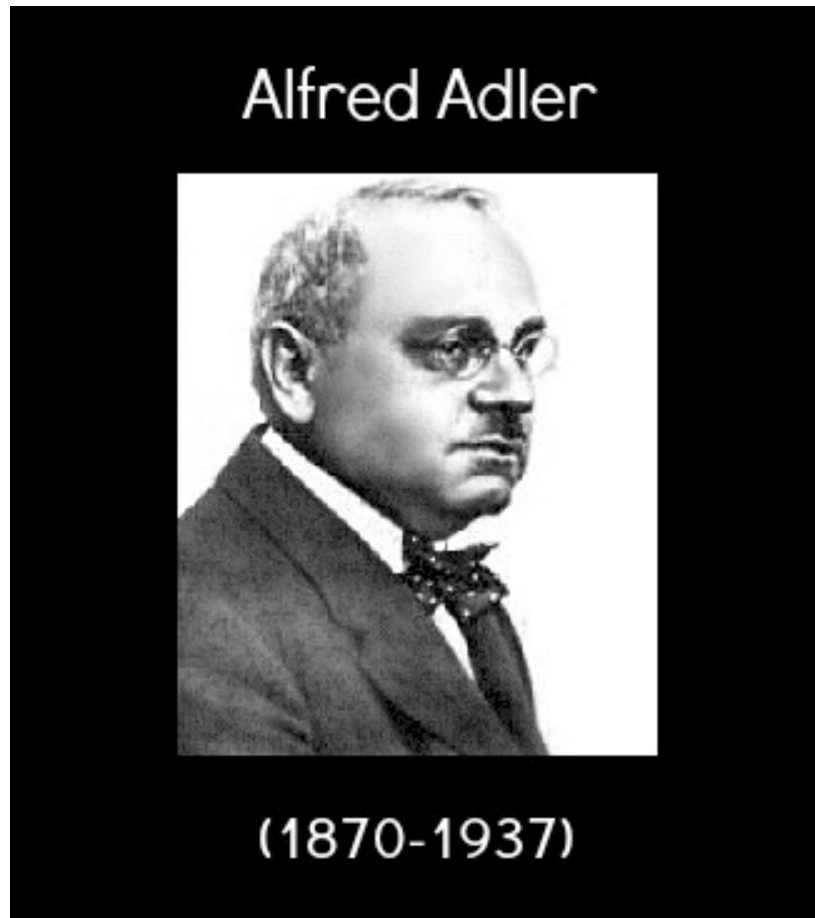




روان شناسی آلفرد آدلر

نظریه روانشناسی فردی آدلر و شرح حال آلفرد آدلر

شرح حال آلفرد آدلر



آلفرد آدلر (۱۸۷۰ - ۱۹۳۷) در هفتم فوریه سال ۱۸۷۰ ، در رودلف هایم حومه شهر وین و در خانواده ای از طبقه متوسط متولد شد . در سال ۱۸۹۵ میلادی به در یافت درجه دکترای پزشکی از دانشگاه وین و سپس در رشته چشم پزشکی به درجه تخصصی نائل آمد . بعدها در روان پزشکی نیز تخصص گرفت و یک جهت گیری اجتماعی را در زمینه روان شناسی و روان درمانی تعقیب کرد.

آدلر در سال ۱۹۰۲ م، به درخواست فروید به عضویت انجمن روانکاوان وین درآمد. اما به زودی به آدلر به تدوین عقاید جدیدی پرداخت که با عقاید فروید و دیگر روانکاوان جامعه وین مغایرت داشت. آدلر مکتب خود را روانشناسی فردی نامید. آدلر در جریان جنگ جهانی اول با سمت پزشک در ارتش اطریش خدمت کرد. در سال ۱۹۳۵ م، آدلر عازم ایالات متحده آمریکا شد و با سمت روان پزشک و نیز استاد روان شناسی پزشکی در دانشکده طب لانگ آیلند به کار مشغول شد. کتاب اصول تجربی و نظری روان شناسی فردی، که در سال ۱۹۲۷ به چاپ رسید معرف نظریه اش در زمینه شخصیت است. بر خلاف فروید، که اعمال بشر را نتیجه غرایز میدانست و یونگ که رفتار انسان را ناشی از طرحهای ارثی می پنداشت، آدلر اعمال و رفتار انسان را زائیده کششهای اجتماعی می داند. آدلر پس از عمری پربار و آثاری بسیار، سرانجام در سال ۱۹۳۷ م، در اسکاتلند، و در حالی که برای سخنرانی بدانجا مسافرت کرده بود، بر اثر سکت قلبی در گذشت.

یکی از کمکهای معنوی عمده آدلر به جهان روانشناسی مفهومی است که او از عقده حقارت طبیعی و یا عمومی به دست داده است. به عقیده آدلر، احساس عقده حقارت و تلاش در راه تقوی و برتری، نقطه شروع شیوه زندگی است. دومیت کمک آدلر، تأکید او بر کیفیت محیط خانواده و شبکه روابط اجتماعی افراد خانواده است. سومین کمک آدلر، ارائه مفهوم «علاقه اجتماعی» است که اعتراضی به عقاید گذشتگان و خصوصاً غریزه گرایان بود. چهارمین کمک معنوی آدلر، ارائه مفهوم «تعرض مردانه» است که بر مبنای عقده حقارت استوار است. پنجمین کمک معنوی آدلر به حوزه روانشناسی، رد مفهوم دو بعدی خودآگاهی و ناخودآگاهی بود.

او عقیده دارد که انسان موجودی خودآگاه است و معمولاً، از علل رفتار و هویت خویش آگاهی دارد. او برخلاف فروید، هر نوع ثنویت را مردود دانسته و دیدی

کلی نگر را توصیه کرده است . ششمین کمک آدلر به غنای روانشناسی تأکید بر « من خلاقه » بود که به نظر او هسته اصلی و اساسی تحقق نفس و بی همتایی شخصیت است .

تاریخچه تحول فکر آدلر :

آدلر ابتدا عضو انجمن روانشناسان وین بود و تا اندازه ای از افکار فروید تأثیر پذیرفته بود . تفاوت عمده دیدگاه آدلر با فروید در این بود که او تأکید زیادی بر تأثیرات عوامل اجتماعی و میل به برتری شخصیت و رشد آن می کرد . آدلر قویاً تأکید می کرد که انسان را نمی توان مجزا از دیگران مورد مطالعه قرار داد ، بلکه مطالعه انسان فقط باید زمینه اجتماعی او انجام پذیرد . از میان فلاسفه یونان قدیم ، آدلر از افکار رواقیون متأثر بوده است . بطوریکه اعمال و رفتار انسان را تا حدود زیادی زائیده نگرشها و تفکر انسان قلمداد کرده است . آدلر با استفاده از فلسفه کانت ، بخصوص از نظر مفاهیم امور مطلق ، منطق خصوصی و غلبه یافتن ، شباهت زیادی دارد .

آدلر به شدت تحت نفوذ فلسفه ویهینگر قرار داشت ، و رد نظریه جبر گرایی را در نظریات ویهینگر کشف کرد . آدلر معتقد بود که انسان خود سرنوشت خویش را تعیین می کند . روانشناسی آدلر کلی نگری را به نفع کلی نگری رد میکند و هیچ گونه تقسیم بندی دو بعدی ، نظیر خودآگاهی و ناخودآگاهی ، را قبول ندارد . زندگی در نظر او « بودن » نیست بلکه « شدن » است . آدلر جبرگرا نیست و به آزادی انتخاب مسئولیت و با معنی بودن مفاهیم در طرح زندگی انسان معتقد است .

مفاهیم بنیادی نظریه آدلر :

الف (نظریه شخصیت :

نظریه آدلر درباره شخصیت نظریه ای کاملاً اقتصادی و صرفه جویانه است ، بدین معنی که با چند مفهوم اساسی تمام ساخت نظریه را تبیین می کند . مفهوم شخصیت از آدلر عبارتند از : غایت گرایی تخیلی تلاش برای تفوق و برتری احساس حقارت و مکانیسم جبران علایق اجتماعی شیوه زندگی و من خلاقه

۱) هدفهای تخیلی : آدلر پس از جدایی از فروید و استفاده از عقاید وی هینگر ، مبنی بر اینکه زندگی بشر مجموعه ای از افکار تخیلی است که در عالم واقعیت وجود خارجی ندارند ، اعتقاد بر آن پیدا کرد که محرک اصلی رفتار بشر ، هدفها و انتظارات او از آینده است . در این زمینه می توان گفت که روانشناسی فروید بر اساس قانون علیت بنا شده است ولی روانشناسی فردی بر اصل فینالیزم یا توصیف اعمال از راه تشخیص هدف (غایت گرایی) استوار است . به عقیده آدلر انسان سالم قادر است خود را از قید و بند این تخیلات رها کند و به هنگام لزوم با واقعیات روبرو شود . در حالیکه فرد روان نژند به این کار قادر نیست و همواره در خیال پردازیهای خود غوطه ور است . در نظر آدلر هدفهای تخیلی علت ذهنی رویدادهای روانی هستند .

پیش فرض پیروان آدلر آن است که هدف روان تأمین برتری است .

هدف هر فردی در ماههای اولیه زندگی در کودکی شکل می گیرد و تحت تأثیر محیط تعیین می شود . هر یک از ما فقط آن چیزی را ارزش می نهد که متناسب با هدف اوست . بدون درک روشنی از هدف نهایی فرد ، درک واقعی رفتار او غیر ممکن است و نیز ، تا ندانیم که کل فعالیت فرد تحت تأثیر هدفش قرار دارد ، نمی توانیم هیچ یک از جنبه های رفتار و در نتیجه کل شخصیت او را ارزشیابی کنیم .

۲) تلاش برای تفوق و برتری : آدلر در سال ۱۹۰۸ م ، به این نتیجه رسید که تمایلات تهاجمی از غریزه جنسی بسی مهمترند . ولی اندکی بعد واژه پرخاشگری

یا تهاجم را به « میل به قدرت » تبدیل کرد. آدلر قدرت را جنس مذکر و ضعف را با جنس مونث همانند می دانست. او در این مرحله از تفکر خویش، عقیده « تعرض مردانه » را مطرح کرد و آن را شکلی از جبران افراطی دانست که هم مردان و هم زنان در موقع احساس عدم کفایت و یا حقارت به آن متوسل می شوند. از این رو می توان گفت که با توجه به هدف نهایی انسان سه مرحله در تفکر او وجود دارد. تهاجمی بودن، مقتدر بودن و برتر بودن. هدف آدلر از تفوق و برتری، احراز مقام اجتماعی یا فروانروائی بر دیگران نیست بلکه منظورش خودشکوفائی و ارتقای خود است. تفوق و برتری طلبی با رشد فیزیکی هماهنگ و همگام است. به عقیده آدلر اصلی ذاتی و پیاست که از نسلی به نسلی دیگر منتقل شود. آدلر معتقد است تلاش برای تفوق و برتری در افراد بصورت‌های مختلف بروز کند. مثلاً فرد روان نژند برای نیل به عزت نفس، قدرت و بزرگ جلوه دادن خویش تلاش می کند. در حالی که فرد عادی برای هدف‌هایی تلاش می کند که در درجه اول ماهیت اجتماعی داشته باشد.

۳) احساس حقارت و مکانیسم جبران: آدلر در آغاز کارش نقص عضو و جبران افراطی را مطرح کرد. همچنین او ملاحظه کرد که شخصی که عضو معیوبی دارد اغلب می کوشد با تقویت آن عضو، از راه تربیت فشرده، آن ضعف را جبران کند. در این موقع آدلر مهتری و کهتری و ناچیزی را با مردانه نبودن و یا زنانگی معادل می دانست و عمل جبرانی آنرا « تعرض مردانه » نامید.

پس از آن با ارائه نظر جامعتری معتقد شد که احساس حقارت از نوعی احساس بی کمالی یا ناتمامی در هر بعد از زندگی ناشی می شود. به نظر آدلر حقارت نشانه غیر عادی بودن نیست بلکه علت تمام پیشرفتها و بهبودیها در زندگی انسان می باشد. جبران مکانیسمی است که به کمک آن فرد احساس حقارت خود را تلافی می کند. مکانیسم جبران چنانچه به صورت افراطی تجلی کند، حالت

مرضی به خود می گیرد و رفتارهای فرد را مختل میکند . به علاقه اجتماعی صدمه میزند و قدرت طلبی را در او فوق العاده تقویت می کند .

۴) علاقه اجتماعی : آدلر در اوایل کار نظریه پردازیش ، هنگامیکه ماهیت تهاجمی انسان و میل به قدرت و سپس نظریه « تعرض مردانه » را به مثابه راهی حبرانی برای غلبه بر ضعف زنانگی مطرح کرد بسیار مورد انتقاد قرار گرفت . به عقیده آدلر علاقه اجتماعی جبران صحیح و مسلم همه ضعفهای طبیعی یک فرد است . آدلر معتقد است که علاقه اجتماعی امری ذاتی است و انسان طبیعتاً مخلوقی اجتماعی است ، نه اینکه از روی عادت اجتماعی شده باشد .

وجود ، یک احساس اجتماعی همگانی است . بطوریکه تمام انسانها را با یکدیگر برابر می کند . احساس اجتماعی ، پایه و اساس تمام پیشرفتهای مهم تمدن است . نقطه مقابل احساس اجتماعی تمایلات و تلاشهایی است که در جهت قدرت شخصی و برتری انجام می گیرد .

آلفرد آدلر



مقدمه

علیرغم این که آدلر و سیستم روانشناسی او تاثیر زیادی در بسیاری از حیطه های روانشناسی و روان پزشکی داشته ،بسیار مورد کم توجهی قرار گرفته است.لذا در این مقاله سعی شده است در حد امکان به بررسی نظرات ادلر و مختصری از زندگی نامه وی پرداخته شود.عمده نظریات بررسی شده در این پژوهش بشرح زیر میباشد:

احساس حقارت ، عقده برتری ، عقده حقارت ، سبک زندگی ، ترتیب تولد ،
علاقه اجتماعی ،تیب های شخصیتی از دیدگاه آدلر ، نیروی خلاق خود و غایت

نگری خیالی . در ادامه به بررسی چگونگی ارزیابی فرد از دیدگاه روانشناسی آدلر شامل نظرات وی در مورد خاطرات اولیه دوران کودکی تعبیر رویا و سایر موارد اشاره میشود و در انتها به برخی تحقیقات انجام شده در مورد نظرات آدلر اشاره شده و در ادامه روش های درمانی وی و در پایان به منظور بازنگری اشکالات این مکتب مطرح میشود.

بدون شک آلفرد آدلر یکی از متفکرانی است که تاثیر قابل ملاحظه ای بر علوم روانشناسی و روان پزشکی داشته است. با این وجود نظرات وی آنگونه که شایسته است در مجامع علمی مورد توجه قرار نگرفته است. همچنین او به دلیل دارا بودن نگرشی اجتماعی تاثیر بسزایی بر جنبش های اجتماعی زمان خود از جمله قوانین مربوط به حقوق زنان و برابری دو جنس داشته است. آدلر دارای نگرشی فلسفی بوده و مکتب روانشناسی فردی او بر همین اساس بنا شده است. دیدگاه آلفرد آدلر یکی از دو نظریه رقیب فروید میباشد.

زندگی نامه:

وی در سال ۱۸۷۰ (هفتم فوریه) در یکی از حومه های وین در خانواده ای یهودی به دنیا آمد. او نیز مانند فروید پسر یک بازرگان متوسط الحال بود اما از آنجا که فروید در محله ای یهودی بزرگ شده بود همیشه خود را عضوی از یک اقلیت زجر دیده میدید ولی آدلر به وضوح زمینه نژادی خود را رها کرد. در کل لهجه و نگرش او بیشتر وینی بود تا یهودی. در حقیقت آدلر در بزرگسالی به کیش پروتستان گروید.

آدلر در دوران کودکی به بیماری های مختلفی نظیر راشیتیس و اسپاسم ناحیه حلق و حنجره مبتلا بود. وقتی که سه ساله بود برادر کوچکترش در رختخواب کنار وی

مرد. سال بعد دچار بیماری ذات الریه شد و تا نزدیکی مرگ رفت. وقتی که شنید که دکتر به پدرش میگوید بچه شما از دست رفته است تصمیم گرفت که دکتر شود. آدلر دو بار در کودکی دوچار سانحه تصادف شد که او را تا سر حد مرگ پیش برد. او رشد فیزیکی خوبی نداشت و از این لحاظ به برادر بزرگترش که قوی بنیه و سالم بود حسادت میکرد و به دلیل همین ضعف هایش مادرش او را لوس کرده بود. اما وقتی برادر کوچکترش به دنیا آمد آدلر از جانب مادرش طرد شد. او در دوران مدرسه دانش آموز ضعیفی بود تا جایی که معلم ریاضی به پدرش توصیه کرد که او را در نزد یک کفاش به شاگردی بگمارد. آینده ای که برای آدلر وحشتناک می نمود. پس در صدد جبران بر آمد. مدتی بعد وضعیت تحصیلی او رو به بهبودی رفت و در بزرگسالی برای تحقق بخشیدن به آرزوی کودکی خود به تحصیل پزشکی در دانشگاه وین پرداخت و به عنوان چشم پزشک آغاز به کار کرد. وی از ۱۹۰۲ تا ۱۹۱۱ عضو حلقه فعال خصوصی کسانی بود که گرداگرد فروید بودند. اما به زودی شروع به رشد و گسترش اندیشه هایش کرد. اندیشه هایی که که مخالف افکار فروید و دیگر همکاران نظریه روان تحلیل گری بود. فروید به رویگردانی آدلر با عصبانیت واکنش نشان داد. وی آدلر را نفرت انگیز نابهنجار و پارانویید توصیف کرد و نظریه او را بی ارزش دانست.

آدلر در ۱۹۱۲ انجمن روانشناسی فرد نگر را دایر کرد. پس از جنگ جهانی دوم دولت اتریش از آدلر خواست که مرکز راهنمایی کودک را در مدارس راهنمایی سازمان دهد تا در انجا کودکان مشکل دار بتوانند با والدینشان تحت مشاوره قرار گیرند. این تلاش پیشگامانه در راستای هدفی بود که امروزه به روان پزشکی اجتماعی معروف است. آدلر سخنرانی خودانگیخته، مردم پسند و خستگی ناپذیر بود. وی در ۲۸ مه ۱۹۳۷ در مسافرتی که به منظور سخنرانی در آبردین اسکاتلند انجام داد به گونه ی ناگهانی در گذشت.

روونا وانشاگر که بسیاری از نوشته های آدلر را ویراستاری کردند او را اینگونه توصیف کردند:

« از نظر جسمی چاق اما حرکاتش سریع بود. صدایی ملایم، نگرشی دوستانه و چشمانی نافذ داشت. خوش برخورد و اجتماعی بود و هنر را دوست داشتودر رابطه درمانی اش آرامش بخش، پذیرنده و تشویق کننده بود. »

آدلر در مقام یک نویسنده پر کار حدود ۳۰۰ کتاب و مقاله در طول زندگی خویش منتشر کرد.

کتاب تجربه و نظریه های روانشناسی فردی (۱۹۲۷) شاید معروف ترین کتاب اوست و در میان کتاب های مهم دیگری که ترجمه آن در دست است میتوان به موارد زیر اشاره کرد:

ساخت روان رنجوری (۱۹۲۷)، مطالعه حقارت عضوی و جبران روانی آن (۱۹۱۷)، فهم ماهیت انسان (۱۹۲۷)، علم حیات (۱۹۲۹)، الگوی زندگی (۱۹۳۰)، زندگی باید برای شما چه معنایی داشته باشد (۱۹۳۱) و علاقه اجتماعی، چالشی برای نوع انسان (۱۹۳۹).

ویژگی های اصلی نظریه آدلر:

اساس نظریه آدلر در کتاب معروف جنبه نظری و علمی روانشناسی فردی که در سال ۱۹۲۸ انتشار یافت توضیح داده شده است. آدلر بر خلاف فروید که گزینه را عامل اصلی رفتار میدانست و بر خلاف یونگ که صورت های ازلی را رهبر انسان میدانست بر جنبه اجتماعی بودن انسان تاکید می ورزید. وی همچنین دلیل اصلی انرژی و انگیزه های بشری را میل به قدرت می دانست و با عدم پذیرفتن مرز

مشخص بین خود آگاه و تاخود آگاه مکانیسم واپس زنی فروید را رد کرد و همچنین امیال پرخاشگرانه را جانشین امیال جنسی که مورد تایید فروید بود کرد.

ویژگی های اصلی نظریه فروی به شرح زیر است:

احساس حقارت:

یکی از مفاهیم اولیه که آدلر ارایه نمود احساس حقارت بود. او ابتدا مفهومی کاملاً انتزاعی از احساس حقارت داشت که ریشه آن عمدتاً در نقایص جسمانی بود ولی بعد ها این مفهوم را گسترده تر کرد. چرا که این احساس می تواند مرتبط با برخی از موقعیت های خانوادگی باشد.

علل احساس حقارت را می توان اجمالاً به سه دسته تقسیم کرد :

۱- محیط :

عامل اصلی که موجب احساس حقارت می شود، محیط خانواده از اهم آن است. مقایسه های نادرست، فرزندان بزرگ را بچه پنداشتن، تحقیر کردن، دامن زدن به رقابت ها، زیاده از حد از فرزند خواستن و از سویی دیگر نازپروردگی همگی از عواملی هستند که موجب ایجاد احساس خود کهتری می شوند. در وهله نخست محیط خانوادگی غالباً نقش مساعدی ایفا می نماید و احساس کهتری را که در بدو امری عادی است به طرز نامطلوبی تند و تیز می کند.

مساله اکثر پدران و مادران خود خواه و مغرور که می خواهند حتماً فرزند آنان در شمار نوابغ باشد مرتباً او را با سایر افراد خانواده و یا فرزندان همسایه و یا دوستان درخشانتر او مقایسه می کنند و او را در عذاب سرزندی می گذارند که چرا همسان و همتراز آنان نیست. گاهی برادران و خواهران بزرگتر، خواهر یا برادر

کوچک خود را دائماً به چه می پندارند و آنان را هیچ می شمارند و خصوصاً اگر با استعداد تر باشند آن وقت بر اساس یک نوع حسادت ناآگاهانه دائماً ایشان را تحقیر می کنند .

بطور کلی نباید از انسان بیش از آنچه در توانایی اوست، انتظار داشت در غیر این صورت همواره محکوم به قبول این فکر است که هیچ گاه نتیجه رضایت بخشی بدست نیاورده و از کوشش خود حاصلی بر نگرفته است. مهم تر آنکه احساس می کنند، تنها دیگران راضی نمی نماید بلکه رضایت خاطر خود را نیز فراهم نیاورده است و در نتیجه هر بار عمیق تر از پیش این مساله در ذهن وی ریشه می دواند که از سطح و طراز عادی و طبیعی پایین تر است .

همچنین اگر به فردی در آغاز زندگی این فرصت داده شود که در موقعیت های بسیار آسانی مرتباً غوطه ور گردد این حالت نیز بر خلاف انتظار وی را به سوی کهتری هدایت می کند زیرا آنچه که احساس اعتمادی که بدین ترتیب بدست آورده است در برابر موقعیت های جدید متزلزل شود آن وقت احساس می کند که تا آن زمان در اشتباه به سر می برده و دریچه چشم او بر روی حقایق گشوده می شود. بدین دلیل و به دلایلی نظیر آن، کودکانی که در خانه عزیز دردانه اند و پدر و مادر پروانه وار به دور آنان می چرخند، غالباً با احساس کهتری رو به رو می شوند. زیرا پس از بهشتی که در آن سرمست بسر برده اند، اولین روز مدرسه برای آنان آغاز مصیبت بزرگی است انگار از بهشت به دوزخ عدم گذاشته اند. در واقع اینها در اولین برخورد با محیط خارج از خانواده چون نمی توانند به توقعات محیط جدید پاسخ دهند و خویش را سازگار نمایند، احساس کهتری می کنند .

۲- کهتری واقعی بدنی یا روانی :

کودکانی که نقایص جسمانی و بدنی دارند و از معلولیت ها در رنج می باشند، مورد ناراحتی والدین و تحقیر همکلاسان و دوستان واقع می شوند که می تواند به احساس حقارت بدنی یا روانی منجر شود. یک نقص عضو ممکن است بسیار ناچیز باشد اما چگونگی برداشت و اهمیت دادن به آن برای طفل مهم است .

۳- محرومیت از محبت و به خود رها شدگی :

آدلر تاکید فراوانی به این جنبه می نماید که بیانگر اهمیت و نقش عامل نخستین (محیط) است. مادر باید در برداشت عاطفی کودک، به عنوان پشتوانه امنیت خاطر و جلب اعتماد تو قرار گیرد. از محبت مادرانی که جوانه احساس همبستگی و تعاون بارور می شود.

آدلر احساس حقارت را کاملا طبیعی میداند و معتقد است که انسان بودن یعنی احساس حقارت داشتن که بصورت ثابت و فعال فرد را بسوی کمال و شدن بر می انگیزد.

نکته غیر طبیعی و نابهنجار تبدیل احساس حقارت به عقده حقارت می باشد، دین معنا که فرد برای رفع نقص ها، ضعف ها و کاهش احساس حقارت اش به جستجوی جبران نا توانی ها و نقص ها بر آید که در اکثر موارد راه های غیر سالم و بعضا ضد اجتماعی را بر می انگیزد.

عقده برتری:

منبع عقده هر چه که باشد فرد ممکن است جبران افراطی کند و چیزی را که آدلر عقده ی برتری نامید پرورش دهد فرد در این حالت درباره ی توانایی ها و موفقیت های خود اغراق میکند چنین فردی ممکن است در درون احساس رضایت و برتری کند و نیازی به آشکار نمودن برتری خود با دستاوردها و موفقیتها نشان ندهد. یا اینکه ممکن است چنین نیازی را احساس کرده و بکوشد تا شدیداً موفق شود در هر دو مورد کسی که عقده ی برتری دارد خودستایی میکند تکبر دارد و خود خواه است و به تحقیر دیگران گرایش دارد. میتوان تصور کرد که چنین فردی خویشتن پذیری بسیار کمی دارد (بمعنای کوتاه نظری نسبت به خود) و تنها از طریق تحمیل به دیگران است که می تواند احساس مهم بودن بکند.

تلاش برای برتری جویی:

آدلر در سال ۱۹۰۸ اعتقاد داشت که شدید ترین نیروی پویا که بر رفتار فرد فرمان میراند پرخاشگری است، یعنی شروعی نیرومند برای غلبه بر موانع. اما بعد از مدتی اندیشه تکانه پرخاشگری را به سود مفهوم قدرت خواهی کنار گذاشت. در این مفهوم زنانگی برابر با ضعف و مردانگی برابر با قدرت تعبیر میشود. در این مرحله آدلر اندیشه اعتراض مردانه را مطرح کرد. این مفهوم اشاره به شکلی از جبران مفرط دارد که هر دو جنس برای از میان برداشتن احساس بی کفایتی و حقارت به کار میگیرند. اما در سال ۱۹۱۲ مفهوم اعتراض مردانه را به عنوان یک توضیح رضایت بخش برای انگیزش افراد بهنجار کنار میگذارد و گسترش می دهد که افراد را در حال تلاش برای برتری جویی به تصویر میکشد.

آدلر در سال های آخر زندگی چنین نتیجه میگیرد که تلاش برای برتری جویی حقیقت بنیادی زندگی انسان است ((چیزی که زندگی بدون آن غیر قابل تصور خواهد بود))

آدلر در هر پدیده روانی تلاش برای برتری جویی را امری آشکار می داند . وی این پدیده را موازی با رشد جسمی دانسته و از آن به عنوان یک ضرورت کاملاً ذاتی در زندگی یاد می کند . به نظر وی این مفهوم همتراز با مفهوم کمال است و کمال عبارتست از نوعی چیرگی ، تکاپویی رو به بالا ، یک افزایش ، یک انگیزش از پایین به بالا یا نیروی محرکه ای از کاهش به سوی افزایش .

آدلر دو نکته دیگر را در تلاش برای برتری یادآوری می کند . نخست ، این تلاش در جهت افزایش تنش عمل می کند تا جهت کاهش آن . برخلاف فروید ، آدلر انگیزه اصلی ما را تلاش در جهت کاهش تنش و حفظ حالت خنثی و فارغ از تنش نمی داند . تلاش برای کمال یا مفاهیم مرتبط با آن از قبیل به سوی بالا و به جلو ، مستلزم صرف تلاش و انرژی بسیاری است . دوم اینکه هم فرد و هم جامعه تلاش برای برتری را به نمایش می گذارد .

آدلر تلاش برای برتری را بعنوان واقعیت اساسی زندگی توصیف کرد.

غایت نگری خیالی:

آدلر پس از جدایی از فروید و استفاده از عقاید وی هینگر ، مبنی بر اینکه زندگی بشر مجموعه ای از افکار تخیلی است که در عالم واقعیت وجود خارجی ندارند ، اعتقاد بر آن پیدا کرد که محرک اصلی رفتار بشر ، هدفها و انتظارات او از آینده است . در این زمینه می توان گفت که روانشناسی فروید بر اساس قانون علیت بنا

شده است ولی روانشناسی فردی بر اصل فینالیزم یا توصیف اعمال از راه تشخیص هدف (غایت گرایی) استوار است . به عقیده آدلر انسان سالم قادر است خود را از قید و بند این تخیلات رها کند و به هنگام لزوم با واقعیات روبرو شود . در حالیکه فرد روان نژند به این کار قادر نیست و همواره در خیال پردازیهای خود غوطه ور است . در نظر آدلر هدفهای تخیلی علت ذهنی رویدادهای روانی هستند .

پیش فرض پیروان آدلر آن است که هدف روان تأمین برتری است . هدف هر فردی در ماههای اولیهٔ زندگیش در کودکی شکل می گیرد و تحت تأثیر محیط تعیین می شود . هر یک از ما فقط آن چیزی را ارزش می نهد که متناسب با هدف اوست . بدون درک روشنی از هدف نهایی فرد ، درک واقعی رفتار او غیر ممکن است و نیز ، تا ندانیم که کل فعالیت فرد تحت تأثیر هدفش قرار دارد ، نمی توانیم هیچ یک از جنبه های رفتار او در نتیجه کل شخصیت او را ارزشیابی کنیم .

