

UN IDÉAL POUR LA VIE

Collection Psycho-Logiques

dirigée par Philippe Brenot et Alain Brun

Sans exclusives ni frontières, les logiques président au fonctionnement psychique comme à la vie relationnelle. Toutes les pratiques, toutes les écoles ont leur place dans Psycho-Logiques.

Dernières parutions

Eric AURIACOMBE, *Les deuils infantiles*, 2001.

Viviane KOSTRUBIEC, *La mémoire émergente : vers une approche dynamique de la mémorisation*, 2001.

Marie-Line FELONNEAU, Stéphanie BUSQUETS, *Tags et grafs*, 2001.

Constantin XYPAS, *Les stades du développement affectif selon Piaget*, 2001.

Elisabeth MERCIER, *Le rêve éveillé dirigé revisité. Une thérapie de l'imaginaction*, 2001.

Gérard PIRLOT, *Violences et souffrances à l'adolescence*, 2001.

Yves RANTY, *Le corps en psychothérapie de relaxation*, 2001.

Kristel DESMEDT, *les sectes, image d'une société sans réponses*, 2001.

Alfred MBUYI MIZEKA, *L'intelligence cognitive du jeune enfant d'Afrique Noire*, 2001.

Charles BAILLARD, *La Relaxation psychothérapique*, 2001.

Jean-Claude REINHARDT et Jean BOUISSON (dir.), *Le désir de vieillir*, 2001.

Serge MINET, *La joueuse*, 2001.

Riadh BEN REJED, *Intelligence, test et culture : le contexte tunisien*, 2001.

Gilles SEBAN, *Création artistique et figuration délirante*, 2002.

ALFRED ADLER

UN IDÉAL POUR LA VIE

**Traduction de l'anglais, commentaires, introduction et
annexes de Régis VIGUIER**

L'Harmattan
5-7, rue de l'École-Polytechnique
75005 Paris
France

L'Harmattan Hongrie
Hargita u. 3
1026 Budapest
HONGRIE

L'Harmattan Italia
Via Bava, 37
10214 Torino
ITALIE

Traduction avec la gracieuse permission de Kurt Adler,
1991.

© L'Harmattan, 2001
ISBN : 2-7475-2114-1

L'ouvrage a paru en 1931, chez Alan Porter, Boston, U.S.A, sous le titre : *What life should mean to you*. Il a été réédité en 1958 aux éditions G. Putnam's Sons, New York, dans la collection Capricorn Books.

SOMMAIRE

Sommaire	9
Avertissement du traducteur	11

INTRODUCTION A L'ŒUVRE D'ALFRED ADLER par Régis Viguié

L'auteur	15
Synthèse de la théorie adlérienne	19
L'ouvrage	25

UN IDÉAL POUR LA VIE

Chapitre I — Le sens de la vie	43
Chapitre II — Le psychisme et le corps	67
Chapitre III — Le sentiment d'infériorité et le sentiment de supériorité	93
Chapitre IV — Les premiers souvenirs	119
Chapitre V — La vie onirique	141
Chapitre VI — Influences familiales	171
Chapitre VII — L'influence de l'école	211
Chapitre VIII — L'adolescence	241

Chapitre IX — Les déviations sociales et leur prévention.....	257
Chapitre X — La vie professionnelle.....	301
Chapitre XI — L'Homme et son environnement social.....	317
Chapitre XII — La vie amoureuse.....	333

ANNEXES

Glossaire des termes adlériens.....	361
Dates importantes de la vie d'Adler.....	369
Bibliographie.....	371
Index.....	375

AVERTISSEMENT DU TRADUCTEUR

Cet ouvrage de 1931, comme d'autres livres d'Adler écrits en anglais, se caractérise par un style d'écriture usuel, sans recherches ostentatoires, tant dans le déroulement de la phrase que dans le choix du vocabulaire. Il s'agit d'un livre, destiné à un large public, souvent peu habitué aux subtilités littéraires et aux termes techniques. Nous avons voulu préserver cette volonté de rester proche d'un entretien oral, tout en nous montrant attentif à ce que cette simplicité didactique ne conduise pas le lecteur francophone à croire que simplicité d'expression équivalait à indigence.

Nous avons pris l'initiative de ne pas traduire littéralement certains termes utilisés par Adler qui auraient pu mener, par leur ambiguïté, à des approximations ou à des contresens regrettables. Ainsi, avons-nous souvent rendu *individu* par *personne*, sauf quand il était clair que le contexte exprimait le sens donné par Adler de *l'être unifié et indivisible*. Nous avons préféré *recherche de la valorisation à lutte pour la supériorité, énergie face aux problèmes de la vie à courage*, dans l'expression *courage vital*, et quelques autres termes suivant le contexte, comme *psychisme* plutôt qu'*esprit*, *fragilité* ou *précarité* à *infériorité* quand ce terme correspondait davantage au sens voulu par Adler. Les notes sont, dans leur totalité, du traducteur.

Puisse cette traduction mettre entre les mains du lecteur francophone le message, valable à toutes les époques et, en particulier, à la nôtre qui semble désorientée et à la recherche d'un mode de vie socialisé, satisfaisant pour tous et où l'on semble oublier que l'attribution d'un droit individuel est inséparable d'une demande de contribution au bien de la communauté. Le salut de chaque personne et, par-là, de l'humanité entière passe obligatoirement par l'extension de l'horizon individuel et de la collaboration de tous à l'intérêt de tous. Cela ne s'improvise pas en un jour, mais s'étend sur plusieurs années de la vie, à l'époque cruciale initiale où l'imprégnation est totale. Ne pas offrir à l'enfant les moyens de préparer son psychisme aux difficultés futures constitue une négligence majeure.

La traduction allemande de cet ouvrage de 1931 porte le titre de *Wozu leben wir ? (Pour quoi vivons-nous ?)*. Postérieur de deux ans (1933), *Der Sinn des Lebens (Le sens de la vie)* fut traduit en anglais sous le titre *Social Interest : a challenge to Mankind (Intérêt pour les autres : un pari prometteur pour l'humanité)*.

Dans les deux cas, s'imposait la nécessité d'éviter de se référer deux fois à l'idée de sens.

**INTRODUCTION À L'ŒUVRE
D'ALFRED ADLER
par Régis VIGUIER**

En hommage respectueux à tous ceux qui ont œuvré pour faire connaître l'apport d'Adler à une civilisation vraiment humaine et notamment à Herbert Schaffer, introducteur de la Psychologie d'Adler en France et Heinz et Rowena Ansbacher dont l'œuvre a largement contribué à diffuser Adler dans les milieux universitaires aux Etats-Unis.

