

LBRIS

We know
books

Alfred Adler

Sensul vieții

O cercetare de psihologie individuală

ediția a V-a

Traducere, ediție îngrijită și prefață
de Lucian Pricop

EDITURA CARTEX

Concepția grafică a colecției: Mădălina Pricop
Coperta I: Antonio Gaudí, mozaic din Parcul Güell (detaliu)

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**ADLER, ALFRED****Sensul vieții : o cercetare de psihologie individuală / Alfred**

Adler ; ediția a IV-a, trad., ed. îngrij. și pref. de Lucian Pricop. -
București : Cartex, 2025

ISBN 978-630-6651-38-2

I. Pricop, Lucian (trad. ; ed. ; pref.)

159.9

Pentru comenzi și informații, vă rugăm să ne contactați la:

- Tel/fax: 021/323.41.30; 021/323.00.76
- Tel: 0745.069.898; 0729.951.763
- www.edituracartex.ro
- e-mail: comenzi@edituracartex.ro
- O.P. 4, C.P. 184, București

Cuprins*Sentimentul social nu este un panaceu psihologic**(prefață de Lucian Pricop) / 7**Notă asupra ediției / 19**Sensul vieții. O cercetare de psihologie individuală / 21*

Prefață / 25

I Opinia noastră despre noi înșine și despre lume / 30

II Mijloace și modalități psihologice
de studiere a stilului de viață / 39

III Imperativele vieții / 47

IV Problema raportului corp-suflet / 66

V Morfologie, dinamică și caracter / 79

VI Complexul de inferioritate / 86

VII Complexul de superioritate / 101

VIII Tipuri de eșec / 109

IX Lumea fictivă a răsfațatului / 121

X Ce este o nevroză? / 129

XI Perversiunile sexuale / 148

XII Primele amintiri din copilărie / 162

XIII Condiții defavorabile pentru dezvoltarea socială
a copilului și înlăturarea acestora / 175

XIV Vise diurne și vise nocturne / 193

XV Sensul vieții / 213

Anexă. Raporturile între consilier și persoana consultată / 227

Chestionar de psihologie individuală pentru cunoașterea și
tratamentul școlărilor greu educabili / 236

[Chestionar de psihologie individuală. Eșecurile adulților] / 240

Sentimentul social nu este un panaceu psihologic

Creator al unei Societății pentru Psihologie Individuală la începutul deceniului al doilea al secolului trecut, după ruptura de Sigmund Freud cauzată de vederile diametral opuse asupra teoriei libidoului, Alfred Adler se poziționează în centrul mișcării de emancipare științifică a unei noi ramuri a psihologiei. Acesta mută explicarea comportamentelor nevrotice dinspre teoria sexuală spre o teorie a sentimentului de inferioritate. Cu o personalitate diferită de a creatorului psihanalizei, fără carisma și extrovertirea acestuia, dar cu un plus de aplecare asupra convertirii demersului de cercetare în operă scrisă, medicul austriac a marcat prin cărțile și articolele sale un veac de acțiuni profesionale ale psihologilor, cu precădere ale pedopsihologilor.

Alfred Adler respinge demersul „pansensualist” al lui Sigmund Freud și provoacă în interiorul mișcării psihanalitice prima ruptură importantă.¹ Privind individul în totalitatea sa, incluzând aici și toate aspectele sociale și sociologice, Adler pleacă de la sentimentul de inferioritate al copilului mic, de la compensarea lui și de la căutarea puterii și a supremației precum și de la sentimentul apartenenței la o colectivitate, ca prim sentiment al individului. El consideră dezvoltarea psihică drept formarea unui plan de viață inconștient, chiar a unui stil de viață, încă din primii ani ai copilăriei și „simptomele ulterioare trebuie înțelese din acest unghi de vedere, într-o concepție finalistă.”²

Relația dintre Adler și Freud, obiect de dezbatere în lumea academică și subiect de cozerie între cei pasionați de istoria mișcării ideilor ante- și interbelice, este lămurită în *Sensul vieții* într-o manieră pe alocuri revanșardă:

¹ În 1911, la presiunile lui Freud, Alfred Adler este expulzat din Societatea Psihanalitică din Viena și își formează propriul grup, numit inițial Societatea pentru Explorare Psihanalitică Liberă, iar, ulterior, Societatea pentru Psihologie Individuală.

² Helmut Gröger, „Alfred Adler” in *Dictionnaire international de psychanalyse*, Hachette Littératures, collection Grand Pluriel, Paris, 2002.

