

АЛЬФРЕД АДЛЕР: ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ

2020г.

Выполнила: магистр 1
года обучения ФЗТА
Королёва Светлана

РЕЗУЛЬТАТЫ ПЕРЕСМОТРА ПСИХОДИНАМИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ: АЛЬФРЕД АДЛЕР

- Важным этапом в истории психодинамического направления стало появление не очень связанных между собой теорий, авторы которых стремились либо расширить подход Фрейда к личности, либо пересмотреть его.
- Два наиболее выдающихся теоретика, разошедшиеся с Фрейдом и избравшие путь создания своих собственных оригинальных теоретических систем, — Альфред Адлер и Карл Густав Юнг. Оба они с самого начала были участниками психоаналитического движения и горячо поддерживали широту и новизну системы Фрейда. Однако со временем они заявили о своем несогласии с тем, что учитель придавал чрезмерно большое значение сексуальности и агрессии, считая их средоточием человеческой жизни.

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

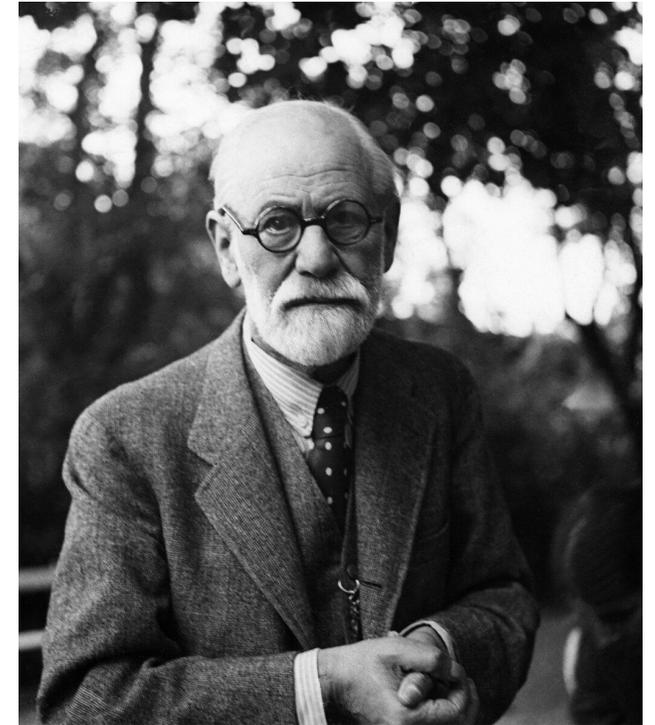


Альфред Адлер

- Альфред Адлер (Alfred Adler) родился в Вене 7 февраля 1870 года, третьим из шести детей. Как и Фрейд, он был сыном еврея-торговца, принадлежавшего к среднему классу общества. Однако в то время, как Фрейд рос в районе, напоминающем гетто, и на всю жизнь сохранил в сознании свою принадлежность к преследуемому меньшинству, Адлер принял свое этническое происхождение легко. В районе, где он рос, было мало еврейских детей, и поэтому его акцент и кругозор были скорее венскими, чем еврейскими. В отличие от Фрейда, часто возвращавшегося к этой теме, Адлер не делал никаких заявлений по поводу антисемитизма, а в зрелые годы принял протестантскую веру.
- В первых классах школы Адлер учился весьма посредственно. Он не успевал по математике и вынужден был остаться на второй год. В 18 лет Адлер поступил в Венский университет, бывший в то время одним из ведущих европейских медицинских центров. Он увлекся социализмом и участвовал во многих политических собраниях. На одном из них он встретил свою будущую жену, Раису Эпштейн, студентку из России, которая тоже училась в Венском университете. В 1897 году они поженились. Адлер получил медицинскую степень в 1895 году.