L'AUTEUR

Alfred Adler est né le 7 février 1870, à Rudolfsheim, alors faubourg voisin de Vienne. Sa famille, de confession judaïque, venait de la région frontalière du Burgenland, province actuellement autrichienne, mais hongroise à l'époque, au sud-est de l'Autriche et à l'ouest de la Hongrie. L'obtention de la citoyenneté autrichienne en 1911 lui ouvrit l'accès à des postes qui, jusqu'à cette date, lui étaient fermés. Sa famille pratiquait une religion modérée et une relative tolérance confessionnelle et ethnique régnait, de telle sorte qu'à aucun moment n'apparut la tentation d'un judaïsme identitaire ou la nécessité d'une occultation de la référence religieuse. Ainsi, un de ses frères se tourna-t-il vers le catholicisme, tandis que lui-même se convertit au protestantisme, en 1904¹. Mais au fond de lui-même, il ne put jamais vraiment considérer le phénomène religieux qu'en termes rationnels. Il y voyait plutôt une tentative de compensation psychique à la faiblesse humaine qui limite de partout les désirs les plus légitimes de l'Homme et qui engendre un imaginaire d'absolu, de toute puissance protectrice, à la mesure des cris de souffrance des créatures. Il y discernait également un autre aspect, capital dans son optique, le but idéal et universel guidant les actes humains vers un état de dépassement constant des ornières mesquines de l'égoïsme. L'idéal, Dieu, agit comme un appel permanent et profond vers une humanisation qui élève

¹ L'espoir d'une meilleure intégration sociale ne semble pas entièrement absent de cette conversion.

l'Homme en élargissant son univers individuel à la mesure du monde. L'idéal de la religion rejoint ici l'aspiration adlérienne d'une communauté en voie d'humanisation avancée².

C'est l'aspect de la fragilité humaine transcendée par cet idéal qu'il revendiquait comme héritage des religions dans son œuvre qu'il voulait fondée sur des critères et des travaux purement scientifiques.

Les difficultés pécuniaires familiales limitèrent ses ambitions de jeune médecin. Il dut ainsi ouvrir son cabinet, en 1898, dans un quartier populaire. Il y découvrit que seule une médecine prenant en compte les difficultés matérielles et psychologiques des patients pouvait venir à bout de la maladie qui s'enracine dans le tissu social. C'est ce que voulait démontrer son livre de 1898, *Le livre de santé du métier de tailleur*. L'Homme est un tout et le contexte de vie participe à la formation de la maladie³. Il ne sert à rien de la combattre sans essayer de modifier le terreau qui en a favorisé l'éclosion. Il se tourna donc vers les détenteurs du pouvoir politique et milita au parti socialiste, alors au pouvoir.

Mais ses espoirs furent vite déçus et en 1904, il dut constater avec réalisme que ses propositions pour donner à la médecine une dimension sociale, soins valables donnés aux pauvres, création d'un organisme officiel de retraites et d'assurance-chômage n'intéressaient visiblement personne, « *car un gouvernement ne cherche à s'occuper que des couches politiques influentes dont il perçoit l'intérêt*⁴ ».

C'est, pensa-t-il désormais, au médecin, dont le rôle d'éducateur est capital qu'incombe la tâche sociale auprès du malade et c'est sur l'éducation qu'il faut compter pour prévenir les répercussions sociales de la maladie.

A l'automne 1902, Freud, par l'intermédiaire de Wilhelm Stekel, le pria de se joindre au cercle qu'il voulait former avec trois autres personnes. Peut-être avait-il lu certains articles d'Adler, inconnu à cette

² « *Je considère comme très important et juste de dire que ma psychologie a redécouvert un certain nombre de notions issues du christianisme et de son éthique* », *Religion et Psychologie Individuelle*, p. 63 à 68.

³ Ce sont des idées, comme celle-ci, qui imprégnant la psychanalyse, vont orienter l'adlérisme vers une doctrine humaniste.

⁴ *Aide de l'état ou aide individuelle*, article de novembre 1903 de la revue médicale viennoise *Ärztliche Standeszeitung*.

époque, ou son ouvrage *Le livre de santé pour métier de tailleur*, qui envisageait la médecine d'une manière plus globale. Adler répondit à cette invitation, pour des raisons que nous ne connaissons pas nettement, peut-être pour partager sa propre expérience en médecine sociale, peut-être par envie de connaître l'auteur de *L'interprétation des rêves*, qui l'avait intéressé et peut-être, aussi, pour combler le vide laissé par son militantisme déçu. Sa collaboration au cercle freudien devait durer huit ans et demi et se révéla positive pour le groupe et pour lui-même. Car sa contribution à la recherche psychanalytique ne fut pas négligeable et fut longtemps louée par Freud : recherche sur le substrat somatique des névroses⁵, insistance sur la nécessité d'une éducation précoce, pierre de touche de la qualité du développement ultérieur de la personnalité et prévention d'éventuelles pathologies et insertion de l'individu dans le tissu social.

Ce fut, semble-t-il, sur un malentendu que débuta la collaboration d'Adler aux travaux de Freud : profiter des recherches de Freud sur les profondeurs de la personnalité et contribuer à la recherche théorique et en partageant son expérience du terrain social. Or, aux yeux de Freud, les grandes lignes de son œuvre étaient bien tracées et il ne pouvait s'agir que d'en élargir les champs d'application et de la consolider pour mieux la promouvoir.

Mais ce malentendu n'apparut pas clairement avant six ans de travail en commun. L'incompatibilité se cristallisa autour de deux points, quand il s'avéra que ces deux aspects théoriques vidaient la libido de sa toute-puissance dans la personnalité. Le premier est la présence d'un sentiment de limitation, de précarité de la situation humaine que suscitent inévitablement les difficultés de la vie. Cette fragilité constitue la toile de fond sur laquelle se projettent les événements de la vie et représente, selon le degré, le clivage entre la résistance aux chocs et l'écrasement de la personnalité sous la violence de ces chocs. Le second en est la conséquence : ce n'est donc plus la libido qui constitue l'axe directeur du développement sain ou pathologique de la personnalité, mais l'amplification de ce sentiment d'insuffisance qui baigne tout le psychisme, et qui, étant insupportable,

⁵ *La compensation psychique de l'état d'infériorité des organes* (1907) et *Les erreurs dans l'éducation des enfants* (1907).

pousse à trouver des compensations dont la valeur souvent est génératrice, à son tour, de maux déséquilibrants supplémentaires.

Cette collaboration fut enrichissante pour l'émergence de ses propres idées également, car ce fut le creuset où Adler clarifia ses conceptions et les testa. Les ambiguïtés tombèrent en 1911 et les deux chemins divergèrent. L'action d'Adler trouva un écho favorable, non seulement à Vienne, mais à Berlin, en Belgique, en Grande-Bretagne, aux Pays-Bas, en Scandinavie, en Suisse, en Espagne et dans plusieurs autres pays, dont les Etats-Unis où il se réfugia, en 1934, un peu avant l'Anschluss, en mars 1938.

La charpente de la théorie adlérienne repose sur quelques notions-clés.

L'Homme est un moment déterminé dans l'évolution et il porte en lui les marques de cette naissance dans ce milieu. Il est limité et cherche à vivre, malgré tout, le mieux possible, en s'appuyant sur les moyens dont il dispose, malheureusement toujours inférieurs à ses désirs. Sa faiblesse lui fait rechercher la sécurité, pour une plus sûre gratification, et des compensations aux nombreuses et incessantes frustrations de la vie. C'est avec un système de représentations subjectives, ambivalentes et partielles, structuré dans les premières années de sa vie et dont les motivations essentielles plongent dans l'inconscient (*style de vie*) qu'il essaie de se développer, de se satisfaire et ainsi d'acquérir suffisamment de sécurité et de valeur, à ses yeux et à ceux des autres dont le regard lui est vital, car lui seul peut constituer la preuve irréfutable de sa réussite.

