



4. SENTIMENTO D'INFERIORITÀ

Sviluppato da Henry T. Stein, Ph.D.

Le seguenti citazioni classiche adleriane provengono dagli archivi del progetto di traduzione adleriana presso l'Alfred Adler Institute 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 state raccolte, tradotte, modificate e convertite in testo elettronico. Tutto questo materiale è protetto da copyright e non può essere riprodotto senza il consenso espresso del Dr. Stein all'indirizzo htstein@att.net.

Alfred Adler:

"Se una persona ha affinato in modo sufficiente la comprensione del comune denominatore all'interno dell'unità di ogni individuo, capirà facilmente come il sentimento di inferiorità spinge costantemente verso la sua risoluzione. Il valore e il significato di questa risoluzione si basano totalmente sull'esistenza e sul grado di interesse sociale che a volte in modo più forte, a volte meno, determina il destino, il fallimento o la possibilità di una persona di essere felice ". (Da *"Advantages and Disadvantage of the Inferiority Feeling"*, in *"Superiority and Social Interest"*).

"La vita interiore del bambino, sulla base del suo sentimento di inferiorità, cresce nella direzione e verso la meta che promette tranquillità, soddisfazione, ruolo e superiorità, in breve, espansione." (Da una nuova traduzione di *"The Child's Inner Life and Social Feeling"*, negli archivi AAINW / ATP.)

"Una persona con un orecchio sensibile non si sentirebbe bene e sicuramente si sentirebbe inferiore se fosse costretta a diventare un fabbro. Una persona senza un reale interesse per l'ascolto si sentirebbe inferiore se fosse costretta a scegliere la musica come carriera. Un bambino con uno stomaco sensibile si sentirà inferiore con una dieta scorretta". (Da *"The General System of Individual Psychology"*, un manoscritto inedito negli archivi AAINW / ATP.)

Lydia Sicher

"I bambini durante l'infanzia sviluppano idee di inadeguatezza assolutamente normali in una situazione di disagio. Questa idea di inadeguatezza è importante perché costringe le persone a svilupparsi, a inseguire il successo. Li costringe a lottare per una situazione in cui questa inadeguatezza possa essere eliminata e sostituita dall'adeguatezza. Nel fare ciò, i bambini cercano una sorta di prototipo, una persona tra gli adulti in accordo con la quale provano a modellare la propria vita. Pertanto, questi sentimenti di inferiorità possono essere sostituiti da un senso di realizzazione, di merito, di valore. Questo è il potere creativo dell'individuo. Per cui hanno l'idea che ogni situazione renderebbe possibile l'essere adeguati, tranquilli, potenti, sicuri. I bambini ora vivono una piccola parte della realtà che possono estrarre dall'intero quadro della vita come strumento per vivere. Si formano un'idea della vita, un'idea del sé. Pertanto, tenendo presente questo segmento, hanno scelto tra tutte le possibilità di vita, questo schema. Proveranno quindi a sperimentare questo per il resto della loro vita in linea con queste idee preconcepite ".

"Più gli individui pensano di essere inferiori, maggiore sarà la superiorità che dovranno acquisire per pensare di essere veramente sicuri".

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

Anthony Bruck:

"Le definizioni descrivono o definiscono solo ciò che fanno i bambini. La vera spiegazione è il desiderio di significato e il sentimento di inferiorità. È l'inferiorità che fa male ai bambini e li rende aggressivi." (Da una lezione trascritta tenuta il 1-25-77, negli Archivi AAIS / ATF.)

"Il sentimento di inferiorità è una cosa molto utile, se rimane entro i limiti. È particolarmente utile dal punto di vista dell'insegnante, poiché l'interesse del bambino alla sua educazione nasce da questo sentimento. Vi sono, tuttavia, due grandi ragioni che ostacolano l'interesse del bambino per l'apprendimento: uno è un eccessivo sentimento di inferiorità, l'altro, abituale conseguenza del primo, lo sviluppo di una lotta, diretta non più verso la sicurezza e l'uguaglianza, ma verso il potere e la superiorità". (Da *"The Inferiority Feeling"*, un articolo apparso su *"School"*, New York, 27 novembre 1930, negli archivi AAINW / ATP.)

Alexander Mueller:

"Il sentimento di inferiorità non significa che la persona sia convinta dell'inadeguatezza del proprio "valore" - questo sarebbe equivalente a rassegnazione - ma che vi sono dubbi sul proprio valore. C'è la paura costante di non essere all'altezza di qualsiasi richiesta." (Da *"Principles of Individual Psychology"*, un manoscritto inedito negli archivi AAINW / ATP.)