ОСНОВНЫЕ ТЕЗИСЫ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

- Адлера часто представляют как ученика Фрейда, взбунтовавшегося в конце концов против своего учителя и начавшего создавать свои собственные концепции. Однако внимательное знакомство с его жизнью и творчеством показывает, что на самом деле он был коллегой Фрейда, и ни в коем случае не следует воспринимать его как «неофрейдиста». В его ранних работах, где угадываются ростки будущих теорий, он весьма критично характеризует период сотрудничества с Фрейдом (Ellenberger, 1970). Более того, Адлер никогда не учился под руководством Фрейда и никогда не подвергался психоанализу сам, что является необходимым условием для получения права стать практикующим психоаналитиком (Orgler, 1972). К сожалению, Адлер и Фрейд не примирились после разрыва их отношений в 1911 году, и Фрейд оставался враждебно настроенным к Адлеру в течение всей жизни. Как покажет обсуждение основных концепций Адлера, большинство положений его индивидуальной психологии развивались как антитезисы теории Фрейда.



З.Фрейд

1. ИНДИВИДУУМ КАК ЕДИНОЕ И САМОСОГЛАСУЮЩЕЕСЯ ЦЕЛОЕ

- Представление о том, что человек является единым и самосогласующимся организмом, составляет главную посылку адлеровской психологии (Adler, 1927a). Адлер дал своей теории название «индивидуальная психология», поскольку в латыни «individuum» означает «неделимый» — то есть означает сущность, которую нельзя разделить. Адлер исходил из того, что ни одно проявление жизненной активности нельзя рассматривать в изоляции, а лишь только в соотношении с личностью в целом. Индивидуум представляет собой неделимое целое как в отношении взаимосвязи между мозгом и телом, так и в отношении психической жизни. По убеждению Адлера, главное требование к индивидуальной психологии состоит в том, чтобы доказать это единство в каждом индивидууме: в его мышлении, чувствах, действиях, так называемом сознании и бессознательном, в каждом проявлении личности. Структуру самосогласующейся и единой личности Адлер определял как стиль жизни. В этой концепции более, чем в какой-либо другой, выражена его попытка рассматривать человека как единое целое.

2. ЧЕЛОВЕЧЕСКАЯ ЖИЗНЬ КАК АКТИВНОЕ СТРЕМЛЕНИЕ К СОВЕРШЕНСТВУ

- Рассмотрение человека как органичной целостности требует единого психодинамического принципа. Адлер вывел его из самой жизни, а именно из того обстоятельства, что жизнь невозможно представить себе без непрерывного движения в направлении роста и развития. Только в движении по направлению к лично значимым целям индивидум может быть воспринят как единое и самосогласующееся целое.
- Утверждая, что человек стремится к совершенству, Адлер исходил из соображения, что люди не отталкиваются от внутренних или внешних причин, а скорее, тянутся вперед — они всегда находятся в движении к лично значимым жизненным целям. Цели, которые люди ставят перед собой, а также индивидуальные пути их достижения дают ключ к пониманию того, какое значение они придают своей жизни. По мнению Адлера, эти жизненные цели в значительной степени выбираются индивидуально, а следовательно, 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.

3. ИНДИВИДУУМ КАК ТВОРЧЕСКОЕ И САМООПРЕДЕЛЯЮЩЕЕСЯ ЦЕЛОЕ

- Признавая значение наследственности и окружающей среды в формировании личности, Адлер настаивал на том, что индивидуум — нечто большее, чем только продукт этих двух влияний (Adler, 1964). А именно, он считал, что 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.
- Именно эта убежденность в творческой природе и свободе человека более, чем что либо другое, побуждает многих психологов считать Адлера предвестником современной гуманистической психологии.

