

# Alfred Adler

Γεννήθηκε στη Βιέννη, στις 7 Φεβρουαρίου 1870 και πέθανε το 1937.

-Πήρε πτυχίο Ιατρικής το 1895, έπειτα έκανε ειδίκευση στην οφθαλμολογία και στην συνέχεια στην Ψυχιατρική. ---

Ήταν μαθητής του Freud.

-Εξέφρασε διαφωνίες σχετικά με τις απόψεις του δασκάλου, κυρίως απέρριψε τις απόψεις του δασκάλου του σχετικά με το περιεχόμενο του ασυνείδητου και την παντοδυναμία της libido.

-Η θεωρία ανάλυσης της προσωπικότητας του Adler ονομάζεται «**ατομική ψυχολογία**».

-Τονίζει τη σημασία της προσωπικότητας.

-Μελετά το άτομο, δηλαδή κάτι που δεν διαιρείται.

-Θεωρεί το άτομο ως ένα ενιαίο σύνολο, στο οποίο ολοκληρώνονται οι σωματικές, ψυχολογικές και κοινωνικές διαδικασίες.

## Οι βασικοί άξονες της θεωρίας είναι 4:

**1) Κοινωνικές Ορμές** Η ανθρώπινη συμπεριφορά υποκινείται κύρια από κοινωνικές ορμές. Το άτομο χρησιμοποιεί κληρονομικότητα και περιβάλλον στη διαμόρφωση και εκδήλωση της συμπεριφοράς του.

**2) Δημιουργικός Εαυτός** Αποτελεί ένα ιδιαίτερο, εξατομικευμένο- υποκειμενικό σύστημα, που επεξεργάζεται και ερμηνεύει τις εμπειρίες του οργανισμού και αναζητεί νέες εμπειρίες, ικανές να συμβάλλουν στην ολοκλήρωση του στυλ ζωής που θα επιλέξει το άτομο.

### **3) Μοναδικότητα της προσωπικότητας του ατόμου**

Αναφέρεται σε έναν ατομικό, μοναδικό σχηματισμό - διαμόρφωση των κινήτρων, χαρακτηριστικών, ενδιαφερόντων και αξιών του ατόμου και στην προετοιμασία του για δράση, που αντικατοπτρίζει το δικό του, μοναδικό, διακριτικό στυλ ζωής.

### **4) Ψυχολογία προσανατολισμένη στο Εγώ**

Τοποθέτηση της συνείδησης στο κέντρο της προσωπικότητας του ατόμου (στην κλασική ψυχαναλυτική σκέψη κυριαρχούσε το ασυνείδητο). Ο άνθρωπος έχει συνείδηση των λόγων της συμπεριφοράς του, των σημείων στα οποία είναι κατώτερος, και των στόχων για τους οποίους μάχεται στη ζωή του, και είναι ικανός να σχεδιάζει και να καθοδηγεί τις πράξεις του, έχοντας συνείδηση του νοήματός τους για την αυτοπραγμάτωσή του.

## Ατομική Ψυχολογία

Στον άνθρωπο υπάρχει η έμφυτη τάση για επιβολή. Η τάση αυτή προσκρούει στην αδυναμία του ατόμου, την οποία συναισθάνεται αλλά και αντιλαμβάνεται από τις καθημερινές του εμπειρίες. Έτσι, παράλληλα με την τάση για επιβολή, αναπτύσσεται στην περιοχή του ασυνείδητου ένα συναίσθημα κατωτερότητας που είναι ιδιαίτερα έντονο σε άτομα με σωματικά ή άλλα ελαττώματα.

Το συναίσθημα κατωτερότητας προκαλεί μία σειρά ασυνείδητων ενεργειών, που αποσκοπούν στην ανάπτυξη της προσωπικότητας με τέτοιο τρόπο, ώστε να καλυφθούν οι υπάρχουσες πραγματικές ή φανταστικές αδυναμίες. Η προσπάθεια αυτή ονομάζεται **τάση για αναπλήρωση**.

Το **συναίσθημα κατωτερότητας** και η τάση για αναπλήρωση ρυθμίζουν την εκάστοτε συμπεριφορά του ατόμου. Το άτομο γνωρίζοντας ενδόμυχα τις αδυναμίες του, υιοθετεί ανάλογο τρόπο συμπεριφοράς, που αποβλέπει στην κάλυψη των μειονεκτημάτων και στην ικανοποίηση της τάσης για επιβολή. Ο αγώνας αυτός για υπεροχή, «**ο πόθος της εξουσίας**» είναι τόσο πιο έντονος, όσο πιο πολύ αισθάνεται το άτομο κατώτερο. Με αυτό τον τρόπο θέλει το άτομο να φανεί ανώτερο στην ίδια του την αδυναμία.

**Αιτίες που προκαλούν το αίσθημα αυτής της κατωτερότητας είναι**

α) σωματικές ατέλειες, β) υπερβολική τρυφερότητα από τους άλλους και γ) αδιαφορία στην παιδική του ηλικία .

