

## Содержание

*Предисловие к первому изданию* . . . . . 3

*Предисловие ко второму изданию* . . . . . 5

### Общая часть

Введение . . . . . 6

### Книга первая

#### Поведение человека

Глава 1. Психика человека . . . . . 20

Глава 2. Социальные аспекты духовной жизни. . . 30

Глава 3. Ребенок и общество . . . . . 38

Глава 4. Впечатления, создаваемые внешним миром . . . . . 51

Глава 5. Чувство неполноценности и стремление к признанию . . . . . 78

Глава 6. Подготовка к жизни . . . . . 103

Глава 7. Отношения полов . . . . . 135

Глава 8. Братья и сестры . . . . . 168

**Книга вторая**  
**Учение о характере**

Глава 1. Общие положения . . . . .	179
Глава 2. Черты характера агрессивного типа . . . . .	211
Глава 3. Неагрессивные черты характера . . . . .	257
Глава 4. Прочие формы проявления характера . . . . .	278
Глава 5. Аффекты . . . . .	293
<i>Приложение. Общие мысли о воспитании . . . . .</i>	<i>309</i>
<i>Заключение . . . . .</i>	<i>316</i>

## Предисловие к первому изданию

Моя книга — попытка познакомить самый широкий круг читателей с незыблемыми основами индивидуальной психологии, их ценностью для познания природы человека и значением в отношениях с другими людьми и организации собственной жизни. Книга родилась как продолжение годового цикла лекций, прочитанных в венском Народном доме<sup>1</sup> перед сотнями слушателей. Однако главная ее задача состоит в том, чтобы показать изъяны нашей общественной деятельности через призму ошибочного поведения отдельного индивида, вскрыть его заблуждения и улучшить его вовлеченность в жизнь общества.

Ошибки в коммерции и научной сфере, несомненно, достойны сожаления и обходятся недешево. Ошибки в познании человека нередко

---

<sup>1</sup> Народный дом Оттакринг был открыт в 1905 г. В «Красной Вене» двадцатых годов XX в. народное образование было поставлено на широкую ногу. Адлер начал читать цикл лекций о природе человека в 1918 г. — *Здесь и далее прим. пер.*

представляют собой угрозу жизни. Трудлюбивые продолжатели нашей науки вне нашего круга, как я надеюсь, не меньше нас заинтересованы не упустить из виду представленные здесь заключения и выводы.

Я в особом долгу перед доктором юридических наук г-ном Брозером. Почти все почерпнутое из моих лекций он учел в своей кропотливой работе, упорядочил и тщательно проверил. Не будет преувеличением сказать, что без его помощи эта книга не увидела бы свет.

Я также благодарю свою дочь, доктора медицины Али Адлер, за вычитку корректур и доведение книги до ума в то время, когда я активно искал новых союзников индивидуальной психологии в Англии и Америке.

Издательство С. Хирцеля превосходно справились с изданием книги и осторожно подготовило общественное мнение к ее выходу в свет. Индивидуальная психология должна сказать этому издательству отдельное спасибо.

Мои лекции и книга призваны осветить путь, которым идет человечество.

*Д-р Альфред Адлер*  
*Лондон, 24 ноября 1926 г.*

## **Предисловие ко второму изданию**

Предстоящий выход второго издания я рассматриваю как свидетельство, что общественность разделяет намерения индивидуальной психологии.

Помимо широких общественных кругов я должен поблагодарить критиков, принявших мою книгу с большим пониманием, а также тех, кто не писал рецензий, но попросту указал путь, которым я старался идти во втором издании.

*Д-р Альфред Адлер  
Вена, 19 октября 1927 г.*

# Общая часть

## Введение

Душевный склад человека —  
его судьба.

*Гераклит<sup>1</sup>*

Принципы понимания природы человека не терпят самонадеянности и гордыни. Наоборот, истинное понимание человека должно оставлять место для известной доли смирения, позволяя понять грандиозность стоящей перед нами задачи, над решением которой человечество трудилося с момента зарождения своей культуры. Однако труд этот оно выполняло не очень целеустремленно и систематично, отчего личности, располагавшие выдающимися знаниями о человеке, появлялись лишь спорадически. Здесь мы прикасаемся к больному месту. Если беспристрастно проверить, насколько хорошо люди владеют знаниями о человеке, выяс-

---

<sup>1</sup> В оригинале цитата ошибочно приписана Геродоту. Немецкий вариант этой же цитаты (Des Menschen Gemüt ist sein Geschick) в переводе Фридриха Шляйермахера 1808 г. взят Адлером из «Фрагментов» Гераклита (фрагмент № 119). Существующий русский перевод этого фрагмента с древнегреческого звучит иначе и мало соответствует содержанию книги, поэтому цитата была переведена с немецкого источника.

