

Хижняк М. В.

кандидат біологічних наук, доцент,
старший викладач кафедри педагогіки, психології,
початкової освіти та освітнього менеджменту
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради

КЛЮЧОВІ ІДЕЇ ТЕОРІЇ АЛЬФРЕДА АДЛЕРА В УМОВАХ СУЧАСНОСТІ

KEY IDEAS OF ALFRED ADLER'S THEORY IN THE CONDITIONS OF CONTEMPORARY TIME

У статті розглядаються ключові концепти індивідуальної психології Альфреда Адлера крізь призму сучасної соціально-психологічної дійсності, зокрема війни. Центральними поняттями аналізу є комплекс неповноцінності, компенсація, соціальний інтерес, прагнення до переваги, фікційний фіналізм, стиль життя та творча сила Я. Окрему увагу приділено біографічному та історичному контексту формування поглядів Адлера, зокрема його особистому досвіду у дитинстві та участі у Першій світовій війні як військового лікаря. На основі цих впливів автор теорії сформував цілісну модель розуміння особистості як активного творця власного життя, відповідального за адаптацію до суспільства та за вибір стилю життя.

Аналізуючи ідеї Адлера у світлі війни в Україні, стаття пропонує інтерпретацію російської агресії як прояву колективної компенсації глибинного комплексу історичної неповноцінності. Ідеї «величчя», «імперського відродження» розглядаються як фікційні фіналізми, що маскують страх, втрату ідентичності та соціальну фрустрацію. Водночас українське суспільство постає як приклад зрілої компенсації, що ґрунтується на високому рівні соціального інтересу, солідарності, відповідальності та служіння. Такий підхід дозволяє побачити у відповідях українців на травму війни прояви творчої сили Я – здатності трансформувати страждання у сенс, а слабкість – у джерело сили.

Стаття підкреслює гуманістичний потенціал теорії Адлера для розуміння не лише індивідуальної, а й колективної психології в умовах війни, агресії та травми. Адлеріанська модель може бути ефективним інструментом у кризовій психології, психотерапії травми, формуванні громадянської свідомості та вихованні соціальної відповідальності. Розгляд війни як невротичної компенсації комплексу неповноцінності, а також конструктивної адаптації через соціальний інтерес, відкриває нові перспективи для застосування класичної психологічної теорії у сучасному контексті.

Ключові слова: Альфред Адлер, історія психології, кризова психологія, війна, агресія, індивідуальна психологія, комплекс неповноцінності, компенсація, соціальний інтерес, псевдокомпенсація, прагнення до влади, стиль життя, фікційний фіналізм, творча сила Я.

This article explores the key concepts of Alfred Adler's individual psychology through the lens of modern socio-psychological realities, particularly the context of war. Central notions of the analysis include the inferiority complex, striving for superiority, social interest, fictional finalism, lifestyle, and the creative power of the self. Special attention is given to the biographical and historical context of Adler's theoretical development, especially his childhood and experience as a military doctor in World War I. These influences contributed to his holistic model of personality as an active creator of one's own life, responsible for adapting to society and choosing a lifestyle.

By analyzing Adler's ideas in the light of the war in Ukraine, the article interprets Russian aggression as a manifestation of collective compensation for a deep-rooted historical inferiority complex. Ideas of "greatness", "imperial revival," and "missionism" are considered fictional finalisms masking fear, identity loss, and social frustration. In contrast, Ukrainian society is presented as an example of mature compensation based on high levels of social interest, solidarity, responsibility, and service. This approach highlights the expression of the creative power of the self in Ukrainians' response to wartime trauma – the capacity to transform suffering into meaning and weakness into strength.

The article underscores the humanistic potential of Adler's theory for understanding not only individual but also collective psychology in the context of war, aggression, and trauma. The Adlerian model may serve as an effective tool in crisis psychology, trauma therapy, the development of civic consciousness, and the fostering of social responsibility. Viewing war as a neurotic compensation of the inferiority complex, as well as constructive adaptation through social interest, opens new perspectives for applying classical psychological theory in the modern context.

Key words: Alfred Adler, history of psychology, crisis psychology, war, aggression, individual psychology, inferiority complex, compensation, social interest, pseudocompensation, desire for power, lifestyle, fictional finalism, creative power of the self.

Постановка проблеми. Проблема психологічних витоків війни, агресії та деструктивного прагнення до влади залишається однією з найгостріших у сучасній психологічній науці. Попри технічний прогрес і декларовані гуманістичні цінності, XXI століття не оминули збройні конфлікти, з-поміж яких війна Росії проти України, що триває з 2014 року та перейшла у фазу повномасштабного вторгнення у 2022 році.

