

# АЛЬФРЕД АДЛЕР

---

*ЖИЗНЬ И ЕЕ МОДЕЛИ*



*ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ  
МОСКВА*

УДК 159.9  
ББК 88.3  
А31

Серия «Эксклюзивная классика»

Перевод *Е. Абаевой*

Серийное оформление *А. Фереца, Е. Фереца*

Дизайн обложки *В. Воронина*


**Адлер, Альфред.**

А31 Жизнь и ее модели / Альфред Адлер ; [перевод Е. Абаевой]. — Москва : Издательство АСТ, 2023. — 256 с. — (Эксклюзивная классика).

ISBN 978-5-17-157552-6

В работе «Жизнь и ее модели», опираясь на многочисленные примеры из практики, Альфред Адлер иллюстрирует практическое применение центральных понятий индивидуальной психологии — комплекса неполноценности, компенсации, жизненной цели, стремления к превосходству и стиля жизни — в различных областях, включая терапию, образование и личностное развитие.

УДК 159.9  
ББК 88.3

 Школа перевода В. Баканова,  
2022  
© ООО «Издательство АСТ»,  
2023

ISBN 978-5-17-157552-6

## **Движение всего тела**

Этим вечером мы разбираемся с проблемой мисс Флоры, которая главным образом жалуется на то, что в течение многих лет постоянно падает в обмороки. Она живет с матерью, отцом, четырьмя братьями (двумя младшими и двумя старшими) и еще двумя малышами. Отношения в семье очень близкие, и пациентка, единственная девочка и определенно любимца отца, всегда поступала согласно собственным желаниям.

Когда мы слышим о том, что человек теряет сознание, то сразу подозреваем эпилепсию, при этом само слово «эпилепсия» достаточно вольно используют для описания множества болезней. Поставить точный диагноз порой необычайно трудно, и эта задача полностью ложится на плечи врача. Обычно страдающие эпилепсией сталкиваются с большими трудностями, и,

поскольку эти трудности отражаются в их психической установке, иногда трудно определить, где кончается физическое заболевание и начинается психическая реакция. Эпилепсию всегда называли заболеванием, поскольку даже сейчас эпилептиками занимаются врачи. Примерно такое же отношение у обычных людей к неврозам, которые раньше называли истерией.

Существует ряд симптомов, имеющих большое значение в дифференциальной диагностике при разграничении эпилепсии истинной и мнимой. При настоящем эпилептическом припадке зрачки расширены и не реагируют на свет; в истории болезни Флоры пока ничего подобного не наблюдается. Вторым важным симптомом является наличие рефлекса Бабинского во время обморочных приступов. Проверяя его наличие, мы проводим по подошве стопы и отмечаем, что большой палец поднимается (по направлению к тыльной поверхности стопы), а не движется вниз, как можно было бы ожидать. Рефлекс Бабинского означает повреждение определенного участка мозга, которое препятствует обычному прохождению нервного импульса. Есть и другие симптомы, указывающие на наличие настоящей эпилепсии. Иногда обнаруживаются мелкие кровоизлияния под кожей, особенно за ухом. Часто во время при-

ступа больной эпилепсией прикусывает себе язык, и мы видим кровь в его слюне. Нередко во время приступа эпилептик падает и получает травмы. У эпилептика возникает легкое предчувствие надвигающегося припадка, которое мы называем предвестником.

Эта группа симптомов, присутствующих при истинной эпилепсии, позволяет отличить ее от других обмороков истерического характера, когда человек чувствует, что он пострадал, он в безнадежном положении и совсем без сил, и выражает свою установку движениями всего тела. Обморок истеричного больного означает: «я обессилен». Истеричный больной быстро восстанавливается после приступа, а вот за истинным эпилептическим припадком обычно следует период сонливости, головной боли и общего недомогания, длящийся порой несколько часов. Одно из важных различий между эпилепсией и истерией состоит в том, что эпилептик не знает, что он потерял сознание: он это осознает только после того, как заканчивается приступ.

