉察，比如说：孩子早上会赖床，不得不由父母哄着才起；做什么都慢吞吞的，不得不由大人反复敦促；用早饭时拖拖拉拉，等等。这些现象看起来就好像是孩子本身在为自己设限，非不让自己再前进一步似的。

这一问题实际上与左撇子那个问题差不多，可以用同样的方式解决，即：充分给孩子适应和学习的时间。要是孩子偶尔迟到了，我们也不要因此而施以惩戒，因为这么一来，会促使他们更加认定，在学校是难以在心理上产生愉悦感的。当小孩受到惩罚后，只会更觉得学校不是久留之地，根本无法与之相容。倘若父母的惩罚手段是体罚，以此来强行让孩子去上学的话，那结果就是孩子不仅拒绝上学，还会变着法地逃避去学校，用各种巧妙的方式规避自己的境遇。当然，他们能想出来的法子不会是与困难直面相对，而是寻求种种逃避之法。孩子是否把攻克自己的学业当成难题，是否讨厌去学校，并不难发现，我们可以从其一举一动中看出些端倪。比方说，孩子总是丢三落四，无法把自己的书本归拢在一起，要么就忘了带书，要么就把本给

丢了。倘若一个孩子老是忘带课本或习惯性地找不着课本，那么我们当可判断其在学校的状态，想必这孩子不会乐于待在学校。

倘若我们对这类孩子好好考察一番的话就会发现，他们不出意外地都不寄希望于取得好成绩，然而，这却不尽然都是他们的错。他们之所以对自己评价不高，是由于受了周遭环境的影响，进而有了不正确的观念。比如：自己的家人在愤怒的时候或许曾对他们说，以后你肯定落不到好；又或许，家长常在生气时说，你真笨，一点儿用也没有。孩子在这种情况下入学后，就会感觉自己在学校的生活恰好印证了家长话是对的。结果，孩子和家长因自身没有完全的判断力及分析力，而导致自己不能正确地看待自身对于事物的观点，使得很多孩子在开始努力前，就不再抱有什么希望了。对他们来说，自己做错什么都是避无可避的，并且正是这些错误又再度证明了自己确实比不上其他人。

只要开始犯错，那么要使其更正过来的可能性就很小了，事实就是如此。此外，这类孩子虽然常常也会做出显而易见的努力，可最终几乎还是难以与别的孩子比肩，被落在后头。事情既然是这样，他们就会理所当然地在短时间内就不再抱有什么希望了，然后把心思转而放在为不去学校寻找托词上。一直以来，学生逃学都被看作是最为恶劣的一种行径，对孩子来说非常危险，后果严重，因此一般而言，对逃学的学生的惩罚力度也相应更严苛一些。所以，孩子在面对这样的惩罚时，会觉得自己是被逼无奈、为了自保，才不得不动用些心计并用假象来掩饰自己的行为。除了逃学，学生们还会通过其他方式犯下种种过错，比如：假冒家长签字；私自改写成绩单；告诉家长自己在学校的情况，但都是骗人的，实际上他已经好久都没去学校了；在上课时间找个地方躲着翘课等。显然，在藏匿的地方他们遇到的都是一个类型的孩子——旷课生。显然，孩子开始不上学之后，便很难再追求优越感了，而如此一来，就更趋向于朝着不好的方向发展，开始触犯法律了。接着，他们还会在这条路上渐行渐远，最终走向拉帮结派、偷盗财物、沾染恶习等犯罪之路。因为在他们看来，唯有做出这样的事才叫真汉子。

他们只要在这条路径上跨出很大的一步，就会开始实现自己的野心了。倘若人们还未发觉自己的行动，那么下一步，便可放开膀子好好进行下去了，什么狡诈的罪行都无不可。这样的孩子会坚持认为，自己在别处都会是失败的，因此纵便是独断专行也要一直走下去，这

就是为什么大多数此类孩子不愿放弃做违法乱纪的事情的缘故。对他们来说，已经想不到什么有益的事，或是有建设性的事了。相反地，他们只会与同伴争个高下，并在其野心一步步放大的驱动下，一次次犯下新的错误，进一步去触碰法律的底限。当一个孩子开始有犯罪倾向的时候，我们可以发现，他在心理上其实同时也很自负。究其根源，与其野心一致，这孩子就是在这样的野心和自负心理的动力下，尝试着用一种方式来寻求自我突破——当难以在积极的方面谋得生活的一席之地时，便会向着生活的消极面谋求自己的位置。

下面有一则案例，讲的是一个孩子了结了自己老师的生命。在审查这一案例的时候，我们发现，该男孩有着上面所提到的那些心理特征：这个男孩子家请了一名女家庭教师，专门负责教育他，她深谙人心，其中包括心理功用及表达，因此，孩子在很小的时候就被她管束起来，生活在紧张而又小心谨慎的教养氛围里。在开始的时候，小男孩给自己设定的目标有些高得离谱，而后逐渐变成觉得定什么目标也实现不了，换句话说就是，已经对自己感到失望，不再抱有任何信心了。不管是在生活中，还是在学校里，他的希望都难以得到满足，所以，他便不再在这两处寻求希望，而是开始有了做非法之事的行动。藉此，他就可以不用再受约束了，不论是学校的老师，还是专门指导儿童心理发展的家庭教师，都管不了他了，因为当今的社会，并没有出台有关犯罪，特别是问题儿童犯罪的相关教育处理办法。然而，根本问题恰恰在教育上，这才是能够使缺憾心理得到矫正的根本所在。

有这样一个事实非常奇怪，相信那些从事教育相关工作的人都是熟识的，即：任性且自负的孩子，多出自教师家庭，及医生和律师之家。这一情况十分普遍，不止在那些相对不够专业的教育人士家里经常发生，连高水准的教育者家里也是常见的。这些搞教育的人虽说在业界享有一定的权威，可在他们自己家里，却似乎没有能力创造出祥和与秩序。针对这个现象，我们可以这样理解：某些重要观点放在这样的家庭里，要么就没有被重视起来，要么就是家庭成员无法理解。其中的原因还包括家里男主人的设限，他一方面作为本身就从事教育工作的专人，另一方面又以父亲的权威以严厉之法来表框孩子的教养方式，他们假设自己极具权威性，因此便制定下金科玉律，让孩子必须履行，对于自己的孩子，他们往往压迫得很厉害，甚至对其自主性加以威胁，使其必须听命于自己，而无法独立自主。这样的做法，好像是在迫使孩子唤醒其反抗情绪，逼得他们想要对施加在自己身上的棍棒加以报复，因为，在孩子的印象中，这样的压迫早已深藏在心。

我们必须记得一点，那就是，只要父亲有教育子女的某种目的，那么他就会对孩子的事尤其上心。这在总体上是好事，可对子女来说，结果却未必也好，她们会乐意成为被关注的焦点，并将自己看成是父亲用来展示教育经验的试验品，只能被动接受。因此，她们会认为不是自己做出的决定，而是别人，所以说，别人才应该是责任方，遇到困难时也理当由别人负责克服，而非自己，至于他们，是不必为困难负责的。

第三章 该怎样引导孩子去寻求优越感

所有的孩子都会寻求自我优越感，这一点我们已经清楚了。基于此，老师或是父母的主要任务就是去引导孩子，朝着对其有益的方向，以及在能让他们取得成就的路径上去帮助孩子追求自身优越感的目标。所以，不论作为父母还是教师，都须保证自己所做的是能让孩子在努力之后确实可以获得健康的心理优越感及幸福感的，相反，并没有做什么会引发孩子精神问题或精神混乱的引导。

这样的工作该怎么展开呢？孩子的努力到底是否有益于他们？什么才是有益努力的基础呢？这些问题回答起来应该是这样的：以与社会公众利益相符合为基础。要是谁的成就与其彰显出的价值跟社会利益毫无联系，这怎么可能呢？让我们来回想一下，被我们理解为是伟大的创举的那些高尚的、崇高的、有着非凡价值的人和事，无一不是既有利于创造者本身，又有益于社会大众的，所以说，我们在教育孩子的时候，主要就是要使其社会情感得到加强，换句话说就是让孩子在意识上与社会价值紧紧地联系在一起。

倘若孩子不清楚什么是社会情感，那就很容易变成问题儿童，其追求优越感的心理就未被朝着有益的方向引导。

人们在理解关于“对社会有益”时，自然是一个人有一个人看法，但可以肯定的是，大家都会认同这样的观点：要判断一棵树的长势，只要看其结出的果实就知道了。因此，人的特定行为是否会有益于社会，也可以由结果来判断的。由此，我们也需要考虑这期间所花费的时间和效果，在人的特定行为作用于社会的时候，不免与现实逻辑相冲突，有碰撞就能知道人在行动时联系大众的需求有多少关联了。要想进行价值判断，其标准就是事物的一般构建，是不是与标准相统一。结果迟早会显现，好在我们在日常生活中所进行的判断并不是太过复杂，无须用繁复的技巧做出评断。此外，我们对于社会变迁和政治流动方向是难以预估结果的，因此，在这些领域还存在着一定的争议。不过，人们在民族生活及个体生活方面，还是可以最终看到自己的行为是否确实有益于社会，又或者，是与社会毫无关联的。这是因为，我们若以科学的视角来看待问题的话，就会知道：若非某个

处理方式出自绝对真理，否则，这世上并没有全然无害的事物，只有真理才能解答人生方面的问题，因为，这些问题受制于关于宇宙、地球及人类关系领域的逻辑。对我们来说，源自客观现实、人类及宇宙方面的制约，就好像一道未必能解答出来的数学题，答案就藏在问题背后，我们只能在围绕着这个问题展开的有关材料中才能了解，我们给出的答案到底对了几分。然而同时我们也未必能够把握住解答的时机，这令人感到有些可惜，因为有时候由于久久等不到答案，使得我们再没有时间去修正其中的错误之处了。

人都无法以一个逻辑和一种客观视角来审视自己的生命，因此，人们大多不清楚自己的行为模式是相续发展、前后一致的。所以说，有些人在生活中出现问题后就感到害怕，觉得问题出在自己的选择上，是因为选错了路才会招致困难，而不是想办法解决问题本身。由此，我们应当牢记这一点：孩子并不清楚自己在生活中所遇到的问题究竟意味着什么，所以，当他们偏离正确的轨道时，是无法在消极的经验里得到正面教训的。故而，我们十分有必要让孩子了解：其实生活本身是连续发展的，这期间所发生的每一个事件都不是没有关联的，相反，应该把它们看作是贯穿生命始终的线索。眼下发生的事，不可能单独从他的生命中被抽离出来看待，因为，要想解释当下为什么会发生这件事，就得联系在此之前的事情。当孩子知道了这一点，才能更深入地明白自己为何会脱离正轨。

对于优越感的追求，在方向上有正确和错误之分，在我们进一步探讨该问题前，我想先说一下另一个问题，即：与我们所讲的事情在理论上看似冲突的能够获得好处的行为——懒惰。孩子们都会追求潜在的优越感，然而表面上看来，懒惰却与此总论调相矛盾。可真实的情况是，人们在指责孩子懒的时候，指的是他上进心不足，且志向定得不高，可要是对于这样的孩子详加审视的话就会发现，人们普遍都理解错了。事实上，在懒惰的孩子身上有着不少的优势：用不着担负他人的希冀；尽管在一些地方被认为没用，可要获得原谅也很容易。懒惰的孩子总是显得对什么都不太在意，一副散漫的态度，因为不愿为争取什么而去努力，可这却反而能够获得他人的关注，最低限度也会让父母为其劳心劳力。试想，别的孩子千方百计地努力，不就是想获得他人的关注吗？由此就不难理解，有些孩子会用懒惰这一招来吸引别人的关注是出于什么目的了。

不过，这还不足以解释懒惰心理的全貌。不少孩子会以懒惰作为工具来改善自己的境遇，因为人们常常会误认为他们能力不足、得不到好成绩只是因为犯懒而已。所以，人们不会对这类孩子的能力过多责备，反而常能听到家人会这样说自己的孩子：“他要是不犯懒，什么事都做得成！”人们对于“因懒惰才没有获得好成绩”的这种认可，会使这类孩子感到很满意。毫无疑问，他们对自己缺乏信心，而恰好这种认可能使他们的自尊心获得满足，这样，就不用以获取成功的方式来弥补缺失的信心了。在这一点上，成人和孩子有着同样的心理。在“假如不是出于懈怠，其实我是什么都能做好的”这个句式里，“假如”看上去是那么回事，实则不然，只是使懒散的孩子更易于接受自己的失败感罢了。这类孩子只要付出切实的努力并有所成就，那么在他们的心里，这些努力做的事情就会被附带某种特殊意味。先前，他们什么成就也没有，然而只要取得那么一点点的成就就会明显变得不一样了，因此结果就会是这个样子：懒惰的孩子只要有一点儿成就就会为人称赞，但那些始终付出努力的孩子却不会因为获得比他们多得多的成绩而受到相应的表扬，相反地，被称赞的次数反倒不多。

由此，人们不知道的是，在懒散这一行为的背后其实隐藏着一种技巧。这类孩子就像行走在钢丝上的表演者，他们不用担心自己会掉下去，因为下面早已铺就了一张不会令他们受伤的保护网，也就是说，人们在批评孩子的时候，对于懒散的孩子总会更温和一些，而在批评的时候，一般也不至于使他们的自尊心受到打击。总而言之，对于那些信心不足的孩子来说，怠惰就像是一种保护自己的屏障，即能使人们忽略他们没有能力的一面，同时也是最好的借口，凭此，他们就不用努力去解决困难了。

当前所施行的教育方式其实恰好是懒散的孩子的福音，他们就是要如此，我们只须做一番考察就能发现这一点。小孩子越是因懒散而被责备就越是感到满意，因为这样一来，人们就会忙着操心他们的事，而在没完没了的唠叨声中转移注意力，把他们真实的能力问题给忽略了，他们恰恰就是希望如此，同样地，惩罚他们也能达到一样的效果。因此，老师若是以惩罚的方式想要使孩子变得勤快起来的话，怕是终会失望的，因为，一个孩子要是真心想要懒散，那么不管惩罚多么严厉也不可能改正过来。

孩子也不是就不会发生转变，不过得是他的境遇发生了变化。比如说：他无意间成功了；老师由严厉型换成了温柔型，新老师比较能理解他，且对他说话的时候态度诚恳、认真，还会适时地鼓励他而不是常常打击他那尚显不足的勇气。当孩子遇到这种情况时，便有可能突然就变得勤快起来。部分孩子的学业在最初的几年中始终不温不火，直到环境发生变化，进入了一所新学校，才开始有了突破性的进展，一下子开始加倍努力起来。

还有一部分孩子也会想方设法规避自己的任务，他们并不是借助于懒散这一方式，而是靠装病。此外，另有部分孩子会在考试期间发生情绪变化，显得异常兴奋，他们以为，自己都这么紧张了，老师一定会多关注、多照顾自己一点儿的。同样地，爱哭的孩子也有着相同的心理特点。不论是紧张还是流泪，目的只有一个，那就是以此作为借口而享有某种特权。

还有一部分孩子也像上面提到的孩子一样，希望享有某种特权，这类孩子大多存在着一定的身体缺陷，因而希望能够获得某些特殊关照。比方说，口吃儿童。绝大多数处于学语期的幼儿都有点轻微结巴，常在幼儿身边的人一定对此并不陌生。我们已经知道，人说话的功能是受诸多因素所影响的，有的人语言表达功能发展得快，有的则会慢一些，这主要取决于孩子对社会情感感知的强弱程度。比起那些不爱与人亲近的孩子来说，乐于跟他人接触，并具有一定社会意识的孩子则会在学习说话的过程中学得更轻松一些。此外，还有一种情况，那就是孩子们在一些场合下是无须言语的。比如：受到过度保护的孩子，以及那些被宠溺着的小孩。他们所面对的真实情形是，家人总是在他表明意愿前就已经能够解读出来了，并且会及时按照自己的猜测对其诉求予以满足，不过，在这一点上，要排除那些有聋哑问题的孩子，因为像这样去照顾他们是很自然的。

部分幼儿直到四五岁时还不会讲话，这让父母十分担心，怕孩子会不会是聋了或是哑巴，可他们用不了多长时间就会意识到，孩子在听力方面是不成问题的，于是认为自己的孩子不可能成为聋哑儿童。然而，我们也不难发现，这类孩子所生活的环境的确有问题，讲不讲话似乎是无所谓的。俗话说，把孩子所需的所有东西都置于银盘之上呈现给他，他就没有必要再发声了，这话说得一点儿也没错，如此一来，他很可能会延迟说话的时间。所有的孩子都会用话语来表达自己的追求优越感的：他们咿呀学语并为父母送去笑声时是这样，需

要得到平日里所需的事物时也是如此。所以说，孩子对于优越感的追求及追求的方向，就体现在其说话的能力上。反之，倘若孩子没有咿呀学语的机会，不能通过言语来传达自己想要什么，那他的表达能力就会相对滞后，不能正常发展。部分孩子会出现语言方面的某种缺陷，比如不能准确地发出类似“r”“k”“s”这样的音来，不过这不难纠正过来。但不少成年人却也有口吃、说不清楚话，或是咬舌的问题，这就很奇怪了。

有口吃的孩子一般会随着年龄的增长逐渐恢复正常，有治疗需要的小孩并不多见。下面我们将讲述一个案例，而口吃的疗程大抵像这个十三岁男孩的治疗过程一样。

这个孩子开始接受治疗时只有六岁，一年后并没有什么起色，因此在随后的一年里，他就没再接受专业化的言语辅导。到了第三年，一个新的医生接手了他的病情，然而，这一回同样没有什么起色。于是，在第四个年头里，他又再次放弃了治疗。当病情发展到第五年时，一个专门治疗言语方面的医生在最开始的两个月里开始继续为他治疗，结果，情况更加严重了。接着，孩子没空多久就又被送进了学校，在那儿有专业纠正语言的老师。这一次，经过两个月的连续治疗之后，终于开始好转了，可半年后，病情又开始反复了。随后，另一位医生接管了他的病情，这个专门矫正语言的医生用了八个月的时间却失败了，不但没有治好男孩的口吃，反倒让病情恶化起来，于是，另一个医生又尝试了一番，结果还是失败的。次年夏天，他的病情有了进展，然而，到了暑期结束的时候，他还是回到了原来的状态。

在治疗的时候，主要采取的方式是：要男孩大声朗读，放慢语速说话，进行口头上的锻炼，等等。在这个过程中人们发现，当孩子处于某种兴奋状态时，可以暂时控制住口吃的毛病，可过不了多久又会退回去。但事实上，他除了在很小的时候从大楼的第二层摔下来过，有过一小段脑震荡史之外，并不存在其他身体器官方面的问题。

这个男孩有一个老师，认识他已经有一年了，这个老师在形容他时说：“这孩子的教养不错，人很勤奋，总会脸红，还有就是脾气差点，他不大擅长法语，地理学也学得比较吃力。”据这位老师说：男孩总是在考试时显得情绪格外激动；喜欢运动，特别是体操，此外，对技术活儿很感兴趣。他跟同学的关系都不错，不过尚未看出他有什么领袖特质，但他偶尔会与弟弟发生争吵。除此之外，他还惯用左手，十二岁那年曾过一次右脸中风的经历。

这孩子的家庭情况是怎样的呢？他有一个家庭教师，因此多数时候都不会出门，但他非常向往自由。他的爸爸是个生意人，精神总是紧绷着，只要发现自己的孩子犯口吃的毛病，就会严厉地加以训斥。尽管如此，孩子最害怕的却是妈妈，并觉得她待自己是不公正的，给予了弟弟更多的关爱。

在如上事实的基础上，我们就可以得出这样的结论：孩子脸红的事实证明，只要他不得不与人接触，就会感到紧张，且这样的情绪只会向上增长。在这一点上，与其习惯性的口吃有关。对他来说，口吃早已被他系统地机械化了，因此，就算是由一位他所爱戴的老师来治疗他，也不会成功。相应地，他这口吃的毛病也同时传达了不喜欢别人的意思。

就像我们所了解到的那样，形成口吃的动机与当事人所处的外在环境关系不大，主要是其在以何种方式来统觉自己的处境。在心理学范畴，易怒是有明显的含义的，即：性格脆弱的人都会借由易怒这个反应来表达，是希望获得优越感，希望能被人认可的意思，由此来看，他并非是个消极被动的孩子。另一方面，与弟弟总是争吵，恰恰证明了他感到失望并且失去信心了。此外，他在考前总是情绪特别激动，这是因为，一方面他自觉没有别人的能力强，另一方面又担心自己会失败，而这都促使他心里更紧张了。这孩子有着超强的自卑心理，而这种心理又使他在追求优越感的道路上，朝着并不有益于自己的方向走了。

在这个孩子家里，是以弟弟为中心的，因此，他之所以愿意去学校，不过是因为在那里会比在家要好一些。或许他有口吃的问题是由于身上有某个器官受损了，或许是由于曾被吓到过，不过，它们中的任何一个原因都只不过是种助力，让他变得越发没有勇气，而对其勇气造成极大影响的是，他因弟弟的存在而在家里备受忽视。

还有一个事实显示出这孩子确实在家里受到了冷落，那就是他一直到八岁的时候还会尿床。通常这一症状会发生一些先是受宠，后来又坠落“皇位”的孩子身上。尿床是一个信号，它明确地显示出这个孩子一直想要引起妈妈的关注，就是在夜里也一样没有放弃，而他这么大了还会尿床，恰恰表现出被妈妈忽视的现实是他所不能接受的。

对于这孩子的口吃问题，我们当可以鼓励的方式，再配合教育，来使他开始独立起来。在这个过程中，可以让他去做一些他能够做好的事情，如此一来，便可使他重新建立起信心了。这个男孩子觉得弟弟的出生令自己很不快，也确实承认自己是这么想的。由此，我们需要告诉他哪里出了问题，即：他已经步入了歧途，因为嫉妒心已使他偏离了正轨。

口吃的人所表现出来的症状还不止这些，我们再来说说其他值得一提的事。当口吃的人兴奋起来时，会怎么表达呢？实际上，为数不少的口吃患者都会在生气或是骂人的时候言语表达顺畅无碍，丝毫看不出他还有口吃的毛病，而年龄较大的口吃患者，则能无障碍地背诵东西，或是与爱恋的人沟通。因此，我们就这些事实可以明白，一个人会不会口吃，至关重要的一个因素就是：他是否能与别人的关系呈善性方向发展。对小孩子来说，当他面对别人的时候，势必就要接触那个人，或是用自己的语言来传达心意，而这时候，他们往往就开始紧张了。

通常，人们并不会在意那些能够顺利学会说话的小孩，不是特别留心孩子在言语方面有什么问题，可相反地，要是孩子的语言能力出现了什么问题，就会成为全家人的话题了。口吃的孩子就是如此，家人都会以他的这个问题为中心去予以关注。对孩子来说，他也会开始格外留心自己的言语，于是，开始有意识地关注自己的表达，有意地加以控制，但这不会在能够正常言语的孩子身上发生。因为，人本身是可以自如控制自己的话语的，要是这个无意识的操作变成了有意为之，后果只会使所针对的器官功能不能自然发挥。有一个例子可以很好地说明这一点，那就是梅林克为儿童所创作的《癞蛤蟆出逃》的故事：

有一天，癞蛤蟆碰见一个动物，它长了一千只脚，于是，它立马就开始表示赞赏，它问这个动物：“你能不能跟我说说，走路的时候你会先迈哪只脚呢？其他的九百九十九只脚又是怎么随后依次跟上的呢？”有着一千只脚的动物听后，陷入了思考，并且开始盯着自己的脚是怎么交替迈步的，它想要控制住这些脚，可很快就被搞迷糊了，以至于再也跨不出一歩。

尽管我们在把握自己生活的方向时，有意识地去加以控制很有必要，可要是打算将所有的行动都一一加以管控的话，无疑只会害了自

己。只有在我们放松身体，让它自由发挥的时候，才能创造出那么多不朽的艺术品。

孩子有口吃的毛病会给自身及家人造成不少影响，一方面家人会对患有口吃的孩子予以同情，并会尤为关注他们。此外，对孩子来说，未来也很可能会受此影响，然而尽管如此，不少人还是会选择给口吃找借口，逃避这件事，并不打算使现状有什么改善。不管是父母还是孩子，都有这个问题。显然，人们并不寄希望于将来。特别是小孩子，他们更希望能够长久的维持这种表面看上去是劣势，而其实却能满足自己依赖心理的优势。

巴尔扎克写过一个故事，能够很好地说明这个问题：当劣势变得太过明显时，反倒可以转变成一种优势。他在故事中刻画了两位正在谈生意的商人，过程中，两人都希望能占到对方的便宜。他们开始讨价还价，其中一个人突然结巴起来，随后，另一个人很快发现，他竟然是想通过这种方式来为自己争取思考话语的时间，因此，马上就想到了该如何应对，这个人对付那个口吃对手的方式就是装聋。如此，他的对手就因不得不费力地让对方听见自己的声音，而不再处于上风了。于是，双方也就都没什么优势可言了。

我们在看待口吃儿童的问题时，尽量不要太过苛责孩子，虽说它们偶尔确实会利用这一点来为自己争取些时间，或是逼着他人不得不耐着性子听完他的话，可不管怎么说，我们还是应该多鼓励他们，并且多温柔地善待他们，因为要想使他们的问题取得根本性的好转，就必须友好地善加引导，并使其恢复信心。

第四章 自卑情结

在我们的身上，或多或少都会同时存在着优越和自卑的心理。正是出于自卑，我们才会对优越有所追求，所以说，我们都希望借由努力获取成功而降低自身的自卑心理。事实上，若非不能自由地追求优越感，或是身体器官出现了问题，而使得自身再难忍受越来越强烈的自卑情绪的话，是不会由于自卑而产生明显的心理阴影的。只有这两种情况出现时，才会令人产生自卑情结——当人的自卑感超出所能承受的范围、已经变得有违常情时，就会迫切希望进行心理补偿和谋求不现实的心理满足，然而，这又会同时阻碍了人们获取成功的通路。因为，当自卑心理过重时，就会使所经受的困难变得更为夸张，且令自己没有足够的勇气去对抗它。

对于当前所论述的自卑情结，我们当可重新回到那个十三岁的有口吃问题的孩子的案例上。我们已经了解到，这孩子之所以一直有口吃的毛病，有一部分原因来自于他缺乏信心，反之，口吃又促使他更为自卑，所以对他来说，已经形成了恶性循环，有了神经性的自卑情结。男孩对自己已经不抱什么希望了，只想躲开他人，甚至还想到了自杀。其实，口吃只不过是其生活方式的一种衍生物，他要靠此来表达自我。这样，就可以使周遭的人在这个问题的影响下必须把自己视为关注的焦点，并且在一定程度上弥补了他灰心丧气的心理。

男孩希望自己能够成为那种有所建树，且有一定权威和影响力的人，因此，需要让自己看上去很亲切、易于相处，在工作上能够稳扎稳打，所以说，他给自己制定的目标有些过高了，且并不正确。除此之外，他还需要一个应付失败的借口，而口吃就成了最好的挡箭牌。这个案例无疑对我们有特殊含义。总体看来，他的生活是向好的，只不过从某种程度而言，他在判断力和信心方面出了点差错。

缺乏信心的孩子一般都不认为自己有能力取得成功，而口吃只不过是这类孩子所选择的借口之一。拿这种借口当手段是很自然的事，就好像动物们都有大自然赐予它们的武器——通过利爪、犄角来保护自己。所以说，这类孩子之所以会动用这类手段原因很明显，那就是，由于自身非常弱小，少了这种外在的手段就无以生活，再加上他

们几乎已经完全丧失了信心。还有些孩子会以另一种手段来达成目的，那就是大小便失禁。这一现象说明，孩子尚未有脱离婴儿期的愿望，这样，他们就还能像作为婴儿时那样，感觉不到痛苦，也不用操心什么。其实，他们的大肠和膀胱什么问题也没有，只是想借此让父母或是老师更加心疼他们，当然，这同时还有可能让自己受同伴们的嘲笑。总之，不论是尿床还是口吃，都只是儿童处于自卑时期的一种自然流露，又或许不过是因为不知道怎么去满足自己所需的优越感而自然的体现成了某种问题，所以，我们不该将这些有自卑情结的孩子的表现视为一种病态。

我们不难想象这孩子的口吃问题是如何形成的，一开始，或许并不严重，只不过是生理上出现了一点儿问题，然而，原本一直以来都是家里唯一的孩子，妈妈也总是会把心思都放在他身上，可当他慢慢长大后，却再也感受不到家人的关心了，因此，他就想到要换个方式来引起大家的关注。在这里，口吃之于这个男孩的意义有很多，比方说：家人会在他说话的时候，对他吐出的字非常关注；父母会把本来用在弟弟身上的时间和精力挪出来一些，用来照顾他。

同样地，他在学校也是如此，由于口吃，老师只得腾出更多的时间来照应他。因此，他在家里和学校，就借着口吃的问题而获得了与旁人不同的关照。虽然优等生会成为众人的焦点，可他同样也能让大家把关注的焦点都放在他身上。在学校，男孩的课业及表现其实都挺好，这一点毋庸置疑，可毕竟多了个口吃的问题做起事来就会更容易一些。

尽管老师会由于口吃一事而优待这个孩子，可这毕竟不值得提倡。因为，对这个孩子来说，当众人不再像他所期望的那样对他予以关注时，会反而使他受到超出一般孩子的伤害。他在家里就是如此，当弟弟取代他的位置成为焦点之后，他就很难开心起来了。与正常的孩子相比，他并不能像他们一样将自己的兴趣点移至别处，而在家里，他又只关心母亲的态度，对别的成员丝毫没有兴趣。

在治疗这类孩子之前，我们要做的就是：首先，让他们变得勇敢起来，并相信自己有能力做到，同时，在态度上不应过于严厉，不能以恐吓的方式吓到他们。还有一点十分重要，我们要多同情他们，跟他们保持一种友善的关系。不过，做到这些还不足以使他们康复，这只是与他们建构良善关系的一部分，我们还需借此来鼓励他们勇于上进。要想令这类孩子稳步向前，我们必须得让其自主独立起来才行，

在这个过程中，可以运用一些灵活的方式来操作，从而让孩子们从心底升起信心，并认为自己确实也有这个能力。

对于那些一时走偏了的孩子，最为糟糕的教育方式就是用“他们日后不会有什么好”这样的话去评断，显然，这是种无知的做法，事情会因此而变得更糟糕。因为，这样一来，孩子只会感到更胆怯。我们应该向反方向努力，乐观地看待这些孩子，并以此来鼓励他们重拾勇气。就好像诗人维吉尔曾说过的那样——正因为他们相信，所以才能做到。

虽说我们偶尔会见到出于怕人耻笑而在行为举止上有所转变的孩子，可对于他们的错误行为，我们要是相信可以通过羞辱的方式来达到目的，那可就大错特错了。若通过嘲笑他们来使其因受到刺激而转变，必然是没有好结果的，下面所提到的例子就可以证明这一点。

有个一直都不会游泳的男孩总是被同伴嘲笑。后来，他终于不堪受辱而走上了跳板，朝着深水处跃了下去，这之后，人们经过多次努力才把他给救上来。由此可见，当人本身就软弱同时又要即将丧失仅有的尊严时，便很可能做出非常危险的事，因为他希望能够借此来平衡自己的胆怯心理，不过，这么做无疑是欠妥的。一般而言，这会像如上所述的案例一样，只是当事人用来制衡胆怯心理的一个无效之法。在案例中，那个男孩有着深深的胆怯心理，十分担心小伙伴会因为他不会游泳而不再看重他这个朋友。然而，奋不顾身地往水里跳是没用的，这么做不但于事无补，反而加深了他不敢面对这一事实的胆怯心理。

胆怯是一种可以破坏人际关系的性格特质。孩子若总是心里难安，就没有余力去顾及他人，相反会竭尽全力地为尊严而战。因此，胆怯会使的人生态度向着个人主义及争斗的方向发展，这就使人很难保有良好的社会情感了，同时，这样的人生态度也无法使当事人能够远离被人非议的恐惧心理。胆小怕事的人总是怕被人轻视和嘲笑，也担心别人会忽视自己，就好像是在敌人的国度里生活似的，如此一来，在性格方面就有了自私、多疑和嫉妒的特质。

孩子若是有胆怯的性格特质，那么大多数时候就会喜欢给人挑错、唠唠叨叨且说话带刺。对他们来说，要是看到别人被称赞，肯定是既羡慕又妒忌，而要他们去称赞别人，那几乎不可能。因此，当超越别人的方式是讥讽而不是通过自己做出什么成就的时候，只能表现

出一点，那就是，他有胆怯的心理特质。当老师发现孩子有对他人产生敌意的发展趋向时，就应该马上负起责任从旁协助，让学生慢慢从敌意中走出来。当然，要是老师没有发现孩子的问题还是值得原谅的话，又如何能帮助孩子改掉那些不好的性格特质呢？

我们应该努力使孩子与所处的生活环境和这个真实的世界，达成一种和解，令其知道自己哪里出了问题；应该让孩子意识到，自身不努力就想获得他人的尊重是不对的。一旦我们把这些目标确定下来，那么该怎么帮助孩子、用什么方式去帮助他们，就很清楚了。也就是说，有了目标我们就知道：要去培养孩子们之间的友情；在教育时，要告诉他们，不管别人做错了什么、是否在成绩上很差，都不该瞧不起别人。倘若不这么做，很可能便会孩子萌生自卑情结，令他们再也拿不出勇气投入正常生活。

当孩子不再对未来抱有希望时，就意味着想要逃离现实，继而用消极的且丝毫不起作用的方式在别处获得补偿。在这一点上，教师负有重大的责任，或者说，正是这份神圣的职业所赋予的使命，即：保证每一个学生都不会退转其信心。有些孩子在刚到学校的时候就已经表现得灰心丧气了，因此这时候，老师和学校就更有责任帮助他们，令其重新振作起来。老师的职责就在于此。假使学生对未来不抱希望，不愿意思考将来的事，又何谈教育好他们呢？

此外，还有一种暂时性丧失信心的可能，这通常发生在有着高目标的孩子们的身上，他们最懂得这种感觉了。虽说在学习上，这样的孩子是不进取的，可一旦通过毕业考试，就不一样了，他们不得不选择自己的职业方向，而这时，有人就开始打退堂鼓了。另有一些孩子，同样是给自己设定了较高的目标，结果，要是没有取得傲人的成绩，也会在一段日子里对自己失去信心。之所以会有此类情况发生，是因为在不被察觉的时候，矛盾的种子早已种下了，一旦时机成熟，便会爆发出来。届时，孩子会立马没了主意，或是在精神上开始变得焦躁不安。而这时候，倘若不去鼓励他们恢复信心的话，那他们将会成为习惯半途而废的人，成年后，也会不时地跳槽，因为他们已经不相信自己的能力能够把一个工作圆满地完成了，而且，还很容易在得到了什么之后又担心会失去。

孩子是如何评价自己的，这一点很重要，可我们要是提出问题让孩子来作答的话，怕是很难知道他们的真实想法。不管在问的时候我们以什么样的方式去巧妙地加以引导，答案都不会明朗化，只能捕捉

个大概而已。有的孩子会拿自己太当回事，有的则认为自己毫无可取之处。通过考察我们就可以发现，一般对自己评价不高的孩子，必定身边有这样的成人，他们会说他是“没用的废物”或者“笨死了”，而且会一遍遍地重复这种话。面对如此严厉的指责，鲜有不会因此而受到伤害的孩子，不过，确实也有通过自我贬低来保护自己的小孩。

我们假使不能从提问中了解到孩子们是如何判定自我的，那就去观察他们在问题面前是如何表现的。比方说，听到问题后，孩子表现得自信吗？能快速以肯定的态度迎难而上吗？或者，是否表现出难以面对困难的样子？如果显得犹犹豫豫，不知如何作答，那么很显然，这是信心不足和缺乏勇气的人常有的样子。也许开始的时候，孩子还表现得信心满满，可随着困难升级，到了不得不面对的时刻，却又开始退缩起来，甚至再也不愿迈出一步。人们在看待这些孩子时，偶尔会出错，认为他们懒散，或是精力不集中。尽管在描述的时候方式不一，可终究还是殊途同归——这样的孩子在处理问题的时候，只会把心思都放在面前的困难上，而绝不可能像常人一样去处理它们。孩子偶尔也会误导成人，让大人误以为他在某方面的能力上尚且不足。情况就是如此，所以，当我们有了清楚的认识，并以个体心理学准则为基础来看待这些孩子的问题时便会明白，问题出在信心不足上，换句话说就是，他们对自己的评价过低了。

在我们研究此类问题时必须记住，有时候，人在追求优越感的时候会会在方向上走错了，若是有人全然地将自我放在最高点，那么在社会生活中，他便是个畸形的人。我们常常能看见，一些苦于寻求优越感的孩子是不会为他人设想的，他们对他人存有敌意，以自我为中心，甚至还会触犯法律。

不过，即使孩子做出什么最为恶劣的事，也不会脱离其人性的一面，也就是说，均有这样的性格特质：总会依稀感觉自己确实是人类中的一分子。就算他们在与人合作的观念上相对较弱，不愿在生活中计划安排这一点，也因此会比较缺乏社会情感，不过，他们与周遭环境必然会形成某种关系，而这最终都会通过一定的方式在实际的生活中表现出来。在这些方式中，必然也会有自卑心理，所以，我们得从这些繁杂又隐蔽的表达式中找到那个代表了自卑的表达式。在这其中，儿童的眼神至关重要，是此类表达的方式之一。在认识眼睛这个身体器官的时候，我们不能单纯地认为，它只是接收光线、传递光线的工具，还要知道，它对社会交流也起到了至为重要的作用。人们在