Mais le stade d'évolution a amené l'Homme à un autre niveau, celui de l'humanisation, sans lui faire quitter celui de la nature. Cette double appartenance est à la source des ambiguïtés du comportement. Seule une extension de la dimension humanisatrice, intégrant l'univers des autres au sien propre, est de nature à faire progresser les individus et les sociétés. Adler nomme ce mouvement *sens communautaire*.

SYNTHÈSE DE LA THÉORIE ADLÉRIENNE

La finalité de la psychanalyse adlérienne a été définie par Adler dans un ouvrage de 1914, *La guérison et l'éducation (Heilen und Bilden)*. L'efficacité de l'analyse et la mise en œuvre d'un projet pour la personne exigent la compréhension du milieu de vie de l'individu et celui de son espèce. L'Homme est un point dans l'Evolution. Il lui est redevable de toutes les caractéristiques qui définissent ce point, avec ses performances que l'humanité a tant mises en avant et ses limites dont la négation mal masquée a nécessité de si malheureuses compensations. De par son immersion dans la dynamique de l'Evolution, l'Être Humain ne peut, par nature, être ni spécialement bon, ni spécialement mauvais. C'est un être aux mêmes données psychobiologiques que les autres vivants et qui a la même finalité : développer au mieux ses potentialités pour vivre pleinement et, pour cela, éliminer les obstacles. La loi du triomphe sur les difficultés et la tendance au perfectionnement et au mieux-être dirigent ce développement et cette lutte contre les frustrations. Mais l'Être Humain ne dispose pas d'une force naturelle, telle que la poursuite de cet objectif puisse s'effectuer sans sérieux problèmes. Physiquement et surtout psychologiquement, c'est un être fragile, faible et vulnérable, d'autant plus vulnérable que conscient de sa faiblesse. Il manque de tout ce que des êtres plus forts physiquement auraient pu utiliser pour se développer en toute tranquillité. L'adlérisme voit en l'Homme un être dont la bonne volonté est sans cesse contrariée par sa fragilité qui l'expose aux intempéries de la vie et qui l'incite à résoudre ses difficultés à bon compte, sans regrets démesurés.

Fragile et limité, tiraillé entre ce qu'il voudrait et ce qu'il peut, entre ses tendances à l'autoréalisation, potentiellement illimitées, sans lesquelles cessent et le désir de vivre et la résistance de la réalité, l'Homme, dans sa faiblesse, n'a très souvent d'autre recours que de se fier, pour évaluer cette réalité, à ses représentations subjectives, permettant de tout justifier, y compris l'injustifiable, pour arranger la réalité et la rendre un peu plus favorable et maîtrisable. Sa faiblesse et son évaluation tendancieuse éliminent souvent la sagesse et l'engagent dans des stratégies aberrantes, mais estimées indispensables dans les

circonstances données, où, paradoxalement, la quête harmonieuse du bonheur et de la vie se fait par la violence et la mort. La fragilité et l'instabilité du psychisme, inhérentes à son humanité, tendent à se réactualiser à chaque frustration dont le seuil de tolérance, dans certains cas, peut être très bas. Chaque frustration, consciente ou non, rend nécessaire l'antidote d'une compensation qui atténue ou annule, en quelque sorte, la menace faite à l'idéal du moi. Le choix de la compensation ne se fait pas au hasard, mais selon l'empreinte individuelle subjective (*style de vie*) et dans les limites des possibilités des circonstances.

Ces compensations reflètent la vision du sujet vis-à-vis de la vie et de la place qu'il y occupe. D'une manière générale, soit, elles tiennent compte des besoins des autres et ne nuisent pas à la coopération avec eux, soit, au contraire, elles se font sans tenir compte d'eux ou contre eux, et renforcent ainsi l'impression d'hostilité au monde qu'elles supposaient. Le choix de la compensation réparatrice exprime ainsi la proximité ou la distance de la personne par rapport aux autres, sa valeur éthique et constitue un excellent critère de normalité de santé psychologique, indissociablement lié à la capacité de se développer et de collaborer avec les autres qui représentent, pour l'Homme, la quintessence de la réalité.

Pour se guider dans le monde où le hasard l'a fait naître, l'enfant ne dispose d'aucun point de repère. Ce sera une des premières tâches de son psychisme que de se constituer un plan pour s'y reconnaître. En effet, dans les premières années se met en place un ensemble d'impressions interdépendantes dont la synthèse constitue une remarquable spécificité, tant par la nature de ces impressions que par leur intensité, leur opposition, leur hiérarchisation et leur association. Elles se renforcent, s'atténuent et se nuancent. L'élaboration de ce guide lui prendra quelques années. Adler parle souvent des quatre ou cinq premières années. Il s'agit d'un raccourci commode. En fait l'émergence des traits primaires de la personnalité est liée à l'état d'inconscience, totale ou très marquée qui constitue la condition *sine qua non* de leur toute-puissance. Ces premières impressions qui s'ajoutent à celles de la vie utérine, non identifiables, mais peu contestables, mènent à la mise en place d'un réseau unifié d'impressions en interrelations avec les

expériences successives de la vie. S'ajoutent, ultérieurement, à ce noyau primitif toutes les impressions peu conscientes ou dont la conscience est insuffisante pour en saisir l'importance et provoquer un refus. Petit à petit, se met en place un style particulier d'interprétations et de réactions que finissent de préciser les expériences de la vie. Au fur et à mesure que croît la clarté de la conscience, ce noyau de la personnalité va peu à peu se cristalliser dans l'état où il est et rester dans l'état d'inconscience où il est apparu. C'est cette empreinte spécifique à chaque individu qui donne à la perception individuelle sa coloration unique et inimitable. Elle exprime :

1) une appréciation de la valeur de la vie et du monde, vus à travers ce qu'il lui est possible d'en voir, le microcosme du cercle familial,

2) une opinion sur sa propre valeur et de sa place dans ce monde.

Cette opinion sur soi et sur la vie se traduit, en conséquence, par un réseau de stratégies censées assurer la réussite dans les conditions telles qu'elles sont perçues. Cette empreinte forme une structure cohérente dont les caractéristiques expliquent l'efficacité. Ces impressions s'effectuent dans un climat d'émotions, leur assurant le dynamisme stimulant des charges émotionnelles, dans l'inconscience qui en exclut tout contrôle, et en l'absence de toutes comparaisons antérieures, faisant de ces impressions des normes individuelles qui imposent leur évidence. Ces caractéristiques feront du *style de vie* la dynamique de tout le schéma d'aperception, la grille de lecture de tout nouvel événement et la référence privilégiée avant tout jugement, toute action. Bien que tardive⁶, la conceptualisation du style de vie s'appuie sur des idées antérieures : une dynamique directrice, subjective et compensatoire qui assure l'unité⁷ du comportement conscient et inconscient, pour ce que l'on juge être une meilleure sécurité et une meilleure gratification. Ce concept, avec celui d'*infériorité* (sentiment de limitation et, corollairement d'insécurité), de *compensation*, de *sentiment communautaire* et d'*unité du psychisme* forment la charpente

⁶ 1929-1930. Cette notion a été précédée d'une ébauche de théorisation du *style de vie* sous le nom de *prototype*.

