

Опубликована в Журнале Консультативная психология и психотерапия, Москва, 2010. № 4. С. 175—190.

Индивидуальная психология и Гуманистическая психология Созвучия и расхождения между психотерапевтическими подходами Альфреда Адлера и Карла Роджерса

Бондаренко О.Р. , Лукан У

Аннотация: *При сравнении Индивидуальной психологии и Гуманистической психологии становится очевидным их сходство в представлении образа человека. Так же, рассматривается связь истории жизни Адлера, основателя Индивидуальной психологии, и А. Маслоу и К. Роджерса, двух важнейших представителей Гуманистической психологии; в определенной степени А. Адлер был их учителем в Нью-Йорке. Обсуждаются сходства и расхождения в идеях и теоретических построениях обоих подходов, и на основании конкретных высказываний, проясняется роль Адлера как предтечи движения Гуманистической психологии и Личностно-центрированного подхода. В заключении указывается на все более часто обсуждаемые стремления к интеграции различных психотерапевтических школ.*

Ключевые слова: *Альфред Адлер, Карл Роджерс, Индивидуальная психология, Гуманистическая психология, личностно-центрированная психотерапия*

Сравнение Гуманистической психологии, или Личностно-центрированного подхода, Карла Роджерса с Индивидуальной психологией Альфреда Адлера далеко не ново и уже неоднократно предпринималось различными исследователями. В первую очередь, этим вопросом активно занимался У. Эсер [Esser, 1988], но его рассматривали и другие авторы,

например А. Маслоу [Maslow, 1970] , Х. Ансбахер [Ansbacher, 1971, 1990], Д. Келли и Р. Тауш [Kelly, Tausch, 1984], К. Обуховский [Obuchowski, 1988], У. О'Коннелл, Е. Гомес и Г. Гомес [O'Connell, 1991; Gomez, Gomez, O'Connell, 1994] и Р. Уоттс [Watts, 1996, 1998].

В настоящей работе предлагается продолжение дискуссии на эту тему, критический обзор существующих точек зрения и, главным образом, ее дополнение, включающее в себя некоторые аспекты, которым до сих пор уделялось недостаточно внимания.

До сих пор обычно при сравнении рассматривались в Личностно-центрированном подходе - тенденция к самоактуализации и/или центральные переменные (эмпатия, принятие и конгруэнтность), а в Индивидуальной психологии – социальная вовлеченность человека, которую А. Адлер не совсем удачно назвал «чувством общности», а позднее в Америке дал ей несколько более подходящее название, в большей степени отражающее ее активный характер – «социальный интерес» („social interest”).

Поэтому необходимо обозначить еще один аспект, который также был для А. Адлера одним из основных, но до сих пор не упоминался в сравнительных исследованиях, хотя без него картину нельзя назвать полной. Имеется в виду постоянно действующая внутри нас потребность в самоутверждении (в конечном итоге, в сохранении самооценки), которая, по Адлеру, свойственна всем людям и может быть удовлетворена здоровым образом только через чувство общности, а при недостатке чувства общности принимает болезненные и асоциальные формы, что вызывает нарушения регуляции и невротические симптомы.

Большинство авторов сравнивает чувство общности с тремя основными переменными, выделяя их в качестве основных действующих факторов каждого из двух видов терапии соответственно. Для Личностно-центрированного подхода это действительно верно, для Индивидуальной психологии требует некоторых оговорок, поскольку понятие «чувство

общности» в ходе развития теории Индивидуальной психологии использовалось по-разному, как будет прояснено далее.

Иногда чувство общности также сравнивается с тенденцией к самоактуализации, но это не совсем правомерно. Корректнее и понятнее было бы сравнение потребности в самоутверждении и тенденции к самоактуализации, то есть тенденций, заложенных в самой природе человека и являющихся основными для каждой из двух школ. Этот вопрос также будет подробно рассмотрен далее.

Так или иначе, авторы всех аналитических работ на данную тему сходятся во мнении, что **между двумя школами есть не просто точки соприкосновения, а явные сходства**. Они состоят, прежде всего, в том, что оба подхода ориентируются преимущественно не на нарушения, а подчеркивают присущие человеку позитивные творческие силы, благодаря которым он рассматривается как существо, создающее самого себя, имеющее определенную точку зрения, а не просто реагирующее. С этим связано также то, что и А. Адлер, и К. Роджерс придерживаются позиций экзистенциализма, и рассматривают человека в его неповторимости и цельности (ведь А. Адлер выбрал понятие «Индивидуальная психология», чтобы подчеркнуть неделимость человека, а не то, что речь идет об отдельном человеке – это, кстати, противоречило бы его основной идее).

По мнению перечисленных выше авторов, благодаря сходствам между двумя школами, А. Адлера следует рассматривать как представителя так называемой «Третьей силы» и предшественника Гуманистической психологии.

В качестве различия между Личностно-центрированным подходом и Индивидуальной психологией некоторые авторы, в особенности, У. Эссер [Esser, 1988] приводят то, что самоактуализация К. Роджерса предполагает в большей степени улучшение отношения человека к себе самому, а А. Адлер, говоря о чувстве общности, напротив, подчеркивает необходимость реалистичного определения своего места в общественной жизни. Кроме того,

У. Эссер считает, что К. Роджерс, ставя на передний план самоактуализацию, отражает безграничный эгоизм американского общества, тогда как образ человека у А. Адлера, в соответствии с которым здоровый человек воспринимает себя как часть социального целого, представляет собой слепок социалистического общества. Такому обществу А. Адлер в действительности чувствовал себя обязанным (поскольку играл важную роль во времена «Красной Вены» 20-х годов - время правления в Вене социал-демократов - и имел тесные контакты с диссидентами русской революции, например, Троцким).