端详另一个人的时候，往往能透过眼神表达其愿意与这个人交往的程度有多少，所以，心理学家及作家几乎都认识到了眼神的重要性。通过眼神，我们可以看到一个人的部分灵魂，那人在审视我们的时候，便透露出他是如何看待我们的。当然，对成人来说，这其中还可能有演绎的成分，多少会存在点偏差，不过，我们在判断孩子的眼神时，就比较简单了，因为他们眼光更单纯，一下子就能辨别出他是友善还是不友善。

大家都知道，孩子要是回避大人的目光，就一定是心里有什么“鬼”。在这一点上，倒不是说他们良心难安，或是有什么跟性沾边的恶习。他们之所以逃避大人的目光，不过是想表明自己的态度，即：不愿意与别人产生亲密联系，哪怕是短时间的，孩子要是有这样的表现，就标志着他比较不合群。还有一种情况也是小孩不合群的信号，那就是，当人们叫一个小孩过来时，他与对方的距离有多大。不少孩子会选择保持一定的距离，因为他们得先弄清楚叫他干吗，等知道了之后才会依情况来决定是否要缩短一些距离。这样的孩子一般在过去可能在与他人接触上有过什么消极经历，所以才会在与人亲近时保持一定的距离，并且对他人的目的心存疑惑。抱着存疑的心态去看待他人，对他们来说已经是一种既定的错误观念了，因为他们已经习惯于普遍的运用自己片面的经验了。与此相反，有些小孩很喜欢黏着自己的老师或是妈妈，会有肢体上的亲密动作，这同样有趣。实际上，孩子是否乐于亲近别人的行动，比他口头上说喜欢谁更为重要。

我们可以从某些孩子的方方面面看出他的信心和勇气是否足够，要是勇气、有信心孩子，就会在走路的时候昂首挺胸，在说话的时候表现得大度。不过相反地，有些小孩会在交谈时表现得畏畏缩缩，那是因为他们内心感到自卑的缘故，对于外界环境感到害怕，不知道该如何处理。

我们发现，不少人在讨论自卑情结时都会认为，这是一种先天的心理问题。但实际上，就算是非常勇敢的小孩，我们也可以通过一些方式令其变得懦弱起来，由此，人们先天就有自卑情结的观点就不成立了。对孩子来说，影响心理成长的关键因素是——整个家庭的氛围，以及他的父母有着哪些性格特质。倘若其父母中有害羞或是胆小的人，那么孩子也就极有可能拥有相同的特质，不过，这是因为他成长在这样的环境里，而非受到了遗传的影响。事实上，有没有与人相处的能力与其脑部构造或是身体器官的物理变化，并没有实质性的关

联。我们通常会认为，孩子与同学交往不多，家庭成员也不爱与人往来，甚或根本不与外界联系，就代表孩子之所以形成这样的性格是受了家族遗传的影响，然而，这在理论上是根本站不住脚的。对此，我们可以用事实来证明，这些事实有助于我们理解是什么造成了孩子不合群的性格特点，为什么他们会有这些与常人相异的特质。

有一个案例可以方便我们去理解这一理论。这个例子简单来说是这样的：有一个孩子在身体上存在着先天不足，他在一段很长的时期里都不得不忍受来自疾病的困扰和体弱方面的折磨，如此一来，就必然会沉溺于自我的感觉中，在看待周遭世界的时候，觉得到处都是寒意和敌意。另外，还有一个起决定性作用的因素，那就是：孩子若是在身体上有什么缺憾，就势必得依靠他人的全力照顾，才能使他的痛苦得以缓解，然而，这恰恰又是形成他自卑心理的一大原因。众所周知，孩子与成人间是有很大差异的，不论是在体格上，还是在力量上都是如此，因此，这会令他们多少感到些自卑。有些孩子在这点上会特别一些，因为大人常会说“孩子就得多看着点，光说不行”，这只会加重其自卑心理。

于是，孩子看得多了，听得多了，就会在脑海里形成这样的印象，即：自己在大人面前是弱势。可一个孩子难以忍受自己不能强过他人，可越是如此，就越发地想要通过努力去平衡自己的不足之处。所以，除了希望获得他人的认可这一动力之外，还平添了实践这种努力的动力。孩子本可以借由自己的努力跟周遭的人们搞好关系，可如今待人接物的原则却发生了变化，他会认为：“什么都应该先考虑一下自己。”而那些不合群又不爱亲近他人的孩子，往往就属于这一种。

通常而言，有着很强自卑感的人，多是那些身体孱弱、残缺的孩子，另外还有长相不好看的儿童，他们在表露自己的自卑感时，往往会走极端。在与人交谈时，他们对他人言语的反应，往往不是害羞、躲闪，就是盛气凌人。尽管从行动上看，两者的差别很大，可事实上却都源自同一个问题。他们非常希望得到别人的认同，故而，要么就不怎么言语，要么就滔滔不绝。他们几乎不太把自己的情感投入到社会层面，这其中的原因有两点：一方面在于他们并不寄希望于生活，同时也不觉得自己可以为社会做出点什么努力；另一方面在于，他们只渴望做领袖或是风云人物，这样就可以引来大家的关注，但将情感投入社会的目的只是为了自己的这个愿景罢了。

要想经由一次谈话，就使一个多年来一直偏离正轨的孩子改变其原有的生活方式，几乎是不可能的。因此，对于这样的孩子，就需要老师耐着性子去教育。当孩子打算改善自己的方式，可在这个过程中却偶尔出现反复时，最好还是要对他进行解释，令他明白：进步虽好，但不可能速成。如此，就能使他不至于慌乱，从此对自己失去信心了。比如：对一个两年来都学不好数学的孩子而言，怎么可能仅仅花两个礼拜的时间，就取得很好的成绩呢？可不管怎么说，他还是可以用这段时间把成绩补上去一些的。一般而言，正常的孩子，是可以通过自身所具备的勇气来弥补自身的问题的，没有什么能难倒他。我们常常可以通过案例发现，某人的人格发展进程若是出现了什么偏差，就会在能力上有所欠缺，致使构成其整体人格的因素发生变化，显得更为怪异、粗劣，不灵巧。不过，他们毕竟还不是智障儿童，所以帮助此类有行为偏差的孩子改善情况还是可以做得到的。

孩子是否有智障问题，不是以其缺乏某种能力，或是有笨拙、冷淡的表象为事实依据的。通常，智障儿童由于脑部发育不完全，对脑部发育造成影响的腺体会使孩子的身体显露出一些特征来，也就是说，孩子的身体会出现某种缺憾。来自身体上的问题可能会在持续一段时间之后彻底消除，然而仍会对其心理造成一定的影响。那些过去由于身体孱弱而表现得懦弱的孩子，就算日后不用再为身体发愁，也还是不能在心理上摆脱这个阴影，从此变得勇敢起来。

对于这一点，我们还可以继续深挖下去。孩子之所以会形成自卑心理、只考虑自己的事情，一方面是源自其过去的经历，也就是说，曾体会过部分身体器官不健全，受迫于接受体质孱弱的现实。然而事情不只是这样，有些孩子在身体上并没有出现过器官不健全这种问题，他所身处的环境也与此不同，然而，一样会形成自卑心理。比方说，对孩子而言，比起在身体有缺陷的这种痛苦，家长所给予的关爱过少，或是在教育上太过严苛，同样也是一种苦难，在家长不合理的教育下，孩子往往很难对自己的境遇感到满意，他们甚至会与自己的生活环境敌对起来。所以，在这种情况下，不论是由于身体问题而产生的心理问题，还是由于父母所引发的心理问题，都属于一类问题，即便两者间存在差异，也是如此。

由此，我们便可以预料到，要想帮助这些从小在缺乏关爱的环境中成长的孩子有多困难。他们在看待我们的时候，会延续他们一直以来的那种态度，不管我们采取何种办法促使其努力前进，都会被他们

解读成：管制。因为他们时刻都觉得自己没有自由，因此，但凡有点能力，便只会想要进行抵抗。此外，他们也无法用正常且适当的态度去对待自己的同伴，不能忍受自己的伙伴在过去的时光里比自己过得好，因为这会令他们心生嫉妒，同时又羡慕至极。

这类孩子通常都会有嫉妒心理，并在这种情绪的驱使下变得破坏欲极强。因为，他们的勇气并不足以应对周遭环境，可他们的无力感却并未消失，只得借由欺负更弱小的孩子来进行弥补。反之，有的孩子会借助一种表面化的友善来与同伴相处，好满足自己的优越感，不过，这种友善只在能够控制他人的基础上才能得以维持。在这类孩子之中，会有不少人发展到后期，就只乐于接触那些比他们处境还糟糕的人了。这在成人中也是有的，不少大人也更乐于跟比自己还不幸的人在一起。还有一种情况，即：这类孩子中的一部分所乐于近亲的朋友，大多比自己还要小，或是没有自己富裕。而对于此类男孩来说，在与女生交往时，则更愿意选择那些温柔、顺从的异性，但他们之所以愿意与对方交往，并不是出于被异性吸引，这一点还须留意。

第五章 儿童成长——防止自卑情结

孩子在学习行走的过程中就算是花费了不少的时间，也不见得就会产生具有深远影响的自卑心理。可我们也明白，倘若某个孩子的心理发育没有什么问题，只是在学习走路时碰上点麻烦的话，就会始终对此印象深刻。对于自己的境遇，他会感到很不开心，虽说来自身体功能方面的缺憾慢慢会恢复到正常水平，然而他在看待世界的时候，仍不免会悲观一些，并且，还会对其日后的行为造成更长久影响。不少孩子虽然最终治好了的自己佝偻病，却还是在身体上落下了一些这种病的残影，比如：头部畸形、罗圈腿、脊柱变形、膝关节肿大、部分关节使不上劲，以及体态不标准，等等。一般而言，孩子在得病的那段时间里，容易形成这种挫折感，并且还会有另一种感觉随之生成，那就是悲观厌世的心理。这类孩子往往对自己的评价不高，出于自卑心理，当他们看见自己的同伴自由自在地生活时，会觉得很压抑。因此，有些此类孩子就不再对自己有信心了，即便打算前进一步，所付出的努力也不会太大，还有一些这样的孩子会对自身境遇感到绝望，这令他们选择孤注一掷，想要争取最大的可能去赶超身边的幸运儿。总之，因身体而感到自卑、受挫的孩子，只会是这两者中的一种。显然，他们对自己认识不足，判断也不到位。

显然，促成儿童成长的因素与其内在能力和外在的境遇并没有实质性的关联，最重要的是，儿童是如何看待客观现实的，还有，他是如何理解自己在基于这种现实之上与现实互动的。我们不能将所有的事物都归结于这个孩子天生就有或没有某种潜能，事实上，成年人在判断孩子的境遇时所理解的也并不要紧。主要还是得站在孩子的视角来做出判断，看他到底身处何种境遇，即便孩子在理解和判断上都不对，也要在这个基础上来了解他。小孩子在理解事物时，不可能都是符合逻辑的，所以，我们不能以成年人的眼光来期待一个孩子做什么都是不违背常理的。孩子对于自己所处的境遇，一般都做不到精准把握，在理解上也必定会犯一些错误，这一点我们必须知道。另外有一点我们绝不能忘记：孩子要是什么都做对，那还需要我们教育什么呢？而小孩子倘若先天就注定了会犯错误，那我们又怎么能改变这个命运，对其加以教育呢？又怎么可能使他改正错误呢？所以说，有着

宿命论的人，只会相信孩子天生就是这么个性格，显然并不适合从事教育工作，一方面做不来，一方面也不该做。

身体健康，心灵就没问题，这可不是什么真实的说法。孩子要是能够勇敢地对待自己的生活，那么即便在身体上有些缺憾，我们也能在其病体中见到一个美好的灵魂。反之，一个孩子本来身体没什么问题，可不断地承受一些悲惨之事，结果导致其开始错误地认为自己能力有问题，那他很难在心灵上保持健康。有些孩子在面对困难的时候非常敏感，一旦在某件事情上失败了，就开始不相信自己还有能力做好，因为这类孩子对任何困难都会敏感，认为那是自己没能力的证据。

有的孩子不止在学习走路时遇上点麻烦，学习说话也是如此。通常这两者应该是同步学习的，而彼此间也没有什么必然的联系，可放在家庭环境中，对孩子进行教育的方式出了问题时，就会同时波及学习语言和走路这两件事了。有的孩子本来在学习语言方面没什么困难，可由于不被家人重视，反而拖了很久还不能学会。不过，我们也应该认识到一个事实，那就是，倘若孩子的听力没有问题，同时也没有什么影响发声的器官病变，那么他迟早都能学会说话。另外，有的孩子确实也会在特定的情况下不能顺利地学会这个能力，比如：视觉发育大大超前的那些孩子，他们的语言能力往往发展得滞后一些。还有一些情况同样会影响孩子的语言发育，比如：当孩子在主动表达自己时，被父亲抢先一步说出来了，也就是家长做了孩子的代言人，如此一来，孩子会在一段较长的时期里，一直停留在学语状态，甚至，会让人觉得是不是他在听力方面也有什么毛病了。不过，当他最终学会的时候，就会有强烈的表达欲，甚至将来还极有可能成为一名能说会道的专业演说家。

下面讲一个心理补偿过度的案例。克拉拉·舒曼是大音乐家舒曼的妻子，在她四岁时，还不能像正常孩子那般讲话，直到八岁也仍旧说得很少。可见，这个孩子十分怪异，性格也不外向，比起其他地方，她更愿意把时间都耗费在厨房，从这一点来看，家人想必对她并不关注。她父亲后来说道：“这孩子令人感到奇怪的地方在于，尽管在精神上显然并不和谐，然而，却促成了她自此开启了自己美妙而和谐的人生。”

此外，事实证明，完全失聪的案例并不多见，因此，这类儿童应当得到特助照顾，必须有专门的人来负责训练他们，并给予他们有针

对性的教育。不管这个孩子在听力上的问题有多严重，都应该将其仅存的听力尽最大可能地开发出来。在这一点上是有实证的，身在罗斯托克的卡茨教授就曾为此做过许多努力，他得出了这样的结论：只要让那些声乐感不足的孩子接受训练，他就能使他们得到改善，最终，孩子们都可以无障碍地去领略音乐的魅力，和来自声音的美感。

我们有时候可能会怀疑某些孩子是不是存在智障的可能，尽管情况并不严重，但仍旧担心其是否在一定的程度上确实如此，因为，这类孩子基本上在多数学科中能够把握得好，可偏偏在某一科上，却学得差得不能再差了。一般来说，数学常常是这类孩子的弱项。孩子在这个科目上要是难以学好的话，往往就会被吓住，并且会自此再也不愿意在这上多浪费一点儿精力。此外，有些家庭还会把数学学得不好当作光荣的事，这种情况在搞艺术的家庭里时有发生。还有，我们在社会上也常能听到这样的声音：与女生相比，男生学起数学来会更容易一些，然而，这种论调并不正确，因为在杰出的数学家和统计学家之中，有很多同样优秀的女性专家。女生要是常听人们说“女孩子不如男孩子的计算能力强”，自然也就没什么信心了。

要学好数学这门学科，必须懂得如何经由一连串的思索，将那些纷杂而又没有章法可循的东西给整合成数字，并以这种形式终结其混乱的状态。所以说，它是少有的一门可以让人感到心里踏实的科学，正因如此，它也成了孩子心理是否健康的一个评判标准。一般而言，有着强烈不安心理的人，都会被计算给难住。

这种情况也会发生在别的科目上。比如：作者会通过写作来传达唯有意识才能理解的语言，并将之最终落于纸上，对他们来说，这样会有种安全感。而绘画也是如此，人们可以通过它来留住那些一闪即逝的光学影像。同样地，我们也能够通过做体操和舞蹈来获得一种来自身体的安全感，并且在这个过程中，我们通过灵活操控自己的肢体，对其加以控制，还能获得来自精神上的安全感。不少老师都认为，孩子要是肯多运动，好处一定不少，而这与来自身体的安全感怕是有着很大的关系。

此外，游泳也是检验孩子有没有自卑心理的一个标准。倘若他学得特别费劲，那就极有可能存在自卑心理，一般看到这一征兆，就表示这个孩子对自己没什么信心，也不信任自己的老师；相反，要是他学得十分轻松，那就表示他克服困难的能力很强。在此，我们得留意那些在初学时觉得障碍重重，而最终却变成杰出的游泳健将的孩子。

他们在开始的时候，往往很介意自己学不好，然而，等到学会之后，反而一下子受到了鼓舞，变得渴望纯熟地驾驭这项技能。因此，这类孩子往往会最终在游泳这个领域里成为佼佼者。

还有一点十分要紧，那就是，要留心孩子是只与某个人联系密切，还是对其他人也很有兴趣。孩子一般都更亲近妈妈，倘若不是如此，便会与其他某个家庭成员形成依附关系。若非存在智障问题，所有的孩子都有能力依附他人。孩子要是由妈妈带大却对他人更为依赖的话，就该追究一下原因了。本来，作为母亲最为切要的一项任务就是，让孩子不但喜爱自己，也喜爱他人，并且愿意相信其他人。显然，孩子不能只关注妈妈一个人，把自己的情感都投注在这一个人身上。一般孩子的祖父母都会因为年纪大了而格外疼爱第三代，他们在孩子的成长过程中也起着十分重要的作用，然而，却常是那个会骄纵孩子的人。因为，他们担心人们对自己不再那么需要了，于是，产生了一种强烈的自卑心理，结果，要么就容易挑刺，对他人横加指责，要么就过于心软，扮演起慈眉善目的长者形象。后者为了加深自己在孩子心目中的重要性，总是对孩子提出的各种要求言听计从。这样，孩子只要去祖父母家，就会集所有的宠爱于一身，做什么都行了。于是，有的孩子甚至不想再回到自己家里，不愿再被管束起来。有的则在返回家中后开始埋怨，祖父母家比自己家好多了。在这里，我之所以提及孩子的祖父母在孩子成长过程中所出演的角色，是为了方便教师在审视个案的时候，能够重视这个事实，因为，它有时确实会对一个孩子的生活方式构成影响。

关于患有佝偻病的孩子，在附录里，我们可以通过心理问卷中的第二个问题看到这一点，即：孩子身患此病，会导致其在行动上显得笨笨的，要是不能在一段时间里好转，便会对其生活产生影响。一般这种情况背后的事实是，孩子被过分关照了，换句话说就是，他得到的宠爱有些过头了。对于母亲来说，应当知道孩子的独立性有多重要，不能让孩子全无独立自主的能力，即便是在孩子需要特殊护理的病中，也一样应该保有其一定的独立性。

孩子是不是总给别人添麻烦呢？倘若确实如此，必然是因为这个孩子有一个很溺爱他的母亲，没能在孩子的成长过程中令其独立起来。孩子有意给他人找碴儿主要体现在：睡觉、起床、吃饭和洗澡上，个别时候也会通过其他方式来添乱，比如：做噩梦、尿床，等等。其实，孩子之所以搞出这么多花样来，不过是想获得个别人的关

注。他们时不常地弄出点动静来，似乎是认为，只有这样才能找出一种可以使父母始终受控于他的武器。倘若孩子有此类行迹，那必然是他所处的环境出了问题。在这种情况下，任何惩罚都是无效的，孩子反倒会常常刺激父母这么做，用实际行动来证明，自己根本不怕什么惩罚。

孩子的智力发展水平同样至关重要，但针对这一问题，却往往难以给出正确的答案，我们可以时不常地以比奈特测试来检验，可从测试结果来看，也不一定就全是对的。同样，类似的智力测评也不见得就能始终精准地判断出孩子的情况。通常，家庭环境在孩子的智力发展过程中所起的作用甚大。生在优越家庭环境里的孩子，往往能够获得更多的助力，而身体发展不错的孩子，在精神方面往往也成长得很好。但从结果上看，常是不尽如人意的。那些智力水平发展稳步攀升的孩子，一般会被成人视为“有发展前途”，可从事高水平的工作，因为那些好的工作、水准高的职位，就需要这样的人才；反之，那些智力水平发展相对较慢的孩子，则只能给他安排一些下等的工作机会。不少国家还会引进别国的教育制度，为那些落后生有针对性的另设班级。对此，我们观察到的结果是：班里的多数学生家境都不宽裕，我们不难由此判断出，要是这些孩子能够有幸出生在富裕之家而不是贫困之家的话，那么他们与生活条件优越的孩子其实是有一拼的，而且不一定赢不了。

孩子是否总是被人嘲笑、有没有因此而丧失信心，也是我们应该关注的重点。有的孩子在被人嘲笑后，还是可以忍受的，可有些孩子却不能，他们无法接受这种事，变得不再自信，只关心那些外在而表面的东西，不愿再费力去努力做什么对自己有益的事情。我们要是看到孩子老是与别人发生争吵，就该明白，他对他的处境不满，总是抱着敌对态度，对他来说，要是自己不先主动出击，就一定会被别人欺负的，所以，此类孩子往往都不服管教，觉得顺从和听取别人的意见就会显得自己很卑微。此外，要是他人友好地跟他们打招呼，他们也不会以礼相待，因为，这么做无疑是一种屈辱，应该用一种高傲的态度回应才对。这类孩子几乎不会埋怨什么，也不会对他人施以同情，这对他们来说是很羞耻的事。此外，这种孩子也不会当着别人的面流泪。人们有时能够看到，本来应该感到悲伤的时候，他们却还笑得出来，这就不免令人留下这样的印象：这孩子太冷漠了。可事实上，他只是不想让人看到自己还有脆弱的一面罢了。内在很强大的人从不会觉得“残忍”很有趣，不管是怎样的恶行，其实都暗含着那个人的某

项弱点。真实的情况是，尽管这些孩子看上去桀骜难驯、不修边幅、不爱整洁，还老不是咬指甲就是挖鼻孔，听不进去话，可实际上他们更需要得到他人的鼓励。所以，我们当使孩子知道，他们之所以表现得挺差劲，不是因为别的，而是出于害怕暴露自己的弱点。

能不能跟他人建立起良好的关系也很重要，我们应当留心，孩子在社会交往的过程中，扮演的是指挥者的角色，还是跟随者的角色，不论是哪一种，都与其投入的社会情感多少有关，或者，与其拥有多少信心分不开。此外，与他人的关系如何还取决于孩子本身更希望听从还是指挥别人。倘若他主动选择不与人接触，那就表示，他不愿与伙伴们竞争，信心不足，可他又并非不希望追求优越感，这种心理其实和其他孩子一样浓烈，只不过他很担心自己必须在与伙伴相处时，顺从他人的意愿。有的孩子喜欢搜罗自己感兴趣的物件，通过这一迹象，我们应当看出，他其实是想要让自己充实起来，好能比其他人更优秀。但这是很危险的，有着这一倾向的孩子往往会朝着失控的方向发展下去，致使其最后变得野心过大，或是太过贪婪。当然，这同样体现出了一种内在的虚弱，此类孩子唯有借由外在的支撑才能平衡这种心理。要是他们自觉得不到他人的关注，又总是被冷漠的对待的话，就很可能发展成去偷东西。其实，比起一般孩子，他们的心理会更敏感一些，也更在意别人的关注度。

我们接下来就该谈谈孩子是如何看待学校的问题了。孩子这学上的是否很勉强？有没有磨蹭着不想去？在上学这件事上，孩子的情绪高涨吗？通常，孩子都不会明显地表现出最后这一点，反而在担心和害怕自己的处境时会明朗一些，用的方式方法也会多一些。有些孩子在写作业的时候比较爱生气、精神紧绷，有的甚至有心悸的征兆。有些孩子的表现则超出了一般范畴，在身体上会有器官组织上的局部变化。比如：性反应异常。对孩子来说，要是学校不以打分制度作为划分学生的评判标准的话，那就轻松多了。可如今的学校就是有着没完没了的考试，学生们只能争取高分，不然，就会被永久地划分到差生那里去了。

我们需要观察孩子，看他更愿意主动学习，还是得被人督促着来。要是他总忘记写作业，那我们就可以从这一表现中看出，他可能是想逃避责任。因为，有时候孩子会通过做不好作业、得不到好的分数来作为不去上学的理由，这样他就可以去做其他感兴趣的事了。

孩子存在懒散的问题吗？有的孩子在学业上不行，却宁愿把问题归咎于懒散而不是能力不足。当这样的孩子偶然间表现出色，做成了某件事，很自然地就会被称赞，同时，还会被人说成是：“他要不是因为懒，其实没什么做不成的。”对孩子来说，这当然会很受用，人们都这么看他了，还需要再努力证明有没有能力吗？同样可以划归到这一类中的孩子还包括：颓废的儿童、失去信心的儿童、专注力不足的儿童、依附于他人的儿童、被过度宠溺的儿童，以及公然在课堂上捣乱、好出风头的儿童。

孩子们又是如何看待老师的呢？一般而言，孩子不会明显表现出自己的真实看法，所以他们是如何看待自己的老师的，就成了一个难题。有的孩子会有意识地对同学进行指责和羞辱，倘若孩子出现这种倾向，那么我们就可以判断出，他其实是因为信心不足才会如此。这类型的学生往往以自我为中心，态度傲慢且喜欢挑刺，但这只是源于他不想让人知道自己的弱点。

最让人头疼的还属那些对什么都不感兴趣、看上去冷冷的被动型孩子，实际上，他们不是真的对人事无动于衷，只不过以假面示人罢了，一旦逼急了他们，必然会引发其怒气，有的甚至还会有自杀倾向。他们只会做别人要求他们做的事情，而不会自觉自愿地去做什么，通常，这类孩子对自己的评价都不高，担心自己会受挫。在教育这类孩子的时候，我们应以鼓励为主。

对于那些想要在体操方面和运动方面大展拳脚的孩子来说，一般也会想在别的领域里露一手，可之所以没有这么做，是因为担心自己万一失败了该怎么办；而那些在阅读量上大大高于一般水平的孩子，则通常只是希望能借此获取勇气，他们的信心往往不足，这类孩子尽管有着非凡的想象力，可他们却宁愿躲在书里，也不想活在现实中。此外，孩子们主要都看哪个类型的书，也是我们应该多留心观察的，看看他更喜欢看小说、童话、传记、游记，还是科普类读物。处在青春期的孩子比较容易喜欢上看情色书籍，可这在发达城市是不可避免的，随便一家书店都有可能出售此类书刊，而孩子往往会随着性欲的增长把注意力转移到这上面来。对于这类孩子，我们需要提早对他们展开性方面的启蒙教育，为他有一天成为一个真正的大人打下基础，让父母与孩子之间可以友好相处，我们通过这些举措，可以有效地平衡那些有可能落在孩子身上的不良影响。

接下来的问题就是关于孩子的家庭问题了。在孩子家中，是否存在酗酒或酒精中毒的人，是否有精神病人、肺功能出问题的人、携带梅毒的人，以及患有癫痫病的人？如果有，我们就必须翔实而全面地对孩子的身体发育进行记录，这一点非常重要。一般来说，孩子的呼吸若是主要依靠嘴来完成的话，都会看上去表情蠢笨，因为他的扁桃腺过于肥大，使他没法像正常孩子那样呼吸。对此，可以通过手术来加以改善，孩子也会相信，一旦做了手术就没事了，而康复后，他会更有勇气面对自己的课业问题。

通常，家里要是有人得病，往往会对孩子的成长发展造成一定的影响。倘若父母得了慢性病，那么对孩子来说，无疑就构成了负担，而要是家庭中有什么人得了精神方面的疾病，或是心理不健全，那么所有的成员便会倍感压抑了。我们应当在可能的情况下，对孩子隐瞒这一实情。人们普遍都会相信迷信的那些东西，认为精神方面的疾病是会代代相传的，所以，我们有必要不让孩子知道。而另一方面，对于整个家庭来说，一旦有人患病，无疑举家上下都会跟着发愁。此外，还有一些疾病也会招致同样的影响，例如：肺病和癌症。如上所说的疾病都会影响孩子的成长，在其记忆中烙下不可磨灭的印记，所以，我们可以适时将孩子转移到其他地方去，这样会更有利于他。此外，对孩子来说会带来致命伤害的还有：家庭成员中有慢性酒精中毒的人，或是有人有犯罪倾向。不过，使孩子脱离家境还会随带新的问题，那就是如何将这孩子妥善的安排到一个合适的地方。一个家庭若是有人有癫痫病，那么整个家庭气氛就很难和谐，因为病人常会冲家里人发火生气。可这还不是最糟糕的，梅毒才是最为可怕的家庭杀手，孩子若是身在有梅毒病人的家庭，通常会变得十分虚弱，因为这是一种遗传病，得病的人会悲观地看待自己的人生，而生活中总会遇到一些麻烦，他们一般也很难应对。

一个孩子的家庭在物质条件上情况好坏，必然对其人生观产生影响，这一点，我们必须重视起来。比起那些家境优越的孩子来说，生在贫穷之家的孩子往往会感觉自己是贫乏而虚弱的。孩子原本若是过着比较优越的生活，可一下子发生了经济上的变故，就会打乱他习惯的那种舒适感，觉得难受是肯定的。此外，要是父母没有祖父母的生活优越，还会加重这种心理。发生在皮特·金特身上的故事就是如此：他的祖父母能力非常强，可他的父亲却什么事也做不成，这便成了在他脑海中挥之不去的噩梦，于是，他会通过自己超乎寻常的努力来无声地反抗自己那懒散的父亲。

孩子在家庭中还有可能碰上死亡这个问题。要是来得太过突然，他们往往在一时之间难以承受，导致其终身都会受此影响。要是孩子没有对死亡的认识，却突然间与它照面的话，就得被迫接受生命终有尽时的事实，如此一来，或许会因此而感到绝望，最起码也会开始害怕死亡。在医生所书写的传记里，我们常能看到他们何以选择以此为生，不少人都是因为在很小的时候遭遇了突发性的死亡变故。由此而有愿成为医生，就表示他们在认识死亡这件事的时候，受到了强烈的刺激。因此，最明智的做法就是，我们应该小心避免让孩子面对骤临的死亡，无疑这肯定会使孩子有很重的心理负担，对他们来说，还根本弄不清死亡是什么呢。通常，遗孤或是继子都会认为自己之所以活得很苦，完全是因为父母不在世了的缘故。

了解家里是谁在做主也可以帮助我们理解孩子，这一点要注意。一般在家里掌事的都是父亲。可要是换成了由母亲或是养母来当家的话，会导致另一种结果：孩子无法正常的生活，并且不再对父亲心怀敬意。倘若在家里妈妈说了算，那么作为儿子，会在往后的生活中对女性总是感到畏惧，而他成年后，要么就躲着女人，要么就与自己的妻子及家里的其他女性成员不能和睦相处。

此外，父母在家是如何管教孩子的，也应该被纳入到需要了解的范畴，我们得搞清楚他们的教育方式是趋于温和还是严苛。在这两种方式上，个体心理学的主张是，可用但不宜过度使用。我们应该把努力的重点放在对孩子的理解上，尽可能地帮助他们树立不偏离正确的思维方式，此外，还需要帮助孩子鼓起勇气去解决自己所遇到的问题，并让孩子建立起社会情感。父母要是对孩子过于苛刻，只会失去信心，反倒会害了他。而要是以过于温和的方式来教育孩子，又会使其因骄纵而只会依赖于某一位亲人，自己什么事也处理不了。在对孩子描述所处世界的过程中，父母不宜描绘得太过理想化，也不宜使用太过悲观的词汇来诉说。对于父母而言，主要的责任就在于，要尽最大可能地为孩子打好基础，令他有能力面对自己往后的生活，并且能好好爱护自己。孩子要是不知道该如何解决困难，将来就很有可能千方百计地逃避困难，而生活圈也会因此而大幅度减小。

同时，我们还必须清楚是谁在家照顾孩子。总是有机会和孩子在一起的人，不见得就是孩子的妈妈，不过她对谁在照管孩子一定很清楚。教育孩子的最佳方式是，让孩子在一个理性范畴内从实践中得到

学习的机会，这样就比较容易以接近客观现实的方式来形成自己的逻辑，而非受他人思想的束缚。

一个孩子在家里的地位如何对其性格发展也有极其重要的影响。家里倘若只有一个孩子，那么他在家肯定居于一个特殊的位置。家里要是不止一个孩子，那么作为老小的女孩子要是只有哥哥，那她在家里的地位也会不一般，同样，身为最小的弟弟，若是上面只有姐姐也是如此。

还有，我们是如何看待孩子择业这件事的呢？孩子选择什么样的职业，就会透露出其受到了怎样的环境影响、有多少信心、社会情感水平如何，还有他生活得是否很和谐。

此外，需要我们引起注意的还有两个问题，一个是孩子如何看待自己的早期记忆，另一个则是他的梦想。这两点都会对孩子成长造成深远的影响。要是能够诠释出孩子回忆出来的事物代表什么，就可以深入地了解其一贯以来的生活方式了。而知道孩子拥有怎样的梦想，就能够明了他一直是朝着什么方向发展的，然后再看他在处理问题的时候是怎样的，逃避还是勇敢面对。

孩子在语言方面有没有什么缺憾的地方？孩子长得俊俏还是难看？从身材上来看，孩子是在正常的水平线上吗？这些也是需要我们去了解的。

在个体心理学问卷中，还涉及一些其他的问题，比如：孩子愿意把自身的情况公开出来吗？有的孩子会以吹牛的方式来平衡自己的自卑心理，而有的孩子则不愿说出来，后者不是怕有人会借题发挥，反过来会对自己有什么不利，就是担心一旦弱点为人所知，便很有可能为此平添新伤。还有，孩子要是在诸如画画、音乐等某一科上成绩优异，就应该趁势争取得到更多的鼓励，好在别的学科中也拿到比较高的分数。

孩子若是到了十六岁仍不清楚自己将来想做什么，那我们就可以这样理解了：他怕是已经失望了，需要人们给予一定的助力。

最后，需要加以关注的还有孩子的家庭成员都选择了什么样的职业谋生，他的兄弟姐妹在社会上的地位如何，差距大吗？孩子的父母婚姻状况如何？要是不幸的话，对孩子势必影响很大。

作为老师，在孩子成长的过程中必须谨慎地履行自己的职责，正确的判断出学生的情况及其所处环境的情形。必要的时候，可以以问卷的形式来了解情况，及时帮助孩子改正问题，进行合理的引导。

第六章 儿童的社会情感发展及所遇障碍

在前几章里，我们探讨了关于孩子是如何追求优越感的问题，而接下来，与那些例子形成鲜明对照的探讨内容就是：多数孩子和成人都有与他人缔结关系的愿望，也就是说，人们都希望在合作中践行自身的使命，以此来让自己在社会生活中变得有价值。对于这个现象，我们可以用一个心理学术语来表示，即：社会情感。追根溯源，社会情感是什么？对此，人们或许会各执一词。但是截止到目前，作者对社会情感的发现是——它的现象脱离不开有关人类的定义。

我们说，追求优越感是人的天性，因此人们也许不禁要问，从什么意义上讲，社会情感会比天性更接近人性呢？这个问题，回答起来应该是这样的：归根结底，两者的核心都是一致的，均以人性为根基。人在表达其原始欲望时，都会体现出这两点，也就是说，通过它们来达到被认可的目的，只不过在形式上有所不同。之所以如此，是源自人在判断人性时所持的固有观点：当人们追求优越感时，基于这种判断就会解读成，个体无须仰赖于集体存活；而人们在追求社会情感时，又会基于另一个判断方式进行解读，认为个体都在一定程度上仰赖于集体。基于这两种判断人性的观点我们发现，在比较之后可得出这样的结论，即：对社会情感的追求是高于追求个体的优越感的。在我们对于世界观的理解上，社会情感更具理性，也更符合逻辑，相较于追求个体优越感来说，也更为彻底，而追求个体优越感尽管也是一种常见的心理现象，但终究只是就个体而言，基于这之上去理解世界观，显然只能流于表面。

基于何种意义，社会情感才是符合真理、在逻辑上说得通呢？答案就藏在人类史中，回顾往昔，其实人类始终都是过着群体生活的。我们对这个事实并不陌生，不能进行自我保护的动物就只好以群体的方式存活，以便保证个体的安全。对比一下人类生活和狮子的生活，我们就能清楚地看到：人作为一种动物，是有生存危机的，不少与人体大小相当的动物，都因自然赋予的身体武装而比人类更强大，它们大多都可以依靠自身来防御或攻击敌人。达尔文在观察动物时发

现，有些动物并没有得到太多自然所给予的身体防护，所以这类型的动物基本上都会以群体的方式活动。比方说，在猿类之中，体型健硕的大猩猩会与自己的配偶独自过活，而体型不大、相对弱小的猿类则总是与自己家族的成员同进同出。恰如达尔文所说的那样，动物们之所以需要过集体式的生活，是因为他们身上没有自然所给予的天然保护，不能靠利爪、尖牙和翅膀等来弥补自身在防御上的不足。

动物以团体的方式生活，不单单能弥补个体所缺乏的那些东西，还可以生成新的生活方式，令其所处的境况大为改善。比方说，猴群在出动之前，往往会先派几只猴子前行探路，看看有没有敌情，这样就可以将个体的力量与群体的力量结合在一起，不用担心族群里某个个体成员相对弱小的问题了。同样地，为了抵御某个力量强大且凶悍的敌人，水牛也会选择以集体的方式出行。

另外，针对此项问题进行研究的动物学家表示，在这些以团体为单位生活的动物群中，大多都有某种类似于法律的规定，被派出去执行侦察任务的动物，必须按照某种规律来活动，否则，一旦出了什么差错，就必然得接受来自族群的处罚。

关于这方面，还有一个发现很有趣，不少历史学家都非常看重出现在古老法典中的一件事，那就是，对于守望者有着专门的规定。倘若事实确实如此，那我们就能明白集体的概念是什么了，即：动物不能靠个体力量来保护自己，便形成了集体。就某种意义而言，动物的社会情感，往往与个体在身体上缺乏力量密切相关，个体是否在体力上有什么不足，看其社会情感如何就知道了。所以说，人类在培养社会情感时，最为理想的时期就是在幼儿阶段，因为作为个体，那时候的人成长得最慢，且尚不具备任何能力。