В дополнение ко всем трудностям дифференциальной диагностики, большинство случаев эпилепсии связаны с определенными типами умственной отсталости. Провоцируя у настоящего эпилептика приступы ярости,

можно увеличить частоту эпилептических припадков. Люди с эпилепсией часто обладают тяжелым характером, и, исследуя семьи эпилептиков, я обычно обнаруживал у одного из членов семьи откровенно скверный характер. Скверный характер следует расценивать как признак комплекса неполноценности, и там, где я встречал детей с эпилепсией в семьях со вспыльчивым отцом, мне порой казалось, что они имитируют его эмоциональную неуравновешенность.

Иногда приступы эпилепсии впоследствии осложняются эпилептическим безумием, которое обычно характеризуется галлюцинациями и неконтролируемым жестоким поведением. Эпилептиков обычно лечат в психиатрических лечебницах седативными препаратами, и тогда большую часть времени они проводят в сонном, замутненном состоянии. В результате число эпилептических припадков часто уменьшается, хотя полностью они не купируются.

Несмотря на все различия между истинной эпилепсией и истерическими припадками бессознательного, точный диагноз поставить весьма затруднительно, поскольку врач редко присутствует во время самого приступа, он не может осмотреть глаза и проверить наличие рефлекса Бабинского.

По моему опыту, эпилептические припадки случаются только у определенного типа предрасположенных к припадкам людей, когда они попадают в плохую для них ситуацию. Я полагаю, что эта предрасположенность заключается в патологическом изменении кровеносных сосудов головного мозга. Эпилептический припадок чрезвычайно напоминает состояние человека, охваченного яростью, как будто он хочет на кого-то напасть. Эпилептики обычно очень жестоки, им часто снятся кровожадные сны с драками. В психическом складе эпилептика жестокость играет главную роль, и, хотя эпилепсией страдают и очень добрые, милые, тихие люди, при разборе их снов обнаружится что угодно, но только не доброжелательность. Частоту эпилептических припадков однозначно увеличивает алкоголь, что можно было бы подтвердить экспериментально, если бы не крайняя бесчеловечность такого опыта. Эпилептики, на которых алкоголь оказывает негативное влияние, должны избегать его в любой форме.

Мой опыт подсказывает, что пациенту с эпилепсией желательно вести как можно более легкую жизнь, а состояние его можно улучшить, если научить пациента быть сильнее, самостоятельнее и спокойнее. Другими словами, я обнаружил, что эпилепсия исчезала, когда пациент

становился социально адаптированным, причем даже в тех случаях, когда многие врачи подтверждали диагноз. Я вовсе не хочу сказать, что способен вылечить эпилепсию, однако я утверждаю, что симптомы эпилепсии порой удается сгладить, и пациенту будет гораздо комфортнее, если мы сумеем добиться большей социальной адаптации. Правда и то, что в некоторых случаях, когда социальная адаптация достигала высокого уровня, эпилептические симптомы полностью исчезали.

Но давайте продолжим изучать наш случай. Мы уже узнали, что это единственная девочка среди братьев, а по моему наблюдению, в такой семье девочке разрешают слишком многое, и она зачастую не развивается в рамках привычной женской роли. Она вряд ли разовьет уверенность в себе и независимость, ее всегда придется поддерживать. И, скорее всего, она не сумеет жить одна. С другой стороны, в такой ситуации развитие может пойти иначе: единственная девочка может развиваться как мальчик, стать очень закаленной и преувеличивать свои мальчишеские склонности. По какому пути из этих двух пошел наш пациент — должна показать история болезни.

Мы знаем, что в семье хорошие, близкие отношения, а девочка, любимица отца, всегда



поступала согласно собственным желаниям. Отсюда можно заключить, что пациент будет проявлять черты избалованного ребенка с недостаточно развитой силой духа. Вероятно, это милая, тихая и послушная девушка, очень жадная до похвалы. В примечаниях к истории болезни читаем следующее:

«После первого приступа она спит с матерью».

