

☺ Setkání s ...

Podle mne není pochyb o tom, že se každý člověk chová v životě tak, jako kdyby měl určité mínění o svých silách a svých schopnostech; právě tak, jako kdyby měl už od počátku jasno o tom, jak je daný problém nelehký nebo naopak snadný, a podle toho jednal. Stručně řečeno, *jeho chování vyplývá z toho, co si myslí*. Ve skutečnosti má na mě stejný vliv to, jestli se k mé noze blíží jedovatý had, nebo jestli jenom *věřím* tomu, že je to jedovatý had.

„Zivotní plán“ a „mínění,“ se navzájem doplňují. Svě kořeny mají v době, kdy dítě ještě není schopno utvořit si slovní a pojmové závěry z toho, co prožívá, ale kdy si již začíná z nevyslovených závěrů, často i z bezvýznamných prožitků a samozřejmě ze silných, pocitově nabitých zážitků, vytvářet obecnější formy svého chování. Tyto obecné závěry a jim odpovídající tendence, utvořené v době předřečové a předpojmové, neztrácejí svou působnost, samozřejmě nejrůzněji rozmělněnou, ani v pozdějším období, kdy tu více tu méně zasahuje korigující způsobem *common sense*, a může člověku zabraňovat v tom, aby se přehnaně opíral o zásady, fráze a principy. Osвобоzení se od tendence příliš se opírat a příliš se jistit, od projevů silného pocitu nejistoty a méněcennosti vděčí právě tomuto *common sense*, posilovanému pocitem sounáležitosti.

Každý člověk si s sebou nese nějaké „mínění“ o sobě a úkolech, které na něj klade život, má nějakou životní linii a zákon pohybu, který ho drží, aniž ví proč a aniž o tom nějak uvažuje. Tato zákonitost pohybu vzniká v úzkém prostoru dětství a vyvíjí se, při poněkud omezených možnostech volby, ruku v ruce se svobodným využitím vrozených sil a vlivů z okolního světa. Směřování a zacílení využívání „instinktů“, „pudů“, vlivů okolního světa a výchovy je pravým uměleckým dílem, kterému je třeba porozumět nikoliv z hlediska psychologie „dispozic“, nýbrž z hlediska psychologie jejich využití...

Pocit méněcennosti, snaha překonat překážky, a pocit sounáležitosti, tyto základní pilíře individuálně psychologického přístupu, jsou neodmyslitelně spjaty s pozorováním jednotlivce a společnosti. Každé opravdové pozorování osobnosti musí nějakým způsobem vzít tyto skutečnosti v potaz a zjistit, jak je na tom člověk s pocitem méněcennosti, se snahou překonat překážky a s pocitem sounáležitosti.

Prvním předpokladem postupu individuální psychologie, jež chce **zkoumat životní styl**, musí být proto znalost životních problémů a nároků, které kladou na jednotlivce. Ukazuje se, že jejich řešení předpokládá určitý stupeň pocitu sounáležitosti, připojení se k celku života, schopnost spolupráce a lidské blízkosti. Je-li tato schopnost nedostatečná, vypozerujeme v tisícířých variantách zesílený pocit méněcennosti a jeho následky, jež můžeme označit jako váhavost a vyhýbavost. Tělesné či duševní projevy, které se přitom vyskytují, jsem shrnul pod označení „**komplex méněcennosti**“. Snaha o získání převahy, která nikdy nepolevuje, se pokouší tento komplex zastít **komplexem nadřazenosti**, kterému jde (při chybění pocitu sounáležitosti) o zdání osobní převahy.

Tím je jasně dán úkol, který zde připadá vychovateli, učiteli, lékaři, duchovnímu: **pozvednout pocit sounáležitosti a tím odvahu**.

(Alfred Adler, 1870-1937, vídeňský lékař (původně oční lékař), do r. 1911 Freudův žák a stoupenec psychoanalýzy, zakladatel vlastní psychologické koncepce, tzv. **individuální psychologie**, úryvky z knihy *Smysl života*, Praha 1995)