



SKAP

Schweizer Kongress für Adlerianische Psychologie

Wie Adler die psychologische Landschaft prägte

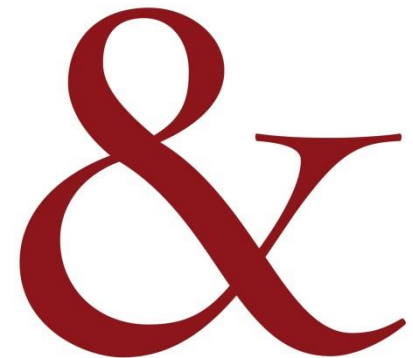
August 2020

Übersicht

Wie bin ich vorgegangen

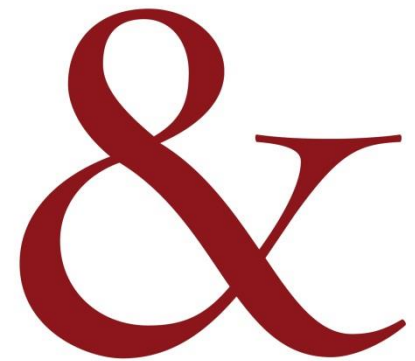
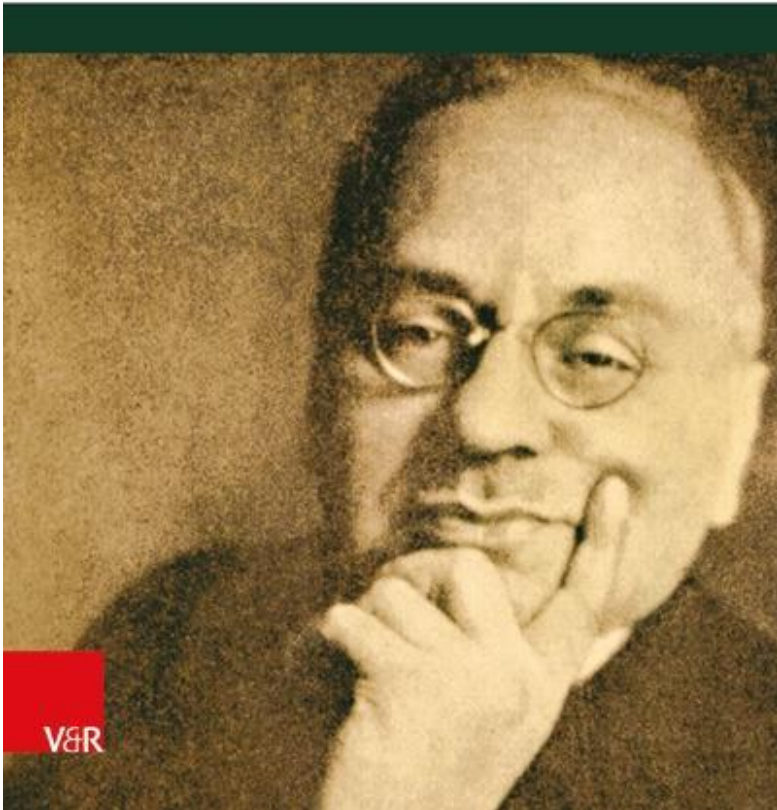
Inhaltsüberblick