غایت نگری از مفاهیم عمده مکتب آدلر می باشد و به معنای نگرشی مشاهده گر بسمت جلو است. آدلر اصطلاح غایت نگری را به این صورت بکار برد که ما هدفی اساسی داریم که باید به سمت آن پیش برویم. ما برای مفاهیم انتزاعی ذهنمان تلاش میکنیم نه آنچه که عینی است و در عالم واقع وجود دارد. آدلر تاکید می کند که اهداف نا خود آگاه فرد در شکل دهی آینده فرد نقش مهمی دارند. از نظر او آنچه که در شکل دهی آینده او نقش مهمی دارد اتفاقاتی نیست که قبلا افتاده بلکه آن چیزی است که فرد دوست دارد که انجام شود یعنی دورنمایی که فرد در نظر دارد میتواند بر آینده او اثر بگذارد. اینجا یکی از تفاوت های آدلر با فروید مشخص میشود زیرا که برای فروید اتفاقاتی که در گذشته اتفاق افتاده است تعیین کننده حال است ولیکن آدلر انگیزش را حرکت بسمت آینده می داند.

پس همه ما یک هدف نهایی داریم و به سمت آن حرکت می کنیم. بسیاری از این هدف ها خیالی اند یعنی نمیتوان آنها را در جهان واقعی آزمود.

علاقه اجتماعی:

به عقیده ی آدلر علاقه ی اجتماعی، جبران صحیح و مسلم همه ی ضعف های طبیعی یک فرد است. استعدادی ذاتی برای همکاری با دیگران جهت رسیدن به اهداف شخصی و اجتماعی است که از طریق تجارب یاد گیری در دوره کودکی رشد می کند. آدلر معتقد است که علاقه ی اجتماعی امری ذاتی است و انسان به طور ذاتی مخلوقی اجتماعی است، نه اینکه از روی عادت اجتماعی شده باشد. از نظر او، هر شخص پیش از هر چیز یک موجود اجتماعی و نه زیستی است؛ شخصیت مادر اثر محیط و تعامل های اجتماعی فردی شکل می گیرد، نه در اثر نیازهای زیستی و تلاش پیوسته ما برای ارضای آنها. وجود یک احساس اجتماعی همگانی است. به طوری که تمام انسان ها را با یکدیگر برابر می کند. احساس اجتماعی، پایه و اساس تمام پیشرفت های مهم تمدن است. نقطه ی مقابل احساس اجتماعی، تمایلات و تلاش هایی است که در جهت قدرت شخصی و برتری انجام می گیرد.

به نظر آدلر شخصیت های بیمار گونه آنهایی هستند که نتوانسته اند به شیوه ای که از لحاظ اجتماعی سازنده است، به برتری برسند. این شخصیت ها از خانواده هایی به وجود می آیند که رقابت، بی توجهی، سلطه گری، بهره کشی، یا لوس کردن بر آنها حکم فرماست و تمام این ها، از علاقه اجتماعی جلوگیری می کنند. فرزندان این خانواده ها با صدمه زدن به دیگران، برای زندگی کامل تر تلاش می کنند. کودکانی که از علاقه اجتماعی منع شده اند برای رسیدن به برتری یکی از این چهار هدف خودخواهانه را انتخاب می کنند: محبت خواهی، قدرت طلبی، انتقام جویی، و اعتراف به نارسایی و شکست. از دید آدلر مشکلات ارتباط، اصولاً مشکلات همکاری هستند. ارتباط کار آمد بنابر ماهیت آنها نوعی مشترک است. اگر کسی به خاطر تمایلات شخصی از دادن اطلاعات خود داری کند، یا اگر کسی

برای کسب امتیاز رقابت طلبانه اطلاعات گمراه کننده بدهد، ارتباط دچار تعارض خودهد شد. زوج هایی که بر سر رقابت، مثل رقابت نقش جنسی، با هم تعارض دارند، با اینکه هر یک می توانند با دوست یا هم جنس خود ارتباط خوبی داشته باشند. اغلب از مشکلات موجود در ارتباط با یکدیگر شاکی هستند.

اهمیت علاقه اجتماعی:

از نظر آدلر، علاقه اجتماعی تنها مقیاسی است که می توان برای قضاوت کردن ارزش یک نفر بکار برد. شکل زیر نشان میدهد که چگونه این نیروی تلاش فطری همراه با نقایص جسمانی اجتناب ناپذیر، احساس همگانی حقارت را ایجاد میکند که می تواند اغراق آمیز یا طبیعی باشد. احساس های حقارت آمیز به سبک زندگی روان رنجور می انجامد در حالی که احساس های طبیعی ناقص بودن به سبک زندگی روان رنجور می انجامد در حالی که احساس طبیعی ناقص بودن سبک زندگی سالم را بیار می آورد

نیروی تلاش فطری نقایص جسمانی احساس های حقارت

احساس های طبیعی ناقص احساس های اغرق آمیز

علاقه اجتماعی موفقیت شخصی سبک زندگی

هریک از افراد برای رسیدن به کمال به شیوه ای خاص رفتار می کنند تا به وسیله آن، احساس حقارت واقعی یا خیالی خود را جبران کنند. الگو های منحصر بفردی از خصوصیات، رفتار ها و عادت ها را پرورش میدهم که آدلر آن را سبک زندگی نامید. او معتقد بود که سبک زندگی در سنین ۴ یا ۵ سالگی شکل

میگیرد. شیوه زندگی، ترکیبی مشخص و منحصر به فرد از انگیزه ها ، خصلت ها ، علایق و ارزش هست که در هر عملی که فرد انجام می دهد تجلی می شود که تعیین کننده نحوه اندیشیدن ، آموختن و رفتار کردن است. بنابراین این طرح از پیش تعیین شده که زیر بنای تمام زندگی روانی را تشکیل می دهد و تمام رفتار فرد از آن نشات می گیرد، در سال ای نخست زندگی فراهم می شود که نقطه عطف آن بر نحوه کیفیت روابط پدر و مادر و کودک استوار می شود. رابطه بین مادر و کودک، تماس بدنی و روانی به هنگام شستشو نظافت و لبخندها و واکنش های کودک، در تحکیم روابط مادر و کودک بسیار اساسی است. در این مقطع زمانی، شرایط باید به گونه ای فراهم شود که فرد متوجه ارزش شخصی و قدرت خویش شود و در نتیجه آن تمایل به تسلط یافتن که در نهاد هر کسی نهفته است ارضا می گردد. موفقیت ها ، توانایی ها و عمل چیزی جز اثبات شخصیت و احساس مهمتری نیست.

در شکل گیری شیوه زندگی اجزا زیر نقش دارند:

۱. چگونگی برخورد مراقبین اولیه با کودک.

۲. فهم فرد از احساس حقارت خویش و چگونگی مواجهه با آن: مثلا واکنش سه کودک از دیدن شیر متفاوت است. یکی میگوید خیلی ترسیدم زود به خانه برویم. دومی خود را بی تفاوت نشان میدهد و سومی می خواهد به جنگ با شیر برود.

راه های شناخت سبک زندگی فرد:

آدلر بارها تاکید کرده است که طفولیت و اوایل کودکی سال های تکوینی است یعنی دوره ای که سبک زندگی اولیه ما بنا می شود. او یاد آور می شود که ماهیت

سبک زندگی بستگی به تعامل ما با والدین خود دارد یعنی زمانی که تلاش میکنیم تا احساس حقارت خود را جبران کنیم.

برای شناخت سبک زندگی ۲ راه وجود دارد:

۱. بیاد آوردن ابتدایی ترین خاطره دوران کودکی: صحت این خاطرات اهمیتی ندارد. آنچه که مهم است ادراک فرد نسبت به رویداد هایی است که یاد آوری می کند. به اعتقاد آدلر ابتدایی ترین خاطرات که به ذهن می آید با سبک زندگی فرد هماهنگ است اگر این خاطره نا خوشایند باشد احتمالاً سبک زندگی وی دلالت بر نگرشی مخرب و جبری خواهد داشت و اگر این اولین خاطره خوشایند باشد سبک زندگی وی دلالت بر نگرشی سازنده و خوشبینانه نسبت به دیگران نمایان می شود.

۲. شناخت سبک زندگی به وسیله مشاهده فرد به هنگام بحران های شخصی است.

۳. مفهوم فرد از خود: شامل نگرش فرد نسبت به خود است.

۴. خود ایده آل: شامل آن چیزی است که فرد دوست دارد باشد یا بلعکس.

۵. نگرش فرد نسبت به زندگی

۶. اخلاقیات: مجموعه ای از باید ها و نباید ها است که فرد انجام دهد.

تناسب این اجزا با هم بسیار مهم است چرا که عدم تناسب خود باز باعث ایجاد عقده حقارت می شود.

شیوه زندگی یک رفتار مشخص نیست بلکه عامل موثری در شکل دهی رفتار های ماست که در کنار علاقه اجتماعی می تواند باعث ایجاد رفتار های سازنده و یا مخرب شود پس میتوان گفت که سبک زندگی باعث پیش بینی رفتار فرد می شود.

نگرش های سبک زندگی:

آدلر شخصیت را بر حسب دو نکته تقسیم بندی کرده است.

۱. کوشش برای رسیدن به برتری و چگونگی برخورد با وظایف زندگی

۲. سازش و انطباق با اجتماع (علاقه ی اجتماعی)

آدلر مشکلات همگانی را در سه گروه طبقه بندی کرد:

۱. مشکلات مربوط به رفتار ما در قبال دیگران

۲. مشکلات شغلی

۳. مشکلات مربوط به عشق و محبت

وی چهار سبک زندگی را برای حل و فصل این مشکلات مطرح کرد:

۱. تیپ سلطه جو: (تیپ مسلط-حکم فرما): در این نوع تلاش برای رسیدن به برتری زیاد و علاقه اجتماعی کم است. نوع افراطی این تیپ به دیگران حمله کرده و آزارگر، بزهکار و جامعه ستیز است. نوع کمتر خطرناک این تیپ الکلی و معتاد به مواد مخدر شده و یا دست به خود کشی می زند. آنان باور دارند با ضربه زدن به خودشان به دیگران صدمه میزنند. آنان تهاجمی، قاطع، فعال و زرنگند و بر مشکلات زندگی چیره می شوند و در ارتباط با فعالیت های اجتماعی تهدید کننده اند.

۲. تیپ گیرنده: (تکیه دهنده-گیرنده): این افراد برای رسیدن به برتری و علایق اجتماعی تلاش کمی میکنند.دایما انتظار دارند که دیگران نیاز های آنان را بر آورده کنند و فراهم کننده علایقشان باشند.آنان با دنیای خارجی به شیوه ی انگلی ارتباط بر قرار می کنند و برای ارضای اغلب نیاز های خود به دیگران متکی هستند. هجل و زیگلر،(۱۳۷۹). از نظر آدلر تیپ گیرنده رایج ترین تیپ است.

۳. تیپ دوری جو:(اجتناب گر): این افراد به دنبال کسب موفقیت هستند اما سعی می کنند با دور شدن از مشکلات و اجتناب از شکست از آنان دور شوند.تلاش برای رسیدن به برتری در این گروه مشابه گروه قبلی کم و علاقه ی اجتماعی آنان کمتر از گروه قبلی است.

۴. تیپ مفید بحال جامعه: (تیپ سودمند اجتماعی):این نوع شخصیت نمایانگر سلامت روانی در نظام آدلر است.این افراد سعی می کنند مشکلات زندگی را حل کنند و آماده مشارکت با دیگران و چیره شدن بر مسایل زندگی هستند. این افراد به سه وظیفه عمده زندگی یعنی حرفه،دوستی و عشق و ازدواج به دید مسایل اجتماعی نظر می کنند و اعتقاد دارند که حل مشکلات اجتماعی نیاز به همکاری،شهامت شخصی و میل به سهم شدن در آسایش دیگران دارند

آدلر خاطر نشان میکند که هیچ شخصی را نمی توان منحصر با این ۴ نوع شخصیت دانست .هر نوع سنخ شناسی صرف نظر از این که چگونه ممکن است تعریف به نظر آید هرگز نمی توان توصیف صحیحی از سبک زندگی افراد به دست آورد.سر انجام تنها فرد و شیوه منحصر به فرد اوست که اهمیت دارد .با این وجود شناخت نگرش های سبک زندگی میتواند درک رفتار انسان را از دیدگاه آدلر نهسیل کند.

مفهوم اضطراب

اضطراب، یک خصوصیت فوق‌العاده گسترده و همه‌گیر است که از روزهای اول کودکی تا سنین پیری با کودک همراه است. خواست‌های زندگی به اضافه محیط به اضافه تجربه به اضافه فرد برابر است با روان‌نژندی. علایم مرضی فرد روان‌نژند در این بیان است که می‌گوید: "چون من مریضم، از من ساخته نیست". حرکت شخص مضطرب مویده این بیان است که "من نخواهم توانست، زیرا ممکن است عزت‌نفسم آسیب ببیند". او می‌داند که چه چیزی را باید انجام دهد یا احساس کند، ولی نمی‌تواند. آدلر، بر این شخص نام شخصیت "بلی، اما..." را گذاشته است.

اضطراب فراگیر

از نظر پیروان آدلر، اضطراب فراگیر و تنش، عرق کردن، تپش قلب و دیگر نشانه‌های بدنی، معرف ناتوانی مراجع در کنارآمدن با مشکلات هستند. چنین مراجعانی در زندگی شکست خورده‌اند و در تصمیم‌گیری‌های مهم تردید دارند. این مراجعان، احساس حقارت کرده و نمی‌توانند تصمیم بگیرند و یا به دیگران بی‌علاقه‌اند. در سطح بیرونی نیز گاهی دیگران را متوجه اضطراب خود می‌کنند و با ایجاد نگرانی در آنان بابت نشانه‌های اضطرابی خویش درصدد زیر سلطه گرفتن آنان برمی‌آیند.

ترتیب تولد

شاخص تشخیصی دیگر آدلر ترتیب تولد است که در این تبحر زیادی داشت. از جمله که از روی رفتار افراد در مهمانی‌ها دس می‌زد که آنتن رزند چندم خانواده هستند. البته آدلر این عامل را نظیر سایر موارد در شکل‌گیری روش زندگی فرد

موثر می دانست و عقیده داشت که فرد از این موقعیت برای ساختن زندگی خود استفاده میکند. وی در باره ی ۴ موقعیت نوشت: فرزند اول، فرزند دوم، فرزند آخر، تک فرزند.

فرزند اول:

تا مدت ها تنها فرزند خانواده بوده و نقش مرکزی داشته است و حداقل برای مدتی موقعیت بی همتا و حسادت بر انگیزی داشته است. معمولا والدین از تولد وی خوشحالند و زمان زیادی را صرف وی می کنند. در نتیجه این کودکان تا زمانی که فرزند دوم به دنیا بیاید وجود شاد و امنی دارند ولی بهد از پدیدار شدن کودک دوم باید توجه پدر و مادر را با تقسیم احساس محرومیت را تجربه و برای بدست آوردن توجه از دست رفته تلاش کنند که این می تواند مرکز شکل گیری روش زندگی او شود. روشی که گاه سبب شکل گیری مشکلاتی از قبیل مشکلات روان نژند ها یا الکلی ها می شود. این کودک چون توجه قبلی را از مادر نمی گیرد گاه به سمت پدر می رود و گاه منزوی می شود. یعنی سعی می کند که آنچه را که می خواهد به تنهایی بدست آورد و چون بهترین زمان زندگی کودک قبل از تولد فرزند جدید بوده است اغلب به گذشته علاقه ی زیادی دارد و نسبت به آینده بد بین است. البته نتایج سالمی هم امکان پذیر است. گاهی می تواند از والدین یاد بگیرد که چگونه به دیگران توجه کند و نمایی از پدر و مادر شود.

به طور کلی هر چه فرزند اول هنگامی که فرزند دوم وارد می شود بزرگتر باشد عزل کمتری را احساس می کند. فرزندان اول اغلب نقش معلم و رهبر را ایفا می کنند. آنان از نظر عقلانی بیشتر از فرزندان کوچکتر پخته می شوند. علاقه زیادی به حفظ نظم و اقتدار دارند. انسان های با وجدان، وظیفه شناس، خودکامه و محافظه

کار خواهند بود. آدلر معتقد بود که افراد روان رنجور، منحرف، تبهکار اغلب از فرزندان اول هستند.

فرزندان دوم:

در محیطی بزرگ شده اند که در آن مادر توجه اش را بین دو کودک تقسیم کرده است. تو همیشه میخواستی به منافع و شرایط فرزند بزرگتر برسد. وی آنگونه رفتار میکند که انگار در حال مسابقه است، مسابقه ای که در آن یک نفر چند قدم جلوتر از اوست و او عجله دارد مسابقه را ببرد. از مطالب بالا می توان چنین نتیجه گرفت که ویژگی فرزند دوم با رقابت جویی و جاه طلبی زیاد مشخص می شود، سبک زندگی او بر تلاش دائمی در جهت اثبات این نقطه قرار می گیرد که وی بهتر از خواهران و برادران خویش است. به همین دلیل می توان کودک میانی را با ویژگی پیشرفت مدار برای برتری یافتن بر همسیران بزرگتر مشخص کرد. شاید یاد آوری این نکته جالب باشد که آدلر خود نیز فرزند دوم خانواده بوده است.

فرزندان آخر:

در یک خانواده گسترده، هر کودکی با تولد کودک بعدی موقعیت قبلی خود را از دست میدهد و احساس عزل می نماید ولی این برای کودک آخر اتفاق نمی افتد بنابراین کودک آخر همیشه ناز پرورده است. آدلر معتقد بود که بخش قابل ملاحظه ای از کودکان مشکل دار کودک آخر هستند چرا که به علت توجه زیاد خانواده نمی توانند مستقل شوند. کودکان آخر بسیار جاه طلب در عین حال تنبل هستند. اما فرزندان آخر یک مزیت دارند و آن این است که انگیزه شدید برای برتری یافتن بر خواهر و برادر بزرگتر از خود دارند. آدلر به این کودکان لقب جوان ترین کودک جنگنده را میدهد زیرا احتمال زیادی برای اینکه انقلابی شوند وجود دارد. (هجل و زیگلر، ۱۳۷۹). البته بر عکس آن نیز می تواند وجود داشته باشد و

این در صورتی است که فرزندان آخر بیش از حد ناز پرورده باشند و به این باور برسند که نیازی ندارند خودشان چیزی یاد بگیرند. این کودکان وقتی بزرگتر می شوند ممکن است وابستگی کودکی خود را حفظ کنند. این افراد به تلاش و تقلا خو نگرفته اند و عادت کرده اند که از آنان مراقبت شود بنابراین سازگار شدن با بزرگسالی را مشکل می یابند.

تک فرزند:

به علت موقعیتی که در خانواده دارند هیچ گاه تقسیم کردن و رقابت را نمی آموزند، رقیب او پدرش است و به وسیله مادر ناز پرورده می شود. وی توقع ناز پروردگی از همه دارد. وابستگی و خود محوری کیفیت های عمده ی این نوع سبک زندگی است. هر چند تک فرزندی به خودی خود مشکل نیست ولی در غیاب روش های آموزشی مناسب ممکن است نتایج بدی داشته باشد. این کودکان وقتی که متوجه می شوند در زمینه های زندگی خارج از خانواده کانون توجه نیستند دچار مشکلاتی می شوند اگر توانایی های آنان مورد توجه و تایید واقعی قرار نگیرند احتمالاً احساس ناامیدی خواهند کرد. آنان به دلیل این که زمان بیشتری را با والدین میگذرانند اغلب زود پخته می شوند و رفتار و نگرش های بزرگسالان را نشان می دهند.

چشم اندازی بر روان شناسی آدلر:

بسیاری از نظریات آدلر منعکس کننده ی زمینه تجربی، فردی، فلسفه ی اجتماعی و محکومیت های سیاسی اوست. روان شناسی فردی آدلر در بر گیرنده بسیاری از قضاوت های ارزشی است که امکان دارد کسی با آن موافق و یا مخالف باشد اما نمی توان آن را به صورت تجربی مورد آزمایش قرار داد به همین دلیل نمی توان با قاطعیت میزان مفید و یا بی ارزش بودن نظریه آدلر را مورد قضاوت قرار داد.

این وجود روان شناسی فردی آدلر در عین گیرا بودن درست در نقطه ی مقابل صورت بندی گکانیکی فروید و عقاید عرفانی یونگ قرار دارد. نظریات آدلر یک صورتبندی خوش بینانه است مه ویژگی هایی همچون انسان دوستی، نوع پرستی، همکاری، خلاقیت، یگانگی و آگاهی را به بشر ارزانی می دارد. با توجه به این که نظریات آدلر در مورد شخصیت جنبه اجتماعی دارد بنابراین مس تواند به عنوان الگو و راهنما از آن استفاده کرد. شباهت های زیادی بین نظریه آدلر با نظریه راجرز و مازلو وجود دارد اما تفاوت اصلی بین این نظریه پردازان این است که آدلر تمایل برای رسیدن به کمال را فطری و ذاتی نمی داند اما انسان گرایانی مانند راجرز و مازلو آن را یک تمایل فطری می دانند.

بین عقیده ی فروید و آدلر هم تفاوت های زیادی وجود دارد. فروید تمایل اساسی را میل جنسی یا غرایز قلمداد میکرد اما آدلر به جای آن روی تلاش برای رسیدن به کمال و برتری تاکید کند از سوی دیگر فروید کاهش تنش را یک اصل می داند و در این دیدگاه انسان دایما در تلاش است که تنش خود را کاهش دهد. اما آدلر این نکته را نمی پذیرد و اعتقاد دارد که انسان ها در تلاش هستند تا تنش خود را افزایش دهند.

تحقیقات مرتبط با نظرات آدلر:

۱. رویا ها: مشابه نظرات آدلر در تحقیقات مشاهده شده درصد زیادی از رویا ها مربوط به مسایل جاری هستند.

۲. خاطرات اولیه: در تحقیقات بین خاطرات اولیه و برخی از اختلالات روانشناسی نوعی هم خوانی مشاهده شده است.

۳. علاقه اجتماعی: روانشناسان آزمونی به نام مقیاس علاقه اجتماعی (sis) ابداع کرده اند که دز آن فرد باید بین یک جفت کلمه، کلمه ای را انتخاب کند که آن چیزی را که او دوست دارد بهتر توصیف میکند. انتخاب کلماتی نظیر سودمند، همدلانه و با ملاحظه این امر را نشان می دهد. همچنین آزمون دیگری به عنوان شاخص علاقه ی اجتماعی (SII) وجود دارد که در آن افراد در مورد خصوصیات شخصی خود قضاوت میکنند و بدان درجه می دهند. مطالعات نشان دهنده ی وجود ارتباط مستقیم بین علاقه ی اجتماعی و درجه انطباق فرد است. همچنین این افراد قدرت خود شکوفایی بیشتری دارند.

۴. ترتیب تولد: در تحقیقات مشخص شده است فرزندان اول دستاورد های بیشتری در زمینه های مختلف وجود دارد به علاوه بین بچه اول و تک فرزندان شباهت وجود دارد. به علاوه بین بچه اول و تک فرزندان شباهت وجود دارد و هر دو اغلب شخصیت تیپ A و مستعد بروز بیماری های قلبی هستند. اغلب بچه های آخر محبوب ترند ولی احتمال الکی شدن آنها بیشتر است.

مراحل و تکنیک های درمان آدلری

فنون آدلری برای کمک به مددجویان، بسیار متعدد و متنوع است. مراحل راهبردهای عملی و تکنیک های هر مرحله بدین شرح است:

مرحله اول: ایجاد رابطه

برای ایجاد رابطه به منظور تسهیل حرکت به سوی اهداف این مرحله (ایجاد اعتماد متقابل، تعهد به اهداف، ایجاد فرضیات آموزشی درباره رفتار مراجع و شناسایی

نگرش‌ها، افکار و رفتارهای مراجع که می‌تواند در رابطه مشاوره‌ای دخالت داشته باشند)، تکنیک‌های زیر به کار می‌رود:

۱. رفتار توأم با توجه و گوش دادن با دقت، مشتمل است بر تماس خوب چشمی، حالتی آرام که همراه با فعالیت و درگیری است و اظهارنظرهایی که مستقیماً از گفته‌های مراجع نشأت می‌گیرد.

۲. بستن یک قرارداد، مراجع را نسبت به اهداف مشاوره متعهد می‌کند که به وضوح انتظارات و اهداف مراجع و همچنین برنامه مشاور را برای کمک مشخص می‌کند.

۳. در گوش دادن بازتابشی، درمانگر نه تنها به کلمات و سخنان مددجو گوش فرا می‌دهد، بلکه می‌کوشد تا احساس‌هایی را که در ورای جمله‌ها و کلمات بیان شده از طرف مددجو وجود دارد، حس کند.

۴. استفاده از سکوت به معنی آن است که مشاور، سکوت را بدون آنکه مضطرب شود، بپذیرد. این کار به مراجع کمک می‌کند تا مسئولیت خود را برای شروع صحبت و در میان گذاشتن نگرانی‌های خود بشناسد.

۵. ارتباط غیرکلامی مانند حالت چهره، حالت بدن، سفت کردن عضلات، آهنگ و زیروبمی صدا و سرعت نفس کشیدن می‌تواند به اندازه ارتباطات کلامی مهم باشد. مشاور، پس از اینکه چندین بار حالت‌های غیرکلامی را مشاهده نمود براساس آنها استنباط کرده و می‌گوید: به نظر می‌رسد که برایت مشکل است در این مورد صحبت کنی.

مرحله دوم: ارزیابی، درک، تشخیص و طبقه‌بندی مشکلات

این مرحله دارای دو هدف عمده است: درک شیوه زندگی مراجع و اینکه چگونه این شیوه زندگی کارکرد فعلی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در این مرحله دو تکنیک متفاوت وجود دارد که می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد

۱. خاطرات قدیمی: آدلر، برای آگاهی از شخصیت بیماران از آنها می‌خواست خاطرات قدیمی خود را تعریف کنند. گرچه او باور داشت که خاطرات یادآوری شده، سرخ‌هایی را برای آگاهی یافتن از سبک زندگی بیماران در اختیار می‌گذارند، اما معتقد نبود که این خاطرات تأثیر تعیین‌کننده‌ای دارند.

۲. رویاها: سبک زندگی فرد در رویاها نیز منعکس می‌شود. آدلر، با عقیده فروید مبنی بر اینکه رویاها ابراز امیال کودکانه هستند، مخالف بود؛ در عوض، او رویاها را آینده‌نگر می‌دانست و باور داشت که سرخ‌هایی را برای حل کردن مشکلات آینده در اختیار می‌گذارند. مراحل تشخیص مشکلات عبارتند از:

الف. توضیح: عبارت است از فرایند بررسی گفته‌های مراجع به منظور اطمینان یافتن از اینکه مشاور، مفاهیم مراجع را به همان‌گونه‌ای که وی در نظر دارد متوجه شده و درک کرده است.

ب. تفسیر: مشاور، می‌تواند با یاری گرفتن از فن تفسیر، امکان کامل‌تر یا روشن‌تر شدن ظن‌ها و فرضیه‌ها را فراهم سازد. مشاور، می‌کوشد با استفاده از شیوه‌ی تفسیر کردن، دلایل اصلی رفتار مددجو را روشن سازد. در این موارد، پاسخ مشاور به صورت آزمایشی و غیرقطعی بیان می‌شود تا مددجو مقاومت نشان ندهد. مشاور، در هنگام استفاده از شیوه‌ی تفسیر، می‌کوشد تا چراهای رفتار مددجو را بیش از هنگامی که فنون دیگر را به کار گیرد، روشن سازد. تفسیر باید در زمان مناسب و هنگام ارزیابی یا آزمایش قرار گیرد که:

• مددجو، آمادگی آن را پیدا کرده باشد.

• مددجو، بتواند آن را با هدف‌های خیالی خود همخوان احساس کند.

• مددجو، قادر باشد از آن برای توجه نشان دادن و استفاده از شیوه‌های جدید رفتار، استفاده کند.

ج. مواجهه: مشاور، در به‌کارگیری فن مواجهه، می‌کوشد با شیوه‌ای غیرتنبیهی، همه ناهمخوانی‌ها و تفاوت‌های بین آنچه مددجو می‌گوید و آنچه انجام می‌دهد را مشخص ساخته و درباره‌ی این ناهمخوانی‌ها با او به گفتگو پردازد.

د. درک یا فهم خویشتن: درست در موقعی که مددجو، هدف‌های خیالی خود را درک می‌کند و می‌خواهد درباره‌ی آن کاری انجام دهد، مشاور فهرستی از علایم توقف ذهنی را در اختیار او قرار می‌دهد. در اختیار داشتن این فهرست به مددجو امکان می‌دهد تا در حین انجام چنین رفتارهایی، متوجه عمل خود شود و بدون متهم کردن خود یا دیگری و بدون داشتن احساس گناه، از رفتار غیرمنطقی خویش دست بردارد. مددجو باید به دفعات مختلف به تمرین فن درک یا فهم خویشتن پردازد تا این توانایی را پیدا کند که برخلاف تمرینات اولیه، سریع‌تر متوجه رفتار خود شود.

ه. سوال: آدلر، از آن جهت سوال می‌کرد که تشخیص دهد آیا مشکل شخص دارای ریشه ارگانیکی است یا کارکردی.

مرحله سوم: آشناسازی مجدد

در این مرحله، مشاور و مراجع با یکدیگر کار می‌کنند تا مراجع، دیدگاه موثرتری نسبت به زندگی داشته باشد. انواع راهبردهای آشناسازی مجدد، مشتمل است بر:

۱. فوریت: به معنی آن است که مراجعان بتوانند در هر لحظه از درمان، تجربه خود را ابراز نمایند.

۲. فن متناقض: در این فن، از مراجعان خواسته می‌شود نشانه‌هایشان را تشدید کنند. برای مثال، به کسی که وسواس دست شستن دارد، می‌گویند دستش را بیشتر بشوید.

۳. تعیین تکلیف و تعهد: گاهی مراجع و درمانگر روی برخی اقدامات به توافق می‌رسند. پس از انتخاب اقدام مورد نظر، بهترین راه اجرای آن را مشخص می‌کنند. بهترین راه آن است که کوتاه و شانس موفقیت در آن زیاد باشد. به این ترتیب، درمانگر راحت‌تر می‌تواند مراجع را دلگرم کند. در صورت عدم موفقیت نیز درمانگر و مراجع سعی می‌کنند تغییراتی بدهند که اقدام مورد نظر موثرتر شود.

۴. تکلیف منزل: پیروان آدلر غالباً به مراجعان تکلیف منزل می‌دهند. تکلیف‌هایی که آنان می‌دهند، معمولاً ساده‌اند و بین جلسات درمان اجرا می‌شوند. درمانگران در تکلیف دادن به مراجعان خیلی دقت می‌کنند. بعضی از درمانگرها هر هفته به مراجعان تکلیف می‌دهند.

۵. تف انداختن در غذای مراجع: مشاوران، رفتارهای مراجعان را می‌سنجند و اظهارنظرهایی می‌کنند تا جذابیت رفتار آنها را کم کنند. مثلاً وقتی مادر پولداری می‌گوید وقت و پول زیادی صرف فرزندانش می‌کند، درمانگر، به آن زن نمی‌گوید آن رفتار را انجام ندهد بلکه جذابیت آن رفتار را کم می‌کند.