Но такое противопоставление – это пример неудачного сравнения. Суть психотерапевтического подхода состоит в том, что сначала имеется теория о здоровом развитии и действующих силах - природных и вызванных влиянием окружающей среды, - а из нее выводятся специальные вмешательства на тот случай, если здоровое развитие под влиянием окружающей среды претерпело деформации.

Таким образом, характеристика психотерапевтического подхода производится исходя из того, какие, во-первых, называются действующие факторы при здоровом развитии (в Личностно-центрированном подходе - самоактуализация, в Индивидуальной психологии - тенденция к самоутверждению, в психоанализе - развитие влечений и т.п.). И как, во-вторых, предпринимается попытка снизить негативные последствия имевших место деформаций (посредством предложения специфических отношений, укрепления чувства общности или за счет того, что неосознанные конфликты влечений делаются осознанными и т.д.). Но сравнение имеет смысл только тогда, когда сравниваются друг с другом модели развития или характерные для каждой школы терапевтические понятия, а не «перекрестно», как в данном случае, когда тенденция к самоактуализации сравнивается с чувством общности.

Поэтому можно сказать, что это часто упоминаемое различие при корректном сравнении не очевидно. Вывод из этого неудачного сравнения

также недостаточно убедителен. «Полноценно функционирующая личность» (“fully functioning person”) обладает соответствующим реальности социальным сознанием, так же, как человек с высокоразвитым адекватным чувством общности занимается реализацией собственных потенциалов.

В теории развития и терапевтических вмешательств основное внимание действительно в первом случае направлено на самоотношение, а во втором – на социальную отнесенность. Тем не менее, самоактуализацию и социальное сознание не следует рассматривать как противоположности. Напротив, они даже обуславливают друг друга: чем яснее и дифференцированнее самоотношение, тем более выражено социальное сознание, и наоборот. Без соотношения себя с другими не может развиваться адекватное отношение к себе, а без адекватного самоотношения всякая социальная отнесенность смещается в сторону зависимостей или стремления к власти.

Что касается непосредственно терапевтических отношений, то У. Эссер [Esser, 1988] в качестве сходства называет то, что и в Индивидуальной психологии, и в Личностно-центрированном подходе поддерживаются отношения, основанные не на переносе, а скорее рабочие отношения. Но это утверждение позволяет лишь провести грань между психоанализом и всеми другими видами психотерапии, и само понятие «рабочие отношения» недостаточно полно отражает суть терапии в Личностно-центрированном подходе и Индивидуальной психологии. Кроме того, в Индивидуальной психологии нет единой точки зрения относительно того, должен ли психотерапевт предоставлять себя клиенту как реальное лицо, или следует посредством сдержанности и лишь избирательного раскрытия собственных чувств создавать возможность для развития отношений, основанных на переносе, чтобы затем работать с ними и толковать их. (К этой проблеме Индивидуальной психологии мы подробнее вернемся в конце статьи).

В указанных сравнительных исследованиях также содержится утверждение, что, в отличие от Личностно-центрированной терапии, за

которой не закреплена какая-либо определенная тема (что можно рассматривать как ее достоинство и как недостаток), Индивидуальная психология фиксируется на теме власти. Распространенно упрощение, согласно которому ту роль, которую у Фрейда играет сексуальность (на самом деле, детская сексуальность), у Адлера играет власть. Если так вообще можно сказать, то это характеризует А. Адлера только на «раннем» этапе, но и тогда он рассматривал стремление к власти не как влечение, а как компенсаторное стремление, вызванное практически неизбежным комплексом неполноценности у ребенка. В своих работах, предшествовавших книге «О нервном характере» [Adler, 1912], он придавал этому стремлению решающее значение для психического развития и практического устройства жизни. Но то, что А. Адлер в итоге поставил в центр своего образа человека, это вовсе не влечение - ни сексуальность, ни стремление к власти. По его мнению, инстинктивные импульсы - это не более чем понятие, и они никогда не управляют непосредственно нашим поведением. Им управляет только непосредственно осуществленная творческая реализация импульсов. То есть А. Адлер говорит о постоянно действующем в нас механизме регуляции, который выступает посредником между инстинктивными импульсами и нахождением места личности в обществе и создает равновесие между ними. Чем яснее развиваются социальные связи и чем более дифференцированными они становятся, тем лучше работает эта регуляция, которую следует в первую очередь понимать как укрепление самооценки и, наоборот, при нарушениях в этой сфере, она становится предвзятой, что нарушает отнесенность к реальности и приводит к возникновению невротических симптомов.

А. Адлер был первым, кто постулировал этот принцип регуляции, в противоположность биологической парадигме «инстинкт-конфликт-защита» З. Фрейда. Однако открытое или скрытое стремление к власти является в Индивидуальной психологии всего лишь интересным симптомом, фиксацией на еще незрелом отдельном аспекте самоутверждения, нужной для того,

чтобы компенсировать недостаточную социальную компетентность и отнесенность.