Вот и свидетельство того, что девочка, во-первых, отказывается оставаться одна, а во-вторых, первый припадок усугубил ее зависимость. Это обстоятельство приводит меня к мысли, что так называемая эпилепсия — умышленное действие. В примечаниях далее говорится:

«Семейная жизнь полноценна. Здоровье пациентки абсолютно нормально, и до сих пор ничто не указывало на невроз. По словам матери, девочка почти безупречна во всех отношениях. Она легко заводит друзей».

Замечание матери о безупречности подтверждает мое убеждение, что Флора явно принадлежит к первому типу и является милой, послушной молодой девушкой. Также совершенно очевидно, что она избалованный ребенок, и сейчас самое время воспитать в ней самостоятельность. Самостоятельность дала бы

ей большое преимущество. И, если честно, это единственная надежда на излечение.

«Она любит смотреть кино, ходить в театр и кататься в автомобиле. В школе отлично училась и закончила с четвертым результатом в классе. После школы пошла работать, и работа доставляла ей удовольствие».

Школьная успеваемость, вероятно, свидетельствует о том, что девочка хотела быть любимцей не только дома, поэтому усердно работала, чтобы ее оценивали должным образом.

«В настоящее время она работает секретарем и говорит, что работа ей нравится. В школе она хотела стать учителем, но отказалась от своей цели, поскольку требовалось приложить дополнительные усилия».

Здесь мы снова видим, что ей не хватает уверенности в себе, и что она не стремится стать независимой.

«В настоящее время пациентке двадцать пять лет, считается, что она хороша собой, хотя слегка косит на один глаз. Еще у нее отсутствует один сустав на безымянном пальце; она держит руку таким образом, что это почти незаметно».

Физические недостатки, без сомнения, сыграли в ее жизни важную роль, и девушка старается защитить себя от возможных последствий.

Она живет с общим нерешительным настроем, словно не слишком доверяет самой себе.

«От нее невозможно добиться каких-либо детских воспоминаний, она сетует, что ей трудно вспомнить юность».

Полагаю, что если бы я попытался послушать ее детские воспоминания, она смогла бы что-то вспомнить. Некоторым людям трудно воскрешать в памяти детские переживания, поскольку им кажется, что они должны припомнить какой-нибудь ужасный эпизод лет так до двенадцати-тринадцати. Это совсем не обязательно. Я обычно спрашиваю: «Вы помните свои школьные годы?» Отвечая на этот вопрос, пациент зачастую осторожничает. Но выбор воспоминаний — важный ключ к пониманию личности пациента. Припомнив некоторые случаи со школы, пациент часто вспоминает и какие-нибудь дошкольные переживания. Я порой советую пациентам записывать все, что они могут вспомнить о своем раннем детстве, как заметки для автобиографии. Наша пациентка, тем не менее, помнит два сна, о которых, возможно, будет небезынтересно услышать.

«Мне приснилось, что я милуюсь с парнем из магазинчика, куда забегаю на обед. А в другом сне я обнималась с моим начальником».

Сны демонстрируют желание нашей пациентки, чтобы ее баловали и уделяли много внимания не только дома, но и на работе. Если бы работодатель с ней нянчился, она, скорее всего, об этом не мечтала бы; отсюда можно сделать вывод, что он не так к ней добр, как ей хочется. Поэтому она создает такую ситуацию во сне: «Что я чувствовала бы, если бы он меня приласкал? Как заставить его меня полюбить?» Таким образом она готовится идти к своей цели, к тому, чтобы быть любимой. Скорее всего, у нее ничего не было и с тем парнем из магазинчика. Можно заключить, что она не в том положении, в котором хотела бы оказаться, а это важный фактор в нашем анализе.

«Мне приснилось, что людей на улице застиг прилив. Но меня он даже не коснулся, я просто стояла и смотрела на происходящее, как зритель».

