

# ТЕМА № 2. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ А. АДЛЕРА

---

## План лекции:

- 1. Краткая биография
- 2. Основные положения теории личности.
- 3. Теория типов личности.

# МОДЕЛЬ САМОРЕАЛИЗАЦИИ: СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

---

- В актуализационном варианте модели самореализации предполагается, что человек пытается стать тем, что соответствует его врожденным потенциальным возможностям.
- Если человек обладает генами, детерминирующими высокий интеллект, то самореализация будет подразумевать жизнь, в которой будут часты интеллектуальные усилия.
- Самореализация следует курсом, определяемым чем-то вроде генетического проекта.

- **Вариант совершенствования в рамках модели самореализации** отличается достаточно сильно.
- В варианте совершенствования самореализация следует курсом, определяемым идеалами и ценностями, касающимися хорошей жизни.
- Эти идеалы и ценности не должны отражать врожденные и генетически детерминированные возможности человека.
- В действительности сторонники теорий совершенствования часто подчеркивают стремление человека перебороть реальные или воображаемые недостатки.
- Вариант совершенствования – это проявление идеализма, в то время как вариант самоактуализации – проявление гуманизма. Самый яркий пример модели совершенствования – **теория Альфреда Адлера**

# 1. КРАТКАЯ БИОГРАФИЯ

- 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.
- Адлер описывал свое детство, как трудное и несчастливое время.
- Он наслаждался материнской любовью в течение первых двух лет жизни, но пора нежности закончилась с рождением младшего брата.
- Потом он приобрел особое расположение отца, чьим любимцем оставался в течение всего детства.
- В ранние годы его постоянно окружали болезни и смерть — когда ему было три года, его младший брат умер в постели, стоявшей рядом с его постелью.
- 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, так как он, видимо, не способен ни на что другое.
- 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, бывший в то время одним из ведущих европейских медицинских центров.

- Адлер получил медицинскую степень в 1895 году. Некоторое время после этого он специализировался в офтальмологии, работая в захудалой части города. Затем, после прохождения практики по общей медицине, он стал психиатром.
- 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 сложил с себя обязанности президента Венского психоаналитического общества и вышел из него. Одновременно Общество покинули 9 из 23 членов, с которыми он и основал Общество свободного психоанализа — большей частью из желания досадить Фрейду и некоторым из его преданных единомышленников.

- В следующем, 1912 году название адлеровского общества было изменено, и оно стало Обществом индивидуальной психологии.
- Когда с приходом к власти Гитлера по Европе прокатилась волна тоталитаризма, он предугадал катастрофу и понял, что если психология где-нибудь и выживет, то только в Америке.
- В 1935 году Адлер с женой обосновались в Нью-Йорке.
- 28 мая 1937 года во время лекционного турне Адлер внезапно скончался в шотландском городе Абердине.

# ИНДИВИДУУМ КАК ЕДИНОЕ И САМОСОГЛАСУЮЩЕЕСЯ ЦЕЛОЕ

- Представление о том, что человек является единым и самосогласующимся организмом, составляет главную посылку адлеровской психологии.
- 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

## 2. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ.

---

- Краеугольным камнем в системе взглядов Адлера является положение о том, что индивидуум не может быть отделен от социума.
- Адлер подчеркивал *социальные детерминанты* личности.
- Другие значимые темы, поднятые венским психиатром, сфокусированы на способности людей:
  - - творить свою судьбу;
  - - преодолевать примитивные побуждения и неконтролируемую среду в борьбе за более удовлетворительную жизнь;
  - - совершенствовать себя и окружающий мир посредством самопознания.

- В отличие от Фрейда, Адлер 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

## 2.1. ЧУВСТВО НЕПОЛНОЦЕННОСТИ И КОМПЕНСАЦИЯ

- Вначале Адлер разработал представление о неполноценности органа для объяснения локализации болезни в одной части тела, а не в другой. Идея заключается в том, что организм ломается в своих слабых местах, а эти слабые места определяются особенностями наследственности или развития.
- По мере того как взгляды Адлера становились более психологическими по своей ориентации, он разрабатывал идею о том, что люди пытаются скомпенсировать неполноценность органов и что эти попытки компенсации оказывают важное влияние на их жизнедеятельность.
- Компенсаторное усилие может быть направлено на сам неполноценный орган, как в случае Демосфена, который был в детстве заикой, а затем стал благодаря собственным усилиям одним из величайших ораторов мира, или на усиление других, но связанных с неполноценным, органов,

- По мере углубления своего психологического опыта Адлер расширил понятие неполноценности органов и включил туда **любое чувство неполноценности**, вызванное либо реальным физическим недостатком, либо субъективно переживаемым ощущением собственной психологической или социальной несостоятельности.
- Последним шагом стало принятие точки зрения, в соответствии с которой чувства неполноценности имеют первостепенную значимость и что такие чувства возникают от незавершенности или несовершенства в любой сфере жизни.
- Для Адлера чувство неполноценности – это субъективно воспринимаемая сторона стремления к превосходству.
- Целью тенденции стремиться к превосходству является полное совершенство, что ведет в определенном смысле к преодолению любых ограничений в потенциальных возможностях.