۶. فن تکمه‌ای: در این فن، از مراجعان خواسته می‌شود که چشمان خود را ببندند و یک واقعه خوشایند را به یاد آورند و بعد از آن یک موضوع ناخوشایند و دوباره صحنه خوشایند قبلی را تجسم کنند. این فن به مراجعان نشان می‌دهد قدرت تغییر احساسشان را دارند.

۷. حل مشکل و تصمیم‌گیری: مشاور و مراجع هدف‌ها را تنظیم و راه‌های مختلف را بررسی می‌کنند و آن وقت موثرترین شیوه را اجرا می‌نمایند.

۸. علاقه یا احساس اجتماعی: علاقه اجتماعی، چیزی نیست که بتوان یاد داد بلکه چیزی است که از طریق فعالیت و ارتباط بین مراجع و درمانگر به وجود می‌آید. این علاقه، در وهله اول از طریق پذیرش کلامی و غیرکلامی به مراجع منتقل می‌شود و هنگامی که درمانگر، نقش یک الگو برای مراجع را دارد شدت می‌یابد. علاقه اجتماعی، به روش سومی نیز شدت می‌یابد و آن هنگامی است که درمانگر به مراجع کمک می‌کند تا او به ارزش خود به عنوان یک انسان و ارزش دیگران پی ببرد.

انتقادات وارده بر نظریه آدلر

با اینکه عقاید آدلر مقبولیت عام یافت ولی شهرت آدلر بعد از مرگ او در سال ۱۹۳۷ افت کرد و بعداً کمتر از خدمات او تجلیل شد. مفاهیم متعددی از نظریه‌ی او اقتباس شده، بدون آنکه به آن اعتراف شده باشد. نمونه‌ای از این فقدان شهرت را می‌توان در آگهی ترحیم زیگموند فروید در روزنامه تایمز لندن یافت که از فروید به عنوان مبتکر اصطلاح عقده‌ی حقارت نام برد.

با اینکه نظریه‌ی آدلر بسیار بانفوذ بود اما منتقدانی نیز داشت. فروید، این اتهام را به آدلر زد که روان‌شناسی او ساده‌انگاری بیش از حد است و به این علت برای خیلی از افراد جالب است که ماهیت پیچیده ناهشیار را حذف کرده، مفاهیم دشوار ندارد و مسایل جنسی را نادیده گرفته است. فروید، اظهار داشت که برای آگاهی از روانکاوی او ۲ سال یا قدری بیشتر زمان لازم است، در حالی که عقاید و فنون آدلر را می‌توان به راحتی ظرف دو هفته یاد گرفت؛ زیرا در نظریه‌ی آدلر چیز چندانی برای دانستن وجود ندارد. اتهام دیگر این است که به نظر می‌رسد مفاهیم آدلر قویاً بر مشاهدات عقل سلیم از زندگی روزمره استوار هستند.

آیا روان‌شناسی فردنگر، همسانی درونی دارد؟ آیا اصطلاحاتی را دربردارد که به صورت عملیاتی تعریف شده باشند؟ نظریه‌ی آدلر فاقد تعریف‌های عملیاتی دقیق است. اصطلاحاتی چون هدف برتری و نیروی خلاق، تعریف علمی ندارد. اصطلاح نیروی خلاق بسیار موهوم است. این نیروی سحرآمیز چیست که مواد خام وراثت و محیط را می‌گیرد و شخصیت منحصر به فردی را از آن شکل می‌دهد؟ متأسفانه، روان‌شناسی فردنگر تا اندازه‌ای فلسفی است و حتی اخلاق‌باورانه است و برای این سوال‌ها جوابی ندارد. بنابراین، به خاطر فقدان تعاریف عملیاتی، روان‌شناسی فردنگر به لحاظ همسانی درونی، ضعیف ارزیابی می‌شود. آخرین ملاک برای نظریه‌ی مفید، سادگی یا ایجاز است. روان‌شناسی فردنگر، از این نظر، متوسط ارزیابی می‌شود.

منتقدان، آدلر را متهم می‌کنند به اینکه از لحاظ تفکر بی‌ثبات و نامنظم بوده و نظریه‌ی او شکاف‌ها و سوال‌های بدون جوابی را دربردارد. آیا احساسات حقارت تنها مشکلی هستند که در زندگی با آنها روبرو می‌شویم؟ آیا می‌توانیم با درجاتی از حقارت خود را سازگار کنیم که دیگر برای جبران کردن آن تلاش نکنیم؟ به این سوال‌ها و سوال‌های دیگری که مطرح شده‌اند، نمی‌توان با سیستم آدلر به نحوه شایسته جواب داد؛ با این حال، اغلب نظریه‌پردازان سوال‌های بدون جوابی را برای ما باقی گذاشته‌اند. برخی روان‌شناسان، موضع آدلر را درباره مساله جبرگرایی در برابر اراده آزاد زیر سوال برده‌اند. آدلر در اوایل زندگی حرفه‌ای خود با مفهوم جبرگرایی مخالف نبود. جبرگرایی در علم آن زمان به‌طور گسترده پذیرفته شده بود و مشخصه نظریه‌ی روانکاوی فروید نیز به‌شمار می‌رفت. بعداً آدلر احساس کرد که بهتر است خودمختاری بیشتری به خود (self) بدهد و در تدوین نهایی، جبرگرایی را رد کرد. دیدگاه او درباره خودخلاق اعلام می‌دارد که قبل از ۵ سالگی، سبک زندگی را از موادی که وراثت و محیط در اختیار ما قرار داده است، می‌سازیم. با این حال، معلوم نیست که چگونه کودک می‌تواند چنین تصمیم بسیار

مهمی بگیرد. می‌دانیم که آدلر طرفدار اراده آزاد و مخالف این عقیده بود که ما قربانی نیروهای فطری و رویدادهای کودکی هستیم. این موضع روشن است ولی جزئیات شکل‌گیری سبک زندگی روشن نیست.

محدودیت عمده‌ای که به نظر می‌رسد در تکنیک آدلر وجود داشته باشد این است که آدلر و شاگردانش وقت بسیار کمی را به نظریه و اصول درمان روان‌شناسی فردی و همین‌طور به تحقیق و تجربه درباره‌ی این شیوه اختصاص داده‌اند. خوشبختانه بسیاری از پیروان جدید آدلر شروع به پرکردن این شکاف کردند و آنها به نظر می‌رسد که از اعتراف به کمک‌هایی که غیر پیروان آدلر به نظام آدلر کرده‌اند، ابایی ندارند.

تفاوت دیدگاه آدلر با فروید

فروید و آدلر از طبقه متوسط بوده و هر دو پیشینه یهودی داشتند. هر دو، بخش عمده‌ای از زندگی خود را در وین گذراندند و هر دو پزشک بودند. با این حال، اختلافات بین فروید و آدلر از این شباهت‌های سطحی بسیار فراتر بودند.

• فروید، کل انگیزش را به میل جنسی و پرخاشگری کاهش داد، در حالی که آدلر معتقد بود انسان‌ها عمدتاً با تأثیرات اجتماعی و با تلاش برای برتری یا موفقیت برانگیخته می‌شوند.

• برداشت فروید از انسان اصولاً بدبینانه بود، در حالی که آدلر نظر خوش‌بینانه‌ای در مورد انسان داشت.

• فروید، فرض کرد افراد در شکل دادن شخصیت خود حق انتخاب کمی دارند یا هیچ انتخابی ندارند، در حالی که آدلر باور داشت افراد عمدتاً مسئول شکل دادن شخصیت خود هستند.

• فرض فروید مبنی بر اینکه تجربیات گذشته، رفتار جاری را به وجود می‌آورند، با دیدگاه آدلر مبنی بر اینکه نظر افراد درباره آینده، رفتار موجود را شکل می‌دهد، کاملاً مخالف بود.

• برخلاف فروید که بر عناصر ناهشیار رفتار خیلی تأکید داشت، آدلر معتقد بود افرادی که از لحاظ روانی سالم هستند، معمولاً از آنچه انجام می‌دهند و اینکه چرا آن را انجام می‌دهند، آگاهند.

روان شناسی آلفرد آدلر



نویسنده: هربر شافه

مترجم: علی محمد برادران رفیعی

«رشد آدمی امری فردی و خصوصی نیست؛ انسان محصول اجتماع است. «
«این واقعیت بسیار پراهمیت را فراموش نکنیم که محیط و وراثت عوامل تعیین
کننده ی حیات روانی نیستند. عوامل مزبور استخوان بندی و انگیزش هایی را
بوجود می آورند که فرد برحسب قدرت خلاق ویژه ی خود به آنها پاسخ می
گوید.»

دو عبارت فوق تصویری خلاصه از روانشناسی آدلر بدست می دهد. می بینیم آدلر
از طرفی به انعکاس عوامل اجتماعی در تشکل شخصیت توجه دارد و از سوی

دیگر به نوعی نسبت در مورد رفتار و تجارب بشر و نیز درباره ی شیوه ی محقق ساختن حوادث زندگی.

نگاهی به زندگینامه ی آدلر شناخت مسیر تفکر او را آسان تر می کند. آلفرد آدلر، دومین کودک از شش فرزند خانواده، در هفتم فوریه ۱۸۷۰ متولد شده و فرزند یکی از بازرگانان حومه ی وین بوده است. اگر آنچه را که آدلر در مورد تأثیر و نقش تعیین کننده ی حوادث نخستین دوره ی کودکی انسان بر شکل شخصیت گفته پذیریم پیش آمدهای زندگی خود او ظاهراً اثری قطعی بر ساختمان شخصیتش داشته است. آدلر خیلی زود گرفتار بیماری و وحشت مرگ گردید. او که کودکی ضعیف و مبتلا به نرمی استخوان بود از ناراحتی تشنج قسمت حنجره رنج می برد. در حدود ۴ سالگی به ذات الریه مبتلا شد و در آن موقع از پزشک معالج خود شنید که درباره ی او به پدرش می گفت: «باید او را از دست رفته تصور کنید.» با توجه به اینکه یکسال پیش از این حادثه مرگ برادرش را بچشم خود دیده بود می توان میزان تأثیر این عبارت را بر روحیه ی او حدس زد. این حوادث موجب شدند که توجه زیادی به مسأله سلامت و بیماری پیدا کند و انتخاب شغل پزشکی نیز محتملاً، حداقل بمقدار زیادی، معلول این خاطرات ناراحت کننده ی گذشته بوده است.

آدلر در کودکی با علاقه در بازی کودکان شرکت می کرد. فضای سرسبز و گسترده ی حومه ی وین برای فعالیت و بازی کودکان بسیار مناسب بوده و او از این موقعیت برای پرورش روحیه ی جمعی، جرات اجتماعی و حس رفاقت خویش کاملاً بهره وری کرده است.

آدلر از نظر تحصیلی نیز وضع جالبی داشته است. بواسطه ی ضعیف بودن در درس حساب مرتب مردود می شده بطوریکه سرانجام شورای دبستان او را به ترک تحصیل و یادگیری کاری یدی تشویق کرده است. آدلر که در اثر شکست در

امتحان سخت تحت تأثیر قرار گرفته بود با نهایت کوشش به یادگیری درس حساب پرداخت و پس از مدتی توانست در این درس رتبه ی اول شود. این موفقیت بر طرز فکر او اثر گذارد و او را به امکانات و اهمیت هر نوع ممارست صحیح و متدیک معتقد ساخت و در نتیجه نسبت به مفهوم «قریحه و استعداد ذاتی» (۲) مشکوک گردید.

آدلر در سال ۱۸۹۵ از دانشگاه وین به اخذ درجه ی دکتری نائل شد. ابتدا کار خود را در بیمارستان شروع کرد و سپس بعنوان پزشک آزاد به درمان بیماران پرداخت. نخستین تحقیقاتش مؤید علاقه ای است که به مسایل اجتماعی دارد. او همواره بر این اصل تکیه می کند که انسان را باید در بافت اجتماعی اش مورد بررسی قرار داد.

در آغاز قرن بیستم، آدلر رفت و آمد خود را با انجمن روانکاوان طرفدار فروید آغاز کرد. او بزودی بعنوان یکی از حامیان بزرگ جنبش روانکاوی معروف گردید. اما پس از آنکه در سال ۱۹۱۱ در کنگره ی نورنبرگ گزارشی را تحت عنوان «نقدی بر تئوری جنسی - روانی فروید» خواند از روانکاوی فروید فاصله گرفت. البته از سال ۱۹۰۷ انتشار کتابی از آدلر تحت عنوان «تحقیقی درباره ی جبران روانی حالت کهتری اعضاء» وجود چنین اختلافاتی را بین او و مکتب روانکاوی فروید روشن می ساخت و نشان می داد که همکاری وی با جنبش روانکاوی بیش از پیش دشوار می گردد.

«انجمن روانشناسی آدلر» در سال ۱۹۱۲ پس از جدایی آدلر از فروید تأسیس گردید. آدلر برای نشر نظرات خویش مجله ای نیز منتشر ساخت و از همین اوان در انستیتوی تعلیم و تربیت شهر وین به کار تدریس پرداخت و نخستین کلینیک روانی - تربیتی را در آن شهر تأسیس کرد. دومین اثر آدلر بنام «سرشت عصبی» نیز در همین اثنا انتشار یافت.

آدلر برای مکتب روانشناسی خود نام «روانشناسی فردی و تطبیقی *Psychologie Individuelle et comparee* را انتخاب کرده است. با این اصطلاح و با توجه به ریشه ی کلمه ی *Individuelle* که بمعنی غیر قابل تقسیم است می خواهد فرد را بعنوان کل و جوهری تقسیم ناپذیر معرفی کند که شناختش تنها در صورتی که در کلیتش در نظر گرفته شود امکان پذیر است. ضمناً فرد را جوهری می داند که با هنجار اجتماعی خیالی، آرمانی و انتزاعی مقایسه شده و همین مقایسه نیز امکان راه یابی بهتری را در امر درمان بیماران روانی فراهم می آورد. علیرغم توجه روزافزون پزشکان و مربیان به تئوری آدلر دانشگاه وین در برابر افکار او بی اعتنا ماند. اما در ممالک متحده ی امریکا کار آدلر مورد تحسین قرار گرفت. از سال ۱۹۲۷ تدریس روانشناسی پزشکی را در دانشگاه کلمبیای نیویورک بعهده ی او گذاردند. چند سال بعد در کالج پزشکی لانگ آیلند بعنوان استاد دانشگاه بکار گمارده شد. در سال ۱۹۳۵ برای همیشه در نیویورک مستقر گردید ولی تماس خویش را در عین حال با انجمن های ملی روانشناسی که در کشورهای مختلف اروپا تأسیس شده بودند، برقرار نگاه داشت. در ماه مه ۱۹۳۷ یک رشته سخنرانی زیر نظر او در اسکاتلند انجام می شد. در همین سفر سکنه ی قلبی او را در خیابان از پای درآورد.

تحقیقات آدلر را می توان بطور خلاصه از چهار جنبه مورد بررسی قرار داد:

۱- تئوری شخصیت.

۲- مفهوم بیماری های عصبی (نوروزها) و سلامت روانی.

۳- روان درمانی.

۴- آموزش و کاربرد روانشناسی تربیتی.

تئوری شخصیت آدلر از اعتقادی زیستی سرچشمه می گیرد. اعضای ناقص بدن می

کوشند نقص خود را جبران کنند، این جبران یا در قلمرو زیستی صورت می گیرد و یا به کمک کنش روانی. همراه حالت کهتری زیستی احساس کهتری روانی وجود دارد. عمل جبران در حول محوری صورت می گیرد که متمرکز کننده ی علاقه ی تمام شخصیت است. در اینجا فقط بذکر یک مثال اکتفا می کنیم: ضعف چشم در انسان نیاز شدیدی به دیدن؛ به پرورش قدرت بینائی و همچنین به خواندن و نقاشی کردن بوجود می آورد. ضعف مزبور در قلمرو اجتماعی وسیله ی جبران و حتی فوق جبران می یابد. نقاشان متعددی دچار نقص بینائی بوده اند (کاریر (۳)، دگا (۴)، مسونیه (۵)...))

احساس کهتری ممکن است تمام روان انسان را اشغال کند و ریشه ی هر نوع اعتماد بخود را بخشکاند و تا حد عقده ی کهتری گسترش یابد. این عقده در آغاز و بنیان هر بیماری عصبی دیده می شود و گاهی نیز خود را در حجاب نوعی عقده خودبتربینی پنهان می کند که بصورت تفاخر، بسندگی و نیاز به تحقیر دیگران تجلی می کند.

در واقع نقص زیستی تنها سرآغاز احساس حقارت نیست؛ آدلر بزودی این احساس را بسایر حوادث زندگی اجتماعی نیز مربوط ساخت. کانون خانواده، رویه ویژه والدین در قبال کودک (کودک رها شده، کودک نازپرورده، کودکی که مورد بدرفتاری والدین قرار گرفته است)، موقع کودک در بین خواهران و برادران، موقعیت های اجتماعی خاص (اقلیت های نژادی، قومی، مذهبی و بومی) نیز این احساس را بوجود می آورند.

انسان از نخستین سالهای زندگی اش با استفاده از آمادگی های ارثی و بهره وری از تأثیراتی که از محیط اخذ کرده با استمداد از نیروی خلاقش بمرور اسلوب خاصی برای زندگی خویش بوجود می آورد. غایت و هدف این اسلوب خاص ممکن است در جهت خواست اجتماع باشد و یا در صورتیکه شخص نسبت به

اجتماع بی اعتنا و یا حتی دشمن باشد بعکس در جهت مخالف آن سیر کند. با این دید بیماری عصبی (نوروز) را می توان عبارت از رویه ی شخصی دانست که حس اجتماعی اش باندازه ی کافی رشد نیافته است و باین جهت روش نادرستی را انتخاب کرده است. او قوانین اجتماع را نوعی اجبار احساس می کند و لذا از اطاعت آنها سر می پیچد و با عکس العمل های روانی نابهنجار خویش که امکان محدود ساختن فضای حیاتی را بمقدار قابل ملاحظه ای برایش فراهم می کنند واکنش نشان می دهد.

بر عکس سلامت روانی شیوه ی خاصی از زندگی است که در آن منظور و غایت شخصی و اجتماعی بهم آمیخته شده است. روان درمانی در این زمینه می کوشد تا جهت نادرست اسلوب زندگی بیمار عصبی را تغییر دهد. بنا بعقیده ی آدلر روانشناسی تربیتی با الهام از مفهوم حس اجتماعی و اصل یگانگی شخصیت با غایت خاص خود، برنامه ی صریحی برای اجرا دارد که عبارت از ساختن شخصیت کودک با اتکا بر دو اصل پرورش حس اجتماعی و هدایت کردن نظرات و هدفهای کودک در مسیری اجتماعی است. «موضوع» (۶) همچون کنش های مختلف روانی که نمی شود بیرون از ساختمان خاص شخصیت فردی فهمیده شوند باید با توجه به روابط اجتماعی اش مورد مشاهده قرار گیرد. بخش بزرگی از روان، و قبل از همه زبان، محصول اجتماع است. بدین ترتیب روانشناسی آدلر به روانشناسی رابطه ی متقابل افراد تبدیل می شود. این رابطه، به کمک حس اجتماعی از نخستین ماههای زندگی ظاهر می شود و بصورت رابطه ی کودک با مادر و سپس رابطه ی کودک با پدر و سایر اعضاء کانون خانواده بچشم می خورد. بعدها دبستان محل مناسبی برای ایجاد رابطه ی دوستی خواهد بود. فعالیت های شغلی و عشقی موقعیت های دیگری برای رشد طبیعی این احساس فراهم می آورند. گاهی هم شکفتگی حس اجتماعی با موانعی روبرو می گردد. وضع کودکان نازپرورده و لوس، کودکان طرد شده، کودکان ناقص العضو و گوشه گیر در اینجا

قابل یادآوری است. در این موارد بجای حس اجتماعی میل تسلط بر دیگران و بهره‌کشی از آنان در «موضوع» رشد می‌کند.

حس اجتماعی بعنوان مهم‌ترین مفهومی که آدلر در روانشناسی وارد ساخته تلقی می‌شود. این مفهوم امکان می‌دهد تا اهمیت بیماری عصبی (نوروز) و سلامت روانی را درک کنیم.

برای اینکه به پیچیدگی هستی انسان پی ببریم بهتر است آن را از نظرهای سه‌گانه‌ی زیر که مبین فعالیت‌های عمده‌ی زندگی هستند مورد دقت قرار دهیم: حرفه، دوستی و زندگی عشقی.

انتخاب شغل گاهی خیلی زود انجام می‌گیرد و در آن نقش همانندسازی (۷) با پدر و یا با یکی از اعضای خانواده غالباً بچشم می‌خورد. ممکن است حالت بی‌اعتنائی یا تردید در قبال نقش شغلی در نوجوان مشاهده شود. چنین رویه‌ای ظاهراً بخاطر اعلام این مطلب است که اولاً دیگران باید به او عطف توجه کنند و دیگر اینکه او خود را متعهد و موظف به شرکت فعال در زندگی اجتماعی احساس نمی‌کند.

تحقیقات انجام شده در زمینه‌ی حوادث ناشی از کار نشان می‌دهند که حوادث یاد شده غالباً ترجمان نوعی نارضایتی کارگر نسبت به فعالیتی است که شرایط کار و یا خانواده بر او تحمیل کرده‌اند و گاهی هم آشکارکننده‌ی میل وی به سریع‌تر کار کردن از دوستانش، علیرغم سفارشات و قوانین مربوط به ایمنی محیط کار می‌باشد. البته در هر مورد لازم است تجزیه و تحلیلی فردی صورت گیرد. روابط متقابل شغلی در دوستی پرارج‌ترین ترجمان خود را باز می‌یابد. همانطور که سیسرون به این مطلب اشاره کرده روابط خانوادگی تحمیلی است در صورتیکه روابط شغلی اجتناب‌ناپذیر می‌باشد. در انتخاب دوست و در روابط دوستانه تبادل و داد و ستد روانی که آدلر آنقدر به آن اهمیت داده است بهتر و بشیوه‌ای آزادانه‌تر تحقق می‌پذیرد.

زندگی جنسی و عشقی نیز از اصل غایی شخصیت آدمی تبعیت می کند. بعلاوه حل این مسأله تنها با همکاری دیگری امکان پذیر است. شیوه ای که ضمن آن «موضوع» خود را در برابر همسر و هم رقصش قرار می دهد و بینشی که از مسأله ی فحشا، روابط آزاد و ازدواج دارد اطلاعات وسیعی در مورد درجه ی حس اجتماعی بدست می دهد. بنظر آدلر آگاهی نسبت به تفاوت جنسی که از دوره ی کودکی دیده می شود خود یکی از عناصر مهم تعلیم و تربیت است.

توجه به عامل اجتماعی راه را برای درک روشن انواع بیماری های عصبی (نوروز) باز می کند. هر بیماری عصبی را می توان بعنوان نوعی تلاش برای آزاد شدن از احساس کهنتری و بدست آوردن احساس برتری تلقی کرد.

بروز و توسعه ی بیماری عصبی (نوروز) بجای اینکه در راه فعالیت اجتماعی انجام شود و یا اینکه در جهت حل مسائل حیاتی باشد به انزوای بیمار در کانون محدود خانواده منتهی می گردد.

قلمرو وسیع اجتماع بشری بدین ترتیب در اثر وجود حساسیت پذیری افراطی و نوعی نابردباری و عدم تحمل دیگران رها می گردد. محیط اجتماعی به دایره ی کاملاً محدود محیط خانواده تبدیل می شود که بیمار در آن امکان می یابد سیاست تسلط جویی خویش را در صور متنوعش اعمال کند. بدین طریق در عین حال امنیت کناره گیری و تقاعد در برابر توقعات اجتماع که انسان را در برابر انتخاب و تصمیم قرار می دهد، تحقق می پذیرد.

بیمار عصبی از عالم واقع روی می گرداند و زندگی اش را در عالم تخیل و رؤیاپروری (۸) می گذراند. و بدین منظور حيله هایی بکار می برد که به او امکان می دهند از مسایل واقعی زندگی دوری کرده و تمایلاتش را بجانب موقعیتی آرمانی هدایت کند و او را در برخی موقعیت ها از هرگونه بازده اجتماعی و هر نوع مسؤولیتی معاف سازد..

این بی مسؤولیتی و امتیازی که در پرتو بیماری حاصل می شود بعنوان جانشینی برای هدف اصلی بیمار بکار می رود اما این خطر وجود دارد که حالت بی مسؤولیتی هدفی واقعی تلقی شود.

باید بیماری عصبی را بعنوان تلاشی بخاطر رهایی از هر نوع اجباری که جامعه بر فرد تحمیل می کند تلقی کرد، تلاشی که به کمک رفتاری مخالف خواست اجتماع انجام گرفته است. این رفتار به گونه ای شکل می گیرد که بتواند بطور مؤثری در برابر ویژگی محیط و توقعاتش ایستادگی کند. فهرست علائم بیماری عصبی اطلاعات مفید و منتخبی در این مورد برای ما فراهم می آورد.

رفتاری که بعنوان مخالفت با اجبار محیط پیش گرفته می شود خصوصیت طغیان علیه اجتماع را دارد. مصالح و مواد این رفتار از تجارب عاطفی مناسب موقعیت و یا از تجارب معمولی و روزمره اخذ می شود، تجاربی که می توانند توجه و دقت شخص را از مسایل اساسی اش منحرف کنند. بدین ترتیب بنا به اقتضای شرایط و موقعیت ها حالاتی از اضطراب، رفتار حاکی از ترس های مرضی یا وسواس ها، حالات بیخوابی، گرایشات اغمایی، انحرافات جنسی، اوهام، حالات عاطفی مرضی، عقده های پسیکاستنی (ضعف روانی) و هیپوکنندری (بیماری خیالی) و عکس العمل های پسیکوتیک (بیماری روانی) تحقق می پذیرد که از طرف بیمار بعنوان بهانه ای جهت رهایی از الزامات زندگی اجتماعی بکار می روند. حتی منطق در برابر استبداد رفتار ضد اجبار اجتماعی تسلیم می شود. در بیماری روانی (پسیکوز) این فرایند تا حد زوال عقل پیش می رود و منطق شخصی جای عقل سلیم و خرد (حس مشترک) را می گیرد.

منطق، حس زیبایی شناسی، عشق، احساسات بشردوستی، همکاری و زبان از نیازهای زندگی اجتماعی ناشی می شوند. رویه ی شخص مبتلا به بیماری عصبی که تشنه ی قدرت است و تنهایی و گوشه گیری را جستجو می کند بطور غیر ارادی بر ضد این ارزش ها هدایت می شود.

فکر خودکشی و بیماریِ عصبی و برخی بیماری‌های روانی (پسیکوز) در شرایط یکسانی در انسان ظاهر می‌شوند: موقعی که فرد در برابر مسأله‌ای که به راه‌حلی فوری نیاز دارد و خطر سرخوردگی و تحقیر نیز آنرا تهدید می‌کند قرار می‌گیرد. خودکشی وسیله‌ای است که توسط آن شخص می‌خواهد بر دیگران ضربه وارد آورد، لطمه بزند و آنها را مورد اتهام قرار دهد. منظور از دیگران اطرافیانِ شخص است و یا بشریت بطور کلی. شخصی که اقدام بخودکشی می‌کند می‌خواهد از این راه اطرافیان خود را بخاطرِ ظلمی که بر او روا داشته‌اند تنبیه و مجازات کند. در این مورد شدت پرخاشگری بجانب خود «موضوع» هدایت می‌شود اما او اثری را که بر دیگران ایجاد می‌شود فراموش نمی‌کند. و گاهی خودکشی ترجمان تقاضای کمک است.

بهبودی بیماری عصبی بدون پیدایش نوعی خودآگاهی در شخص نسبت به عواملی که در گذشته موجبات وقفه در سیر طبیعی احساسات اجتماعی اش شده‌اند و بدون درک غایت و هدف غیر اجتماعی یا ضد اجتماعی بیماری عصبی و بطور خلاصه بدون نوعی تغییر غایت و هدف که شخص مبتلا را بسوی رویه‌ها و رفتار اجتماعی نزدیک کند امکان پذیر نیست. شاید لازم بتذکر باشد که منظور از اجتماعی شدن که آدلر از آن یاد می‌کند انطباق با هر نوع اجتماع و بهر قیمت که شده نیست زیرا او مانند هر کس دیگر به نقائص چنین انطباقی آگاهی دارد. آنچه آدلر از اصطلاح یاد شده در نظر دارد نوعی انطباق‌پذیری و امکان تحول بدون دشواری در محیط اجتماعی است.

در شیوه‌ی روان‌درمانی از اطلاعات و داده‌های ناخودآگاه استفاده می‌شود، از قبیل رؤیاهای شبانه و روزانه، تخیلات، یادآوریِ خاطرات که تعبیرشان بنا بر ساختمان ویژه‌ی هر فرد و با توجه به هدف و غایت خاص وی انجام می‌گیرد. از زندگیِ خودآگاه فرد نیز در شیوه‌ی یاد شده استفاده می‌گردد مثلاً از شرح

حوادث گذشته یا حال و توجه به آهنگ عاطفی و لحن خاص شرح دهنده، توجه به طرح هایی که برای آینده دارد، یادآوری کتابها و مطالبی که خوانده است همچنین نمایش ها و فیلم هایی که دیده است.

می دانیم که آدلر به نخستین خاطرات انسان اهمیت زیادی می دهد و معتقد است که خاطراتی که از مجموع حوادث زندگی بیاد انسان مانده دارای اهمیت و خصوصیت سازندگی بوده اند.

و می دانیم که آدلر از اعتقاد بهر گونه سمبولیسم قالبی و جزمی در تعبیر رؤیایها روی گردان است. او محتوای رؤیایها را هم به موقعیت خارجی که شخص باید با آن روبرو شود مربوط می کند (عامل خارجی) و هم به ساختمان ویژه ی شخصیت فرد (عامل درونی).

بر عکس برخی شیوه های روان درمانی که جنبه ی اقتدارطلبی دارند آدلر در مصاحبه های خود لحنی مهربان دارد که می تواند تنش بیمار را به حداقل برساند. در شیوه ی رواندرمانی آدلر سعی می شود از جریحه دار کردن حساسیت بیمار دوری کنند. خوش برخوردی و ادب آدلر بسیار معروف است. مثال هایی که از ادبیات، تاریخ، اسطوره شناسی انتخاب شده باشند و نیز داستانهایی که مربوط به موقعیت و به ساختمان روانی بیمار باشند تماس اجتماعی بین رواندرمان و بیمار را آسان می کنند و به ایجاد خودآگاهی نسبت به برخی از ویژگیهای منش او کمک می نمایند.

