

Альфред Адлер

Практика и теория индивидуальной психологии

Фрагменты

1. ПРИНЦИПЫ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Великий философ Уильям Джеймс однажды сказал: "Только наука, непосредственно связанная с жизнью, является настоящей наукой". По-другому эту мысль можно выразить так: в науке, которая непосредственно связана с жизнью, теория и практика почти неразделимы. Наука о жизни становится наукой жить именно потому, что создает себя непосредственно в движении жизни. Все эти соображения особенно справедливы для индивидуальной психологии.

Индивидуальная психология рассматривает жизнь человека как целостность, относясь к каждой единичной реакции, каждому движению и импульсу, как к проявленной части индивидуальной жизненной установки. Наша наука была вызвана практической необходимостью, так как с помощью определенных знаний возможно корректировать и изменять установки людей. Таким образом, индивидуальная психология является вдвойне пророческой: она не только предсказывает, что случится, но как пророк Иоанн, она предсказывает, что случится, чтобы этого не случилось.

Стремление к цели

Индивидуальная психология как наука развивалась из настойчивого стремления постичь таинственную творческую силу жизни, силу, которая воплощается в желаний развития, борьбы, достижения, превосходства и даже компенсации поражения в одной сфере, стремлением к успеху в другой. Эта сила телеологическая: она проявляется в устремленности к цели, в которой все телесные и душевные движения производятся во взаимодействии. Таким образом, абсурдно изучать телесные движения и ментальные состояния абстрактно, безотносительно к индивидууму как целому. Абсурден, к примеру, тот факт, что в судебной психологии больше внимания уделяется преступлению, чем преступнику, ведь важен именно он, и совершенно не имеет значения, как долго мы созерцаем преступные действия: невозможно понять их преступный характер до тех пор, пока они не предстанут в качестве эпизода в жизни конкретного лица. Внешне одинаковые действия могут быть преступными в одном случае и не являться преступлением -- в другом. Очень важно понять индивидуальный контекст -- цель жизни человека, которая определяет направление всех его поступков и побуждений. Понимание цели жизни делает для нас возможным понимание скрытого смысла, лежащего в основе различных разрозненных действий, так как мы начинаем видеть их частями единого целого. И наоборот, мы лучше проникаем в смысл целого, когда исследуем части, при условии, конечно, что мы видим их в качестве частей этого целого.

Наш интерес к психологии развился из медицинской практики, которая обеспечила телеологический (ориентированный на цель) подход, необходимый для понимания психологических фактов. С медицинской точки зрения, все органы развиваются в направлении конечной цели: к периоду зрелости каждый из них имеет определенную форму. Более того, мы обнаруживаем дополнительные усилия природы преодолеть

неполноценность либо компенсировать ее развитием другого органа в случаях органических дефектов. Жизнь всегда стремится продолжаться, а жизненная сила до последнего не сдается без борьбы.

Развитие души аналогично развитию органической жизни. У каждого человека есть концепция цели или идеал, необходимый для того, чтобы добиваться больше того, что возможно для него в актуальной жизненной ситуации, преодолевать недостатки и трудности настоящего благодаря постулированию конкретной цели будущего. Имея эту конкретную цель или намерение, человек чувствует себя в состоянии преодолеть любые проблемы, так как в нем живет его будущий успех. Без ощущения цели деятельность индивида не имел бы никакого смысла.

Совершенно очевидно, что фиксация этой цели -- придание ей конкретной формы -- должна происходить на раннем этапе жизни, во время формирующего периода детства. Характер прототипа или модели будущей зрелой личности начинает складываться именно в это время. Можно представить, как протекает этот процесс. Будучи слабым, ребенок чувствует свою неполноценность и находится в ситуации, которую с трудом может вынести. Однако в нем заложено стремление развиваться в направлении, определенном целью, которую он для себя выбирает. На этом этапе материал, служащий развитию, менее важен, чем сама цель, детерминирующая направление жизни. Трудно сказать, как фиксируется эта цель, однако ясно, что она существует и оказывает влияние на каждое душевное движение ребенка. Мы в самом деле знаем еще совсем немного о движущих силах, импульсах, причинах, способностях и их отсутствии в этот ранний период. Для их понимания все еще нет ключа, так как направление жизни устанавливается только после фиксации цели. Когда же мы видим направление, к которому склоняется человек, мы уже можем догадаться, какие шаги будут делаться впоследствии.

Правда, употребление слова "цель" у читателя, по всей вероятности, вызывает весьма смутное представление: о чем идет речь. Идея нуждается в конкретизации, так как в конечном счете "иметь цель" -- означает стремление быть как Бог. Но быть как Бог, конечно же, это предельная цель, или, если можно так выразиться, цель целей. Воспитателям следует быть осторожными в своих попытках воспитать себя и детей быть подобными Богу. Фактически, мы обнаружили, что ребенок в своем развитии заменяет эту цель на более конкретную и непосредственную. Он ищет самую сильную личность в своем окружении и делает ее своим образцом, а подражание ей -- целью. Это может быть отец или мать, так как мы обнаружили, что даже мальчик может быть под влиянием матери, если она кажется самой сильной личностью. В дальнейшем ребенок может хотеть быть кучером, так как по какой-то причине верит, что именно кучер -- это сильнейший человек. Когда ребенок представляет эту цель, он начинает вести себя, чувствовать и одеваться как кучер, он обретает качества, связанные со своей целью. Но стоит полицейскому пошевелить пальцем, и кучер становится ничем... Позже идеалом может стать доктор или учитель, ведь учитель наказывает детей, и поэтому к нему возникает отношение как к сильнейшей личности.

При выборе цели ребенок оказывается перед выбором конкретных символов, и обнаруживается, что цель, которую он выбирает, является действительным показателем его социального интереса. Один мальчик, которого спросили, кем бы он хотел быть в будущем, ответил: "Я хочу быть палачом". Его ответ указывает на недостаток социального интереса, ведь мальчик хочет быть хозяином жизни и смерти, -- роль, которая принадлежит Богу. Он хочет быть могущественнее общества, и им движет идея бесполезности жизни. Быть врачом - это также цель, выстроенная вокруг идеи богоподобия в желании быть хозяином жизни и смерти, но в данном случае цель реализуется посредством служения обществу.

Схема апперцепции

Когда формируется прототип - ранний вариант личности, воплощающий цель, -- устанавливается направление и ориентированность жизни индивида. Все это дает нам возможность предсказывать, что случится в его жизни в дальнейшем. Ребенок будет воспринимать различные ситуации не такими, какие они существуют в действительности, но согласно личной схеме апперцепции, -- иными словами, он будет воспринимать ситуации сквозь призму предубеждений своих личных интересов.

В связи с этим был обнаружен весьма интересный факт, что дети с органическими дефектами связывали весь свой опыт с функционированием поврежденного органа. К примеру, ребенок с желудочными расстройствами проявлял повышенный интерес к еде, тогда как другой, с дефектом зрения, был более озабочен вещами, на которые нужно смотреть. Это повышенное внимание связано с личной схемой апперцепции, которая, как мы уже сказали, характеризует личность в целом. Таким образом, все вышеизложенное может привести на мысль, что для обнаружения сферы интересов ребенка, нам просто нужно убедиться, какой из органов поврежден. Однако все не так просто. Переживание ребенком факта неполноценности органа отличается от восприятия этого факта внешним наблюдателем, так как ребенок переживает этот факт модифицированным своей схемой апперцепции. Таким образом, внешнее наблюдение неполноценности не обязательно приводит к глубокому пониманию схемы апперцепции, хотя факт неполноценности органа действительно является элементом схемы.

Ребенок погружен в реальность, где он равен всем остальным: никто из нас не наделен знанием абсолютной истины. Даже наша наука не обладает знанием абсолютной истины. Она основывается на здравом смысле, который говорит, что все меняется и меньшие ошибки делаются там, где делались большие. Мы все совершаем ошибки, но важно то, что мы можем их исправлять. Исправление ошибок легче и безболезненнее происходит во время формирования прототипа. Однако, мы можем сделать это и позже, пересматривая всю ситуацию раннего периода. Так что, если нашей задачей является лечение пациента, страдающего неврозом, нам необходимо найти не обычные ошибки, которые он совершил в последнее время, а фундаментальные, сделанные в раннем возрасте во время формирования прототипа. Если мы обнаружим эти ошибки, их возможно исправить с помощью соответствующей терапии.

Следовательно, в свете индивидуальной психологии уменьшается важность проблемы наследственности, так как важно не то, что наследует человек, а то, что он делает со своей наследственностью в ранние годы, - иными словами, важен прототип, который формируется ребенком в его окружении.

Наследственность, конечно же, ответственна за врожденные органические дефекты, но наша задача в данном случае заключается в том, чтобы облегчить частные трудности и поместить ребенка в более благоприятную ситуацию. По сути дела, подобное положение для нас даже удобнее, так как обнаружив определенный дефект, мы знаем, что можем применить соответствующую стратегию. Часто ребенок без врожденных дефектов хуже переносит недоедание или любое другое испытание из того множества, которое выпадает в период взросления.

А теперь мы рассмотрим программу, которую индивидуальная психология предлагает для воспитания и обучения невротичных личностей: детей-невротиков, преступников, алкоголиков, -- людей, которые подобным образом пытаются уйти от настоящей жизни.

Сначала для того, чтобы быстро без труда понять, что беспокоит пациента, мы спрашиваем, когда начались проблемы. Обычно причину видят в какой-то новой жизненной ситуации. На самом деле, новая ситуация не при чем, так как еще до того, как она сложилась, наш пациент -- это мы обнаруживаем в ходе исследования - не был к ней готов. Пока он находился в благоприятных обстоятельствах, ошибки его прототипа не проявлялись: в каждой новой ситуации, реагируя согласно своей схеме апперцепции, созданной его прототипом, он вынужден экспериментировать. Его ответы окружающему миру уже не являются только реакциями. В них появляется элемент творчества, но при этом они все так же преследуют цель, которая доминирует на протяжении всей его жизни. Уже в ранних исследованиях индивидуальной психологии мы поняли, что нельзя рассматривать наследственность, как и любой другой фактор, изолированно от целого. Ясно, что прототип отвечает на жизненные ситуации в соответствии со своей собственной схемой апперцепции. Поэтому, чтобы достичь желаемого результата терапии, психологу необходимо работать именно с ней.

Чувство неполноценности и чувство общности

Психологический контекст приобретает чрезвычайную важность в случаях детей, рожденных с поврежденными органами. Так как эти дети оказываются в более сложной ситуации, чем другие, в них ярко проявляется преувеличенное чувство неполноценности. Уже во время формирования прототипа они более интересуются собой, чем окружающими, и эта тенденция может остаться у них на всю последующую жизнь. Органическая неполноценность -- это не единственная причина ошибок в прототипе, есть еще ряд ситуаций, которые могут быть их причиной. Например, ситуации избалованных и отвергнутых детей. Далее у нас будет возможность описать их более детально и предоставить истории клиентов, иллюстрирующих три особо неблагоприятные ситуации: детей с поврежденными органами, избалованных и отвергнутых детей. Сейчас же важно отметить, что эти дети растут, испытывая затруднения и страх, потому что развиваются в окружении, которое не учит их независимости.

Так как мы считаем, что социальный интерес -- это наиболее важный фактор в подходе к воспитанию и лечению, нам бы хотелось уже на первых страницах прояснить значение этого понятия. Только смелые, уверенные в себе люди, чувствующие себя в мире как дома могут извлекать преимущества как из благ жизни, так и из ее трудностей. Они знают, что трудности существуют, но они также знают, что в состоянии их преодолеть. Они готовы к любым проблемам жизни, которые неизменно оказываются социальными проблемами. Чтобы быть человеком, необходимо быть подготовленным к социальному поведению. У трех типов детей, упомянутых нами, формируется прототип с наименьшей степенью чувства общности. У них отсутствует такая ментальная установка, которая бы помогала им воплощать их жизненные планы или разрешать проблемы. Чувство поражения рождает в прототипе ошибочную установку в отношении жизненных проблем и тенденцию развивать личность в бесполезном направлении. В противоположность этому, наша задача в лечении этих пациентов заключается в том, чтобы направить их поведение в полезную сторону и закрепить общую позитивную установку в отношении жизни и общества.

Недостаточно развитое чувство общности является эквивалентом ориентации на бесполезную жизнедеятельность. Индивиды с недостаточно развитым чувством общности составляют группы проблемных детей, преступников, душевнобольных, алкоголиков. В таких случаях проблема, которую необходимо решить, заключается в том, чтобы найти средства, способные повлиять на их возвращение к полезной стороне жизни, и обращение их интереса к окружающим. Таким образом, можно сказать, что наша так называемая "индивидуальная" психология в действительности является социальной психологией.

Здравый смысл и его отсутствие

Хотя умственные способности проблемных детей не вызывают сомнений - в том смысле, что если вы зададите вопрос, они дают правильный ответ -- нетрудно обнаружить у них симптомы и реакции, которые указывают на сильное чувство неполноценности. Конечно же, ум -- это не обязательно здравый смысл.

У ребенка есть глубоко личная, так называемая частная ментальная установка, которую можно также обнаружить у невротических личностей. При навязчивом неврозе, к примеру, пациент понимает бессмысленность постоянного пересчитывания окон, но не может остановиться. Тот, кто стремится к полезным целям, никогда не будет вести себя таким образом. Также нездоровому человеку свойственны частное понимание и частный язык. Душевнобольной никогда не говорит на языке здравого смысла, который репрезентирует высшую степень развития чувства общности. Если мы противопоставим суждение, основанное на здравом смысле, частному суждению, мы обнаружим, что первое обычно ближе к истине. Согласно здравому смыслу мы различаем хорошее и плохое, и хотя в сложных ситуациях мы часто делаем ошибки, именно благодаря логике здравого смысла они имеют тенденцию исправляться. Те же, кто всегда настороже собственных частных интересов, неспособны различать правильное и неправильное с той же легкостью, что и остальные. И эта неспособность очевидна, так как все их душевные движения прозрачны для наблюдателя.

Рассмотрим, например, как совершаются преступления. Если мы исследуем логику, мышление и мотивы преступника, то обнаружим, что он считает свои преступления не только разумными, но и героическими. Он верит, что достиг превосходства, а именно, он стал умнее полиции и обрел способность превосходить других. Таким образом, в своих глазах он -- герой; он не видит, что поступки его демонстрируют что-то иное, очень далекое от героики. Недостаточно развитое у преступника чувство общности, которое направляет его активность в бесполезное русло, связан с недостатком у него мужества и малодушием, однако он об этом не знает. Те, кто ориентирован на бесполезную жизнедеятельность, часто боятся темноты и изоляции; они хотят быть с другими. Это - малодушие, вещи следует называть своими именами. В самом деле, наилучшим способом воспрепятствовать преступлениям было бы убедить всех, что преступление -- это не более, чем выражение малодушия.

Хорошо известно, что некоторые преступники, достигая тридцатилетнего возраста, находят работу, женятся и в дальнейшем становятся добропорядочными гражданами. Что же происходит? Посмотрим на взломщика. Как тридцатилетний взломщик может соперничать с двадцатилетним? Последний разумнее и у него больше сил. Более того, к тридцати годам образ жизни преступника меняется. В результате -- преступная профессия перестает быть выгодной преступнику, и приходит время отставки.

В этой связи, в отношении правонарушителей стоит задуматься еще над одним фактом: сейчас, если мы ужесточим наказание, кроме того, что запугаем преступника, мы также укрепим его веру в собственный героизм. Мы не должны забывать, что преступник живет в эгоцентричном мире, где нет места истинной смелости, уверенности в себе, здравого смысла или понимания общечеловеческих ценностей. Единение с обществом для таких личностей невозможно. Невротики редко организуют клубы, и это абсолютно недостижимое искусство для людей, страдающих агорафобией, или для душевнобольных. Проблемные дети или личности, склонные к самоубийству, никогда не заводят друзей, -- факт, причину которого никогда не пытались установить.

А причина в том, что эти люди никогда не заводят друзей, так как с самого начала их жизнь приняла эгоцентричное направление. Их прототип был ориентирован в сторону ложных целей, продолжая в дальнейшем линию в направлении бесполезной жизнедеятельности.

Родительское влияние

После чувства общности приходит черед для следующей нашей задачи - выяснения трудностей, с которыми сталкивался индивид в своем развитии. На первый взгляд, задача кажется запутанной, но на самом деле она не столь сложна. Мы знаем, что каждого избалованного ребенка ожидает доля отверженного. Наша цивилизация такова, что ни семья, ни общество не желают бесконечно его опекать, и очень скоро избалованный ребенок сталкивается с жизненными проблемами. В школе он находит себя в новой социальной организации с новыми социальными проблемами. Он не хочет писать или играть со сверстниками; его жизненный опыт не подготовил его к пребыванию в их обществе и школе. Фактически, его опыт на стадии прототипа будит в нем боязнь подобных ситуаций и заставляет искать опеку. Следовательно, качества такого индивида отнюдь не являются врожденными: мы можем установить их происхождение, зная природу его прототипа и его цель. То, что у него есть особые качества, способствующие движению в направлении определенной цели, исключает возможность наличия у него качеств, которые бы склоняли к какой-то иной цели.

