

[291:]

FORUM

Alfred Adler zum 125. Geburtstag

Gerald Mackenthun

Zusammenfassung:

Am 7. Februar 1995 jährte sich zum 125. Mal der Geburtstag des Wiener Arztes und Psychologen Alfred Adler (1870-1937). Die von ihm begründete Individualpsychologie entstand parallel zur Psychoanalyse und steht zu Unrecht nach wie vor im Schatten Sigmund Freuds. Adlers Psychologie ist eine dynamische "Beziehungspsychologie", die sich die Entwicklung des Gemeinschaftsgefühls in jedem Menschen zum Ziel gesetzt hat. Damit gelang Adler ein mindestens ebenso großer Wurf wie Freud selbst. Es bleibt Aufgabe, ihm den gebührenden Platz in der Tiefenpsychologie einzuräumen.

Alfred Adler wurde 1870 in Wien als zweiter Sohn eines jüdischen Getreidekaufmanns geboren. Er studierte Medizin, betätigte sich kurz in der Ophthalmologie und der Allgemeinmedizin und wandte sich dann der Neurologie und Psychiatrie zu. 1902 kam es zur Begegnung mit Sigmund Freud und einer bis 1911 reichenden Diskussionsgemeinschaft im Rahmen der Mittwoch-Gesellschaft, eines Kreises von Sympathisanten der Psychoanalyse. Aufgrund von theoretischen Differenzen kam es zu einem für beide Seiten schmerzlichen Bruch; Adler gründete eine eigene Schule, die er "Individualpsychologie" nannte.

Die Erfahrung des Ersten Weltkrieges hatte ihn davon überzeugt, daß das Macht- und Geltungsstreben jederzeit zu Exzessen hochgepeitscht werden kann und es deshalb darauf ankomme, große Bevölkerungskreise mit Menschen- und Selbstkenntnis dagegen zu immunisieren. Dies sollte über die Entwicklung des "Gemeinschaftsgefühls" in jedem Menschen erfolgen - ein Begriff, der zu einem Grundpfeiler der Individualpsychologie wurde. Adler und sein stetig wachsender Kreis bemühte sich frühzeitig um eine Popularisierung seiner Lehre, die sich auch in der deutlichen Ausrichtung auf eine Pädagogik ausdrückte. Es klingt heute kaum glaublich, aber im Wien der Zwischenkriegszeit war das Schulwesen und die Erziehungsberatung weitgehend von der Individualpsychologie geprägt. Die sozialdemokratische Stadtregierung traute dem Adlerschen Konzept zu, eine Lösung für die Erziehungsprobleme der von politischen und sozialen Krisen gebeutelten Stadt zu bieten. An den Schulberatungen nahmen Hunderte von Lehrern, Ärzten und Sozialarbeitern teil. In der [292:] Blütezeit boten 28 Schulberatungsstellen mindestens an einem Abend die Woche unentgeltlich Hilfe bei Erziehungs- und Schulschwierigkeiten an.

Seit 1926 bereiste Adler die USA, wo er seinen durchschlagenden heimatlichen Erfolg fortzusetzen suchte, der mit dem Erstarken des Austro-Faschismus zunehmend gefährdet war. Durch die Übersiedlung nach New York 1934 entging die Familie dem Nationalsozialismus. Adler starb 1937 in Aberdeen (Schottland) auf einer Vortragsreise. Seinen Ruhm mag man daran ermessen, daß zur 20. Wiederkehr seines Todestages 1957 in Wien der damalige Bürgermeister Franz Jonas, zwei Bundesminister und der Rektor der Universität über ihn sprachen.

Adler war, wie jeder, nicht frei von Eitelkeit, von Posen und von zänkischer Rivalität um Anerkennung, besonders in der Zeit der Bekanntschaft mit Freud. Aber er hatte auch eine gewisse Leichtigkeit und Humor. Er blieb unpräntiös, in seinem Auftreten unautoritär und volksnah. Adler wurde nicht nur als Arzt und bedeutender Psychologe, sondern auch als Pädagoge und großer Philosoph gefeiert und verehrt. Im In- und Ausland besuchten regelmäßig 1.000 und mehr Zuhörer seine Vorträge. In jüngerer Zeit gelang das wohl nur dem Adlerianer Josef Rattner, der in den 70er und 80er Jahren in der Freien Universität Berlin die größten Hörsäle füllte. Adler wurde einmal "Konfuzius des Westens" genannt, er erschien den Zeitgenossen als freundlicher Sokrates, als ein humorvoller und wohlwollender Philosoph, der in leichten und angenehmen Sätzen die Herzen unglücklicher Menschen aufschloß.