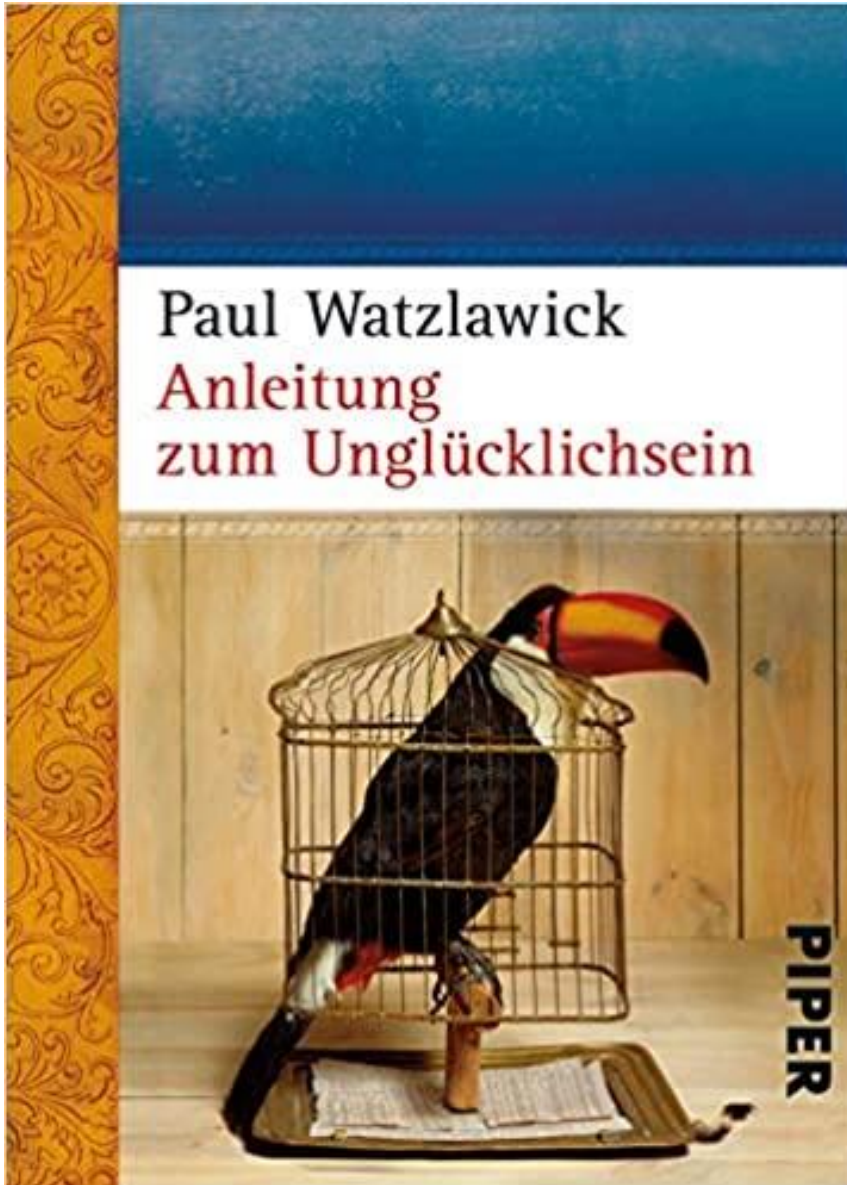
Und zum Schluss: Deine Fragen



Gerald Mackenthun (Hg.)

Alfred Adler - wie wir ihn kannten





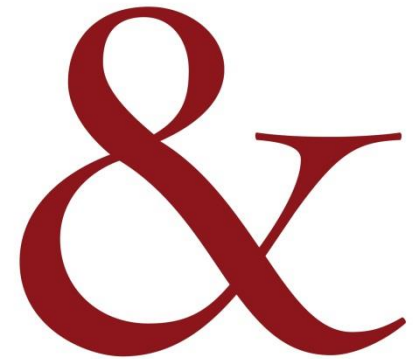
„Sein Werk, dessen Wiederentdeckung überfällig ist, befasst sich unter anderem eingehend mit dem Lebensstil.“