Не учтенное до сих пор сходство между Гуманистической психологией и Индивидуальной психологией связано также с природой общественного фона, на котором развивались эти школы. В первом случае это настроение перелома в США, связанное с New Deal – «Новым Курсом» президента Ф.Д. Рузвельта: увеличением роли общественности в принятии новых законов, социальными программами и демократизацией после экономического кризиса. Возникло новое понимание того, как могут решаться общественные проблемы. К тому же, желание движения возникло из-за стремления создать что-то в противовес господству существующих детерминистских образов человека, созданных Психоанализом и Бихевиоризмом. Аналогичным образом возникла и Индивидуальная психология. А. Адлер никогда по-настоящему не разделял понятие влечения по Фрейду, в котором значительную роль играла сексуальность; он все чаще противоречил З. Фрейду и после неизбежно последовавшего выхода из Венского Психоаналитического общества основал «Общество свободных психоаналитических исследований». Общественный фон также характеризовался изменениями. Вена была в то время городом на грани перемен. С одной стороны, она характеризовалась упадком буржуазии, к которой был близок З. Фрейд, со своей пессимистичной позицией, в соответствии с которой человек, управляемый влечениями, сам себе не хозяин. С другой стороны, это время усиления демократических сил, к которым относился и А. Адлер, с оптимистичной верой в то, что существенный общественный прогресс возможен. Вена в то время стала образцом для всего мира в области строительства, здравоохранения, образования, и немалую роль сыграл в этом сам А. Адлер, создавший сеть из примерно 30 консультативных центров.

Итак, в обоих направлениях содержалось стремление к освобождению от господствовавших настроений, воспринимавшихся как устаревшие, и

оптимистичный взгляд на новый, лучший мир. Кроме того, оба подхода, как уже упоминалось, ориентированы не на нарушения, а на ресурсы, благодаря которым становится возможным новое развитие.

Но и здесь находятся два аспекта, различные и, в то же время, дополняющие друг друга. В Личностно-центрированном подходе скорее подчеркивается **возможность роста**, в то время как Индивидуальная психология обращает больше внимания на **направление** процессов изменения, исходя из того, что в живой природе нет застоя, а можно наблюдать тот род «психического движения», в котором находится человек, особенно в стремлении к фикциям, несовместимым с собственно целями жизни. Таким образом, понятие «рост» противопоставляется понятию «род движения».

В связи с этим можно также сказать о различном фокусе внимания к обсуждаемому в терапии содержанию, ведь в Личностно-центрированной терапии большее значение имеет «здесь и сейчас», а в Индивидуальной психологии, напротив, скорее жизненная история обращения с определенной личной темой и связанные с ней цели или фикции.

Далее будут приведены некоторые исторические факты, касающиеся конкретных личностей, которые указывают на связь и даже переплетение Индивидуальной психологии и Гуманистической психологии. Выдающиеся деятели Гуманистической психологии, Абрахам Маслоу и Карл Роджерс имели тесные контакты с Индивидуальной психологией и самим Альфредом Адлером. В этом смысле А. Адлера следует рассматривать не просто как предшественника Гуманистической психологии, а он даже во многих отношениях непосредственно повлиял на ее отцов-основателей, когда они еще не пришли к той теоретической позиции, благодаря которой позже заняли значительное место в психологии.

Здесь нужно вспомнить еще и о том, что А. Адлер в последний период своего творчества, сначала часто, а потом постоянно работал в Нью Йорке,

был там профессором медицинской психологии в колледже Лонг-Айленда и, конечно же, читал лекции и активно занимался практической деятельностью. Когда А. Адлер в возрасте примерно 60 лет, занял свое место в профессиональном сообществе Нью-Йорка, А. Маслоу и К. Рогджерсу было немногим более 20 лет.

Контакты А. Маслоу с А. Адлером были точно описаны в его биографии, написанной Е. Хофманном [Hoffmann, 1988] при участии жены Маслоу, Берты. А. Адлер там назван одним из важнейших духовных наставников Маслоу, и указано, что именно А. Адлер обратил его внимание на основные положительные духовные силы человека, которые стали основой его концепции самоактуализации. Маслоу уже, будучи студентом, очень интересовался идеями А. Адлера, и его диссертация также была посвящена теории А. Адлера и теории Г. Харлоу, другого учителя Маслоу. А. Адлер проводил вечерами по пятницам неформальный семинар в отеле «Грамерси Парк», где жил сам, а Маслоу был их постоянным участником, и часто он уговаривал друзей прийти, чтобы познакомиться с этим «блистательным человеком», как он называл А. Адлера.

Когда Маслоу начал говорить о «Третьей силе», которая позже стала Гуманистической Психологией, среди групп, которые следовало к ней отнести, он в первую очередь называл Адлерианцев, а Журнал по Индивидуальной психологии –изданием, значимым для нового движения.

По приглашению А. Маслоу индивидуальный психолог Х. Ансбахер стал одним из членов-учредителей объединения по Гуманистической психологии. Он провел детальный анализ сходств в высказываниях А. Адлера и А. Маслоу, касающихся описания личности, о зрелом чувстве общности и самореализовавшейся личности [Ansbacher, 1971] и пришел к выводу, что различия большей частью состоят только в формулировках. Так, «гармония со вселенной» соответствует «океаническому чувству», «чувствовать себя в жизни как дома» - «хорошему отношению с

реальностью», а «чувство общности» или «межличностная связь» - «межличностным отношениям».