4. СОЦИАЛЬНАЯ ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ ИНДИВИДУУМА

- Адлеровское целостное видение природы человека было всеобъемлющим. Он понимал человека не только как целостную систему взаимосвязей, взятую в отдельности, но также как интегральную составную часть больших систем — семьи, сообщества: «Индивидуальная психология рассматривает и исследует индивидуума включенным в общество. Мы отказываемся рассматривать и изучать человека изолированно от него» (Adler, 1956, p. 2). Ведущим в теории Адлера является положение, согласно которому все поведение человека происходит в социальном контексте, и суть человеческой природы можно постичь только через понимание социальных отношений. Более того, у каждого человека есть естественное чувство общности, или социальный интерес, — врожденное стремление вступать во взаимные социальные отношения сотрудничества. Таким образом, индивидуальная психология полагает необходимой гармонию объединения и сотрудничества между человеком и обществом, а конфликт между ними считает неестественным. Акцент на социальных детерминантах поведения настолько важен в концепции Адлера, что он приобрел репутацию первого социального психолога в современной теории психологии.

5. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ СУБЪЕКТИВНОСТЬ

- Твердо придерживаясь феноменологической традиции, Адлер считал, что поведение всегда зависит от мнения людей о себе и об окружении, в которое они должны вписываться. Люди живут в ими же созданном мире, в соответствии с их собственной «схемой апперцепции». Далее Адлер доказывал, что люди мотивированы *фиктивными* целями — личными мнениями о настоящих и будущих событиях, регулирующими их поведение. Например, человек может в своей жизни руководствоваться кредо «честность — лучшая политика», или «каждый за себя», или уверенностью в том, что в загробной жизни добродетель будет вознаграждена, а порок наказан. Адлер полагает, что люди ведут себя в соответствии с этими личными убеждениями, независимо от того, являются они объективно реальными или нет.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПЦИИ И ПРИНЦИПЫ

Адлер был убежден в том, что главная цель теории личности — служить экономным и полезным ориентиром для терапевтов, а по большому счету и для любого человека на пути изменений в сторону психологически более здорового поведения (Adler, 1964). В отличие от Фрейда, он сформулировал очень экономичную теорию личности в том смысле, что в основании всего теоретического сооружения лежит ограниченное количество ключевых концепций и принципов. Последние можно подразделить на семь пунктов:

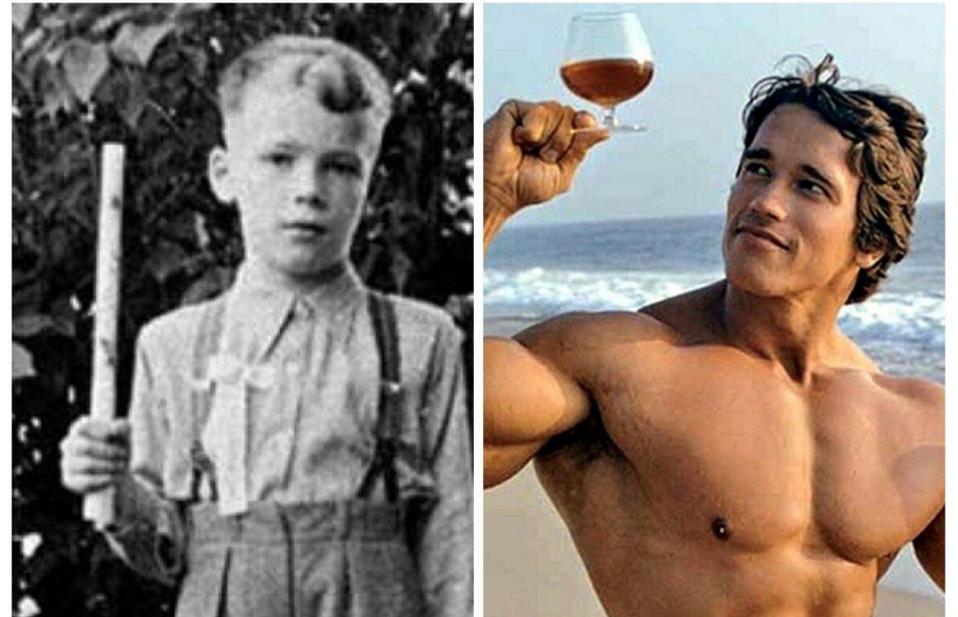
- 1) чувство неполноценности и компенсация;
- 2) стремление к превосходству;
- 3) стиль жизни;
- 4) социальный интерес;
- 5) творческое «Я»;
- 6) порядок рождения;
- 7) фикционный финализм.