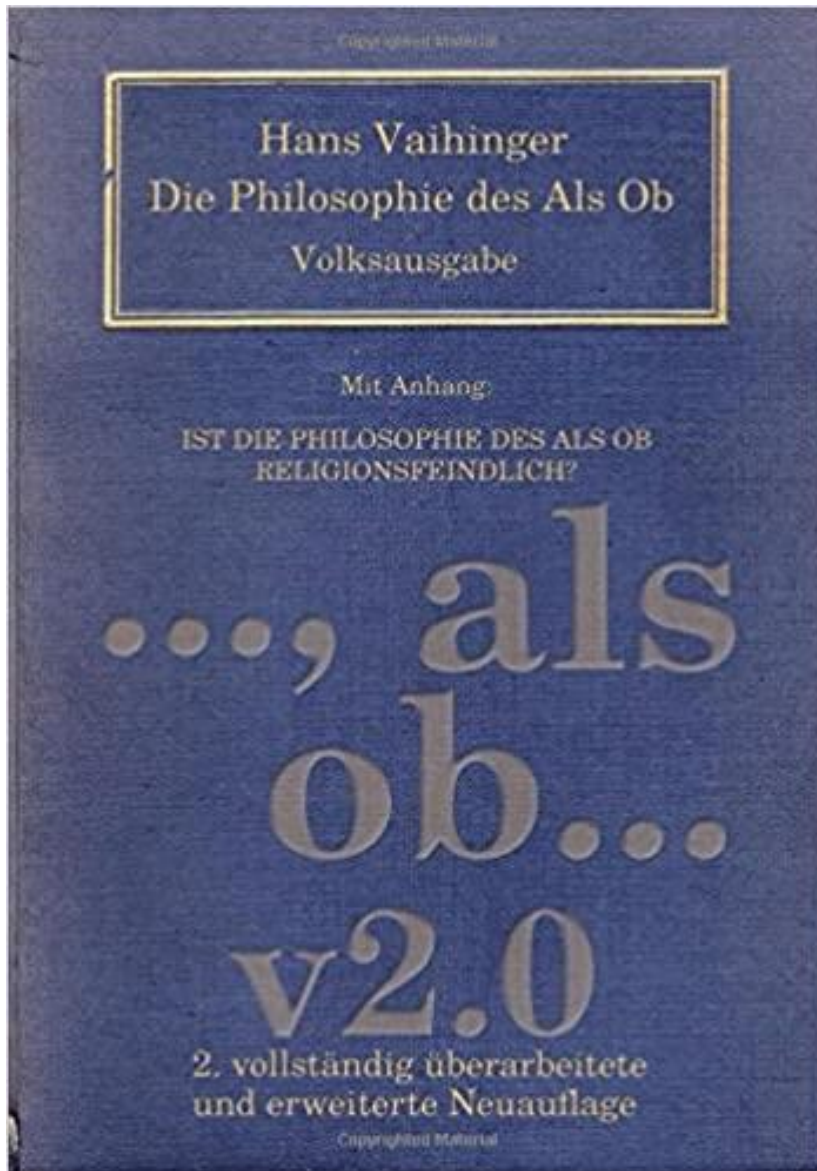
In den Quellenangaben von Watzlawick ist nie ein Buch von Alfred Adler angefügt.



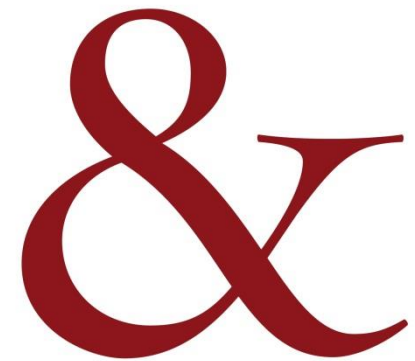


Radatz zitiert Hans Vaihinger, auch sie zitiert nie Alfred Adler. Sondern bezeichnet sich als Schülerin von Watzlawick und de Shazer





Wurde im 2014 neu
aufgelegt.



Am liebsten hätte ich in einem
Wiener Kaffeehaus

... Alfred Adler getroffen

... mit Adlers Schülern ausgetauscht
wie z.B. Manes Sperber, Erwin
Wexberg und Sophie Lazarsfeld

... und im Schreiben habe ich meine
Gedanken formuliert



Inhaltsüberblick

Schwerpunkte aus dem Schaffen von
Alfred Adler

Eine chronologische Auflistung,
welche die grobe Entwicklung der
Individualpsychologie aufzeigt



150 Jahre Alfred Adler

Der Gründer der Individualpsychologie darf gefeiert werden. Wir verdanken ihm sehr vieles.

Verständnis fürs Menschsein

Empathie

Ermutigung



Alfred Adler war eine tatkräftige Persönlichkeit - sein Einfluss

Öffentliche **Gesundheit** und die soziale Wohlfahrt
benachteiligte **Kinder** und die **Frauenrechte**

Er leistete Pionierarbeit in der medizinischen
Prävention und Psychologie

Er förderte die **Erwachsenenbildung**, hatte
Einfluss auf die Lehrer- und **Laienausbildung**,
Familientherapie und Familienberatung

Autor und **rege Reise- und Vortragstätigkeit**

**Frag nicht, was das Leben dir gibt,
frag, was du gibst.**

ALFRED ADLER



Die Philosophie des Als-Ob

Adler war vom Philosophen und Kant-Forscher **Hans Vaihinger** (1852-1933) beeinflusst

In Vaihingers Welt bedeutet Erkenntnis, Unbekanntes mit Bekannten zu vergleichen

Als Folge **konstruiert er Denksysteme und glaubt, dass sie mit der Realität übereinstimmen**

Bei Alfred Adlers wird es die „**tendenziöse Apperzeption**“

Der Perspektivenwechsel in der Beratung

Im Zentrum des Adlerianischen Beratungsverständnis steht die eine Frage:

Was würden Sie tun, **wenn Sie bei mir Ihre Heilung erlangten?**

Was wäre anders, wenn Sie dieses Symptom oder Problem nicht hätten?