Во время празднования столетнего юбилея А. Адлера в 1970 году Маслоу, которому тогда было 62, сказал, что он все более проникается убеждениями А. Адлера:

„For me, Alfred Adler becomes more and more correct year by year. As the facts come in, they give stronger and stronger support to his image of man. I should say that in one respect especially the times have not yet caught up with him. I refer to his holistic emphasis.¹” [Maslow, 1970]

То, что Маслоу подчеркивал целостность подхода А. Адлера, подтверждается, например, следующим высказыванием:

«Индивидуальная психология занимает позицию полного единства индивидуума, которого она рассматривает и изучает как социально вовлеченного... Мы отказываемся признавать и исследовать изолированного человека» [Adler, 1929a].

Что касается целостного рассмотрения форм человеческого выражения, которые А. Адлер описывал термином «Жизненный стиль», то здесь в качестве примера можно привести следующую цитату, касающуюся якобы противоречивых импульсов в личности.

«Ошибка всех психологов, которые делают в данном случае предположение об амбивалентности, более или менее противоречивом движении, противоречивых чувствах или характерах, состоит, как известно, в том, что они не видят возникновения одного проявления из другого проявления (компенсаторные стремления), а также в том, что они, при своем одностороннем анализе упускают из виду контекст (жизненный план, жизненный стиль) и вместо душевного движения, которое составляет все, пронизывает

¹ «С каждым годом я все больше убеждаюсь в правоте Альфреда Адлера. По мере накопления фактов его образ человека получает все более серьезное подтверждение. Думаю, в одном аспекте он особенно опередил свое время. Я имею в виду его холистический подход».

все, они обнаруживают только разрозненные части (чувства, интеллект, ценность, характер, противоречия и т.д.), и занимаются их противопоставлением и измерением» [Adler, 1927].

К. Роджерс был более сдержан в описании своей встречи с А. Адлером. В 1927-28 годах К. Роджерс был интерном в Институте по оказанию помощи трудным детям (Institute for Child Guidance) в Нью-Йорке, и работал там над своей диссертацией, для которой он адаптировал и разрабатывал тесты для детей.

Хотя основная психоаналитическая установка Института требовала больших анамнезов и проведения множества тестов, Институт одновременно являлся платформой для других терапевтических подходов, и поэтому А. Адлер читал там лекции и демонстрировал терапию детей. По этому поводу есть высказывание К. Роджерса 1967 года [Rogers, 1967], которое цитирует Х. Киршенбаум [Kirschenbaum, 1979]. К. Роджерс замечает, что А. Адлер шокировал всех, высказав мысль, что подробные анамнезы не нужны до установления отношений при первом контакте, и что самому Роджерсу Адлер показался профаном:

“Alfred Adler lectured to us, for example, and shocked the whole staff by thinking that an elaborate case history was not necessary. I remember how misinformed I thought he must be, since we routinely took case histories 50 to 70 pages in length.”²

Но при этом К. Роджерс не упоминает, насколько эта установка на самом деле была близка его собственной, к тому времени уже четко сформировавшейся точке зрения, в соответствии с которой и он искал непосредственных отношений с клиентами и скептически относился к тестам и диагнозам.

Но всего за пару недель до своей смерти 4 февраля 1987 года К. Роджерс дополнил это высказывание, признав, что А. Адлер явно повлиял на

² «Например, нам читал лекции Альфред Адлер и шокировал всех сотрудников мыслью о том, что в подробной истории болезни нет необходимости. Я помню, как подумал, насколько же он заблуждается, ведь нам постоянно приходилось иметь дело с историями болезни объемом по 50-70 страниц»

него. К празднованию 35-летнего юбилея Института Альфреда Адлера в Чикаго К. Роджерс написал поздравительное письмо, датированное 19 января 1987 года, которое затем было напечатано в программе празднования, назначенного на 8 февраля. В нем он кратко, но все же несколько подробнее, чем раньше, описывает свою встречу с приглашенным профессором Альфредом Адлером во время своего обучения в Институте. Он упоминает об обманчиво легкой манере А. Адлера устанавливать непосредственные отношения, и пишет, что ему потребовалось некоторое время, чтобы понять, сколькому он у него научился:

”I had the privilege of meeting, listening to, and observing Dr. Alfred Adler. This was the winter of 1927-28, when I was an intern at the then new Institute for Child Guidance in New York City. (The Institute perished in the Depression.) Accustomed as I was to the rather rigid Freudian approach of the Institute-seventy-five-page case histories, and exhaustive batteries of tests before even thinking of `treating` a child – I was shocked by Dr. Adlers very direct and deceptively simple manner of immediately relating to the child and the parent. It took me some time to realize how much I had learned from him.³” [Ansbacher, 1990]

Это высказывание допускает различные интерпретации того, как К. Роджерс относился к А. Адлеру. Также встает вопрос, почему потребовалось так много времени, чтобы он упомянул об этом. Слова о том, что К. Роджерс научился многому у А. Адлера, могли быть сказаны лишь из вежливости и не иметь особого значения, но есть основания предполагать, что речь здесь идет о чем-то вроде признания, и что он хотел, воспользовавшись случаем,

³ «Я имел честь встретиться с д-ром Альфредом Адлером, слушать и наблюдать его. Это было зимой 1927-1928 годов, когда я был интерном в новом Институте по оказанию помощи трудным детям в Нью-Йорке. (Институт развалился в период Великой депрессии). Поскольку я привык к достаточно строгому фрейдистскому подходу в Институте и семидесяти пяти страничным историям болезни, и подробнейшим тестам, без которых нельзя было даже подумать о том, чтобы «лечить» ребенка – я был шокирован очень прямой и кажущейся простой манерой д-ра Адлера сразу же устанавливать отношения с ребенком и родителем. Мне потребовалось некоторое время, чтобы понять, насколько многому я у него научился»

наверстать упущенное. Для подтверждения этого предположения приведем далее несколько примеров.