Пояснення глибинних психологічних механізмів, які сприяють розгортанню насильства, маніпуляціям масовою свідомістю, утвердженню культу сили та домінування, стає ключовим завданням для сучасної соціальної, політичної та історичної психології.

У цьому контексті особливої уваги заслуговує спадщина австрійського психотерапевта Альфреда Адлера – одного з найвизначніших представників

психоаналітичної школи, засновника індивідуальної психології. Його концепція, сформульована на початку XX століття в умовах глибоких соціальних потрясінь та досвіду Першої світової війни, дозволяє інтерпретувати війну як компенсаторну реакцію на колективне відчуття неповноцінності, а прагнення до влади – як невротичну відповідь на страх власної слабкості. Основні поняття теорії Адлера – комплекс неповноцінності, соціальний інтерес, прагнення до переваги, стиль життя, фікційний фіналізм та творча сила *Я* – мають значний потенціал для аналізу не лише індивідуальної поведінки, а й соціально-психологічної динаміки масової свідомості в умовах війни [2; 3].

Попри актуальність, у сучасній українській психологічній науці ідеї Адлера досі недостатньо інтегровані в аналіз таких феноменів, як війна, агресія, колективна травма, а також у пошук стратегій психологічної адаптації. Водночас, саме адлеріанська парадигма дає змогу по-новому осмислити глибинні мотиви агресора та чинники психологічної стійкості народу – захисника.

На перетині історії психології та воєнної реальності відкривається новий ракурс переосмислення класичних теорій. Повернення до ідей Адлера дозволяє глибше зрозуміти, як індивіди та суспільства реагують на досвід загрози, втрати, приниження та страху, як прагнення до домінування реалізується через державну політику, ідеологію і пропаганду. Адлеріанський підхід, з його акцентом на соціальній відповідальності, конструктивному подоланні неповноцінності та свідомому творенні життя, може стати цінним ресурсом у кризовій психології, реабілітації травми й формуванні громадянської зрілості в умовах війни.

Мета статті. Метою цієї роботи є психологічний аналіз ключових ідей Альфреда Адлера у контексті воєнного досвіду – як особистого (участь у Першій світовій війні), так і сучасного (повномасштабна війна в Україні). Особливу увагу приділено можливостям застосування концепцій Адлера для інтерпретації психологічної динаміки агресора та захисника, колективної свідомості й адаптаційних механізмів українського суспільства в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Альфред Адлер (1870–1937) – австрійський психіатр, психоаналітик, засновник індивідуальної психології. Назва його теорії – «індивідуальна психологія» – підкреслює розуміння людини як цілісної, неподільної єдності почуттів, думок і вчинків. Він був сином єврейського торговця з Відня, та із раннього дитинства зазнав серйозних хвороб, що сформували в ньому глибоке відчуття фізичної слабкості. Саме цей особистий досвід став основою для його теорії про комплекс неповноцінності й прагнення до компенсації [1].

У роки Першої світової війни Адлер служив військовим лікарем на передовій, безпосередньо спостерігаючи страждання, каліцтва, страх, моральну деградацію солдатів. Цей досвід суттєво вплинув на розвиток його ідей, зокрема на розуміння соціального інтересу як необхідної умови психічного здоров'я та миру. Поступово він відходив від фрой-

дистської моделі лібідо, натомість фокусуючи увагу на соціальних аспектах особистості – де агресія, потреба у владі й конкуренція трактуються як симптоми хибної адаптації до соціальної реальності [2].

Життєвий досвід Адлера істотно вплинув на формування його концепції компенсації. Зокрема, він гостро переживав дитячі хвороби (рахіт, пневмонію), що сприяло глибокому почуттю фізичної слабкості. Як друга дитина в родині, він постійно порівнював себе зі «сильнішим» старшим братом, що посилювало переживання власної неспроможності. У майбутньому ці досвіди стали джерелом його прагнення до переваги – прикладом особистої компенсації [1].

Досвід війни також мав вирішальне значення. Він спостерігав, як індивідуальне відчуття неповноцінності трансформується у колективну деструкцію, що виправдовується псевдовисокими цілями – владою, честю, національною місією. Саме тому в післявоєнний період він звертається до тем соціальної етики, громадянської відповідальності та морального вибору.

