

# Альфред Адлер



## Альфред Адлер (1870 - 1937)

Адлер представник психоаналітичного напрямку в психології. Створив наукову школу «індивідуальної психології». У своєму вченні Адлер відстоював принцип внутрішнього єднання психічного життя особистості, відзначав відсутність жорсткого кордону і антагонізмів між свідомістю та несвідомим.

Альфред Адлер народився в забезпеченій сім'ї в одному з передмість Відня.

Його дитячі роки пройшли під знаком постійних хвороб, залежно відношенню до старшого брата і повного неприйняття з боку матері. Сам себе він вважав слабким, немічний і непривабливим. Він відчував велику близькість з батьком, ніж з матір'ю і тому згодом не прийняв фрейдівської концепції едипового комплексу, оскільки сам його в дитинстві не випробував.

- Дитиною він витрачав багато сил на те, щоб завоювати визнання і популярність в середовищі однолітків. Ставши старше, він зумів домогтися високої самооцінки і був гідно оцінений оточуючими, чого йому так не вистачало у власній родині.
- Спочатку Адлер був настільки слабким учнем, що на думку вчителів міг розраховувати в майбутньому тільки на місце підмайстри шевця. Однак, завдяки ретельності і наполегливості він зумів стати одним з перших учнів у класі. Він зміг подолати свої численні академічні та соціальні недоліки і комплекси, так що сам цілком може вважатися хрестоматійним прикладом своєї власної теорії, створеної ним надалі. У розвитку особистості суттєву роль відіграє компенсація особистих слабкостей та недоліків. Що лежать в основі його системи почуття неповноцінності є прямим спадщиною дитячих років, в чому і сам Адлер охоче визнавався.
- У віці 4 років, ледве оговтавшись від смертельно небезпечної пневмонії,
- Адлер вирішив, що стане лікарем. Він отримав медичну освіту і свою перший вчений ступінь у Віденському університеті в 1895 році. Після спеціалізації в офтальмології та проходження практики по цій сфері медицини він став займатися психіатрією. У 1902 році Адлер приєднався до щотижневих засідань психоаналітичного дискусійного гуртка на правах одного з чотирьох членів - засновників. Хоча він і був близьким співробітником Фрейда, особисті відносини між ними так і не склалися. Фрейд один раз навіть відгукнувся про Адлера як про зануду.

- Протягом кількох наступних років Адлер розвивав свій варіант психоаналізу суттєво відрізнявся від фрейдівської системи з цілої низки пунктів. Він також дозволяв собі відкрито критикувати Фрейда за переоцінку ролі сексуальних чинників. У 1910 році Фрейд запропонував кандидатуру Адлера на пост президента Віденського психоаналітичного суспільства, мабуть, до того, щоб залагодити що були між ними розбіжності. Проте вже в 1911 році неминучий розрив відбувся. Розставання було досить драматичним. Адлер назвав Фрейда шахраєм, а психоаналіз - «гідотою і непристойністю».
- Фрейд теж не залишився в боргу і охарактеризував Адлера як «ненормального»,
- «Людину, звихнулися на ґрунті власних амбіцій».
- Під час першої світової війни Адлер служив лікарем в австрійській армії.
- Пізніше він організував дитячу клініку в рамках віденської шкільної системи. У
- 20-і роки його соціально-психологічна система, яку він сам назвав індивідуальною психологією, привернула велику кількість послідовників. У 1926 році Адлер здійснив кілька візитів до США і через 8 років отримав запрошення обійняти посаду професора медичної психології в медичному коледжі в Нью-Йорку. Помер він у Шотландії під час одного знапружених лекційних турне.

