

Individualpsychologie nach Alfred Adler

Die Individualpsychologie (fortan IP genannt) ist eine Schule der Tiefenpsychologie, begründet durch den österreichischen Arzt Alfred Adler (1870 – 1937). Adler ist neben Freud und Jung einer der drei bedeutendsten Vertreter der Tiefenpsychologie.

Der Name Individualpsychologie wurde von Adler gewählt, weil jeder Mensch ein „Individuum“, im ursprünglichen Sinn des Wortes, ein **Unteilbares, Ganzes** sei. Dabei stellt die IP die menschlichen Beziehungen in den Mittelpunkt, weshalb das **Gemeinschaftsgefühl** als Grundpfeiler der IP angesehen werden kann.

Adler legt seinen Fokus auf den **Zweck** von Symptomen und Lebensäußerungen allgemein (Finalität).

Die Persönlichkeit, als unteilbares Ganzes zu sehen, hat im günstigen Fall die Fähigkeit, souverän und **selbstbestimmt, mit einem relativen Mass an Freiheit die Lebensumstände zu gestalten und auf sie zu antworten**. Damit erteilt Adler der damals üblichen Ansicht, der Mensch sei vorwiegend durch seine Biologie und sein Milieu bestimmt, eine Absage.

Aufgrund seiner Neurosenlehre waren Bedingungen bekannt, welche die Entwicklung eines Kindes beeinträchtigen konnten. Daraus entstand ein grosses Engagement Adlers in der **IP - Erziehungslehre**, welche zur **Freiheit und Entwicklung von Selbständigkeit, Mut, Verantwortungs- und Gemeinschaftsgefühl** führen soll. Es wurden Erziehungsberatungsstellen sowie Versuchsschulen gegründet.

Viele von Adlers Gedanken und Erkenntnisse sind in die meisten psychotherapeutischen Ansätze, aber auch in die Alltagssprache, eingegangen (Minderwertigkeitsgefühl, Kompensation, Lebensstil, persönlich gefärbte Wahrnehmung, Ermutigung ...). Leider wird er als Urheber dieser wichtigen Erkenntnisse nur selten genannt.

*Für mehr Information wende man sich an das **AAI Kompetenzzentrum für Individualpsychologie nach Alfred Adler** oder lese im Web über IP nach.*