Следующим в нашей научной схеме идет анализ прототипа. Как мы уже говорили, прототип формируется в возрасте четырех или пяти лет, и, таким образом, нас интересуют детские впечатления именно этого периода. Это могут быть самые разнообразные впечатления, даже более разнообразные, чем мы можем себе представить с нашей нормальной взрослой точки зрения.

Одним из наиболее распространенных плодов родительского влияния в этом возрасте является чувство подавленности, вызванное чрезмерным отцовским или материнским наказанием ребенка или жестоким обращением с ним. Это заставляет ребенка искать облегчения своих страданий, что зачастую выражается в установке психологического избегания. Так, у некоторых девочек вследствие вспыльчивости отца формируется прототип, исключающий мужчин из-за их вспыльчивого характера. Либо мальчики, которым пришлось испытать подавляющее воздействие со стороны строгой матери, могут избегать женщин. Эта установка избегания может, конечно, выражаться по-разному: например, ребенок может стать робким, или может быть сексуальным извращением (что является просто другим способом избегания женщин). Извращения не являются врожденными, а формируются обстановкой, в которой ребенок живет годами.

За ранние ошибки в детстве приходится дорого расплачиваться. Тем не менее ребенку не уделяют должного внимания. Родители либо не понимают свой собственный жизненный опыт, либо не хотят делиться им с ребенком, которому поэтому приходится действовать на собственный страх и риск.

И если уж мы заговорили на эту тему, не лишним будет подчеркнуть, что наказаниями, замечаниями и увещаниями ничего не достигнуть. Когда ни ребенок, ни взрослый не знают, что же необходимо изменить, воспитание остается бесплодным. Непонимание только порождает в ребенке скрытность и трусливость, но прототип его не изменят никакие наказания и поучения, как не изменит его и жизненный опыт как таковой, ибо он определяется уже имеющейся схемой апперцепции индивида. Какие-либо изменения мы сможем произвести, лишь затронув самые основы личности.

Чувства и сны

Следующий шаг нашей науки о жизни - исследование чувств. Осевая жизненная линия -- линия направленности, основанная на цели, - не только оказывает влияние на качества индивида, душевные движения, способы самовыражения и основные внешние симптомы, но также управляет жизнью чувств. Весьма примечательно то, что люди всегда стараются оправдать свое поведение чувствами. К примеру, если мужчина увлечен каким-то делом, это преобразует всю его эмоциональную жизнь и управляет ею.

Можно сделать вывод, что чувства всегда находятся в согласии с видением человеком своей задачи: они укрепляют его стремление к деятельности. То, что мы совершаем, мы могли бы делать и без участия чувств, -- чувства лишь сопровождают наши действия.

Это ясно обнаруживается в сновидениях, открытие смысла которых было, пожалуй, одним из последних достижений индивидуальной психологии. Каждое сновидение, конечно же, преследует определенную цель, но до последнего времени она понималась неотчетливо. Целью сновидения, -- если выразиться в общих, а не специальных терминах, -- является создание определенного движения чувств, или эмоций, которое в свою очередь способствует движению самого сновидения. Это может быть интересным комментарием к старой мысли, что сновидения -- это всегда обман. Нам снится то, каким образом нам бы хотелось себя вести. Сон -- это эмоциональная репетиция планов и установок поведения в бодрствующем состоянии, никогда, репетиция, в которой действительный план может никогда не реализоваться. В этом смысле сновидения -- обманчивы: эмоциональное воображение приносит возбуждение действием без самого действия.

В нашей дневной жизни можно также обнаружить это качество сновидений. Нам свойственна сильная склонность к эмоциональному самообману: мы постоянно хотим убедить себя идти по пути наших прототипов, так как они сформировались в возрасте четырех -- пяти лет.

Последовательность рождения и ранние воспоминания

Интересно, что мы никогда не найдем двух детей, которые бы росли в одинаковой ситуации, даже если они рождены в одной семье. Внутри одной семьи существует совершенно особая атмосфера вокруг каждого ребенка. Так, печально известны условия жизни первенца. Вначале первый ребенок -- единственный, и поэтому является центром всеобщего внимания. Но после рождения второго ребенка он обнаруживает себя свергнутым с пьедестала, и эта перемена ему не по вкусу. Это и в самом деле трагедия в жизни ребенка: он обладал властью, которой теперь лишился. Это ощущение трагедии становится частью его прототипа, и со временем проявится в его качествах, когда он станет взрослым. Случаи из практики показывают, что такие дети всегда болезненно переживают свое ниспровержение.

Еще одно внутрисемейное различие в обстановке вокруг детей -- это разница в обращении с мальчиками и девочками. Довольно типична ситуация, когда Мальчики ценятся и превозносятся, а с девочками обращаются так, как будто они ни на что не годны. Естественно их жизнь будут сопровождать вечные сомнения и колебания, ибо они не смогут избавиться от впечатления, что только мужчины действительно способны что-то сделать.

Положение второго ребенка также весьма своеобразно и неповторимо. Так как у него всегда есть лидер, движущийся параллельно, его ситуация разительно отличается от ситуации первенца. Обычно второй ребенок обгоняет своего лидера, и если разобраться в причине

такого положения вещей, можно обнаружить, что старшего ребенка попросту раздражает наличие соперника, и это раздражение в конце концов отражается на его положении в семье. Старший ребенок начинает бояться соревнований и не особо в них преуспевает. Он все больше прислушивается к поощрениям своих родителей, которые начинают ценить второго ребенка. Напротив, второй ребенок изначально противопоставлен лидеру, что постоянно побуждает его к соревнованию. Все его качества будут отражать особенность его положения в семейном сообществе. По натуре он бунтовщик, не признающий власть или авторитет.

Многочисленные примеры силы младших детей нам дают история и легенды. Яркое тому подтверждение -- история Иосифа, который захотел превзойти всех. Тот же факт, что в его отсутствие, многие годы спустя после того, как он покинул дом, в семье родился младший брат, не повлияло на ситуацию. Его положением было положение младшего ребенка. Подобные описания мы обнаруживаем в сказках, где младшему ребенку отведена главная роль. Мы можем увидеть, что все эти качества возникают в раннем детстве и остаются неизменными до тех пор, пока индивиду не удастся достичь глубины в понимании самого себя. С тем, чтобы переориентировать ребенка, необходимо помочь ему понять, что же с ним произошло в раннем детстве. Необходимо также, чтобы он понял, что в его прототипе есть ошибка, которая влияет на все ситуации его жизни.

Важным способом познания прототипа, а следовательно, сути человека является изучение его ранних воспоминаний. Все наши знания и наблюдения приводят нас к выводу, что наши воспоминания принадлежат прототипу. Пояснить эту мысль можно следующим образом. Возьмем в качестве примера ребенка первого типа -- с поврежденным органом: болезнью желудка. Его воспоминания о чем-то виденном или слышанном, по всей вероятности, всегда каким-либо образом будут касаться еды. То же самое можно сказать и о ребенке левше: эта его особенность также будет влиять на его точку зрения. Человек может рассказать вам о своей матери, которая баловала его, или о рождении младшего ребенка, о том, как его бил вспыльчивый отец, или о тех обидах, какие ему пришлось перенести в школе. Все свидетельства такого рода очень ценны, если только мы владеем искусством чтения их смысла.

Искусство понимания ранних воспоминаний включает в себе высшую степень эмпатии, способность идентифицировать себя с ребенком в его детской ситуации. Только благодаря такой эмпатии мы сможем понять, какое важное значение в его жизни имеет появление в семье младшего ребенка или какое впечатление оставляет в его сознании жестокое обращение со стороны вспыльчивого отца.

Заключение

Теперь в качестве резюме сформулируем подход индивидуальной психологии, выработанный ею в течение последних двадцати пяти лет. Вы можете видеть, что она проделала долгий путь в новом направлении. Существует множество единственных в своем роде психологии и психотерапий. Какой-то психолог избирает одно направление, другой -- другое, и каждый не верит, что остальные могут быть правы. Возможно, читатель также не будет полагаться на веру. Пусть он сравнит. Он увидит, что мы не согласны с так называемой "психологией влечений" (наиболее известным представителем этого течения в Америке является Макдугал), поскольку в этих "влечениях" слишком много места отводится врожденным склонностям. По той же причине мы не можем согласиться со "стимулами" и "реакциями" бихевиористов. Бессмысленно конструировать судьбу и характер человека из "влечений" и "реакций", пока не понята цель, к которой направлены эти движения души. Ни одна из этих психологий не мыслит в терминах индивидуальных целей.

2. ПРЕОДОЛЕВАЯ ОГРАНИЧЕНИЯ

Употребление терминов "сознательное" и "бессознательное" для определения отличительных факторов является неверным с точки зрения практики индивидуальной психологии. Сознательное и бессознательное движутся вместе в одном и том же направлении и не противоречат друг другу, -- вопреки распространенному мнению. Более того, между ними не существует точной демаркационной линии. Вопрос, скорее, заключается в раскрытии цели их совместного движения. Невозможно решить, что сознательно, а что нет, до тех пор пока мы не знаем всего контекста. Этот контекст обнаруживается в прототипе -- той модели жизненного поведения, которую мы анализировали в предыдущей главе.

Индивидуальное единство

Случай из практики послужит иллюстрацией тесной связи между сознательной и бессознательной жизнью. Женатый мужчина сорока лет страдал фобией - желанием выброситься из окна. Он постоянно боролся с этим желанием. Все же прочее в его жизни было вполне благополучно: у него были друзья, хорошее положение, счастливая семейная жизнь. Его случай нельзя объяснить иначе, кроме как в терминах сотрудничества сознания и бессознательного. Он сознавал свои чувства, связанные с желанием выброситься из окна, однако продолжал жить и фактически даже никогда не пытался это сделать. Причина заключалась в том, что в его жизни была другая сторона, где борьба против его желания совершить самоубийство играла важную роль. В результате сотрудничества бессознательной стороны его существа с его сознанием, он был победителем. Фактически, по своему "стилю жизни", если использовать термин, о котором мы будем говорить подробнее в следующей главе, он был победителем, он достиг своей цели -- превосходства. Читатель может усомниться: как это в человеке могут ужиться осознанная склонность к самоубийству и чувство превосходства? Ответ заключается в том, что нечто в самом его существе развязало эту битву с суицидальной склонностью. Успех же в этой битве и делает его победителем и высшим существом. Объективно, его борьба за превосходство была обусловлена его собственной слабостью, как это часто бывает в случаях, когда люди так или иначе чувствуют свою неполноценность. Однако важно то, что в личной битве его стремление к превосходству, стремление жить и завоевывать побеждает чувство неполноценности и желание умереть несмотря на то, что последнее живет в его сознании, а первое -- в бессознательном

Давайте посмотрим, подтверждает ли наши предположения развитие прототипа этого человека. Из анализа ранних воспоминаний мы узнали, что в детстве у него была проблема в школе. Ему не нравились другие мальчики, и он старался их избегать. Тем не менее он сумел справиться с силами и отстоять себя. Другими словами, уже здесь мы можем видеть усилие с его стороны преодолеть свою слабость. Он не отступил перед своей проблемой и победил

Если мы проанализируем характер нашего пациента, то увидим, что единственной целью его жизни было преодоление страха и тревожности. Эта цель объединила его сознательные идеи с бессознательными в единое целое. С точки же зрения того, кто не рассматривает человеческое существо как единое целое, у данного пациента не было никаких успехов и не могло быть чувства превосходства. В его представлении пациент не более чем амбициозная личность, он стремится к борьбе, но остается трусом в глубине души. Однако такая точка зрения была бы ошибочной, так как в ней не принимаются во внимание все факты и не дается их интерпретация в контексте единства человеческой жизни.

Вся наша психология и все наше понимание или стремление понять человека будет бесплодным и бесполезным, если мы не будем убеждены, что человеческое существо представляет из себя единое целое. Если мы предположим наличие у него двух не относящихся друг к другу сторон, мы не сможем увидеть жизнь, как целостный организм.

Социальный контекст

Кроме рассмотрения жизни индивида как единого целого, мы должны также учитывать ее социальный контекст. Поначалу дети рождаются слабыми, и их беспомощность делает необходимым, чтобы за ними ухаживали другие люди. Таким образом, стиль жизни или модель жизненного поведения ребенка нельзя понять без учета людей, которые ухаживали за ним и восполняли его неполноценность. Тесные взаимоотношения ребенка с матерью и семьей невозможно понять, если мы ограничим наш анализ анализом периферии физического пребывания ребенка в пространстве. Индивидуальность ребенка не сводится к физической индивидуальности, она включает в себя весь контекст социальных отношений.

То, что применимо к ребенку, до определенной степени можно также применить к людям вообще. Слабость, по причине которой ребенок живет в семейной группе, аналогична слабости, которая заставляет взрослого человека жить в обществе. Все люди чувствуют свою неадекватность в тех или иных ситуациях. Они чувствуют себя придавленными трудностями жизни и не в состоянии встретиться с ними один на один. Поэтому одной из самых сильных склонностей человека всегда было стремление объединяться в группы с тем, чтобы он имел возможность жить как член общества, а не как изолированный индивид. Без сомнения, общественная жизнь в значительной степени помогает человеку преодолеть свои чувства неадекватности и неполноценности.

На примере животных мы знаем, что более слабые особи всегда живут в группах, чтобы их совместные силы могли помочь удовлетворить их индивидуальные потребности. Так, стадо буйволов способно защититься от волков, что было бы невозможным для одного буйвола. Сбиваясь в стадо, они прислоняют свои головы друг к другу и сражаются копытами, что позволяет им спастись. С другой стороны, гориллы, львы и тигры могут жить изолированно друг от друга, так как природа наделила их средствами самозащиты. Человеческое существо не обладает их огромной силой, заключенной в когтях или зубах, и поэтому не может жить отдельно. Таким образом, мы видим, что первопричина социальной жизни заключается в слабости человека.

По той же самой причине мы не можем ожидать, что найдем одинаковыми способности и дарования всех человеческих существ в обществе. Но хорошо сбалансированное общество не останется в долгу перед своими членами, которые нуждаются в его поддержке. Это очень важно усвоить, так как в противном случае можно прийти к предположению о необходимости всецело судить о человеке по его врожденным способностям. В сущности, человек, лишенный каких-либо способностей, может испытывать трудности, живя в условиях изоляции, но успешно компенсировать свои недостатки в хорошо организованном обществе.

Попробуем предположить, что наши индивидуальные недостатки являются врожденными. Тогда целью психологии становится обучение людей хорошо жить с другими, и тем самым помочь уменьшить эффект их естественных недостатков. История социального прогресса -- это история того, как человек сотрудничал, чтобы преодолевать лишения и недостатки. Все знают, что язык является социальным изобретением, но лишь немногие понимают, что индивидуальные недостатки были матерью этого изобретения. Но подтверждение этой

истины легко найти в раннем поведении детей. Когда их желания не выполняются, они хотят привлечь внимание и стараются делать это с помощью определенного рода языка. Но если бы ребенку не нужно было привлекать внимание, он бы не пытался говорить вообще. Это происходит в первые месяцы жизни, когда мать выполняет все, что хочет ребенок, до момента, когда он заговорит. Есть данные о случаях, когда дети не говорили до шести лет, так как у них не было в этом необходимости. Эту истину можно также проиллюстрировать особыми случаями детей с немыми или глухими родителями. Когда такому ребенку больно, он плачет, но плачет беззвучно. Он знает, что звук был бы бесполезен, так как родители не могут его слышать. Следовательно, он делает вид, что кричит, с целью привлечь внимание своих родителей, но все это беззвучно.

Таким образом, мы видим, что всегда необходимо учитывать весь социальный контекст изучаемых фактов с тем чтобы понять конкретную "цель превосходства", которую избирает индивид. Изучение его социальной ситуации необходимо также для того, чтобы увидеть, в чем именно заключаются его трудности. Так, многие считают невозможным найти нормальный контакт с другими посредством языка. Заика -- как раз такой случай. Если мы займемся случаем заики, то обнаружим, что с самого начала своей жизни он никогда не был достаточно социально адаптирован. Он отказывался примкнуть к какой-либо деятельности, не хотел иметь друзей или товарищей. Для развития речи ему необходимы были связи с другими людьми, но их-то он и избегал, лишая себя возможности избавиться от заикания. У заик имеются две тенденции: первая побуждает их к общению с другими людьми, другая же заставляет их искать для себя уединения.

В дальнейшей жизни, у взрослых людей, сторонящихся активных социальных связей, мы обнаруживаем неспособность выступать перед публикой, страх перед ней. Это связано с тем, что они считают свою аудиторию враждебной. У них появляется чувство неполноценности. Дело в том, что человек может говорить хорошо, только если он верит в себя и свою аудиторию, и только в этом случае у него будет отсутствовать страх перед публикой.