在动物王国里，人类是在生命之初最为弱小的了。而就像我们所知道的那样，作为人类，小孩子由出生到成熟需要经历一段非常长的时期，这并不是由于人类小孩需要学会很多东西才能变成成人，而是取决于人类实际的成长发育方式。孩子本身的身体构造就要求父母必须得用较长的时间来保护他们，否则整个人类就无法存活下去。相应地，当孩子尚在发育期，身体和力量都比较弱小的时候，也恰好是我们对其进行教育、帮助其树立起社会感情的时期，而这两方面也正好可以结合起来作用于他们。在这个阶段里，孩子的身体发育尚不完全，因而非常有必要对其进行教育来补足这种缺憾，而团体之力正是我们唯一可以仰仗的力量。同时，这事实上又可作为教育的方向来指

导我们行动起来。也就是说，我们必须以社会团体为主要目标对孩子进行教育。

为了教育孩子，我们也许会制定一些规则，并使用一些必要的手段，然而不管怎么说，运用这些规则和手段的目的，都应该不能脱离社会生活本身，不能离开适应社会生活这个大方向。以社会为视角来看待事情的话，我们会发现有些事能让我们产生好感，而不利于社会的事，或是被认为是坏的行径，则会让我们产生厌恶感，这或许并非是人尽皆知的道理。

在讨论教育时，那些被认为不正确的观点之所以不对，恰恰是因为不能给社会带来任何好处。一切辉煌的成就和个人的能力都不能在脱离社会生活的情况下单独发展，唯有顺应社会情感的方向前进、在整个社会生活的驱动下努力才有可能。

单拿语言来说，人要是离群索居的话，就根本不需要知道什么语言知识了，因为人类之所以发展出语言，就是为了适应集体生活的需要，这是无可厚非的。一方面，它是维系人类个体之间的关键所在，另一方面，正是因为人们生活在一起，才最终形成了语言。独自生活的个体怎么可能会对语言产生兴趣呢？所以，我们在进行语言方面的心理学研究时，就能以社会生活为基础了。一个孩子倘若生活在与世隔绝的环境下，那他的生活就不能以社会生活为基础来加以探讨了，而其说话的能力，也会因此而相对滞后。因此，人要是想熟练地掌握语言能力，并发展这个能力，就势必得频频与他人接触。

我们一贯以为，那些表达能力很好的孩子不过是出于天赋才会如此，可事实上，这是不对的。不能顺利学会说话的孩子和掌握不好如何以言语来沟通的孩子，通常在社会感情上都是十分匮乏的。孩子学不好说话，往往是因为被家人给惯坏了，因为他们的妈妈经常能在孩子出声前就替他们处理好一切，他们常不需要将自己需要的东西表达出来。如此一来，就没有必要开口说什么了，同时，也会因此而丧失沟通能力和适应社会的自我调节能力。

有些父母很少对孩子发问，让他们来回答，或者，孩子就没什么机会说句完整的话，在这样的情况下，有的孩子就不愿意再言语了。另一些孩子则总是在说话的时候被人笑话或嘲弄，所以渐渐变得灰心起来。在教育孩子方面有一个很不好的习惯，就是没完没了地挑孩子毛病，不是告诉他哪里错了，就是试图让他改正，结果，孩子就会在

一段很长的时间里感到自卑，不得不忍受处处不如人的折磨。我们在生活中常能碰上这样的事，有人总会在说话前先来一句：“你先别笑啊……”闻言如此，我们不难预料，这个人恐怕在小时候没少被人嘲笑。

下面，我们举一个案例。有一个孩子，他本身是可以说话的，听力也没问题，可却有一对聋哑父母。当他不小心受伤时，会对着父母默默垂泪，因为，他觉得父母可以以此来看出自己有多痛苦，但却没有必要哭出声来，这对于他们来说，起不到任何作用。

人的各种能力都无法脱离社会情感而单独发展，我们很难想象没有社会情感的理解力、逻辑性将会是怎样的。远离人群而独自存活的人，对逻辑并没有需求，就算有，也不会比动物需要得更多。可人要是生活在群体中，与人往来的话，就势必得通过自身的语言、逻辑思维和一定的常识来沟通了，因为，无论如何他都对发展自身的社会情感有需求，并且渴望拥有这种感觉。从思维逻辑上讲，这也是人所要达到的最终目的。

我们有时候会觉得一些人在行事上有违常理，可对他们来说，却觉得理当如此，并没有与自身的目标相抵触，而这种情况常发生在那些自以为别人也会跟自己想得一样的人身上。我们通过此类事实就能明白，社会情感因素以及对常识的理解对我们做出判断有多要紧。要是人的生活本身就错综复杂，且有许许多多解不开的难题，那对他而言，建立起足够的社会常识就更为重要了。显然，在原始时期，原始人的生活较之我们要单纯得多，那是因为他们并没有受到太多来自生存危机的刺激，所以，在思想上才能够如此简单化。

对人类来说，拥有说话的能力和思维的能力简直可以说是一种崇高的能力，而社会情感在其中所发挥的效用是至为重要的。要是所有人都不按照当下所处的社会要求来生活，还想在这样的情况下，用自己的话来与人沟通，把问题都处理得干净漂亮，势必会乱套的。其实，对我们每个人来说，由社会情感带来的安全感无处不在，它早已成了我们生活的一种支撑。或许来自逻辑思维和真理的那种安全感会更叫人踏实一些，可社会安全感才是明显构成我们对于这两者如此信任的重要因素。举例来说，人们何以对数学计算的接受及信任度更高呢？又为什么几乎所有人都觉得，只要是通过数字表达出来的东西，就肯定是准确而不失真的呢？因为我们比较容易通过大脑来进行数字演算，而他人接受起来也并不难。相反，我们在接受一些真理的时候

却没什么信心，因为觉得既不好言说，又不知道该怎么分享出来。这些想法也在柏拉图的脑子里时常闪现，因为他一直想用数字的形式，令其哲学思想数学化，他希望哲学家也能让哲学回归“洞穴”，与同类科学生活在一起，就此我们就更清楚他所要表达的哲学理念是什么了，而同时，在理解社会情感方面也就更好明白一些了。柏拉图觉得，即使身为哲学家，倘若没有收获社会情感带给自己的那种安全感，也同样是不能正确理解该如何生活的人。

对孩子来说，是缺乏来自社会情感的安全感的，所以，当他们需要独自承担任务，或需要与他人合作时，就明显表现得缺乏经验。特别学习学校里的那些有关逻辑上的和有关客观分析类的诸如数学类的课程，问题势必会在其中凸显出来。

儿童在其童年时期往往需要对各种观念加以学习，比如说：道德和伦理，然而在接受的时候，常常只能学个一知半解，并不全面。远离人群而生活的人，是不需要培养什么伦理观的，它只会在我们需要照顾和思考别人的利益，或是出于为某个社会团体的利益考虑时，才能体现出它的价值来。这个观点要想在与美和艺术创作领域得到证明，是一件有些困难的事。不过就算如此，鉴于人们差不多都能跟上时代的步伐，并且对诸如健康和力量这样的概念，也不会出现太多理解上的偏差，所以，当看到某类艺术时，在感受上也都比较接近。事实上，何为艺术是很难界定的，人们在理解和接受时，有着很大的弹性空间，也许它还可以满足一定的个人喜好，让人能够自行想象一些东西。不过，总体而言，即便是艺术和美学也不能脱离发展社会情感为目标而独自发展。

人们或许会就现实情况提出问题，孩子的社会情感发展情况要如何加以鉴别呢？对此，我们给出的答案就是，观察孩子，看他所表现出来的行动。比方说，孩子是不是只追求自己的优越感而不顾及旁人，若是如此，就可以看出，比起那些尽可能让自己不那么显眼的孩子来说，在社会情感上是有不足的。我们要清楚一点，那就是，在如今的社会里，没有一个孩子不在心理上追求优越，但这又造成了社会情感不足的情况比较普遍。于此，很多古往今来的道德家和批判人性的人都感到很不满，他们会说：人骨子里的天性就是自私的，会优先考虑自身而非他人。通常，道德所宣说的那些东西也常表达出这样的意味，然而，不管是孩子还是大人，基本上都不买账，听与不听这些

道德箴言，都影响不了什么。最终，人们只能自己安慰自己：别人跟自己差不了多少，也没见好到哪儿去。

当我们意识到孩子已经是非不分，还很有可能已经濒临危害他人或触犯法律的地步时，就要谨慎以对了，显然，这时候再唠唠叨叨地进行说服教育已经没什么用了，应该更为深入地去看待问题，从本质上去解决孩子身上的毛病，也就是说，在处理问题时，我们的角色应该是朋友或是医生，而非法官。

我们倘若在教育孩子的时候，只是不断地告诉他，他有多笨、真的很坏，那么他不会当你是在开玩笑的，自此，便很难信心满满地去正面解决自己的困难了。随后，不管他试图做什么都成功不了，于是，这又使他加深了别人的对他说过话的感觉，认为自己确实很笨。然而，他所不清楚的是，其实他之所以会对自己如此没信心，是因为环境的缘故。正是出于环境的影响，他才会无意识的情况下也带着他人对他的偏见行事，想要证明别人的说法确实有理。对孩子来说，心里会觉得自己处处不如人，能力上和发展潜力上也都没有多大的进步空间，而这种心态恰好是与其心境相吻合的，就是感到绝望。孩子形成这样的心境当然与其处境有着直接的关系，有什么样的处境，就会使孩子产生什么样的心境。

个体心理学通过研究是想表明环境之于人的影响，在每个犯错的孩子背后都会附带环境问题。比方说，孩子拖沓，缺乏章法，一定是有个总能帮他及时打理好一切的人。而要是孩子满口谎言，就意味着他的父亲很有权威，且只要他撒谎就会被父亲施以严厉的惩戒。此外，我们也能从喜欢说大话的孩子身上发现不少有关环境在起作用的蛛丝马迹：比起靠自身努力来换取成功，他们更渴望得到他人的称赞，对他们来说，在追求自我优越的路途中，怎么能缺少亲人的认可和赞美呢？

在家里不受父母关注，或是不被父母理解的孩子，往往会呈现出不同的境遇。比如，家里要是有不止一个孩子的话，那么他们各自所处的家庭地位就会不同。最大的孩子曾有机会做唯一的独子，因而在地位上就得天独厚一些，这是第二个孩子所不能体会的。相对地，在家最小的孩子所经历的生活，也不是比他年长的孩子所能感受到的，有一段时间，他不得不面对要做最为弱小的那个人。这些孩子的境遇往往会有很大差别。一个家庭要是有两个男孩子，或是有两个女孩子，那么比较大的那个，以及比较优秀的那个，就在克服困难方面更

容易一些，可小的那个却还未经历这些，较之年长的孩子，他们的境遇就会变得不利于自身发展，他自己对此会有深深的感受。因此，往往会更努力地想要超过比他大的那个孩子，以补偿自己的自卑心理。

在一个家庭里，孩子处于怎样的位置对于一个一直以来都在研究儿童个体心理学的人来说，判断起来并不难。稍大一些的孩子通常是在以按部就班的进度向前发展的，但比他小的孩子却因为受到了哥哥或姐姐的刺激而加速努力发展，以便能赶上他们的步伐。结果，小一些的孩子就常更活跃一些，也更主动，同时，也更显得盛气凌人一些。相反地，要是哥哥或姐姐不是很能干，也没有那么快的进步的话，那后面的孩子也就不必把心思都放在与他们的较量上了。

因此，孩子在家里处于一个怎样的位置，是我们应当明确下来的，只有明确了这一点才能对孩子本身有全然的了解。孩子是不是家里最小的孩子，能从他们的种种行为迹象中显示出来，而这指的是一般情况，也有比较特殊的例子发生。不过，最小的孩子通常的表现大致相当：都希望能赶超其他孩子，并为此不断地强化自己的感知和信念，再加上积极的努力，他们就会取得比其他孩子更长远的成绩。在教育孩子方面，观察他们的情况是件非常有意义的事，只有这样，我们才能用不同的方式和方法对孩子进行有针对性的教养。所有的孩子都是一个独特的个体，所以不能按照同一个模式来教育，在将他们分类时，必须将其视作一个独立的人来对待。这对于学校来说是不容易做到的事，但对一个家庭来说，就简单多了。

在观察家里最小的孩子时，有一点非常重要，那就是，他们总想被人关注，想成为出类拔萃的那类人，并且，基本上他们也都能够做到。说它重要，是因为遗传之说在此是站不住脚的，很多来自不同家庭的最小的成员，其表现往往并没有太大差别，所以很难让人相信，这些孩子都是因为遗传因素才这样的。

最小的孩子也不总是体现得像如上所述的类型那样，常会积极主动地进取，另一类家里最小的成员，往往会因自己的位置最小而变得懒散、缺乏自信，有的甚至比较极端。表面上看，这两种类型的孩子差别很大，可从心理学上讲，还是说得通的。对于那些一心想要赶超他人的孩子来说，一旦遇到困难就比其他孩子更容易受到打击，因为追求卓越的野心来得太过猛烈，以至于他所承受的内心煎熬也更大。与那些不那么有野心的孩子相比，他们一旦发现自己难以克服困难，就会逃避得更快，往往很快就会往回退。在拉丁语中有一句谚语，说

的是：“要么就都有，要么什么也没有。”而这两种类型的孩子恰恰与这句话所说的意思一致。

有关家里最小的孩子的境况，我们也能在《圣经》之中找到证明，有些篇章就对这一点进行了十分精彩的叙述，比如：约瑟夫、大卫和索尔的故事，在经验上，与我们身边的故事也是相似的。或许有人会提出反对意见，认为约瑟夫不是最小的孩子，他还有个弟弟呢，可事实上，他的弟弟出生时，他都已经十七岁了，还是可以划归到最小的孩子这个类型里。在实际的生活当中，我们常常能够看到这样的例子：家里的支柱反倒是最小的那个孩子。而对此，我们不止可以从《圣经》的故事中得到证明，还可以取材于神话。在几乎所有的神话故事中，最小的孩子都比自己的兄长发展得更好，并超越了他们，而通常征服者多出现在德国、俄罗斯、斯堪的纳维亚和中国的神话里。这些例子不可能全都仅仅是巧合而已。在古代，其实对于这样的形象描写，要比今日我们所见的更为显著一些，我们如今才注意到他们，而在过去的那种原始环境里，反倒更容易被人们发现。

对于孩子在家所处境遇不同而引起的不同特征，其实还有可表之处，而来自不同家庭的长子，事实上也有不少一样的特质，我们可以将之进行分类，大体上可以分成两种至三种类型来谈。

过去，写作者耗费了大量的时间来研究家里最大的孩子的境况，但一直都没有弄清楚这方面的问题，而有一天，当看到冯塔纳的自传时，才从一段文字中捕捉到了灵感。在冯塔纳的自传中，他是这样描述父亲的：当父亲看到一个法国移民在参与波兰和法国之间的战斗时说，波兰士兵用了一万兵力将俄国五万名士兵给打败了，且使他们被打得落荒而逃时，就感到非常开心。他与父亲的看法截然相反，不清楚他为何如此开心，父亲表示，德国士兵有五万的兵力，当然不会输给仅有一万名士兵的波兰军，还说：“强大的人本来就应该是这样，永远都不会输，若非事实如此，我也高兴不起来。”看到这里，我们自然很快就能发现，冯塔纳在家里肯定是最大的那个孩子，只有在这种情况下，才会有这样的论调。想必，他还能回忆出自己作为独子时，在家曾享有怎样的权利，而后来“皇位”却被最小的人夺去了，这多不公平！其实，我们看得出，一般长子都会性格保守，且循规蹈矩，对于权利和制度，还有律法都很崇尚。对于专制主义，他们往往会公开表示接受，并且在心理上，没有任何的愧疚感。此外，正因他们曾一度享有过一定的权位，故而会对权利持有坚决维护的态度。

现在，让我们来说一个值得关注的问题，就是之前在论述过程中曾提到的，关于在家庭中年长的孩子也有例外的情况。时至今日，人们还不大重视这一问题。当家里最大的男孩有了妹妹之后，所处的境遇就开始艰难起来，从那些不知所措又倍感沮丧的男孩子身上很容易看到这一点，自然，他们会觉得问题都来自妹妹，是她们太过聪明才惹来这么多麻烦。对此，我们可以做出合理的解释，以证明这种频频发生的情况绝非偶然。如今，大时代的背景就是男人比女人显得要更为重要一些。头一个若生的是儿子，那么父母必然会对其疼爱备至，把自己的希望都放在了儿子身上。于是，这孩子便一直都能得到很好的照顾，可这一切都在妹妹出生后结束了。相对地，妹妹的处境与之不同，她会被哥哥当成闯入者，他对她愤恨有加，要全力与她争夺宠爱。在这种情况下，身为妹妹的女孩，往往会因此而受到刺激，然后比一般的孩子还要努力，同时，要是她一直能这样努力下去，不丧失勇气的话，她的一生都将被这种刺激带来的影响而改变。我们再回到哥哥身上，当他看到妹妹以如此快的进度成长时，被吓坏了，一下子感觉神话里所谓的男性更为优越的事不存在了，这在他心里，怎么能再踏实呢？而且，女孩子到了十四岁至十六岁这个年龄段，自然会在身体上和精神上发展得要比男孩子更快。所以，当哥哥碰上这种情况，就会加重不安心理，最终彻底失望起来。从此，很难有自信地继续努力，会找种种借口来应付困难，还可能会有意识地给自己设立屏障，让自己不用再努力争取什么。许多这种类型的孩子会变得更为敏感，手足无措，人们往往很难理解他们何以变得如此懒散。其实原因很简单，就是自觉没什么能力可以与妹妹相抗衡。有时，这样的男孩子会非常憎恶女性，甚至到了令人费解的程度。而随后的命运往往也好不到哪儿去，因为身边不会有什么人理解他的处境，并告诉他到底是怎么回事。情况有时更加不利于这样的孩子，比如，在有些家庭里，父亲或是其他人会直白地对孩子抱怨出来，说：“有没有搞错，我们是不是生反了，要是儿子是女儿，女儿是儿子就好了。”

像上面所说的类型，也会发生在与几个姐妹共同生活在一起的男孩子身上，他们在特征上也有共性。要是家庭的女性多于男性，那么自然会形成一种女性化的氛围，身为男孩子，在家里就很有可能集万千宠爱于一身，相反地，也有可能被所有的女性所排斥。对于这样的孩子来说，所处的境遇不同，自然在发展上也会不同，不过，却也有共性。在人的观念里，通常会认为男孩子最好不要单独由女性来养育，对于这种观念，我们不应该只看字面意思，事实上，哪个男孩子不是先由女性来照顾的呢？所以，我们在理解这一观念的时候，

应看到其真实的意思，即：男孩子最好不要单独放在只有女性的环境里成长。这么说，不是在针对女性，而是说男孩子身在这种氛围中，往往会产出错误的理解。同样，女孩子要是身在全是男性的氛围里也会如此。因为一般来说，男孩子常常会看不起家里唯一的女孩子，于是，这个女孩子就会通过尝试着模仿男孩子来争取获得同等待遇，可这不利于她将来去适应自己的生活。

一个人再有包容度也是无法认可下面这种说法的，即：应当用教育男孩的方式来教育女孩。或许，这在短时期内可行，但用不了多久问题就会显现了，人们难以回避男女间的那种本质上的差异。在生活中，男性由于自身身体构造的原因，就决定了其所能发挥的作用与女性是不同的，当人们开始选择自己的职业时，就不得不面对这个问题。有些女孩子对自己身为女性的事实感到不满，可在择业时，却往往很难适应那些专为女性而设计的工种。而将来她们一旦有机会组建家庭，生儿育女，就必然得作为女性来教育自己的孩子，在这方面，两性的着眼点肯定也是不一样的，男性会把目光主要放在孩子未来的发展上。这类女孩对婚姻会有一种敌视态度，认为这会令她感到屈辱，是在自降身份，又或者，当她们结婚了，就会在婚后把持住整个家庭的大权。同样地，那些从小被当作女孩子养的男孩也会遇上这类问题，并且无法与当前的主流社会文化形态相适应。

在对全盘情况加以考虑的时候，我们还必须记住，一般而言，孩子在四五岁的时候，其生活方式就已经成形了。因此，我们一定要把握好这段时间，帮助孩子建立起社会情感，并培养他适应社会的协调力。等孩子到了五岁，对于自身环境的认识就基本定型了，然后在日后的发展中，也都会遵循着这个轨迹往同一处发展，同时，孩子自身的统觉规划表也基本发展定型，对于外在的看法也就不再发生大的变化，他的视野将会围绕着他所关注的东西，因为这在他而言，早已成为了一种循环往复的运作模式了，他的思想不会超出这个模式，也不会逾越因此而引发的行动。一个人的眼界始终会局限于其社会情感的发展水平。

第七章 儿童在家中的地位：心理境况及处理方式

通过前面的论述，我们已经能够明白，孩子会在无意识中形成自己对所处位置的一整套观念，而这与其成长发展是相关联的。另外，我们也明白了不同孩子在家中所处的位置不同，也会影响他们的发展方向，比如：最大的孩子、次子及第三个孩子会因地位不同，而形成不同的成长方式。

在教育孩子方面，当然是早一点儿为好，因为孩子随着时间成长起来，就会在这个过程中形成一套适用于自己的规律和方法来指导自己的行为，于是，他的整套思维方式就决定了他将会怎样应对不同的环境。当孩子还处于幼儿阶段时，其实还不能形成足以作用于未来行为的特有的思维定式，我们在这个阶段还看不出有什么这方面的迹象。而成长几年之后，他在生活中有了历练，也就形成其固定的行为模式了，也就是说，他在看待问题时，再也做不到客观地去理解，只会按照自己对过去生活的解读去处理事情。对于某个特定的境遇，或是某种特别的困难，倘若孩子在判断上失误了，没有能力处理好，那他的行为就会因此而受到影响，还是按照错误的理解去行事，通常，在成年之后，他的行为模式也不会受到来自逻辑或是常识的影响而改变，唯一能转变这一点的便是在儿童时期，就纠正其错误的判断。

我们在教育孩子的时候，应该了解他们在成长阶段所出现的带有主观个性化的东西，所有的孩子都有其独特的性格，因此，只按照一套规则去教育所有的孩子是不可行的。现实的情况就是，即便采用一模一样的教育方式，也同样会令孩子们呈现出多元化的发展结果。可在状况相同的情况下，孩子们的反应方式却没什么两样，这在我们看来，还不能算作是自然而然的事，因为事实上，当人们不了解当下所碰上的情况时，才会一次次犯下相同的错误。通常，人们会认为，再生一个孩子会使原先的孩子产生嫉妒心理，而对此提出反对意见的人觉得，在这事上，还是有不少例外的情况的。此外，还有人反对说，要是在弟妹出生前就帮助大点的那个孩子做好心理准备，那不是就不会令其感到嫉妒了吗？那些会误解事物的孩子，就好像在山间行走的

人，当他站在岔路口时，难免会感到迷茫，不知该走向哪里才对，而当他终于找到了正确的方向，沿着它抵达终点时，往往都会听到别人惊讶的呼声，“天哪，你走的这条路几乎没人能走出来”。而孩子之所以会走上这种布满了歧义的小路，是因为它往往诱使人觉得是条好走的捷径。

对儿童性格发展造成影响的境遇不止这些。在我们身边，往往总能见到这样的场景：一个家庭有两个孩子，一个性格很好，另一个却相对较差。对此加以探究的话，我们就能看到，性格不好的那个孩子往往在追求自我优越感方面更为执着，不但想让人全都围着自己打转，还想让周遭的环境也都服务于他。他在家里总是制造各种声音让家人不得不关注他。而相反地，在行为上表现得比较好的孩子，则比较安静，总是谦虚地对待家人，这样，家里人必然也对他娇宠有加，并让另一个孩子以他作为榜样多学着点儿。在家里竟然会出现表现得截然相反的两个孩子，这在父母来说，实在费解。不过，我们通过调查就可以知道，原来孩子争取表现好，是为了以这样的方式来获得他人的认可。以上述情况为例，那个表现好的孩子可以用自己好的表现来占据在家里的优势，显然表现不好的兄弟姊妹不得不在这样的竞争下处于劣势。因此，倘若孩子在家的竞争是以这样的性质表现的话，那么我们就可以理解第一个孩子是怎么回事了，他由于无法用更好的表现来超越另一个孩子，因此在不抱希望的情况下，就朝相反的方向努力了，并认为这样才能重新占据优势地位，换句话说就是，他会竭尽所能地搞破坏。其实，此类行为乖张的孩子，是有可能表现得很端正的，甚至可以超过其兄弟姐妹，很多人都有过类似的经验，而我们也会有这样的体验，那就是，越是强烈地执着于追求优越感，就越容易走向极端。我们在学校也可以看到孩子出现类似的情况。

即便所有的成长条件都一样，也不会出现表现得一模一样的孩子，在这一点上，我们不可能提前预设什么。就好比上面所提到的例子，一个原本表现好的孩子，不一定就会一直表现好，仍旧会被另一个品性不好的孩子所影响。其实，不少问题儿童并不是一开始就是如此，他们往往在最初的时候表现得很不错。

下面讲述一个案例。一个女孩子如今已经十七岁了，有一个大她十一岁的哥哥。十一年前她的哥哥一直是家里的独子，因此，一直以来都是家里的宠儿。后来，这个女孩出生了，当时，哥哥对此并没有什么嫉妒心理，还是像先前那样生活。而这个女孩从小到十岁的时

候，可以说一直都是标准的好孩子。然而，在她十岁那年，哥哥开始不怎么在家待着了，往往一走就是很久，于是，在家里，女孩的地位就开始提升，变成了唯一的孩子，这之后，她便开始不管不顾起来，不管别人怎么说，也是如此。她所在的家庭环境比较宽裕，因此，她小时候就总能得到自己想要的一切，但随着年龄的增长，情况自然也会发生变化。于是，她开始不满足于过这样的生活，四处以家财作为信用来借钱，结果，没过多久就担不起负债了。通过借贷这种方式来改善处境，只表明了一点，那就是，她选择通过其他途径来填补自己的欲望。也就是说，一旦要求被母亲拒绝，便不会再在行为上表现得如过去那般优秀，开始转向不好的方面，而随之而来的，就只能是与亲人争执，通过哭闹来解决问题，而此后，也就成了令家人最反感的人了。

我们通过这个案例及其他相似的例子，可以总结出这样的结果，即：为了追求自我的优越感，孩子很可能以一种好的行为表现来作为争取的方式，可我们无法就此判断出，他的行为能否在情况有变的时候也是如此，不清楚他到那时候还能否依然做到表现良好。在文章后，我们附上了儿童心理问卷，这能帮助我们更好地通过孩子的性格、行动、境遇，以及与周遭人的关系来深入地了解一个孩子的整体情况。不管怎么说，孩子的情形如何，是可以通过观察其生活方式来了解的。因此，观察孩子本身，再加上研究问卷资料的结果，我们就可以发现：不管孩子有着怎样的性格、生活方式如何、其情感是什么样的状态，目的都是一致的，那就是想要追求自我优越感，要提升自己的价值感，同时，要让所有人都尊重自己。

我们在学校里，常能看到有一种类型的孩子是与上述所谈的情况不一致的，这些孩子看上去都很懒散，且性格内向，不管是对学习，还是对别人的批评都不在乎，同时，还无组织无纪律。他们好像只生活在自己幻想出来的世界里，我们无法从他们身上找到任何追求优越感的痕迹。不过，有经验的人都清楚，这些孩子不是不追求自我优越，而是他们就是以这种方式来追求的，尽管在形式上有点荒谬。他们没有信心通过正常的方式来获取成功，所以，就有意不给自己制造机会，去学习那些有助于让自己进步的方式。在他人的眼里，他们总是独来独往，一副个性冷淡的样子，然而，他的人格不尽然就是冷漠的，在冷淡的外表下，往往隐藏着一颗异常敏锐而战栗的心，他是怕外界会给自己带来伤害，才用冷淡把自己给包裹起来了。这样，越是把自己严密地武装起来，就越不会被外界所打扰。

要是有人有法子让他们打开话匣子的话，就能发现，其实这类孩子对自己是高度关注的。他们做着各色的白日梦，在梦里，他们都把自己想得又高大又无所不能，而置身于梦中，也就看不到现实了，因为，在那里他们是英雄，众人都要听命于他，又或者，他们正坐在专制统治的宝座上，坐拥王权，还可能是一名烈士，为拯救处在水深火热中的人们而壮烈牺牲。总之，他们不仅在幻想中喜欢以救世主的形象出现，连在日常生活中，也是以此类人物的方式来行动的。这样的孩子会在别人遇到危险时，马上站出来，救人于旦夕之间。倘若他们尚有自信，就会把握住机会，只要有可能，就会在现实中做真正的救世主，他们会把在幻想中作为拯救者的自己也搬到现实中来，并反复在日常生活中这样磨炼自己。

有些白日梦会周而复始的重现。比如，那些生在奥地利君主统治时期的孩子，就总会幻想是自己拯救了国王或太子，若不是他，他们就不能从危机中脱身。自然，对于孩子的想法，父母是并不知情的。在此，我们必须说明一点，孩子若是过度沉溺于幻想，就无法再适应现实了，在实际的生活中，他们往往很难令自己变得有用起来。如此一来，对这样的孩子来说，幻想与现实就隔着一道深深的鸿沟了。有些孩子的行动会中庸一些，即：一边一如既往地做着自己的白日梦，一边不脱离现实生活，还是会付出一些努力保有现实。而有些孩子则比较偏激，丝毫不在现实生活中做任何努力，而且，还越来越沉溺于自己所构建的虚幻世界，渐渐地不再涉足实际生活。此外，还另有一些孩子则走向了另一个极端，他们只关注于现实和阅读，凡是脱离现实、令人浮想联翩的书籍都不入眼，只愿意接触那些与事实相关的，诸如游记、史书或狩猎方面的书。

在接受现实生活的问题上，既要求孩子有这方面的想象力，同时，又得事出自愿，这是毋庸置疑的，然而，我们也必须始终谨记，在看待这些事情的时候，孩子所用的方式跟成人必然是有区别的，他们往往会以极端的非黑即白的视角来审视这个世界。所以，理解孩子的前提是牢记这一点：对于每一件事情，孩子们都会偏向于非得将之分成鲜明对立的两种类型，比如：不是上就一定是下；不是都好，就必然全坏；若非智慧，便是蠢笨；要么优异，要么就低下；全都得到，或者什么都不要。有的成人与这些孩子也没有什么不同，在认知事物的时候，也是以对立的视角来看待的。我们都清楚，一旦这种思考模式成了一种定式，就再难打破了。比方说，我们在思维“冷”和

“热”的时候，通常是对立来看的，但科学地来分析的话，它们只是在温度上有所区别罢了。

这种对立的思考模式不单出现在孩子的身上，早期的人类哲学也同样有着这样的思考模式。最早，在希腊哲学领域，居于主导地位的思想，就是将事物以对立的方式来看待的。时至今日，那些非专业的哲人，也还是会以这种观点来进行价值判断。一些人认为，像生—死，上—下，男—女这样的概念，都是互为对立，不能相容的。显然，这样的认知方式有点孩子气，它与古老的哲学在认知方式上分明就有类似的部分。由此推之，惯于以对立的方式划归事物的人，在思维模式上，还留有儿童式的那种思维方式。

在生活中，把事物按照对立方式判断的人，有着其独有的一套思维模式，对于这样的人，我们可以套用下面的格言来描述他们，即：全都得到，或是什么都不要。在这个世界上，这样的想法显然是不可行的，可有些人还是会依此来规划和打理自己的生活。对于人类来说，是无法做到什么都有，或是什么都没有的，因为，在“有”和“无”之间，尚有数不清的级别充斥在其中。惯于在判断上用非此即彼的方式的人，往往有着极度的自卑心理，并且，自此生出了强烈的野心。这在历史上并不少见，比如说，恺撒就是这样的人。在他即将篡夺王位的时候，却因被朋友所杀而未能成功。有些孩子性格偏执且固执，而生成这样的怪异性格与其对立的思考模式密不可分，正是源于这种要么占有一切，要么就什么都丢弃的思想，他们才会如此。要想证明这一点不难，到处都是案例，甚至，我们现在就可以下定论——这类孩子都有一种私人化的哲学体系，在思维模式上，都是有悖常理的。下面，我们举个例子来对此加以说明。有一个女孩子已经四岁了，但在性格上却很偏执，并且很固执，有一天，她刚接过妈妈递给她的橙子，就顺手扔在了地上，对妈妈喊道：“我想要什么自己会拿，不要你给我拿！”

孩子要是懒散，自然就不可能什么都能得到，于是，也就更容易沉迷在自己幻想出来的世界里，其想法既不真实也没有什么实质内容，可即便如此，我们也不能认定他们无药可救。对于极其敏感的孩子来说，需要在自己构筑的白日梦里得到保护，借以逃离现实、避免伤害，但这并不代表他们难以适应现实，融入不了社会。实际上，不管是作家还是艺术家，甚至包括科学家，都需要一定的私人空间，不能与现实联系得太过紧密，得保有自己一定的想象力才行。人们需要

白日梦，因为人们可以通过“幻想”这条曲折的道路，来避免碰到那些可能会在生活中出现的不快和失败。此外，我们不能忘了那些日后成为人类领袖的人，往往都有着充足的想象力，并能将之与现实很好地结合在一起，之所以这样的人能够成为领导大众的人，是因为他们有着敏锐的洞察力，而非在学校里受过良好的教育，另外，他们总是有意让自己鼓起勇气来面对那些来自生活上的难题，并顺利地克服它们。我们从那些伟人一生所经历的事迹中可以看出，他们中有不少人都在小的时候不那么注重现实，功课也平平，可在成长过程中，却慢慢养成了洞悉一切的才能，只要条件成熟，他们就足可凭借自身的勇气来对抗现实，奋发图强。

自然成功是不能复制的，世上没有一种可行之法能让每个孩子都变成伟人，不过，我们在解决孩子的问题上必须牢记：他们需要的是鼓励，是有人想尽办法把生活的真实意义解释给他们听，而我们切不能用过于粗鲁和蛮横的方式来教育孩子，这样一来，就能把孩子的幻想与现实之间的差距控制在一个合理的范围了。

第八章 新的环境：测试儿童是否已经做好了准备

每个个体的心理活动都是一个有机的整体。个体在表达其人格的时候，所彰显出来的是其人格方方面面的整体式的表达，它们彼此间都是能够吻合和呼应上的，并且，人格的发展进程不会发生任何断裂的情况，在时间上，也不会有什么突然就跳跃发展的可能。人的性格不论是过去还是未来，都是一脉相连的，不过，这并不意味着生命中的一切事情都机械地被固定在过去的性格里，或是遗传基因里，但人的性格发展确实贯穿在人的过去和未来的生活之中，且不会在这个过程中发生断档的情况。也就是说，一个人不可能突然就不是自己了，而是换成了另一个样子。虽说没人知道原来的自己意味着什么，可等到自身的能力表现出来的时候，我们就知道自己是有这个能力的，但我们尚不清楚，自己都有着怎样的潜能。

现在，我们知道了人格是不间断发展的，因而才有可能凭此来教育孩子，帮助其改善自我。在这里，我们无意于机械决定论的概念，只是想表达一个孩子在步入新环境的情况下，才有可能监测出他在这种特定的时间里所呈现出的性格发展状态，而他自身潜藏的某种性格特质才有机会被发现。倘若我们有机会对个别儿童进行测试的话，就能通过将他们安置在一个新的环境里，或是一个他们想象不到新的境遇里，来观察其表现，这样就能发现他们的成长水平处于怎样一个状态了。到了新的环境，这些儿童不管做什么都会表现出与其过往性格相吻合的性格特质来，如此一来，也就能使我们发现平常所看不到的一面，也就是说，能看到他们一直隐而未见的那些性格。

对孩子来说，性格发展变化多发生在转变期里，比方说，由在家生活到有了学校生活，或是家里突然发生了变故，这时也许就是我们最容易看到孩子性格发展的时刻，因为他们在性格上的局限会因此而明显地表露出来，就好像相片冲好后，就会开始显现出上面的影像一样。

我们有一回得到了一次机会，可以对一个被收养的孩子进行详细的研究。这孩子十分暴躁，也看不出他的行动代表什么意思。在与他进行交流的时候，对于我们抛出的问题，他总是所答非所问，对话题不能做到机敏地给出反应。我们在对其进行了解之后，对大致的情況就心里有数了：尽管孩子待在养父养母家已经好几个月了，可仍对他们抱有敌意，不喜欢在那里住。

我们所能得出的结论就是如此。他的养父母听后，摇了摇头，然后跟我们说，其实对于这个孩子，他们一直都照顾得挺好的。实际上此前确实也没有人如此善待过这个孩子，可问题并不出在这里。在我们身边，常能听到家长说：“我们什么方法都用上了，软的硬的都不管用。”所以，光是父母对孩子好，还远远不够。尽管善待孩子有时候会得到些回应，可不能仅此断定孩子能被我们改变，对孩子来说，本质上的东西并没有变化，只不过是暂时得到缓解罢了，他们还是会保持老样子，要是不再对他们秉持友好的态度，那么孩子必然会立马回复到先前的样子了。

