

Альфред

АДЛЕР

классики психологии

**Очерки
по индивидуальной
психологии**



Классики психологии

Альфред Адлер

**Очерки по индивидуальной
психологии**

«Когито-Центр»

Адлер А.

Очерки по индивидуальной психологии / А. Адлер — «Когито-Центр», — (Классики психологии)

Альфред Адлер – знаменитый австрийский психолог и педагог, основоположник одного из наиболее известных направлений глубинной психологии. Автор излагает основные положения своего детища – теории индивидуальной психологии. С позиций собственных представлений о движущих силах развития человека – стремлении к власти и чувстве общности – он рассматривает механизмы формирования невротической психики, в том числе связанные с ошибками воспитания, а также главные цели и методы терапевтической работы. Книга адресована психологам, педагогам, студентам психологических вузов и всем, интересующимся проблемами психологии.

Содержание

Индивидуальная психология	6
Индивидуальная психология. Ее роль в лечении нервозности, в воспитании и мировоззрении	12
Индивидуальная психология как путь к познанию людей и к самопознанию	17
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Альфред Адлер

Очерки по индивидуальной психологии

Alfred

ADLER

Psychotherapie und Erziehung

© «Когито-Центр». Перевод на русский язык, оформление, 2002

*Любое использование материалов данной книги полностью или частично
без разрешения правообладателя запрещается*

Индивидуальная психология

Под таким названием ныне получила широкое распространение основанная автором настоящей статьи наука о познании человека. Этим она обязана в первую очередь своей пригодности при работе с трудновоспитуемыми, запущенными детьми и при лечении нервных людей. Но также все больше признаются ее ценность для профилактики этих отклонений в душевном развитии, ее воспитательное значение, и, пожалуй, сегодня нет уже ни одного направления в исследовании психики, которое не соглашалось бы с нею в важнейших пунктах. Несмотря на критику, которой вначале подверглась эта теория со стороны недостаточно ориентированных оппонентов, до сих пор не было надобности в каких-либо существенных изменениях ее научных основ.

Свою первую задачу она видела в более правильном освещении проблемы души и тела. В своих исследованиях она исходила из данных биологии и медицинской патологии и констатировала (*Adler, Studie über Minderwertigkeit von Organen. Wien 1907, Verlag Urban u. Schwarzenberg*), что ребенок на собственном опыте узнает свойства и возможности своего организма и в условиях длительного переживания *чувства неполноценности* стремится обрести чувство полноценности, цельности, превосходства над природой и социальными отношениями. К этому *стремлению к власти*, усилившемуся соответственно ощущению своей недостаточности и внешним трудностям, присоединяются задающие направление тенденции, которые пытаются развить все присущие индивиду силы и возможности в соответствии с некой смутно осознаваемой им целью достижения совершенства. Все, что мы обнаруживаем позднее в виде душевных процессов, движений, форм выражения и т. д., способностей и «дарований», происходит из этой *индивидуально* осуществляемой тренировки, из творческой энергии индивида, которая в своих поисках и заблуждениях устремлена к фиктивной конечной цели, к своему финалу. Поэтому у нас есть полное право называть нашу науку индивидуальной психологией.

Однако творческие стремления ребенка также осуществляются в индивидуально данном внешнем мире, создающем индивидуальные препятствия. Поэтому, как только ребенок начинает свое восхождение к конечной цели, соответствующей Я ребенка, обретенному им уже в первые два года жизни, все душевные феномены представляют собой *ответные установки*, зависящие от степени напряжения, которое ребенок испытывает в определенной ситуации. Следовательно, важнее всего не абсолютная значимость его органов и их функций, а их относительная ценность, их связь с окружением. Поскольку и она воспринимается ребенком индивидуально, то в качестве основ душевной структуры ребенка мы должны принимать в расчет не абсолютные значения, а впечатления ребенка, которые из-за огромного множества влияний и заблуждений нельзя объяснить каузально; их можно понять, лишь прочувствовав и постигнув *индивидуальный стиль жизни*.

При этом безусловно необходим подход, вскрывающий конечные цели человека. Не говоря уже о том, что мы вообще не можем рассматривать человека иначе, как единое существо, то есть как целесообразно и планомерно действующее целое, жизнь человека и все его действия предполагают постановку постоянной и единой цели. Постановка цели, необходимая для жизни и каждого самого незначительного движения, обуславливает единство личности и ее индивидуальную форму, жизненный стиль. Телеология душевной жизни человека основывается, таким образом, на имманентных закономерностях, но в своих особенностях является творением индивида.

Если бы нам была известна цель человека, которая в вышеуказанной форме – преодоления трудностей – предстает перед нами слишком расплывчатой, то мы могли бы понять и объяснить то, что хотят нам сказать душевные феномены, почему они возникли, что человек создал из своего наследственного материала и почему он сделал так, а не иначе, каковы должны

быть черты его характера, его аффекты, чувства, его логика, его мораль, его эстетические чувства, чтобы он смог достичь своей цели. Мы могли бы также понять, почему и как далеко он отклоняется от того, что для нас является нормой, если бы мы сумели, например, установить, что его цель слишком удалена от нашей цели или вообще от абсолютной логики *совместной жизни* людей. Ведь мы можем узнать знакомого композитора по неизвестной нам мелодии, а по форме завитка архитектурного украшения – определенный архитектурный стиль, всякий раз благодаря взаимосвязи части с целым. Сделать вывод о жизненном пути человека в такой художественно завершенной форме удастся очень редко. Убогая типология ничего нам не говорит об индивидуальных ошибках. Если бы мы могли из завитков и мелодий человеческой жизни сделать вывод об индивидуально постигнутой цели человека, а затем выяснить весь его жизненный стиль, то тогда мы могли бы почти с математической точностью создать почти такую же надежную классификацию, как в естественных науках, и мы могли бы на деле доказать ценность индивидуально-психологического исследования, могли бы сказать, *как поведет себя человек в определенной ситуации*.

