

Индивидуальная психология А. Адлера. От «комплекса неполноценности» к личностному росту.

Подготовила Новикова Елизавета

Альфред Адлер (1870-1937)



- часто представляют как ученика Зигмунда Фрейда, взбунтовавшегося в конце концов против своего учителя и начавшего создавать свои собственные концепции психологии и психотерапии
- большинство положений его индивидуальной психологии и психотерапии развивались как антитезисы теории Фрейда.

I. Индивидуум как единое и самосогласующееся целое

- индивидуум — это неделимое целое мозга и тела, сознательного и бессознательного, единство в мышлении, чувствах, действиях, в каждом проявлении личности.

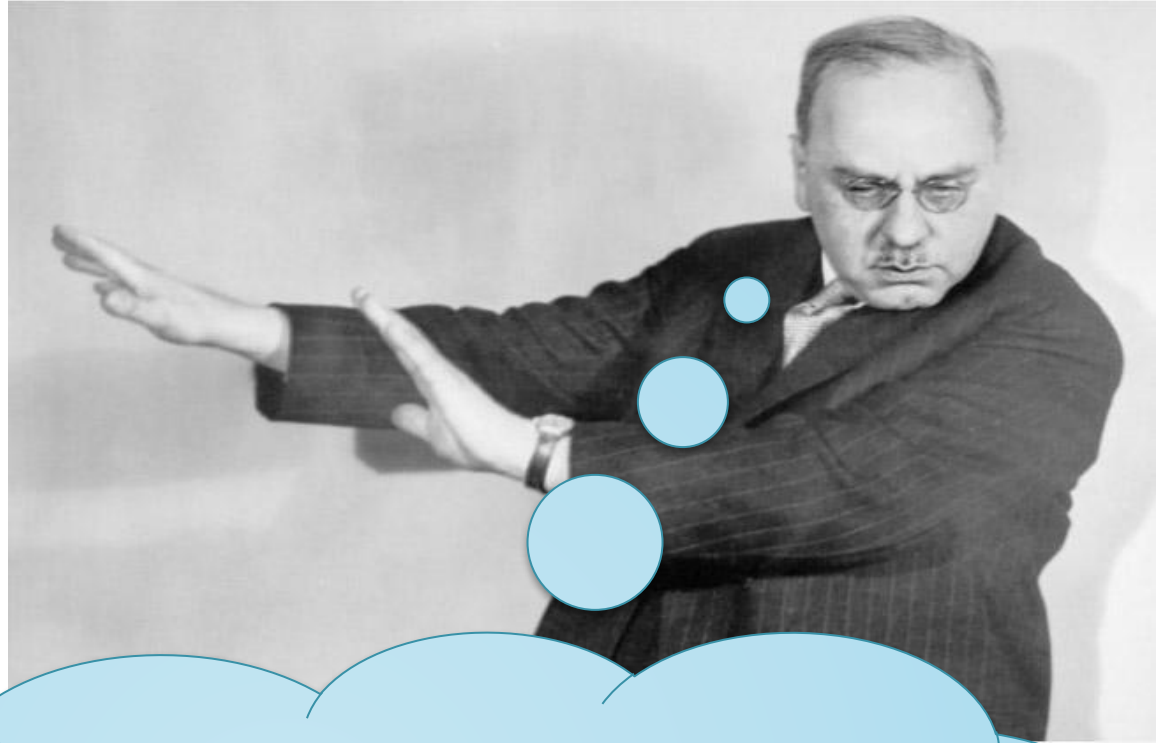


- Структуру личности ученый определял как *стиль жизни* (это уникальный способ, выбранный каждым человеком для следования своей жизненной цели, это интегрированный стиль приспособления к жизни и вообще взаимодействия с ней.)



2. Человеческая жизнь как активное стремление к совершенству

- Индивидум может быть воспринят как единое и самосогласующееся целое только в движении по направлению к лично значимым целям .
- Цели выбираются индивидуально, в постоянном стремлении к совершенству люди способны планировать свои действия и определять собственную судьбу.
- Достигая намеченных целей, они не только повышают самооценку, но также находят свое место в жизни.



«Люди тянутся вперед – они всегда находятся в движении к лично значимым жизненным целям.»

«Стремление к совершенствованию является врожденным в том смысле, что это часть жизни, стремление, без которого жизнь была бы невыносимой»

«Цель овладения средой более совершенным способом, которую можно назвать стремлением к совершенствованию, характеризует также развитие человека».

3. Индивидуум как творческое и самоопределяющееся целое

- Люди обладают *творческой силой*, которая обеспечивает возможность распоряжаться своей жизнью, – свободная, осознанная активность является определяющей чертой человека.
- Эта творческая сила влияет на каждую грань человеческого опыта: восприятие, память, воображение, фантазию и мечты. Она делает каждого человека самоопределяющимся индивидуумом, архитектором своей собственной жизни.

4. Социальная принадлежность индивидуума

- Человек - составная часть больших систем – семьи, сообщества:
- Все поведение человека происходит в *социальном контексте*, и суть человеческой природы можно постичь только через понимание социальных отношений.
- У каждого человека есть естественное *чувство общности*, или *социальный интерес*, – врожденное стремление вступать во взаимные социальные отношения сотрудничества.
Конфликт между обществом и человеком неестественен.

"Индивидуальная психология рассматривает и исследует индивидуума включенным в общество. Мы отказываемся рассматривать и изучать человека изолированно от него".



Позитивные аспекты

- Побуждает ребенка «стать таким же сильным или даже сильнее других», стремиться к совершенствованию, к превосходству, к развитию своих способностей.
- Если она включает общественные интересы и заинтересованность в благополучии других, то развитие протекает в конструктивном и здоровом направлении.

Негативные аспекты

- Некоторые люди пытаются достичь превосходства посредством господства над другими. По Адлеру, борьба за это (она проявляется в жажде власти и агрессии) — невротическое извращение, результат сильного чувства неполноценности и отсутствия социального интереса. Оно не может принести признания и удовлетворения личности, которая ищет его таким образом.

Комплекс неполноценности

Преодоление чувства неполноценности

- Сотрудничество с другими, стараясь участвовать в общем деле, поможет преодолеть чувство неполноценности.
- Люди, внесшие наиболее ценный вклад в развитие человечества, были всегда общественно ориентированы.
- Недостаток сотрудничества с людьми и возникающее в результате этого чувство неадекватности является корнем всех невротических стилей жизни.



«Если человек сотрудничает с людьми, он никогда не станет невротиком. Все неудачники — продукты неправильной подготовки в области общественного чувства. Все они — неспособные к сотрудничеству одинокие существа, которые в большей или меньшей степени движутся противоположно остальному миру».

5. Индивидуальная субъективность

- Люди живут в ими же созданном мире, в соответствии с их собственной "схемой апперцепции" (от лат. восприятие)
- люди мотивированы *фиктивными целями* – личными мнениями о настоящих и будущих событиях, регулирующими их поведение..
- люди ведут себя в соответствии с личными убеждениями, независимо от того, являются они объективно реальными или нет
- Поведение - индивидуальное субъективное восприятие реальности.

«Каждый индивидуум представляет единство личности и индивидуального формирования этой личности. Индивидуум — и картина, и художник. Он — художник своей собственной личности».

**Спасибо за
внимание!**