нится, что они по большей части терпят неудачи. Нам всем недостает понимания природы человека. Это связано с нашим обособленным образом жизни. Человечество, пожалуй, никогда не существовало в столь разобщенном виде, как сегодня. Мы с самого детства мало связаны друг с другом, отгорожены семьей. Да и весь образ нашей жизни препятствует вступлению в тесные контакты с другими, без которых невозможно развивать такое искусство, как познание человека. Эти два момента взаимосвязаны. Мы не можем установить контакт с другими еще и потому, что ввиду недопонимания нами природы человека другие люди кажутся нам чужаками.

Наиболее тяжкое следствие этого дефекта — наше неумение строить отношения с ближними и жить с ними в одном обществе. Нередко подчеркивается щекотливый факт: люди не видят и не слышат друг друга, не могут найти общий язык, обращаются друг с другом как чужие, причем не только в широких общественных рамках, но и в самом тесном семейном кругу. Мы часто слышим жалобы родителей, не понимающих своих детей, и жалобы детей, не понятых родителями. При этом базовые условия человеческого общежития толкают нас к взаимопониманию, поскольку от этого целиком зависит наше отношение к ближнему. Люди жили бы в обществе друг друга намного комфортнее, будь у них больше знаний о природе человека. Отпали бы некоторые вредоносные формы общежития, существующие сегодня только потому, что мы плохо знаем друг друга и подвер-

гаемся опасности попасться на удочку поверхностных впечатлений и чужого притворства.

Настало время объяснить, почему именно медицина предпринимает попытки учредить в этой необъятной сфере дисциплину под названием «наука о человеке», каковы предпосылки такой науки, какие задачи ей выпало решать и чего следует от нее ожидать.

Невропатология больше всех других дисциплин срочно нуждается в понимании природы человека. Невропатолог волей-неволей обязан как можно быстрее погружаться в духовную жизнь нервнобольного пациента. В этой области медицины сделать дельное заключение, предпринять вмешательство или предложить курс лечения можно, только четко понимая, что происходит в психике пациента. Поверхностный подход здесь неуместен — за ошибкой немедленно следует расплата. С другой стороны, правильно сделанный вывод, как правило, ведет к успеху. То есть знания о человеке довольно быстро подвергаются суровой проверке. В общественной жизни, однако, насчет кого-либо можно заблуждаться очень долго. Расплата всякий раз наступает и здесь, но подчас с таким запозданием, что мы не в состоянии уловить ее связь с прежними событиями и лишь удивляемся, как же получилось, что ошибка, некогда допущенная в оценке человека, спустя десятилетия обернулась серьезнейшими провалами и ударами судьбы. Такие события раз за разом убеждают нас в необходимости и всеобщей обязанности изучать и углублять науку о человеке.

В процессе исследований мы быстро поняли, что психические отклонения, осложнения и срывы, часто наблюдаемые у больных, не содержат, по сути, такого, что было бы чуждо психике так называемого нормального человека. Элементы и предпосылки одни и те же, только у больных они выделяются резче и отчетливее и легче поддаются распознаванию. Этот вывод дает нам преимущество, позволяя извлекать уроки и накапливать опыт сравнения нормальной и расстроенной психики, что в итоге дает возможность отчетливее понимать и нормальные отношения. Для этого не требуется ничего, помимо обычной выучки, увлеченности и терпения, необходимых в любой профессии.