В неустанной работе индивидуально-психологической школе, похоже, удастся решать эту задачу (см. *Adler, Über den nervösen Charakter; Praxis und Theorie; Handbuch der Individualpsychologie; Heilen und Bilden*). Система, которой мы сегодня располагаем, чтобы установить конечную цель и жизненный стиль человека, будь то ребенок или взрослый, трудновоспитуемый или невротик, построена на эмпирически полученных фактах, которые могли быть доступны каждому, но которые благодаря нашему телеологическому подходу и рассмотрению во взаимосвязи мы все же сумели представить точнее, сопоставить и систематизировать. Мы научились в любом душевном движении видеть одновременно прошлое, настоящее, будущее и конечную цель, а также ситуацию человека в раннем детском возрасте, когда зарождалась его личность.

Течение жизни, в том числе и в ее психических проявлениях, представляет собой движение, направленное к финалу. Если в этом воззрении мы видим больше чем метафору, если мы принимаем это утверждение всерьез, то из него следует вывод о том, что под давлением конечной цели каждое отдельное душевное движение упорядочивается в единую линию поведения и подготавливает каждое следующее за ним действие. Глубочайшим смыслом всего поведения является, однако, достижение целостности. Вследствие этого любой шаг на жизненном пути представляет собой одновременно планомерное осуществление стремления к дополнению, *компенсация* же имеет задачу возместить минус, «снизу» попасть «наверх».

Таким образом, это компенсаторное движение, глубочайший смысл человеческой жизни, представляет собой творческую силу. Она создала культуру как средство сохранения человеческого рода, и точно так же она создает все формы выражения *я жизненный стиль* индивида как ответ на давление внешнего мира, как *средства безопасности* и как неустанные попытки установить баланс во взаимодействии между человеком, землей и обществом. Следовательно, конечной целью всех душевных стремлений является достижение уравновешенности, безопасности, приспособления, целостности.

Установление такого согласования или рассогласования происходит, разумеется, не по научным, математическим принципам, а на основе индивидуального впечатления, которое опять-таки целиком и полностью зависит от индивидуально конкретизировавшейся конечной цели совершенства. В зависимости от того, в чем индивид, приспособляясь к реальности, видит свою конечную цель, в какой роли он видит себя (в своих детских фантазиях или при выборе профессии) – в роли кучера, лошади, генерала, врача, оказывающего помощь, или спасителя человечества, – так он и будет относиться к своей позиции. За всеми этими реально понятыми, «конкретизированными» конечными целями стоит все то же творческое стремление индивида достичь компенсации, приспособиться к реальной жизни и, прежде всего, его мужество и доверие к себе. Все это обуславливает также его поведение, его позицию, его

поступки, или, говоря традиционным языком психологии, его характер, его темперамент, его аффекты, его чувства и волю, узость и широту его логики, направленность его внимания и его действий. В качестве последней, решающей инстанции в этой системе отношений мы можем предположить *чувство собственной ценности* или *чувство личности*, большая или меньшая степень удовлетворения которого определяет действия индивида в отношении своих индивидуально понимаемых жизненных задач.

Во всей этой системе отношений нет величин, которые можно было бы рассчитать математически. В последующей жизни индивида значение имеют не данности его телесного или психического материала, не наследственные способности, а только их использование в рамках приобретенного в первые три года жизненного стиля. Так, например, «акустическая способность», если считать ее способностью, может остаться совершенно неразвитой из-за чрезмерного или недостаточного присмотра за ребенком.

Или же ее можно пробудить, точнее сказать, создать благодаря правильному обучению и надлежащему обращению. Биограф Карла Великого рассказывает, что, несмотря на все старания, тот так и не смог научиться чтению и письму из-за отсутствия прирожденных способностей. С тех пор как мы используем различные методы обучения, например метод Песталоцци, мы уже не придаем большого значения таким способностям. И если мы принимаем в расчет индивидуально-психологическую позицию и учитываем предшествующее обучение индивида, непрерывную мужественную борьбу с трудностями и раннее начало соответствующей тренировки, то вместо безмолвного поклонения гениальным достижениям мы приходим к постепенному пониманию их возникновения.

Точно так же мы должны отвергнуть причинное значение ситуации, среды или переживаний ребенка. Их значение и действенность проявляются, так сказать, только в *промежуточном психическом обмене веществ*. Они ассимилируются ранее приобретенным жизненным стилем ребенка. Потому и случается так, что в очень нравственной семье вырастает вредитель, а в семье тунеядцев – полезный член общества. Никогда одно и то же событие не переживается двумя разными людьми одинаково, и человек извлекает уроки из опыта лишь настолько, насколько это позволяет ему его жизненный стиль. Разумеется, делать абсолютно правильный вывод и ему следовать человек не может. И маловероятно, чтобы существовала причинность в огромном царстве заблуждений. Поэтому, а также из-за невероятного многообразия конкурирующих поводов стремление осуществить в душевной жизни каузальный подход вряд ли есть нечто большее чем благое желание.

