



## Глава 1

---

# Наука жить

Только наука, которая напрямую связана с жизнью, является настоящей наукой: так утверждал великий философ Уильям Джеймс. Можно также сказать, что в науке, которая напрямую связана с жизнью, теория и практика становятся неотделимы друг от друга. Наука о жизни становится наукой жить именно потому, что она создает себя по образцу движения жизни. Подобные соображения оказываются в особенности справедливы по отношению к индивидуальной психологии. Эта наука старается смотреть на человеческую жизнь как на нечто целое, воспринимая каждую отдельную реакцию, каждое движение и импульс как проявленную часть индивидуальной установки по отношению к жизни. Такая наука неизбежно ориентирована на практический смысл, ведь с помощью знаний мы можем исправить и поменять наши установки. Таким образом, индивидуальная психология является вдвойне *пророческой*: она не просто предсказывает, что случится, но и, подобно пророку Ионе, преду-

преждает, что *случится*, именно для того, чтобы этого *не случилось*.

Индивидуальная психология развилась из усилия понять загадочную творческую силу жизни — ту силу, которая выражается в желании развиваться, преодолевать сложности и достигать целей, а также компенсировать поражение в одной сфере за счет стремления к успеху в другой. Эта сила является *телеологической*: она воплощается в направленности к цели, и в этой направленности каждое телесное и психическое движение совершается с опорой на сотрудничество. Абсурдно изучать телесные движения и ментальные состояния абстрактно, вне связи с индивидуумом как целым. Абсурдным, например, является то, что в криминальной психологии мы обычно уделяем намного больше внимания преступлению, чем преступнику. Значение имеет как раз преступник, а не само преступление, независимо от того, как долго мы наблюдаем преступное деяние, ведь мы никогда не постигнем суть криминального проявления, если не посмотрим на него как на эпизод из жизни конкретного индивидуума. Внешне одинаковые деяния могут оказаться преступными в одном случае и совершенно не быть преступными в другом. Важно понять индивидуальный контекст — цель жизни индивидуума, которая и определяет направление всех его действий и движений. Данная цель позволит нам постичь

скрытое значение разных отдельных действий: мы будем воспринимать их как части целого. Аналогичным образом, изучая части (при условии, что мы изучаем их как части целого), мы лучше понимаем целое.

В случае самого автора интерес к психологии развился из медицинской практики. Она обеспечила телеологический, то есть целенаправленный, подход, который необходим для понимания психологических фактов. С точки зрения медицины можно сделать вывод, что развитие всех органов подчинено достижению неких целей. У них предопределена конкретная форма, которой они достигают к зрелости. Более того, в случаях, когда имеются органические дефекты, мы всегда обнаруживаем, что природа прикладывает специальные старания для того, чтобы преодолеть недостаток или компенсировать его с помощью усиленного развития другого органа. Жизнь всегда стремится к продолжению, и жизненная сила никогда не уступает внешним препятствиям без борьбы.

Движение души аналогично движению органической жизни. В уме у каждого из нас существует концепция цели или идеал, заставляющий добиваться большего, чем доступно в актуальной ситуации, и преодолевать имеющиеся недостатки и трудности, руководствуясь четкой целью в будущем. Благодаря этой конкретной цели индивидуум оказывается в состоянии находить

в себе дополнительные силы — ведь он опирается на представление о будущем успехе. Без ощущения цели человеческая активность утратила бы всякий смысл.

Все аргументы указывают на тот факт, что фиксация этой цели, придающая ей конкретную форму, должна произойти в жизни достаточно рано, на формирующем этапе детства. Именно в этот период начинает развиваться прототип, или модель, зрелой личности. Попробуем представить, как протекает этот процесс. Ребенок, будучи слабым, ощущает собственную неполноценность и находится в ситуации, которую терпит с большим трудом. Вследствие этого он начинает стремиться к развитию — и развивается в том направлении, которое задается целью, выбранной им самим для себя. Материал, используемый для развития на этой стадии, менее важен, чем цель, которая определяет направление. Сложно сформулировать, как фиксируется эта цель, но очевидно, что такая цель существует и доминирует в каждый момент жизни ребенка. В действительности мы еще не до конца понимаем силы, импульсы, причины, способности и ограничения этого раннего периода. Для их понимания по-прежнему не существует никакого ключа, так как направление определенно устанавливается лишь после того, как ребенок зафиксирует свою цель. Только рассмотрев то направление, в котором

развивается его жизнь, мы сможем предугадать, какие шаги будут предприняты в будущем.

Когда прототип (ранняя личность, в которой воплощена цель) уже сформирован, тогда и направление оказывается установлено, а индивидуум — ориентирован определенным образом. Набор этих фактов позволяет нам предсказать, что случится в его конкретной жизни впоследствии. Апперцепции индивидуума с этих пор неизменно функционируют в режиме, который очерчивается общим направлением жизни. Ребенок отныне воспринимает разнообразные ситуации не такими, какими они в действительности являются, а в соответствии с личной схемой апперцепции; другими словами, он воспринимает любую ситуацию через «фильтр» предубеждений, создаваемых его собственными интересами.