Таким образом, чувство неполноценности и проблема социального обучения очень тесно связаны. Именно потому, что чувство неполноценности возникает из-за плохой социальной адаптации, социальное обучение является основным методом, с помощью которого мы все можем преодолеть свое чувство неполноценности.

Существует прямая связь между социальным воспитанием и здравым смыслом. Когда мы говорим, что люди преодолевают свои трудности с помощью здравого смысла, то имеем в виду совокупный разум социальной группы. С другой стороны, как мы указывали в предыдущей главе, люди, поступки которых определяются частным пониманием и которые ограничены частным языком, тем самым обнаруживают свою ненормальность. Больные, невротики и преступники -- вот люди такого типа. Им не интересны люди, институции, социальные нормы и т. п. предметы. Но через них-то и пролегает путь к их спасению.

Нашей задачей в работе с такими людьми является донести до них факты социальной жизни. Демонстрация добрых намерений позволяет нервным людям чувствовать себя оправданными. Но этого мало. Мы должны помочь им понять, что для общества важно, что же они делают в действительности и что оно действительно от них получает.

Отношение к недостаткам

Чувство неполноценности и стремление к превосходству универсальны, но было бы ошибкой заключить из этого, что все люди одинаковы. Неполноценность и превосходство --

общие условия, которые управляют поведением человека, но помимо них, есть различия в физической силе, здоровье и окружении. По этой причине в одинаковых условиях разными людьми совершаются различные ошибки. Например, мы не найдем у детей ни одного вполне устойчивого и верного способа реагировать на окружающий мир. Их реакции индивидуальны. Каждый из них стремится к более совершенному стилю жизни, но делает это по-своему, совершая свои собственные ошибки и идя своим путем к успеху.

Проанализируем некоторые разновидности индивидов и их характерные черты. Возьмем к примеру детей-левшей. Некоторые из них даже не подозревали того, что они левши, так как их чрезвычайно старательно приучили писать правой рукой. Поначалу это получалось у них весьма неловко и неуклюже; на них сыпались упреки, критические замечания и насмешки. Но это грубая ошибка, -- необходимо упражнять обе руки ребенка. Левшу можно узнать еще в колыбели, потому что левая рука у него двигается быстрее правой. В будущем его может тяготить изъяз его правой руки. С другой стороны, у таких людей часто развивается большой интерес к своей правой руке и кисти, который может выразиться, например, в рисовании, письме и т. д. Нет ничего удивительного в том, что ребенок-левша может быть обучен лучше, чем нормальный ребенок. По причине своей заинтересованности он, так сказать, раньше включился, и, таким образом, его недостаток способствовал более старательным занятиям и упражнениям. Зачастую подобная ситуация бывает большим преимуществом в развитии артистических способностей и художественных талантов. Обычно ребенок, находящийся в подобном положении, амбициозен, он стремится преодолеть свои ограничения. Иногда, однако, если борьба эта слишком безжалостна, в нем могут развиваться зависть или ревность, а отсюда -- сильное чувство неполноценности, преодолеть которое труднее, чем обычно. Постоянная борьба может сделать ребенка чересчур воинственным, и, став взрослым, он будет страдать от навязчивого стремления преодолеть свою неуклюжесть и неловкость.

Пытаясь достичь каких-то своих целей, совершая ошибки, дети каждый по-своему развиваются в соответствии с теми прототипами, которые сложились у них в возрасте четырех -- пяти лет. Их цели -- различны. Один ребенок может хотеть быть художником, а другой стремится как-то отгородиться от мира, где он оказался неудачником. Возможно, мы смогли бы разобраться в том, как ему преодолеть свои недостатки, но сам он этого не знает, и, увы, слишком часто ему преподносят неверное объяснение фактов.

Многие дети страдают дефектами зрения, слуха, легких или желудка. Мы обнаружили, что эти недостатки стимулируют их интерес. Любопытный пример -- случай с человеком, который страдал от приступов астмы только по вечерам по возвращении домой из офиса. Это был женатый сорокапятилетний мужчина с хорошим положением. На вопрос, почему приступы всегда происходят после его прихода с работы домой, он дал следующее объяснение: "Видите ли, моя жена слишком материалистически настроена, я же -- идеалист, так что часто мы не согласны друг с другом. Когда я прихожу домой, я хочу покоя, хочу наслаждаться домом, тогда как моя жена желала бы отправиться в гости, и поэтому она жалуется, что ей приходится сидеть дома. Это удручает меня, и я начинаю задыхаться".

Почему же этот человек задыхается: почему его, скажем, не тошнит? А дело в том, что он всего лишь верен своему прототипу. В детстве, вследствие какой-то болезни ему долгое время пришлось оставаться в бинтах, и тугая повязка мешала его дыханию, причиняя также массу других неудобств. В их доме была прислуга, которая была сильно к нему привязана и была готова целыми днями сидеть рядом с ним и утешать его. Отдавая ему все внимание, она забывала о себе. Тогда-то у него и сложилось впечатление, что его будут развлекать и утешать всегда. Когда мальчику исполнилось четыре года, сиделка вышла замуж и уехала. Провожая ее на станцию, он горько рыдал. После этого он сказал своей матери: "Теперь,

когда моя няня уехала, в мире для меня больше нет ничего интересного"

Мы видим, что с тех пор он не изменился, и уже будучи взрослым, он ищет идеального человека, который бы всегда развлекал и утешал его и интересовался бы только им одним. Проблема была не в недостатке воздуха, а в том, что его не развлекали и не утешали непрерывно, -- естественно, не так просто найти человека, который бы на это согласился. Он хотел всегда управлять ситуацией, и до определенной степени болезнь помогала ему в этом преуспеть. Так, когда он начинал задыхаться, его жена уже не хотела идти в театр или на вечеринку. Таким образом он достигал "цели превосходства". Сознательно этот человек всегда был правдив и порядочен, но на уме у него было желание побеждать. Он хотел склонить свою жену к тому, что он называл "идеалистическим" взглядом на вещи. Но мы должны подозревать, что под этой поверхностью скрываются иные мотивы...

Мы часто видим, как у детей с плохим зрением возникает повышенный интерес к рассматриванию, что способствует развитию этой способности. Примером может служить великий поэт Густав Фрейтаг, страдавший астигматизмом, что не помешало ему добиться значительных успехов. Проблемы с глазами у поэтов и художников -- не редкость; часто, однако, это подхлестывает их интерес. Фрейтаг сказал о себе: "По-видимому, из-за того, что мои глаза отличались от глаз других, я вынужден был использовать и тренировать свою фантазию. Я не знаю, помогло ли это мне стать большим писателем, но - так или иначе -- именно моя близорукость помогла мне видеть в своем воображении лучше, чем другие в реальности".

Если мы вспомним гениальных людей, мы увидим, что плохое зрение или какой-то другой физический недостаток -- довольно частое явление у гениев. Даже у богов были физические дефекты, такие как слепота на один или два глаза, факт существования гениев, которые даже будучи полуслепыми, все же способны различать линии, тени и цвета лучше, чем другие, показывает, что можно сделать с больными детьми, если их проблемы правильно поняты.

Есть люди, проявляющие повышенный интерес к еде. Они постоянно обсуждают, что они могут, а что не могут есть. Как правило, в детстве с едой у них были связаны какие-то проблемы, это-то и пробудило у них чрезмерный интерес к еде. Может быть, заботливая мать беспрерывно повторяла им, что хорошо есть, а что -- плохо. Этим людям приходится много внимания уделять лечению болезней своего желудка, и они становятся жизненно заинтересованы своим меню на завтрак, обед и ужин. Неотступно думая о еде, они иногда достигают успехов в искусстве кулинарии, либо становятся специалистами в вопросах диет.

Бывает, правда, и так, что болезни желудка или кишечника становятся причиной поисков замены увлечения едой. Иногда ее заменяют деньги, тогда такой человек превращается в скопидома или становится крупным и ловким банкиром. Часто тяга к накопительству заставляет их работать без отдыха, так что бизнес целиком их поглощает -- факт, который может дать им большое преимущество перед другими людьми той же профессии. Интересно заметить, что нам часто приходится слышать о богатых людях, что у них проблемы с желудком.

Давайте также вспомним о связи тела и духа. Какой-то определенный дефект не всегда ведет к одинаковым следствиям. Существование причинно-следственной связи между физическим недостатком и ущербным стилем жизни совсем не обязательно. Часто правильное лечение, например, правильное питание, способно частично устранить проблему тела. Но физический недостаток вовсе не является основной причиной неприятных последствий, -- прежде всего за них ответственно отношение человека к своим недостаткам. Вот почему для психолога важны не наличие физического изъяна или исключительно телесная симптоматика, но

ошибочная установка пациента по отношению к ним. Еще и поэтому он ищет пути преодоления чувства неполноценности во время развития прототипа.

Признаки сильного чувства неполноценности

Иногда можно наблюдать, что неумение спокойно преодолевать трудности делает человека нетерпеливым. И если мы видим человека, который постоянно суетится, сопровождая свои действия бурными эмоциями, мы можем смело заключить о наличии у него сильного чувства неполноценности. Человек уверенный в своей способности преодолеть свои трудности, не будет нетерпеливым. Самонадеянность, нетерпение, драчливость -- признаки сильного чувства неполноценности у детей. В подобных случаях нашей задачей является поиск причин их трудностей. Ни в коем случае нельзя критиковать или наказывать за ошибки в их стиле жизни или прототипе.

Узнать об ошибках в прототипе детей мы можем по различным особенностям: по их необычным интересам, планам на будущее и стремлению превзойти других, по стремлению к превосходству, которое проскальзывает в их поведении. Существует определенный тип детей, которые не верят в себя и боятся самопроявляться. Они предпочитают держаться от других на расстоянии, и стараются не попадать в новые ситуации, но пребывать в узком кругу, в котором они чувствуют себя в безопасности. В школе, в жизни, в супружестве они ведут себя так же. В своем маленьком пространстве им легче достичь превосходства. Подобная черта обнаруживается у множества людей. Все они забывают, что для того, чтобы добиться чего-нибудь, нужно быть готовым к любым ситуациям. Если человек избегает определенных ситуаций и определенных людей, то оправдать себя он может только исходя из своей частной логики. Но этого недостаточно: человеку необходимы всеобновляющие ветры социальных контактов и здравый смысл.

Если философ хочет осуществить свой труд, он не может все время выходить к завтраку или обеду вместе с другими, ибо ему нужно длительное уединение для того, чтобы собрать свои мысли и найти верный путь. Но в дальнейшем он должен взаимодействовать с обществом. Контакты с другими -- важный аспект его развития. Таким образом, когда мы встречаем подобного человека, мы должны помнить о двух его требованиях. Мы также должны помнить о том, приносит он пользу или нет, и, следовательно, нужно быть внимательным в исследовании различий между полезным и бесполезным поведением.

Ключ к социальному процессу в целом дает нам понимание того, что человек всегда стремится найти ситуацию, в которой он превосходит всех. Так, дети с развитым чувством неполноценности намеренно избегают более сильных детей, и играют с теми, кто слабее их, кто позволяет управлять собой и подавлять себя. Это -- ненормальные, патологические проявления чувства неполноценности, и чрезвычайно важно понимать, что определяющее значение имеет не ощущение неполноценности, а его сила и характер.

Ненормальное чувство неполноценности получило название "комплекс неполноценности". Однако "комплекс" -- не совсем верное слово для такого чувства неполноценности, которое распространяется на всю личность. Это больше, чем комплекс, это почти болезнь, разрушительное действие которой различно в зависимости от обстоятельств. Иногда, скажем, мы не замечаем у человека чувства неполноценности, когда он на работе, потому что здесь он чувствует себя уверенно, но он может быть неуверен в себе в компании или в отношениях с противоположным полом, и только в этих сферах жизни мы можем раскрыть его истинную психологическую ситуацию.

В основном ошибки становятся заметны в напряженной или сложной ситуации. Именно тогда просматривается истинный прототип. Фактически трудности почти всегда вызывает новая ситуация. Вот почему, как мы отмечали в первой главе, степень развития чувства общности обнаруживается в новых социальных обстоятельствах.

Степень развития чувства общности у ребенка становится очевидной в школе так же, как и в социальной жизни вообще. Мы можем наблюдать, взаимодействует ли он со своими товарищами или избегает их. Если мы видим гиперактивных, озорных, ловких детей, то нужно постараться заглянуть в их душу, чтобы понять причины такого поведения. Если кто-то подвержен нерешительности и преуспевает лишь благодаря обстоятельствам, мы можем предположить, что эти же качества позже проявятся в социальной жизни и браке.

Часто встречаются люди, которые говорят: "Я бы так и поступил", "Я бы сделал эту работу", "Я бы его обошел, но...!" Все эти утверждения, типа "да, но" являются признаком сильного чувства неполноценности. Понимание этого позволяет нам по-новому взглянуть на некоторые эмоции, такие как сомнение. Очевидно, что сомневающийся человек обычно остается при сомнении и ничего не достигает. Но если человек говорит: "Я не сумею", то, вероятнее всего, и действия его будут соответственными.

Если психолог внимателен, он может часто наблюдать наличие в человеке противоречий. Такие противоречия также могут рассматриваться, как признак чувства неполноценности. Важно использовать любую возможность для наблюдения за движениями человека, проблему которого мы исследуем. Его походка, его манера общаться с людьми могут многое нам рассказать, и те колебания, которые мы заметим в теле, часто являются отголоском ситуации его психической жизни. Существует немало людей, которые делают шаг вперед и два назад, что свидетельствует о сильном чувстве неполноценности.

Наша задача целиком заключается в том, чтобы отучить этих людей от их установки вечного сомнения. Лучшим лечением для них будет поддержка; ни в коем случае нельзя их критиковать, убивая тем самым присутствие духа. Мы должны дать им понять, что они способны самостоятельно противостоять трудностям и разрешить проблемы своей жизни. Это единственный способ заставить человека поверить в себя и это единственный способ лечения чувства неполноценности.

3. КОМПЛЕКС НЕПОЛНОЦЕННОСТИ И КОМПЛЕКС ПРЕВОСХОДСТВА

Мы видели, что каждый симптом в жизни человека проявляется в динамике, то есть в развитии. Поэтому можно сказать, что у него есть прошлое и будущее. Будущее неразрывно связано с нашими стремлениями и целью, тогда как прошлое указывает на характер неполноценности или неадекватности, которую мы стараемся преодолеть. Вот почему комплекс неполноценности нас больше интересует в начале, в то время как комплекс превосходства нас интересует в его динамике, развитии. Более того, эти два комплекса естественным образом связаны. Нас не должно удивлять, если в случае, в котором мы рассматриваем комплекс неполноценности, мы обнаруживаем более или менее скрытым комплекс превосходства. С другой стороны, если исследуем комплекс превосходства в динамике, мы всякий раз находим более или менее скрытый комплекс неполноценности.

Общие положения

Необходимо уяснить, что слово "комплекс", которое мы употребляем в отношении

неполноценности и превосходства, отражает прежде всего преувеличенное чувство неполноценности и стремление к превосходству. Если мы посмотрим на вещи таким образом, это снимет кажущийся парадокс о двух противоположных тенденциях, существующих в одном индивиде, так как очевидно, что в норме стремление к превосходству и чувство неполноценности дополняют друг друга. Если мы удовлетворены нынешним положением дел, в нас не должно быть места для стремления превосходить и добиваться успеха. Поэтому, ввиду того, что так называемые комплексы развиваются из естественных чувств, они не более противоречивы, чем обычные чувства.

Стремление к превосходству никогда не исчезает, и фактически, именно оно формирует разум и психику человека. Как мы говорили, жизнь -- это достижение цели или формы, а стремление к превосходству -- это движущая сила для достижения формы. Это своего рода поток, несущий вперед весь материал, который может найти. Рассмотрим для примера ленивых детей. Недостаток у них активности, отсутствие интереса к чему бы то ни было могут создать у нас впечатление полного отсутствия у них движения. Но и у них мы найдем желание превосходить других, желание, которое заставляет их говорить: "Если бы я не был так ленив, я мог бы стать президентом". Их развитие и стремление, если можно так сказать, относительно высоки. Они высоко о себе и придерживаются представления о том, что могли бы многое совершить и принести немало пользы, если бы...! Конечно же, это -- ложь, выдумка, но все мы знаем, что человечество очень часто удовлетворяется выдумками. И это особенно справедливо в отношении людей, которым не хватает смелости: они вполне довольствуются фантазиями. Не чувствуя в себе большой силы, они всегда идут в обход, желая избежать трудностей. И благодаря этому бегству, благодаря постоянному уходу от битвы, у них появляется ощущение, что они сильнее и умнее, чем это есть на самом деле.

Нам известны дети, которые начинали воровать из чувства превосходства. Они полагают, что обманывая, дурача других и оставаясь непойманными, они, таким образом, становятся богаче без особых хлопот. То же чувство очень сильно выражено у преступников, которые считают себя героями.