Первый сделанный нами вывод заключается в том, что наиболее мощные импульсы к формированию человеческой психики появляются уже в раннем детстве. Это отнюдь не революционное открытие — подобные наблюдения встречаются у исследователей любой эпохи. Новизна в том, что мы постарались выявить неразрывную связь между детскими переживаниями, впечатлениями и оценками, насколько их получалось проследить, и последующими событиями духовной жизни человека, а также сравнить опыт и установки индивида в раннем детстве с его опытом и установками в более позднее время. Выяснилось, что отдельные события духовной жизни никак нельзя оценивать в отрыве от целого. Понять их можно, только рассматривая все происходящее в духовной сфере человека как части единого целого. Оценить отдельные проявления можно, только вскрыв линию

развития, шаблон и манеру поведения человека и уяснив, что тайные мотивы детского поведения идентичны мотивам того же индивида на более позднем этапе. Короче говоря, мы на удивление отчетливо поняли, что с точки зрения развития психики не происходит никаких изменений модели поведения. Меняться могут лишь внешние проявления, конкретизация и вербализация психических явлений, то есть феноменальное. Но принципы, цели, ритм и динамика, все то, что ориентирует духовную жизнь на достижение определенной цели, остаются неизменны. Например, когда пациент пуглив, крайне недоверчив и стремится к уединению, нетрудно доказать, что такие побуждения были свойственны ему еще на третьем или четвертом году жизни с той лишь разницей, что ввиду типично детской наивности их было проще распознать. Поэтому мы взяли за правило уделять первостепенное внимание детству пациента. На основании анализа детских лет человека мы научились предсказывать много такого, о чем он сам и никто другой нам не сообщали. Мы рассматривали увиденное как отпечаток детских переживаний, сохранившийся до зрелого возраста.

Когда, с другой стороны, человек рассказывает, какие подробности детства он запомнил, мы — при правильном подходе — получаем ясную картину его личности. При этом нам также помогает понимание, что человек редко отклоняется от шаблона поведения, усвоенного в первые годы жизни. Существует не так много людей, которым удалось его преодолеть, пусть даже духовная жизнь в зрелом

возрасте протекает в ином ключе и нередко меняет впечатление о человеке. Такие перемены, однако, не равнозначны изменению шаблона поведения. Духовная жизнь по-прежнему опирается на тот же фундамент, поведение человека следует все той же линии развития, что дает нам возможность предположить, на что эта линия была направлена как в детстве, так и в зрелом возрасте. Первоочередное внимание детству пациента необходимо уделять еще и потому, что, планируя свои действия, нельзя с ходу приступать к деконструкции бесчисленных переживаний и впечатлений, начиная с самых последних, сначала мы должны выявить и вскрыть индивидуальный шаблон поведения, позволяющий понять характер данного человека и объясняющий происхождение болезненных симптомов.

Таким образом, изучение психики пациента в период детства стало стержнем нашей научной дисциплины, снискав ей достаточно новизны и познавательности. Изучению первых лет жизни ребенка посвящено множество научных трудов. В этой области накопилось столько необработанного материала, что его хватит еще надолго. Каждый исследователь обнаружит в этой сфере что-то новое, важное и интересное.

Одновременно наш научный подход служит средством для предотвращения ошибок, ибо наука, занятая только собой, не поможет разобраться в природе человека. Добытые сведения побудили нас заняться воспитательной работой, интересам которой мы служим уже много лет. Воспитательная работа — золотая жила для

любого исследователя, считающего науку о человеке важнейшей дисциплиной, желающего в нее погрузиться и развивать ее. Это ведь не книжная премудрость — такую науку можно изучить только на практике. Каждое проявление психики пациента необходимо пережить вместе с ним, проникнуться его чувствами, сообща с ним пройти через его радости и страхи. Хороший художник способен вложить в портрет только то, что уловил в сидящем перед ним человеке своим тонким чутьем. Поэтому и науку о природе человека можно считать искусством, не уступающим по инструментарию и по важности всем другим искусствам. Она может очень пригодиться особой категории людей — поэтам и писателям. Но в первую очередь наука о человеке должна умножать наши знания, чтобы ни много ни мало создавать возможности для лучшего и более полного духовного развития.