Er lernte außerordentlich viel bei Freud in der Mittwoch-Gesellschaft, ohne dabei auf selbständiges Denken zu verzichten. Was die Individualpsychologie mit der Psychoanalyse verbindet, ist der tiefenpsychologische Ansatz, der die Bedeutung des unbewußten bzw. unverstandenen Seelenlebens erkennt und um seine Deutung bemüht ist. Adlers Theorie gruppiert sich um das Geltungsstreben; das ist der stetig im Untergrund arbeitende Drang, eine Minussituation, ein "Minderwertigkeitsgefühl" zu überwinden. Daraus leitet sich kompensatorisch das Geltungsstreben ab, das unter ungünstigen Bedingungen, insbesondere einer verzärtelnd-hemmenden Erziehung, in Machtstreben neurotisch entgleisen kann.

Schon aus diesen wenigen Sätzen mag deutlich werden, daß Adlers Theorie mehr ist als die Negation der Psychoanalyse. Hinter dem psychoanalytischen Kastrationskomplex läßt sich das erweiterte individualpsychologische Konzept des Minderwertigkeitsgefühls erkennen, hinter dem Narzißmus das allgemeine Geltungsstreben und hinter dem Penisneid der "männliche Protest" (d.h. die Ablehnung des als minderwertig angesehenen Weiblichen). Noch hinter der scheinbar dunklen Triebhaftigkeit des Unbewußten sah Adler die persönliche Leitlinie des Subjekts sich geltend machen, sah, wie das Triebhafte erst recht wieder im Dienste der persönlichen Finalität steht, wie der Trieb sich der Gesamtpersönlichkeit unterordnet. Das Selbstwertgefühl ist der höhere und weitere Begriff, in dessen Dienst Lust und Unlust, Sexualität und Aggression nur als Material, als Rohstoff der psychischen Gestaltung eine Rolle spielen (Wexberg 1991, S. 130).

In seinem Bestreben, den Menschen praktisch zu helfen, schuf Adler eine neue Pädagogik, Heilpädagogik und Psychotherapie. Er rückte unter anderem die Wichtigkeit der Erzieherrolle der Mutter ins Licht. Damals wie heute wird diese Rolle als unproduktiv und der des Mannes unterlegen angesehen. Eine Vorbedingung für richtige Erziehung ist die Selbsterziehung des Erziehers. Er muß sein Machtstreben gegenüber Kindern abbauen. Der ideale Erzieher besitzt Verständnis, Wohlwollen, Wertempfinden, Heiterkeit, Zuverlässigkeit, Geduld und vor allem Optimismus. Nur ein Mensch, der fest von der Macht des guten Einflusses überzeugt ist, wird aus den Kindern alles herausholen können, was in ihnen steckt. Der "böse Wille", der Kindern oft unterstellt wird, ist immer die Folge einer Entmutigung, nämlich zerstörter Mut, sich in die Menschheit einzureihen und an ihren guten Werken mitzuwirken.

Neurose ist in der Individualpsychologie keine organische Krankheit, sondern falsche Lebensform, soziale 'Abwegigkeit', mangelnde Mitarbeit im Zusammenspiel der Menschen, eine "falsche Meinung von sich selbst und der Welt". Neurose ist somit eine seelische Krankheit, die dann entsteht, wenn ein Mensch vor Lebensaufgaben, denen er sich nicht gewachsen fühlt, die Flucht ergreift. Die Lebensfrage des Nervösen lautet nicht: Was muß ich tun, um einen annehmbaren Kompromiß zwischen meinen Wünschen und den Notwendigkeiten des sozialen Zusammenlebens herbeizuführen? Vielmehr wird danach getrachtet, die Überlegenheitstendenz zu befriedigen, um ein Gefühl der Unverletzlichkeit, der unantastbaren Größe, letztlich der Gottähnlichkeit aufrecht zu erhalten.