در پرتو آموزش های آدلر نقائص کودکان و ویژگیهای منش آنها که ظاهراً غیرقابل فهم هستند، معنایی مخفی را آشکار می کنند و نسبت به عمل روانی - تربیتی حساسیت می یابند. از سال ۱۹۱۰ آدلر در یک رشته از تحقیقات خویش رفتار کودک نازپرورده و نیز کودک محروم از محبت را تعریف کرده است. آدلر خطرات تعلیم و تربیت را بر طبق سیستم اقتدارطلبی آشکار ساخته و اهمیت غریزه ی پرخاشجویی را در زندگی و در بیماری عصبی نشان داده است. او بر نقش

تربیتی پزشک تکیه می کند و نیز به مسأله ی نیاز کودک به محبت توجه می نماید. مسأله ی کودک نافرمان، کودک مطیع افراطی، کودک رها شده و بالاخره کودک بزهکار موضوعاتی بودند که آدلر در مورد آنها مقالاتی نوشته است. خودکشی دانش آموزان از این دوره توجه او را بخود جلب کرده است.

هر نوع تحلیل روانی در مورد بزرگسالان به بررسی وضع نخستین سالهای عمر که در آن اسلوب زندگی هر فرد ساخته می شود منجر می گردد. ریشه ی دشواری های فعلی هر فرد در همان دوره ی کودکی قرار دارد. در صورتی که شرایط مولد عقده ی کهنتری را بشناسیم ممکن است پیدایش آن را از نخستین سالهای عمر پیش بینی کنیم. والدین برای این پیش بینی همیشه صلاحیت و آمادگی ندارند. اما دبستان که همه ی کودکان مدت زیادی از عمر خود را در آن سپری می کنند محل مناسب و جالبی برای مشاهده و بررسی است. آموزگاری که بدین منظور تربیت شده باشد می تواند علائم عقده ی حقارت را بسادگی در کودکان کمرو، عصبانی، تسلط جو، پرخاشگر، منفی گرا ملاحظه کند. برحسب نوع نظاهر کودکان یا آنها را در همان محیط دبستان درمان می کنند و یا با کمک والدین آنان را به روانشناس متخصص در روانشناسی تربیتی و یا روان درمانی معرفی می نمایند. گسترش حس اجتماعی و تشویق کودک از راه گفت و شنوهای توجیهی از دیدگاه آدلر در این موارد بهترین اقدام بازدارنده و ضد بیماری است. در دکتترین آدلر تعلیم و تربیت قدرت و جنبش تازه و مسیر نوینی یافته است.

تحول افکار در روانشناسی مرضی و در روانشناسی بطور کلی صحت عقاید آدلر را نشان می دهد.

ما در طلب روان تنی به مفهوم نوعی همبستگی بین روان و تن بر می خوریم و با این اعتقاد روبرو هستیم که برخی از بیماریهای فیزیولوژیک و حتی عضوی از روان بیمار سرچشمه می گیرند.

مفهوم «طرح» که نزد فلاسفه هستی (یاسپرس و سارتر) دارای اهمیت فراوانی می باشد با اصل غایی آدلر کاملاً تطبیق می کند.

از این نظر که آدلر دفاع از روانشناسی جمعی و کلی شخصیت را بر عهده گرفته است عقایدش با روانشناسی گشتالت (ورتمبر (۹)، گیوم (۱۰) تطبیق می کند. طرفداران روانشناسی گشتالت تجزیه ی روان را که شیوه ی بررسی تداعی مذهبان است محکوم می کنند. کل پیش از اجزاء سازنده آن ادراک می شود. ارزش هر جزء یا هر عنصر از جهت شرکت آن در مجموعه و نقشی که در آن ایفا می کند تعیین می شود.

با توجه به اینکه آدلر فرد را در بافت اجتماعی اش مطالعه می کند عقائدش توسط عقاید کورت لوین (۱۱) که در قالب اصطلاح «میدان روانی» نوعی کلیت پویا را بیان داشته و حالت روابط شخصی را با محیط اجتماعی اش بیان می دارد مورد تأیید قرار می گیرد. مفهوم «اتم اجتماعی» مورنو (۱۲) به اصطلاح یاد شده نزدیک است.

مکتب شخص گرای (۱۳) (آلپورت (۱۴)، مونیه (۱۵) و اشترن (۱۶)) که شخصیت را در کلیتش و با توجه به ساخت های ذهنی اش مورد بررسی قرار می دهد شیوه ی برداشت آدلر را تأیید می کند. پدیده شناسی (۱۷) و ساخت گرایی (۱۸) نیز چنین موضعی دارند.

روانپزشکی اجتماعی سعی دارد مسایل و مشکلات انسان را درک کند و برای این منظور فرد را بعنوان واحدی مجزا در نظر نمی گیرد بلکه او را در بافت اجتماعی اش مورد بررسی قرار می دهد. بستگی و ارتباط این دانش با روانشناسی فردی و تطبیقی آدلر آشکاراست.

در تحقیقی که آدلر در سال ۱۹۱۲ تحت عنوان «تربیت والدین» منتشر کرد بر مسأله ضرورت تکمیل تعلیم و تربیت کسانی که باید نسل جدید را پرورش دهند تکیه کرده است. نفوذ افکار آدلر در جنبش تعلیم و تربیت جدید تردیدناپذیر است.

پی‌نوشت‌ها:

۱. Herbert Schaffer

این مقاله از مجله ی **Psychotherapies** چاپ پاریس شماره ی ۳ ژوئیه - اکتبر ۱۹۷۱ انتخاب شده است.

۲. Don hereditaire.

۳. Carriere

۴. Degas

۵. Meissonier

۶. Sujet

۷. Identification

۸. La fantaisie

۹. Wertheimer

۱۰. Guillaume

۱۱. K. Lewin

۱۲. Moreno

۱۳. Personnalisme

۱۴. C. S. Allport

۱۵. E. Mounier

۱۶. W. Stern

۱۷. Personnalisme

۱۸. Structuralisme

منابع تحقیق:

آثار آدلر:

۱- La compensation psychique de l'etat d'inferiorite des organes suivi de: Le probleme de l'homosexualite, Payot, Paris ۱۹۵۶.

۲- Le temperament nerveux, Payot, Paris ۱۹۴۸.

۳- Le sens de la vie, Payot, Paris, ۱۹۵۰.

- ۴- **Connaissance de l'homme, Payot, Paris ۱۹۴۹.**
- ۵- **La psychologie de l'enfant difficile, Payot, Paris ۱۹۵۲.**
- ۶- **Pratique et theorie de la psychologie individuelle et comparee, Payot, Paris ۱۹۶۱.**
- ۷- **Les nevroses: commentaires, observations, Presentations de cas, Aubier Paris, ۱۹۶۹.**

آثاری درباره ی آدلر:

- ۱- **H. Orgler: Alfred Adler et son oeuvre, stock, Paris, ۱۹۶۸.**
- ۲- **A. Farau et H. Schaffer: La psychologie des profondeurs des origines a nos jours, Payot, Paris, ۱۹۶۰.**
- ۳- **Clifford Allen: Les decouvertes modernes de la psychiatrie, Payot, Paris, ۱۹۵۱.**
- ۴- **O. Spiel: La Doctrine d'Alfred Adler dans ses applications a l'education scolaire, Paris, ۱۹۵۴.**

منبع مقاله: نشریه دانشکده ی ادبیات و علوم انسانی دانشگاه فردوسی مشهد، شماره ی ۲۹، بهار ۱۳۵۱، صص ۹۷-۱۱۲.

روان درمانی از دیدگاه آلفرد ادلر

دکتر عبدالله شفیق آبادی
دانشگاه علامه طباطبائی

خلاصه

روان شناسی فردی ادلر ، انسان را موجودی اجتماعی ، هدفدار ، مسئول ، خلاق ، و انتخابگر می داند . در این نظام روان درمانی رفتار ریشه در اهداف و شیوه زندگی فرد دارد و فرد از آن به صورت نقشه‌ای ذهنی در تفسیر پدیده‌های پیرامون خویش استفاده می‌کند . بیمار روانی الزاماً " بیمار نیست " بلکه او جرات اقدام به کارهای سازنده را از دست داده و در صدد است تا با توسل به رفتارهای مزاحم و مخرب موجودیت خود را حفظ کند .

روان درمانی جریانی آموزشی است و بر آن است که فرد را در مواجه شدن با مشکلات تشویق کند ، بر خود تکیه زند ، خود را دوست بدارد ، به مسائل اجتماعی علاقمند گردد ، و با هم‌نوعان خود پیوندد دوستی و معاشرت سالم برقرار نماید . در روان درمانی به مراجع فرصت داده می‌شود تا هدف‌ها و شیوه زندگی خود را مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار دهد و به کشف علل و ماهیت مشکل خویش توفیق یابد . او یعنی مراجع با استفاده از بصیرت بدست آمده راهبانی را برای حل مشکل پیشنهاد می‌کند و پس از بررسی جوانب کار ، که با کمک و معاضدت درمانگر همراه است ، بهترین راه حل را انتخاب و بدان عمل می‌کند .

مقدمه

آلفرد ادلر در سال ۱۸۷۰ میلادی در وین به دنیا آمد ، تحصیلات خود را در

دانشگاه وین به پایان رسانید و به عنوان متخصص بیماری‌های چشم مشغول بکار شد، بزودی حرفه پزشکی را رها ساخت و به کارهای روانی پرداخت. در سال ۱۹۰۲ میلادی دعوت فروید را پذیرفت و به گروه او پیوست. پس از چندی از روانکاوی کناره گرفت و ضمن انتقاد از نظریه جنسی فروید مکتب روان‌شناسی فردی را بنا نهاد. به نظر آدلر هر انسان در حد خود واحدی است بی‌مثال که در کل با دیگر افراد بشر تفاوت دارد. او بر فردیت و با منفرد بودن شخصیت انسان تأکید بسیار دارد و بهمین جهت دیدگاه خود را "روان‌شناسی فردی" می‌نامد. آدلر در سال ۱۹۲۲ میلادی اولین مرکز راهنمایی کودک را در وین تأسیس کرد و پس از حمله نازیها به وین در سال ۱۹۳۵ به آمریکا رفت و در دانشگاه لانگ آپلند^۱ به کار مشغول شد. او سالها در متامادی در توسعه و تبیین نظریه خویش کوشید تا اینکه در سن ۸۶ سالگی چشم از جهان فرو بست^۲.

مفاهیم اساسی

در دیدگاه آدلر انسان موجودی اجتماعی، خلاق، مسئول، و هدفدار است. به نظر او، رفتار انسان زمینه اجتماعی دارد و فرد برای بقا و ادامه حیات خود از برقراری ارتباط متقابل با هموعانش ناگزیر می‌باشد. انسان از طریق زندگی اجتماعی و همکاری با دیگران به شناخت خود و اصلاح رفتارهای نامناسب خویش موفق می‌شود. آدلر بر آن است که در یک جامعه سالم، اولاً افراد از طریق کار کردن باید به هموعان خدمت کنند و مسؤولیت بپذیرند. ثانیاً یکدیگر را دوست بدانند، با هم معاشرت کنند، و بر آنان روابطی محبت‌آمیز و صمیمانه حاکم باشد^۳.

به نظر این روانشناس برای شناخت انسان، باید شیوه زندگی^۴ او مورد بررسی قرار گیرد. شیوه زندگی همچون نقشه‌ای ذهنی است که فرد را در مقابله با دنیای خارج یاری می‌دهد. انسان بر اساس شیوه زندگی ایفای نقش می‌کند، به تنظیم و اداره زندگی می‌پردازد، و جهت حرکت خویش را در زندگی مشخص می‌سازد. به بیان دیگر، تمام رفتارهای فرد از شیوه زندگی او نشأت می‌گیرند. شیوه زندگی تعیین کننده نحوه تفکر، احساسات، ادراکات، و واکنش‌های فرد در برابر مسائل و پیش‌آمدهای زندگی روز مره است^۵. شیوه زندگی مجموعه ویژگی‌های جسمانی، ذهنی، روانی، اجتماعی و اخلاقی است که بر اثر تعامل عوامل زیستی - محیطی در طول زندگی بوجود می‌آید و نحوه زندگی کردن

انسان و چگونگی برخورد با مشکلات را مشخص می‌سازد. در یک کلام رفتار هر فرد در قالب شیوه زندگی او تعیین می‌شود.

شیوه زندگی همواره هدف دارد و در افراد مختلف متفاوت است. تجربیات دوران کودکی در رشد شیوه زندگی موثرند. نقیصه‌های جسمی و توجه یا بی‌توجهی زیاد، رشد شیوه زندگی را دچار اختلال می‌کند.

شیوه زندگی از چهار بخش تشکیل می‌شود؛ خودپنداری، خودآرمانی، انتظارات و باورهای دیگران، و باورهای اخلاقی. خودپنداری مجموعه باورهای فرد در باره خودش است. خودآرمانی تصویری است از اینکه انسان چگونه باید باشد تا بتواند مورد توجه دیگران قرار گیرد. انتظارات و باورهای دیگران بر مبنای این که دیگران او را چگونه انسانی می‌انگارند و یا در باره او چه تصوراتی دارند استوار است. و بالاخره باورهای اخلاقی که به نظام درست و نادرست و یا خوب و بد بر می‌گردد و به عنوان بخشی دیگر از شیوه زندگی به حساب می‌آید.^۶

ادلر بر آن است که محرک اصلی رفتار انسان هدف و انتظارات او از آینده است. هدف‌ها و انتظارات انسان را به کوشش و کشش وا می‌دارند. از این رو، رفتار بر اساس هدف‌هایی که فرد به دنبال آنهاست قابل توصیف می‌باشد و با شناسایی هدف‌ها می‌توان جهت حرکت و فعالیت را پیش بینی کرد. در صورتی که هدف نهایی فرد بخوبی درک نشود هیچ جنبه‌ای از رفتار او قابل تشخیص و ارزیابی نخواهد بود. به نظر ادلر، شناخت هدف نهایی برای فهم و درک پدیده‌های روانی انسان ضرورت تام دارد. غرایز، سائقه‌ها و یا انگیزه‌ها مبین و تعیین کننده رفتار نیستند، بلکه هدف نهایی است که آدمی را به دنبال خود می‌کشاند و به کار و کوشش او می‌دارد. هدف‌ها ممکن است واقعی و قابل وصول و یا خیالی و غیر قابل وصول باشند. شخص سالم و یا بهنجار می‌تواند خود را از زیر سلطه هدف‌های خیالی برهاند و با واقعیت‌ها روبرو شود؛ حالتی که اشخاص نابهنجار قادر به انجام آن نیستند.^۷

روان درمانی

ارتباط درمانگر و مراجع

روان درمانی از دیدگاه ادلر، یک فرآیند آموزشی است و برای توفیق در آن،

مشارکت کامل بین مراجع و درمانگر ضرورت دارد. درمانگر و مراجع با همکاری یکدیگر راه‌حل‌های مناسب را برای مشکل جستجو می‌کنند. در صورتی که مراجع در جلسه روان‌درمانی احساس پذیرش و آرامش کند، برای یافتن راه‌حل‌های مناسب با درمانگر همکاری لازم را معمول خواهد داشت. درمانگر با برقراری ارتباط کلامی و غیرکلامی، ایجاد رابطه‌ای پذیرا و احترام‌آمیز از برجسته‌ترین به مراجع، او را در نیل به اهدافی که در جلسه روان‌درمانی تعیین می‌شوند یاری می‌دهد.

درمانگر بخش عمده‌ای از مسؤلیت اداره جلسه را به مراجع واگذار می‌کند. بحث جلسه اول روان‌درمانی معمولاً بر اینکه آیا مراجع داوطلبانه برای روان‌درمانی مراجعه کرده است، چه مشکلی دارد، و نوع انتظارات و هدف‌های مراجع از حضور در جلسه روان‌درمانی چیست، متمرکز می‌باشد. درمانگر، احساسات و عقاید خود را در جلسه درمان، آزادانه با مراجع مطرح می‌سازد، حتی‌الامکان از قضاوت و پیشداوری در باره مراجع و مشکل او اجتناب می‌ورزد، از کسب موفقیت در درمان مغرور نمی‌شود و از عدم پیروزی در آن احساس ناکامی نمی‌کند، و سعی بر تعامل در زمان حال دارد.

موقعیت روان‌درمانی

این نوع روان‌درمانی در هر موقعیتی - اعم از مطب خصوصی، بیمارستان، زندان - و در درمان هر نوع اختلالی قابل اجراست. اطاق روان‌درمانی ساده است، و در محیطی آرام قرار دارد، و به ابزار و وسایل چندانی نیاز ندارد. در مواردی ضبط گفتگوها با اجازه و رضایت مراجع مفید است. در این صورت نوار ضبط شده در اختیار مراجع قرار می‌گیرد تا بدان گوش فرا دهد و به نقد و بررسی گفتار خویش بپردازد. از نوارهای ضبط شده گاه می‌توان استفاده آموزشی نمود.

در این شیوه درمانی معاینه جسمانی ضرورت چندانی ندارد. در صورتی که درمانگر معاینه جسمانی مراجع را ضروری تشخیص دهد، لازم است او را به پزشک ارجاع دهد. پیروان این شیوه درمانی، به ندرت از آزمون‌های روانی استفاده می‌کنند.

اهداف روان‌درمانی

از طریق این شیوه روان‌درمانی، فرد به مواجهه با مشکلات تشویق می‌شود، اعتماد بنفس او تقویت می‌گردد، می‌آموزد که خود را فردی ارزنده بداند، به هموعان

علاقمند شود و با دیگران به معاشرت بپردازد. از این دیدگاه فردی که دارای اختلال روانی است نباید بیمار قلمداد شود. ولی باید توجه کرد که او فردی "مأیوس" است که جرات عمل کردن صحیح از او سلب گردیده، و به رفتارهای نادرستی همچون قدرت طلبی، انتقامجویی، احساس شکست و ناتوانی، و اعمال دیگری از این قبیل متوسل می‌شود. از طریق روان درمانی است که این یأس او باید از بین برود و توان و شهامت عمل کردن در نیل به اهداف و مقاصد در او بوجود آید. هدف روان درمانی ایجاد تغییر در انگیزه و هدف رفتار است و نه خود رفتار. زیرا اعتقاد بر آن است که بر اثر تغییر در انگیزه‌ها و هدف‌ها (علل) و افزایش آگاهی، نشانه‌های مرضی (معلول) نیز برطرف می‌شوند.^۸

همچنین از طریق روان درمانی است که مراجع باید بر اشتباهات اساسی خود وقوف یابد و در صدد تغییر آنها برآید. برخی از اشتباهات اساسی و یا برداشتهای نادرست، که منجر به اختلال روانی می‌شوند، عبارتند از: ۱) تعمیم‌های افراطی (مثلاً، استفاده از کلمه "همه" در جمله همه مردم دشمن من هستند)، ۲) اهداف غلط و غیرممکن (مثلاً "فرد باید همگان را از خود راضی کند")، ۳) درک نادرست از زندگی و توقع ناهجا از آن (مثلاً، هیچگونه آسایشی در زندگی ندارم)، ۴) احساس کم ارزشی یا بی‌ارزشی از خود (مثلاً، من آدم احمقی هستم)، و ۵) باورهای غلط (مثلاً، باید نفر اول شوم حتی اگر به قیمت پایمال کردن حقوق دیگران باشد)^۹.

فرآیند روان درمانی

مراحل روان درمانی به شیوه ادلر عبارتند از: برقراری رابطه و حفظ آن، بررسی دقیق هدف‌ها و شیوه زندگی و ارائه فرضیات روانی، ارائه تعبیر و تفاسیر ضروری که موجب بینش می‌شوند، طرح برنامه‌های آموزشی و اصلاحی و پیشنهاد راه حل‌های گوناگون^{۱۰}. هر کدام از مراحل فوق در زیر توضیح داده می‌شود.

۱- برقراری و حفظ رابطه: برقراری رابطه و پذیرش مراجع رکن اساسی درمان محسوب می‌شود. بدین منظور درمانگر بحث جلسه روان درمانی را با مطالبی که مورد توجه و خواست مراجع است و با تذکر اهداف روان درمانی و نقش‌های درمانگر و مراجع آغاز می‌کند. درمانگر و مراجع همچون دو دوست و با تکیه بر همکاری و احترام متقابل رویروی یکدیگر می‌نشینند و گفتگوی هدفداری را آغاز می‌کنند. در طول جلسه روان درمانی، درمانگر می‌کوشد مراجع را متقاعد سازد که انسان خلاق و مسئولی است و می‌تواند مشکلاتی را که از

اشتباهات اساسی و یادگیری‌های نادرست نشأت گرفته‌اند، حل کند.

۲- بررسی هدف‌ها و شیوه زندگی و ارائه فرضیات روان‌سی:

آگاهانند مراجع از اهداف و شیوه زندگی و آماده سازی او برای تغییر، بخش مهمی از روان‌درمانی به شیوه ادلر محسوب می‌شود. درمانگر با طرح فرضیاتی در باره اهداف و شیوه زندگی مراجع، آگاهی او را در زمینه‌های متعدد افزایش می‌دهد. به عنوان نمونه، درمانگر با طرح فرضیه "آیا امکان دارد که شما در این زمینه...، و یا "تصور می‌کنم که شما...،" مراجع را به تفکر بیشتر در باره رفتارش تشویق می‌کند. تایید و یا تکذیب فرضیه‌ها بر عهده مراجع است و دخالت درمانگر در آن کار نامطلوبی به حساب می‌آید.

۳- تعبیر و تفسیر؛ در این مرحله درمانگر، مراجع را از علل رفتارش می‌آگاهاند

و موجب می‌شود که وی از نقاط قوت و ضعف خود اطلاع یابد و به کسب بینشی که لازمه تغییر در انگیزه‌ها و اهداف است تایل آید. از طریق کسب بینش مراجع از اهداف، شیوه زندگی، علت و ماهیت مشکل، اشتباهات اساسی، و چگونگی تاثیر هر کدام در رفتار کنونی خود آگاه می‌شود. بینش که موجب درک مشکل و چگونگی رفتار می‌شود در حل مشکل فرد بسیار موثر است. بررسی تحلیلی رفتار و گفتار مراجع از جلسات اولیه روان‌درمانی آغاز می‌شود و درمانگر به نحوه ورود مراجع به اطلاق، وضع ظاهری او، و محل و چگونگی نشستن (خصوصاً در خانواده درمانی) توجه می‌کند و در طول جلسه در جستجوی نشانه‌هایی است که بر اساس آنها بتواند موضوعات مختلف را عمیق‌تر مورد تجزیه و تحلیل و تعبیر و تفسیر قرار دهد. در جریان تعبیر و تفسیر تاکید بر هدف است و نه بر علت و بر تحرک و عمل است نه بر توصیف و تشریح. در این حالت، درمانگر همچون آینه‌ای عمل می‌کند که مراجع می‌تواند خود و رفتارش را در او بنگرد. درمانگر گاهی بنا به اقتضا به گذشته‌ها نیز اشاره دارد و این تنها بدان سبب است که پیوستگی و تداوم رفتار را به مراجع نشان دهد.

۴- طرح برنامه‌های آموزشی و ارائه راه‌حلهای پیشنهادی: مراجع

پس از کسب بینش با بهره‌گیری از توانایی‌ها و امکانات خویش نسبت به تغییر انگیزه‌ها و هدف‌های خود اقدام می‌کند. مراجع باید تشویق به تلاش شود و جرات فعالیت و عمل را پیدا کند تا بتواند رفتارش را تغییر دهد. در این مرحله، درمانگر باید هرگونه تغییر مطلوبی را در مراجع مورد توجه و تایید قرار دهد. درمانگر از فنون عملی متعددی (همچون ۱) ایفای نقش^{۱۱} به منظور آموزش فعالیت‌های مشخص، ۲) دادن تکلیف^{۱۲} برای

پیگیری آموزش‌های ارائه شده در جلسه درمان ، ۳) تشویع مراجع به تغییر عمدی و ارادی احساسات و عواطف خود ، ۴) بروز احساسات و عواطف برای جلب اعتماد ، و ۵) مشورت با والدین و اطرافیان به منظور آگاهی بر چگونگی زندگی خانوادگی و تاثیر آن بر رفتار و جزء آنها می‌تواند استفاده کند .

ارزیابی کلی

کوشش‌های ادلر در روان شناسی را می‌توان در موارد زیر خلاصه نمود :

۱) بیان مفهوم عقده کهنتری و تلاش برای برتری و تشکیل شیوه زندگی که مبین چگونگی بسیاری از رفتارهای انسان است .

۲- اجتماعی قلمداد کردن انسان و تاثیر اعضای خانوار و اطرافیان بر رشد فرد . او بسیاری از مشکلات انسان‌ها را از نابسامانی‌های اجتماعی ناشی می‌داند و علاقه و دوستی و محبت به همنوع را ذاتی می‌انگارد .

۳- تاسیس اولین مرکز راهنمایی کودک که در رفع مسائل و مشکلات مختلف کودکان کمکی بس موثر بود . بعدها نظیر این مرکز مراکز دیگری در سایر نقاط جهان تاسیس گردید که در سازگاری فردی و اجتماعی دانش‌آموزان و افزایش سطح کارآمدی آموزش و پرورش تاثیر فراوان داشت .

ادلر انسان را موجودی خلاق می‌داند و با هر آنچه که خلاقیت او را محدود کند و بدو حالت موجودی مصنوعی و قالبی دهد مخالفت می‌ورزد . از آنجا که او انسان را موجودی اجتماعی و تا حد زیادی تحت حاکمیت اجتماع و قوانین آن می‌داند بنابراین از روان درمانگران و مشاوران می‌خواهد که تاثیر متقابل فرد و اجتماع را هر یکدیگر جدی تلقی کنند ، مسئولیت خطیر خود را در تشکیل و رشد شیوه زندگی بخوبی بشناسند ، و موانع موجود را از میان بردارند .

منابع و یادداشت‌ها

1. Long Island.
2. Belkin, G.S. *Practical Counseling in the Schools*. Iowa: William C. Brown Co., 1976, p. 203.

3. Ansbacher, H.L. and Ansbacher, R.R. *The Individual Psychology of Alfred Adler*. New York: Harper and Row Publishers, 1967.
4. Life-Style.
- ۵- ایزدی، سیروس. روانشناسی شخصیت از دیدگاه مکاتب. تهران: انتشارات دهخدا، ۱۳۵۱، ص ۵۶.
6. Barclay, J.R. *Foundations of Counseling Strategies*. New York: John Wiley and Sons, Inc., 1971, p. 288.
- ۷- سیاسی، علی‌اکبر. نظریه‌های شخصیت یا مکاتب روانشناسی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۶۷، ص ۱۲۰.
8. Poppen, W.A. and Thompson, C.L. *School Counseling: Theories and Concepts*. Lincoln, Nebraska: Professional Educators Publications, Inc., 1974, p. 36.
9. Adler, A. *The Problem Child*. New York: Carpricorn Books, 1963, p. 1.
10. Mosak, H.H. and Driekurs, R. "Adlerian Psychotherapy," In R. Corsini, ed., *Current Psychotherapies*. Itasca, Iu": F.E. Peacock Publishers, Inc., 1973, pp. 54-5.
11. Role-Playing.
12. Homework.

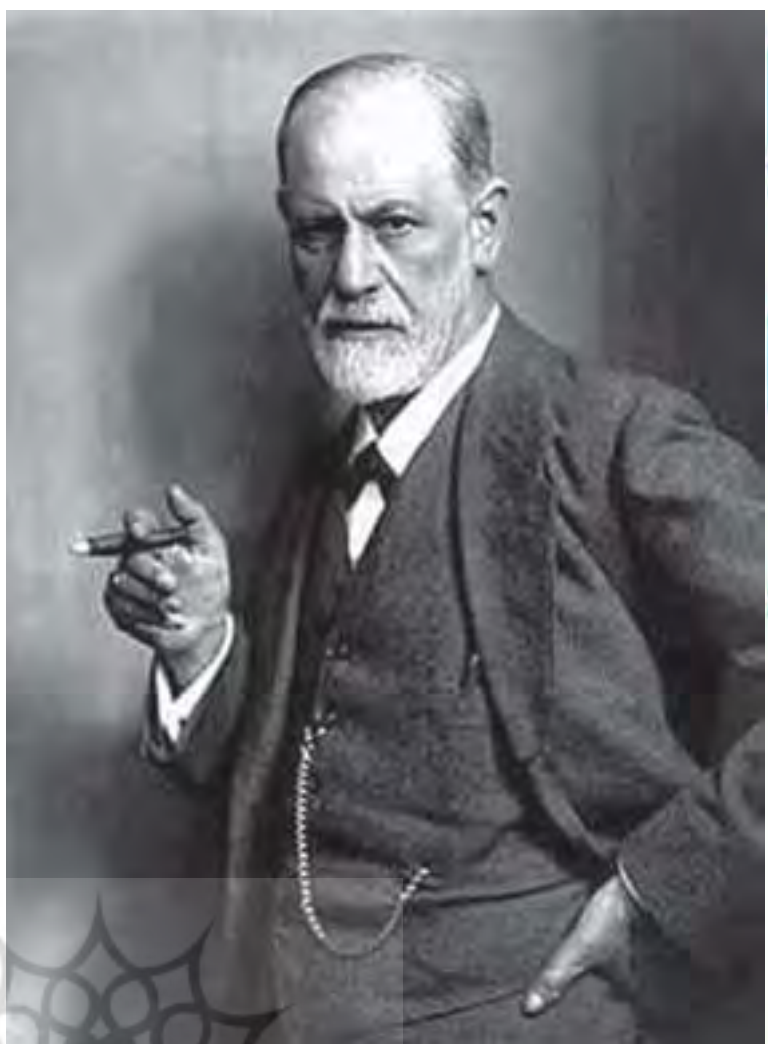
شوریه‌شناسی و مطالعات فرهنگی

مجمع علوم انسانی

امام صادق (ع)

شاور فی امرک الذین یحشرون الله عزوجل

در کارها با کسانی مشورت کن که از خدا می‌ترسند



آدلر، زندگی، تحول فکری و اندیشه‌های او

لیورا سعید

کارشناس ارشد روانشناسی (تهران)

آلفرد آدلر (Alfred Adler) از روانشناسان بنام اتریشی بود. آدلر معمولاً به عنوان نخستین پیشگام گروه روانشناسی اجتماعی در روانکاوی تلقی می‌شود، زیرا در (۱۹۱۱) از فروید جدا شد. او نظریه‌ای را تدوین کرد که "علاق اجتماعی" در آن نقش عمده‌ای را ایفا می‌کند و او تنها روانشناسی است که یک گروه چهار نفره تشکیل داد که به نام او نامیده می‌شود.