Коли людина переживає неповноцінність як болісну та нестерпну, вона шукає спосіб її подолання. За Адлером, це компенсація – через розвиток здібностей, здобуття знань, подолання фізичних чи психологічних обмежень або служіння іншим. Якщо ж компенсація набуває хибної форми – виникає псевдокомпенсація, агресія, прагнення контролю [5].

Другим центральним поняттям адлеріанської теорії є соціальний інтерес – здатність до емпатії, турботи про інших, відчуття спільноти, відповідальності перед суспільством. За Адлером, саме соціальний інтерес є головним критерієм психічного здоров'я: зріла особистість орієнтується на благо інших, а не лише на власну вигоду. Людина з низьким соціальним інтересом живе заради себе, що породжує ізоляцію, егоїзм, і врешті – деструктивну поведінку [6]. В контексті війни це поняття набуває особливої ваги: агресор діє всупереч соціальному інтересу, в той час як українське суспільство демонструє високий рівень взаємодопомоги, волонтерства й солідарності.

Невід'ємно пов'язане з комплексом неповноцінності поняття прагнення до переваги. Якщо почуття неповноцінності є джерелом внутрішнього дискомфорту та поштовхом до змін, то прагнення до переваги – це мотиваційний вектор, який спрямовує особистість до подолання слабкості, прагнення розвитку, самореалізації та внеску в суспільне благо. У невротичній формі воно трансформується в домінування, контроль, приниження інших [2]. Людина, яка прагне влади заради влади, намагається приховати глибокі комплекси неповноцінності. Така деструктивна компенсація – основа насильницької політики, у тому числі війни. На прикладі сучасної Росії ми бачимо, як невдача в розвитку соціального інтересу, поєднана з гіпертрофованим прагненням до влади, перетворюється на загрозу для миру.

Наступним ключовим конструктом індивідуальної психології є стиль життя, який об'єднує два базові виміри: прагнення до переваги та рівень соціального

інтересу. Адлер визначав стиль життя як унікальний спосіб, за допомогою якого особистість вирішує життєві завдання, долає почуття неповноцінності та реалізує своє прагнення до значущості. Цей стиль не є вродженим – він формується в ранньому дитинстві як стратегія адаптації до світу [7]. Формування стилю життя залежить від рівня соціального інтересу (високий чи низький – тобто співпраця або ізоляція); та напрямку прагнення до переваги (конструктивне зростання чи деструктивне домінування). На перетині цих параметрів Адлер виокремив чотири основні типи стилю життя [2].

Корисний тип – високий соціальний інтерес і прагнення до розвитку. Такі люди сприймають життя як творче завдання, повне можливостей, і здатні до щирої співпраці. Це приклад зрілої компенсації. В умовах війни саме цей стиль виявляється у волонтерів, медиків, військових, які не лише долають власні страхи, а й служать спільному благу.

Одержуючий тип – низький соціальний інтерес і прагнення до утримання. Це пасивні особистості, що не беруть участі у спільному житті, шукаючи лише вигоди. Їхній стиль життя – приклад егоцентризму та моральної інертності. «Що сталося з тими, хто ніколи не співпрацював... хто питав лише: «Що я можу отримати від життя?» Вони не залишили жодного сліду» [3].

Унікаючий тип – високий соціальний інтерес, але слабе прагнення до переваги. За Адлером це «порожні творці добрих справ» [3]: вони прагнуть робити людям добро, виявляють турботу по інших, емпатію, готовність служити, але вони не розвивають свої здібності, не компенсують власні слабкості, тому їхня участь в інших людях та спроби зробити щось добре можуть обернутися злом; вони не розуміють, як творити добро, не беруть відповідальності, підпадають під вплив, тому їх соціальний інтерес безплідний.

Правлячий тип – високий рівень прагнення до домінування і відсутність соціального інтересу. Це ті, хто вдається до псевдокомпенсації – зовнішньої демонстрації сили, контролю та зверхності, яка приховує глибоке почуття внутрішньої слабкості.

Адлер підкреслював, що псевдокомпенсація не допомагає інтегрувати досвід слабкості чи поразки. Навпаки, вона формує ілюзорну маску сили – через хворобу, маніпуляцію співчуттям, лінощі, агресію, домінування або підкорення інших. Вона слугує захисним механізмом, що дозволяє людині уникнути болю власної недосконалості, не змінюючи при цьому саму себе [2].

Одним із найяскравіших прикладів є псевдокомпенсація – надмірна демонстрація сили, влади, зарозумілості та переваги, за якою ховається глибокий страх бути неприйнятним або нікчемним. Адлер зазначав: «Жоден акт жорстокості не був здійснений без внутрішнього почуття слабкості. Справді сильна людина не схильна до жорстокості» [3].