Таким образом, всю жизнь и все отдельные формы ее выражения пронизывает та единая линия действия, которая лежит в основе индивидуальности. И, следовательно, любое душевное явление всегда означает нечто большее, чем находит в нем здравый смысл. Только во взаимосвязи со всей системой отношений можно узнать, означает ли ложь хвастовство или увертку, является ли пожертвование выражением сострадания или мании величия, а соболезнавание – выражением чувства общности или высокомерия. Одни и те же звуки у Листа и Рихарда Вагнера говорят о разном. Все формы душевных проявлений определяются стремлением к превосходству. Но все они несут в себе индивидуальные нюансы этого стремления и имеют разную степень *чувства общности*, которое связывает этого индивида с другими.

Последнее, данное человеку от рождения, требует постоянного развития начиная с самого раннего детства. Не развиваясь, индивид сталкивается с трудностями в своем приспособлении к человеческому обществу. Не дань общественным условиям заставляет нас делать этот вывод, как полагают некоторые недалевидные люди, и не наше личное желание или убеждение, что лучшие дни человечества наступят лишь с развитием чувства общности. Мы отнюдь не можем похвалиться оригинальностью этого утверждения. Все религиозные, правовые, государственные, социальные институты всегда представляли собой, по сути, попытку сделать совместную жизнь людей легче и лучше, предписать индивидам формы жизни, кото-

рые, похоже, обеспечивают сохранение человеческого рода. К этому же стремится и индивидуальная психология, разве что она больше других указывает на препятствия, стоящие на пути распространения чувства общности, и ищет лучшие методы.

В жизни нет иных истинных ценностей, кроме тех, что обусловлены чувством общности. Пожалуй, можно назвать лишь единственное ценное достижение, которое имеет иное происхождение, но все равно является ценным с точки зрения общества. Речь идет об обусловленном слабостью чувстве неполноценности ребенка, которое усиливается и растет, когда он осознает или смутно ощущает свою недостаточную ценность для общества.

Каждому теперь становится ясно, что любое усиление стремления к личной власти наносит ущерб развитию чувства общности. Подобный недостаток, однако, существенно влияет на душевное развитие, на жизненный стиль ребенка, ибо с чувством общности тесно связаны важнейшие психические функции. Речь, разум, мораль, эстетические чувства для своего формирования и развития требуют связи с ближним. Умение обходиться с людьми и разбираться в людях являются необходимыми предварительными условиями преуспевания в обществе. Этим нельзя овладеть теоретически. И так как настоящее счастье неразрывно связано с чувством того, что человек что-то *дает* другим, то становится ясно, что *социальный человек* будет счастливее обособленного человека, стремящегося к превосходству. Индивидуальная психология особое внимание обращала на то, что все несчастные, дурно воспитанные и невротичные люди вырастают из тех детей, которым не было суждено развить свое чувство общности, а вместе с ним также *мужество*, оптимизм, веру в себя, имеющие своим непосредственным источником чувство принадлежности к обществу.

Это чувство, которое никто не вправе оспаривать, в отношении которого нет ни одного контраргумента, может быть приобретено только в совместной игре, в совместной работе, в совместной жизни, благодаря тому, что человек становится полезным для других, и это порождает устойчивое, реальное чувство собственной ценности. Степень принадлежности к обществу определяется решением трех жизненно важных вопросов: в отношениях между Я и Ты, в продуктивной деятельности и в любви. В том, как индивид приступает к решению этих вопросов, какую дистанцию он занимает по отношению к ним, как он уклоняется от их решения, – во всем этом отчетливо проявляется стиль человека, особенно тогда, когда он стоит перед необходимостью немедленного решения. Можно легко увидеть, что тот, кто надежно укоренен в обществе, то есть подготовленный человек, сохраняет здесь свое мужество и решает проблему с пользой для другого. Иначе обстоит дело с другим типом людей, которым человечество и все его проблемы кажутся чужими и далекими. Слишком много занимаясь собой и своей личной властью, но все же будучи зависимым от мнения других, которые, как ему кажется, желают ему зла и чаще всего воспринимаются врагами, не веря в свою победу и с еще большим страхом ожидая поражения, такой человек вдруг обнаруживает, что его непомерное честолюбие бесцеремонно встает перед ним и преграждает путь вперед, из-за чего он не может избежать поражения. Поэтому для нас нет ничего удивительного в том, что среди огромного числа таких людей можно обнаружить всех тех, кто испытывает растущее чувство неполноценности. Ибо ничто так не мешает развитию чувства общности, как сильное чувство неполноценности.

К настоящему времени индивидуальная психология решила большую часть задачи по вскрытию тех ошибок и заблуждений, которые в период формирования жизненного стиля становятся причиной чрезмерного чувства неполноценности. Неправильный старт, с которого начинают жизнь определенные дети, может быть исправлен позднее лишь благодаря глубокому осознанию человеком его последствий. К этому многие нервные, беспризорные или трудно-воспитуемые дети редко бывают готовы. Здесь должен быть применен индивидуально-психологический метод с его особой техникой, которая, по существу, заключается в *неограниченном поощрении*. Это в первую очередь означает, что должны быть отброшены все *предраассудки относительно врожденных способностей*. Нам представляется, что все большие челове-

ские достижения являются результатом правильного обучения, упорства и соответствующих упражнений с раннего возраста. В отношении этих трех факторов недопустимы никакие контрдоводы. А все возражения против них разоблачаются лишь как трусливые отговорки трусливого чувства неполноценности, как попытки уклониться от определения собственной ценности. Или же они оказываются попытками пробраться на сторону бесполезного и создать видимость хоть какой-нибудь собственной значимости, как, например, в случае беспризорников и преступников. Нервные симптомы и заблуждения трудновоспитуемых детей представляют собой средства обеспечения безопасности, сдерживания и блокировки, необходимые им для того, чтобы избежать разоблачения своей неполноценности. В ходе наших исследований мы установили, насколько ценным для всей жизни может оказаться преодоление первоначальных трудностей. Из этого был сделан кажущийся парадоксальным вывод о том, что большие успехи достигаются, как правило, в результате мужественного преодоления трудностей, не благодаря исходному «таланту», а при недостатке «таланта».