زندگی آدلر:

آدلر در ابتدا دانش آموز ضعیفی بود، به اندازه‌ای ضعیف که معلمی به پدرش گفت که این پسر برای هیچ شغلی جز شاگرد کفاشی مناسب نیست. اما آدلر با پشتکار و فداکاری خود را از پایین‌ترین سطح کلاس بالا کشید. هم از نظر اجتماعی و هم از نظر تحصیلی سخت تلاش کرد تا بر عقب ماندگی‌ها و حقارت‌هایش غلبه کند و بدین ترتیب برای نظریه آینده‌اش دایر بر اینکه شخص باید نقاط ضعفش را جبران کند نمونه‌ای شد. توصیف احساس‌های حقارت، که بعدها بخش اصلی نظام او را تشکیل داد، بازتاب مستقیم تجارب اولیه خود اوست، دینی که آدلر آزادانه به آن اعتراف کرد.

آدلر در چهار سالگی، هنگامی که از دست و پنجه نرم کردن با ذات‌الریه‌ای که او را تا دم مرگ برده بود بهبودی حاصل کرد،

آدلر (۱۸۷۰-۱۹۳۷) در یک خانواده ثروتمند که در حومه وین، اتریش، زندگی می‌کردند به دنیا آمد. کودکی او با بیماری، حسادت برادر بزرگتر و طرد شدن از سوی مادرش مشخص شده بود. او خود را شخصی زشت و کوچک اندام تلقی می‌کرد. آدلر نسبت به پدرش بیش از مادرش احساس نزدیکی می‌کرد و شاید مانند یونگ، بعدها به این دلیل با مفهوم عقده ادیپ مخالفت کرد که در تجارب دوره کودکی‌اش انعکاسی نداشت. آدلر در کودکی با جدیت تمام کار می‌کرد تا نزد همسالانش محبوبیت به دست آورد و به تدریج که بزرگتر شد، به احساس عزت نفس و پذیرش از سوی دیگران دست یافت که در میان افراد خانواده‌اش سراغ نداشت.

تصمیم گرفت پزشک شود. درجه دکتری پزشکی خود را در ۱۸۹۵ از دانشگاه وین دریافت کرد. پس از گرفتن تخصص چشم‌پزشکی و سپس اشتغال در پزشکی عمومی، به روانپزشکی روی آورد. در ۱۹۰۲ شرکت در نشست‌های بحث گروهی هفتگی فروید را به عنوان یکی از چهار عضو مجاز آغاز کرد. گرچه از نزدیک با فروید کار می‌کرد، رابطه شخصی با یکدیگر نداشتند. یک بار فروید گفته بود که آدلر حوصله‌اش را سر می‌برد.

آدلر در چند سال بعد نظریه‌ای درباره شخصیت تدوین کرد که از بسیاری جهات با نظریه فروید تفاوت داشت و تاکید فروید بر عوامل جنسی را آشکارا مورد انتقاد قرار داد. بر خلاف فروید، که اعمال بشر را نتیجه‌ی غرایز می‌دانست و یونگ که رفتار انسان راناشی از طرح‌های ارثی می‌پنداشت، آدلر اعمال و رفتار انسان را زاییده کشش‌های اجتماعی می‌داند. در ۱۹۱۰ فروید ریاست انجمن روانکاو وین را به نام او کرده بود تا اختلافات

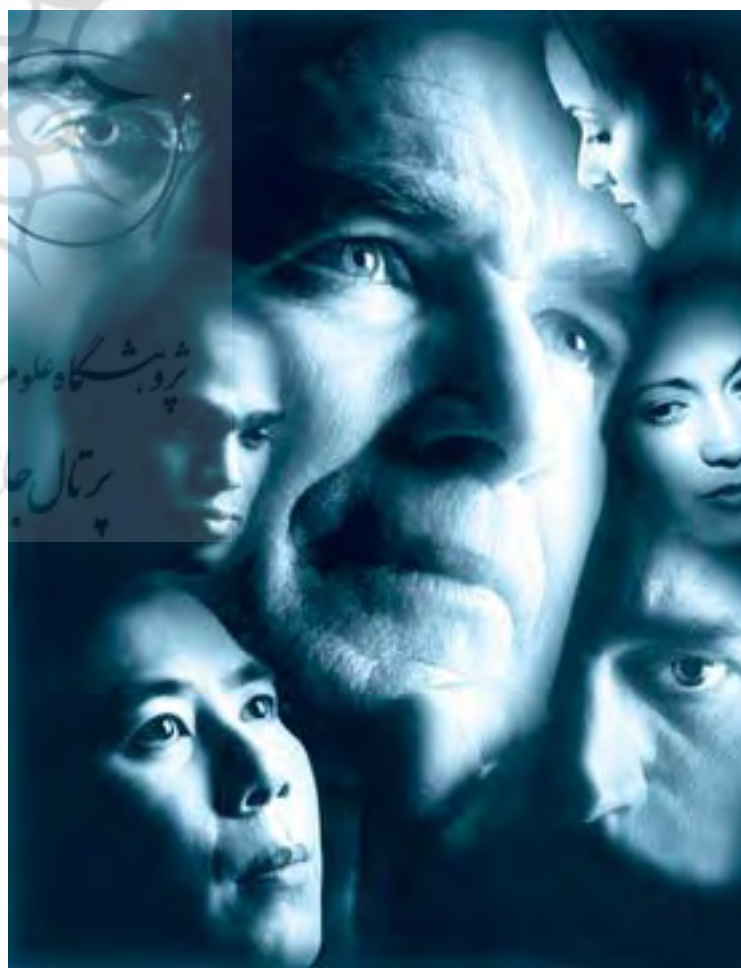
فزاینده بین آن دو از میان برداشته شود، اما در سال ۱۹۱۱ آدلر رسماً با دیدگاه فرویدی به مخالفت برخاست. او به عنوان یکی از اولین مریدان فروید از جامعه روانپزشکی وین کنار کشید و در دهه سال‌های ۱۹۲۰ مکتب روانشناسی فرد نگر را بنیاد نهاد. بعدها آدلر فروید را کلاهبردار توصیف کرد و روانکاو او را «کثیف» خواند.

فروید از آدلر به عنوان «نابهنجار» و «دیوانه شهرت» یاد می‌کرد. آدلر در جنگ جهانی اول به عنوان پزشک در ارتش خدمت کرد و پس از آن کلینیک‌های راهنمای کودکان را در مدارس وین سازماندهی کرد. در سال‌های دهه ۱۹۲۰ نظام روانشناسی اجتماعی وی که خود آن را روانشناسی فردی می‌نامید پیروان زیادی پیدا کرد. آدلر نویسنده‌ای پرکار و سخن‌رانی خستگی‌ناپذیر بود و در تمام عمرش حدود یکصد کتاب و مقاله به چاپ رساند. کتاب «اصول تجربی و نظری روان‌شناسی فردی» بهترین معرف نظریه‌اش در زمینه شخصیت است. در ۱۹۲۶ آدلر نخستین بازدید از چندین بازدید خود از آمریکا را انجام داد و هشت سال بعد به استادی روانشناسی بالینی در دانشکده پزشکی لانگ‌آیلند نیویورک منصوب شد و در حالی که برای ایراد سخنرانی پر حرارت در سفر بود، در آبردین، اسکاتلند درگذشت.

فروید در پاسخ به نامه دوستی که مرگ آدلر به شدت متأثرش کرده بود نوشت، "من معنای دلسوزی شما برای آدلر را نمی‌فهمم. برای یک پسر یهودی که از حومه وین خارج می‌شود مرگ در آبردین به خودی خود یک موقعیت بی‌سابقه و دلیلی است بر اینکه تا چه اندازه پیش رفته است. دنیا در برابر مخالفتش با روانکاو پاداش خوبی به او داد."

تاریخچه تحول فکری آدلر:

آدلر ابتدا عضو انجمن روانشناسان وین بود و تا اندازه‌ای از افکار فروید تاثیر پذیرفته بود. تفاوت عمده دیدگاه آدلر با فروید در این بود که او تاکید زیادی بر تاثیرات عوامل اجتماعی و میل به برتری شخصیت و رشد آن می‌کرد. آدلر قویا تاکید می‌کرد که انسان را نمی‌توان مجزا از دیگران مورد مطالعه قرار داد، بلکه مطالعه‌ی انسان فقط باید در زمینه‌ی اجتماعی او انجام پذیرد. از میان فلاسفه یونان قدیم، آدلر از افکار رواقیون متأثر بوده است. بطوریکه اعمال و رفتار انسان را تا حدود زیادی زاییده‌ی



شکل‌گیری شخصیت به حداقل رساند و به جای تاکید بر ناهشیار به نقش هشیاری در تعیین رفتار تاکید داشت. او معتقد بود که تلاش برای اهداف آینده می‌تواند رفتار زمان حال ما را تحت تاثیر قرار دهد. لذا در روش‌درمانی خود از تشویق استفاده می‌کرد. آدلر شخصیت انسان را یکپارچه می‌دید که ما را در جهت رسیدن به برتری و کمال هدایت می‌کند. در اینجا به چندین مفهوم که اساس نظریه شخصیت او را تشکیل می‌دهد اشاره می‌کنیم:

۱- هدف‌های تخیلی:

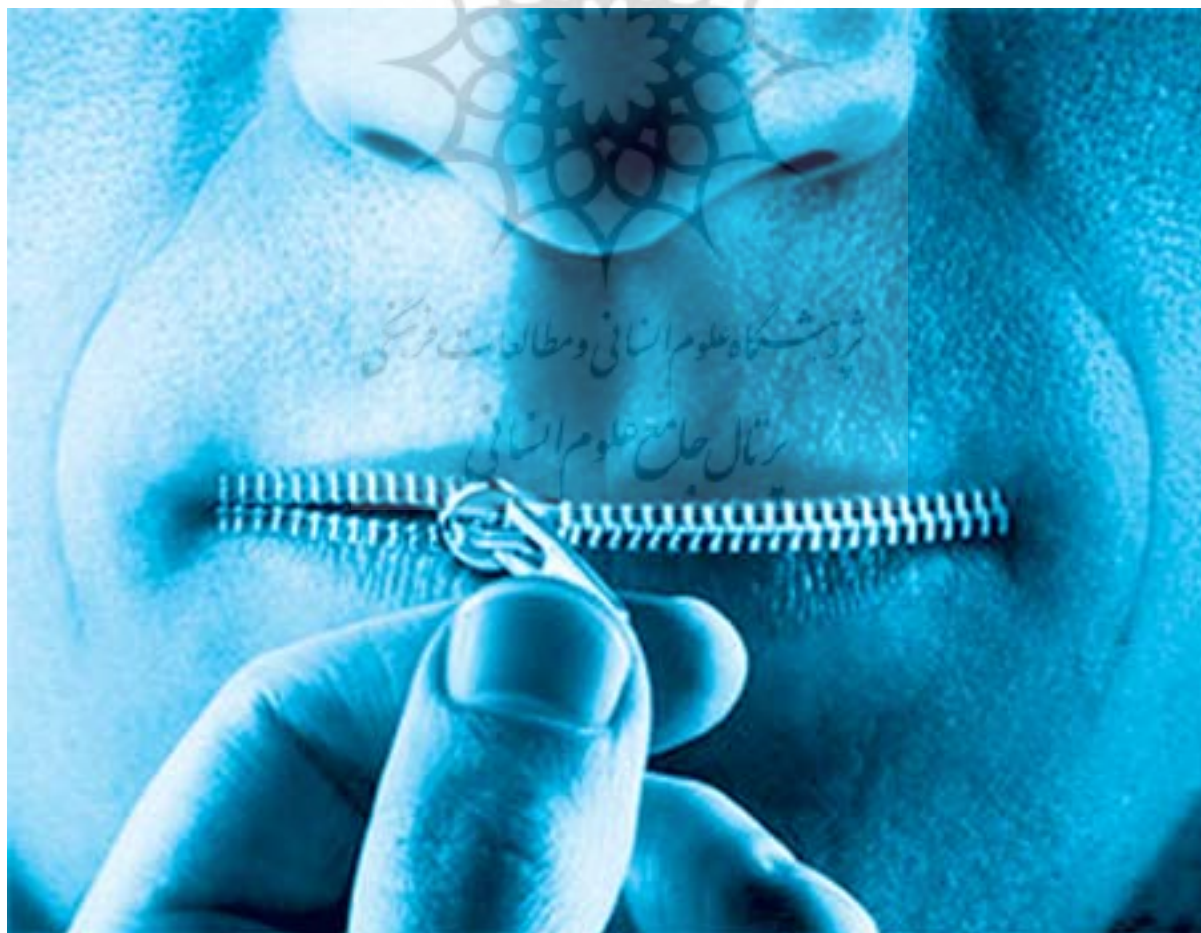
آدلر پس از جدایی از فروید و استفاده از عقاید وی هینگر، مبنی بر اینکه زندگی بشر مجموعه‌ای از افکار تخیلی است که در عالم واقعیت وجود خارجی ندارند، اعتقاد بر آن پیدا کرد که محرک اصلی رفتار بشر، هدف‌ها و انتظارات او از آینده است. به عقیده‌ی آدلر انسان سالم قادر است خود را از قید و بند این تخیلات رها کند و به هنگام لزوم با واقعیات روبرو شود. در حالیکه فرد روان نژند به این کار قادر نیست و همواره در خیال پردازیهای خود

نگرشها و تفکر انسان قلمداد کرده است. آدلر با استفاده از فلسفه کانت، بخصوص از نظر مفاهیم امور مطلق، منطق خصوصی و غلبه یافتن، شباهت زیادی دارد.

آدلر به شدت تحت نفوذ فلسفه وی هینگر قرار داشت، و رد نظریه‌ی جبر گرایی را در نظریات وی هینگر کشف کرد. آدلر معتقد بود که انسان خود سرنوشت خویش را تعیین می‌کند. روانشناسی آدلر کلی‌نگری را به نفع کلی‌نگری رد می‌کند و هیچ‌گونه تقسیم‌بندی دو بعدی، نظیر خود آگاهی و ناخود آگاهی، را قبول ندارد. زندگی در نظر او «بودن» نیست بلکه «شدن» است. آدلر جبرگرانیست و به آزادی انتخاب مسوولیت و بامعنی بودن مفاهیم در طرح زندگی انسان معتقد است.

مفاهیم بنیادی نظریه‌ی آدلر:

نظریه‌ی شخصیت: نظریه‌ی آدلر درباره‌ی شخصیت نظریه‌ی کاملاً اقتصادی و صرفه جویانه است، بدین معنی که با چند مفهوم اساسی، تمام ساخت نظریه را تبیین می‌کند. آدلر در نظریه‌اش، بر خلاف فروید، نقش امیال جنسی را در





بودن، مقتدر بودن و برتر بودن. هدف آدلر از تفوق و برتری: احراز مقام اجتماعی یا فرمانروایی بر دیگران نیست بلکه منظورش خودشکوفایی و ارتقای خود است. تفوق و برتری طلبی با رشد فیزیکی هماهنگ و همگام است. اصلی ذاتی و پویاست که از نسلی به نسلی دیگر منتقل می‌شود. آدلر معتقد است تلاش برای تفوق و برتری در افراد به صورت‌های مختلف بروز می‌کند. مثلاً فرد روان نژند برای نیل به عزت نفس، قدرت و بزرگ جلوه دادن خویش تلاش می‌کند. در حالی که فرد عادی برای هدف‌هایی تلاش می‌کند که در درجه اول ماهیت اجتماعی داشته باشد.

۳- احساس حقارت و مکانیسم جبران:

آدلر در آغاز کارش نقص عضو و جبران افراطی را مطرح کرد. همچنین او ملاحظه کرد که شخصی که عضو معیوبی دارد اغلب می‌کوشد با تقویت آن عضو، از راه تربیت فشرده، آن ضعف را جبران کند. در این موقع آدلر مهتری و کهتری و ناچیزی را با مردانه نبودن و یازنانگی معادل می‌دانست و عمل جبرانی آن را «تعرض مردانه» نامید. پس از آن با ارایه نظر جامع تری معتقد شد که احساس حقارت از نوعی احساس بی‌کمالی یا ناتمامی در هر بعد از زندگی ناشی می‌شود. به نظر آدلر حقارت نشانه‌ی غیر عادی بودن نیست بلکه علت تمام پیشرفت‌ها و بهبودی‌ها در زندگی انسان می‌باشد. جبران، مکانیسمی است که به کمک آن فرد احساس حقارت خود را تلافی می‌کند. مکانیسم جبران چنانچه به صورت افراطی تجلی کند، حالت مرضی به خود می‌گیرد و رفتارهای فرد را مختل می‌کند. به علاقه‌ی اجتماعی صدمه می‌زند و قدرت طلبی را در او فوق‌العاده تقویت می‌کند.

۴- علاقه اجتماعی:

به عقیده‌ی آدلر علاقه‌ی اجتماعی، جبران صحیح و مسلم همه‌ی ضعف‌های طبیعی یک فرد است. استعدادی ذاتی برای همکاری با دیگران جهت رسیدن به اهداف شخصی و اجتماعی است که از طریق تجارب یادگیری در دوره کودکی رشد می‌کند. آدلر معتقد است که علاقه‌ی اجتماعی امری ذاتی است و انسان به طور ذاتی مخلوقی اجتماعی است، نه اینکه از روی عادت اجتماعی شده باشد. از نظر او، هر شخص پیش از هر چیز یک موجود اجتماعی و نه زیستی است؛ شخصیت مادر اثر محیط و تعامل‌های اجتماعی فردی شکل می‌گیرد، نه در اثر نیازهای زیستی و تلاش پیوسته ما برای ارضای آنها. وجود یک

غوطه‌ور است. در نظر آدلر هدف‌های تخیلی علت ذهنی رویدادهای روانی هستند.

پیش فرض پیروان آدلر آن است که هدف روان‌تأمین برتری است. هدف هر فردی در ماه‌های اولیه‌ی زندگی در کودکی شکل می‌گیرد و تحت تاثیر محیط تعیین می‌شود. هر یک از ما فقط آن چیزی را ارزش می‌نهد که متناسب با هدف اوست. بدون درک روشنی از هدف نهایی فرد، درک واقعی رفتار او غیر ممکن است و نیز، تا ندانیم که کل فعالیت فرد تحت تاثیر هدفش قرار دارد، نمی‌توانیم هیچ یک از جنبه‌های رفتار و در نتیجه کل شخصیت او را ارزشیابی کنیم.

۲- تلاش برای تفوق و برتری:

آدلر در سال ۱۹۰۸م، به این نتیجه رسید که تمایلات تهاجمی از غریزه‌ی جنسی بسی مهم‌ترند. ولی اندکی بعد واژه‌ی پرخاشگری یا تهاجم را به «میل به قدرت» تبدیل کرد. آدلر قدرت را جنس مذکر و ضعف را با جنس مونث همانند می‌دانست. او در این مرحله از تفکر خویش، عقیده «تعرض مردانه» را مطرح کرد و آن را شکلی از جبران افراطی دانست که هم مردان و هم زنان در موقع احساس عدم کفایت و یا حقارت به آن متوسل می‌شوند. از این رو می‌توان گفت که با توجه به هدف نهایی انسان سه مرحله در تفکر او وجود دارد: تهاجمی

می‌شود. رابطه بین مادر و کودک، تماس بدنی و روانی به هنگام شستشو، نظافت و لبخندها و واکنش‌های کودک، در تحکیم روابط مادر و کودک بسیاری اساسی است. در این مقطع زمانی، شرایط باید به گونه‌ای فراهم شود که فرد متوجه ارزش شخصی و قدرت خویش شود و در نتیجه آن تمایل به تسلط یافتن که در نهاد هر کسی نهفته است ارضای گردد. موفقیت‌ها، توانایی‌ها و عمل‌چیزی جز اثبات شخصیت و احساس مهمتری نیست.

۶- خود خلاق:

تجارب معینی از طریق وراثت و محیط به انسان منتقل می‌شود اما آنچه پایه نگرش او را نسبت به زندگی تشکیل می‌دهد روشی است که فعالانه به کار می‌برد و با آن تجربیات خود را تفسیر می‌کند. این مبحث، اوج نظریه آدلر محسوب می‌شود که اشاره می‌کند انسان استعداد آن را دارد که شخصیت و سرنوشت



احساس اجتماعی همگانی است. به طوری که تمام انسان‌ها را با یکدیگر برابر می‌کند. احساس اجتماعی، پایه و اساس تمام پیشرفت‌های مهم تمدن است. نقطه‌ی مقابل احساس اجتماعی، تمایلات و تلاش‌هایی است که در جهت قدرت شخصی و برتری انجام می‌گیرد.

به نظر آدلر شخصیت‌های بیمار گونه‌انمایی هستند که نتوانسته‌اند به شیوه‌ای که از لحاظ اجتماعی سازنده است، به برتری برسند. این شخصیت‌ها از خانواده‌هایی به وجود می‌آیند که رقابت، بی‌توجهی، سلطه‌گری، بهره‌کشی، یا لوس کردن بر آنها حکم فرماست و تمام این‌ها، از علاقه اجتماعی جلوگیری می‌کنند. فرزندان این خانواده‌ها با صدمه زدن به دیگران، برای زندگی کامل‌تر تلاش می‌کنند. کودکانی که از علاقه اجتماعی منع شده‌اند، برای رسیدن به برتری یکی از این چهار هدف خودخواهانه را انتخاب می‌کنند: محبت‌خواهی، قدرت‌طلبی، انتقام‌جویی، و اعتراف به نارسایی و شکست. از دید آدلر مشکلات ارتباط، اصولاً مشکلات همکاری هستند. ارتباط کارآمد بنا بر ماهیت آنها نوعی تلاش مشترک است. اگر کسی به خاطر تمایلات شخصی از دادن اطلاعات خودداری کند، یا اگر کسی برای کسب امتیاز رقابت طلبانه اطلاعات گمراه‌کننده بدهد، ارتباط دچار تعارض خواهد شد. زوج‌هایی که بر سر رقابت، مثل رقابت نقش‌جنسی، باهم تعارض دارند، با اینکه هر یک می‌توانند با دوست یا هم‌جنس خود ارتباط خوبی داشته باشند، اغلب از مشکلات موجود در ارتباط با یکدیگر شاکه هستند.

۵- سبک زندگی:

هر یک از افراد برای رسیدن به کمال به شیوه‌ای خاص رفتار می‌کنند تا به وسیله آن، احساس حقارت واقعی یا خیالی خود را جبران کنند. سبک زندگی، این رفتارها را شامل می‌شود که در سنین ۴ یا ۵ سالگی تثبیت می‌شود. شیوه زندگی، ترکیبی مشخص و منحصر به فرد از انگیزه‌ها، خصلت‌ها، علایق و ارزش‌هاست که در هر عملی که فرد انجام می‌دهد تجلی می‌شود که تعیین‌کننده نحوه اندیشیدن، آموختن و رفتار کردن است. بنابراین این طرح از پیش تعیین شده که زیر بنای تمام زندگی روانی را تشکیل می‌دهد و تمام رفتار فرد از آن نشات می‌گیرد، در سال‌های نخست زندگی فراهم می‌شود که نقطه عطف آن بر نحوه کیفیت روابط پدر و مادر و کودک استوار



مصالح توسط نیروی خلاق فرد است که در یک طرح و هدف، در ساخت شخصیتی که هدف خاص خود را دارد، همگرا می شود.

آلفرد آدلر بهداشت روانی یا به عبارت دیگر بهزیستی استوار و شادگامی را در سه جمله خلاصه می کند:

"همسازی در زناشویی و کانون خانواده، همسازی با کار و حرفه و بالاخره همسازی با دیگران"

منابع:

P30world forums
Aftab.ir
Bitasoft.ir

خوبش را با سبک زندگی خاص خود تعیین کند نه اینکه منتظر شود تجارب گذشته آن را تعیین کند. خود خلاق یک نظام شخصی و ذهنی است که تجربه های فرد را تعبیر می کند، به آنها معنای بخشد و از طریق جستجو و تحقیق، اقدام به خلق آنها می نماید تا شیوه زندگی که منحصر به خودش می باشد، محقق سازد. خود خلاق ویژگی هایی چون وحدت، ثبات و فردیت به شخصیت می بخشد و سرچشمه فعال زندگی است. آدلر، ساخت شخصیت را ارثی نمی داند بلکه اکتسابی می داند. پس از تولد، طفل تا زمانی که شخصیت وی به طرف معینی جهت گیری نکرده می داند با آن چکار باید کند. خط رهنمود دهنده که شخصیت در نخستین سال های زندگی برای خود تدارک می بیند، همانا هشیار شدن به تجهیزات سرشتی، نقیصه های خود، تاثیر محیط اطراف و به کار گرفته شدن این

آر و منظومه ادراک

نوشته دکتر مهدی کی‌نیا

استاد دانشگاه

آدر «بی استعداد» بهترین ریاضی‌دان کلاس خود شد.

آدر شک علمی را از پدر خود فراگرفت. پدرش لئوپولد آدر با اینکه بازرگان و دوزان اشتغالات علمی بود روحیه حقیقت‌جویی را در پسر شکوفان ساخت و به او آموخت به آسانی و سادگی زیر بار معتقدات دیگران نرود باید بکوشد تا خود حقیقت هرچیزی را دریابد و از این رهگذر به یقین و ایمان برسد.

آدر پس از تحصیلات دبیرستان، به تحصیل پزشکی در دانشگاه وین پرداخت. خود را برای جهان بینی کامل آماده مینمود از این رو در کلاسهای فلسفه و روانشناسی شرکت میکرد و به مسائل اجتماعی نیز توجه خاصی مبذول میداشت. در ۲۵ سالگی به اخذ درجه دکترای پزشکی نائل آمد و در یکی از بیمارستانهای وین به کار پرداخت. آدر در ۲۸ سالگی به چشم پزشکی اشتغال ورزید مدتی پس از آن به درمان بیماریهای داخلی رو آورد و سرانجام مجذوب روانپزشکی گردید.

آدر در مسیر زندگی خود به فریاد برخورد

آلفرد آدر در هفتم فوریه ۱۸۷۰ در حومه وین زاده شد. او فرزند دوم خانواده خود بود که پس از وی نیز والدینش دارای چهار فرزند دیگر شدند. آلفرد در کودکی ضعیف و راشتیك و ناخوش احوال ولی با اینهمه فعال و خوش سلوك بود. بیماری ممتددوران کودکی وی را بر آن داشت تا برای مبارزه با مرگ، رشته پزشکی را برگزیند. گذشت زمان تغییری در تصمیم راسخ او نداد.

در دبیرستان، در دروس ریاضی بسیار ضعیف بود؛ پدرش برای او یک معلم خصوصی گرفت تا در منزل به او ریاضی تعلیم دهد و عقب ماندگی وی را از کلاس درس جبران کند. زیرا معلم دبیرستان به پیشرفت آدر امیدی نداشت و به پدرش توصیه میکرد که او را به کفاشی بفرستد تا شاگرد کفاش بشود. آدر بعدها میگفت: «اگر پدرم به توصیه معلم من ترتیب اثر داده بود احتمالاً من کفاش خوبی شده بودم اما برای من در تمام طول زندگی این تصور حاصل میشد که بعضی اشخاص واقعاً از «سوهبت» ریاضیات برخوردارند.» به زودی در اثر مساعی فراوان



کرد و علناً از او در برابر دشمنان و همکارانش
 که به او عقیده نداشتند دفاع کرد .
 آدلر به سال ۱۹۱۲ انجمن «روانشناسی
 فردی» را تأسیس کرد و مکتب آدلری روز به
 روز رو به توسعه رفت . دانشگاه وین که فروید
 در آن تئوریهای خود را تدریس میکرد اجازه
 نداد آدلر نیز تئوریهای خود را تدریس کند .
 آدلر مردی نبود که به این سادگی ها از میدان
 به در رود و دچار یأس و حرمان گردد، ناگزیر
 مانند یک استاد آزاد در منزل خود علم جدیدش
 را تدریس میکرد تا اینکه از مراکز علمی و
 دانشگاههای معروف ، چه در اروپا و چه در
 آمریکا ، برای تدریس دعوت گردید .
 از آغاز سال ۱۹۲۲ در ایالات متحده

امریکا به تدریس پرداخت و به هنگام مراجعت
 از نیویورک به روز ۲۸ مه ۱۹۳۷ در آبردین
 واقع در اکس در اثنای سخنرانی درگذشت .
 آدلریسم شهرت عظیمی در جهان دانش
 پیدا کرد . نظریه او خاصه درباره «روانشناسی
 کودکان دشواره در تربیت افرادی که تعادل
 ندارند و یا از جاده راست منحرف شده اند
 بسیار مؤثر و مفید افتاد .

مرکز مشاوره «روان - پرورشی» یس
 «پسیکوپداگوژیک» را در وین تأسیس کرد
 تا به معلمان مدارس «سبک زندگی» اطفال
 دشوار را بفهماند و تعلیم دهد که چگونه
 میتوان «هدف منفی» کودکان ناسازگار را از
 راه تشویق به «هدف اجتماعی» تبدیل کرد .

آدلر معلومات جدیدی در اختیار معلمان گذاشت که تا آنروز در روانشناسی کلاسیک، در پسیکانالیز فروید و در روشهای تعلیم و تربیت، بدان توجهی نشده بود.

مراد آدلر از «سبک زندگی» هر فرد انسانی تقریباً معادل «منش» خاص آن فرد است. آدلر معتقد بود که انسان با استعدادهایی که از طریق وراثت به او رسیده قادر میشود از محیط خود بهره برداری کند از راه فراگیری و کسب خصائلی ویژه برمنش خاصی دست یابد و دارای «سبک زندگی» معینی شود که مخصوص خود اوست و تفاوت اشخاص از یکدیگر را باید در تفاوت «سبک زندگی» آنان جستجو کرد. «سبک زندگی» هر انسان تا پنجسال اول زندگی او شکل میگیرد و از آن پس به کمک روانشناس، جزبه دشواری تغییر مهمی نمییابد. از آن رو اهمیت نقش تربیت در پنجسال اول زندگی هر کودک در تعیین و شکل گیری «سبک زندگی» او به خوبی پیداست.

با انتشار کتاب «کودک دشوار» جهان پرورش کودک معتقد شد که دکتر آدلر قدم درجای پای سون تنی (۱) و ژان ژاک روسو (۲) گذاشت و از پستالوزی سوئسی (۳) و فرویل آلمانی (۴) خالق کودکستانها یا باغ کودکان، گذشت و به اوویدد کزولی (۵) پزشک و روانشناس بلژیکی یکی از پیشوایان و پایه گزاران تعلیم و تربیت نوین و بانو «اریامونت سوری (۶) پزشک و پداگوک اینالیائی رسید.

آدلر سه عامل را در تکوین «سبک زندگی» هر فرد بسیار مؤثر می شناسد: عامل اول مقام فرد در خانواده که موضوع سخن ماست، عامل دوم نخستین خاطرات و عامل سوم رؤیاهای آن فرد است. درباره عامل

سوم او مانند بسیاری از روانکاوان معتقد است که رؤیا کلید شناخت شخصیت هر فرد است. آدلر با اینکه روانشناس بود، توجه محققان را به ضرورت بررسی کودک نه فقط از نظر روانشناسی بلکه به عنوان اینکه جزئی است از منظومه خانوادگی و در تحت تأثیر رفتار و جاذبه افراد خانواده قرار دارد جلب کرد و نشان داد که کودکان بر حسب ترتیب ولادت خود در معرض بعضی از مشکلات هستند.