父母是怎么想的不是最重要的，还要看孩子的感觉如何，他们的想法又是什么，孩子是否理解自己处在什么境遇下。回到案例中的养父母，他们认为，孩子与他们生活在一起，其实感到并不开心。或许他有这样的心理是有一定的道理的，可之所以有憎恶养父母的情绪，却一定还有其他的成因。我们跟孩子的养父母说，要是他们不能使孩子爱他们，也无法改变孩子的误解，那就只能让其他人来养育他了。这孩子觉得自己是被人给关起来了，因此，势必会用行动来反抗。我们后来听说，这个孩子确实变成了狂躁型人格，成了真正意义上的危险分子。仅仅对这男孩温柔还不够，只会令其稍有收敛，却不能让他明白到底发生了什么事情。我们从得到的更多情况中了解了整个事情的始末，即：这孩子是与养父母的孩子一起生活的，因此，他觉得他们在自己身上付出的关爱比不上对亲生子女的关爱。当然，他之所以会暴怒不尽然是因为这一点，但事实上，他确实不想再在这个家里待着了，所以，只要能实现这个愿望，他什么事都愿意去做。孩子的目标既然如此，那么在我们对此加以考虑后就会发现，其实他所做的事情都是明智的。所以在此，我们就可以忽略他有可能有脑部发育不全的问题。这一家子在一段时间之后才明白，他们倘若就是改变不了这孩子，那也只好交给他人来抚养了。

要是我们对这类孩子的失误行为加以惩罚的话，就势必会令其为自己的反抗找到了合理的理由，进而反抗得更为强烈，因为，惩罚对他来说，恰恰印证了自己的感觉——应该去反抗。对此，我们有充足的理由证明所述的观点是正确的。在我们看来，孩子之所以会有误解，会产生反抗行动，是因为他在与环境适应的过程中，形成了这样的斗争结果，他适应不了新的环境，也就是说，此前他并没有做好心理准备来迎接这一境遇。对于孩子所犯的一切孩子气的错误没什么好奇怪的，就连成人也不免会犯幼稚的错误。目前，几乎还没有人专门研究过人为什么会做出某种手势、会有某种姿势，以及不知道为什么会产生一些肢体微语言。但在教师而言，是有得天独厚的机会的，他们可以把孩子们身上的各种实际表达关联起来，看看这之中有着怎样的联系，并且探索到形成的根源。其中，我们需要注意一点，那就是在不同的场合下，孩子们的表达方式也会表露出不同的意义，同一件事情让两个不同的孩子去做的话，表达出的含义也会有所不同。甚至，即便是出于同一种心理问题，在表达形式上，不同的孩子也会有不同的情况。要明白这一点不难，因为要抵达目标，不是只有一条路可行。

孩子若是犯了什么错，往往是他的目标出了问题，目标定错了，自然结果就不好，所以我们不能依常理来判断孩子所做的事情是对还是错。确实，人性是很奇怪的，尽管孩子们在追求真理的时候有无数的可能性和机会犯下错误，但真理却是唯一的。

儿童的表达方式都有其一定的意义，但有些是在学校里很难发现的，比如说，孩子的睡姿。有一个案例很有趣，说的是一个十五岁男孩的事情。他常常会做梦梦到法兰西斯·约瑟夫一世，这位国王死后，其魂魄就跑来找他，让他组建一支部队去攻打俄罗斯。晚上，我们进入了孩子的房间，观察他的睡眠情况，他的睡姿特别奇怪，简直就像拿破仑在统领千百万军队作战似的。到了第二天我们又进行了跟踪调查，发现这孩子的动作在姿态上与其睡姿极其相似，看来，他在梦里的姿态和有意识做出的动作是相互关联的。我们在与他对话的时候试图对其进行引导，告诉他国王并没有死，可他对此却不愿相信。他跟我们说，在他做咖啡厅服务员的时候，总是被人嘲笑，说他是小矮子。于是我们问他，你的走路姿势跟什么人比较像呢？他思考了片刻回答道：“像我的迈尔老师。”这么看，我们的猜想不错，迈尔先生也是个小矮个儿，只要把他替换成拿破仑，所有的问题也就解开了。另外，还有一点很重要，这孩子跟我们说，他将来想要当一名老

师。看来，他很喜欢他的迈尔老师，所以才会想要模仿这位先生的所有动作。总之，他的睡姿是他整个生活的一个缩影。

换一个新的环境，可以测试出孩子是否已经做好了准备来应对生活，水平如何。要是孩子提前下的功夫很到位，那么对于迎接一个新环境就会充满信心，相反地，若是没有充分的准备，就会觉得紧张，同时，还会从心里产生一种缺乏能力的感觉，而这会影响其判断事物的眼光，如此一来，孩子就无法准确地对客观事物做出反应了，并且，也满足不了客观环境需要他做出的反应，因为他尚不能以社会情感作为基石来采取对应的行动。换言之，孩子进入学校，就等于是换了一个新的环境，而他不能适应学校的生活，并不是校方在制度上有什么问题，而是孩子在入学之前，没有在这方面接受过教育，未能做好学前准备。

对于孩子要换的新环境，我们必须提前进行考察，当然，并不是说，我们觉得孩子一旦到了一个新环境就会变坏，而是孩子在新的环境里会凸显出由于准备不足而带来的问题。每一个新环境都是一项测试，能看出孩子是否已经准备好接受它了。

我们在此环节，需要对书后所附的问卷所涉及的几个问题再讨论一下。比如说，第一个问题是：孩子在什么时候会开始遇到麻烦。对这个问题，我们的第一反应就是，进入新环境的时候。有一位母亲说，在孩子上学之前一切还都挺好的。这句话其实能让我们了解不少情况，比她已经知道了的还要多。突然要开始上学了，这在孩子来说，是没法适应的。倘若母亲说，孩子近三年都觉得不适应的话，那么她说得还不够全面，因为我们还没有弄清楚，这孩子在三年之前的处境如何，到底发生了什么样的变化，又或者，是不是身体上遭遇了什么变故。

一般而言，孩子适应不了学校，是失去信心的一个标志性现象。但人们往往不会在开始的时候就对其失败的经历引起足够的重视，而这对于一个孩子来说，兴许是灾难性的。所以，我们必须得搞清楚，孩子有没有由于成绩不佳而常常被父母施以惩罚，被动挨打过；有没有由于成绩问题、由于被父母责打而影响其对优越感的渴望。也许孩子会从此认为，自己是没用的，不可能再取得什么成功。特别是他的父母总在他耳边说“你什么都干不成”“等你大了，少不了要进监狱的”，等等，那孩子就会更没什么自信了。有的孩子会被失败的经历所激励，而有的孩子则相反，一旦失败，就再也振作不起来了。我们

在对待这些已经感到前路茫茫，没什么信心再努力的孩子时，应当多给予他们鼓励，并付出自己的耐心和包容心，温柔以对。

此外，我们不能轻率地对孩子解释有关性方面的知识，这会令他们陷入迷茫、混乱的状态。在家里，若是兄弟姊妹的表现比这个孩子好太多的话，可会在一定程度上影响孩子的正常成长，他将更努力寻求进步，或是不再用心上进。

还有一个问题，要是孩子在进入新环境之前并没有准备好，那在他身上有没有显露一些迹象呢？孩子的父母对此可谓是众说纷纭。有人说：“孩子在保持整洁方面，还没有养成习惯。”从这个答案可以看出，孩子的妈妈一定常常帮他把什么都做好了；有人说：“孩子老是很害羞，比较腼腆。”这就能看出，孩子是非常恋家的。要是人们常用弱小来形容一个孩子的话，就意味着我们可以这么理解，他在身体上器官功能方面，可能有某种天生的缺憾，而由于体虚，势必家里人就会多惯着他一些，又或者，他可能在外观上显得不怎么好看，所以常常不被人重视。此外，孱弱的孩子还有可能与其患有轻微的弱智有关。有的孩子在发育上比较迟缓，因此，人们就有可能会怀疑是不是他的脑部发育有什么问题了。或许这种情况只是一时的，日后他会好起来，然而，孩子却还是会感觉父母一样在宠溺他、对他倍加关照，孩子在这种限制下，就更难以应对新的环境了。另外，要是父母觉得孩子总是胆子小，还老是马马虎虎的话，那我们就可以断定，这孩子是想通过这种行动来引起他人的关注。

对老师来说，最为重要的责任就是要取得孩子的好感及信任感，并且，凭这两点来帮助孩子建立起勇气。要是孩子的动作显得迟钝呆板的话，那么老师就要清楚这孩子很有可能惯用左手；倘若某个孩子在行动上过于鲁钝的话，就需要老师弄清楚这孩子是不是对自己的性别角色有所不满。一个男孩子要是生活在女性居多的环境里，那他或许就跟男孩子玩不到一块去，也不愿跟同性同伴在一起，因此，会被当成女孩子看，成为同学们的笑柄。对这类孩子来说，已经习惯了以女孩子的角色来生活了，所以，日后必然在心理上会经历一番痛苦的斗争。孩子在两性身体有别方面，不会有太大的认识，因而往往会相信，性别是可以更改的，不过，他们最后还是会发现，这是不可能的事，于是，就会在心理上生出异性才有的一些特质，这样就可以弥补表面上不能更改的事实了。人们往往可以通过一个孩子的穿着和行为看出有没有这种倾向。

有的女孩子讨厌做那些转为女人设计的工作。这在很大程度上取决于人们的一般概念，大多数的人都会觉得这类职位没什么意义，确实，从文明的角度来看，是存在这样的缺憾的。在我们的社会里，男性依然保有某些传统的特权，而这在女性来说是没有的。男性在这样的文明中，更有发展前景，且人们也更认同男性可以享有一定的特权。要是是一个家庭新得的是个男婴，那么家人就会感到非常开心，要比新加入一个女性成员要高兴多了。然而，家人的这种反应会给孩子带来不利的影响，不管是男孩子还是女孩子。因为，女孩用不了多久就会感到自卑，并为其所伤，而男孩子也不得不背负上家人对他的期望。在孩子的成长中，女孩所受的限制比男孩儿要多很多。即便像美国这样的国家，已经看不出明显的局限了，可放到社会中，两性关系与社会关系，还是很难平衡的，即便是美国也不例外。

人类的整体精神状态，都会体现在孩子的心理上。要是女孩子接受了自己的性别角色，那么迎接她们的，势必是艰苦的生活，因此，必然会做出反抗，主要的表现为：肆无忌惮、固执和怠惰，而这一切都源于她们追求自我的优越感。老师在看到女孩子有这方面的表现时，应当去核实，她是不是对自己的性别有所不满。倘若不满于自身所处的性别，将来就有可能拓展到生活的方方面面，那么，她的生活也就成了她的负担。我们有时能够从孩子那里听到，她们很想生活在一个没有性别之差的星球，一旦孩子在想法上有了这种不正确的观念，就会在行动上表现出来，做出许多荒唐事。甚至，有些女孩子会开始变得冷血，违法乱纪，更甚者，还可能会轻生。我们若是对这样的孩子施以惩戒，不以同情心对待她们，那么势必会加重她们的心理负担，认为自己缺少的东西太多了。

事实上，这种不幸是可以避免的。我们必须用自然的方式，适当地让女孩子明白，男性和女性是不同的，不管是男孩子还是女孩子，都是非常有价值的存在。通常，父亲在家里的地位会更优越一些，他左右着一个家庭本身，是规则的制定者，同时，也是传达指令及解说实施办法的那个人，最后，决定行动的还是他。同样，兄长或是弟弟，也一样享有一定的位置，他们会通过看不起家里的姐妹，指责她们来彰显自身的优越感，如此一来，作为女性，女孩子就会开始对自己的性别产生厌烦心理。从心理学上看，男孩子之所以会有这样的行为，是因为他们在心理上是感到虚弱的。事实上，在有真本事和似乎有能耐之间，是存在很大差异的。

讨论为什么女性从古至今都没有什么丰功伟业是毫无意义的，人们时至今日都没能好好地培养女人往这方面走。男人会把破袜子交到女人手里去缝补，想用这种方式来说服女人，认为她们就适合做这种事情。尽管在现实中，情况已经好多了，可社会上设定好的那些给女性的工作机会，却仍看不出有什么迹象显示，这类工作是为了让她们干出一番大事来的。

对于女孩子，我们在帮助她们准备成为女人方面是有不足的地方的，而另一方面，却责备她们成就甚微。之所以会发生这种情况，是因为人们对事情的因果并不全然了解。要使这种现象得到改善是极其困难的，不但作为父亲的男人会理所应当地认为，他们就是该享有特权，连母亲也同样会觉得事实如此。在这种情况下，父母教育孩子时，就会传递这样的观念，即：就该遵从与男性权威。如此，男孩就有理由让女孩听他的，而女孩在这样的环境下长大之后，就会憎恨男性秉持的那种权威及优越感。要是这种怨恨非常强烈的话，就会使女孩成为女人之后，不认同自己的性别，并尽可能地去模仿男人。在个体心理学上，在表述这种情况时有一个专业术语，即“抵抗男性”。

当孩子在显露其性别特征的身体器官上出了问题时，一般就有可能影响到以后的生理发育成长，比如说，畸形或是没有发育完全的孩子，就很有可能会因为自身的生理问题而对自己的性别产生质疑，也就是说，女孩子带有男性的身体特征，或是男孩子带有女性的身体特征。有时，这些孩子会认定自己是男性或是女性，但他们只是有一点儿体弱罢了，并不是在生理上存在什么重大问题。倘若一个成熟的男人有着幼稚的身躯，且发育得像个孩子，那么人们一眼就能看出来，可换作是女孩子，就不会那么显眼。当这种情况出现时，势必就会引来人们的非议，觉得一个大男人怎么看着那么像女人。然而这种观点是错误的，其实，他看上去并不像女人，而是像个孩子。在我们的社会文明里，更倒向于男人就要显得高大威猛，那才是男子汉该有的样子，男人就应该比女人的成就更大，所以，要是有一个男人在身体上发育得不完全，就肯定会感到很痛苦，自卑心很重。同样地，我们的社会更看重美丽的外表，一般会觉得漂亮的女人才是女人，所以，要是有一个女人在身体上发育得不够好，或是看起来不那么有美感，也会令这个女对生活产生厌恶心理，不愿意面对一些问题。

在区分两性特征上，我们一般把人的脾气秉性和情感当作第三性征来看。一个男孩若是素来就比较敏感的话，就会被人认为跟女孩子

很像；而一个女孩子要是表现得镇定自若又很自信的话，就会被认为有男人风范。这些性格上的特征都是后天才生成的，并非天生所有。很多成人在回想起自己作为儿童时的状态时，都觉得早期的性格里有很多不同的特质，这些人说，事实上，自己在还是孩子的时候，会有怪异的行为，有些表现看上去会与众不同一些，他们的情况各异，有的较为内向，不爱说话，有的则在行动上或是举止上无异于男孩子或是女孩子。在他们接下来的成长过程中，会一直秉持着自己对自己的性别理解来发展。

在问卷中，紧接着就是孩子在性方面的发育及对相关问题的探讨了，这里指的是，孩子到了一定的年龄，就要了解有关性方面的一些知识了。我可以断定，有至少百分之九十的孩子早在父母或是老师解说性问题时，就已经知道一些东西了。每个孩子对性的接受程度和理解程度都不一样，因此，我们难以硬性规定怎么在这方面对孩子进行教育，同时，对孩子解释性问题又会出现什么结果，也是我们所不能估量的。因此，在回答孩子提出的性问题之前，我们应该先对孩子的实际情况有一定的认知。尽管早一些对孩子解释有关性的问题，不一定就会对他构成什么危害，但在此，我们还是主张让孩子过早就知道这些。

在问卷调查中，还有涉及养子和私生子的问题，都比较难处理。不管是养子还是私生子，都会顺理成章地认为自己应该受到良好的对待，要是有人对他们很苛刻或是很严厉，那么他们就会把原因推给环境，是他们在家里地位造成的。要是有一个男孩子没有了妈妈，那么这样的孩子有时就会对父亲过于依赖。等父亲在一段时间之后再婚，就觉得父亲一定是不要他了，于是，拒绝友好地对待继母。有意思的是，一些孩子还会把自己的生身父母视为继父或继母，当然，这里面肯定有对亲生父母的苛责和怨怼的心理。在很多神话故事里都把继父和继母描写得非常恶毒，因此，继父和继母也就很难不背负骂名了。顺带提一句，孩子会从神话故事中对人性有所了解，尽管让孩子远离这类东西是不可能的，可毕竟这并不是孩子最好的阅读书籍。不过，我们可以在看一些神话故事时，为其加上点评语，以此来引导教育孩子，同时，还要避免让孩子接触到那些想歪了的故事，和过于残忍暴力的故事。人们有时候会选择一些强人暴力征服什么的童话故事，借以磨炼孩子，想要通过这种方式让孩子在情感上不那么温柔，然而，这种做法是不对的，是我们对英雄的崇拜心理在作祟。这会让孩子认为，不能对人显示出同情心，因为这是缺乏男子气的表现。令人不理

解的是，一个人在情感上温柔，竟会反倒受人嘲笑。事实上，要是人们不错用温柔之情，是完全可以从中获益的。不过，每一种情感都是如此，都有可能被错误地加以运用。

对于私生子来说，在处境上是最为艰难的。毫无疑问，男人乐得逍遥，却让女人和小孩来背负这样的事，绝对有失公允。而对孩子还说，无疑是承受最多的那个。他们不可避免地要忍受巨大的痛苦，就算有人尽力帮助他们也是一样，这是因为，他们很快就能从常识中了解到，别的孩子和他的情况有着很大的差异，他们生活得很不正常。他们不仅要忍受伙伴们鄙视的目光，连法律也并不眷顾他们，这使得他们在生存上都成了问题。在他们的身上，永远都会刻着国家宪法加诸的烙印。于是，就形成了敏感心理，极易与人发生冲突，而在看待这个世界的时候总是抱有敌意，这是不可避免的，因为，任何一种语言都有专门描述他们的词汇，在称呼上不是鄙视他们，就是把他们视作是丑陋的存在，还有一些称呼会明显带有侮辱性。很多问题儿童及罪犯都出自孤儿或是私生子，其中的缘由不言而喻。不过，尽管他们有些性格孤僻，不爱跟人打交道，可我们也不能因此就判定，形成这样的性格是因为遗传导致的，或是先天既得的，事实上，这也说不通。

第九章 孩子的学校生活

对于孩子而言，进了学校就等于是进入了一个完全没有涉足过的新环境。之前我们已经说过，一个新的环境可以检验出孩子有没有得到过足够的准备教育，用以适应即将来临的新环境，而进入学校，也可以对此进行测试。倘若孩子此前接受过准备入学的教育，那么顺利通关就不是难事，倘若不是这样的话，那我们就很容易看出，他在入学后所显露出的因缺乏入学准备而引发的一些问题了。

孩子刚开始进入幼儿园或是学校的时候，很少会有人记下他们在心理准备方面的过程，要是人们能记录孩子的情况，那对我们了解孩子成人后的行为就会非常有帮助了，可以借此来分析他的行为有着什么样的意义。新环境测试所透露出的情况，要比孩子的日常学习成绩更能说明问题，它会告诉我们孩子的一些切实情况。

一个孩子在刚踏入校门的时候，学校对他的要求会是什么呢？他得学会与老师配合，团结同学，并喜欢学校为他安排的各种科目。孩子能否适应在学校里的新生活，在一定程度上也反映出了他与别人的合作能力，以及他的兴趣都在哪里。这样，我们就能知道：他喜欢上什么课、喜不喜欢听别人说什么，还有他会对什么产生兴趣。进行核实的时候，我们只要注意孩子有什么举止、所说的话、手势、眼神，以及他是如何听其他人讲话的就可以了，还有，我们要去观察孩子对老师的反应，是比较友善还是想法子避开，等等。

所有细节所表现出来的情况，对于孩子的心理成长都会带来影响。在这方面，我的一个病人就很能说明情况。他在择业过程中遇到了问题，什么职业都适应不了，因此，来找心理医生寻求帮助。我们对他的童年进行了回顾发现，他的父母在他出生后没过多久就离世了，而他就从此与姐妹一起长大。当他到了该入学的年龄时，不清楚自己是上男校，还是女校。结果，姐姐劝他说应该读女校，他就去了，然而没上几天学就被校方给开除了。可以想见，一个孩子在经历这样的事之后，会留下怎样的印象，必是糟透了。孩子对老师是否感兴趣非常重要，这决定了他会不会专心去学习。所以，对于老师来说，一个非常重要的教学技巧就是，得让孩子专心听讲。要是碰上有

的孩子精力不集中，或是漫不经心的情况，就应当做到立马有所察觉。在刚步入学校的那段时间，不少孩子都缺乏专注力，这样的孩子通常在家的时候，被家人给惯坏了，所以，当他上学后一下子面对那么多陌生面孔时，就被弄得应接不暇了。倘若这样的孩子恰巧遇到了严厉的老师，就很可能看上去老慢半拍，像是记性不好似的。不过，在人们的认知里，孩子记性差，老忘了自己的功课，不是什么大问题，但原因并不这么简单，其实，往往记不住功课、总挨老师骂的孩子是可以轻易记住其他东西的。甚至，他的专注力也不差，不过这样的孩子得首先被家人宠爱着才会如此。因为对他来说，更在意的是别人能不能满足他的需要，至于功课，那就另当别论了。

要是此类学生难以适应学校生活，无法取得良好的成绩，还老是考不及格，那对他来说，不论是批评还是责备都不会有什么效果。因为，他的生活方式不会因此而发生转变，反而会加深他对自己的理解，认为自己在学校里是一无是处的孩子，并且，还会由此而产生悲观心理，变得消极起来。不过，要是这些被家人溺爱的孩子能够重新获得老师的宠爱的话，就往往会更加刻苦用功了，这一点非常值得我们留意。孩子们要是觉得在学校更有利于他们，就必然会好好努力，可事实上，没人能够保证孩子一定能在学校的生活中获得足够的爱护。有时候孩子的学习成绩会止步不前，这通常是因为换了学校，或是教他的老师变了，另外，还可能因为孩子学不好某个特定的科目，比方说数学。这对于一向被惯坏的孩子来说，是极难掌握的。于是，当孩子碰上此类情况时，就不会再信心满满地努力进步了，毕竟对他来说，已经习惯了轻松地应付各种事情了，因为每次都有人帮他准备好。这样的孩子根本不清楚如何下苦功去做什么事，也没有获得过这方面的培训，因此，对困难缺乏耐心和克服的勇气。

说到这里，我们就能弄清楚为什么要在孩子入学前就帮他打下充足的基础到底有何意义了。要是此前孩子没怎么下过功夫，那很大程度上是由于母亲没有在这方面给予帮助。我们都很清楚，作为母亲，肯定是头一个能让孩子对学校产生兴趣的人，在这一点上，负有至关重要的责任，她完全可以把握自己孩子的兴趣点，将之引入健康的入学之路。然而，要是她没有在这方面负起责任，后果肯定是不理想的。而事实上，这常常发生，等孩子到了学校，我们看看他的表现也就知道了。在这个问题上，除了母亲所起到主要的作用外，还有其他盘根错节的因素会影响孩子适应新环境，它们均来自孩子的家庭。比如，与父亲、兄弟姐妹有关，前者对孩子会造成一定的影响力，而后

者会与其形成竞争关系，对于这一点，此前我们已经分析过了。另外，发挥作用的还有家庭以外的因素，比如说，来自社会的不良环境，以及社会上的某些成见，对此，我们将在下一章的内容里详说。

总之，致使儿童没有充足的入学准备的因素有很多，倘若仅以学习成绩来评判他们，显然是很不明智的。对于孩子的学习成绩，不应该着重于去看分数高低，而是应该将其视为孩子们在学校里所反映出的心理状态，即：通过分数去了解一个孩子在智力上、兴趣点上，以及专注力方面的情况。事实上，不管是通过学习成绩来检验学生，还是借由智力测评这样的科学方法来测评学生，都是一样的。虽然两者在结构上和内容上有所不同，但在我们让孩子接受这样的测试时，应该将关注点放在孩子的心理状态上，看看他们发展的究竟如何，而不能过于关注纸上所堆砌出来的大量事实。

智力测试在近几年发展迅猛，因此老师们自然都会对结果非常重视，这在有些情况下是合理的，毕竟可以让我们知道不少通过一般性测试所测不出来的事情。不过，这样的测试常常对孩子也很有用，能够帮助他们脱离困境。比如说，某个男孩子成绩十分不理想，就连老师也想让他降级了，可通过测试，却让大家都看到了这个男孩在智力方面，是可以达到比当前水平更高的程度的，因此，他最终不但没有降级，反倒还越级了。这孩子觉得自己是能够获得成功的，继而在表现上也比过去强了许多。

在此，我们并非是想质疑智力测试的功效，而是想要强调一点，倘若孩子一定要参与测试，那么不管是孩子本身，还是他的父母，都应该不去问结果如何，因为他们都不清楚这样的测试在实质上究竟意味着什么。通常，父母和孩子都会以为，得到一个测试结果，就得到了最终的答案，并且这个最终的评定就是对孩子的一个完整的判断，也就是说，大家都会自以为孩子就是测评出来的这个命了。于是在这之后，孩子就会一直带着这个结果生活，被其所限，为其所累。其实，不少人都认为，不应该将测评结果视为终极结果。其实，即便能在智力测验中拿到高分，也并不意味着今后的生活就能获得某种保障，事实恰恰相反，那些日后比较成功人，过去在智力测试中的分数，大多都不怎么样。

按照个体心理学家对此类测评的经验，要是被测者能够找到应对测评的办法，通常都可以做到在第一次拿到低分后不再如此，他们会在往后的测试中逐渐将分数升上去。其中一个法子就是，对智力测试

中的某类题型进行有针对性的摸索，这样，便能找到所需的应对窍门和需要准备的东西。孩子可以通过这样的方式来累积经验，然后，就不难在往后的测评中取得好成绩了。

这之后，我们需要关注另一个至关重要的问题，那就是，在学校，日常教学对学生能起到多大作用，效果如何？制定的课业是否超出了学生所能承受的范畴。在此，我们并不是对学校所安排的科目是否有价值心存疑虑，也无意让校方适当取消一些科目。问题的重点在于，应该使科目之间互为关联，然后再让学生融会贯通的学习。这么做，就能让孩子们知道，为什么要学习这样的科目，以及它本身有什么实质意义，如此一来，学生就不会将所学科目看成是不真实而理论性过强的东西了。我们当前所要讨论的，就是与此相关的问题，即：教育学生有关各学科的知识，以及有关该学科的实际情况，或者对孩子的人格进行重点培养。个体心理学主张，学校可以同时发展这两点。

在前面的内容中我们已经说过，孩子在学校里应该学到一些有趣的课程，而且它们都应是不脱离实际生活的知识。数学科目中的算数和几何，就可以联系现实中的建筑来讲，比如：建筑物有着怎样的风格，结构上是怎样的，能住多少人，等等。相应的，学科与学科之间也可以就其相关的部分来进行整编，好让学生能够将它们结合在一起学习。一些在教育上较为领先的学校，会配备一些专家，他们会懂得让相关学科联系在一起，把知识串联起来讲。这些教育专家会领着学生走出教室，漫步在阳光下，尝试着去弄清楚孩子们相对更喜欢什么科目，又不待见哪些。在传授知识的时候，他们往往会灵活把握，知道哪些知识可以搭配在一起说，好让孩子们能够活学活用。比方说，当讲到植物的时候，就将某一植物的历史、所处国家的气候特点等相关知识都调集在一起告诉学生。如此一来，学生不但有了兴致，老师也能改善课程本身所带来的那种枯燥乏味的氛围，令该学科生动起来，而学生们也能通过这种贯通的方式，真正地接触到事物本身，并对其增进了解。教育最终不就是要实现这一点吗？

到了学校这样的环境，孩子就要面临竞争了，而且还是个人化的角逐，我们显然得了解这件重要的事情。要是孩子们在学校都可以融入自己的班集体，并认为自己确实是其中的一分子的话，就最为理想了。在此，老师应该注意学生们的好胜心理及竞争意识，尽可能保证在一定的范围内是可控的。一般而言，孩子都不想落后，不想眼看着

有人出类拔萃。为此，有些孩子会不遗余力地努力赶超，而有的孩子却会因为同学遥遥领先而深感失望，在看待事物时不免带有主观情绪。这时，老师的重要性就凸显出来了，因为教师本来就有引导和规劝学生责任，只要他在这时候说一句什么，就很有可能把一个在竞争态势下奋力抵抗的孩子解脱出来，令他学会将争斗之力转为合作之力。

对于上述问题，我们可以让学生们自己解决，即：让孩子在自己的班级里实现自治，并自己拟订合适的整套计划。在制订计划的时候，没必要事先准备什么，让孩子们观察并留意班上的情况就可以了，或是，让他们先提提意见。要是在学生们还没有做好准备的前提下实现自治计划的话，我们就能看到，在处罚学生的时候，孩子们往往比老师还要严苛，甚至还有学生深谙此道，明白如何以权谋私给自己多争取些优势，以及提升自己的优越感。

我们应综合考虑教师及学生的意见来评估学生在校期间所获得的进步，不能只在意教师的看法。在这一方面，孩子们的判断力往往都很不错，这非常有意思。哪个学生在拼写上最好、哪个学生善于画画、哪个学生运动方面最强，他们都清楚。要是让孩子们互相打分，他们能做得很好。但在对其他人做出评价时，常常就很难做到公平以对了，不过他们也能意识到自己做不到不公正，所以会尽可能地让自己不徇私罔顾。在评估学生这个问题上，最难的就是判断那些自暴自弃的孩子了，他们会自以为永远也没法追上其他同学，可其实事情并非如此，他们绝对可以奋起直追。我们必须对孩子指明，他对自己的评价是不正确的，不然孩子就会将这样的看法定型，日后想要改变就难了。一旦孩子抱有这样的观点，就只能一直待在原地，永远也前进不了。

绝大多数孩子在学校的成绩往往变动不大，好的总是好，差的总是垫底，处于中间位置的也始终保持在那个位置。出现这种格局，如果说是孩子智力发展的情况所造成的，不如说这其实反映的是孩子在心态上的一种被定格了的惯性。看到这种迹象，我们就应该清楚，孩子会给自己设限，在经历了一些挫折之后，有的孩子就会由乐观转而变得悲观起来。不过有一点也很重要，那就是，学生的成绩会时不时地相应变化一下，所以，透过这个事实，我们就能明白，儿童在智力发展方面，不存在天生既定的问题，是会产生变化的。对此，老师

也要跟孩子们说清楚，让他们也能认清这一点，并且在学习的过程中善加应用。

有一种迷信的做法，即：有些人会把那些只要是心智正常的孩子就能获得的成绩，归因到遗传因素上，对于这种做法，不论是老师还是学生，是应该予以摒弃。这或许是儿童教育方面最为荒谬的地方了——相信能力都是通过遗传得来的。一开始，当个体心理学抛出这个观点时，人们普遍觉得这不是真的，而是我们乐观的一种猜想罢了，没有科学根据。不过，时至今日，这个观点正被更多的心理学家及病理学家所接纳。能力来自遗传这样的说法很容易被孩子、孩子的父母，以及老师拿来当替罪羔羊，只要遇到困难，不得不付出努力去处理的时候，人们就会拿遗传来当挡箭牌，借以逃避责任。然而，没有人有权逃避自己的义务，而对于那些以逃脱责任为目的的观点，人们也应该保有质疑。

从事教育工作的人，倘若相信自己的工作在教育方面是有价值的，相信通过教育，可以培养人的性格，那么，对于遗传这样的观点，就不会轻易地接受，也不会产生什么矛盾心理。在这里，我们暂且撇开身体上的遗传因素不谈。我们都清楚，身体上要是存在某些器官缺陷的话，是可以通过遗传带给下一代的，甚至有些器官的功能也会代代相传下去。可人在精神方面的能力与人的器官功能运作，有联系吗？在阐述个体心理学的观点时，我们已经着重说过，人的精神也能体会出来自身体器官的能力，并有着与之类似的经历。此外，精神还要照顾到身体器官所具有的实际能力。然而，精神有时候会过于关注器官的功能，以至于因为受到了来自身体器官残缺或病痛的惊吓，而难以在其康复后很快解除这种由惊吓带来的恐惧。

人们看到某些现象后，就喜欢刨根究底，想要弄清楚事情的前因后果，但用遗传去评判某个人的成就，是会误导不少人的。以这样的思维模式去衡量他人，就会犯下一个常见的错误，即：忘了在我们祖祖辈辈的家谱中，每一代的祖先世系，都是由父亲和母亲作为一代构成的。假使往前追溯五代，那么我们的祖先就有六十四位，从这么多人里找出一个聪慧之人，是很容易的，如此一来，后辈要是有什么才能，就都可以算到他头上了。假使往前再追溯五代，就是十代人，那么我们的祖先就是四千零九十六位了，自然可以至少挑出那么一个能够鹤立鸡群的人。但是我们也不要忘了，先人中的那位杰出之人，往往会遗留下一种家族风范，后人常会受其影响，而这种影响力与纯粹

的遗传影响足以比肩，都会产生一定的作用。由此，我们就好理解何以有的家庭会出现那么多超出平常人家的有德之士了，显然，问题出自家族风范而非纯粹的遗传之因，事实就是这么简单。在古老的欧洲，那时的情况往往是这样的：孩子们基本都得子承父业。倘若我们在此先忽略当时社会制度所发挥的作用的话，那就会很自然地觉得，那些关于遗传因素带来的作用的数字统计，能够有力地说服我们相信，遗传之力是千真万确的。

孩子不能取得能力上的进步，除了人们迷信的认为这源于遗传的因素外，还有一个最大的阻碍，那就是，家长对成绩不好的孩子会实施处罚。对孩子来说，要是考不好，就得不到老师的喜爱，而这不但在学校令他很苦恼，在家也是如此，他还得忍受来自父母的训斥，有的家长甚至还会体罚自己的孩子。教师当对此了然于胸，要是孩子考得很差，就势必会对其造成很严重的后果。有的老师觉得，孩子要是将成绩单递到父母手里，就肯定会想，必须得在之后的学习中发奋图强了。然而，这么想的老师忽略一个问题，这并不适用于那些特殊的家庭。有的家庭家教甚严，在这种情况下，孩子在拿到成绩单后就会犹豫不决，不确定自己要不要交给父母，然后，他很有可能不敢回家，有的孩子甚至还会因为太过绝望，而有了轻生之念。

校方制定什么规章制度，对于教师来说是不用担什么责任的，可制度本身往往存在着有违人性，且苛刻的地方，要是老师们出自同情心，愿意理解孩子，从中做出一些调和的话，那就太好了。这样，老师就可以顾及一些个别孩子所处的特殊情况，而对其适当放宽一些了，而这个孩子也就有可能因为受到鼓励，而不至于往绝路上走了。孩子考得差，心里肯定会感到压抑和沉重，所有人都清楚他是班里最差的那一个，而最终，他也会相信自己就是垫底的差生。要是我们能站在他的角度想想看的话，就知道为什么他会不爱上学了。因此，他们会这么做也是人之常情。倘若孩子在校时被人批评，成绩又差，还没什么希望能追上别的同学，那当然就不愿意再去上学了，情况严重的话，就想要逃学了。所以说，我们不应该对孩子翘课不上学而闹心。

尽管孩子们有可能会出现这种情况，但我们也不必大惊小怪，不过，我们需要保持清醒的意识，能认识到发生这些事情都意味着什么：这只是个差劲的开头而已，特别是对那些正处在青春期的孩子来说。孩子为了保护自己，便会篡改自己的成绩单，甚至不再去学校上

课而和同类型的学生厮混在一起，到处惹是生非，最终踏上犯罪之路。

在个体心理学看来，这些事情并不是不可避免的，如果人们都能接受每一个孩子都并非无可救药的话，那么有些事就不会发生了，我们是可以找到方法来改变他们的。不管孩子的情况到了怎样的地步都可以想法子解决，只是，这需要我们去寻找应对的方式方法。

学生要是蹲班，必然会带来不少弊端，在此就不赘述了。基本上老师们对此也是赞同的，因为让学生蹲班重修，不仅给学校带来不少麻烦，对一个家庭来说也是问题重重。或许有个别例外的家庭，但肯定为数不多。大部分蹲班生往往会多次留级，学习总是赶不上其他孩子。而对于他们的问题，人们却总是予以回避，直到最后，问题还是摆在那里。

判断一个孩子到何种情况就得重修课业是个很有难度的问题。对此，有不少老师都能够规避，他们会利用假期给孩子单独进行辅导，看看他们在生活方式上是否出现了什么问题，然后帮助他们改过来，如此一来，也就能让他们顺利跟上了。在学校，要是专门从事这方面工作的辅导老师就好了，而后，再将这种方式大范围地推广下去。尽管我们可以从社会工作者和家庭教师那里得到帮助，但却没有太多类似这样能给孩子补课的辅导老师。

上门为孩子补课的家教制度在德国这样的国家也是不实行的，所以，看来这类教师不是我们真正所需要的。那么，老师在校内职教，就应该是最了解孩子情况的人了，倘若这位老师很有经验的话，就能比其他人更能观察到孩子的实际情况。有人会说，即使是班主任，也没法一一知道班上学生的状态，毕竟班里的学生太多了。可事实上，要是他们能够在孩子们刚进入学校的时候就开始观察的话，那么不用太长的时间，就可以对学生们的生活方式了然于胸了，而且，还可以及早发现问题，避免日后生出什么事端来。这样，就算是一个班里有很多学生，也一样能够做到。根据不同学生的不同情况来教育，总比教导不清楚怎么回事的学生来得容易，且更有效果。一个班级里不宜有过多的学生，理应尽可能地避免出现这种情况，不过，倘若事实如此，也还是可以想法子克服的。

站在心理学角度而言，最好的做法是让孩子老师与孩子一起升入新的学籍，不要年年给孩子换新的老师，对于孩子来说，要是老师

能与自己在一起共度两到三年，甚或四年的话，无疑在各方面都是好的，然而有的学校，却半年就换一次。倘若老师们可以跟孩子待几年，那他就能获得更多的机会去了解他的学生了，并且更为深入，同时，也更便于了解孩子们的生活方式有无问题，并及时帮他们改过来。