Мы уже рассматривали эту черту с другой точки зрения, как проявление частной логики. Это не имеет ничего общего со здравым смыслом или общепринятой логикой, когда убийца думает о себе как о герое -- это его субъективное представление. Ему недостает смелости, и он хочет так уладить дела, чтобы увернуться от необходимости действительно решать проблемы жизни. Следовательно, преступность -- это результат комплекса превосходства, а не проявление фундаментальной и изначальной порочности.

Похожую симптоматику мы наблюдаем у невротических личностей. Например, они страдают бессонницей, а на следующий день им недостает сил, чтобы справиться с требованиями дела, которым они занимаются. Им кажется, что из-за бессонницы у них нельзя требовать безупречной работы, так как они не в состоянии справиться с тем, что могли бы исполнить. Они жалуются: "Вот если бы я выспался, я бы вам показал!"

Нечто подобное происходит с депрессивными личностями, которых мучает чувство тревоги. Тревога делает их тиранами. Фактически, они используют свою тревогу, чтобы управлять другими: с ними постоянно кто-нибудь должен находиться, их нужно сопровождать повсюду, куда бы они не направлялись и так далее. Близкие вынуждены строить свою жизнь, подчиняясь требованиям депрессивного человека.

Депрессивные и больные люди всегда являются центром внимания в семье. Таким образом, комплекс неполноценности является источником их силы. Они беспрестанно жалуются, что чувствуют слабость, теряют в весе, и прочее, но несмотря на это, они сильнее всех

остальных. Они подавляют здоровых людей -- факт, который не должен нас удивлять, так как в нашей культуре болезнь может давать определенную силу и власть. (И если бы мы задались вопросом, кто сильнейшие люди в нашей культуре, логично было бы ответить - младенцы. Младенцы правят, сами же оставаясь неподвластными.)

Давайте рассмотрим связь между комплексами превосходства и неполноценности, взяв для примера проблемного ребенка с комплексом превосходства: дерзкого, самонадеянного и драчливого. Мы обнаружим, что он хочет казаться более значительным, чем он есть на самом деле. Все мы знаем, как дети со вспыльчивым характером, желая контролировать других, внезапно нападают на них. В чем причина их неуравновешенности? Дело в неуверенности в своей силе. Они чувствуют свою неполноценность. В драчливых, агрессивных детях мы всякий раз обнаруживаем комплекс неполноценности и желание его преодолеть. Все равно, как если бы они пытались приподнять самих себя за волосы, чтобы казаться больше, и таким простым способом достичь успеха, уверенности и превосходства.

Для этих детей необходимо найти методы лечения. Они действуют таким образом, потому что не видят причинно-следственных связей, не понимают естественного порядка вещей. И за это их нельзя осуждать, так как всякий раз, отвечая на вопросы, они будут упрямо давать понять, что чувствуют свое превосходство, а не неполноценность. Поэтому нам необходимо в дружеской форме объяснить им нашу точку зрения и постепенно помочь им уяснить ее.

Если человек пускает пыль в глаза, то это только потому, что он чувствует неполноценность и не ощущает в себе достаточно сил для того, чтобы состязаться с другими в чем-то полезном. Вот почему он продолжает заниматься бесполезными вещами. Его отношения с обществом не являются гармоничными, он не адаптирован социальным образом и не знает, как решать социальные проблемы жизни. Поэтому, исследуя его детство, мы зачастую узнаем о непрекращающихся стычках между ним и его родителями и учителями. Необходимо глубоко разобраться в причинах такого поведения и довести их до понимания детей.

Ту же комбинацию комплексов неполноценности и превосходства мы обнаруживаем у больных неврозом. Часто невротик выказывает свой комплекс превосходства, напрочь не замечая свой комплекс неполноценности.

Если в семье среди детей есть любимец, то у всех остальных мы обязательно находим комплекс неполноценности и стремление к превосходству. Пока их интересы касаются не только их самих, но и других людей, они решают удовлетворительно жизненные проблемы. Но если их комплекс неполноценности набирает силу, их жизнь становится подобной существованию в стане врагов: они всегда настороже в стремлении соблюсти свои интересы, интересы же других для них не существуют, а законы здравого смысла. Их подход к проблемам жизни в обществе не способствует их разрешению. И, стремясь облегчить себе жизнь, они избирают путь бесполезного существования. В действительности, с точки зрения разрешения проблем, это ложная легкость; однако поддержка других дает им ощущение облегчения. Они подобны нищим, живущим на чужой счет. Их комфорт покоится на эксплуатации чужих слабостей с помощью невроза.

По-видимому, это общее человеческое свойство -- это касается как детей, так и взрослых, -- что, когда они чувствуя себя слабыми, их чувство общности угасает и они начинают стремиться к превосходству. Их способ разрешения жизненных проблем направлен на достижение личного превосходства и никак не учитывает жизнь общества. Пока человек, стремясь к превосходству, умеряет свой пыл общественными интересами, его действия приносят пользу и его активность конструктивна. Когда же его чувство общности приглушено, он теряет способность реально решать жизненные проблемы. Как мы уже

говорили, к категории таких людей можно отнести проблемных детей, душевно больных, преступников, склонных к самоубийству и т. п.

В заключении нашего изложения общей идеи комплексов неполноценности и превосходства, мы не можем не сказать несколько слов о них применительно к нормальным людям. Как мы уже говорили, чувство неполноценности есть у каждого человека. Оно не является психическим расстройством, но, напротив, стимулирует нормальные стремления и здоровое развитие. Патологическим же это чувство становится только тогда, когда в человеке побеждает чувство неадекватности, и это тормозит его полезную активность, делает его депрессивным и неспособным к развитию. В такой ситуации комплекс превосходства может стать одним из методов избежать своих трудностей.

Человек с комплексом неполноценности притворяется лучшим, чем он есть на самом деле, и этот фальшивый успех компенсирует чувство неполноценности, ставшее для него невыносимым. У нормального человека нет ни тени комплекса превосходства. Конечно же, он стремится превосходить других в том смысле, что всем нам не чужды амбиции и желание добиться успеха, но пока это стремление выражается в работе, оно не ведет к ложным оценкам, лежащим в основе душевных расстройств.

Случай

В контексте обсуждаемой нами темы весьма показателен случай навязчивого невроза одной молодой девушки, которая находилась в тесном общении со своей старшей сестрой. Благодаря своему очарованию ее старшая сестра пользовалась всеобщей благосклонностью. Этот факт весьма значим, так как если один из членов семьи выделяется среди других, эти последние будут страдать. И неважно, кто именно окажется в более благоприятной ситуации - отец, один из детей или мать: на других членов семьи это ложится бременем, которое иногда кажется им непосильным.

Девушка, о которой мы говорим, с детства чувствовала себя обделенной любовью. Если бы у нее были развитые социальные интересы, если бы она понимала то, что понимаем мы, она могла бы самостоятельно избрать иной путь развития. Так, она начала учиться музыке, однако постоянно пребывая в сильном напряжении из-за комплекса неполноценности, причиной которого были непрекращающиеся мысли о ее предпочитаемой сестре, она не преуспела в этом начинании. Когда ей было двадцать лет, старшая сестра вышла замуж, и она также устремилась к замужеству с тем, чтобы не уступить в этом плане своей сестре. Она все более увязала в этом соперничестве, дрейфуя в сторону от здоровой, полезной жизнедеятельности. Затем у нее развилась идея о том, что она злая и что она наделена магической силой, с помощью которой способна отправить человека в ад.

В этой магической силе мы видим проявление комплекса превосходства. С другой стороны, говоря о своей силе, девушка подчас высказывала жалобы подобно тому, как иногда богатый человек жалуется на свою тяжелую судьбу -- быть богатым. Она чувствовала, что обладает богоподобной силой не только отправлять людей в ад, но временами у нее было ощущение, что она может и должна спасти этих людей. Конечно, обе эти претензии были смехотворны, но посредством этой системы фикций она убедила себя в обладании властью высшей, чем власть ее более удачливой сестры. Она могла превзойти свою сестру только в этой игре. И чем больше она жаловалась на свою магическую силу, тем более правдоподобным казалось, что она действительно ею обладает. Если бы она смеялась над ней, претензии на обладание властью были бы под вопросом. Только жалобы давали ей ощущение счастья от своей участи. В данном случае мы видим то, что комплекс превосходства может быть скрыт, что

его наличие может не признаваться, в то время как на самом деле он присутствует как компенсация комплекса неполноценности.

Старшая сестра -- скажем о ней несколько слов -- пользовалась гораздо большей благосклонностью, ведь было время, когда она как единственный ребенок в семье являлась центром внимания и ей во всем потакали. Младшая сестра родилась, когда ей было три года, и этот факт полностью изменил обстоятельства жизни старшей девочки. Если прежде она безраздельно владела всеобщим вниманием, то теперь внезапно она почувствовала себя низвергнутой с привычно занимаемого места. В результате она стала драчливой, правда, проявлялось это только в компании более слабых детей. На самом деле драчливость вовсе не признак смелости, такой ребенок дерется только против более слабых. Попав в окружение тех, кто сильнее его, он умеряет свою дерзость и становится капризным или подавленным, и, вероятно, по этой причине в домашнем кругу он менее любим.

В подобных случаях старший ребенок чувствует, что его любят уже не так беззаветно, как раньше, и в признаках изменившегося к себе отношения видит подтверждение своего мнения. Виноватой более других в сложившейся ситуации девочка считает свою мать, так как именно она принесла в дом сестру. Этим объясняется то, что ее выпады в основном направлены против матери.

Младенец же оказывается в положении любимца без всяких усилий и борьбы, ибо за ним, естественно, нужно постоянно присматривать, ухаживать, баловать его, как любого другого младенца. Таким образом, младшая сестренка, купаясь в любви, развивается как очень милое, очень нежное создание: она -- центр семьи. Иногда добродетель торжествует в форме послушания!

Но попробуем проанализировать, что полезное сулят жизни это очарование, нежность и доброта. Можно предположить, что девочка была столь послушна и податлива, только потому, что ее баловали. Однако наша цивилизация не слишком благосклонна к избалованным детям. Иногда отец, понимая это, желает прекратить такое положение вещей, а иногда в ситуацию вмешивается школа. Положение такого ребенка всегда неустойчиво, поэтому избалованные дети чувствуют свою неполноценность. Пока они находятся в благоприятной ситуации, это чувство остается незаметным, но как только возникают сложности, мы видим, что у таких детей развивается подавленность или комплекс превосходства.

Комплекс неполноценности и комплекс превосходства имеют нечто общее, а именно то, что они всегда на бесполезной стороне жизни. Высокомерный, дерзкий ребенок, ребенок с комплексом превосходства всегда будет чужд полезной стороне жизни.

С поступлением в школу благоприятная ситуация для избалованных детей заканчивается. С этого момента мы можем наблюдать, что они неуверенно приспособляются к жизни, никогда при этом ничего не доводя до конца. Так было и с младшей сестрой, о которой мы говорили в начале нашего повествования. Она начинала учиться шить, играть на рояле, но бросала все эти занятия некоторое время спустя. Вдобавок она потеряла интерес к общению, ей не хотелось покидать пределы дома, и она все более и более чувствовала себя подавленной. Ей казалось, что ее затмила сестра, обладавшая более привлекательными достоинствами. Неуверенность и вечные сомнения сделали ее еще слабее и послужили причиной разрушения ее характера.

В дальнейшей жизни она постоянно сомневалась в выборе занятия, никогда не доводя до конца свои начинания. Сомнения преследовали ее также в любви и выборе супруга,

несмотря на то, что здесь был момент соперничества с сестрой. В тридцатилетнем возрасте в своем окружении она нашла мужчину, страдающего туберкулезом. Нетрудно догадаться, что свой выбор она сделала вопреки желанию родителей. И тут можно было обойтись и без ее склонности ничего не доводить до конца, так как родители воспрепятствовали ее начинанию и свадьба не состоялась. Год спустя она вышла замуж за человека старше нее на тридцать пять лет. Поскольку на мужчину в таком возрасте уже не смотрят как на мужчину, подобный брак, который уже не был похож на брак, казался бессмысленным. Довольно часто комплекс неполноценности проявляется в выборе будущего супруга, который намного старше, или человека, который попросту не может состоять в браке например, женатого мужчины или замужней женщины. Замужество девушки, о которой мы говорим, не укрепило ее чувство превосходства, и поэтому она нашла для этого другой способ.

У нее появилось убеждение, что самая важная вещь в этом мире -- долг. У нее возникло навязчивое желание мыться. Если кто-то или что-то дотрагивались до нее, ей приходилось мыться снова и снова. Таким образом, она пришла к полной изолированности. В конце концов ее руки стали такими грязными, какие только можно вообразить. Причина вполне очевидна: из-за непрекращающегося мытья ее кожа стала очень грубой и собирала грязь в большом количестве.

Все это кажется проявлением комплекса неполноценности, однако она чувствовала себя единственным чистым человеком в мире, и постоянно критиковала и порицала других из-за того, что у них отсутствовала ее навязчивая потребность мыться. Она играла свою роль великолепно: всю жизнь ей хотелось превосходить всех и сейчас с помощью фикции ей это удалось. Она была самым чистым человеком в мире. Мы видим, как ее комплекс неполноценности превратился в ярко выраженный комплекс превосходства.

Тот же феномен мы наблюдаем у людей, страдающих манией величия, которые мнят себя Иисусом Христом или императором. Такие люди действуют на бесполезной стороне жизни и играют свою роль весьма правдоподобно. В жизни они крайне изолированы, и если мы вернемся к их прошлому, то обнаружим у них чувство неполноценности, приведшее к развитию комплекса превосходства.

Интересен случай пятнадцатилетнего мальчика, который поступил в психиатрическую лечебницу по причине галлюцинаций. Это было незадолго до войны, он вообразил, что австрийский император умер, хотя это было не так; он также утверждал, что император явился ему во сне, призывая его повести австрийскую армию против врагов. Но он был невысокого роста мальчиком! И хотя ему показывали газету, в которой говорилось, что император остановился в своем дворце или выехал на своем автомобиле, которым сам и управлял, убедить его было невозможно: он настаивал, что император умер и явился ему во сне.

В то время индивидуальная психология занималась исследованиями взаимосвязи положений тела во время сна и наличия комплексов неполноценности или превосходства у человека. Подобная информация может оказаться отнюдь небесполезной. Некоторые люди засыпают, свернувшись клубочком и укрывшись с головой. Такое положение указывает на комплекс неполноценности. Действительно, трудно поверить, что такой человек храбрец? И наоборот, если человек во сне принимает распрямленную и исполненную значительности позу, трудно поверить, что он слаб и придавлен жизнью? Как в прямом, так и в переносном смысле он кажется значительным, как и во сне. Что же касается людей, которые спят на животе, наблюдения показывают, что им свойственны упрямство и склонность к ссорам.

Юноша, о котором мы говорим, был обследован на предмет корреляции между его дневным

поведением и положением во сне. Было обнаружено, что подобно Наполеону, он спит со скрещенными на груди руками. Картины, изображающие Наполеона в такой позе, общеизвестны. На следующий день, когда мальчика спросили, кого ему напоминает эта поза, он ответил: "Моего учителя". Поначалу ответ показался странным, пока не возникла мысль, что его учитель мог быть похожим на Наполеона. Так и оказалось. Более того, любовь мальчика к своему учителю внушила ему желание самому стать учителем. Но из-за недостатка средств семья вынуждена была отдать его работать в ресторан, где он стал постоянной мишенью насмешек хозяев из-за своего небольшого роста. Он был не в состоянии выносить это и стремился избавиться от чувства унижения. Но это привело его к бесполезному существованию.

Нетрудно понять, что же произошло с этим мальчиком. Из-за небольшого роста и постоянных насмешек посетителей ресторана у него возник комплекс неполноценности. Он же стремился к превосходству: он хотел быть учителем. Так как путь к этой цели был прегражден, он нашел для себя другую цель превосходства, скатившись к бесполезной жизнедеятельности: он стал превосходить других во сне и мечтах.

Таким образом, мы видим, что превосходство как цель может вести как к полезной, так и бесполезной жизнедеятельности. К примеру, если человек великодушен, это может означать одно из двух: либо то, что он хорошо социально адаптирован и действительно стремится помочь, либо он попросту хочет возвыситься в чужих глазах. Психологу часто приходится встречать людей, основное стремление которых заключается в желании покрасоваться и похвастаться. Мне известен случай с мальчиком, у которого не ладилась школа настолько, что в конце концов он опустился до прогулов и воровства. Это, однако, не мешало ему беспрестанно предаваться хвастовству. Причиной всему - его комплекс неполноценности. Он хотел быть непревзойденным в чем-либо: пусть даже это оказалось бы дешевым тщеславием! Он воровал деньги, на которые покупал цветы и другие подарки проституткам. Однажды, заехав на машине в далекий городок, он потребовал экипаж, запряженный шестью лошадьми. Он разъезжал по городу с помпой до тех пор, пока не был арестован. Во всем его поведении прослеживалось главное стремление: дать другим почувствовать свое превосходство, казаться значительнее, чем он был в действительности.

