

Alfred Adler (1870-1937)

Individuální psychologie

- Druhá vídeňská škola - odchýlení od psychoanalýzy (odklon od biologického – pudového motivu k motivu společenskému)
- Žid, později protestant, trpěl křivicí,
- Lékař, oční, později psychiatr
- Spolupráce s Freudem, prezident Psychoanalytické společnosti, později odklon a vlastní společnost
- Neradikální socialista – věřil v „sociální cit“, později odpor k marxismu, zájem o „běžné lidi“
- Síť dětských, rodinných poraden
- Teorie Individuální psychologie – věhlas v USA

Adlerova teorie – usilování o nadřazenost

Usilování o nadřazenost – ústřední hnací síla osobnosti.

Znamená žít dokonaleji – být víc než jsme. Jde o nadřazený princip ne o moc.

Dokonalost je představa (fiktivní cíle) kterou si vytváříme a žijeme tak, abychom ji zrealizovali (fiktivní finalismus)

Lidé jsou sebeurčující bytosti, vytváří si Ideální Já

Adlerova teorie – pocit méněcennosti

- Zdroj usilování o nadřazené ideály: pocity méněcennosti
- Ty mohou vycházet z objektivní skutečnosti – např. orgánová méněcennost (organ inferiority), fyzická slabost těla
- Pocity méněcennosti = komplex méněcennosti – není nenormální (mladší děti v porovnání se staršími sourozenci...), všichni jsme nějak omezeni
- Komplex méněcennosti platí i rodově, promítá se i pohlaví (ženský maskulinní protest) – mít „mužskou svobodu“
- Méněcennost pramenící z pohlavní identity však platí i pro muže

Adlerova teorie – sourozenecké pořadí

- Dětské zážitky jsou ovlivněny tím, v jakém pořadí se jedinec narodí
- Prostřední dítě: ambiciózní životní styl (aby předčilo staršího sourozence)
- Starší sourozenec prožívá pocit „svržení z trůnu“, rád se vrátí do minulosti (regres) a volí konzervativnější styl
- Nejmladší dítě nezažívá ztrátu pozornosti (princezna)
- Orgánová méněcennost a pořadí sourozenců ovlivňují životní styl (objektivní příčiny – tj. společenské a biologické okolnosti)

Adlerova teorie – životní styl

- Pocit méněcennosti může ovlivnit životní styl
- Životní styl si jedinec konstruuje na základě dětských zážitků (pořadí sourozenců hraje vliv)
- Životní styl pak určuje vzorce chování
- Vybraný životní styl slouží k dosažení nadřazenosti

