



## 10. LO SCORAGGIAMENTO

*Le seguenti citazioni adleriane classiche provengono dagli archivi del Progetto di Traduzione Adleriana presso l'Istituto Alfred Adler di Northwestern Washington (AAINW / ATP). Opere selezionate di Alfred Adler, Kurt Adler, Lydia Sicher, Alexander Mueller, Sophia de Vries, Anthony Bruck, Erwin Wexberg, Alexander Neuer, Sophie Lazarsfeld, Ida Loewy, Ferdinand Birnbaum e altri adleriani classici sono stati raccolti, tradotti, modificati e convertiti in testi elettronici. L'intero materiale è protetto da copyright e non può essere riprodotto senza il consenso espresso del Dr. Stein all'indirizzo [htstein@att.net](mailto:htstein@att.net).*

### **Alfred Adler:**

"Abbiamo scoperto che tutti i nevrotici sono persone ambiziose, scoraggiate e che lo scoraggiamento nei bambini e negli adulti è probabilmente condiviso dal 90% dell'umanità".

"Il trattamento della Psicologia Individuale nei confronti dei nevrotici, gli ambiziosi scoraggiati, è quello di svelare i loro errori, ridurre la loro lotta per il potere e aumentare il loro interesse sociale".

"Le nevrosi e le psicosi sono manifestazioni di individui scoraggiati nella vita, scoraggiati rispetto alle reali esigenze della vita quotidiana che li circonda. Una terapia razionale non dovrebbe portare l'individuo nei meandri fantastici della mente, offrendogli, in questo modo, una via di fuga rispetto alle reali richieste della vita. Dovrebbe incoraggiarlo a entrare in contatto con i compiti della vita, lavoro, amore e amicizia basati sulla collaborazione, che la logica della vita comune e la divisione del lavoro implicano. Una terapia razionale nel trattamento della nevrosi è giustificata dal fatto che le cause dello scoraggiamento sono finzionali".

(Da una nuova traduzione di "Progresso nella psicologia individuale - Parte I", IZIP, 1923, negli archivi AAINW / ATP.)

"In un certo senso, tutti i nevrotici sono vittime degli errori della nostra cultura. Questi ultimi non si sono sviluppati accidentalmente ma sono il prodotto di un carente sviluppo della società umana. Se traiamo le conseguenze finali dalle osservazioni di cui sopra, sine ira et studio, come è scientificamente appropriato, allora dobbiamo dire: soltanto colui che non soffre di scoraggiamento e di tutti i sintomi ad esso collegati, quali nevrosi e psicosi, riconosce l'uguaglianza di tutti gli esseri umani normali." (Da una nuova traduzione di "Progresso nella psicologia individuale - Parte II", IZIP, 1924, negli archivi AAINW / ATP.)

### **Lydia Sicher:**

"L'utilizzo dei ricordi per stabilizzare un umore può essere riscontrato nel comportamento quotidiano. Ad esempio, se una persona subisce una sconfitta e si scoraggia, ricorda le sconfitte precedenti. Se la persona è malinconica, i ricordi saranno malinconici. Se un individuo è allegro e coraggioso, i ricordi lo confermeranno."

"Mentre i costumi e le abitudini cambiano a seconda delle epoche e i luoghi, i valori essenziali della vita, le regole della convivenza, la mancanza o la presenza dell'interesse sociale e la sua

influenza sulla vita e sull' ambiente, il coraggio o lo scoraggiamento con cui gli individui affrontano i loro problemi, sono gli stessi in qualsiasi momento ".

"I criminali sono persone totalmente scoraggiate che, per una ragione o per l'altra, non credono di poter realizzare qualcosa che implichi il lavoro, il superamento delle difficoltà. Pertanto, cercano un modo più facile. Come ha detto Adler, " Chiunque si senta imbrogliato dalla vita ruberà". Vale a dire che si riprende dalla società ciò non ha ricevuto e che si aspettava. "

(Da "*The Collected Works of Lydia Sicher: An Adlerian Perspective* ", a cura di Adele Davidson, pubblicato da QED Press.)

