

阿德勒個體心理學與 孔子《論語》「仁」的探討



史地系 黃郁婷
指導老師 秦照芬



目錄

壹 緒論

貳 《被討厭的勇氣》與《被討厭的勇氣 二部曲完結篇》

參 《論語》中的「仁」

肆 兩者異同

伍 結論

陸 參考資料

壹

緒論

研究動機與目的、文獻探討、研究架構與研究方法



研究動機與目的

個人閱讀感受

- 岸見一郎與古賀史健
《被討厭的勇氣》
《被討厭的勇氣二部曲完結篇》
- 孔子
《論語》

學者研究心得與建議

- 臺灣阿德勒心理學會監事長吳毓瑩：
「孔子在論語中說，『己所不欲，勿施於人』，我們聽起來好像不夠積極，『我所不要的，不要給別人。』然而，其等價逆命題是『我所給人的，是我覺得好的。』換言之，也就是『民之所欲常在我心。』這一點，與阿德勒的社會情懷（或說社群情感）跨越兩千五百年相互共鳴。」
- 劉致毅在其碩士論文〈阿德勒的社會興趣之研究〉中提到對後人研究建議，指出：阿德勒社會意識可與儒家思想「仁」作連結。

阿德勒個體心理學與
孔子《論語》「仁」的探討

文獻探討



阿德勒的生平

奧地利心理學家、精神分析家、社會教育家和人本主義心理學的先驅，也是精神分析學派內部第一個反對佛洛伊德的心理學系的人。

他所開創的個體心理學，在心理學界獨樹一幟，對後來西方心理學的發展具有重要意義，直到今天仍有不少人沿用阿德勒的理論和方法進行研究和治療。



個體心理學

立基於「**整體論**」，認為**人是統合的整體**，不受單獨存在的情感驅動。個別的心理現象，必須把所有心理現象都視為一個**不可分割的整體**的許多部份，接著找出人的行動軸線、生命模式與生活方式，並了解到個人童年行為舉止的隱藏目的，和其後的行為舉止的目的是同一回事，才能理解那些個別現象。



孔子

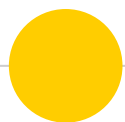
孔子處於周朝末年的春秋時代，西周封建以來的禮制逐漸崩壞，王室地位衰落，貴族階級相互僭越，王官之學流散到民間，孔子即是**把貴族宗廟裡的知識變換成人類社會共有的學術事業**的第一人。

孔子懂得周代的一切禮，更通曉三代禮的沿革與其本源，一來**以歷史觀念從周初治禮的本源評議當代**，一來以**人道觀念從禮的意義上提出天命、性、仁、孝等觀點**。孔子融會折衷歷史傳統，集其大成，更開創出一番思想與理論，對中國思想史的發展影響深遠。

