

ALFRED ADLER'S INDIVIDUALPSYCHOLOGIE GESTERN UND HEUTE

Die Individualpsychologie: Bedeutung und Einflüsse auf unser Leben heute

Wien, 1902: Per handschriftlicher Postkarte erhält Alfred Adler eine Einladung zu der Mittwochgesellschaft. Einmal wöchentlich treffen sich hier fünf Männer in den Praxisräumen Sigmund Freuds. Sie sind der Gründerkreis, aus dem später die Psychoanalytische Vereinigung hervorgehen sollte.

Der Diskussionskreis wächst über die Jahre. Teilnehmer kommen und gehen. Adler bleibt stets dabei. Ihn fesselt die Diskussionskultur, die Kreativität und auch der Pioniergeist dieser Treffen. Zwischen 1908 und 1911 hat er sogar den Vorsitz inne. Er erwirbt sich einen Ruf als einer der

einflussreichsten und aktivsten Redner und Diskussionsteilnehmer.

Anfänge. Ausbau. State of the Art heute

Alfred Adler kommt 1870 als zweites von sechs Kindern in einem Wiener Vorort zur Welt. Seine Erziehung steht in der jüdischen Tradition, ist jedoch nicht streng religiös.

Im Alter von fünf Jahren erkrankt er an einer schweren Lungenentzündung. Er beschliesst, Arzt zu werden, um den Tod zu überwinden, heisst es. Kein Phantasiebild eines fiebernden Kindes: 1895 promoviert der Sohn eines Getreidehändlers an der Universität Wien. Bereits im Alter von 28 Jahren schreibt er sein erstes Buch über die Gesundheit von Schneidern.

„Wegen seiner guten Diagnose und seiner grossen ärztlichen Kunst wurde er bald ein sehr gesuchter Arzt“.¹ Manes Sperber, der ab 1927 die Berliner Gesellschaft für Individualpsychologie leitete, schreibt in seinem Essay: „Adler ist schon damals ein Menschenkenner, dessen Scharfsinn, dessen Fähigkeit, verborgene seelische Zusammenhänge zu erforschen und überraschend einfach klarzulegen ...“²

Adler sieht den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele, womit er zu einem Wegbereiter der Psychosomatik wird. Seine erste Arztpraxis liegt nahe dem Wiener Prater. Zirkusartisten, Gaukler und Varieté-künstler gehören zu seiner Klientel.

Nach seinem Bruch mit Sigmund Freud gründet er 1911 seine eigene psychologische Schule: die Individualpsychologie. Sie gilt als eine der drei klassischen Richtungen der Tiefenpsychologie, deren Vertreter Alfred Adler, Sigmund Freud und Carl Gustav Jung je das Unbewusste erforschen. Ihr Werk ist in Medizin und Psychologie fest verankert – wenn auch in modernisierter Form.

Alfred Adler inspirierte einflussreiche und wichtige Psychologen wie Viktor Frankl, Eric Berne, Fritz Pearls, Carl Rogers, Abraham Maslow und andere mehr. Heutzutage erweist sich die Hirnforschung als unerwartet segensreich für die Tiefenpsychologie: Dank ihrer ist die Wirksamkeit unbewusster Antriebskräfte belegt und bestätigt. Die Pionierleistungen von Alfred Adler finden durch die Hirnforschung späte Bestätigung: Seine Gedanken erweisen sich als absolut folgerichtig – unabhängig davon, ob sie auf seine pionierhafte Forschung oder auf Schlussfolgerungen aus Beratungen zurückgehen.³



Ruth Bärtschi ist Beraterin im psychosozialen Bereich



Der Coach
Urs R. Bärtschi

«Die grösste Gefahr im Leben ist,
dass man zu vorsichtig wird.
Es kommt nicht darauf an,
was einer mitbringt, sondern
darauf, was er daraus macht.»

Alfred Adler

Wie die Individualpsychologie unser Weltbild prägt

Alfred Adler zählt zu den Wegbereitern der Psychoanalyse, wobei er andere Schwerpunkte setzt als seine Mitstreiter. 1927 schreibt er in seinem Buch „Psychotherapie und Erziehung, Band 1“: „Die grösste Gefahr im Leben ist, dass man zu vorsichtig wird. (...) Es kommt nicht darauf an, was einer mitbringt, sondern darauf, was er daraus macht.“

Ein herausragendes Merkmal der Individualpsychologie nach Alfred Adler ist, dass sie eine Psychologie des Mutes ist. Sie lässt den Glauben an die eigenen Möglichkeiten wachsen und bestärkt uns darin, grosszügiger mit unseren Unzulänglichkeiten umzugehen.