### **Alexander Mueller:**

"Nella letteratura della psicologia individuale il nevrotico è descritto come una persona scoraggiata e ambiziosa. Adler ha costantemente sottolineato che né la mancanza di coraggio né l'ambizione da sole caratterizzano il nevrotico; piuttosto è la mescolanza e l'intensificazione reciproca di queste tendenze." La nevrosi è un tentativo di raggiungere un ideale estremo di personalità quando, al contempo, la convinzione nel proprio significato è già stata minata da un profondo senso di inferiorità. "

"Se le ragazze sono scoraggiate perché sono state etichettate come" sono soltanto "ragazze, allora i ragazzi possono diventare spaventati e ansiosi della propria mascolinità verso la quale sono spinti con urgenza." Dimostra che sei un uomo ". Tali e altre espressioni aprono la strada alla lotta per la superiorità e alimentano un egocentrismo che presto diventerà pesante per i ragazzi: più ci si aspetta che siano "maschili", maggiore sarà il loro dubbio di poterlo essere, in particolare quando il padre appartiene al tipo superiore, troppo maschile che, molto probabilmente, respinge anziché attrarre".

"Ha un effetto scoraggiante se una persona al posto di essere valutata per i risultati, è denigrata". È notevole ravvisare quanto le critiche vengano accettate se l'autostima non viene danneggiata. Ogni valutatore, in particolare un insegnante, deve prestare particolare attenzione ai propri sentimenti di superiorità, e certamente a qualsiasi tendenza alla denigrazione. In caso contrario perderà ogni influenza educativa positiva. Se lo studente sente che l'insegnante non si cura di lui e, non favorisce la formazione del bambino, ma cerca di sminuirlo, lo scopo dell'educazione viene distrutto. "

(Da "*Principles of Individual Psychology*", un manoscritto inedito negli archivi AAINW / ATP.)

### **Anthony Bruck:**

"Gli handicap fisici possono essere altamente scoraggianti per il bambino che può cessare completamente di sforzarsi come conseguenza di essi. Un'educazione formativa positiva può indurre il bambino a cercare di superare i propri handicap. In televisione, ho visto un documentario che mostrava persone cieche e persone con una gamba sola che sciavano. Il film sottolineava il fatto che esiste una differenza tra considerare le proprie infermità come un "handicap" o come "inconvenienti".

"Nel nostro lavoro di psicologi, vediamo spesso persone con atteggiamenti scoraggiati o negativi verso se stessi. Ho inventato un grafico per illustrare le lamentele di tali persone e suggerisco "perhaps \_\_\_\_\_ bridge" (forse \_\_\_\_\_ ponte) (<http://go.ourworld.nu/htstein/circle.htm>) per portarli ad un atteggiamento più coraggioso e positivo ". (Da un manoscritto inedito, "Illustrated Adlerian Psychology", negli archivi AAINW / ATP.)

**Sophia de Vries:**

"Che cosa può causare lo scoraggiamento? Non tutti i bambini nascono perfettamente sani e vivono una vita perfettamente sana. Potrebbero manifestarsi malattie infantili. Potrebbe esserci competizione tra fratelli e sorelle, oppure un approccio sbagliato da parte del padre o della madre o di una combinazione dei due. Potrebbero esserci influenze negative da parte di altre persone. Il bambino potrebbe sentirsi handicappato, ad esempio, perché molto bello e carino".

"Ora ci si pone la domanda su che cosa può succedere se il sistema nervoso centrale non è abbastanza forte da permettere una compensazione o una sovracompensazione. Come conseguenza potremmo avere bambini che si sentono sempre spaventati, che non ce la fanno, e si scoraggiano molto più rapidamente degli altri bambini, a prescindere da ciò che si fa per loro. Inoltre ci sono alcuni adulti che hanno gli stessi sintomi. Sono più sensibili e perdono più facilmente l'equilibrio psichico rispetto ai bambini che hanno un sistema nervoso centrale molto forte che, può compensare o sovracompensare l'handicap con cui sono nati. Molte persone esprimono queste difficoltà, e voi le visitate nel vostro studio, e non potete aiutarle a migliorare oltre quanto sono in grado di fare. Devono sapere cosa sta loro succedendo, in quanto ci sono alcune cose che devono evitare nella vita, altrimenti mettono a repentaglio il loro equilibrio. Ci sono tensioni che le persone, al giorno d'oggi, non possono sopportare. Molti non possono reggere le nostre tensioni attuali perché non hanno sufficienti risorse per compensare. Quindi, cercano di trovare una via d'uscita con tutti i tipi di pillole e farmaci che danno un minimo di sollievo, pur non risolvendo il problema originario. L'unico modo in cui l'individuo può risolvere il problema è, sentire profondamente di avere le risorse necessarie per compensare o sovracompensare.

(Tratto dalla trascrizione, registrata su nastro, di un seminario tenuto da Sophia de Vries il 18/06/1976, e presente negli Archivi AAINW/ATP)

*Per informazioni contattare: Liliana BO [bopsico@libero.it](mailto:bopsico@libero.it) - Alberto ANGLESIO [aanglesio@virgilio.it](mailto:aanglesio@virgilio.it)*