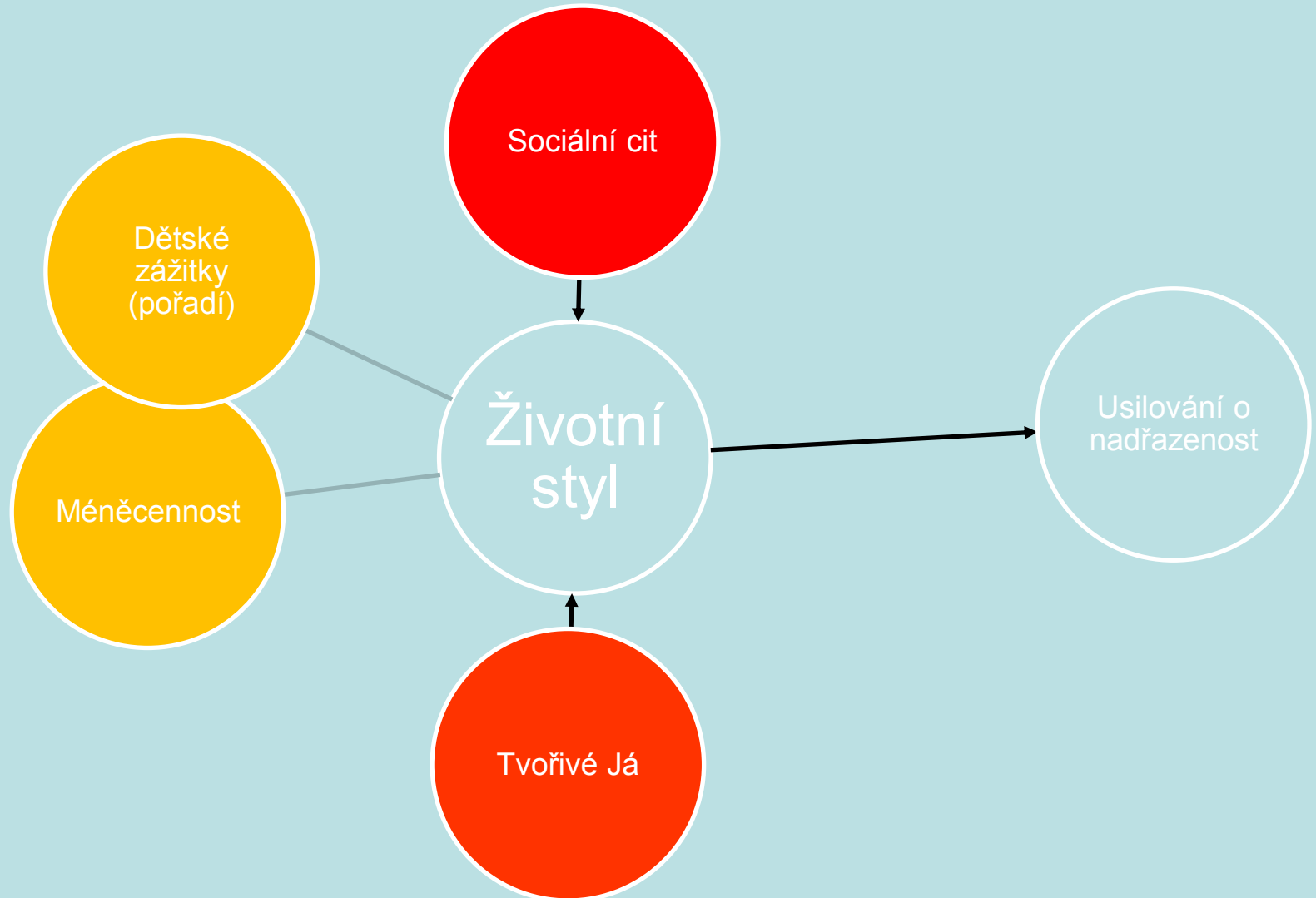
Adlerova teorie – tvořivé Já

- Kromě objektivních příčin ovlivňuje životní styl ještě tzv. tvořivé Já (subjektivní síla)
- Tvořivé já rozhoduje o tom, zda je schopen jedinec ovlivnit, změnit (tvořivě) vliv objektivních příčin
- Tvořivé Já chrání jedince, je aktivní proces, je tvůrcem jedinečnosti

Adlerova teorie - Sociální cit

- Zdravý životní styl zahrnuje sociální cit (s ním se rodí všichni lidé), člověk je tvor společenský
- Nemusí se plně rozvinout, vyvíjí se v rodinném životě
- Rodiče posilují sociální citění u dítěte
- Jde o hodnoty rodiny, atmosféru, vzájemný respekt...

Životní styl - vlivy



Adlerova teorie - psychopatologie

- Patologické osobnosti nejsou schopny dosáhnout nadřazenosti sociálně přijatelným (konstruktivním) způsobem
- Typy rodin: atmosféra nedůvěry, moci, nevšímavosti, rozmazlování – brání rozvoji sociálního citu
- Dosahování nadřazenosti na úkor ostatních, tzv. sobecké cíle:
 - Vyhledávání pozornosti
 - Usilování o moc
 - Mstivost
 - Deklarování nedokonalosti či prohry
- Patologické životní styly (zlobivé dítě není vlastnost)

Adler – rodinné poradenství

- **Rozmazlený životní styl** – rodiče řeší za děti úkoly, které mohou řešit samy ... děti se stávají neschopnými. Lenost. „Rozmazlení lidé“ – pocit: svět by se měl o ně starat, upoutávají pozornost. Nedostávají-li se pozornosti, začnou trucovat, zloba
- **Bezmocný** (o moc usilující) **životní styl** – dominantní rodiče. Děti náchylné ke komplexu méněcennosti, bezmoc v rozhodování, vede k upřednostňování destruktivních cílů. Žijí v opozici, cílem je získat moc, neústupné chování.
- **Neurotický - kompulzivní** (nutkavý) **životní styl** - dominantní, trestající rodiče, ironie, hledání chyb. Dítě: Nesnaží se o nic, uchyluje se k rituálům, obsedantní jednání
- **Neurotický - mstivý ž. styl** – děti bité, krutost. Agrese vůči společnosti. Bezohlednost.
- **Neurotický - izolovaný ž. styl** – zanedbávané děti, lhostejnost. Izolací dokazují nadřazenost. Zoufalství.

Terapie a poradenství

- Biblioterapie – uvědomit si živ. styl (poučit se, povzbudit, posílit, prozřít, propojit se světem, pozvednout žs)
- Zvyšování vědomí, interpretace vztahů současnosti s minulostí
- Analýza životního stylu
- Poznání základních omylů (jsem neschopný...)
- Přehodnocení cílů
- Vyjádření sociálního citu (úkoly)

A. Adler

Sourozenecké konstelace a
výchovná praxe

- V jakém pořadí jste se narodili?
- Co bylo typické pro Vás?
- Co pro Vaše starší/mladší sourozence?