Индивидуальная психология разрешила также проблему выявления наиболее значительных затруднений, которые в первые три года жизни усиливают чувство неполноценности и тем самым порождают проблематичный стиль жизни, постоянно дающий повод к отклонениям от нормы. Тем самым был открыт путь профилактики в воспитании, предотвращения неврозов, психозов и педагогической запущенности. Именно этому наша наука обязана своим признанием у педагогов. Она также доказала свою пригодность в качестве единственного научного метода познания человека, который позволяет по отдельным завиткам почерка, воспоминаниям, снам, фантазиям, сознательным и бессознательным побуждениям сделать вывод о жизненном стиле индивида и массы. Она провозглашает равноценность ребенка, старика, женщины и находит причину их низкой оценки в некоторых устранимых недостатках нашей культуры и нашего разума.

Основные причины возникновения более сильного чувства неполноценности мы можем отнести к троякого рода ситуациям в развитии маленького ребенка. Их значительный вред заключается, собственно, в том, что в период обретения ребенком своего Я, особенно с конца первого года жизни, они слишком сильно дают ему почувствовать себя слабым перед требованиями внешнего мира. Из этой ситуации ребенок выходит с сохраняющейся всю жизнь перспективой, постоянно искажающей его восприятие мира. Его компенсационные попытки перерождаются. Ощущение небезопасности постоянно сопровождает его во всех его действиях. Все более выраженными становятся только такие черты характера, которые соответствуют его усилившемуся стремлению к превосходству или позволяют идти хитроумными окольными путями. Отчетливо проявляются эгоистические черты, склонность к изоляции. Приступы пессимизма, боязнь новых ситуаций, тенденция к избеганию проявляются на всех линиях. Неудачи легко обескураживают таких детей и часто ведут к прекращению начатых дел. Контакт с другими людьми всегда недостаточен. Большинство из них очень чувствительны к похвале, порицание же нередко полностью выбивает их из колеи.

К первой большой категории таких детей мы относим тех, кто появился на свет с *неполноценными органами* и воспринимает свой дефект как жизненную трудность. Наступающее позднее улучшение состояния не меняет их пессимистического отношения к вопросам жизни, поскольку к тому времени они уже обрели свой жизненный стиль и в соответствии с ним истолковывают и ассимилируют все свои переживания и опыт. Преодоление собственных недостатков, в частности дефектов органов чувств, нередко приводит этих людей к овладению более тонкими техническими приемами, которые позволяют им заниматься искусством. Обладание же пригодным инструментом не делает необходимым и не дает повода к тому, чтобы развивать художественные способности. История знает немало число музыкантов с плохим слухом, художников и поэтов с плохим зрением. Такую же врожденную неполноценность представляет

собой леворукость. Понятно, что окончательный результат этой борьбы за самоутверждение зависит от разнообразных факторов, среди которых важнейшую роль играет поощрение.

Вторую, пожалуй, самую большую из всех категорию составляют *изнеженные дети*. Они живут симбиотически, и уже по этой причине у них может не возникнуть чувства собственной ценности (Вайнманн). В определенный период жизни, когда такому существованию приходит конец, они чувствуют себя изгнанниками из рая. Священную *функцию матери* – быть абсолютно надежным человеком, позволить им почувствовать себя людьми, живущими рядом с другими, – выполняет для них только мать (или человек, играющий сходную роль). Поэтому в последующей жизни им всегда не хватает этой первоначальной теплоты, и они никогда не могут найти взаимопонимания с другими.

Такие переживания никогда не возникали у детей, принадлежащих к третьей категории, – *у детей, воспитывавшихся без любви*. Они повсюду видели только врагов и занимают соответствующую позицию: словно находятся в стране врага. Варианты и градации многочисленны. В иных случаях вред могут наносить также чрезмерные ожидания, неблагоприятная позиция в ряду братьев и сестер, неверие в свои способности и т. д.

Подробное обсуждение методов лечения здесь в наши задачи не входит. Его можно найти в нижеприведенных сочинениях автора¹. В качестве наиболее важного выделим: воспитание смелости и самостоятельности, терпение, избегание какого бы то ни было принуждения посредством бессмысленного использования авторитета, избегание всякого унижения насмешками, оскорблением и наказанием. Самое главное: *ни один ребенок не должен потерять веру в свое будущее!*

В воспитании детей, относящихся ко всем этим трем категориям, нужно пройти один и тот же путь: сначала расположить детей к себе, чтобы затем ввести их в общество. Другими словами, нужно наверстать то, что было упущено.

¹ *Über den nervösen Charakter (3. Aufl. 1922); Praxis und Theorie der Individualpsychologie (2. Aufl. 1924); Studie über Minderwertigkeit von Organen (2. Aufl. 1927); Heilen und Bilden (2. Aufl. 1922); Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie. Jahrgänge 1–4; Handbuch der Individualpsychologie. München (Bergmann) 1926.* – Все постраничные примечания, кроме особо оговоренных, приведены по немецкому изданию книги.