Wie Adler die Psychologie prägte

Paul Watzlawick

„Als ob“ es geglückt wäre. „**Tue so, als ob es wirkungsvoll ist**“ hat Paul Watzlawick diesen Beratungsansatz populär gemacht.

„So tun, als ob“ die handlungsleitende Idee funktioniert.

Adler übertrug als erster die **Theorie von Vaihinger** in das Beratungsgespräch.

Wie Adler die Psychologie prägte

Paul Watzlawick, Glasersfeld, Foerster

Der Konstruktivismus unterstreicht, dass jeder Mensch aufgrund seiner Sinneseindrücke **eine subjektive Realität erzeugt**.

Dass die wahrgenommene Realität **stark von der individuellen Prägung** abhängt.

Paul Watzlawick und sein Buch „Wie wirklich ist die Wirklichkeit?“ wurde ein Standardwerk in der Psychologie.

**Was wäre anders, wenn Sie
dieses Symptom bzw. Problem nicht hätten?**



ALFRED ADLER

Im Beratungsgespräch braucht es
Menschenkenntnis und Intuition

Adler nannte sein Vorgehen „erraten“

Adler verfügte über eine ausgezeichnete
Menschenkenntnis

Wenn wir fragen, **unter welchen Bedingungen
hat das vorliegende Leiden einen Sinn, eine
Berechtigung**, so erhalten wir bis zu einem
gewissen Grade einen Einblick

Unter welchen Umständen **wäre auch ich** ein
lügenhaftes Kind?

„Heilen“, sagt Adler, **kann ich sie nur mit der Wahrheit**, bis zu der ich selbst vorgedrungen bin

In der Beratung gilt das **einfühlende Aufbereiten von Zusammenhängen** als Hauptaufgabe

Zweierlei wird hier deutlich:

Das hohe Mass an **Empathie**

Wie der Appell an die **Selbstverantwortung** des Klienten



Wie Adler die Psychologie prägte

Steve de Shazer

Die Kunst des Erratens hat Parallelen, zu dem was Steve de Shazer als „**Wunderfrage**“ bekannt machte.

Adlers Ansatz ging allerdings weiter, weil er die **Hintergründe** und **Zusammenhänge** erfahren wollte, die unerlässlich sind, **um durch die Problemschilderung zu einer Lösung zu kommen.**

Der **Perspektivenwechsel** ist aus der systemischen, wie auch lösungsorientierten Beratung nicht mehr wegzudenken.

**Es kommt nicht darauf an, was einer mitbringt,
sondern darauf, was er daraus macht.**

ALFRED ADLER



Irrtümer und Fehlverhalten durch den Lebensstil

Vereinfacht: Alles liegt im Auge des Betrachters.

Der **Betrachtungswinkel** kann stets geändert werden und damit die Gestaltung des Lebens

Alfred Adler spricht von der „**schöpferischen Kraft**“ als ureigene, dem Menschen zur Verfügung stehende Gestaltungskraft.

Das Individuum ist mithin **sowohl Bild wie Künstler. Es ist der Künstler seiner eigenen Persönlichkeit.**“

Wie Adler die Psychologie prägte

Eric Berne

Adler formulierte 1912 die Ich-Psychologie
Eric Berne übernahm das Konzept und benannte
dies Lebens-Skript (alltagssprachlich
Glaubenssätze)

Das Unerkannte prägt die persönliche
Entwicklung

Ohne **Selbstreflektion und Lebensstilkorrektur**
tut der Mensch immer wieder das, was er aus
der Vergangenheit mitgebracht hat

**Das menschliche Seelenleben
ist kein Sein, sondern ein Werden.**

ALFRED ADLER



Mit Ermutigung zum inneren Wachstum

Mut ist die alles überragende Triebfeder, wenn Menschen über sich selbst hinauswachsen.