- Таким образом, согласно Адлеру, фактически все, что делают люди, имеет целью преодоление ощущения своей неполноценности и упрочение чувства превосходства.
- Однако ощущение неполноценности по разным причинам может у некоторых людей стать чрезмерным.
- В результате появляется комплекс неполноценности — преувеличенное чувство собственной слабости и несостоятельности.
- Адлер различал три вида страданий, испытываемых в детстве, которые способствуют развитию комплекса неполноценности: *неполноценность органов, чрезмерная опека и отвержение со стороны родителей.*
- Однако, независимо от обстоятельств, играющих роль почвы для появления чувства неполноценности, у индивидуума может в ответ на них появиться гиперкомпенсация и, таким образом, развивается то, что Адлер назвал *комплексом превосходства*. Этот комплекс выражается в тенденции преувеличивать свои физические, интеллектуальные или социальные

## 2.2. СТРЕМЛЕНИЕ К ПРЕВОСХОДСТВУ

---

- 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.

## 2.3. СТИЛЬ ЖИЗНИ

---

- Выражение стремления к превосходству со временем приводит к формированию стиля жизни.
- **Стиль жизни** – это система характеристик, определяемая как чувством неполноценности, так и попытками компенсации, свойственными человеку.
- Но стиль жизни – это не то же самое, что эти чувства и компенсации, это скорее привычки и личностные черты, сформировавшиеся на их основе.
- Как понятие о типе характера в психоаналитической теории понятие стиля жизни обозначает различия между людьми и поэтому относится к **периферии личности**.
- Одно широкое разграничение между стилями жизни объединяет **конструктивные** стили в противоположность **деструктивным**.
- К развитию конструктивных или деструктивных стилей жизни ведет семейная атмосфера в течение первых лет жизни.

- 
- Если родители уважают и поощряют ребенка, у него сформируется **конструктивный** стиль.
  - **Деструктивный** стиль является результатом неуважения и невнимания, проявляемых родителями.
  - Конструктивные стили, являющиеся высшими формами жизни, определяются в терминах *сотрудничества и благородного взаимодействия с людьми в процессе стремления к совершенству.*
  - Деструктивные стили определяются в терминах *соперничества и зависти по отношению к другим в стремлении к совершенству.*
  - Ни в конструктивных, ни в деструктивных стилях жизни не делается значительного акцента на понятии защиты.

- Стадии развития не выделяются.
- Особое внимание уделено семейным констелляциям и семейной атмосфере.
- Под семейной констелляцией понимаются социологические характеристики семьи, влияющие на особенности каждого ее члена, такие, как **последовательность рождения детей** и наличие в семье отца.
- Семейная атмосфера определяется качеством эмоциональных отношений между членами семьи.
- Семейная констелляция (например, единственный или старший ребенок) влияет на то, какова будет специфика проблем ребенка.
- Если в семье уделяется внимание инициативе, ребенок будет активен, в противном случае для него будет характерна пассивность.

## 2.4.ТИПЫ ЛИЧНОСТИ: УСТАНОВКИ, СВЯЗАННЫЕ СО СТИЛЯМИ ЖИЗНИ.

- Сама классификация построена по принципу двухмерной схемы, где одно измерение представлено «социальным интересом», а другое — «степенью активности». Социальный интерес представляет собой чувство эмпатии ко всем людям; проявляется он в сотрудничестве с другими скорее ради общего успеха, чем для личных выгод.
- В теории Адлера социальный интерес выступает основным критерием психологической зрелости; его противоположностью является эгоистический интерес. *Степень активности* имеет отношение к тому, как человек подходит к решению жизненных проблем.
- Понятие «степень активности» совпадает по значению с современными понятиями «возбуждения» или «уровень энергии»

▣ ***Управляющий тип.*** Люди самоуверенные и напористые, с незначительным социальным интересом, если он вообще присутствует. Они активны, но не в социальном плане. Следовательно, их поведение не предполагает заботы о благополучии других. Для них характерна установка превосходства над внешним миром. Сталкиваясь с основными жизненными задачами, они решают их во враждебной, антисоциальной манере. Юные правонарушители и наркоманы — два примера людей, относящихся к управляющему типу по Адлеру.

- 
- ▣ ***Берущий тип.*** Как следует из названия, люди с подобной установкой относятся к внешнему миру паразитически и удовлетворяют большую часть своих потребностей за счет других. У них нет социального интереса. Их основная забота в жизни — получить от других как можно больше. Однако, так как они обладают низкой степенью активности, то маловероятно, что они причинят страдания другим.