В 1928 году, то есть во время рабочих контактов между А. Адлером и К. Роджерсом, А. Адлер писал о чувстве общности, или “social interest“, то есть рекомендуемой им позиции терапевта (и, конечно, что-то подобное он часто упоминал и в беседах с учениками):

«Чувство общности мы понимаем иначе, чем другие авторы. Когда мы говорим, что это чувство, мы, конечно, имеем на это право. Но это больше чем чувство, это форма жизни... Я не могу дать ему совершенно однозначное определение, но у одного английского автора я нашел высказывание, которое точно выражает то, чем мы могли бы дополнить наше объяснение: «видеть глазами другого, слышать ушами другого, чувствовать сердцем другого». Мне кажется, что пока это допустимое определение того, что мы называем чувством общности... Индивидуальная психология может считать своим открытием то, что вчувствование и понимание выделены как факты чувства общности». [Adler 1928, Ansbacher & Ansbacher, 1972]

Сходство этого высказывания с тем, что К. Роджерс позже описывает как свое понимание столь важной для него эмпатии, как одной из трех центральных переменных, настолько бросается в глаза, что даже отдельное указание на это излишне. Приблизительно то- же наблюдается и в отношении конгруэнтности, или подлинности, и принятия, которое у А. Адлера скорее понимается скорее как «предоставление свободы» чем как «уважение» (это, вероятно, соответствует его общему скептическому отношению ко всему, что может «избаловать»).

В книге «Проблемы невроза» [1929b] А. Адлер писал:

«Задача врача или терапевта на самом деле состоит в том, чтобы способствовать получению пациентом опыта контакта с другим человеком и дать ему, таким образом, возможность перенести пробужденное чувство общности на других» [Adler, 1981].

Далее: «Чувство общности пациента, которое постоянно присутствует в той или иной степени, наилучшим образом выражается в отношениях с психологом... Психологу ни в коем случае нельзя думать о своем успехе, потому что иначе он его не добьется» [Adler, 1981].

Также в «Проблемах невроза» [1929b] и в книге “What Life Should Mean to You⁴” [1931] А. Адлер подчеркивал:

«Психотерапевт должен... полностью отказаться от чувства превосходства и не вправе требовать чего-то от пациента... Отказ от любого давления, отношение свободное настолько, насколько это только возможно – вот те условия, на которых должны основываться отношения между пациентом и врачом» [Adler, 1981].

«Консультируемый должен при любых обстоятельствах прийти к убеждению, что в отношении лечения он абсолютно свободен. Он может делать все, что хочет» [Adler, 1980].

В целом А. Адлер также подчеркивает, что люди, которые действуют, исходя из «чувства общности/“social interest“, обладают чувством собственного достоинства и реалистичным оптимизмом, позволяющим им ощущать ценность и достоинство других людей, рассматривать их как равных себе и обращаться с ними уважительно.

Конечно, нахождение соответствий между цитатами А. Адлера и тремя наиболее важными выводами К. Роджерса – тремя переменными в терапии, - возможны только постфактум. Но эти высказывания настолько близки к существенным мыслям К. Роджерса, что он не мог их не заметить. Основные переменные представляются, таким образом, как необходимая конкретизация и структурирование описания терапевтических отношений, которые у А. Адлера были еще неструктурированными. (Здесь не приводятся конкретные цитаты из К. Роджерса в противопоставление А. Адлеру, поскольку предполагается, что его точка зрения и высказывания на эту тему известны).

⁴ «Что должна значить для вас жизнь?»

А. Адлер, в отличие от З. Фрейда, все время подчеркивал, что проблемы людей коренятся не во внутренних конфликтах, а в социальной динамике, то есть имеют межличностную природу, и что получение опыта чувства общности в отношениях с терапевтом дает пациенту возможность развиваться и изменить что-то и в отношении своих психических страданий. Но как именно это должно происходить, у А. Адлера остается неясным. Причины этому состоят в неясности понятия «чувства общности» и в логическом круге у «раннего» А. Адлера. Вначале он утверждает, что тенденция к самоактуализации и чувство общности заложены в человеке, но последнее должно выстраиваться с помощью опыта, и имеет кристаллический характер.

Но если чувство общности врожденное и рассматривается как действующая сила в терапии, то возникает круг: врожденная, но получившая неверное направление тенденция к самоактуализации должна быть излечена с помощью также врожденного чувства общности. Но ведь для терапии нужны специально полученные с опытом способности, иначе каждая проблема могла бы быть вылечена сама собой благодаря существующему с рождения чувству общности у себя и у других людей. Так, кстати, можно было бы примерно описать утопию А. Адлера: благодаря просвещению и образованию могло бы развиваться общество, в котором с каждым страданием и с несправедливостью, пережитой в ходе развития индивидуума, можно было бы бороться не только с помощью вмешательств в определенных учреждениях, но и с помощью социального чувства, присущего всему обществу.