Charakteristiky dětí dle rodinné konstelace

Jedináčci

- Tradiční přístup: rozmazlenost, sebestřednost, přemoudřelost. Jsou pod ochranou, ale jsou i rukojmími. Dříve hodně kritiky na výchovu (povahu) jedináčků, dnes překonáno.
- Dnes: ochuzení o výhodu společného života s ostatními dětmi, ale dobrá péče rodičů (více času, financí)
- Riziko: zvýšený egoismus (nemusí se dělit). Musí se učit vycházet s vrstevníky, nemůže sdílet trápení se sourozencem
- Rozdíl víc jak 7 let – generační rozdíl. Dva jedináčci.

Nejstarší sourozenec

- Zbytnělý pocit odpovědnosti, tendence kontrolovat, vyvozovat závěry a rady. Snaha o naplnění očekávání rodičů.
- Nejstarší děti a jedináčkové jsou často zastoupeni ve skupině špičkových vědců (Darwin a další). Jen pravděpodobnost.
- Rizika: Starší chrání svou převahu (Dreikurs). Adler popisuje „sesazení z trůnu“ (odepření zájmu), riziko žárlivosti. Regres při narození dalšího dítěte – konfrontace. Na staršího jsou kladeny větší úkoly, odnese výchovné chyby rodičů.

Nejmladší sourozenec

- Nezřídka „dítě pro radost“ – hračka, mazlíček.
- Riziko: starší rodiče už nemají tolik sil, jde pak o jedináčka – samorost, starší sourozenci již jsou „mimo“. Dítě je stále považováno za nejslabší, nejméně důvěryhodné - chce dokázat, co dovede (Adler)

Střední pozice

- Bývají nejproblémovější (Ch. Bühlerová).
Je ohrožován těmi před sebou i za sebou.
Zažívají rizika platná pro starší i mladší.
Nemají suverenitu a chybí jim roztomilost.
- Ovšem: co nezabije, to posílí: dokážou
vyjednávat, přizpůsobit se, využít situace.
Umí manipulovat (dobří prodejci).

Další konstelace

- Dvojčata - Druhé je rizikovější, zvláště jde-li o chlapce. Specifická vazba, ale rivalita možná.

Velké sourozenecké skupiny

- Čtyři a více. Nejstarší dítě má nejvíce autority i tendenci trestat.

Sourozenecké kliky

- Neformální skupina zaměřená k získávání výhod, zajištění moci v rámci skupiny formální. První a třetí dítě mají tendenci vytvářet kliku proti prostřednímu. Kliká dítěte s rodičem

Přenos návyků do rodinného/manželského života (T. Novák).

Ovládání partnerů staršími ze sourozenců, boje s partnery sestry/bratra.

Rušivé chování z hlediska individuální psychologie

(Petr Ondráček)

Adler hledá odpověď z hlediska subjektivního prožívání

- Oč jedinci jde? (**aspekt finality** - chování má nějaký cíl, pro jedince je smysluplný)
- Existence člověka je spjata se společenstvím ostatních (**sociální aspekt**, chování zajišťuje pozici ve společenství)
- Jedinec je spolutvůrcem průběhu interakce s ostatními (**aspekt aktivity**)
- Ne vždy si jedinec uvědomuje cíl (**aspekt neuvědomělosti**, souvisí s neuvědomovaným udržením sebehodnoty)

Negativní sebehodnocení a jeho příčiny:

- všeobecná situace dítěte ve světě dospělých
- skutečné nebo domnělé nedostatky vlastního organismu
- ekonomická a sociální situace dítěte a jeho rodiny
- pohlaví dítěte v kontextu společenského a rodinného významu
- rodinná atmosféra a sourozenecká konstelace
- výchovný styl rodičů
- zatěžující události a osudové rány

- Přesvědčení o vlastních předpokladech je základ pro sebehodnocení: je součástí „životního stylu“.
- Je rozhodující pro utváření interakcí

Pro učitele – rušivé děti

Rozpoznání finality rušivého chování (poutání pozornosti, snaha vyhnout se úkolu...)

O co může jít (provokují chyby učitelů):

- vyprovokovat učitele – vynutit pozornost (řešení: sdělit, že ví, o co mu jde, zaměstnat...),
- bojovat s učitelem (řešení: sdělit, že výzva k boji byla rozpoznána, přehlížet, zachovat klid, vysvětlovat...),
- mstít se učiteli, rodičům... (řešení: klid, ignorovat, sdělit, že účel byl rozpoznán... snaha o zlepšení vztahu)
- dokázání neschopnosti (řešení: zdržet se kritiky výkonu, vyzdvihnout úspěchy, počítat s dlouhodobým procesem...)

Vždy: zásady podporující komunikace

Pro pedagogy

- Neřešit úkoly za žáky, angažovat je
- Věnovat pozornost jedincům, nezanedbávat
- Nedominantní styl výchovy, nechat rozhodovat
- Neironizovat, nehledat chyby, pracovat se sebevědomím žáků
- Nebýt agresivní a netolerovat agresi
- Všimnout si izolovaných žáků