跳级对孩子来说是不是件好事还有待研究，不过，事实上这样的孩子也有不少。一般来说，跨级学习的孩子往往会对自己期望过高，而难以感到满足。要是孩子在年龄上超出了所在年级的平均年龄，是可以考虑连升几级的，对于一个过去成绩并不优秀，却一下子有了大幅度提高的孩子而言，也同样适用。但我们却不该将跳级视为奖励，专门针对那些成绩好，或是知识量累积得超出一般学生的孩子。对学习优异的孩子本身而言，倘若能利用课余时间，多学点诸如画画或音乐这样的课外知识的话，肯定对他大有好处，借此能够学习到的东西就更丰富了，而对于他所在的班级而言，有这样一个孩子存在，无疑对其他学生来说是一种激励。因此，让这么出色的孩子离开班集体，未见得是件好事。有些人觉得，学习出类拔萃的孩子，就理应有提升的机会，可我们却不这么看，因为就整体而言，一个表现出色的孩子更能带动起集体的氛围，促进所有的孩子都努力向前发展。

学校里要是有关快班和慢班的分类的话，对这一情况进行考察后就能发现一些有趣的事。孩子在快班，并不全都在智力上没问题，这着实令人诧异；而处于慢班的孩子，也不全都是人们理解的那样，没有一个机灵的。大多数学生之所以被分到慢班，是因为家庭的缘故，他们多是贫困家庭的子女。在学校，他们往往名声不好，被认为是又呆又笨的一类。不过，原因只不过是出在了没有准备好过学校的生活上，这很好理解，家庭比较贫困的孩子往往父母都很忙，腾不出时间来教育孩子，又或者父母本身文化水平不高，难以为孩子进行这样的准备。于是，贫困生就只能因心理准备不足而被分至慢班了。对于孩子来说，被划归到慢班的行列，就标志着他不会有好的表现，并且还会被同学们拿来笑话。

前面我们已经提到过辅导老师的作用了，而对于这些孩子来说，由这样的老师来照顾最为合适。除此之外，学校应设立俱乐部，让孩子们在那里可以获得特殊辅导：写作业、玩游戏、读书，等等，通过这些方式，就可以培养孩子们的信心了。而相应地，若是久处慢班，必然让他们感觉没有勇气、难以改善当前境遇。要是在这样的俱乐部

里都能配备上数量充足的玩耍之地的话，那么孩子就不会跑到街上无所事事，更不会沾染上不良的社会风气了。

在有关教育方式的讨论中，必然会涉及男生和女生混在一个班级上课的问题。我们在原则上是认可的，并且乐于促进两性同班同读，因为这样可以使不同性别的孩子可以增进对彼此的了解。不过，任由男女同班自由发展下去是极不可取的，这会涉及一些我们必须加以考虑，并妥善处理的特殊问题，不然结果将是弊大于利的。比方说，一般而言，女孩子在十六岁之前比男孩子同期成长发育得更快，而这往往不被人重视，要是男生对此也缺乏认识的话，就会在被女生赶超时心理失衡，继而要与之分出高下，然而，这根本没有意义。不论是老师还是学校方面都应对此加以考虑，妥善而全面地处理此事。

老师如果乐于混班式教学，又对其中所涉及的问题有所关注的话，就能成功化解问题，教育得当。但相反地，要是老师不认可这种体制，觉得这无异于是一种负担的话，结果必然是难以带好学生。

男女同校若在制度上做不到妥善安排，又不能正确地引导学生，那么自然会有性方面的问题产生了。对此，我们会在下一章加以探讨，而在这里，需要先指出来一点：在学校展开性教育是异常复杂的事，我们该如何解决这一问题呢？其实，由学校来进行性教育知识的讲解并不妥当，不是最理想的地方。这是因为，老师在全班同学面前讲授时，根本不可能了解到下面每位学生的反应。自然，如果有学生私下问及此事，老师就能有针对性地回答了。倘若提问的是女学生，那么老师在给出答复时，就应告诉她正确的事实。

说到这里，我们离正题有点远了，现在就让我们回到有关学校在教务上的安排问题，这才是我们所要讲述的重点问题。可以说，只要知道了学生们的兴趣所在，更善于掌握哪门科目，就能明白该怎么去教导他们了。成功会带来更大的成功，这在教育领域是行得通的，而在生活的方方面面也同样适用。一旦学生对某一科目产生兴趣并学得不错，那他就会因此而受到激励，进而以此为基础去努力学好其他的课程，对此，老师应该善加利用他们业已取得的成就，激发他们去学更多更深的知识。学生往往不知道这是每个人的必经之路，既不清楚要怎样度过这个阶段，也不知如何付出努力才能从一无所知到知之甚多。在这一点上，教师最有发言权，他清楚该做什么，如何去做，因此，倘若他适当的对学生们加以引导，就能发现，其实学生们是能够理解的，并且很乐意配合老师的工作。

我们已经讨论过找到孩子们喜欢的科目的问题了，而这在找出他们善于用哪一种身体器官去感觉事物方面，也同样适用。我们需要去了解，孩子们都善于用哪些器官来感受事物，属于什么样的感知类型。多数孩子在视觉上都接受过很好的训练，感知力发展得很好，而有的孩子则在听觉方面得到了很好的开发，还有的孩子能够很好地在运动中发挥出自己的身体优势。近几年，学校里风靡着一种被叫作“手工操作训练”的课程，他们所遵循的原则非常正确，即：让孩子通过训练自己的眼睛、耳朵和双手来体会教科书里所传授的东西。借助于孩子对身体感官的兴趣而使他们更深入地了解物质事物十分重要，我们从这些学校所取得的成功经验中就可以看得出来。

当老师发现某个学生可以被列为视觉型时，就该知道哪些科目能够与之相匹配，帮助他更好地将这一感官优势发挥出来。比如说，他在学习地理这门课的时候，会更自如一些。如此一来，孩子就会在课上更多的使用眼睛，而不会把重心放在耳力上，那么他所能取得的成绩就会更好。在此只是试举一例，主要是想说明，孩子有很多特别的地方值得留意，这在老师第一次进行观察的时候就能够发觉了，像这样的发现还有很多。

总而言之，人们心中理想的老师，应该是那种肩负着神圣使命、能够承担起鼓舞人心之责的人。因为，这样的老师将手握人类命运，孩子们的心灵也将由他们亲手锻造历练。

然而，只构建理想的教育是远远不够的，我们还需要把理想化作现实才行，可该如何过渡呢？我们必须找到实现理想的可行之道。本书的作者曾一度想在维也纳寻找答案，最终认为，应该在学校专门为孩子建立可以进行心理咨询及心理辅导的诊室^[1]。

我们之所以倡导建立这样的诊室，是为了让现代心理学知识能够更好地为教育制度服务。诊室首先会在一个计划好了的日子里对老师开放，届时将会有一位优秀的心理学家出席，他既有丰富的心理学知识，又同时了解学校老师及孩子的父母的情况。开放当天，这位心理专家会在学校与老师们一起展开咨询事宜。活动一开始，先由老师们逐个说出自己所碰上的问题儿童，比如：自己班上有懒惰的学生、有违反课堂纪律的学生，或是有偷取其他同学财物的学生，等等。当他们依次把孩子们的具体情形讲完后，就由心理学家来发言，把自己的知识和经验传授给在场的老师们。接下来，便可以就问题进行探讨

了，讨论的内容将涉及：问题出现的成因、从理论上讲述问题是如何发展演变成了如今的模样的，以及今后可以如何展开工作，等等。随后，再分析学生个人的心理发展情况及其家庭生活境况。最后，还要将大家的意见综合起来，使参与的老师们都能够切实明白，该做什么才能真正帮到孩子。

诊室的第二次咨询活动就可以让学生及其母亲参与进来了。在明确了用什么方式来跟孩子的母亲做工作之后，就可以进行咨询了。首先，与学生的母亲商谈，让她在谈话的过程中了解自己的孩子为什么会遇到困难；接下来，把时间让给她，了解妈妈是怎么讲述孩子的情况的；然后，孩子的母亲将跟心理学家一起探讨这个孩子的问题。通常，母亲会因为自己的孩子受到别人的关注而感到高兴，并乐于为了孩子去配合他人的工作。不过，要是某位母亲对此有抵触心理，不但不友好还显露出敌意的话，那就不要再针对她的孩子来说了。在这种情况下，老师或是心理学家，应以案例为主，说说别的有着类似问题的孩子的事情，等到她缓解了这种情绪时再说。

等到明确了用什么方式来说服教育学生之后，最后，就到了让孩子进入诊室的时刻，这一回，老师、心理学家和孩子会共同参与进来。首先，心理学家要跟孩子搭上话，内容上并不涉及孩子的不足之处，以在班上正常讲课的方式让孩子自然投入其中，对他所碰上的难题客观地予以说明，其中还包括：形成问题的原因、是什么使他感觉受挫、心理学家的意见，等等。在这个过程中，心理学家的作用是：帮助孩子厘清自己当前的心理状态，比如，为什么常有委屈的感受？为什么别人比自己更招人喜欢？为什么不再抱有成功的期望……

这样的咨询方式已经持续了大概有十五年的时间了，其中有不少参与训练的教师，都觉得很不错，对他们来说，既然喜欢做教育工作，并已经坚持了四年或是六年、八年的时间了，怎么能轻言放弃呢？

而对孩子们来说，也能从中获益，而且还是双份的：其一，本来有问题的孩子可以借此重新拾起勇气，并学到了要与他人合作；其二，没有参与心理咨询的孩子，也能因此而获益。班里要是有什么学生暴露出了之前所没有显现出来的问题，那么老师就会建议孩子们都来讨论此事，过程中，老师自然会对议题有所引导，使每个参与进来的孩子都能有机会表达出自己的意见。比方说，上课的时候，出现了个别几个懒散的孩子，老师就可以借此让所有的学生都来探讨一下这

个问题。于是，孩子们便会争相发表意见，说出为什么会出现这种情况，然后得出一个最终的结论。尽管那几个懒散的孩子并不知道这个议题是针对自己的，但没有关系，他还是能在这个过程中收获不少对自己有益的东西。

通过前面所描述的内容，我们就知道心理学和教育联系在一起能发挥出怎样的作用了。事实上，人们只有了解了心理活动的运作原理，才能对心灵加以指导，而当一个人认识到心理活动及其运作的原理时，才能够把他的知识投入其中，让心灵得以被指引到更高的目标，和更长远的目的地去。因此，心理学和教育其实源自同一个现实和同一个问题，只不过是现实和问题的两个方面罢了。

第十章 外在环境对儿童的影响

个体心理学对于人的心理及教育领域有着相当长远的眼光，绝不可能无视外部环境会影响儿童发展这件重要的事。在过去，注重内省类型的心理学所涉及的范畴相对狭隘，后来沃恩图认为，应该创建一门新的科学来补足内省类型的心理学所没有涉猎的那些内容，即：创建社会心理学。不过，个体心理学却没必要在这个方向上努力，因为它本来就同时涉猎个体心理和社会心理这两个层面。也就是说，个体心理学不会在不考虑外境对心理的影响下，只专门研究个体心理，同时，也不会忽视某些特殊的心理对外境的独有感受，而只把目光定在研究外境对个体的影响上。

从事教育工作的人，包括老师，尽管对孩子的教育方面负有责任，但也不应该就认为，只有自己才能对孩子进行教育。因为孩子的心理始终受外境所影响，并直接或者间接的因而形成了其内在的心理。在这里，我们所指的间接外境影响是这样的：孩子的父母首先受到外境的刺激，而有了某一心态，而后，他们的这种心理状态又对孩子造成了一定的影响。这样的情况避无可避，因此，必须将之列入我们所考虑的范畴当中。

外部的经济环境对人的影响巨大，这是教育者必须首先要思考到的。比方说，有的人家祖祖辈辈都很贫穷，因而活得捉襟见肘、困苦不堪。一直以来都生活在哀怨的心情下，不免受其影响，因此在这种情况下，就不能让孩子建立起健康的心态，也无法帮助他们培养协同心。困苦的经济生活压得他们心里沉甸甸的，如此惶恐度日，又怎么可能生成与人合作的健康心态呢？

除此之外，还有一点是我们必须牢记的：不管是孩子，还是他们的父母，倘若在相当长的时间里，都生活在没有充足食物的环境里，又或是经济状况异常拮据的话，那么势必会给他们带来生理上的影响，而这在一定程度上，又会影响他们的心理健康。在战后出生的孩子身上就有这样的情况，他们由于受到战乱的影响，成长得就要比上一代人艰难多了。

如此，儿童一方面生活在经济的影响下，一方面又在成长发展上受其左右。而除此之外，要是父母对生理卫生一无所知的话，就会变得怕羞，以及由于自己什么都不知道，所以反倒会更宠溺孩子，怕他们会吃苦受罪，而这同样会影响到孩子的心理成长。然而，父母在宠溺孩子的同时，却往往会忽略很多问题。比方说，自以为像脊柱弯曲这样的毛病会随着时间的推进而有所改善，等孩子大点了也就好了，因此，没有把握好治愈孩子的时机。不及时就诊自然是因为无知惹的祸，特别是在大城市里，怎么可能在医疗服务上没有相应的设施呢？身体出了问题，却不及时去看，那就很容易发展成恶性病，甚至带来生命危险，当孩子病情严重时，自然就埋下心理阴影。对孩子来说，疾病会是他心理的一道“坎”，会使他在心理上烙下“病根”，所以说，平日里就应该尽可能地预防孩子得病。

要是孩子难免会碰上点沟沟坎坎，那我们采取的应对之策就应该围绕着：帮助孩子建立起信心去面对疾病，以及帮助他们提升自身的社会情感。其实，正因为孩子的社会情感不足，才会导致心理上被疾病所影响。一个患病的孩子若是感到自己是与身边的人紧紧地联系在一起的话，就不至于受到很大的心理创伤，不会像那些被宠溺坏了的孩子那样，深陷病痛的折磨之中。

我们有不少此类个案，而这些案例均显示出：孩子若是得过百日咳、脑炎或是舞蹈病，一般都会出现心理问题。或许人们会觉得，孩子之所以会出现心理问题，是因为身体患病了的缘故，而实际的情况却并非如此。其实，孩子早在身体疾病产生之前，就已经存在着某种性格上的缺憾了，只是一直隐而未发罢了，直到身体患病才显露了出来。也就是说，孩子在得病的那段时间里，发现家人都会围着他转，于是便感受到自己是享有一定的权利的，可以摆布他人。当他看见父母脸上挂有担心和害怕的神情时，就知道，这一切都源自于他。所以，等到身体恢复之后，他还是想得到大家的关注和照顾，所以，变着法地还想控制自己的父母。这自然更多地发生在那些情感培训不足的孩子身上，因为他们基本上不会错过任何表现自我的机会。

不过，孩子往往会因疾病而在性格上有很大的转变，这很有意思。有一个老师在这方面提供了一个很好的案例，是发生在他第二个孩子身上的事情。他曾非常担心自己的这个孩子，却又无可奈何。这个儿子在班上是最差的学生，还隔三岔五就离家出走。有一天，孩子的父亲准备将他送进改造所，结果发现，孩子得了忧郁性的肺结核。

这种病必须通过父母的长期，且是甚为精心照料才能够康复。所以，在小孩得病期间，父母就对他格外关照，而这正是孩子所需要的，结果，当他病好后，就成了家中最听话的孩子。先前之所以制造种种事端，是因为哥哥的缘故，这孩子觉得自己老是活在他的阴影里，而哥哥一直都很受家里人的喜爱，所以就不免想跟哥哥斗争到底。不过，这次的疾病使他明白，家里人对他和他的哥哥都很喜欢，因此，也就开始懂得用自己好的表现来获得父母的关爱了。

不过，我们仍须注意，当孩子有过患病体验之后，就会深深将它留在记忆深处，他们会被那些有生命危险的疾病吓到，而死亡一样会震动他们。对于疾病的印象会烙印在他们的灵魂深处，到了日后才有可能显现出来。就像我们所看到的那样，很多人因此而喜欢研究疾病和死亡，其中有些人还找到了一种可以把兴趣发挥出来的好方式，那就是，成为医生或是护士。不过，这只是一部分人，多数的人则会因此而惶惶不安，脑海中总是闪现着疾病的影像，这样，就很难安于自己所做的工作了。我们调查了百名女孩子，从她们的经历中发现，有近乎一半的人承认自己最害怕的事情，就是在生活中碰上疾病或是死亡。

孩子容易受到来自童年时期患病经历的影响，对此，父母应予以关注，尽可能地避免发生此类情况，要多告诉孩子一些有关疾病方面的知识，提早让孩子做好心理上的准备，如此一来，当他们突然要面对疾病时，就能有所防范了。在此，父母应使孩子有意识的朝着这样的方向去想，即：人的生命固然有限，但生活得有意义，才是最重要的。

对孩子来说，在生活中还会遇上另一道“坎”，那就是与陌生人接触，或是跟家人的朋友打交道。在与这些人交流的过程中，往往会让孩子产生误解，他们通常爱跟孩子闹着玩，但并不是对孩子本身有多大的兴致，往往只是想在一小段时间里让孩子喜欢上他们。所以，为了博得孩子的喜爱，这些人就会过度的奉承孩子，而孩子却会因此而觉得自己很了不起。由于他们无法跟孩子有长时间的接触，所以会充分利用短暂的时间来宠溺孩子，然而这却给真正负责教育孩子的人带来了不小的麻烦，因此，要尽可能避免让陌生人或是亲戚朋友这么做，不能让他们妨碍到父母正常管教孩子。

此外，还有一件事要尽可能规避，那就是陌生人在初次见到孩子的时候，往往会在性别上弄错。比如，会用“好看的女娃娃”来形容

男孩子，或是用错形容词来描述女孩子。至于规避的理由，我们会在有关青春期儿童的那一章里进行探讨。

家庭环境对孩子的影响自然非常重要，孩子会通过家庭生活情况来了解人们相互间是如何合作的，这是他们首先产生印象的来源，也就是说，孩子会借家庭环境来了解其参与社会的程度如何。孩子若是生活在一个封闭的家庭，那么从小到大的环境就是不怎么与外界接触，当他长大后，就会把家人和外人清晰地分隔开来。对他们来说，家是家，外界是外界，它们之间是泾渭分明的，需要分别对待。于是，我们就自然能够看到，这些孩子对外界是抱有敌意的了。不与外界接触的家庭环境，是不会与社会有什么发展性的关系的，这使得孩子也受其影响，变得很难相信他人。如此一来，当他们不得不与人接触时，就会只专注于自身利益，那么这样的孩子又如何能被培养成可与他人建立起社会情感的人呢？

孩子一般长到三岁的时候，就可以让他与别的孩子在一起玩了，通过玩耍可以使其不怕与陌生人接触，不然等孩子大一些了，就会在与人接触时，感到拘谨、担忧和脸红，并且还可能过于关注自己的言行，变得敏感起来，对别人也容易产生敌意。这常常会发生在那些被宠溺的孩子身上，他们被惯坏了，老想去排挤别的孩子。

父母要是能早一点儿注意到孩子有没有此类特征，就可以及早进行处理，而不至于等到将来还得费心矫正。父母在孩子三四岁的时候就应该安排他们和别的孩子一起玩耍，让他有机会参与集体活动，那他就不会产生害羞和过于关注自己的性格特质，也不至于形成精神问题或是神经官能症了。只有那些孤僻、不爱与他人接触的孩子才会如此，他们往往做不到和其他人配合着做什么，也根本没有这个兴趣。

说起家庭环境对孩子的影响，就不能不将这个话题引入家庭经济情况的问题上来，因为，家庭经济情况发生变化，同样会阻碍孩子的成长。一个家庭，倘若原本很富裕，可后来却变得糟糕起来，那么孩子的处境自然就跟着有变化了，特别是孩子还年幼的时候就经历这种事。对于那些一向在家里被宠着惯着的孩子来说，是很难应对这样的变故的，因为过去他根本想不到会发生这样的事，完全没有心理准备。在过去，人们都会关注他，可如今却不是了，这在他而言，会深感惋惜，并总是回想往昔的那种优越生活。

要是是一个家庭的经济条件突然转好，由贫穷一下子变得富有起来的话，也一样会孩子的成长带来阻碍。首先，父母就不清楚该如何妥善安排多余的财富，所以很可能将之错用在孩子身上。条件改善了，父母就自然想要让孩子也过上更好的生活，开始纵容自己的孩子。他们认为，如今已经富裕了，也就不再用再抠抠索索的了，于是就尽可能地满足孩子，结果，往往暴富家庭的子女最终成了问题儿童。

其实，上面所谈及的困境和由此带来的不良影响是可以避免的，我们要是能够适当地培养孩子进行合作精神及协作能力的话，就可以做到。而上面所说的外境对孩子的影响，之所以带来了如此多的问题，就是因为孩子们可以通过这些环境而借机逃避与他人合作的机会，从而没有培养起合作精神。对此，需要我们引以为意。

像暴富或是突然变得穷苦这样家庭环境，会使得孩子们因为境遇的变化而受到心理影响。此外，随着境遇的改变，还会带来异样的氛围——由于一个家庭出现了问题，而使别人在看待这个家庭的时候也有了转变，而这种氛围同样会给孩子的心里成长带来不利影响。这种情况一般是由于家中的某个成员做了什么事情，才导致别人产生偏见和鄙视心的。比如说，父母做了什么在社会上不认可的事情，给家里丢脸了，那么孩子就会在这样的情况下备受打击，不想跟同伴有什么接触，担心人家认出自己的父母，认出自己是这种父母的小孩，同时，在往后的生活中，也总是被不安和恐惧的心理阴影所笼罩。

父母对孩子的责任不止体现在教会他们读书、写字和算术上，还要在心理上帮助孩子做好一定的准备，使他们将来能够成长得更顺利，遇到的困境也相对少一些。所以，倘若孩子的父亲酗酒成性，又或是个暴脾气的话，就该有意识的认识到，自己的行为会影响孩子的成长。倘若孩子的父母的婚姻生活过得并不理想，夫妻之间总是争吵不休的话，那么受伤最重的往往就是孩子了。

有此经历的孩子会一直忘不了自己所体会过的日子，很难轻易释怀。不过，等到他们学会了如何与别人配合，就可以不再受这些记忆的影响了。然而，一旦孩子碰上了此类境况，恰好又是其学习这种能力的最大阻碍。近几年，有越来越多的咨询室在学校成立了，或许这一潮流的兴起正是缘于社会上有这类问题频频发生。也就是说，父母要是出于一些原因而没能尽职尽责地教育孩子，那么这项工作就可以托付给对受过儿童心理训练的专职老师了，他们会把孩子引上一条健康的心理成长之路。

人们会对什么人产生偏见，不仅仅是由于他人的某种状况，还会因为他所处的国籍、种族和信仰之由而看不惯这个人。为此，孩子会因偏见的侮辱而受到影响，此外，这样的偏见还会波及他人，就连侮辱他人的人本身也是如此。这样的人会因自己的偏见而变得自大起来，以傲慢的心态为人处世，认为自己与其他人处在不同的层次里，显然更为优越，这样，就会给自己设定一些目标，好使自己过得更像他所理解的那样，而最终等待他们的唯有失败。

之所以会发生战争，往往源自民族问题和种族之争，为了避免人类的文明遭到冲击，因战火而停下前进的步伐，就要摒除这两个罪魁祸首。在这一点上，老师有责任告诉孩子战争真实的一面是什么，而不是光讲那些刀光剑影的事，不然孩子们就会钻空子，反倒通过摆弄刀剑这样便利而廉价的形式来寻求追求优越感的机会。这么做，是不可能为孩子打下生活在文明世界里的基础的。有的孩子成人后选择过军旅生活，这往往是由于小时候接受过这方面的训练，可其他孩子就不一样了，他们在童年时期总是玩那些相互打斗的战争类游戏，所以在成人之后，往往心理会落下毛病。比如，好与人斗勇拼狠，怎么也学不来与他人的相处之道。

到了像圣诞节这样的节日，父母往往都会给孩子买玩具，这时候，家长应慎重起见，不要给孩子买武器类的玩具，比如刀、枪，等等。此外，也要尽可能避免送给孩子有关颂扬战斗英雄或战斗事迹之类的图书。

在给孩子选择什么样的玩具方面，其实还有很多可以说的，但在这里就不赘述了，只在原则上加以说明。最为合适的玩具，应该是那些能够使孩子在玩耍中激发出创造力的玩具，或是可以对孩子的合作精神有所启迪的那种类型。试想，给孩子布娃娃或是玩具狗这种现成的玩具来玩，哪有费力思考、亲自动手做出来的游戏好玩呢？对孩子来说，后者也更有意义。在这里要顺带一提的是，我们应该让孩子知道，动物是人类的朋友，而不是可供他们玩耍的玩具。在教育孩子的时候，一方面应教导孩子不用害怕小动物，另一方面则应该告诉他们，不能随意差遣动物或是虐待它们。孩子要是会对动物施虐，或许内心里是想控制弱小的人，又或是想要欺负他们。一个家庭要是养了像小鸟、小狗，或是猫之类的动物的话，家长就应该让孩子知道，家里养的小动物和人一样能够感知到痛苦。让孩子学会和动物相处，对他

今后了解怎么在社会上与他人合作是有很大大益处的，可视为一种必要的准备。

在孩子平日的生活里，跟亲戚打交道也是在所难免的。最先与孩子建立关系的恐怕就是祖父母了。对于祖父母在当下社会的境遇及命运，我们当客观地加以审视。当前，他们确实处境堪忧。人们本来应该由于年岁的增长而有更多拓展和充实自己的机会，也应该在更大的空间里发挥作用，让自己的对更多更有意思的事情感兴趣。可如今的社会情况却并不容许人们这样做。相反地，富有经验和能力的老人却被人们冷落一旁，弃之不用，这太可惜了。其实，对于老年人来说，能做的事情还有很多，要是社会能够提供更多的工作机会，让他们能够追求自己的理想的话，他们肯定会感到十分幸福。那些六十岁、七十岁，甚或年到八十的老人，是不应该丧失工作机会，早早地就退休在家的，毕竟让一个人继续待在自己的工作岗位上为自己的事业而努力，要比自此换个活法简单多了。可我们的社会就是如此，会错误地让人在还有能力可以充满干劲地努力时，就将之弃而不用了。于是，这些人也就无法再有什么机会表现自己了。结果会如何呢？老人会把这种错误延续到自己的孙辈身上。由于身处这样的境遇，他们便想要在生活中证明自己还有着旺盛的生命力，还能发挥余热，而他们其实没有必要证明什么。结果，他们用溺爱孩子、过度呵护孩子来加以证明，继而以这种不幸的方式来教育孩子，好让其他人看到，他们仍旧知道如何去养育自己孩子的孩子。

老人家自然是一番好意，我们不应该伤了他们的心，而且他们也理应有机会得到更大的活动空间，不过，在教育孩子方面，我们还是应该让老人明白，他们需要作为独立的个体生活，乃至长大成人，老人不应把孩子当作宠物，更不应卷入家里的争论中去。要是老人与孩子的父母之间产生了什么问题，那么他们尽可以争论一番，可在这种时候，老人不应该把第三代也牵扯进去，作为自己的帮手反过来对抗孩子的父母。

在我们研究个案的生活经历时，发现那些心理有问题的人都在童年时期被祖父母宠爱有加。如此，我们就可以立马判断出，事实上，这是有碍于他们那时候的成长发展的。老人过于惯着孩子就势必会带来两种影响：一种是，孩子被放任不管，为所欲为；一种是，孩子受老人的指点，爱争强好胜与同伴比个高下，并且还容易嫉妒别人。不

少孩子都会自己告诉自己：“我爷爷最爱我了！”于是，倘若别人不这么爱他，就自觉很委屈，很受伤。

除了祖父母这样的亲人，孩子还会受到来自“好得不得了”的表兄弟姊妹的影响，不少孩子都深受其扰。这些兄弟姊妹有时候还不单单是人很优秀，就连长相也很不错。所以，孩子在听到他人说起自己的这类亲戚时，总能听到他们长得真好看之类的话，心里难免就烦恼起来，我们能够很轻易地就想象到会是怎样的画面。倘若听到这话的孩子有足够的自信，或是有自己的社会认知的话，那么就能理解大人所谓的“好得不得了”是什么意思，知道他其实指的是某个孩子所接受的训练非常到位，并且是他本身也准备好了的缘故。如此一来，孩子就会去思考该怎么努力追赶上。可相反地，倘若这孩子认为，这是先天带来的，是老天一早就把聪明和好得不得了这样的能力安排给了那个亲戚的话，那他就会妄自菲薄，觉得老天太不公道的。而结果就是，他始终都无法正常成长，受其阻碍。在我们所处的文明里，社会将一个人的外表美丑往往看得很重，将其价值给放大了不少。其实，一个人长得好看确实也存在着一定的价值——自然得来的美貌。要是孩子一想起自己在外表上比不上别人就感到难过的话，那他的生活方式就会受到影响，产生偏差。有的人甚至在二十年之后还能清晰地回忆起，在他小的时候曾经对长得俊朗的表兄弟有过向往之心，很羡慕他。

遇到这种情况时，我们应该通过教育来帮助他摆脱由外表去定义人所产生的这种心理伤害，即：告诉孩子，比外在美更重要的是，健康的身心及与人交往的能力。确实，我们都希望自己长得漂亮、俊美一些，毋庸置疑，长得养眼总比丑陋要好得多，也的确有一定的价值，可无论什么事物，都应该被合理地加以安排，没有什么价值是与其他价值割裂来看的，而且，还独独被当作是最高的价值取向。对于身体，我们应该实事求是地来看。若是一个人只有外在美，并不等于肯定就能过上理想的幸福生活，能够理性的去过自己想要的生活。对此，我们可以通过事实例证加以说明：在那些为非作歹的孩子之中，可不全是长相难看之人，有不少俊朗的孩子也一样会胡作非为。这些表面上看起来仪表堂堂的孩子何以会步入犯罪之途呢？其实，这很好理解。他们自觉拥有姣好的容貌就会让别人都喜欢上自己，于是就可以不靠双手靠长相获取利益了。因此，他们往往没有为自己的人生做好充分的准备。继而，随着年岁的增长，他们开始意识到，碰到了难题还是得靠自己的努力才能获得，结果，他们便选择走最简单的捷

径，也就是像诗人维吉尔曾说过的那样：“前往地狱的路最简单方便……”

孩子应该选择什么类型的书来读呢？该如何解读童话故事？类似《圣经》的读物，我们当如何去理解和阅览呢？下面，我们就来简单说一下。我们在让孩子读书的时候，往往忘了孩子们和成人在理解事物的方式上有着极大的区别，他们是按照自己特有的主观意识来掌握的。倘若一个孩子生来就很害羞，那么在阅读《圣经》或是童话的时候，就会专门侧重于赞扬他这类性格特质的部分，所以长大以后也一样还是个胆子不大又腼腆的孩子。我们在给孩子阅读此类书籍时，应对其中的段落加以解说，或用总结的话来概括说明。如此一来，才能让孩子明白故事本身在讲述什么，不然的话，他们只能从书籍中看到自己主观臆断出来的事物。

每个孩子最喜欢的当然就是神话故事了，而这是连成年人也喜欢的读物，人们不论大小都可以从中获益。不过，有一点是我们特别需要留意的，那就是，作品中所记述的内容在年代上和发生的地点上，均与我们如今所处的情况不同，是作者写作时所指定的写作背景，但这一点，孩子们一般是不清楚的，他们不了解所处时代不同就会造成文化上的差异。也就是说，孩子们所读到的故事，写的是与其生活时代全然不同的那段时期里发生的故事，可他们却不会想到自己在阅读它们的时候，新的世界观早已生成，早就不是书里所展现的那样了。比如说，一般在童话故事里，王子是必不可少的角色，人们总是对其大加赞赏并美化这个人物，而且，还用各种引人入胜的笔法将其描绘成一个光芒闪耀又极富魅力的人。当然，这样的人物在现实中是不存在的，但在某个时代，却需要通过文学来虚构出一个理想而美好的人物，以此来表达对君主的崇拜，在这样的时代背景下产出这样的作品，自然是恰当的。而今天再让孩子们阅读时，我们就应该告诉孩子这些事情，让他们明白，是作者杜撰了这么个传奇的故事，并不是真的。不然的话，等孩子们长大了，就会老想着如何寻找到一条不必那么努力克服困难的捷径。举例来说，这与发生在一个十二岁男孩身上的情况类似。当别人问及将来想当什么的时候，他答道：“懂得法术的魔法师。”因此，我们有必要在给孩子讲童话故事的时候加上适当的评语，这样，他们还是可以通过此类书籍培养出合作精神，并借此打开自己的视野的。

接下来，说一说电影。不满周岁的孩子若与家长一同观影，是不成问题的，然而，对于大点的孩子来说，就容易被电影放映的内容所误导了，甚至还包括某些童话剧，也容易令孩子产生误解。有一个四岁的儿童看了一场剧院里播放的童话剧，结果很多年之后仍旧认为，在这个世界上真的存在卖毒苹果的女人。对于电影所阐述的主体，不少孩子是无法正当把握的，又或者，他们会在看过之后匆忙而笼统加以概括，因此，在这种情况下，父母应当为孩子解释明白，使其能够正确地理解自己所看到的东西。

报纸是专为成人设计的读物，是以大人的视角来阐发观点的，并不适合于儿童阅读，因此，我们应尽可能避免让孩子接触到，让他们远离这种外在的影响。不过，有的地方会出版针对孩子阅读的那种儿童报纸，这是适宜的。对于那些尚未准备好迎接生活的孩子，一般市面上的那些报纸，只会令其对生活产生偏见，孩子看过后，会相信在生活中满是罪孽：谋杀、犯罪、天灾和人祸……倘若孩子年龄幼小，看到报纸上报道的有关灾祸、犯罪的事情时，就会感到伤心失望。我们从不少成年人那里了解到，他们在小时候非常担心会引发火灾的事，而年幼时的这种恐惧心理直到长大后也还是得不到改善，久久地萦绕在他们的脑海之中。

上面所提到的例子和内容，只是对孩子产生影响的外力中的一小部分，但同时又是最为要紧的部分，能够说明关于外境作用于孩子这个问题的大致原理，父母及教师应在教育孩子的过程当中，对这些外在环境带来的影响加以考虑。在这里，最重要的就是：社会情感和勇气，所以，心理学家一定要耐着性子不断地重申这两个概念。而所有上述问题，也确实能够通过这两点加以解决。

第十一章 青春期及儿童的性教育

有关青春期的话题的确非常重要，如今，市面上充斥着大量此类书籍，然而，其重要性与通常人们所理解的并不在同一个层次上。每个处在青春期的孩子都会有不同的表现，他们有的勤奋进取，有的言行笨拙，有的把自己收拾得利利索索，而有的却邋邋遢遢……此外，从一些老年人的身上，我们同样能够看到这些表现，就像他们还处在青春期似的。从个体心理学来看，这种现象没什么好奇怪的，这些成人不过是停止了其某一阶段的成长上罢了。其实，从个体心理学角度出发，每个人的成长发育过程，都必然要经历青春期这么个阶段，而任何成长阶段，或是任何处境，都不足以将一个人全然改变。不过我们相信，青春期对人们来说无异于是一个新的境遇，能够测试出一个人的成长情况，因为，人们会通过这个时期，表露出过去所形成的一些隐而未见的性格。

比方说，要是孩子在青春期前家里一直都管得很严，那么他就没有机会感受自己有多少力量，也无法将自己真实的悲欢表达出来。直到他步入了青春期，在身体和心理上都急速发展后，就都开始有了新的表现，仿佛是脱去了过去紧缚在身的锁链。在这一阶段，他会很快长成大人，其人格发展也会稳步向前迈进。相反地，有些孩子就在这一阶段停止了发展，开始贪恋过去的生活，由此，也就无法寻找到该如何继续发展的方向了。这些孩子会表现得内向起来，似乎不再对生活抱有什么兴致。而在这样的情况下，他们就无法在青春期这一阶段里，发泄出过去所受到的来自自身力量的压抑了，不仅如此，这种情形反而表现出孩子在过去一定是被父母极尽宠爱，所以并没有准备好应付将来的生活，没有在这方面被训练得足够充足。

青春期要比儿童期更接近成人，所以，我们在这一时期更能够看出一个人的生活方式是怎样的，要比过去任何时候看得都清楚：他对于科学的态度、对他人的态度（是不是友善），以及他能不能与别的人和平相处和对社会的态度，还有，他有没有兴趣去了解别人。

孩子有时会夸张地表达自己对社会和别人的兴趣，所以往往在青春期的孩子把握不好这方面的分寸，只一门心思地通过牺牲自己来表

达对别人和社会的善意，而以这样的方式来调整自己服务社会自然是失衡的，将不利于一个孩子的正常发展。我们都清楚，要是一个人真心实意地对别人有兴趣，从而以想做点什么有益于社会 and 他人一直都认为是有益的事为目标的话，那他首先得准备好自己，得有能力这么做，当然，前提是他所做的是确实是有意义的。

不过，在十四至二十岁这个年龄段的人，往往少有清楚如何跟社会及他人建立稳固的交往模式的人。他们大多从十四岁起就毕业离校开始从业，如此一来，也就联系不上那些老同学了。然而，他们必须花费一段不短的时间再与他人搭建起新的关系，因此，将在一段时期里，觉得自己孤立无助。

其次，再让我们来看看工作方面的问题。当一个人开始工作的时候，他的原本由其自身决定的生活方式就会显露无遗。有的年轻人一旦投入工作生活，就会变得独立起来，把自己的工作做得非常好，并在这个过程中健康地继续发展。然而有些人，却永远停留在了青春期中。似乎没有一份工作是适合他的，于是就不停地寻找，不停地来回换，不是不断地找工作，就是不断地换学校，或是通过其他途径来改变自身的处境，还有的人干脆什么都不做，连工作也不愿意去找。

问题并不是因为人们步入了青春期，它本身并不存在任何不妥之处，只是人们到了这个时候，才把那些过去就已经酿成问题表露出来了而已。倘若我们真的了解孩子，就可以提前预知他到了这个阶段将可能出现什么表现，比如：比以往更独立自主，更愿意表达自我，因为过去他更多的是处在他人的监管和看护下成长的。