Die Neurose ist in dieser Anschauung die sozusagen natürliche, folgerichtige Entwicklung eines von egozentrischem Streben erfüllten, daher in der Entwicklung des Gemeinschaftsgefühls zurückgebliebenen Menschen. Charakteristisch für Neurosen sind die Distanz zu den Mitmenschen, die schnelle Entmutigung, das Ausweichen vor Entscheidungen, der Aufbau einer Scheinüberlegenheit (Selbstüberschätzung) und unrealistische Zielsetzungen. Der Neurotiker erklärt sich für unfähig, die an ihn gestellten Lebensaufgaben anzupacken - Partnerschaft, Beruf, soziale Verantwortung, Kultur -, und er erwartet Verständnis, Milde und Sonderrechte (Dispens). Mit einem Satz: "Der Neurotiker leidet an einer mangelhaften Sozialität" (Adler) - mehr noch aber leidet die Gesellschaft an der mangelnden Sozialität des Individuums.

Soziale und psychische Gesundheit fielen bei Adler zusammen; sein Konzept war, daß das gesunde und einzig vernünftige Lebensziel das der sozialen Kooperation ist. Der Mensch erkrankt psychisch und körperlich, wenn er die Mitmenschlichkeit verfehlt. Die Verbreitung und Festigung des Gemeinschaftsgefühls war damit der Schlüssel zur Vorbeugung von seelischen und [294:] psychosomatischen Erkrankungen. Eine Voraussetzung des Gemeinschaftsgefühls ist die Anerkennung, nicht besser, aber auch nicht schlechter zu sein als sein Mitmensch. Damals wie heute trifft dieses Postulat in das Herz des Narzißmus und ist vielleicht der Hauptgrund, warum in unserer Zeit, die als eine zunehmend egoistisch-selbstbezogene beschrieben wird, die Individualpsychologie keine große Anhängerschaft findet. Psychotherapie, wie Adler sie verstand, ist damit auch angewandte Ethik, die jedoch in der Therapie nicht direkt angesprochen wird, sondern sich über ihre Verkörperung in der Person des Therapeuten vermittelte.

Mehr als andere Tiefenpsychologien ist die Individualpsychologie in der Philosophie verankert. Adler orientierte sich an Nietzsche und Vaihinger, vor allem aber an den sogenannten Lebensphilosophen Schopenhauer, Klages, Bergson, Dilthey und Smuts. Deutlich ist die Verwandtschaft zu Nietzsche, u.a. in der Idee der Lehre vom "männlichen Protest", vom "Willen zur Macht" und vom Überlegenheitsstreben jedes Menschen. Der stark philosophische Einschlag in seinem Spätwerk zeigte sich auch in der Übernahme sittlicher Verpflichtung im Sinne Kants. Kants Lehre von einer ethischen Ordnung, in der kein Mensch mehr dem anderen als Mittel zum Zweck dient, sondern jeder Mensch als "Zweck an sich" geachtet wird, ist in Adlers Anschauung vom Gemeinschaftsgefühl enthalten. Von Charles Darwin übernahm Adler die Vorstellung, alles Lebendige strebe der Perfektion zu. Er war sich sicher, daß jeder, der sich nicht dem Strom dieser so von ihm verstandenen Evolution überläßt, zum Untergang verurteilt ist ("Sinn des Lebens", 1933). Ein anderer Hintergrund von Adlers Ideenwelt ist der liberale Sozialismus von Marx, Proudhon, Kropotkin u.a.

