

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

Fachartikel

„Alfred Adler: Sein Werk, dessen Wiederentdeckung überfällig ist“. Paul Watzlawik in *Anleitung zum Unglücksein*.

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 einer Mittwochgesellschaft. Einmal wöchentlich diskutierten hier fünf Männer in den Praxisräumen Sigmund Freuds, eingehüllt in dichten Zigarrenrauch. 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 fesseln 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. Angst vor buntem Volk hat er nicht: Seine Arztpraxis liegt nahe dem Wiener Prater. Zirkusartisten, Gaukler und Varietéünstler gehören zu seiner Klientel.

Nach dem 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.

In ihren Anfängen stehen diese Pioniere der Psychoanalyse im Kreuzfeuer der Kritik. Inzwischen ist ihr Werk in Medizin und Psychologie fest verankert – wenn auch in modernisierter Form. Alfred Adler inspiriert einflussreiche und wichtige Psychologen wie Viktor Frankl, Eric Berne, Fritz Pearls, Carl Rogers, Abraham Maslow und andere mehr.



Adlers Geburtshaus

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.

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

Heutzutage erweist sich die Hirnforschung als unerwartet segensreich für die Tiefenpsychologie: Dank ihrer ist die Wirksamkeit unbewusster Antriebskräfte belegt und bestätigt. In der universitären Welt war diese Annahme lange verpönt, mit der Hirnforschung wurde sie salonfähig.

Die Pionierleistungen von Alfred Adler finden auf diesem Weg späte Bestätigung: Seine Gedanken erweisen sich als absolut folgerichtig – unabhängig davon, ob sie auf seine pionierhafte Forschung oder Schlussfolgerungen aus Beratungen zurückgehen.

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.³

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

Stärken stärken – eine Idee Adlers

Ermutung wirkt: Das erleben wir heute jeden Tag. Wie selbstverständlich sprechen wir davon, unser Potential auszuschöpfen und unsere Stärken zu leben.

Selbstverständlich ist das nicht. Lange Zeit konzentrierte sich die Psychologie auf Defizite. Erst ab 1970 rückt die Humanistische Psychologie in das Zentrum des Interesses und feiert heutzutage als „Positive Psychologie“ einen Siegeszug rund um die Welt.

Ihr geistiger Vater ist kein geringerer als Alfred Adler. Wikipedia schreibt⁴: „Die Positive Psychologie knüpft mit ihrer Sichtweise an Ideen der Humanistischen Psychologie an. Viele ihrer Aspekte sind bereits in der ressourcenorientierten Psychotherapie zu finden.“ Das Fachmagazin „Psychologie heute“ hält in der Ausgabe 07/2011: fest: „Zu Recht wird Adler häufig als der Grossvater jener Bewegung gesehen ... die heute die theoretische Basis für die positive Psychologie liefert.“

Adler erweist sich als ein genauer Beobachter seiner Umwelt. In seinem 1912 veröffentlichten Buch „Der nervöse Charakter“ schreibt er ausführlich über die Kompensationsbewegung⁵ und prägt den Ausdruck „Minderwertigkeitsgefühl“. In der Alltagssprache findet dieses Wort eine grössere und schnellere Beachtung als in Fachkreisen.

Ob er dabei an sich selbst gedacht hat? 2011 hatte der Autor eine Begegnung mit der damals über 80-jährigen Enkelin Margot Adler. Ein wunderbares Geschenk. Besonders ein Satz bleibt in lebendiger Erinnerung: „Ihr Grossvater hat viel über das Min-

2017, verdeutlicht die Verbindung zwischen Individualpsychologie und Neurowissenschaften.

⁴ https://de.wikipedia.org/wiki/Positive_Psychologie (Zugegriffen 26.4.2018)

⁵ <https://urs-r-baertschi-coaching.ch/produkt/13-macht-im-fuhrungsalltag/> (Gratis Download)

**Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz**

derwertigkeitsgefühl geschrieben.“ – „Ja, und er hat es uns allen weitergegeben.“

Lebensstil und Gemeinschaft: Adlers psychologische Technik

In der Individualpsychologie gilt der Lebensstil als Ausdruck der grundsätzlichen und alles andere umfassenden Lebensanschauung 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. Das Gemeinschaftsgefühl beschreibt das Grundbedürfnis aller Menschen nach einem Platz in der Gemeinschaft. 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“⁶, 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 Ausbil-

dungsklima 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.

Für die Beratungs- und Coaching-Tätigkeit des Autors war diese Begegnung richtungsweisend. 1995 war er auf Schoenaker aufmerksam geworden, als ihm sein Bestseller „Mut tut gut“ in die Hände gefallen war. Ein Zusammentreffen mit Folgen: Die Individualpsychologie wurde ein wichtiger Grundpfeiler seines Wirkens.