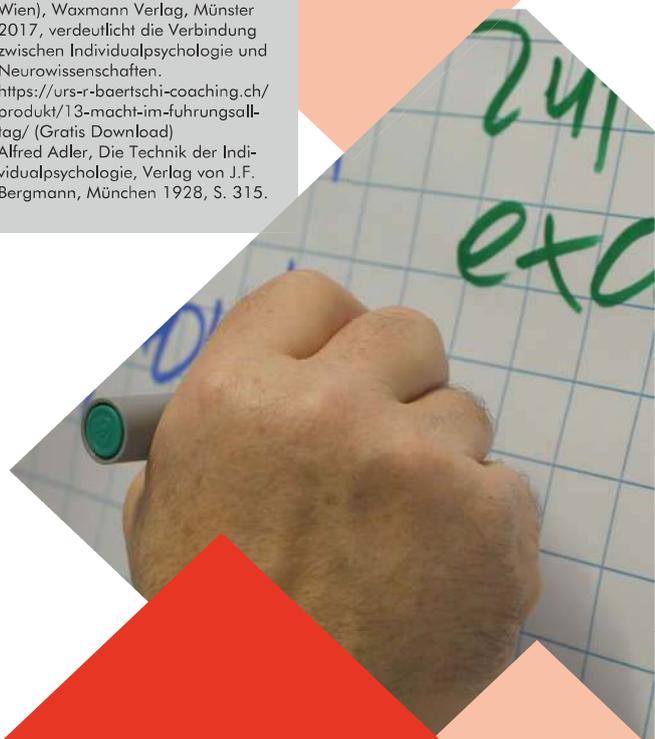
Stärken stärken – eine Idee Adlers – Ermutigung wirkt: Das erleben wir heute jeden Tag. Wie selbstverständlich sprechen wir davon, unser Potential auszuschöpfen und unsere Stärken zu leben.

Adlers psychologische Technik

Adler erweist sich als ein genauer Beobachter seiner Umwelt. In seinem 1912 veröffentlichten Buch „Der nervöse Charakter“ schreibt er ausführlich über die Kompensationsbewegung⁴ und prägt den Ausdruck „Minderwertigkeitsgefühl“. In der Alltagssprache fand dieses Wort eine grössere und schnellere Beachtung als in Fachkreisen.

In der Individualpsychologie gilt der Lebensstil als Ausdruck der grundsätzlichen und alles andere umfassenden Le-

- 1 Christoph Kolbe. Heilung oder Hindernis. Religion bei Freud, Adler, Fromm, Jung und Frankl. Stuttgart: Kreuz, 1986, S. 75.
- 2 Edward Hoffman. Alfred Adler – Der Mensch und seine Lehre. Heidelberg / Berlin: Springer Verlag, 1926, S. 13.
- 3 Die Dissertation von Susanne Rabenstein, Individualpsychologie und Neurowissenschaften: Zur neurobiologischen Fundierung der Theorien Alfred Adlers (aus der Schriftenreihe der Sigmund-Freud-Privatuniversität Wien), Waxmann Verlag, Münster 2017, verdeutlicht die Verbindung zwischen Individualpsychologie und Neurowissenschaften.
- 4 <https://urs-r-baertschi-coaching.ch/produkt/13-macht-im-fuehrungsalldag/> (Gratis Download)
- 5 Alfred Adler, Die Technik der Individualpsychologie, Verlag von J.F. Bergmann, München 1928, S. 315.



«Ein herausragendes Merkmal der Individualpsychologie nach Alfred Adler ist, dass sie eine Psychologie des Mutes ist.»

bensanschauung eines Menschen. Er verschafft Erkenntnis über die persönlichen Ziele und Haltungen. Zugleich stellt er die Basis für das Verständnis all seiner Handlungen, Gedanken und Gefühle dar. Gerade das Konzept des Lebensstils beweist sich als eine alltagstaugliche, einfache psychologische Technik.

Das Motiv der Zugehörigkeit ist eine weitere Säule im Weltbild Adlers. Weiter das Gemeinschaftsgefühl, das das Grundbedürfnis aller Menschen nach einem Platz in der Gemeinschaft beschreibt. Im Alltag sprechen wir vom „Wir-Gefühl“. Adler betont, dass das Gemeinschaftsgefühl in jedem Alter verbessert werden kann. „Gemeinschaftsgefühl ist, mit den Augen eines anderen zu sehen, mit den Ohren eines anderen zu hören, mit dem Herzen eines anderen zu fühlen“⁵, hat Adler gesagt.

Endlich: Lernen mit Freude

Darf Lernen Spass machen? „Ja, natürlich!“, denken wir spontan. Doch auch diese Einsicht haben sich Fachwelt und Öffentlichkeit erst erarbeitet. Viele von uns haben ihr Schulwissen noch gepaukt. Theo Schoenaker war es, der den Begriff „Encouraging Learning“ geprägt hat. In seinen Ausbildungsgängen zeigt er den Teilnehmern, wie das Lernen mit einem „über sich hinauswachsen“ verbunden sein kann. Dazu braucht der Mensch Zugehörigkeit und Ermutigung – Basisprinzipien der Individualpsychologie. Wenn es gelingt, ein solches Ausbildungsklima zu schaffen, lernt der Mensch in einer erweiterten Dimension. Die Zutaten zum neuen Lernen sind sofort anwendbare, ermutigende Übungen und Methoden wie auch die Idee der sozialen Gleichwertigkeit.