بعضی از جامعه شناسان، به ویژه در میان انگلوساکسونها، در اثر تلقینات آدلر، به اهمیت این نکته پی برده اند که فضای معرفت النفسی کانون خانواده و هر محیط محدود و مقید میتواند موجب تحریک یک ناسازگاری اجتماعی گردد.

کتاب «کودک دشوار» آدلر به وسیله دکتر شفر (۷) به زبان فرانسه برگردانده شد و به سال ۱۹۶۲ در پاریس در ۲۱۴ صفحه قطع جیبی منتشر گردید، آدلر فصول ششم و یازدهم این کتاب را به «یگانه فرزند» (از صفحه ۸۳ تا ۹۱) و «نقش یگانه فرزند» (از صفحه ۱۱۸ تا ۱۲۲) اختصاص داده است. آثار آدلر به ترتیب تاریخ انتشار آنها به این شرح است:

«مزاج عصبی» (۸) به سال ۱۹۱۲، «تئوری و عمل در روانشناسی فردی» (۹) به سال ۱۹۱۸، «شناخت انسان» (۱۰) به سال ۱۹۲۷، «روانشناسی کودک دشوار» تکنیک روانشناسی فردی تطبیقی» (۱۱) به سال ۱۹۲۸، «علم زندگی» (۱۲) به سال ۱۹۲۹، «تربیت کودکان» (۱۳) به سال ۱۹۳۰، «معنی زندگی» (۱۴) به سال ۱۹۳۰ و چندین مقاله علمی.

فقط یکی از آثار آدلر به نام «معنی زندگی» به وسیله آقای عنایت اله شکیباپور به

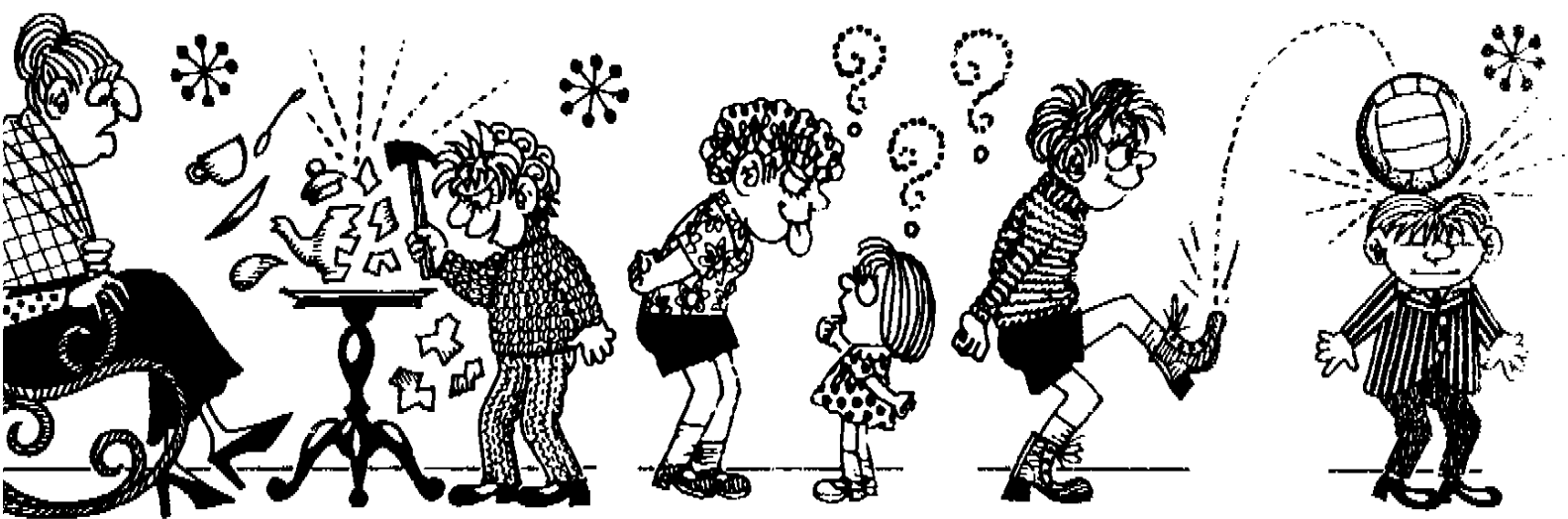
«پسرک هم با این امید روزگار خود را در منزل پدر و مادر دور از اجتماع گذراند زیرا یقین داشت که با این روش یک روز به مقام عالی خواهد رسید...»

«عقدۀ ادیب یکی از مباحث مهم روانشناسی است و آن عبارت از عقدۀ مرسوزی است که کودک در دنیای مادرش زندگی میکند، با او عشق می‌ورزد... و از دیدن او لذت میبرد و غیر از مادر کسی را نمی‌شناسد. عقدۀ ادیب یکی از بیماریهای روانی است که گاهی نزد بعضی از کودکان در حالت بحرانی دیده شده است. عقدۀ ادیب در این وکیل دادگستری مادرزادی نبود و در نتیجه روشهای نادرست و مصنوعی مادرش به وجود آمده و این مادر بود که چنین عقدۀ خطرناکی را در وجود فرزندش بارور ساخت به طوری که گاهی از اوقات این عقدۀ روانی کار را به جایی میرساند که نسبت به سایر زنان و عشقهای طبیعی بدبین میشود.»

«کودک در این حالت نسبت به اجتماعی که در آن زندگی میکند بیگانه است و به خود فرو رفته و دیگران را برای خودش مزاحم میداند، دنیای خارج برای او هراس‌انگیز است از رفتن به کوچه و خیابان و از تماس با

فارسی برگردانده شد و بدون قید تاریخ انتشار یافت. آدلر در این کتاب از یک وکیل مدافع ۳۶ ساله ناکام که یگانه فرزند خانواده‌اش بود سخن می‌گوید: «ذوق و علاقه‌اش را از دست داده زیرا در هر قدم که برداشته با ناکامی روبرو بوده و پیش خود فکر میکند که سخنانش در روح قاضی تأثیری ندارد و نمیتواند مشتریان را به طرف خود جلب کند. این حالت یأس و نومیدی است. این شخص همیشه با مشکلات روبرو شده است و حالت ناامیدی او را به جایی کشانده که از روبرو شدن با زنان و دختران احساس شرم میکند، نسبت به همه چیز بدبین است... او خود را یکه و تنها میداند و خود را از مردم کناره کشیده و مانند سابق در آغوش مادرش پناه برده است و اگر کسی به دیدنش می‌آید احساس خوشوقتی نمیکرد و هرگز برای دیدن دوستان و آشنایان از منزل خارج نمیشود...»

«مادرش او را با محبت افراطی فاسد ساخت و شب و روز خود را برای تربیت این یگانه فرزند صرف کرد و به او اطمینان می‌داد که آدم خوشبختی است پدرش هم ایمان داشت که فرزندش یک روز مردی فوق‌العاده خواهد شد.»



مردم گریزان است .»

«سرانجام این کودک به جایی رسید که پس از پایان تحصیلات وقتی که لازم بود به طور مستقل زندگی کند ، وحشتی سخت در تنهایی سراپای وجودش را فراگرفت حالتی شبیه به مالیخولیا به او دست داد . . .»

«این کودک فاسد موجودی ترسو و بی استعداد شد ، از مردم میگریخت ، به دوستان خود مخصوصاً به جنس مخالف نزدیک نمیشد و این رویه تاجایی ادامه یافت که در حرفه و کالت نیز نتوانست کاری صورت دهد و با شکستها و ناکامیهای پی در پی روبرو شده بود .»

«این کودک گوشه گیر از لحاظ عقل و هوش چه وضعی داشت ؟ جواب ما منفی است زیرا عقل و هوش نیروئی است که باید در اجتماع و عوامل خارج مایه بگیرد و بارور شود اما این کودک به همان حال که بود باقی ماند و در زندگی او کوچکترین تغییری راه نیافت ، او میخواست جلوتر و بهتر از دیگران باشد اما برای این کار مایه ای نداشت و روزه روزه به ناتوانی خویش کمک کرد .»

«عقیده او درباره زندگی چنین خلاصه میشود : اکنون که جهان ، پیروزی را از من دریغ میکند ، پس من هم از دنیا کناره گیری میکنم .» (۱۵)

یگانه فرزند خانواده - چنین فرزندى نمیتواند از مشکلات خودپرستی فوق العاده رهایی یابد . او برای خود همبازی نمییابد ، برادر و خواهری برای گفت و شنود ندارد به زندگی اجتماعی با افراد هم طبقه و هم سطح و هم فکر خود نگرفته است .

یگانه فرزند خانواده در محیط ترس و خوف نشوونما میکند زیرا مادر میترسد که تنها فرزند خود را از دست بدهد از اینرو دائماً او را

تحت مراقبت قرار میدهد چنین محیط خانوادگی پراز تشویش و اضطراب است مسلماً چنین وضعی کودک را شدیداً تحت تأثیر قرار میدهد و او را ترسو بار میآورد . این چنین کودک فاقد استقامت و نیروی بردباری خواهد شد و بنا به تحقیق آلفرد آدلر طاقت استماع انتقاد را ندارد و در کشاکش زندگی او را تاب مقاومت و قدرت مقاومت و قدرت مبارزه نیست و از کوچکترین اسری که خلاف میل وی اتفاق افتد ، بینهایت دچار زحمت میشود و حتی گاه دست به خودکشی میزند زیرا در زندگی خود طرز مواجه شدن با سختی ها و ناملایمات را فرا نگرفته است . بیم از شکست احتمالی ، بیم از رسوائی بی لیاقتی او را گوشه گیر ، انزوا طلب ، دل واپس ، درون گرا میسازد . دست از مبارزه میشوید . کودک ناز پرورده یا «عزیز پدر و مادر» ، «عزیز دردانه» یا «یکی یکدانه» چون در یک محیط محدود غیر عادی و غیر متجانس با محیط بزرگ اجتماعی بزرگ شده یاد نگرفته است که زندگی یعنی مجاهدت و در سایه کوشش و گاهی مبارزه صحیح باید خواسته های خود را به دست آورد .

کودک ناز پرورده اگر در بزرگ سائسی چیزی را خواست و فوراً به او داده نشد چنین می پندارد که به او ستم روا داشته اند و از حق مسلم و طبیعی خود محروم گردیده است و دنیائی که وی در آن به سر میبرد خالی از عدل و داد و پراز تشویش و اضطراب است .

کودک ناز پرورده که در اقلیم داغ خانوادگی به سر برده ، در بزرگ سائی جهانرا غیر از دوران اتکائی کودکی خود احساس میکند . سردی جانقرسا و تلخی ناروا حس

لطفاً بقیه را در صفحه ۴۰ مطالعه فرمائید

آدر و منظومه خانوادگی

بقیه از صفحه ۱۴

میکنند. گمان میکنند که دنیا با او سربده عهدی و ناسازگاری وجفا دارد و چون یارای مقاومت و مبارزه در خویشتن نمی بینند شکست خود را می پذیرد و تسلیم غم و خود خوری میشود و نسبت به دیگران بدبین و کینه توز میشود که چرا تسلیم خواسته های او نشده اند و توقعات او را برنیاورده اند.

یگانه فرزند خانواده تمام مهر و محبت والدین را به خود اختصاص میدهد و بیش از حد، مورد نوازش قرار میگیرد در نتیجه از زندگی تصویری باطل در ذهن میپروراند او می اندیشد که بر همه کس رجحان دارد چونکه پدر و مادرش او را بر همه عالم ترجیح داده اند. او خیال میکند هرچه در دنیا هست به او تعلق دارد و همه چیز و همه کس به خاطر او و برای برآوردن تمنیات او خلق شده اند از این رو خود را محور عالم می پندارد و همگی به دور او درگردشند تا هر آنچه او اراده کند در پیک آن انجام پذیرد. چرا؟ برای اینکه محور زندگی کانون خانوادگی خود بوده است همه دارائی خانواده به او تعلق داشته است پدر و مادر چون پروانه به دور شمع او در پرواز بودند و به همین مناسبت دنیا را تصویری از خانواده خود می پندارد. یگانه فرزند خانواده اگر دختر باشد در زندگی زناشویی ناکام خواهد ماند زیرا پس از ازدواج، از شوی خود همان عبودیت و اطاعت و انقیادی را انتظار دارد که والدین در برابر او معمول می داشتند. مردانی

که کودکی خود را در نازپروردگی به سر برده اند در ازدواج موفق نخواهند شد زیرا نازکشیدن و عشق ورزیدن و محبت نمودن و نرمی و فداکاری کردن نیا سوخته اند. فداکاری برخلاف طبع ناز پروردگی است از اینرو ناز پروردگان نمیتوانند گذشت داشته باشند و خود را با همسران خویش سازگار سازند و به زندگی بادوام زناشویی تن در دهند.

کودک ناز پرورده آموخته است که از دیگران توقع داشته باشد همانگونه که از پدر و مادر خود توقع داشته است؛ وی هرگز نیا سوخته است که باید توقعات دیگر را هم مراعات کند. فردی که کودکی را در نازپروردگی گذرانده است هرگاه به مشکل دچار آید به یک راه حل می اندیشد و آن این است که دیگران گره از کار پیچیده او بکشایند زیرا تصور میکند که دیگران نیز مانند پدر و مادرش باید همیشه مطیع امر او باشند چون این تصور تحقق نمی یابد نسبت به دیگران بدبین میشود عیب جوئی از مردم را پیش میگیرد.

آنها رابی معنی می پندارد و از آنان بیزار میشود گاهی پا فراتر نهاده به آزار دیگران می پردازد چون آنها را مستجاوز و بیادادگر می شناسد از تجاوز به جان و مال و یا حتی ناموس آنان بیم ندارد.

یگانه فرزند خانواده چون شمع جمع پدر و مادر خود بود انتظار دارد که این موقعیت را در زندگی بزرگ سالی خود حفظ کند و روشنی بخش هر انجمنی گردد و در هر جمعی مورد توجه و عنایت قرار گیرد و بتواند هر کسی را مانند والدین خود مورد استئمار قرار دهد.

ناز پرورده آنچنان در خویشتن فرو رفته است که در بزرگسالی هم جز به خویشتن فکر دیگری در سر ندارد. زندگی اگر به گفته

پدرش باشد یا در کیف مادرش، جامعه بزرگ
 دنیای خارج از خانواده را از همان چشم
 کودکی می بیند دست در هر جیبی و در هر
 کیفی میبرد. اگر در امر جنسی منحرف شد
 به علت نازپروردگی مورد ارشاد و اصلاح
 واقع نگردید در بزرگسالی تمایلی به اصلاح
 خود نشان نمیدهد.



کوتاه سخن آنکه نازپروردگان و عزیز-
 دردانه ها در بزرگ سالی برخلاف انتظار و
 منافع جامعه گام برمیدارند و افرادی خودخواه
 و متعدی و متجاوز خواهند بود چون انتظار
 واکنش نامطلوب از طرف جامعه ندارند در
 نتیجه جامعه را ستمکار و بیدادگر می پندارند
 و از کیفی که می بینند چنین استنباط میکنند
 که مورد زجر و شکنجه قرار گرفته اند در نتیجه
 کیفی به ویژه در آنان تأثیر اصلاحی نخواهد
 داشت بلکه به عکس، آتش کینه را نسبت
 به مردم و هیأت حاکمه در درون انسان
 شعله ور خواهد ساخت به همین مناسبت
 نازپروردگانیکه به راه کسج افتند شاید
 خطرناکترین دشمنان جامعه گردند.

تارد تکرار مکررات باشد نازپرورده خطمش
 اولیة زندگی خود را که اشتباهی بیش نبوده
 است تکرار خواهد کرد. او که عادت کرده
 است آنچه را میخواند بردارد خواه در جیب

- 1 - Michel EYQUEM DE MONTAIGNE (1533 - 1592).
- 2 - Jean Jacque ROUSSEAU (1712 - 1778).
- 3 - Jean Henri PESTALOZZI (1746 - 1827).
- 4 - Friedrich FRÖBEL (1782 - 1852).
- 5 - Ovide DECROLY (1871 - 1932).
- 6 - Maria MONTESSORI (1870 - 1952).
- 7 - Dr Herbert SCHAFFER.
- 8 - Le Temperament nerveux.
- 9 - Praxis und Theorie der Individual-psychologie.
- 10 - Connaissance de l'homme.
- 11 - La Psychologie de l'enfant difficile. Technique de la psychologie individuelle compareé. Science of Living.
- 13 - Education of Children.
- 14 - Le sens de la vie

۱۵ - آدلر - معنی زندگی - ترجمه عنایت اله شکیباپور - از صفحه ۱۶ تا ۱۹

آدلر و آدلری‌نگری^۱

دکتر پریخ دادستان - استاد دانشگاه تهران

«زندگی عبارت از استقرار مکرر و دائم تعادلی است که هر لحظه در هم می‌شکند و هر تجلی روانی، به منزله حرکتی است که فرد را از یک موقعیت کهنتر به سوی یک موقعیت مهتر یا برتر می‌راند» (از معنای زندگی، آدلر، ۱۹۵۰).

چکیده:

در این مقاله پس از اشاره به نقش تجربه‌های دوران کودکی در شکل‌گیری نظریه آدلر، خطوط کلی نظام وی، ترسیم شده‌است. روانشناسی آدلری یا «روانشناسی فردی مقایسه‌ای»، روانشناسی انسان به منزله واحدی غیر قابل تقسیم است و درک شخصیت انسان همراه با مسایل و مشکلات وی، مستلزم در نظر گرفتن یک هنجار آرمانی و انتزاعی است. آدلر مفهوم جبران را در قلمرو روانشناسی برجسته ساخته و نظام وی بر مبنای احساس کهنتری، تعارض بین موضع اجتماعی واقعی و خواسته‌های فرد، مفهوم ساخت خلقی و انعکاس آن بر شکل‌گیری شخصیت بنا نهاده شده است. در نظام آدلر، زندگی روانی به منزله حرکت پیوسته‌ای است که شکل، شیوه بیان و کنش آن باید به صورت لحظه‌های تبلور یافته‌ای از این حرکت پیوسته، در نظر گرفته شود چرا که در بطن هر حرکت، معنای زندگی و سبک خاص هر فرد، نهفته است و تاریخ انسانیت به منزله تاریخ احساس کهنتری^۱ و جستجوی راه حلی برای آن است. در چنین چارچوبی است که آدلر به تفسیر «خیالابافیها»، «خواب‌دیده‌ها»، «هشیاری»، «ناهشیاری»، «قدرت طلبی»، «برتری جویی»، «زندگی عشقی و جنسی» و بالاخره «روان آزرده‌گیها» و «روان گسسته‌گیها»^۲ می‌پردازد.



آدلر روان تحلیل‌گر اطریشی و بنیانگذار روانشناسی فردی مقایسه‌ای است که از سال ۱۸۷۰ تا ۱۹۳۷ زندگی کرده‌است. وی فرزند دوم یک خانواده ۶ فرزند بود و

آنچه را که بعدها تحت عنوان نظریه «منظومه خواهر - برادری» شهرت یافت عملاً تجربه کرد: از یکسو، زیگموند^۲ برادر بزرگتر آلفرد، همواره وی را از اینکه فرزند ناز پرورده پدر شده و جای وی را اشغال کرده است سرزنش می‌کرد و او را ستیزه‌گر و جاه طلب می‌دانست. از سوی دیگر، هوش و استعداد وافر برادر بزرگتر، در آلفرد احساس نامطبوع زندگی در سایه وی را ایجاد کرده بود و نمی‌توانست الگویی را که به رغم کوششهای فراوان وی دست نیافتنی بود تحمل کند. پس از زیگموند، هرمن^۳ به دنیا آمد (۱۸۷۱) که آلفرد او را بسیار دوست داشت و دخترک نیز متقابلاً او را تحسین می‌کرد. اما رودولف^۴ را که دو سال بعد از وی متولد شد به سختی پذیرفت، زیرا توجه شدید والدین نسبت به این نوزاد، به دلیل حالت بیمارگونه وی، احساس رهاشدگی^۵ را در آلفرد به وجود می‌آورد. مع هذا وقتی یکسال بعد، رودولف بر اثر بیماری دیفتری جان سپرد، مرگ وی عمیقاً آلفرد را تحت تأثیر قرار داد. به هر حال باید گفت که موقعیت آدلر در سلسله مراتب خواهر - برادری همواره برای وی غیر قابل تحمل بود و او را وادار می‌کرد تا به کوششهای دایم به منظور حفظ موقعیت خویش دست بزند، ضمن آنکه شکنندگی وضع سلامت و ابتلای به بیماری نرمی استخوان^۶ که بی‌مهارتی خاصی را در او به وجود آورده بود، این کوششها را تشدید می‌کرد.

والدین آدلر دارای خلق و خوی متفاوت بودند. وی مادر خود را فاقد ظرافت خلقی و حالت ارتجالی^۷ می‌دانست و به رغم آنکه مادرش تمام هم خود را مصروف خانواده می‌کرد، آلفرد هرگز نتوانست نسبت به وی احساس نزدیکی و تفاهم داشته باشد. حتی بعدها همواره مادرش را به علت حمایت افراطی و واگذار نکردن مسئولیت کافی به وی، مورد سرزنش قرار می‌داد و شاید بتوان اهمیت نقش مادر در بروز عواطف کودک در نظریه آدلر را به همین خلاء ارتباطی وی با مادر و رنج حاصل از آن نسبت داد (مورمن و ویگیه، ۱۹۹۰). اما روابط وی با پدر رضایتبخش بود چون همواره او را به پیشرفت و فراتر رفتن از مرزهایی که به آنها دست یافته بود ترغیب می‌کرد و در این راه همراه و همگام او بود و توصیه‌های مفیدی ارائه می‌داد.

رفتار آلفرد در مدرسه مانند کسانی بود که بعدها احساس کهنتری آنها را توصیف کرده است: خود را زشت می‌پنداشت و در گوشه‌ای منزوی می‌ساخت. هیجان‌پذیری^۸ وی بر

اساس پاسخهای تردید آمیزش به پرسشهای شفاهی آشکار می‌شد و افکارش به آسانی در هم می‌ریختند. نتایج تحصیلی متوسط وی در دبیرستان و دانشگاه نشان دهنده فکری است که به کندی متحول شده و در دهه چهارم زندگی به درخشش و کارآمدی رسیده است.

نتیجه آنکه شکنندگی وضع سلامت، فقدان اعتماد به نفس، سطحی بودن روابط با مادر، زندگی با خواهران و برادران نشان می‌دهند که نظریه‌های آدلر در باره مبانی عضوی احساس کهنتری و چگونگی غلبه بر آن، نقش ترتیب تولد و جایگاه کودک در منظومه خواهر - برادری و همچنین توجه به نقش بی‌همتای مادر در بیداری عاطفی و اجتماعی کودک، همگی مبتنی بر تجربه‌های واقعی زندگی وی بوده‌اند قبل از آنکه موضوع نظریه پردازی قرار گیرند (مورمن و ویگیه، ۱۹۹۰).

آدلری نگری: تعریف روانشناسی فردی مقایسه‌ای:

هنگامی که آدلر در سال ۱۹۰۲ با فریود^{۱۱} ملاقات کرد جهت فلسفی نظام روانشناختی وی یعنی روانشناسی فردی مقایسه‌ای مشخص شده بود: انسان موجودی منزوی نیست بلکه جزئاً متوجه جامعه است.

● گستره روانی فرد یک کلیت غیر قابل تقسیم است. اصطلاح فردی که از کلمه لاتینی «فرد» گرفته شده، دقیقاً به معنای چیزی غیر قابل تقسیم است و درک آن بدون نظر گرفتن کلیت و وحدت امکان پذیر نیست: بنابر این روانشناسی فردی مقایسه‌ای به منزله دکتربین موجود انسانی به عنوان واحدی تقسیم نشدنی است.

● ارزشیابی شخصیت همراه با مسایل و مشکلات آن، مستلزم در نظر گرفتن یک مرجع اجتماعی آرمانی و انتزاعی است و اصطلاح «مقایسه‌ای» به همین اصل اشاره دارد. آدلر مفهوم جبران^{۱۲} را در زمینه روانشناسی برجسته ساخته و نظام وی بر مبنای احساس کهنتری، تعارض^{۱۳} بین موضع اجتماعی واقعی فرد و خواسته‌های وی، مفهوم ساخت خلقی و انعکاس آن بر شکل‌گیری شخصیت بنا نهاده شده است.

● نقطه‌های آغازین روانشناسی آدلری از یکسو تن‌شناسی^{۱۴} است که ارگانیزم را از زاویه ارزش‌کنشی^{۱۵} و نقش اعضای معیوب مورد نظر قرار داده و از سوی دیگر،

جامعه‌شناسی است که به بررسی انتقادی تضادهای رقابت آمیز افکار و رغبتها و تحلیل تناقضهای^{۱۷} پویایی اجتماعی پرداخته است.

شکل‌گیری شخصیت در نظام آدلر

در روانشناسی فردی مقایسه‌ای، زندگی روانی به منزله حرکت پیوسته‌ای است که شکل، شیوه بیان و کنش آن باید به صورت لحظه‌های تبلور یافته‌ای از این حرکت پیوسته در نظر گرفته شود.

(۱) زندگی روانی به منزله یک حرکت

برای برجسته ساختن واقعیت وحدت شخصیت با در نظر گرفتن این حرکت پیوسته، آدلر بر فردیت تام و تمام تأکید می‌کند و بر این باور است که در بطن هر حرکت، معنای زندگی و سبک خاص هر فرد نهفته است: «هر شیوه بیان ناشی از وحدت شخصیتی است که در آن تناقض، دوسوگرایی^{۱۸} و روح مضاعف وجود ندارد و تفسیر و تبیین شیوه‌های بیان و جهت‌گیری فعالیت روانی مستلزم توجه به دو عامل بنیادی است:

● نشانه‌های فعالیت جبرانی که هسته اصلی نخستین عامل را تشکیل می‌دهند به گونه‌ای زودرس در زندگی نوزاد انسانی پدیدار می‌شود و به سه شکل متوالی به گونه‌ای که در پی می‌آید در خلال تحوّل روانشناختی کودک متجلی می‌گردد:

- گرایش به غلبه بر یک موقعیت ناایمن‌کننده؛

- تمایل به یافتن راهی که از احساس کهنتری به سوی احساس مهتری^{۱۹} یا برتری جهت

دارد؛

- و بالاخره کوشش در کاهش سطح تنش^{۲۰}.

● دومین عامل بر اراده فرد در همکاری یا عدم همکاری با هموعان خود و ظرفیت مشارکت در زندگی اجتماعی مبتنی است.

«خط نخستین حرکت، به رغم انواع گوناگون و مسیرهای متفاوت آن، همواره آشکار است و تا مرگ پا برجا می‌ماند» اما مجموعه از تحوّل حس اجتماعی تبعیت می‌کند که به «این حرکت تحوّل، غنا و تنوع می‌بخشد». بنابراین، می‌توان تأثیر حرکت را از یکسو بر تحوّل روانی در جهت شکل‌گیری سبک زندگی و از سوی دیگر، بر رفتار

اجتماعی فردی مشاهده کرد (آدلر، ۱۹۳۱).

۲) مبنای حرکت: احساس کهنتری

حرکت، ترجمان احساس نارسایی نوزاد و گرایش دایم وی به پیشرفت و یافتن راه‌حلهای الزامی در برابر خواسته‌های زندگی است. تمامی پدیدآیی نوعی^{۱۱} انسان بر این حرکت مبتنی است و باید تاریخ انسانیت را به منزله تاریخ احساس کهنتری و جستجوی راه حلی برای آن، در نظر گرفت (آدلر، ۱۹۵۰). این نکته محرز است که اگر انسان نتوانسته بود نیروهای طبیعت را به سود خود بکار برد، بی تردید در برابر قدرت آنها از پا در می‌آمد. احساس کهنتری مانند نیروی محرکه قدرتمندی عمل می‌کند که فرد را در جهت دستیابی به موقعیتهای بالاتر می‌راند و به سوی ایمنی^{۱۲} و غلبه بر مشکلات سوق می‌دهد. این شورش مهیب و تحمیل شده علیه احساس کهنتری، که در هر نوزاد، در هر کودک و در هر موقعیت کهنترکننده به راه می‌افتد، مبنای تحوّل انسانی را تشکیل می‌دهد (آدلر، ۱۹۵۰).

بدین ترتیب، کودک زیر اجبار این تحوّل فزاینده، که جسم و روان وی را به سوی تعالی می‌راند، قرار می‌گیرد. آنچه بعدها در تحوّل فردی مشاهده می‌شود زائیده بکار بردن تجهیزات ارثی است مع هذا: «وراثت جسمانی یا روانی کودک که بر اساس امکانات وی بیان می‌شود تا حدّی در کار است که برای تحقق هدف غایی^{۱۳} بکار می‌افتد». آدلر در این باب می‌گوید: اگر چه من همواره نقش تجهیزات ارثی را مورد توجه قرار داده‌ام اما باید معنای علیّی این تجهیزات را انکار کنم. چه، تنوع و تلون جهان برونی، بکار بردن خلاق^{۱۴} و منعطف چنین تجهیزاتی را ایجاب می‌کند» (آدلر، ۱۹۲۷). به عبارت دیگر، اگر امکانات ارثی مشخص‌کننده نقطه شروع هستند اما نمی‌توانند به تنهایی دارای معنایی علیّی باشند و تردیدی نیست که الزامهای جهان برونی، فرد را به سوی خلاقیت^{۱۵} و روی آورد منعطف‌تری در مورد چگونگی بکار بستن این تجهیزات می‌رانند.