Eltern und Kinder lernen, miteinander zu reden

Der Wirkungsradius Adlers reicht noch sehr viel weiter. 1911 gründete er zusammen mit sieben Gleichgesinnten die „Gesellschaft für Individualpsychologie“.



Alfred Adler mit einem Kind

Schon wenige Jahre später, nach dem ersten Weltkrieg, werden sein Einfluss und seine Bedeutung sichtbar. An über 30 Wiener Volksschulen sind bis dahin Erzie-

hungsberatungsstellen eingerichtet worden. Alfred Adler hat „fast immer und von Beginn an sämtliche Familienmitglieder gleichzeitig zu seinen Gesprächspartnern gemacht; er hat auch die Aussprache mit den Eltern vor den Kindern bzw. das Gespräch mit den Kindern in Anwesenheit der Eltern durchgeführt“.⁷ Adler führt die Aussprachen aber

⁶ Alfred Adler, *Die Technik der Individualpsychologie*, Verlag von J.F. Bergmann, München 1928, S. 315.

⁷ Erwin Riegel & Gerhard Brandl. *Ein Österreicher namens Alfred Adler. Seine Individualpsychologie - Rückschau und Ausblick*. Wien: Österreichischer Bundesverlag, 1977, S. 203.

**Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz**

nicht nur gemeinsam mit Eltern und Kindern, stets ist ein interessierter Zuhörerkreis anwesend. Was Adler damals in aller Selbstverständlichkeit vorlebt, nennen wir heute Kurzzeitberatung.

Neu und revolutionär: die Gesprächstherapie

Auch die Gesprächstherapie, so wie wir sie heute kennen, ist von Alfred Adler geprägt. Carl Rogers war Praktikant am Institut für Child Guidance in New York. Rogers erlebte Adler als Arzt und Dozenten und war tief beeindruckt: „Ich hatte das Privileg, Dr. Alfred Adler zu treffen, zu hören und zu beobachten. Ich war den rigiden freudianischen Ansatz gewohnt, eine Fülle von Tests und eine 75 seitenlange Fallgeschichte, bevor auch nur mit dem Behandeln eines Kindes gestartet werden konnte. Ich war schockiert, wie Dr. Adler direkt und in einer einfachen Art und Weise, mit dem Kind und den Eltern die Beratung führte. Unmittelbar im Zusammenhang mit dem Kind und den Eltern. Es dauerte einige Zeit, um zu realisieren, wie viel ich von ihm gelernt habe.“⁸

Pädagogische Strömungen der Nachkriegszeit und Renaissance der Individualpsychologie

In den fünfziger Jahren entwickelt Rudolf Dreikurs die pädagogischen Ansätze der Individualpsychologie systematisch weiter. Wahlmöglichkeiten geben, Verantwortung übertragen und um Hilfe bitten sind die wichtigsten Dreikurs-Techniken in der Erziehungsberatung.

Dank seiner Erziehungsratgeber⁹ findet die Individualpsychologie ihren Weg aus den USA zurück

nach Europa. In der Folge werden in den 50er und 60er Jahren Alfred-Adler-Institute gegründet, etwa in Delmenhorst, Köln, München und Zürich. Die Vorträge von Dreikurs in den 70er Jahren bewegen den Fischer Verlag in Deutschland, alle Adler Bücher neu aufzulegen.

Psychologie und Glaube

Adler sieht die Bibel als eine Quelle der Inspiration, da sie von Menschen und ihren Sorgen, Gefühlen und Wünschen erzählt. Er zitiert Bibelworte wie etwa „Geben ist seliger als nehmen“¹⁰. In einem anderen Fall erläutert er einen Zusammenhang und zieht dazu das Alte Testament heran: „Die Bibel ist natürlich ein herrliches Werk, das man, sobald man zu Verständnis herangereift ist, immer mit Bewunderung lesen wird.“¹¹ In der gleichen Textpassage nimmt Adler darauf Bezug, dass der Mensch als Ebenbild Gottes geschaffen ist und schreibt: „Will man aber damit auch bei Kindern beginnen, so muss man ihnen dabei wenigstens einen Kommentar geben, damit sie lernen, sich zu bescheiden, sich nicht allerlei Zauberkraft zu verlangen, dass ihnen alles untertan werde, angeblich, weil sie nach dem Ebenbild Gottes geschaffen wären.“¹² Die Josef-Geschichte zitiert Adler, um den Jüngsten in einer Geschwisterkonstellation zu beschreiben¹³: „in der Bibel finden wir ausgezeichnete Beschreibungen jüngerster Kinder.“

Keine andere Psychologie hat die Kirche so stark geprägt wie die Individualpsychologie. Fritz Künkel (1889-1956) war Arzt und Psychiater. Um 1920 herum lernte er Alfred Adler kennen und leitete eine Ortsgruppe in Berlin bis ca. 1928. Künkel arbeitete

⁸ https://de.wikipedia.org/wiki/Humanistische_Psychologie#Entstehung (Zugegriffen: 10. August 2017)

⁹ *Kinder fordern uns heraus: Wie erziehen wir sie zeitgemäss?*, Klett-Cotta; *Kinder lernen aus den Folgen: Wie man sich Schimpfen und Strafen sparen kann* (HERDER Spektrum).