⁷ Ce fut successivement, l'*agressivité*, (1907), la *protection masculine*, (1911), puis le *but fictif*.

de la théorie d'Adler. Son rôle directeur et centralisateur explique son importance majeure, dans la genèse des troubles pathologiques et suggère dans quel sens chercher la voie de la guérison.

Une inadéquation trop marquée de la vision de la vie, de la valeur qu'on y a et des stratégies choisies, avec les exigences de la réalité se traduit par une accumulation d'échecs et d'insatisfactions qui transforme le *sentiment d'infériorité* (normal) en *complexe d'infériorité* qui constitue la mise en place de toutes les conditions requises pour que s'installe et se maintienne un état pathologique. La radicalisation du *style de vie* et l'incapacité de sortir de ces seuls schèmes de réactions font de tous les troubles pathologiques des réponses inadaptées à l'angoisse provoquée par un problème dont la tension s'ajoute à toutes les tensions passées, automatiquement réactivées. Au prix d'arrangements, plus ou moins contraignants, avec la réalité, la réponse pathologique constitue un compromis qui permet de sauvegarder l'essentiel, le sentiment de sa propre valeur. Parmi ces arrangements, on observe une focalisation sur la défense de cette valeur et un désinvestissement de la communauté humaine.

A l'origine du comportement et de ses troubles, le schéma directeur (*style de vie*) est le lieu du travail thérapeutique de la psychanalyse adlérienne qui va s'efforcer de rechercher, dans l'anamnèse, les conditions ayant rendu possibles les distorsions du *style de vie*. Car l'acuité du problème actuel ne s'explique que par son pouvoir réactualisateur d'un état antérieur déficient, un terrain prédisposant latent, dont Adler disait que cela constituait déjà un état pathologique. La prise de conscience des conditions d'élaboration du *style de vie* qui a créé l'état de malaise est le premier pas qui conduit à l'établissement d'un projet qui tienne compte des découvertes de l'analyse. Pour cerner plus précisément l'aube du *style de vie*, le recours aux *premiers souvenirs* peut se révéler utile. La substance du souvenir ne change pas foncièrement s'il s'agit d'un souvenir reconstitué, car il sera remodelé non pas au hasard, mais conformément aux impératifs du *style de vie*. Les souvenirs partagent cette caractéristique avec les rêves. L'utilité de leur évocation s'explique par leur capacité à inciter le sujet à mettre en œuvre le *style de vie*, le programme psychique, y compris contre toute logique de la réalité, avec l'aide de son stimulant

naturel, l'émotion et, dans son langage naturel, la métaphore. Ainsi, la puissance du rêve, compris ou énigmatique, mémorisé ou oublié, réside-t-elle dans son pouvoir de conviction infrarationnel et dans la persistance de son énergie émotionnelle, alors même que les images du rêve sont oubliées. Cette énergie émotionnelle, propre à actualiser certaines lignes de force du *style de vie* de préférence à d'autres solutions, surtout si celles-ci nécessitent de se plier aux exigences du réel, traduit également les préoccupations, les attentes et les moindres tentatives pour s'arracher aux anciens schémas et aux conflits que génèrent ces perspectives entrevues.

La notion d'empreinte, de ligne directrice (*style de vie*) implique l'unité de la personnalité où, conscient et inconscient poursuivent un but identique : réaliser les potentialités du sujet selon le programme qui, mis en place dès les premières années, lui offre une grille de lecture et d'évaluation des événements. Le *style de vie* a un pouvoir unificateur de l'inconscient et encadre les pulsions dans une direction précise, celle qui assurera, selon l'évaluation inconsciente, le mieux possible la réussite recherchée. L'unité du *style de vie* implique également celle du psychisme et du corps qui est le traducteur discret, parce que souvent incompris, des difficultés du premier. Cette unité s'étend aussi aux différentes pathologies du psychisme dont la finalité est de sauvegarder, par tous les moyens, la personnalité en danger, y compris par les moyens les plus paradoxaux. Leur genèse se trouve toujours dans une déformation du projet de vie (*style de vie*) que traduisent toujours une estimation erronée de soi et une plus ou moins grande difficulté consécutive à assumer la présence des autres et à s'y développer dans un échange équilibré, enrichissant et oblatif.

La transposition du milieu de vie dont la finalité est essentiellement individuelle et égocentrique, à un milieu de vie où prédomine la nécessité du rapport avec l'Autre, fait incontestablement de cette relation la préoccupation majeure des humains et le lieu de tous les devenir possibles, de tous les espoirs et de tous les regrettables dérapages, le lieu où se heurtent toutes les subjectivités et toutes les ambivalences. C'est la raison pour laquelle, dans l'adlérisme, les théories de la personnalité et de la pathologie débouchent sur un humanisme qui le distingue nettement d'autres théories psychologiques.

Pour Adler, le *sentiment communautaire* représente la « véritable et inévitable compensation à toutes les déficiences que peut connaître l'Homme ». L'Homme est, pour Adler, un être attachant dans sa faiblesse, mais dont, précisément, la fragilité et la limitation rendent difficile l'arrachement à son milieu d'origine, la nature. Il faut donc aider l'Homme, mais malheureusement le seul qui puisse le faire c'est l'Homme, fragile et limité. Il lui faut s'aider, par des prises de conscience successives, au gré des circonstances, de la nécessité de la solidarité, sous peine de se détruire. Cette lente humanisation est la continuation psychologique de l'évolution biologique. Par sa difficulté à organiser le monde, l'Être Humain continue d'agir comme dans le milieu animal, où seuls l'égoïsme, la compétition et la violence sont susceptibles d'assurer l'existence. Adler donne au *sentiment communautaire* la valeur d'un principe absolu, la *loi d'airain*, dans un monde du relatif⁸. C'est le seul principe qui puisse guider l'évolution de l'humanité vers un état où elle formera une communauté et non plus une juxtaposition d'êtres réduits à rechercher leur maigre satisfaction en se posant en rivaux réciproques. L'achèvement de cette évolution n'est en rien garanti. La fragilité de l'être humain et son instabilité impliquent donc la psychologie dans la recherche des conditions qui aideraient l'Homme à s'humaniser toujours davantage.

Ainsi, parti d'une pratique sociomédicale et de la recherche des causes des troubles mentaux dans le biologique, Adler a élaboré une psychanalyse humaniste où la référence à la coopération communautaire est la valeur transcendante d'une humanité qui cherche à s'élever et à s'améliorer.

⁸ « La vie en communion avec les autres constitue la vérité absolue », *Science of living*, p. 72.

L'OUVRAGE

On peut considérer ce livre d'Alfred Adler, de 1931, écrit en anglais⁹, comme un abrégé vulgarisateur de sa doctrine, arrivée à maturité au début des années trente. Durant les six années suivantes, Adler accentuera la dimension humaniste, devenue la dynamique porteuse du sens à donner à la vie. La valeur humaniste caractérise ainsi toute l'orientation donnée à la psychanalyse. Cet aspect de l'adlérisme et ses implications dans la vie sociale ne ressortent malheureusement pas toujours clairement dans les commentaires habituels. Cette réserve prive la théorie d'une vigueur lucide, bien utile à une compréhension efficace du comportement humain.