Ab 1923 richtete Adler seine Aufmerksamkeit zunehmend auf diesen Aspekt. Adler schrieb, dass „nicht die Krankheit rezidiert werden muss, sondern die Entmutigung.“

Er kam zum Schluss, dass er seine Patienten **„erst ermutigen“** musste, bevor er sie **„ins Leben hinausschickte.“**

Wie Adler die Psychologie prägte

Carl Rogers

Ermutigung und Wertschätzung sind Grundpfeiler der individualpsychologischen Beratung. Dies geschieht im Wissen darum, dass jeder Mensch wertvoll ist, wie er ist. Carl Rogers beschreibt dies als Grundhaltung der Gesprächstherapie: Akzeptieren, Anteilnahme oder Wertschätzung.

**Gemeinschaftsgefühl ist,
mit den Augen eines anderen zu sehen,
mit den Ohren eines anderen zu hören,
mit dem Herzen eines anderen zu fühlen.**

ALFRED ADLER



Wie Adler die Psychologie prägte

Fritz Pearls

Der Name „Individualpsychologie“ bezieht sich auf den Menschen als Einheit. Die Betonung des Holismus spiegelt ein Grundverständnis der Individualpsychologie wider.

Diese ganzheitliche Sichtweise wird 1950 in der Gestaltpsychologie durch Fritz Perls vertieft.

Das Menschenbild der Individualpsychologie

1908 schrieb Adler über das Zärtlichkeitsbedürfnis des Kindes. Es ist Bestandteil und Vorläufer des Gemeinschaftsgefühls.

Adler sah es als notwendig an, den Menschen in seiner familiären, sozialen und kulturellen Umgebung zu betrachten.

Das Menschenbild der IP kann mit folgenden Worten zusammengefasst werden:

Einzigartiges, ganzheitliches und schöpferisches

in untrennbarer Beziehung zu anderen stehendes

zielgerichtetes und Entscheidungen treffendes

selbst verantwortliches Einzelwesen.



Eine chronologische Auflistung welche die Entwicklung der Individualpsychologie zeigt

1898 das „Gesundheitsbuch für das Schneidergewerbe“. **Die wirtschaftliche Situation wirkt sich auf den Gesundheitszustand eines Menschen aus.**

1902 wird Adler Mitglied der Mittwochsgesellschaft

1904 veröffentlichte er einen Aufsatz: „Der Arzt als Erzieher“ und skizziert darin bereits eine vollständige Theorie der Erziehung.

Das Kind brauche **Liebe, Zuneigung und liebevolle Beschützer**, schreibt er darin. Er forderte eine gewaltfreie, ermutigende und fördernde Erziehung.

Zugleich betont Adler die Verantwortung des Arztes für die körperliche Entwicklung des Kindes, wobei „von der **körperlichen** Entwicklung ... die **geistige** nicht zu trennen“ ist

Die **Erziehungsberatung** gehöre zu den Aufgaben eines Arztes.

Erstmals erwähnt er die Rolle der „Organminderheit“.



Wie Adler die Psychologie prägte

Virginia Satir

Die Systemtheorie zählt zu den wichtigsten und prägendsten Konzepten. Sie betont, dass nicht allein das Individuum behandlungsbedürftig ist, sondern **zugleich die Familie**, die es geprägt hat. Virginia Satir (1916-1988) hat den Gedanken erweitert und einen der wichtigsten Ansätze der systemischen Arbeit eingebracht: Danach muss eine Person **immer im Kontext** ihrer Situation gesehen werden.

1907 „Studie über die Minderwertigkeit von Organen“ war nur folgerichtig. „Mensch sein heisst, sich minderwertig zu fühlen“

In dieser Publikation werden bereits Unterschiede zu den Ansätzen Freuds deutlich.

1908 veröffentlicht er einen Aufsatz über das Zärtlichkeitsbedürfnis des Kindes. Es ist Bestandteil und Vorläufer des Gemeinschaftsgefühls.

Die Mittwochsgesellschaft um Sigmund Freud wächst. Zwischen 1908 und 1911 hat Adler den **Vorsitz über die Mittwochsgesellschaft** inne und erwirbt sich einen Ruf als einflussreicher, aktiver Redner und Diskussionsteilnehmer.

1910 wird er Herausgeber der internationalen Zeitschrift.

1911 endet nach neun Jahren seine Zeit in der Mittwochsgesellschaft.

1912 Im Buch „Der nervöse Charakter“ behandelt Adler ausführlich die **Kompensation**. Das darin beschriebene „**Minderwertigkeitsgefühl**“ fand schnell Eingang in die Alltagssprache.