1. ЧУВСТВО НЕПОЛНОЦЕННОСТИ И КОМПЕНСАЦИЯ

- В самом начале своей карьеры, когда он еще сотрудничал с Фрейдом, Адлер опубликовал монографию, озаглавленную «Исследование неполноценности органа и ее психической компенсации» (Adler, 1907/1917b). В этой работе он развил теорию о том, почему одно заболевание беспокоит человека больше, чем другое, и почему одни участки тела болезнь поражает скорее, чем другие. Он предположил, что у каждого индивидуума какие-то органы слабее других, и это делает его более восприимчивым к болезням и поражениям именно данных органов. Более того, Адлер считал, что у каждого человека происходит заболевание именно того органа, который был менее развит, менее успешно функционировал и, в целом, был «неполноценным» от рождения. Так, например, некоторые люди рождаются с тяжелой аллергией, что может привести к повреждению, скажем, легких. Эти люди могут страдать частыми бронхитами или инфекционными заболеваниями верхних дыхательных путей. Адлер впоследствии наблюдал, что люди с выраженной органической слабостью или дефектом часто стараются компенсировать эти дефекты путем тренировки и упражнений, что нередко приводит к развитию выдающегося мастерства или силы: «Почти у всех выдающихся людей мы находим дефект какого-либо органа; складывается впечатление, что они очень страдали в начале жизни, но боролись и преодолели свои трудности» (Adler, 1931, p. 248).

- Конечно, в идее о том, что организм пытается компенсировать свою слабость, не было ничего нового. Врачам давно было известно, что если, например, одна почка плохо функционирует, другая берет на себя ее функции и несет двойную нагрузку. Но Адлер указал на то, что этот процесс компенсации имеет место в психической сфере: люди часто стремятся не только компенсировать недостаточность органа, но у них также появляется субъективное чувство неполноценности, которое развивается из ощущения собственного психологического или социального бессилия.



2. СТРЕМЛЕНИЕ К ПРЕВОСХОДСТВУ

- Как уже было отмечено, Адлер полагал, что чувство неполноценности является источником всех устремлений человека к саморазвитию, росту и компетентности. Но какова же конечная цель, ради которой мы боремся и которая обеспечивает меру постоянства и целостности нашей жизни? Движет ли нами потребность попросту избавиться от чувства неполноценности? Или мы мотивированы стремлением безжалостно доминировать над другими? Или, быть может, нам нужен высокий статус? В поиске ответов на эти вопросы представления Адлера заметно менялись со временем. Таким образом, в его рассуждениях о конечной цели человеческой жизни было три различных этапа: быть агрессивным, быть могущественным и быть недостижимым.
- В последние годы жизни Адлер пришел к выводу о том, что стремление к превосходству является фундаментальным законом человеческой жизни; это «нечто, без чего жизнь человека невозможно представить» (Adler, 1956, p. 104). Эта «великая потребность возвыситься» от минуса до плюса, от несовершенства до совершенства и от неспособности до способности смело встречать лицом к лицу жизненные проблемы развита у всех людей. Трудно переоценить значение, которое Адлер придавал этой движущей силе. Он рассматривал стремление к превосходству (достижение наибольшего из возможного), как главный мотив в своей теории.
- Адлер был убежден в том, что стремление к превосходству является врожденным и что мы никогда от него не освободимся, потому что это стремление и есть сама жизнь.