L'ensemble des traductions effectuées depuis 1948¹⁰ et surtout depuis 1950¹¹ n'a concerné que des œuvres écrites en allemand. Ce livre-ci est ainsi demeuré méconnu du public francophone et n'a jamais reçu l'attention qu'il méritait. En outre, la similitude de son titre, *What life should mean to you*, le vrai sens à donner à la vie, avec celui d'un des deux¹² derniers ouvrages d'Adler, *Der Sinn des Lebens* (*Le sens de la vie*, 1933) a facilement incité à croire que ce dernier représentait, en tant que livre ultime, son testament dont l'ouvrage de 1931, en anglais, n'aurait été qu'une ébauche.

Or il n'en est rien et seule l'inaccessibilité du texte en français a pu le faire croire à certains. En 1931, les axes principaux de sa doctrine sont clairement définis. La synthèse des concepts psychanalytiques et des idées proprement adlériennes antérieures à ses huit années et demie de collaboration avec Freud, est parachevée¹³. Si

⁹ C'est en 1929 qu'Adler commença à rédiger ses livres en langue anglaise. *Problems of neurosis* (1929), *Guiding the child on the principles of Individual Psychology* (1929), *The Science of living* (1929), *Something about myself* (1930), *The problem child* (1930), *The education of children* (1930), *What life should mean to you* (1931), figurent parmi les principaux ouvrages rédigés dans cette langue.

¹⁰ *Über den nervösen Charakter* (*Le tempérament nerveux*) traduit une première fois en 1926 par le Docteur Roussel.

¹¹ *Der Sinn des Lebens* (*Le sens de la vie*), traduit par le Dr Schaffer.

¹² Avec *Religion und Individualpsychologie*.

¹³ De 1902 à 1911, période où Adler a été élève de Freud, sans être réellement son disciple. Il n'a pas renoncé à ses idées antérieures ni suivi d'analyse avec Freud.

les deux ouvrages traitent de certains aspects semblables de la doctrine, c'est que ceux-ci sont à cette époque bien établis dans la pensée d'Adler. Ainsi les deux ouvrages étudient-ils, chacun selon des angles de vue différents, l'importance de la subjectivité dans le regard de chacun sur lui-même et sur le monde, et concluent à l'insaisissabilité de la vérité absolue. C'est donc à l'Homme de s'en former une qui puisse l'aider à donner un sens à la vie et à sauvegarder son intérêt qui est indissociablement lié à celui des autres, faisant de la vie un échange permanent.

Les deux ouvrages étudient les secteurs d'intervention de chaque être humain qui se répartissent en trois champs d'action, avec un dénominateur commun : la capacité à tisser des liens de coopération, sans se réfugier derrière un faux-fuyant : "*Pourquoi aimerais-je les autres ? M'aiment-ils, eux ?*" Le renfermement égocentrique y est décrit comme une faiblesse du psychisme, incapable de dépasser l'horizon borné de sa propre personne pour des raisons de sécurité absolue, mais exagérée et finalement nocive.

C'est par la compréhension de la manière dont s'est formée la trame de la personnalité, *le style de vie*, que peut s'entrouvrir un espoir de changement des attitudes. Dans cette optique, les premiers souvenirs et les rêves apportent leur contribution.

Les deux ouvrages s'achèvent par un vibrant appel à doter chaque existence d'un sens transcendant, celui de contribuer à améliorer l'espace de vie humain.

Par ailleurs, *Le Sens de la vie* explore la nature de la névrose et des perversions sexuelles, ainsi que le monde fictif de *l'enfant gâté* et étudie les conditions défavorables au développement social pour en mieux trouver les remèdes.

Un idéal pour la vie, quant à lui, étudie en détails les influences déterminantes du climat familial et du rôle de chaque acteur, en particulier celui, irremplaçable, de la mère, présentée comme la matrice psychologique de l'humanité. Adler poursuit son investigation sur les influences orientant l'enfant, sur le rôle que devrait jouer l'école qui prend le relais de la famille dont elle pourrait, si elle préparait bien à une société vraiment civilisée, corriger les erreurs éducatives, tout en élargissant l'horizon de l'enfant.

La période cruciale et énigmatique de l'adolescence l'est surtout, explique Adler, pour tous ceux qui n'ont pas remarqué que les modifications, souvent spectaculaires, s'exercent sur des lignes de force qui existent depuis longtemps, mais que les circonstances n'avaient pas développées clairement ou pour lesquelles elles avaient trouvé d'autres manifestations. Adler remonte aux origines de la marginalisation sociale, délinquance et criminalité, et montre l'égarement affectif des déviants sociaux qui en préside l'installation. Il affirme qu'au-delà d'une prévention, au demeurant indispensable, s'impose la nécessité de leur rendre l'envie de reprendre leur place parmi les êtres civilisés qui cohabitent entre eux et s'intéressent aux autres.

Il ressort de cette synthèse que l'inconscient est l'état primitif dans lequel repose toute personnalité dont l'émergence ne sera jamais intégrale. L'inconscient, selon Adler, est moins essentiellement un réservoir d'instincts bruts non encore filtrés par sa confrontation consciente au principe de réalité qu'un état psychique primitif, caractéristique d'une insuffisante maturité psychologique et où peuvent se conserver ou revenir des affects sous l'effet des pressions traumatisantes de la réalité. En pratique, l'accès à cet inconscient diffère peu chez Adler et Freud¹⁴.

La structuration et la destruction de la personnalité s'effectuent sous l'action d'une dynamique directrice. Dès 1907, Adler a placé cette dynamique, non pas dans la libido, mais successivement dans le principe d'affirmation de la valeur de la personne (*l'Agressivité*, 1907), la *protestation virile* (1911), le *but fictif* (1912)¹⁵, avant de la situer finalement dans l'empreinte inconsciente

¹⁴ La doctrine adlérienne reste psychanalytique dans sa structure : inconscient, base de la personnalité, dynamique motrice de la personnalité, dialectique élaboratrice de la personnalité entre principes opposés, soi et la réalité des autres, cure analytique verbale incluant l'étude des rêves et de leurs associations. Mais sa substance a été renouvelée par les conceptions d'Adler dont certaines sont bien antérieures à la collaboration avec Freud. Cette rencontre avec Freud a été capitale pour Adler. L'usage anglo-saxon et allemand a conservé le terme de *psychanalyse* pour Adler et Jung.

¹⁵ La ligne de conduite tendue vers le succès, issue de l'opinion, arbitraire et plus ou moins fautive, que l'on s'est faite de sa situation.

réactionnelle aux impressions de l'environnement¹⁶, le *style de vie* (1929). La sexualité en est une composante importante, mais non déterminante. La manière dont s'est élaboré le *style de vie* qui reflète un certain regard sur le monde et la vie, et la façon dont, éventuellement, il s'est dévié constituent logiquement¹⁷ pour Adler l'objet principal de l'étude de la psychologie. Sans une attention méticuleuse de cet axe du psychisme, aucune compréhension profonde et efficace des actions humaines n'est envisageable. Le *style de vie* s'élabore par tâtonnements, à travers les impressions reçues et les sentiments confus, pour aboutir à de subjectives tentatives d'explications, rationalisées par la suite.

