



7. SUPERARE LE DIFFICOLTÀ

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:

"A me sembra che ogni bambino, anzi ogni essere umano, per qualche ragione, si sforzi continuamente di rispondere a domande, superare difficoltà, risolvere enigmi e svilupparsi in una certa misura verso una completezza soddisfacente, il pieno raggiungimento del suo scopo di vita. Qualsiasi sia l'età di un individuo, troverai delle tendenze che hanno la loro origine - se uno può osare utilizzare questa formulazione - agli albori della vita e che, per la loro persistenza, richiedono sempre uno sviluppo verso un livello più alto". (Da *"The Cause and Prevention of Neuroses"*, IZIP, Vol 5, 1927.)

"È stato particolarmente significativo nel corso delle mie analisi, osservare l'importanza che si mantiene per l'intera durata della vita del superamento, dell'insorgenza delle difficoltà. Questo sembra portare ad un apparente paradosso che forse grandi traguardi derivano proprio dal superare con coraggio gli ostacoli e sono non una conseguenza di una capacità originale, ma piuttosto della mancanza di capacità". (Da una nuova traduzione di *"Einführung in die neuere Psychologie"*, Osterwick / Harz (pubblicato da Zickfeld) 1926, negli archivi AAINW / ATP.)

"La vera forza non può mai trarre origine solo dal talento, ma dalla lotta coraggiosa con le difficoltà. Chiunque le supera vince." (Da *"Progress in Individual Psychology - Part II"*, IZIP, 1924, una nuova traduzione negli archivi AAINW / ATP.)

"In Psicologia Individuale cerchiamo la situazione con cui una persona si sente messa a confronto e non si sente in grado di superare un certo problema o difficoltà. Pertanto, dobbiamo cercare la direzione verso la quale questa persona sta lottando." (Da *"The Case of Mrs. A."*, in *"Superiority and Social Interest"*, a cura di Heinz e Rowena Ansbacher.)

"I geni si alzano presto. Ho scoperto che tutti gli artisti e i geni hanno dovuto superare delle difficoltà. Questo superamento è un forte incentivo. Diligenza e interesse. Concordo con Goethe che ha detto: Genius probabilmente è solo diligenza." (Da una nuova traduzione di una lezione inedita *"Aptitude, Childhood Memories"*, tenuta alla Diesterweg University, il 4 marzo 1932, da Alfred Adler, nell'archivio AAINW / ATP.)

Anthony Bruck:

"È attraverso l'impegno per superare le difficoltà che il bambino impara a fidarsi di sé stesso e a combattere e risolvere i problemi durante l'infanzia e durante la sua vita successiva".

Citando Adler dalle lezioni tenute a New York negli anni '20:

"Le difficoltà esistono per essere superate."

"È una tragedia per una persona non aver avuto difficoltà da superare durante l'infanzia."

(Da *"A Graphic Introduction to Adlerian Theory"*, un manoscritto inedito negli archivi AAINW / ATP.)

"Le persone sono abituate a considerare le difficoltà come qualcosa di negativo. Adler ha trasformato le difficoltà in qualcosa di positivo, perché il desiderio di superare le difficoltà sviluppa la lotta nell'individuo. All'individuo che non ha avuto difficoltà mancherà la disposizione per affrontare e superare altre difficoltà."

"Un individuo davvero coraggioso che ha fiducia in sé stesso cercherà le difficoltà, perché si diverte a superarle. Non solo affronta le difficoltà che gli si presentano, ma le cerca anche."

(Da una lezione trascritta e registrata su nastro, *"Adler's Teaching"*, di Anthony Bruck, il 18 marzo 1977, negli archivi AAINW / ATP.)