„Lui Freud și discipolilor săi le place nespuse de mult să mă prezinte drept discipol al lui Freud, pentru că eu m-am certat cu dânsul într-un congres de psihologie, fără a fi frecventat prelegerile sale. Deoarece acel cerc a trebuit să se alinieze la concepțiile lui Freud, eu am fost cel dintâi care l-am părăsit. Nu mi se va putea refuza dovada că, mult mai mult decât Freud, eu am trasat net granițele dintre psihologia individuală și psihanaliză și că nicio dată nu m-am lăudat cu discuțiile mele de altădată cu Freud. Îmi pare rău că ascensiunea psihologiei individuale și influența ei de netăgăduit asupra transformării psihanalizei au fost dur resimțite de către psihanalști.”¹

După Rudolf Dreikurs, psihologia adleriană „propune mai mult decât o tehnică de tratament și de educație. Scopul său este acela de a depăși problemele de adaptare socială pentru individ și pentru grupuri. Adler insistă asupra autonomiei, asupra necesității de a rezolva conflictele pe baza respectului reciproc; acesta afirmă că logica vieții în comunitate presupune recunoașterea egalității între oameni. De aceea, psihologia adleriană este eficientă și necesară în societatea democratică.”² Ea devine astfel un fel de teleoanaliză „dat fiind faptul că noi considerăm cunoașterea și modificarea obiectivelor unui individ ca bază a eforturilor noastre de a îndrepta comportamentul, fie că aceste eforturi sunt de natură educativă, pedagogică sau terapeutică.”³

În *Über den nervösen Charakter [Temperamentul nervos]* (1912) și în *Menschenkenntnis [Cunoașterea omului]* (1927), Adler nu consideră simptomul nervos ca un fapt patologic izolat, ci ca manifestarea inerentă a comportamentului integral al unei persoane. Analiza sa tinde să se îndepărteze de simptom pentru a înțelege individul în totalitatea sa. Așa cum scrie și Alfred Meyer, „atunci când cauzele organice au fost eliminate cu certitudine, se pune problema semnificației unui simptom morbid. Acesta nu devine inteligibil decât atunci când sesizăm sistemul de referință al întregii vieți a individului: conduita acestuia este guvernată, în

ciuda aparențelor, nu de evenimente, conform aprecierii că noi putem avea de la acestea sensul comun, ci de aprecierea subiectivă asupra evenimentelor [...] Această opinie, inerentă legii dinamice propriie individului, se manifestă într-o manieră unificată în întregul său comportament. Fabricată în trecutul său cel mai îndepărtat, ea emană remarci inconștiente de-a lungul cărora individul și-a clădit precece un stil de viață, concepția sa originală asupra lumii și oferă apoi o formă relațiilor dintre conduita sa actuală și conduita din copilărie.” „De aceea, potrivit aceluiași autor, în metoda de lucru a psihologiei individuale adleriene, simptomele nevrotice nu sunt privite într-o optică de tip cauzal (în opoziție cu metoda curentă psihanalitică). Activitatea ființei umane, izvoară din inconștientă și permanentă sa preocupare, este orientată spre edificarea viitorului său. Ea nu este determinată, ci fondată pe un scop de atins.”

În loc să caute constituenții personalității într-un joc al conflictelor interne, psihologul vienez propunea căutarea logicii în conduitele personale, chiar nevrotice, în membrii familiei copilului, prinși într-un complex de inferioritate legat la constituția organică. Se poate observa ce ține de normativitate în această abordare. În explicarea psihologiei adleriene, referitor la nevroză, Rudolf Dreikurs oferă o lectură de decodificare: „Pentru bolnavul mintal și pentru criminal, nu există conflict între a vrea și a acționa. Ambii acționează cum își doresc, unul pentru că a înlocuit ordinea anturajului cu fantezmele propriei logici, celălalt pentru că nu recunoaște ordinea anturajului. Un conflict între voință și acțiune nu este posibil decât în nevroze. Faptul că oamenii, în marea lor majoritate, trăiesc o astfel de contradicție interioară dovedește că sunt nevrotici, că au nevoie de tergiversări pentru că nu sunt dispuși să îndeplinească anumite sarcini ale vieții.”¹

Succesul din Statele Unite al psihologiei adleriene nu este surprinzător, o explicație posibilă rezidând și în contextul conformist american unde această viziune asupra psihologiei umane, coerentă și persuasivă, este apreciată pentru că evită problemele sexualității, mai ales pe cele ale vârstei infantile. Dar aportul lui

¹ Alfred Adler, *Sensul vieții*, Editura Cartex, București, 2018, p. 213.

² Rudolf Dreikurs, *La psychologie adlerienne*, Boud & Gay, Paris, 1971.

³ *Idem*.

¹ *Idem*.

Adler nu se reduce la această eschivă. Printr-o taxinomie fină, bazată pe analiza diferitelor aspecte (furie, gelozie, avaricie etc.) ale relațiilor dintre membrii unei familii (cu precădere între frați și surori), psihologul caută să faciliteze achiziția unei cunoașteri operaționale a omului.