□ **Избегающий тип.** У людей этого типа нет ни достаточного социального интереса, ни активности, необходимой для решения своих собственных проблем. Они больше опасаются неудачи, чем стремятся к успеху, их жизнь характеризуется социально-бесполезным поведением и бегством от решения жизненных задач. Иначе говоря, их целью является избегание всех проблем в жизни, и поэтому они уходят от всего, что предполагает возможность неудачи.

- **Социально-полезный тип.** Этот тип человека — воплощение зрелости в системе взглядов Адлера. В нем соединены высокая степень социального интереса и высокий уровень активности. Являясь социально ориентированным, такой человек проявляет истинную заботу о других и заинтересован в общении с ними. Он воспринимает три основные жизненные задачи — работу, дружбу и любовь — как социальные проблемы. Человек, относящийся к данному типу, осознает, что решение этих жизненных задач требует сотрудничества, личного мужества и готовности вносить свой вклад в благоденствие других людей.
- В двухмерной теории установок, сопутствующих стилям жизни, отсутствует одна возможная комбинация; высокий социальный интерес и низкая активность. Однако невозможно иметь высокий социальный интерес и не обладать высокой активностью. Иными словами, индивидуумам, имеющим высокий социальный интерес, приходится делать что-то, что принесет пользу другим людям.

## 2.5. 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

## 2.6. ПОРЯДОК РОЖДЕНИЯ

- Исходя из важной роли социального контекста в развитии личности, Адлер обратил внимание на порядок рождения, как основную детерминанту установок, сопутствующих стилю жизни.
- А именно: если у детей одни и те же родители, и они растут примерно в одних и тех же семейных условиях, у них все же нет идентичного социального окружения.
- Опыт старшего или младшего ребенка в семье по отношению к другим детям, особенности влияния родительских установок и ценностей — все это меняется в результате появления в семье следующих детей и сильно влияет на формирование стиля жизни.

- 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.

## 2.7. 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.

- По Адлеру, стремление индивидуума к превосходству управляется выбранной им фиктивной целью.
- Он также полагал, что превосходство как фиктивная цель является результатом самостоятельно принятого решения; эта цель сформирована собственной творческой силой индивидуума, что делает ее индивидуально-уникальной. Т
- аким образом, стремление к превосходству как к фиктивной цели, являясь субъективно понимаемым идеалом, имеет огромное значение.
- Когда фиктивная цель индивидуума известна, все последующие действия наполняются смыслом, и его «история жизни» приобретает дополнительное объяснение.

# ИТАК, ОСНОВНАЯ ТЕНДЕНЦИЯ ЯДРА ЛИЧНОСТИ, ПО А. АДЛЕРУ -

- *Стремление к превосходству или совершенству.*
- Эта тенденция соотносится с функционированием человека не только самого по себе, но и как члена общества.
- Поэтому конфликт между человеком и обществом не является неизбежным.
- В более ранней версии теории Адлера тенденция ядра определялась как *стремление к власти*, что предполагало больший акцент на конкуренции между людьми.

# ХАРАКТЕРИСТИКИ ЯДРА

- Основанием стремления к совершенству является *неполноценность органа* (реальная физическая слабость и ограниченная способность), *чувство неполноценности* (психическое состояние неполноценности, не зависящее от реального физического состояния) и *компенсация* (попытка преодолеть реальную или воображаемую неполноценность).
- Направление компенсации определяется спецификой неполноценности, а также идеалами совершенства (так называемыми *фиктивными финализмами*).
- Адлер выделяет также довольно таинственное *креативное "Я"*, определяющее способность личности к свободному самовыражению, посредством которого можно преодолеть воздействующие на человека силы.

# ЗНАЧЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ А.АДЛера для СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

- Идеи Адлера оказывают мощное влияние на современные исследования в клинической и индивидуальной психологии.
- Акцент, сделанный в его теории на **социальном интересе** как существенном критерии психического здоровья, способствовал появлению концепции **ценностных ориентаций в психотерапии**.
- Кроме того, его внимание к осознанным, рациональным процессам стимулировало появление эго-психологии.
- Его концепция существенной роли социальных сил в развитии личности узнаваема в более поздних работах Эриха Фромма, Карен Хорни и Гарри Стэка Салливена — всех, кто отмечал в теории Фрейда отсутствие социологической ориентации.

- Соответственно, особое подчеркивание волевых и творческих аспектов личности оказало прямое или косвенное влияние на таких выдающихся психологов, как Гордон Олпорт, Абрахам Маслоу, Ролло Мей, Виктор Франкл и Альберт Эллис.
- Современное звучание имеют такие концепции Адлера, как потребность в адекватной теории, чувство неполноценности и компенсаторные усилия, недостаточность органа и психосоматика, «комплекс неполноценности» (так часто используемая в наше время характеристика — предвестник психологии соматических болезней), роль отвержения в развитии антисоциальной личности; компетентность как признак зрелости; самооценка и стремление к власти; концепция жизненного стиля; стресс и адаптация; порядок рождения; самореализация и полезность для других; психическое здоровье, творчество, а также многие другие.