Индивидуальная психология. Ее роль в лечении нервозности, в воспитании и мировоззрении

Огромный прогресс в области медицины позволяет нам легко забыть, что бесчисленное множество детей появляются на свет со слабыми, неполноценными органами и не соответствуют требованиям жизни. Причинами почти всегда являются патология зародыша вследствие алкоголизма, сифилиса и еще чаще наследование неполноценных органов. Некоторые из этих детей рано или поздно погибают. Но большинству удается выжить благодаря заботливому уходу, искусству врачей или собственной жизнестойкости. Многие всю жизнь имеют физические недостатки, другие благодаря интенсивному развитию достигают равновесия или вследствие *сверхкомпенсации* превосходят функциональные способности обычного человека. Эти процессы подробно мною описаны².

Мною тогда уже было показано, что и органический подъем, и решение жизненных задач часто требуют преодоления серьезных трудностей и что преобладающее настроение в таких случаях характеризуется стойким и глубоким *чувством неполноценности*, значительно более выраженным, чем это соответствует неуверенности в себе обычного ребенка. Из этого чувства собственной слабости возникает также пессимистическая перспектива, сопровождающаяся сомнениями и ощущением небезопасности, тенденциозная апперцепция, которая из чувства неуверенности направляет к дающим ощущение спокойствия и безопасности целям.

Все функции детской психики, в частности внимание, память, все влечения, мир чувств и все ценности, теряют свою беспристрастность и начинают служить обеспечивающей безопасностью конечной цели, которая, разумеется, должна помочь ребенку достичь той или иной формы превосходства. Таким образом, *телеология* в душевной жизни проявляется еще более отчетливо.

Сюда относятся все врожденные нарушения органов чувств, близорукость, астигматизм, дефекты слуха, органов дыхания, пищеварительного тракта, органов выделения, желез внутренней секреции, головного и спинного мозга. Все эти нарушения, а также очень часто встречающаяся леворукость, в той или иной мере затрудняют решение ребенком своих жизненных проблем. Они принуждают ребенка к *усиленным упражнениям*, которые планомерно формируют своего рода прочную *пристройку* к психическим функциям. Дети, имеющие дефекты зрения и слуха, будут все более остро подмечать доступные им нюансы и иногда творчески их использовать или они вскоре снова ретируются и малодушно откажутся от какого бы то ни было развития своих умений. Отношение к этим первым трудностям может оказаться решающим для всего отношения к жизни.

Затруднения передвижения, как, например, при тяжелом рахите, будут вызывать *повышенный интерес* к процессам движения, трудности в питании будут служить причиной целевой установки, при которой обеспечение пищей всегда будет выглядеть гарантированным. Неловкость леворуких детей в нашей праворукой культуре вынуждает к усиленным упражнениям, которые могут удаваться или не удаваться.

В этой тренировке отчетливо проявляются интересы, изобретательность, степень активности, самооценка ребенка, его цели, мужество и уверенность в себе либо трусость и нерешительность. В этой первой борьбе ребенка за самоутверждение уже проявляется сила или слабость его стремления преодолеть трудности. На его позицию значительное влияние оказывают воспитание и самая ранняя *подготовка*.

² *Studie über Minderwertigkeit der Organe*. Wien/Berlin (Verlag Urban und Schwarzenberg) 1907.

В этих случаях развитие всей личности настолько испытывает на себе давление *конечной цели*, что даже сны и грезы будут отражать линию развития, так сказать, мелодию индивида. А среди черт характера мы, разумеется, будем обнаруживать те, что соответствуют предполагаемой ситуации угрозы и продиктованы чувством обделенности. В частности, из стремления к преодолению будут проистекать *честолюбие, высокомерие, тщеславие и гиперчувствительность, а также чрезмерная осторожность*, которые присущи людям, чувствующим себя словно в стране врага. Как правило, очень заметными становятся воинствующее отношение к другим, *раздражительность, нетерпимость, эгоцентрическое поведение*. Если пропадает вера в себя, в то, что удастся взять верх над другими и решить жизненные вопросы, это порождает явное *малодушие, страх, бесплодную зависть и бесплодную неудовлетворенность*. Таким людям всегда нужны *предлоги и отговорки* – последние попытки удержать на высоком уровне свою личность. Однако легко выведать их мрачную тайну, которую они пытаются скрыть, но которая отчетливо проявляется в их поведении: как *будто они не представляют собой никакой ценности*. Ибо каждое решение, каждое испытание в жизни наполняет их дрожью и страхом, и чаще всего им удается создать *смягчающие обстоятельства* или прекратить любую начатую работу. Свое алиби и свое оправдание они ищут и постоянно находят в ссылках на всякого рода слабости, на наследственность, на воспитание, на какие-либо проблемы, которые чаще всего они сами и создают, или же они *вчувствуются в болезненные ситуации* и таким образом вызывают физические симптомы. Их слабые от рождения органы и частые заболевания как раз и позволили им понять сущность и значение болезни, а первоначальные упражнения в направлении цели достижения превосходства вскоре уступают место упражнениям, направленным на *уклонение от жизненно важных вопросов*. Вся их жизнь и болезнь приобретают форму малодушия.

Чувство неполноценности *не* всегда основывается на неполноценности органов. Такая же ситуация небезопасности возникает и у детей, на которых взваливают слишком тяжелое бремя, например, у детей, растущих в нищете или попадающих из благоприятной ситуации в неблагоприятную. Великий исследователь Бине показал, что способности детей школьного возраста обнаруживают определенный параллелизм с весом тела, в чем мы видим важное подтверждение наших данных. Точно так же накапливаются трудности, если дети лишены всякой любви и тепла. Это не дает проявиться их *чувству общности, а способность к контактам, доверие к людям* остаются у них неразвитыми. Им также будет нелегко избавиться от чувства отчужденности по отношению к людям, они всегда разочарованы и всегда считают себя обделенными и обманутыми. Тяжелый вред наносят ребенку также тогда, когда на него возлагают *слишком большие ожидания*. Тем самым питают лишь страх не оправдать эти ожидания. В таких душах легко может зародиться склонность, облаченная Шекспиром в слова: «Что ж, если вы того хотите, злодеем стану я!» Или они точно так же впадают в малодушие и находят убежище в *неврозе*.