У контексті сучасної війни саме псевдокомпенсація виявляється у діях російського агресора: надмірне прагнення контролю, приниження опонента,

імперські фантазії – усе це компенсує історичну, культурну та соціальну фрустрацію. Це не прояв сили, а маска колективного страху і травми.

Навпаки, реальна компенсація можлива лише тоді, коли стиль життя спирається на соціальний інтерес. Якщо прагнення до переваги поєднується з турботою про інших – особистість зростає. Якщо ж ні – формується невротичний, а іноді навіть деструктивний тип, небезпечний для суспільства.

Важливою складовою теорії Адлера є поняття фікційного фіналізму – уявної мети, до якої людина підсвідомо прагне. Ця мета часто не є раціональною або досяжною, але вона визначає поведінку, надає їй сенсу та напрямку. Людина діє так, ніби ця мета є реальною – навіть якщо вона лише психологічна конструкція. Як писав Адлер: «Ми не можемо зрозуміти людину, не знаючи її цілей. Минуле має значення лише в тій мірі, в якій воно інтерпретується людиною у світлі її прагнень» [4].

У масовій свідомості фікційний фіналізм може набувати форм ідеологій, міфів, «історичних місій». Яскравий приклад – російська концепція «відновлення імперії», «порятунку руського міра», «протистояння Заходу». Усе це – фікції, які компенсують глибинне відчуття втрати значущості та ідентичності. Такі фікційні конструкції дозволяють агресору уникнути болісної реальності, підмінивши її уявною «метою».

З іншого боку, українське суспільство також має фікційний фіналізм – позитивного змісту: збереження державності, свободи, гідності. Саме ці цінності згуртовують націю, створюють сенс і напрямок дій навіть у критичних умовах. Таке уявне майбутнє – хоч і недосяжне в абсолюті – надає сил, формує опір і солідарність. Тут фікція не є самообманом, а інструментом виживання і розвитку.

Вершиною психологічної концепції Адлера як персонолога є ідея творчої сили *Я*. У її центрі – переконання, що людина не є пасивним продуктом спадковості, середовища чи дитячого досвіду. Навпаки, вона – активний творець власного життя, здатна інтерпретувати досвід, самостійно формулювати цілі, надавати значення подіям і обирати стиль життя. Творча сила *Я* – це психологічна функція, яка трансформує біографічний матеріал у життєвий зміст, забезпечуючи особистісну цілісність і унікальність [7].

Цей конструкт є об'єднувальним для всієї адлеріанської теорії – від комплексу неповноцінності до фікційного фіналізму. Саме завдяки творчій силі *Я* людина здатна свідомо обрати напрямок розвитку, навіть якщо стартові умови (біологічні, соціальні, історичні) є несприятливими або травматичними. Ця концепція про внутрішню свободу і відповідальність: навіть в умовах насильства, війни, втрати – особистість здатна вирішити, як ставитися до подій, що з нею відбуваються, і яку відповідь на них дати.

Таким чином, творча сила *Я* – це основа моральної зрілості людини. Важливо не лише те, що з нами трапилося, а те, що ми робимо з власним досвідом. Ця ідея надалі вплинула на Віктора Франкла (лого-

терапія), гуманістичну психологію (Карл Роджерс, Ролло Мей), когнітивну терапію (Аарон Бек), які також підкреслюють свободу вибору й здатність до самотрансформації [2].

Особливу роль творча сила *Я* відіграє у розвитку соціального інтересу. Лише особистість, яка усвідомлює себе як вільну і відповідальну, здатна вийти за межі егоцентризму, виявляти емпатію, турботу та співпрацю. Саме формування соціального інтересу – це також акт творчого *Я*, що потребує постійної роботи над собою. Тобто, за Адлером, цінність людини визначається не її відчуттями, а творчістю у відповідь на життя. Цей концепт синтезує всю систему індивідуальної психології, дозволяючи бачити людину не як жертву обставин, а як суб'єкта, здатного змінити і себе, і світ – навіть у найгірші історичні періоди. Українське суспільство, що протистоїть війні, наочно демонструє цю силу своєю солідарністю та відповідальним творенням майбутнього [6].

У підсумку, з точки зору теорії Адлера, причини агресії та загарбницьких війн часто пов'язані з комплексом неповноцінності – глибоким почуттям слабкості, невпевненості, страху та тривоги, що виникає на тлі незадоволеності життям. Це характерно як для окремих осіб, так і для суспільств, зокрема тих, де переважає низький рівень добробуту, демократії та особистої безпеки. Замість конструктивного розвитку така незадоволеність може трансформуватися у фікційну мету, яка створює ілюзію порятунку, спрямовуючи всю поведінку на її досягнення, незалежно від реальних наслідків.