В связи с этим был обнаружен интересный факт: дети с органическими дефектами связывают все свои переживания с функцией поврежденного органа. Например, ребенок, у которого проблемы с желудком, демонстрирует ненормальный интерес к еде, в то время как ребенок с нарушением зрения обычно больше интересуется вещами, на которые нужно пристально смотреть. Подобная озабоченность согласуется с личной схемой апперцепции, которая, как мы отметили, характеризует всех людей. Исходя из этого, можно предположить, что для того, чтобы узнать, в какой сфере лежат интересы ребенка,

нам всего лишь нужно выяснить, какой его орган имеет дефект. Однако не все так просто. Ребенок переживает факт неполноценности органа не так, как ее видит сторонний наблюдатель: его переживание модифицировано его личной схемой апперцепции. Следовательно, хотя факт неполноценности органа и имеет значение как элемент схемы апперцепции ребенка, однако внешнее наблюдение неполноценности не обязательно позволяет понять схему апперцепции должным образом.

Ребенок погружен в схему относительности, и в этом он в действительности ничем не отличается от любого человека: ведь никто из нас не наделен знанием абсолютной правды. Даже наша наука не владеет абсолютной истиной. Она опирается на здравый смысл, а это означает, что сумма наших знаний непрерывно меняется, и нам остается удовлетворяться тем, чтобы постепенно заменять большие ошибки малыми. Мы все делаем ошибки, но важно то, что мы способны их исправить.

Продельвать такие исправления гораздо легче в период формирования прототипа. И если мы не исправляем их в это время, то впоследствии с ними можно будет справиться путем припоминания всей ситуации данного периода. Таким образом, если перед нами стоит задача лечения невротичного пациента, нам требуется обнаружить не обычные ошибки, совершенные

им на более поздних этапах жизни, а самые фундаментальные, которые он допустил достаточно рано в своей жизни, в процессе становления прототипа. Если нам удастся обнаружить эти ошибки, то мы сможем исправить их при помощи соответствующего лечения.

В свете индивидуальной психологии проблема наследственности, таким образом, становится менее важна. Главным оказывается не то, что человек унаследовал, а то, как он распоряжается своей наследственностью в ранние годы, то есть прототип, который формируется в обстановке его детства. Наследственность, без сомнения, отвечает на врожденные органические дефекты, но наша задача состоит в том, чтобы просто облегчить конкретные затруднения и создать для ребенка благоприятную ситуацию.

В принципе, здесь у нас есть большое преимущество: заметив дефект, мы уже знаем, как действовать. Порой в худшем положении оказывается здоровый ребенок, не имеющий наследственных недостатков, но испытавший на себе все неприятности, вызванные недоеданием или какой-либо из многочисленных ошибок в воспитании.

В случае детей, рожденных с неполноценными органами, психологическая ситуация имеет первостепенную важность. Поскольку эти дети находятся в более трудной ситуации, они демонстрируют заметные симптомы преувеличенного

чувства неполноценности. Уже во время формирования прототипа они больше интересуются собой, чем другими, и склонны продолжать вести себя таким же образом на протяжении всей жизни. Органическая неполноценность не является единственной причиной ошибок в прототипе: они могут возникать и в других ситуациях — например, когда ребенка балуют или ненавидят. Позже нам представится возможность описать эти ситуации более подробно, иллюстрируя примерами из реальной жизни три наиболее неблагоприятных сценария: это случаи детей с неполноценными органами, детей избалованных и детей, которых ненавидят. На данный же момент будет достаточно заметить, что такие дети растут, испытывая большое количество различных проблем и страхов, ввиду того что их окружение не смогло научить их независимости.

С самого начала необходимо уточнить, что мы подразумеваем под понятием *социальный интерес*, ведь он является практически самой важной частью нашего воспитания и исцеления. Только смелые и уверенные в себе люди, которые чувствуют себя комфортно в окружающем мире, способны извлечь равную пользу из трудностей и преимуществ жизни. Они никогда не боятся. Они знают, что трудности — обязательная часть нашего бытия, но они также прекрасно понимают, что могут их преодолеть. Они готовы ко всем проблемам жизни, которые в любом случае

являются социальными проблемами: каждому человеку так или иначе необходимо быть готовым к социальному поведению. Что же касается трех типов детей, о которых мы упомянули, то они формируют прототип с гораздо меньшей степенью социального интереса. У них нет ментальной установки, которая способствовала бы достижению их жизненных целей или разрешению трудностей. Из-за чувства поражения их прототип имеет ошибочную установку по отношению к проблемам жизни и демонстрирует тенденцию развивать личность в бесполезном направлении. Со своей стороны при лечении таких пациентов мы должны постараться направить их поведение в полезное русло и выработать у них целостную положительную установку по отношению к жизни и обществу.

Недостаток социального интереса эквивалентен ориентированности на бесполезную сторону жизни. Именно из индивидуумов с недостатком социального интереса впоследствии формируются группы трудных подростков, преступников, душевнобольных и пьяниц. В подобных случаях наша задача состоит в поиске способов повлиять на них так, чтобы они вернулись на полезную сторону жизни, и пробудить в них интерес к другим людям. Можно сказать, что наша так называемая *индивидуальная* психология в действительности представляет собой психологию *социальную*.