Cette dynamique de la personnalité évolue selon une dialectique élaboratrice : développement égocentrique du style de vie / intégration de la réalité sociale, dans un contexte de coopération et d'entraide. Ces pôles du climat de vie ne sont guère éloignés des pôles freudiens, principe de plaisir / principe de réalité, bien que, chez Adler, le clivage soit constitué par le degré de capacité de vivre et de travailler en harmonie avec les autres. Le *style de vie* est comme l'ossature de la personnalité qui unifie le sens des pensées, des émotions et du comportement de la personne. C'est cet axe unificateur et directeur qui influe sur le corps, dans une dialectique d'expression de la vie individuelle. Les émotions, toujours conformes au *style de vie*, sont les agents efficaces de cette influence, tant sur le psychisme que sur le corps dont les expressions reflètent le psychisme.

Adler s'interroge sur le véritable sens de la vie, celui qui pourrait orienter tout homme, et doit constater qu'il nous échappe complètement, si tant est qu'il existe. Et pourtant, cette interrogation qui questionne l'humanité depuis ses débuts ne peut rester sans réponse, car il s'agit là d'une question capitale, que la *plupart des gens ne se donnent, hélas, même pas la peine de se poser*, malgré ses liens évidents avec la constitution psychique humaine. Incapable de connaître le vrai sens de la vie et de la sienne, l'Être Humain est tout aussi incapable de vivre sans trouver aux événements et aux

¹⁶ Au sens large, premières impressions, climat familial, fratrie, éducation, situation socio-économique, etc...

¹⁷ Puisque cela détermine le comportement.

phénomènes des significations qui constituent les jalons et les points de repères de son existence.

L'ignorance d'un éventuel sens véritable de la vie et l'impossibilité de s'en passer amènent l'Homme à recourir à son expérience collective et individuelle, abusivement généralisée, parfois embellie ou enlaidie, souvent déformée par son imaginaire et son affectivité. Chacun obtient ainsi une image particulière, partielle, contenant une part variable de vérité et d'erreur, rendant compte, à la fois objectivement et subjectivement du réel. Ce sont ces représentations qui forment la toile de fond de notre pensée¹⁸. Et c'est bien parce que la subjectivité et l'ambivalence sont les matériaux qui déforment, fragmentent et opacifient notre jugement sur la vie et que l'ignorance du sens de notre vie sur cette planète nous prive d'une référence naturellement crédible, que nous sommes contraints de nous créer un sens suffisamment exaltant pour nous entraîner au-delà d'une contingence constante et étouffante, un sens qui permette de fournir à chaque membre de la communauté humaine la reconnaissance d'une valeur universelle et incontestable.

Adler souligne ainsi, d'une part, l'omniprésence et l'impact de notre subjectivité dans notre regard sur la vie et l'interprétation de ce qui y survient, car nos vues les plus objectives portent en elles le reflet ineffaçable de nos expériences collectives¹⁹, de nos empreintes individuelles et de nos réactions à tout événement.

Il met en avant, d'autre part, un fait majeur de la vie psychique, le sentiment de limitation que lui inspirent les éléments de la vie, les

¹⁸ L'insistance d'Adler sur la relativité et la subjectivité du psychisme humain est une des caractéristiques de sa psychologie. Elle ne cherche pas à gommer la supériorité de la pensée humaine sur le psychisme animal ni les performances qu'elle a permis de réaliser, mais elle rappelle que les exploits n'effacent pas l'instabilité de l'essence de notre psychisme et qu'il faut en tenir compte pour comprendre nos difficultés psychologiques, sociales et cognitives. Au regard des questions qui se posent, l'Homme ne saisit pas tout, et même pas les fondements de sa nature ni, bien sûr, les difficultés qui en sont les conséquences. Finalement, ce sont plus les incompréhensions des limites de notre nature qui causent nos malheurs que ces limites proprement dites. La reconnaissance de la formation et de la nature de notre psychisme suppose la plus grande tolérance vis-à-vis de celui qui a été fourvoyé par les événements dans des chemins de l'erreur.

¹⁹ Celles qui façonnent la mentalité de tout un groupe, comme les idées reçues.

limitations physiques, psychologiques et sociales et des conséquences que celles-ci entraînent dans les pathologies et les déviances sociales. Ce sentiment est à l'origine de la nécessité de la lutte pour repousser les bornes de la précarité et s'en protéger, du dynamisme créateur pour construire un environnement convenable, ainsi que des échecs des individus et des sociétés dans une recherche paisible et généreuse de la sécurité et de la satisfaction. Toute pathologie repose sur l'incapacité ressentie, et pas nécessairement réelle, de se confronter aux problèmes rencontrés dans l'existence. La rupture de l'équilibre et le passage à la pathologie sont ainsi marqués par la transformation d'un *sentiment de fragilité*, normal et issu de la constatation que ce monde est vraiment peu fait pour un être si vulnérable et exigeant à la fois²⁰, en *complexe d'infériorité*, entraînant la personnalité dans une vision de plus en plus éloignée des exigences de la réalité²¹. Cette fuite du réel s'accompagne d'un rétrécissement du sens des autres²², car la nécessité de résoudre ses propres problèmes et de faire disparaître le malaise vécu constitue la préoccupation prioritaire et relègue le reste des gens dans un rôle secondaire dès qu'ils ne présentent pas d'intérêt utilisable. La nécessité d'occulter ces sentiments de faiblesse, tant à ses propres yeux qu'à celui des autres, pousse à se constituer des attitudes d'apparence de force, à défaut d'une force valorisante authentique. Et nombre de gens se laissent leurrer par un comportement exprimant apparemment la certitude et la solidité, mais dont l'exagération démasque l'aspect artificiel.

C'est la raison pour laquelle on constate dans chaque trouble psychologique un manque variable de coopération, et que, par conséquent, on peut considérer le degré d'aptitude à vivre avec les autres, *en égal*, comme un critère pertinent de bon équilibre psychologique. La sensation de se trouver toujours écrasé ou, au contraire, toujours obligé de se valoriser exagérément et de faire sentir

²⁰ Ces deux caractéristiques ne s'excluent pas. Au contraire, elles s'appellent, car les exigences sont d'autant plus vivement exprimées que la vulnérabilité et les limitations exposent les hommes à la frustration quasi permanente, renforcée par le spectacle de la réussite des autres dans un domaine.

²¹ La réalité, celle qui pose problème, est avant tout de nature sociale, au sens large, c'est-à-dire émanant d'autres humains.

²² Car ce sont les autres qui représentent les dangers principaux de ce réel.

aux autres sa supériorité, indique souvent un état d'insatisfaction déséquilibrant, latent ou nettement exprimé. Complexe d'infériorité et complexe de supériorité représentent ainsi les pôles d'un même malaise.