Нечто подобное мы можем обнаружить в поведении преступников - претензию на легкий успех, - черта, которую мы уже обсуждали в другом контексте. Недавно нью-йоркские газеты рассказывали о случае, когда вор, вломившись в квартиру, в которой жили школьные учительницы, затеял с ними дискуссию. Он пытался втолковать женщинам, сколь обременительны обычные занятия честных людей. Гораздо легче быть вором, чем работать. Этот человек избрал для себя путь бесполезности, но, идя по этой дороге, он выработал своего рода комплекс превосходства. Он чувствовал себя сильнее многих, в частности потому, что он был вооружен, в то время как другие - нет. Но понимал ли он свою трусость? Для нас она очевидна, и на это указывает его бегство от своего комплекса неполноценности на путь бесполезного существования. Однако сам он считает себя не трусом, а героем.

Некоторые люди прибегают к самоубийству, желая, таким образом, разом покончить со всем миром с его трудностями. Может показаться, что им нет никакого дела до жизни, а посему они обнаруживают свое перед ней превосходство. Однако в действительности -- это трусость. Таким образом, комплекс превосходства -- это второй этап: компенсация комплекса неполноценности. Всегда необходимо найти органическую связь, связь, которая может показаться противоречием, но которая, как мы уже показали, присуща человеческой природе. Когда эта связь найдена, мы можем приступать к лечению как комплекса неполноценности, так и комплекса превосходства.

4. СТИЛЬ ЖИЗНИ

Если мы сравним сосну, растущую в долине, с сосной, которая укрепилась на вершине горы, мы увидим, что они растут по-разному. Это деревья одного и того же вида, но их жизненные стили различны. Стил жизни дерева -- это его индивидуальность, которая выражается и формируется в определенном окружении. Распознается же стил тогда, когда мы видим, что вследствие окружения он не совпадает с нашими ожиданиями и понимаем при этом, что у каждого дерева есть своя модель жизненного поведения, а не просто одни механические реакции на окружение.

В основном, это справедливо и для человека. Перед нами жизненный стил в определенных условиях, окружающих его, и нашей задачей является тщательно проанализировать его связь с обстоятельствами, ведь с изменениями в окружении меняется и сознание. Пока человек находится в благоприятной ситуации, мы не можем заключить о его стиле жизни со всей определенностью. Однако в новых ситуациях, когда человек сталкивается с трудностями, стил жизни вырисовывается ясно и отчетливо. Только опытный психолог может с большой долей вероятности определить стил жизни человека, если тот пребывает в благоприятных условиях, когда же субъект попадает в неблагоприятное и даже тяжелое положение, его жизненный стил становится очевиден каждому.

Жизнь редко похожа на игру, и чего-чего, а трудностей в ней хватает. Человек то и дело оказывается перед препятствием, и именно в таких ситуациях мы и должны изучать его, отмечать его разнообразные движения и определять его отличительные качества. Как мы уже говорили раньше, жизненный стил -- это единство, он сформировался в процессе преодоления трудностей, пережитых в детстве, и основывается на стремлении к цели.

Но наши интересы касаются не столько прошлого, сколько будущего людей, понимать которое можно только понимая их стил жизни. Даже если мы понимаем их инстинкты, стимулы, влечения и так далее, мы не в силах предсказать, что должно произойти. Некоторые психологи пытаются делать выводы, исследуя инстинкты, влечения или травмы, но при ближайшем рассмотрении можно обнаружить, что все эти элементы предполагают определенный стил жизни. И поэтому, что бы ни служило стимулом поведения человека, оно является стимулом только к сохранению и фиксации стили жизни.

Каким же образом понятие стили жизни связано с тем, что мы рассмотрели в предыдущих главах? Мы видели, как у людей с ослабленными органами или физическими недугами при столкновении с трудностями жизни из внутренней неуверенности развивается чувство или комплекс неполноценности. Но поскольку это чувство вскоре становится невыносимым, оно побуждает к каким-либо действиям. В результате у человека появляется цель. В индивидуальной психологии такое упорное движение к цели давно уже обозначено понятием "жизненный план". Но так как это название часто приводило к ошибочному пониманию, сейчас оно называется "жизненным стилем".

То, что человеку свойственно иметь стил жизни, дает возможность предсказывать его будущее, при этом мы основываемся на беседах с ним и его ответах на вопросы. Это похоже на просмотр пятого акта пьесы, в котором раскрываются все тайны. То, что мы знаем фазы, трудности и вопросы жизни, дает нам возможность делать такого рода предсказания. Таким образом, из опыта и знания нескольких фактов мы можем сказать, как в дальнейшем сложится жизнь детей, которые постоянно ищут уединения, всегда нуждаются в поддержке, детей избалованных, которых в любой ситуации преследует чувство неуверенности. Что происходит с человеком, чья цель заключается в том, чтобы находить поддержку у других? Не в силах преодолеть колебаний он останавливается на полпути или избегает решения

жизненных проблем. Все эти колебания, остановки и увертки нам хорошо известны, так как нам приходилось наблюдать все эти вещи тысячу раз. Мы знаем, что он не хочет действовать самостоятельно и ждет, чтобы о нем заботились. Он хочет остаться в стороне от серьезных жизненных проблем, и занимает себя бесполезными вещами, вместо того, чтобы перейти к делу. Его чувство общности неразвито, в результате чего мы можем получить проблемного ребенка, невротика, преступника или самоубийцу. Понимание всех этих вещей теперь стало гораздо более глубоким, чем раньше.

Так, мы понимаем, что при исследовании жизненного стиля человека возможно использовать нормальный жизненный стиль в качестве основы, меры. Пример хорошо социально адаптированного человека служит нам в качестве своего рода стандарта, нормы и меры для индивидуальных вариаций этой нормы.

Понимание стиля жизни

Возможно, в этой связи было бы полезно продемонстрировать то, как мы определяем нормальный стиль жизни, и что это дает нам для понимания ошибок и некоторых особенностей. Но прежде стоит упомянуть, что в подобного рода исследованиях мы не принимаем в расчет типы. Наш подход отличается, так как у каждого человека свой индивидуальный стиль жизни. Так же, как невозможно найти на дереве два абсолютно одинаковых листа, невозможно отыскать двух одинаковых людей. Природа столь богата, а возможности разнообразия стимулов, инстинктов и ошибок столь велики, что совершенно невозможно, чтобы два человека были а точности идентичны. Следовательно, когда мы говорим о типах, это всего лишь интеллектуальный прием, чтобы сделать более понятными некоторые сходства в людях. Когда мы постулируем интеллектуальную классификацию, такую как типы, и изучаем характерные черты, их составляющие, наши рассуждения становятся яснее. Однако этим мы еще не принимаем на себя обязательства использовать одну и ту же классификацию все время, а только прибегаем к наиболее подходящей для каждого конкретного случая. Люди, которые серьезно относятся к различного рода типам и классификациям, однажды наклеив на человека ярлык, уже не могут себе представить, что этот человек может быть отнесен к какому-то типу другой классификации.

Чтобы пролить свет на эту проблему, приведем пример. Скажем, если мы говорим о типе человека, который не адаптирован социально, мы имеем в виду того, кто ведет бессодержательную жизнь и не вовлечен в социальные проблемы. Это один из способов классифицировать индивидов, возможно, по наиболее важному признаку. Но возьмем, к примеру, индивида, чей интерес, каким бы ограниченным мы его не считали, заключается прежде всего в том, чтобы видеть. Такой человек сильно отличается от другого, которого влечет другой интерес - слышать. Тем не менее, оба они могут быть социально не адаптированы и испытывать трудности в установлении контакта с окружающими. В таком случае, если мы не понимаем, что типы -- это всего лишь удобные абстракции, классификация по типам может стать источником путаницы.

А сейчас давайте возвратимся к нормальному человеку, которого мы избрали в качестве стандарта для исследования отклонений. Нормальный человек -- это человек, который живет в обществе и в своем образе жизни столь хорошо адаптирован, что, хочет он того или нет, общество извлекает определенную выгоду из его деятельности. Кроме того, с точки зрения психологической, у него достаточно энергии и смелости, чтобы открыто встречать проблемы и трудности, которые случаются в его жизни. У людей же с психопатологическими отклонениями отсутствуют оба эти качества и социальная адаптация, и способность справляться с повседневными трудностями жизни.

В качестве иллюстрации я могу привести пример одного тридцатилетнего мужчины, который всякий раз, пытаясь решать свои проблемы, в самый последний момент отступал. В дружбе он был чрезвычайно подозрителен, в результате чего его дружеские отношения никогда не были глубокими. Невозможно, чтобы дружба крепла в условиях подозрительности, так как второй партнер неизбежно почувствует напряженность. Без труда можно было понять, что в действительности у этого человека не было настоящих друзей, несмотря на то, что он общался с большим числом людей. Иметь друзей ему мешали недостаток заинтересованности и отсутствие социальной адаптации. Он сторонился общества и в компаниях хранил молчание, объясняя это тем, что там у него не возникало никаких мыслей, и следовательно, ему нечего было сказать.

Более того, человек, о котором мы говорим, был застенчив. Во время разговора его лицо то и дело заливала краска. Когда же ему удавалось преодолеть свою застенчивость, он говорил достаточно хорошо. В чем он действительно нуждался, так это в такого рода помощи, не обремененной критикой. Разумеется, когда он был в обычном состоянии, общаться с ним было не слишком приятно, и у окружающих он не вызывал симпатии. Он это чувствовал, что лишь усугубляло его нелюбовь к беседам. Стиль его жизни можно описать так, что он обращал на себя внимание при попытке войти в какую-то компанию.

Следующим после жизни в обществе и искусства ладить с людьми является вопрос деятельности. Наш пациент постоянно пребывал в страхе, что в своей деятельности он потерпит поражение, провалится, и поэтому занимался ею денно и нощно. Он перерабатывал и перенапрягался, из-за чего практически самоустранился от решения реальных проблем, возникающих в его деятельности.

Если мы сравним то, каким образом наш пациент действовал в двух важнейших сферах своей жизни, то увидим, что его поведение всегда было слишком напряженным. Это признак сильного чувства неполноценности. Он недооценивал себя и видел в других людях и новых жизненных ситуациях опасность для себя. Он жил и действовал так, как будто находился среди врагов.

Теперь у нас достаточно данных, чтобы описать стиль жизни этого человека. Мы видим, что он желает действовать, но страх поражения парализует его. Он словно бы стоит перед пропастью, разрываемый желанием и невозможностью сдвинуться с места. Его преуспевание относительно, и он предпочитает оставаться в одиночестве и не вступать во взаимодействия с другими людьми.

Третья проблема, ставшая на пути этого человека -- проблема, к решению которой не готово большинство людей, -- это проблема любви. Он не смел приблизиться к противоположному полу. Он желал любить и жениться, но сильное чувство неполноценности сковывало его действия. Он не смог осуществить желаемое; все его поведение и жизненные установки укладываются в слова. "Да... но!" Он был влюблен в одну девушку, затем -- в другую, что довольно часто случается у невротических личностей, так как, в сущности, две девушки -- это меньше, чем одна. Подчас эта истина объясняет склонность к полигамии.

Теперь давайте рассмотрим причины, обусловившие такой стиль жизни у этого человека. Во время его формирования, то есть в первые четыре-пять лет жизни, случилась трагедия, имевшая значительные последствия и которую поэтому необходимо рассмотреть подробно. Как мы понимаем, нечто убило в этом человеке нормальный интерес к другим, и дало повод решить, что жизнь -- это сплошные трудности и что лучше не двигаться вперед вообще, чем все время противостоять ее тяготам. Таким образом, он стал осторожным, нерешительным, склонным к всегдашнему отступлению.

Нужно также упомянуть тот факт, что он был первым ребенком. Мы уже говорили о большом значении и влиянии на личность последовательности появления детей в семье, указав, что основные проблемы первенца возникают потому, что годами он является центром внимания, что бы в конце концов быть свергнутым, когда его место займет другой любимец. В большинстве случаев причину застенчивости и робости человека можно найти в том, что ему предпочитают кого-то другого. Так что в данном случае исток проблемы было отыскать несложно.

Во многих случаях стоит просто задать пациенту вопрос: Вы первый, второй или третий ребенок в семье? -- и у нас появляется все необходимое для исследования. Однако можно использовать и другой метод: спросить о ранних воспоминаниях. Его мы будем довольно подробно рассматривать в следующей главе, но уже сейчас можно отметить, что этот метод стоит внимания психологов, так как первые воспоминания или первые рисунки позволят восстановить ранний стиль жизни, который мы называем прототипом. Ранние воспоминания клиента позволяют увидеть ту часть прототипа, которая действует в сегодняшней его жизни. Как правило, всем запоминается что-то очень важное, даже если это просто осталось в памяти, и ему не придают особого значения.

Существуют школы психологии, которые исходят из противоположного предположения - они считают, что самые важные моменты прошлого человек забывает; в действительности же большой разницы между этими двумя концепциями нет. Бывает, что человек может рассказать нам оставшиеся в его памяти воспоминания, не понимая, однако, что они значат. Он не видит связи между ними и его нынешними действиями. Результат, таким образом, тот же, подчеркиваем ли мы скрытое или забытое значение того, что помним, или важность того, что забыли.

Небольшие рассказы о ранних воспоминаниях могут быть чрезвычайно показательными. Так, человек может вспомнить, что когда он был маленький, мать взяла его и младшего брата на базар. Этого достаточно для того, чтобы раскрыть его стиль жизни. Он рассказывает о себе и младшем брате, значит для него было важно иметь младшего брата. Попросите его продолжать, и он припомнит, что в тот день начался дождь. Мать взяла его на руки, но увидев младшего брата, поставила обратно на землю, чтобы нести малыша. Таким образом, о его стиле жизни можно сказать следующее: в этом человеке постоянно жило ожидание, что ему предпочтут другого. Зная это, можно понять, что ему мешает свободно общаться: он все время настороже -- кого ему предпочтут. То же самое и с дружбой. В результате у него никогда не было настоящего друга, ибо в своей подозрительности он без устали выискивал мелочи, разрушающие дружбу.

Мы также можем проследить, как трагедия, которую он пережил, стала препятствовать развитию его чувства общности. Он вспомнил, как мать взяла на руки его младшего брата, и мы видим, что он чувствует, что этому младенцу мать уделяет больше внимания, чем ему. Он чувствует, что младшего брата любят больше и постоянно ищет подтверждения этой мысли. Здесь он всецело убежден в своей правоте, и отсюда -- его постоянное напряжение, ибо он постоянно пытается совершить нечто, видя, что ему предпочитают кого-то другого.

Таким образом, единственным выходом для этой подозрительной личности является полная изоляция, ситуация, в которой он абсолютно ни с кем не должен вступать ни в какие соревнования, оставаясь, так сказать, единственным на всей земле. И действительно, иногда в своих фантазиях ребенок такого типа переживает крушение всего мира, после чего он остается единственным человеком на земле, и следовательно, никому более не может быть отдано предпочтение перед ним. Мы видим, как он использует все возможности, чтобы спастись, но только не следует логике здравого смысла или реальности, а является

пленником своих подозрений. Он живет в ограниченном мире, и у него свое особое представление о бегстве. Связей с другими и интереса к ним он полностью лишен. Но мы не должны обвинять его в этом, так как знаем, что не можем отнести его к числу нормальных людей.

Коррекция стиля жизни

В данном случае нашей задачей является пробудить в человеке его чувство общности, приблизив его таким образом к требованиям жизни в обществе. Как это должно быть сделано? Большая трудность в работе с людьми, привыкшими к подобному образу жизни, заключается в том, что они постоянно находятся в напряжении и ищут подтверждения своим навязчивым идеям. Следовательно, изменить эти их идеи невозможно, пока мы каким-то способом не проникнем в их внутренний мир, с тем, чтобы рассеять их предубеждения. Чтобы сделать это, необходимо определенное искусство и такт. Лучше, если консультант не связан близко с пациентом или заинтересован в нем лично, так как в противном случае окажется, что он действует в собственных интересах, а не в интересах пациента. Последний обязательно заметит это и станет подозрительным.

Еще один важный момент -- уменьшить чувство неполноценности клиента. Оно не может исчезнуть сразу, и кроме того, мы не хотим искоренять его, потому что чувство неполноценности может служить хорошим фундаментом конструктивной работы. Что действительно необходимо сделать -- это изменить цель. Мы видим, что целью нашего клиента было бегство, поскольку кому-то другому отдавали перед ним предпочтение. Именно с этим комплексом идей необходимо работать. Мы можем уменьшить его чувство неполноценности, показав, что в действительности он сам недооценивает себя. Мы можем также показать ему непоследовательность его действий и объяснить ему источник его постоянного напряжения, его ощущения, как будто он постоянно находится на краю пропасти или живет среди врагов. Мы можем показать ему, как страх того, что предпочтение будет отдано другому, стоит на пути реализации его лучших начинаний и не позволяет ему вести себя естественно, что произвело бы хорошее впечатление на окружающих.