3. СТИЛЬ ЖИЗНИ

- Стиль жизни, в первоначальном варианте «жизненный план», или «путеводный образ», представляет собой наиболее характерную особенность динамической теории личности Адлера. В этой концепции, по существу идеографической, представлен уникальный для индивидуума способ адаптации к жизни, особенно в плане поставленных самим индивидуумом целей и способов их достижения. Согласно Адлеру, стиль жизни включает в себя уникальное соединение черт, способов поведения и привычек, которые, взятые в совокупности, определяют неповторимую картину существования индивидуума.
- С точки зрения Адлера, стиль жизни настолько прочно закрепляется в возрасте четырех или пяти лет, что впоследствии почти не поддается тотальным изменениям. Конечно, люди продолжают находить новые способы выражения своего индивидуального жизненного стиля, но это, в сущности, является только совершенствованием и развитием основной структуры, заложенной в раннем детстве. Сформированный таким образом стиль жизни сохраняется и становится главным стержнем поведения в будущем. Другими словами, все, что мы делаем, формируется и направляется нашим, единственным в своем роде, стилем жизни. От него зависит, каким сторонам своей жизни и окружения мы будем уделять внимание, а какие будем игнорировать. Все наши психические процессы (например, восприятие, мышление и чувства) организованы в единое целое и приобретают значение в контексте нашего стиля жизни.

4. СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕРЕС

- Еще одна концепция, имеющая решающее значение в индивидуальной психологии Адлера — это *социальный интерес*. Концепция социального интереса отражает стойкое убеждение Адлера в том, что мы, люди, являемся социальными созданиями, и если мы хотим глубже понять себя, то должны рассматривать наши отношения с другими людьми и, еще более широко, — социально-культурный контекст, в котором мы живем. Но даже в большей степени данная концепция отражает принципиальные, хотя и постепенные изменения во взглядах Адлера на то, что же представляет собой огромная направляющая сила, лежащая в основе всех человеческих стремлений.



- Адлер считал, что предпосылки социального интереса являются врожденными. Поскольку каждый человек обладает им в некоторой степени, он является социальным созданием по своей природе, а не в результате образования привычки. Социальный интерес развивается в социальном окружении. Другие люди — прежде всего мать, а затем остальные члены семьи — способствуют процессу его развития. Однако именно мать, контакт с которой является первым в жизни ребенка и оказывает на него наибольшее влияние, прилагает огромные усилия к развитию социального интереса. По сути, Адлер рассматривает материнский вклад в воспитание как двойной труд: поощрение формирования зрелого социального интереса и помощь в направлении его за пределы сферы материнского влияния. Обе функции осуществлять нелегко, и на них всегда в той или иной степени влияет то, как ребенок объясняет поведение матери.
- Адлер рассматривал отца как второй по важности источник влияния на развитие у ребенка социального интереса. Во-первых, у отца должна быть позитивная установка по отношению к жене, работе и обществу. Вдобавок к этому, его сформированный социальный интерес должен проявляться в отношениях с детьми. По Адлеру, идеальный отец тот, кто относится к своим детям как к равным и принимает активное участие, наряду с женой, в их воспитании. Отец должен избегать двух ошибок: эмоциональной отгороженности и родительского авторитаризма, имеющих, как ни странно, одинаковые последствия. Дети, чувствующие отчужденность родителей, обычно преследуют скорее цель достижения личного превосходства, чем превосходства, основанного на социальном интересе. Родительский авторитаризм также приводит к дефектному стилю жизни. Дети деспотичных отцов тоже учатся бороться за власть и личное, а не социальное превосходство.

- Наконец, согласно Адлеру, огромное влияние на развитие у ребенка социального чувства оказывают отношения между отцом и матерью. Так, в случае несчастливого брака у детей мало шансов для развития социального интереса. Если жена не оказывает эмоциональной поддержки мужу и свои чувства отдает исключительно детям, они страдают, поскольку чрезмерная опека гасит социальный интерес. Если муж открыто критикует свою жену, дети теряют уважение к обоим родителям. Если между мужем и женой разлад, дети начинают играть с одним из родителей против другого. В этой игре в конце концов проигрывают дети: они неизбежно много теряют, когда их родители демонстрируют отсутствие взаимной любви.