Le *sens des autres* dépasse la simple obligation de les supporter et de collaborer avec eux. Il suppose un intérêt pour tout ce qui est humain, une reconnaissance de la valeur de chaque être humain, ce qui suppose le préalable de la paix avec soi-même. La fragilité de l'humain, qui ne vit que par ce qu'apporte chacun aux autres, laisse entrevoir la place centrale de ce sens des autres dans la recherche du sens de la vie. Adler pose ainsi comme principe que seule l'intégration de l'univers des autres au sien propre est de nature à développer sainement son psychisme, puisqu'elle libère de la cause majeure des conflits, les autres, et qu'elle enrichit les échanges constructifs, ceux qui n'éliminent ni ne diminuent le partenaire humain, mais l'incitent à laisser s'exprimer le besoin d'attachement. C'est ce qu'il nomme, métaphoriquement, agir du *côté utile de la vie*, par opposition à ceux qui ne recherchent que leur intérêt, en n'excluant pas de le faire au détriment de celui des autres, ceux qui agissent *du côté inutile de la vie*.

Adler note les relations constantes du corps et du psychisme, tant dans la vie ordinaire, expressions du visage, maintien, gestes que dans la pathologie. De telles interférences ne peuvent s'expliquer que par l'unité de la personnalité, corps-psychisme d'une part, et conscient-inconscient d'autre part, qui ne peuvent agir que dans le même sens, la satisfaction de l'individu. Médecin des corps avant d'explorer le psychisme, Adler rappelle que les premières faiblesses se trouvent souvent dans les déficiences organiques, compliquant la vie du sujet dès le départ. Les interactions somatopsychiques sont la norme, dans l'état de santé ou de maladie. Comme toutes les difficultés, les déficiences physiques peuvent générer des réponses psychiques opposées, réduire le dynamisme ou, par réaction, faire naître une vigueur compensatrice, comme si s'imposait le slogan unificateur de l'action, « heureux et fort malgré tout ». Car c'est, en définitive, le psychisme qui, par son pouvoir d'interprétation, tire les conclusions de la réalité somatique. Les observations d'Adler sur les répercussions

psychologiques des déficiences organiques placent cet auteur parmi les précurseurs de la médecine psychosomatique²³.

Si les racines de la personnalité plongent dans l'inconscient et échappent de ce fait à une analyse directe, rapide et claire, il existe des moyens détournés pour reconstituer peu à peu, par recoupements, ses traits constitutifs et fondateurs : les premiers souvenirs et les rêves.

La mémorisation d'un fait ancien est en soi significative, non pas de l'importance objective, bien que cela puisse être le cas, mais de l'importance attribuée par le sujet. Son analyse permet d'entrevoir le sens donné alors aux événements et toujours présent et actif dans le psychisme²⁴. La mémorisation d'un souvenir lointain n'est pas imputable au hasard. En fait, parmi les nombreuses impressions ressenties, sont retenues celles qui correspondent à des impressions antérieures déjà suffisamment structurées en un ensemble cohérent, le *style de vie*. Ces souvenirs représentent les témoignages des propres limites d'un sujet et du sens donné aux événements, sens encore présent en lui.

Plus le souvenir est ancien, plus il dévoile une part du noyau de la personnalité, à son origine, dans sa plus simple expression, en aval des expériences plus conscientes. Bien entendu, un souvenir, même très net, n'offre pas une interprétation univoque. C'est par recoupements avec tous les souvenirs et toutes les informations obtenues au cours de l'analyse, les rêves, les entretiens, les lapsus, les réactions spontanées, les expressions corporelles que se dégage un sens vraisemblable, qui reste à confirmer par les renseignements ultérieurs. L'ensemble seul éclaire en effet le détail en soi polyvalent. Il importera donc peu dans cette optique que le souvenir évoqué soit authentique ou reconstitué²⁵. L'impression qui s'y rattache émane de la même empreinte située à l'aube de la vie psychique. Sa permanence dans son état originel à

²³ *Compensation psychique de l'état d'infériorité des organes*, 1907, écrit à l'époque de sa collaboration avec Freud.

²⁴ Le schéma directeur, l'empreinte initiale ou *style de vie*, se structure très tôt et révèle sa permanence au cours de la vie, dans ses grandes lignes jusqu'à l'apparition de profondes prises de conscience.

²⁵ Un souvenir souvent évoqué par l'entourage peut être intégré aux autres souvenirs, sans avoir été vécu. L'interprétation fournie par le sujet rendra compte de ce souvenir avec la même véracité qu'un souvenir réel.

travers la vie n'admet de modifications que sous la pression de la conscience ou d'événements-chocs.

L'oubli de la contribution d'Adler à la compréhension du rêve illustre bien l'oubli généralisé de son œuvre. Le spécialiste français de l'étude du rêve, Michel Jovet, ne la cite même pas, alors qu'il mentionne celle de Freud. Et pourtant, de ces deux tentatives de compréhension de la nature et de la finalité du rêve, celle d'Adler correspond davantage aux découvertes scientifiques ultérieures. Le rêve entrouvre également, comme les souvenirs, une porte de la vie psychique. Comme les souvenirs, le rêve n'a de sens que pour le rêveur dont les associations peuvent mettre sur la voie d'une interprétation et comme pour les souvenirs, cette interprétation n'apparaîtra que dans la contextualisation de tous les éléments de la vie du rêveur. Mais le rêve diffère du souvenir par le langage utilisé qui est le langage archaïque, commun à tous les mammifères et les oiseaux : *images et émotions*. C'est par le choc des images et des émotions que passe le message onirique. Il ne s'ensuit pas pour autant qu'avec la complexification du système nerveux, le rêve n'ait pas *en plus* une ou plusieurs fonctions pour l'Homme, superposable à celle-ci²⁶. La finalité recherchée pourrait être le renforcement des interprétations primitives, celles de l'empreinte initiale, ce qui exclut toute interprétation du rêve autre que personnelle. *Le style de vie* est constamment confronté à de nouveaux événements qu'il lui faut intégrer pour leur donner un sens cohérent, sens qui sera toujours, par nature, subjectif et ce, éventuellement contre la logique du réel, quitte à créer un décalage criant entre la logique individuelle et celle de la réalité. Cependant cette fonction ne peut pas s'inscrire dans un contexte essentiellement sexuel et refléter les fantasmes des exigences sexuelles, car cela supposerait que la pulsion motrice de la satisfaction et de l'action soit d'essence sexuelle et que celle-ci satisfaite, la personnalité trouve gratification et équilibre, ce qui n'est même pas vrai pour les autres animaux. Il faut plutôt rechercher le rôle du rêve dans un effort de l'empreinte (*le style de vie*) pour réguler le comportement d'après ses orientations spécifiques, auxquelles peuvent s'opposer les contraintes de la réalité. *Le style de*

²⁶ Les travaux actuels ont établi l'existence du rêve chez les homéothermes, oiseaux, mammifères, animaux à température constante.

vie apparaît comme le véritable organisateur des rêves. Il agit comme une auto-illusion qui chercherait à imposer ses valeurs, c'est-à-dire les références en usage depuis le début de la vie psychique, en dépit des expériences contradictoires de la vie dont il oriente tendancieusement les interprétations²⁷. Il agit alors en tant que leurre, destiné à conserver la pertinence de la vision de la vie.