Individualpsychologie ist somit wie die Psychoanalyse dreierlei: Menschenbild, Krankheitslehre und Therapieanleitung. Sie ist mehr als eine Lehre vom "nervösen Menschen", nämlich eine "psychologische Anthropologie" (Ansbacher). Darüber hinaus ist sie Lebensphilosophie mit ethischen Kompo-

zenten und einer sozialen Orientierung. Einige ihrer Autoren nahmen für sich in Anspruch, mit Individualpsychologie einen wesentlichen Beitrag zum Weltfrieden leisten zu können. Wer dem nicht folgen mag, wird trotzdem die große Reichweite der Individualpsychologie anerkennen, die nicht nur Vorbeugung von Neurosen und Psychosen, sondern auch der Delinquenz versprach. Am besten sei, die Kinder so zu erziehen, daß sie sich "vom Leben eingeladen" fühlen. Zuversicht, Mut, Selbstbewußtsein, "heitere Gelassenheit" (Heidegger), Humor sowie das Gefühl der Eingebundenheit in die strebende Menschheit seien Bollwerke gegen die "Flucht" vor den normalen Lebensaufgaben.

Praktische Auswirkungen der Individualpsychologie lassen sich vor allem in der Pädagogik (s.o.: Wiener Schulsystem), aber auch in Medizin, Kriminalistik, der Staats- und Sozialwissenschaften (Verhältnis von Individuum und Gesellschaft) und Kulturforschung feststellen. Der Verbrecher wird als ein [295:] Mensch verstanden, dessen Aktivitäten aufgrund eines fundamentalen Lebensirrtums auf der "Unnützlichkeitsseite des Lebens" angesiedelt ist. Hier wie in anderen gesellschaftlichen Problemfeldern bemühte sich die Individualpsychologie, die Menschen zu einer ihnen gemäßen Beitragsleistung zur Gemeinschaft zu ermutigen. Die Lehre von der Finalität und Zweckgerichtetheit menschlichen Denkens und Handelns ergänzt das kausale Denken und erweiterte das Verständnis beispielsweise der psychosomatischen Symptome.

Anders als die Psychoanalyse betonte die Individualpsychologie die Verantwortung des Menschen auch für seine Neurose; ein von den Patienten angeführtes Nichtkönnen interpretiert sie als Nichtwollen. Die Lehre von der Kompensation gespürter oder tatsächlicher sozialer und körperlicher "Minderwertigkeiten" eröffnet einen optimistischen Ausblick auf die Möglichkeit der Überwindung von Unzulänglichkeiten und war zudem Grundlage für ein Verständnis vom Genie: Der Künstler ist jemand, der trotz oder neben seiner Neurose einen Teil seines Wesens "überkompensiert".

Die Individualpsychologie wurde und wird (wie die Psychoanalyse) gleichwohl vielfältig kritisiert. Autoren bemängelten unklare Formulierungen wie "Entwertungstendenz" oder "männlicher Protest". Adlers nachträgliche Korrektur von Büchern wird als unwissenschaftlich bezeichnet. Bruder-Bezzel meinte, die von Adler vorgetragene Fälle blieben skizzenhaft, die empirische Basis sei reichlich fragwürdig (Bruder-Bezzel 1983). Wegen Adlers starker Relativierung, teilweise gar Eliminierung der Sexualität wurde seine Theorie viktorianisch genannt. Adler hatte die neurotische Persönlichkeit detailliert beschrieben, doch wenig Gewicht auf die gesunde Persönlichkeit gelegt. Die Ausrichtung auf das Gemeinschaftsgefühl als Lackmustest für Neurose kommt dem Leser manchmal etwas stark vereinfachend und undifferenziert vor.

Die Psychoanalyse hat einen tief pessimistischen Gehalt, ganz im Gegensatz zur Individualpsychologie, die an den Fortschritt der Menschheit glaubt. Sie glaubt an einen "Sinn des Lebens" (Adler 1933), der darin besteht, die Lebensfragen im Geiste der Evolution, d. h. zum Wohle der Menschheit in eine weite Zukunft gedacht, zu lösen. Dem Menschen ist als Geschenk der Evolution die Wahlfreiheit gegeben; die Individualpsychologie versucht dieses Potential zu wecken. Sie hat das große Verdienst, deutlich gemacht zu haben, wie das Individuum seine "Geworfenheit" in das Leben produktiv verarbeiten kann. Diese Psychotherapieschule hat sich deshalb mehr als andere die Aufgabe der Aufklärung, Schulung und Psychohygiene gestellt. Vorausgesetzt, das Gemeinschaftsgefühl ist entsprechend stark, ist der Mensch imstande, alle Lebensprobleme und -aufgaben hinreichend zu lösen und am vernünftigen Fortschritt der Menschheit im Rahmen seiner Möglichkeiten mitzuarbeiten.