۳) روان پدیدآیی^{۱۶}: شکل‌گیری سبک زندگی^{۱۷}

کودکی دوره‌ای از زندگی است که گذار از آن آسان نیست. کودک باید در مدّت زمانی اندک، تمدّنی را که در خلال هزاران سال شکل گرفته است دروسازی^{۱۸} کند (شافر،

۱۹۷۶) و همین مهم است که دگرگونیهای پیوسته یا متناوبی را که تابع جهت گیری برنامه کلی تحوّل نوع انسانی است بر وی تحمیل می‌کند. در طول این محور زمانی - که با تغییرات متضاد و مفرط همراه است - کودک باید تسلط بر غرایز خود را بیاموزد و توانایی سازش یافتگی^{۱۹} با محیط اجتماعی را کسب کند. از دیدگاه آدلر، فرد در خلال دوره اول کودکی نیروی خلاقه آزادی را در اختیار دارد که پس از تثبیت پویایی زندگی نیز تأثیر آن همچنان پابرجا می‌ماند. در این مفهوم که برگشوده بودن راههای تحقق گرایشهای کودک به سوی کمال، برتری و تحوّل تأکید دارد می‌توان تأثیر استعدادهای ارثی یا تغییر شکل یافته بر اثر محیط و آموزش و پرورش را به عنوان عناصری در نظر گرفت که بر مبنای آنها، کودک سبک زندگی خود را به شیوه‌ای خلاق تدارک می‌بیند. به عبارت دیگر، براساس درجه هشجاری^{۲۰} نسبت به تجهیزات سرشتی چگونگی دریافت جهان برونی و توانایی خلاق است که کودک در نخستین سالهای زندگی، طرح و دریافت خود را از جهان فراهم می‌کند و آدلر این طرح اجمالی را «سبک زندگی» می‌نامد (اسپرو، ۱۹۷۲) غریزه، گرایش، احساس، فکر، عمل، بازخورد^{۲۱} در برابر لذت و عدم لذت، خود میان بینی^{۲۲} و یا احساس اجتماعی هر فرد در سبک زندگی وی متبلور می‌شوند. بنابراین، سبک زندگی دارای همه امکانات بیان است و هر نقصی را باید در پویایی فرد و در هدف غایی سبک زندگی جستجو کرد و نه در شیوه بیانی که براساس این سبک بکار می‌رود (شافر، ۱۹۷۶).

زندگی با تملک و تصاحب امکانات انسانی تحوّل، که خاص هر فرد است، آغاز می‌شود اما بر اساس تحقق اعمال است که ناهمگراییها آشکار می‌گردند. از شروع زندگی، دو عامل وراثت و محیط به مالکیت کودک در می‌آیند و وی از آنها برای یافتن مسیر تحوّل خود سود می‌جوید. بنابراین، عقیده کودک نسبت به زندگی، که مبنای بازخورد وی را تشکیل می‌دهد، جنبه بدیع دارد و به منزله شاهکار شخصی او محسوب می‌شود (آدلر، ۱۹۲۷).

برخلاف نظریه‌هایی که بر لزوم بحرانها و تعارضها در فرایند تحوّل تأکید دارند روانشناسی آدلر بر نیروی خلاقه سبک زندگی به منزله عامل ضروری برای دستیابی به وحدت شخصیت تأکید می‌کند و بر این باور است که آنچه وحدت زندگی را فراهم

می‌آورد خطّ جهت‌گیری خاصّ هر فرد است که به رغم تغییراتی که در آن ایجاد می‌شود، محتوی، نیرو و معنای خود را حفظ می‌کند و ویژگی بارز این جهت‌گیری، وحدت خدشه‌ناپذیر آن است (همان منبع).

در نظام آدلر، تعارض در واقع موقعیتی است که از برخورد و تضاد سبک زندگی با الزامهای زندگی اجتماعی به وجود می‌آید و بحران، فرایند تغییر شکل شخصیت است که به انتخاب مسیر جدیدی در تحوّل منتهی می‌شود. بنابراین، زندگی روانی همواره نیاز به یک تألیف را نشان می‌دهد و ارگانیزم در همه حال، در جستجوی تعادل^{۳۳} است و شاید بتوان گفت که زندگی عبارت از استقرار مکرر و دائم تعادلی است که هر لحظه در هم می‌شکند و هر تجلّی روانی، به منزله حرکتی است که فرد را از یک موقعیت کهنتر به سوی یک موقعیت مهتر یا برتر می‌راند. (آدلر، ۱۹۵۰).

۴) خیالبافی‌ها و خوابدیده‌ها^{۳۴}

کودک از خیالبافی خود نیز به عنوان یک تکیه‌گاه ضروری برای حفظ سطح برتر پویایی زندگی روانی سود می‌جوید. کنش تخیلی یکی از تجلّیات «مجموعه زندگی روانی و روابط آن با الزامهای جهان برونی است» (آدلر، ۱۹۵۰) و از عناصر سبک زندگی محسوب می‌شود. *مراجعه کنید به مجله روانشناسی / آدلر و آدلری‌نگری*

مانند هر شیوه بیان روانی دیگر، کنش تخیلی نیز نیروی فعالی است که براساس حرکت خود، گذار از یک موقعیت کهنتر به یک موقعیت برتر را نشان می‌دهد و بدین ترتیب، کانون ارضای امیال می‌شود. اما این سخن به معنای تبیین کنش تخیلی بر اساس مکانیزم ارضای میل نیست. بلکه باید گفت که این کنش افزون بر آنکه در پایه هر ابداع و خلاقیتی قرار دارد، به سوی آینده نیز معطوف است، موضوع اصلی آن، حلّ هر مسأله زندگی است، به ارزشیابی و پیشاپیش‌گری^{۳۵} در باره رویدادها می‌پردازد و کوشش می‌کند تا تحقق پیش‌بینی‌ها را تضمین نماید. براساس مکانیزم خیالبافی، فرد می‌تواند به کناره‌گیری موقت دست یابد و دور از واقعیت، حسّ مشترک و همچنین منطق جهان برونی، اجتماعی و پیرامونی در جهان توهمهای^{۳۶} خود غوطه‌ور شود.

خیالبافی به وجود آورنده خوابدیده‌ها نیز هست، دریافتن راه حلّ یک مسأله مشارکت دارد و براساس آینده مبهم و ناشناخته برانگیخته می‌شود. خیالبافی به گونه‌ای

آشکار در نیروی خلاقه‌ای که مسؤول شکل دهی به سبک زندگی کودکانه است مشارکت دارد. و خود نیز براساس سبک زندگی هدایت می‌شود. «فکر خلاق کودک در بازیها و در شیوه بازی کردن وی متجلی می‌شود و گرایش به برتری، در هر بازی کودکانه، آزادانه بیان می‌گردد» (آدلر، ۱۹۵۰).

افزون بر خط برتری، خیالبافی به تشدید احساس مشارکت^{۲۷} نیز می‌انجامد چرا که در خیالبافیهای کودکانه، قدرت کودک جزئاً به سود دیگری اعمال می‌شود. هر حالت رؤیا دارای یک عامل برونی است؛ عاملی که متفاوت و به مراتب فراتر از «برجامانده»های^{۲۸} روزانه فرویدی است. اهمیت رؤیا در این است که تجسس یک راه حل را در بر می‌گیرد و شامل «حرکت به سوی هدف» و تعیین مسیر این حرکت توسط «خواب بین»^{۲۹} است. روانشناسی آدلری، به تفسیر خواب‌بیده‌ها براساس واپس روی^{۳۰} و ارضای امیال کودکانه نمی‌پردازد و بر این باور است که خواب‌بیده‌ها خصیصه پیشرونده و فایق شونده تحول را مشخص می‌کنند و نشان می‌دهند که هر فرد می‌خواهد چه راهی را دنبال کند و چه عقیده‌ای در باره شیوه زیستن و ماهیت زندگی دارد (آدلر، ۱۹۳۱). رؤیا به سوی آینده جهت دارد و «خواب بین» را برای حل یک مسأله باروشهای خود، آماده می‌کند. در این وادی، مسأله از راه احساس اجتماعی حل نمی‌شود بلکه زبان استعاره^{۳۱} در کار است؛ زبانی که همه چیز را با شدت بیشتری بیان می‌کند. دلمشغولی اصلی خواب بین که توسط قانون پوشی وی هدایت می‌شود، تحقق سبک زندگی خویشتن است و برای دستیابی به این هدف، گاهی به رغم حس اجتماعی، احساس‌ها و هیجانهای استعاره‌ای را به گونه‌ای تصنعی بسیج می‌کند. «استعاره‌ها که اغلب در خارج از مسیر منطقی عملی قرار دارند، «خواب بین» را دچار توهم می‌کنند، هیجانها را در وی بیدار می‌سازند و در عین حال، یک حالت روانی را که با سبک زندگی مطابقت دارد به وجود می‌آورند. این احتمال وجود دارد که رؤیا همواره پس از یک حالت عاطفی که شبیه تردید است، قرار داشته باشد و این مسأله‌ای است که پاسخ به آن مستلزم پژوهشهای گسترده‌تری است. اما در اینصورت و به تبعیت از سبک زندگی، «من»^{۳۲} در میان هزاران تصویر احتمالی، به انتخاب تصاویری می‌پردازد که با خواسته‌هایش مطابقت دارند و به وی اجازه می‌دهند تا از منطبق روزمره به سود سبک زندگی صرف‌نظر کند» (آدلر، ۱۹۵۸). خواب‌بیده‌ها با

نشان دادن راه دقیقی که «خواب بین» پی می‌گیرد، مسیر روانی را آشکار می‌کنند و یک حالت عاطفی مملو از هیجانها را به وجود می‌آورند. «در رؤیاهای مکرر با محتوایی مشابه و در خوابدیده‌های کودکانه است که جهت یابی خیالبافیها بهتر مشخص می‌شود. وقتی رؤیاهای مختلفی در خلال یک شب بروز می‌کنند می‌توان آنها را به منزله کوششهای متفاوت فرد برای یافتن راه حل و دلیل تردید بیش از معمول وی دانست. آنچه را که فروید «سانسور» رؤیا و کنش آن را پنهان کردن یک موقعیت و پرده انداختن بر آن قلمداد می‌کند، از دیدگاه آدلر تنها تجلی نیاز به ایمنی است که به تغییر شکل خیالبافی منجر می‌شود. به عبارت دیگر، وقتی امکان حل منطقی مسأله وجود ندارد خوابدیده‌ها فرد را در جوی عاطفی قرار می‌دهند که مسیر حرکت را هدایت می‌کند و راه را برای حل مشکل با در نظر گرفتن سبک زندگی می‌گشاید.

روان انسانی دارای این ویژگی است که عنان خود را نه تنها به منطق بلکه به احساسات و عواطف نیز می‌سپارد و گاهی این احساسات و عواطف در تناقض با ارزشیابیهای روانی وی قرار می‌گیرند. فراموش شدن، باقیماندن اثر و یا عدم درک خوابدیده‌ها اهمیت چندانی ندارند بلکه مهم آنستکه در مبنای آنها، همواره نوعی موضع‌گیری نسبت به زندگی وجود دارد.

ویژگی های فلسفی نظام آدلر

۱) دیدگاه روانی - اجتماعی

نظام روانشناسی فردی مقایسه‌ای بر دیدگاه روانی - اجتماعی استوار است؛ دیدگاهی که آرمان اجتماعی را به منزله معیار سنجش هر تجلی روانشناختی می‌داند. اگر چه احساس اجتماعی که در هر موجود انسانی نهفته است به منزله یکی از عناصر پایدار و فطری طبیعت انسان محسوب می‌شود اما باید متحول گردد و تحوّل آن، مستلزم مداخلات مادر است که به گونه‌ای روانی - فیزیولوژیکی به کودک وابسته است. (آدلر، ۱۹۵۸).

مفهوم اجتماعی در نظام آدلر به عنوان یک اصل آرمانی و هدفی در نظر گرفته می‌شود که شرط بنیادی هر فعالیت ارزنده انسانی است و هر رابطه با دیگری را به صورت یک ضرورت زیست-روانشناختی^{۳۳} در می‌آورد (اورنگر، ۱۹۵۵).

این نکته بر همه کس آشکار است که نظام جسمانی مجموعه وحدت یافته‌ای است که همه اعضای آن با هدف حفظ و نگهداری زندگی، به گونه‌ای هماهنگ عمل می‌کنند. قدرتهای روانی فرد نیز در این هماهنگی - بر مبنای اصل وحدت شخصیت - شرکت دارند. بدین ترتیب، پویایی‌ها در ارتباط تنگاتنگ با یکدیگر به سوی یک هدف واحد و یک آرمان نهایی حرکت می‌کنند.

اگر چه در گستره وسیع ادبیات روانشناسی عمقی^{۳۳}، تبیین پدیده‌های روانی همواره جایگاه اصلی را اشغال کرده‌اند اما تقریباً تمامی این مکاتب به بررسی علّت^{۳۴} این پدیده‌ها پرداخته‌اند. در حالیکه روانشناسی فردی کوشش می‌کند تا معنا، هدف و غایت^{۳۵} آنها را درک کند. در نمای آدلری، شخصیت به منزله کلیتی غیر قابل تقسیم است که به سوی هدفی گرایش دارد و دستیابی به این هدف متغیر یا ثابت، امکان پذیر است. از این دیدگاه، هشیار و ناهشیار^{۳۶}، پایگاههای متضادی نیستند بلکه ساختهای بنیادی ملحوظ می‌شوند که پیوسته در حرکت‌اند و همپای یکدیگر، در جهت غایتی که خاص هر فرد است، گام برمی‌دارند و در جریان این حرکت فعال برای سازش یافتگی با الزامهای جهان برونی است که فرد به کشف مسیر و معنای زندگی خود دست می‌یابد. بنابراین، در روانشناسی فردی باید به شخصیت به منزله واحدی که هدف معینی را دنبال می‌کند نگریسته شود و افکار، احساسات، اعمال و یا خواہدیده‌ها و به طور کلی، تمامی تجلیات روانی به گونه‌ای بررسی شوند که «انگار» در جهت دستیابی به یک هدف واهی گام بر می‌دارند (آدلر، ۱۹۲۷).

۲) علیت و غایت

انسان به گونه‌ای پیوسته دچار حالت تنش و در جستجوی دستیابی به تعادل روانی خویشتن است؛ تعادلی که در معرض تهدید گرایش به کمال که می‌تواند با الزامهای زندگی اجتماعی مغایر باشد، قرار می‌گیرد. وی نسبت به امکانات محدود خود در دستیابی به این هدف هشیار است. بنابراین اگر بتواند تا حدی ارزش خود را بیان کند و به آرامش و خوشبختی دست یابد از حرکت پیش رونده‌اش احساس رضایت می‌کند و این احساس، مقدمه فعالیت بعدی را تشکیل می‌دهد و راه را بر مراحل جدید می‌گشاید. هدف این حرکت، خودنگهداری^{۳۸} یا حفظ خویشتن است و نمی‌توان به درک آن نائل شد

مگر آنکه زندگی را معادل تحوّل بدانیم و پدیده‌های روانی را تابع یک هدف غایی و به منزله انعکاس این هدف قلمداد کنیم. پس انسان قربانی وراثت خود نیست، در برابر محیط کاملاً فعل پذیر^{۹۰} نمی‌باشد و تنها تنش به سوی یک هدف است که به زندگی وی تحرّک می‌بخشد. بنابراین، حرکت انسان مستلزم یک هدف غایی است؛ غایتی که در فرا سوی هر هدف، هدف والاتری را آشکار می‌کند (آدلر، ۱۹۷۶).

تصویری که کودک از این هدف ترسیم می‌کند باید به گونه‌ای باشد که ایمنی بیشتری را برای وی تضمین کند و اراده او را در جهت مستحکمتری هدایت نماید. اما دستیابی به یقین امکان پذیر نیست مگر آنکه مقصد حرکت ثابت بوده و این باور در وی وجود داشته باشد که به هنگام دستیابی به آن، بزرگتر، قویتر، عاری از همه عیوب و تمامی کهنریهای کودکی خواهد شد. کودک بر اساس انعطاف پذیری فکر، تصویر خود را به صورت الگوهایی مانند پدر، مادر، برادر یا خواهر بزرگتر، معلم و ... در آینده فرافکنی^{۹۱} خواهد کرد؛ الگوهایی که همگی دارای صفات مشترکی مانند بزرگی، قدرت، علم و بسیاری از نمادهای^{۹۲} انتزاعی تخیلی هستند و «مانند بتی که از گل ساخته شده» آنها نیز قدرت و زندگی را از تخیل انسانی دریافت می‌کنند و به نوبه خود بر روحی که آنها را خلق کرده مؤثر می‌افتند. بدین ترتیب، کودک همواره کوشش می‌کند تا توانایی هایش را گسترش دهد و بدین منظور، قدرتمندترین الگوها را بر می‌گزیند. مع هذا به تدریج و در جریان تحوّل روانی، زمانی فرا می‌رسد که آنچه در آغاز ساخته و پرداخته خیالبافیها بوده، اهمیت و ارزش خود را از روابطش با مجموعه عناصر دیگر به دست می‌آورده و تنها به منزله وسیله‌ای برای اتخاذ یک بازخورد ملحوظ می‌شده است مسیر معینی را در پیش می‌گیرد، گامهای بعدی را مشخص می‌کند و به صورت یک هدف عینی^{۹۳} در می‌آید. زیرا فقط در اینصورت و نه براساس ارضای مستقیم غرایز است که کودک به این باور دست می‌یابد که می‌تواند اعمال خود را با یقین و ایمنی مورد نیازش قرین نماید تا به سوی سازش یافتگی نهایی که به منزله غلبه بر همه خوبیها و بدیهایی است که جهان بر ما تحمیل می‌کند، حرکت کند. این سوگیری به سوی هدف معادل یک غایی انگاری^{۹۴} محض و نمانعطف نیست چون بر یک غایت علی^{۹۵} متکی است (شافر، ۱۹۷۶).

در نظام آدلر، زمان بر روی پیوستاری قرار دارد که حال را به گذشته مرتبط می‌سازد

ضمن آنکه جهت آینده را نیز معین می‌کند. از اینجاست که هر لحظه زندگی دارای اهمیتی حیاتی می‌شود و باید به گونه‌ای درک و تفسیر گردد که انگار می‌تواند در عین حال برای همیشه باقی بماند و یا بلافاصله پشت سر گذاشته شود. در واقع، هدفهای هشیار و ناهشیاری که هرکس برای خود بر می‌گزیند، تعیین‌کننده نظامی هستند که امکان آرزویابی عکسگونی را فراهم می‌کند (مورمن و ویگیه، ۱۹۹۰).

بدین ترتیب است که آدلر در مورد تأثیر ضربه^{۶۶} دوره کودکی از فریود فاصله می‌گیرد و ضمن پذیرفتن تأثیر رویدادهای گذشته، آنها را تعیین‌کننده نمی‌داند چون بر این باور است که هیچ رویداد، تجربه و یا نتایج بلافاصله رویدادها و تجربه‌ها نمی‌توانند به تنهایی سرنوشت فرد را رقم بزنند. از دیدگاه آدلر، رویدادهای واقعی دوره کودکی اهمیت چندانی ندارند بلکه مهم شیوه‌ای است که براساس آن، کودک به دریافت و تفسیر رویداد پرداخته و آن را با تجربه‌های دیگر خود و تجربیات دیگران مقایسه کرده است (همان منبع).

آدلر، کودک را دارای یک ظرفیت بنیادی یعنی توانایی برگزیدن می‌داند و بدین ترتیب، یک نظام پیش‌تعیین‌شده^{۶۷} را در ساخت‌دهی شخصیت نمی‌پذیرد و مفهوم هدف را در قلمرو روانشناسی وارد می‌کند: هدف غایی، جوهر اصلی خود را از توانایی خلاق کودک به دست می‌آورد و مسیر حرکت وی را مشخص می‌کند.

۳) هشیاری و ناهشیاری

در تحلیلهای روانشناسی عمقی یا روان‌تحلیل‌گری^{۶۸} اولویت با ناهشیاری است و هشیاری که تابع فرامین فرایندهای ناهشیار است در سطح دوم قرار دارد. اگر چه فریود به توصیف اصل واقعیت^{۶۹} و نقش هشیاری پرداخته اما توجه لازم را نسبت به آنها معطوف نکرده است. برای آدلر، همه چیز از «فردیت» هستی انسان آغاز می‌شود و بدون در نظر گرفتن این «کلّیت» که معرّف وحدت غیر قابل تقسیم فرد است، هیچ اقدامی امکان‌پذیر نیست. در این چارچوب، واقعیت روانشناختی بر فرضیه وجود یک تصویر مجموعه‌ای شخصیت مبتنی است و درک انسان بدون درک اثر خاص کلّیت فردی، امکان‌پذیر نمی‌باشد. در این معنا، ناهشیاری به منزله پناهگاه و حیلۀ «من» در برابر خطراتی است که توحید یافتگی آن را تهدید می‌کنند. پس جدایی وجود ندارد بلکه فقط حرکتی به منظور حفظ وحدت مشاهده می‌شود حتی اگر این حرکت، تعیین‌کننده یک وحدت مرضی

باشد (آدلر، ۱۹۵۸).

معنای اصلی هشیاری براساس رابطه با دیگری مشخص می‌شود چون پدیدآیی^{۶۰} و تحوّل آن تابع جبران کهنتری زیست شناختی کودک است: پس هشیاری به منزله شکل رابطه خود با واقعیت جهان برونی است و می‌تواند انعکاس این واقعیت باشد، به آن استحکام بخشد، آن را تغییر دهد و یا برحسب خط معینی، به ارزشیابی، کمترسنجی^{۶۱} یا بیشترسنجی^{۶۲} آن پردازد و همه اینها تابع کلیتی است که فرد برای خود انتخاب کرده‌است. بنابراین شکل‌گیری هشیاری، فرایندی در عین حال مقایسه‌ای، خلاق و واکنشی است. هشیاری در انحصار یک موجود بی‌همتا است و تعلق به نوع انسانی مستلزم هشیار شدن است (همان منبع).

ناهشیاری از دیدگاه آدلر، معادل «درک نشده» هاست و به منزله مکر و حيله‌ای است که هشیاری برای فریب‌دادن خود بکار می‌برد. به عبارت دیگر وقتی «شخص» به این نتیجه می‌رسد که نمی‌تواند بر تعارضهای روانی غلبه کند، به منظور بقای خویشتن، مزایای تخیلی یا واقعی «درک نشده‌ها» و «وارسی نشدنی‌ها» را برای خود تأمین می‌کند. بنابراین در شخصیت و حدت یافته، هشیاری و ناهشیاری دارای تفاوت بنیادی نیستند و جدا کردن آنها کاملاً تصنعی است. «نگاهی کلی به تمامی گستره روانی نیز نشان می‌دهد که مجزا کردن بخشی از «من»^{۶۳} به عنوان بخش ناهشیار، پذیرفتنی نیست. در نظام روان تحلیل‌گری این گرایش وجود دارد که هدف پویایی روانی نیز ناهشیار دانسته شود. در مورد سبک زندگی فرد و عقیده وی در باره ظرفیتها و امکاناتش برای پاسخدهی به الزامهای حیاتی برحسب پویایی روانی - عاملی که زیر بنای هر عمل قرار دارد - نیز وضع بر همین منوال است. در حالیکه فقط می‌توان گفت که فرد فاقد درک و گفتار برای بیان حرکت‌های روانی خویشتن است. فریود با در نظر گرفتن توانایی بیان لفظی و مفهومی یک حالت روانی به منزله نشانه هشیاری، بر این باور است که فروپاشی یا منصرف شدن از بیان لفظی، فقدان بیان احساس‌ها و هیجان‌هایی که معمولاً با تجلیات روانی همراهند، ناتوانی در درک رابطه بین بازخورد و هدف غایی و ... به منزله سرکوبگریهای^{۶۴} ناهشیارند. در حالیکه در نظام آدلر، هشیاری فقط از کلمات تشکیل نشده است و نمی‌توان وجود حدی از هشیاری را در نوزاد انسانی و یا در حیوان انکار کرد. احساس‌ها و اعمال ما

بزرگسالان نیز همواره در قالب الفاظ نمی‌گنجند اما ترجمان سطحی از هشیاری‌اند که فاقد فهم مجموعه تجلیات روانی است و تنها از لحظه‌ای که این مجموعه به صورت لفظی بیان می‌شود و با حس مشترک مواجه می‌گردد، ما را قانع می‌کند و به ما اجازه می‌دهد تا دیگران را قانع کنیم. به دیگر سخن باید گفت که «همه آنهایی که ظرافتها و زیر و بمهای هشیاری را درک کرده‌اند قلمرو ناهشیاری فرد را به عنوان چیزی متفاوت از قلمرو هشیاری وی نمی‌دانند و به ایجاد چنین تمایزی که بی‌تردید جنبه تصنعی دارد و پیآمد تعصب نسبت به روان تحلیل‌گری فرویدی است، تن در نمی‌دهند» (آدلر، ۱۹۲۷). بنابراین، روانشناسی فردی مقایسه‌ای، همه تجلیات روانی را نتیجه یک سبک زندگی می‌داند؛ سبکی که می‌خواهد جهت و پویایی خود را حفظ کند. به عبارت دیگر، از دیدگاه آدلر، انسان می‌تواند اعمال خود را هشیارانه هدایت کند، اگر از زاویه حرکت روانی این هشیاری لازم به نظر رسد، و متقابلاً می‌تواند چیزی را در ناهشیاری باقی گذارد یا آن را ناهشیار گرداند اگر برای همین هدف الزامی باشد (همان منبع).

۴) برتری جویی یا قدرت طلبی

برتری جویی قبل از هر چیز، نخستین پیآمد شناختی عقلی‌سازی^{۶۵} است که با هدف مهار کردن اغتشاشهای هیجانی به کار می‌افتد. بسیاری از منتقدان با این ادعا که آدلر نیروهای کشاننده‌ای را انکار کرده و برتری جویی را تنها محرک فعالیت روانی دانسته است، مفاهیم روانشناسی فردی را محدود جلوه داده‌اند. بی‌تردید، آدلر آشکارا تحت تأثیر افکار نیچه^{۶۶} قرار گرفته است اما مفهوم برتری جویی در نظام آدلر دارای معنای متفاوتی است. نیچه، برتری جویی را به منزله تجسم انسانیت برتر می‌داند و آن را به عنوان وسیله و هدفی تلقی می‌کند که امکان دستیابی به انسان برتر را فراهم می‌نماید. چنین معنایی از اصطلاح، با مفهوم آدلری آن به کلی متضاد است. زیرا از دیدگاه آدلر، برتری جویی نشانه شکست جبران مضاعف^{۶۷} در انسان کهنتر شده است؛ انسانی که براساس احساس کهنتری خویش برانگیخته شده و ارزنده‌سازی^{۶۸} خود را گاهی در یک فعالیت مثبت و زمانی در رفتارهای غیراجتماعی^{۶۹} و ضداجتماعی^{۷۰} جستجو می‌کند. روان‌آزردگی^{۷۱} ناشی از احساس کهنتری، بر مبنای تمایل به توانمندی و تهییج احساس شخصیت بنا می‌شود؛ تمایلی که به منزله یک نیروی جبرانی است که براساس آن فرد کوشش می‌کند

تا به حالت ناایمنی^{۷۲} خود پوشش دهد. بنابراین، برتری‌جویی مبین ناامیدی فردی است که احساس می‌کند در شرایط بهنجار^{۷۳} هرگز نمی‌تواند نسبت به ارزش خود یقین حاصل کند. به عبارت دیگر، برتری‌جویی یک حرکت جبرانی زودرس است که احساس اجتماعی از آن رخت بر بسته است و هر اندازه احساس کهنتری گسترده‌تر باشد، برتری‌جویی نیز بیشتر خواهد بود. (گرم، ۱۹۸۲).

نکات ذکر شده آشکارا نشان می‌دهند که اگر نیچه برتری‌جویی را به عنوان یک صفت برتر می‌داند آدلر بر این باور است که:

- در روان‌آزردگی، برتری‌جویی نشانه یک جبران ناموفق است و فقدان کامل اعتماد به نفس و ناتوانی فرد در برقرار ساختن روابط بهنجار اجتماعی بر حسب اصول روابط متقابل را برجسته می‌سازد و به شکست در روابط با دیگری می‌انجامد.

- در زمینه روان‌پدیدآیی، از سنین خردسالی می‌توان شاهد بروز تمایل به مهار کردن و سلطه بر موقعیت بود چرا که کودک نیاز دارد تا خود را با الگویی فراتر منطبق کند و بدین ترتیب، کوششی پایدار را به منظور دنبال کردن کورکورانه فکر رهنموددهنده‌ای که براساس برتری‌جویی متبلور می‌شود، به راه می‌اندازد. اما مداخله بزرگسالان این گرایش را تعدیل می‌کند و به هسته اصلی تعاون و احساس اجتماعی شکل می‌دهد. ولی اگر این تمایل براساس مداخله اطرافیان تعدیل نشود موقعیتی به وجود می‌آید که مشابه چیزی است که در فرد روان‌آزرده قابل مشاهده است.

نظریه آدلر درباره روان‌آزردگی و روان‌گسستگی^{۷۴}

تحول، شکوفایی و بقای هر انسان در گرو زندگی در جامعه انسانی است و از دیدگاه آدلر، انسان در روابط با محیط و براساس بازخوردش نسبت به اطرافیان تعریف می‌شود. بنابراین، برای درک شکل‌گیری انحرافها از خط تحول بهنجار باید جایگاه انسان در جامعه و وظایفی را که زندگی بر وی تحمیل می‌کند، مشخص کرد. آدلر برای انسان سه وظیفه اصلی قابل است:

- روحیه اجتماعی یا حس مشارکت ؛

- زندگی عشقی و جنسی ؛

- تحقق خود براساس کار و مشارکت در آسایش عمومی.

وی بر این باور است که براساس شیوه‌ای که هر فرد با این مسایل حیاتی مواجه می‌شود می‌توان خط حرکت وی را مشخص کرد و به درک او نایل شد (آدلر، ۱۹۵۰).
(۱) روحیه اجتماعی

انسان از آغاز خلقت فهمیده است که برای بقای خود و اجتناب از اضمحلال باید به صورت گروهی زندگی کند و بدین ترتیب، نخست در هسته خانوادگی، سپس در قبیله و امروزه در جامعه انسانی زندگی می‌کند که در آن تعاون و همکاری برای حفظ منافع فرد و جامعه، در حکم قانون درآمده است. زبان به منزله ابزار ارتباطی ضروری نیز از نیاز حیاتی به زندگی مشترک و روابط تنگاتنگ و تمایل به درک متقابل نشأت گرفته است. همه کنشهای فردی در ارتباط با زندگی اجتماعی و تعاونی، تحول می‌یابند. حتی برای آدلر، عمل مکیدن در نوزاد، برخلاف تصور فروید، نیز با یک کشاننده آزارگرانه^{۷۵} مرتبط نیست بلکه نشان‌دهنده نخستین عمل تعاونی نوزاد و مادر است؛ مادری که پستان پر شیر خود را به فرزندش عرضه می‌کند و برای او غذا و رضایت خاطر را فراهم می‌سازد.

براساس تحول این رابطه و با کمک مادر است که روحیه اجتماعی متحول می‌شود. مادر می‌تواند در عین حال این روحیه را تقویت کند یا آن را در نطفه خفه نماید. تحول دیگر دوستی^{۷۶} و انحلال خودمیان‌بینی و رفتارهای غیر اجتماعی، مبنای تعاون است و پیشرفت انسانیت و در نتیجه پیشرفت هر فرد را تضمین می‌کند.