"Difficilmente un bambino o un adulto può trascorrere la vita senza un sentimento di inferiorità. Quali sono le conclusioni significative tratte dalla propria autovalutazione. Se uno si sente insoddisfatto o inappagato, conoscere i propri fallimenti e le caratteristiche negative può diventare la guida per dominare e superare gli ostacoli e le carenze esterne ed interne. Questo risultato favorisce decisamente lo sviluppo. Se il sentimento di inferiorità, d'altra parte, dovesse portare alla convinzione che i propri poteri e capacità sono insufficienti, che uno è inutile, un fallito, allora può dominare in modo significativo l'umore prevalente di una persona. Questi sentimenti di inferiorità rinforzati impediscono lo sviluppo del bambino e interferiscono con lo stile di vita dell'adulto". (Da *"Principles of Individual Psychology"*, un manoscritto inedito negli archivi AAINW / ATP.)

"Troviamo significativo che un'effettiva inferiorità o insufficienza non debba automaticamente portare a un sentimento di inferiorità. È possibile non sentirsi inferiori quando si è in una situazione, o si deve affrontare un compito, al di sopra delle proprie capacità, o almeno un compito che una persona è meno in grado di gestire rispetto a un'altra. Una persona può considerarsi pienamente degna anche quando sa di non poter dominare tutte le situazioni della vita - difficoltà, pericoli - e anche quando sa di non essere il più forte, il più intelligente, il più efficiente, migliore, bello, ecc." (Da *"Alfred Adler's Individual Psychology"*, un manoscritto inedito negli archivi AAINW / ATP.)

Sophia de Vries:

"I sentimenti di inferiorità possono svilupparsi in bambini che sono molto belli, se ottengono troppa attenzione e affetto senza fare nulla di utile. Possono credere che la vita continuerà così. Quindi, quando devono affrontare un compito, non hanno imparato a farlo. Di solito sono stati al centro dell'attenzione e sono stati aiutati troppo perché sono così belli. Molte persone hanno anche la cattiva abitudine di dire di fronte al bambino e alla madre: "Oh, com'è caro lui o lei! "Questo tipo di commento, ripetuto frequentemente, è sufficiente a provocare un sentimento di inferiorità. Se, da bambino, pensi che l'adulazione ti renda importante e non fai pratica e non lotti per migliorare, allora rimani indietro." (seminario registrato su nastro tenuto da Sophia de Vries l'1-23-76, nell'archivio AAINW / ATP.)

Erwin Wexberg

"Il sentimento di inferiorità del bambino è formato da tre gruppi di esperienze: la sensazione di impotenza, la sensazione di essere più debole degli adulti e la sensazione di dipendere dagli adulti."

"La sensazione di essere più debole è un'esagerazione. Il bambino non capisce che sia gli adulti che i bambini nutrono desideri irraggiungibili con i loro mezzi attuali. Il bambino non ha consapevolezza delle mete dell'ambiente degli adulti che lo circonda. Vede solo la relativa onnipotenza dei suoi genitori rispetto alla propria debolezza e misura le loro capacità solo alla luce dei propri desideri e obiettivi. In questo modo si sviluppa l'idea di onnipotenza del bambino ".

"Mentre il bambino procede nella sua individuazione, riconoscendo la presenza degli adulti, vede che il rapporto sfavorevole tra desiderio e mezzi per raggiungere quello che desidera non esiste per suo padre, madre, fratelli e sorelle maggiori, nella stessa misura in cui esiste in lui. I suoi genitori sembrano relativamente onnipotenti. Appena si può mettere a confronto con un altro, la sensazione di essere più debole di un altro si sovrappone alla sensazione di impotenza precedentemente esistente."

(Da "Individual Psychology", libro esaurito dagli archivi AAINW / ATP.)

Henry Stein

"Nella pratica della psicoterapia, faccio una distinzione tra sentimenti di inferiorità primaria e secondaria; entrambi devono essere risolti dal trattamento. I sentimenti di inferiorità primari si riferiscono all'esperienza infantile originale di inadeguatezza del paziente di fronte a circostanze normali o gravose. Il sentimento di inferiorità secondario si riferisce all'esperienza dell'inadeguatezza dell'adulto quando questi confronta la propria prestazione con una meta finale o un ideale finzionale. Sembra paradossale, ma una meta finzionale, originariamente scelta per compensare un sentimento di inferiorità infantile, può effettivamente essere la causa di un sentimento di inferiorità in un adulto." *(Da un'intervista trascritta e registrata su nastro di Henry Stein il 3-28-95, negli archivi AAINW / ATP.)*

Per informazioni contattare: Liliana BO bopsico@libero.it - Alberto ANGLESIO aanglesio@virgilio.it