Psychologie und Glaube

Keine andere Psychologie hat die Kirche und Gemeinde so stark geprägt wie die Individualpsychologie. Der Ansatz der Ganzheitlichkeit und Verantwortlichkeit des Menschen, der Aufruf zum Gemeinschaftsgefühl und gegenseitiger Ermutigung, lässt an das biblische Wort in Hebräer 10, 24 anknüpfen: „Und lasst uns aufeinander achten und uns gegenseitig zur Liebe und zu guten Taten anspornen“.

Zwei der prägendsten Gestalten, die Individualpsychologie mit dem christlichen Glauben verknüpft haben, sind Fritz Künkel und Reinhold Ruthe. Fritz Künkel (1889 bis 1956) war Arzt und Psychiater. Um 1920 herum lernte er Alfred Adler

kennen und leitete eine Ortsgruppe in Berlin bis ca. 1928. Künkel arbeitete viel mit evangelischen Pfarrern. Künkel verknüpfte die individualpsychologischen Gedanken und die protestantische Theologie miteinander.

Reinhold Ruthe leitete von 1986 bis 1998 das Magnus-Felsenstein-Institut. Das Institut hat eine Vielzahl heutiger Berater und Seelsorger geprägt.

Ausbildungszentrum für Individualpsychologie

Für Ruth und Urs R. Bärtschi, beide ausgebildet in Theologie, war eine Begegnung richtungsweisend für ihr berufliches Engagement. 1995 waren sie durch seinen Bestseller „Mut tut gut“ auf Schoenaker aufmerksam geworden. Ein Zusammentreffen mit Folgen: Die Individualpsychologie wurde ein wichtiger Grundpfeiler ihres Wirkens. Heute vorwiegend im Ausbildungszentrum für Individualpsychologie in Kloten (Coachingplus & AFI) und dem zweijährlich stattfindenden Schweizer Kongress für Adlerianische Psychologie SKAP: skap.ch.

Ruth Bärtschi

Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom, leitet seit 2006 die Akademie für Individualpsychologie AFI, welche eine fundierte, dreijährige Ausbildung in individualpsychologischer Beratung nach Alfred Adler anbietet. Ruth Bärtschi's Anliegen ist, die Studierenden zu ermutigen und im Sinne der Individualpsychologie ganzheitlich als Menschen zu fördern und zu befähigen, damit sie ihrerseits Menschen fördern und beraten können. Weitere Infos: akademie-ip.ch.

Urs R. Bärtschi

Coach mit eidg. Diplom unterrichtet seit dem Jahre 2000 den zehntägigen Studiengang für angewandtes Coaching und bildet bis zum staatlich anerkannten Coachingabschluss „Betrieblichen Mentor FA“ aus: coachingplus.ch.

Weitere Infos:
akademie-ip.ch
coachingplus.ch

EIN BERUF MIT ZUKUNFT



SGfB zertifiziert



IHRE BERUFUNG AUSLEBEN UND MENSCHEN BERATEN.

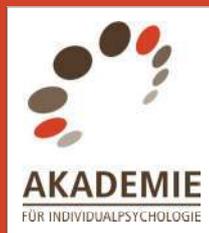
DIPL. INDIVIDUALPSYCHOLOGISCHER BERATER /
INDIVIDUALPSYCHOLOGISCHE BERATERIN

Dreijährige berufsbegleitende Ausbildung
in psychosozialer Beratung! Start alternie-
rend Januar bzw. August. Lernen Sie es bei
uns – kompetent und überzeugend.

Neu: Bei eidg. Diplom HFP 50% Bundes-
finanzierung

Akademie für
Individualpsychologie GmbH
Ifangstrasse 10
8302 Kloten
Tel. 044 865 05 20

www.akademie-ip.ch



SCHWEIZER KONGRESS FÜR
ADLERIANISCHE PSYCHOLOGIE
8.-9. SEPTEMBER. 2018, KLOTEN, WWW.SKAP.CH

COACHINGPLUS
TRAINING & EMPOWERMENT

10-tägiger
Studiengang für
angewandtes
Coaching

Mit Aufbauprogramm:
Eidg. Fachausweis

Jetzt
50%
günstiger.

Urs R. Bärtschi

DIE AUSBILDUNG, DIE DAS LEBEN ERKLÄRT UND BEREICHERT

10-Tage die Aha-Erlebnisse garantieren.
Sie erleben Selbststärkung und Ermutigung!
Sie kommen in ihren individuellen Fragen
viele Schritte weiter. Und dazu lernen Sie erst
noch, andere zu coachen.

WANN SIND SIE BEI UNS?

Urs R. Bärtschi | www.coachingplus.ch
info@coachingplus.ch | Tel. +41 (0) 44 865 37 73
CH-8302 Kloten (nahe Zürich Flughafen)



JETZT LESEN!

www.ich-bin-mein-eigener-coach.ch