## Індивідуальна психологія

- На переконання Адлера, поведінка людини визначається в першочергу не біологічними, а соціальними факторами. Він ввів поняття соціального інтересу, визначаючи його як вроджений потенціал, спрямований на кооперацію з іншими людьми і на досягнення особистих і суспільних цілей.
- Подібний інтерес розвивається в дитинстві в міру накопичення досвіду. У протиположності Фрейду, Адлер мінімізував роль сексуальних сил у формуванні особистості і сконцентрувався більшою мірою не на несвідомому, а на свідомих факторах поведінки. Якщо Фрейд вважав, що поведінка визначається переважно минулим, то Адлер підкреслював значення наших цілей на майбутнє. Борючись за досягнення цілей або чекаючи деяких подій у майбутньому, ми тим самим впливаємо на своє нинішнє поведінку. Наприклад, людина, яка живе в постійному очікуванні вічного прокляття після смерті, неминуче буде вести себе інакше, ніж той у якого таких очікувань немає.
- Якщо Фрейд підрозділяють особистість на кілька частин, то Адлер, навпаки, всіляко підкреслював єдність і узгодженість особистості. У основі його концепції - уявлення про єдину рушійну силу, що лежить в основі структури особистості і направляє всі її ресурси на досягнення самої головної мети, зрадник сенсу всьому суті особистості. Такий метою, за його думкою, є прагнення до переваги і самоствердження. Саме ця мета підпорядковує собі весь рух до більш повного розвитку і здійсненню реалізації нашого Я. Адлер був переконаний, що дане прагнення до переваги є вродженим фактором, його сліди легко можна виявити у всіх аспектах прояву особистості.

- Адлер не брав затвердження Фрейда про те, що тільки секс становить первинний, базовий рівень мотивації. Замість цього він висловив припущення, що справжньою рушійною силою особистості є генералізоване почуття неповноцінності (як це було в його власній житті). Спочатку Адлер відносив це почуття неповноцінності до тілесних недоліків. Дитина з спадковими органічними вадами спробує їх компенсувати за рахунок більш інтенсивного розвитку дефектної функції. Дитина - заїка, за допомогою мовленнєвої терапії може стати великим оратором, дитина - зі слабкими кінцівками, після інтенсивних фізичних вправ ставати хорошим атлетом або танцюристом.
- Пізніше Адлер розширив поняття неповноцінності, включивши в нього всевиди фізичних, душевних або соціальних недоліків - реальних або уявних.
- Він також вважав, що слабкість і безпорадність дитини, її залежність від навколишнього оточення веде до появи почуття неповноцінності, настільки знайомого кожній людині. Дитина усвідомлює свою неповноцінність і необхідність подолати недолік, але при цьому їй рухає вроджене прагнення до переваги. У підсумку такий процес волею-неволею рухає індивіда у напрямку до все більшого досконалості і реалізації.
- Почуття неповноцінності може чинити і позитивний вплив, як на рівні індивіда, так і на рівні соціуму, оскільки саме з ним пов'язане постійне прагнення до переваги. Проте, якщо в дитячі роки відповідь на почуття неповноцінності дитина наштовхується на дуже м'яке, або ж навпаки надто жорстке ставлення, у нього в результаті може з'явитися якийсь аномальне компенсаторне поведінку. Нездатність в достатньою мірою компенсувати почуття неповноцінності може призвести до розвитку комплексу неповноцінності, що приводить людину до серйозних життєвих проблем.

- За Адлера, боротьба людини за перевагу носить загальний характер, але при цьому можливі різні способи досягнення поставленої мети. Ми по-різному здійснюємо цю боротьбу, що призводить в результаті до появи унікальних, характерних тільки для даної людини методів або форм, які Адлер назвав стилем життя. Стиль життя включає в себе ті характерні поведінкові типи або прийоми, за допомогою яких ми компенсуємо свою неповноцінність, реальну або уявну. У нашому прикладі з дитиною, у якого присутні тілесні недоліки, такий стиль включив у себе заняття спортом, що в результаті повинно привести до розвитку фізичної сили та витривалості.
- Стиль життя зазвичай формується до 4 - 5 років і надалі з працею піддається будь-яким змінам. Він як би задає рамки для сприйняття і упорядочування всього доступного життєвого досвіду. І знову ми бачимо, що
- Адлер, як і Фрейд, підкреслює важливість раннього періоду життя. Але, в відмінну від Фрейда, він наполягає на тому, що ми здатні свідомо формувати свій стиль життя - наше власне Я.
- Концепція творчої сили Я становить, безумовно, вершину і кульмінацію всієї його теорії. Адлер висловив припущення, що ми можемо самі формувати свою особистість відповідно до власного унікального стилю життя. Це творча сила складає активний принцип людського існування. Її можна уподібнити традиційному поняттю душі. Ми будуємо свою поведінку на основі певних здібностей і того життєвого досвіду, яким володіємо завдяки нашій спадковості та впливу навколишнього середовища. Але саме від нас залежить, як саме сприймати і тлумачити цей досвід, що власне, і створює основу нашого стилю життя. А це означає, що ми здатні свідомо впливати на формування власної особистості і свою долю. Адлер вважав, що, швидше, ми самі визначаємо свою долю ніж опиняємося об'єктом впливу минулого досвіду.
- Досліджуючи досвід дитячих років своїх пацієнтів, Адлер зацікавився зв'язком порядку народження і особистості людини. Він виявив, що старші, середні і молодші діти через відмінності положення в сім'ї мають різний соціальний досвід, і, як наслідок мають