Третий, широко распространенный тип, появление которого объясняется неблагоприятными условиями детства, встречается среди *изнеженных детей*. Они никогда не испытывали трудностей, не упражняли свои способности и поэтому отступают перед каждым препятствием. Они проводят всю свою жизнь в *ожидании, что другие все за них сделают*. Распаленное честолюбие и недостаточная выносливость также характерны для них, и в конце концов под самыми разными предлогами они также оказываются *позади фронта жизни*, в стороне от требований времени.

Из современных исследователей только Жане понял глубокое значение чувства неполноценности во многих случаях. Никто так не подчеркивал важность мужества, активности в жизни, как Бергсон. Заслуга и значение индивидуальной психологии состоят в том, что она определила человеческое *чувство общности* как врожденное базисное настроение, которое можно обнаружить во всех психических проявлениях. Далее, в качестве второго базисного

настроения она выявила общераспространенное *чувство неполноценности*, из которого проистекает постоянное *стремление к власти и признанию*. Это душевное движение тоже проявляется во всех формах выражения у человека, так что мы можем объяснять психическое явление только в том случае, если был установлен компонент обоих течений. Тем самым, по нашему мнению, мы также внесли свой вклад в прояснение расплывчатого термина *бессознательное*, выделив и обозначив непонятный компонент в базисных настроениях у человека. Как глубоко простираются эти настроения, можно показать на примере *самых ранних детских воспоминаний*. 30-летний мужчина, страдающий явлениями страха, возникающими, как только он решается на какой-то поступок, вспоминает, как в трехлетнем возрасте он сидел у окна и смотрел на улицу. Из этих двух форм переживания можно реконструировать принцип жизни и цель этого человека: *быть зрителем, а не актером*. И только теперь начинает проясняться воспоминание детства, оно начинает говорить и звучать. Оно говорит нам, что этот индивид, будучи, очевидно, изнеженным и слабым, пережил в детстве ситуацию, в которой пассивность представлялась ему верным образом жизни, в которой он привык также рассчитывать не на себя, а исключительно на других, ощущать таким способом свое превосходство и пренебрегать потребностями других. Здесь невозможно говорить о «вытеснении», речь идет исключительно о заблуждении, *непонимании*, которые присущи подавляющему большинству людей. Однако знатоку людей уже в первом акте человеческой жизни удивительным образом нередко виден финал, заключительный пятый акт.

Продемонстрируем на примере двух тяжелых случаев невроза пригодность индивидуально-психологического метода для прояснения психических состояний.

Первый случай: 30-летний мужчина страдает склонностью получать садистское удовлетворение при виде телесного наказания детей³. Общественная проблема не решена. У него нет друзей, он никогда не появляется в обществе, не интересуется людьми. Профессиональный вопрос не решен. Он не работает и живет на прибыль от прежних спекуляций на бирже. Основная проблема жизни, эротическая, если не принимать в расчет упомянутый выше способ, также не решена.

Самое раннее воспоминание детства: Молох, которому приносили в жертву детей. Отец добрый и уступчивый, мать справедливая, нравственная и строгая, но очень критичная и честолюбивая. Пациент еще ребенком, выполняя любую работу, боялся придираков матери. В школе он был робок и замкнут; одноклассники насмеялись над ним из-за дефекта речи, а также из-за его фамилии и оттопыренных ушей (признак дегенерации). Пациент во всем ведет себя как человек, потерявший веру в себя, однако для своего поведения всегда находит другие, совершенно нелогичные причины.

В раннем детстве – признаки неполноценности кишечника, мочевого пузыря и половых органов (ранняя половая зрелость, состояния возбуждения, вызванные страхом). Полагает, что вследствие надлома в детстве путь наверх для него закрыт. Его стремление к самоутверждению ищет *путь наименьшего сопротивления*, уклонения от всех человеческих общественных задач, дискредитации любых успехов. *Никто не должен быть лучше, счастливее его!* С этим неприязненным чувством он мучает и истязает детей, ощущает в их страхе свой прежний детский страх, выливающийся в сексуальном возбуждении.

³ Данный случай подробно описан на с. 41–45 этой книги.

Второй случай: 30-летняя девушка. Жалуется на страх открытых пространств, страх любви и брака. Всегда характеризовалась матерью как безобразная. Очень рано узнала о том, что мать надеялась родить сына. Росла в условиях *неуважения женской роли*. Умственное развитие превосходное. Поддалась лести и соблазнам первого мужчины, который затем плохо с ней обращался. С тех пор стала считать любые ухаживания проявлением мужского коварства. Настолько проникнута чувством своей бесполезности, что всегда боится разоблачения своей малоценности и чувствует себя в безопасности только в четырех стенах. Дома всячески тиранит своих родственников.

Все картины болезни при неврозах и психозах являются формами выражения малодушия. Любое улучшение самочувствия происходит только в том случае, если удается укрепить мужество больных. Каждый врач и каждая неврологическая школа эффективны в той мере, в какой они способны ободрить пациентов. Иногда это удается и дилетанту. Сознательно же этот метод используется только в индивидуальной психологии.