Alexander Mueller:

"Abbiamo compiti da svolgere e difficoltà da superare, e se abbiamo successo dipende dal nostro senso di autostima e di sicurezza relativa. Se falliamo spesso, traiamo dai nostri "fallimenti" due conclusioni: i nostri poteri sono insufficienti e la vita è diventata troppo difficile. Questo provoca uno sviluppo molto sfavorevole. Inizialmente stabiliamo che non abbiamo avuto successo in qualcosa. Se questo si ripete, traiamo quindi delle conclusioni soggettive: stimiamo le nostre capacità come troppo basse, e le difficoltà della vita troppo elevate. Questa soggettività, questo imprevisto giudizio, deriva dal nostro fallimento nell'esplorare altre ragioni che potrebbero spiegare il diminuire dei nostri risultati. Eppure, ci sono molte ragioni: sicurezza insufficiente e mancanza di linee guida nell'infanzia e negli anni successivi; formazione insufficiente, ambiente ostile e mancanza di apprezzamento; un "clima lavorativo" stressante in senso lato, e, certamente, maggiori difficoltà sul lavoro, oppure ostilità da parte di colleghi o rivali. Questo breve elenco dovrebbe sottolineare che la mancanza di risultati non può essere semplicemente paragonata alla mancanza di capacità".

"Non è sufficiente riconoscere ogni piccolo risultato, il bambino deve sentire che siamo vicini a lui con affetto e amicizia e che siamo convinti del suo buon carattere e delle sue capacità. La fiducia e la confidenza da parte dell'adulto stimolano nel bambino, la fiducia in sé stesso. Anche se quella convinzione non muoverà le montagne, fornirà un piccolo aiuto per qualcosa di molto importante - superare le difficoltà. Dato che la vita da parte nostra richiede costantemente il superamento, è facile vedere quanto sia importante aver fatto pratica precocemente."

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

Lydia Sicher:

"Se i bambini non incontrano delle difficoltà, dovremmo inventarle in modo che il bambino possa sperimentare realizzazione e crescita, sperimentare che ora riesce a cavarsela e può fare qualcosa. Da dove possono trarre l'esperienza? Ci si aspetta che ce l'abbiano di colpo? Se proteggi del tutto il bambino e poi lo mandi nel mondo della scuola, cosa può fare? Niente." (Da *"The Collected Works of Lydia Sicher: An Adlerian Perspective"*, a cura di Adele Davidson, pubblicato da QED Press.)

Sophia de Vries:

"Adler ha usato diversi modi di esprimere "dal basso verso l'alto" e "lottare per la superiorità"; quando ci insegnava, era "il superamento delle difficoltà", delle difficoltà "percepite". E in questo ogni individuo è diverso da chiunque altro - quello che io vedo come difficoltà, tu potresti non vederlo come difficoltà."

"E questo è ciò che dobbiamo individuare quando abbiamo un paziente. Che cosa vede questo paziente come difficoltà? Perché, di per sé, nulla è particolarmente difficile o tutto è difficile. Entrambe queste cose sono vere. Quindi dobbiamo scoprire "cosa" ha visto questa persona come difficoltà, e "perché" non ha proseguito nella sua crescita".

"Per il bambino il modo logico è superare le difficoltà da solo. Non può superare tutte le difficoltà da solo, quindi deve imparare quando accettare la guida dell'adulto. Puoi vedere quanto sia difficile trovare il giusto tipo di guida. Non usare la parola "no", ma anche non dire "sì" per tutto, ma trova un modo positivo con il quale dare il giusto tipo di consiglio. "

(Da un seminario trascritto e registrato su nastro tenuto da Sophia de Vries l'1-23-76, negli archivi AAINW / ATP.)

"Superare le difficoltà porta al coraggio, al rispetto di sé e alla conoscenza di sé stessi". *(Da un'intervista trascritta e registrata su nastro con Sophia de Vries il 10-31-77, negli archivi AAINW / ATP.)*

"Una persona ha bisogno di avere stima di sé prima di poter dare e cooperare con gli altri. Una persona raggiunge la stima di sé facendo passi per superare le sue difficoltà." *(Da un'intervista trascritta e registrata su nastro con Sophia de Vries il 10-8-773 negli archivi AAINW / ATP.)*

Ida Loewy:

"Allevare un bambino significa aiutarlo a superare le difficoltà, vale a dire aiutarlo a risolvere i propri problemi. Questo dà al bambino la sensazione dei suoi progressi." *(Da una traduzione degli appunti di Sophia de Vries, scritti in olandese, durante una lezione intitolata "Strategie", fatta da Ida Loewy in Olanda, non datata; negli archivi AAINW / ATP.)*

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