接下来，就该开始探讨第三个问题了，涉及人的爱情与婚姻。通常处在青春期的孩子会有怎样的人格表现呢？答案往往就藏在他们回答里。就性格而言，青春期只是延续了一个人往昔的性格特点，并不是改变了什么。孩子到了这一时期，心理活动会更加活跃，有些感觉也会更加强烈，因此，较之过去，如今能够更为清晰、果断地来回答这个问题。对于爱情和婚姻，有些青少年很清楚自己碰上之后将会有何种表现。有些人会浪漫地谈论关于爱情这一问题，或者在回答的时候信心满满。不管怎么说，这类年轻人已经形成了对异性的一套属于自己的行为准则。

相反地，有些年轻人就不会像如上所说的孩子那样，在性格方面发展正常，而是向极端迈进了，他们羞于回答有关异性的问题，并在

这个问题上表现异常。一旦在生活中遇到接近这一问题的实际情况时，就能清晰地看出他们尚未准备好。通过观察个体在青春期都有哪些人格表现，就能对其未来的生活行为做出可靠的评估了，要想改变孩子未来的命运，就得在这个阶段里进行观察，以求心中有数，知道该怎么去做。

一个处于青春期的孩子若是拒绝谈论异性，那我们就可以从他以往的生活里看出端倪，过去，想必他是那种好与人分高下的孩子。他与其他孩子能够得到宠爱而感到压抑。结果，他如今认为自己必须勇敢地站出来，以轻盈的态度、冷傲的样子去排斥所有关于情感上的事，所以，他今日的态度反映的是小时候的经历。

这一时期的孩子常常想远离自己的家庭，这或许是他们从未对家里的情况感到满意的缘故。如今，他已经长大，希望能有机会真正离家，不再跟家人有什么联系，尽管在财力上，若是父母继续供应一些，对大家都好，可这时候的孩子或许对这方面也有了排斥。然而，倘若孩子因经济问题而出了什么事，他就有借口不承担失败的结果了，因为，他认为是父母的问题。

还有一些始终没有离开过家的孩子也一样会有这样的心理，只要有机会，他们就希望能够在外面过夜，但在表现上却不那么明显。不过，怎么说晚上能出去玩玩，也总比在家待着要有趣太多了。当孩子有了这些举动，就表示他在无声地抗议着自己的家庭，为自己的不自由对父母默默地加以控诉。这是由于过去被父母管得太多太严了，都没什么机会去发现自己的问题，也无法表达自己的想法。对于这类孩子来说，步入青春期就很可能往这方面发展了，这是十分危险的阶段。

当孩子处在青春期时，会觉得别人更不像过去那样看重他了。他们在学校，也许一直都是好学生，老师曾对他格外欣赏，然而这时候，他们不得不一下子转到新的学校，或走进未知的社会环境中去，又或者，得开始在新的职业领域发展。我们都清楚。过去一向都表现得很好的孩子，也不一定就能在青春期阶段保持住，包括最优秀的那些。他们看上去仿佛是在某方面变了，然而事实上，一切都未曾改变，只不过他们在过去的环境里，还没有真正暴露出自己性格原本的样子罢了，而新的环境恰恰使其显露无遗。

从上述所说的事情我们就好明白了，帮助孩子度过青春里可能遇到的麻烦事，最好的方式就是培养孩子建立起与他人的友谊，让孩子和孩子之间能够变成好朋友。同样，对于家里的各成员也是如此，此外，也同样适用于孩子所遇到的其他人。在家，不论是孩子，还是父母，彼此之间都应该对对方有足够的信任，而对父母和老师而言，也应该对孩子有足够的信任。在实际的生活中，也只有那些一直都理解和同情孩子的父母和老师，才能在这个阶段仍旧与其保有同伴关系，并一如既往地给予其贴心的照顾和指导，而孩子也乐于接受，如此，这样的老师和父母才能发挥出在此阶段仍能指导孩子的作用。相反地，那些做不到这一点的父母和老师，孩子是不会去信任的，不仅如此，还可能会对他们视而不见，甚至抱有敌意，这样，不管他们如何指导孩子都没有用，孩子根本就听不进去。

有些女孩到了青春期会开始模仿男孩，表现出对自己的性别角色有所不满。她们关注的往往不是好的方面，而是男生在青春里所表露出的一些坏行为：抽烟、喝酒或拉帮结派，等等，毕竟效仿这些行为，比学习他们的那种努力工作的劲头要简单容易得多。此外，她们还会给自己找理由，说不这么做就不能吸引男孩，让他们对自己产生兴趣。

对这样的女孩详加分析的话，就能够发现，她们这是在对男性表示抗议。其实，从很早以前，她们就开始不满于自己的性别角色了，只是一直以来都隐而未发罢了。所以说，观察处在青春期女孩的行为至关重要，若非如此，我们就看不到她们将来会怎么看待自己的性别角色了。

至于男孩，到了青春期也是表现不一，他们有的想为自己树立一个具有远见卓识、勇敢无畏，且信心十足的大男人形象。而有的男孩，则没有足够的信心成为自己想要成为的那种强悍而完美的男人，总担心自己会碰上什么难题。到了这一期，倘若他们没有为自己的性别角色做好准备，在教育和培养时出了问题，就会慢慢暴露出来了。我们可以看到，这类孩子身上的脂粉味不小，看上去就像个女孩子，有的甚至还会学一些女孩才有的坏毛病，比如：搔首弄姿或故作娇嗔，等等。

与女性气息浓一些的男孩子相反，有的男孩子则朝着另一极端发展，他们更善于模仿那些明显是男人才会有特征，并且对此驾轻就熟，不过，在模仿的过程中也常会做过头，也就是往极端化方向发展

了，做出些荒唐事来。比如，学的都是些喝酒、纵欲的事，甚至有的男孩还会为了显示自己看上去有男子气概，不惜触犯法律以达到目的。这些恶劣的行径多发生在那些一心追求自身优越感的男孩身上，他们希望能够通过做出一些叫人惊讶的事来证明自己确实很棒，并想成为能够领导他人的人。

这类年轻人尽管表面上看起来什么都不怕，而且充满了野心，但其实他们同时都很胆怯，只是人们没有看到罢了。在美国，最近就有这样的案例，无一不是恶名远播，比如：哈尔、利奥波特和罗伯。通过考察他们的生活轨迹不难发现，这类人所希望的，是过上一种简单又不费力的生活，所以老是想轻轻松松就取得成功，他们是实践派，却又勇气不足，而往往那些为非作歹的人就是内心没有勇气，而外在却表现得很有行动力，他们能够恰好将此二者结合起来。

孩子在青春期之前，是不会对自己的父母动手的，然而到了这一时期，往往会开始首次动手。人们因为看不到孩子行为背后所暗含的人格系统，所以往往误以为是孩子变了，可事实上，研究孩子殴打父母前的一些事情就会清晰地了解到，孩子的性格并没有什么变化，只不过过去没有这个能力实现罢了，如今，这随时可能发生。

另外，还有一点值得我们格外留意，那就是，处在青春期里的孩子都会迎来一个考验，即：证明自己已经不再是小孩子了。年轻人有这样的想法，是非常危险的。我们都知道，人在感觉自己需要去证明什么的时候，往往就会做出出格的事，或是远远地偏离自己原本所要证明的东西，而这一时期，年轻人恰恰就容易这样。

对于处在青春期的孩子来说，确实很容易犯上述毛病。我们应向他们做出解释来解决这一问题，让他们明白：不用刻意证明自己已经不是小孩子，人们都会相信他们已经长大了。这样的话，也许就可以避免使孩子出现如上提到的那些夸张行为了。

在对待异性的问题上，有一种类型的女孩在行动上会比较夸张，表现得对男孩很“花痴”的模样。她们会有意逆反，偏偏跟自己的母亲过不去。对她们来说，总觉得自己被家长管束太紧，当然，或许事实却是如此，这样的女孩很容易跟其他能够接触到的男孩纠缠不清。有些女孩因一时生母亲的气，或是不满于父亲严厉的管教而选择离家出走，然后与异性发生初次性关系。

这极具讽刺性，父母正是出于让孩子更乖的目的而全方面地进行管束，然而，却使孩子反倒变坏了，这是因为，父母缺乏对孩子进行心理上的观察和洞见。在这种情形下，孩子并没有错，而是父母出了问题，没有及早帮助女儿为适应新的环境打下基础。一直以来，女儿一直在他们的呵护下成长，没有机会接受独立能力的训练，父母也没有帮助她们建立起应有的判断力，所以，当青春期到来的时候，就不免掉进了这一时期容易出现的陷阱里。

女孩也不总是在青春里遇到困难或挫折，有时会延后出现，也就是说，等到她们步入婚姻的时候才会显现出来。不过，道理上是一样的，她们不过是在青春期的时候，有幸避过了那些逆境。不过，这种情况始终还是会发生的，所以，非常有必要提前把功夫做到位。

关于女孩子在青春期可能出现的问题，现在举一实例来加以说明：有一个女孩，家里十分贫困，他的哥哥从小就体弱多病，因此妈妈常常需要对其加以照顾。于是，这个女孩在很小的时候就留意到，妈妈在对待哥哥和她的时候，是有区别的。而她的父亲也没有在其年幼的时候给予足够的关爱，她一出生，父亲就病了，自然令她的处境更为不幸，如此一来，母亲就得同时操心自己的爱人和儿子了。在这个过程中，女孩亲眼看到了妈妈是如何关爱和照料父亲和哥哥的，于是心里自然非常渴望也能获得别人的关爱和赞扬，可这在家里是难以实现的，特别是后来又发生了一些事情。没过多久，家里又多了个小妹妹，她本就没有从父母那里得到多少关爱和照料，而妹妹的出生就更抢占了这为数不多的温暖。仿佛是命运的安排，恰巧父亲在妹妹出生后就康复了，如此一来，妹妹反倒比她小时候得到的关爱更多，这全都被她看在眼里。女孩在家得不到家人的关爱和关注，于是，就转而努力在学校把成绩搞好，结果，她确实成了班上最好的学生。鉴于她优秀的表现，学校希望她能够接着在中学里好好学习，然而，换了新的环境，她的情况就发生了转变。中学里的新老师并不清楚她过去学得如何，也不像以往的老师那样，对她大为赞赏，因此，她也就不像原先那样刻苦用功了。不过，她想要被人赞赏的心理并没有变，此时，会变得更为强烈，于是，她开始向外寻求，与一个男人开始过上了同居生活。两周后，男人变了心，对她感到厌弃了，而随后发生的事，也是可以想见的，她势必会认为，她所要的赞赏绝不是这样。另一方面，家人到处都在寻找她，整天担惊受怕的。后来，她的父母收到了她的来信，上面写着：“我已经服毒了，你们再也不用为我担心了，我现在很幸福。”显然，在她付出努力去追求自己想要的幸福和

赞扬以失败告终后，就必然会产生自杀的念头，想要一了百了。可事实上，她根本没有自寻死路，只是想以此来吓唬一下家里人，好能让他们原谅自己，她也并没有回家，只是接着在街上晃荡，最终，母亲找到了她，又把她带回了家里。

这个女孩子并不清楚，自己的生活已经被渴望他人的称赞所填满了，而倘若能够让她明白到这一点，或许这一切也就可以避免了。同样地，她的中学老师也并不清楚自己的这个学生一直都在课业方面非常优秀，且只须给她一定的表扬就能满足她，假使这位老师能够意识到这一点，那事情也不会演变成如今这样的结果。所以说，在女孩身上所发生的一系列事情，如果能在过程中的某一关节里得到恰当的处理，或许她也就不用经历这种种逆境了。

通过这个例子，我们也就进入了教育孩子有关性的问题上了。人们近年来对这个话题有些夸大其词，甚至到了可怕的程度。有不少人都在性教育问题方面不能够冷静处之，简直有些失去理智了。他们希望能够在各年龄层的孩子中都进行性方面的教育普及，并将孩子们在这一点上的无知及其危害给放大化。然而，就我们的观察，不管是我们的青春期，还是其他人的青春期，都没有碰上他们所谓的那些危险。

通过个体心理学的研究，我们对孩子的性发展有了这样的经验：孩子在两岁的时候是需要我们告知其性别归属的，所以，我们应让孩子了解，小男孩长大之后会变成男人，而小女孩则会变成女人，在这一点上，是不会有变化的。除此之外，孩子并不需要了解太多其他的事情，对于他的成长而言，没有利害关系。假使我们让孩子明白，女孩子不能接受用来教育男孩子的教育模式的话，那么女性角色就会在她的心里根深蒂固，相反地，对于男孩子来说也是如此。这样，孩子们就必然会通过正当正常的方式来建立起自己的性别角色了，同时为将来打下基础。然而，要是孩子认为，可以通过一些神奇的方法来变换自己的性别的话，就必然会惹出麻烦。同样会制造出问题的还有家长，倘若他们总是有意无意地流露出想要使自己的孩子换成另一性别的话，关于这种情况，在《孤单深井》这本书里，也有着精彩的描述。父母通常会犯一个错误，就是用教育儿子的方式来培养女儿，或是与之相反。他们会让孩子穿一些与自己性别不符的服装拍照。而我们也常常能够看到，有的女孩长得有点像男孩，于是，看到的人就很有可能认错，并以不属于这孩子的性别称谓来称呼她，孩子在这样

的情况下，就很容易搞混自己的性别。因此，最好家长能予以注意，避免此类事情的发生。

此外，现在社会上关于性别的讨论，有的会着意贬低女性，有的则会刻意抬高男性，对此，我们也要尽可能地避免。在教育孩子的时候，应当让他们懂得：男女在价值上都是一样的。这样做，既能够防止女孩听到诋毁性的言论时不至于自卑，同时也可以使男孩远离危险，不至于招致什么不好的结果。因为，倘若有人给孩子灌输男性比女性更为优越这样的教育理念的话，就会使其看不起女性，而仅仅把异性视为可以发泄欲望的工具。当他们知道，自己将来是要承担一定的责任的，那么他们就不会再用这种不正当的视角来看待与异性的关系了。

关于性教育，我们也可以换个说法来讨论，即：性教育不仅仅涉及两性在生理方面的问题，还牵扯到如何培养孩子以正确的心态来看待恋情及婚姻，所以，解释两性生理上的性问题还只是其中的一部分而已。一个孩子若是没有准备好，不能通过调整自身以适应社会的话，就不会认真地看待性问题本身，往往会放荡不羁，游戏一般地对待性问题，凡事都会把自我利益作为基础来衡量。当然，这样的情况时有发生，也是我们在文化方面没有引起足够的重视的缘故。在这一点上，女人往往就成了受害者，因为我们如今处在男性占有更多主动性的社会大背景下。不过，即便如此，男人也同样会受到伤害，因为他们所获得的优越感，很可能是不真实的，所以，秉着这种优越心理是很难触碰到和感知到人们内在的价值核心的。

至于说有关生理上的性教育该如何处理，我们认为不用在孩子年纪尚小的时候，就对他灌输这类型的知识，等到他什么时候对此感兴趣了，出于好奇而想要知道得更为详尽时再说。那些始终关注于孩子的父母，自然清楚该在什么时机下对自己害羞、不敢问及此事的孩子主动说出来，而一直都把父母当成朋友的孩子，也自然不怕问父母这件事。不过，当家长回答的时候，还是需要有针对性地做出解答，毕竟孩子在理解上还做不到把握得了分寸。此外，我们还应尽可能地避免在回答的时候无意间挑起孩子的兴趣，刺激他们对性问题更加敏感。

倘若看出孩子明显带有性早熟的情况，我们得说，没必要对此感到惊讶。因为性发育在孩子很小的时候就已经开始了。实际上，性的发育，在孩子刚出生几周后便已经开始进行了，而人也确实是在婴儿时

期就能感觉到来自性方面的快感，有时候，甚至会自己触摸性敏感区域以寻求这种快感。当我们看到孩子有这种举动时，尽管感到十分担忧，却也不必手足无措，应该尽可能地制止孩子不要继续下去，同时，也不能对孩子显示出自己很关注此事，不然，一旦孩子发现大人在为此而担忧得不行，就会故意为之，好让我们必须得关注他。我们常常会误以为，孩子这么做是在恣无忌惮地放开自己的性欲，但真实的情况仅仅是他在用这一习惯来故弄玄虚，炫耀自己有能让大人关注的本领。通常，年纪尚小的孩子都会这么做，通过摆弄生殖器来吸引父母的注意力，因为他们十分清楚，父母一看到这样的行为就会很担忧。其实，这和装病的心理如出一辙，孩子一般都会发现，一旦自己生病，家长就会给他更多的关爱与照料。

过多地亲吻和拥抱孩子并不好，这会让他们受到来自身体上的刺激，特别是那些处在青春期的孩子，家长应把握好尺度，不宜做得过多。此外，也不宜与孩子过多地探讨性方面的话题，好使孩子在精神上不会受到太多来自性知识刺激。我们在心理诊所工作时，常常碰到一个问题，那就是，孩子的父亲常常会把一些带有挑逗性质的，或轻浮类型图片放置在书房里，然后被孩子给发现了。这些案例是要告诉人们，以这样的方式让孩子接触性问题是并不恰当的，孩子们不应该在没有明白的情况下，以这样的方式接触到此类涉及性问题的图书。另外，有些电影的主题也与性相关，并滥用性题材，这同样是不适于让孩子看到的。

要是我们能够避免孩子出现上述问题，让他们不会早早地就受到来自性方面的刺激，也就没什么好担心的了，只需要在适当的时候，简单地给孩子解释一下就行，不过，当孩子们提出问题时，我们应在方式上注意，必须做到：真实和简洁，且不能引起孩子的抵触心理。要是我们还希望孩子对我们有信任，就不要去欺骗他，这是最低限度也要做到的事。相应地，孩子倘若相信自己的父母，就自然会相信他们所说的都是对的，这样，当听到来自同伴那里的解释时，必然就不会那么相信了，而事实上，有百分之九十的人，就是从同伴或是朋友那里了解到有关这方面的知识的。父母要是能够以朋友的方式，与孩子建立起信任和合作关系，可比那些自以为聪明，设计点小花招就把孩子的问题给蒙混过关了的父母要好上太多了。

有些孩子早早地就很有性经验了，而有的则接触得过早，这样的孩子往往长大后就不再对性感兴趣了。所以说，父母做爱时一定要尽

可能地避免让孩子撞见，这对孩子来说是很有益的。要是情况允许，最好也不要让孩子与父母同住在一个房间里，更好的是，连同一张床都不一起睡。此外，出于同样的原因，家里的兄弟姐妹最好也不要共用一个房间。孩子的父母还须注意自己的小孩有没有行为上的偏差，另外，外在环境对孩子有没有什么影响，也是需要予以关注的。

说到这里，有关性教育的几个要点问题也就都讨论过了。这方面的教育与其他的教育一样，关键就在于家庭，我们需要给孩子一个相互合作，且互为友好的家庭氛围。当孩子在家能够体会到合作精神，又从小就接受自己的性别角色，同时还建立了男女平等的观念，那么他就已经做好了准备，能够克服今后所要面对的种种危机了。重要的是，这样的孩子已经有了一个健康的心态，并准备好了自己，那么他就可以自然地应对人生中所要去做的那些工作。

第十二章 教育者的使命

父母和教师在对孩子进行教育的时候，应尽可能避免受各种原因的影响，而使自己感到心灰意冷。切不可出于付出却没有相应回报的原因，就打不起精神来；也不要因为看到孩子态度冷漠、淡然，或是只给予我们被动机械的回应，就做出将会失败的判断。另外，也万万不能让自己被迷信的说法所蒙蔽，认为孩子出了问题是因为遗传的缘故。在激发孩子的思想及潜能方面，个体心理学家认为，应倾尽所能地去帮助每一个孩子，给他们适当的教育，让他们获得勇气与信念。应让孩子明白，困难并不是跨不过去的“坎”，只要能够勇敢面对，努力去解决，都是可以顺利迈过去的。尽管不是所有的努力都会以成功收尾，很多时候，我们已经尽力了，却不能收获理想的傲然成就，但还有不少成功的例子，可以弥补我们所付出一切。接下来，我们就举例加以说明。

这是一个关于十二岁的男孩的事情，他如今正在上小学六年级。尽管成绩较差，但他却不以为意。他截止到目前的人生经历，其实是非常不幸的。由于患有佝偻病，他在学会走路的时候，已经三岁了，而接近四岁的时候，才能够说出一些很简单的词句。到了四岁，他随母亲到了医生那里，结果被告知，他的这种病是不可能治好了，可母亲听了，却并不相信。于是，又把孩子带到了儿童指导学校，让他在那里学习，但那所学校却没能让他改善多少，孩子还是成长得非常慢。等到男孩六岁的时候，家人认为他可以正常到小学去，因此，就送他进了一所小学。一开始，由于孩子在家有人能帮他进行课外辅导，所以一二年级的考试也就都顺利过关了。而后，又勉强上完了三四年级。

这个男孩不论是在学校，还是在家，情况都是一样的：由于比其他学生都懒散，所以在校期间，就成了众人瞩目的对象。他无法与同学友好相处，而同学们也会常常笑话他，比起其他人，男孩总是看上去更胆怯一些。他会发牢骚说，自己老是会走神，没办法专注地听讲。在班里，和他比较要好的只有一个人，男孩很喜欢这个朋友，也常与他一起出去走走。可除了这个朋友，他觉得其他同学都让人讨厌，他也跟他们玩不到一块去。男孩的老师会责怪他，说他数学成绩

太烂，写作方面也不怎么样，不过老师也还是相信他是有能力的，和其他同学一样能考出好成绩。

回顾这个男孩子过去所经历的一切和他都能做什么事情，我们就能看出是怎么回事了。显然，在诊断时就出现了错误，而人们又在此基础上想要治愈他。结果，对孩子而言，一直都承受着深深的自卑感，并始终忍受着自卑情结所带来的心理煎熬。这孩子上面还有个哥哥，他的哥哥却一直都诸事顺遂。父母会对人说，他们的这个孩子在学习上根本就没怎么努力，轻轻松松地就念上中学了。既然父母觉得他哥哥无须用功就能掌握知识，那么孩子自然也很受用，并且以此来作为炫耀的资本。但事实再明显不过了，怎么可能有人不用努力就可以掌握什么东西呢？想必哥哥是因为上课的时候能够做到专心听讲，在课堂上就把听到和看到的都牢牢记住了，所以回到家自然也就不像那些不怎么用心听课的同学那样，还要再温习一遍了。

如此一来，在弟弟和哥哥之间，就形成了巨大的反差。由于男孩子在能力上没有哥哥强，也远不如哥哥那么有价值，因此，在他的生活中，不免时刻都得承受这种压力。他总是能够听到有人骂他笨蛋或是傻子，因为母亲气急了的时候可能就会这么说他，而他的哥哥也是如此，对于这些话，他都已经听习惯了。男孩的母亲还表示，要是他敢违逆哥哥的话，就肯定会招一顿打，哥哥也会对他拳脚相加。于是，所有的一切最终就演变成了一个结果：男孩觉得自己没有别人那么有价值，同时，谨慎的生活也使他加深了对这一看法的印象。在学校，同学都戏弄他，而他的课业也总是频频出错，他认为自己没法专心听讲，种种困难都足以令他望而却步。孩子的老师会时不常地说，感觉他根本不属于班级，也不属于学校。这就难怪这个孩子会认定自己不可能摆脱当前的困局了，在他看来，这是避无可避的，于是，他也就相信了其他人的看法，并也认为那是对的。当我们看到一个孩子如此绝望，对将来也不抱有什么期望时，是很可悲的一件事。

这孩子的情况再清楚不过了，他已经丧失了信心。不过这并不是从他表象上看出来的。其实，刚开始与孩子进行会谈时，虽然我们已尽可能让这个过程中显得自如、放松了，可还是能够从他那苍白的脸上，以及发抖的身体语言里发现，他很没有自信。不过，真正使我们确认这一点的，还是他的一个细微的迹象，这引起了我们的注意。自然，我们清楚他如今已经十二岁了，却还是问了孩子关于年龄的问题，而他却告诉我们，他十一岁。答案与真实年龄不符，然而，我们

不能将之视作偶然，一般来说，每一个孩子都十分清楚自己多大了。对此，我们也曾进行过证实，每一个诸如此类的错误背后，其实都潜藏着问题发生的缘由。因此，在综合考虑了孩子往昔的生活史和这次的答复后，我们就有了这么个印象：他试图让自己退回到过去的自己。那时候的他，更为弱小，也更渴望获得他人的帮助。

如今我们手头已经握有关于这个男孩的一些事实了，通过这些就可以重塑并厘清他的整个人格脉络。这个男孩肯定自己的方式，既不是通过取得成就来肯定自己，也不是通过完成力所能及的那些他人交付的任务来认可自己的。而不论是他的想法，还是表现，都仿佛在向我们表露出一点，那就是他没有其他孩子成长得那么充分，而且，他自己也认为没有能力去跟别人争什么。在感觉上，他总是比别的孩子要落后一些，所以表现出来的，就是谎报自己的年龄。或许他可以用十一岁来做出回答，然而，在某些情况下，其实看上去更像是五岁的孩子。在他心里，一直都认定自己比别人矮一头，所以甚至会通过对自己的一切活动进行调整，以便与他的这种看法相匹配。比如，大白天这孩子也会尿床，还无法自主控制大便。从这些症状中，很容易发现男孩子更愿意把自己当成一个小孩子来看待。而事实也证明我们的判断没错，他对自己的过去十分依恋，要是真有可能，他肯定想回到过去的日子里。

在小男孩的家里一直有一个家庭老师，她在孩子出生前就已经来到了这个家庭，男孩出生后，这个老师总是能在他妈妈不能陪他的时候，接管母亲一职，于是，就与孩子有了紧密的关系，时常帮助和照料他。了解到这些，就有助于我们再多总结出一些东西。现在，我们对孩子往昔的生活已经有所了解了，所以，知道他早上不会喜欢早起，那要浪费掉别人不少的时间，因此，对于他赖床的问题，人们一说起来就感到心烦。我们可以给出这样一个结论：案例中的男孩肯定不喜欢上学。到学校对他来说就意味着，受到不能和同学友好相处的压抑，不认为自己能获得什么好成绩。如此，他怎么可能乐意上学呢？结果只能是不想在规定的时间内起床。

然而家庭教师的话却与此相反，她说孩子是愿意去学校的，而事实也是如此，男孩在最近一次生病期间，就强烈恳求家人让他回到学校去。不过，即便是这样，也并不与我们的结论相冲突。问题在于：这个家庭老师何以会产生错误的判断？其实，这种情况再明朗不过了，也非常有意思。当孩子处在病中时，就有“条件”允许自己表示

出自己的意思了，他说想回去上学是因为，他知道家庭老师会怎么答复他，她会说：“你已经病了，不能去的。”不过，他的家人却不知道，为什么会出现这种表面看上去很矛盾的情况，所以反而不清楚能为孩子做些什么了。而我们也曾多次注意到，男孩子的家人其实对孩子内心里真正的想法并不知情。

男孩的家人之所以把孩子带到诊所来，其实是源于一件事：孩子偷拿家庭老师的钱，用来买糖果了。发生了这样的事就代表，这孩子做起事来还像个很小的孩子。显然，用大人钱买糖果吃，是很孩子气的行为，因为只有那些年幼的孩子才会控制不住自己对糖果的贪欲，也才会做出这样的事情，同时，小小孩都缺乏对自身身体机能的控制力。从心理角度来解释这件事的话，就是这样的：“你必须得看管好我，不然我就淘气给你看。”对于这个男孩来说就是如此，他老是想设计一些情景好让别人为他操心，其实是他对自己太过缺乏信心了。就此，我们可以把他在家里和在校期间的情形做一对比，它们之间是有着明显的关联的。在家的時候，家人会关注他做了什么，但到了学校就不是这样了。还有谁打算让他改过来呢？

在我们见到这个孩子之前，人们一直将他看成是落后和差劲的小孩，不过，真实的情况并不是这样，他不应该被划归到这一类。只要他能够自信起来，就与其他正常的孩子无异，别的孩子在学校所能获得的成绩他也一样可以获得。这个男孩总是倾向于悲观地看待问题，尚未做什么努力就已经准备好可能会失败了。他在言谈举止中，无一不显得自信不足，关于这一点，他的老师也在提交的报告里说过：“注意力不集中、记忆力差、缺乏专注力、交友不多，等等。”显而易见的是，他肯定感到伤心失意，又没有有利于自己的客观环境，因此，想让他转变态度不大可能。

当个体心理问卷都答过之后，我们便开始了对此案例的咨询和探讨。在这个过程中，我们不单单要面对孩子本身，也需要和与他相关的人沟通。第一个谈话的对象就是孩子的母亲。她表示，早就已经不再对这个孩子抱什么期望了，能将就着让他毕业就好，还有就是，看看能不能最后帮他随便凑合找份工作。接着，我们又与孩子的哥哥进行了对谈，他根本看不上自己的这个弟弟。

现在回到有问题的这个小男孩身上，我们问他：“长大之后你想做什么呢？”当然，他给不出什么明确的回答，但有此一问还是有着特殊含义的。倘若一个孩子到了小大人那样的年龄时，还不清楚自己

未来想干什么的话，那么其中必有问题。事实上，确实有不少人最初的想象和之后所从事的工作不符，不过这没有什么要紧的，最起码，他们都曾有过希望，也为其所牵引。可要是孩子对于想要从事的职业连个具体点的想法都没有，那他很可能并没有对将来有什么思考，还活在过去的日子里，又或者，是在逃避面对未来，以及与之相关的一切问题。

粗看上去似乎这一点是有违个体心理学所阐述的基本理论的。之前，我们曾提及过孩子都会追求自我优越感，这是他们的特质所在。也曾一直想要表示，孩子都有意发展自我，想让自己比别人更好，并获得一定的成就。但如今在我们面前的这个孩子，却似乎并不能按通常意义上的情况去理解。这孩子不看未来只看过去，想要退回到幼小时期，让别人还像过去那样呵护他。对于这样的情况，我们又该如何解释呢？

每个人的精神生活背后，都有其之所以会形成的复杂原因，它并不是天生的，也不全是自主性的。所以，我们要是以单纯而幼稚的解释去解读复杂的精神状态的话，就会在判断上出现错误。有些情况看似复杂，但其中却包含着不少奥妙，假使我们打算辩证地解开谜团，就有可能朝着所要辩证的东西的反方向走了。就拿这个案例来说，孩子所追求的，是回到自己过去的生活，唯此，才能使自己显得很重要，而相应地，地位也会提高，同时，也更能让他有安全感。但这么来解读案例的话，就容易让那些对孩子的情况不了解的人，无法透彻地理解，也容易在思想上产生混乱。其实，男孩想要回到过去的生活，是有一定的道理的，尽管听上去可笑点。这样的孩子会认为，自己在年龄非常小的时候，尽管十分弱小又没有能力做什么，可在那个时期，却比后来的任何时候都要强大，也更有支配权。他缺乏自信，怕自己什么事情也做不好。对于这样的孩子，我们还能有什么期待呢？人们根本不会对他有什么要求，也不指望他主动寄希望于未来。他会逃避所有的考验，也不会真正面对那些能够测试出他现有能力的处境。所以也就没有多少空间能够活动了，而既然他的活动范围已经如此受限，人们自然也就不会过多地要求他什么了。从这一点看，对孩子来说，能够获得别人认可的部分也就相应地只有这么一点了，而且还是获得他作为幼儿时处在弱小状态下，他人所能给予的那种认可。

针对这孩子情况，我们需要和不少与孩子密切相关的人进行面谈，包括：老师、母亲、哥哥，除此之外，也有必要见到他的父亲，当然还要和我们的同事聊聊。然而不管怎么说，这都是一系列复杂的对话，需要沟通和商量的地方又会涉及不少的工作，然而，要是孩子的老师能够加入进来的话，就容易得多了。不过，虽然不是什么办不到的事，却也没那么容易。因为当前还是有不少老师总抓着老一套、老思想不放，对心理分析了解不够，认为依靠心理分析去解决问题很奇怪。他们怕一旦做心理分析，也就代表着他们发挥不了什么作用了，又或者，有的老师会认为，这将阻碍他们的正常工作。当然，情况并非如此。学习心理学并非一朝一夕就能掌握的，它需要人们踏踏实实地做研究，以及不停地加以实践。不过，要是有人在看问题的时候，本身观点就是错误的，那么心理学也帮不上多少忙了。

对于从事教育的人来说，尤其是作为老师，宽容和耐心都是必须具备的素养。此外，要以明智的态度敞开来对待新出现的一些心理学观点，就算是某些观点和人们通常理解的不一样，也是如此。在当今社会，对于老师的意见，我们并没有权力去横加反驳，但要是困难情况下，又该如何处理呢？以我们的经验来看，碰上类似的情况，就必须及时给孩子换个环境了，让他离开困局，改上别的学校，这是他唯一的出路。这么做的话，就不会给任何人带来伤害，因为大家都不会知道到底发生了什么，而对孩子来说，也不用负担什么了。等到男孩投入新环境，就会努力用功，以此来应对那些他人的反感或是嘲笑。关于后续情形是如何安排处理的，就比较复杂了，在此不过多解释，而这里面当然有很大成分取决于他的家庭环境。也许每种情况都应当有其对应的处理方式。要是老师们都能够多了解一些个体心理学的话，就比较容易理解此类情况的学生了，也就能够及时地发挥作用，给孩子更多所需的帮助。

第十三章 关于父母的教育

关于本书，我们在前面已经多次指出，它是用来给父母和老师阅读的，使这些从事教育工作的人能够借以了解儿童的精神心理，并从中获益。在上一章，我们通过分析小男孩的例子得知：不管是父母出于保护来教育孩子，还是老师通过帮助孩子成长来教育他们，都是不违背主旨的，因为教育的关键，就在于使孩子得到正确的指导。在这里，我们所指的教育并非传授科学知识，而是要着重指出教学之外的那种教育，即：发展孩子的人格，对其人格进行培养和训练，这才是至关重要的教育内容。在教育孩子方面，尽管老师和父母都做出了自己的努力，孩子的父母负责补足他们在学校所学不到的东西，老师则负责纠正孩子们在家境中所形成的一些问题。不过，处在当前的社会背景及经济环境下，生活在大城市里的孩子，基本上都是由老师来主要担负起孩子们的教育责任。对于孩子的父母来说，不像老师那样有条件接受新的教育理念，而老师这个职业本身，就决定了老师对教育孩子方面比他们的父母更感兴趣。倘若父母能够多在教育孩子方面配合老师和学校，那自然就再好不过了。不过，个体心理学还是把希望更多的寄托在了老师和学校方面，即：希望他们能够通过教育，使孩子更好地适应未来的生活。

在老师进行对孩子的教育工作中，难免会碰到与家长发生冲突的时候。特别是当孩子出现了什么错误时，老师就会以纠错作为前提来和父母进行交流，这样就会使父母认为，自己在教育孩子方面是失败的，因此，也就免不了会发生冲突了。而从某种意义上而言，父母确实容易把老师希望让孩子改正错误的工作，视为自己失职的缘故。老师应该如何在这种情况下来解决与孩子父母之间出现的这种冲突关系呢？

现在就让我们来专门探讨一下这个问题。在这里，我们自然是站在老师的视角来讨论的，因为，他们得把家长的问题当作教育上的心理问题来对待，并予以解决。已经当上父母的读者，还请不要因为看到如下观点的时候动怒，这是专门为那些认识不到位的少数家长所提供的建议。

有不少老师反映，与问题儿童沟通起来其实没有跟他们的父母沟通困难。事实上，这就表示，老师需要用一定的技巧来开展对孩子父母的说服教育工作。每一个老师应在交流前就先预设一个前提：对于孩子的不良表现，他们的父母是不用担什么责任的。因为，他们几乎都是按照一贯传统来做的，既不是专业的教育从业人员，又不懂得灵活运用教育手段，所以，当被叫到学校孩子的问题时，就不免认为自己好像罪犯一样，受人指控。这时候，他们的心里肯定不好过，尽管更多的是来自于内疚心理，可即便如此，老师还是应该用巧妙的方式来对待家长，他们也理应受到这样的待遇。老师应在这个时候令孩子的父母放松下来，能够心平气和、友好地配合老师的工作，并在态度上，流露出愿意出力帮助解决问题的意愿，让他们感觉到老师希望能够得到家长真心实意的支持。

我们不能因为有足够的理由责备孩子的父母就真的这么去做，应当与家长一起配合工作，尽可能地去劝服他们，放弃以往的态度转而愿意使用我们的方式来教育孩子，这样，我们的教育工作才好进行下去并得到好的收效。相反地，直白地告知家长，他们过去的教育方式是不对的，这么做无补于事。当前最为重要的，还是得尽可能地让家长同意用新的教育方式来教育孩子。但要是说他们做得不对、不好，那就事与愿违了，家长会因此而感觉到自己被冒犯了，从而拒绝与教育者配合工作。按照常理而言，每个孩子都不会毫无缘由地犯错，发生了问题，就代表不是一朝一夕形成的。其实，家长也会觉得自己在教育孩子的问题上会有所疏忽，不过，我们却不能因此而让他们觉得，我们的看法也是这样的。在与家长进行沟通时，我们应尽量避免使自己的言语教条化，倘若需要提建议，也不能太过权威化，或是使用命令式的口气，应该多用：也许、可能、大概这样的字眼，还可以这么说“或许可以试着这么做”……此外，我们最好也不要直白地告诉家长，错出在哪儿了，以及如何处理才对，不要让家长因此而觉得我们是在强加于人。不过像这种巧妙处理问题的技巧，肯定不是每一位教师都能够运用的，因为人们需要经过时间和经验的累积才能够达到这样的效果。富兰克林在其自传中曾写过一段文字，跟我当前所要表达的思想一致，这很有趣。他是这样写的：