Только медицинская наука разграничивает эти диссоциальные неудачи как формы болезни. Она делает это, поскольку своеобразные средства защиты и «тормозные устройства» имеют очевидные аналогии с болезнями. С позиции индивидуальной психологии поведение нервного человека предстает перед нами как *жизненный план и непригодный образ жизни* человека, не считающего себя способным справиться с обычными проблемами и поэтому выбирающего другой жизненный стиль.

Такие отклонения со всей отчетливостью можно увидеть уже в раннем детском возрасте, дома и в школе. Собственно говоря, все *ошибки воспитания* всегда следует понимать как последствия искусственно возвращенного чувства неполноценности. Неправильно воспитанные дети проявляют мятежность в активной форме, как-то: *надменность, озлобленность, бесцеремонность, запущенность* – либо черты пассивного сопротивления – *лень, лживость, безразличие*. Но они всегда выдают своим поведением, что боязливо отказываются от решения своих задач. То, чего они больше всего боятся, – это *позорное пятно своей неспособности*. И поэтому для них лучше, чтобы их наказывали или ругали за лень, чем считали неполноценными. Перевоспитать их удастся только при условии поощрения. Это требует устранения разнообразных ошибок в основных воззрениях на жизнь. Часто можно встретить следующие *заблуждения*: якобы никогда нельзя достичь значимости отца или матери; якобы отсутствует мужественность; якобы кто-то другой всегда должен оказывать помощь; якобы никогда нельзя понаравиться другому; якобы нужно было в раннем возрасте умереть; якобы все люди – враги; якобы добиться своего всегда можно лишь хитростью; якобы имеется возникший по собственной вине или вине другого, созданный воспитанием дефект; якобы имеются признаки вырождения; якобы достигать всего надо без особого труда; якобы всегда и сразу нужно демонстрировать блестящие достижения и т. д. У девочек чаще всего встречается навеянное нашей мужской по своей сути культурой заблуждение: якобы женский пол ни на что не годен, не имеет ценности, является лишь объектом для мужчины, задача женщины только одна – быть красивой и молодой, и т. д. Эти, как видно, навязываемые заблуждения сдерживают всякий прогресс, делают детей малодушными, заставляют расценивать любую, часто неизбежную неудачу как подтверждение своего фаталистического, пессимистического мировоззрения. О страшном трагизме такой ситуации можно судить по тому, что, как установлено нами, дети становятся склонными к асоциальному и преступному поведению только в том случае, если они утратили веру в будущее, в свои успехи в школе, в свою привлекательность для противоположного пола.

Но наиболее частое заблуждение детей заключается в их явно гипертрофированном представлении о якобы первостепенном значении *врожденных способностей*. Оно наносит вред внешне одаренным детям, порождая ожидания, под бременем которых ребенок может сломаться, а также внешне неодаренным, заставляя их вскоре отказаться от всяких усилий. В

воспитании строжайшим образом необходимо избегать такой опасности, это удастся родителям и воспитателям значительно легче, если они будут иметь в виду, что по-настоящему значительные успехи никогда не даются легко и достигаются только в борьбе с трудностями. Если бы кто-нибудь рано обнаружил у Бетховена недуг слуха, тот столь же мало был бы уверен в его таланте, как, например, посторонний человек – в будущем величии заикающегося Демосфена. «Кто преодолевает, тот и побеждает!» и «Пожалуй, гениальность есть только прилежание», – говорит Гёте.

Но и предубеждение относительно *врожденных черт характера* может причинить вред ребенку и воспитателю. Ибо у того и другого может возникнуть соблазн отказаться от всяких попыток самим что-либо изменить. Против этого широко распространенного мнения имеется достаточно доказательств. Среди прочих контрдоводов индивидуально-психологическое исследование смогло указать на то, что *положение в ряду братьев и сестер* гораздо сильнее может влиять на формирование характера, чем врожденные свойства. Так, у первенца обнаруживаются консервативные черты, склонность быть заодно с сильными; второй ребенок в семье одного пола с первенцем всегда находится словно под парами и пытается всех сокрушить; младший ребенок чаще всего резко отличается от остальных – либо опережает других, либо демонстрирует крайнее безразличие. Насколько велико сходство в этих случаях, демонстрируют, например, сказки всех времен и народов, да и Библия (легенда об Иосифе), где встречается один и тот же образ младшего ребенка. Для пользы общества мы никогда не упускаем возможности указать, что воспитание единственных детей в семье, а также старшего мальчика наряду с младшей сестрой нередко бывает особенно сложным⁴.

Индивидуальная психология видит свою основную задачу в том, чтобы распространить свои теории и знания за пределы лечения больных и индивидуального воспитания, *стать профилактикой и мировоззрением*. Находящаяся во власти космоса, прикованная к этой не так много дарующей земле, связанная слабостью организма и еще больше – принадлежностью к обществу в языке, разуме, этике, эстетике и эротике жизнь принуждает человека находить ответы на неминуемо возникающие вопросы. Он словно оказывается перед арифметической задачей, которая требует абсолютно правильного решения, но это решение никогда не бывает полным и окончательным. Его мужество, его оптимизм, его натренированные способности являются необходимыми ответами на тяготы реальной жизни, которые в качестве важного содержания его психической жизни также поддерживают у него стойкое чувство неполноценности. Все формы жизни, вся культура и все душевные феномены в конечном счете представляют собой средства и способы смягчения его неуверенности. Индивидуальные варианты, степень возникающих при этом *заблуждений* создают образ индивидуальной личности. Все великие достижения коллективной психики проистекают из абсолютной логики *совместной человеческой жизни*. Они всегда следовали в направлении создания средств защиты, отражения ударов природы и содействия совместной жизни (формирования групп, законодательства, религии, гениальные достижения). Индивидуальная психология также является одной из таких попыток ослабить процесс, который природа затеяла против человека. Этот процесс неумолим и гораздо более беспощаден, чем мы сами. Он угрожает нервным людям, безумным, преступникам чуть ли не искоренением. Неспособность к профессиональной и общественной жизни, упадок семей и народов характеризуют этот путь. Безотрадность, преступность, алкоголизм, венерические болезни, перверсии, импотенция, проституция, нежелание иметь детей, фригидность и отвержение любви и брака являются признаками угрожающей катастрофы. Ключ к пониманию древнего злого рока человечества, возникшего из незнания и заблуждения, содержится, несомненно, в принципиальных положениях индивидуальной психологии. Ее мировоззрение является самым мощным средством защиты – защитой с позиции силы, а не слабости.