¹⁰ Alfred Adler, *Menschenkenntnis*, Frankfurt: Fischer Verlag, 1972, S. 185.

¹¹ Ebd. 190.

¹² Ebd. 190.

¹³ Alfred Adler, *Die Technik der Individual-Psychologie*: Zweiter Teil: Die Seele des Schwererziehbaren Schulkindes, Springer Verlag Berlin 1930, S. 187.

**Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz**

viel mit evangelischen Pfarrern. Künkel verknüpfte die individualpsychologischen Gedanken und die protestantische Theologie miteinander. Künkel war der Erste, welcher den Bezug zum Glauben herstellte. Künkel wanderte 1939 in die USA aus und gründete dort seine eigene Schule. Er hielt an der Individualpsychologie fest. 1955 veröffentlicht Künkel sein Buch „Ringens um Reife“, den Abriss einer religiösen Psychologie.

Adler vertrat eine andere Haltung, denn sein Credo war: „Meine Psychologie gehört allen Menschen.“¹⁴ Er wollte nicht festgelegt werden. Er wollte nicht eine Gruppe bevorzugt ausbilden. Weder Ärzte, Psychologen noch Theologen.

Alfred Adler starb 1937 in Aberdeen, Schottland überraschend während einer Vortragsreise. Seinen Einfluss auf unser Leben heute können wir kaum überschätzen: Ein Blick in die Ratgeber-Ecke einer Buchhandlung genügt. Er hat unseren Horizont erweitert und uns gelehrt, unser Leben mutig zu leben und zu gestalten. Unser modernes Bild von Individualität und Persönlichkeit wäre ohne Alfred Adler nicht denkbar.



Villa Salmansdorf, letztes Wohnhaus von Alfred Adler in Wien

Adlers Konzepte im Pietismus und Seelsorge

Reinhold Ruthe, der von 1986 bis 1998 das Magnus-Felsenstein-Institut leitete, hat eine Vielzahl heutiger Berater und Seelsorger geprägt. Nach der Schliessung des Magnus-Felsenstein-Institut im Jahre 2000 gründeten ehemalige Ruthe-Schüler unabhängig voneinander vier Institute: Das TS-Institut Neuendettelsau, das Institut für Christliche Lebens- und Eheberatung, das Institut für Seelsorge und Beratung in Plauen und das Christliche Institut für angewandte Seelsorge in Neuenrade. Michael Hübner veröffentlichte im Jahre 2008 seine Dissertation „Die Eigenverantwortlichkeit in der Individualpsychologie Alfred Adlers, untersucht für die Verantwortungsseelsorge des TS-Institutes, Neuendettelsau in Deutschland“¹⁵. In über 250 Seiten stellt Hübner die Entwicklung des Seelsorgebegriffes im Deutschsprachigen Raum dar, begonnen bei Martin Luther bis hin zur Individualpsychologie und christlicher Glauben. Diese Dissertation ist der/m Leserin und Leser sehr empfohlen.

Walter Gasser, der ehemalige Studienleiter der Vereinigten Bibelgruppen in Schule, Universität, Beruf (VBG) hat mit seinem Einfluss massgeblich zu einem ganzheitlichen Bild von Psychologie und Glauben beigetragen. Bis in die 80er Jahre herrschte Spannung zwischen den Disziplinen. In den Jahren 1979-1984 liess er sich am Alfred-Adler-Institut zum individualpsychologischen Berater ausbilden. Er hat selbst erfahren, was es heisst, im Kreuzfeuer zu stehen. Gasser war von 1965 bis 2004 bei den VBG angestellt. Über die Pensionierung hinaus war er in Fachgruppen und Kursangeboten aktiv.

¹⁴ Gerald Mackenthun, *Alfred Adler – wie wir ihn kannten*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2015, S. 74

¹⁵ http://uir.unisa.ac.za/bitstream/handle/10500/2879/thesis_hubner_%20m.pdf (Zugegriffen 4. Mai 2018)

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

Zum Autor



Urs R. Bärtschi (dipl. Individualpsychologischer Berater ADI, psychosozialer Berater HFP, Coach mit eidg. Diplom) arbeitet im Rahmen seiner Coaching-plus GmbH in Kloten als Coach und Berater. Als Ausbildungsleiter unterrichtet er einen zehntägigen

Studiengang für angewandtes Coaching und bildet zum „Betrieblichen Mentor FA“ aus. Er hat das Buch „Ich bin mein eigener Coach“ verfasst.

Impressum:

ACC-Sekretariat,
Dachslernstrasse 67, 8048 Zürich
www.acc-ch.ch, redaktion@acc-ch.ch

© ACC Deutschschweiz / Autorinnen und Autoren