我的一个贵格会[\[2\]](#)的友人出自善意告诉我说，大家都觉得我是个傲慢的人，而这在我的言行中总会时不时地显露出来；当我跟别人一起探讨问题时，光是满足于自己是正确的还不够，老是一副不可一世的样子，不把别人的话放在眼里。他还列举了一些实例来说服我相

信。于是，我就决意要把他所说的毛病都给改正过来，当然，实际上我的缺点可不光这一条。随后，我在自己列出的清单上，补充上了“谦卑”这一项，在这里，我所指的是它在广义上的意思。

我还不能夸下海口说我其实已经造就了这种谦卑的美德，可至少从表面上看，我已经很像那么回事了。我给自己定了一个规矩，让自己必须不直白地反对他人的意见，也不对自己的意见表示出绝对的肯定。甚至，我还会按照古老的政务律法所要求的那样去做，绝不在言语上使用“肯定”“毋庸置疑”这种带有绝对、不容更改意味的词汇，而改用“我想”“我感觉”“依我之见”等字眼来说明自己的想法，至少我觉得现在就是在这么做了。要是有人说出了什么我觉得是不对的观点，也不会冲动行事，而是控制住我自己，不立马得意地加以反驳，告诉对方他在哪里说错了，有多无知。当我需要对他的问题做出回答时，就会这么说：他的说法要是放在某情况下、某类型的场合里，的确是对的，可按照当前的形势来看，似乎不太适用，诸如此类。没过多久，我发现自己确实能够感受到，改变说话的方式给我带来了怎样的益处了，在与别人谈话时，也比以往更加愉快而顺利。人们更容易接受我用婉转而谦卑的方式所表达出的看法，反对的人也少了很多。对我来说，即便有什么见解被人证明是不对的，也不觉得很受屈。不过，要是恰巧我说出了正确的看法，也会比以往更容易使对方改变自己的错误理解，转而对我说的表示认可。不过，要是我恰好是正确的，也就比较容易让人更靠近我的观点而放弃自己原有的那个错误的观点了。

在我最开始使用这种谦卑的方式说话时，觉得备受压抑，因为这与我自然流露的本性不符。然而，慢慢也就习惯了，久而久之也就不觉得压抑了，也许人们在这过去的五十年中，谁都没有再听过我用教条式的口吻说过话。依我看，正是出于我养成了这样的习惯才会如此，当然，这也要归功于我刚正不阿的性格。这一习惯使我在早年间能够很好地让我的同胞乐于听取我的提议，同意建立一个新的体制，随后，又在我当上了众议院的议员后，让我的影响力那么深远。事实上，我在演讲方面是很拙劣的，没有好的辩才能力，在考虑措辞上，也总是犹豫不决，表达得也不怎么精准。可即便是这样，人们也还是通常会对我提出的观点表示认同。

人们在现实生活中都会自然地流露出自己的情感，而骄傲是其中最难调服的。它总是会常常显露出来，虽说我们能够让它改头换面、

把它压制下去，或是掐住它的喉咙不让它表态，但就是怎么也不能消灭掉它。这样的情况，你们怕是在历史中也看到不少。所以说，即便我认为我已经确实将骄傲的情感给全面调服好了，可仍旧会为我如今的谦卑而感到骄傲。

这里所引述的富兰克林的话当然不能适用于每一种在生活中发生的情况，我们不能勉强什么人这么做，也强求不来。不过，我们还是可以通过富兰克林的见解明白：在他人表达出观点之后，我们不能不分时间、不分场合地以盛气凌人的态度加以反驳，这么做也根本是徒劳无功。在生活中，情况不同就要用不同的规律来与之匹配，没有一种规律能同时作用于各种情况，而运用规律时，也只能控制在某些范围里，否则也是不适用的。不过，在某些场合下，也确实适宜使用强烈一些的言辞。不过在这里，我们还是要考虑家长们的情况，他们有的正处在忧虑当中，这已经够让他们觉得屈辱的了，而如今，还要为了孩子再承受更多耻辱。老师们所要应对的就是这样的一群人，而我们要是没有他们从中配合，也什么事都办不成，所以，考虑到这一实情，事情也就很明朗了。我们只有采用富兰克林的方法才能切实帮助孩子，这也是唯一符合逻辑且适用于我们的法子。

情况既然如此，这时候再证明自己是正确的，或是去彰显自己的优越，已经不重要了。在展开教育工作的过程中，障碍难移是肯定的，少不了有困难在等着我们处理。不少家长是听不进去劝的，老师一说，他们就会动怒或是感到惊讶不已，有时在态度上，也表现得很不耐烦，或是带有敌意，因为他们认为，是老师把自己和孩子给摆在了如此尴尬又恼人的境地。这样的家长常常不愿意面对现实，也不认真看待自己孩子的问题，只是偶尔管管孩子。如今，却被人强行给拉到现实面前，不得不眼睁睁地看着哪里出错了，这可不是叫人愉快的体验。不难想象，若是老师用匆忙或是突然的方式对家长谈及他们的孩子，又或是用一种激动的情绪对家长传达孩子的问题，就几乎不可能争取到家长的配合了。有些家长做得可能会更过火，会对老师大发脾气，结果，面对这样的情况，老师也就很难再接近他们了。要是出现类似的情形，作为老师，最好能对家长说明一点：在教育孩子的工作上，没有家长从旁协助是做不好的。要是能把家长的情绪给稳住，让他们平静下来，并最终可以以友善的态度来交流的话，那就太好了。我们还须谨记：不少家长一直以来都受限于传统的那种腐朽的管教方式，而突然叫他们破除传统观念，他们又怎么能一下子适应得了？

比方说，父母十几年来对孩子说话就是非常严厉，还老臭着一张脸，而他们的孩子也因此而被毁掉了自信。如今，让他们突然改换另一副面孔来对待孩子，并与之和蔼可亲地交谈，怎么做得呢？甚至，我们也可以这样说，要是父母对孩子的态度骤然变好了，孩子也不会那么快就相信这是真的改变，是父母真心实意要做出改变，反而会觉得父亲的这种转变一定是有什么阴谋，而随着时间的累积，他才会慢慢重新信任自己的父亲。

这在那些高级知识分子中也不鲜见。有一位在中学任职的校长，在对待自己的儿子时，总是没完没了地批评孩子，挑他的毛病，结果，孩子因此几近崩溃。在我们与这位校长沟通过之后，他也认识到了自己的问题。但回去之后，却滔滔不绝地以刻薄的口吻跟孩子说了一大堆的道理。这位校长总是冲孩子大发脾气，有时是因为孩子太过懒散，有时是因为做了让他感到厌恶的事，总之他发起脾气来，什么难听刻薄的话都说得出来。而一个从事教育工作的校长都会有如此表现，就更不要说普通的家长了。有些家长从小听到和看到的都是僵硬而死板的教管方式，动不动就用皮鞭来教训犯了错误的孩子，要使这样的家长在短时间内就改了性子，其难度是可想而知的。老师在与孩子的家长进行沟通时，应当采取一些必要的手段，只要巧妙而圆润的方式行得通，就可以付诸实践。

在作为社会底层的贫穷家庭，一般都会以“皮鞭式”的方法来教育孩子，这是非常普遍的现象，我们必须牢记。如此，就会出现这样的情况：孩子在学校，老师会对他进行一番批评教育，而回到家，还要面对父母的皮鞭。结果，老师的一番苦心就被孩子家长的皮鞭给抽打光了，而这早就是司空见惯的事，着实可悲可叹。如此一来，孩子就可能因为犯了一个错而承受两回处罚，但依我们来看，犯了错的孩子惩罚一次也就足够了。

对孩子施行双重处罚，我们都清楚后果将会非常严重。举个例子来说，一个孩子必须将自己糟糕的成绩单交给家长，但他担心自己会因此而受到责打，于是就没有这么做，可他怕这样一来又会在回到学校之后受到老师的责罚，然后，就选择了逃学。又或者，他仿造父母的签名在成绩单上做了假。对于这类事情，我们决不能小觑，也不可以忽略掉，应综合考虑孩子的实际问题，以及他身处的境况来考虑他的错误。在处理孩子的问题前，应该先扪心自问：要是我见到他就直白地说出他的错误，这会带来什么样的影响？孩子对此的反应会是什么？

么样的？这么做了之后，我又有多少把握可以帮到他？他有这份承受力吗？他能通过这样的方式得到对自己有益的教训吗？

我们都清楚孩子在面对困难的时候和成人有着很大的不同，因此，当我们进行再教育的时候，应当小心谨慎地采取行动，倘若我们打算为孩子重新构建起他的生活模式，那么此前就得心中有数，确定自己的行为真的能够生效。只有从始至终都全面考虑问题，并在判断上保持客观的人，才能在对孩子进行教育和再教育时能够确认自己可以达到预期的结果。对于教育工作者来说，必须得有实践精神和毅力，还得同时坚定地秉持这样的信念——不管情况如何，我们总能找到挽救孩子的方法。首个重要的方法就是，遵循一个古老而被一直奉为铁则的规律——要想再次振作起来，就必须趁早。只有那些将孩子视为完整的统一体，将孩子所表现出的征兆当成是组成这个统一体的一部分的人，才能真正做到理解和帮助孩子。相反地，那些惯于主抓某一孩子的征兆，然后用死板而僵化的方式来解决的人，是不可能比前者做得更好的，要差劲得多。就好比那些一看见孩子做不好功课就报告给家长的老师。

如今时代已经发生了巨大的变化，在教育领域，我们正在进入一个新思想、新方式、新发现不断涌现的新时代。那些旧有的传统观念和教育方式及腐朽的习气正在慢慢被科学所淘汰。知识量扩大了，老师要担负的责任也就更重了，不过相应地，也可以对出现在孩子身上的问题了解得更为深入，并因此而获得更多足以帮助他接管孩子教育方面的能力，这也算是得到了一定的补偿。最关键的一点，老师们要牢记：不能脱离孩子的整体人格来单看其某个行为方面的表现，这是没有意义的，而只有将孩子的单个行为与其整体人格统一起来研究，才能真正理解，这孩子为什么会出现某个行为上的表现及其背后所含的意义。

附录一 个人心理问卷

这篇问卷调查是由国际个体心理学家协会所拟定的，可供那些有意了解儿童和帮助儿童的人所使用。

1. 发现孩子存在问题是在什么时候？他在暴露出自己的缺点时，处境如何？（包括心理上的和其他方面的境况）

对于这一问题，应对如下情况予以重视：环境上的变化、开始上学、家里添了新生儿（弟弟或妹妹）、孩子哥哥或姐姐的情况、在校期间遇到的困难、更换老师、转学、身患疾病、父母离异、父母再婚、有家人离世等。

2. 在孩子的问题暴露出来之前，心理和身体的缺陷是否存在，特点是什么？包括：在吃饭、着衣、洗澡和睡觉时有害羞、内向、马虎、蠢笨、嫉妒、羡慕和依赖等特征表现出来吗？是否怕孤独或是怕黑？对自己的性别角色是否了解？表现出的性别特征属于一级、二级，还是三级？如何对待异性问题？对自身性别角色的了解程度如何？属于继子、私生子、养子，还是孤儿？养父母对他如何？是否能与父母进行沟通？学习说话和走路是否顺利？过程中是否遇到难题？换牙期间是否顺利？有无阅读、写字、唱歌、游泳时期产生的显著问题？对父母、祖父母或保姆有无依恋感？

对于这个问题，判断的关键在于：孩子对所处境遇是否存在敌视的情况；找出孩子形成自卑心理的原因；孩子对困难是否有回避倾向需要加以核查；孩子有没有显露出以自我为中心和过度敏感的心理特征。

3. 孩子是否总是带来麻烦？最怕什么？最怕谁？晚上睡觉时有没有惊叫的情况？是否尿床？是否对弱小或更强壮的孩子武断专行？有无与父母同睡的渴求？是否在行为举止上显得笨拙？有无佝偻病？智力水平如何？别人是否总是笑话或戏弄他？在发型、服饰、鞋袜等方面有无虚荣心的体现？是否常咬指甲或抠鼻子？吃东西时，有无显露出贪婪样？

在这个问题上，了解孩子对于追求自我优越感是否有信心，将会极大地启发我们。此外，还要知道孩子有没有因为偏执和固执而阻碍了自己按照本意来做事。

4. 孩子是否能与别的孩子轻松交友？是否有耐心对待人和动物？有没有打扰和虐待人和动物的表现？是否爱搜集东西？有没有吝啬和贪婪的表现？在孩子中是领导类的人吗？是否有孤独倾向？

通过如上问题，可以检测出孩子的交际能力，以及他灰心丧气的程度如何。

5. 综合上述问题来考察孩子的这些情况：在校期间的表现情况如何？是否喜欢学校？是否按时上学？返校时有无兴奋情绪？上学是否匆忙以对？有无忘记带书本、作业和书包的情况？在投入练习和进入考场前，有无紧张和情绪激动的情况？是否不记得完成作业？是否拒绝完成作业？是否肆意浪费时间？是否懒惰？能否做到专注？是否扰乱课堂纪律？怎样看待自己的老师？在对待老师时，态度是否冷漠、挑剔、傲慢？在课业方面，是否有主动寻求同学的帮助的表现？是否只是被动接受别人的帮助？对体操和运动有无兴趣，强烈吗？对自己如何看，是自认为比不上他人，还是完全比不上？常会看书吗？偏爱何种读物？

借由如上问题，我们就可以清楚孩子在学校这个实验所里所暴露出的问题，以及他有没有做好应对学校生活的准备，还有困难来临时，他会以怎样的态度来面对。

6. 了解孩子的具体家庭信息：有无酗酒的家人？是否有家人存在犯罪倾向？家里有无病人或身体虚弱者？有无患有精神疾病、梅毒和癫痫等病的家人？家庭经济水平程度？有无亲人死亡？家人去世的时候，他几岁？是否为孤儿？谁在家里掌权？家里管教严厉苛刻吗？家人对孩子的态度如何，挑剔批评还是放任不管？孩子是否因家庭环境而恐惧生活？家人对孩子的情况是否关注？

对孩子的家庭情况进行考察，了解孩子对家庭的态度，有助于我们弄清楚孩子因此形成了怎样的印象。

7. 在家庭中，孩子的地位如何？是家里的长子、最小的孩子，还是独生子女，是家里唯一一个男孩子还是女孩子？有无子女间的竞

争？有无众多子女哭闹的情况，彼此之间是否有看笑话的行为出现？是否强烈地表现出有意贬低羞辱他人的倾向？

如上问题至关重要，可帮助我们了解孩子的性格是怎样的，并使我们能够理解孩子为什么会以这样的态度来对待他人。

8. 对于自己将来所要从事的职业，孩子是怎样想的？看待婚姻的态度如何？家人的职业情况？父母的婚姻生活情况？

我们可以就如上问题的答案看出孩子有没有信心和勇气迎接未来的生活，并做出最终判定。

9. 孩子最喜欢玩什么游戏？最喜欢什么故事？对哪些历史人物和文学人物感兴趣？是否爱打扰别人玩游戏？有无丰富的想象力？能否冷静地对问题加以思考？是否爱做白日梦？

从如上问题中，我们可以了解孩子是否更希望能在现实生活中里做个英雄式的人物，倘若他的行动存在着自相矛盾的地方，就表示这个孩子缺乏勇气。

10. 孩子的早期记忆是什么？是否有规律地做飞行梦、坠落梦、浑身不能动弹的梦、追不着火车的梦，等等？是否能够清晰地回忆起自己的梦？是否在梦里感到焦虑？

从这些问题中，我们可以看出孩子是否承受孤独，是小心谨慎还是充满野心。此外，还可以了解孩子是否对什么特别的人及某类生活情有独钟。

11. 孩子主要在什么方面感到灰心丧气？自认为别人在忽视他吗？是否对他人的关注和表扬做出及时的回应？有无迷信思想？是否逃避困难？是否乐于尝试各类事物却没常性？有无对将来的具体计划？对于遗传，是否相信会有不好的影响？会为周遭的所有人事而感到灰心失望吗？有无悲观的人生观？

孩子是否已然失去了自信，是否做出了错误的选择，在偏离正轨的方向上发展，通过如上问题的答案，就得被证实了。

12. 孩子是否爱淘气耍花招，比如：扮鬼脸、装傻充愣、装小孩子和出洋相，等等？

出现此类情况就意味着孩子想要让他人关注他，并有使自己表现得勇敢一点儿的意愿。

13. 孩子是否存在语言方面的缺陷？长相如何，是美还是丑？长相上显得非常俊朗吗？身材如何，很胖还是瘦高？身体的比例是否协调？脚部有畸形吗？膝盖畸形吗，向内弯曲或是有罗圈腿？是否身形矮小？眼耳是否存在生理上的异常表现？心智发育是否延缓？是否为左撇子？晚上睡觉时是否打呼噜？

孩子往往会特别看重自己所欠缺的东西，因而对自己缺乏自信。即使是长得好看的孩子也不免会在成长的过程中变成了问题儿童，他们相信不用努力就可以得到成就，也就错失了历练自己的机会，使得将来在应对生活时没有足够的准备。

14. 孩子是否常表示自己没有能力，比不上其他人？是否在学业、工作和生活方面心生怨怼，觉得自己没有天赋？是否有过自杀的想法？从时间上看，他给别人带来麻烦的时候是不是就是他遇到失败的时候，这两者有无关联？是否对外在的成功很在意？有着怎样的性格特质，顺从听话、固执己见，还是恣意妄为？

这些问题能够体现出孩子是否已经到了非常失望的境地。当一个孩子难以摆脱困局时，就会明显地表现出这些征兆。之所以会遇到“坎”，部分原因是他尽管很努力却没有收到理想中的回报，部分原因是他周遭产生关系的人并不了解他的情况，可他在心内里还是会渴求追逐优越感的，因此，会以此为出发点去另觅更为简单快捷的发展方向。

15. 找到孩子的一些成功事例。

通过了解孩子们业已取得的成功，我们就能从中了解到重要的信息，即：他当前践行的发展方向很可能与其真正的兴趣所在、意愿及所受到的训练和培养并不一致。

在对孩子提出上述问题时，不论是以固定的顺序来问，还是按照程序上的顺序来问，都是不恰当的。在抛出问题的时候，我们可以用

谈话的方式来灵活把握。等到孩子回答完问题之后，我们就可以根据答案来判断其真正的性格了。我们将会认识到，孩子并不是必然会遭遇失败，而是存在可以理解的地方的，所以，应该对其报以耐心和宽容的态度，用友好的方式来解释他们在问卷调查中所显露出来的错处，并为他们一一进行详细的解说。值得注意的是，不要在谈话的过程中夹带哪怕是一点点攻击性话语，也不要威胁吓唬孩子。

附录二 五个孩子的案例及评析

案例一

这是一个男孩，十五岁，独生子。家里的生活还算舒适，这是其父母辛勤工作挣来的。为保证这个孩子的健康成长，他的父母一向谨小慎微。母亲为人善良，但性格软弱，动辄哭泣。断断续续地费了很大劲，她才把儿子的情况介绍完。根据她的形容，我们所不认识的孩子的父亲，为人诚实，有旺盛的精力；而且很自信，热爱这个家庭。小孩嘛，难免不听话，而父亲会在此时告诉他说：“为了避免你将来铸成大错，我现在只好压制着你一些。”强迫儿子按照规矩做事，就是他所谓的“压制”。孩子做错事，他的惩罚方式一般都是暴力体罚；在教育孩子这件事上，他并没有花费多少心思。然而，孩子年幼时就表达他的反抗了。比如，他渴望成为家里的主人。那些被溺爱的独生子，经常有这种欲望。这个孩子的反抗倾向也过早流露出来了，并且，他总是不愿服从，除非父亲最后动手打他。也就是说，这一倾向逐渐形成了不听话的习惯。

爱说谎这种性格特征，对此类小孩来说是必然要形成的。说谎是他避免被父亲重罚的办法，而母亲也确实忧心他的这个缺点。这个十五岁的孩子，什么时候在说谎，什么时候在说真话，他的父母居然从来不曾分辨出来。关于这个孩子的情况，我们进行了更详细的询问，得知他曾有一段时间生活在某一教区的学校里。这个小孩不服管教，课堂秩序经常因他而乱作一团，学校的教师也这样抱怨，比如说，他会在老师提问之前大声回答，或者故意提问以打断老师的讲课；课堂上，他提高跟同学说话的嗓门；本已是个左撇子，他在写作业时又写得潦草，以致看不清写的是什麼。最后，他的行为越来越恶劣，别人再也无法容忍了。由于害怕父亲，他撒谎以逃避责罚。刚开始，父母还是决定让他留在学校，但很快，由于老师们认定无法再教这个孩子了，他们只好带他离开了学校。

老师也承认，这个小男孩外表十分活跃，智力发育良好。读完公立小学后，要升入中学了，于是他参加了升学考试。母亲一直在等着考试结果，他考完后告诉母亲通过了。听到这个消息，家人都很高

兴。那个夏天，他们是在乡下度过的，而男孩经常在家人面前说他关于中学的畅想。总算开学了，他就打点好书包去上学了。每天的午饭他都回家吃。他的母亲有一天陪着他走在路上，走进街道时听到一个男人说：“就是那个男孩，今天早上就是他给我指的路。”于是她问儿子：那男人为什么会那样说，今天早上究竟有没有上学去。男孩的回答是，他之所以会遇到那个男人并领到车站，是因为早上十点钟就没有课程了。这个回答没有让母亲满意，母亲过后把这件事告诉了孩子的父亲。父亲决定第二天和儿子一同去学校看看。原来，儿子并没有通过入学考试，也没有进入中学；为了打发那些日子，孩子都在街上闲逛。这还是他经过第二天在去学校的路上反复追问才知道的。

后来，父母为他请了一个家庭教师，并最终通过考试进入中学。但是，课堂秩序还是会经常被他扰乱，也就是说，他完全没有改进自己。并且，他开始学会偷东西了。他偷了母亲的钱，被追问时编造许多个谎言，最后才承认是他偷的，不过那也是因为家人威胁着要报警。

这个可悲的例子，是关于忽略孩子教育问题的。“我儿子是无可救药了”，这就是那个当初自以为能够管制住他的自负父亲如今对儿子的定论；孩子的父母都说，现在，不理睬是他们唯一对孩子的惩罚，而不再体罚他了。

母亲被问到“孩子惹麻烦的情况是从什么时候开始的”这一问题时说：“一出生就这样。”我们可以从这种回答中得到这样的暗示：孩子生下来就是要做出不良行为的，要不然为何父母用尽法子都无法管教呢？

男孩的烦躁不安，在幼儿时期就表现出来了；他的哭叫声不分白天黑夜。但他很正常，非常健康，这是所有见过这小孩的医生的共同评价。

这情况乍一看很简单，实则不然。幼儿总是会哭叫的，这不值得过于奇怪。有很多原因导致小孩哭叫；如果孩子是独子，母亲再缺乏这方面的经验，原因就尤为复杂。母亲可能不知道的是，一般而言，孩子哭闹是因为尿湿自己了。母亲是怎样处理小孩的哭闹呢？轻摇地抱着他，并让他喝点什么。其实，找到哭闹的原因并把孩子安顿舒服，才是她应该做的事。处理过后，孩子自然不再哭闹，过多的理会

也是不必需的。而且，这样一来，关于小孩的这一不良记录也就永久抹除了。

根据他母亲的反映，在正常的年龄，孩子学说话和走路都不是特别费力，并顺利地度过了长牙期。他还有玩过玩具就毁坏的习惯。不能从这习惯中得到孩子品行恶劣的提示。母亲的另一句话“他甚至不能在很短时间内单独玩耍”，才是值得注意的。母亲要给孩子单独玩耍的时间，这是训练孩子这一行为的唯一方法。而且，大人不能总是在小孩单独玩耍的时候理会孩子，那样会给他带来干扰。从这位母亲所说的来看，我们怀疑她在这一点上是失败的。比方说，她总是在为孩子做这做那，一个劲在忙，孩子一步也离不开她。母亲的爱护总是孩子们所渴望的，最早留在男孩心灵中的印记，就是他的渴望和企图。

小孩从没有独处过。

很明显，母亲是在用这样的话给自己辩解。

他从没有安静地独处过，甚至到了现在也不喜欢那样，即便短短一个小时也不行；夜晚的时候就更不要说了。

这小孩对母亲的依赖很深很紧，证据就在这里。

过去，他什么也不怕，他现在也不知道什么叫害怕。

这是一句不合心理学常识的话，违反了我们的研究发现。至于如何解释，我们对事实进行了深入检查后得知：他不感到害怕的理由是，他从没有单独生活过。害怕对这种小孩来说不过是一种借口，他可以用来迫使别人陪着他。因为从未独处，所以没有理由感到害，但是，他一独处就会害怕。下面的说法，乍一看是自相矛盾的。

对于父亲的体罚，他倒是很害怕。难道说，他也有害怕的时候？然而，他很快就会完全忘记自己被父亲打过；虽然父亲有时会狠狠地打他，但他都会恢复往常的高兴和活跃。

在此可以发现，对于孩子，软弱的母亲无时无刻都会迁就，父亲则抱以严厉的态度，并希望纠正母亲；也就是说，两人在行为上已经形成不幸的反差。承受不住父亲之严厉的孩子，只好向母亲寻求庇

护。他所转向的那个人，是过分宠爱他的，他所需要的东西，可以轻松地从母亲那里得到。

教区老师也监护过这孩子，因为他六岁时进入了教区小学。人们在那时候关于他反映上来的情况，不是关于其学业功课的，而是抱怨其行为的：活跃好动、静不下来、注意力不集中。躁动不安是小孩的一个明显特点，这是他们实现获得他人注意的企图的最好办法。他母亲对他的在意，他已经习惯了，如今在学校里，吸引这个扩大了的活动圈子里的新成员的注意，成了他的新目的。这是学校老师所不了解的，但他们希望能够改正其行为，于是指名批评责备于他。但事实上这正中他的下怀。虽然代价颇巨，但他已经习惯了；他不会改变自己的行为，即便是在家里会遭到父亲的严重指责和体罚。而老师用以改变小孩旧习惯的手段，要温和多了，但那会有效吗？我们可以想象得到，那是不太可能的。他屈从，并回到学校，得到的补偿就是人们的注意，那正是他所要求的。

期望改进他的父母向他指出，大家都要在课堂上保持安静，这是为大家的利益。他们真的还具备常识吗？听到这样的陈词滥调，我们不禁产生了这样的怀疑。什么是对，什么是错，这男孩其实是知道的，这一点上跟父母没有差别。制造动静获得注意，正是他那种行为的目的，而保持安静是做不到的；要吸引别人注意，不能通过艰苦学习的方法，那太难了！因此，他的行为的谜团就在于他自己有这样一个目标。父亲的鞭子当然起到令他短时间内安静的威慑，但据他母亲说，他会在他父亲一离开之后立即恢复原样。他的行为和一贯作风，只会因皮鞭责罚而短暂中断，他的错误却不会随之永久改正。

他会发脾气，而且总是无法控制。

对一个全神贯注地吸引他人注意的孩子来说，达到目的的唯一办法就是发脾气。所谓发脾气仅仅是情绪和行为的一种有节奏运动，是小孩用来达成目标的手段。这孩子也是如此。发脾气对一个只想静静躺在沙发上的人来说，根本是不必要的。小孩的目的跟这种发脾气行为关系密切，这正是其中蹊跷所在。吸引人的目光正是此案中小孩发脾气的目的。

在学校里，他把从家里带来的各种东西换成钱，然后请客款待伙伴们。他已经习惯那样做了，而每天出门之前到处搜他一遍，就是父母发现这个问题后的应对办法。最后，他不再那样做了，转而在玩弄

同学骚扰他人上投入全部精神。后来，他也改正了这一行为，那是父亲严惩的结果。

依旧是渴望他人注意的愿望，导致了他的恶作剧行为；在他看来，学校的纪律拿他没办法，于是为了显示这一点而作怪，让老师惩罚自己。对我们来说，想清楚这些并不难。

虽然他越来越少捣乱了，但是时而会变本加厉地复发。学校最后开除了他。

我们的说法经此得到证实了。在努力博得他人认可的过程中，肯定会有很多障碍；对于要遭遇的困难，他也是心知肚明的。我们对他的心理活动的理解，还由于想到他是个左撇子这一点而更加清楚。尽可能躲避困难，是他一心所愿，但他总觉得处处都是困难，而又没有信心加以克服；突显自己以吸引他人注意的渴望，因其不自信的加重而加重。这些都是可推断的。终于，为停止他的作怪和捣乱行为，忍无可忍的校方开除了他。坚持合理立场——即绝不允许捣乱者扰乱其他人学习——的校方，除了把他逐出学校别无选择。但是，开除学生也是失当的，如果我们坚持应把纠正孩子缺点作为教育目标的立场的话。不过，在家里，母亲会相对容易地给他认可，于是，他自此不必非回到学校去不可。

值得注意的是，在一位老师的建议下，家人把男孩送入了一个儿童收容所，以度过假期。那里对他的管教更为严格。然而这一次尝试效果也不理想，男孩的主要监护人，仍然是他的父母。令孩子高兴的是，他每个星期天都可以回一次家，不过，他也不会因为不被准许回家而显得不愉快和烦闷。这不难理解：扮演一个坚强气概的男子汉，是他心中所想。哪怕被鞭打，他也从未发出抱怨，流泪这种事，是他所不允许自己发生的；他坚决不会违背自己的男子汉气概，就算事情变得再怎么糟糕都不会。

家庭辅导老师的辅导没有中断，他从未交出很差的成绩单。

我们可以从这一点得出他缺乏独立性的结论。老师反映说，若要让他取得更好的成绩，只须安静下来学习。每一个孩子，如果不是弱智，就都能做好功课，完成学习任务，这也是我们所确信的。

绘画是他的弱项。

根据上述情况，我们有理由假设他未能改善自己笨拙的右手，因此这是非常重要的一点。

他很擅长体育运动，游泳学得很快，危险面前并不畏惧。

这表明他尚未完全灰心丧气。不过，只是在那些不怎么重要的事情上，他才会表现得勇敢；他能够轻松自如地应付这些事情，有很大把握获得成功。

他心里一点儿也不会害羞，无论是学校的门卫，还是校长，他敢于向任何人说出自己的看法。其实，说话如此唐突且肆无忌惮，是不允许的，他已经收到多次警告了。

他完全不会理会人们禁止他做某一具体行为，这一点我们已经解到了，因此不能说他的放肆证明了他的勇气。孩子应该跟学校老师、校方保持一定距离，据我们所知，这是许多孩子都明白的。但是，这男孩怎么会怕学校的校长呢，他连父亲的鞭子也不怕！自负而有失礼仪的说话方式，是他用来达到彰显自己分量的目的的。

对于自己的性别，他没有十分明确的认知，但他经常说，如果变成女孩子，他将会不高兴。

能够表明他对自己的性别究竟持何种态度的明确迹象，并没有显露出来。但是，贬斥女孩子的倾向，在具有这种淘气性格的孩子们当中普遍存在。贬低女孩子是他们获得优越感的方式。

他没有真正的朋友。

他喜欢下达命令，而其他孩子不会喜欢一味听从的，因此，这一点是可以理解的。

关于性方面的问题，他父母迄今没有给过他什么解释。统驭他人的欲望，总能够透过他的行为显示出来。

关于他的情况的事实，我们费了极大力气才收集到，但他自己却心知肚明。亦即，对于心里的愿望，他本人一清二楚。但是，对于他那无意识的目标与日常行为之间的关联，对于他的强烈统治欲的根源和程度，他无疑是不了解的。因为看到父亲在统驭别人，他才也想那

样的；但是，他必须依赖别人才能做到，因此，他越想那样就越胆怯和懦弱。作为他效仿榜样的父亲，却跟孩子形成对比，父亲统驭家人的方式是有节制的。换言之，怯弱给小孩造成的后果是，变得充满野心。

他总是在招惹别人，甚至去招惹那些比他厉害的人。

对男孩来说，由于那些比他强的人对他有一种责任感，往往更容易对付。男孩的自信，只在放肆无礼的时候才会确立。顺便说一下，他是因为不相信自己的学习能力才总是在行为上表现得无礼和有意挑衅的——掩饰自己才是目的所在。

他不自私，自己的东西，总能慷慨赠予他人。

不能认为这一点能够表现他心里的善良，因为如果那样就难以符合他的性格的其他一大部分特征。一个人的优越感，会因对他人的慷慨给予而获得，这是我们所知道的；而且，一个人的价值，也因慷慨行为而增加。这个男孩是为了炫耀自己才表现出慷慨行为的，而这种行为可能是从他父亲那里学来的。

他还是会给别人带来麻烦。父亲是他最怕的人，母亲次之。在起床一事上，他随时可以做到。他不是十分虚荣的样子。

这最后一点所涉及的虚荣，只是外在的，事实上，他有特别强烈的内在虚荣。

他过去有抠鼻子的习惯，但已经改正。这是个固执的孩子。蔬菜和肥肉他都不喜欢；在食物方面，他既挑剔又讲究。对于交朋友，他不是十分感兴趣，所乐意交往的孩子，只是任他摆布的那些。他非常喜欢动物和花草。

对优越感的追求，支配他人的欲望，就隐藏在对动物的喜欢的背后。当然，喜欢动物能够促进使人与万物的和谐统一，因此不是坏事。然而，我们说喜欢动物是统治与支配欲望的表现，只是就讨论中的这一类孩子而言的。孩子为了让母亲为他操心而想尽一切办法，是这种欲望所导致的一种倾向。

一种颇为强烈的领导和支配他人的欲望，在他身上表现出来。他倾向于搜集各种物品，不过总是半途而废，因为耐性不足。

这种孩子害怕承担责任，而完成一件事情，结果就意味着担负责任，因此他们无论做什么都虎头蛇尾。这是他们的悲剧所在。

他的行为在十岁以后基本改善了一些。让他留在家里，这在过去是很难的，因为在街头孩子群里逞强好胜是他一贯的想法，不过他在这一点上也已改观，这是多次艰苦努力的结果。

其实，一个最能使他自我肯定的欲望获得满足的做法，就是家长把他拘在家这个狭小范围内；他在家里所做的淘气事情更多，是因为家里太小了，这并不奇怪。应继续让他在街上玩耍，不过前提是留意着他的行为。

一回到家，他就一直做功课，看神情也不想出去玩耍。但是，他有一套打发时间的办法。

孩子的这种精神不集中和打发时间的现象，会在我们想监督他们并为此让他们只在某一狭小范围内活动时出现。孩子们既然需要更多活动，想跟其他孩子一起玩耍和分享，那么我们就应该多给他们这样的机会。

从前，他是很喜欢去学校的。

这意味着，过去的老师并没有特别严厉地对待他，而且，哗众取宠在那时也是轻而易举的。

课本弄丢的情况经常发生。考试不会令他感到害怕；他能做好任何事情，他一贯有这种自信。

一个人对自己能力不自信，也显示在他在任何情况下的乐观态度。这是一个十分普遍的特征。他们会忽视逻辑，并在一切皆能成功的幻梦里沉醉，而且，过分惊讶的表情不会在他们遭遇失败时流露出来——他们总是有办法做到这些。宿命论是他们无法摆脱的感觉，这种感觉反而使他们表现得万事乐观看待的样子，但他们当然是悲观主义者。

集中注意力这种事，是他做不到的。对于他，有些老师是喜欢的，但另一些严重反感。

喜欢其行为表现的，是一些比较温和的老师，因为对他的要求不是很高，他很少给他们制造麻烦——事情好像无论如何就是这样的。专注做事的愿望，是他所没有的，在这方面也有习惯上的欠缺；许多被宠坏的孩子都有此种表现。在六岁以前，他母亲会帮他做好任何事，因此他从未感觉到有必要专注地做一件事。有人事先为他安排好了生活中的所有事情，他如同置身笼中，吃穿方面用不着他来发愁。然而，当困难出现的时候，他就暴露出了生活训练和准备的欠缺。无论独立完成某事的愿望还是信心，都是他所不具备的。突显自己以轻松地吸引目光，是他唯一的愿望。但是，他的不良行为却日益严重，因为他无力干扰学校的秩序，吸引他人注意的愿望也就落空了。

他心里不挂念任何事情，就算要做，也要采用最方便自己的方式。他诸如偷窃、说谎等具体行为，都是他的生活的主旋律的反映，而构成这一主旋律的，是从不为他人考虑的特点。

错误就在他的生活方式下面潜藏着，很容易发现它们。刺激他发展出社会感情的人，是他的母亲。但是，这一感情发展的方向，没有被母亲指明和确定，而他的严父也没有做到。母亲的活动范围，就是小孩子社会感情发展的最大局限了，他认为自己是人们注意焦点的感觉，就是在这里面形成的。

因此，他虽然追求着优越感，但其方向对生活而言是无用的，不过满足个人虚荣罢了。必须重新塑造他的性格，才能把他的发展引到于生活有益的方向。想要让他高兴地听从我们的意见，就必须恢复他的自信。同时必须将其社会关系的范围扩大；他的母亲未能完成的工作，也可通过这种方式得到弥补。跟他父亲的和解，对这孩子来说是必须要做到的。在孩子能够意识到自己过去生活方式的病灶所在之前，要坚持一步步地展开对他的教育工作。他的独立性和勇气，随着兴趣焦点从自己一人移向别处而增加，同时，他也会开始在生活中有用的方面去追求优越感。

案例二

这个案例是关于一个十岁男孩的。

这个孩子在学习方面表现极差，已经有三个学期跟不上学习进度了。这是根据学校方面的反映得到的。

我们几乎要怀疑这个小孩是不是存在智力缺陷了，因为十岁时不该有这样的表现。

现在，他正读三年级，IQ常数101。

根据这个信息可以得出他不可能弱智的判断。那他为什么会跟不上学业呢？上课捣乱又出于什么原因？我们可以看出：对于优越感，他有一定的追求，他也有一定的活动能力，但都是在无用的方面进行的；发挥创造力取得成就进而吸引注意，均是他所希望的，但他选择了错误的追求方式；他的行为是跟学校敌对的。他的情绪，满是抗争和逞斗，对于学校的学习生活，他充满憎恨，想予以反抗。学校里的固定程序，是这种不服管和好斗的孩子难以适应的。于是我们明白，这正是他跟不上学业的原因。