## Αγώνας για ανωτερότητα

- **Κίνηση «από κάτω προς τα πάνω»**
- **Κίνηση να γίνω ανώτερος/η σε σχέση με τον εαυτό μου (όχι τους άλλους)**
- **Δυσλειτουργική αντιστάθμιση:**
  - Προσπάθεια για απόσπαση της προσοχής
  - Επιδίωξη απόκτησης δύναμης
  - Αποζήτηση εκδίκησης
  - Αποχώρηση
- **Κοινωνικό ενδιαφέρον είναι «έμφυτο»**
- **Τρία καθήκοντα:**  
**εργασία, αγάπη, φιλία**  
**(φιλία: μέτρο κοινωνικού ενδιαφέροντος)**

## Τυπολογία

Το 1945 ο Adler εισάγει την τυπολογία του (τύποι προσωπικότητας). Ο τρόπος με τον οποίο θα αντιμετωπίσει το άτομο μία κατάσταση κατωτερότητας και η επιτυχία ή η αποτυχία να βγει από την κατάσταση αυτή δημιουργεί και τον ιδιαίτερο τύπο κάθε ατόμου

**Κυριαρχικός τύπος** Εμφανίζει μεγάλο βαθμό δραστηριότητας για την επίτευξη του στόχου του, παρουσιάζει, όμως, έλλειψη του αισθήματος κοινωνικότητας, γεγονός που τον κάνει να φέρεται με έναν αντικοινωνικό τρόπο. Ισοδύναμο του χολερικού τύπου (του Ιπποκράτη).

**Δεκτικός τύπος** Παρουσιάζει έλλειψη, της δραστηριότητας και του αισθήματος κοινωνικότητας, δηλαδή του πραγματικού ενδιαφέροντος για τους άλλους, ενώ αναμένει από τους άλλους να ενδιαφέρονται γι' αυτόν. Είναι αυτός που έχει χάσει την ανεξαρτησία του, δεν ξέρει πως μπορεί να

κάνει ο ίδιος πράγματα για τον εαυτό του, και, όταν έρχεται αντιμέτωπος με κάποια δυσκολία, συνεχώς απαιτεί από τους άλλους. Ισοδύναμο του φλεγματικού τύπου (του Ιπποκράτη).

**Αποφευκτικός τύπος** Είναι εκείνος που, αντί να αγωνίζεται για την επιτυχία και την ανωτερότητα, χαρακτηρίζεται από μια συμπεριφορά αναποφασιστικότητας. Η δραστηριότητα, η ενεργητικότητά του και το αίσθημα κοινωνικότητας είναι σε χαμηλό βαθμό. Ανέπτυξε αυτόν τον τύπο προσωπικότητας, ως αποτέλεσμα της ψυχρότητας που ένιωθε, κάποια στιγμή, να υπάρχει στην κοινωνία, στοιχείο που αναμένει πως θα υπάρχει πάντα. Γι' αυτό στόχος του είναι να αποδράσει και να διατηρήσει μια απόσταση ασφαλείας από τους άλλους ανθρώπους. Ισοδύναμο του μελαγχολικού τύπου (του Ιπποκράτη).

### **Κοινωνικά χρήσιμος τύπος**

Χαρακτηρίζεται από δραστηριότητα και ενεργητικότητα, στοιχεία που βρίσκονται σε αρμονία με τις ανάγκες των άλλων και είναι θετικά - ευεργετικά γι' αυτούς. Ισοδύναμο του εύθυμου τύπου (του Ιπποκράτη).

## **Σειρά γέννησης**

Για τον Adler,

η σειρά γέννησης επηρεάζει τη συμπεριφορά μας (αποτέλεσμα εμπειριών + ερμηνειών)

### **Πρωτότοκο παιδί:**

Βασιλιάς που «εκθρονίζεται»

(συντηρητικό, ικανό, αλλά συχνά και ανασφαλές, ανάλογο με τη συμπεριφορά γονιών)

### **Δευτερότοκο παιδί:**

«Γεννιέται χωρίς θρόνο», άρα είναι πιο έτοιμο για συνεργασία

Προσπαθεί να ξεπεράσει το πρώτο

Φιλόδοξο, επαναστατικό, μισεί εξουσία

Πιο καλά προσαρμοσμένο από τα αδέλφια του.

### **Το μικρότερο παιδί:**

Χαϊδεμένο,

Πολλά ερεθίσματα, άρα αναπτύσσεται γρήγορα

Ίσως έχει δυσκολίες προσαρμογής

### **Το μοναχοπαιδί:**

Ηγέτης

Ανταγωνιστές = οι γονείς

Θέλει να είναι το επίκεντρο προσοχής

## **ADLER - Λέξεις κλειδιά:**

Άνθρωπος = κοινωνικό ον

Σκοπός του: η επίτευξη της τελειότητας

Πηγή: αίσθημα κατωτερότητας

Βασικό κίνητρο: ορμή κοινωνικής αναγνώρισης

Η λειτουργικότητα επιδεικνύεται σε 3 καθήκοντα:

1) εργασία,

2) αγάπη,

3) Φιλία

Σειρά γέννησης