«Чувство общности означает: чувствовать в целостности *'sub specie aeternitatis'*⁵, стремиться к форме единения, которое должно быть задумано навечно, как оно могло бы быть задумано, если бы человечество достигло цели совершенства... цели, которая означает идеальную общность во всем человечестве, последнее осуществление эволюции» [Adler, 1933].

⁵ лат. «Под видом вечности, под формой вечности»; с точки зрения вечности.

А. Адлер все-таки изменил свою точку зрения на происхождение чувства общности, решающего фактора для успеха индивидуальной жизни и также всего общества, приблизительно в 1928 году и особенно в английском варианте - "social interest", признаваясь в «Проблемах невроза» [1929b]:

«Чувство общности не врожденное, а есть только врожденная возможность, которую нужно развить сознательно. Мы не можем полагаться на какой-то так-называемый социальный «инстинкт». [Adler, 1981]

Таким образом, если сначала он обозначал этим понятием врожденную социальную отнесенность человека (аспект, который потом более точно эксплицировался в исследовании привязанностей) и позитивную силу, которая делает человека открытым к потребностям общества, то позже он использовал это понятие для обозначения специального и осознанного формирования подхода к людям и выстраивания терапевтических отношений. Путь к чувству общности или "social interest" как компетенции, которой обучаются, и как определяющему фактору в терапии, в его теории не ясен и достаточно долог, но в ретроспективе это был решающий шаг.

Ведь именно К. Роджерс сделал подобный шаг, сформулировав основные переменные, но исходный пункт находился уже у А. Адлера, теорию которого хорошо знал молодой Роджерс.

Чтобы избежать ошибочных интерпретаций, нужно подчеркнуть, что демонстрация корней Гуманистической психологии и Личностно-центрированного подхода в Индивидуальной психологии ни в коем случае не умаляет значения Маслоу и К. Роджерса. Если посмотреть на различные образы человека на фоне их исторического развития, то ясно, что новые концепции человека возникают не изолированно, как творения великого ума, а для них всегда есть питательная среда – что-то придуманное раньше. В истории Гуманистической психологии и Личностно-центрированного подхода мы также считаем некоторые предпосылки особенно важными: изменение общественного мышления, феноменологию и экзистенциализм, а

также повсеместную критику уже существовавших и господствовавших тогда моделей личности.

Нужно, однако, дополнить и список тех, кто проторил дорогу этому подходу. Базовые элементы того, на чем Гуманистическая психология основывала свой образ человека и идей, которые привели затем к основам Личностно-центрированного подхода в психотерапии, уже за 30 лет до этого были сформулированы в Индивидуально-психологическом образе человека А. Адлером и применялись в терапии.

В заключение целесообразно отметить, что Индивидуальная психология, какой ее создал А. Адлер, то есть без учета различной расстановки акцентов у многих его последователей (при возрождении Индивидуальной психологии в Европе, после Второй мировой войны, в 60-е годы), в общем, является моделью, наиболее совместимой с различными школами терапии и соответствующими образами человека.

Помимо подробно рассмотренных здесь сходств с гуманистическими формами терапии, присутствуют сходства с семейной терапией, или Системным подходом (А. Адлер, как известно, придавал большое значение состоянию семьи и был первым, кто работал с целыми семьями, в том числе и в лекционных залах, и многое из того, что он говорил, можно встретить в литературе по семейной терапии), а также с поведенческой терапией, особенно с новым когнитивно-поведенческим взглядом (А. Адлер придает аспекту тренировки новых форм поведения, после анализа и проработки лежащих за ними установок, большое значение для успешности терапии), а чаще всего указывается на связь с психоанализом.

Но это также основание для дискуссии об идентичности, которая не прекращается в истории Индивидуальной психологии, но к которой ее участники уже привыкли и научились обращаться с ней настолько, что не нужно говорить о кризисе идентичности, хотя линии излома между Индивидуальной психологией постоянно существующей в США и возродившейся в Европе, заметны, и дискуссия также продолжается в самой

Европе (прежде всего в Германии и Австрии). Вопрос о том, насколько близок А. Адлер к Фрейду, рассматривается очень по-разному и получает ответы на основании различных моментов исторического развития. Но то, насколько тот А. Адлер, который отделился от Фрейда, в своих конкретных высказываниях важен для сформировавшегося позже движения Гуманистической психологии не только в ней самой, но и в Индивидуальной психологии до сих пор было оставалось почти незамеченным и заслуживает широкого осознания, в том числе и с учетом все более распространяющихся стремлений к интеграции между различными психотерапевтическими школами и все большей прозрачности границ между ними, приводящей к открытию новых и совершенно непривычных перспектив.