5. ТВОРЧЕСКОЕ «Я»

- Концепция творческого «Я» является самым главным конструктом адлеровской теории, его высшим достижением как персонолога. Когда он открыл и ввел в свою систему этот конструкт, все остальные концепции заняли по отношению к нему подчиненное положение. В нем воплотился активный принцип человеческой жизни; то, что придает ей значимость. Именно это искал Адлер. Он утверждал, что стиль жизни формируется под влиянием творческих способностей личности. Иными словами, каждый человек имеет возможность свободно создавать свой собственный стиль жизни. В конечном счете, сами люди ответственны за то, кем они становятся и как они себя ведут. Эта творческая сила отвечает за цель жизни человека, определяет метод достижения данной цели и способствует развитию социального интереса. Та же самая творческая сила влияет на восприятие, память, фантазии и сны. Она делает каждого человека свободным (самоопределяющимся) индивидуумом.
- Где истоки творческой силы человека? Что побуждает ее развиваться? Адлер не полностью ответил на эти вопросы. Лучшим ответом на первый вопрос скорее всего будет следующий: творческая сила человека представляет собой результат долгой истории эволюции. Люди обладают творческой силой, потому что они являются людьми. Мы знаем, что творческие способности расцветают в раннем детстве, и это сопутствует развитию социального интереса, но почему именно и как он развивается, пока остается без объяснений. Тем не менее, их присутствие дает нам возможность создавать наш собственный уникальный стиль жизни, исходя из способностей и возможностей, данных наследственностью и окружением. В адлеровской концепции творческого «Я» отчетливо звучит его убежденность в том, что люди являются хозяевами своей собственной судьбы.

6. ПОРЯДОК РОЖДЕНИЯ

- По Адлеру, порядок рождения (позиция) ребенка в семье имеет решающее значение. Особенно важно восприятие ситуации, что скорее всего сопутствует определенной позиции. То есть от того, какое значение придает ребенок сложившейся ситуации, зависит, как повлияет порядок его рождения на стиль жизни. Более того, поскольку это восприятие субъективно, у детей, находящихся в любой позиции, могут вырабатываться любые стили жизни. Однако в целом определенные психологические особенности оказались характерными именно для конкретной позиции ребенка в семье.



ПЕРВЕНЕЦ (СТАРШИЙ РЕБЕНОК).

- Согласно Адлеру, положение первенца можно считать завидным, пока он — единственный ребенок в семье. Родители обычно сильно переживают по поводу появления первого ребенка и поэтому всецело отдают себя ему, стремясь, чтобы все было «как полагается». Первенец получает безграничную любовь и заботу от родителей. Он, как правило, наслаждается своим безопасным и безмятежным существованием. Но это продолжается до тех пор, пока следующий ребенок не лишит его своим появлением привилегированного положения. Это событие драматическим образом меняет положение ребенка и его взгляд на мир.
- Адлер часто описывал положение первенца при рождении второго ребенка, как положение «монарха, лишённого трона», и отмечал, что этот опыт может быть очень травматичным. Когда старший ребенок наблюдает, как его младший брат или сестра побеждает в соревновании за родительское внимание и нежность, он, естественно, будет склонен отвоевывать свое верховенство в семье. Однако это сражение за возвращение прежней центральной позиции в семейной системе с самого начала обречено на неудачу — прежнего не вернуть, как бы первенец не старался. Со временем ребенок осознает, что родители слишком заняты, слишком задерганы или слишком равнодушны, чтобы терпеть его инфантильные требования. Кроме того, у родителей гораздо больше власти, чем у ребенка, и они отвечают на его трудное поведение (требование к себе внимания) наказанием. В результате подобной семейной борьбы первенец «приучает себя к изоляции» и осваивает стратегию выживания в одиночку, не нуждаясь в чьей-либо привязанности или одобрении. Адлер также полагал, что самый старший ребенок в семье скорее всего консервативен, стремится к власти и предрасположен к лидерству. Поэтому он часто становится хранителем семейных установок и моральных стандартов.