Если бы такой человек мог действовать подобно хорошему хозяину вечеринки. -- следя за тем, чтобы друзья весело проводили время, заботливо с ними обращаясь и думая об их интересах, -- такая установка могла бы очень помочь продвинуться а нашей работе. Но мы видим, что в реальной ситуации он не может развлекаться самостоятельно, теряется, не в состоянии ничего выдумать, и в конце концов говорит: "Глупцы! В них нет ничего интересного!"

Вся беда в том, что он совершенно не в состоянии адекватно понять ситуацию из-за своей частной логики, частного понимания и отсутствия здравого смысла. Как мы уже говорили, это можно сравнить с жизнью в вечной осаде, с образом жизни одинокого волка. Но для человека это -- трагическая аномалия.

Теперь мы рассмотрим случай депрессии, которая, являясь довольно распространенным расстройством, может тем не менее быть излечена. Люди с депрессивными симптомами могут быть выявлены в очень раннем возрасте. В самом деле, можно обратить внимание, как много детей проявляют определенные признаки депрессии в своем подходе к новой ситуации. У человека, случай которого мы рассматриваем, было около десяти приступов депрессии. Это случалось всякий раз, когда он занимал очередной новый пост. Пока он находился на своем старом посту, его недуг никак не проявлялся. Он неохотно бывал в обществе и любил управлять другими. В результате у него не было друзей и в свои пятьдесят

он оставался холостяком.

Чтобы понять его стиль жизни, обратимся к его детству. Он был чрезвычайно раздражительным и неуживчивым ребенком, и с помощью своих слабостей и обид управлял своими старшими братьями и сестрами. Однажды, когда они играли на кушетке, он столкнул их всех вниз, и в ответ на упреки своей тетушки обиженно сказал: "Ну вот, теперь вся моя жизнь разрушена из-за того, что ты меня поругала!" Ему тогда было около четырех или пяти лет.

Таков был стиль его жизни: постоянное желание управлять другими, постоянные жалобы на свои слабости и страдания. В дальнейшей жизни все это привело его к депрессивности, которая сама по себе является ни чем иным, как воплощением его слабости. Все пациенты, страдающие депрессией, употребляют практически одни и те же слова: "Вся моя жизнь разрушена. Я все потерял"

Обычно это человек, которого сильно баловали, но затем перестали, и это повлияло на его стиль жизни. Реакции людей нередко очень похожи на различные виды животных. На одну и ту же ситуацию заяц реагирует не так, как волк или тигр, и то же самое с людьми. Однажды проводился следующий эксперимент - мальчиков трех разных типов привели к клетке со львом, чтобы наблюдать за их поведением при виде этого страшного зверя. Первый мальчик повернулся и сказал: "Пошли домой". Второй дрожащим от страха голосом произнес: "Вот это да!" Ему хотелось казаться храбрым, но голос выдавал его трусость. Третий мальчик спросил: "Можно, я на него плюну?" Таким образом, мы видим три различных реакции, три отличающихся друг от друга переживания одной и той же ситуации. Мы видим также, что в большинстве своем люди имеют склонность испытывать страх.

Этот страх, проявляющийся в социальных ситуациях, является одной из наиболее частых причин плохой адаптации. У нас был пациент, человек из знатной семьи, который не хотел затрачивать ни малейшего усилия на что бы то ни было и постоянно ждал помощи извне. Он выглядел очень болезненным и, как следствие, не мог найти себе подходящего места работы. Когда ситуация в семье изменилась к худшему, его братья надоедали ему, повторяя: "Ты настолько глуп, что не в состоянии найти себе место. Ты ни на что не годен". В конце концов, этот человек начал пить. Несколько месяцев спустя он уже был закоренелым алкоголиком, и его поместили на излечение на два года. Польза от этого имела временный характер, так как когда он опять вернулся в общество, он снова оказался не подготовленным к жизни в нем. Кроме работы лаборанта, он не смог найти себе никакой другой, хотя и был потомком знаменитого рода. Вскоре у него начались галлюцинации. Ему являлся человек, который дразнил его и мешал работать. Как видим, сначала ему мешал работать алкоголизм, затем -- галлюцинации. Вполне очевидно, что сделать из алкоголика трезвенника -- не совсем верное лечение алкоголизма: нам необходимо понять и исправить стиль жизни.

В нашем исследовании мы выяснили, что этот человек был избалованным ребенком, постоянно надеющимся на помощь. Он был не готов работать самостоятельно, результаты же его деятельности нам известны. Следовательно, у всех детей необходимо воспитывать независимость, а это возможно только при понимании ими ошибок их стиля жизни. Человек, о котором мы говорим, должен был быть обучен в детстве какой-то деятельности, и тогда ему бы не пришлось стыдиться своих братьев и сестер.

5. РАННИЕ ВОСПОМИНАНИЯ

Уяснив значение стиля жизни для человека, обратимся к теме ранних воспоминаний,

которые, вероятно, являются наиболее важным средством его понимания. Обращение к прошлому через воспоминания детства лучше любого другого способа раскрывает прототип - ядро стиля жизни индивида.

Если мы хотим понять стиль жизни человека - ребенка или взрослого - мы должны после кратковременного выслушивания его жалоб, спросить о ранних воспоминаниях, а затем сравнить их с другими предоставленными ранее фактами.

По большей части, стиль жизни никогда не меняется. Во всех ситуациях мы обнаруживаем того же человека, ту же личность, то же психическое единство. Кроме того, как было показано, стиль жизни формируется в стремлении к частной цели превосходства, поэтому можно ожидать, что каждое слово, поступок или чувство является органической частью единой "линии движения". В определенные моменты жизни эта "линия движения" выражена яснее, что особенно отчетливо фиксируется в ранних воспоминаниях.

Не стоит, однако, относиться по-разному к ранним и поздним воспоминаниям, так как в поздних воспоминаниях также отражается "линия движения". Из ранних воспоминаний, в которых "линия движения" прослеживается четче, можно выявить тему, исходя из чего мы можем заключить, что в действительности стиль жизни человека не изменился. В стиле жизни, сформировавшемся в четырех -- пятилетнем возрасте, мы обнаруживаем связь между содержанием воспоминаний и действиями в настоящем. После многочисленных наблюдений этого феномена, мы твердо придерживаемся той теории, что в ранних воспоминаниях всегда возможно найти реальную часть прототипа пациента.

Можно быть уверенным в том, что когда пациент обращается к своему прошлому, какая-то часть, возвращенная ему памятью, является для него эмоционально значимой, что и помогает найти ключ к его личности.

Бессмысленно отрицать, что забытые переживания тоже важны для понимания стиля жизни и прототипа, однако во многих случаях эти забытые моменты, или как они называются, "неосознаваемые события прошлого", гораздо труднее извлечь из памяти. Как осознаваемые, так и неосознаваемые события прошлого имеют одно общее свойство: они связаны со стремлением к одной и той же цели -- достижению превосходства, являясь частями целостного прототипа.

Следовательно, полезно работать по возможности и с теми, и с другими, так как, в конце концов, они равноценны, а сам пациент, как правило, не понимает и не в состоянии истолковать ни одни из них. Последнее -- дело постороннего, незаинтересованного лица.

Начнем с осознаваемых событий прошлого. Некоторые люди, отвечая на вопросы ранних воспоминаниях, говорят, что ничего не могут вспомнить. В этом случае необходимо попросить человека сконцентрироваться и постараться припомнить, и после определенных усилий он начнет понемногу вспоминать. Однако, само это сопротивление можно рассматривать, как признак того, что он не хочет возвращаться к своему детству, а это в свою очередь приводит к заключению, что детство для него не было приятным. Таких клиентов нужно вести, задавая наводящие вопросы. В конце концов, они всегда что-то вспоминают.

Некоторые люди утверждают, что помнят прошлое вплоть до первого года жизни. Такое вряд ли возможно, и истина заключается в том, что они говорят о воображаемых воспоминаниях, а не памяти о реальных событиях прошлого. Однако для нас совершенно не важно, выдуманы или правдивы воспоминания, так как в любом случае они -- части

личности. Некоторые люди не уверены в том, действительно ли они помнят какое-то событие или им рассказали о нем родители. Это также не имеет большого значения, так как даже если все это -- рассказы родителей, они запечатлены в сознании клиентов, и могут помочь раскрыть сферу их интересов.

Формы воспоминаний

Как мы объяснили в предыдущей главе, в определенных целях может быть полезной классификация индивидов на типы. Для ранних воспоминаний также подходит подобная классификация, так как каждое из них указывает, какого поведения можно будет ожидать от этого конкретного типа. Например, один наш пациент вспомнил, что видел прекрасную рождественскую елку, украшенную огоньками, подарками и праздничными сладостями. Что наиболее интересно в воспоминании этого события? То, что он видел. Почему он рассказывает нам о том, что видел? Потому что его интересует воспринимаемое визуально. Какое-то время он посвятил упражнениям, помогающим преодолеть проблемы плохого зрения, после чего стал с вниманием относиться к увиденному. Возможно, это не самый важный элемент его стиля жизни, но этот эпизод может оказаться полезным для нас. Он указывает на то, что если ему нужно будет предложить какое-нибудь занятие, это должно быть что-то, связанное с визуальным восприятием.

Школьное воспитание детей довольно часто игнорирует принцип типов. Дети со склонностью к визуальному восприятию не слушают объяснений, так как всегда хотят что-то рассматривать. В подобных случаях мы должны быть терпеливы, пытаюсь научить их слушать. Большинство детей в школах обучаются каким-то одним способом, так как используют для этого только один орган чувств: они могут преуспевать только в слуховом или зрительном восприятии, а некоторым вообще нравится быть в постоянном движении и заниматься механическим трудом. Нет оснований для того, чтобы ожидать одинаковых результатов от всех трех типов детей, тем более если учитель предпочитает какой-то один метод обучения, скажем, метод устного объяснения. При использовании этого метода дети, у которых доминирует визуальное восприятие, и подвижные дети будут испытывать трудности в обучении, задерживающие их развитие.

У нас был пациент, молодой человек двадцати четырех лет, который страдал обморочными приступами. Когда мы спросили его о воспоминаниях раннего детства, он рассказал, как в четыре года упал в обморок, услышав свисток паровоза. Иными словами, он был человеком, который наиболее ярко воспринимает слуховые впечатления и поэтому его привлекает все, что звучит. В данном случае не стоит останавливаться на том, каким образом у этого молодого человека развились обморочные состояния, но важно отметить, что со времени детства он был весьма чувствителен к звукам. Он был очень музыкален и не переносил шумы, дисгармонию, резкое звучание. Не удивительно, что на него столь сильное впечатление произвел звук свистка. Довольно часто дети или взрослые интересуются тем, что заставляет их страдать. Возможно, читатель помнит случай мужчины с астмой, который мы рассматривали в одной из прошлых глав: из-за какой-то болезни ему наложили тугую повязку, стеснявшую легкие, в результате чего у него развился необыкновенный интерес к способам дыхания.

Встречаются люди, весь интерес которых сконцентрирован на еде. Их ранние воспоминания должны касаться еды, и создается впечатление, что самая важная вещь в мире для них -- как есть, что есть и чего не есть. Часто можно обнаружить, что трудности, связанные с едой в раннем детстве, создают у таких людей гипертрофированное отношение к еде.

Теперь обратимся к случаю человека, чьи воспоминания связаны с движением и ходьбой. Мы знаем, что многие дети не могут хорошо передвигаться в начале жизни по причине своей слабости или заболевания рахитом. Их интерес к движению становится повышенным, а жизнь превращается в постоянную спешку. Наш случай -- хорошая иллюстрация этой ситуации. К врачу обратился мужчина пятидесяти лет, которого мучил страх быть сбитым машиной всякий раз, когда он сопровождал кого-то при переходе улицы. Когда же он бывал один, этот страх его совершенно не беспокоил, и он спокойно переходил улицу. Но если кто-то находился рядом с ним, нашего пациента охватывало желание спасти своего попутчика: он хватал своего попутчика за руку, толкал его то в одну, то в другую сторону, что последнему было отнюдь не по вкусу. Подобное поведение -- довольно редкий случай, и интересно проанализировать причины таких глупых действий.

В ответ на вопрос о ранних воспоминаниях он рассказал, что в три года страдал рахитом и не мог хорошо двигаться. Дважды при переходе улицы его сбивали, а сейчас, когда стал уже взрослым мужчиной, ему важно было убедиться, что он преодолел эту слабость. Ему хотелось продемонстрировать, что он, так сказать, единственный человек, умеющий переходить улицу, и он всегда искал случая подтвердить это. Конечно, способность безопасно переходить улицу не является для большинства людей предметом гордости или соперничества с другими. Однако в случаях, подобных описанному, желание двигаться и демонстрировать свою ловкость может быть достаточно живучим.

Следующий пример, -- случай юноши, который был на пути к тому, чтобы стать преступником, -- также касается нашей темы. Наш герой воровал, мошенничал в школе и занимался подобного рода делишками, что приводило в отчаяние его родителей. Его ранние воспоминания сосредоточивались на постоянном желании двигаться, куда-то спешить, тогда как сейчас он работал у своего отца, просиживая целыми днями на своем рабочем месте. Исходя из характера данного случая, часть предписанного лечения заключалась в том, чтобы он стал коммивояжером и путешествовал, оставаясь работать на предприятии своего отца.

Содержание воспоминаний

Один из самых значимых типов ранних воспоминаний -- это детские воспоминания о смерти. Когда дети бывают свидетелями внезапной и неожиданной смерти человека -- это производит на них неизгладимое впечатление. Иногда они становятся болезненно впечатлительными или, если этого удастся избежать, они посвящают всю свою жизнь проблеме смерти и в той или иной форме занимаются борьбой с болезнями и смертью. Часто в дальнейшей жизни многие из них интересуются медициной, становятся врачами или аптекарями. Конечно, все это полезные цели: имеющие их не только борются со смертью, но и помогают в этом другим.

Иногда, однако, прототип формирует весьма эгоистичный взгляд на мир. У одного мальчика, потрясенного смертью своей старшей сестры, спросили, кем бы он хотел быть. Все ожидали, что тот ответит, что хотел бы быть врачом, но вместо этого он воскликнул: "Могильщиком!". Когда его спросили о причине выбора такого занятия, мальчик сказал: "Потому что я хочу быть тем, кто закапывает других, а не тем, кого закапывают". Из данного высказывания очевидно, что мальчик думает только о себе, и цель его жизни абсолютно бесполезна.

Иногда к какому-то одному воспоминанию проявляется больший интерес, чем ко всем остальным. Например, мы можем услышать такой рассказ: "Однажды я должна была присматривать за своей младшей сестренкой. Я старалась хорошо о ней позаботиться, и положила ее на стол. Но тут зацепилось покрывало, и моя маленькая сестра упала на пол".

Когда все это произошло, нашей рассказчице было всего четыре года -- без сомнения, возраст слишком юный для того, чтобы доверять ей присматривать за младшим ребенком! Можно представить, какая это была трагедия в жизни старшей девочки, со всем возможным старанием заботившейся о младшей. Повзрослев, эта девушка вышла замуж за доброго, можно даже сказать, кроткого человека. Однако она постоянно мучилась ревностью страхом, что ее муж предпочтет другую. Неудивительно, что мужа это в конце концов утомило, и все свое внимание он стал уделять детям. В других случаях напряженность в отношениях выражена еще более явно, и люди без труда вспоминают, как хотели причинить вред другим членам своей семьи, или даже убить. Как правило, это касается тех людей, жизнь которых вертится вокруг их собственных интересов; они не чувствуют любви к другим, а только определенного рода соперничество. И все это заложено уже в прототипе.

К этому же типу можно отнести и людей, которые никогда ничего не могут довести до конца, все время боятся, что кто-то другой будет предпочтен в дружбе или приятельских отношениях или мучаются постоянными подозрениями в отношении намерений окружающих в их адрес. В действительности же, такие люди не в состоянии стать частью общества из-за навязчивой мысли, что они окажутся в тени других. В любом деле они держатся крайне напряженно, особенно в любовных отношениях и браке.

Если даже мы не в силах полностью излечить людей такого типа, обладая определенной степенью мастерства в изучении ранних воспоминаний, мы можем способствовать улучшению их ситуации.

Одним из наших клиентов был описанный нами ранее человек, который вспомнил свой поход на базар с мамой и младшим братом. Когда начался дождь, мать взяла его на руки, но заметив младшего ребенка, поставила старшего на землю, чтобы нести малыша. В тот момент старший мальчик, впоследствии ставший нашим клиентом, осознал, что ему предпочитают другого.