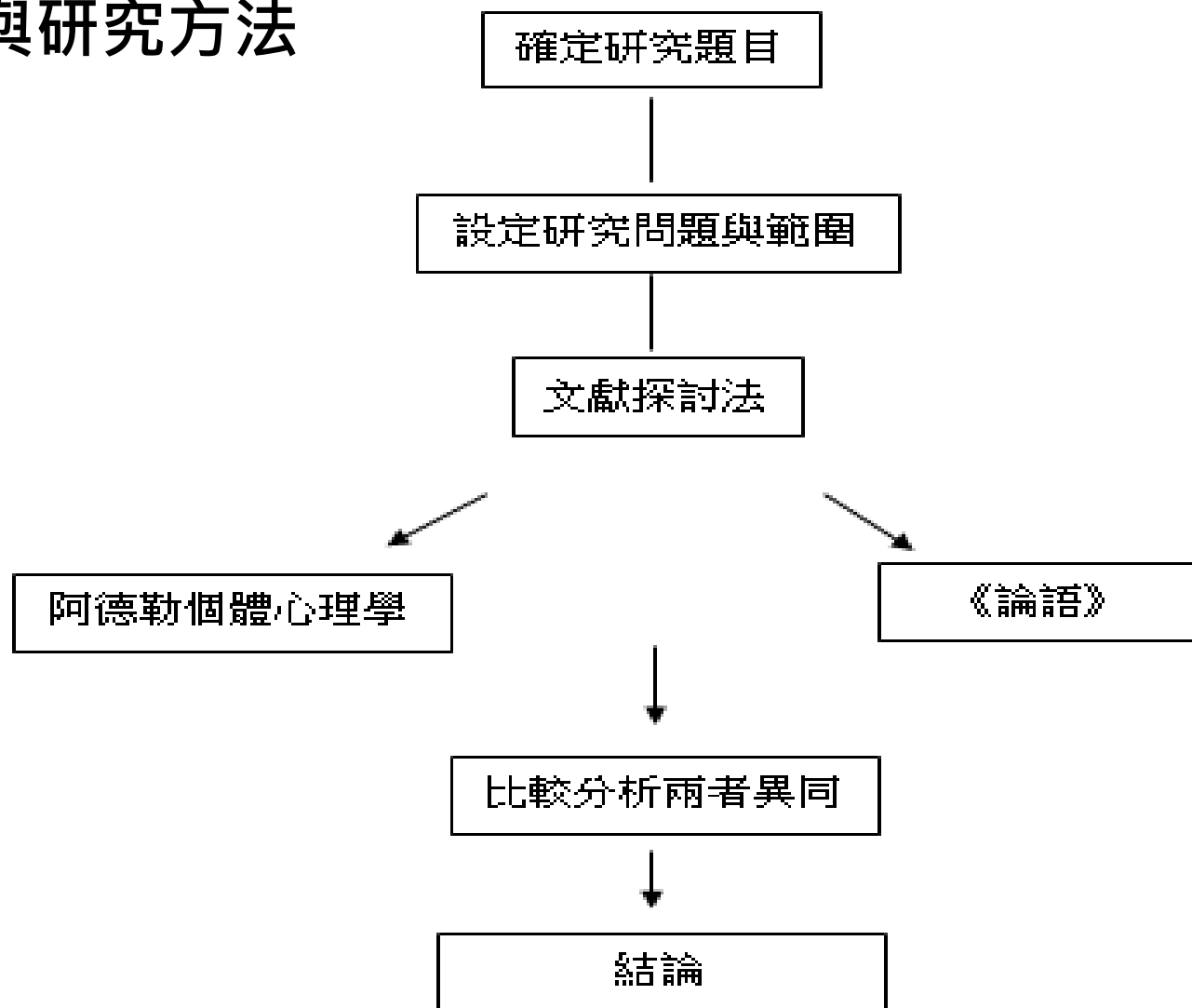


《論語》

〈漢書·藝文志〉：「孔子應答弟子時人，及弟子相與言而接聞於夫子之語也。當時門人各有所記，夫子既卒，門人相與輯而論纂，故謂之《論語》。」錢穆將內容分為九類：關於個人人格修養之教訓、社會倫理之教訓、政治談、哲理談、對門弟子及古人時人之批評、孔子之出處及其日常行事、孔子之自述語、弟子之誦美及時人之批評、孔門弟子之言論行事。



研究架構與研究方法



貳

《被討厭的勇氣》與 《被討厭的勇氣二部曲完結篇》

人的內心生活、社會意識與人生任務、活在當下與達到自立



阿德勒個體心理學

以**整體論**為立基提出社會意識，解讀人性及人的行為、生活型態，並分析人際關係中的人生任務、人生價值。認為諮商是「再教育」，協助他人融入共同體中「自立」。

人的內心生活

- **生活型態與目的論**
主觀賦予過去經驗意義
→ 主導權
- **內在性格**
自卑感、自卑情結、
優越情結、彌賽亞情結
- **脫序行為五階段目的論：**
尋求稱讚→引起注意
→權力鬥爭→復仇
→證明自己無能

社會意識與人生任務

- **社會意識(興趣)：**
共同體感覺
尊敬、同理心
- **人生任務：**
工作、交友、愛
- **歸屬感**必須從主動
參與共同體才能獲得

活在當下與達到自立

- **課題分離**
誰承擔/不介入
- **活在當下：**
接納自我、信任他人
貢獻他人
- **橫向關係：**
鼓勵取代稱讚與責備
- **人生價值：**
自立，自我認同