В своей работе мы часто сталкиваемся с одной трудностью — в этой сфере людям свойственна чрезвычайная чувствительность. Большинство считают себя знатоками людей, хотя никогда не занимались научной работой. Еще больше таких, кто обижается при первой же попытке развить у них понимание природы человека. По-настоящему готовы изучать ее только те немногие, кто осознал ценность другого, пережив собственную душевную тяготу или сопереживая чужим эмоциональным страданиям. Данное обстоятельство требует, чтобы наша профессия следовала определенной тактике, ибо, бесцеремонно выложив пациенту выводы, извлеченные из анализа его психики, можно легко

вызвать у него негодование и скептицизм. Если аналитик не желает создать себе дурную славу, ему следует вести себя в этом отношении с крайней щепетильностью. Самый надежный способ испортить свою репутацию — неосторожное обращение с наукой и злоупотребление ею, например желание похвастать за столом, как хорошо ты разбираешься в психологии своих соседей. Не менее опасно изложение глубинных взглядов этой дисциплины дилетанту в виде конечного продукта. Даже те, кто что-то уже слышал или знает, могут почувствовать себя оскорбленными и будут правы. Остается повторить сказанное в начале книги: наука о человеке принуждает своих адептов к смирению, так как не допускает изложения скороспелых либо не относящихся к делу положений. Подобное может себе позволить разве что горделивый ребенок, желающий прихвастнуть и показать свое всезнайство. Для взрослого человека такое поведение неуместно. Поэтому мы предлагаем не торопиться, проверить себя и не бросать никому в лицо выводы, сделанные в процессе изучения природы человека. Иначе мы лишь создадим новые трудности для пока еще юной дисциплины, совершая ошибки, свойственные опрометчивому и полному энтузиазма ученичеству. А посему лучше соблюдать осторожность и не забывать, что сначала необходимо по меньшей мере составить полное представление о целом и только потом переходить к заключению о его частях, причем лишь в том случае, если это определенно пойдет кому-то на пользу. Ведь высказав даже правильное заключение неподходя-

щим образом и в неподходящем месте, можно причинить немало вреда.

Прежде чем продолжить наши рассуждения, мы должны рассмотреть одно возражение, наверняка уже возникшее у многих. Упомянутая выше неизменность линии духовного развития человека может вызвать у некоторых недоумение, ведь в течение жизни любой индивид приобретает богатый опыт, влекущий за собой изменения в его поведении. Однако следует помнить, что опыт — явление неоднозначное. Вряд ли найдутся два человека, которые извлекли бы из одного и того же события одинаковое руководство к практическим действиям. Человек отнюдь не всегда учится на своем опыте. Он всего лишь приобретает навык уклонения от определенных трудностей и вырабатывает по отношению к ним определенную позицию. Линия развития от этого не меняется. В ходе нашей дискуссии мы увидим, что человек извлекает из всей полноты своего опыта лишь очень специфические практические выводы, которые, если рассмотреть их поближе, неизменно укладываются в его излюбленную линию поведения и еще больше закрепляют шаблон его поведения. Язык не случайно содержит речение «приобретать опыт», намекая, что каждый человек сам хозяин своему опыту и распоряжается им по своему усмотрению. То, что люди извлекают из собственного опыта самые разные уроки, можно наблюдать на каждом шагу. Например, иные люди в силу привычки постоянно совершают одну и ту же ошибку. Даже если открыть им глаза на их заблуждение, результат

предсказать невозможно. Один может решить, что ему необходимо искоренить ошибку. Но такой исход встречается редко. Другой ответит: я ошибался так долго, что теперь уж поздно отвыкать. Третий обвинит в своих ошибках родителей или воспитание в целом, скажет, что рос без присмотра или что его избаловали либо, наоборот, обходились с ним слишком строго, и даже пытаться не станет что-либо исправлять. Последний тем самым лишь показывает свое желание подстраховаться. Такая реакция позволяет ему осторожно и с полным видимым основанием избегать самокритики. Он никогда не признает себя виноватым, но будет сваливать вину за все свои промахи на других. Такой человек даже не замечает, что не пытался исправить свое заблуждение, а вместо этого пылко в нем упорствовал, обвиняя, впрочем, плохое воспитание лишь до тех пор, пока это было ему выгодно. Многозначность опыта, возможность делать из него самые разные выводы позволяет понять, почему человек не меняет свою манеру поведения, но примеривает свой опыт так и сяк, пока окончательно не подгонит его под свои привычки. Человеку, похоже, труднее всего познать и изменить себя самого.

Тот, кто попробует улучшить людей с помощью воспитания, но не освоил теорию и практику науки о человеке, столкнется с большими трудностями. Скорее всего, он будет действовать поверхностно и придет к ошибочному заключению, что перемены во внешнем поведении свидетельствуют о серьезных глубинных изменениях. Мы убедимся на практических примерах, как мало такое вме-