Этот сон имеет гораздо большее значение, поскольку показывает врожденную жестокость пациентки, ведь она видит, как тонут люди, но помощи не предлагает. Этот сон говорит: «Как я могла бы создать ситуацию, при которой все люди в мире утонули бы, а я выжила? Каково было бы остаться совсем одной?» Вполне вероятно, что своих отца и мать она захотела бы спасти от потопа, однако остальные ее не инте-

ресуют, она позволила бы им утонуть. Но с чего ей желать гибели всех людей? Можно без колебаний заключить, что она ненавидит этот мир, потому что не в силах заставить других людей себя полюбить. Единственный способ исправить ситуацию — уничтожить все человечество. Эта идея предполагает наличие комплекса превосходства, а мы знаем, что превосходство всегда основывается на комплексе неполноценности. Ее сон подобен гневной вспышке. Она словно говорит: «Пусть все погибнут!»

«Она жалуется, что мать не заставляет внуков слушаться, при этом утверждает, что сама может легко заставить детей пяти и семи лет подчиняться».

Вот почему она мечтала стать учителем. Ей кажется, что учителя всегда окружают послушные дети, и она хочет, чтобы своим послушанием они выказывали ей свою любовь.

«Она считает, что семья была очень к ней добра, а она сама проблем вообще не доставляла».

Девушка хочет, чтобы все ей подчинялись: работодатель, продавец в магазинчике, дети и даже ее родители. Проблема в том, как этого добиться. В противном случае разбивается вдребезги весь ее жизненный уклад, а она оказывается беспомощной.

«Первый припадок эпилепсии случился после того, как она проработала около двух лет в одном и том же месте. Она с криком упала на пол офиса, в котором было много людей, ударилась головой о бетонный пол и прикусила язык. Пришлось удерживать ее силой, пока ее не отвезли домой, где за ней присматривали несколько врачей и квалифицированная медсестра. Неделю ей было очень плохо; одновременно у нее вышли из строя почки».

Похоже, первый приступ был спровоцирован истинной эпилепсией, но поскольку в это же время обнаружилось и другое заболевание, вполне возможно, что ее обморок был не совсем эпилептическим. Следует воздержаться от вынесения вердикта и продолжить наш анализ.

«Следующий приступ произошел семь месяцев спустя, когда она была дома. Она упала и сильно обожгла руку о плойку. В этот момент в доме находилась ее тетя, а мать, впервые с момента рождения ребенка, ушла в гости на всю ночь».

Если это реальный случай эпилепсии, то болезнь, безусловно, развивалась очень необычно. Когда эпилепсию диагностируют уже в восемнадцатилетнем возрасте, в анамнезе имеются малые припадки, предшествующие большим. А наш случай произошел слишком

неожиданно. Первый приступ был в восемнадцать лет, и болезнь сразу обострилась до такой степени, что пациентке пришлось спать с матерью. Следующий приступ через семь месяцев любопытным образом совпадает с тем фактом, что мать впервые после рождения ребенка уехала из дома на ночь. Следует неизбежный вывод: наша пациентка хочет контролировать мать, даже если это выражается в приятной, незлобной форме. Припадок — один из способов сказать: «Почему ты оставила меня одну?» Видите, нужно учиться понимать язык тела.

Между вторым и третьим приступом прошло тринадцать месяцев. В это время пациентка принимала люминал и придерживалась диеты. Диета и люминал обычно провоцируют слабость, но лечение помогает поддержать больного и порой дает неплохой эффект.

«После последнего припадка пациентка каждый месяц во время менструального цикла теряет сознание. Одновременно наблюдаются сильнейшие припадки. В настоящее время они случаются почти каждую неделю и начинаются с того, что пациентка, чувствуя приближение припадка, звонит матери».

Это важная зацепка к пониманию природы болезни. Начало менструации стало для девочки трудным периодом. В начале менструации