參

《論語》中的「仁」

孔子論仁、弟子問仁、評價時人與古賢人



「仁」

《論語》二十篇內，有十六篇五十八章論及仁

孔子論仁

- ◆ 與命與仁
求仁得仁、擇仁親仁
- ◆ 以仁存心
剛毅木訥、好惡得當
- ◆ 立達人己
篤親興仁、世而後仁

弟子問仁

- ◆ 內外
禮、恭、敬、忠、恕、
無怨、言訥、不佞
- ◆ 行仁政
先難後獲、舉直錯枉
恭寬信敏惠

評價時人與古賢人

- ◆ 不輕許仁
- ◆ 自我評價

肆

兩者的異同

己立立人、人際關係、勇氣與勇德、人性論

人性論

己立立人

阿德勒

孔子

異	人主觀詮釋經驗及外在一起、目的論	仁慈本心、性相近習相遠
同	只要人自身願意改變就能日漸達到，選擇權掌握在自己手中。〈求仁得仁〉	
異	在共同體中找到自我認同與歸屬感，並貢獻他人	個人德性涵養及人際應對都合於禮義
	透過建立橫向關係，將課題分離，以協助而非介入的方式使他人達到自立	自身培養德性，或藉由上位者的帶動以漸進感化的方式使人達到自立
同	對社會共同體、家國天下做出貢獻	

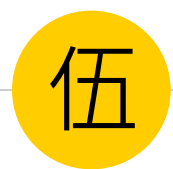
人際關係

勇

阿德勒

孔子

異	以人生任務提出，分為：工作、交友與愛的任務	依親疏遠近，分為父子、兄弟、君臣、朋友等人我關係，以禮定分際、依循的道義與責任
	主張建立橫向關係	有上下尊卑、平等的關係
同	對共同體有貢獻，以尊敬、同理心對待他人	
異	忠於面對自我，去除以自我為中心，為完成自我的人生課題	發乎仁，為圓滿仁德、據守禮義、嚴於操守而有的勇
	勇氣	勇德
同	不以私心、血氣為出發點，且都以自我圓滿為目的	



結論

群己關係的探討

同---目標宗旨相近

- ✓同樣**關注人與社會**
- ✓應當對社會共同體做出**貢獻**，以尊敬、同理心對待他人
- ✓讓自己變得更好、更能貢獻社會的**選擇權都在於自己**，只要提出勇氣面對自我就能夠逐步實踐。

異---論述方式不同

- ✓兩者的**論述、解讀與實踐的方式不同**



參考資料

專書：

- 阿德勒著，吳書榆譯《阿德勒心理學講義》，台北：經濟新潮社，2015。
- 阿德勒著，林曉芳譯《阿德勒談人性》，台北：遠流，2016。
- 阿德勒著，區立遠譯《認識人性》，台北：商周，2017。
- 岸見一郎、古賀史健著，葉小燕譯《被討厭的勇氣》，臺北：圓神，2014。
- 岸見一郎、古賀史健著，葉小燕譯《被討厭的勇氣 二部曲完結篇》，台北：圓神，2016。
- 傅佩榮，《孔子辭典》，台北：聯經，2013。
- 錢穆，《孔子與論語》，台北：聯經，1974。
- 錢穆，《論語新解》，台北：東大，1988。
- 錢穆，《國史大綱》，台北：商務，1996。
- 錢穆，《四書釋義》，台北：素書樓，2000。
- Thomas J. Sweeney著，唐子俊、唐慧芳、陳聿潔、孫肇玢、黃詩殷譯，《阿德勒諮商》，台北：五南，2006。

論文：

- ◎李常君，〈《論語》「仁」字探討〉，輔仁大學文學院中國文學系碩士論文，2016。
- ◎劉致毅，〈阿德勒社會興趣之研究〉，臺北市立大學教育學系碩士論文，2015。