Возможно, мы находимся на пути к предсказанной К. Граве [Grawe, 1994] «Общей психотерапии», которая будет охватывать различные школы. Это представляется разумным еще из-за того, что различные образы человека и концепции процессов изменения, в конечном итоге, представляют собой просто вынужденную меру, пока мы не можем придумать ничего лучшего (ведь нет никаких существенных различий между людьми в отношении тенденций к самоактуализации, стремления к самоутверждению, бессознательного и т.д.). Если поставить вопрос об индикации с большей осторожностью и меньшей конкуренцией, и если поиск уровня, на котором понимание страданий клиента и возможных изменений его состояния может быть достигнуто оптимально, будет более открытым и не ограниченным концепцией одной школы, это, конечно, приведет к появлению единообразного и всеохватывающего психотерапевтического предложения. Но многие считают признаком качества и гарантией качества, то, что мы, образно выражаясь, хлеб покупаем в булочной, мясо в мясной лавке, а овощи у торговца овощами, а не все вместе в супермаркете или вообще в магазинчике на заправке. Последствия потери характеристики различных терапий и связанных с ними идентификаций у терапевтов и клиентов трудно предсказать. В любом случае, «Общая психотерапия» пока - скорее утопия,

чем реалистичная цель, ее предпосылкой является интенсивная и уважительная полемика между различными школами, которая не должна привести к необдуманной эклектике. Однако независимо от этого, большее знакомство психотерапевтических школ друг с другом является актуальным и своевременным, и можно ожидать, что оно поспособствует если и не появлению «Общей психотерапии», то положительному развитию в психотерапии вообще. Хотелось бы, чтобы данная статья была вкладом в это развитие.

Литература

Adler A. Über den nervösen Charakter. Grundzüge einer vergleichenden Individual- Psychologie und Psychotherapie. Wiesbaden: Bergmann, 1912.

Adler A. Individualpsychologie und Wissenschaft. Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie, 5, 1927, S. 401-408.

Adler A. Kurze Bemerkungen über Vernunft, Intelligenz und Schwachsinn. Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie, 6, 1928, S. 267-272.

Adler A. Individualpsychologie in der Schule. Vorlesungen für Lehrer und Erzieher. Leipzig: Hirzel, 1929a.

Adler A. Problems of Neurosis. A Book of Case-Histories. London:Kegan Paul, Trench Truebner & Co, 1929b.

Adler A. What Life Should Mean to You. Boston: Little, Brown & Co, 1931.

Adler A. Über den Ursprung des Strebens nach Überlegenheit und des Gemeinschaftsgefühls. Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie, 11, 1933, S. 257-263.

Adler A. Der Sinn des Lebens. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag, 1980.

Adler A. Neurosen. Fallgeschichten. Frankfurt am Main: FischerTaschenbuch Verlag, 1981.

Ansbacher H. L. Alfred Adler and humanistic psychology. Journal of Humanistic Psychology, 11, 1971. S. 53-63.

Ansbacher H. L. Alfred Adler's influence on the three leading cofounders of Humanistic Psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 30, 1990, S. 45-53.

Ansbacher H. L. & Ansbacher R. R. *Alfred Adlers Individualpsychologie*. München: Ernst Reinhardt, 1972.

Esser U. *Rogers und Adler. Überlegungen zur Abgrenzung und zur Integration*. Heidelberg: Asanger, 1980.

Gomez E. A.; Gomez G. E. & O'Connell W. E. Adler, Natural High, and Other Humanistic Psychotherapies. *Individual Psychology*, 50, 1994, S. 288-296.

Grawe K.; Donati E. & Bernauer F. *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*. Göttingen: Hogrefe, 1994.

Hoffmann E. *The right to be human: a biography of Abraham Maslow*. Los Angeles: Tarcher, 1988.

Kelly D. F. & Tausch R. Diskussion: Individualpsychologie und Gesprächstherapie. Adler und Rogers – A Comparative View. In T. Reinelt; Z. Otalora & H. Kappus (Hrsg.), *Die Begegnung der Individualpsychologie mit anderen Therapieformen*. München: Reinhardt, 1984, S. 107-117

Kirschenbaum H. *On Becoming Carl Rogers*. New York: Delacorte, 1979.

Maslow A. H. Tribute to Alfred Adler. *Journal of Individual Psychology*, 26, 13, 1970.

Obuchowski K. Alfred Adler: Precursor of Humanistic Psychology. *Individual Psychology*, 44, 1988, S. 263-269.

O'Connell W. E. Humanistic Identification: A New Translation for Gemeinschaftsgefühl. *Individual Psychology*, 47, 1991, S. 26 -27.

Rogers C. R. *Autobiography*. In E. W. Boring & G. Lindsey (Eds.), *A history of psychology in biography*, Vol. 5, New York: Appleton-Century-Crofts, 1967, S 343-384.

Watts R. E. Social Interest and the Core Conditions: Could It Be That Adler Influenced Rogers? *Journal of Humanistic Education and Development*, 34, 1996, S. 165-170.

Watts R. E. The Remarkable Parallel Between Roger's Core Conditions and Adler's Social Interest. *The Journal of Individual Psychology*, 54, 1998, S. 4-9.

Abstract: Individual Psychology and Humanistic Psychology. Convergences and divergences between therapeutic approaches of Alfred Adler and Carl Rogers. *In various comparisons between Individual Psychology and Humanistic Psychology similarities in the concept of man are seen. Furthermore the connections in the life history between Adler, the founder of Individual Psychology, and Maslow and Rogers, the two most important persons in Humanistic Psychology are shown here; Adler even was their teacher in New York in a certain extent. Theoretical convergences and divergences between the both edifices of ideas are reviewed and on the basis of concrete statements Adler's role as a guiding intellectual force of the movement of Humanistic Psychology and Person-centered Approach is pointed out. Finally the growing discussion about efforts for integration between the different therapeutic approaches will be examined.*

Keywords: *Alfred Adler, Carl Rogers, Individual Psychology, Humanistic Psychology, Person-centered Psychotherapy*

Adler A. 1912. Über den nervösen Charakter. Grundzüge einer vergleichenden Individual- Psychologie und Psychotherapie. Wiesbaden: Bergmann.

