

## Каузалността в индивидуалната психология на А. Адлер

---

*Хелена Йолова*

Алфред Адлер развива разбирания за същността на психиката, различни от тези на Фройд. Нарича своята теория “сравнителна индивидуална психология,” за да подчертае, че основна научна цел трябва да е изучаването на личността чрез индивидуалните ѝ прояви, обединени на принципа на единство. В Адлеровата интерпретация съзнаваното и несъзнаваното са коопериращи се страни в една и съща реалност. Цел на психологията е да разкрие индивидуалните различия на тази реалност. Той подчертава, че енергизиращи поведението сили са чувството за непълноценност, механизмите на компенсация и свърхкомпенсация, стремежа към свършенство, стремежа към власт и превъзходство, социалния интерес и чувството на общност и др. Всички те са обединени чрез понятието “цел”, което позволява да се разберат и прогнозираат разнообразните прояви на личността. В своята статия “Индивидуалната психология – предпоставки и резултати”, отпечатана през 1914 год. /1/, Адлер категорично постулира: “Ние не сме в състояние да мислим, да чувстваме, да желаем, да действваме, ако нямаме поставена пред нас цел.” Според него формулирането на целта изгражда жизнения план, представящ онтогенетичното развитие. Тя се съотнася към жизнения план както частта към цялото и това е пътя за изследване личностното развитие.

Личността се изявява чрез своите перспективи, чрез своите стремежи, интереси, страхове и колебания, като се стреми към

формулиране на обобщаващата цел на своето съществуване, назовано от Адлер “жизнен план”. За него именно изучаването на жизнения план, смисъла в живота, представлява крайна цел на индивидуалната психология. Авторът е убеден, че не изучаването на сферите на психиката, а изучаването на конкретната личност позволява осъществяване на подкрепа, за да преодолее тя своята слабост и изграденото чувство за непълноценност. Мисълта за несъвършенството на физическото тяло се сблъсква със стремежа за развитие и постигане на власт над себе си и над другите. На комплекса за малоценност Адлер противопоставя целеустремеността на здравата личност. Според него “правилно определените частични движения трябва да дадат в своята взаимовръзка копието на единния план на живота и крайната му цел”./1, стр.11/. Под частични движения Адлер разбира в най-широк смисъл психични конструктори от процес до личностна характеристика. Всеки елемент в тази сложна структура се изгражда чрез съотнасяне с околния свят.

Авторът никъде не назовава пряко социалния фактор като основополагащ, но за него общуването на конкретния индивид с обкръжаващите е основна причина за изграждане на личността. То е причина и за възвисяването ѝ, и за възникването на невротични симптоми. Именно в естествената среда на взаимодействие с другите се развиват стремежите, интересите и чувството за общност. От последното се изграждат нравствени ценности като нежност, любов към ближния, приятелство. Естественото поведение на човека се гради върху тях. Стремежът за власт като проява на комплекса за малоценност се развива прикрито и търси изява чрез модели, отличаващи се от общоприетите ценности. Те се представят чрез формулирането на цели, съдържащи или стремеж към сътрудничество, или стремеж за надмощие над другите. Черти на характера като нетърпимост, авторитарност, завист, недоверие, самохвалство, разкриват неправилно изградения жизнен план, съдържащ фиктивните цели на невротика.



Според Адлер поведението на невротика не се гради чрез чувството за общност, а чрез неговото изкривяване – подчиненост, обезценяване или превъзходство на всяка цена. Той разглежда поведението на здравата личност, сравнявайки го с това на невротика, за да разкрие енергезиращата роля на целта при изграждането на жизнения план. Именно целепоставянето е граничната линия между здраво състояние и болест. Здравата личност естествено се стреми към компенсация на чувството за малоценност, но тя контролира своята целеустременост, поддържа относително обективна оценка за себе си и успява да формулира градивни цели и от тук градивни жизнени планове. Невротичите не овладяват напрежението, родено от чувството за малоценност и динамиката на душевния им живот е подчинена на “тенденция за подсигуриране”. Авторът подчертава, че средствата чрез които се проявява тази тенденция са и изграждащи процеси в жизнения план. Затова целепоставянето при невротика не отговаря на реалността, а представя разминаване между потенци и изисквания. Затова Адлер категорично подчертава, че: “Конкретната цел на невротика винаги се намира на безползната страна на живота” /1, стр. 12/. Такива хора формулират изискванията на реалността към тях, но стремежът им да властват над себе си, над живота, над другите е толкова силен, че води до подмяна на съдържанието им. В борбата си за свръх-компенсация те загубват оценката за нужното, необходимото и така градят фиктивни цели, съответно нереални, несъвършени жизнени планове. “Стремежът към богоподобие” разрушава чувството за общност, принуждава ги към компромиси и ги изтласква извън обкръжението. Свръх-компенсацията ограничава личностното развитие, изкривява посоката на целеполагане и подменя съдържанието на жизнения план. Покорството на всяка цена може да е приемливо за невротика, защото представя неговата изключителност. Същият механизъм прави приемлив и модела на враждебната, бореца