- Старші діти в родині деякий час знаходяться в центрі уваги - алетільки до тих пір, поки не з'явиться наступний дитина, яка теперпритягне до себе всю увагу батьків. А тому первісток може початипочувати себе невпевнено і вороже, втративши колишнє почуттябезпеки. Результатом цих змін може також стати авторитарність іконсервативність, жорстке бажання підтримувати порядок будь-якими засобами.
- Адлер висловив припущення, що злочинцями, невротиками і збоченцямичасто стають саме первістки в сім'ї.
- На думку Адлера, друга дитина часто буває амбіційним, непокірнимі ревнимим: адже перед ним стоїть завдання не тільки не відстати, а йперевершити старшого брата чи сестру. Адлер вважав, що саме другийдитина краще пристосований до життя, ніж старший або молодший. Адже молодшихдітей у сім'ї балують, а тому у них частіше за інших виникають проблеми.
- Концепція Адлера з розумінням зустрінута тими, кого не задовольняввибудовувався під фрейдівській теорії образ людини як істоти, уякого домінують сексуальні мотиви, а все найголовніше відбувається тільки в дитинстві. Звичайно ж, нам куди приємніше вважати, що ми в станісвідомо контролювати власну поведінку, незалежно відгенетичних обмежень і особливостей дитячого періоду життя. У цілому,
- Адлер давав задовільний і оптимістичний погляд на природу людини.
- Однак і на його частку вистачало критиків. Багато психологів вважали йогопобудови поверхневими і заснованими всього лише на здоровому глузді, хочаінші, навпаки, бачили в ньому проникливого і талановитого теоретика. Задумку Фрейда, система Адлера дуже проста. Для того, щоб освоїтипсихоаналіз може бути потрібно цілих 2 роки, оскільки він досить складний,адлеровскіе ж ідеї можна «освоїти за два тижні тому, що тут немаєнеобхідності знати такі вже й багато ». Адлер негайно погодився з такоюоцінкою. Саме в цьому все й справа: йому було потрібно 40 років для того, щобзробити свою систему настільки простий.



- Хоча концепція Адлера в цілому з великими труднощами піддається науковому підтвердженню, окремі ідеї з приводу ролі порядку народження піддалися серйозного розгляду. Наприклад, було показано, що первістки, як правило, мають гарні інтелектуальними здібностями і сильною тягою до досягнень. Їм також властиво відчувати занепокоєння і тривогу після того, як їх відсуває на другий план наступна дитина. Подальші дослідження підтвердили, що за особливостями раннього дитинства можна зробити деякі висновки щодо стилю життя дорослої людини.
- Адлер справив значний вплив на постфрейдівській психоаналіз.
- Можна сказати, що всі роботи еґо-психологів, які орієнтувалися в більшій мірою на дослідження свідомих, раціональних процесів, ніж несвідомого ідуть по шляху, прокладеному Адлером.
- Уявлення про творчої здатності Я задавати певний стиль життя людини великий вплив на теорію Абрахама Маслоу. Акцент, який Адлер робив на соціальних факторах, можна простежити в роботах неохівіоріста Джуліана Роттера. У висновку відзначимо, що багато ідей Адлера значно випередили свій час і по-справжньому можуть бути оцінені лише на тлі сучасної психології.

- 
- Виконав студент 24 групи
  - Соціально-психологічного факультету
  - Бірюков Денис Миколайович