Как мы уже говорили, получив подобного рода ранние воспоминания, мы имеем возможность предсказывать, что случится в будущем в жизни наших пациентов. Однако необходимо помнить о том, что ранние воспоминания -- это всего лишь намеки, не они являются причиной происходящего. Они больше похожи на отпечатки того, что произошло, и того, какое это получило развитие. Они показывают движение к цели и то, какие для этого преодолевались препятствия. Они раскрывают, почему человека стала привлекать одна сторона жизни больше, чем другая. В них мы можем обнаружить то, что называется "травмой", например, в сексуальной сфере, то есть когда человек проявляет повышенный интерес к этой сфере жизни. Не стоит удивляться тому, что на вопрос о ранних воспоминаниях некоторые рассказывают о каких-то сексуальных переживаниях. Действительно, некоторых в раннем возрасте интересуют сексуальные подробности более всего остального. Интересоваться сексом -- естественно для обычного человеческого поведения, но, как я уже говорил ранее, существует множество разновидностей и степеней интереса. Часто можно увидеть, что в случае, когда человек рассказывает о ранних сексуальных воспоминаниях, в дальнейшем его интерес развивается в этом направлении. В результате его жизнь не очень гармонична, так как одна из ее сторон слишком переоценивается. Есть люди, утверждающие, что секс -- это основа всего, что происходит в жизни. Но есть и другие, утверждающие, что наиболее важный орган -- это желудок, и если мы исследуем их ранние воспоминания, обнаружим, что они также касаются предмета их дальнейшего жизненного интереса.

Воспоминания избалованных и нелюбимых детей

Сейчас давайте рассмотрим ранние воспоминания людей, которые были избалованы в детстве. Они очень ясно отражают характерные черты принадлежности к этому типу. Часто в них фигурирует мать. Это может быть вполне естественным упоминанием, которое само по себе, однако, является признаком того, что ребенку, возможно, необходимо было бороться за ее одобрение и благосклонность. Иногда ранние воспоминания кажутся безобидными, но все они требуют более глубокого анализа. К примеру, воспоминание может быть таким: "Я сидел в своей комнате, а моя мать стояла возле кабинета". Это кажется незначительным, однако, упоминание о матери -- признак того, что она была объектом интереса рассказчика. Иногда память о матери скрыта и наша задача усложняется: мы должны о ней догадаться. Так, мужчина может сказать вам:

"Я помню одно путешествие". Если вы начнете расспрашивать, кто его сопровождал, выяснится, что мать. Или человек может сказать: "Я помню, как однажды летом я был в деревне", -- вполне можно предположить, что отец в это время работал в городе, а мать была с детьми. Можно спросить: "Кто с тобой был в это время?" -- таким образом, мы часто обнаруживаем скрытое влияние матери.

Исследуя эти воспоминания, можно увидеть борьбу за благосклонность матери, можно проследить, как ребенок в процессе своего развития начинает придавать большое значение баловству, исходящему от нее. Все это важно видеть и понимать психологу; слыша подобные воспоминания, можно быть уверенным, что человек, имеющий их постоянно, чувствует себя в опасности или страхе быть отвергнутым. Можно увидеть, как нарастает и становится все более очевидным его напряжение, и его умственная энергия все более оказывается скованной страхом. Вполне можно предположить, что в дальнейшей жизни эти люди будут ревнивы.

Один из наших клиентов постоянно пропускал занятия в институте. Он был чрезвычайно неусидчив и его невозможно было заставить заниматься. Будучи завсегдатаем кафе, любителем вечеринок у друзей, он думал обо всем на свете, кроме учебы. В этой связи было интересно проанализировать его ранние воспоминания. "Я помню, -- сказал он, -- как лежу в колыбели и рассматриваю стену. Я разглядываю обои и все, что на них нарисовано: цветочки, фигуры и так далее". Видно, что этот человек был в состоянии только лежать в кровати, но не сдавать экзамены. Он не мог сконцентрироваться на своих занятиях, потому что все время думал о чем-то другом и пытался поймать одновременно двух зайцев, а это -- невозможно. Напрашивается вывод, что этот человек был избалован в детстве, и не умел работать самостоятельно.

Перейдем к нелюбимым детям. Этот тип довольно редок, и с ним связаны весьма острые случаи. Если ребенок нелюбим с самого начала жизни, у него очень мало шансов выжить. - Как правило, кто-то из родителей или няня балует ребенка и в определенной мере удовлетворяет его желания. Часто нелюбимые дети - это незаконнорожденные, нежеланные дети или дети преступников; наши наблюдения показывают, что в будущем их ожидают депрессии. Обычно в их воспоминаниях присутствует переживание отверженности. Например, один из наших пациентов рассказывал "Я помню, как меня побили; моя мать так долго ругала меня, пока я не убежал". Закончилось это тем, что мальчик едва не утонул.

Этот человек обратился к психологу, потому что не мог выходить из дому. Из его ранних воспоминаний видно, что, покинув однажды дом, он столкнулся с большой опасностью. Это запечатлелось в его памяти, и каждый раз, выходя из дому, он подсознательно был настроен на опасность. Он был способным ребенком, но его постоянно мучил страх уступить

первенство на экзамене. Его постоянные колебания мешали ему двигаться вперед. Поступив в конце концов в университет, он жил в вечном страхе быть исключенным. Здесь очевидна связь с его ранними воспоминаниями об опасности.

Другой пример, который может послужить в качестве иллюстрации -- случай человека, оставшегося сиротой, когда ему едва исполнился год. В это время он страдал рахитом, и, находясь в приюте, не получал должного ухода. В детстве никто не заботился о нем, и в дальнейшей жизни ему трудно было заводить друзей. Обратясь к его воспоминаниям, мы увидим, что он все время чувствовал, что ему предпочитают других; мы увидим также, что это чувство играло очень важную роль в его развитии. Его всегда преследовало ощущение отвергнутости, что являлось большим препятствием в подходе к любой проблеме. Из-за своего чувства неполноценности он практически не участвовал в жизни, в тех ее ситуациях, которые требовали контакта с другим человеком, будь то любовные, дружеские или деловые отношения.

Еще один интересный пример -- история человека среднего возраста, который обратился к нам с жадобой на постоянную бессонницу. Это был мужчина сорока шести - сорока восьми лет, женатый и имеющий детей. С окружающими людьми он обращался придирчиво, если не сказать тиранически, особенно это касалось членов его семьи. Его действия заставляли окружающих страдать.

На вопрос о ранних воспоминаниях он ответил, что рос в семье со скандальными родителями, которые вечно ссорились и угрожали друг другу так, что он боялся за них обоих. Он ходил в школу грязным и неопрятным. Он вспомнил, что однажды его учительница отсутствовала и вместо нее пришла другая. Из его рассказа стало понятно, что эта женщина была увлечена своей работой и верила в ее возможности. Сумев рассмотреть, что скрывалось в неопрятном и неухоженном мальчике, она старалась всячески его ободрить. Первый раз в жизни он почувствовал заботу, и это повлияло на его развитие в дальнейшем, однако во всех поступках его словно бы что-то подталкивало. У него не было веры в себя, и в глубине души он сомневался, что способен в чем-то превосходить остальных. Это заставляло его работать целыми днями и часто ночами. Таким образом, у него выработалась привычка работать до полуночи или даже вовсе не спать, обдумывая свои будущие действия. В результате, в нем укрепилась мысль, что не спать ночью необходимо, если хочешь чего-то достичь.

В дальнейшем его стремление к превосходству проявилось в отношении к своей семье и поведении с другими людьми: здесь он выступал в роли победителя и диктатора, причиняя неизбежные страдания близким ему людям.

Подводя итог анализа характера этого человека и рассматривая его как целостность, можно сказать, что именно превосходство было целью нашего пациента, основанной на сильном чувстве неполноценности. Такую ситуацию мы часто обнаруживаем у людей, испытывающих чрезмерное напряжение, служащее признаком сомнения в своей способности достичь успеха, которое, в свою очередь, прячется за комплексом превосходства, в действительности оказывающимся лишь позой. Изучение ранних воспоминаний помогает увидеть ситуацию в истинном свете.

.....

8. ВОСПИТАНИЕ И ПРОБЛЕМНЫЕ ДЕТИ

Как воспитывать своих детей? Возможно, это наиболее важный вопрос в современной общественной жизни. У индивидуальной психологии есть свой взгляд на эту проблему. Воспитание, независимо от того, происходит ли оно дома или в школе, -- это попытка вырастить и направить личность. Поэтому психологическая наука -- это основа методики воспитания, или, если угодно, всякое воспитание можно рассматривать как отрасль обширной психологической науки -- искусства жить.

Школа и общественные идеалы

Начнем с некоторых предварительных замечаний. Наиболее общий принцип воспитания состоит в том, что оно должно согласовываться с дальнейшей жизнью человека, с реальностью, с которой ему придется столкнуться. Это подразумевает, что воспитание должно согласовываться с идеалами нации, в противном случае, воспитанникам будет довольно сложно жить в обществе: им будет неуютно в качестве его членов.

Несомненно, идеалы нации могут изменяться -- резко, в результате революции, или постепенно, в процессе эволюции. И это всего лишь означает, что у воспитателя должен быть некий обобщенный идеал. Это должен быть идеал, в любом случае остающийся уместным, который учит человека изменяться соответственно изменяющимся обстоятельствам.

Связь школы с общественными идеалами, безусловно, обеспечивается правительством. Именно в силу его влияния национальные идеалы отражаются в школьной системе. Правительство с трудом может добраться до родителей или семьи, однако оно внимательно следит за школами в своих же интересах.

Исторически, в разные периоды времени школы отражали различные идеалы. В Европе школы изначально организовывались для аристократических семей, они были аристократичны по духу и обучались в них исключительно аристократы. В дальнейшем, школы перешли под начало церквей и приобрели религиозный характер. Однако со временем требования нации к знаниям стали расти. Расширялось количество преподаваемых дисциплин, выросла потребность в учителях, которую церковь уже не могла удовлетворять. Таким образом, к профессии стали приобщаться люди, не имеющие отношения к церкви.

До последнего времени учителя почти никогда не занимались исключительно преподаванием: они сапожничали, портняжничали и так далее. Неудивительно, что основным средством обучения служили розги. В такой школе не могли решаться психологические проблемы детей.

Основы современного подхода в образовании в Европе заложил Песталоцци. Песталоцци (1746-1827) был первым преподавателем, нашедшим иной педагогический метод помимо прута и наказания.

Для нас Песталоцци ценен тем, что показал большую важность методики для школы. Используя правильные методы, можно научить каждого ребенка (за исключением умственно отсталых) читать, писать, петь и считать. Нельзя сказать, что совершенные методики уже изобретены. Они постоянно находятся в процессе совершенствования и развития.

Возвращаясь к истории европейской школы, стоит заметить, что после того, как

педагогические техники достигли определенного уровня, появляется большая необходимость в работниках, умеющих читать, писать, считать и не нуждающихся в постоянном руководстве. В это время выдвигается лозунг: "Школа -- каждому ребенку!" В настоящее время, в результате изменения условий экономической жизни и идеалов, которые отражают эти условия, каждому ребенку вменяется в обязанность ходить в школу.

Когда-то в Европе влиятельны были только аристократы и требовались только чиновники и рабочие. Те, кто должен был быть подготовлен для высших должностей -- шли в высшие школы; для остальных школы были просто закрыты. Система образования отражала национальные идеалы времени. Сегодня школьная система соответствует новым национальным идеалам. Не так давно в наших школах дети должны были сидеть, тихо, со сложенными руками и не шевелиться. Теперь в наших школах дети -- друзья учителей. Они более не подчиняются авторитетам, от них почти не требуют повиновения и позволяют развиваться более независимо. Естественно, речь идет о школах, которых много в демократических Соединенных Штатах, так как школы всегда развиваются вместе с идеалами страны, как бы кристаллизующихся в правительственных указах.

Влияние семьи

Школьная система органично связана с национальными и социальными идеалами, -- что обусловлено, как мы видели, ее происхождением и системой организации, -- с психологической же точки зрения это дает ей большое преимущество как воспитательному учреждению. С точки зрения психологии основная цель воспитания состоит в социальной адаптации. Сейчас школе легче, чем семье, руководить уровнем социализации ребенка, так как она ближе к требованиям нации и более независима от критики детей. Она не балует детей и в основном у нее гораздо более беспристрастные установки.

С другой стороны, семья не всегда проникнута социальными идеалами. Слишком часто мы обнаруживаем в ней доминирующими идеалы традиционные. Только когда родители сами социально адаптированы и понимают, что цель воспитания социальна, возможен действительный прогресс в этой области. Если только родители знают все эти вещи и относятся к ним с пониманием, мы найдем детей правильно воспитанными и готовыми к школе, что немаловажно, так как именно в школе они по-настоящему готовятся занять свое особое место в жизни. Итак, необходимо, чтобы идеалы ребенка развивались как дома, так и в школе, и чтобы школа стояла между семьей и нацией.

В предыдущих главах мы заключили, что стиль жизни ребенка устанавливается в четырех -- пятилетнем возрасте и его непросто подвергнуть изменениям. Этот вывод указывает путь, по которому должна идти современная школа. Она должна не критиковать или наказывать, но напротив, стараться формировать, воспитывать и развивать у детей общественное чувство.

Современная школа не может основываться на принципе подавления и цензуры, а должна опираться на желание понять и разрешить личные проблемы ребенка

С другой стороны, довольно часто родители и дети весьма тесно связаны в семье, поэтому воспитатель испытывает немало трудностей в своих попытках формирования социальных качеств. Часто родители предпочитают растить детей для себя, что создает тенденцию, которая в дальнейшем может привести к серьезным конфликтам в жизни ребенка. Трудности для таких детей начинаются уже в школе, а жизнь после школы становится насыщенной все более и более сложными проблемами.

Конечно, чтобы справиться с этой ситуацией, необходимо воспитывать родителей. Часто это не просто, так как не всегда возможно протянуть руку взрослому с той же легкостью, что и ребенку. И даже вступая в контакт с родителями, можно обнаружить, что они не слишком заинтересованы идеалами нации. Они настолько погрязли в традиции, что не хотят ничего понимать помимо того, что знают.

Будучи не в состоянии эффективно работать с родителями, мы должны бросить все свои силы на то, чтобы распространять новое понимание повсеместно. Главный пункт наступления -- это школы. Во-первых, потому что именно тут собирается наибольшее количество детей, и, во-вторых, потому что здесь намного резче, нежели в семье, проявляются ошибки стиля жизни; и, наконец, в-третьих, потому что учитель по определению -- человек, понимающий проблемы детей.

Нормальные дети, если таковые встречаются, остаются за пределами нашего поля зрения. Если перед нами полностью развитые и социально адаптированные дети, лучшее, что можно сделать, -- не подавлять их. Такие дети должны идти своим путем, так как, развивая чувство превосходства, они могут быть самостоятельными в поисках общественно полезной цели своей жизни. Именно потому, что их чувство превосходства приносит пользу, оно не является комплексом превосходства.

С другой стороны, проблемным детям, невротикам, преступникам присущи как чувство превосходства, так и чувство неполноценности, которые носят бесполезный характер. Их комплекс превосходства всегда служит компенсацией комплекса неполноценности. Чувство же неполноценности, как мы показали, присуще каждому человеческому существу, но это чувство становится комплексом, только если оно обескураживает человека до такой степени, что побуждает действовать в бесполезном направлении.

Своими корнями проблемы комплекса неполноценности и превосходства уходят в дошкольный период семейной жизни ребенка. Именно в это время происходит формирование его стиля жизни, который в детском варианте мы называем "прототипом". Образом прототипа может быть незрелый фрукт, а если с незрелым фруктом что-то не в порядке, если он, например, червив, -- то чем более он зреет и развивается, тем больше его поедает червь.

Проблемные дети

Как мы видели, сложности начинаются с проблем поврежденных органов. Именно трудности, связанные с физическими несовершенствами, наиболее часто являются первопричиной чувства неполноценности, и здесь снова необходимо упомянуть, что корнем проблемы является не органическая неполноценность, а социальная неприспособленность, которая за ней следует. Этот факт свидетельствует о возможностях обучения и воспитания. Если человека обучить социально приспособляться, то его органические повреждения вполне могут превратиться из помех в ценные качества. Мы видели, что органические расстройства могут быть началом очень стойкого интереса, который, при надлежащем развитии в процессе обучения, может управлять всей жизнью человека, а при условии, что он будет направлен в полезное русло, может играть важнейшую роль в жизни личности.

Все зависит от того, каким образом органические трудности впишутся в путь социального приспособления. Например, в случае, если у ребенка хорошо развито только слуховое или только визуальное восприятие, развитие интереса в использовании им всех органов чувств целиком зависит от учителя. В противном случае он не будет успевать также хорошо, как и

остальные ученики, пропуская многое из того, что не вызывает трудностей у других.

Многие из вас наблюдали, каким неуклюжим растет ребенок-левша. Как правило, никто не подозревает о его склонности, что еще более способствует его неловкости. Он постоянно не в ладах с семьей из-за своей особенности. Мы обнаружили, что такие дети становятся либо агрессивными и драчливыми -- что для них является преимуществом, либо депрессивными и раздражительными. Когда такой ребенок со своими проблемами идет в школу, он становится либо воинственным, либо унылым, раздражительным и недостаточно смелым.