се с всички личност. И в двата случая общочовешките ценности, които според Адлер са естествено съдържание в смисъла на живот за здравата личност, са подменени чрез ограничаващи, подтискващи развитието прояви на поведение. Невротикът е в затворения кръг на борба с другите, власт над другите и стремеж към другите. Фиктивните цели, които гради засилват напрежението, тъй като той се стреми да се защити, да се предпази, да отдалечи очакваната опасност. Според Адлер съществува заглушаване на "личното" спрямо обективността. Невротикът е воден от амбицията да надделее над чувството за малоченност чрез предпазване и отдалечаване от опасността. Този стремеж се изразява в различни поведенчески форми като избягване, подчинение, борба или чувство за вина. Всички те съдържат желанието за "богоподобие" и всъщност са симптоми на невротичния процес. Жизненият план се изразява в изграждане на "безотговорна съдба", а не в обмислен, подготвен път на отговорността. Целеполагането е свързано с фикцията да защитя себе си в бедността или в богатството, в радостта или страданието чрез незнанието. Стремежът към ограничаване на несигурността и непризнаване на собствената слабост изгражда често целта за злоупотреба с другите чрез демонстрация на собствена слабост. Адлер определя този феномен като "компенсаторна динамика" изградена от фиктивни цели, стремяща се към свръх-компенсация. Такъв модел се използва, според него, докато заобикалящите невротика хора не демонстрират, че са разкрили жизнения му план, изграден върху лъжата.

В своите възгледи Адлер се доближава до Фройд като приема, че комплекса за малоченност и свръх-компенсацията могат да се изградят още в детството. Детето чрез възпитанието трябва да усвои социални умения, да овладее самопознанието и така да достигне до целеполагане. С подкрепата на възрастните, стремежът му към общност трябва да прерастне в действителен идеал за съвършенство чрез ценностите, произтичащи



от чувството за общност. Но, когато то не получи подходящата подкрепа в познанието на другите и себе си, развива усърдие или самоувереност, водещи до непозитивни черти на характера. За него крайната цел се представя чрез характеристики като свръх-амбиция, свръх-усърдие, свръх-смелост, позата на спасител или пълководец. Тъй като, според Адлер, именно в детските години се оформя бъдещото поведение на човека, то естествен става в този случай процеса на фиктивно целепологане. Развиват се невротични симптоми, враждебни черти, които чувството за опасност поддържа в прикрито състояние. Невротикът не оценява собственото си недоверие или деспотичност, завист или самохвалство. Той дори се учудва, ако някой му ги посочи, като притежавани от него характеристики. Страхувайки се от евентуална морална присъда над тях, той е готов да ограничи общуването с другите, за да намали напрежението в себе си. За Адлер естествено е в детските години индивидът да расте в не-съмнение към другите и към себе си. Но ако обкръжаващият свят демонстрира неприемане или авторитарност, детето, което не е овладяло типичните за възрастния социални умения за самозащита, започва да се съмнява в любовта на другите. От тук много бързо гради съмнения в собствените си възможности и стойност. Реалните изисквания на живота се сблъскват с тежките съмнения на детската личност и безпокойството става естествено състояние за нея. Отношенията с околните се възприемат като болезнени, съдържащи отрицание, а детето се нуждае от любов. И затова то предпочита да подмени съдържанието на чувството, отколкото да приеме обезценяването на своята личност. Засиленото детско чувство за малоценност поражда защитни тенденции, съдържащи целта за власт на всяка цена над другите.