Adler A. 1927. Individualpsychologie und Wissenschaft. *Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie*, 5, 401-408.

Adler A. 1928. Kurze Bemerkungen über Vernunft, Intelligenz und Schwachsinn. *Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie*, 6, 267-272.

Adler A. 1929a. Individualpsychologie in der Schule. Vorlesungen für Lehrer und Erzieher. Leipzig: Hirzel.

- Adler A. 1929b. Problems of Neurosis. A Book of Case-Histories. London:Kegan Paul, Trench Truebner & Co.
- Adler A. 1931. What Life Should Mean to You. Boston: Little, Brown & Co.
- Adler A. 1933. Über den Ursprung des Strebens nach Überlegenheit und des Gemeinschaftsgefühls. Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie, 11, 257-263.
- Adler A. 1980. Der Sinn des Lebens. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Adler A. 1981. Neurosen. Fallgeschichten. Frankfurt am Main: FischerTaschenbuch Verlag.
- Ansbacher H. L. 1971. Alfred Adler and humanistic psychology. Journal of Humanistic Psychology, 11, 53-63.
- Ansbacher H. L. 1990. Alfred Adler's influence on the three leading cofounders of Humanistic Psychology. Journal of Humanistic Psychology, 30, 45-53.
- Ansbacher H. L. & Ansbacher R. R. 1972. Alfred Adlers Individualpsychologie. München: Ernst Reinhardt.
- Esser U. 1980. Rogers und Adler. Überlegungen zur Abgrenzung und zur Integration. Heidelberg: Asanger.
- Gomez E. A.; Gomez G. E. & O'Connell W. E. 1994. Adler, Natural High, and Other Humanistic Psychotherapies. Individual Psychology, 50, 288-296.
- Grawe K.; Donati E. & Bernauer F. 1994. Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Göttingen: Hogrefe.
- Hoffmann,E. 1988. The right to be human: a biography of Abraham Maslow.Los Angeles: Tarcher.
- Kelly D. F. & Tausch R. 1984. Diskussion: Individualpsychologie und Gesprächstherapie. Adler und Rogers – A Comparative View. In T. Reinelt; Z. Otalora & H. Kappus (Hrsg.), Die Begegnung der Individualpsychologie mit anderen Therapieformen (107-117). München: Reinhardt.
- Kirschenbaum H. 1979. On Becoming Carl Rogers. New York: Delacorte.

Maslow A. H. 1970. Tribute to Alfred Adler. *Journal of Individual Psychology*, 26, 13.

Obuchowski K. 1988. Alfred Adler: Precursor of Humanistic Psychology. *Individual Psychology*, 44, 263-269.

O'Connell W. E. 1991. Humanistic Identification: A New Translation for Gemeinschaftsgefühl. *Individual Psychology*, 47, 26-27.

Rogers C. R. 1967. Autobiography. In E. W. Boring & G. Lindzey (Eds.), *A history of psychology in biography*, Vol. 5, (343-384). New York: Appleton-Century-Crofts.

Watts R. E. 1996. Social Interest and the Core Conditions: Could It Be That Adler Influenced Rogers? *Journal of Humanistic Education and Development*, 34, 165-170.

Watts R. E. 1998. The Remarkable Parallel Between Roger's Core Conditions and Adler's Social Interest. *The Journal of Individual Psychology*, 54, 4-9.

Авторы



Бондаренко Ольга Рифкатовна, 1954, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности ГУ ВШЭ, Москва. Научные интересы— Клиент-центрированная терапия, психология переживания, Индивидуальная психология А.Адлера. Психотерапевт по методу Клиент центрированная терапия. 2001-2006 – Европейское Психотерапевтическое образование (Клиент-центрированная терапия) www.psychotherapie.at/oegwg/ Европейский Сертификат OEGWG (Австрия)

2005-2009 – Европейское Психотерапевтическое образование (Психотерапия по методу Индивидуальной психологии А.Адлера)

www.psychotherapie.at/oevip/ Европейский Сертификат OEVIP (Австрия)

Тел. +7 9057016258, E-mail boolga@yandex.ru



Лукан Ульф, 1944, д.ф.н., психолог, доцент кафедры педагогики университета г. Грац, Австрия. Научные интересы – социализация личности. Клинический психолог, психотерапевт с собственной практикой с 1971 г. Многолетний опыт психотерапевтической практики и преподавания в области Личностно-центрированного подхода (ÖGwG -Австрийское общество научной, клиент - центрированной психотерапии и личностно – ориентированного консультирования), последние 15 лет психотерапевт, преподаватель-аналитик в сфере Индивидуальной психологии А. Адлера.

Почтовый адрес: Dr. Ulf Lukan. Felix Dahn – Pl. 3 A-8010 Graz

E-Mail: dr.ulf.lukan@chello.at ulf.lukan@uni-graz.at