

A stack of white papers with blue lines, slightly blurred, set against a light blue background.A blurred image of a clock face with numbers, set against a light blue background.

***Индивидуальная  
теория личности***

A stack of white papers with blue lines, slightly blurred, set against a light green background.A yellow clock with black numbers and hands, set against a yellow background.

**Альфреда Адлера**

# Биографический очерк



Альфред Адлер (7 февраля 1870 — 28 мая 1937)— австрийский психолог, психиатр и мыслитель, один из предшественников неопрейдизма, создатель системы индивидуальной психологии. Его собственный жизненный путь, возможно, явился важным подспорьем в создании концепции индивидуальной теории.



- Альфред Адлер родился в Вене 7 февраля 1870 года, третьим из шести детей. Он был сыном еврея-торговца, принадлежавшего к среднему классу общества. Рос в районе, напоминающем гетто, в этом районе было мало еврейских детей, поэтому его акцент и кругозор были скорее венскими, чем еврейскими.
- Адлер описывал свое детство, как трудное и несчастливое время. Он наслаждался материнской любовью в течение первых двух лет жизни (пока не родился младший брат). Потом он приобрел особое расположение отца, чьим любимцем оставался в течение всего детства. Когда ему было три года, его младший брат умер в постели, стоявшей рядом с его постелью. Он дважды с трудом избежал перспективы быть убитым в уличных происшествиях. В пять лет он заболел тяжелой формой пневмонии и был очень близок к смерти.
- В первых классах школы Адлер учился весьма посредственно. Он не успевал по математике и вынужден был остаться на второй год. Учитель посоветовал его отцу забрать сына из школы и отдать в ученики к сапожнику. Однако отец побудил сына продолжать учебу, и благодаря упорству и напряженной работе Адлер стал лучшим учеником по математике в классе.
- В 18 лет Адлер поступил в Венский университет. В студенческие годы Адлер самозабвенно окунулся в политику. Он увлекся социализмом и участвовал во многих политических собраниях. На одном из них он встретил свою будущую жену, Раису Эпштейн, студентку из России. В 1897 году они поженились.



- Адлер получил медицинскую степень в 1895 году. С 1902 по 1911 годы он был активным членом кружка, образовавшегося вокруг Зигмунда Фрейда. Но Адлер скоро начал развивать идеи, отличавшиеся от идей Фрейда и сторонников его теории. Его взгляды становились все более несовместимыми с позицией Фрейда. В 1911 году Адлер вышел из Венского психоаналитического общества и основал Общество свободного психоанализа (чтобы досадить Фрейду и его единомышленникам). В 1912 году адлеровское общество стало называться Обществом индивидуальной психологии.
- В 1935 году Адлер с женой переехали в Нью-Йорк, где он получил должность практикующего профессора медицинской психологии в медицинском колледже в Лонг-Айленде и продолжил свою частную психиатрическую практику. Двое из четверых детей Адлера, Александра и Курт, стали психиатрами, как и отец.
- Адлер был неутомимым лектором. Он читал свои лекции непринужденно и пользовался большой популярностью. 28 мая 1937 года во время лекционного турне Адлер внезапно скончался в шотландском городе Абердине. Когда Фрейд узнал о его смерти, он написал своему другу, который был очень расстроен этим известием: "Мне непонятна Ваша симпатия к Адлеру. Для еврейского мальчика из пригорода Вены смерть в Абердине уже сама по себе – неслыханная карьера и доказательство того, как он преуспел. На самом деле мир щедро его вознаграждал за старания на ниве опровержения психоанализа" (Jones, 1957).

# Концепция индивидуальной теории личности

Адлер был убежден в том, что главная цель теории личности – служить экономным и полезным ориентиром для терапевтов и для любого человека на пути изменений в сторону психологически более здорового поведения. В отличие от Фрейда, он сформулировал очень экономичную теорию личности, т.е. в основании теории лежит ограниченное количество ключевых концепций и принципов:

- 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

- чувство неполноценности берет свое начало в детстве (когда ребенок совершенно беспомощен и, чтобы выжить, должен опираться на родителей);
- Адлер различал три вида страданий, испытываемых в детстве: *врожденную физическую неполноценность, чрезмерная опека и отвержение ребенка со стороны родителей;*
- у индивидуума в ответ на чувство неполноценности может появиться гиперкомпенсация, т.е. *комплекс превосходства;*
- этот комплекс выражается в преувеличении своих физических, интеллектуальных или социальных способностей.



## 2) Стремление к превосходству

- стремление к превосходству полностью отличается от комплекса превосходства;
- стремление к превосходству является врожденным, от которого мы никогда не освободимся, потому что это стремление и есть сама жизнь;
- это единый фундаментальный мотив, а не комбинация отдельных побуждений;
- это великое стремление вперед и вверх;
- превосходство как цель может принимать как негативное (деструктивное), так и позитивное (конструктивное) направление;
- стремление к превосходству сопряжено с большими энергетическими тратами и усилиями;
- стремление к превосходству проявляется как на уровне индивидуума, так и на уровне общества.




### 3) СТИЛЬ ЖИЗНИ

- СТИЛЬ ЖИЗНИ - способ адаптации к жизни (особенно в плане поставленных самим индивидуумом целей), включающий в себя уникальное соединение черт, способов поведения и привычек, которые, взятые в совокупности, определяют неповторимую картину существования индивидуума;
- стиль жизни основан на наших усилиях, направленных на преодоление чувства неполноценности и упрочняющих чувство превосходства;
- стиль жизни закрепляется в возрасте 4-5 лет и в дальнейшем почти не изменяется (впоследствии нахождение новых способов выражения индивидуального жизненного стиля - это только совершенствование и развитие основной структуры, заложенной в раннем детстве).