**Überempfindlichkeit ist Ausdruck
eines Minderwertigkeitsgefühls.**

ALFRED ADLER



1913 Adler begann in der Beratung anhand **allgemeiner Lebensfragen** zu erläutern bzw. zu behandeln. Später wurden diese Aspekte als die **drei Lebensaufgaben** zusammengefasst (Gemeinschaft, Arbeit und Liebe).

1915 Adler hält Vorlesungen über Erziehung und Menschenkunde. Zugleich führt er im Wiener Volksheim **Ottakring**, der grössten Volkshochschule Wiens, psychologische Lehrgänge durch. **Sie wurden zum Auftakt für die „psychologische Laienausbildung“.**

1917 Die Position in der **Geschwisterfolge** ist ein weiterer entscheidender Ausgangspunkt in der Entwicklung des Individuums.



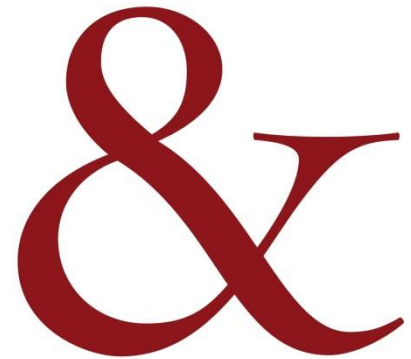
1918 verwendet Adler den Begriff
Gemeinschaftsgefühl.

Adler formuliert den Gedanken, den Menschen
als ein Gemeinschaftswesen zu betrachten

1920 Mit der Zustimmung der Schulbehörden
in Wien engagiert sich Adler in freien
Erziehungsberatungsstellen. Die
Erziehungsberatungen wurden mit einer
Zuhörerschaft von 30 bis 50 Personen
abgehalten. **Die Selbsterfahrungsgruppen,
welche Viktor Frankl und Carl Rogers in der
Beratungsausbildung als selbstverständlich
erachteten, hatten in Wien ihren Anfang.**

1923 Das Prinzip der Selbstverantwortung hält Einzug in die Individualpsychologie. Man soll sich strikt daran halten, die Behandlung und Heilung nicht als Erfolg des Beraters, **sondern als Erfolg des Klienten zu sehen.** Der Berater kann nur die Irrtümer zeigen, **der Patient muss die Wahrheit lebendig machen.**

1926 Adler führt die Begriffe „Lebenslinie“ und „Bewegungslinie“ ein. 1929 folgt der **„Lebensstil“.**

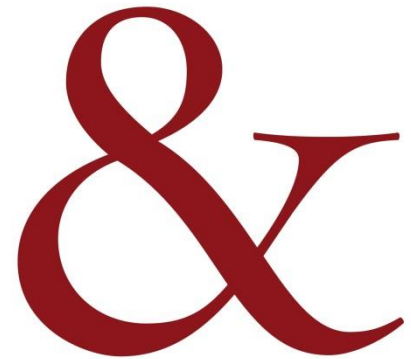


1928 Adler beschreibt die identifikatorische Einfühlung und fordert vom Therapeuten, „mit den Augen eines anderen **zu sehen**, mit den Ohren eines anderen **zu hören**, mit dem Herzen eines anderen **zu fühlen**.“

1930 Alfred Adler rät dem Patient mit dem ihm eigenen Humor, sich „seiner Symptome zu erfreuen“. Der Gedanke ist als „**Paradoxe Intervention**“ bekannt geworden.

1933 erscheint das letzte Buch „Sinn des Lebens“ von Alfred Adler, welches die Einheit der Person, das Verbundensein mit der sozialen Umgebung und dem Kosmos betont.

Nach Joseph Wilder (1895 bis 1976) war klar, dass Alfred Adler das Denken der Psychologie massgeblich beeinflusst hatte. Wilder formulierte den Satz, nach dem die „richtige Frage nicht lautet, ob man, **sondern wie sehr man ein Adlerianer ist.**“



Warum ich mit Überzeugung Adlerianer bin

Bei Theo Schoenaker habe ich eine einfache,
verständliche und für den Kunden
gewinnbringende Individualpsychologie
kennengelernt

Innerhalb weniger Ausbildungstage können die
IP-Grundlagen verstanden werden

Es braucht die Kontinuität und Entschlossenheit,
individualpsychologisch zu denken

Du darfst Fragen stellen

COACHINGPLUS

TRAINING

EMPOWERMENT