ЕДИНСТВЕННЫЙ РЕБЕНОК

- . Адлер считал, что позиция единственного ребенка уникальна, потому что у него нет других братьев или сестер, с которыми ему приходилось бы конкурировать. Это обстоятельство, наряду с особой чувствительностью к материнской заботе, часто приводит единственного ребенка к сильному соперничеству с отцом. Он слишком долго и много находится под контролем матери и ожидает такой же защиты и заботы от других. Главной особенностью этого стиля жизни становится зависимость и эгоцентризм.
- Такой ребенок на протяжении всего детства продолжает быть средоточием жизни семьи. Однако позднее он как бы внезапно пробуждается и открывает для себя, что больше не находится в центре внимания. Единственный ребенок никогда ни с кем не делил своего центрального положения, не боролся за эту позицию с братьями или сестрами. В результате у него часто бывают трудности во взаимоотношениях со сверстниками.

ВТОРОЙ (СРЕДНИЙ) РЕБЕНОК.

- Второму ребенку с самого начала задает темп его старший брат или старшая сестра: ситуация стимулирует его побивать рекорды старшего сиблинга. Благодаря этому нередко темп его развития оказывается более высоким, чем у старшего ребенка. Например, второй ребенок может раньше, чем первый, начать разговаривать или ходить. «Он ведет себя так, как будто состязается в беге, и если кто-нибудь вырвется на пару шагов вперед, он поспешит его опередить. Он все время мчится на всех парах» (Adler, 1931, p. 148).
- В результате второй ребенок вырастает соперничающим и честолюбивым. Его стиль жизни определяет постоянное стремление доказать, что он лучше своего старшего брата или сестры. Итак, для среднего ребенка характерна ориентация на достижения. Чтобы добиться превосходства, он использует как прямые, так и окольные методы. Адлер также полагал, что средний ребенок может ставить перед собой непомерно высокие цели, что фактически повышает вероятность возможных неудач. Интересно отметить, что Адлер сам был средним ребенком в семье.

ПОСЛЕДНИЙ РЕБЕНОК (САМЫЙ МЛАДШИЙ).

- Положение последнего ребенка уникально во многих отношениях. Во-первых, он никогда не испытывает шока «лишения трона» другим siblingом и, будучи «малышом» или «баловнем» семьи, может быть окружен заботой и вниманием со стороны не только родителей, но, как это бывает в больших семьях, старших братьев и сестер. Во-вторых, если родители ограничены в средствах, у него практически нет ничего своего, и ему приходится пользоваться вещами других членов семьи. В-третьих, положение старших детей позволяет им задавать тон; у них больше привилегий, чем у него, и поэтому он испытывает сильное чувство неполноценности, наряду с отсутствием чувства независимости.
- Несмотря на это, младший ребенок обладает одним преимуществом: у него высокая мотивация превзойти старших siblingов. В результате он часто становится самым быстрым пловцом, лучшим музыкантом, наиболее честолюбивым студентом. Адлер иногда говорил о «борющемся младшем ребенке», как о возможном будущем революционере.

7. ФИКЦИОННЫЙ ФИНАЛИЗМ

- Адлер развивал мысль о том, что наши основные цели (те цели, которые определяют направление нашей жизни и ее назначение) представляют собой *фиктивные цели*, соотнесенность которых с реальностью невозможно ни проверить, ни подтвердить. Некоторые люди, например, могут выстраивать свою жизнь, исходя из представления о том, что напряженная работа и чуть-чуть удачи помогают достичь почти всего. С точки зрения Адлера, это утверждение — просто *фикция*, потому что многие, кто напряженно работают, не получают ничего из того, что заслуживают.
- В заключение следует сказать, что концепция фикционного финализма показывает, какое значение придавал Адлер телеологическому или ориентированному на цель подходу к проблеме мотивации человека. В его понимании, на личность большее влияние оказывают субъективные ожидания того, что может произойти, чем прошлый опыт. Наше поведение направляется осознанием фиктивной жизненной цели. Эта цель существует не в будущем, а в нашем актуальном восприятии будущего. Хотя фиктивных целей объективно не существует, они, тем не менее, оказывают колоссальное влияние на наше стремление к превосходству, совершенству и целостности