Помимо трудностей детей с поврежденными органами, в школе также начинаются проблемы у многочисленных избалованных детей, так как из-за способа организации школ физически невозможно, чтобы один ребенок все время был центром внимания. Совершенно случайно может произойти так, что добрый и мягкосердечный учитель будет опекать своих любимцев, но так как ребенок переходит из класса в класс, в какой-то момент он все равно потеряет эту опеку. В дальнейшем его дела пойдут еще хуже, так как в нашей цивилизации не проявляют большого уважения к человеку, который всегда хочет быть в центре внимания, не делая ничего для того, чтобы это заслужить.

Все эти проблемные дети обладают характерными чертами: они плохо адаптируются в сложных жизненных ситуациях; они чрезвычайно амбициозны и хотят устанавливать личные правила, не учитывая интересы общества. В довершение всего, они недружелюбны и постоянно ссорятся с окружающими. Как правило, они трусливы, так как им недостает интереса и сил решать проблемы, которые ставит жизнь: из-за чрезмерной опеки в детстве они оказались не подготовленными к ним.

Еще одна характерная черта, которую мы обнаружили у таких детей -- это осторожничанье и склонность к постоянным сомнениям. Они либо откладывают решение своих проблем, либо вообще уходят от них, останавливая свое движение и никогда ничего не доводя до конца.

В школе эти качества становятся намного более явными, чем в семье. Так как школа подобна эксперименту или кислотному тесту, то тут становится очевидным, приспособлен ли ребенок к общественной жизни и проблемам, возникающим в ней. Часто неправильный стиль жизни остается скрытым и неузнанным дома, но выходит на поверхность в школе.

Как избалованные дети, так и дети с органическими дефектами всегда хотят "исключить" трудности жизни, так как их сильное чувство неполноценности лишает их возможности справиться с ними. Однако сложные ситуации в школе возможно контролировать, постепенно приближая таких детей к реальным трудностям, требующим решения и преодоления. Школа становится местом, где мы действительно воспитываем, а не только даем указания.

Кроме двух вышеупомянутых типов, необходимо рассмотреть также тип отвергнутых детей. Как правило, ребенок, принадлежащий этому типу, производит отталкивающее впечатление, это вечно ошибающееся, ущербное существо, абсолютно не подготовленное к социальной жизни. Возможно, из всех типов, у него возникают наибольшие трудности в школе.

Таким образом, нравится это или нет учителям и администрации, совершенно очевидно, что понимание этих психологических проблем детей и улучшение методов их разрешения должно стать неотъемлемой частью работы в школе.

Помимо этих особо проблемных детей, есть еще дети, которые считаются одаренными. Это -- исключительно яркие дети. Иногда, из-за того, что они впереди в одних предметах, для

них легко блестяще выглядеть в других. Они чувствительны, амбициозны, и не всегда любимы своими товарищами. Кажется, дети очень хорошо чувствуют, насколько социально адаптирован каждый из них. Одаренными детьми восхищаются, но их не принимают.

Ясно, что многие из этих одаренных детей в школе чувствуют себя вполне удовлетворительно. Но когда они начинают самостоятельную жизнь в обществе, то часто не имеют адекватных планов в отношении нее. Проблемы появляются, когда они становятся перед необходимостью разрешения трех основных вопросов человеческого существования: жизни в обществе, деятельности, любви и брака.

В этих трех ситуациях выходит на поверхность то, что сложилось в период формирования прототипа, и прежде всего становятся очевидными результаты их недостаточной адаптации в семье. Все ошибки прототипа, непроявленные благодаря смягчающим семейным факторам, выявляются в новых ответственных ситуациях жизни.

Интересно отметить, что эту связь видели писатели. Очень многие поэты и драматурги описывали в своих произведениях сложные душевные движения и жизненные коллизии персонажей в подобного рода ситуациях. Например, Шекспир изображает Нортумберленда вполне лояльным своему королю до момента возникновения реальной опасности, которая толкает Нортумберленда на предательство. То есть Шекспир вполне понимает тот факт, что истинный стиль жизни человека отчетливо проявляется в трудных обстоятельствах, и то, что не эти трудные обстоятельства его формируют: они лишь проявляют то, что было сформировано ранее.

Лечение

Индивидуальная психология предлагает решать проблемы одаренных детей методами, подобными тем, которые применяются для помощи другим типам. Демократическая максима индивидуальной психологии: "Каждый человек может достичь всего", ослабляет позиции одаренных детей, жизнь которых осложнена ожиданиями окружающих их людей и которые стремятся во что бы то ни стало быть первыми, так что интерес к своей персоне становится для них главенствующим. Люди, усвоившие эту максиму, могут иметь блестящих детей, которым не присуще тщеславие и чрезмерная амбициозность; детей, которые понимают, что их достижения являются результатом прилежания и везения и что если их усердие в обучении не будет ослабевать, они способны реализовать весь свой потенциал. Однако, даже если влияние не столь благоприятно, и воспитание и обучение не было столь эффективным, они также могут достичь немало, если учитель поможет им понять метод. Им может просто не хватать смелости, а следовательно, защиты от своего преувеличенного чувства неполноценности, которое с течением времени приносит все больше страданий. Становится понятным, почему они теперь склонны пропускать занятия или вообще не ходить в школу. Им кажется, что в школе у них нет никаких шансов преуспеть, и если их представление верно, стоит согласиться, что их действия последовательны и рациональны. Однако для индивидуальной психологии неприемлема мысль об их безнадежности. Она верит, что каждый может делать нечто значимое и полезное, что ошибки есть всегда, но их можно исправить, что позволит ребенку нормально жить и развиваться.

К сожалению, как правило, ситуация не разрешается конструктивно. Именно тогда, когда ребенок обременен школьными трудностями, мать занимает более неуступчивую и понукающую позицию. Непрекращающиеся выговоры, критика и упреки, которые являются неотъемлемой частью школьной жизни, продолжаются и дома. Очень часто примерный избалованный домашний ребенок становится тяжелым учеником, потому что когда он теряет

контакт с семьей, начинает проявляться его скрытый комплекс неполноценности. Именно тогда потакающая мать может стать объектом его ненависти, так как ему кажется, что она его обманывала. Все ее старое поведение и доброжелательность забыты из-за напряженности новой ситуации.

Часто ребенок, активный и агрессивный дома, оказывается тихим, спокойным и даже подавленным в школе. Иногда мать приходит в школу, жалуясь: "Целый день я хожу за ним по пятам! Его проделки бесконечны!" И слышит ответ учителя, что ее сын весь день сидит тихо и почти не двигается. А иногда, наоборот, в ответ на описание матери ее "тихого и милого ребенка" учитель возмущается: "Он портит мне весь класс". Без труда можно понять, что происходит в последнем случае: дома ребенок является центром внимания и поэтому он тих и непритязателен. В школе же, чтобы привлечь внимание, приходится драться и прибегать к разнообразным средствам подобного рода.

Возьмем, к примеру, случай одной восьмилетней девочки, которую очень любили ее друзья и которая была лидером всего класса. Ее отец пришел к терапевту со словами: "Мы не можем больше выдерживать этого ребенка. Она -- настоящий тиран с какими-то садистскими наклонностями!" Попробуем понять причины этой ситуации. Девочка была первым ребенком в семье; ее родители -- весьма слабые, мягкотелые люди (так как только слабые люди могут стать объектом издевательств ребенка). Когда родился второй ребенок, эта девочка почувствовала себя в опасности, и желая продолжать оставаться центром внимания, начала вести войну. В школе она чувствовала свою ценность и поэтому не имела никаких причин для борьбы.

Некоторые дети испытывают трудности и подвергаются критике как в школе, так и дома. В результате ошибки усугубляются. В такой ситуации, когда у ребенка везде нелады, необходимо искать причины проблем в прошлом, учитывая и наблюдая его поведение во всех сферах его жизни. Для понимания стиля жизни ребенка и цели, к которой он стремится, важны все детали его жизненных проявлений.

Случается, что безусловно хорошо адаптированный ребенок в столкновении с новой школьной ситуацией может показаться неадаптированным. Обычно это случается, когда ребенок приходит в новый коллектив, настроенный против него. Приведем пример. Ребенок из обычной, но весьма богатой и тщеславной семьи поступил в аристократическую школу. Так как его происхождение не было аристократическим, товарищи были настроены против него. Таким образом, избалованный и достаточно благополучный ребенок внезапно оказался во враждебной атмосфере. Подчас жестокость соучеников в подобного рода ситуациях достигает такой степени, что приходится только удивляться, как ребенок может ее выдерживать. В большинстве случаев дома ребенок стыдится рассказать об этом. Он переносит свое ужасное испытание в молчании.

Часто такие дети, подойдя к шестнадцати-восемнадцатилетнему возрасту -- возрасту принятия решений и начала самостоятельной жизни -- останавливаются, так как им недостает смелости и надежды. Наряду с невозможностью справиться с социальными трудностями, у них возникают большие проблемы в любви и браке, ибо не обладают упорством и настойчивостью.

Что же в таких случаях надлежит делать? Дети, о которых мы говорим, отделены или чувствуют себя отделенными от всего мира. Они готовы навредить себе ради того, чтобы навредить другим, и поэтому вполне способны на самоубийство. Среди них также есть такие, которые хотят просто исчезнуть, и они исчезают в психиатрических лечебницах. В конце концов, они утрачивают последние социально необходимые способности: они не говорят

обычным способом, не сближаются с людьми и противостоят всему миру. Такое состояние называется шизофренией, болезнью. Если мы хотим помочь кому-то из этих людей, необходимо найти способ возродить их смелость. Это очень серьезные случаи, но и здесь излечение возможно.

Диагноз: порядок рождения

Так как работа с психологическими проблемами детей в первую очередь зависит от диагноза стиля жизни, стоит рассмотреть методы диагностирования, разработанные индивидуальной психологией. Несомненно, диагностирование стиля жизни может иметь применение во многих областях психологической практики, в воспитании же мы считаем его совершенно необходимым.

Помимо непосредственного изучения ребенка в годы его взросления и становления, индивидуальная психология считает важным расспросить о ранних воспоминаниях ребенка и о фантазиях относительно его будущих занятий. Кроме того, необходимо наблюдать за осанкой и телодвижениями ребенка и сделать определенные выводы из факта его положения в семейной иерархии, связанного с порядком рождения и наличия других братьев и сестер. Ранее мы уже обсуждали каждый из этих методов, возможно, сейчас необходимо вновь остановиться на положении ребенка в семье, так как эта составляющая имеет наибольшее значение для воспитания и развития.

Как мы видели, в этой связи важно то, что первый ребенок, будучи вначале единственным в семье, затем теряет все преимущества этого положения и ту большую власть, которой он наслаждался со времени своего рождения. С другой стороны, психология младших детей детерминирована фактом присутствия в их жизни первенца. У старших детей мы часто подмечаем преобладание консервативной установки. Они полагают, что у власти должен оставаться тот, кто ею обладает. Ведь потеряли они свою власть лишь в силу случайности, но при этом отнюдь не потеряли вкус к ней.

Жизненная ситуация второго ребенка в корне отличается. Изначально у него есть лидер, с которым он стремится сравняться. Он не признает власть и любит ее перемену. Ему присуще чувство динамики и желание рваться вперед как на гонках, что также можно заметить в его движениях. Он старается изменить законы науки и природы, и по сути своей является революционером, причем не столько в политике, сколько в социальной жизни и в своем отношении к окружающим. Прекрасный пример этого мы находим в библейской истории об Иакове и Исаве.

Если перед нами случай, когда несколько детей растут вместе, а некоторое время спустя рождается еще один, последний ребенок будет в ситуации, схожей с ситуацией первенца.

Особенно интересно с психологической точки зрения положение в семье самого младшего. Под этим мы, конечно, подразумеваем ребенка, который младший всегда и у которого никогда не бывает последователя. Преимущества его положения заключаются в том, что он никогда не будет свергнут. Второй ребенок может потерять свою власть и иногда он переживает трагедию, но это невозможно в жизни самого младшего. Следовательно, его положение наиболее благоприятно, и если остальные обстоятельства жизни одинаковы, можно видеть, что самый младший ребенок развивается наилучшим образом. Он походит на второго ребенка тем, что очень энергичен и старается превзойти других. На его жизненной дистанции также есть лидеры. Но в остальном путь его полностью отличается от развития других членов семьи. Например, если мы говорим о семье ученых, самый младший из детей

возможно станет музыкантом или промышленником: если речь идет о семье людей практических -- младший может быть поэтом. Он всегда должен быть другим, отличаться во всем. Ему нравится следовать отличным от остальных путем по причине того, что ему легче заниматься чем-то другим, нежели соревноваться в том же роде деятельности, что можно расценить, как очевидный недостаток смелости.

Стоит заметить, что наши предсказания, основанные на знании положения ребенка в семье -- это описание определенных тенденций, а не закономерностей, непременно исполняющихся в каждом конкретном случае. Действительно, если первый ребенок в семье выдающийся, он может вообще не быть оттесненным вторым, и таким образом совсем не будет страдать. Такой ребенок может быть хорошо социально адаптирован, и, возможно, его мать сумеет привить ему интерес к другим, включая новорожденного. С другой стороны, тот факт, что первенца невозможно затмить, создает большие трудности в жизни второго ребенка, и серьезные психологические проблемы могут возникнуть у последнего. Часто опыт таких детей очень болезненный, так как уже в начале жизни они теряют смелость и надежду. Соревнующиеся дети всегда должны иметь надежду победить, а когда надежда уходит -- все теряет смысл.

Единственный ребенок в семье переживает свои трудности. Его трагедия заключается в том, что все детские годы он был центром внимания семьи, и теперь быть в центре -- стало целью его жизни. В своем стремлении к цели он не следует логике, а следует своему стилю жизни.

Положение единственного мальчика в семье, где все остальные -- девочки, также довольно сложное и может вызвать определенные проблемы. Считается, что у такого мальчика девичья манера поведения и вкусы, но это мнение не совсем верно (здесь стоит заметить, что все мы воспитаны женщинами). Однако, так как весь уклад жизни семьи устроен для девочек, определенные проблемы у него возникают. Войдя в дом, можно сразу сказать, кого больше в семье: мальчиков или девочек. Порядок, звуки, аксессуары -- все различно. В семьях, где больше мальчиков -- больше поломанных вещей, и намного чище в тех домах, где больше девочек.

В женском окружении мальчик может еще больше стремиться выглядеть мужчиной и преувеличивать свои мужские качества, либо он может расти женоподобным, как все остальные в его домашнем окружении. В своих наблюдениях мы обнаружили, что мальчики, выросшие в таких условиях, либо нежные и мягкие, либо совершенно необузданные. В дальнейшей жизни они всегда пользуются случаем доказать или подчеркнуть факт своей принадлежности к мужскому полу.

Единственная девочка, растущая в окружении братьев, оказывается в такой же сложной ситуации. Либо она тиха и женственна, либо хочет делать все, что делают ее братья, и развиваться подобно им. Существует также риск, что у нее появится чувство неполноценности, причина которого -- привилегированное положение мальчиков в общественной иерархии. Комплекс неполноценности может развиваться из-за чувства, что она "единственная" девочка, а его компенсация в виде комплекса превосходства, как правило, проявляется в том, что она старается подражать мальчикам во внешних проявлениях и одежде, а в дальнейшей жизни вступать в сексуальные отношения, которые по ее представлениям имеют мужчины.

Наш обзор проблемы положение ребенка в семье можно заключить рассмотрением частного случая, когда первенец -- мальчик, а второй ребенок -- девочка. В подобной ситуации между ними двумя всегда присутствует яростное соревнование. Девочку подхлестывает не только тот факт, что она второй ребенок, но также и то, что она -- девочка. Поэтому она усердно

учится, и вообще проявляет все качества, свойственные типу второго ребенка: энергичность, напористость, независимость, -- и в какой-то момент мальчик может заметить, что в их негласной гонке она приближается к нему все ближе. Как известно, физически и умственно девочки развиваются быстрее мальчиков: например, девочка двенадцати лет намного более развита, чем мальчик того же возраста. Мальчик, видя это и не в состоянии объяснить, может почувствовать свою неполноценность и даже склонен уступить. В растерянности он останавливается и вместо движения вперед начинает искать пути к отступлению. Иногда он находит выход в художественном творчестве, в других случаях становится невротиком, преступником, либо заболевает.

Описанная ситуация представляет сложность для психолога, даже если его установка: "Любой человек может всего достичь". В данном случае лучше всего показать мальчику, что лидерство девочки связано с ее большим усердием, упорством и поиском. Можно также найти область, где брат и сестра будут соревноваться минимально, чтобы снизить напряжение атмосферы конкуренции, царящей в их отношениях.

Альфред АДЛЕР. Практика и теория индивидуальной психологии: Лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей. М., Изд-во Института Психотерапии, 2002. 214 с.