Conduc de o preocupare reală de medic, Adler afirmă în *Cunoașterea omului* că „recunoscând faptul acesta, nu ne vom mai mira că întâlnim atâția oameni care se luptă de-a lungul vieții să se mențină pe linia de plutire, existența fiind dură pentru ei. Știm că ei sunt victimele unei dezvoltări greșite și că, în consecință, și atitudinea lor față de viață este greșită. De aceea judecata noastră referitoare la ei trebuie să fie foarte reținută și, mai presus de orice, să nu fie o judecată morală, o judecată asupra valorii (morale) a omului. Mai degrabă se impune să încercăm să valorificăm cunoștințele pe care le-am dobândit, să abordăm altfel omul, dat fiind că acum suntem în stare să ne facem o imagine mult mai exactă despre viața sa interioară. Pentru educație, de asemenea, rezultă importante puncte de vedere, deoarece cunoașterea surselor de eroare ne oferă multiple posibilități de intervenție. Având o viziune cuprinzătoare și profundă a dezvoltării psihice a omului, în trăsăturile pe care le examinăm putem discerne nu numai trecutul, ci, întrucâtva, și viitorul său. Numai așa omul devine pentru noi cu adevărat viu. El va fi mai mult decât o simplă siluetă și vom obține o altă idee despre valoarea sa decât ideea care are adesea priză în societatea noastră”.¹

În *Die Seele des schwererziehbaren Kindes [Psihologia școlarului greu educabil]* (1930), o adevărată tehnică a psihologiei individuale comparate este elaborată cu exemple extrase din experiența de viață. Oricare ar fi de-a lungul analizei unei eleve care repetă clasa sau cea a unui tată care împiedică dezvoltarea sentimentului social al copilului său, sau a copilășului descurajat ori a celui detestat, Alfred Adler oferă sfaturi pedagogice și de înțelegere a acestora. Este o manieră de a explica un comportament care trebuie să procure responsabililor cu educația mijloacele potrivite cu care să însoțească băiatul sau fata în dificila trăire a sentimentului de inferioritate.

¹ Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, trad. de dr. Leonard Gavrilu, Editura Științifică, București, 1991, p. 130.

În *Sensul vieții* (1933), Adler expune o concepție teleologică a devenirii umane, îndreptată spre viitor și nu spre trecut. „Insistând asupra ținutelor conduitei omului, Adler a făcut mai mult decât să deschidă calea unei noi orientări în psihologie care, de atunci, a fost confirmată de diferite perspective. Opoziția care a întâlnit această orientare este caracteristică polemicii care privește, nu doar natura omului, nu doar formularea unei metode științifice și punerea la punct a măsurilor pedagogice și terapeutice, ci ansamblul civilizației noastre, care cheamă o nouă imagine a omului. Neo-vitaliștii au fost primii care au întâlnit finalitatea evoluției speciilor și organelor, și mai ales a psihologiei. Simptomele tuturor maladiilor nu le par fenomene patologice sau urmări ale influenței nocive, ci mijloace permanente de a anula această influență.”¹

El și-a botezat abordarea medicală, întotdeauna directă, față în față cu pacienții, psihologie individuală dată fiind perspectiva holistică asupra individului. Fără a accentua individualitatea în termeni de separare sau de unicitate, sintagma aleasă de Adler subliniază ideea că întreaga persoană cuprinde aspecte biologice, atitudini psihologice, precum și legături familiale, sociale și comunitare. Potrivit acestuia, care a conceput noțiunea de indivizibilitate ca intrinsec atașată rădăcinilor *individului*, niciun medic nu ar putea spera să înțeleagă problemele unei persoane, fără a avea în vedere toate aceste dimensiuni.

Abordările moderne, atât în psihologie, cât și în medicină, devin din ce în ce mai mult un model biopsihologic pentru evaluare și tratament, iar adulții au mici dificultăți în a adopta această perspectivă. Abraham Maslow observa în 1970 cât de mult a crescut respectul pentru Adler pe măsură ce elementele care sprijină abordarea lui s-au înmulțit; el a subliniat, de asemenea, că viziunea holistică a lui Adler asupra individului devansa epoca respectivă.