Auf die Einsichten der Individualpsychologie wird eine Psychologie nicht mehr verzichten können, die Menschenkenntnis und Selbsterkenntnis vermitteln will.

[296:]

Literatureempfehlungen:

- Adler, Alfred: Über den nervösen Charakter. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1972 (Orig. 1912)
- Adler, Alfred: Heilen und Bilden: ein Buch der Erziehungskunst für Ärzte und Pädagogen (hrsg. mit Carl Furtmüller und Erwin Wexberg). Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1973
- Adler, Alfred: Psychotherapie und Erziehung. Ausgewählte Aufsätze. Bd.1 - 3. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1982 / 1983
- Adler, Alfred: Der Sinn des Lebens. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1973 (Orig. 1933) (Dieses Buch eignet sich besonders für einen ersten Zugang.)
- Adler, Alfred: Lebensprobleme - Vorträge und Aufsätze. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1994 (Orig. 1937)
- Ansbacher, Heinz & Rowena Ansbacher (Hrsg.): Alfred Adlers Individualpsychologie. Eine systematische Darstellung seiner Lehre in Auszügen aus seinen Schriften. München: Reinhardt 1982
- Antoch, Robert: Von der Kommunikation zur Kooperation - Studien zur individualpsychologischen Theorie und Praxis. München, Basel: Reinhardt 1981
- Bruder-Bezzel, Almuth: Alfred Adler. Die Entstehungsgeschichte einer Theorie im historischen Milieu Wiens. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1983
- Bruder-Bezzel, Almuth: Die Geschichte der Individualpsychologie. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1991
- Brunner, Reinhard, R. Kausen & M. Titze (Hrsg.): Wörterbuch der Individualpsychologie. München, Basel: Reinhardt 1985
- Ellenberger, Henry F.: Die Entdeckung des Unbewußten. Zürich: Diogenes 1985
- Hall, Calvin & Gardner Lindzey: Theorien der Persönlichkeit. Bd.1. München (1978) (darin ein Kapitel über Adlers Persönlichkeitstheorie):
- Handlbauer, Bernhard: Die Entstehungsgeschichte der Individualpsychologie Alfred Adlers. Wien, Salzburg: Geyer 1984 (die bislang ausführlichste Darstellung, als Nachschlagewerk geeignet)
- Handlbauer, Bernhard: Die Adler-Freud-Kontroverse. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1990
- Jacoby, Henry: Alfred Adlers Individualpsychologie und dialektische Charakterkunde. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1983 (eine Einführung in Adlers Persönlichkeit und Werk)
- Pongratz, Ludwig: Hauptströmungen der Tiefenpsychologie. Weinsberg: Kröner 1983 (darin ein sehr verständnisvolles Kapitel über Adler)
- Rattner, Josef: Tugend und Laster. Tiefenpsychologie als angewandte Ethik, Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1991 (darin "Alfred Adler: Ethik der Mitmenschlichkeit)
- Rattner, Josef: Klassiker der Tiefenpsychologie. München 1990 (darin eine knappe, gut verständliche Einführung in Adlers Werk)
- Rattner, Josef: Krankheit, Gesundheit und der Arzt - Medizinische Anthropologie. München: Quintessenz 1993 (Anwendung der Individualpsychologie auf die heutige Medizin und Psychotherapie)
- Rattner, Josef: Kritisches Wörterbuch der Tiefenpsychologie. München: Quintessenz 1994 (ein stark von Adler inspiriertes "Lesebuch" über die Tiefenpsychologie)
- Schmidt, Rainer: Die Individualpsychologie Alfred Adlers. Ein Lehrbuch. Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1989
- Wexberg, Erwin: Zur Entwicklung der Individualpsychologie und andere Schriften, Frankfurt a.M.: Fischer Taschenbuch 1991