对于纪律和命令，他是不愿服从的。

他当然会这样。他有自己的想法，有自己的一套行为方式，所以才会有此表现。他对别人命令的反抗是必然的，因为他喜欢跟别人作对。

他跟别的孩子打架；在学校里也带着他的玩具。

拥有自己的世界，是他所渴望的。

他在心算方面显得很笨拙。

这意味着，他的社会感情以及相关的社会逻辑是有欠缺的。（参见第七章）

他在言语方面有障碍，他需要言语训练课，每周一次。

并不是发音器官的问题造成了他的这种言语缺陷，而是缘于他在与人相处、合作方面的缺乏。反映这一事实的，正是他的言语缺陷：一个人以怎样的态度跟他人互相合作，反映在他的言语水平上。言语缺陷却被这个小孩当成了一种工具，来表达他的抗争。矫正这一缺

陷，意味着这一用以吸引注意的工具势必要放弃，因此我们就不必奇怪他为何没有尝试矫正。

他左右摆动身体面对老师的谈话。

这个动作表明，他想反抗，并随时做好了准备。在老师找他谈话的时候，众人没有注意到他——老师在说，他只能听，老师比他更强势——因此他不喜欢谈话。

小孩非常神经质，母亲经常一个劲儿这样抱怨道。（准确地说，那是他继母，其生母在他还是婴儿时就去世了）

小孩的一连串过失，已经包含在他母亲这一颇有深意的看法中了。

他的两个祖母^[3]的陪伴了他的早年成长。

我们知道，祖母对孩子通常是溺爱过度的，而他可是有两个祖母！应当深刻考虑她们为什么这样做。原因在于，老年人丧失了自己的社会地位——这是我们的一个文化漏洞。对于这种待遇，他们要反抗；他们希望对自己的待遇能是公平的。这些不应受到过分批评。祖母对孩子的恩宠与呵护，以及孩子依恋她的结果，都是为了达到证明自身存在重要性的目的；她们理应得到承认的权利，通过这种方式得到了强调。

激烈的竞争会在两个祖母——如果有两个的话——之间展开。任何一个都想证明的是：比起对方，孩子更喜欢我。被两个祖母争来争去的小孩，当然是快乐的，他仿佛在天堂一般，想怎样就怎样。他很容易勾起一个想要胜过另一个的愿望，只要说一句“外婆或奶奶给了我什么什么（礼物）”即可。孩子在家里聚集了众人的目光，吸引注意就是他的目标，而在学校里只有老师和众多同学，两个祖母都不在身边；反抗和不服管束，是他在学校里引人注目的唯一方法。

和祖母在一起时，他不能取得良好的学习成绩。

要适应学校的生活，需要进行准备性训练，但他没有，于是无法适应。学校这个地方，能够测试出他与人合作的能力，但在这一方面

的任何训练，他都没有接受过。如要进行这种训练，最佳人选就是他的母亲。

他跟父亲和继母一起生活；往前一年半的时候，他父亲再次结婚。

可以想见，这孩子处在比较困难的境地中。小孩子的困难，往往会因继母或者继父对其家庭生活的介入而出现，甚或增加。关于继父继母所带来难题的妥善解决方法，始终没有找到——这是一个传统的和长期存在的问题。这难题对孩子的影响尤其严重。总有各种麻烦，哪怕最好的继母也不例外。我们只是说，只能在某种程度上解决继父母的问题，而不是说它无法解决。身为继父母理当喜欢孩子，这种想法是不对的；尽力争取孩子的喜爱，才是继父母所应该做的。而这位继母与这个孩子如何相处的问题，难度更大，原因在于孩子的情况异常复杂，而这又与两个祖母有关。

孩子刚刚进入这个家庭时候，继母试图让他知道他是被喜欢的，为讨孩子喜欢，继母也竭尽全力了。这孩子的哥哥，也是个麻烦鬼。

家庭的竞争气氛变得更加浓烈。互相较量是自然的，因为家里还有一个好斗孩子。

母亲发现，敢违抗自己的孩子，对父亲却既害怕又听话，于是把孩子的不好控诉给他父亲。

母亲没有能力教育孩子这一点，已通过这些话明确表现出来。事实上，这种说话和行事的方式，表达了母亲的一种自卑情结。因此，她让孩子的父亲来接手这一工作。孩子的所有行为，母亲都会反映给父亲，并经常用“我会告诉你们的父亲”这样的话威胁孩子们。孩子们在这种情况下想法是这样的：她不想再管教他们了，因为拿我们没辙。于是，孩子们开始寻找指使和统治母亲的机会。

母亲会带孩子们出去玩，也会给他们买礼物，但前提是他们保证有好的表现。

母亲所处的境地，也是困难的。其原因在于，孩子们在心里给祖母留了很大位置，而母亲则处在祖母的阴影之下。

祖母也来看望孩子，隔三岔五一次。

父母对孩子的教育，很容易被这个不时前来且只待几个小时的人扰乱；给母亲留下的困难也不少。

在家里，这个孩子似乎从没有被任何人真正喜爱过。

他好像已经再也不招人喜欢了，这些人里面，甚至包括曾纵容并宠坏他的祖母。

父亲惩罚他的方法，只是暴力体罚。

鞭打孩子一顿，几乎无助于孩子进步。被赞扬则感到高兴和满足，那才是孩子所喜欢的。但至于如何获得他人赞扬，孩子不知道什么方式是正确的。为博取老师的赞扬，他偏好于不用付出努力的方式。

他在学习上的努力，会在获得赞扬之后更加积极。

这是当然的，每一个渴望引人注目的孩子都是这样。

他总是闷闷不乐，老师不喜欢他的。

作为一个好斗和习惯反抗的孩子，他也只能用这种方法应对老师了。

他有尿床的毛病。

这表明他渴望吸引别人注意，这也表达了他的好斗和不满，不过这种方式不是直接的，而是间接的。母亲半夜起床，因为孩子把被褥尿湿了；孩子大半夜猛地高声叫喊；他在床上读书，再怎么晚了也不入睡；他早上赖床；他的进食习惯开始变坏——这种孩子对付母亲的间接方式，就是这些。一句话，不管白天夜晚，只要想迫使母亲为他忙活，他总有办法。他就是用尿床习惯和言语障碍这两样武器来对付周围环境的。

母亲好几次夜里把他叫醒，让他去小便；她是希望借此除掉他尿床的毛病。

孩子达到目的了：母亲只好多次半夜起来，看看他要不要尿尿。

这男孩总想要指挥和命令其他孩子，因此不被他们喜欢，却也有一些模仿者，就是那些比他弱小的孩子们。

这男孩是心虚懦弱的，心气也不高；对于生活，他不想勇敢地面对。对于怯弱的孩子们来说，吸引他人目光的最好办法就是他的行为方式，因此学校里的一些较弱的孩子才会喜欢模仿他。

不过，“当他出色地完成功课时，意味着他已经取得进步，其他孩子都会高兴地认可这一点”，可见人们并不是完全厌恶他的。

看来，老师们选择了正确的教育方式，并且，关于如何培养孩子们之间的合作精神，老师们颇有心得，这就反映在他取得进步孩子们就为他高兴这一事实上。

在街头和其他孩子踢球，是这个男孩很喜欢的活动。

要让这男孩喜欢跟其他孩子发生联系，只须让他确信自己能有卓越表现。

关于孩子的情况，我们跟他母亲进行了讨论，并给了她这样的解释和说明：他目前处在一种困境中，那就是男孩和他祖母的关系；对于他的哥哥，他很是嫉妒，总是害怕比不上他。诊所里的所有人都是他的朋友，尽管我们已经把这样的话告诉这男孩，但我们和他谈话时，他一句话都不说。开口说话在男孩看来就表示他愿意互相合作了，之所以一言不发，是因为他想以此表示反抗；在他知道自己的言语缺陷要被纠正时，也是一模一样的情形。他对社会感情的缺乏，正通过这些表现出来。

看起来这男孩的抗拒方式——即通过不说话表示抗拒情绪——是令人吃惊的，但是，事实上这种方式甚至也是成年人在社会生活中所采用的。跟老婆大吵一场后的丈夫大声斥问：“看看，现在你又没动静了！”妻子回道：“我只是不说话而已，谁说我没动静了！”

“只是不说话而已”，这个男孩也是如此。谈话结束，他露出不情愿离开的样子，尽管我们已经告诉他可以走了。敌对的情绪已经占据了他的内心。聊天已经结束，但他听了我们这话仍然待在那里。

我们提出要求，他下次要跟父亲一起来。我还跟他说：“你做事总是喜欢跟别人对着干，因此不说话是很正常的。你以为，人们要你说话你偏不开口，人们要你安静你偏要说话并扰乱课堂，是很了不起的行为，但我有办法让你说话，只要命令你‘不要说话！’就行了。我们若要引导你按照我们说的做，在对你提出要求时，只需要反过来提就行了。”

他已经感觉到，回答我们的问题是有必要的。换句话说，我们显然可以指望他开口说话。他通过言语交谈跟我们合作，这样一来也就是可能的了。然后我们就可以把他的情况说给他听，让他自己意识到哪里错了；要让他一步步改进，就得这么办。

在这一方面，唯有改变小孩所处的旧环境，他才有做出改变的動力，这是要切记的一点。与他的生活方式密切相关的人有，他的母亲、父亲、祖母、老师和伙伴，他已经建立了对他们的固定态度。他在诊所里发现，他所在的环境，是跟往常完全不一样的。事实上，尽量为他创造一个全新的环境，这是我们必须要做的；只有在这里，他在旧环境所形成的性格特征，都会更加充分地暴露出来。在这种情况下，可以这样要求他说，“绝不允许你讲话”，就会得到“我偏要讲！”的回应。这种方式可以扫除他的抵制心理，然后我们就可以和他进行正式地交谈了。

在诊所里，孩子们一般都要面对许多人，这是一种能够令他们印象深刻的场面。他们以前的狭小范围要被打破了，他也引起了局外人的兴趣；这个更大的环境，将把他们吸纳为一部分。这就是他们在这种新环境下所产生的印象。这一切使他们产生了更大的期待，那就是在新的环境中突显自己，而被要求下次还出现在这里的愿望，尤为迫切。在诊所里，人们会问他们问题，了解他们的改进程度，这些将要发生的事情，他们自己也都知道。根据不同的情况，有些孩子每个星期都去一次诊所，有些每天一次。他们在这里将接受关于对待老师的态度和行为的训练。他们知道，人们会公开地评判他们在这里的一举一动，但不会加以责怪和批评。而且，这些孩子对这种做法所留下的印象，总是很深刻的。如果争吵夫妻的一方打开了窗户，这意味着他们的话将被外面的人听到，而赤裸地显露自己的性格弱点，自然是他们所不乐意的；也就是说，环境已经变了。那么，争吵也会相应停止。这是孩子所迈出的第一步，他们一到诊所，我们就已经帮助他们迈出了。

案例三

这个案例是关于一个十三岁半男孩的，他在家里是长子。

他十一岁时智商为140。

这是个聪明的孩子，应该可以这么说。

他的学业从进入中学的第二个学期开始就一直在原地踏步。

从我们的经验来考虑，一个相信自己十分聪明的孩子，总会认为自己能够实现愿望，而且是轻而易举地实现。但是，这种孩子无法取得真正的进步，正是他们的自负带来的后果。比如说，青春期的他们，会有一种自己比实际情况更成熟的感觉。证明自己已经长大是他们一心所愿。然而，现实生活的困难会摆在他们面前；他们越想表达自己，情况越严重。于是，他们开始怀疑自己：我真的聪明能干吗，就像我一贯相信的那样？如果我们发现一个孩子智商为140，告诉他这个结果是不恰当的；无论孩子们，还是他们的父母，都不宜知道孩子真实的智商值。孩子的危机，正是由这些失当的做法带来的；为何一个聪明的孩子却在后来的生活却一团糟，原因也在于此。不知如何正确地取得成功的孩子，如果再充满野心，那么，他的发展道路，将只能是错误的。变得懒散懈怠、无所事事、轻生、犯罪，或者患上神经疾病，都属于错误的发展道路。为了给自己在寻求发展道路上的这些错误和无用之举辩解，孩子们会想出无数借口和托词，而且这些借口花样百出。

理科是孩子所偏爱的科目。他所交往的那些孩子，都比他年幼。

我们相信，孩子们喜欢结交年纪小于自己的孩子，一是为了让自己觉得轻松自在，一是为了显得自己更为卓越，或者成为其他孩子的领袖。但是，如果孩子总是喜欢这样，那这里面就很可能大有蹊跷了（虽然不能绝对地说）——就这个孩子而言，他有时候以一个父亲的态度对待其他孩子。不过话说回来，这些行为多少与孩子的怯弱有关；他之所以避免与年长的孩子玩耍，是因为那样不能表达他的父性。他采取这种回避行为，不是无意之举。

足球和垒球是他喜欢的项目。

假定他非常擅长这两项运动，我们可能就会听到这样的反映：他在某些方面有出色表现，但是，他完全不在意其他任何事情。这意味着什么？意味着一种当然不可取的态度和做法：一件事情，只要他有成功的把握，他就踊跃参加；一旦心里没有把握，他就拒绝参加。

他经常在玩纸牌。

这是他用以消磨和打发时间的方式。

对纸牌游戏的迷恋，似乎驱散了他对按时休息和准时完成作业的注意力。

就是在这同一点上，集中体现了家长对孩子的真正不满。孩子这是在打发时间，他们也是无奈的，因为无法在学习上取得进步。

他的婴儿期发育很迟缓，两岁以后开始迅速发育。

他两岁前发育缓慢的原因，我们不甚了解，或许是由于受到溺爱造成的；不愿说话、走路，不愿运用和发挥自己的身体机能，这些都是被溺爱儿童的表现。因为，自己的一切被人照顾得很好，正是他们所喜欢的。但是，促使他成长的刺激，如此一来就少了。后来，他又获得了成长所需的刺激，这是对他后来快速成长的唯一解释。他能够成为一个聪明的孩子，或许是因为这种刺激非常强烈。

孩子显著的性格特征是诚实和固执。

不能满足于此。的确，诚实是一个相当有利的特点，然而他是否以此来挑剔和批评他人，我们并不知道。具有这一特征，可以让他感到自豪。他喜欢指点和指挥别人，他对优越感的追求，可以把诚实作为一种表达。他能否在处境不好时照样保持诚实的特点，我们无法确定。我们关于他固执这一特征上的发现是，他喜欢随着自己的性子来和彰显自己的与众不同，而别人无法打动他。

他欺负自己的弟弟。

这一陈述证实了我们的判断。他之所以欺负弟弟，是因为后者不肯完全听从于他，以至于他统驭他人的愿望无法实现。这种行为表现，就不能说明他是诚实的；他更与爱说谎的那类人相似，这一点只

要真正了解他就会发现。吹牛和自我炫耀对他而言也能表现一种优越感，因而他喜欢那样。一种优越感情结才是他事实上表现出来的东西。可以清楚看到，在优越感背后，他在骨子里有自卑情结，而且正折磨着它。他低估自己是因为别人太过看重他了。而为了弥补自我低估的缺陷，他就吹牛。

过分赞扬一个小孩，会让他认为别人十分倚重他，因而是不可取的；他会在不能轻易满足他人期待时害怕，为掩饰自身弱点，他想出其他办法。这正是他欺负弟弟的原因。他的生活方式就是这样的，他有一种感觉：对于妥善解决他所遇到的问题，他的坚强和自信都不能提供足够帮助。当他忙着玩牌的时候，他的其他弱点就不会被人们注意到了，因此他才喜欢玩牌。这种情形甚至也在他学习成绩不好的时候发生：他借此保住了自己的面子和虚荣心，因为他的父母会说，他是因为沉迷于打牌才功课不好的。“是的，我学习成绩不好是因为喜欢玩牌，只要我不玩就会成绩优秀。然而我毕竟是喜欢玩牌的。”他一直紧紧抱持着这种想法，并感到满足和得意，因为对他来说，取得好成绩毕竟还是办得到的。

小孩是不清楚自己的心理逻辑的。在这种情况下，他完全可以自我安慰，并为了不把自己的自卑情结暴露给自己和他人，把它隐藏起来。他不会做出什么改进的，除非放弃这些。他需要对自己的性格和活动有一个清楚的了解，知道自己是因为对成功的无力感才这样做的，并知道他对自己怯弱和自卑的掩藏，已经耗费了他的能力和章法。为此，我们必须找到一种友好的方式。从事这些工作的方式也须是友好的，同时，不以持续的鼓励作为辅助手段。赞美他和炫耀他的智商这种事，是我们不应该做的；他做任何事都害怕失败，可能就是因为那种反复的提示。智商在人之一生并不是十分重要的，这一点我们都很明白，而优秀的实验心理学家都知道，智力商数所反映的一个人的情况，只适用于他在那次测试的时候，而类似的测试无法反映复杂的生命。亦即，这个小孩的解决其人生问题的能力，不是所显示出的高智商能够证明的。必须向他解释清楚的一点是：他的自卑感以及社会意识的缺乏，才是他的真正困难。

案例四

这是一个关于八岁半男孩的例子，它将显示出这孩子被家长宠坏的原因。主要就是这一类从小被溺爱的人成为罪犯和罹患神经病的。

停止对孩子的宠溺，是我们这个时代第一紧急要务。这只是说，我们不能再纵容他们，而不是不能表达喜爱之情。我们应把他们看成是朋友，看成跟我们地位对等的人。被宠溺的孩子所表现出来的特征，通过这一案例显示出来，这也是它的价值所在。

小孩的问题是：小孩现在仍然在读三年级，因为他需要复读每一个年级。

我们不禁要怀疑，这孩子是否存在智力缺陷，因为刚一上学就面临留级问题了。在分析他的情况时，我们理应记住这一点，但这个问题的可能性是可以排除的，因为他的问题是后来才出现的，而一开始，他能够顺利地完成课业。

他说话时像一个幼儿在咿咿呀呀。

他之所以学一个幼儿说话，是希望家人能够宠爱他。这意味着，在他看来，这种模仿会给他带来优势，因此心中有了这样一个目标。而他可能弱智的假设，也因他的这一计划出于有意而不成立了。在学校里，他不喜欢学习生活，也不愿尝试跟他人交往，这是因为没有得到适应学校生活的训练。他表达自己追求的方式，是敌视他人和对环境的抗拒。而他每个年级都要复读，正是这种敌视和抗拒的态度所造成的后果。

他有哥哥，但不服他，且经常和他争斗得厉害。

据此可以得到他哥哥已经妨碍到他的观点。如果我们做出哥哥表现良好的假设，那么，在行为上表现很坏，就成了这个孩子跟哥哥竞争的唯一手段。他梦幻地以为，他要胜过哥哥，只须自己是个幼儿就可以了。

孩子学会走路是在一年零十个月的时候。

他可能有佝偻病。或许，在这个年龄以前，他的家人对他的看视太多了，甚至他的母亲从未离开过他；还有一个原因让母亲更多地注视和疼爱他，那就是他身体情况差。因此他才没有及时学会走路。

他学会说话的时间非常早。

很难学会说话是孩子弱智的主要表现，因此我们可以肯定，这个小孩智力没有问题。

他说话的方式，总像一个幼儿在呢喃。父亲对他也是宠爱有加的。

对孩子的溺爱和纵容，也发生在父亲身上。

母亲受到小孩更多的喜欢。这个家庭有两个小孩，哥哥非常聪明，这是他们的母亲说的。两个孩子进行着非常激烈的竞争。

如果一个家庭里有两个孩子，那么他们一般是有竞争的，而且在年长的孩子间更甚；互相争斗的情况，难免在两个同时长大的孩子间发生。我们已经讨论过一种情形（详见第八章），那就是，第一个孩子的优越地位，会因第二个孩子的出生而被颠覆。要避免激烈的竞争，只能进行孩子间合作精神的培养和训练。

他算术很差。

一般而言，算术是被宠惯孩子们最难学会的科目。被宠惯的孩子缺乏某种社会逻辑，而这种社会逻辑必定会在算术学习中涉及。

可以肯定，他的脑子有点问题。

然而我们并没有看出这种情况，他做的每件事，每一种行为，都有他的道理。

孩子手淫，他的母亲和老师都相信这一点。

而且确有可能，手淫行为在很多孩子间普遍存在。

他母亲说，他已经出现黑眼圈了。

人们通常根据黑眼圈怀疑一个人有手淫行为，然而我们不能如此断定。

在食物上，他要求很高。

我们已经看到，即便是在进食时，小孩也总想着吸引母亲的注意。

他非常怕黑。

这也表明孩子确实是受到溺爱的。

他的母亲说，他的朋友很多。

我们相信，这些朋友都是小孩子，且听任他的指挥和统领。

音乐十分吸引他。

有音乐天赋的人，耳朵的曲线更美好。我们若想得到这样的启示，检查一下喜爱音乐的人的外耳形状即可。经过检查，我们可以肯定，这个孩子的听觉敏感且细腻。对和谐音乐的偏爱，是听觉敏感的表现，这种人接受音乐训练的能力更强。

他爱唱歌，但耳朵有病。

对于生活中的噪音，这种人难以忍受，他们的耳朵更容易染上疾病。为什么音乐天赋和耳疾能遗传给下一代？因为听觉器官的构成是通过遗传传递的。耳疾也困扰着这个男孩，而且不只他有音乐天赋，他的家人都有。

若要帮助这个男孩，锻炼其独立能力是合适的。现在正是他的自主能力不足的时候；他母亲凡事都为他操劳，紧紧依附着他，而在他看来这是理所应当的。被母亲庇护是他一心所愿，而提供庇护则是母亲高兴从事的。从现在开始，只要是孩子喜欢的事，包括犯错在内，我们就要让他自由地去做。因为这是唯一让他学会独立自主的方法。他和弟弟的争斗，不能因为在母亲那里争宠而展开，这是他需要自己学会的。现在的情况是，兄弟俩互相无谓地嫉妒着，因为他们都有一种母亲爱对方更多一些的感觉。

要敦促孩子，让他大胆地正视学校学习这一问题，这工作是我们尤其需要做的。如果不能继续学习，将会有有什么在等着他？他的生活在他脱离学校后的发展，将走向无用的方向，这是可以想象的：他会在某一天开始逃学，而后干脆断绝与学校的联系，离家出走，并结识

一些不三不四的人。要让他适应学校生活，现在就要帮他进行调节，这总强过事后去处理一个少年犯——治大于防啊！学校这个考验是非常严峻的，而眼下不能奇怪他在学校碰到的各种困难，毕竟他还没有充足的训练和准备，社会意识也有欠缺。但是，把他解决问题的勇气鼓舞起来，是校方应该做到的。当然，一个班里学生太多，孩子的老师对于如何激发孩子心里的勇气并不通晓——校方自身的困难可能都是存在的，而事情也就可悲在这里。但是，还是可以救助这个孩子的，那需要老师的帮助，即恰当地鼓起他的勇气，振奋他的信心。

案例五

这是一个女孩，十岁。

女孩在算术和拼写的学习上很吃力，她来心理诊所诊治，是校方介绍的。

对一个被宠坏的孩子来说，通常会觉得算术很困难。他们在计算方面的笨拙，当然不是绝对的，但普遍的情形是，他们的算术成绩都不好。左撇子儿童的阅读习惯是从右向左，这使得他们在很多时候难以学好拼写；他们是用相反的方向进行阅读和拼写的，尽管不能说那是错的。意识到阅读和拼写上的困难，他们只是说经常出差错而已，显得那是个小问题。基于这些，我们怀疑女孩也是惯于用左手的，不过，她的拼写困难，也可能有其他原因。现在，虽然人在纽约，但她对英语不是特别熟悉，因此，我们应考虑到，她可能是从另一个国家来的；如果她是在欧洲出现这种情况的话，就没有必要考虑到这些了。

在德国，她家几乎破产了，这是她过去生活史中的一个关键点。

她从德国过来的时间，我们并不清楚。她可能一度生活得比较优裕，不过后来停止了。新环境这一改变，就像一道新的试题一样出现在她面前。而她在这之前，有没有受到正确的培养，与人合作的能力是否已经掌握，在新社会环境中能够自我调节以适用，有没有这样足够的适应新环境的勇气，这些都在新处境中暴露出来了。还有，贫困生活的重负是不是她承受得住的——也属于她能否在生活中与人合作的问题——也在新处境下暴露出来。而她所显示出来的情况是，她缺乏这种能力。

她八岁时离开德国，之前的学习成绩很好。

这发生在两年以前。

由于拼写上的吃力，她在这个国家的学习表现未能良好；还有，这里算术的教育方式是跟德国不同的。

这一类的问题可能出现在学生身上，但老师不能总是照顾到。

母亲溺爱她；对于母亲，她特别依恋。她同等喜欢她的父母。

当孩子被问到“爸爸和妈妈你更喜欢谁”这样的问题时，孩子的回答一般是这样的：“同样喜欢。”给出这种回答，他们是在仿效别人。至于这里面有多少是真实的，有多种方法验证。让孩子坐在父母中间，这个办法就不错。我们发现，孩子更依恋哪个，就会在我们和他们父母谈话时转过脸看着哪个。小孩进入一个父母同在的房间里，会走向他更喜欢的那个。

女孩有数目不多的同龄女性朋友。八岁时，她和爸妈住在乡下，一家人经常和狗在草地上玩耍；他们那时还有一辆马车。这些是她最早年间的回忆。

她所记住的东西，草地，狗和马车，都是她所享受的富裕。与此类似的情形是，那些有汽车、马匹、仆人和漂亮房子的日子，也会被一个从富裕走向中落的人经常回忆起来。我们可以理解女孩，她是有不满情绪的。

她一直梦想着圣诞节和圣诞老人，而后者会把各种礼物带给她。

她的人生态度，已经通过这梦反映出来。她有一种感觉，是别人剥夺了她曾经拥有的一切，她想重新得到它们，因此，她总是渴望着得到更多。

她总是环绕在母亲左右。

这迹象表明，她心里有些气馁；还有，她可能在学校里遇到困难了。她所遭遇的困难，比其他孩子更多，我们向她解释道：但是，她可以在学习上取得进步，只要她能够鼓起勇气并付出努力。

她在没有母亲陪伴的情况下再次来到了诊所。她已经在一定程度上改进了自己的学业，家里的分内事，她也能独立完成。

取得这样的成果之前，我们向她提出了不靠母亲、争取独立并独自完成自己工作的建议。

父亲的早餐，有时是她做的。

这表明，她正在培养与人合作的能力。

她认为，自己比以前更勇敢了。她轻松地完成了这次面谈。

我们提出要求，下次来到诊所时，要带上她的母亲。

诊所迎来了她和她母亲，后者还是第一次来。她母亲之前抽不出时间过来，是因为工作太忙了。母亲反映说，这女孩是她在两岁的时候收养的，她本人并不知道；此次收养之前的两年里，她被六个家庭辗转收养。

女孩没有美好或快乐的过去，两岁以前的经历，对她似乎是一场磨难：她可能被遗弃过，被忽视过。她现在的养母能够很好地照顾她。早年经历的种种不幸，似乎已经留存在小女孩心中，不过是无意识的，所以她希望现在这种良好处境能够保持下去。两年的遭遇，足以烙下印记。

养母之前的接收这女孩的家庭很不好，于是，养母被告知要对她严加管束。

遗传理论已经毒害了给出这一建议的人。这个判官日后可能会说：“看！我当时的看法没错吧！”——就算这个养母严加管教，女孩还是很可能成为问题儿童。他不知道的是，问题孩子的问题，就应归咎于这种看法。

养母觉得肩上的担子很重，因为女孩的生母很不好，而这女孩又不是她亲生的。有时候，养母会打女孩。

女孩的最初的美好处境，现在开始改变了。在很多时候，养母会体罚她，而不是先前的宠爱。

对这个小女孩，养父是溺爱的。她的种种愿望，养父都会满足。女孩不会用“请”或“谢谢”这样的词汇来想得到某样东西，她只说：“你不是我母亲。”

这句话其实击中了要害，原因可能是她知道了自己身世的真相，再不然已经懂得这么说话了。我们所认识的男孩中，有一个二十岁的，他就不相信他是他母亲亲生的；但是，他不可能知道自己的身世的真相，这一点他的父母十分肯定。这男孩自己感觉到了什么，从细微的事情中得出结论的本领，小孩子也有。尽管这个女孩“不知道自己是收养的”这一真相，但是，这类孩子有时候是可以感觉到的。

她没有向着父亲——而是母亲——说这样的话。

所有愿望一应满足的父亲，是不会给女孩这样攻击自己机会的。

母亲体罚小女孩，也是没有办法的办法。在新的学校，她会有这样的变化，但母亲不清楚其中缘由；她现的成绩非常差。

糟糕的成绩给这可怜的女孩又带来了屈辱和自卑。而母亲现在的做法，即身体上的惩罚，是过分的。成绩糟糕和被打，两者只要一个就已经坏得要命了。这种情况应引起老师们的深刻反思。孩子在家里受罪的一个可能的原因，就是他们把差的成绩单送到了她家，他们应意识到这一点。如果差的成绩单是这种意味，就应该避免发出，这是一个明智的老师应该做的。

女孩自己说，她大发脾气，有时候是因为没能控制住自己。在学校里，课堂会被她难以遏制的亢奋情绪扰乱。在她看来，超越别人是理所应当的。

不难理解她为什么想处处领先，这个被父亲宠坏的了独女，已经习惯别人什么事都依着她。她过去的的生活是优裕的。她感觉到，现在没有那些优势，是被别人剥夺了；比起以往，她现在对优越感更有追求。她之所以发脾气并给人添麻烦，是因为她没有有什么办法来实现这一追求。

这个女孩必须学会与他人合作，我们把这一点解释给她听，并告诉她：她是因为渴望着超越别人并吸引目光才容易情绪激动的。她用

以吸引目光的一个办法，就是发脾气。她之所以在学校里不努力学习，是在跟母亲闹别扭，因为母亲不满意她的成绩。

她做了个梦，梦里收到了圣诞老人的许多礼物，醒来那就成了一场空。

自己所喜欢的一切尽在手中时的感受和情绪，是她想要唤起的，但是，“醒来那就成了一场空”。这里面是有情感触点的，我们千万不能视而不见。对我们来说，经历了这种唤醒和落空，自然也要很失望。但是，梦里的感觉和清醒时的情绪，两者是一致的；也就是说，体会失望的情绪才是做这种梦的目的，而不是唤起那种奇妙感觉。所以，如果她达不到体验失望情绪的目的，就会一直做类似的梦。心里烦恼的人，会以做各种美梦的方式发现一无所有的现实，只须醒来即可。为什么女孩会感到失望，现在我们可以清楚地知道了：因为她现在活在一片黑暗之中，她想声讨她的母亲。她有一种什么也没有的感觉，而什么也不给她这种事，正是母亲的所作所为；“我的要求，只有父亲会满足，而她只会打我”。

失望的情绪是这女孩一心想要体验的，因为如此一来她就可以怨恨和声讨她的母亲；她已经开始挑战母亲了。总结这个案例即可发现这一点。作为错误生活方式的一部分，她在家里的行为，她的梦，她在学校的表现，都是完全吻合的。我们若要让她停止这样的举动，就必须让她清楚地意识到这一点。造成她错误生活方式的主要事实是，她的英语有待提高，因为来美国的时间还很短。我们必须让她相信一点：她实际上可以不费力气地战胜所遇到的这些困难，但她现在所做的，是把它们作为武器，跟母亲开战。同样，我们必须也让母亲相信：要让孩子没有借口跟她争斗，必定不能再打她。还必须让小孩有这样的意识：“我时刻在想着给母亲添乱，所以才经常在学校课堂上无法集中精神和情绪失控。”明白了这一点，她的不好行为就会终止。在家里和学校的感受意味着什么，其所作所为意味着什么——她必须对所有这些有充分的认识。无此认识而让她改变性格，纯属异想天开。

至此我们也就清楚地知道了究竟何谓心理学。借以了解自己究竟应怎样处理、利用自己的印象和经验的東西，就是心理学。换个说法也行，那就是：某个儿童的一整套知觉系统，他对某些刺激的看法和反应，以及如何利用它们实现自己目标，这些正是心理学所试图了解

的东西。其中，他通过自己的知觉系统，在行为指导下，能够对各种刺激做出反应。

[1] 此处可参看阿德勒及其助手所写的《儿童指导》一书，格林伯书局出版于纽约。书中详细记载了关于此类针对儿童咨询和辅导的诊所都经历了怎样的发展变化，以及心理学家们所采用的指导技巧和成果。——原注

[2] 贵格会，又名教友派、公谊会，由英国宗教运动领袖乔治·福克斯于17世纪创立的教会派别。——译注

[3] 一个是外婆，一个是奶奶。西方人习惯统称为祖母，不在特殊地方不作区分。——译注

Table of Contents

洞察人性

版权信息

作者序

序论

第一部分 人类的行为

第一章 心灵

第二章 心灵活动的社会性

第三章 儿童和社会

第四章 人所生活的世界

第五章 自卑感及对认同的追逐

第六章 人生准备

第七章 性别

第八章 家庭情况

第二部分 性格科学

第一章 概述

第二章 攻击性性格特征

第三章 非攻击性性格特征

第四章 其他性格表现方式

第五章 感情和情绪

超越自卑

版权信息

第一章 生活的意义

生活的意义

我们必须认识到的三项事实

社会对人的影响

童年塑造的生活意义

身体缺陷

溺爱

忽略

记忆和梦境

合作的意义

第二章 心灵与肉体

心灵与肉体的合作和冲突

感情对行为的影响

心灵与肉体关系的实质

第三章 自卑感与优越感

自卑情结

优越感的获得

第四章 早期记忆

人格的形成

早期记忆的影响

第五章 梦

梦的解析

弗洛伊德学派对梦的研究

个体心理学派对梦的研究

梦的目的

梦的构成

梦境的分析

第六章 家庭影响

母亲的影响

父亲的影响

偏爱与平等对待孩子

家庭排行

长子

次子

幼子（最小的孩子）

独生子女

第七章 学校影响

教育的变革与发展

教师对孩子的引导

性格培养的关键

教师对性格和学习的引导

班级中的竞争与合作

对孩子的评测

先天与后天因素

区分孩子的性格特征

校园心理咨询室的设立

第八章 青春期

青春期的特征

心理特征

生理特征

青春期的问题

青春期的性心理健康

第九章 犯罪与预防犯罪犯罪问题的解决

了解犯罪心理

为了追求挑战

遗传与环境的影响

生活中的犯罪诱因分类

家庭及早期教育的影响

生理因素影响

早期合作的重要性

犯罪者的性格结构特征

犯罪问题的解决

第十章 职业

回顾必须面对三项事实

职业兴趣的早期培养

家庭和学校的影响

儿童时代的兴趣

纠正潜意识的错误

天才与早期努力

其他因素的影响

对孩子的正确培养

第十一章 朋友与伙伴

建立友谊与合作

社会兴趣缺失的影响

利己主义

精神障碍

过失犯罪

社会兴趣和社会公平

第十二章 爱情与婚姻

爱情与婚姻是一种合作关系

婚前准备

儿童时期的影响

性教育

配偶的选择

婚姻中的平等合作

擅长建立友情是婚姻的基础

幸福婚姻的维系

[文化的影响](#)
[性生活](#)
[一夫一妻制度](#)
[关注婚姻对子女的影响](#)
[婚姻中的矛盾](#)

[生活的科学](#)

[版权信息](#)

[第一章 个性心理学原理](#)

[寻求目标](#)
[统觉体系](#)
[自卑和社会兴趣](#)
[常识及其缺点](#)
[父母的影响](#)
[梦与感情](#)
[出生早晚与早期记忆](#)
[结论](#)

[第二章 自卑情结](#)

[个体即整体](#)
[社会背景](#)
[如何看待缺陷](#)
[自卑感强烈的表现](#)

[第三章 优越感](#)

[普通情况](#)
[案例](#)

[第四章 生活习惯](#)

[对生活习惯的理解](#)
[修正生活方式](#)

[第五章 早期记忆](#)

[记忆的形式](#)
[记忆的内容](#)
[被娇惯的儿童和被敌视的儿童的记忆](#)

[第六章 表现性活动和姿态](#)

[表现性活动](#)
[站姿](#)
[倚靠](#)
[近与远](#)
[态度](#)

勇敢与怯懦
对命运的执念
羡慕嫉妒、排斥男性以及性障碍

第七章 梦及其解释

生活习惯和目标
个人逻辑
为什么做梦
睡眠、非睡眠、催眠术

第八章 问题儿童及其教育

社会理想与学校
家庭
问题儿童
如何治疗
从出生的顺序来判断

第九章 社会适应和社会问题

童年
在学校
三大生活难题
矫正和预防

第十章 社会感、常识与自卑情结

概论
案例

第十一章 恋爱与婚姻

平等的前提条件
为婚姻做的准备
婚姻咨询

第十二章 性欲及性问题

早期学习
依靠生活习惯
其他因素
社会方法

第十三章 结论

儿童人格形成及培养

版权信息

导言

第一章 人格的统一

第二章 对优越感的追求及在教育上的意义

第三章 该怎样引导孩子去寻求优越感

第四章 自卑情结

第五章 儿童成长——防止自卑情结

第六章 儿童的社会情感发展及所遇障碍

第七章 儿童在家中的地位：心理境况及处理方式

第八章 新的环境：测试儿童是否已经做好了准备

第九章 孩子的学校生活

第十章 外在环境对儿童的影响

第十一章 青春期及儿童的性教育

第十二章 教育者的使命

第十三章 关于父母的教育

附录一 个人心理问卷

附录二 五个孩子的案例及评析