Детето наблюдава отношенията между възрастните и тъй като не успява да ги опознае в дълбочина, започва да ги имитира. Така за него по-възможен е отказа от естествените за все-

ки човек ценности и чувства, отколкото усилието, въпреки неяснотата на обкръжаващия свят, той да се опознае. Целта при такива хора, развили в себе си невротичната оценка върху реалността, променя позицията си. Тя не ръководи тяхното развитие, а както казва Адлер “стои зад човека” и така го тласка назад. Фиктивната цел разрушава позитивната енергизация на поведението, предизвиква нагласа за страдание или безучастие. Невротикът е по-склонен да устоява на страданието, отколкото активно да постига целите. За него властта над другите е власт чрез упоритост, власт чрез неамбициозност. Тази негативна тенденция обяснява защо в зряла възраст невротичите, осигурявайки по-голямо разстояние от въображаемата опасност, се затварят в себе си и ограничават общуването си с другите. Съхранения от детството лош спомен за тях вече е достойното поведение чрез лично страдание да се докаже “богоподобност”, изключителност. Борбената позиция на здравата личност да постигне своите цели, да изпълни жизнения план се преобразява в борбата на невротика да се спаси, да се защити, да се възвиси чрез фикцията. Това е пътят, според Адлер, да се гради настойчиво жизнения план на безотговорността, вследствие на който са неврозата и психозата. Дистанцирането на невротика от необходимостта да вземе решение всъщност е избор за жизнена лъжа като елемент не само на поведението, но и на миросгледа. Дистанцирането приема формата на “невротичен ангажимент”, включващ и принципите, и жизнения план. Затова цялото развитие на личността се подчинява на неговата действеност и се представя чрез конструирането на “Ако” –формули.

Несъвършенството на органите преминава в чувство на неспособност или болезнена подчиненост на другите. Чувството за малоценност предизвиква постоянно неспокойство в личността, свързано с краен стремеж към власт чрез утвърждаване на всяка страна, роли за победа на всяка цена, себеразви-



тие на всяка цена. Крайната цел на невротика е да превъзхожда другите, да бъде оценяван от тях като изключителен. Жизненият план се представя чрез илюзията за прерастването на бедността в богатство, страданието в удоволствие, незнанието във всезнание, неспособността в съвършенство. Тази цел е все по-активна и устойчива и е в пряка зависимост от това колко повече и по-дълго детето се оценява като несигурно, несъвършено. Адлер препоръчва на възрастния да наблюдава детските игри, да отчита съдържанието на фантазиите в тях. Терапевтът би могъл да разкрие фиктивните цели и причините за тяхното изграждане, ако върне пациента чрез спомените назад към детството, към игрите, към отношенията му с околните. В тях ще се обособи позицията му спрямо родителите, спрямо другите деца в семейството и спрямо света. Тези три отношения за Адлер са основополагащи за изграждане на здравата или невротичната личност. Ако в някои от тях съществува несъвършенство, то в индивида се засилва несигурността и несамостоятелността, нуждата от външна подкрепа при изграждането на избори. Анализът им ще разкрие несъвършения процес на целепологане и възникналите деформации в жизнения план.

В своята теория Адлер изгражда каузална линия, съдържаща като енергизиращ елемент целта. За него психологическото изследване трябва да разкрива индивидуалните специфики на личността и конструктите, които определят нейното самопознанието и себеусъвършенстването. Всички желания и стремежи се обединяват чрез процеса целепологане във формулиране на жизнен план и смисъл на живота. Познаването на тази динамика позволява, според Адлер, да се изучи невротичното състояние, неговата структура, деформации и симптоми. Той подчертава, че във възпитателния процес трябва да се подкрепи детето за изграждане на реални цели, съдържащи чувство за общност и познание за себе си. Чрез външна подкрепа невротикът трябва да се насочи към опознаване на своите пробле-

ми, разкриване на фиктивните несъдържателни цели и тяхната реформация. Така Адлер дава една по-оптимистична прогноза за повлияване на невротизма.

## Литература

1. **Адлер, А.** Практика и теория на индивидуалната психология. Нови Искър, “Алегро”, 1995.
2. **Адлер, А.** Човекознание: Увод в индивидуалната психология. С., “Евразия”, 1995.
3. **Адлер, А.** Смисълът на живота. Въведение в индивидуалната психология. С., 1998.
4. **Димитров, И.** Увод в ортодоксалната психоанализа на развитието. С., “Просвета”, 2001.