În *Sensul vieții*, Adler susține și că nicio experiență nu este, în sine, un motiv de succes sau de eșec. Potrivit acestuia, nu suntem definiți de experiențele noastre, ci *ne* definim prin sensurile pe care le dăm acestora. Astfel, atunci când ne bazăm viitorul pe anumite experiențe, suntem aproape siguri că ne găsim

¹ Rudolf Dreikurs, *op. cit.*

inferiorităților subiective sau a ideilor nefondate de superioritate. Aceste erori provin din interpretarea greșită a naturii biologice și sociale a individului, care, de altfel, se poate elibera din aceste constrângeri dacă manifestă un interes regulat în bunăstarea celorlalți, mai exact dacă trăiește deplin sentimentul social. Dragostea nu este doar una dintre *componentele* psihologiei adleriene, ci este chiar *scopul final*. De aceea, raportul deloc irenic între Adler și Freud îl determină pe primul să considere profund antisocială centrarea pe sexualitate a psihanalizei.

Adler a fost partizanul ideii ca oamenii să fie încurajați să-și exprime pe deplin personalitatea, atât timp cât aspirațiile lor sunt direcționate spre ceea ce el a numit *Gemeinschaftsgefühl*. Termenul central din *Sensul vieții*, *Gemeinschaftsgefühl*, l-am tradus prin sintagma „sentiment social”. Chiar dacă există și alte variante („sentiment de comuniune socială” pe care a ales-o Leonard Gavriliu¹ sau „interes social” sub influența expresiei englezești *social interest*), credem că alegerea noastră se apropie ceva mai mult de modificarea pe care o suferă această noțiune în textele lui Adler. De altfel, înainte de sfârșitul Primului Război Mondial, acesta nu a folosit termenul *Gemeinschaftsgefühl*, fiind încă influențat de teoriile biologice și pulsionale ale comportamentului. În 1918, este identificabilă prima ocurență, fiind privit ca o contraforță cu care individul se naște, care diminuează varii tendințe și pulsuni negative, precum tendința de expansiune, pulsuniunea de agresivitate, dorința de putere. Înainte de 1928 și în ultimele lucrări, Adler a privit sentimentul social ca pe o funcție cognitivă: o aptitudine înăscută care are facultatea specială de a putea fi dezvoltată în mod conștient, fără a avea, totuși, datele unui panaceu psihologic.

Astfel, sensul fundamental al sentimentului social trimite către preceptul creștin: „Iubește-ți aproapele...” și nu cum sugera Viktor Frankl, fost student al lui Adler: motivația umană la Adler ar fi caracterizată prin „voința de putere”, în vreme ce, la Freud,

¹ Dr. Leonard Gavriliu este consecvent în traducerea sa din Alfred Adler și folosește invariabil expresia „sentiment de comuniune socială”.

prin „voința de plăcere”.¹ Pentru alți analiști, perspectiva lui Adler implică mai degrabă „dorința de schimbare pozitivă”, „dorința de a stăpâni problemele” sau chiar „dorința de perfecțiune”. Alexander Müller folosește expresia „putere creatoare”, care ar fi pentru Adler, forța care permite unei persoane să evite obiectivele rele și apoi să-și redirecționeze eforturile. Adler, fără îndoială, vede în ființa umană dorința de a schimba, de a crește, de a triumfa, iar *Gemeinschaftsgefühl* devine astfel opusul „voinței de putere” de la Nietzsche, care semnifică dorința de a-i domina pe ceilalți.

Complexul de inferioritate și conceptul de compensare lămuresc poziționarea lui Adler față de ideea de putere. Complexul de inferioritate este evoluția negativă de la sentimentul de inferioritate spre un sentiment acut de inferioritate. Pentru Adler, sentimentul de inferioritate și corelatul său, aspirația spre autoafirmare, reprezintă două din formele de bază sub care poate să apară sentimentul valorii proprii. Prima formă este caracteristică, în general, vârstei copilăriei, când ființa umană constată cu durere că de puțin pregătită este, în comparație cu adulții, să răspundă adecvat cerințelor complexe ale mediului social. Acest sentiment poate fi accentuat de o constituție fizică anormală, de o situație economică și/sau socială precară, de o educație deficitară etc. În înțelesul acordat de Adler, complexul de inferioritate este un efect fatal al unei comparații, un simptom maladiv, un semn de tulburare a tendinței normale de autovalorificare. Depășirea sentimentului de inferioritate se realizează frecvent prin mecanismul compensării. Fenomenul compensării, ca proces de contrabalansare a unei deficiențe, insatisfacții sau nerealizări, a fost generalizat de Adler pentru întreaga dezvoltare psihică a persoanei. În opinia sa, compensarea are caracterul unei legi de bază a vieții psihice și desemnează acea reacție a individului ca întreg la o lipsă oarecare. La originile reacției de compensare, Adler pune simțul imperfecțiunii care antrenează și mobilizează posibilitățile ascunse,

¹ Viktor Frankl, *Omul în căutarea sensului* vieții, p. 67, url : <https://antropologieteologicabiblioteca.files.wordpress.com/2015/07/omul-in-cautarea-sensului-vietii-de-viktor-frankl1.pdf>