У колективній свідомості це проявляється як національний нарцисизм, культ «величч», віри в «історичну місію». Сучасна російська агресія є яскравим прикладом такої національної псевдокомпенсації, де історичне відчуття неповноцінності трансформується у воєнну експансію. Фікційний фіналізм у такому випадку набуває форм ідеології, міфу або реваншистського наративу – «відродити імперію», «врятувати руський мір», «перемогти Захід». Ці ідеї не мають зв'язку з реальністю, але дозволяють уникати болісної зустрічі з фактом історичної деградації, втрати поваги, впливу й сенсу.

У війні, що точиться в Україні, спостерігаються два протилежні типи колективної компенсації. Агресор реалізує псевдокомпенсацію через насильство, контроль, ідеологічну фантазію. Пропаганда створює образ ворога, ізолює населення від реального світу, знецінює соціальні зв'язки – і тим самим не

вирішує, а лише маскує почуття колективної меншовартості.

Українське суспільство, навпаки, демонструє зрілу компенсацію – через солідарність, відповідальність і жертвність. Тут влада розглядається не як засіб панування, а як служіння спільному благу. Позитивним фікційним фіналізмом стає мета – зберегти державність, гідність і свободу, що згуртовує громадян навіть у найгостріших умовах.

Українські захисники, волонтери, медики, цивільні – приклади позитивної компенсації, де страх перетворюється на єдність, а слабкість – на силу служіння. Це і є глибоко гуманістичне втілення ідей Адлера: людина може змінити свою долю, навіть в умовах війни, якщо її стиль життя ґрунтується на соціальному інтересі, а не на домінуванні.

У цьому контексті творча сила *Я* стає вирішальною. Ті, хто сліпо виконує накази, ховається в апатії чи байдужості, – відмовляються від власного *Я*, від морального вибору. Натомість ті, хто бере на себе відповідальність, діє всупереч страху – волонтери, медики, військові – є живим втіленням творчого *Я* в дії.

Висновки. Дії агресора у війні проти України можна розглядати як приклад невротичної компенсації, що маскує колективне почуття неповноцінності через прагнення до влади і жорстокість. Культ сили, апеляції до «історичної місії» та «величч імперії» – це фікційні конструкції, що прикривають національний страх втрати значущості, знецінення ідентичності та соціальну фрустрацію.

На протипагу цьому, українське суспільство демонструє приклади зрілої компенсації, заснованої на високому соціальному інтересі: через солідарність, служіння, відповідальність, жертвність. Фікційний фіналізм українського спротиву – це гуманістичний орієнтир: збереження свободи, гідності, права на існування. Ці цінності стали моральною основою колективного опору, який об'єднав людей у волонтерських ініціативах, армії, медицині, освіті, мистецтві. Така форма компенсації не заперечує біль і страх, а інтегрує їх у продуктивний досвід, що сприяє особистісному та національному зростанню. Саме творча сила *Я* – здатність інтерпретувати власний досвід, обирати сенс і діяти попри страх і втрати – стала джерелом психологічної стійкості українців. Цей внутрішній ресурс забезпечує не лише адаптацію, а й трансформацію. Україна сьогодні – це приклад того, як нація зберігаючи людяність, може зростати в умовах кризи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Євдокімова О. О. Історія психології : навч. посіб. Харків : ХНУВС, 2020. С. 278–283.
2. Хижняк М.В. Теорії особистості в зарубіжній психології : навч. посіб. Харків : ХНПУ, 2016, С. 47–72.
3. Adler A. *The Practice and Theory of Individual Psychology*. Kegan Paul, Trench & Co. 1925.
4. Adler A. (n.d.). *Individual Psychology of Alfred Adler*. Alfred Adler Institute of Northwestern Washington. <https://adler.institute/wp-content/uploads/2019/01/Individual-Psychology-Alfred-Adler-min.pdf>
5. Cedeno R., Torrico T. Adlerian Therapy. 2024. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK599518/>
6. Erbaş M. E. Adlerian Therapy: A General Review. *International Journal of Innovative Approaches in Psychology*, 2023 (2), 45–52.
7. Watts R. E. Adler's Individual Psychology: The Original Positive Psychology. *Revista de psicoterapia*, 2015. Vol. 26. № 102. 123–131.