نخستین وظیفه هر کس عبارت از حل مسأله‌ای است که حضور کسان دیگر در کنار وی - کسانیکه دارای منافع، خواسته‌ها و حقوق خاص خود هستند - مطرح می‌کند. این وظیفه، توسط احساس گروهی بیان می‌شود و هر عصر فرهنگی به تدارک چنین آرمانی بر حسب افکار و احساس‌هایش می‌پردازد. بسیاری از هنجارهای زندگی اجتماعی را می‌توان همانند ویژگیهای جسمانی مانند حرکات تنفسی و یا توانایی ایستادن، به ماهیت انسانی ما وابسته دانست و در چارچوب مفهوم جامعه آرمانی انسانی قرار داد. این هنجارها تعیین‌کننده قاعده رفتار در روانشناسی فردی هستند و همه هدفها و شکل‌های حرکت در قیاس با این قاعده، ارزشیابی می‌شوند. بدین ترتیب، روانشناسی به صورت

روانشناسی ارزشها در می آید و جامعه به صورت هدف هدایت‌کننده کمال متجلی می‌گردد. در واقع، نیاز به سلطه به منزله برآیند بین یک موقعیت کهنتری است که با احساس کهنتری بیان می‌شود و تمایل به برتری که براساس احساس اجتماعی متجلی می‌گردد. بنابراین، جهت‌گیری به سوی کمال و تجسس سلطه، از محتوای کلی تحوّل نوع انسان متمایز شدنی نیست.

۲) زندگی عشقی و جنسی

این وظیفه عبارت است از توانایی همسانسازی^۷ جنسی و پذیرفتن این نکته که موجودات انسانی نه تنها از زاویه جسمانی بلکه از لحاظ روانی نیز کاملاً متمایزند. حرکت انبساط براساس اصل احساس اجتماعی موجب می‌شود که حلّ این مسأله، مستلزم انتخاب یا عدم انتخاب یک شریک جنسی باشد. رابطه عاشقانه یک ویژگی روابط اجتماعی است. در عشق که سرچشمه ارضاهای جسمانی و روانی است، احساس اجتماعی به منزله آفریننده بلافاصله و اجتناب‌ناپذیر سرنوشت ما متجلی می‌شود. عشق، مسأله دو نفر با جنس متضاد است که تداوم نسلها و پیوستگی نوع انسانی را دربر دارد (آدلر، ۱۹۵۰).

مرکز تحقیقات کامپیوتر علوم اسلامی

دوست داشتن دیگری در فراسوی خویشتن، پذیرفتن خوبیها و بدیهای وی و تمایل به زیباتر کردن زندگی برای او، مستلزم سطحی از دیگر دوستی است. «هیچیک از مسایل انسانی بیش از مسأله عشق، با نیک بختی و آسایش فرد در اجتماع، تا این حد رابطه نزدیک ندارند. اما یک مسأله دو نفری، ساختار خاص خود را دارد و نمی‌توان آن را به شیوه یک مسأله فردی، حل کرد. برای حلّ مسأله عشق، هر یک از دو نفر باید خود را کاملاً فراموش کنند و به صورت تامّ و تمام در اختیار دیگری قرار دهند و مانند آن باشند که انگار یک موجود واحد جدید را تشکیل می‌دهند. همین الزام تا حدّی در دوستیها، بازیها یا کارهایی که افراد در آنها از یک ابزار در جهت دستیابی به یک هدف سود می‌جویند، مشاهده می‌شود. تردیدی نیست که مسایل عدم تساوی، تردید متقابل، افکار یا احساس‌های کینه‌توزانه باید در خارج از میدان این ساختار قرار داده شوند» (همان منبع).

شکل‌گیری ساختار عشق و احساس جاذبه نسبت به دیگری، نیاز به تقسیم کردن،

هدیه دادن و ... نیازمند تصوّر شخصی مثبتی از ویژگیهای روانشناختی، جسمانی و یا زیبایی‌شناختی^{۳۸} شخص دیگر است. این تصوّر تحت تأثیر محیطی که فرد در آن زندگی می‌کند قرار می‌گیرد. «اگر چه عشق براساس ماهیت خود دربرگیرنده جاذبه جنسی است اما این جاذبه تا حدی که با مراحل تحوّل انسانیت مطابقت دارد، در انتخاب شریک زندگی اثر می‌کند. به عبارت دیگر، احساسات زیبایی شناختی ما، براساس تجسم هشیار تا ناهشیار یک الگوی برتر در فرد منتخب، به خدمت تحوّل انسانیت در می‌آیند.» (آدلر، ۱۹۵۰).

شخصیت کامل هر فرد در شیوه دوست داشتن وی نمایان می‌شود. موضع‌گیری نسبت به عشق براساس کیفیت رابطه با مادر در خلال نخستین سالهای زندگی، مشخص می‌گردد. اگر فرد مانند کودک لوس و نازپرورده‌ای به مادر دلبسته باقی بماند، کم و بیش مانند انگلی تحوّل خواهد یافت که همواره ارضای همه نیازهایش را از دیگری انتظار خواهد داشت چون هرگز صرف‌نظر کردن از میل یا خواسته‌ای را نیاموخته است. آنچه را که فروید، عقده ادیب^{۳۹} نامیده و آن را مبنای طبیعی تحوّل روانی قلمداد کرده است، برای آدلر فقط یکی از تجلیات متعدد زندگی کودک نازپرورده‌ای است که به منزله بازیچه بدون دفاع امیال سرکوب نشده خویشتن است. همچنین آدلر از پذیرفتن اصلی که براساس آن همه دختران به سوی پدر و همه پسران به سوی مادر گرایش دارند، امتناع می‌کند و براین باور است که هر گاه گرایش نسبت به جنس مخالف در کودکانی که نازپرورده نیستند مشاهده شود می‌توان آن را به منزله دریافت نقش جنسی آینده تلقی کرد و این نکته را پذیرفت که بدون دخالت غریزه جنسی، کودک خود را برای آینده آماده می‌کند آنچنانکه بازیهای دیگر نیز همین نقش را دارند.

«اما بروز زودرس و غیر قابل مقاومت غریزه جنسی نشان دهنده خود میان‌بینی کودک نازپرورده‌ای است که نمی‌تواند از هیچ میلی صرف‌نظر کند» (آدلر، ۱۹۵۰). بنابراین، رفتار جنسی یک فرد در چارچوب کلی تحوّل روانی قابل درک است و هر رابطه‌ای که فقط به منظور ارضای نیازهای فردی به وجود آید و به انکار فضای حیاتی دیگری پردازد، فرد را در برابر مسایلی که ماهیت مرضی دارند مانند انحرافهای جنسی و روان‌آزردگیها قرار خواهد داد.

۳) تحقق خود براساس کار و مشارکت در آسایش عمومی

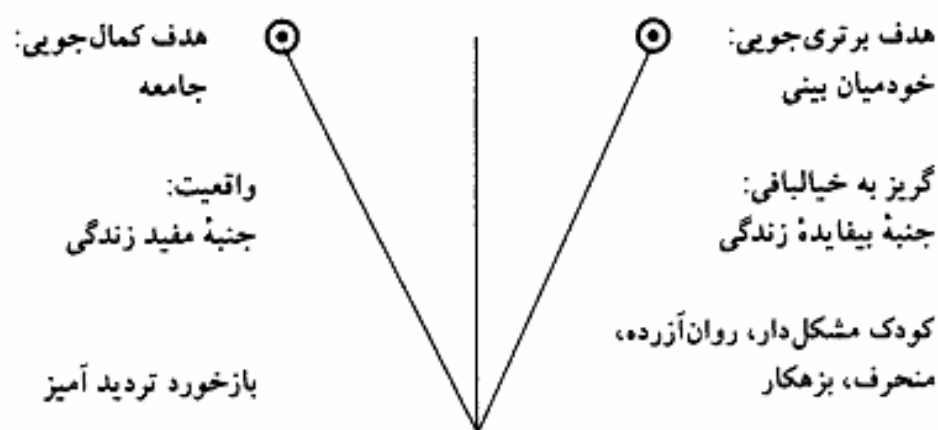
این وظیفه عبارت است از مشارکت در کوشش و تلاش انسانهای دیگر به منظور حفظ و تضمین زندگی. آمادگی فرد برای مشارکت در آسایش عمومی از بدو تولد یعنی از زمان شکل‌گیری نخستین روابط نوزاد با مادر آغاز می‌شود؛ مادری که راه دخول در زندگی را به منزله عنصری از یک مجموعه، القا می‌کند. این آمادگی در مدرسه یا در هر نهاد دیگری که جایگزین آن شود، ادامه می‌یابد. «مدرسه براساس نیازهای مردم، گسترش یافته و ساختار آن، بر مبنای نیازهای جامعه، تغییر کرده است. با پیشرفت ارتباطات و فن‌آوری، لزوم وجود مدرسه برای همه مردم مطرح شده است؛ مدارس که با جنبه‌های مختلف خواسته‌های نظامهای حاکم مطابقت داشته‌اند» (آدلر، ۱۹۷۸). بنابراین می‌توان از خود پرسید که چگونه یک مدرسه باید سازماندهی شود؟ بی‌تردید، مدرسه، به منزله مبنای آموزش و پرورش یک ملت است. رسالت مدرسه، پرورش انسانهایی است که بتوانند در خلال زندگی خود به صورتی مستقل کار کنند و خواسته‌های گروه اجتماعی را همانند مسایل شخصی خویشان بدانند. این نکته نیز آشکار است که در بطن خانواده و مدرسه باید زمینه‌هایی ایجاد شوند تا افراد را برای تحقق آزمونهای جامعه آماده سازند (همان منبع).

پاسخهای سازش نیافته در برابر زندگی

روانشناسی آدلری کوشش می‌کند تا «نشان دهد که تحوّل روانی انسان و انحرافهای آن، یعنی روان‌آزردگیها و روان‌گسستگیها، براساس بازخورد فرد در برابر منطق مطلق زندگی اجتماعی، تعیین می‌شود. درجه انحراف یعنی حدّ سازش نیافتگی با خواسته‌های همگانی و اجتماعی، مشخص‌کننده درجه و ماهیت اختلالهای روانی است» (آدلر، ۱۹۷۶). به نظر می‌رسد که همه تلاش فرد سازش نیافته، روان‌آزرده، روان‌گسسته و جز آن به سوی هدفی متوجه است که با هدفهای گروه اجتماعی مغایرت دارد و تمامی نیروی وی در جهانی مملو از توهمات واهی به هدر می‌رود. تضادی که وی را در برابر واقعیت مطلق قرار می‌دهد تنها یک گنش دارد و آن تغییر شکل واقعیت و دور کردن فرد از آن است.

چنین بازخوردی به هیچگونه نارسایی عضوی نسبت دادنی نیست بلکه حاصل یک احساس کھتری است که در زندگی کودکی کم و بیش دشوار فرد ریشه دارد. تجربه‌های واقعی کھتری، شرایط بروز اشتباهات مختلفی را فراهم می‌کنند که بر تحوّل روانی فرد تأثیری قاطع دارند. احساس کھتری با یک حرکت جبرانی به سوی یک هدف برتری، همگام است. احساس کھتری در همه کس به درجات مختلف وجود دارد و محرک لازم برای حفظ جنبه‌های مفید زندگی است. «اما معنا و ارزش آن را باید در چگونگی به کار بستن آن جستجو کرد. برای مثال اگر حس اجتماعی در کودک تحوّل نیافته باشد و به شدت احساس ناتوانی کند، به سختی می‌تواند راه حلّ مثبتی را برای مسائل تحصیلی خود در نظر بگیرد. شکستهای مکرر و موقعیتهای شکست، حتی اگر گذرا یا مفروض باشند گرایش به جبران را در فرد ایجاد می‌کنند اما این جبران به جای آنکه در جهت کمال باشد در مسیر برتری جویی و قدرت طلبی خواهد بود» (آدلر، ۱۹۷۶). به عبارت دیگر، احساس گسترده کھتری در قلمرو واقعیت، موجب می‌شود که فرد شهامت خود را به منظور حلّ مثبت مسایل حیاتی در جهت همسازی^۸ با جامعه از دست بدهد. در اینصورت، به جای دنبال کردن هدف واقعی کمال یا موفقیت، فرد در جستجوی هدف واهی ارزنده‌سازی شخصی خواهد بود؛ در این جهان خیالی، به گسترش یک احساس واهی ارزشهای برتر خواهد پرداخت و آنچه را که با چارچوب کنش‌وری^۹ وی مغایرت دارد بد یا ناراحت‌کننده تلقی خواهد کرد. از اینجاست که بار سنگین احساس کھتری بر اساس تبدیل آن به یک «سلاح» کاهش خواهد یافت «به شرطی که بدبختیهای فرد بتواند توجه دیگران را نسبت به وی جلب کنند». از دیدگاه آدلر، پیگیری چنین مسیری به منزله گریز از واقعیت به سوی یک جهان ظاهری و خیالی است که با تغییر شکل احساس کھتری، احساس اجتماعی را نیز در خارج از میدان خود قرار می‌دهد (آدلر، ۱۹۷۶). چنین مفهومی که اختصاصاً آدلری است راه را برای درک ظریفتر مشکلات خُلقی هموار می‌سازد و می‌توان آن را به وسیله یک طرح کلی نشان داد.

در شکل ۱، خط عمودی، قلمرو تجسس کمال، جامعه‌خواهی و آنچه را که واجد جنبه اجتماعی است و در معنای کامل کلمه، مفید دانسته شده است از قلمرو آنچه در تضاد با جامعه است، چارچوب روابط اجتماعی را مختل می‌کند و می‌توان آن را غیر مفید دانست، مجزا می‌کند.



شکل ۱- گریز از واقعیت به سوی جهان خیالی (به نقل از اسپیل، ۱۹۸۰)

در قسمت مفید، هدف تلاشهای فرد، دستیابی به کمال است و در قسمت غیر مفید، کوششها به سوی برتری جویی گرایش دارند. از آنجا که هر حرکت روانی واجد قصد و هدفی است بنابراین دانستن این نکته که فرد کدامیک از هدفها را دنبال می کند، بسیار پراهمیت است. اما همواره به علت مسایل متعددی که در زندگی مطرح می شوند، امکان گذار از قلمرو مفید به قلمرو غیر مفید وجود دارد. کسی که به علت احساس کهنتری، تأثیر احساس اجتماعی و یا فقدان شهامت خود را در حل مسایل زندگی ناتوان می بیند و این مسایل را بسیار مشکل تلقی می کند، ضمن باقی ماندن در قلمرو مفید زندگی، بازخوردی تردید آمیز - که پویایی وی را کاهش می دهد - اتخاذ می نماید و یا آنکه در برابر امیال خود از پا درمی آید و در این گریز، از مرزهای قلمرو خیالی عبور می کند و قدم به وادی توهمات یا جنبه غیر مفید می گذارد.

جنبه غیر مفید به انسانهایی اختصاص دارد که واجد اختلالهای روانی مانند روان آزردگی، روان گسستگی، بزهکاری، انحراف، تمایل به خودکشی و ... هستند.

ماهیت روان آزردگیها

آدلر روان آزردگی را ناشی از عدم آمادگی فرد برای حل مسایل زندگی می داند و بر این باور است که فقدان این آمادگی به راهبردهایی منجر می شود که از سویی دارای بار عاطفی شدید و از سوی دیگر واجد برانگیختگی، بدبینی، کمرویی، کناره گیری و رگه های خلقی منفی است. در روان آزردگی با تشدید زندگی عاطفی که ناشی از

حساسیت مفرط فرد است مواجه هستیم؛ حساسیتی که مبین احساس کهنتری بیمار است. از دیدگاه آدلر، یکی از ویژگیهای روان‌آزردگی این است که همواره در برابر یک مشکل اجتماعی متجلی می‌شود و در موقعیتهای مساعد هرگز بروز نمی‌کند. به عبارت دیگر، در مواجهه با یک عامل برونی است که عقده کهنتری نمایان می‌شود. ناتوانی فرد در حل یک مسأله کنونی، تنشهای گسترده‌ای را در وی به وجود می‌آورد، این تنشها به عنوان یک تهدید قریب الوقوع تلقی می‌شوند و چون فرد نمی‌تواند پاسخی مناسب مانند احساس اجتماعی، حس مشارکت یا رغبت نسبت به گروه را در برابر مسایل حیاتی ارائه دهد، نسبت به نارسایی «من» خود هشیار می‌شود و این هشیاری، به منزله ضربه‌ای است که فرد را متزلزل می‌کند و خطر انهدام وی را در پی دارد. در این موارد، بیمار تنها خود را دلیل نامؤثر بودن راهبردش می‌داند بدون آنکه به مسأله کنونی - که حل آن مستلزم وجود حدی از احساس اجتماعی است - بیندیشد.

در این بیماران، ترس از شکست به مراتب فراتر از میل دستیابی به موفقیت است و اگر چه رنجی جانگداز را تحمل می‌کنند اما این رنج را می‌پذیرند تا شکست و بی‌ارزشی آنها آشکار نشود. آدلر عقیده دارد که با در نظر گرفتن فزون حساسیتی، بی‌حوصلگی، تشدید حالت‌های عاطفی و جاه‌طلبی شخصی این بیماران، می‌توان درک کرد که چرا تا وقتی ترس از آشکار شدن کم‌ارزشی در آنها وجود دارد حتی نمی‌توان کوچکترین گامی در راه حل مسایل آنها برداشت. اگر چه فرد تمایل خود را به درمان نشان می‌دهد اما نمی‌داند که بیش از هر چیز از برملا شدن بی‌ارزشی خود واهمه دارد.

بنابراین، روان‌آزردگی به منزله کوششی گسترده در راه اجتناب از دردی جانکاه و حفظ ارزش ظاهری خویشتن است بدون آنکه بیمار بخواهد بهای دستیابی به این هدف را پردازد یعنی بدون آنکه بتواند خود را قانع کند که هر کس باید آینده را با همگنانش تقسیم کند و این نکته را بپذیرد که این امر مستلزم آن است که به کشاننده‌های پرخاشگرانه نخستین خود به صورت غریزی پاسخ ندهد (آدلر، ۱۹۵۰).

جامعه براساس قدرت مطلق خود، کشاننده‌های پرخاشگرانه را دچار بازداری می‌کند و آنها را به همکاری و مشارکت تبدیل می‌نماید. رفتار هر فرد براساس مواجهه بین احساس مشارکت و طرح پرخاشگرانه نسبت به آینده مشخص می‌شود، یعنی هر فرد

بین رابطه مبتنی بر دیگر دوستی و آمادگی برای تقسیم با دیگری از یکسو، و حرکت خود میان بینانه فردی به سوی آینده و انگیزه‌های غریزی، از سوی دیگر، در نوسان است. همه کس با چنین تناقضی درگیر است و همه چیز براساس ظرفیت فرد در حل این مبارزه درونی، شکل می‌گیرد. شکست در این مبارزه، به سازش نایافتگی منتهی می‌شود و روان آزرده‌گی یا روان‌گسستگی را به وجود می‌آورد. همه رفتارهای فرد روان آزرده در جهت حفظ ایمنی او هستند؛ اعمالی که به سختی می‌توان درک کرد اما همواره برانگیختگی اصلی، یعنی برتری‌جویی را نمایان می‌سازند (آدلر، ۱۹۷۶).

روان آزرده تقریباً همواره، خط عمودی بالارونده‌ای را دنبال می‌کند و اگر تصور کند که خط راست وی را به هدف مورد نظر نمی‌رساند مسیرهای جانبی را برمی‌گزیند اما همواره مراقب است که خط اصلی از نظرش دور نماند.

گاهی بیمار، پاره‌ای از پدیده‌های روان آزرده‌وار^{۴۴} را جانشین پدیده‌های دیگر می‌کند تا جایی که براساس نوعی آزمایش و خطا، وخیم‌ترین نشانه یعنی نشانه‌ای که بیش از آن‌های دیگر با خط رهنمود دهنده وی مطابقت دارد، متجلی شود. بدین ترتیب، آدلر به عکس فریود، روان آزرده‌گی را براساس گذشته فرد تبیین نمی‌کند بلکه آن را ناشی از شکست‌های وی در ارتباط با آینده می‌داند. (شافر، ۱۹۷۶).

ماهیت روان‌گسستگی

آدلر یکی از نخستین متخصصان بالینی است که تجلیات روان‌گسسته‌وار^{۴۵} را دارای مبنایی روان‌زاد^{۴۶} می‌داند. در این نظام، روان‌گسستگی مبین فروپاشی فرد در برابر مسایل زندگی است و از ناتوانی کامل وی در پاسخگویی به سه خواسته اصلی زندگی ناشی می‌شود (آدلر، ۱۹۷۶).

در بیمار روان‌گسیخته^{۴۷}، تجربه تماس فرد با همگنانش تحقق نیافته است و این وضعیت ناشی از شکست کامل کنش مادرانه است. از دیدگاه آدلر، وظیفه اجتماعی مادرگری^{۴۸}، تفسیر جامعه برای کودک است و اگر مادر در انجام این وظیفه قصور کند، فرزندش را با مشکلات لاینحلی مواجه خواهد کرد. روابط همزمان جسمانی و روانی مادر با کودک منحصر به فرد و معرّف بزرگترین تجربه عشق و وحدتی است که می‌تواند برای یک

انسان وجود داشته باشد. وظیفهٔ مادر، تضمین تحوّل روانی کودک با ارائهٔ مفاهیم صحیح اجتماعی، کار و عشق است. از این راه، مادر به تدریج عشق کودک نسبت به خود را تغییر می‌دهد و وابستگی^{۷۷} وی در قبال خود را به بازخوردی اعتمادآمیز، خیرخواهانه و مسؤولانه نسبت به محیط و جامعه، تبدیل می‌کند. این نقش دوگانهٔ مادر است که نخست، کامل‌ترین تجربهٔ وحدت انسانی را به کودک منتقل کند و سپس آن را به صورت یک بازخورد کلی نسبت به دیگری درآورد. شکست مادر در ایفای این نقش موجب می‌شود تا بیمار روان‌گسیخته به مکانیزمهای دیگری برای بیان شخصیت خود متوسل شود. توهمها و افکار هذیانی^{۷۸} که به فاصله‌گیری از واقعیت و شانه‌خالی کردن از مسؤولیت منتهی می‌شوند احساس شخصیت فرد را تضمین می‌کنند. فکر هذیانی این بیماران ارزش رمزی دارد و برای تحقق هدفها در چارچوب روابط خاص آنها با جهان به کار می‌رود و بیگانگی آنها را نسبت به پیوندی که براساس منطق و مشارکت در جامعهٔ انسانی به وجود می‌آید نشان می‌دهد (آدلر، ۱۹۷۶).



انسجام نظام آدلری

در سراسر فرایند شکل‌گیری نظام آدلر، می‌توان شاهد انسجام شگفت‌انگیزی بود. تأثیر افکار فلاسفهٔ مختلف مانند کانت^{۷۹}، نیچه، شوپنهاور^{۸۰} و ... با توجه به بُعد اجتماعی حرفهٔ پزشکی، همکاری با گروه روان‌تحلیل‌گران وین به مدت هشت سال و نیم و تاریخچهٔ زندگی شخصی آدلر، به منزلهٔ عواملی هستند که سنگ زیربنای نظریهٔ وی را فراهم کرده‌اند.

افکار آدلر از آغاز در حول محور چند مفهوم بنیادی متمرکز بوده‌اند: موقعیت نایمنی، نارسایی و به ویژه شکنندگی انسان، وحدت شخصیت (جسم - روان، هشیار - ناهشیار)، قانون پویشی تحوّل (تمایل موجود زنده به تحقق تمام عیار خویشتن)، قانون جسمانی جبران نارساییها، تأثیر جسم بر روان، بروز واکنشی رگه‌های خلقی براساس مواجهه با نارساییها، شکل‌گیری هستهٔ شخصیت در پیرامون دریافتهای هیجانی از حدّ خردسالی، تبیین رفتار با توجه به هدف غایی یا نهایی بیش از عوامل علی و بالآخره اهمیت توحید یافتگی در جامعهٔ انسانی.

بر مبنای این محورهای کلی، بتدریج مفاهیم آدلری در جهت ایجاد روانشناسی‌ای که فرد را بیش از پیش در بافت اجتماعی قرار می‌دهد، ظریفتر و دقیقتر شدند. جنبه انحصاراً زیست‌شناختی محدودتر شد و ویژگی‌کشاننده‌ای زندگی روانی جای خود را به دیدگاهی ارتباطی داد. پاره‌ای از مفاهیم دیرتر تصریح شدند اما بر مبنای مفاهیمی قرار گرفتند که بطور ضمنی از سال ۱۹۱۲ وجود داشتند. تنها تغییر قاطع نظام، گذار از یک تبیین کشاننده‌ای به یک تبیین ارتباطی رفتار بین سالهای ۱۹۱۰ تا ۱۹۱۲ بوده است. براساس موضع‌گیری اخیر، آدلر ناهشیاری را به منزله خزانه کشاننده‌ای و جایگاه تعارضهای درون - فردی^{۱۱} تلقی نمی‌کند و آن را بخشی از دستگاه روانی می‌داند که در خارج از چارچوب فهم فرد قرار دارد. بدین ترتیب، تعارضها با توجه به روابط بین - فردی^{۱۲} و با توسل به مفهوم غایت به جای علت، توجیه می‌شوند.

نظریه آدلر به علت مفاهیم مشخص و روشن آن، نه تنها دارای کاربردهای مؤثر و مفیدی است بلکه بی‌تردید می‌تواند براساس روی آورد^{۱۳} روانی - اجتماعی خود امکان درک و فهم انسان را فراهم کند و اختلالهای روانی را با توجه به عللی که در پی می‌آیند در حد گسترده‌ای تبیین نماید:

در تحقیقات کاپتور علوم ادلری

(۱) احساس کهنتری؛

(۲) تردید در خطر کردن و پذیرش تعهدهای زندگی؛

(۳) کوشش در دستیابی به موفقیت‌های شخصی بیش از توجه به منافع اجتماعی؛

(۴) امتناع از دریافت معنای مثبت زندگی؛

(۵) وجود ادراکها و باورهای نامناسب در پی شکستها و استیصالهای اکتسابی^{۱۴}.

بر مبنای علل ذکر شده، روشهای درمانگری آدلری که هدفهای زیر را دنبال می‌کنند شکل گرفته و بیش از پیش گسترش یافته‌اند (کُرسینی و اورباخ، ۱۹۹۶):

(۱) کمک به بیمار در درک و فهم هدفهای خویشتن؛

(۲) مواجه کردن بیمار با افکار خود - ویرانگرانه^{۱۵} و خود - شکست‌دهنده^{۱۶} وی؛

(۳) مقابله با گسترش و انتشار هدفها، ارزشها و روشهای نارسای بیمار؛

(۴) ایجاد شهامت در بیمار به منظور پذیرش نارساییهای خود؛

(۵) ارائه روشهای مؤثر به بیمار با هدف تغییر نارساکنش‌وریه‌های سبک زندگی و

ترغیب وی به اتخاذ اعمال سازنده به جای پیگیری هدفهای خود - ویرانگرانه؛
 ۶) تشویق بیمار به پذیرش مسؤولیت با هدف هدایت زندگی وی در مسیری مثبت؛
 ۷) هدایت بیمار در جهت گسترش رغبتهای اجتماعی.



یادداشتها:

- | | | |
|----------------------|--------------------------|------------------------|
| 1- Adlerism | 2- Individual Psychology | 3- Sigmund |
| 4- Hermine | 5- Rudolph | 6- Abandonment |
| 7- Rachitism | 8- Spontaneous | 9- Inferiority feeling |
| 10- Emotionality | 11- Freud, S. | 12- Individum |
| 13- Compensation | 14- Conflict | 15- Somatology |
| 16- Functional | 17- Contradictions | 18- Ambivalence |
| 19- Superiority | 20- Tension | 21- Phylogenesis |
| 22- Security | 23- Final goal | 24- Creative |
| 25- Creativity | 26- Psychogenesis | 27- Life style |
| 28- Assimilation | 29- Adaptation | 30- Consciousness |
| 31- Attitude | 32- Egocentrism | 33- Equilibrium |
| 34- Dreams | 35- Anticipation | 36- Hallucinations |
| 37- Participation | 38- Residual | 39- Dreamer |
| 40- Regression | 41- Metaphor | 42- Biopsychological |
| 43- Deep psychology | 44- Causality | 45- Finality |
| 46- Unconscious | 47- Fiction | 48- Self-conservation |
| 49- Passive | 50- Projection | 51- Symbol |
| 52- Objective | 53- Finalism | 54- Causal |
| 55- Evaluation | 56- Trauma | 57- Predeterminism |
| 58- Psychoanalysis | 59- Reality principle | 60- Genesis |
| 61- Underestimation | 62- Overestimation | 63- Ego |
| 64- Repressions | 65- Intellectualization | 66- Nietzsche, F. |
| 67- Overcompensation | 68- Valuation | 69- Asocial |
| 70- Antisocial | 71- Neurosis | 72- Insecurity |
| 73- Normal | 74- Psychosis | 75- Sadistic |
| 76- Altruism | 77- Identification | 78- Esthetical |
| 79- Oedipus complex | 80- Adjustment | 81- Functioning |

- | | | |
|--------------------------|----------------------|----------------------|
| 82- Neurotic | 83- Psychotic | 84- Psychogenic |
| 85- Schizophrenic | 86- Maternism | 87- Dependency |
| 88- Delusional | 89- Kant, I. | 90- Schopenhauer, A. |
| 91- Intraindividual | 92- Interindividual | 93- Approach |
| 94- Learned helplessness | 95- Self-destructual | 96- Self-defeating |

منابع:

- Adler, A. (1927). *Individual Psychology*, London: Kegan Paul.
- Adler, A. (1931). *What Life Should Mean to You*. New York : Capricorn.
- Adler, A. (1950). *Le Sens de La Vie*. Paris, Payot.
- Adler, A. & Pasteur Jahn (1958). *Religion et Psychologie Individuelle Comparée*. Paris, Payot.
- Adler, A. (1976). *Le Tempérament Nerveux*. Paris, Payot.
- Adler, A. (1978). *L'enfant Difficile*. Paris, Payot.
- Corman, L. (1982). *Nietzsche, Psychologue des Profondeurs*, Paris, P.U.F.
- Corsini, J. & Auerbach, A. J. (1996). *Concise Encyclopedia of Psychology*. John Wiley & Sons, New York.
- Mormin, G. & Viguier, R. (1990). *Adler et l'Adlérisme*. Paris, P. U. F.
- Orgler, H. (1955). *Alfred Adler et Son Oeuvre*, Paris, Payot.
- Schaffer, H. (1976). *La Psychologie d'Adler*. Paris, Masson.
- Sperber, M. (1972). *Alfred Adler et la Psychologie Individuelle*. Paris, Gallimard.
- Spiel, O. (1980). *La doctrine d'A. Adler*. Paris, Payot.