Adler situe la finalité du comportement humain dans la recherche et le maintien de conditions favorables au développement optimal de l'individu et des groupes. Il analyse la scène sur laquelle se joue le drame humain et met en lumière un des éléments qui conditionne, et la vie psychique individuelle, et la vie psychique sociale, un élément sur lequel on évite volontiers de s'étendre, la *précarité* de chaque membre de l'espèce humaine, faiblesse inhérente qui fait de chaque obstacle une occasion de dévier et de déraiper²⁸. Certaines circonstances accentuent nettement dès la naissance la fragilité de l'individu.

Ainsi les enfants peu ou mal aimés, négligés, pour qui les marques d'attention, (l'argent, substitut de tendresse, par exemple), ne traduisent ni une affection sincère et authentique ni le véritable souci éducatif, les enfants porteurs de déficiences physiques et les enfants trop comblés, à qui on finit par faire croire que les problèmes de la vie se résolvent tous sans grands efforts personnels. Ces trois catégories d'enfants sont prédisposées à trouver dans la pathologie, le comportement caractériel ou la délinquance la solution à leurs difficultés, ressenties comme trop lourdes et écrasantes pour eux. Les parents représentent pour l'enfant le miroir des normes à acquérir et il ne faut pas imaginer qu'il puisse normalement acquérir ces normes autrement. L'une des attitudes dont il faut avec insistance montrer la nécessité est la coopération, avec les parents, les frères et sœurs et l'environnement. Cette coopération est la base de toutes les relations, *a fortiori* lorsqu'il s'agit d'une relation exigeant un engagement intime et profond comme le mariage qu'Adler conçoit difficilement réalisable

²⁷ La théorie de Michel Juvet rejoint cette hypothèse. D'après cet auteur, le rêve aurait pour fonction de rappeler sans cesse le programme de l'individu. (*programmation itérative*). *Le sommeil et le rêve*, Odile Jacob, Paris, 1992, p.177.

²⁸ On comprend le désir d'occulter une des causes profondes de découragement, mais cette dissimulation empêche en même temps de reconnaître cette fragilité comme cause d'erreurs et de dérapages constants dans notre comportement.

dans un esprit d'union éphémère. Le mariage se situe à deux niveaux : celui du couple et celui de l'espèce, avec des projets de procréation et d'éducation, et cela suppose une entière égalité entre les membres du couple. Une sous-estimation du rôle féminin et, entre autres, de la maternité n'est pas de nature à améliorer l'attitude de la mère avec ses enfants. Et pourtant, la mère représente la première occasion pour l'enfant de vivre une relation d'affection et de reconnaissance de tout son être dont la qualité marquera à jamais l'idée que l'enfant se fera des possibilités d'une relation à venir. Au sens psychologique, comme au sens biologique, la mère est réellement l'avenir de l'Homme.

Même ouverte sur l'entourage, une famille a un pouvoir éducatif limité à l'horizon restreint du microcosme familial. L'école prend alors le relais avec la double tâche de tester les capacités acquises en famille de vivre pour travailler dans un contexte élargi et de permettre de rectifier les erreurs éducatives familiales. Cela exige des enseignants de personnaliser leur aide, d'encourager à ne pas se laisser abattre par les échecs, de refuser de croire aux limites déterminantes et définitives de l'hérédité et à exploiter au maximum les potentialités de chacun. Hélas, le système actuel prépare plus à la compétition qu'à la coopération. Seule, une collaboration entre l'enseignant, l'enfant et sa famille peut garantir un développement positif de l'enfant.

Personne ne peut accepter de gaieté de cœur la vulnérabilité, la faiblesse et les conséquences qu'impliquent ces situations. La perspective de se trouver dans une position d'infériorité provoque le refus catégorique et incite à chercher des compensations, ne serait-ce que fictives ou exagérées contre tout bon sens. Notre civilisation²⁹ est encore fondée sur des rapports de force dans lesquelles, inconsciemment et consciemment, la virilité est privilégiée. Adler a nommé ce refus d'être soumis abusivement *protestation virile* ou *masculine*. Ce refus vise tout le monde, hommes et femmes, et correspond symboliquement au refus des inconvénients liés à une situation jugée infériorisante, comme celle de la femme peut l'être souvent³⁰.

²⁹ Et pas seulement la nôtre, toutes celles qui fondent leur fonctionnement sur la compétition, la rivalité, les rapports hiérarchiques ou autoritaristes.

³⁰ Le deuxième sexe comme le rappelle le roman de Simone de Beauvoir.

Adler, d'autre part, souligne fortement l'importance de l'impact social. En effet, la rencontre avec l'Autre est à l'origine, à des degrés variables, mais toujours significatifs, de toutes nos joies, de toutes nos déceptions et de la plupart des agressions dont nous sommes victimes ou acteurs.

Tant pour la réussite de la vie professionnelle que relationnelle ou sexuelle, Adler préconise une éducation positive favorisant, face aux réalités de la vie, des attitudes, qui toutes devraient se juger à l'aune de la coopération et de l'entraide. Il en ressort une priorité de l'éducation familiale et scolaire. Car c'est au sein de la famille que s'élabore l'empreinte initiale qui guidera l'enfant et l'adulte que cet enfant sera devenu, et c'est à l'école que cette empreinte teste définitivement ses possibilités d'adaptation au réel, représenté en grande partie par le contact avec les autres.

Le style écrit d'Adler reste, tout au long de cet ouvrage, clair et exempt de termes trop techniques, riche de nombreux cas qui illustrent la démonstration. C'est bien celui d'un ouvrage de vulgarisation, destiné à un large public. On peut regretter l'absence d'une systématisation de la théorie qui aurait évité quelques redondances. Certaines des idées exprimées peuvent laisser croire à un manque d'originalité, voire à l'évidence, mais c'est oublier que ce livre a été rédigé il y a soixante-dix ans et que c'est dans les acquis de notre mentalité collective où ils ont été dilués pour faire partie de notre patrimoine intellectuel qu'il convient de les chercher. Plus généralement, on y trouvera les idées d'Adler répandues notamment en psychothérapie (relation chaleureuse, face à face, de durée limitée, en interaction avec le patient), en pédagogie (relation personnalisée, rapports d'égal à égal, encouragement ; éducation en profondeur, importance de l'ordre de la naissance (fratrie, 1927), écoles des parents, ouvertes en 1920³¹), dans le domaine interrelationnel (compréhension empathique du comportement de chacun, fondé sur la recherche d'amour et de la reconnaissance de sa valeur, et constamment

³¹ *Un idéal pour la vie* (1931), *L'éducation des enfants* (1930), *Technik der Individualpsychologie* (1930), entre autres.

perturbé et entravé par le sentiment de fragilité³² issu des événements vécus et recherche de compensations, de qualité variable), et en médecine psychosomatique (*le langage des organes*, 1912³³).

Régis VIGUIER

³² *Un idéal pour la vie* (1931), *Sens de la vie* (1933), *Connaissance de l'Homme* (1927), *Tempérament Nerveux* (1912), *Technik der Individualpsychologie* (1927), *Problems of neurosis* (1929), entre autres.

³³ *La Compensation psychique de l'état d'infériorité des organes*, 1907, *Physical manifestations of psychic disturbances*, 1934, entre autres.

UN IDÉAL POUR LA VIE

ALFRED ADLER