⁴ Adler, *Praxis und Theorie der Individualpsychologie* (2. Aufl. 1924), Wiesbaden (Verlag Bergman).

Индивидуальная психология как путь к познанию людей и к самопознанию

Я не знаю, будете ли вы благодарны мне в конце этого доклада, как я вам – за ваш дружественный визит, если теперь перед вами пройдет парадом все вооружение индивидуальной психологии, и я не думаю, что мне удастся убедить тех, кто, наверное, еще не посвящен и не вник в нашу задачу. Нередко даже у научных критиков я обнаруживал, что они делают акцент, по сути, только на второстепенном; знают клавиатуру нашей работы, нашего инструмента и полагают, что, рассмотрев клавиатуру, уже с полным пониманием могут также судить о результатах, которые с помощью этой клавиатуры получают. Но это не так. Если кто-то считает, что наши положения о чувстве неполноценности, о стремлении к власти, о компенсации различных их форм являются единственными задачами и достижениями индивидуальной психологии, то он ошибается. Речь здесь идет о том, чтобы научиться распознавать и понимать линии и пути в обширной области человеческой психики, мелодии, создаваемые индивидом, которые звучат, словно симфония, сочиненная *композитором*. В этом смысле каждый человек – художник, ибо он *создает* нечто из тех или иных врожденных факторов и возможностей. Поэтому его душевная картина представляет собой *единство*. Это входные ворота в индивидуальную психологию, ее необходимая предпосылка. Мы не могли бы в дальнейшем плодотворно работать, если бы не могли живо себе представить, о чем говорит нам каждое душевное выражение, если бы мы, например, вдруг сбились с пути в наших исследованиях и ошибочно посчитали, что в человеке существует, быть может, *две души*, быть может, даже несколько, быть может, вообще ни одной. Если бы не существовало единства в человеческой душе, то тогда, разумеется, любое стремление внести ясность с самого начала было бы дерзким. Мы можем опираться здесь на великих современников, которые хотя и не занимались в той же мере практикой душевной жизни, но понимание которых, несомненно, простиралось дальше, чем понимание многих нынешних исследователей. Пожалуй, достаточно будет указать, что уже у Канта можно найти четкое доказательство единства личности, без которого психологическое исследование вообще было бы невозможным.

Мы сделали еще один шаг и пролили свет на возникновение этого единства личности. Существуют, правда, исследовательские направления, которые ставят это единство под сомнение и считают более очевидной расщепленность личности. В действительности же мы обнаруживаем, что тем, кто исходит из связанного единства, гораздо проще подступиться к личности и понять ее, чем исходящим из позиций естественных наук философам, которым привычнее рассматривать отдельные симптомы. Они напоминают нам тех, кто выхватывает из мелодии ноту, чтобы оценить значение отдельного фрагмента. Значение ноты, аккорда, отдельного такта вытекает, однако, только из рассмотрения взаимосвязи, когда сначала на нас воздействует целостная мелодия, а потом на основе этого прочувствованного единства мы обсуждаем детали.

Каким бы странным это кому-то ни показалось, но никто никогда не судил иначе, чем сначала пытаюсь понять целое, а затем уже в частностях вновь обнаружить всю линию, которая, извиваясь, проходит сквозь целое, – эту линию, линию движения, которая должна нам дать представление о душевной жизни, в которой нет ничего покоящегося, в которой каждый элемент данного движения является окончанием предыдущего и началом следующего, подобно тому, как в фильме, который разворачивается перед нашими глазами, каждый кадр становится понятным только тогда, когда мы видим целое, когда проводим линию движения дальше и устремляем взгляд на финал, на конечную цель, в которой все сходится. Поэты, создавая свои образы и персонажи, уже в самом начале, уже в первом акте прокладывали основные линии,

которые обязательно должны были вести к единому концу. Великие композиторы уже в первых тактах выражали весь смысл своей симфонии. Они давали нам верный образ душевной жизни человека.

Ребенок, который появляется на свет со способностью к рефлексам и определенными потребностями, очень скоро становится вынужден подчинять все свои движения некоторой ведущей идее; мы можем выразить это лишь приблизительно, когда говорим: самосохранение, стремление к превосходству, принуждение к защите, но мы понимаем при этом, что речь идет прежде всего о *шаге*, который должен сделать данный ребенок. Разумеется, его природные силы также следуют принципу самосохранения, создают ему возможности, когда он проектирует подобный жизненный план; но вместе с тем в отношениях со своим окружением он каждую минуту формирует собственные способности. Это не случайный результат, он соответствует общественным взаимосвязям, уже содержащим в себе направляющие линии, которые уравновесились душевной жизнью ребенка и привлекаются к формированию его жизненных планов.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.