# Типы личности: установки, связанные со стилями жизни




■ Управляющий тип: люди самоуверенные и напористые, с незначительным социальным интересом; для них характерна установка превосходства над внешним миром; сталкиваясь с основными жизненными задачами, они решают их враждебно (н-р: юные правонарушители и наркоманы);



■ Берущий тип: люди, которые удовлетворяют большую часть своих потребностей за счет других; так как они обладают низкой степенью активности, то маловероятно, что они причинят страдания другим ;



■ Избегающий тип: люди без социального интереса, активности, необходимой для решения собственных проблем; они избегают все проблемы в жизни и уходят от всего, что предполагает возможность неудачи.;



■ Социально-полезный тип: люди с высокой степенью социального интереса и высоким уровнем активности; проявляют истинную заботу о других ; воспринимают три основные жизненные задачи – работу, дружбу и любовь; осознают, что решение жизненных задач требует сотрудничества, личного мужества и готовности вносить свой вклад в благоденствие других людей.

## 4) Социальный интерес

- "социальный интерес" происходит от немецкого неологизма Gemeinschaftsgefühl ("социальное чувство", "чувство общности", "чувство солидарности" );
- социальный интерес возникает в отношениях ребенка с матерью, ее задача: воспитать в ребенке чувство сотрудничества, стремление к установлению взаимосвязей и товарищеских отношений;
- отец - второй по важности источник влияния на развитие у ребенка социального интереса; отец должен относиться к своим детям как к равным, принимать активное участие в их воспитании, избегать эмоциональной отгороженности и родительского авторитаризма;
- огромное влияние на развитие у ребенка социального чувства оказывают отношения между отцом и матерью;
- социальный интерес является критерием оценки психического здоровья индивидуума (своеобразным "барометром нормальности" ).



## 5) Творческое Я

- творческое Я – самое главное звено в Индивидуальная теория личности Адлера;
- в "творческом я " воплотился активный принцип человеческой жизни, то, что придает ей значимость;
- творческая сила отвечает за цель жизни человека, определяет метод достижения данной цели, способствует развитию социального интереса, влияет на восприятие, память, фантазии и сны, делает каждого человека свободным индивидуумом;
- в концепции " творческого Я " отчетливо звучит убежденность в том, что люди являются хозяевами своей собственной судьбы.



## 6) Порядок рождения

- порядок рождения (позиция) ребенка в семье имеет решающее значение;
- какое значение ребенок придает сложившейся ситуации, зависит, как повлияет порядок его рождения на стиль жизни:
- 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).

- родители 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 наслаждается своим безопасным и безмятежным существованием, пока следующий ребенок не лишит его своим появлением привилегированного положения - это событие меняет положение ребенка и его взгляд на мир;
- самый старший ребенок в семье скорее всего консервативен, стремится к власти и предрасположен к лидерству; он часто становится хранителем семейных установок и моральных стандартов.



## *Единственный ребенок.*

- позиция единственного ребенка уникальна, потому что у него нет других братьев или сестер, с которыми ему приходилось бы конкурировать;
- такие дети особо чувствительны к материнской заботе, что приводит к сильному соперничеству с отцом;
- главная особенность этого стиля жизни - зависимость и эгоцентризм;
- единственные дети в семье имеют трудности во взаимоотношениях со сверстниками, т.к. на протяжении всего детства были средоточием жизни семьи.



## *Второй (средний) ребенок.*

- ситуация стимулирует его побивать рекорды старшего брата или сестры;
- благодаря этому нередко темп его развития оказывается более высоким, чем у старшего ребенка;
- второй ребенок вырастает соперничающим и честолюбивым;
- его стиль жизни - стремление доказать, что он лучше своего старшего брата или сестры;
- для среднего ребенка характерна ориентация на достижения;
- чтобы добиться превосходства, он использует как прямые, так и окольные методы.



## Последний ребенок (самый младший).

- последний ребенок никогда не испытывает шока лишения привилегированного положения; он окружен заботой и вниманием со стороны не только родителей, но старших братьев и сестер;
- если родители ограничены в средствах, у него практически нет ничего своего, и ему приходится пользоваться вещами других членов семьи;
- он испытывает сильное чувство неполноценности, наряду с отсутствием чувства независимости, т.к. старшие дети задают тон и у них больше привилегий;
- у последнего ребенка высокая мотивация превзойти старших детей, т.е. он становится самым быстрым, самым ловким, самым метким и т.д.





# 7) Фикционный финализм

- *фикционный финализм* (фикция от лат. «выдумка, вымысел») – идея о том, что поведение индивидуума подчинено им самим намеченным целям в отношении будущего;
- стремление индивидуума к превосходству управляется выбранной им фиктивной целью;
- фиктивные цели не имеют аналогов в реальности, они часто помогают нам более эффективно разрешать жизненные проблемы;
- если фиктивные цели не выполняют функции ориентира в повседневной жизни, их следует или изменить, или отбросить;
- фиктивные цели могут также быть опасными и пагубными для личности (н-р.: убежденность нацистов в превосходстве арийской расы над всеми остальными. Эта идея не имела под собой реальной почвы, но А.Гитлер убедил многих немцев действовать, исходя из того, что арийцы – выдающаяся раса.) ;
- фиктивных целей объективно не существует, они оказывают влияние на наше стремление к превосходству, совершенству и цельности.

